



JUŻ W PIĄTEK AUTO2GRA

NAGRODA GŁÓWNA SAMOCHÓD OSOBOWY

NOWA SZANSA!

3 kwietnia 2002

ŚRODA

1,10 zł
(w tym 7% VAT)

Nr 65 (14978); nakład 19 768

DZIENNIK REGIONALNY BIAŁYSTOK ŁOMŻA SUWAŁKI ELK OSTROŁĘKA

Zadzwoń do nas: Białystok 0 800 127067

Dział miejski 748 74 65, 748 74 66

Biuro ogłoszeń 748 74 30

e-mail: gazeta@wspolczesna.pl; www.wspolczesna.pl

DZIEŃ DOBRY BIAŁYSTOK

ZDROWO ZE współczesna

Kichające społeczeństwo



DZIŚ

Ruszyły prace polowe

Część rolników już w minionym tygodniu rozpoczęła prace polowe, niektórzy nawet siewy zbóż. W tym tygodniu prace polowe powinny już ruszyć pełną parą. W opinii specjalistów od uprawy zbóż, obecnie jest optymalny termin siewu zbóż jarych.

Czytaj na str. 10.

NASZA LIGA

Dzisiaj na stronie 23. prezentujemy pierwszą listę uczestników naszej wielkiej zabawy kibiców „NASZA LIGA”.

Posady dla przewidujących

Skończone studia, znajomość języka obcego i obsługi komputera nie są już gwarancją znalezienia pracy. Przed bezrobociem może uchronić wybór kierunku kształcenia. Na zmianę zawodu trzeba być jednak przygotowanym co najmniej kilka razy w życiu.

Czytaj na str. 11.

PRACA

**DZIŚ
W „GAZECIE WSPÓŁCZESNEJ”
COTYGDNIOWY DODATEK
POŚWIĘCONY PRACY**

DYŻUR REDAKCYJNY

**Podatek
ze „Współczesną”**

Wszyscy, którzy nie rozliczyli się z podatku dochodowego za 2001 r. i mają wątpliwości dotyczące wypełnienia PIT-u mogą jutro (4 kwietnia) je wyjaśnić podczas redakcyjnego dyżuru przedstawicieli Urzędu Skarbowego w Białymstoku. Numer bezpłatnej infolinii – 0 800 127067 tel. (0 XXXX 85) 748-74-53

Trwają badania mydła z II wojny światowej znalezionego w okolicach Czeremchy

Widmo Rudolfa Spannera

Niedaleko Czeremchy od czasów wojennych spoczywa w ziemi mydło wykonane przez hitlerowców. Leży tam kilkaset kilogramów mydlanych kostek. Na razie nie wiadomo, czy jest to produkt wykonany z tłuszczu ludzkiego czy też zwierzęcego.

Łęczanin Wiktor A., który jako dziecko mieszkał w Czeremchzie, przyniósł do redakcji „Gazety Współczesnej” w Elku dwa niewielkie kawałki mydła pochodzącego z okresu drugiej wojny światowej, z symbolami RIF (plus numery serii).

– O zakopanym mydle wie wielu mieszkańców Czeremchy – mówi Wiktor A. – Pamiętam, że będąc dzieckiem bawiłem się z kolegami tymi kostkami. Zdziwiłem się, kiedy kilka tygodni temu przeczytałem w prasie, że trwa śledztwo dotyczące robienia przez hitlerowców mydła z ludzi. Było tam zdjęcie. Wtedy skojarzyłem sobie, że przecież takie samo leży w ziemi w okolicach Czeremchy.

Nasze ustalenia potwierdziły, że jest to mydło z okresu II wojny światowej. Udało się to stwierdzić na podstawie wyciśniętych symboli. Jedną z kostek przekazaliśmy białostockiemu oddziałowi Instytutu Pamięci Narodowej.

– Z badań prowadzonych pod koniec wojny i bezpośrednio po wojnie (m.in. przez Główną Komisję Badania Zbrodni Niemieckich w Polsce, z ramienia której w przedmiotowych badaniach brała udział Zofia Nałkowska) wynika, że w Instytucie Anatomii Akademii Medycyny Praktycznej w Gdańsku, kierowanym przez Rudolfa Marię Spannera, eksperymentowano wyrabianie mydła z tłuszczu ludzkiego – mówi Tadeusz Krysiński, prokurator pionu śledczego Instytutu Pamięci Narodowej w Warszawie. – Służyło ono do użytku wewnętrznego. Na podstawie prowadzonego wówczas śledztwa, trudno mówić o masowej produkcji. O tym, że taki proceder



Niedaleko Czeremchy leży kilkaset kilogramów mydlanych kostek wykonanych przez hitlerowców. O tym, że mydło pochodzi z lat II wojny światowej świadczą wyciśnięte na nim symbole RIF i numery serii.

miał miejsce, wiadomo m.in. z relacji świadka zatrudnionego przy owym wyrobie oraz jeńców angielskich, którzy w tym czasie znajdowali się w Gdańsku. Jeńcy angielscy składali swoje zeznania poza Polską. Zwróciliśmy się do organów niemieckich o informacje na temat procesów w Niemczech, które miały toczyć się przeciwko R.M. Spannerowi. Obecnie czekamy na odpowiedź władz niemieckich.

– Jako dziecko słyszałem pogłoski, że jest to mydło zrobione z ludzi. Dziś jednak nikt nie potrafi potwierdzić tej informacji, ani jej zaprzeczyć – mówi Wiktor A.

Starsi mieszkańcy Czeremchy pamiętają jedynie, że niewielkie kostki można było w czasie wojny kupić od Niemców. Hitlerowcy składowali je w magazynach, do których do-

jeżdżała kolej wąskotorowa. W ostatnich latach wojny magazyny spaliły się. Mydło pod wpływem wysokiej temperatury straciło swoje właściwości. Ponieważ nie nadawało się do mycia, nikomu nie było potrzebne. I przetrwało do dziś.

Zapytaliśmy prokuratora Tadeusza Krysińskiego, jakie jest prawdopodobieństwo, że mydło znalezione na Podlasiu wyrabiano właśnie z ludzkich zwłok? Czy jego zbadanie mogłoby wnieść coś do śledztwa przeciwko Spannerowi?

– Nie potrafię udzielić odpowiedzi – stwierdził Tadeusz Krysiński. (mos, ka)

Do tematu powrócimy w piątkowym „Magazynie Współczesnej”

Według rządowego projektu

Emeryt siedmiokrotnie droższy

Rząd chce podwyższyć składkę na Fundusz Pracy dla pracodawców zatrudniających emerytów. Chce też wprowadzić zakaz kontynuacji pracy przez emeryta u ostatniego pracodawcy w ciągu 2 lat po przejściu na emeryturę.

Podczas wczorajszej konferencji prasowej minister pracy Jerzy Hausner zaprezentował zamierzenia rządu w stosunku do nowelizacji ustaw: o zatrudnieniu i przeciwdziałaniu bezrobociu oraz o emeryturach i rentach z Fundu-

szu Ubezpieczeń Społecznych. Projekty zostaną przesłane do konsultacji ze związkami zawodowymi i organizacjami pracodawców.

Prześciowe rozwiązanie ma dotyczyć składek na Fundusz Pracy. Pracodawcy zatrudniający osoby pobierające emerytury lub renty będą opłacać składki na Fundusz Pracy siedmiokrotnie wyższe od opłacanej za innych zatrudnionych pracowników. Takie rozwiązanie ma obowiązywać do końca 2004 roku, czyli w okresie wchodzenia na rynek pra-

cy osób z wyżu demograficznego. Drugie rozwiązanie będzie miało charakter stały. Emeryci i renciści, nie będą mogli w ciągu 24 miesięcy po uzyskaniu uprawnień do pobierania tych świadczeń podjąć pracy u tego samego pracodawcy, chyba że emeryt lub rencista przestanie pobierać emeryturę lub rentę. Nie będzie to dotyczyło zatrudnionych w zakładach pracy chronionej. Rząd dopuszcza też możliwość wyłączenia z tego przepisu profesorów szkół wyższych. (PAP)

Dziesięć lat potrzebowała poczta na dostarczenie kartki kilka ulic dalej

Wolno ale solidnie

Prawie dziesięć lat zajęło białostockiej poczcie dostarczenie kartki kilka ulic dalej – z Bema na Pułaskiego w Białymstoku i z powrotem. Kartka w końcu doszła. Zżółkła, ale nie ma żadnego zagięcia.

Kartkę-upomnienie wysłała 5 listopada 1992 r. filia Wojewódzkiej Biblioteki Publicznej w Białymstoku przy ul. Bema do dwóch czytelniczek, które nie zwróciły ośmiu książek. Znaczek na kartkę kosztował wtedy 1 tys. starych złotych.

Dopiero 22 marca 2002 r., jak wynika z adnotacji na kartce, pocztowcy ustalili, że adresatki się wyprowadziły. Zwrot przyszedł do biblioteki – po prawie dziesięciu latach – w ubiegłym tygodniu.

Na kartce widnieją stemple urzędów pocztowych przy ulicach: Kolejowej i Kopernika w Białymstoku.

Czytelniczki, do których miała trafić kartka, zwróciły książki kilka lat temu. (MN)

Kartka z kalendarza

3

KWIEŹNIA

IMIENINY: Ryszarda
i Pankracego

1940 r. – w Katyniu NKWD rozstrzelało pierwszą grupę polskich oficerów więzionych w obozie w Kozielsku

1981 r. – w Warszawie ukazuje się pierwszy numer tygodnika „Solidarność”

KOMENTARZ DNIA

Eksmisyjny
pat

Ustawa o ochronie lokatorów chroni tylko osoby najuboższe, zapominając przy tym o interesach reszty mieszkańców, którzy regularnie płacą czynsze. To z ich pieniędzy pokrywane jest ciągle rosnące zadłużenie najuboższych – ani spółdzielnia, ani gmina nie dokończą przecież z własnej kieszeni, by pokryć koszty centralnego ogrzewania czy wody.

Interesy tych dwóch grup mieszkańców są sprzeczne – i choć żal najuboższych, którzy mogliby stracić dach nad głową, buntujemy się także przeciwko płaceniu za nich czynszu.

Nie wiem, czy istnieje kompromisowe rozwiązanie tak trudnej sytuacji. Na pewno pomogłoby wzbogacenie się społeczeństwa, ale na to się nie zanosi. Sama nie lubię płacić za nieznanych mi sąsiadów, których długi przewyższają wartość ich mieszkań. Z drugiej jednak strony każdy, kto oświadczył się z osobami wyrzucanymi na bruk, wie, że to prawdziwa tragedia.

Sytuacja jest patowa. UMiRM zamierza bronić interesów właścicieli mieszkań. Czy tą samą drogą pójdą parlamentarzyści? O tym przekonamy się pewnie dopiero pod koniec roku. Na razie lokatorzy są świetnie chronieni i nie muszą obawiać się eksmisji. Mogą więc dalej nie płacić.

Anna Mierzyńska

Przestój w Uchwytach

W białostockiej Fabryce Przyrządów i Uchwytów Bison-Bial w Białymstoku została zatrzymana produkcja. Przestój spowodowała trudna sytuacja finansowa firmy.

Jak już informowaliśmy, przestój to jeden z etapów nowego planu restrukturyzacji, który wprowadza zarząd tej fabryki. Jednocześnie prowadzone są rozmowy z bankami i innymi wierzycielami „Uchwytów” w sprawie spłaty milionowych długów. Brak porozumienia z wierzycielami może być przyczyną ogłoszenia upadłości Bison-Bial.

Prowadzone są także rozmowy ze związkami zawodowymi na temat zawieszenia zbiorowego układu pracy. Do stycznia 2003 r. ma być zwolnionych 500 pracowników spośród 1,3 tys. obecnie pracujących w Bison-Bial.

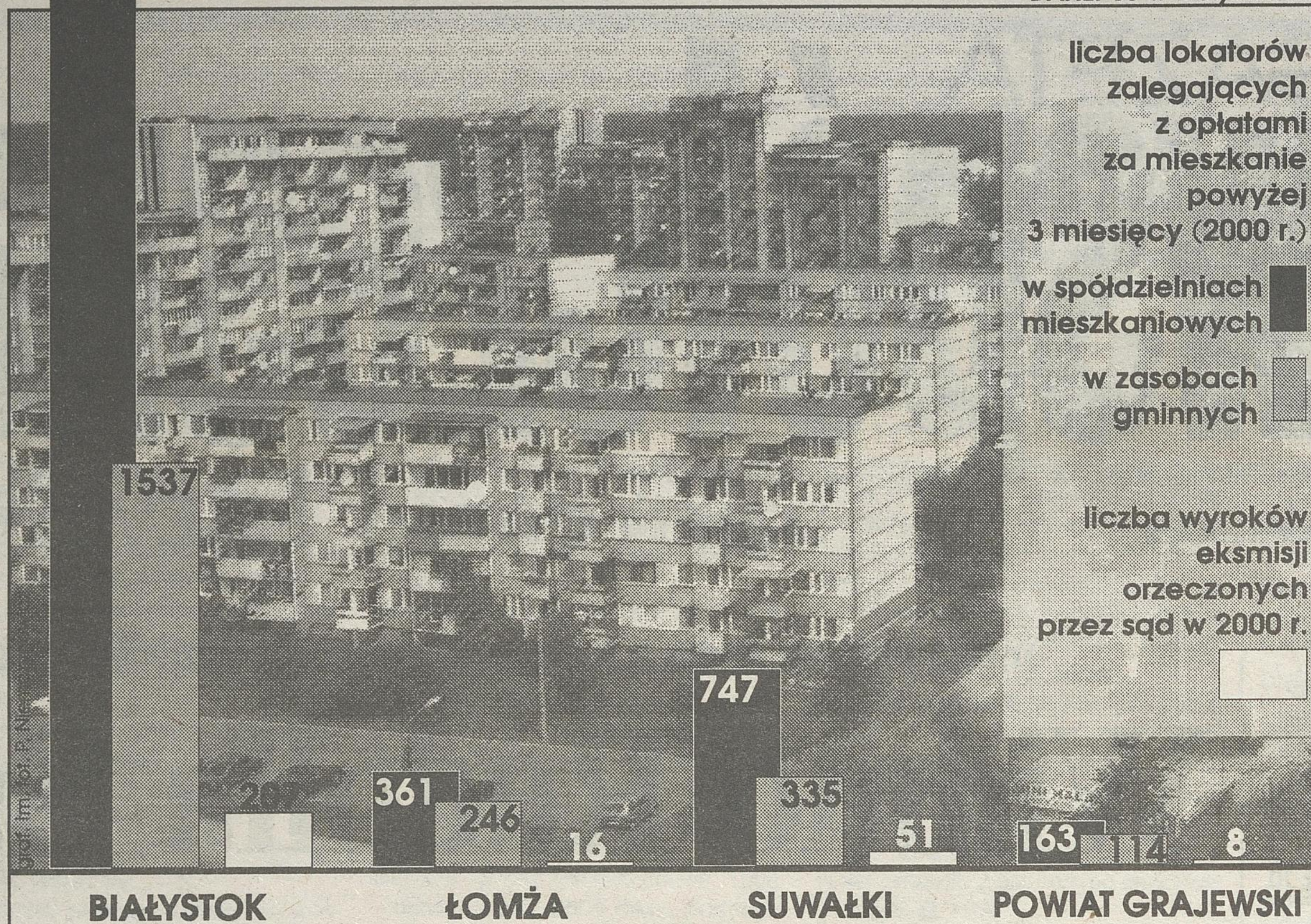
(MN)

BEZPŁATNY TELEFON

0-800 127-067

Dziś dyżuruje
red. Agnieszka Żero

3777

LICZBA DŁUŻNIKÓW I EKSMISJI
W WOJ. PODLASKIM

DANE: US w Białymstoku

liczba lokatorów
zalegających
z opłatami
za mieszkanie
powyżej
3 miesięcy (2000 r.)

w spółdzielniach
mieszkaniowychw zasobach
gminnych

liczba wyroków
eksmisji
orzeczonych
przez sąd w 2000 r.

Mimo że od 1 kwietnia można dokonywać eksmisji dla osób bez lokalu socjalnego, na Podlasiu „na bruku” znajdzie się niewiele osób

Nietykalni dłużnicy

1 kwietnia skończył się okres ochronny dla osób, którym grozi eksmisja z zajmowanego lokalu. Jednak na Podlasiu dach nad głową straci przynajmniej o połowę mniej osób niż dwa lata temu. Powodem jest wprowadzona w 2001 r. ustawa o ochronie lokatorów.

Eksmisji na bruk zakazano wobec kobiet w ciąży, niepełnosprawnych, nieletnich, obłożnie chorych, bezrobotnych oraz emerytów i rencistów, którzy mają prawo do świadczeń pomocy społecznej. Przysługuje im lokal socjalny. A ponieważ tych brakuje, dłużnicy są w zasadzie nietykalni.

Liczba osób, na których ciąży wyrok sądu orzekający eksmisję, rośnie z roku na rok. Coraz mniej wyroków jest jednak wykonywanych.

Komornicy zwrócili nam już ponad 20 wniosków z adnotacją, że nie wykonują eksmisji z powodu tej ustawy – mówi Andrzej Rojek, prezes Spółdzielni Mieszkaniowej

„Rodzina Kolejowa” w Białymstoku, która w tej chwili ma 104 lokatorów z orzeczonymi eksmisjami, w tym 64 na bruk. Sytuacja wygląda podobnie w całym województwie. Najgorzej jest w zasobach komunalnych i SM: w 2000 r. zadłużenie (długi są najczęstszą przyczyną eksmisji) dotyczyło nawet 50 proc. lokatorów zajmujących określone zasoby. Najbardziej zadłużeni byli mieszkańcy Białegostoku oraz powiatów: siemiatyckiego, zambrowskiego i grajewskiego. Danych za 2001 r. jeszcze nie ma, ale nic nie wskazuje na poprawę sytuacji. Rekordziści zalegają z opłatami nawet na 60 tys. zł.

Przeciwko ustawowym ograniczeniom występują wszyscy właściciele lokali: spółdzielnie mieszkaniowe, gminy i osoby prywatne. W Urzędzie Mieszkalnictwa i Rozwoju Miast trwają prace nad znalezieniem rozwiązań.

Ustawę o ochronie praw lokatorów nazwano największym bu-

blem prawnym. Dziś na bruk można eksmitować tylko właścicieli lokali. Lokatorom przysługuje pomieszczenie socjalne. To paradoks – powiedział podczas wizyty w Białymstoku Wiesław Szczepański, wiceprezes UMiRM-u. – Nie można wyrzucić np. osób obłożnie chorych, a przecież nie ma definicji, kto jest obłożnie chory, a kto nie. Według lekarzy, nawet zapalenie płuc, które trwa dwa tygodnie, jest taką chorobą.

UMiRM chce, by z listy osób, których nie można eksmitować na bruk, wyłączyć emerytów i rencistów oraz bezrobotnych. Być może zmieni się także definicja lokalu socjalnego. Teraz musi w nim przypadać minimum 5 mkw. na osobę. UMiRM proponuje, by był to po prostu lokal wydzielony przez gminę ze swoich zasobów. Wtedy gminy byłyby w stanie zapewnić mieszkania zastępcze większej liczbie osób z wyrokami eksmisji.

(ka)

Z KRAJU

W najbliższym czasie strajki i protesty społeczne będą się nasilać – przewiduje ponad połowa Polaków (54 proc.) badanych przez CBOS. 21 proc. uważa, że dojdzie do wybuchu poważnego konfliktu społecznego. O tym, że w kraju będzie spokojnie przekonanych jest 11 proc. ankietowanych. Kolejne 14 proc. nie potrafi odpowiedzieć na pytanie o rozwój sytuacji w Polsce w najbliższym czasie.

Sędzia Andrzej Rembisz zrezygnował ze stanowiska przewodniczącego wydziału odwoławczego Sądu Okręgowego w Katowicach. Ma to związek ze sprawą aresztowania szefów Colloseum. Katowicki sąd, który 13 marca zdecydował o aresztowaniu szefów Colloseum dopiero następnego dnia w południe wydał nakaz ich zatrzymania i aresztowania. Umożliwiło to ucieczkę właścicielowi konsorcjum Józefowi Jędruchowi i wiceprezowi spółki Piotrowi Wolnickiemu.

Zgodnie z dawną tradycją w Grabowie koło Łęczycy w województwie łódzkim pierwszy dzień po poniedziałku wielkanocnym jest Świętem Palanta. Na grabowskim rynku przy pięknej pogodzie kilkuset mieszkańców gminy kibicowało rozgrywanemu wczoraj meczowi palanta, w którym nie ma zwycięzców ani przegranych. Na pomysł zorganizowania „trzeciego dnia wielkanocnego”, wpadli członkowie cechu rzeźniczego w XIV wieku.

ZE ŚWIATA

Głównymi spadkobiercami oceniają na 60 mln funtów fortuny pozostawionej przez Królową Matkę będą jej prawnuki, książęta William i Harry – synowie następcy tronu księcia Walii Karola i księżnej Diany, drugi i trzeci w kolejce do tronu. Około 19 mln funtów, stanowiących część prywatnego majątku Królowej Matki, umieszcza ona w specjalnym funduszu powiemy, by nie podlegał 40-procentowemu podatkowi od dziedziczenia.

Na terenie największego hitlerowskiego obozu koncentracyjnego dla kobiet – Ravensbrück pod Berlinem powstanie Międzynarodowe Centrum Spotkań Młodości. – W otwarciu placówki 10 kwietnia wezmą udział cztery Polki, które podczas II wojny światowej były więzione w obozie – poinformował rzecznik Fundacji Brandenburskich Miejsc Pamięci Horst Seferens. Kobiety były ofiarami zbrodniczych eksperymentów medycznych, przeprowadzanych na nich przez lekarzy SS.

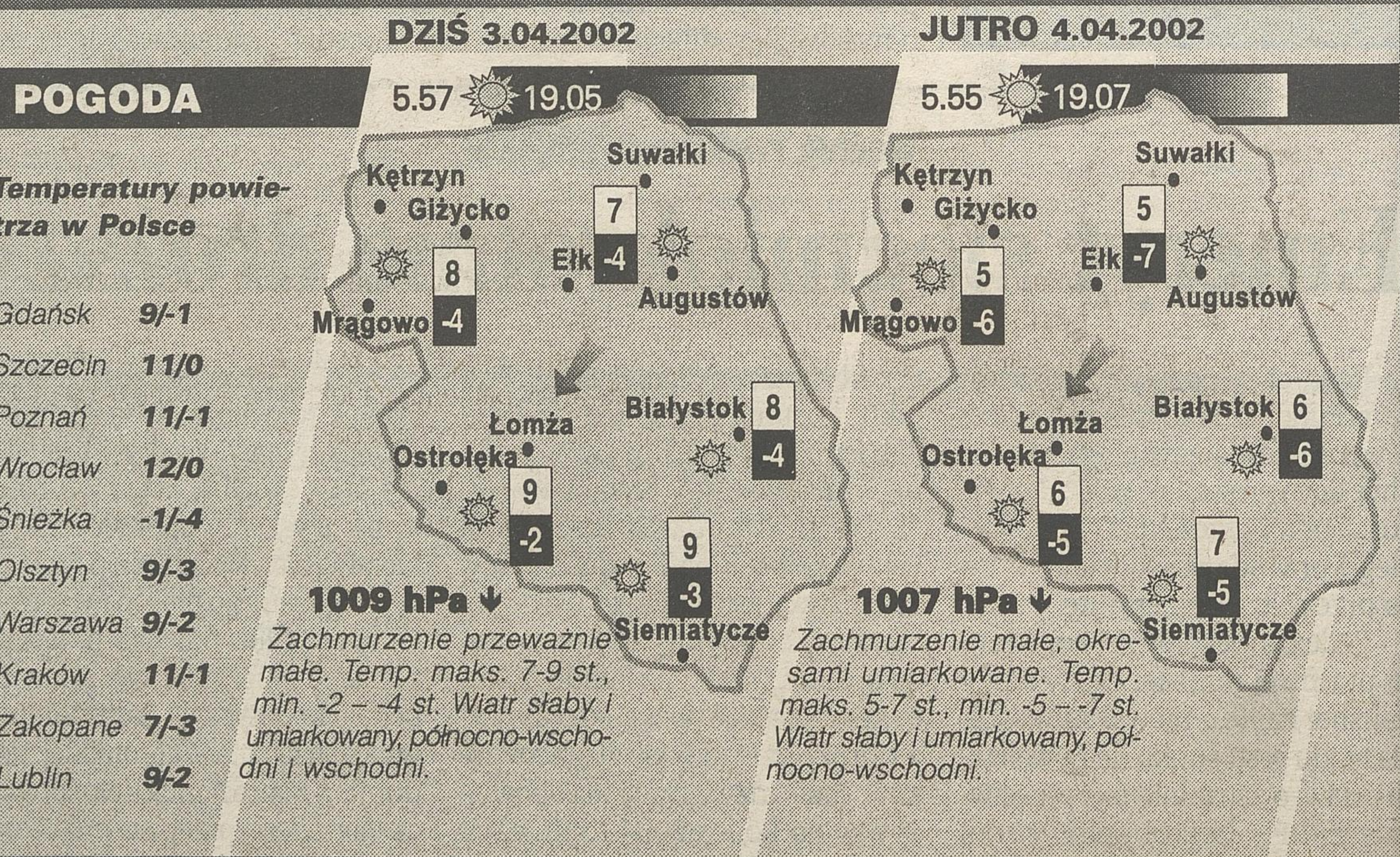
Amerkański śmigłowiec wojskowy rozbił się wczoraj podczas lądowania na lotnisku w stolicy Bahrajnu – Manamie – ale żadna z 18 osób na pokładzie nie odniosła obrażeń. Informację tę przekazała rzeczniczka 5. Floty USA, której dowództwo znajduje się w Bahrajnie, wkrótce po tym, kiedy o katastrofie śmigłowca poinformowała bez żadnych szczegółów arabska telewizja Al-Dżazira. Nie wiadomo, co było przyczyną wypadku.

(PAP)

EKSPRESEM

■ We wtorek, ok. godz. 14.30 dwóch nieznanymi sprawców napadło na agencję PKO przy ul. Bema w Białymstoku. Sterroryzowali pracownicę przedmiotem przypominającym pistolet i zabrali zawartość kasy. Trwa ustalanie wysokości strat.

■ We wtorek podłascy strażacy interweniowali w ok. trzydziestu pożarach traw. Jedno z najpoważniejszych zdarzeń miało miejsce w Wólce Radowieckiej gm. Czarna Białostocka, gdzie zapaliło się ok. 2 ha trawy przy nasypie kolejowym. W akcji brały udział trzy zastępy straży pożarnej, gaszenie trwało 3,5 godziny. (luk)



Od poniedziałku dwa największe szpitale w województwie nie mają źródła finansowania

Kliniczne bez kontraktu

Od 1 kwietnia Podlaska Regionalna Kasa Chorych nie finansuje swoim ubezpieczonym usług medycznych na najwyższym poziomie, świadczonych przez podlaskie szpitale kliniczne.

Placówki te nie przyjęły trzeciej już propozycji kasy odnośnie te-

gorocznej umowy. Tuż przed świętami PRKCh rozstrzygnęła konkurs na usługi medyczne świadczone w szpitalach, które do tej pory nie podpisały umowy: dwóch klinicznych i wojewódzkim. Na propozycję kasy przystał tylko szpital wojewódzki.

Bogdan Lewandowski, dyrektor Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego w Białymstoku:

- Nie mogę przystać na kontrakt, który nie pozwoli na normalne funkcjonowanie szpitala, nie pokryje nawet jego kosztów stałych. W 1999 roku przychody szpitala stanowiły 98 proc. kosztów, w 2000 - 113 proc. zaś w 2001 - 121,5 proc. W roku 2000 szpital poniósł stratę, w 2001 wszedł w zadłużenie. Ja nie walczę z kasą chorych, ale o możliwość leczenia ludzi. Żeby móc funkcjonować i wypłacić pracownikom ustawowe podwyżki, kontrakt tegoroczny musi być przynajmniej na poziomie roku 1999. Od poniedziałku nie mamy żadnej umowy z kasą, a więc żadnych przychodów.



- W poszczególnych konkursach (a były już trzy - przyp. red.) nasze propozycje finansowania usług były coraz wyższe - zapewnił podczas wczorajszej konferencji prasowej Tomasz Koronkiewicz, dyrektor ds. medycznych kasy. - W przypadku Dziecięcego Szpitala Klinicznego ostatnia oferta była o 1,6 mln zł większa od wartości kontraktu roku 2001, Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego o ok. 6 mln zł, a Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego o ok. 5 mln zł.

Dodatkowo na rok 2002 PRKCh zaproponowała wszystkim szpitalom inny katalog procedur zabiegowych, jednolity w całym kraju. Zlikwidowano też tzw. wewnętrz-

ne limity w zakresie świadczeń, co powoduje, że placówki mogą dowolnie dysponować środkami z kontraktu i przesuwać je, w razie potrzeby, z oddziału na oddział.

- Brak umowy z placówkami powoduje, że w kasie są pieniądze, których nie można przekazać na świadczenia - dodaje Marek Karp, dyrektor ds. finansowych PRKCh.

Od 1 kwietnia DSK i SPSK nie są finansowane przez PRKCh.

(luk)

Mimo wielu prób nie udało nam się wczoraj skontaktować z panią dyrektorką DSK. Nie możemy więc przekazać, dlaczego nie przyjęła propozycji PRKCh ani tego, jak szpital będzie dalej funkcjonował.

Uwolnić „Bachusa”

Dzisiaj Sąd Okręgowy w Białymstoku rozpatrzy zażalenie obrońców na decyzję o tymczasowym aresztowaniu na trzy miesiące Tadeusza B., suwalskiego biznesmena, właściciela hurtowni „Bachus” i sieci sklepów z napojami alkoholowymi, który w odosobnieniu przebywa od dwóch tygodni. Prokuratura zarzuca mu m.in. paserstwo, podrabianie i posługiwanie się fałszywymi dokumentami, wyłudzenie zwrotu podatku i ulgi budowlanej.

Tadeusza B., 19 marca br., zatrzymali funkcjonariusze Centralnego Biura Śledczego. Postępowanie w jego sprawie prowadzi wydział ds. przestępczości zorganizowanej białostockiej Prokuratury Okręgowej. U podejrzanego zakwestionowano ponad 100 faktur na kwotę ok. 700 tys. zł, które są teraz szczegółowo sprawdzane. Ponadto Tadeusz B. w ramach prowadzonej działalności gospodarczej miał dopuścić się paserstwa i wprowadzić do obrotu pochodzące z przestępstwa artykuły żywnościowe wartości 20 tys. zł.

Oprócz Tadeusza B. w areszcie przebywają cztery inne osoby.

(yes)

Na Uniwersytecie w Białymstoku odbędą się wybory nowego rektora

Kto porządzi uczelnią?

Prof. Marek Gębczyński, prof. Józef Rogowski, prof. Jerzy Nikitorowicz oraz prof. Bogusław Nowowiejski to czterej najczęściej wymieniani - w akademickich spekulacjach - kandydaci na stanowisko rektora Uniwersytetu w Białymstoku. Czy któryś z nich zajmie gabinet rektora tej uczelni, okaże się już wkrótce.

Minister edukacji zaakceptował już nową ordynację wyborczą Uniwersytetu w Białymstoku wprowadzającą tzw. wybory indykacyjne, które muszą się odbyć do następnego piątku, 12 kwietnia. Już w tym tygodniu zostanie więc wybranych stu elektorów, a w następnym tygodniu - prawdopodobnie w środę - każdy z nich będzie miał szansę zgłosić jednego lub dwóch kandydatów na nowego rektora uczelni. Do następnej tury wyborów przejdzie ten kandydat, który uzyska co najmniej 10 proc. elektorskich głosów i w ciągu trzech dni wyrazi pisemną zgodę na kandydowanie. Druga tura wyborów, podczas której zostanie wyłoniony rektor uczelni, musi zakończyć się do 15 maja br.

Oficjalne kandydatury na stanowisko rektora Uniwersytetu w



Białymstoku poznamy dopiero w przyszłym tygodniu, jednak w białostockim środowisku akademickim już od dłuższego czasu mówi się o czterech najpoważniejszych kandydatach do zajęcia rektorskiego gabinetu. Jednym z nich jest prof. Józef Rogowski, dziekan Wydziału Ekonomicznego UwB, drugim - prof. Jerzy Nikitorowicz, dziekan Wydziału Pedagogiki i Psychologii UwB. W akademickich

spekulacjach wymieniany jest też prof. Bogusław Nowowiejski, prorektora UwB ds. współpracy z zagranicą oraz, oczywiście, prof. Marka Gębczyńskiego, obecnego rektora uczelni, który funkcję tę będzie pełnił jeszcze do 31 sierpnia br. Nowy rektor zaś wybrany zostanie na pełną, 3-letnią kadencję, która rozpocznie się 1 września 2002 r., a zakończy 31 sierpnia 2005 r.

(dona)

Nowa lista leków refundowanych

Limitowanie pacjenta

Nie maleją emocje związane z nową listą leków refundowanych. Mimo że tak naprawdę jej skutki poznamy po 10 kwietnia, kiedy wejdzie w życie, już teraz pojawiają się głosy, że wielu chorych na nowych przepisach straci.

Zdaniem firm farmaceutycznych, na nowej liście leków stracą niektórzy chorzy. Np. li-pankrea (stosowana w chorobach wątroby), kie-

dys bezpłatna, po 10 kwietnia kosztować ma 20 zł, floxitide (przeciw astmie) zamiast 39 zł będzie kosztował 130 zł, aricept (choroba Alzheimera), podróżeje ze 166 zł do 246 zł.

O odpłatności pacjenta za leki w aptece nie decyduje jednak tylko cena produktu oraz ustalana przez ministra skala refundacji, lecz także tzw. limit. Zmniejszenie limitów sprawiło, że za wiele leków na nowej liście - pomimo obniżenia ich ceny - chory zapłaci więcej. Np. za lek oxis, podawany chorym na astmę, pacjent teraz płaci ryczałtowo 2,5 zł. Cena urzędowa leku wynosi ok. 126 zł, od 10 kwietnia zmaleje do 101,93 zł. Niestety, limit ustalono na 76,46 zł, a więc pacjent zapłaci 21,95 zł. Na większe wydatki muszą nastawić się osoby zmuszane do obniżania poziomu cholesterolu. Np. za colestid, mimo obniżenia ceny (ale i limitu), chory zapła-

ci o 11 zł więcej niż dotychczas. Bardzo poważnie zwiększył się koszt leczenia u osób chorych na schizofrenię. Obniżenie limitu za lek o nazwie zyprexa 5 (5 mg) sprawi, że pacjent zapłaci za niego ok. 94 zł, czyli aż o 59 zł więcej niż dziś. Aż 183 zł będzie natomiast kosztować zyprexa 10 (10 mg), za który chory płaci obecnie 52,5 zł.

- To, jak naprawdę działają listy, okaże się w praktyce - ocenia Włodzisław Bołtruczuk, prezes Kolegium Lekarzy Rodzinnych Północno-Wschodniej Polski. - Musimy zaobserwować reakcje pacjenta i aptek. Co już istotnego można powiedzieć o listach, to że znikły z niej specyfiki, które nie miały potwierdzonej wartości naukowej. Zabrakło leków nowych, nowoczesnych, ale mam nadzieję, że pan minister nadrobi te braki.

(luk)

KRÓTKO

Potrzeba koordynacji

KRAJ. Sobór Biskupów Polskiego Autokefalicznego Kościoła Prawosławnego powołał metropolitalny ośrodek miłosierdzia „Eleos”. Będzie on koordynował działania ośrodków diecezjalnych, zajmujących się m.in. akcjami charytatywnymi. Do tej pory koordynacją tych akcji, m.in. „Wigilijnego dzieła pomocy dzieciom”, zajmował się Prawosławny Ośrodek Miłosierdzia Eleos Diecezji Białostocko-Gdańskiej, który działa już od 6 lat, a został utworzony z inicjatywy ówczesnego ordynariusza diecezji, a obecnego zwierzchnika Cerkwi prawosławnej w Polsce metropolity Sawy. - Obecnie ośrodki miłosierdzia działają w czterech diecezjach. Jednak w najbliższym czasie mają zostać powołane w dwóch kolejnych - powiedział Marek Masalski, dyrektor białostockiego „Eleosu”. - Działalność tylu ośrodków wymaga już koordynacji na szczeblu ogólnopolskim. Białostocki „Eleos” zajmuje się również pomocą dzieciom na Białorusi, prowadzi stołówkę dla ubogich i bezdomnych białostoczan. (KP)

Zastępca z Kolna

PODLASIE. Marek Wincenciak jest od 1 kwietnia zastępcą podlaskiego lekarza weterynarii. Mianował go na to stanowisko wojewoda Marek Strzaliński. M. Wincenciak ma 40 lat, jest absolwentem wydziału medycyny weterynaryjnej Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Pracę zawodową zaczynał w stołecznym zakładzie weterynarii. Później kierował zakładem higieny weterynaryjnej w wojewódzkim zakładzie weterynarii w Łomży. Ostatnio był powiatowym inspektorem weterynarii w Kolnie. Odnznaczony honorową odznaką za zasługi dla byłego województwa łomżyńskiego przez byłego wojewodę łomżyńskiego Sławomira Zgrzywe. Bezpartyjny, nie należał do PZPR. (rw)

Zwolnienia i obniżki

PODLASIE. O dwudziestu pracowników mniej będzie miała od maja Podlaska Regionalna Kasa Chorych. Dwunastu otrzymało wypowiedzenia z końcem marca, ośmiu osobom właśnie kończy się umowa o pracę. Konieczność redukcji kosztów administracyjnych zmusiła Zarząd PRKCh do poważnych kroków oszczędnościowych. Na początku marca kasa wręczyła wypowiedzenia dwunastu pracownikom. Z pracy w kasie odejdzie jednak ok. 20 osób, pozostali to osoby którym kończy się lub już skończyła umowa o pracę. Taka sytuacja dotyczy m.in. rzecznika prasowego PRKCh. - Rzecznikowi skończyła się umowa o pracę - mówi Adam Kurluta, dyrektor PRKCh. - W związku z tendencją do obniżania kosztów kasy, umowa nie została przedłużona. Ale dostęp do dyrektorów nie zostanie w żaden sposób ograniczony, wszyscy dysponujemy komórkami, których numery są znane. Poza redukcją załogi, Zarząd PRKCh wręczył też pracownikom wypowiedzenia zmieniające wysokość wynagrodzenia. Są to obniżki płac. (luk)

Bandyci na ulicy

SUWAŁKI. Nowy sposób „zarabiania” wymyślił suwalski przestępca. W poniedziałek ok. godz. 18.30 sześciu młodych ludzi otoczyło opła oczekującego zmiany świateł na skrzyżowaniu ulic Waryńskiego i Noniewicza. Od kierowcy auta zażądali haraczu. Grozili, że w przeciwnym wypadku uszkodzą samochód. - Zostanie grat, że nawet na złomie go nie wezmą. A ty trafisz do szpitala! - krzyczyli. Robert M. musiał sięgnąć do portfela. Zapłacił bandytom w sumie 11 zł 20 gr. Powiadomieni o zdarzeniu policjanci zatrzymali godzinę później 21-letnich Daniela A. i Mariusza P. oraz starszego od nich o rok Pawła G. Trwają poszukiwania trzech pozostałych sprawców. O najbliższej przyszłości podejrzanym dzisiaj rozstrzygną prokuratura i sąd. - Był to typowy rozrób - mówi podkom. Krzysztof Zieliński z Komendy Miejskiej Policji. - Sprawcom grozi od trzech do dwunastu lat pozbawienia wolności. Jednocześnie przysądza, że w Suwałkach przestępcy po raz pierwszy do zdobycia pieniędzy wykorzystali sygnalizację świetlną na skrzyżowaniu ulic. (yes)

Limit to umowna cena leku. Przykładowo, jeśli lek kosztuje 100 zł, limit na niego wynosi 60 zł. Część tego limitu - w zależności od tego, w jakim stopniu specyfik jest refundowany, pokrywa kasa. Pacjent płaci natomiast 40 zł (czyli różnicę między ceną a limitem) plus 30 proc. limitu - jeśli lek refundowany jest w 30 proc. lub 50 procent limitu (jeśli lek refundowany jest w 50 proc.). Im zatem limit mniejszy, tym pacjent płaci więcej.



Władze miejskie namawiają lekarzy z MZOZ do samodzielności

Pracownicy MZOZ-u w Białymstoku muszą podjąć trudne decyzje

Łagodna perswazja

Jeśli przychodnie Miejskiego ZOZ-u w Białymstoku nie sprywatyzują się w najbliższym czasie, a Trybunał Konstytucyjny wyda wyrok potwierdzający konieczność wypłat ustawowych podwyżek pracownikom publicznych placówek zdrowotnych, zakład prawdopodobnie straci płynność finansową.

Od końca ubiegłego roku we wszystkich placówkach MZOZ-u trwają spotkania pracowników z przedstawicielami władz miasta, samorządu lekarskiego i pielęgniarskiego, Kolegium Lekarzy Rodzinnych i dyrekcji placówki. Celem jest zachęcenie zatrudnionych w publicznych przychodniach do usamodzielnienia się.

- To łagodna perswazja - określa spotkania z pracownikami MZOZ-u Krzysztof Teodoruk, wiceprezydent Białegostoku. - Staramy się zapobiec sytuacji, gdy trzeba będzie podejmować o wiele trudniejsze decyzje. Niestety, jeśli w tym roku zakład będzie musiał wypłacić ustawowe podwyżki, najprawdopodobniej straci płynność finansową.

Ubiegły rok MZOZ zakończył kilkusetmilionową stratą. Na placówce ciąży jednak nadal konieczność wypłacenia za ub.r. pracownikom podwyżek o 203 zł. To wydatek ok. 2,5 mln zł plus odsetki. Zgodnie z ustawą, w tym roku pracownikom trzeba by podnieść pensje o kolejne 271 zł. W sumie zakład zadłużyłby się na ponad 5 mln zł.

- To realne zagrożenie, które przedstawiamy pracownikom MZOZ-u - mówi K. Teodoruk. - Niestety, przekonywanie do samodzielności idzie bardzo opornie, mimo że ze strony gminy oferujemy pracownikom bardzo korzystne wa-

runki. Mogliby dzierżawić od nas dotychczasowe pomieszczenia na preferencyjnych zasadach, przejąc dotychczasowe listy pacjentów. Pozytywną reakcję na naszą propozycję wykazały 2-3 placówki.

Pracownicy Miejskiego ZOZ-u boją się przede wszystkim wysokości kontraktów z Podlaską Kasą Chorych. Jej budżet na podstawową opiekę zdrowotną jest jednym z najniższych w kraju.

- Ale mimo wszystko mniejszemu zakładowi powinno być łatwiej, niż tak dużemu, jak Miejski ZOZ - uważa Teodoruk.

(luk)

Krzysztof Teodoruk, wiceprezydent Białegostoku:

- W większości miast w Polsce podstawowa opieka zdrowotna jest sprywatyzowana i bardzo dobrze funkcjonuje. Tylko na Podlasiu działają jeszcze tak duże publiczne zakłady podstawowej opieki zdrowotnej. Prywatyzacja POZ-u jest nieunikniona w całym kraju, choć jest to proces rozłożony na wiele lat. I gdyby wyrok Trybunału Konstytucyjnego był korzystny dla pracodawców, w obecnej formie zakład mógłby jeszcze długo funkcjonować. Ale już teraz pracownicy MZOZ-u narzekają na niskie pensje, a nie chcą podjąć ryzyka. Tymczasem jeśli zakład straci płynność finansową, to organ założycielski, aby móc wywiązać się ze zobowiązań wobec pracowników, będzie musiał zakład zlikwidować.



Wandale niszczą uliczne hydranty

Ogień nie chce czekać

Dziesięć ulicznych hydrantów pożarowych zniszczono w wielkanocny poniedziałek w Białymstoku. Dwa takie urządzenia przy ul. Zwycięstwa były tego dnia naprawiane aż trzykrotnie. Niemal natychmiast po odjeździe ekipy pogotowia wodociągowego, aby móc zaopatrzyć się w wodę do dyngusa, odkręcano bądź wylamywano zawory.

W całym mieście jest zainstalowanych ok. 3 tys. ulicznych hydrantów. W razie pożaru, aby ograniczyć dowiezienie wody cysternami, strażacy mogą natychmiast podłączyć się do miejskich wodociągów. W wyniku dewastacji, potrącenia przez samochody, zapychania, kradzieży zaworów i pokręteł, przeciętnie dziennie jest nieczynnych ok. 240 hydrantów. Wymiana uszkodzonego urządzenia kosztuje ok. 1,2 tys. zł. Łącznie w ub.r. i pierwszym kwartale br. Wodociągi Białostockie musiały zainstalować ok. 200 nowych hydrantów. Codziennie jest wykonywanych kilkanaście napraw.

- W razie pożaru, dowódca oddziału strażackiego dysponuje pełną informacją o danym osiedlu, łącznie z wykazem hydrantów i ich dokładną lokalizacją. Niejednokrotnie, po przybyciu na miejsce, okazuje się, że hydranty są uszkodzone bądź zdewastowane, wylamane lub odkręcane zawory, a przewody zapchane: szkłem, butelkami plastikowymi, puszkami metalowymi, kawałkami drewna i tektury, szmatami. Trzeba przeciągnąć linie zaopatrzenia do hydrantów od-

Brygadier Jan Popławski, komendant miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Białymstoku:

- Stwierdzony uszkodzony hydrant w pobliżu miejsca pożaru to konieczność dodatkowego skierowania na miejsce akcji od jednego do trzech samochodów gaśniczych. Bezmyślna dewastacja i uszkodzenia hydrantów mogą - w razie pożaru - zdecydować o uratowaniu życia lub zdrowia ludzi ogarniętych płomieniami.



ległych o 150-200 m, a nawet dowieźć wodę. Tymczasem ogień nie chce czekać - podkreśla komendant miejskiej PSP Jan Popławski.

Najczęściej w Białymstoku są uszkodzane i dewastowane hydranty przy ul. 27 Lipca. Zapchane są urządzenia wodociągowe przy ul. Bema w rejonie pawilonu handlowego PSS „Bazar”.

(h)



Sprawny hydrant często decyduje o powodzeniu akcji gaśniczej

Interwencja mieszkańców

HBO nie dla każdego

Telewizja HBO odkodowała na tydzień swój program. Jednak białostockie telewizje kablowe niechętnie korzystają z tej oferty.

- W gazetach można znaleźć reklamę, z której wynika, że abonenci telewizji kablowych mogą oglądać przez jakiś czas niekodowany kanał HBO - mówi nasz Czytelnik. - Ja mieszkam na osiedlu Sady Antoniukowskie w Białymstoku. Jestem abonentem telewizji kablowej, w której niestety HBO cały czas jest kodowane.

Operatorzy białostockich telewizji kablowych twierdzą, że cięż-

ko dojść do porozumienia z HBO i współpraca nie najlepiej się układa.

- HBO zrzuca wszystkie koszty promocji i całą odpowiedzialność na operatorów sieci kablowych - mówi Wiesław Półkoński, współwłaściciel TV Dipol. - Nie stać nas na dekodery dla abonentów, więc niekodowane HBO musimy ułożyć w jakimś kanale.

W dniach 1-7 kwietnia niekodowany kanał mogą oglądać abonenci TV Dipol na kanale Super1 oraz TV Vectra.

(KP)

Łodzieje wystraszyli się czujnych sąsiadów

Włamywacze nie lubią świąt

W czasie świąt wielkanocnych zarówno w Białymstoku, jak i na terenie całego powiatu białostockiego policja nie odnotowała ani jednego włamania do mieszkania. Zdaniem funkcjonariuszy, jest to efekt dobrze pełnionej służby patrolowej oraz... czujności sąsiadów.

- W ciągu trzech dni odnotowaliśmy tylko pięć włamań, żadne z nich jednak nie było włamaniem mieszkaniowym - mówi podinsp. Jacek Biernacki, zastępca komendanta miejskiego policji w Białymstoku. - Sprawcy forsowali zabezpieczenia kiosków, nie-

wielkich sklepików, budynków gospodarczych. Straty nie były wysokie.

W sobotę i niedzielę białostocka policja odnotowała dwa włamania, w poniedziałek - jedno. W święta miejsca zagrożone włamaniami patrolowało więcej funkcjonariuszy niż zwykle. Nie to jednak - zdaniem policjantów - miało decydujący wpływ na ograniczenie liczby włamań. Otóż w tym roku wyjątkowo mało białostoczian wyjechało na wczasy lub odwiedzić znajomych. Większość białostoczian spędzała święta w

domu w gronie najbliższej rodziny.

- Dlatego włamywacze woleli nie ryzykować, nawet jeśli jakieś mieszkanie było puste, w lokalach obok znajdowało się wiele osób. Z powodu ładnej pogody więcej osób spacerowało w pobliżu bloków, mieszkańcy wychylali się przez okna, wychodzili na balkony - mówi Biernacki.

Zdaniem policjantów, fakt ten potwierdził teorię, że większość włamania sprawcy dokonują bez wcześniejszego planowania, wykorzystując nadarzającą się okazję.

(jg)

Już w najbliższy piątek

Wiosna Francuska

W piątek, 5 kwietnia, w Białymstoku rozpoczyna się „Wiosna francuska”, czyli dni kultury francuskiej. Ich organizatorami już od kilku lat są studenci Uniwersytetu w Białymstoku. Francuskie spotkania potrwają aż do 12 kwietnia.

W najbliższy piątek o godz. 18 w holu kina „Forum” zostanie otwarta wystawa fotografii Francois Cadoux „Maroco”.

W sobotę o godz. 18, w Teatrze Szkolnym AT (ul. Sienkiewicza 14) studenci zaprezentują spektakl „Chory z urojenia” wg Moliere’a, a w niedzielę o tej samej porze – przedstawienie „Dziwne dramaty” wg Cami, Prevert, Ribes. Natomiast o 14, w sali Katedry Neofilologii UwB (Liniarskiego 3) Anne-Lise Lemordant wygłosi wykład „Tłumaczenia w Komisji Europejskiej”.

W poniedziałek o godz. 14 kolejny wykład, tym razem dla wielbicieli teatru – o scenie francuskiej mówić będzie Anais Vialy z Uniwersytetu w Metz. Dzień później w tej samej sali (godz. 15) Nadia Celi Pop będzie opowiadać o rozumieniu sacrum i profanum w dziełach Mircei Eliade. Piątek przeznaczono dla wielbicieli poezji francuskojęzycznej Nadii Celli Pop – początek spotkania o godz. 14.

Planując ambitny intelektualnie program studenci nie zapomnieli o rozrywce. W środę o godz. 9 w kinie „Forum” odbędzie się konkurs piosenki francuskiej dla gimnazjalistów. Tego samego dnia wieczorem (godz. 19) – koncert francuskiej muzyki klasycznej w Akademii Muzycznej (ul. Kawaleryjska 5).

Czwartek to dalszy ciąg konkursu piosenki – tym razem zaśpiewają licealiści. O godz. 16 zostaną rozdane nagrody, a o godz. 18.30 na holu kina „Forum” odbędzie się pokaz mody pret-à-porter „Jardin Dedain”. O godz. 20 natomiast rozpocznie się recital piosenki francuskiej „Paris, je t’aime” – bilety można kupić w kasie kina „Forum”.

„Wiosna Francuska” zakończy się w następny piątek (12 kwietnia) o godz. 19 sztuką „Poszukiwanie Graala”, która zostanie zaprezentowana w Domu Kultury Śródmieście. (ka)



Policjanci będą stale patrolować m.in. park Planty

Nowatorska metoda białostockich policjantów

Bezpieczne punkty

Planty, rejon między ulicami Jurowiecką, Nowogródzką, Sienkiewicza i Poleską oraz ulicami Stonimską i Dobrą czy też Warszawską, Plastowską, Towarową, Daleką i Skorupska to tak zwane „Bezpieczne punkty”. Wyznaczono je, żeby poprawić bezpieczeństwo na tym terenie. W każdym z nich przez całą dobę znajdują się patrole.

– Odkąd każdy z białostockich komisariatów określił na swoim terenie jeden lub dwa takie punkty, w znaczący sposób poprawił się w nich stan bezpieczeństwa – mówi podinsp. **Andrzej Bednarowicz**, naczelnik sekcji prewencji Komendy Miejskiej Policji w Białymstoku.

Podinsp. Andrzej Bednarowicz, naczelnik sekcji prewencji Komendy Miejskiej Policji w Białymstoku:

– Odkąd każdy z białostockich komisariatów określił na swoim terenie jeden lub dwa takie punkty, w znaczący sposób poprawił się w nich stan bezpieczeństwa. Typowano zaś te miejsca, w których najczęściej dochodziło do przestępstw ulicznych – napadów, rozbojów, wszelkich wybryków chuligańskich. Funkcjonariusze mają ostro reagować na przypadki zakłócania porządku publicznego, ścigane są osoby spożywające alkohol w miejscach publicznych, czyli na osiedlowych ławkach, przed sklepami, na skwerkach.



dy Miejskiej Policji w Białymstoku. – Typowano zaś te miejsca, w których najczęściej dochodziło do przestępstw ulicznych – napadów, rozbojów, wszelkich wybryków chuligańskich.

W wytypowane miejsca kierowanych jest najwięcej patroli. Są tam one obecne przez całą dobę. Nie oznacza to, że w innych sektorach danej dzielnicy nie pojawiają się mundurowi.

– Na ul. Lipowej i Rynku Kościuszki często można spotkać piesze i zmotoryzowane patrole, jednak w pierwszej kolejności są one kierowane na Planty, gdzie w ubiegłym sezonie wiosenno-letnim notowa-

liśmy wiele wybryków chuligańskich, grupowała się młodzież, która piła tam alkohol, zaczepiała przechodniów. Teraz jest tam wyjątkowo spokojnie – mówi naczelnik Bednarowicz.

Inne „bezpieczne punkty” to teren pomiędzy ulicami: Świętojańską, Mickiewiczą, Zwierzyniecką i 11 Listopada oraz ulicami: Wierzbową, Świętokrzyską, Ukośną, Wiatrakową czy ulicami Sikorskiego, Stromą i Popiełuszki. W miejscach tych funkcjonariusze zwracają szczególną uwagę na wszystkie – nawet te najmniej poważne przypadki łamania prawa czy przepisów porządkowych. Legitymowane są osoby zbierające się w pobliżu sklepów, zwłaszcza, jeśli są w stanie wskazującym na spożycie alkoholu.

– Funkcjonariusze mają ostro reagować na przypadki zakłócania porządku publicznego, ścigane są osoby spożywające alkohol w miejscach publicznych, czyli na osiedlowych ławkach, przed sklepami, na skwerkach – dodaje Bednarowicz. (jg)

KRÓTKO

Spodobała się recepcjonistka

Do Sądu Okręgowego w Białymstoku wpłynął akt oskarżenia przeciwko Jackowi J. i Tomaszowi M., których prokuratura oskarżyła o rozbój. Jeden z mężczyzn groził, że zgwałci recepcjonistkę jednego z białostockich hoteli.

Do zdarzenia doszło w nocy 20 stycznia br. Jacek J. pił z kolegami alkohol w swoim mieszkaniu. W pewnym momencie wyszedł odprowadzić jednego z gości. Chciał zadzwonić po taksówkę z pobliskiego hotelu. Bardzo spodobała się mu recepcjonistka. Wypraszany przez obsługę, powiedział, że nie wyjdzie, dopóki kobieta go nie odprowadzi. Spełniła jego prośbę. Około godz. 3 wraz z kolegą Tomaszem M. przyszedł ponownie do hotelu. Domagał się od recepcjonistki pocałunku, a gdy odmówiła, groził jej metalową rurką. Na pomoc koleżance ruszył jeden z pracowników hotelu. Jacek J. uderzył go rurką, a Tomasz M. obezwładnił. Oskarżony wyrwał recepcjonistce z ręki telefon komórkowy, a z kałetki zabrał 620 zł, grożąc gwałtem wymusił w końcu pocałunek. Wówczas oddał telefon i wraz z Tomaszem opuścili hotel. Wkrótce jednak obaj zostali zatrzymani przez policję. Tłumaczyli, że z zabranych pieniędzy 200 zł wydali na alkohol, a resztę zgubili. (až)



Pożar w Starosielcach

Cały drewniany budynek, położony przy ul. Klonowej na osiedlu Starosielce w Białymstoku, spłonął w wyniku pożaru, który miał miejsce w poniedziałek około godz. 20. – Budynek był opuszczony, więc jeżeli chodzi o przyczynę pożaru, wykluczamy zwarcie elektryczne – powiedział kpt. **Jerzy Dudzicz**, naczelnik Wydziału Operacyjnego Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej w Białymstoku – Trudno jest ustalić przyczynę pożaru, ponieważ cały budynek spłonął. Nie wykluczamy jednak podpalenia czy zaproszenia ognia.

W wyniku pożaru spaliła się również plastikowa elewacja i dwa okna w budynku stojącym obok. Łącznie straty szacowane są na około 20 tys. zł. (kp)

Hip hop w Kręgu

Już 5 kwietnia, o godz. 19, w Klubie Rozrywki KRAG w Białymstoku, rozpocznie się czwarta impreza z cyklu „Hip Hop Don't Stop”. Na scenie zaprezentuje się WWO, Warszawski Deszcz, Domun, Głos Ulic, Unikat, Viza, Terio. Party do rana poprowadzi DJ Roball. Break dance wykonają chłopa-ki z WHSB.

Na imprezie pojawi się VIVA TV, która sfilmuje jej przebieg. Relacja pojawi się w hip-hopowym programie. Magazyn Klan zamieści fotoreportaż z imprezy. Patronuje jej „Gazeta Współczesna”.

Dla naszych Czytelników mamy nagrody w postaci dwóch kaset ufundowanych przez Warner Music Poland. Wystarczy odpowiedzieć na pytanie: Dlaczego zespół WWO, czyli W Witrynach Odbicia zmienił nazwę na W Wyjątkowych Okolicznościach. Na odpowiedź czekamy dziś o godz. 10, pod nr. tel. 748-74-65. (kp)



W tym tygodniu poznamy najlepszych studentów

Zgłoszono pół setki prymusów

Już w piątek poznamy nazwisko największego prymusa spośród wszystkich studentów białostockich uczelni. O tytuł „Primus Inter Pares” będzie walczyło ponad 60 kandydatów. Do końca tygodnia zaś można składać studenckie kandydatury na konkurs „Najlepsi z najlepszych”.

Konkurs „Primus Inter Pares” organizowany jest przez Zrzeszenie Studentów Polskich. O tytuł najlepszego studenta mogą starać się zacy, którzy mają średnią ocen powyżej 4,71, biegle władają językami obcymi, mają jakieś naukowe publikacje, a przede wszystkim udokumentowaną działalność naukową i społeczną, np. aktywną działalność w środowisku studenckim.

Do białostockiego biura Zrzeszenia Studentów Polskich wpłynęło już ponad 60 deklaracji od najlepszych studentów z siedmiu białostockich uczelni. Uczelniane komisje konkursowe wyłoniły już najaktywniejszych żaków – maksymalnie mogły wyróżnić sześć takich osób. Tylu też wyłoniono na największych białostockich uczelniach – na Uniwersytecie w Białymstoku, Politechnice Białostockiej i Akademii Medycznej w Białymstoku. O tytuł prymusa będzie też walczyło po dwóch – trzech studentów z białostockich uczelni niepaństwowych: Wyższej Szkoły Administracji Publicznej, Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania, Wyższej Szkoły Ekonomicznej.

– Na zgłoszenia najlepszych studentów czekamy jeszcze do czwartku do godz. 16 – mówi **Michał Chmay** ze Zrzeszenia Studentów Polskich.

Nazwisko najlepszego studenta białostockich uczelni poznamy już w najbliższy piątek, 5 kwietnia, podczas regionalnego finału, który odbędzie się o godz. 19 w w auli białostockiej Akademii Medycznej. Laureaci trzech pierwszych miejsc otrzymają w nagrodę sprzęt elektroniczny oraz pojadą do Warszawy na ogólnopolski etap konkursu, w którym główną nagrodą jest samochód.

Samochód można będzie też wygrać w drugim konkursie na najlepszego studenta – „Najlepsi z najlepszych” organizowanym przez

„Stowarzyszenie Primus Inter Pares”. Stowarzyszenie jednak na kandydatury studentów czeka jeszcze do piątku, 5 kwietnia. W konkursie „Najlepsi z najlepszych” premiowane są: znajomość języków obcych, średnia ocen, praca w ruchu studenckim, na rzecz środowiska akademickiego.

– Celem naszego konkursu jest promowanie zdolnej, ale przede wszystkim aktywnej młodzieży – wyjaśnia **Norbert Poliński** ze Stowarzyszenia „PIP”. – Który z białostockich studentów będzie tym najlepszym i najaktywniejszym, okaże się po 10 kwietnia. Laureat pojedzie na finał północno-wschodniej Polski do Olsztyna, a potem na finał ogólnopolski do Warszawy. (dona)

KRYMINAŁKI

W nocy z 1 na 2 kwietnia w jednym z klubów przy ul. św. Rocha nieznani sprawcy skradli ze stołkika torbkę należącą do jednej z klientek. W torbce było 300 zł, telefon komórkowy, dokumenty o łącznej wartości 900 zł.

1 kwietnia o godz. 22.30 na ul. Poleskiej policjanci w pościgu zatrzymali dwóch białostoczian w wieku 17 i 18 lat, którzy wybili szybę w samochodzie marki Ford Transit i skradli radioodtwarzacz oraz dwie kasety magnetofonowe o łącznej wartości 200 zł.

1 kwietnia na ul. Poleskiej nieznani sprawcy włamali się do skody felicii. Skradli latarkę o wartości 15 zł.

1 kwietnia na ul. Poleskiej nieznani sprawcy włamali się do opła kaset i skradli radiomagnetofon o wartości 120 zł.

2 kwietnia o godz. 5 na ul. Mickiewicza podczas pościgu policjanci zatrzymali 18-letniego białostoczianina, który włamał się do kiosku i skradł batonik Snickers oraz 5 lizaków Chupa Chups o wartości 4 zł. Wyrządzone przez niego szkody w zabezpieczeniu kiosku właściciel oszacował na 500 zł.

2 kwietnia o godz. 10 w sklepie przy ul. Sowińskiej ekspedientka ujawniła fałszywy banknot o nominale 100 zł.

W nocy z 1 na 2 kwietnia na ul. Jarzębinowej nieznani sprawcy pogniatili karoserię w samochodzie marki Daewoo Espero. Straty oszacowano na 1500 zł.

1 kwietnia na ul. Sobieskiego nieznani sprawcy napadli na białostoczianina i zabrali mu telefon komórkowy o wartości 350 zł.

(jg)

ZADZWOŃ
DO DZIAŁU
MIEJSKIEGO

748-74-58

748-74-61

748-74-62

748-74-65

748-74-66

TELEFONY
DYŻURNE

Pogotowie Ratunkowe – 970, 999, 65-24-192; Policja – 997; Straż Pożarna – 998; Pogotowie Gazowe – 992; Pogotowie Ciepłownicze – 993; Pogotowie Energetyczne – 991; Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne – 994; Pogotowie Drogowe – 981; Pogotowie Weterynaryjne – 983; Pogotowie Opiekuńcze – 741-68-46; Pogotowie Radiowo-Telewizyjne – 959, 958; Pomoc drogowa – 96-37; Informacja Międzygminowa – 912; Biuro Numerów – 913; Biuro Napraw Telefonów – 914; Informacja o usługach – 951; Telefoniczna Agencja Informacyjna – 664-21-63, 94-77; Podlaskie Stowarzyszenie Agroturystyczne – tel./fax 711-20-49; Podlaska Informacja Gospodarcza, Żółta linia tel. 94-34.

TELEFONY
ZAUFANIA

Białystok – 988, czynny codziennie w godz. 18-4 (poniedziałki – zwłaszcza problemy alkoholowe). Telefon zaufania dla kobiet w ciąży i rodzin – 73-22-222; Ochotniczy Białostocki Klub „Amazonki” Stowarzyszenia do Walki z Rakiem, 73-22-222, poniedziałki, środy, w godz. 15-18. Telefon zaufania dla dzieci – 74-25-640, czynny wtorki, piątki w godz. 14-17; Punkt Informacyjny, dotyczący przemocy domowej czynny czwartki i piątki w godz. 17-19 w Klubie



Piotr Kowalewski (w środku) przygotowuje premierę Czechowa

Nowy spektakl po trzech tygodniach od premiery „Makbeta”

Kameralny Czechow

Dwie jednoaktówki Czechowa – „Niedźwiedź” i „Oświadczyń”, połączone w jeden spektakl, będzie można od soboty oglądać na scenie kameralnej białostockiego Teatru Dramatycznego. Premierę prasową zapowiedziano na 12 kwietnia.

Spektakl reżyseruje Piotr Kowalewski, pełniący obowiązki dyrektora teatru.

Czechow to bardzo dobra literatura, wysoko dziś ceniona w teatrze. Teatr cierpi na brak dobrych tekstów, a dramaty Czechowa wypełniają tę lukę – powiedział Piotr Kowalewski.

W każdej z jednoaktówek występuje trzech aktorów: Anna Romanowska, Krzysztof Ławniczak i Tadeusz Grochowski. Romanowska wystąpi w Dramatycznym gościnnie. Wcześniej grała w teatrze w Elku, założonym przez Piotra Kowalewskiego.

– Ja wprowadziłem ją w świat, porozumiewamy się tym samym alfabetem – jeśli chodzi o aktorstwo. Dlatego właśnie ją obsadziłem w sztukach Czechowa – wyjaśniał reżyser.

Tadeusz Grochowski od dwóch sezonów nie zagrał żadnej dużej roli.

– Uwielbiam Czechowa, Z radością przyjmuję każdą pracę w jego sztukach – powiedział Grochowski.

Predstawienie będzie trwać 80 minut (z przerwą). Obu jednoaktówek nic ze sobą nie łączy. To dwa

oddzielne światy i różni bohaterowie. Aktorzy podczas przerwy będą się przebierać i przemalowować.

– Chcę, by widzom nie kojarzyli się z bohaterami poprzedniej jednoaktówki ani z osobami, którymi aktorzy są poza teatrem – podkreślał Kowalewski.

Scenografia Agnieszki Kłaczynskiej ma być tradycyjna, bez metafor i mało zrozumiałych symboli. Jednoaktówki Czechowa w białostockim wydaniu powinny pozostać dobrymi komediami ludzkich charakterów.

(ka)

Tadeusz Grochowski, aktor Teatru Dramatycznego w Białymstoku:

– Premierę jednoaktówek Czechowa przygotowaliśmy trochę na wariackich papierach. W czasie prób do „Makbeta” wyskakiwaliśmy na godzinkę, by spróbować Czechowa. Zwykajnie brakowało nam czasu. Tymczasem ten tekst jest trudny dla aktora – stawia mu wysoką poprzeczkę, ale też otwiera ogromne możliwości. Mimo dużego tempa przygotowań spektakl można już zaprezentować widzom.



CO, GDZIE, KIEDY

SZPITALA

DYŻURY CODZIENNE

Abstynenta „Krokus”, ul. Warszawska 2, tel. 743-58-43, Telefon zaufania Ośrodka Interwencji Kryzysowej – głównie dla ofiar przemocy domowej – 744-50-28 – czynny całą dobę, Telefon zaufania „Anonimowi Alkoholicy” 65-14-530, czynny wtorki, czwartki, niedziele w godz. 17-21.

SŁUŻBA
ZDROWIA

Informacja Pogotowia – 74-22-222; Ambulatorium Pogotowia, ul. Poleska 89; Pediatryczne – czynne w dni robocze w godz. 19-7, w wolne soboty w godz. 15-7, w niedziele i święta w godz. 7-7. – Internistyczne – czynne codziennie przez całą dobę. Gabinety zabiegowe: – Internistyczny dla dorosłych – czynny codziennie przez całą dobę. – Gabinet dla dzieci – czynny w dni robocze w godz. 19-7, w wolne soboty w godz. 15-7, w niedziele i święta 7-7. – Ambulatorium Chirurgiczne dla dorosłych, ul. Białowyski 11, tel. 746-00-10. – Ambulatorium Chirurgii Dziecięcej, ul. Wołodzyńskiego 3 a, tel. 742-59-60.

„Hospicjum” Dom Opactwa Bożej, ul. Świętojańska 1c, tel. 7415-607 – czynny przez całą dobę. „Hospicjum Domowe”, ul. Piotrkowska 2, tel. 7421-000, godz. 15-17.00 (w dni robocze). DYŻURY NOCNE APTEK (całodobowe) ul. Suraska 2, tel. 742-04-53, ul. Mickiewicza 27, tel. 73-23-024

Woj. Szpital Zespolony im. J. Śniadeckiego, ul. M. Skłodowskiej-Curie 26, tel. centr. 74-88-100 – dyżuruje rehabilitacja oraz oddziały dziecięce: chirurgia, reanimacja, laryngologia. Woj. Szpital Specjalistyczny im. K. Dłuskiego, ul. Żurawia 14, tel. 7409-500 dyżuruje oddziały dla dorosłych: neuroinfekcji i chorób pasożytniczych (tel. 7409-518), obserwacyjno-zakaźny (tel. 7409-478), chorób wątroby (tel. 7409-488), stacja dializ (tel. 7409-471); dla dzieci – choroby płuc i gruźlica dla dzieci (tel. 7409-471).

Klinika Perinatologii i Położnictwa SP-SKAM, ul. M. Skłodowskiej-Curie 24, tel. 742-11-48 – dyżuruje położnictwo. Specjalistyczny Dermatologiczny ZOZ, ul. św. Rocha 3, tel. 7425-301, 7420-206.

Regionalny Szpital Onkologiczny, ul. Ogrodowa 12, tel. 7320-116. OSTRE DYŻURY CHIRURGIA, REANIMACJA, KARDIOLOGIA, WEWNĘTRZNY, LARYNGOLOGIA, OKULISTYKA, NEUROLOGIA, ZAKAŻNY DZIECIĘCY, DZIECIĘCY WEWNĘTRZNY, NEUROLOGIA, REANIMACJA, LARYNGOLOGIA, CHIRURGIA – Wojewódzki Szpital Zespolony im. J. Śniadeckiego, ul. M. Skłodowskiej-Curie 26, tel. centr. 74-88-100.

POŁOŻNICTWO Z GINEKOLOGIA – Wojewódzki Szpital Zespolony im. J. Śniadeckiego, ul. Warszawska 15, tel. centr. 74-88-700.

CODZIENNE DYŻURY OSTRE: dla dorosłych – Oddział Neuroinfekcji i Chorób Pasożytniczych (tel. 7409-518), Oddział Obserwacyjno-Zakaźny (tel. 7409-478), Oddział Chorób Wątroby (tel. 7409-488), Stacja Dializ (tel. 7409-471), dla dzieci – Oddział Chorób Płuc i Gruźlicy dla Dzieci (tel. 7409-507) – Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. K. Dłuskiego, ul. Żurawia 14, tel. centr. 7409-500.

ODDZIAŁ GRUŹLICY – Specjalistyczny Przeciwgruźliczy ZOZ, ul. Warszawska 18, tel. 7412-952. DZIECIĘCA ONKOLOGIA (tel. 7450-842) – Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny, ul. Waszyngtona 17, Izbę Przyjęć, tel. 745-07-47.

TEATRY

Teatr Dramatyczny im. A. Węgrki w Białymstoku – nieczynny. Białostocki Teatr Lalek – nieczynny.

KINA

„POKÓJ” (tel. 742-38-82) – „Tytus, Romek i A Tomek” (polski, b.o.), godz. 10.30, 14.45, 16.15, „Legalna blondynka” (USA, I. 15), godz. 13.00, 17.45, „Władca Pierścieni – cz. I Drużyna Pierścienia” (USA, I. 12), godz. 12.00, 15.00, 19.30, „Karięra Nikosa Dyzmy” (polski, I. 15), godz. 18.00, 20.00 (www.echocinema.pl/kinapokoj). „TON” (tel. 743-53-82) – „Memento” (USA, I. 15), godz. 18.00, „Black hawk down – Helikopter w ogniu”

(USA, I. 18), godz. 12.45, 15.30, 20.15 (www.ton.kom.pl). „SYRENA” (tel. 744-58-96) – „Chopin – pragnienie miłości” (polski, I. 15), godz. 15.45, „Amelia” (franc. niem., I. 15), godz. 18.00, „Kłątwa skorpionia” (USA, I. 15), godz. 20.00. „FORUM” (tel. 742-23-70) – „Vanilla Sky” (USA, I. 15), godz. 13.45, 16.00, 18.15, 20.30. O muzeach i galeriach informujemy w piątkowym wydaniu gazety – „Magazynie Tydzień”.

RADIO

RADIO AKADERA (87.7 MHz) tel./fax: 74 55 555 Ogłoszenia: 15 i 55 minut po pełnej godzinie (tel. 745 44 44) 6.05-10.00 „PORANEK Z RADIEM AKADERA” – Wojciech Kujałowicz; 6.15, 7.45 Przegląd prasy lokalnej; 6.30, 7.30, 8.30 Informacje lokalne; 6.50 Halo granica, Noc na służbie; 9.05 Horoskop, Power Play; 9.30 Propozycje kulturalne na dziś; 9.45 Porady prawnika; 10.05-16.00 „Z AKADERA na co dzień” – prezentuje Robert Baran; 10.45 Gospodarka; 12.00 Hejnal Białegostoku, Serwis informacyjny; 12.45 Tajniki Techniki – program popularyzacyjny; 13.05 Power Play, Horoskop; 14.20 Radiowa jazda z Auto Światem; 15.20 Auto Rodeo; 16.00 Serwis informacyjny; 16.05-22.00 „Popołudnie i wieczór z Akaderą” – prezentuje Ula Sienkiewicz; 16.00 Informacje lokalne; 17.05 Horoskop, Power Play; 17.20

Drogowskazy – aud. moto.; 18.00 Serwis informacyjny; 19.30 Lista Przebojów Radia Akadera (skrót i głosowanie); 20.05 Power Play; 20.10-21.50 Szała Gra – piosenki wybierane przez słuchaczy; 22.00 Serwis informacyjny; 22.05-6.00 Nocny Odłot – muzyka non stop RADIO JARD (89,23 MHz) 6.00-8.30 „ZEGARYNKA” 6.05, 7.05 Gimnastyka poranna; 6.10, 7.10 Piosenka na dobry humor; 6.20, 7.20 Przegląd prasy 6.00-8.30 „PORANEK Z RADIEM JARD” 8.40 Horoskop, 9.20 Ciekawy świat; 9.40 Kalendarium; 10.10 Przepis na dziś; 10.25 Konkurs 11.00-12.00 „PRZEBOJE, KTÓRE KOCHACIE” 11.05 Jak i gdzie przyjemnie spędzić czas; 11.20 Wyniki gier liczbowych; 11.25 Sześć Radia Jard poleca 12.00-14.00 POZDROWIENIA ULTRAKRÓTKIE TEL. 652-44-33” 14.00-18.00 „POPOŁUDNIE Z RADIEM JARD” 14.10 Dla nas o nas; 15.30 Zrob sobie przerwę; 16.10 Coś z techniki; 16.30 Konkurs, 17.30 Sześć Radia Jard poleca 12.00-14.00 POZDROWIENIA ULTRAKRÓTKIE TEL. 652-44-33” 22.00-6.00 „MUZYKA NAJPIĘKNIJSZYCH WSPOMNIENIA – NOCNEGRANIE W RADIU JARD” 22.30 Sześć Radia Jard poleca Wiadomości Radia Jard – 5 minut przed pełną godziną od 7 do 18; Skróty wiadomości Radia Jard – 30 minut przed pełną godziną od 7 do 12; Pro-

gniza pogody – o pełnej godzinie od 7 do 23; Jak, gdzie, kiedy i za ile – minutę po pełnej godzinie od 7 do 18 Antena: 652-44-33

Redakcja: 6628-107 Biuro reklamy: 662-81-20

RADIO JARD II Wiadomości – każda pełna godzina 6.00-10.00 PORANEK Z RADIEM JARD II (kartka kalendarza, horoskop, płyt tygodnia, losowanie „szczęśliwego numerka”, informacje kulturalne, powerplay); 10.00-11.00 GODZINA PRZEDSZKOLAKÓW; 11.00-12.00 POZDROWIENIA SMS-owe; 12.00-16.00 POPOŁUDNIE Z RADIEM JARD (pogoda, konkurs „5”, kartka z muzycznego kalendarza, serwis muzyczny); 16.00-17.00 SZKOŁY NA ANTENIE RADIA JARD II; 17.00-18.00 POZDROWIENIA; 18.45-19.00 DOBRANOCA DLA NAJMŁODSZYCH; 19.00-22.00 MUZYCZNY WIECZÓR (audycje autorskie); 22.00-6.00 NOC W RADIU JARD II (muzyka non stop); poniedziałek 22.00-2.00 NOC DJ-ów; czwartek 22.00-2.00 NON STOP HOUSE MIX; piątek 22.00-2.00 NON STOP PARTY MIX.

KOMISARIATY
POLICJI

– tel. do oficera dyżurnego nr 1 677-32-11 nr 2 741-50-60 nr 3 651-31-20 nr 4 741-50-76 nr 5 661-53-61 nr 6 677-32-66

TWOJE PRAWA

W dzisiejszych „TWOICH PRAWACH” odpowiemy na kolejne pytania naszych Czytelników, związane z ilością godzin, które zatrudniony ma obowiązek przepracować w ciągu tygodnia, wysokością odpłatności pieniężnych gwarantowanym zasiłkiem okresowym i obowiązkiem meldunkowym.

Prosimy o udział w tworzeniu rubryki. Pytania można przysyłać na wydrukowanym niżej kuponie pod adresem redakcji: „Gazeta Współczesna”, ul. Suraska 1, 15-950 Białystok, z dopiskiem „Twoje prawa”.

Rubrykę prowadzi
red. Katarzyna Michałowska.



Ile godzin pracy?

Ile godzin, zgodnie z obowiązującymi przepisami, jestem zobowiązany przepracować w ciągu tygodnia. Jestem zatrudniony w Zakładzie Pracy Chronionej przy pilnowaniu mienia. Nadmieniam, że jestem w umiarkowanym stopniu niepełnosprawny – pisze Mieczysław G. z Łomży.

Osoby niepełnosprawne w stopniu umiarkowanym powinny pracować 35 godzin w ciągu tygodnia. Jednak wyjątkiem od tej zasady jest praca tych osób przy pilnowaniu. W tym wypadku czas pracy wynosi 41 godzin.

Pracowałam w „budżetówce

W tym roku kończę 54 lata. Z dniem 31 maja 2001r. zostałam zwolniona z pracy z powodu redukcji. Mam zaliczonych 35 lat pracy i otrzymałam prawo do świadczenia przedemerytalnego.

Pracowałam w Samorządowym Przedszkolu w Bielsku Podlaskim. Z zakładu pracy otrzymałam odprawę 3-miesięczną. Chciałam się dowiedzieć, czy słusznie otrzymałam odprawę 3-miesięczną, skoro zostałam zwolniona z powodu redukcji, a odprawę w „budżetówce” dostaje się za sześć miesięcy? – pyta Danuta z Bielska Podlaskiego.

Odprawę 6-miesięczną otrzymują osoby, które przechodzą na emeryturę i jest to odprawa emerytalna. Pani przeszła na świadczenie przedemerytalne, stąd 3-miesięczna odprawa pieniężna.

Jaka odprawa?

Mam 53 lata i 34 lata pracy. Czy dostanę odprawę 3-miesięczną, czy pół-

roczną, w razie likwidacji etatów? – pyta Czytelniczka z województwa podlaskiego.

Na zasadach ogólnych po 20 latach pracy wzwyż otrzymuje się odprawę 3-miesięczną.

Czy należy się zasiłek?

Wynajmuję mieszkanie. Nie mam dodatku mieszkaniowego. Samotnie wychowuję dwoje dzieci w wieku do 15 lat. Nasz dochód miesięczny wynosi 968 zł. W tym roku kończy mi się zasiłek dla bezrobotnych. Czy należy mi się gwarantowany zasiłek okresowy? – pyta Czytelniczka z woj. warmińsko-mazurskiego.

Wiek dziecka, którego rodzic może pobierać gwarantowany zasiłek okresowy, obniżono z 16 do 7 lat. Zasiłek jest przeznaczony dla osoby samotnie wychowującej dziecko, która straciła pracę i upłynął okres uprawniający ją do pobierania zasiłku dla bezrobotnych. Świadczenie to ma pomóc danej osobie w przystosowaniu się do nowej sytuacji i znalezieniu pracy. Uznało, że pomocą należy objąć rodziców wychowujących dzieci do 7 roku życia, gdyż starsze przebywają przez część dnia w szkole i w tym czasie rodzic ma możliwość poszukiwania pracy.

Jeżeli skończy się Pani zasiłek dla bezrobotnych, a któreś z Pani dzieci nie skończyło jeszcze 7 lat, to jest szansa na otrzymanie gwarantowanego zasiłku okresowego.

Jak wymeldować?

Mój były mąż już 10 lat przebywa za granicą. Od ośmiu lat jesteśmy po rozwodzie. Mąż do domu przyjeżdża

raz w roku, na trzy miesiące. Mieszkanie jest moje. Na jakiej podstawie mogę go wymeldować? – pyta Zofia R. z Sejna.

Osoba, która opuszcza miejsce pobytu stałego lub czasowego trwającego ponad dwa miesiące, jest obowiązana wymeldować się sama w organie gminy właściwym ze względu na dotychczasowe miejsce jej pobytu, najpóźniej w dniu opuszczenia tego miejsca.

Organ gminy wydaje na wniosek lub z urzędu decyzję w sprawie wymeldowania osoby, która utraciła uprawnienie do przebywania w lokalu, w którym była zameldowana i bez wymeldowania opuściła dotychczasowe miejsce pobytu stałego. Dotyczy to również tych, którzy bez wymeldowania się opuścili dotychczasowe miejsce pobytu stałego i nie przebywają w nim co najmniej przez sześć miesięcy, a nowego miejsca pobytu nie można ustalić.

Osoba, która wyjeżdża za granicę na okres dłuższy niż dwa miesiące jest obowiązana zgłosić swój wyjazd oraz powrót organowi gminy, właściwemu ze względu na dotychczasowe miejsce jej pobytu. Zgłoszenia wyjazdu dokonuje się najpóźniej w dniu opuszczenia dotychczasowego miejsca pobytu, a zgłoszenie powrotu – najpóźniej przed upływem czwartej doby, licząc od dnia powrotu.

Jeżeli okres pobytu czasowego trwającego ponad dwa miesiące odpowiada okresowi zgłoszonemu przy zameldowaniu, osoba opuszczająca miejsce tego pobytu jest zwolniona od obowiązku wymeldowania się.

Nie mam meldunku

Od ponad roku nie mam żadnego meldunku, ponieważ prezydent miasta i wojewoda nie chcą mnie zameldować pod adresem, gdzie mieszkam razem z mężem. Czy to jest dopuszczalne? – pyta Donata F. z Białegostoku.

Osoba, która w określonej miejscowości pod tym samym adresem przebywa dłużej niż trzy doby, ma obowiązek sama zameldować się na pobyt stały lub czasowy, najpóźniej przed upływem czwartej doby, licząc od dnia przybycia.

Przy zameldowaniu na pobyt stały lub czasowy, trwający ponad dwa miesiące, należy jednak przedstawić potwierdzenie uprawnienia do przebywania w lokalu, w którym ma nastąpić zameldowanie.

(KP)

Bielscy wokaliści pojedą do Suwałk

Zaśpiewają o muszelki

Ośmiu podopiecznych Bielskiego Domu Kultury zakwalifikowało się na Międzynarodowy Festiwal Piosenki i Tańca „Muszelki Wigler 2002”. Impreza odbędzie się w dniach 11-13 kwietnia w Suwałkach.

– Poziom tego festiwalu jest bardzo wysoki, a o sukcesie, jaki odnieśliśmy, może świadczyć fakt, że nasi wokaliści będą stanowili blisko połowę solistów. Po raz pierwszy w historii naszych startów udało nam się zakwalifikować cały materiał zgłoszony do przesłuchań i na festiwal pojedzie ośmiu solistów oraz grupa młodsza zespołu „Dziurawy Wigwam” i zespół Studium Piosenki Bielskiego Domu Kultury – powiedziała Justyna Porzezińska, instruktor muzyki w BDK.

Podczas suwalskiego festiwalu w kategorii solistów wystąpią m.in.: Marta Babulewicz, Julita Kotowicz, Wioletta Olieruk, Karolina Porzezińska, Paula Rudek, Emilia Szulc, Sylwia Tarasiuk i Karol Wróblewski. Ci

sami wokaliści wezmą też udział w eliminacjach VII Konkursu Piosenki „Wygraj Sukces” w Tarnobrzegu.

Bielski Dom Kultury podsumował też konkurs plastyczny „Powitanie wiosny” adresowany do uczniów klas I-III szkół podstawowych. Na konkurs napłynęło 98 prac, które wcześniej zwyciężyły w eliminacjach szkolnych.

– Dominowała technika kolażu, ale były też prace malarskie. Najczęstszym tematem była personifikacja wiosny, marzanna, życie leśnych zwierząt i kompozycje kwiatowe – stwierdziła Maria Babulewicz, instruktor plastyki Bielskiego Domu Kultury.

Konkursowe jury przyznało autorom najciekawszych prac siedem nagród i siedem wyróżnień. Nagrody otrzymali: Bartek Dec, Dominika Dec, Marta Jurczuk, Natalia Ławreniuk, Justyna Pierewoj, Damian Tatarczuk i Martyna Walerian – wszyscy ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Bielsku Podlaskim. (jan)



Najmłodszą reprezentantką Bielskiego Domu Kultury podczas festiwalu w Suwałkach będzie ośmioletnia Karolina Porzezińska

Proces w sprawie zabójstwa

Bo zabrakło na wódkę

Przed Sądem Okręgowym w Białymstoku toczy się proces 24-letniego Andrzeja O. i 45-letniego Mirosława G. Prokuratura oskarżyła ich o zabójstwo ze szczególnym okrucieństwem. Wczoraj sąd wysłuchał zeznań świadków, w tym dwóch policjantów. Kolejna rozprawa za miesiąc.

Do tragicznego zdarzenia doszło 8 kwietnia ub.r. w Mońkach. Oskarżeni tego dnia spotkali się z Józefem J. Z mieszkania miesiąc wcześniej wyprowadziła się żona Józefa J. z dziećmi. Mężczyźni pili, aż skończył im się alkohol. W pewnym momencie zaczęli domagać się od Józefa J. pieniędzy, a gdy on zapewniał, że ich nie ma, przeszukali mieszkanie. Nie znaleźli pieniędzy, więc doszli do wniosku, że

wezmą telewizor i video. Właściciel się temu sprzeciwił. Wtedy kompani zaczęli go bić rękami i kopać po całym ciele, a nawet skakać po nim. Józef J. stracił przytomność. Wówczas oskarżeni wzięli sznur od bielizny i zacisnęli pętlę na szyi ofiary. Później zapakowali telewizor oraz tuner satelitarny i wynieśli z domu. Mężczyzn wynoszących sprzęt zauważyli sąsiedzi, którzy powiadomili policję. Zostali oni zatrzymani tego samego dnia. Józef J. już nie żył. Miał we krwi około 4 promile alkoholu, a jego oprawcy ponad 3 promile.

Podczas przesłuchania obaj mężczyźni nie przyznawali się do popełnienia zarzucanych im czynów, ale wzajemnie się obciążali. (aż)

TWOJE PRAWA

Pytanie

Imię i nazwisko

Adres

„Gazeta Współczesna” ul. Suraska 1, 15-950 Białystok

Z KRAJU

PODEJRZANEGO O ZABÓJSTWO 17-LATKI mieszkanka Łęczycy zatrzymała wczoraj policja. Złotki dziewczyny znaleziono w poniedziałek po południu w studzienice kanalizacyjnej na jednej z ulic Łęczycy. Według ustaleń policji, kobieta bawiła się w poniedziałek na imprezie urodzinowej w jednym z prywatnych mieszkań. Policja zatrzymała mężczyznę kilkadziesiąt kilometrów od Łęczycy w lesie w gminie Grabów, gdzie wykonywał prace porządkowe. Jak podaje policja, w trakcie przesłuchania przyznał się do zabójstwa koleżanki; trwa wyjaśnianie motywu zbrodni.

SĄD APELACYJNY W POZNANIU utrzymał wczoraj karę dożywotniego więzienia dla Sławomira Budnera i Jarosława Mroczyka, którzy w maju 2000 r. zabili kierowcę i ukradli ciężarówkę z 24 tonami kakao. Wyrok dożywotnia wobec dwóch oskarżonych orzekł w czerwcu 2001 r. Sąd Okręgowy w Poznaniu. Apelację złożyli obrońcy, uważając że podczas procesu sąd błędnie ocenił dowody. Według adwokatów, nie zostało dokładnie wyjaśnione, kto zabił kierowcę TIR-a. Wyroku wydanego przez sąd w czerwcu 2001 r. wobec pozostałych siedmiorga oskarżonych nikt nie podważył.

W PARYŻU ROZPOCZĄŁ SIĘ trzydniowy światowy kongres energetyki wiatrowej „Global Windpower”, poświęcony technologicznym, przyrodniczym, ekonomicznym i społecznym aspektom wykorzystania energii wiatru. Przedstawiciel Polski podsekretarz stanu w Ministerstwie Środowiska, Zasobów Naturalnych i Leśnictwa, Krzysztof Szamalek – zaprezentuje podczas kongresu program rozwoju energetyki wiatrowej w Polsce – poinformował rzecznik ministerstwa Przemysław Szustakiewicz.



APEL O WSPÓŁPRACĘ i zawierzenie watykańskim decyzjom skierował do wierznych nowy metropolita poznański abp Stanisław Gądecki. Arcybiskup Gądecki nie chce komentować sprawy swojego poprzednika, abp. Juliusza Paetza. We wtorek abp Gądecki przejął obowiązki metropolity poznańskiego. W siedzibie arcybiskupiej ogłoszono treść pisma powołującego nowego metropolitę, dokumenty złożono w archiwum archidiecezji.

BLIŻEJ UNII, BLIŻEJ ZJEDNOCZONEJ EUROPY – to temat cyklu szkoleń o Unii Europejskiej, jaki zamierza zorganizować dla młodzieży licealnej wrocławska Unia Wolności. Pierwsze spotkanie ma odbyć się 9 kwietnia. Wrocławscy unicyści uważają, że poziom wiedzy społeczeństwa polskiego o UE jest bardzo niski. Dlatego partia, wspólnie z naukowcami z Wydziału Prawa Uniwersytetu Wrocławskiego, zaprasza uczniów liceów na 10 cotygodniowych wykładów poświęconych tematyce europejskiej.

KLUB PARLAMENTARNY Prawo i Sprawiedliwość proponuje, by Sejm przyjął uchwałę zatytułowaną „Deklaracja o suwerenności państwa w dziedzinie moralności i kultury”. Postulat ten jest związany z naszymi negocjacjami o członkostwo w UE. Deklaracja zwraca między innymi uwagę, że „wyrastająca z chrześcijańskich korzeni duchowa tożsamość Europy oparta jest na podstawowych zasadach: szacunku dla godności osoby ludzkiej i płynącego zeń nakazu prawnej ochrony życia ludzkiego; szacunku dla małżeństwa będącego związkiem kobiety i mężczyzny”. (PAP)

Najwyższa Izba Kontroli krytycznie ocenia budowę polskiego systemu IACS

Problemy w agencji

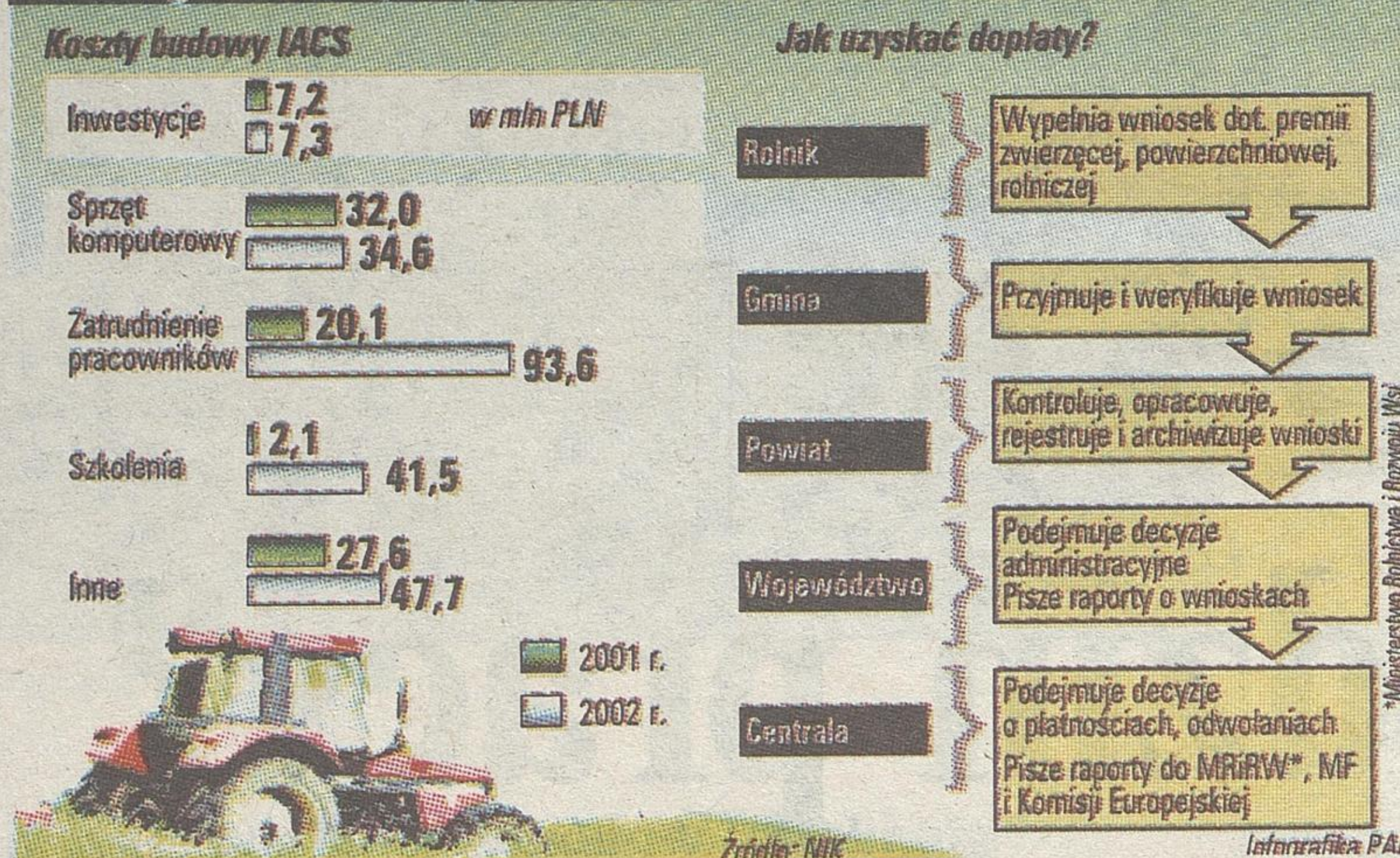
Prokuratura oceni, czy stawiać zarzuty byłym ministrom rolnictwa oraz szefostwu Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa ws. wdrażania systemu IACS – powiedział wiceprezes NIK-u. Śledztwo trwa – oświadcza prokuratura.

Wczoraj prezes NIK-u Mirosław Sekuła ma przekazać Prokuraturze Okręgowej w Warszawie komplet dokumentów z zakończonej kontroli w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, która pilotowała wdrażanie komputerowego systemu IACS.

NIK krytycznie oceniła realizację przez ARiMR projektów pilotażowych, dotyczących ewidencji gruntów rolniczych oraz zwierząt w komputerowym systemie IACS. Na podstawie tej ewidencji Unia Europejska ma przekazywać Polsce jako krajowi członkowskiemu tzw. dopłaty bezpośrednie do rolnictwa. System jest niezbędny, aby Polska jako członek Unii mogła korzystać z tej dotacji.

– NIK nie chce oceniać, czy ministrowie oraz szefowie agencji naruszyli prawo, od tego jest prokuratura, której

Zintegrowany System Zarządzania i Kontroli IACS



przekazujemy nasze dokumenty z kontroli. Po ich otrzymaniu będzie mogła przeanalizować nasz materiał i zdecydować, czy stawiać zarzuty, czy też nasza krytyka wskazuje na zachowania nieodpowiednie, ale nie naruszające prawa. Do tej pory prowadzący postępowanie czekali na zakończenie naszej pracy – powiedział wiceprezes izby Zbigniew Wesołowski.

Według informacji NIK, o kontrolę izby w agencji poprosił w 2001 r. ówczesny minister rolnictwa Artur Balasz. Później zaś wicepremier i minister rolnictwa Jarosław Kalinowski skierował do prokuratury wniosek o przeprowadzenie śledztwa ws. nieprawidłowości w agencji.

(PAP)

Akt oskarżenia w sprawie wyłudzenia wagonów od PKP

Oszustwo ma „krótkie nogi”

Czterech mężczyzn oskarżono o wyłudzenie z Polskich Kolei Państwowych 47 wagonów o wartości ponad 600 tysięcy zł. Akt oskarżenia w tej sprawie trafił do wrocławskiego sądu.

Trzech oskarżonych to byli pracownicy dolnośląskich kolei. Jeden z nich, Andrzej P., był zastępcą dyrektora do spraw eksploatacji Zakładu Taboru Wrocław-Zachód. Mężczyzna miał dopuścić do wydania nieuprawnionym osobom 45 wagonów z pominięciem procedury przetargowej. Wagonów skreślono z listy inwentarza PKP jako nienadające się już do użytku.

Jak twierdzi prokuratura, oskarżony Grzegorz M., właściciel firmy

zajmującej się kupnem i sprzedażą wagonów, wyłudził od kolei 23 wagony o wartości co najmniej 300 tysięcy złotych. Następnie mężczyzna sprzedał pięć wagonów kopalni piasku za prawie 400 tysięcy.

– Jeden z oskarżonych, pracownik kolei odpowiedzialny za gospodarowanie środkami zakładu, przekazał swojemu szefowi numery ponad 40 wagonów, które można było przeznaczyć do skreślenia z eksploatacji. Za każdy z nich miał dostać po 100 złotych. Pieniądzy jednak nigdy nie otrzymał – powiedział rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej we Wrocławiu Leszek Karpina.

(PAP)

Ordynator zawieszony za opieszałość w udzieleniu pomocy

Chory system

Dyrektor Szpitala św. Barbary w Sosnowcu, gdzie w piątek 83-letnia pacjentka z zawałem serca przeżyła ponad godzinę leżała w izbie przyjęć zamiast trafić na odpowiedni oddział, zawiesił w czynnościach ordynatora jednego z oddziałów szpitala.

– Ordynator klinicznego oddziału intensywnej terapii został zawieszony w czynnościach do czasu wyjaśnienia sprawy przez komisję Śląskiej Akademii Medycznej, której jest pracownikiem. Zawieszenie w żaden sposób nie przesądza o winie lekarza – powiedział dyrektor szpitala Krzysztof Świdorski. Dodał, że zawieszony ordynator jest lekarzem z ponad 20-letnim doświadczeniem, który uratował życie wielu pacjentom.

Pacjentka trafiła na oddział sosnowieckiego szpitala, jednak nie na intensywną terapię, a do kliniki

chorób wewnętrznych. Nie pojechała do innego szpitala, ponieważ pogorszył się jej stan – nastąpiły zaburzenia w oddychaniu i pracy serca. W piątek – już w ramach normalnego leczenia – pacjentkę przewieziono do innego sosnowieckiego szpitala na zabieg wszczepienia rozrusznika, pobudzającego akcję serca. Mimo starań lekarzy w sobotę kobieta zmarła. Lekarze nie łączą jej śmierci z opieszałością w izbie przyjęć, a wyłącznie z ciężkim stanem i wiekiem chorej.

Zdaniem dyrektora Świdorskiego, cała sprawa zwraca uwagę na szerszy problem, jakim jest brak oddziałów ratownictwa medycznego w szpitalach. Tłumaczy, że nie ma do tego podstaw, ponieważ przygotowywana ustawa o ratownictwie medycznym została wstrzymana. (PAP)

Laweciarze na wezwanie policji zakończyli protest

Chcemy zmienić przepisy

Na wezwanie policji do odblokowania drogi około 250 importerów używanych aut zakończyło wczoraj po południu protest w Poznaniu.

– Zgromadzone osoby zostały wezwane przez policjantów do odblokowania drogi. Protestujący dobrowolnie opuścili drogę i rozjechali się – powiedział nadkom. Andrzej Borowiak z Komendy Miejskiej Policji w Poznaniu.

– Ludzie opuszczali ze złością miejsce protestu. Będziemy kontynuować nasz protest, ale najprawdopodobniej zmienimy jego formę – powiedział jeden z laweciarzy uczestniczących w akcji Andrzej Chomiak.

Chomiak uważa, że także i jutro będą protestować importerzy używanych aut z innych polskich miast.

Laweciarze z Poznania i okolic przekazali wojewodzie wielkopolskiemu petycję z żądaniem zmiany niekorzystnych dla nich przepisów.

Żądają m.in. natychmiastowego wycofania przepisów z 10 marca, zniesienia – jak piszą – „drakońskich” stawek za rejestrację używanego pojazdu i odstąpienia od nowych stawek naliczania akcyzy, które wprowadzono 18 marca.

Rzecznik Urzędu Celnego w Poznaniu Wojciech Chlebowski powiedział, że protest laweciarzy był uciążliwy dla poznańskiej placówki i korzystających z niej kierowców, gdyż przepuszczali oni do odprawy tylko po pięć samochodów na godzinę.

(PAP)



Policjant kieruje ruchem na ulicy przed Urzędem Celnym w Poznaniu, który we wtorek, 2 bm., zablokowali laweciarze. W ten sposób protestują przeciwko podwyższeniu akcyzy i opłat rejestracyjnych na auta sprowadzane z zagranicy.

Po eksplozji
w czeskim hotelu

Zginęli na miejscu

Wybuch był prawdopodobnie przyczyną poniedziałkowego zaważenia się hotelu robotniczego w czeskich Lounach i śmierci sześciorga członków rodziny polskich Romów. Potwierdził to wczoraj szef miejscowej policji Miloslav Szolc.

Z nocujących w hotelu siedmiorga członków rodziny polskich Cyganów uratowała się tylko 30-letnia kobieta. Zginęli, ponosząc śmierć na miejscu, jej rodzice, mąż, pięcioletnia córka, brat i bratowa.

Część czterokondygnacyjnego budynku z prefabrykatów, wzniesionego 12 lat temu, runęła w poniedziałek nad ranem, grzebiąc pod gruzami ponad 20 Romów z Płocka i Chojnic. Prawdopodobnie wybuchł elektryczny bojler lub butla z gazem. Dzięki natychmiastowej akcji ratowniczej wydobyto spod gruzów 15 osób. Akcję prowadzono w bardzo trudnych warunkach ze względu na ciągłe niebezpieczeństwo zawalenia się pozostałej części hotelu.

Największa katastrofa budowlana w Czechach wydarzyła się w 1928 roku, kiedy zawalił się siedmiopiętrowy budynek w centrum Pragi i zginęło 46 ludzi, a 23 zostało ciężko rannych. (PAP)

Izrael sugeruje banicję Arafata

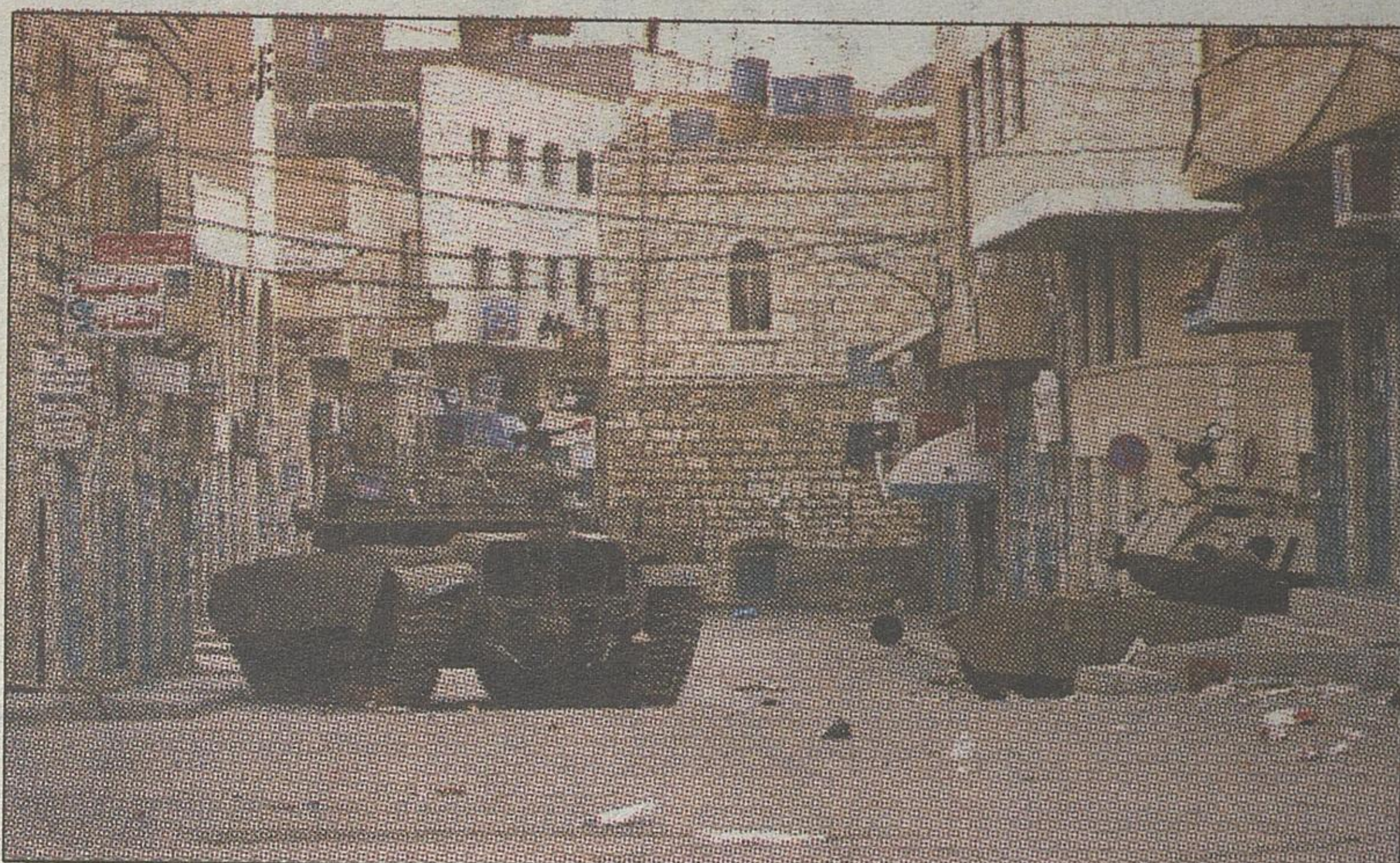
Z biletem w jedną stronę

Trwa Izraelska ofensywa na obszarach Autonomii Palestyńskiej. Premier Izraela Ariel Szaron, który ogłosił już Jasera Arafata wrogiem państwa żydowskiego, sugeruje skazanie przywódcy Palestyńczyków na banicję.

Szaron odwiedził wczoraj jednostki izraelskie na Zachodnim Brzegu Jordanu i tam powiedział, że rząd Izraela mógłby zgodzić się na wyjazd przywódcy Palestyńczyków, ale tylko pod warunkiem, że Arafat wyjechałby „z biletem w jedną stronę”, tzn. bez prawa powrotu. Z otoczenia Arafata natychmiast nadeszły wiadomości, że przywódca Palestyńczyków nigdy nie zgodzi się na banicję.

Arafat – zamknięty w Ramallah od początku grudnia ubiegłego roku – od piątku pozostaje w otoczonej i atakowanej przez wojska izraelskie swojej kwaterze, pozbawionej dostaw wody i prądu. Z miasta – ogłoszonego strefą wojskową – władze Izraela usunęły dziennikarzy, więc nie docierają stamtąd informacje z niezależnych źródeł.

Wczoraj czołgi izraelskie znów wjechały do Betlejem. Jako powód tej operacji strona izraelska podaje poszukiwanie Palestyńczyków, odpowiedzialnych za ataki terrory-



Izraelski pojazd opancerzony i czołg na opustoszałej ulicy "Pawła VI" w Betlejem na Zachodnim Brzegu, 2 bm.

styczne. Dowodzący palestyńskimi siłami bezpieczeństwa na Zachodnim Brzegu Jordanu Dżibril al-Radżub wydał policjantom i funkcjonariuszom sił bezpieczeństwa rozkaz stawiania bezwzględnego oporu. Izraelskie siły przełamały jednak główne linie obrony kwater, w której znajdować się ma około dwustu ludzi al-Radżuba.

Inne zajęte miasta to: Kalkilia i Tulkarem. Izraelczycy prowadzą także przeszukiwania w obozach uchodźców palestyńskich pod: Ramallah, Betlejem i Nablusem. We-

dług oficjalnych danych, dokonano ponad 700 aresztowań.

Przedstawiciel Unii Europejskiej ds. polityki zagranicznej Javier Solana powiedział wczoraj, że Arafat „jest więźniem w Ramallah i praktycznie niczego nie kontroluje”. Zdaniem Solana, konfliktu izraelsko-palestyńskiego nie uda się uregulować stosowanymi obecnie sposobami, lecz jedynie poprzez negocjacje, co – jak powiedział – przekazał Szaronowi i ministrowi spraw zagranicznych Szimonowi Peresowi. (PAP)

Joaquin Navarro Valls dementuje pogłoski o operacji Jana Pawła II

Papież bije rekordy

Dziennik „La Repubblica” podał wczoraj w informacji poświęconej zdrowiu papieża, że Jan Paweł II ma zamiar złożyć rezygnację, jeśli choroba Parkinsona odebrałaby mu całkowicie możliwość wysławiania się.

Według dziennika, papież nie poda się jednak do dymisji z powodu artretycznych dolegliwości prawego kolana, które utrzymują się od ponad miesiąca i spowodowały, że musiał ograniczyć swój udział w uroczystościach z okazji świąt wielkanocnych.

O skuteczności zastosowanej w przypadku papieża metody leczenia dolegliwości artretycznych środkami przeciwzapalnymi pisze dziennik „Corriere della Sera”, przytaczając opinię ze źródeł watykańskich, zaprzeczając ewentualności poddania papieża operacji czy zabiegowi artroskopii kolana.

Takiej ewentualności nie wyklucza natomiast dziennik „Il Messaggero”, który w niedzielę informował o planowanym zabiegu, a wczoraj zasugerował, że aby uniknąć „oblężenia ze strony ciekawskich”, Jan Paweł II musi na rezonans magnetyczny udawać się do szpitala w środku nocy. Tymczasem, jak przypomina dziennik, Jan Paweł II w piątek prześcignął pod względem długości pontyfikatu Piusa VII i teraz jest szóstym najdłuższym panującym papieżem. We wrześniu Jan Paweł II pobije następny rekord i prześcignie na Stolicy Apostolskiej Hadriana I. Będzie wówczas piątym najdłuższym panującym z 264 papieży w całej historii Kościoła.

Wczoraj dyrektor watykańskiego Biura Prasowego Joaquin Navarro Valls stanowczo zaprzeczył wszelkim informacjom prasowym o rzekomej operacji, jakiej miałby poddać się Jan Paweł II. (PAP)

Wybory na Ukrainie

Stworzyć większość

Uwzględniając ponad 97 proc. przeliczonych głosów w okręgach wielomandatowych i częściowe wyniki głosowania w okręgach jednomandatowych, blok Juszczenki będzie dysponować 112, a blok proprezydencki 104 mandatami w nowym ukraińskim parlamencie. Wynika to z obliczeń Centralnej Komisji Wyborczej, podanych we wtorek rano. Komuniści, wg tych danych, wprowadziliby do parlamentu 66 deputowanych.

Wiktor Juszczenko, lider czołowej koalicji opozycyjnej Nasza Ukraina, wykluczył w poniedziałek możliwość współpracy w nowym parlamencie z Socjaldemokratyczną Partią Ukrainy (zjednoczoną) i komunistami. Według niego, nie są to siły, które przejmują się przyszłością kraju. Prezydent Leonid Kuczma, który otwarcie nawoływał do głosowania na blok O jedną Ukrainę, oświad-

czył natomiast, że jest gotów do współpracy ze wszystkimi konstruktywnymi siłami, które będą w stanie stworzyć większość. Zaznaczył, że siły te powinny kontynuować politykę reform gospodarczych, popierać europejski wybór Ukrainy i pogłębiać stosunki z Rosją.

W nowej, wybranej w niedzielę, ukraińskiej Radzie Najwyższej znajdzie się najprawdopodobniej sześć ugrupowań. Obserwatorzy z ramienia zachodnich organizacji stwierdzili, że wybory na Ukrainie odbyły się bez poważniejszych naruszeń. Jednak oficjalny raport w tej sprawie OBWE będzie znany dopiero za kilka tygodni. Frekwencja w niedzielnych wyborach wyniosła 65,22 proc. Jak poinformowała Centralna Komisja Wyborcza, oficjalne rezultaty zostaną ogłoszone do 15 kwietnia. (PAP)

Naftowa broń

Organizacja Państw Eksporterów Ropy Naftowej (OPEC) wykluczyła wczoraj możliwość wykorzystania dostaw tego surowca jako instrumentu politycznych nacisków.

Wypowiedź przedstawiciela OPEC stanowi reakcję na sugestie niektórych państw arabskich, by podobnie jak na początku lat siedemdziesiątych uruchomić embargo naftowe jako formę nacisku na kraje popierające Izrael. Irak i Iran uznały, że wykorzystanie „naftowej broni” byłoby realne, ale wyłącznie pod warunkiem, że taki krok zaaprobowaliby wszystkie kraje arabskie eksportujące ropę. (PAP)

ZE ŚWIATA

PERSPEKTYWA WIZYTY PAPIEŻA W MOSKWIE stała się znacznie odleglejsza – po utworzeniu w Rosji katolickich diecezji – powiedział metropolita Kyril, odpowiedzialny w rosyjskiej Cerkwi za kontakty zewnętrzne. Patriarchat moskiewski uważa, że nowe katolickie diecezje to niezwykła zmiana administracyjna, lecz pierwszy krok do prowadzenia na terytorium Rosji działalności misyjnej, a jak powiedział metropolita, „prozelityzm jest nie do przyjęcia w stosunkach między dwoma Kościołami”.

LICENCJE WSZYSTKIM ZAGRANICZNYM FIRMOM HANDLOWYM bezterminowo zawiesiły władze Birmy, tłumacząc to koniecznością ochrony firm krajowych. Handlowcy mówią, że to posunięcie doprowadzi do jeszcze większej izolacji biednej Birmy, której wojskowe władze borykają się z konsekwencjami własnych błędów makroekonomicznych i azjatyckiego kryzysu gospodarczego. Na czarnym rynku za 1 USD płaci się obecnie 800 birmańskich kiatów, podczas gdy oficjalny kurs wymienny wynosi 7 kiatów za dolara.



41 OSÓB ZOSTAŁO RANNYCH w wyniku wypadku kolejowego w Moskwie, gdy pociąg jadący z Chabarowska na Dalekim Wschodzie wpadł w poniedziałek wieczorem na lokomotywę. Do katastrofy doszło w pobliżu Dworca Jarosławskiego. Po informowaniu o tym rzecznik rosyjskiego ministerstwa kolei Andriej Perszyn, dodając, że w sprawie wypadku trwa dochodzenie. 22 osoby przewieziono z miejsca wypadku do szpitali – pozostałym 19 rannym udzielono pomocy na miejscu.

SPRAWY KARNE przeciwko trzem obywatelom Federacji Rosyjskiej, którzy znajdują się w amerykańskiej bazie Guantanamo wszczęła rosyjska prokuratura – podała wczoraj rosyjskie władze. W Guantanamo na Kubie są przetrzymywani talibowie i bojownicy Al-Kaidy. Według rozgłosni „Echo Moskwy”, dwaj mężczyźni pochodzą z centralnej Rosji, trzeci – z Północnego Kaukazu, gdzie leży też Czeczenia. Oskarżeni są o nielegalne przekroczenie granicy i najemnictwo.



W OPINII PAŁACU BUCKINGHAM, przekazując smutną wiadomość o śmierci królowej matki, spikerzy BBC powinni byli założyć czarne krawaty. W opublikowanym wczoraj oświadczeniu BBC zdecydowanie zaprzeczają, jakoby jej relacje na temat śmierci 101-letniej Królowej Matki były „pozbawione szacunku”. Za „zupełny bezsens” uznano zarzuty, jakoby spikerom wręcz zabroniono zakładania czarnych krawatów. Kością niezgody stał się ciemnoczerwony krawat Petera Simonsa, w którym spiker ten wystąpił w sobotę wieczorem.

PATRIARCHA MOSKWI I WSZECHRUSI Aleksij II oskarżył wczoraj siły izraelskie o to, że okupują w Betlejem nieruchomość należącą do rosyjskiego Kościoła prawosławnego. Patriarcha Aleksij zażądał natychmiastowego wycofania się wojska, z własności rosyjskiej prawosławnej misji pokojowej na Bliskim Wschodzie. Nie sprecyzował jednak o jaką nieruchomość chodzi. Napisał tylko, że jest ona położona opodal Bazyliki Narodzenia Pańskiego w Betlejem. (PAP)

Wojskowy przywódca Pakistanu gen. Pervez Musharraf przybył wczoraj z pierwszą wizytą do Afganistanu od chwili objęcia władzy w 1999 roku. Na wspólnej konferencji prasowej Musharraf i tymczasowy premier Afganistanu Hamid Karzaj powiedzieli, że zgadzają się co do wspólnej walki z terroryzmem oraz przemytem i uprawą opium po obu stronach granicy.

Od upadku popieranego przez Pakistan talibów w listopadzie 2001 roku stosunki między wojskową ekipą pakistańską a nowymi władzami w Kabulu są chłodne. (PAP)





Sytuacja w drobiarstwie jest najgorsza spośród wszystkich gałęzi produkcji rolnej. Prognozy na przyszłość są równie złe.

Najbliższe lata będą trudne dla producentów wieprzowiny

Co się może opłacać

Polscy rolnicy z dużą uwagą i niepewnością obserwują negocjacje z Unią Europejską. Zastanawiają się również, czy kierunki produkcji, na jakie nastawione są ich gospodarstwa będą opłacalne. Zanim jednak wejdziemy do Unii, należy się spodziewać trudnej sytuacji na rynku żywca drobiowego i wieprzowego. Natomiast raczej nie powinni narzekać producenci zbóż i rzepaku, zwłaszcza jeśli ruszy produkcja biopaliw.

Zdaniem prof. Eugeniusza Gorzelaka z Instytutu Rozwoju Gospodarczego SGH, do podejmowania decyzji o zmianie kierunków produkcji jest potrzebna znajomość prognoz rynkowych – określenie relacji podaży nad popytem określonych produktów rolnych.

Nawiązując do prognozy opublikowanej przez zespół ekspertów Agencji Rynku Rolnego, prof. Gorzelak analizuje, jakie gałęzie produkcji mogłyby być opłacalne w najbliższych dwóch latach.

Wszystkie rozważania dotyczące przyszłości Gorzelak opiera na zjawiskach, które miały miejsca w rolnictwie w 2001 roku.

Droższe nie będą

Gorzelak uważa, że na rynku zbóż nie można spodziewać się wzrostu cen. Pojawia się nowa szansa dla rolników – rozwój produkcji biopaliw. Warto będzie w najbliższym czasie skoncentrować się na takim kierunku uprawy. Pewne jest natomiast, że nie warto hodować drobiu, a produkcja żywca wieprzowego stała się zupełnie nieopłacalna.

Dla zbóż był to rok raczej urodzajny, zwłaszcza w produkcji zbóż paszowych – kukurydzy, żyta, pszenicy. Stąd duże zapasy tych zbóż w gospodarstwach oraz umiarkowanie niskie ceny. Niewielkie braki występują jedynie w zapasach pszenicy konsumpcyjnej najwyższej jakości. Zostały one jednak uzupełnione importem z Unii Europejskiej w ramach bezcłowego kontyngentu. Gorzelak uważa, że krajowe ceny zbóż w porównaniu ze światowymi są względnie wysokie i nie należy spodziewać się większego wzrostu.

Zespół ekspertów Agencji Rynku Rolnego ocenił, że w czerwcu 2002 roku pszenica paszowa będzie kosztowała 47-50 zł/t wobec 46-48 zł/t w marcu tego roku.

Zdaniem Gorzelaka, jedynie niższe zbiory krajowe w 2002 roku mogłyby podnieść ceny skupu, ale ten wzrost byłby ograniczany tanim importem.

Ziemniaki do przetwórstwa

Produkcja ziemniaków systematycznie maleje od lat siedemdziesiątych, kiedy z powierzchni 2 mln 750 tys. ha zebrano około 20,4 mln ton. Obecnie ziemniakami obsadza się 1 mln 200 tys. ha, z których zbiera się około 20 mln ton. W 2001 roku zbiory ziemniaków były mniejsze niż w 2000 o 15,8 proc. Wynika to ze zmiany nastawienia konsumentów, którzy raczej preferują ziemniaki przetworzone. Na przykład w postaci chipsów czy frytek, do produkcji których potrzebne są odpowiednie odmiany ziemniaków.

Według Gorzelaka, nowoczesna uprawa ziemniaków powinna być nastawiona na potrzeby odbiorcy.

W ubiegłym roku – ze względu na warunki pogodowe – również plony buraków cukrowych były dużo niższe niż rok wcześniej. Wyższe za to były ceny. Aby unormować sytuację na rynku buraków cukrowych i zapewnić plantatorom zyski, Sejm uchwalił ustawę o regulacji rynku cukru. Przewiduje ona, że niezależnie od podaży co roku będzie ustalana cena minimalna skupu buraków. Daje to możliwość podjęcia przez rolników trafnych decyzji. Na sezon 2002/2003 rząd ustalił, że tona buraków będzie kosztowała 115 zł.

Przyszłość w rzepaku?

Udane były natomiast plony i zbiory rzepaku, co spowodowało poprawę opłacalności uprawy. Jednak niekorzystne warunki meteorologiczne na jesieni ubiegłego roku mogą sprawić, że w 2002 roku zarówno areał uprawy, jak i plony rzepaku ozimego zmniejszą się. Gorzelak uważa, że największe w dziesięciolecie zbiory rzepaku, jakie osiągnięto w 2001 roku, nie powtórzą się, przez co ceny skupu po zbiorach mogą być wyższe.

Prawdopodobnie zainteresowanie rzepakiem wzrośnie ze względu na rozwój produkcji biopaliw. Resort rolnictwa opracował już projekt ustawy o produkcji biopaliw,

która ma być uchwalona przez Sejm do połowy roku.

Dramatycznie w drobiarstwie

Najbardziej dramatyczna sytuacja występuje w produkcji drobiu. Jest nadprodukcja i bardzo niskie ceny skupu. Wielu drobiarzy nie uzyskuje nawet zwrotu poniesionych kosztów. Prognozy raczej nie zachęcają do dalszego zwiększania produkcji, zwłaszcza że drób z importu jest tańszy.

W 2001 r. w ramach kontyngentu, zgodnie z umową WTO, można było sprowadzić do Polski 47,7 tys. ton mięsa drobiowego, z tego na rynek trafiło 9 tys. ton, czyli zaledwie 19 proc. limitu.

Natomiast w ramach kontyngentu z Unii Europejskiej można sprowadzić 21 tys. ton, z tego na rynek trafiło ponad 14 tys. ton, czyli 68 proc. limitu. Poza kontyngentami sprowadzono do Polski 397 ton mięsa drobiowego.

Według GUS, w 2001 roku wyprodukowano w Polsce ponad 920 tys. ton mięsa drobiowego, czyli o 11 proc. więcej niż w 2000 roku.

Dobre ceny to przeszłość

Według Gorzelaka, do przeszłości będą należały w najbliższych dwóch latach wysokie ceny skupu żywca wieprzowego. Rozpoczyna się okres wysokiej podaży wieprzowiny. W najbliższych dwóch latach utrzyma się przewaga podaży trzody chlewnej nad popytem, więc ceny będą spadać. Gorzelak uważa, że niezbędna będzie interwencja Agencji Rynku Rolnego.

Dość dramatyczna jest też sytuacja dotycząca produkcji bydła. W 2001 roku pogłębił się bowiem kryzys na rynku wołowiny w związku z rozszerzaniem się choroby BSE. W Polsce popyt na mięso wołowe zmalał. Mimo ciągłego spadku pogłowia oraz podaży, pozostawała nadwyżka mięsa, w związku z tym spadały ceny.

Produkcja trzody chlewnej staje się nieopłacalna, a rozpoczęty przez Agencję Rynku Rolnego w styczniu tego roku skup interwencyjny był jedynym lekarstwem na drastycznie spadające ceny. W najbliższych latach nie należy spodziewać się poprawy na tym rynku. (PAP, k)

Dogodne warunki, by rozpocząć siewy zbóż

Ruszyły prace polowe

Część rolników już w minionym tygodniu rozpoczęła prace polowe, niektórzy nawet siewy zbóż. W tym tygodniu prace polowe powinny już ruszyć pełną parą. W opinii specjalistów od uprawy zbóż obecnie jest optymalny termin siewu zbóż jarych.

Jeśli chodzi o zboża ozime to w tym roku wegetacja ruszyła wcześniej. Później wprowadzie trochę została przyhamowana przez niższe temperatury. Jednakże chłodne dni i minusowe temperatury nocą w drugiej połowie marca nie zaszkodziły ozimom. Do Wojewódzkiego Podlaskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego w Szepietowie nie

wpłynęły żadne sygnały dotyczące strat w uprawach.

Zboża wyglądają szczególnie dobrze tam, gdzie zastosowano odpowiednie nawożenie. Na razie nie brakuje też im wilgoci – nawet na ziemiach lekkich, choć tu przydałby się już deszcz.

Dlatego też w opinii specjalistów, rolnicy powinni pilnie przyspieszyć siewy, gdyż obecnie są najbardziej sprzyjające ku temu warunki. Później może być np. za sucho.

Wielu rolników prace polowe na glebach lekkich rozpoczęło już w minionym tygodniu. Niektórzy nawet wysieli już zboża. Wkrótce powinny one już ruszyć pełną parą. (koci)

W I kwartale pogorszyła się koniunktura w rolnictwie

Najlepiej w największych

Polscy rolnicy oceniają, że ich przychody pieniężne obniżają się, a prognozy przyszłych zarobków też są słabe – wynika z kwartalnych badań Instytutu Rozwoju Gospodarczego Szkoły Głównej Handlowej.

Wskaźnik koniunktury w rolnictwie wyniósł w styczniu minus 25, wobec minus 11 w październiku i minus 22 w styczniu ubiegłego roku.

Przychody pieniężne gospodarstw wahają się sezonowo w ciągu roku: rosną w drugiej połowie lata i jesienią, a zimą i wiosną maleją. W styczniu wskaźnik nastrojów w zakresie przychodów obniżył się do minus 24,6 pkt., co wynika prawdopodobnie z niskich w tym okresie cen zbóż, owoców, wołowiny i wieprzowiny.

Najlepszą koniunkturę zgłaszają rolnicy z gospodarstw największych, powyżej 50 hektarów, oraz najmłodsi i z wyższym wykształceniem.

Od czterech lat negatywne wartości przybierał także wskaźnik ocen perspektyw gospodarowania, który jest kształtowany przez zaufanie do polityki rolnej państwa. W styczniu 2002 roku wskaźnik ten wyniósł minus 17. Najbardziej optymistyczne perspektywy formułowali rolnicy z największych gospodarstw, młodszy i lepiej wykształceni.

Od 1992 roku do przełomu 1996 i 1997 roku koniunktura w rolnictwie poprawiała się. Potem pogorszyła się i od początku 1999 roku do dzisiaj znów powoli poprawia się.

Badanie styczniowe zostało przeprowadzone w 1428 gospodarstwach rolnych. Najwięcej gospodarstw w próbie było położonych w środkowowschodniej Polsce. Najliczniejsze były gospodarstwa większe, o obszarze 15-50 hektarów. Wśród rolników przeważały osoby w wieku 31-45 lat o wykształceniu podstawowym.

(PAP)

Ustawa o biopaliwach powinna być uchwalona do połowy roku

Trwają konsultacje

Ustawa o biopaliwach, której projekt jest obecnie konsultowany z zainteresowanymi środowiskami, będzie uchwalona przez Sejm do połowy roku – ocenia wiceminister rolnictwa Kazimierz Gutowski.

Projekt ustawy o biopaliwach jest obecnie konsultowany z różnymi środowiskami. W połowie roku ustawa powinna być już uchwalona przez Sejm – powiedział w czwartek w Katowicach wiceminister.

Produkcja tzw. biodiesla ruszyć ma w październiku przyszłego roku. Projekt ustawy zakłada, że w 2005 roku 5-procentową domieszkę biopaliwa powinny mieć

wszystkie sprzedawane w Polsce paliwa. Produkcja estru rzepakowego sięgnąć ma wówczas ok. 700 tys. ton rocznie.

W 2005 rzepakiem ma być obsianych 700 tys. ha gruntów ornych, a 10 lat później 1,5 mln hektarów. Obecnie właśnie tyle zajmują wszystkie odłogi.

Rynek biodiesla produkowanego z rzepaku będzie regulować specjalna Komisja Porozumiewawcza, w której po trzech przedstawicieli mają mieć rafinerie, zakłady estyfikacji rzepaku i jego producenci. Komisja ustalać będzie m.in. minimalne ceny biodiesla oraz warunki i terminy jego dostaw. (PAP)

Wiele zawodów nie ma przyszłości

Posady dla przewidujących

Skończone studia, znajomość języka obcego i obsługi komputera nie są już gwarancją znalezienia pracy. Przed bezrobociem może uchronić wybór kierunku kształcenia. Na zmianę zawodu trzeba być jednak przygotowanym co najmniej kilka razy w życiu.

Jak wynika z danych Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Białymstoku, najwięcej bezrobotnych w ogóle nie ma zawodu albo potrafi wykonywać jedynie prace proste, jak sprzątanie czy dozorowanie. Ze znalezieniem pracy bardzo duże kłopoty mają robotnicy – przed laty jedna z najbardziej uprzywilejowanych grup zawodowych w Polsce.

Bardzo duży wpływ na rynek pracy będzie miała w najbliższych latach zmniejszająca się liczba dzieci. W Narodowej Strategii Zatrudnienia przewiduje się, że liczba dzieci i młodzieży zmniejszy się o 1,6 mln osób w stosunku do 1998 r. Oznacza to utratę zatrudnienia m.in. dla nauczycieli w przedszkolach i szkołach. Szacuje się, że z powodu braku uczniów z zawodu będzie musiało odejść aż 100 tys. nauczycieli w całej Polsce.

Dlatego niektórzy nauczyciele przygotowują się do zmiany zawodu. Na własny koszt kształcą się na podyplomowych studiach i zdobywają nowe uprawnienia. Wiele nauczycielek nauczania początkowego (klasy I-III) uczy się języków zachodnich, aby w razie utraty pracy, zostać np. anglistką czy germanistką.

Według prognoz Międzyresortowego Zespołu do Prognozowania Po-



Za kilka lat bardzo poszukiwanymi pracownikami mają być m.in. ochroniarze

pytu na Pracę, w najbliższych latach najbardziej poszukiwani będą kierownicy małych i średnich zakładów pracy. Już teraz w prasie i urzędach pracy pojawia się coraz więcej takich ofert, ale dla osób z udokumentowaną praktyką zawodową.

Inne zawody, które mają mieć przyszłość, to m.in.: sprzedawcy, akwizytorzy, pracownicy do spraw finansowych i statystycznych, ochroniarze, architekci, informatycy, dziennikarze, księgowi, stomatolodzy, logopedzi, lekarze rodzinni, tłumacze, syndykowie, inżynierowie, robotnicy budowlani do robót wykończeniowych i

wykonywania stanu surowego budynków.

Za kilka lat ze znalezieniem pracownic mogą mieć duże problemy szpitale, które obecnie masowo zwalniają pielęgniarki. Niewiele dziewcząt decyduje się na podjęcie nauki w tym zawodzie. Dla polskich pielęgniarek jest coraz więcej ofert za granicą. Włosi kuszają np. „trzynastkami”, „czternastkami” oraz zwrotem kosztów podróży do Włoch i z powrotem do Polski. Za kilka lat pielęgniarki i opiekunki starszych osób będą potrzebne również w Polsce. Główny Urząd Statystyczny przewiduje, że społeczeństwo polskie zacznie się starzeć od około 2005 r. W 2010 r. co czwarty obywatel Polski będzie w wieku emerytalnym. Niewykluczone, że dopiero wtedy emeryci staną się cenionymi pracownikami.

Prognozy mogą się sprawdzić, jeśli w Polsce będą zachodziły podobne tendencje jak w latach 80. w krajach Unii Europejskiej. W ostatnich latach powstały jednak nowe zawody, na które zapotrzebowania nie przewidywano, jak np. specjalista do spraw public relations czy telemarketer. Niewykluczone, że po wejściu Polski do Unii Europejskiej będzie zapotrzebowanie na specjalistów do spraw pisanie wniosków o dotacje z Unii Euro-

dzinie w Białymstoku. Wszystkim zainteresowanym osobom będą udzielali bezpłatnych porad z zakresu:

- ubezpieczeń społecznych;
- prawa pracy;
- własnej działalności gospodarczej;
- pomocy społecznej;
- bezrobocia.

(MN)

Nie błądź po urzędach

W najbliższy poniedziałek (8 kwietnia) w godz. 12-14 w Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej przy ul. św. Rocha 13/15 (III piętro) odbędzie się dyżur specjalistów z ZUS, Wojewódzkiego Urzędu Pracy, KRUS, Okręgowego Inspektoratu Pracy, Izby Skarbowej, Podlaskiej Fundacji Rozwoju Regionalnego, Urzędu Miejskiego, Miejskiego Ośrodka Pomocy Ro-

bezrobotni będą zatrudniani w lasach za kilka tygodni

Zielone miejsca pracy

Trzy tysiące bezrobotnych ma być zatrudnionych przy porządkowaniu lasów, a dwa tysiące absolwentów szkół leśnych jako strażnicy w lasach – zakłada projekt „Zielone miejsca pracy”. Będzie można zarobić do tysiąca złotych miesięcznie.

O specjalnym programie zatrudniania bezrobotnych w lasach, przygotowanym przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej przy współpracy Ministerstwa Ochrony Środowiska, informowaliśmy w lutym.

Nie wiadomo jeszcze, gdzie osoby zainteresowane pracą w lasach mogą się zgłaszać. Prawdopodobnie nabór będzie prowadzony w najbliższych

tygodniach przez powiatowe urzędy pracy.

Szczegółowych informacji na temat zatrudniania bezrobotnych w lasach nie ma jeszcze Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku.

Informacje na ten temat jeszcze do nas nie dotarły – powiedziała Janina Mironowicz, dyrektor Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Białymstoku.

Każde województwo otrzyma limit bezrobotnych i absolwentów, którzy zostaną zatrudnieni. Miejsc pracy będzie tym więcej, im w województwie jest większa powierzchnia lasów i stopa bezrobocia. Do podziału jest około 20 mln zł.

Jak się dowiedzieliśmy, osoby zatrudnione w ramach projektu „Zielone miejsca pracy”, zarobią od 700 (absolwencji) do 1.000 zł (inni bezrobotni).

W Lasach Państwowych co roku wiosną i latem są zatrudniani bezrobotni w ramach prac interwencyjnych. Zbierają śmieci i pielęgnują szkółki leśne. Taką formą pomocy są zainteresowani zarówno bezrobotni, jak i Lasy Państwowe.

Nadleśnictwa z województwa podlaskiego zgłosiły zapotrzebowanie na zatrudnienie około 200 bezrobotnych. Najwięcej osób do sprzątania lasów jest potrzebnych przy szosach w okolicach Suwałk i Białegostoku. (MN)

□ Oferty pracy z powiatowych urzędów pracy w północno-wschodniej Polsce

– czytaj na str. 12.

□ Niemcy chcą zatrudnić legalnie obywateli polskich w gastronomii i hotelarstwie

– szczegóły na str. 13.

□ Pytania Czytelników o przepisy związane z prawem pracy, bezrobociem i ubezpieczeniami społecznymi

– czytaj na str. 13.

PRACA ☆ PRACA ☆ PRACA

ZATRUDNIĘ

APTEKA poszukuje kierownika. ☎0-608-84-00-71.

CHAŁUPNICZE od zaraz. ☎(0-24)355-72-62.

DEALER VW i audi „Sierko i Syn” Roman Sierko zatrudni blacharza, minimum 3 lata stażu. Białystok, Wysockiego 65.

FIRMA handlowa poszukuje agentów regionalnych do sprzedaży szyldów z brązu. Wysokie prowizje. SANEXIM Sp. z o.o. 05-092 Łomianki, skr. poczt. 43.

HOSTESSY - Warszawa. ☎0-607-116-871.

KIEROWCĘ na ciągnik z naczepą, przewozy do Rosji. ☎(0-85)66-26-900.

KOBIETĘ, stragan, Białystok, ☎0602-721-832.

MEŹCZYŹNI, kobiety- opieka, Włochy. ☎0-608-89-10-70.

OPIEKA, sprzątanie- Grecja. ☎0-504-437-041.

PILNIE. Zlecimy składanie długopisów (dostawa-odbior). ☎0-501-664-419.

PRACA w Szwecji. (0-89)541-09-86, 0505-93-83-59.

PRACOWALEŚ: Niemcy, Europa Zachodnia- odzyskujemy podatek. (0-71)385-20-18.

TELEANKIETOWANIE. ☎0-609-475-111.

ZATRUDNIĘ fryzjerkę z praktyką, Suwałki. (0-87) 563-07-23, 0605-789-097.

ZATRUDNIMY mężczyznę do sklepu z telefonami komórkowymi na terenie Łomży. ☎(089)539-12-92.

ZA TREŚĆ
REKLAM I OGŁOSZEŃ
REDAKCJA
NIE ODPOWIADA

Bezpłatne porady prawników

Państwowa Inspekcja Pracy zaprasza do skorzystania z bezpłatnych porad prawnych podczas dyżurów, które odbywają się w większych miastach województwa podlaskiego. Można pytać m.in. o zawieranie umów o pracę, urlopy, zwolnienia, pracę młodocianych, odprawy, nagrody jubileuszowe.

Plan dyżurów w najbliższych dniach:

- Augustów (4 kwietnia) – godz. 9-11 w Cechu Rzemiosł Różnych przy ul. Młyńskiej 34, godz. 12-15 w siedzibie „Solidarności” przy placu Zygmunta Augusta 9. Na interesantów będzie czekał Kazimierz Hałaburda;
- Siemiatycze (4 kwietnia) – godz. 11-12 w Starostwie Powiatowym przy ul. Pałacowej 17, godz. 12-15 w siedzibie „Solidarności” przy ul. Pałacowej 19. Porad udzieli Beata Zadykowicz;
- Dąbrowa Białostocka (8 kwietnia) – godz. 10-12 w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury przy ul. Tysiąclecia PP 4. Na pytania odpowie Marek Wojciechowski;
- Sokółka (8 kwietnia) – godz. 9-11 w siedzibie „Solidarności” przy ul. Piłsudskiego 8, godz. 11-13 w Starostwie Powiatowym przy ul. Piłsudskiego 8, godz. 13-15 w Urzędzie Miejskim przy placu Kościuszki 1. Będzie dyżurowała Marta Baczar;
- Wysokie Mazowieckie (8 kwietnia) – godz. 10-12 w Powiatowym Urzędzie Pracy przy ul. Ludowej 7. Porad udzieli Kazimierz Koper;
- Zambrów (8 kwietnia) – godz. 9-11 w Starostwie Powiatowym przy ul. Fabrycznej 3 (pokój 129). Na pytania odpowie Marzanna Kłama-Barzyk;
- Hajnówka (9 kwietnia) – godz. 9-11 w Starostwie Powiatowym przy ul. Zina 1, godz. 11-13 w siedzibie „Solidarności” przy ul. 3 Maja 24. Będzie dyżurował Marek Wojciechowski;
- Mońki (10 kwietnia) – godz. 9-11 w Starostwie Powiatowym przy ul. Słowackiego 5a, godz. 11-13 w siedzibie OPZZ, godz. 13-15 w siedzibie „Solidarności” przy ul. Kolejowej 2. Porad udzieli Marta Baczar;
- Bielsk Podlaski (11 kwietnia) – godz. 10-13 w Starostwie Powiatowym przy ul. Mickiewicza 46 (pokój 310), godz. 13-14 w siedzibie „Solidarności” przy ul. 3 Maja 17. Na pytania odpowie Beata Zadykowicz.

(MN)



OFERTY PRACY



Podane oferty pracy zostały zgłoszone przez pracodawców do powiatowych urzędów pracy i tam osoby zainteresowane otrzymają bardziej szczegółowe informacje

AUGUSTÓW

ul. Mickiewicza 2
tel. 644-77-08

- agent ubezpieczeniowy
- kosmetyczka - praca od 1 czerwca
- tokarz (2 osoby)
- kierowca - orzeczenie o niepełnosprawności, prawo jazdy kat. B
- technolog żywienia - wykształcenie wyższe
- pracownicy w hotelu - kucharka (2 osoby), pomoc kuchenna (2 osoby), recepcjonistki (2 osoby)
- przedstawiciel handlowy - branża wyrobów nierzewnych
- robotnik w gospodarstwie rolnym
- pomoc kuchenna - kobiety do lat 30 (7 osób)
- kelner-barman - znajomość języka angielskiego lub niemieckiego
- sprzedawca-kucharz
- kucharz
- księgowy - znajomość obsługi komputera, osoba niepełnosprawna
- kierowca - osoba niepełnosprawna, prawo jazdy kat. B

BIELSK PODLASKI

ul. 3 Maja 17
tel. 730-01-80

- pracownik do obsługi komputera - wykształcenie minimum średnie, mile widziany staż
- kierowca - prawo jazdy kat. C plus E
- dyrektor do spraw handlowych
- wykształcenie wyższe ekonomiczne, znajomość języków białoruskiego, ukraińskiego, rosyjskiego, angielskiego
- monter samochodowy - wykształcenie średnie mechaniczne

GIŻYCKO

ul. Gdańska 11
tel. 428-58-07

- przedstawiciel handlowy - branża wyrobów nierzewnych
- przedstawiciel handlowy - własny samochód dostawczy
- operator koparko-ladowarki - uprawnienia, mile widziane prawo jazdy kat. C
- szwaczka - praca w Starych Juchach, czas pracy dostosowany do rozkładu pociągów (2 osoby)

ŁOMŻA

ul. Nowogrodzka 1
tel. 216-75-11 wew. 296

- referent do spraw kosztów - wykształcenie wyższe ekonomiczne (ewentualnie średnie ekonomiczne i 5 lat stażu pracy w zawodzie), znajomość obsługi komputera, prawo jazdy kat. B
- kierownik biura reklamy - wykształcenie wyższe, doświadczenie zawodowe w marketingu, prawo jazdy kat. B
- dziennikarz - wykształcenie wyższe humanistyczne, prawo jazdy kat. B, „radiowy głos”
- frezer-tokarz - wykształcenie zawodowe kierunkowe, znajomość wykonywania zawodu, osoba z okolic Jedwabnego (5 osób)
- stolarz - wykształcenie zawodowe kierunkowe, znajomość wykonywania zawodu, osoba z okolic Jedwabnego (3 osoby)
- dyrektor do spraw technicznych - wykształcenie wyższe mechaniczne, staż pracy minimum 3 lata na stanowisku kierowniczym, obsługa programu Auto-Cad, dyspozycyjność, niekaralność, uregulowany stosunek do wojska
- kierownik robót budowlanych - wykształcenie wyższe budowlane, staż pracy minimum 3 lata, uprawnienia budowlane projektowe w zakresie instalacji elektroenergetycznych
- agent celny - wykształcenie minimum średnie (mile widziane wyższe), mile widziany staż pracy i aktualne uprawnienia
- geodeta - wykształcenie średnie (mile widziane wyższe), znajomość obsługi komputera
- cukiernik - wykształcenie średnie, staż pracy co najmniej 3 lata, znajomość wykonywania zawodu
- ślusarz-tokarz - wykształcenie średnie techniczne, znajomość spawania, mile widziany absolwent
- lektor - wykształcenie średnie, doświadczenie
- technik RTG - wykształcenie średnie kierunkowe
- piekarz - wykształcenie zawodowe kierunkowe, staż pracy minimum 3 lata, znajomość wykonywania zawodu
- robotnik fizyczny - wykształcenie zawodowe, osoba niekarana (10 osób)
- robotnik budowlany - wykształcenie zawodowe, osoba bez nałogów, umiejętność wykonywania zawodu, dobry stan zdrowia
- sprzedawca - wykształcenie zawodowe, obsługa kasy fiskalnej, staż pracy minimum 2 lata
- malarz-lakiernik samochodowy - wykształcenie zawodowe kierunkowe, staż pracy minimum 3 lata, uregulowany stosunek do wojska

OSTROŁĘKA

ul. 11 Listopada 68
tel. 760-33-77

- kucharz-barman - wykształcenie zawodowe średnie, kurs sanepidu, staż pracy minimum 3 lata
- glazurnik - wykształcenie zawodowe, staż pracy minimum 2 lata
- malarz - wykształcenie zawodowe, staż pracy co najmniej 2 lata
- murarz-tylnik - wykształcenie zawodowe, staż pracy minimum 2 lata
- kierowca - prawo jazdy kat. C plus E, minimum 3 lata stażu pracy w transporcie międzynarodowym
- magazynier - wykształcenie zawodowe, obsługa komputera, staż pracy minimum 2 lata
- krawcowa - wykształcenie zawodowe, staż pracy co najmniej 2 lata
- pracownik handlowy - wykształcenie wyższe ekonomiczne lub handlowe, staż 3-5 lat, znajomość obsługi komputera, język angielski lub niemiecki
- stolarz - staż pracy co najmniej 2 lata, umiejętność obsługi maszyn stolarskich
- operator traka taśmowego i stacjonarnego - staż pracy minimum 2 lata
- cukiernik - wykształcenie zawodowe, minimum sanitarne, staż pracy co najmniej rok
- krojczy - znajomość podstaw kroju i szycia
- kierownik hotelu - wykształcenie wyższe, znajomość języka angielskiego, obsługa komputera, praca w miejscowości Kiejkuty Stare (powiat Szczytno)
- nauczyciel języka angielskiego
- wykształcenie wyższe
- kierownik robót sanitarnych
- uprawnienia sanitarne
- magazynier - wykształcenie zawodowe, kurs sanepidu, obsługa wózków widłowych
- sprzedawca-kasjer - wykształcenie zawodowe, kurs sanepidu
- pracownik techniczny - wykształcenie średnie techniczne, prawo jazdy kat. B, znajomość podstaw działania i obsługi technicznego sprzętu biurowego, umiejętność wykonywania bieżących, drobnych napraw sprzętu technicznego, instalacji elektrycznych, stolarki
- przedstawiciel handlowy - osoba niepełnosprawna
- pracownik do obsługi komputera w zakresie projektowania - osoba niepełnosprawna
- pracownik do obsługi maszyny offsetowej - osoba niepełnosprawna

OSTRÓW MAZOWIECKA

ul. 3 Maja 55
tel. 745-33-93

- blacharz lakiernik
- kierowca - prawo jazdy kat. C plus E
- wulkanizator
- mechanik samochodowy
- przedstawiciel handlowy - branża zbożowa
- technolog produkcji - wykształcenie wyższe
- referent ekonomiczny - wykształcenie wyższe
- kelner-barman
- mechanik samochodowy

SOKÓŁKA

ul. Kryńska 40, tel. 711-56-46,
wew. 253, 254, 267

- pilarz - uprawnienia
- przedstawiciel handlowy - wykształcenie średnie, rozprowadzanie pomocy dydaktycznych w szkołach, samochód, telefon
- konsultant do spraw sprzedaży bezpośredniej - wykształcenie średnie, komunikatywność

- monter
- kamieniarz - wyrób pomników, doświadczenie zawodowe

WYSOKIE MAZOWIECKIE

ul. Ludowa 7, tel. 275-26-76,
wew. 255

- pracownik fizyczny - prawo jazdy kat. T
- doradca handlowy - wykształcenie wyższe, znajomość branży budowlanej
- piekarz - konieczny staż pracy w zawodzie
- kierowca - wymagany własny samochód dostawczy
- księgowy - wykształcenie wyższe ekonomiczne
- pracownik do obsługi komputera - praca w kawiarni internetowej

ZAMBRÓW

ul. Fabryczna 3
tel. 271-46-97 wew. 262

- kierowca - prawo jazdy kat. C, wykształcenie zawodowe
 - mechanik samochodowy - obsługa piaskarki
 - kamieniarz-szlifierz - osoby z okolic miejscowości Grądy-Woniecko
 - fakturzysta - wykształcenie średnie, obsługa komputera, minimum sanitarne
 - kierowca - prawo jazdy kat. C plus E, staż pracy w zawodzie minimum 5 lat
 - ubojowy - wymagany staż pracy w zawodzie
 - kierowca - własny samochód osobowy, prawo jazdy kat. B
 - sprzedawca - wykształcenie średnie, obsługa komputera, doświadczenie w handlu
- PUP w Zambrowie poszukuje także absolwentów studiów ekonomicznych, prawnych oraz marketingu i zarządzania z dobrą znajomością dwóch języków obcych.

zebr. (MN)

SUWAŁKI

ul. Kościuszki 71a, tel./fax
565-37-04

- tokarz - staż 3 lata
- technolog branży metalowej
- wykształcenie wyższe
- elektryk - staż, uprawnienia SEP do 1 KV
- szwaczka - staż minimum 2 lata
- agent ubezpieczeniowy - wykształcenie średnie
- mechanik - wykształcenie średnie, uprawnienia diagnostyczne
- technolog żywienia (żywienie zbiorowe) - wykształcenie wyższe, uprawnienia pedagogiczne
- elektryk samochodowy - wykształcenie średnie techniczne, staż 3 lata
- fryzjer - staż
- farmaceuta - wykształcenie wyższe lub średnie
- operator ładowarki
- szkutnik - staż przy konserwacji łodzi
- handlowiec - prawo jazdy kategorii B (absolwentka)
- szef kuchni - staż

zebr. (m)

MOŃKI

ul. Wyzwolenia 22
tel. 716-46-30

- wartownik cywilny - licencja I lub II stopnia (ochrona obiektów wojskowych)
- peklowacz - wykształcenie minimum zasadnicze (przetwórstwo mięsne)
- lekarz anestezjolog - wymagana specjalizacja i doświadczenie w tej dziedzinie
- tokarz-frezer - wymagane doświadczenie w zawodzie
- dyspozytor-kierowca - prawo jazdy kat. B, obsługa komputera, wykształcenie średnie
- lekarz okulista - wymagane doświadczenie w zawodzie
- lekarz medycyny rodzinnej
- kierowca - prawo jazdy kat. C i E
- lekarz laryngolog - wymagana specjalizacja i doświadczenie zawodowe
- nauczyciel języka angielskiego - wykształcenie wyższe
- nauczyciel języka niemieckiego - wykształcenie wyższe

EUROPEJSKI
FUNDUSZ BUDOWLANY
zatrudni na stanowisko:

DYREKTORA REGIONALNEGO

również na zasadzie umowy agencyjnej na teren sektora Północno-Wschodniego (woj. podlaskie, warmińsko-mazurskie)

Wymagania:

- wiek do 32 lat
 - samodzielność i kreatywność
 - czynne prawo jazdy
 - posiadanie własnego samochodu w okresie próbnym
 - preferowane będą osoby ze znajomością sprzedaży - konsorcjum
- Osoby zainteresowane prosimy o kontakt pod numerem telefonu: 0-602 141-319

4828025060

Prężnie działająca od 1989 roku
Szkoła Języków w Ostrołęce
zatrudni od września

Metodyka języka angielskiego

Wymagane:
ukończona filologia angielska, doświadczenie, umiejętność kierowania zespołem, kreatywność i inwencja.

Zapewniamy:
nowoczesne zaplecze dydaktyczne, możliwość rozwijania i podnoszenia kwalifikacji, kontraktową formę współpracy, atrakcyjne wynagrodzenie adekwatne do wkładu pracy.

Zapewniamy mieszkanie służbowe.

Nauczycieli języka angielskiego

w Ostrołęce, Łomży, Siedlcach

SJO ALMA MATER,
tel./fax (0-29)764-30-51,
e-mail: school@almamater.com.pl.

4828025060

W gastronomii i hotelach

Praca w Niemczech

Na rok lub dłużej pracodawcy w Niemczech chcą legalnie zatrudnić obywateli polskich w gastronomii oraz hotelarstwie. Oferta jest przeznaczona dla osób, które znają język niemiecki i nie skończyły 40 lat.

Niemcom potrzebni są pracownicy do kuchni, restauracji, hoteli (recepja, służby parterowe, służba piętér) oraz sieci gastronomicznej McDonald's.

Wszyscy kandydaci do pracy w hotelach i restauracjach muszą mieć wykształcenie zawodowe (mogą być absolwenci). O pracę w lokalach gastronomicznych mogą się również ubiegać ekonomiści oraz osoby z wykształceniem rolniczym o specjalności rynek rolny.

Osoby, które nie posiadają wymaganego wykształcenia, także mogą starać się o wyjazd do Niemiec. Muszą jednak udokumentować przeszkolenie, co najmniej 3-letnią praktykę w nowym zawodzie lub mieć dyplom czeladnika albo mistrza.

Za staż zawodowy będzie uznawany okres prowadzenia własnej działalności zawodowej, ale pod warunkiem, że jest prowadzona w ramach wyuczonego zawodu.

Niemcy zastrzegali, że nie zatrudnią osób, które są bezrobotne dłużej niż rok.

Wymagane dokumenty

- podanie w języku niemieckim;
- fotografia;
- kserokopie: świadectwa szkolnego (oryginał do wglądu), aktualnego świadectwa zdrowia, zaświadczeń o stażu pracy lub świadectw pracy z ostatnich 6 lat (jeśli były przerwy dłuższe niż 3 miesiące kandydat składa oświadczenie, co wtedy robił) wraz z tłumaczeniem na język niemiecki przez tłumacza przysięgłego.

Dokumenty muszą być przesłane do Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej najpóźniej do 28 kwietnia. Osoby zainteresowane składają jednak dokumenty w Wojewódzkim Urzędzie Pracy oraz jego oddziałach. Tam można również uzyskać szczegółowe informacje.

Wojewódzki Urząd Pracy w Białymstoku – ul. św. Rocha 13/15 (pokój 304);

Oddział Terenowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Łomży – ul. Nowogrodzka 1 (pokój 209);

Oddział Terenowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Suwałkach – ul. Przytorowa 9b (pokój 16).

(MN)

Internet to kopalnia wiedzy o szukaniu zatrudnienia za granicą. Nie zawsze zastąpią go tradycyjne listy.

Marzenia o wyjeździe

Otrzymaliśmy wiele listów i telefonów z prośbą o podanie adresów przydatnych przy poszukiwaniu pracy za granicą, zwłaszcza w USA i Wielkiej Brytanii. Przypomnijmy, trzy tygodnie temu pisaliśmy o pracy w zachodniej Europie i USA.

Podawaliśmy wtedy adresy internetowe, które mogą być przydatne przy poszukiwaniu pracy za granicą. Wiele osób nie ma jednak dostępu do Internetu i dlatego prosilo o „listowne” adresy, gdzie można byłoby się zgłosić.

Problem w tym, że napisanie tradycyjnego listu ma sens tylko w przypadku biur specjalizujących się w wyjazdach au pair (opiekunki dzieci). Jednak są to oferty skierowane wyłącznie do dziewcząt w wieku od 18 do 25-28 lat (w zależności od kraju), a wynagrodzenie jest niskie. Takie adresy mają często polskie powiatowe urzędy pracy (działy ofert zatrudnienia).

Inne strony internetowe trzeba – niestety – osobiście przeglądać. Pod niektórymi adresami, jak np. www.monster.com jest ponad 200 tys. ofert pracy na całym świecie, z podziałem na specjalizacje, kwalifikacje, regiony geograficzne itp.

Nie ma sensu wysyłanie listów do zagranicznych gazet, bo i tak nie odpiszą. Ogłoszenia o pracy zamieszczają za darmo właśnie w Internecie. Po przez ogłoszenia drobne pracodawcy nierzadko poszukują np. znających język polski opiekunki dzieci i starszych osób.

W wielu wypadkach osoba zainteresowana musi się skontaktować z pracodawcą także za pomocą Internetu.

Oprócz ofert, na stronach, które podaliśmy, są bardzo ciekawe in-

formacje – przygotowane przez Polonię – na temat sposobów poszukiwania pracy w poszczególnych krajach, jak się nie dać oszukać nieuczciwym pośrednikom, jakie są prawa i obowiązki pracownika, minimalne wynagrodzenie, a także poradniki dla polskich emigrantów (w tym jak zapisać dziecko do szkoły, zrobić prawo jazdy, ubezpieczyć się). Takie informacje – po polsku – podaje np. na swoich stronach internetowych (www.dziennik.com) Nowy Dziennik – znana gazeta polonijna w USA.

Osoby, które nie mają dostępu do Internetu lub nie umieją z niego korzystać, mogą szukać pracy za granicą w inny sposób.

Na przykład oferty legalnej pracy, które posiadają polskie urzędy pracy, podajemy na łamach „Współczesnej”. W tym roku ofert ma być więcej, zwłaszcza w Niemczech i południowej Europie. O pomoc w poszukiwaniu pracy warto poprosić rodzinę czy znajomych. Bardziej odważni jadą „w ciemno”.

Za granicą można korzystać z ogłoszeń zamieszczonych w prasie czy usług polonijnych agencji pośrednictwa pracy, które są we wszystkich polskich dzielnicach. Zwykle nie trzeba nawet znać języków obcych.

Podobnie jak w Polsce, należy jednak bardzo uważać na nieuczciwych pośredników oraz ostrożnie podchodzić do ofert pracy chałupniczej typu klejenie kopert czy składanie długopisów.

Trzeba także pamiętać, że do wielu krajów, w tym USA, nie jest łatwo otrzymać wizę. Bez wizy z wyjazdu nic nie wyjdzie.

(MN)

CZYTELNICY PYTAJĄ

Gospodarstwo w dzierżawie

– Jestem właścicielem gospodarstwa rolnego, które oddałem w dzierżawę na 10 lat. Pracuję w firmie na niepełnym etacie od ponad 20 lat. Czy w przypadku redukcji zatrudnienia będę miał prawo do zasiłku dla bezrobotnych oraz prawo do odprawy? Gospodarstwo ma 5,5 ha przeliczeniowego – Czytelnik w województwa podlaskiego.

W razie redukcji zatrudnienia w zakładzie pracy, nie będzie Pan miał prawa do zasiłku dla bezrobotnych. To, że gospodarstwo jest w dzierżawie nie ma znaczenia.

Ustawa o zatrudnieniu i przeciwdziałaniu bezrobociu, na podstawie której są wypłacane zasiłki dla bezrobotnych, mówi wyraźnie, że status bezrobotnego nie może mieć zarówno osoba, która ma gospodarstwo rolne o powierzchni powyżej 2 ha przeliczeniowych, ale go wydzierżawia komuś, jak i dzierżawca nieruchomości rolnej. Otrzymanie statusu bezrobotnego jest niezbędne, żeby otrzymać zasiłek dla bezrobotnych.

Co więcej, nie będzie się Pan mógł zarejestrować nawet jako osoba bezrobotna bez prawa do zasiłku dla bezrobotnych. Powiatowy urząd pracy będzie mógł Pana zarejestrować tylko jako osobę poszukującą pracy (nie będą z Pana opłacane składki na ubezpieczenie zdrowotne).

Odprawa zaś będzie Panu przysługiwała – wyjaśnia Beata Zadykiewicz, prawnik z Okręgowego Inspektoratu Pracy w Białymstoku. Faktycznie bowiem nie prowadzi Pan gospodarstwa rolnego lecz go wydzierżawiał.

Czy to był PGR?

– W czerwcu skończy 53 lata. Pracowałam 30 lat i 10 miesięcy, w tym 8 lat i 10 miesięcy w gospodarstwie rodziców, 21 lat w państwowym zakładzie doświadczalnym związanym z użytkami zielonymi, rok byłam na zasiłku dla bezrobotnych. Zasiłek dla bezrobotnych straciłam z dniem 3 stycznia br. W urzędzie pracy powiedziano mi, że nie przysługuje mi żadne stałe świadczenie. Miałam nadzieję, iż skorzystam ze świadczenia dla byłych pracowników PGR. Po złożeniu dokumentów uzyskałam odpowiedź, że zakład doświadczalny nie posiada statusu PGR. Wykonywałam taką samą pracę jak pracownicy PGR. Różnica jest tylko w nazwie zakładu – Czytelniczka z powiatu o bardzo wysokiej stopie bezrobocia.

Gdyby pracę w państwowym zakładzie doświadczalnym użytków rolnych uznano za zatrudnienie w państwowym przedsiębiorstwie gospodarki rolnej, miałaby Pani rzeczywistie szansę na otrzymanie świadczenia przedemerytalnego.

Ustawa o zatrudnieniu i przeciwdziałaniu bezrobociu, na podstawie której są przyznawane świadczenia przedemerytalne, nie wyjaśnia jednak co to jest „państwowe przedsiębiorstwo gospodarki rolnej”.

W Pani sytuacji jednym rozwiązaniem jest odwołanie się od decyzji, którą przysłał powiatowy urząd pracy (zakładamy, że nie była to ustna informacja lecz wniosek złożony na piśmie). Być może minął już termin odwołania (jest podany w zakończeniu pisma). W takim wypadku trzeba jeszcze raz złożyć wniosek o przyznanie świadczenia przedemerytalnego dla pracowników byłego państwowego przedsiębiorstwa gospodarki rolnej. Otrzyma Pani ponownie decyzję negatywną. Wtedy trzeba się odwołać, tak jak będzie w pouczeniu, do wojewody. Jeśli i wojewoda wyda negatywną opinię – odwoła się Pani do Naczelnego Sądu Administracyjnego. Zmiany decyzji na korzyść zainteresowanych bezrobotnych nie należą do rzadkości.

Każdy obywatel ma prawo składać wnioski w urzędach. Nie trzeba się przejmować tym, że urzędnik mówi, iż to nie ma sensu. Kto ma rację, w przypadku powiatowych urzędów pracy, decyduje właśnie wojewoda, a następnie NSA.

Wcześniej na emeryturę

– Jestem z rocznika 1944. Na PKP przepracowałem ponad 25 lat w warunkach szczególnych, a w innych przedsiębiorstwach ponad 6 lat. Przez 3 lata byłem na zasiłku dla bezrobotnych. Z kolei zostałem zwolniony z przyczyn zakładu pracy. Obecnie jestem bezrobotny i prowadzę gospodarstwo rolne wraz z żoną. Czy po ukończeniu 60 lat otrzymam emeryturę? – M.O.

Tak, może się Pan ubiegać o wcześniejszą emeryturę po ukończeniu 60. roku życia. Trzeba będzie oczywiście udokumentować okres pracy, o którym Pan wspomina i minimum 25 lat wykonywania pracy w warunkach szczególnych.

Brakujące lata

– Jestem z rocznika 1947. W państwowych zakładach przepracowałem łącznie 33 lata. Obecnie pracuję na czas nieokreślony. Miałem przerwę w pracy w latach 1971-1976. Czy mógłbym brakujące mi 2 lata do stażu wykazać pracę na gospodarstwie rolnym mego brata, które rodzice mu przekazali? Brakujące lata nie mogą doliczyć z gospodarstwa rolnego rodziców, ponieważ pierwszą pracę podjąłem w wieku 17 lat. Byłem zameldowany wspólnie z bratem w gospodarstwie rolnym. Gdybym został zwolniony z pracy z przyczyn zakładu, czy otrzymam świadczenie przedemerytalne? – Czytelnik z Hajnowki.

Aby otrzymać świadczenie przedemerytalne musi Pan udokumentować minimum 35-letni staż do emerytury. Na stan obecny brakuje dwóch lat.

Jest możliwość udokumentowania brakujących lat, zarówno w latach 1971-1976, jak i jednego roku (do skończenia przez Pana 17. roku życia) w gospodarstwie rolnym rodziców.

W obu przypadkach potrzebne będą następujące dokumenty: zaświadczenie z urzędu gminy, że rodzice i brat prowadzili gospodarstwo rolne, zaświadczenie o Pana zameldowaniu w tym okresie, zeznania dwóch świadków (ich podpisy potwierdzone w gminie), Pana oświadczenia, że pracował Pan w tym czasie w gospodarstwie rolnym.

Wiarygodność tych dokumentów oceni ZUS (świadczenia przedemerytalne wypłaca urząd pracy, ale oblicza

ZUS) i od tego będzie zależało, czy te okresy pracy zostaną Panu zaliczone.

Gdyby decyzja była niekorzystna dla Pana, trzeba się odwoływać do Sądu Pracy i Ubezpieczeń Społecznych. Każdy obywatel ma do tego prawo. W wielu przypadkach decyzje ZUS są zmieniane na korzyść zainteresowanego.

Zbieranie dokumentów warto zacząć już teraz, nawet jeśli nie otrzymał Pan wypowiedzenia z pracy. Przydadzą się w przyszłości.

Podobnie jak w przypadku odwołań od decyzji ZUS, można się odwoływać od decyzji powiatowego urzędu pracy. To nic nie kosztuje, a można wiele zyskać.

Z zasiłku na emeryturę

– Urodziłem się w 1949 r. W jednym zakładzie (branża meblarska) przepracowałem 33 lata i 10 miesięcy, w tym ponad 15 lat w warunkach szczególnych. Mam 53 lata. Od sierpnia 2001 r. jestem na zasiłku przedemerytalnym. Jakie świadczenie będzie mi przysługiwało w 2006 r.? Czy będę mógł przejść na wcześniejszą emeryturę? – M.W.

W 2006 r. nie będzie Pan mógł otrzymać ani świadczenia przedemerytalnego, ani wcześniejszej emerytury. Jest Pan bowiem za młody.

Warunki szkodliwe, jako takie, nie uprawniają do wcześniejszej emerytury, nawet, jeśli pracownik otrzymywał z tego tytułu pieniężne dodatki.

Do wcześniejszej emerytury uprawniają warunki szczególne lub w szczególnym charakterze. Trzeba mieć jednak dokument wydany przez zakład pracy, w którym podaje się, z jakiego wykazu (A lub B) rozporządzenia Rady Ministrów z 1983 r. w sprawie wieku emerytalnego pracowników zatrudnionych w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze była to praca.

Powinien Pan sprawdzić w dokumentach wydanych przez zakład pracy, czy firma powołuje się na wspomniane rozporządzenie. Jeśli tak, jest szansa na wcześniejszą emeryturę. Na przykład prace z wykazu A uprawniają do ubiegania się o emeryturę w wieku 60 lat dla mężczyzn, a z wykazu B – 55-60 lat.

W Pana przypadku (branża meblarska), najprawdopodobniej byłaby to praca z wykazu A, czyli o wcześniejszą emeryturę mógłby się Pan ubiegać po skończeniu 60 lat.

Osoby, które chciałyby uzyskać poradę z zakresu prawa pracy lub przepisów o bezrobociu, mogą przesłać pytanie do naszej redakcji. Prosimy o wpisanie pytania na kuponie, który drukujemy poniżej, i przesłanie pod adresem „Gazety Współczesnej” z dopiskiem „Praca”. Kupon można także wrzucić do żółtej skrzynki, która wisi przy wejściu do naszej białostockiej siedziby. Czytelnicy, pragnący zachować anonimowość mogą zaznaczyć, że nie chcą publicznego ujawniania swoich danych.

PRACA

Pytanie

Imię i nazwisko

„Gazeta Współczesna” ul. Suraska 1, 15-950 Białystok

GAZETA współczesna i gospodarka

Zdaniem rządu, firmy będą rozliczały się łatwiej i bez zbędnych formalności

Fiskus mniej szkodliwy

Bardziej przyjazne procedury rozliczeniowe, preferencje dla firm rozpoczynających działalność oraz rozszerzenie możliwości stosowania uproszczonych form opodatkowania to zmiany, które, zdaniem rządu, ożywią działalność sektora małych i średnich przedsiębiorstw.

Ministerstwo Finansów opracowało w ramach programu „Przedsiębiorczość” pakiet zmian, mający ułatwić przedsiębiorcom prowadzenie działalności gospodarczej. Zmiany, które mają uprościć procedury i zwiększyć skuteczność aparatu skarbowego, będą wprowadzone głównie w ustawach podatkowych. Nie oznacza to, że podatki będą niższe, przepisy jednak mają być

bardziej przyjazne dla firm. Projekt zmian ma zostać przyjęty przez rząd w kwietniu.

Taniej na początku

Uklonem w stronę osób rozpoczynających działalność ma być zwolnienie z wpłacania zaliczek na podatek dochodowy i składania deklaracji. Jeżeli np. podatnik rozpocznie działalność gospodarczą w pierwszej połowie roku, będzie zwolniony z wpłat zaliczek w tym roku podatkowym. Firmy będą musiały składać tylko jedno zeznanie za rok podatkowy (obecnie muszą składać dwa zeznania). Przewidziana została także ulga w spłacie zobowiązań podatkowych. Ich spłata razem z odsetkami będzie mogła zostać odroczone.

Ministerstwo zamierza także wprowadzić preferencje dotyczące inwestowania w nowe dobra inwestycyjne. Ma to być korzystna metoda amortyzacji, według której do kosztów uzyskania przychodów będzie można zaliczyć odpisy amortyzacyjne w wysokości 30 proc. wartości początkowej w pierwszym roku podatkowym.

Wyższe limity

Ministerstwo zaproponowało podwyższenie limitu przychodu uprawniającego do korzystania z rozliczenia w formie ryczałtu od przychodów ewidencjonowanych. Ryczałt ma obejmować więcej rodzajów działalności gospodarczej. Stawki karty podatkowej w przyszłym roku mają pozostać na poziomie z tego roku.

Innym przepisem, który ma ułatwić życie przedsiębiorcom, jest zlikwidowanie wymogu corocznego wybierania przez nich formy opodatkowania. Informowanie fiskusa ma być konieczne tylko w przypadku zmiany formy opodatkowania.

Zmiany przygotowane przez resort finansów obejmą także ustawę o VAT. Gdy nowe przepisy zaczną obowiązywać, małe i średnie firmy będą mogły płacić VAT co trzy miesiące. Będą mogły też rozliczać się z fiskusem dopiero po otrzymaniu pieniędzy za fakturę.

Zaproponowano też obniżenie niektórych stawek opłat skarbowych związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej.

(PAP)

(MG)

Podlaski Fundusz Poręczeniowy poręczył kredyty o największej wartości

Wsparcie dla firm

Podlaski Fundusz Poręczeniowy znajduje się na pierwszym miejscu w kraju wśród innych tego typu funduszy pod względem wartości udzielonych poręczeń kredytów – wynika z raportu Krajowego Stowarzyszenia Funduszy Poręczeniowych na temat działalności funduszy poręczeń kredytowych.

Monitoringiem Krajowego Stowarzyszenia Funduszy Poręczeniowych są objęte dwa regionalne fundusze poręczeniowe (w Białymstoku i Lublinie) oraz 14 lokalnych. Instytucje te zajmują się poręczeniem kredytów bankowych udzielanych firmom nie posiadającym wystarczających własnych zabezpieczeń. Przy wsparciu ze strony funduszy przedsiębiorstwa realizują nowe inwestycje i finansują bieżącą działalność. Dzięki poręczeniom funduszy w ciągu siedmiu lat banki udzieliły kredytów o wartości ponad 225 mln zł. Według sz-

cunkowych danych, klienci funduszy stworzyli ponad 4,2 tys. nowych miejsc pracy.

Podlaski Fundusz Poręczeniowy funkcjonuje od 1996 r. Przez sześć lat udzielił 389 poręczeń, dzięki którym przedsiębiorstwa otrzymały kredyty bankowe o wartości ponad 75 mln zł. Wartość obecnie zabezpieczanych przez PFP kredytów wynosi blisko 19 mln zł, a wartość aktualnych poręczeń to ponad 9,7 mln zł.

Z raportu Krajowego Stowarzyszenia Funduszy Poręczeniowych wynika, że Podlaski Fundusz Poręczeniowy plasuje się na pierwszym miejscu w kraju wśród innych tego typu funduszy pod względem wartości: poręczeń kredytów ogółem, aktualnych poręczeń i obecnie zabezpieczanych kredytów. Według Stowarzyszenia, działalność PFP przyczyniła się do utworzenia największej liczby nowych miejsc pracy – 813.

(d)

Terminal w Rosji

1,5 mln dolarów ma kosztować uruchomienie w Moskwie polskiego terminalu składowo-przeładunkowego, który ma powstać pod koniec tego roku na terenie Strefy Rozwoju Gospodarczego „Szeriozne” w pobliżu lotniska Szeremietiewo.

– Powstanie terminalu ma umożliwić i ułatwić polskim przedsiębiorcom dostęp do rynków wschodnich, a przede wszystkim do rynku moskiewskiego – powiedział w Łodzi Robert Karwow-

ski, prezes spółki Handlowy Dom Polski, która będzie realizować inwestycję.

Poinformował, że spółka ma możliwość wydzierżawienia pod terminal terenu w strefie na „bardzo preferencyjnych warunkach, tzn. na 49 lat ze stawką początkową 2 dolary rocznie za metr kwadratowy”. Jego zdaniem, terminal będzie spełniał dwie funkcje: składu celnego oraz składu konsygnacyjnego.

(PAP)

Pesymistyczne oceny

W marcu 70 proc. badanych źle oceniało sytuację ekonomiczną kraju, a dobrze tylko 6 proc. – wynika z badań Pentora. 24 proc. miało nastawienie neutralne, ani dobre, ani złe.

Porównując obecną sytuację gospodarczą z ubiegłym rokiem, 62 proc. uważa, że jest gorsza, 5 proc., że lepsza.

Według 33 proc. badanych, sytuacja się nie zmieniła.

Polacy nie zapatrują się dobrze na przyszłość. 43 proc. spodziewa się pogorszenia sytuacji gospodarczej w ciągu roku, poprawy oczekuje 20 proc., a 37 proc. nie przewiduje zmian.

51 proc. ankietowanych ocenia sytuację finansową swoich gospodarstw

domowych jako gorszą niż przed rokiem. Polepszenie deklaruje tylko 6 proc. badanych, a zdaniem 43 proc. ich sytuacja się nie zmieniła.

Pogorszenie sytuacji finansowej swojego gospodarstwa domowego w ciągu roku przewiduje 33 proc. Ponad połowa (53 proc.) nie oczekuje zmiany, a 14 proc. spodziewa się poprawy.

Prawie połowa respondentów (45 proc.) uważa, że ich środki finansowe im nie wystarczają. 33 proc. badanych twierdzi, że dochody wystarczają, a tylko 5 proc. jest w stanie zaoszczędzić.

55 proc. ankietowanych nie zgadza się na wyrzeczania, które poprawiłyby sytuację gospodarczą kraju, a 30 proc. akceptuje je.

69 proc. ankietowanych uważa, że z problemami gospodarczymi Polska może poradzić sobie sama, bez pomocy krajów zachodnich. Przeciwnego zdania jest 41 proc. badanych.

Prawie połowa (45 proc.) ankietowanych uważa, że polska waluta traci na wartości. Zdaniem 36 proc., jest stabilna, a 18 proc. uważa, że zyskuje na wartości.

40 proc. badanych opowiada się za wzrostem zaangażowania w Polsce kapitału zagranicznego. 35 proc. sprzeciwia się temu. Pozostałej części respondentów jest to obojętne.

Pentor przeprowadził sondaż w marcu na losowo wybranej grupie 1000 mieszkańców powyżej 15 lat.

(PAP)

Koalicje banków i towarzystw ubezpieczeniowych

Wspólne przedsięwzięcia

Współpraca banków z towarzystwami ubezpieczeniowymi jeszcze na dobre się nie zaczęła, a to co do tej pory pojawiło się na rynku, to dopiero początek prawie czteroletnich prac.

Po wielu nieudanych próbach łączenia banków z towarzystwami, tworzenia grup bankowo-ubezpieczeniowych, pojawiło się na rynku kilka firm z branży finansowej, które rozpoczęły współpracę. Jest zatem m.in. koalicja Warty i Kredyt Banku, Allianz i Pekao SA, PZU i BIG BG, a także grupa Nordea.

Pierwsza para rozpoczęła wspólne przedsięwzięcia w zeszłym roku. Po wadze takiej decyzji były zależności kapitałowe (główny akcjonariusz Kredyt Banku został znaczącym udziałowcem Warty). W zeszłym roku obie te firmy wprowadziły program pilotażowy, polegający na oferowaniu produktów ubezpieczeniowych w bankowych okienkach i odwrotnie, czyli sprzedaż produktów bankowych przez agentów ubezpieczeniowych.

– Za miesiąc produkty bankowo-ubezpieczeniowe znajdą się we wszystkich placówkach banku. Obecnie trwają jeszcze ostateczne ustalenia z Wartą dotyczące systemu informatycznego – powiedziała Izabela Mościcka rzeczniczka prasowa Kredyt Banku.

Przeciętny klient Pekao SA może skorzystać z oferty Allianz, czyli ubezpieczeniowego partnera banku. Jest to jednak dodatek do produktów bankowych, a nie samodzielnie funkcjonująca oferta. Podobnie jak w większości banków są polisy do wydawanych kart płatniczych lub ubezpieczenia do kredytów hipotecznych. Tylko jeden produkt ubezpieczeniowy był ściśle połączony z kredytem bankowym.

Niewiele słychać o współpracy PZU i BIG BG, ale raczej należy złożyć to na karb ciągłych negocjacji między udział-

owcami. Skarb Państwa i Eureko, czyli właściciele PZU (ten drugi jest związany z BIG BG) nie mogą dojść do porozumienia w sprawie prywatyzacji spółki. Eureko, które posiada 30 proc. akcji PZU, miało odkupić od Skarbu Państwa dodatkowe 21 proc. udziałów, jednak do tej pory sprawa jest otwarta.

Trudno uwierzyć we współpracę firm ze skandynawskiej grupy Nordea, skoro jedyny bank daje zarobić konkurencji. Nordea Bank Polska z Gdyni porozumiał się z towarzystwem Europa i skorzysta z jego oferty ubezpieczeń kredytów hipotecznych.

– Każda z jednostek jest samodzielną i samodzielnie podejmuje decyzję. Jeśli cena produktu jest konkurencyjna, to korzysta się z takiej oferty – powiedziała prezes Nordea Bank Polska – Gabriela Gryboś. Paweł Miller – szef Nordei Life (dawniej Heros Life) – dodał, że są to minusy wypracowywania wspólnej strategii i takich sytuacji należy unikać.

Jest też i „drugie dno” tej sytuacji. Właściciel radomskiej Nordei Ubezpieczenia Towarzystwo Tryg Baltica, zamierza opuścić struktury skandynawskiej grupy Nordea, wciąż jednak – jak zapewniają jej przedstawiciele – z nią współpracując. Niewykluczone zatem, że jeszcze w tym roku Nordea Ubezpieczenia zmieni nazwę na przykład na Tryg Polska.

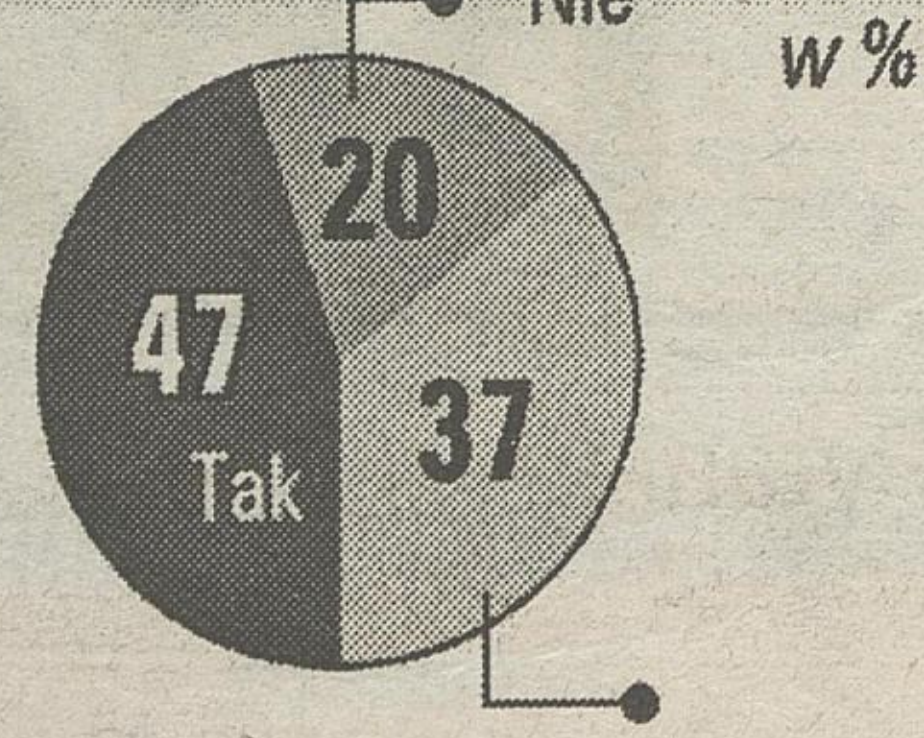
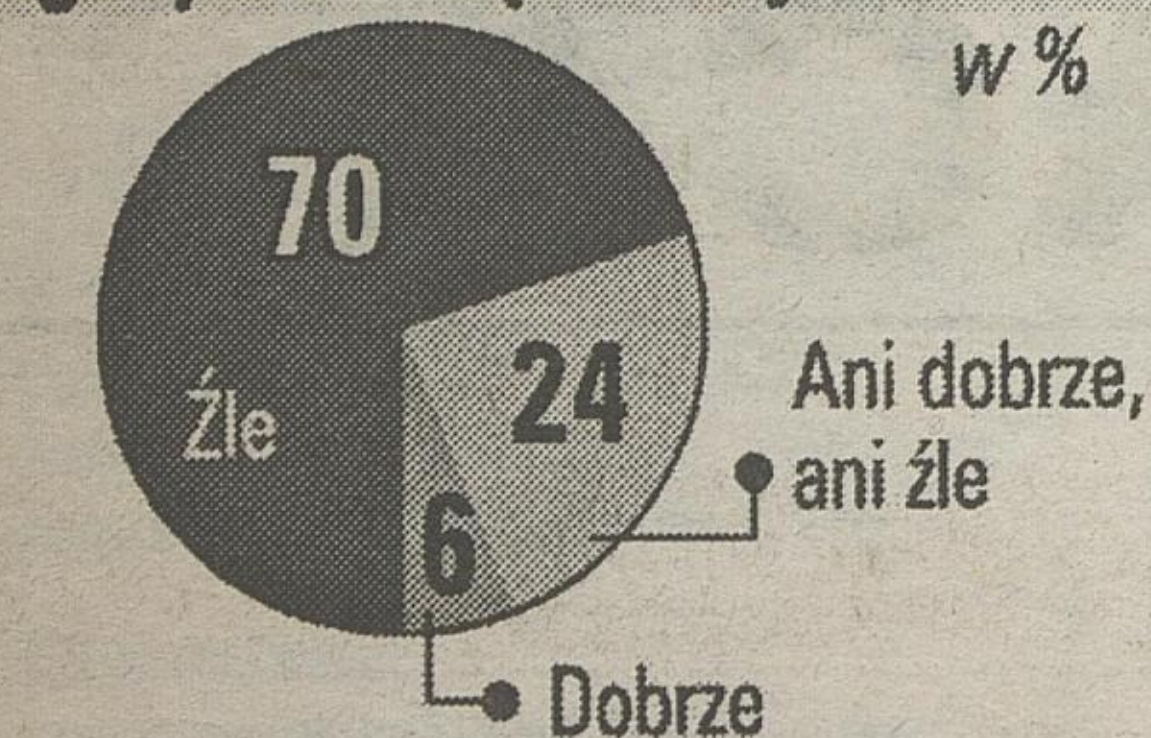
Na horyzoncie pojawia się nowy układ bankowo-ubezpieczeniowy. Citibank kupił Energo-Zycie, towarzystwo, które tak naprawdę nigdy nie działało. Otrzymało licencję na sprzedaż ubezpieczeń i na tym poprzestało. Jego właściciele bowiem kupili Heros Life. Polski Citibank zatem zacznie ubezpieczeniową działalność od nowa.

Robert Bombala (PAP)

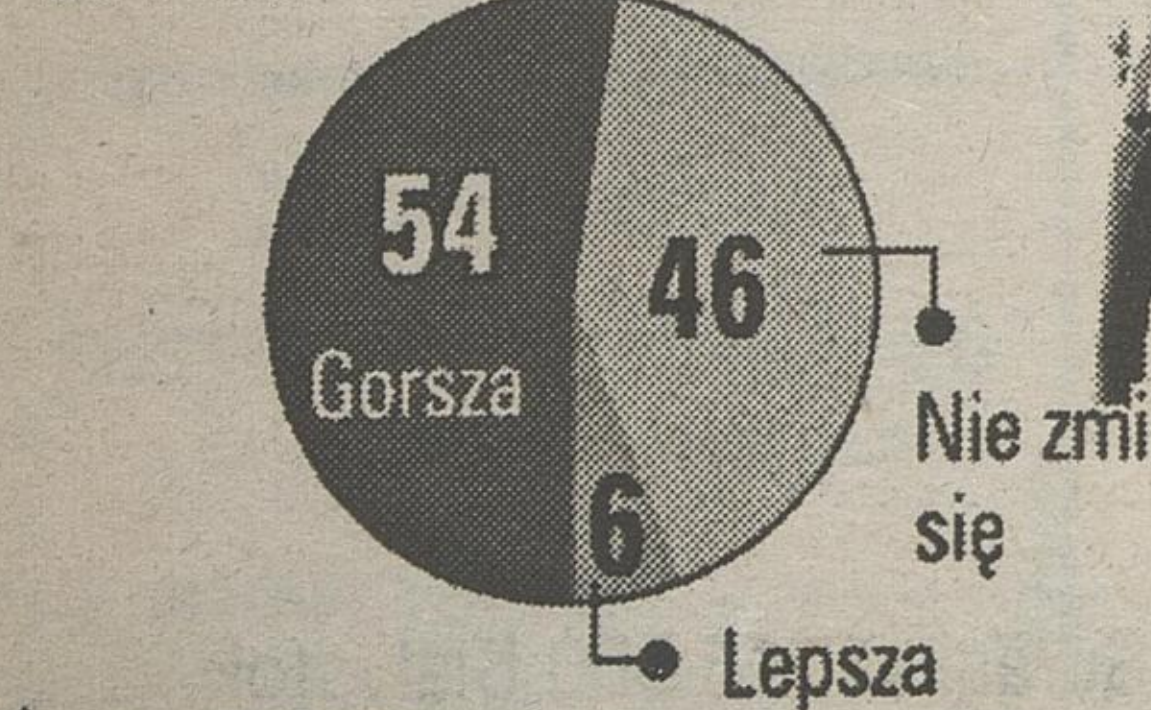
Polacy niezadowoleni z sytuacji gospodarczej

Jak oceniamy sytuację gospodarczą w kraju?

Czy sytuacja pogorszy się?



Jaka będzie sytuacja finansowa naszego gospodarstwa za rok?



Źródło: PENTOR

Infografika PAP

OPROCENTOWANIE KREDYTÓW GOSPODARCZYCH

Nazwa Banku	3	6	12	24	36	przeterminowane
BIG Bank Gdański	od 18,6 + marża	lub WIBOR + marża				37,2
BGŻ	od 18,25		od 19,75			1,5 stopy umownej
Bank Handlowy	18,5 + marża		lub WIBOR + marża			odsetki ustawowe
BOŚ	od 16,6	od 16,6		od 17,9		1,5 x ustawowe
BPH – PBK		WIBOR + marża				1,8 x ustawowe
BRE Bank		WIBOR + marża				WIBOR + marża powiększone o 50 proc.
BS Białystok	od 16,0	17,5	18,4	18,7	18,7	24
Bank Śląski		WIBOR + marża				odsetki ustawowe
Bank Wschodni		od 14,0				35,0
Bank Zachodni		WIBOR + marża, LIBOR + marża				2 x lombard
BUG SA		17,0	17,5	18,0	18,5	30,0
Invest-Bank		WIBOR 3,6 m-cznie + marża lub stopa kred. lombard + marża				1,5 stopy kredytowej
Kredyt Bank		WIBOR+marża				1,5 x odsetki ustawowe
Pekao SA		od 21,75+marża lub WIBOR+marża				1,5 x odsetki ustaw.
PKO BP obrotowy		WIBOR+od 0,5% m.		WIBOR+m. od 0,8%		34,0
Inwestycyjny		WIBOR+m. od 0,8%		WIBOR+m. od 1,3%		
PBK		WIBOR + marża				36,0
Warmińsko-Mazurski Bank Regionalny		od 20,0 albo WIBOR + marża				2,0 redyskonta weksli
Raiffeisen Bank		WIBOR + marża				odsetki podstawowe
Bank Pocztowy		od 10,25 + marża				25,0

Oprocentowanie lokat walutowych

Nazwa Banku	a vista	3	6	12	24	Minim. wkład
BIG Bank Gdański USD	–	1,0	1,0	1,0	1,0	200 USD
EURO	–	1,7	1,9	2,0	2,1	
BGŻ USD	0,5	1,0	1,05	1,15	1,15	250 USD
EURO	1,3	2,2	2,25	2,3	2,3	
Bank Handlowy USD	0	0,5	0,45	0,45	–	25 tys. USD
EURO	0,20	1,55	1,76	1,75	–	
BOŚ USD	1,0	1,3	1,4	1,5	1,6	500 USD
EURO	1,8	2,5	2,6	2,65	2,65	
BPH – PBK USD	0,1	0,9	0,95	1,0	1,05	300 USD
EURO	0,2	2,35	1,6	1,65	1,8	
ING Bank Śląski USD	0,5	1,1	1,1	1,1	–	100 USD
EURO	2,15	2,5	2,35	2,3	2,3	
Bank Zachodni USD	–	1,1	1,15	1,25	1,75	500 USD
EURO	–	2,15	2,2	2,3	2,4	
BRE Bank USD	–	1,3	1,7	2,12	–	5 tys. USD
EURO	–	2,65	2,86	3,28	–	
Kredyt Bank USD	0,8	1,3	1,4	1,4	1,45	100 USD
EURO	0,8	2,4	2,75	2,9	2,9	
Pekao SA USD	0,1	1,0	1,1	1,2	1,25	250 USD
EURO	0,5	1,5	1,6	1,7	1,8	
PKO BP SA USD	0,4	0,9	1,0	1,3	0,1	100 USD
EURO	1,0	2,3	2,2	2,1	0,5	

OPROCENTOWANIE LOKAT ZŁOTOWYCH

Nazwa Banku	a vista	ROR	1	3	6	9	12	24	36	Minim. wkład
BIG Bank Gdański	–	–	–	6,5-7,25	5,5-6,25	–	5,25-6,0	–	–	200 zł
BGŻ	0,75	2,75	6,05-6,45	5,95-6,35	6,25-6,65	–	6,75-7,15	8,25-8,65	–	50 zł
Bank Handlowy	2,2	–	8,6	8,0	7,6	8,66	8,6	–	–	10 tys. zł
BOŚ	3,0	5,0	8,5	9,0	9,2	8,9	8,95	9,0	9,0	500 zł
BPH – PBK	do 0,41	2,61-3,81	6,01-6,11	6,11-6,21	6,61-6,71	–	7,01-7,11	7,31-7,41	8,11	500 zł
BRE Bank	–	–	7,3	7,15	7,0	6,8	6,75	6,25	6,2	20 tys. zł
Bank Spółdzielczy Białystok	2,8	2,2	6,0-7,22	6,3-7,51	6,45-7,65	6,5-7,71	6,8-7,9	7,1-8,31	7,4-8,6	100 zł
ING Bank Śląski	–	4,0	8,0	7,0	7,0	–	7,0	–	–	do 5 tys. zł
Bank Wschodni	1,4	4,5	8,0	8,2	8,4	8,5	8,6	8,8	8,9	100 zł
Bank Zachodni	–	2,0-4,0	5,5	5,8	5,7	6,3	6,3	5,75	–	1000 zł
BUG SA	2,0	3,0	7,5	8,0	8,2	–	8,6	8,8	9,0	100 zł
Invest-Bank	–	2,0-3,5	do 7,5	do 7,4	do 6,9	–	do 8,3	do 8,8	–	200 zł
Kredyt Bank	0,5	1,5	7,3	7,6	8,2	8,0	8,1	8,3	8,3	200 zł
PKO BP SA	2,6	2,6-7,0	6,0-8,8	6,0-8,8	5,5-8,3	–	6,6-8,8	7,3-9,2	7,5-9,4	100 zł
Pekao SA	0,10	1,5	5,0	5,6	6,8	–	6,2	6,3	6,4	500 zł
Warmińsko-Mazurski Bank Regionalny	2,0	3,0	7,4	7,7	8,0	8,1	8,3	8,5	8,5	100 zł
Raiffeisen Bank	–	–	8,5	8,0	7,5	–	–	–	–	30 tys. zł
SBR „Sch”	–	5,0	8,4	7,9-8,1	8,1	8,2	8,5	8,6	8,7	1 tys. zł
Bank Pocztowy	2,5	–	7,0	8,0	8,75	8,85	9,0	9,1	–	–

Oferty współpracy

W dodatku „Współczesna i Gospodarka” prezentujemy wybrane oferty współpracy firm, jakie zostały przekazane do Podlaskiego Centrum Euro Info. Oferty firm zagranicznych napływają z innych ośrodków Euro Info w Europie, różnego typu organizacji działających na rzecz przedsiębiorców oraz Biur Radców Handlowych przy ambasadach RP.

UWAGA: Firmy zainteresowane złożeniem swojej oferty prosimy o kontakt z biurem Euro Info w Białymstoku (e-mail: sokol@pfr.bialystok.pl). Jednocześnie bardzo prosimy o informacje od firm, które dzięki publikowanym ofertom nawiążą współpracę.
Tel: (085) 732-80-61 Fax: (085) 732-38-21 e-mail: euroinfo@pfr.bialystok.pl

■ Firma zajmująca się usługami pralniczymi i czyszczącymi posiadająca certyfikat ISO 9002:1994/LST EN ISO 9002:1995 z zakresu usług pralniczych w 2001 roku, poszukuje partnera, który mógłby dostarczać innych usług, szczególnie interesujące to: zmiękczenie, wybielanie, impregnacja oraz podobne. Firma utrzymuje iż może dostarczać te usługi przy wykorzystaniu posiadanego sprzętu i technologii dostarczonej przez partnera.

Kontakt: Mr. G. Mikulenas, Firma: Joint stock company „FORITAS”; Adres: Ugnies 19, LT-3021 Kaunas, Litwa; Tel: +370 37 790844, 250373; Fax: +370 37 384321, 332144.

Język do kontaktu: angielski, niemiecki
Numer referencyjny: PL411/BC/311

■ Włoska firma zajmująca się cięciem; formowaniem i wykańczaniem granitu poszukuje kupców na swoje produkty. Granit jest wysokiej jakości i pochodzi z regionu Sardinia.

Kontakt: Mr Walter Farris / Mrs Cinzia Taccori; Firma: FAR.CO MARMI E GRANTI Srl; Adres: Zona Industriale r 09040 Guasila (CA) r Włochy; Tel: +39 070 986511; Fax: +39 070 9837212; e-mail: info@farcograniti.it; URL: http://www.farcograniti.it.

Język do kontaktu: włoski
Numer referencyjny: PL411/BC/312

■ Niemiecka firma zajmująca się technologią: odwadnianiem, wysuszeniem, utylizacją błota oraz oczyszczaniem ścieków poszukuje partnera z kapitałem w celu zawarcia współpracy (usuwania zanieczyszczeń i po-

zostałości z rafinerii z krajów Europy Wschodniej).

Kontakt: Mr Josef Merai; Firma: AQUEX Abwasser rund Schlammbehandlungssysteme GmbH; Adres: Zweigniederlassung, Sulzbachtalstrasse 38, D-66280 Sulzbach; Tel: +49 6897 569 170; Fax: +49 6897 569 171; e-mail: merai@aquex.de.

Język do kontaktu: angielski, niemiecki
Numer referencyjny: PL411/BC/313

■ Niemiecka firma z branży IT poszukuje kupców na oprogramowanie systemów zabezpieczeń i zarządzania informacją.

Kontakt: Mrs Alois Kraemer-Benterbusch; Firma: IQ-Soft GmbH; TriererstraBe 45, D-66265 Heusweiler; Tel: +49 6806 60 97 50; Fax: +49 6806 60 96 91; e-mail: Abenterbusch@iq-s.de

Język do kontaktu: angielski, niemiecki
Numer referencyjny: PL411/BC/314

■ Słoweńska firma zajmująca się rozwijaniem i produkcją elastycznych hydraulicznych wałków, posiadająca certyfikaty DVGW i BVQI ISO 9001 poszukuje dystrybutorów, handlarzy lub sprzedawców na swoje produkty.

Firma: Hidravlika Slavko Brzan s.p.; Adres: Babici 42b, 6273 Marezige, Słowenia; Tel: ++386 5 65512 20

Język do kontaktu: włoski, angielski, niemiecki, słoweński, chorwacki
Numer referencyjny: PL411/BC/315

■ Niemiecka firma poszukuje producentów przekrojowych konstrukcji stalowych. Stalowa rama przekrojowa składa się z: 1 wzmocnionej betonowej podłogi 65 lub 80 mm grubości, 4 ścian: profil od 40x40 do 80x50 mm, grubość materiału 1-2 mm; 1 suł; u; oddalenie profilu 60 cm. Firma jest zainteresowana otrzymywaniem 20 stalowych ram przekrojowych tygodniowo. Wymanagane jest spawanie i wiercenie do DN 50 oraz prace antykorozyjne. Konstrukcje te będą kompletowane w moduły pokojowe.

Kontakt: Michael Gunther; Firma: PlanTech Badsysteme GmbH; Adres: Zschortauer Str. 76, 04129 Leipzig, Niemcy; Tel: +49-(0)341/5631396; Fax: +49-(0)341/5631397; e-mail: PlanTech@t-online.de; URL: http://www.PlanTech-Badsysteme.de.

Język do kontaktu: angielski, niemiecki
Numer referencyjny: PL411/BC/316

■ Litewska firma zajmująca się szyciem, poszukuje partnerów zlecających im szycie ubrań (sportowych, męskich, damskich, roboczych), którzy pomogą rozwinąć firmę lub odkupią część firmy.

Kontakt: Mr Agnis Puhalskis; Firma: ARVO Ltd.; Adres: Talsu iela 11, Tukums LV 3100, Litwa; Tel: +371-3182099; Fax: +371-3181202; e-mail: Info.arvo@tukums.parks.lv; URL: http://www.arvo.lv.

Język do kontaktu: angielski, litewski, rosyjski
Numer referencyjny: PL411/BC/317

■ Firma produkująca jagody (porzeczki, truskawki, maliny, agrest), kieli oraz mrożone jagody, posiadająca różne drzewa owocowe, chłodnię przystosowaną do przechowywania 100 t poszukuje importerów. Obecnie sprzedaje swoje produkty na rynku litewskim i eksportuje do Szwecji, Estonii, Finlandii i Norwegii.

Kontakt: Mr Rimantas Zazekis; Firma: „Belvederio medelnyas” Lithuanian-Norwegian Ltd.; Tel/fax: 8-248-42333; e-mail: bel@kaunas.omnitel.net.

Język do kontaktu: angielski, litewski
Numer referencyjny: PL411/BC/318

■ Bułgarska firma zajmująca się przetwórstwem drzewa (dąb, jesion) oraz handlem meblami poszukuje współpracy z partnerami z tej samej branży.

Kontakt: Marin Raev, Firma: Viled, Adres: Bulgaria, 8000 Bourgas, 117 „Br. Miladinovi”; Tel: +359 56 286 37; Fax: +359 56 81 66 21; e-mail: viled@unacs.bg; URL: http://www.viled.unacs.bg.

Język do kontaktu: angielski
Numer referencyjny: PL411/BC/319

■ Litewska firma zajmująca się szyciem i haftowaniem, produkująca ubrania sportowe, bieliznę damską, itd. Jest zainteresowana nawiązaniem współpracy z podanego zakresu. Jeżeli istnieje taka możliwość, to partner będzie musiał ze swojej strony dostarczyć maszyny. Firma oferuje również dodatkowy teren wyposażony we wszystkie niezbędne udogodnienia.

Kontakt: Mr Raimundas Roze, Firma: UAB „READY”; Adres: Raudondvario pl. 164, Kaunas, Litwa; Tel: 37037 363457, 363341; Fax: 37037 362594.

Język do kontaktu: angielski, litewski
Numer referencyjny: PL411/BC/320

■ Czeska firma zajmująca się produkcją i sprzedażą odzieży dla niemowląt i dzieci jest zainteresowana nawiązaniem długoterminowej współpracy z hurtownikami. Firma chce dostarczać swoje produkty do dużych centrów handlowych.

Kontakt: Mrs Martina Jarolimkova; Firma: DANLEA; Adres: Blatenska 227/19; 341 01 Horazdovice, Czechy; Tel: +420 187 512 395, 732 429 649; Fax: +420 187 511 159; e-mail: sales-dep@danlea.com; URL: http://www.danlea.cz.

Język do kontaktu: angielski, niemiecki, francuski
Numer referencyjny: PL411/BC/321

III

Podlaskie Centrum Euro Info przy Podlaskiej Fundacji Rozwoju Regionalnego
Starobojarska 15
15-073 Białystok
Tel.: (085) 732-80-61;
Faks: (085) 732-38-21;
e-mail: euroinfo@pfr.bialystok.pl;
www.pfr.bialystok.pl;

opr. (d)

NOTOWANIA Z KANTORÓW – 2.04.2002 r. (za 100)

KANTOR	DOLAR		EURO		FUNT Bryt.		FRANK Szwaj.	
	kupno	sprzed.	kupno	sprzed.	kupno	sprzed.	kupno	sprzed.
„LEGIONOWA” Białystok	405,0	413,0	356,0	363,0	584,0	598,0	243,0	247,0
Elk ul. Wojska Polskiego	405,0	415,0	355,0	363,0	570,0	594,0	236,0	248,0
Lombard Zambrów	409,0	413,0	359,0	363,0	582,0	590,0	243,0	250,0
„NUMER 1” Łomża	408,0	411,0	357,0	360,0	582,0	595,0	243,0	247,0
„NON STOP” Suwałki	406,0	412,0	355,0	362,0	580,0	585,0	240,0	245,0
Ostrołęka ul. Starosty Kosa	405,0	417,0	356,0	365,0	570,0	590,0	235,0	245,0
Kurs NBP	408,5	416,76	356,02	363,22	582,41	594,17	243,02	247,92

WYBRANE OFERTY
PRZETARGOWE

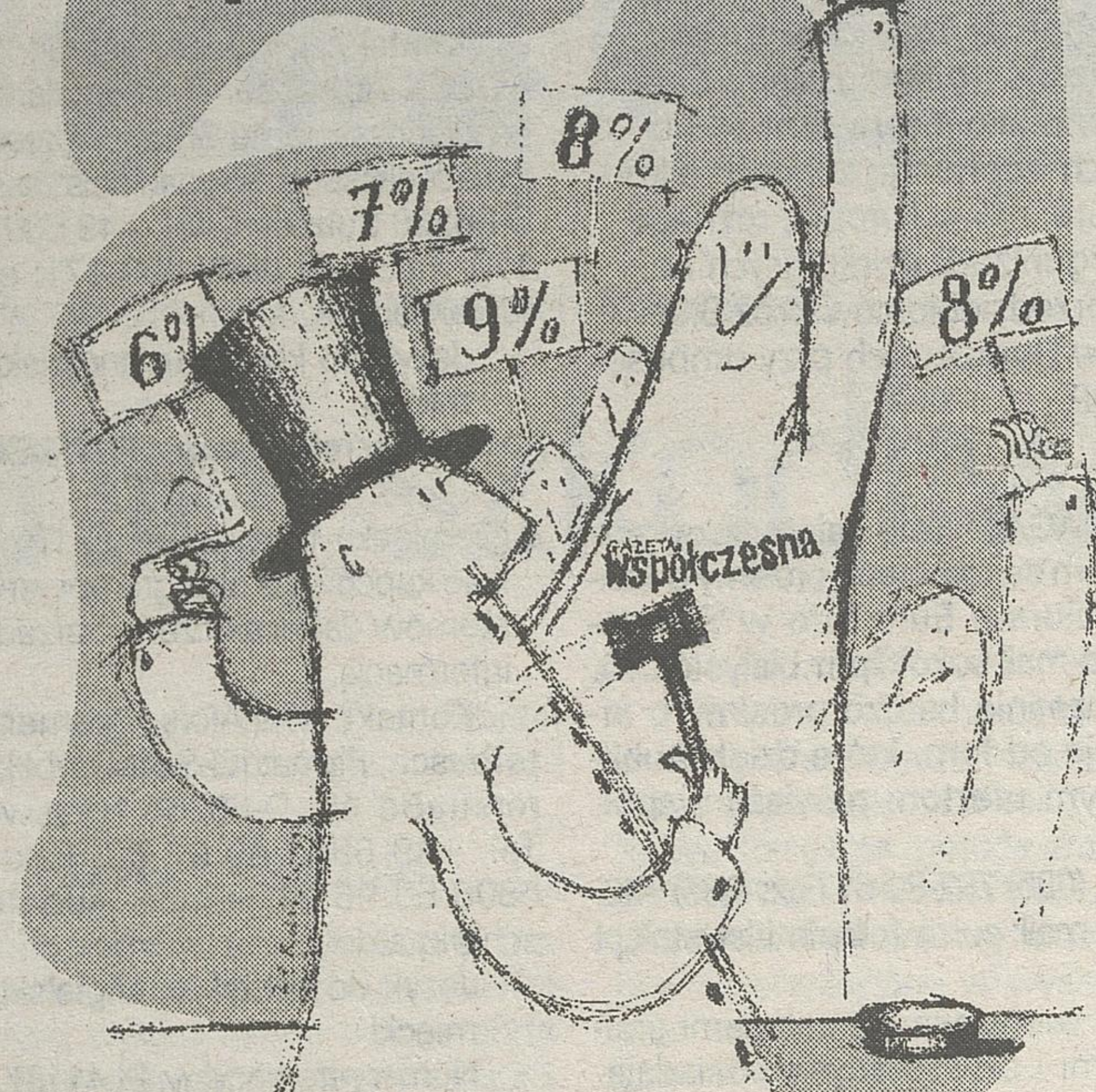
Co tydzień w Biuletynie Zamówień Publicznych drukowanych jest kilkadziesiąt ofert przetargowych. Oto kilka z nich dotyczących naszego regionu:

■ Zarząd Inwestycji Akademii Medycznej Białostok ogłasza przetarg nieograniczony na dostawę instrumentarium neurochirurgicznego. Miejsce realizacji: Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny w Białymstoku. Nie dopuszcza się składania oferty wariantowej. Termin realizacji (wymagany) – 8 tygodni od daty podpisania umowy. Wadium – 3000 zł. Specyfikację istotnych warunków zamówienia (cena: 30 zł) można odebrać w siedzibie zamawiającego lub za zaliczeniem pocztowym. Oferty należy składać w siedzibie zamawiającego. Termin składania ofert upływa 6.05.2002 r. o godzinie 11. Otwarcie ofert nastąpi 6.05.2002 r. o godzinie 12 w siedzibie zamawiającego. Postępowanie będzie prowadzone z zastosowaniem preferencji krajowych.

■ Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Akademii Medycznej Białostok ogłasza przetarg nieograniczony na dostawę leków (heparyny drobnocząsteczkowe). Dopuszcza się składanie ofert częściowych. Termin realizacji (wymagany) – 12 miesięcy. Specyfikację istotnych warunków zamówienia można odebrać w siedzibie zamawiającego lub za zaliczeniem pocztowym. Oferty należy składać w siedzibie zamawiającego. Termin składania ofert upływa 26.04.2002 r. o godzinie 10. Otwarcie ofert nastąpi 26.04.2002 r. o godzinie 12 w siedzibie zamawiającego. Postępowanie będzie prowadzone z zastosowaniem preferencji krajowych. W przetargu mogą wziąć udział oferenci spełniający warunki dodatkowe: posiadają koncesję na prowadzenie hurtowni farmaceutycznej; wyrażą zgodę na termin płatności nie krótszy niż 28 dni; oferowane materiały posiadają świadectwo rejestracji dopuszczające do stosowania w szpitalnictwie; wyrazi zgodę na stałość cen przez okres 90 dni, a potem zgodnie z SIWZ; oferowane leki posiadają termin ważności przynajmniej 6 miesięcy od daty dostarczenia do magazynu apteki.

■ Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Giżycko ogłasza przetarg nieograniczony na usługi kompleksowego utrzymania czystości w budynkach szpitalnych. Nie dopuszcza się składania oferty wariantowej. Termin realizacji (wymagany): 1.06.2002 r. – 31.05.2005 r. Wadium – 30.000 zł. Specyfikację istotnych warunków zamówienia (cena: 50 zł) można odebrać w siedzibie zamawiającego lub za zaliczeniem pocztowym. Oferty należy składać w siedzibie zamawiającego. Termin składania ofert upływa 30.04.2002 r. o godzinie 8. Otwarcie ofert nastąpi 30.04.2002 r. o godzinie 12 w siedzibie zamawiającego. Postępowanie będzie prowadzone z zastosowaniem preferencji krajowych. W przetargu mogą wziąć udział oferenci spełniający warunki dodatkowe: zrealizowali lub realizują bez żadnych zastrzeżeń, w okresie ostatnich 3 lat, co najmniej 2 zamówienia o charakterze i złożoności porównywalnej z zakresem niniejszego, to znaczy dotyczące usługi sprzątania wyłącznie w szpitalach polskich.

■ Podlaski Oddział Straży Granicznej Białostok ogłasza przetarg nieograniczony na budowę kompleksu strażnicy Straży Granicznej w m. Szudziałowo. Nie dopuszcza się składania oferty wariantowej. Termin realizacji (wymagany) – 31.10.2003 r. Wadium – 100.000 zł. Specyfikację istotnych warunków zamówienia (cena: 262,73 zł) można odebrać w siedzibie zamawiającego lub za zaliczeniem pocztowym. Oferty należy składać w siedzibie zamawiającego. Termin składania ofert upływa 23.04.2002 r. o godzinie 11. Otwarcie ofert nastąpi 23.04.2002 r. o godzinie 11.30 w siedzibie zamawiającego. Postępowanie będzie prowadzone z zastosowaniem preferencji krajowych. Opr. JBB

Przetarg na
przetarg
wygrała
WspółczesnaW każdą środę ogłoszenia przetargowe
z 10% rabatem

Jeśli chcesz, aby Twoje ogłoszenie
ukazało się w środę, przyslij (lub przynieś)
je do nas we wtorek do godz. 10.00.

Białostok, ul. Suraska 1/17, tel./fax (085) 748-74-30
Łomża, al. Legionów 7, tel./fax (086) 216-56-97
Suwałki, ul. Kościuszki 32, tel./fax (087) 566-57-26

OBWIESZCZENIE O LICYTACJI

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Zambrowie

podaje do publicznej wiadomości, że w dniu 22 kwietnia 2002 r.
o godzinie 10.00 w lokalu Urzędu Skarbowego w Zambrowie
przy ul. Jantarowej 16 odbędzie się sprzedaż w drodze publicznej
licytacji należących do "3B Produkty Drzewne" sp. z o.o.
w Grądach Woniecko niżej wymienionych ruchomości:

- strugarka czterostanna-SCM, model P-64B o wartości szacunkowej 15.000 zł,
- wózek widłowy-spalinowy CLARK C500, model Y80D o wartości szacunkowej 6.000 zł,
- piła formatowa WEHRMAN BUCO, model 80-3-280 o wartości szacunkowej 3.200 zł,
- piła wielotarczowa WALLER WEHRMA, model H351 ATE o wartości szacunkowej 2.800 zł,
- piła tarczowa KUPER o wartości szacunkowej 1.500 zł,
- sprężarka powietrza-kompresor, typ EKI - 2.500 o wartości szacunkowej 250 zł.

Cena wywoławcza na wszystkie ww. ruchomości wynosi 3/4 wartości szacunkowej. Ww. ruchomości można oglądać od dnia 15.04.2002 r. w Zakładzie Usług Motoryzacyjnych w Długoborzu II 33 w godzinach od 8.00 do 15.00.

Urząd Skarbowy nie ponosi odpowiedzialności za wady ukryte i stan techniczny ruchomości oraz zastrzega sobie prawo do unieważnienia licytacji bez podania przyczyn.

91102GLBL

TELEFONICZNA AGENCJA INFORMACYJNA
ODDZIAŁ BIAŁOSTOK ul. CIEPŁA 12 lok. 2

- ogólnopolska informacja o handlu, usługach, produkcji
- przegląd prasy artykuły i przetargi
- teleadresowe bazy danych podmiotów gospodarczych z terenu całej Polski
- pośrednictwo w ogłoszeniach



(0..85) 94-77

http://www.tai.com.pl
e-mail: taibs@tai.com.plinformacja
medyczna

94-39

- * Apteki
- * Gabinety
- * Przychodnie
- * Szpitale
- * Medycyna niekonwencjonalna

Wszyscy wiemy że my wiemy

N73902gwbh

BOLIX®
systemtynki akrylowe 108 kolorów
systemy ociepleń budynkówBOLIX®
system
kleje do płytek ceramicznych
posadzki samopoziomującewysokie rabaty
wykonawcom dociepleń
Regionalny Przedstawiciel
Białostok, ul. Płazowa 2, tel. 741-20-03,
tel./fax 741-20-53, tel. 675-27-78, 653-85-42

Likwidator PPHU "Ośrodek Maszynowy" sp. z o.o w Likwidacji
z siedzibą w Dąbrowie Białostockiej przy ulicy Kunawina 66
ogłasza przetarg na sprzedaż majątku trwałego firmy:

- tokarki, ● frezarki, ● automaty tokarskie,
- prasy, ● środki transportowe, ● szlifierki,
- wiertarki, ● inne

Przetarg odbędzie się w dniu 17.04.2002 r. o godzinie 10.00 w siedzibie przedsiębiorstwa. Wadium w wysokości 10 procent ceny wywoławczej należy wpłacać w kasie najpóźniej do godziny 9.30. Likwidator zastrzega sobie prawo odstąpienia od przetargu bez podania przyczyn. Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu 712-11-75 lub 712-13-15.

Maszyny można oglądać codziennie w godzinach 7-15.

(635102GWBO)

Komornik Sądowy Rewiru I przy Sądzie Rejonowym w Suwałkach podaje do publicznej wiadomości, że w dniu: 6.05.2002 r. o godz. 9.00 w kancelarii Komornika Sądowego rew. I przy Sądzie Rejonowym w Suwałkach, ul. Sejneńska 51, pok. 301, odbędzie się II licytacja nieruchomości:

- nieruchomości gruntowej położonej w miejscowości Szwajcaria, powiat Suwałki, na działce o numerze geodezyjnym 22546, o powierzchni 0,6392 hektara, mająca urządzoną księgę wieczystą w Wydziale Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Suwałkach KW 25914.

Wartość szacunkowa nieruchomości wynosi 19.815,00 zł.

Cena wywołania 13.210,00 zł.

Przystępujący do licytacji winni wpłacić rękojmię w wysokości 1.981,50 zł.

Nieruchomość stanowi wspólność ustawową Jadwigi i Aleksandra Stanisława małż. Gejzler, zamieszkałych w miejscowości Szwajcaria 9, powiat Suwałki.

89602GSBS

"PAGED" Zakład Drzewny
w Czarnej Białostockiej Sp. z o.o.
sprzeda lub wdzierżawi

hałę produkcyjną o pow. 625 mkw. oraz wiatę
z konstrukcji stalowej (możliwość demontażu)
o pow. 930 mkw. z suwnicą, boczną koleją,
rampą załadunkową i budynkiem
administracyjno-socjalnym.



Paged

ZAKŁAD DRZEWNY

CZARNA BIAŁOSTOCKA sp. z o.o.
ul. Tartaczna 7, tel. (0-85) 710-39-60, 710-39-62
fax (0-85) 710-39-48

Rejon Energetyczny Białostok Teren przeprosza odbiorców
energii elektrycznej za przerwy w dostawie, które wystąpią
w niżej podanych terminach i wymienionych miejscowościach:

dn. 8.04.02 w godz. 8.00-15.00 - Chraboby V, Wasilków, ul. Suprańska, Pogodna;

w dn. 8-10.04.02 w godz. 8.00-15.00 - Downary Plac, Owieczki, Żodzie;

w dn. 8-12.04.02 w godz. 8.00-15.00 - Fasty kol. V k.Dzikich, Dzikie
- wyłączenia rotacyjne związane z przeglądem linii niskiego napięcia.

dn. 09.04.02 w godz. 8.00 - 15.00 - Hryniewicze, Peńskie kol. II, Supraśl;
ul. Nowy Świat od Zielonej w stronę Pstrągarni i Pstrągarnia.

w godz. 8.00 - 17.00 - Rogówek I, Rogowo, wieś, Majątek, kol. II), Śliwno,
Pańki (wieś i kol.), Kruszewo (wieś i kol.)

dn. 10.04.02 w godz. 8.00 - 15.00 - Ruda Kulik, Supraśl, ul. Kościelna, Dolna,
Konopnickiej, Piłsudskiego od Spółdzielczej do Kościelnej.

dn. 11.04.02 w godz. 8.00 - 15.00 - Białosuknie (wieś, wodociąg, kol. I),
Supraśl, ul. Szkolna, Osiedle Robotnicze, Żwirki i Wigury, Słowackiego.

W związku z planowanymi wyłączeniami energii elektrycznej nastąpią kilkuminutowe zaniki napięcia dla sąsiednich miejscowości w terenie i części osiedli podanych miast, do których ww. ulice należą. Wyłączenia dotyczą również urzędów, zakładów usługowych i warsztatów rzemieślniczych zasilanych ze stacji transformatorowych w ww. miejscowościach i przy podanych w informacji wyżej ulicach.

Informacja o wyłączeniach podana jest również w Internecie na stronie www.zeb.com.pl. Dodatkowych informacji udziela Rejonowa Dyspozycja Ruchu Białostok Teren, tel. 73-29-105 czynna całą dobę oraz Posterunki Energetyczne obsługujące ww. miejscowości.

M641602GWBO

Młodzieżowa Spółdzielnia Mieszkaniowa Elwa
w Bielsku Podlaskim ogłasza przetarg nieograniczony
na wykonanie dociepleń szczytów dwóch bloków.

Szczegółowe informacje można uzyskać w biurze MSM
Elwa 17-100 Bielsk Podlaski, ul. Mickiewicza 87A/7
w każdy wtorek i czwartek w godz. 18-20, tel. (085)
730-67-38.

Informację w innym terminie można uzyskać pod tel. kom.
0501-081-570, 0604-541-584.

635602GWBO

Wójt Gminy Kolno udzieli dotacji dla oferentów z terenu miasta i gminy Kolno
na sfinansowanie przygotowania ciepłych posiłków jednodaniowych
dla uczniów szkół podstawowych i gimnazjów z terenu gminy Kolno.

1. Rodzaj zadania: przygotowywanie jednego ciepłego posiłku jednodaniowego dla 100 uczniów w dniach nauki szkolnej w okresie od 15 kwietnia 2002 roku do 20 czerwca 2002 roku.
2. Wysokość środków finansowych dotacji: 9.200 złotych.
3. Odbieranie i wydawanie posiłków gmina zapewni we własnym zakresie.
4. Wzór oferty można otrzymać w Sekretariacie Urzędu Gminy Kolno.
5. Do przedstawionej oferty oferent winien dołączyć 10-dniowy jadłospis, uwzględniający rodzaj i ilość posiłku.
6. Oferty należy składać do dnia 11 kwietnia 2002 roku do godz. 10.00 w Sekretariacie Urzędu Gminy Kolno przy ul. Wojska Polskiego 20. Telefon kontaktowy: 278-25-89 lub 278-25-67.

91302GLBL

INFORMATOR WYSOKOMAZOWIECKI



W latach 1999-2001 zmodernizowano
ogrzewanie w prawie połowie zasobów
komunalnych

Nowoczesne ciepło

Ostatnie lata w działalności Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej w Wysokim Mazowieckiem to intensywne prace nad modernizacją instalacji centralnego ogrzewania. W wielu budynkach nie unowocześniano jej bowiem od lat 50-tych i 60-tych.

Wykonanie instalacji c.o. wiązało się z przygotowaniem dokumentacji technicznej, kanałów wężła ciepłego kotłowni i wreszcie instalacji wewnętrznych.

W roku 1999 wykonana została instalacja c.o. wraz z doprowadzeniem ciepła z sieci miejskiej do 4 budynków mieszkalnych wielorodzinnych, dotąd ogrzewanych piecowo (łączna powierzchnia użytkowa w budynkach to 5,6 tys. mkw.). W roku 2000 ZGM wykonał instalację ciepłą w dwóch budynkach (o powierzchni 7 tys. mkw.) zasilaną z sieci miejskiej. Natomiast dla potrzeb pięciu budynków została wykonana kotłownia gazowa do poszczególnych budynków usytuowanych na obrzeżach miasta, które są użytkowane od początku lat 50-tych. W roku 2000 ZGM wykonał instalację c.o. w trzech budynkach ogrzewanych z tej kotłowni (łączna powierzchnia to 823 mkw.). W roku 2001 doprowadzone zostało ciepło z lokalnej kotłowni i wykonano instalację c.o. w budynku o powierzchni 516 mkw.

Obecnie 95 proc. zasobów mieszkalnych, którymi administruje Zakład Gospodarki Mieszkaniowej, wyposażonych jest w instalację centralnego ogrzewania, przy czym modernizacja

ogrzewania prawie połowy z nich wykonana została w okresie ostatnich trzech lat.

W roku 1999 ZGM wykonał ponadto kotłownię gazową (wraz z przyłączem gazowym) w budynku dworca PKS, a także wymianę pokryć dachowych dworca i budynku przy ul. Jankowskiego. Zaadaptował pomieszczenia po oddziałach szkolnych klas „0” do potrzeb biblioteki pedagogicznej w budynku przy ul. Armii Krajowej. Koszty prac pokryte zostały ze środków starostwa wysokomazowieckiego.

W roku 2000 wykonano kotłownię gazową w budynku biurowym przy ul. Białostockiej oraz dokumentację techniczną adaptacji tegoż budynku na wielorodzinny mieszkalny.

W roku 2001 we własnym zakresie ZGM zrealizował modernizację dojazdów, wykonanie nowych chodników przy budynkach mieszkalnych przy ul. Ludowej 52, Armii Krajowej 2 i 4, 1 Maja 7B i 2. Z dotacji celowej miasta wykonana została adaptacja budynku biurowego na 12-rodzinny.

Przez cały ten okres w ZGM na stałe zatrudnionych było 17 pracowników. W okresach letnich, ze względu na prace budowlane i remontowe, zatrudnienie wzrastało.

W kosztach wszystkich inwestycji partycypowali mieszkańcy, wiele wykonano właśnie z ich inicjatywy. Ich zaangażowanie i wkład finansowy mobilizował samorząd do szybkiej realizacji i starannego wykonania prac.



Jeszcze w tym roku w budynku dawnej kotłowni powstanie Centrum Kształcenia Zawodowego

Nowe przeznaczenie starej kotłowni węglowej

Porozumienie miasta i powiatu

W budynku byłej kotłowni na os. Zorza powstanie Centrum Kształcenia Zawodowego. Samorząd miejski nieodpłatnie przekazał starostwu nieruchomość.

Wysokie Mazowieckie jako jedno z nielicznych miast uporało się z emisją spalin do atmosfery. Gazyfikacja miasta dała możliwość zmiany paliwa grzewczego na ekologiczne. Zmodernizowano osiedłowe kotłownie, a miejska, opalana węglem, przestała być potrzebna. Zlokalizowana w pobliżu os. Zorza była uciążliwym sąsiadem. Jej zamknięcie poprawiło warunki mieszkania w okolicy.

Obiekt kotłowni nie mógł pozostać bez gospodarza. Gdy zainteresowała się nim firma Novapoll, zamierzająca uruchomić produkcję klejów i zapraw, zarząd miasta przy akceptacji radnych, wydzierżawił jej obiekt. Inwestor dokonał adaptacji i częściowego remontu budynku, a także stworzył kilka miejsc pracy. Produkcja ruszyła, choć budziła zastrzeżenia u wielu mieszkańców os. Zorza. Po dwóch latach sytuacja rynkowa zmusiła firmę do wstrzymania produkcji i rezygnacji z dzierżawy. Problem zagospodarowania kotłowni powrócił. Znalezienie kolejnego dzierżawcy było trudne, ponieważ sąsiedztwo osiedla i szpitala ogranicza zakres działalności.

W tym czasie władze powiatu rozpoczęły tworzenie sieci szkół

ponadgimnazjalnych. Pośród wielu zmian Rada Powiatu m.in. zdecydowała o utworzeniu z dn. 1.09.2002 r., na bazie dotychczasowych Warsztatów Szkolnych Zespołu Szkół Zawodowych im. St. Staszica, nowej placówki oświatowej, Centrum Kształcenia Zawodowego. Będzie to placówka oświatowa organizująca zajęcia praktyczne i praktyki zawodowe uczniom ponadgimnazjalnych szkół zawodowych oraz praktyki studenckie. Ma docelowo pełnić funkcję ośrodka doskonalenia kadr nauczycielskich, nauczać praktycznych umiejętności i kwalifikacji potwierdzonych certyfikatami uprawniającymi do wykonywania zawodu. Tutaj będzie można nauczyć się poruszania na rynku pracy.

W skład nowej placówki wchodzi Centrum Kształcenia Praktycznego, służące uczniom i słuchaczom szkół zawodowych (w tym dla dorosłych) oraz innym osobom skierowanym na przeszkolenie. Drugim segmentem placówki jest zasadnicza szkoła zawodowa o 2- i 3-letnim cyklu kształcenia w zawodach: mechanik pojazdów samochodowych i kucharz małej gastronomii oraz prowadząca oddział wielozawodowy. Pierwszy nabór uczniów do szkoły rozpoczyna się 15 kwietnia 2002 r. W centrum funkcjonuje też samochodowy warsztat szkolny, ośrodek szkolenia kierowców i stacja kontroli pojazdów.

Prowadzenie tak szerokiej działalności nie byłoby możliwe na terenie warsztatów szkolnych. W wyniku porozumienia starostwa i miasta, wypracowano nowe rozwiązanie, które stwarza nowej placówce perspektywę rozwoju. Władze miasta nieodpłatnie przekazały powiatowi kotłownię wraz z działką. Rada Powiatu zdecydowała o budowie na tym terenie obiektów na potrzeby centrum.

Inwestycja rozpocznie się już w tym roku. Pierwszy etap (do końca 2004 r.) obejmie budowę budynku dydaktycznego, adaptację pomieszczeń na salę gimnastyczną oraz budowę stacji kontroli pojazdów, o pełnym zakresie uprawnień. Koszt realizacji tego etapu przekroczy 2 mln zł. W drugim etapie wybudowany zostanie warsztat samochodowy i mechaniczny oraz plac manewrowy do nauki jazdy.

Wspólnym wysiłkiem władz miasta i powiatu uda się rozwiązać szereg kwestii. Poprawi się baza kształcenia zawodowego, młodzież będzie miała możliwość zdobywania atrakcyjnych zawodów, ułatwione zostanie poszerzanie lub zmiana kwalifikacji zawodowych przez dorosłych. Powstaną miejsca pracy, a miasto zyska kolejny obiekt, będący jego wizytówką.

Podjęte decyzje są doskonałym potwierdzeniem dobrej współpracy pomiędzy samorządem miejskim i powiatowym.

Budżet uchwalony

22 marca 2002 r. Rada Miasta Wysokie Mazowieckie uchwaliła budżet na rok 2002.

Prace nad budżetem trwały trzy miesiące. Radni na posiedzeniu komisji zapoznawali się z projektem budżetu przygotowanym przez Zarząd Miasta. Wzorem lat ubiegłych budżet nastawiony jest na inwestycje. W tym roku na ten cel przeznaczona zostanie kwota 4,7 mln zł,

czyli 36,7 proc. wszystkich zaplanowanych wydatków.

Cały budżet zamyka się kwotą 13,4 mln zł, z czego 49 proc. to wydatki na oświatę i wychowanie. W tej kwocie 2,3 mln zł przeznaczono na inwestycje oświatowe. W związku z tym, że jest to ostatni rok kadencji Rady Miasta, podjęła ona decyzję o zakończeniu rozpoczętych inwestycji.

„Informator Wysokomazowiecki” redagowany jest przez Urząd Miejski w Wysokim Mazowieckiem. Ukazuje się w „Gazecie Współczesnej” w każdą pierwszą środę miesiąca.

Urząd Miasta
ul. Ludowa 15
18-200 Wysokie Mazowieckie
tel. (0 xxxx 86) 275 25 92
www.wysokiemazowieckie.pl
e-mail: umwysmaz@poczta.onet.pl

Hiszpański ksiądz zainstalował urządzenie zagłuszające komórki

Parametry modlitwy

Pewlen ksiądz z miasta Moralra na południowo-wschodnim wybrzeżu Hiszpanii, mając dość dzwonek telefonów komórkowych w czasie mszy, zainstalował w kościele urządzenie zagłuszające, aby nikt nie zakłócał modlitwy wiernych.

Pastor Francisco Llopis powiedział, że różne dzwonki i melodie z wszechobecnych dzisiaj telefonów komórkowych są nie do pogodzenia z ciszą i skupieniem, wymagającym w czasie nabożeństwa.

Kościół Llopisa jest pierwszym w Hiszpanii, w którym zainstalowano urządzenie, wysyłające słabe sygnały radiowe, przerywające fale pomiędzy komórkami a masztami telefonii komórkowej. Pastor twierdzi, że kiedy włącza mechanizm, ma pewność, iż modlitwa ma „właściwe parametry”.

Kontrowersyjny mechanizm skonstruowano po to, by pomóc w stworzeniu cichych stref w takich miejscach, jak restauracje, teatry, kina i biblioteki. Komercyjne systemy za-

głuszające są nielegalne w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie i Wielkiej Brytanii, ale w niektórych krajach, np. w Australii i Japonii, zezwolono na ograniczone ich wykorzystanie.

Wg firmy NiceCom, jedynego hiszpańskiego producenta tych urządzeń, prawo hiszpańskie w ogóle nie wypowiada się na temat systemów zagłuszających, produkowanych w celach komercyjnych. NiceCom produkuje je od dwóch lat, a ustawodawcy wciąż dyskutują o tej sprawie. (PAP)

Od ogłoszenia do sztuki

Nieoczekiwany odzew uzyskała awangardowa brytyjska artystka Tracy Emin na rozklejone przez siebie plakaty o zaginionym kotku – wszystkie zostały zerwane przez kolekcjonerów, myślących, że to jej nowe dzieło – pisze „The Times”.

Kiedy zaginął Docket, ukończony kotek Emin, rozkleiła ona na ścianach i latarniach wokół domu plakaty ze zdjęciem zguby i informacją dla znalazcy. Jednak wkrótce wszystkie plakaty zostały zerwane.

Emin, która zasłynęła m.in. przedstawieniem jako dzieła sztuki niepościelonego łóżka – które to dzieło zostało wycenione na 150.000 funtów – nie wzięła pod uwagę, że plakaty z Docketem mogą być wzięte za jej kolejne dzieło.

Ponieważ pojawiła się plotka, że każdy z nich jest wart 500 funtów, trzeba było to oficjalnie de mentować.

– Tracy zajmuje się pamiątkami, ale plakaty nie są dziełami sztuki – to po prostu informacja dla sąsiadów o jej zaginionym kocie. To nie jest awangardowa sztuka, to nie ma nic wspólnego z jej sztuką – oświadczyła rzeczniczka galerii, w której wystawia Emin.

Na szczęście, po kilku dniach Docket i tak się odnalazł. (PAP)

Wesołe stewardesy

Prasa na południu Afryki podkpiwa sobie z Niemców, którzy nie docenili spontanicznego striptizu, jaki zaserwowały im w hotelu koło Frankfurtu piękne stewardesy linii Air Namibia.

„Panie z Air Namibia są dla Niemców za ostre” – napisał południowoafrykański „The Star”, zaś namibijski „The Namibian” opublikował skargę dyrekcji hotelu w Offenbach koło Frankfurtu nad Menem na „gorzkie” zachowanie pięciu stewardes.

Incydent wydarzył się 13 marca. Stewardesy Air Namibia, nie całkiem trzeźwe, czego zresztą nie ukrywały, urządziły sobie rozbierankę przy otwartym oknie. Później wezwały jeszcze pana z obsługi hotelowej, żeby przy-

gotował im łóżka do spania i jemu również zaserwowały striptiz.

„W tych okolicznościach nasz pracownik natychmiast opuścił pokój, ponieważ poczuł się molestowany seksualnie” – napisała dyrekcja hotelu w skardze do Air Namibia.

Padł też zarzut, że poprzedniego wieczora te same wesołe stewardesy tego sobie popły i nawymyslały menedżerowi hotelu od rasistów.

Linie Air Namibia na wszelki wypadek zawiesiły te panie w lądowaniu na trasach międzynarodowych. Zarazem i hotel, i linie lotnicze podkreślają, że dawno już załatwiły całą sprawę między sobą, a media jedynie gonią za sensacją. (PAP)

Przewodnik dla więźniów

W Belgii ukazał się „Przewodnik dla więźniów”, który ma pomóc zarówno samym skazanym, jak i ich rodzinom – poinformowała agencja informacyjna Belga.

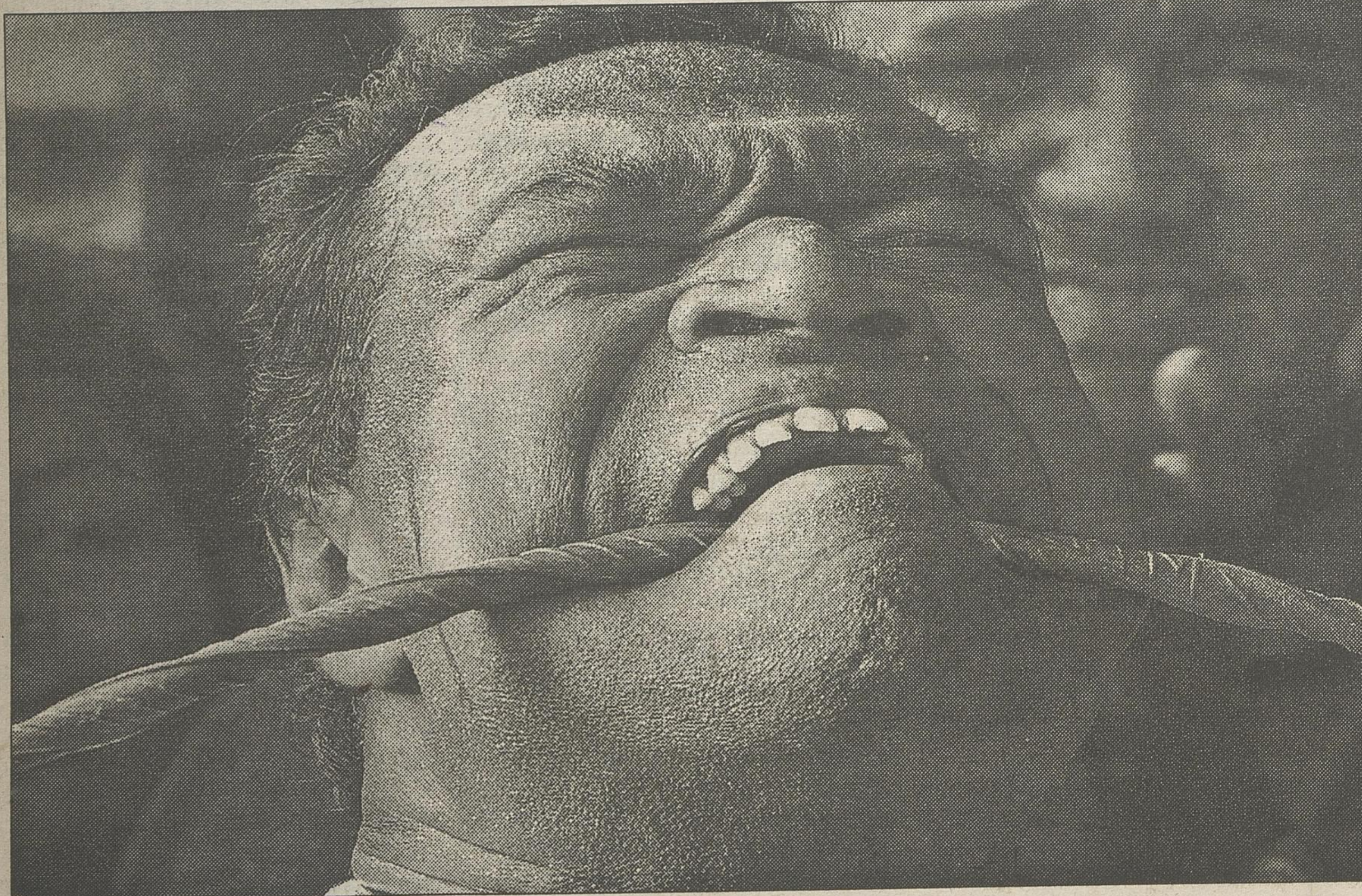
Napisany przez 20 autorów, w tym kilku prawników, przewodnik składa się z pięciu rozdziałów. Rozdział zatytułowany „Wyrok” poświęcono procesowi sądowemu, który może doprowadzić do skazania na karę więzienia.

W rozdziale „Wejście”, opisano typy placówek penitencjarnych i funkcjonariuszy, z którymi styka się w nich skazany, a także – jak wygląda pierwszy dzień więzienia.

Zasadniczym rozdziałem jest jednak „Życie”. Opisuje on codzienność więzienia, rodzaje i rozkład cel, normy ubioru i higieny, możliwości kształcenia się i pracy, problem kontaktu ze światem zewnętrznym.

Czwarty rozdział poświęcono „Prawom więźnia”. Autorzy ubolewają, że zbyt wiele spraw zależy od indywidualnych regulaminów, a za mało jest skodyfikowane w prawie belgijskim.

Ostatni rozdział, „Wylście”, opisuje różne możliwości wcześniejszego opuszczenia więzienia. (PAP)



Gamini Wasantha Kumara zgina stalową linę podczas bicia rekordu Guinnessa na najmocniejsze zęby, w Colombo, 1 bm. Kumara zginał 50 lin, każda o średnicy 12 mm, trzymając je między zębami i wyginając rękoma przez 5 minut.

AUTOMOTO

KUPIĘ

*POWYPADKOWE - gotówka, ☎0604-846-202.

*POWYPADKOWE - osobowe, dostawcze - gotówka, ☎0604-228-214.

*POWYPADKOWE, zniszczone do remontu, ☎0601-617-279.

*SKUP aut powypadkowych, ☎(0-85)716-48-16.

KUPIĘ auta powypadkowe, uszkodzone, spalone. ☎0-505-538-782, ☎(0-85)711-86-19.

POWYPADKOWE i nieuszkodzone - gotówka, ☎(0-85)7197-542.

ROZBITE. ☎0603-050-603
☎0602-740-749.

SPRZEDAM

126P elegant (1994), 2400 zł. ☎0-602-755-830.

AIRBAGI, napinacze, sterowniki - wymiana, weryfikacja, naprawa. ☎0-502-351-160.

AUTOBUS „karus” (1985), Audi 80 (1983), ☎(086)272-39-25

AUTOSAN H-921, (1985), stan bdb, 19.000 zł. ☎0-600-560-078.

CINQUECENTO części. ☎(0-85)66-16-832.

FIAT 125p. stan dobry, ☎(086)273-69-70

FORD escort 1.3 bolero (1998), kupiony w Polsce, serwisowany, książka serwisowa, bezwypadkowy, airbag, immobiliser, centralny zamek, alarm, radiomagnetofon, granatowy metalik, i właściciel, 20.500 zł. ☎0-604-70-70-34, ☎(0-86)277-56-44.

FORD scorpio, 2.5TD, (1995-96), pełne wyposażenie, zamiana. ☎(0-86)272-27-27, ☎0-504-473-487.

GARAŻ. Grajewo. Południe. ☎(086)272-42-23 wieczorem

IKARUS turystyczny, stan bdb, (1982), 12.000 zł. ☎0-600-560-078.

JELCZ 315, przyczepa D-83, zamienię na stara wywrotkę. ☎(0-86)272-73-66.

JELCZO - Sztajer (1991), ładowność 18 ton, wywrotka. ☎(058)671-56-19, 0602-530-240.

KAMAZ 53212 (1990) izoterma, 16 palet, winda. ☎(086)216-98-56.

KAMAZ, (1988) z żurawiem Atlas. ☎(0-86)272-49-29, ☎0-600-827-594.

MERCEDES 124 200 D, (1992), ☎(0-86)277-40-16.

MERCEDES 140, 91 rok, ☎0-603-913-288.

MERCEDES 307, 14-osobowy, oryginalny, 15.000 zł. ☎0-600-560-078.

MOTOCYKLE. SKUTERY. SERWIS. AKCESORIA. ☎(085)66-20-616.

NISSAN maxima QX 2.0B V 24V, 85.000 km (1996), 39.000 zł. ☎(0-85)74-31-623, ☎0-606-174-161.

OPEL astra kombi, 1.7TD, (1996), uszkodzona głowica, 15.000 zł. ☎0-600-931-170.

OPEL omega 2 l z gazem (1989). ☎0600-859-869.

POLONEZ, (1990), gaz. ☎(0-85)657-72-94, ☎0-604-211-599.

SPRINTER 312, 2.9TDi, (1995), 15-osobowy, 45.000 zł. ☎0-600-560-078.

STAR 200 (1987), skrzyniowy, ładowność 6 ton. ☎(058)671-56-19, 0602-530-240.

STAR 200 (1988). ☎0602-877-245.

TATRA 148-S1, wojskowa. 0503-786-973.

TICO (1997), 8.000 zł. (0-87)566-48-28.

TOLEDO, 1.6, (1995), ☎(0-86)272-40-90.

UAZ (1979). ☎0-607-988-148, ☎(0-85)716-20-00.

VW golf III 1.9GTD (1992). ☎0505-952-000 lub (086)216-42-32.

VW polo 1.4 (1997) przebieg 52.000, stan bdb, ☎(085)7454-192

VW T-4, dziewięćosobowy, (1994), 1.9TD, 26.000 zł. ☎0-600-560-078.

AUTOALARMY

„ALAR” - alarmy, kamery, autoalarmy, nagłośnienia, folie samochodowe, antywłamaniowe, Kraszewskiego 45, (0-85)741-64-61.

AUTOKOMISY

AUTOKOMIS „Hetman”. Kupno, sprzedaż, zamiana, raty, Hetmańska 35, tel/fax(085)651-41-51.

„DOBRYNIEMO” k.Fast, TV Białystok 636. ☎(0-85)71-97-196.

SPECTRUM, ☎(085)651-71-43. Telegazeta str.638.

INFORMACJA O OCHRONIE DANYCH OSOBOWYCH

„KRESY BO” Spółka z o.o. w Białymstoku, ul. Suraska 1 informuje, że dane osobowe Ogłoszeniodawców (osób fizycznych) są przetwarzane przez Wydawcę „Gazety Współczesnej” wyłącznie w celu wykonania zlecenia publikacji ogłoszeń i reklam, wystawienia faktury VAT i sprawozdawczości finansowej. Dane osobowe nie są udostępniane osobom trzecim ani przetwarzane w innych celach. Ogłoszeniodawcy mają prawo do wglądu i poprawiania danych.

KUPON NA OGŁOSZENIE DROBNE

Dla osób fizycznych nie prowadzących działalności gospodarczej Dla osób fizycznych nie prowadzących działalności gospodarczej

wyd. codzienne 5 słów (ogł. za 3 zł) lub 9 słów (ogł. za 4 zł),
wyd. magazynowe 5 słów (ogł. za 6 zł) lub 9 słów (ogł. za 8 zł),
łącznie z adresem (telefonem), nie licząc ceny:

cena:

telefon:

Cena zawiera podatek VAT.

Ilość publikacji

dane klienta:

x 3 zł x 6 zł

adres, kod pocztowy:

x 4 zł x 8 zł

Ugoważniam KRESY BO Sp. z o.o. do wystawiania faktur bez mojego podpisu.

- Kupony przyjmują nasze biura ogłoszeń i współpracujące agencje (adresy w gazecie). Kupon wraz z dowodem wpłaty na konto w Deutsche Bank Polska SA nr 18800009-1101214-0000-PLN-000-WAR można również przesłać pod adresem: Gazeta Współczesna, 15-950 Białystok, skr. 193, z dopiskiem Biuro Ogłoszeń.
- Publikacja pierwszego ogłoszenia nie później niż w ciągu 7 dni od daty otrzymania kuponu.
- Ogłoszenia za 3 zł i 4 zł publikowane są w wydaniach gazety poniedziałek-czwartek.
- Ogłoszenia za 6 zł i 8 zł publikowane są w wydaniach magazynowych (piątek).
- W cenę został wliczony podatek VAT 7%.

Podane dane osobowe będą przetwarzane przez KRESY BO Sp. z o.o. wyłącznie dla potrzeb realizacji zamówienia.

Zakreśl wybraną rubrykę	PRACA	AUTO MOTO	ZAKUPY
☐ UBEZPIECZENIA	☐ zatrudnienie	☐ kupię	☐ hurtownie
☐ NAUKA	☐ szukam pracy	☐ sprzedam	☐ sklepy
☐ TURYSTYKA	☐ NIERUCHOMOŚCI	☐ naprawy	☐ producent
☐ WETERYNARIA	☐ agencje	☐ autolarmy	☐ antykwaryaty
☐ USŁUGI	☐ kupię	☐ inne	☐ ROLNICTWO
☐ budowa, remont	☐ sprzedam	☐ MATRYMONIALNE	☐ kupię
☐ AGO, RTV	☐ poszukuję	☐ ZDROWIE	☐ sprzedam
☐ transport	☐ wynajmę	☐ ZWIERZĘTA	☐ kupię
☐ inne	☐ stancje	☐ BIZNES	☐ sprzedam
☐ MEBLE			☐ inne
			☐ KOOPERACJA
			☐ HYDRAULIKA

INNE

INSTALACJE gazowe - najtaniej! ☎(0-85)651-29-92, ☎0-504-138-600.

ZAKUPY

HURTOWNIE

AGREGATY prądowców: Kolno, ☎(086)278-29-90, 0602-269-342; Łomża, ☎(086)218-53-81; Elk ☎(087)621-48-93; Białystok ☎(085)74-54-960, (085)732-98-44.

HURTOWNIA Odzieży Używanej. Suwałki, 0602-37-70-45.

SKLEPY

DREW-MET sklep wielobranżowy- wyposażenie łazienek, armatura sanitarna, artykuły elektryczne, grzejniki aluminiowe. Raty! Hetmańska 10, tel/fax (0-85)651-09-36, ☎651-47-46.

SALON POMNIKÓW

- ZAKUP OD REKI:

- SZEROKI WYBÓR:

- RATY: DEWIS-KAM.

BIAŁYSTOK. FAMILIJA 8.

☎(0-85)67-62-843, ☎0-502-632-173.

PRODUCENCI

KUCHNIE, tapicerskie, regały, lady sklepowe, biurka, szafy- tanio. Raty. ☎0-504-183-131.

MASZYNY malarskie. Producent. Kraków, ☎(0-12)267-03-81.

MOZAIKA, parkiet. ☎(0-85)718-67-56.

PARKIET, ☎(0-85)653-75-04.

PARKIET, schody, elementy wykończenia z Hajnówki, ☎(0-85)683-46-38, ☎(0-85)683-45-05.

NIERUCHOMOŚCI

BIURA NIERUCHOMOŚCI

KLEPACCY, (0-87)643-23-68, 0603-64-12-91.

SUWAŁKI, „TRANSAKCJA”. (0-87)566-56-14.

KUPIĘ

DOM do 130.000 zł. ☎(0-85)7-421-023.

GRAJEWO. Działkę pod działalność. ☎0604-826-319

ZIEMIĘ w okolicy Knyszyna. ☎0-600-629-305.

SPRZEDAM

AUGUSTÓW - działki budowlane pod lasem, przy ulicy Rajgrodzkiej. ☎(022)446-55-24.

DOM jednorodzinny 360/800, Suwałki. 350.000 zł. 0502-711-279.

DWIE działki po 30 arów z budynkami, Prudziński k.Suwałk. 0504-76-36-33.

DZIAŁKA 500 mkw. nad Biebrzą z domkiem+wygody, 45.000 zł. ☎0-606-381-642, ☎(0-86)272-01-70.

DZIAŁKA budowlana 12 arów, centrum Moniek. ☎(0-34)314-50-96.

DZIAŁKĘ budowlaną 6000 mkw., szosa Bobrowniki, idealne miejsce do handlu z Rosją, Białorusią. ☎(0-85)7-418-862.

DZIAŁKĘ w Zagórkach. ☎(0-85)71-88-210.

GOSPODARSTWO - 40 ha z budynkami, lub bez. Raty, ☎(086)273-22-00

GRAJEWO, Południe, M-4, 62 mkw., III piętro. ☎(0-86)273-89-15.

GRAJEWO, Strażacka, dom- 235 mkw., działka 1000 mkw. ☎0-605-735-294.

GRAJEWO. Dom dwupiętrowy- 180 mkw. w zabudowie szeregowej. ☎(0-86)272-44-41.

LIKAL 38 mkw., II piętro, DH „Wigry”, centrum Suwałk. (0-87)567-74-35, 0603-212-119.

M-5 Suwałki. (0-87)567-18-89.

MIERUCIE, k.Grajewa, działka budowlana z dostępem do jeziora. ☎(0-86)273-81-16.

MIESZKANIE 73 mkw. tanio, Elk. ☎(0-87)620-73-50.

OKAZJA. BUDYNEK (GRAJEWO), POLE (GMINA GRAJEWO). ☎0604-165-328

SOKÓŁKA 48 mkw. parter, Broniewskiego, 51.000 zł. ☎(0-85)652-00-73.

SPRZEDAM budynki mieszkalne, hotel nieukończony koło Giżycka nad jeziorem. Tel. (0-87) 429-10-97.

POSZUKUJĘ

POSZUKUJĘ miejsca pod zakład wulkanizacyjny -Białystok i okolice. ☎0600-298-927, ☎0606-92-12-36.

WYNAJMĘ

CZTEROPOKOJOWE Suwałki, Witosa. (0-87)569-11-90.

DO wydzierżawienia, 500 mkw.- salon, 500 mkw.- magazyn, idealne miejsce do handlu z Rosją, Białorusią. ☎(0-85)7-418-862.

ELK, osiedle Konieczki, lokal handlowo-usługowy 110 mkw. ☎(0-87)610-01-04.

ELK, salon samochodowy wynajmę. ☎(0-87)610-01-04.

POMIESZCZENIA, ☎0502-502-558.

POMIESZCZENIE na aptekę do wynajęcia, ☎0502-502-558.

WYDZIERŻAWIĘ 200, 400 mkw., Suwałki, centrum. (0-87)567-54-18.

STANCJE

POSZUKUJĘ współlokatorów do mieszkania. Suwałki, (0-87)568-11-48.

UBEZPIECZENIA

POLONIA-UNIQA poszukuje agentów ubezpieczeniowych- licencja. Białystok, województwo podlaskie. ☎(0-85)744-50-57.

NAUKA

AUTOMOBILKLUB, kursy prawa jazdy, ☎(0-85)732-85-87, ☎(0-85)732-76-85.

CORSO- kurs prawa jazdy- 4.04.02. godz. 17.00, Sienkiewicza 4/11, ☎(0-85)653-76-45.

EGZAMINY, prawo, historia- ☎(0-85)742-72-52.

KURS prawa jazdy 9.04.02. godz. 17.00. „CENTRUM”, Lipowa 31/33, lok. 18, ☎(0-85)742-09-62.

KURSY: Kasjer walutowo-złotowy, waluta EURO, agent celny, komputerowy, Finanse i Rachunkowość, nowoczesna sekretarka. ZKIDE ul. Ryska 1 ☎743-24-77, 743-24-12.

PODLASKA Estrada Dzieci, Młodzieży, zespół wokalny, taneczny- nabór. ☎0-602-19-00-38.

ZAOCZNIE -zbrojarz, technik: -budownictwa, -mechanik. ☎(0-85)653-32-70, 0-606-758-757.

TURYSTYKA

BELGIA- czwartek, piątek, sprinter, video. ☎(0-85)716-34-96, ☎0-602-881-353.

BELGIA- czwartek. ☎(0-85)7-191-326.

BELGIA- środa, czwartek. ☎(0-85)716-10-19, ☎0-602-854-383. Video. Kożuszko.

BELGIA- wtorek, środa, ☎(0-85)654-77-54, ☎0-602-45-27-34.

BELGIA- wtorek, sobota- sprinter. ☎(0-85)66-35-624, ☎746-32-22.

BELGIA, Holandia, Niemcy- piątek. ☎(0-86)275-35-75, ☎0-502-432-732.

BELGIA, Niemcy, czwartek, piątek. ☎(085)676-36-27, ☎0602-571-991.

BELGIA, Niemcy, Holandia- środa, czwartek. ☎(0-85)7-187-489.

JAZDA konna, dzieciom kucyki, od 20 zł/godz., ☎0602-721-832.

NIEMCY - tanio! (0-87)643-46-63.

WŁOCHY - piątek. ☎0-607-988-148, ☎(0-85)716-20-00.

USŁUGI

BUDOWA, REMONT

ŻALUJĘ, rolety, karnisze, Orzeszkowej 32, tel.(0-85)732-90-25.

ANTYWŁAMANIOWE drzwi, folie ochronne okienne, zabudowa balkonów, aluminiowe drzwi, witryny, ul. gen. Władysława Andersa 5d, lok. 5, tel. 675-32-43, „ZAMIS”. www.zamis.com.pl

INDECO
wygodne mieszkanie

KONKURENCJA ODSUNIE SIĘ SAMA
ZABUDOWY WNEKI SZAFY

PROMOCJA:

1. SZAFKA 100 CM OD 600 ZŁ;
2. SZAFKA 150 CM OD 800 ZŁ;
3. SZAFKA 200 CM OD 1200 ZŁ;
4. SZAFKA 250 CM OD 1350 ZŁ;

KREDYTY: 0% ODSETEK 0% PROWIZJI

Białystok
Wasilkowska 22c, 675-01-90
Warszawska 13, 743-57-52

BUDOWA, remonty kompletne. ☎(085)7122-423

BUDOWA, remonty, wykańczanie wnętrz, docieplanie, regipsy- solidnie. (0-87)567-06-17, 0602-861-635.

ELEKTRYK, ☎(0-85)74-20-685.

GLAZURNIK, remonty, tynki. ☎(085)66-18-921

KORDULA. Automatyczne bramy, drzwi, szlabany -pełna oferta. Sprzedaż, montaż. Domofony, videodomofony, telewizja przemysłowa, kontrola dostępu -kompleksowe wykonawstwo, stała obsługa. Pewna GWA-RANCJA. Szybki Serwis. Dwudziestoletnie DOŚWIADCZENIE. Doradztwo techniczne, szkolenie -Zapraszamy! ☎(85)66-32-639

KRYCIE dachów- sprzedaż materiałów, VAT. ☎(0-85)747-44-93. ☎0-600-941-255, ☎0-600-389-997.

KRYCIE dachów. ☎(085)7436-990

ŁODÓWKI, zamrażarki- naprawa. ☎(0-85)67-55-833.

OGRODZENIA betonowe- montaż. ☎(0-85)68-16-311.

PŁYTA konstrukcyjna OSB budowa domu 20% taniej niż w technologii tradycyjnej. Zastępuje deskowanie! Wilgocioodporna! Trudno palna! Wszechstronność zastosowań! **PANEL STYL**, Wiewiórcza 1 (wjazd od Mickiewicza) ☎(0-85)743-41-60.

POSADZKI betonowe Mixokretem. (0-87)563-05-90, 0604-207-320.

REMONTOWO-WYKOŃCZENIOWE. ☎(0-85)74-20-685.

SCHODY, mozaika, parkiet- montaż, układanie, cyklinowanie. ☎0-608-853-212.

STAWY, rowy - wykopy, pogłębianie.

☎0600-109-233

AGD, RTV

CHŁODNICTWO, pralki. ☎(0-85)66-34-793.

TELEWIZORY, magnetowidy- naprawa. ☎(0-85)66-17-631, ☎0-602-120-966.

TRANSPORT

AUTOHOLOWANIE, ☎(0-85)66-34-606, ☎0-603-128-033.

BUS osobowy. ☎0-502-565-228.

STAREM tanio - żwir, piasek, inne. ☎(085)653-16-05, ☎0600-706-544

INNE

BLOCZKI fundamentowe sprzedaje producent, Farbud ☎(085)654-71-01, ☎0607-44-61-73.

BLOCZKI fundamentowe sprzedaje producent, Farbud ☎(085)654-71-01, ☎0607-44-61-73.

GRAWERSTWO - Elk. Daty, nazwiska,

dedykacje, puchary, wizytówki, zegarki, itp.

☎(0-87)610-79-25.

KOMINKI - płaszcz wodny. Rewelacja. ☎(0-61)847-50-47, ☎0-602-217-640.

NAGROBK granitowe, podwójne już od 5500 zł. ☎0-601-566-181.

PIECZĄTKI, wizytówki, graweron, Mickiewicza 44a, (085)732-33-06.

MATRYMONIALNE

BIURO „Katarzynka”. ☎(086)473-1650, 0607-191-070.

ZDROWIE

ALERGOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

NZOZ „Virtus”

właściciel dr Rafał Modzelewski

SPECJALISTYCZNA PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO.

Leczenie nerwic, depresji, uzależnień. Odrucia alkoholowe, Esperal. Psychoterapia indywidualna i grupowa. Leczenie nikotynizmu.

Białystok, ul. Upalna 88,

pn. - sob. 9.00 - 19.00, niedziela 12.00 - 18.00

(085) 661-91-88, 661-53-33

całodobowo: 0606-13-49-36

PAKIET OGŁOSZENIOWY

ETVP3
Białystok

GAZETA
współczesna

ARO z silnikiem Mercedes, stan bdb, cena 6.500 zł. (0-85)71-89-604.

AUTOKOMIS „PLUS” Śniadowo zaprasza. Skup -zamiany. (086)217-61-64, 0604-558-701.

BECZKOWOZY, przyczepy, wycinaki, orkany, siewniki do kukurydzy, ciągniki, zgrabiarki. ☎(0-86)474-36-32.

BRAMY- garażowe; uchylne, segmentowe, napędy do bram „Horman”. (0-87)565-17-07, tel/fax566-31-13.

CHAŁUPNICTWO- adresowanie, składanie, montaż. Złącz z adresowaną kopertą i znaczek „TP VictoriaPlus”, Mickiewicza 24 B/12, 96-100 Skierniewice.

DO wynajęcia 50 mkw. I piętro w Centrum Grajewa - na biura, usługi. ☎0504-341-744.

KAMAZ 5511-5320-5411- części Kamaz, koparka ładowarka, ford 550, MF44. ☎(0-85)718-38-74, ☎0-607-351-355.

KOBIETOM- opieka nad dziećmi, starszami, sprzątanie- Włochy, Hiszpania. ☎0-609-490-235.

KOLEKTORY słoneczne, instalacje solarne, zasobniki wody. (0-87)565-17-07, tel/fax 566-31-13.

KOMINY z blachy kwasoodpornej, okragle, prostokątne- wykonywane na zamówienie. (0-87)565-17-07, tel/fax 566-31-13.

KOTŁY olejowe, gazowe, tradycyjne, na zgazowanie węgla, drewna. (0-87)565-17-07, tel/fax 566-31-13.

OCIEPLANIE budynków pianką krylamino- wą. ☎(0-25)758-58-40, ☎0-504-611-045.

ŚWIEDECTWA lekarskie (prawo jazdy), rewelacyjna dieta odchudzająca Cambridge, ☎(085)663-14-62, ☎0604-934-059

OGRODZENIA betonowe, nagrobki z kamienia, posadzki agregatem- solidnie. ☎0-503-189-602.

PILNIE sprzedam atrakcyjną, uzbrojoną działkę budowlaną, 1600 mkw., ☎(0-85)710-42-25, ☎0-605-064-342.

SPRZEDAM nową dojkarkę konwioową Alfa-Laval, 1.500 zł. ☎(0-87)437-80-86.

TRANSPORT- czarnoziem, żwir, pulpa, ziemia, piasek na podsypki- Kamaz, Stayr. ☎(0-85)718-38-74, ☎0-607-351-355.

WOPR organizuje latem obozy sportów wodnych w Rajgrodzie. ☎(0-85)732-79-83, ☎0-604-278-593.

WÓZKI widłowe, ciągniki, koparki- sprzedaż, naprawa, części, serwis. ☎(0-85)741-26-06, ☎0-607-607-679.

WYREMONTOWANY gabinet kosmetyczny (lekarski). Białystok, Ciepła- odstąpię, ☎(0-85)663-14-62, ☎0-604-934-059.

ZAKŁADASZ ogród? Igłaki z Dolistowa 200 odmian, od 4,50 zł. ☎0-608-642-724.

ZDECYDOWANIE sprzedam lub zamienię na siedlisko- okolica Wilkasy, kompletne wyposażenie zakładu wulkanizacyjnego. ☎0-602-37-07-44.

PAKIET OGŁOSZENIOWY "Gazety Współczesnej" i Telewizji Białystok

Wyklucza się rozłączenie wspólnego pakietu i przyjęcie zleceń tylko na publikację w "Gazecie Współczesnej" lub "TeleGazecie Podlaskiej"

Dane Klienta / Dane Firmy

imie

/nazwa firmy/

nazwisko

adres

Upoważniam KRESY BO Sp. z o.o. i Telewizję Polską SA w Białymstoku do wystawiania faktur bez mojego podpisu.

Treść (maksymalnie 10 słów)

Podane dane osobowe będą przetwarzane przez KRESY BO Sp. z o.o. i Telewizję Polską S.A. wyłącznie dla potrzeb realizacji zamówienia.

Regulamin dostępny w Biurze Ogłoszeń "Gazety Współczesnej" oraz w Biurze TeleGazety Podlaskiej.

10 zł

ETVP3
Białystok

7 emisji w TeleGazecie

poniedziałek-niedziela

DERMATOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

EKG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

ENDOKRYNOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

GABINET okulisty. Komputerowy dobór soczewek kontaktowych (kolorowych, torycznych i progresywnych) i szkieł okularowych. Płynny pielęgnacyjny. Leczenie dzieci i dorosłych. Stoleczna 25 (wejście od Wyszyńskiego), tel. (085) 744-44-19.

GINEKOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

INTERNISTA - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

KARDIOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

LABORATORIUM - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

LARYNGOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel. (085)742-28-08, 742-28-09.

LECZENIE ostrych i przewlekłych zaburzeń depresyjnych, psychicznych i lekowych, nerwic w warunkach pozaszpitalnych (kropiółki, iniekcje, leki doustne). Kuracje 10-15-dniowe, dobór leków indywidualny (nadzór internistyczny). Centrum Psychiatryczne, ul.Świętojańska 17/1, (085)732-77-35.

LEKARZ rodzinny - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

ALERGOLOG
ALICJA TOMOROWICZ
● testy, spirometria, odczuwanie
Pacjenci Kasy Branżowej
ze skierowaniem - bezpłatnie.
Białystok, ul. Wyszyńskiego 1, pok. 322
(085) 74-51-107, 0601-345-390
Wysokie Mazowieckie, ul. Szpitalna 5

MEDYCYNĄ pracy - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

NEUROLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

OKULISTA - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

PEDIATRA - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

PODLASKIE Centrum Medyczne posiada pomieszczenia do wynajęcia lekarzom różnych specjalności do prywatnej działalności gospodarczej, ☎0502-502-558.

POMIESZCZENIA do wynajęcia w hotelu „Turkus”, ☎662-81-04.

PRZEDSIĘBIORSTWO Wielobranżowe „Jard” zatrudni kucharzy z doświadczeniem, ☎662-81-04.

REHABILITACJA - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

RZUC palenie, alkohol, nadwagę. Bioenergoterapia. Hipnoza. Masaż. ☎(0-85)74-41-816, ☎0-607-27-53-52.

STOMATOLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

UROLOG - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

USG jamy brzusznej, tarczycy, piersi, ginekologiczno-położniczej - PCM, Transportowa 4. Wszystko na miejscu, tel.(085)742-28-08, 742-28-09.

ZWIERZĘTA

OWCZARKI niemieckie (szczenięta) sprzedam. ☎0-600-540-597.

SZKOLENIE psów; sprzedaż owczarki niemieckiej, czarne teriery rosyjskie. ☎0-602-877-544.

BIZNES

CZYNNA kawiarnię z bilardem w Łomży sprzedam. ☎(086)218-20-06 po godz. 16.

POŻYCZKI (zastaw), samochody, skup. ☎0-606-176-088.

PROFESJONALNE Odzyskiwanie Długów (powyżej 10.000 zł), Grupa EXTOR, ☎(0-85)732-62-80, ☎732-47-55.

SPRZEDAM aptekę. ☎0-608-84-00-71.

USA; porady wizowo-emigracyjne, nowa procedura wizowa, wyjazdy, Mtz Consulting Ltd., ul. Branickiego 17a pok. 301 (poniedziałek-piątek 9.00-17.00); (0-85)741-70-74.

ZARABIAJ - Internetowy System Handlu Walutami, informacje ☎0502-648-663, pn-pt. godz. 10.00-17.00.

ROLNICTWO

KUPIĘ

CIĄGNIKI, prasy. Gotówka. ☎0-501-128-587.

KUPIĘ ziemniaki. (0-87)565-51-72, 0609-844-630.

ŚWIERK, sosna, osika. ☎0-604-683-780.

PRZYCEPE samobieżną 8 t, stan bdb. ☎0-604-281-135.

SOSNA, brzoza, papierówka, las. ☎0-504-277-793.

ZIEMIANKI jadalne - w cenie 0,35 - 0,45 zł/kg, ☎0600-109-233

ZIEMIANKI jadalne. 0609-524-396.

SPRZEDAM

914- 27.000,-; szambowóz kwasoodporny 3500 l- 6.000,-; wycinak do kiszki- 2.500,-. ☎(0-86)271-01-61.

AGREGAT prądowocowy 20 kW 220/380V, napędzany ciągnikiem. 0605-25-89-83.

AGREGAT uprawowo-siewny, bierny 4,5 metra (1992). (0-87)516-36-58, 0609-801-577.

AGRO-MILK schładzalniki wannowe okrągłe, cysterny, dojarńskie rurociągi, hale nowe i używane. ☎(0-85)661-84-80, ☎0-602-333-260.

AGROTECHNIKA-prasy, schładzarki, przyczepy do sianokiszki, orkany do kukurydzy. Transport gratis. Raty. Pisz, Warszawska 41, ☎(0-87)423-25-17, ☎(0-87)425-00-59, ☎0-601-595-703.

BECZKI do szamba. ☎(0-87)423-71-28.

BECZKOWOZY, ciągniki, prasy, plugi, inne-raty, zamiany. (0-87)64-49-342, 0604-29-19-65.

BECZKOWOZY. Plugi obracane. ☎0606-886-140.

BIZONY, ciągniki- U-1224, U-914, U-912, C-360, C-360-3P, C-330. Przyczepy. Prasy Z-279/1. Raty, zamiana. Toczyłowo, k.Grajewa. ☎0-502-387-992.

BRONY, beczka 2000, śrutownik, bory przyczep (90x 270), nowe, plandeka, wiertarka słupowa, MZ-250, piec gazowy c.o. Junkers. ☎0-609-869-435.

C 360. ☎(0-87)629-88-80.

CIĄGNIK 330, pompa do gnojówki. ☎(0-85)731-08-95.

CIĄGNIK Ursus 6 cylindrów, przedni napęd. Elk, ul. Suwalska- Auto Komis. ☎0-602-72-29-55.

DOJARNIE, schładzalniki, zgarniacze obornika- atesty, raty, gwarancja. ☎(0-87)423-48-77, ☎(0-87)423-07-54.

HALE udojowe, dojarńskie, zgarniacze obornika- montaż, atesty. ☎(0-86)476-02-32, ☎0-602-381-622.

HURTOWNIA ŚRODKÓW OCHRONY ROŚLIN. SZNURKA „RADOMIR”: CZYZEW, NOWA 6, ☎(086)2755-237.

JAŁÓWKĘ wysoko cielną. ☎(0-85)716-13-63.

JAŁÓWKI wysoko cielne i wycielone. 0504-274-380.

JĘCZMIEN, ☎(0-87)619-95-60.

KARUZELA do siana. ☎0505-655-367.

KOMBAJN ANNA, ☎(0-86)270-31-18.

KOMBAJN Bizon Z056 z szarpaczem (1982), stan idealny. (0-87)516-36-58.

KOMBAJNY ZBOŻOWE. PRASY. BECZKOWOZY. CIĄGNIKI ROLNICZE. TRANSPORT GRATIS!!! ELK. SUWALSKA 64. ☎(0-87)620-13-21.

KOMIS maszyn rolniczych - kombajny, ciągniki Ursus różnego typu i inny sprzęt rolniczy. Raty, dowóz. Stawiski k.Łomży. ☎(0-86)278-51-84, ☎0-606-947-028.

KOPACZKĘ ciągnikową, zgrabiarkę 7-kę. ☎(0-85)657-72-94, ☎0-604-211-599.

KROWY mleczne. (0-87)569-32-92.

KUPIĘ ziemniaki. ☎0-608-622-919.

MAĆZKA rybna i maćzki mięsno-kostne. Producent. ☎(0-85)650-35-80, ☎0-601-389-080.

UWAGA ROLNICY!!!
NAWOZY
KRAJOWE I IMPORTOWANE
"POM-SERWIS"
BIELSK PODLASKI, ul. Żwirki i Wigury 73b
tel. (085) 730-96-33, 730-28-36

MTZ-82 (1997), 740 Mth. (0-87)516-36-58.

MTZ Y-82: (1980), (1993), (1995). (0-87)516-36-58.

NAWOZY krajowe i importowane, otręby - z dostawą! ☎(086)472-08-07 (7.00-16.00), (086)273-60-90 (wieczorem).

PRASA belująca, owijarka, chwytak. ☎(0-85)650-19-14.

PRASA Z-224, stan bdb, 13.000 zł. ☎(0-85)711-23-55 po 16.00.

PROSIĘTA i warchlaki. ☎(0-85)686-44-11, ☎0-602-584-008.

PRZEWRAKARKO- zgrabiarka karuzelowa, 1.000 zł. ☎(0-86)278-37-31, ☎(0-86)278-43-10.

PRZYCEPA do sianokiszki FAHR tandem, stan idealny 7 t. ☎(0-87)516-14-47.

PRZYCEPY do sianokiszki. Siewnik zbożowy Amazone 2,5. Sieczkarnie jednorzędowe. Plugi. (0-87)516-46-14.

ROZRZUTNIK obornika (1989). (0-87)516-36-58, 0609-801-577.

ROZRZUTNIKI dwuosiowe, kosiarka rotacyjna, sadzarka ziemniaków, obsypnik, opryskiwacz. ☎(086)273-69-70

SCHŁADZALNIK mleka w koniach 80 l EDA, czteroletnia. ☎(0-86)273-30-84.

SIANO: ☎(086)270-22-71.

SIANOKISZONKA belowana. Toczyłowo k.Grajewa. ☎(0-86)273-87-49.

SIANOKISZONKA, siano belowane (duża ilość), ☎(087)615-66-23

SIEWNIK do kukurydzy: ☎0502-371-327.

SILNIKI, podnośniki, osie przednie, zwolnicze- po naprawie, wymiana. Remonty ciągników. ☎(0-85)741-26-06.

SPRZEDAM rozsiewacz do nawozów tanio, ☎0-600-826-096.

TUJE 0,9 m, 5,90 -inne. ☎0-604-29-31-20.

URSUS 912, prasa Z-224/1, przyczepy wywrotki, prasa Z-279/1. ☎(0-86)275-54-66.

WAŁY łakowe. ☎(0-87)423-71-28.

WAŁY pierścieniowo-kolczaste. Siewniki, ☎(0-86)47-61-235, ☎0-600-102-557.

ZBIORNIK Alfa Laval 1030l, plug 3-skiobowy. ☎(0-87)421-89-27.

ZBIORNIK mleka 800l, linia udojowa Westfalia. ☎(0-86)273-16-09.

ZETORY: 5011, 7245, 8011, 8145. (0-87)516-36-58, 0609-801-577.

RÓŻNE

KUPIĘ

KUPIĘ maszynę do cięcia płyt meblowych 2,5 m. ☎0-501-085-166.

LAS. ☎0-607-049-499.

URZĄDZENIE myjące KARCHER, typ HDS-895. ☎0-600-170-426.

SPRZEDAM

ŁÓDŹ żaglową, 1.500,-. ☎(0-85)651-96-95.

AGREGATY tynkarskie, Mixokrety do posadzek betonowych. 0608-46-47-49, (0-58)550-76-23.

BAR, dworzec PKP Hajnówka, 3.000,-. ☎(0-85)745-30-59.

DESKI całówkę- krokwie. ☎(0-85)6-517-711.

GARAŻE, blaszaki promocja (3x5 =1100) transport, montaż. ☎(0-41)26-32-742, ☎(0-52)348-71-48, ☎0-90-314-885.

KARP, amur, tołpyga, narybek, kroczek, karp kolorowy. ☎(0-85)716-20-48 wieczorem.

KOMPUTER. ☎0-504-210-889.

NARYBEK, kroczek, kolorowe. ☎(085)719-20-98, ☎0602-442-416.

OLEJ opałowy (płocki), autoryzowany dystrybutor oleju opałowego EKOTERM PLUS. ☎(0-85)741-80-57.

PIEC c.o., nowy z blatem. ☎(0-86)27-20-689.

POLBRUK- kostka granitowa. ☎0-607-044-543, ☎(0-85)653-57-03.

POLBRUK, bloczki fundamentowe, ogrodzenia betonowe, trylinka, kręgi, płytki chodnikowe, krawężniki, obrzeża, ☎(0-85)718-53-50.

PRIP Sp.z o.o., Suwałki, Daszyńskiego 5 posiada do sprzedaży używane sprzęty i narzędzia budowlane. Nowe mieszkania i garaże. (0-87)567-71-03.

ROGÓWKĘ skórzaną. ☎(0-85)653-88-71.

Panu
MARKOWI ROMBALSKIEMU
z rodziną wyrazy
głębokiego współczucia
z powodu śmierci
OJCA
składa
Zarząd firmy HAVO

MARKOWI ROMBALSKIEMU
z rodziną
serdeczne wyrazy
współczucia
z powodu śmierci
OJCA
składają:
koleżanki i koledzy
z firmy HAVO

Wyrazy szczerego współczucia
Panu **DARIUSZOWI SAPIŃSKIEMU**
Prezesowi Zarządu Spółdzielni Mleczarskiej
"Mlekovita" w Wysokim Mazowieckim
z powodu śmierci
TEŚCIA
składają:
Rada Nadzorcza, Zarząd i pracownicy
Spółdzielni Mleczarskiej "Mlekovita" w Wysokim Mazowieckim

S. WIERZBICKI
DOM
POGRZEBOWY
Jesteśmy do Państwa dyspozycji
przez całą dobę.
Organizujemy pogrzeby we wszystkich obrzędach religijnych i na miarę możliwości finansowych każdej rodziny.
Załatwiamy za Państwa wszystkie formalności (garderobę, USC, parafie, wieńce, przewóz itp.) lub to co Państwo nam zleca.
Białystok, ul. Branickiego 17
tel. 741-57-73, 741-71-01

SYNDYK masy upadłości SKR w Siemiatyczach sprzedaje piec ceramiczny. ☎0-502-77-55-37.

TARTAK Łopienie: tarcica, ☎(086)4761-546.

UNIT stomatologiczny, Hiradent, fotel, lampy, mieszalnik, narzędzia. 0601-40-99-33.

ZAROBKOWE automaty barowe. ☎0-601-22-72-22.

INNE

OGNISKA - Zajazd Wiking, ☎(0-85)743-69-51.

ZDROWIE

ORTOPEDA

KOMPLEKSOWE zaopatrzenie ortopedyczne. Umowy z kasami chorych. Zakłady Ortopedyczne, ☎(0-85)743-12-79.

INNE

USG - dzieci, dorośli (piersi, tarczycy, brzucha). Rejestracja (7.00-18.00), ☎(0-85)732-32-02.

USG: klasyczne, kolor, - Doppler, biopsje. "DIAGMED", Rynek Kościuski 15B (za Delikatesami), ☎(0-85)742-09-88.

ZA TREŚĆ
REKLAM I OGŁOSZEŃ
REDAKCJA
NIE ODPOWIADA



Z głębokim żalem i smutkiem
zawiadamiamy,
że w Nowym Yorku nagle odszedł od nas,
w wieku 63 lat,
wspaniały człowiek i ukochany ojciec

Ś P
Stanisław Rombalski

Nabożeństwo żałobne i pogrzeb
odbędzie się 4 marca 2002 r. o godz. 16.00
w kościele pw. św. Józefa (Pieczurki).

pograżona w smutku rodzina

N^o 1 w Białymstoku
Komfortowy Dom
Pogrzebowy
A. Płocki
Służymy Państwu
przez całą dobę.
Najtaniej, najlepiej.
ul. Tęczowa 6 (róg Bema)
Tel. 744-21-33, 742-06-33

DOM
POGRZEBOWY
Szymborscy
ul. Artyleryjska 9
tel. 744-55-46, 675-15-52
200 m od kościoła św. Rocha
wyjazd od ul. Botanicznej od strony
pogotowia pierwsza ulica w lewo
Odprowadzanie nabożeństw
pogrzebowych w Kaplicy
Domu Pogrzebowego
Kaplice na 150, 80 i 50 osób
w pięknych zabytkowych wnętrzach

TVP 1

6.00 Kawa czy herbata? 7.30 Telezakupy 8.00 Wiadomości 8.10 Prognoza pogody 8.15 Krakowskie Przedmieście 27 – pr. public. 8.25 Mapeciatka: Co nowego w zoo – serial anim. prod. ang. 8.55 Jedynecka – program dla dzieci 9.30 Tajemnicze przygody: Dobry rzut – serial 10.00 Muppet show, czyli rewia gwiazd: Gene Kelly 10.25 Jim Henson Show – program rozrywkowy 10.55 Telezakupy 11.10 Zwierzęta świata: Pławikoniki australijskie – mistrzowie kamuflażu – dok. 11.40 Saga rodu Ganzegal – kurs jęz. niemieckiego 12.00 Wiadomości 12.10 Agrobiznes – rolniczy magazyn informacyjny 12.20 Kontrasty – świat, ludzie, pieniądze 12.25 Samo życie – magazyn 12.45 Klan – telenowela prod. polskiej 13.10 Zdrowo i odtowaro 13.30 Telezakupy 13.50 Forum – program public. 14.35 Podróże małe i duże: Zimowe pejzaże Bornholmu 15.00 Wiadomości 15.10 Laboratorium – magazyn 15.35 Europa bez granic: Podróżni 16.00 Rower Błęka – magazyn 16.30 Moda na sukces – telenowela prod. USA 17.00 Teleexpress 17.20 Gość Jedyńki 17.30 Klan – telenowela 18.00 Mój ślad w Telewizji: Bohdan Tomaszewski 18.05 Między nami – magazyn 18.50 5 minut o Unii Europejskiej – program publicystyczny 19.00 Wieczorynka – serial anim. 19.30 Wiadomości 19.50 Sport 20.00 Prognoza pogody 20.10 Okruchy życia: Długa noc – film obycz. prod. włoskiej 21.50 Kronika kryminalna 22.15 Oblicza mediów – program public. 22.40 Monitor Wiadomości 23.00 Sportowy fiesz

23.10 Czas na... kontrowersyjny dokument: Cud miłości – film dok. prod. szwedzkiej

0.05 Kobiety na plaży – dramat obycz. prod. finland.-ang.-szwedzkiej

PROGRAM 2

7.15 Wycieczki przyrodnicze: Safari XXI wieku – serial dok. prod. ang. 7.50 Studio urody – magazyn 8.00 Program TV Białystok 8.30 W labiryncie: Bez pracy – serial obycz. prod. polskiej 9.00 Elton John – historia prawdziwa – film dok. 9.50 Wieczór z Jagielskim na bis 10.45 Największa szansa – film fab. prod. austral. 12.25 Tajemnice królestwa oceanu – serial dok. 13.00 Panorama 13.10 Fatalny rewolwer – serial przyg. prod. USA 13.55 Przygody Chucka Finna: Obywatel Finn – serial przyg. prod. austral. 14.25 Krzyżówka szczęścia – teleturniej 14.55 Providence – serial obycz. prod. USA 15.40 Program TV Białystok 16.00 Panorama 16.20 Prognoza pogody 16.30 Złotopolscy – telenowela prod. polskiej 17.00 Słoneczny patrol – serial przyg. prod. USA 17.50 Wiadomości TV Białystok 18.20 Prognoza pogody 18.30 Panorama 18.55 Jeden z dziesięciu – teleturniej 19.30 Muzyka i taniec baroku 20.00 M jak miłość – serial obycz. prod. polskiej 21.00 Panorama 21.20 Sport telegram 21.30 Prognoza pogody 21.35 Świat bez fikcji: Zła wojna – Na tyłach wroga – film dok. prod. ang. 22.30 Phill oszust Collins – komedia sensac. prod. austral. prod. USA 0.05 Świat bez fikcji: Zła wojna – Dzieci zemsty – film dok. prod. ang. 0.50 Football, football – magazyn sportowy

POLSAT

6.00 Piosenka na życzenie 7.00 Zamek czarodziejów – teleturniej dla dzieci 7.25 Casper 3 – serial animowany prod. USA 7.50 Strażnik Telesasu – serial sensac. prod. USA 8.40 Jezioro marzeń – serial obycz. prod. USA 9.30 W imieniu prawa – talk show 10.25 Samo życie – serial obycz. prod. polskiej 11.00 Amor latino – telenowela prod. argent. 11.45 Z głową w chmurach – telenowela prod. brazył. 12.45 Życie jak poker – telenowela prod. polskiej 13.15 Izabela – serial komediowy prod. polskiej 13.45 Zerwane więzi – talk show 14.45 Graczykowie – czyli Bula i spółka – serial komediowy prod. polskiej 15.15 Incredible Hulk – serial animowany 15.45 Informacje 16.15 Raz, dwa, trzy – śpiewaj Ty – program muz. dla dzieci 16.30 Wysoka fala – serial przyg. prod. USA 17.20 Bar – reality show 17.50 Serca na rozdwo – telenowela prod. argent. 18.40 Prognoza pogody, Era biznesu 18.45 Informacje 19.05 Sport i prognoza pogody 19.15 Amor latino – telenowela prod. argent. 20.00 Bar – reality show 20.40 Mecz Ligi Mistrzów – ćwierćfinał 21.30 Losowanie LOTTO i Szcześliwego Numerka 22.40 Telewizyjne Biuro Śledcze – magazyn kryminalny 23.10 Informacje i biznesinformacje 23.20 Graffiti – program public. 23.35 Sport i prognoza pogody 23.40 Puls biznesu 23.50 Bar – Night Club – reality show 0.20 Magazyn Ligi Mistrzów 1.20 Muzyka na BIS

TV BIAŁYSTOK

6.30 Kurier – program informacyjny 6.35 Echa dnia 7.00 Babar – serial animowany 7.20 Mysz aniołek 7.30 Kurier 7.35 Opowieści taty bobra – serial animowany 8.00 Obiektyw 8.15 Magazyn Łomżyński 8.26 Koneser 8.30 Kurier 8.45 Gość dnia 9.00 Przewodnik po ekonomii 9.30 Kurier 9.35 Ryzykanci – reality show 10.20 Regiony kultury 10.45 Telekurier 11.15 Gość dnia 11.30 Kurier 11.45 To jest temat 12.00 Europa w zagrodzie 12.35 Oko w oko z żywiołem 13.55 Agrobiznes 14.00 Rodowody – polskie młyny i wiatraki 14.20 Polskie krajozaby 14.30 Kurier 14.45 To jest temat 15.00 Legendy dalekich mór 15.30 Kurier 15.40 Obiektyw 15.45 Kartka z kalendarza 15.47 Gość dnia 16.00 To i owo – magazyn 16.30 Kurier 16.45 Europa w zagrodzie – magazyn 17.15 To jest temat – reportaż 17.30 Kurier 17.50 Przegląd Suwalsko-Mazurski 18.00 Obiektyw 18.20 Regiony Kultury 18.30 Koneser 18.35 Gość dnia 18.45 Sami o Sobie 19.30 Kino ma sto lat – Stanley Kubrick 20.00 Telekurier 20.30 Kurier 20.45 Echa dnia 21.15 Przegląd Suwalsko-Mazurski 21.25 Koneser 21.30 Kurier Gospodarczy 21.45 Obiektyw 22.00 W głębi duszy – film fabularny, Włochy 1997 23.50 Kurier 0.15 Josephine – serial fab.



Niebawem wielki finał

Dzisiaj, zgodnie z regulaminem loterii, zamknęliśmy listę zgłoszeń wygranych w Autogrze 3. Wprawdzie już od piątku będziemy grali o kolejne auto i kolejną pulę nagród, ale 9 kwietnia pozostaje nam jeszcze najważniejsze – losowanie. Publicznie rozlosujemy główną nagrodę, czyli **samochód SUZUKI wagon R+** a także **łódówkę, radiobudzik, zegarki na rękę, komplet ręczników, kalkulator naukowy Casio, zegar na ścianę**. Radzimy, żeby wszyscy, którzy zgłosili wygrane, odebrali nagrody przed 9 kwietnia, jeśli chcą otrzymać w Biurze Gry zastępczą kartę

konkursową i komplet numerków do udziału w losowaniu finałowym. Wczoraj ostatnią wygraną zgłosili: **468. Józef Tomaszewski – Janówek – komplet pościeli**. Po nagrody z zakończonego etapu zapraszamy do Biura Gry „Gazety Współczesnej”, 15-959 Białystok, ul. Suraska 1, pok. 25 (parter) w godzinach 12-16 z kartą konkursową i kompletem wymaganych kuponów. Nagrody czekają w Biurze Gry przez dwa tygodnie od dnia zgłoszenia wygranej. W soboty i niedziele nagród nie wydajemy. (TO)

W piątek AUTO2GRA

Już w piątek rozpoczynamy kolejne zmagania konkursowe o drugi samochód i kilka setek nagród rzeczowych. AUTO2GRA podzielona będzie na trzy miesięczne etapy z oddzielnymi, atrakcyjnymi nagrodami głównymi do wygrania poprzez zakresanie liczb na diagramach kart konkursowych. Auto rozlosujemy po zakończeniu gry w lipcu na tych samych zasadach co w obecnej grze. Na finałowe losowanie trzeba będzie przysłać zestawy złożone z karty konkursowej i kompletu wyciętych z gazety kuponów. Już w piątek należy więc kupić gazetę z bezpłatną kartą konkursową i zbierać kupony z codziennych wydań gazety.

W pierwszej części naszej loterii wygrało prawie 500 osób. Mamy nadzieję, że kolejne pół setki laureatów nazbiera się również w drugiej części Autogry. Zapraszamy do zabawy! (TO)

BIURO GRY

„Gazety Współczesnej” 15-950 Białystok, ul. Suraska 1, pok. 25
tel. (0-10xx85) 748-74-23
w godz. 12.00-16.00

REKLAMA

USŁUGI

INNE

CZYSZCZENIE obrobienie dywanów, futrzaków, tapicerki, żaluzji. Odbieramy, odwozimy, ☎(0-85)732-60-62, ☎0607-149-302.

PRAWNIK – ogólnokrajowe pośrednictwo w obrocie mieszkaniami, nieruchomościami, ☎(0-85)741-51-65, Legionowa 14/16, lok. 2.

PRAWNIK – pisanie podań do administracji i sądów, ☎(0-85)741-51-65, Legionowa 14/16, lok. 2.

USA – wiza studencka, pracownicza, biznesowa. Profesjonalnie. Informacja: ☎(0-22)858-24-55.

ZDROWIE

USG: klasyczne, kolor - Doppler, biopsje. „DIAGMED”. Rynek Kościuski 15B (za Delikatami), ☎(0-85)742-09-88.

STOMATOLOG

GABINET Stomatologiczny Hanna Rudobielska - dorośli, dzieci, (bez protezyki), Kaszatowa 7, ☎(0-85)654-28-35, ☎0609-462-500.

BIURO REKLAM I OGŁOSZEŃ
BIAŁYSTOK • UL. SURASKA 1 • TEL./FAX 748-74-30
CZYNNE:
CODZIENNE W GODZ. 7.30-17.30 SOBOTA W GODZ. 13.00-15.00

RADIO BIAŁYSTOK

Polskie Radio Białystok
FM 99,4 98,6 MHz

ul. Świerkowa 1, tel. (085) 734-20-00, 85-744-22-22

Wiadomości Radia Białystok co godzinę – wydania główne 7.00, 16.00 Przegląd prasy: 6.18 Sport: 7.09, 8.05, 16.10, 19.04, 21.05 Moto Radio: 6.44, 7.39, 15.05, 16.11 Informacje z przebiegu granicznych: 6.44, 7.39, 15.05, Serwis kulturalny 8.40, 10.55, 13.24, 15.49 Wiadomości w skrócie: 6.30, 7.30, 8.30

5.05 Bardzo Ranne Radio; 5.10 Dla czego w trawie piszczy – Gawęda Simony Kossak; 5.15 Spadkobiercy odc. 302 (powt.); 5.35 Dobrze wiedzieć – serwis naukowy; 5.45 Zielenie studio; 6.00 FAKTY I MUZYKA – prod. Andrzej Ryczkowski; 6.18 Dobrze wiedzieć – serwis naukowy; 8.21 Dla czego w trawie piszczy – Gawęda Simony Kossak; 9.10 Między nami – prod. Jerzy Doroszkiewicz; 9.40 Joyce Oates – Blondynka odc. 2; 11.15 Reportaż; 12.53 English to go...; 13.45 Radionowela – Spadkobiercy odc. 303; 14.10 Szlachetne zdrowie – poradnik – aud. Dariusza Kucia; 15.00 CO NIESIE DZIEN – prod. Lech Pilarzki; 17.07 English to go...; 17.56 Biblia Tysiąclecia dla dzieci; 18.05 Pieniądz robi pieniądz [DN1] – poradnik – aud. prow. Karol Poznański; 18.30 Ukraińska dumka – aud. prow. Sławomir Sawczuk; 18.45 Pod znakiem Pogoni – aud. prow. Włodzimierz Prochoczek; 19.10 Joyce Oates – Blondynka odc. 2; 19.25 Język Angielski BBC; 19.30 Reportaż; 19.45 Radionowela – Spadkobiercy odc. 303 (powt.); 20.05 W domu najlepiej – poradnik – aud. Izy Serafin; 20.30 Wileńskie witraże poetyckie – aud. Wiesława Szymańskiego; 21.10 Książka Tygodnia – Serce na temblaku Katarzyny Grocholi – opr. Doroty Sokolowskiej; 21.30 Czas melomana – aud.

Magdaleny Gajl; 22.00 Reflektor – Program BBC; 22.45 Język Angielski BBC; 22.50 Regionalne Wiadomości RB; 23.00 Nocna Orkiestra Radia Białystok – prod. Jerzy Doroszkiewicz; 23.45 Joyce Oates – Blondynka odc. 2; 0.05 Dobrze wiedzieć – serwis naukowy; 4.05 Dobrze wiedzieć – serwis naukowy

RADIO PLUS ŁOMŻA

(88,8 MHz)

Serwis: 6.00-24.00

Łomżyński Informator Radiowy: 6.30, 7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30 po Informatorze lokalna pogoda; Pogoda ogólnopolska: 6.06, 12.06, 17.04; Trafik ogólnopolski: 6.06, 11.06, 18.04; Sport: 6.06, 7.06, 8.03, 9.06, 12.06, 14.06, 19.06, 20.06; Notowania z giełdy papierów wartościowych: 12.33; Ogłoszenia: 24 i 54 min po pełnej godzinie

5.00-9.00 Niech będzie dzień dobry; 6.15 Patron dnia; 6.41 Przegląd prasy regionalnej; 6.50 Ewangelia; 7.08 Było nie było; 7.50 Męska piaskownica; 8.04 Twarz w twarz; 8.39 Piotr Semka nadaje; 8.41 Porady prawnika; 8.50 Nauczanie Jana Pawła II; 9.00-12.00 Niebieskie migdały; 9.09 Gość dnia; 10.12 Debeściak; 10.45 Radio Plus Internet; 12.00-13.00 W samo południe; 13.00-16.00 POP O! Ładnie; 13.16 Nie święci garnki lepią; 13.26 Gospodarka, finanse, ubezpieczenia; 14.45 Moto Plus; 15.16 Męska piaskownica; 15.52 Plusy dodatnie, plusy ujemne; 16.00-17.00 Puls dnia; 17.00-18.00 Cały ten sport; 18.00-20.00 David Fox Show; 21.00-21.45 Lista plus minus; 21.45 Dziennik Radia Watykan; 22.00-24.00 Wieczór w Plusie; 24.00-5.00 Noc w Plusie

RADIO 5

Wiadomości co godzinę 6.00-22.00 Prognoza pogody co godzinę 6.00-22.00

5.08 Kalendarium; 5.35, 6.35, 7.20 Horoskop; 6.10 Urodzeni dzisiaj... + piosenka dla jubilatów; 6.20 Echa najważniejszych wydarzeń wczorajszego dnia; 6.25 Kalendarium + imieniny + piosenka dla solenizantów; 6.45 Przegląd prasy; 7.20 Echa najważniejszych wydarzeń wczorajszego dnia; 7.45 Przegląd prasy; 8.35 Wybór piosenki dnia; 10.20 Pięć minut z polityką; 11.15 Gość Radia 5; 11.35 Telefon dla Ciebie (667-80-00); 12.20 Porady prawnika oraz Studio Infor; 12.30-13.00 Grająca szafa Radia 5 – propozycje (tel. 565-80-60); 13.40 Quiz; 15.10-16.00 Grająca szafa Radia 5; 15.20 Klakson – nie tylko dla kierowców; 17.00-18.00 Echa wielkiego świata, czyli plotki z życia gwiazd; 18.30 Audycja „POPCORN MEGA SHOW”; 18.35 Pakiecik – magazyn komputerowy; 18.40 Quiz; 20.15 „Opowieści nie całkiem zwyczajne”; 22.05 ALTERNATYWA – magazyn muzyki alternatywnej; 0.03 Kartka z kalendarza; 0.05 Horoskop; 1.00-3.00 Zadzwoń, wybierz i zapowiedz; 3.00-5.00 Muzyka nocą

RADIO PLUS BIAŁYSTOK

(103,3 MHz)

15-872 Białystok, ul. ks. A. Abramowicza 1a, tel. 66-43-888.

Wiadomości ogólnopolskie co godzinę od 6.00 do 22.00 Wiadomości lokalne – Puls Białegostoku 7.30, 9.30, 16.30 Sytuacja na białostockich drogach i ceny paliw 7.29; 8.29; 9.29; 14.29; 15.29; 16.29 (godziny szczytu w mieście) Serwis sportowy 7.06; 8.04; 9.06; 14.06; 19.04; 20.06

5.00 Ośmiu błogosławieństw 6.00-9.00 Mów do mnie jeszcze – Agnieszka Ponikiewska 6.15 Kawał historii (Kalendarium) 6.30 Na pierwszych stronach – przegląd prasy lokalnej 6.50 Ewangelia 7.20 Mów do mnie jeszcze... 7.37 Kusa pokusa rowerowa 7.50 Męska piaskownica, czyli park rozrywki 8.30 Białystok bez tajemnic – Agnieszka Kozłowska 8.45 Krzyżacy 1 – powieść w odcinkach 8.51 Nauczanie Jana Pawła II 9.00-12.00 Pasma mu-

zyczno-rozrywkowe 9.45 Mów do mnie jeszcze... 10.15 i 10.20 Krzyżacy 2 – powieść w odcinkach 10.24 i 13.54 Niebo w gębie – program kulinarny Elizy Oksuta; 10.34 i 11.14 Konkurs – Pojedynek na rycerskie słowo 11.34 Mów do mnie jeszcze... 11.45 Temperatura plus 11.54 Wypryń na głębie i Ave Maryja 12.00-13.00 W samo południe – ciekawostki, niezwykle wydarzenia 12.30 Mów do mnie jeszcze... 13.00-14.00 Widzialne i niewidzialne 14.15 Krzyżacy – powtórka 14.45 Moto Plus (wraz z konkursem) przed 15.00 Misericordia 15.16 Męska piaskownica 16.00-16.24 Puls dnia – najważniejsze wydarzenia dnia w Polsce i Białymstoku 16.22 Biznes in Plus 16.37 Cały ten sport 17.00-21.30 Pasma muzyczne 18.00-21.30 David Fox show 21.30 Kościół żywy wydarzenia – Jan Ruman 21.40 Ewangelia 21.47 Dziennik Radia Watykańskiego 22.00-24.00 Wieczór w Plusie 22.08 Przysiągł Jezus – Robert Tekele 23.30 Audycja Radia Watykańskiego 24.00-6.00 Muzyczna noc w Plusie

PROGRAM 1

(225 kHz, 106 MHz)

PROGRAM 2

(88,3; 92,0; 98,5 MHz)

RADIO BIS

(88,3; 92,0; 92,3 MHz)

RADIO MARYJA

(100,4; 103,3; 103,6; 105,5; 107,9 MHz)

RADIO RMF FM

(89,0; 89,4; 100,2 MHz)

RADIO ZET

(101,4 MHz – Elk, Goldap, Olecko, Sejny, Suwałki, Augustów; 107,3 MHz – Białystok, Łomża, Bielsk Podlaski, Hajnówka; 104,0 MHz – Elk, Olecko, Kętrzyn, Giżycko, Gołdap, Mrągowo, Pisz, Węgorzewo; 105,4 MHz – Siemiatycze; 102,8 MHz – Ostrołęka, Ostrów Mazowiecka; 107,7 – Mrągowo)

RADIO WaWa (88,6 MHz)



Mistrzowie Gimnazjady PG 15 Białystok z trenerem Henrykiem Lenczewskim

Pod szkolną siatką i koszem

Gimnazjalni mistrzowie

W ostatnich dniach w naszym województwie rozegrano finały Gimnazjady w siatkówce i koszykówce.

SIATKÓWKA

Dziewczeta

W Gimnazjadzie Województwa Podlaskiego uczestniczyło 12 zespołów gimnazjalnych wyłonionych w zawodach powiatowych, a następnie grup powiatów. Finał został przeprowadzony w sali Publicznego Gimnazjum nr 1 w Łomży z udziałem czterech najlepszych zespołów. Mistrzem została drużyna PG 1 Łomża prowadzona przez Mirosława Skawskiego.

Wyniki finału: PG 1 Łomża – PG Mońki 2:0, PGS 19 Białystok – PG 2 Bielsk Podlaski 0:2, PG 2 Bielsk Podlaski – PG Mońki 2:1, PG 1 Łomża – PGS 19 Białystok 2:0.

1. PG 1 Łomża	6	6:0
2. PG 2 Bielsk Podlaski	5	4:3
3. PGS 19 Białystok	4	2:5
4. PG Mońki	3	2:6

Najlepsze siatkarki gimnazjady: Adele Surawska (PG 1 Łomża), 2. Magdalena Różańska (PG 2 Bielsk Podlaski), 3. Anna Prokop (PG Mońki).

Najlepsze siatkarki zespołów finałowych: Ewa Chojńska (PG 1 Łomża), Grażyna Soroka (PG 2 Bielsk Podlaski), Joanna Grzanka (PGS 19 Białystok), Ewelina Kuć (PG Mońki).

KOSZYKÓWKA

Dziewczeta

Finał Gimnazjady Województwa Podlaskiego rozegrany został w sali I LO w Augustowie. Mistrzynie zostały dziewczęta prowadzone przez Eugeniusza Hałburdę z PG 15 Białystok.

Wyniki finału: PG 15 Białystok – PG 2 Augustów 62:32, PG Łapy – PG 1 Augustów 48:46, PG 1 Augustów – PG 2 Augustów 43:47, PG 15 Białystok – PG Łapy 66:50.

1. PG 15 Białystok	6	190:104
2. PG 2 Augustów	5	150:171
3. PG Łapy	4	164:183
4. PG 1 Augustów	3	111:157

Punktacja fair play: 1. PG 15 Białystok. **Najskuteczniejsze koszykarki:** 1. Edyta Dzieniszewska (PG 2 Augustów) 127 pkt, 2. Agata Wojciechowska (PG Łapy) 113, 3. Ewelina Skardzińska (PG 15 Białystok) 88.

Najlepsze w rzutach wolnych: 1. Edyta Dzieniszewska (PG 2 Augustów) 27 trafień, 2. Ewelina Skardzińska (PG 15 Białystok) 20, 3. Agata Wojciechowska (PG Łapy) 14.

Najlepsze koszykarki zespołów finałowych: Sylwia Zawadzka (PG 15 Białystok), Aleksandra Sak (PG 2 Augustów), Justyna Łapińska (PG Łapy), Monika Krupińska (PG 1 Augustów).

Chłopcy

Finał Gimnazjady Województwa Podlaskiego rozegrany został w

sali Publicznego Gimnazjum nr 18 w Białymstoku, a mistrzami zostali podopieczni trenera Henryka Lenczewskiego z PG 15 Białystok.

Wyniki finału: PG 15 Białystok – PG 18 Białystok 54:37, PG 2 Łomża – PG 8 Łomża 70:46, PG 8 Łomża – PG 18 Białystok 67:46, PG 15 Białystok – PG 2 Łomża 75:53.

1. PG 15 Białystok	6	201:151
2. PG 2 Łomża	5	175:176
3. PG 8 Łomża	4	192:188
4. PG 18 Białystok	3	120:173

Punktacja fair play: 1. PG 15 Białystok.

Najskuteczniejsi koszykarze: 1. Michał Świecki (PG 8 Łomża) 109 pkt, 2. Tomasz Gosiewski (PG 2 Łomża) 83, 3. Adam Parzych (PG 2 Łomża) 82.

Najlepsi egzekutorzy rzutów wolnych: 1. Marcin Dudek (PG 8 Łomża) 14 trafień, 2. Bartosz Kazberuk (PG 15 Białystok) 12, 3. Mariusz Komorowski (PG 8 Łomża) 11.

Najlepsi w rzutach za 3 punkty: 1. Wojciech Brzozowski (PG 18 Białystok) 10 trafień, 2. Mariusz Ławreszuk (PG 15 Białystok) 9, 3. Adam Parzych (PG 2 Łomża) 8.

Najlepsi koszykarze zespołów finałowych: Radosław Wyrwas (PG 15 Białystok), Adam Parzych (PG 2 Łomża), Arkadiusz Jabłoński (PG 8 Łomża), Andrzej Lach (PG 18 Białystok).

(mark)

Kolejne sukcesy badmintonistów UKS Hubal SP 32

Dziewięć medali

W ostatnich dniach marca rozegrane zostały 28. Międzynarodowe Mistrzostwa Klubów Szkolnych w badmintonie. Doskonałe wyniki osiągnęli w nich zawodnicy UKS Hubal SP 32 Białystok, którzy wywalczyli 9 medali.

W imprezie organizowanej w kategoriach U-11, U-13, U-15, U-17 i U-19 wystartowało ponad 500 badmintonistów z 63 reprezentacji klubowych. Polskę reprezentowały dwie ekipy: AZS Warszawa i właśnie białostocki Hubal. Białostoczanie w sześciuosobowym składzie zaprezentowali się znakomicie sięgając po 9 medali – w tym aż 3 złote.

Największą furorę zrobiła Ewa Jarocka, która w kategorii U-19 wy-

grała rywalizację w grze pojedynczej dziewcząt (w finale pokonała koleżankę klubową: Julitę Grzegorzewską). Te dwie zawodniczki wygrały grę podwójną, a Jarocka wygrała grę mieszaną wraz z reprezentantem Niemiec Tillem Zandrem. Dzięki tym właśnie osiągnięciom Jarocka uznana została za najlepszą zawodniczkę turnieju.

W młodszej kategorii doskonale poczyniła sobie Anna Płecha, która zdobyła trzy medale: brązowy w grze pojedynczej, srebrny w grze podwójnej (razem z klubową koleżanką Magdą Dakowicz) i srebrny w grze mieszanej (z zawodnikiem Hubala – Pawłem Grzegorzewskim). Brązowy medal w

mikście wywalczyła inna para „hubalców” – Magda Dakowicz i Daniel Mitroszewski. Jeszcze jeden medal – brązowy – dorzuciła męska para U-17: Paweł Grzegorzewski i Daniel Mitroszewski.

Dzięki tym właśnie wynikiem zawodnicy Hubala zajęli drugie miejsce w klasyfikacji klubowej, ustępując AZS Warszawa.

Kierownikiem ekipy i kierowcą był dyrektor SP 32 Andrzej Wróblewski, zaś trenerami Czesław Szwabczyński i Wiesław Płecha. Wyjazd na zawody możliwy był dzięki pomocy państwa Mitroszewskich z firmy TOOLCO oraz Radzie Rodziców SP 32 w Białymstoku.

(PS)

Dzisiaj MOKS walczy w Pucharze Polski

Rywal z najwyższej półki

Dzisiaj o godzinie 17 w sali gimnastycznej ZSO nr 9 przy ul. Upalnej 26 w Białymstoku odbędzie się mecz tenisa stołowego o Puchar Polski pomiędzy MOKS „Słoneczny Stok”, a drużyną Gaz Polski Zielona Góra.

Prawo gry w rywalizacji o Puchar Polski mają zwycięzcy szczebli wojewódzkich. Mecz składa się z 4 do 7 gier, rozgrywanych kolejno na jednym stole do momentu osiągnięcia przez jeden z zespołów 4 zwycięstw. Zdobywca Pucharu ma zagwarantowany udział w europejskich rozgrywkach Nancy Evans.

Gaz Polski Zielona Góra to bardzo silna ekipa. Drużyna plasuje się obecnie na drugim miejscu w tabeli ekstraklasy, mając identyczny dorobek punktowy co prowadzący Legiz Morliny Ostróda. Do Białogostoku zielonogórzanie przyjadą

w nieco osłabionym składzie – bez mistrza Europy juniorów z 2001 roku Daniela Górkę, który w tym czasie będzie reprezentować Polskę na mistrzostwach Europy seniorów. Mimo to Gaz Polski jest bardzo silny. Kibice będą mieli okazję zobaczyć w akcji występujących na co dzień w ekstraklasie Grzegorza Adamiaka i Tomasza Redzimskiego oraz jednego z trójki czołowych juniorów w kraju Jacka Nowokuńskiego, Krzysztofa Stamirowskiego lub Radosława Żabskiego.

Dla białostoczian dzisiejszy pojedynek będzie doskonałą okazją sprawdzenia swoich umiejętności na tle zespołu ścisłej krajowej czołówki. Do tej pory drużyny z naszego regionu takiej możliwości nie miały. MOKS wystąpi w najmocniejszym składzie m.in. z Pawłem Kopyckim z Białorusi. (KS)

Na lodowisku w Zwierzyńcu shorttrackowcy zakończyli sezon

Ostatnie ściganie

Na lodowisku w Zwierzyńcu rozegrano ostatnie w tym roku zawody w short tracku. Były nimi Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików. W imprezie startowało 21 dziewcząt i 27 chłopców. Jedynie na 1500 metrów wśród dziewcząt triumfowała Aleksandra Urban z Torunia. Pozostałe biegi zakończyły się zwycięstwami łęczyńskich Juwenii Białystok.

500 m: 1. Agnieszka Olechnicka (Juwenia), 2. Joanna Antecka (Juwenia), 3. Aleksandra Urban (Toruń) oraz 1. Jakub Jaworski, 2. Stefan Soszka, 3. Roman Izbiński (wszyscy Juwenia).

800 m: 1. Olechnicka, 2. Urban, 3. Antecka oraz 1. Kulesza, 2. Jaworski, 3. Adam Filipowicz (Toruń).

1000 m: 1. Olechnicka, 2. Urban, 3. Antecka oraz 1. Kulesza, 2. Jaworski, 3. Soszka.

1500 m: 1. Urban, 2. Olechnicka, 3. Antecka oraz 1. Jaworski, 2. Kulesza, 3. Izbiński.

Wielobój: 1. Olechnicka, 2. Urban, 3. Antecka oraz 1. Jaworski, 2. Kulesza, 3. Soszka.

Sztafeta dziewcząt: 1. Białystok II, 2. Białystok I, 3. Toruń.

Sztafeta chłopców: 1. Białystok III, 2. Białystok I, 3. Toruń. (mark)

W Starosielcach i na Białostocku

Kolarska sobota

W sobotę, 23 marca odbyły się dwie kolarskie imprezy. W Starosielcach rozegrano przełajowe mistrzostwa okręgu podlaskiego na rok 2002, a na Białostocku rywalizowano w finale wyścigów przełajowych zorganizowanym dla najaktywniejszych zawodników marcowych „kolarskich sobót”.

W mistrzostwach przeprowadzonych przez Podlaski Okręgowy Związek Kolarski i Katolicki Klub Sportowy „Ognisko” zwyciężali zawodnicy, którzy już wielokrotnie pokazywali się z dobrej strony na ogólnopolskich zawodach. W młodszych kategoriach brylowali kolarze Ogniska Białystok Adam Opiatowski i Piotr Krajewski, natomiast wśród starszych zawodników wygrali Paweł Świaniewicz i Natalia Kisieleska z białostockiej „Wygody”.

Bardziej amatorska była impreza na Białostocku. Wystartowało jednak aż 33 uczestników i o wygrane nie było łatwo. Te zawody organizowały KKS Białostoczek, KKS „Ognisko” i administracja BSM „Białostoczek”.

Kolarskie zmagania sędziowali jako główni arbitrzy Jerzy Zawadzki (mistrzostwa) i Edward Dudziński (zawody na „Białostocku”).

Przełajowe mistrzostwa Okręgu Podlaskiego

Młodzicy (20 minut + 1 okrążenie):

1. Adam Opiatowski (Ognisko Białystok), 2. Piotr Jankowski, 3. Paweł Karolczyk (obaj Wygoda Białystok). **Juniorzy młodszy (30 minut + 1 okr.):** 1. Piotr Krajewski (Ognisko), 2. Kamil Bakoniuk (Wygoda), 3. Piotr Gościło (Ognisko).

Juniorzy (40 min. + 1 okr.): 1. Paweł Świaniewicz (Wygoda), 2. Paweł Niechwiedowicz (Ognisko), 3. Tomasz Solowiński (Wygoda).

Kobiety (20 min. + 1 okr.): 1. Natalia Kisieleska, 2. Marzena Korolczuk (obie Wygoda).

Finał wyścigów na „Białostocku”

Chłopcy – rocznik 1988-89: 1. Rafał Głowacki (Publiczne Gimnazjum nr 16), 2. Rafał Tałała (Szkoła Podstawowa nr 26), 3. Adrian Potapo (SP 42). **Rocznik 1990 i młodszy:** 1. Grzegorz Jaromin (os. Białostoczek), 2. Jakub Potapo (SP 26), 3. Tomasz Witkowski (os. Białostoczek).

Dziewczeta: 1. Anna Potapo (SP 42), 2. Agnieszka Faszczka, 3. Sylwia Zdanuczyk (obie os. Białostoczek). (miłk)

NASZA LIGA

Wiadomo było, że po zmianie punktacji „Nasza Liga” będzie ciekawsza. Zwycięzca 1. kolejki, pan **Marek Recko** z **Kamionki Starej** uzyskał aż 52 punkty! To tylko świadczy o tym, że w tej grze wszystko będzie się szybko zmieniać. To również dowód na to, że nawet ci, którzy zaczęli (zaczeli) grę później, mają szansę na zwycięstwo, a tym samym nagrodę główną w wysokości 1000 złotych. Przy dobrym typowaniu odrobienie ewentualnych strat nie będzie problemem. Zapraszamy więc nowych graczy do zabawy. Kupony zamieszczamy we wtorki i w czwartki.

Zwycięzca kolejki otrzyma od nas nagrodę w wysokości 100 złotych w gotówce bądź rzeczową o podobnej wartości. Gracze, którzy zajęli miejsca 2. i 3. – nagrody-upominki firmowe. W 1. rundzie otrzymują je panowie **Józef Cichocki** z **Glini** i **Mariusz Kuropatwa** z **Wysokiego Mazowieckiego**. Po odbiór nagród zapraszamy od poniedziałku od godziny 12. Do końca obecnego tygodnia można zgłaszać reklamacje dotyczące punktacji.

Na liście podajemy kolejno: Miejsce uczestnika, imię i nazwisko, numer konta i liczbę punktów do tej pory uzyskanych.

NAGRODZENI W 1. KOLEJCE

1. Marek Recko	52 pkt
2. Józef Cichocki	52 pkt
3. Mariusz Kuropatwa	46 pkt

1. Marek Recko	1	52	110. Ludmila Kleszczewska	1	16
2. Józef Cichocki	4	52	111. Józef Konowrocki	7	16
3. Mariusz Kuropatwa	66	46	112. Andrzej Chodor	12	16
4. Krzysztof Bogdan	2	46	113. Antoni Rydzewski	3	16
5. Marek Borkowski	2	40	114. Jerzy Roszkowski	1	16
6. Piotr Dubicki	1	40	115. Andrzej Jackowski	79	14
7. Łukasz Czech	29	40	116. Wojciech Wasilewski	3	14
8. Krzysztof Szostkowski	1	40	117. Stanisław Sendrowski	2	14
9. Józef Cichocki	11	28	118. Ryszard Smoleński	1	14
10. Zdzisław Lapiński	10	28	119. Błażej Sobek	10	14
11. Andrzej Nowacki	3	28	120. Zbigniew Kowalski	1	14
12. Jarosław Chrzanowski	3	28	121. Eliza Lapińska	20	14
13. Andrzej Chodor	10	24	122. Ireneusz Kuropatwa	2	14
14. Jakub Koško	2	24	123. Jarosław Strapczuk	1	14
15. Łukasz Czech	44	24	124. Mariusz Kacperski	1	14
16. Aleksander Zajkowski	1	24	125. Krzysztof Szostkowski	5	14
17. Jerzy Roszkowski	2	24	126. Przemysław Krukowski	1	14
18. Piotr Czarodziej	3	24	127. Antoni Trochimko	1	14
19. Tadeusz Cholewicki	26	24	128. Łukasz Czech	21	14
20. Łukasz Czech	45	24	129. Łukasz Czech	36	14
21. Grzegorz Wrona	76	24	130. Łukasz Czech	33	14
22. Wojciech Wasilewski	5	24	131. Walenty Buzuk	1	14
23. Irena Kwaczyska	1	22	132. Michał Gasowski	1	14
24. Grzegorz Kozłowski	2	22	133. Tadeusz Galas	1	14
25. Marcin Kowalski	1	22	134. Łukasz Czech	82	14
26. Piotr Czarodziej	2	22	135. Łukasz Czech	16	14
27. Grzegorz Kozłowski	5	22	136. Łukasz Czech	15	14
28. Marta Kotomska	3	22	137. Bogusław Ciosek	1	14
29. Marcin Gwiazdowski	2	22	138. Łukasz Czech	81	12
30. Tomasz Jakiel	10	22	139. Leon Recko	1	12
31. Stanisław Macutkiewicz	3	22	140. Kazimierz Przychodźni	2	12
32. Łukasz Czech	95	22	141. Łukasz Czech	40	12
33. Marek Kulmacz	1	22	142. Łukasz Czech	50	12
34. Łukasz Czech	96	22	143. Tadeusz Cholewicki	13	12
35. Marek Kulmacz	3	22	144. Krzysztof Bogdan	1	12
36. Mariusz Tomaszewski	1	22	145. Andrzej Chodor	2	12
37. Wiesław Zajdowicz	2	22	146. Andrzej Jackowski	53	12
38. Ryszard Kulczakiewicz	1	22	147. Andrzej Rządca	1	12
39. Paweł Pacuk	1	22	148. Łukasz Czech	83	12
40. Krzysztof Szostkowski	3	22	149. Łukasz Czech	84	12
41. Stanisław Zdanowicz	3	22	150. Czesław Sarfko	2	12
42. Kazimierz Przychodźni	1	22	151. Czesław Sarfko	3	12
43. Karol Siwiński	1	22	152. Józef Konowrocki	2	12
44. Marek Jankowski	1	22	153. Mariusz Sarosiek	2	12
45. Andrzej Chudziński	1	20	154. Stanisław Sendrowski	1	12
46. Andrzej Chodor	8	20	155. Krzysztof Achrem	3	12
47. Ireneusz Kuropatwa	1	20	156. Jerzy Bogdan	1	12
48. Kazimierz Piotrowski	1	20	157. Andrzej Misiewicz	99	12
49. Józef Konowrocki	1	18	158. Łukasz Czech	12	12
50. Tadeusz Świk	2	18	159. Łukasz Czech	13	12
51. Krzysztof Achrem	1	18	160. Stanisław Macutkiewicz	5	12
52. Andrzej Jackowski	5	18	161. Łukasz Czech	19	12
53. Edward Kłoczko	2	18	162. Krzysztof Maksimowicz	3	12
54. Henryk Wiśniewski	22	18	163. Jarosław Chrzanowski	4	12
55. Krzysztof Grauzul	2	18	164. Łukasz Czech	25	12
56. Magdalena Wojewoda	53	18	165. Cezary Michalski	1	12
57. Jerzy Klimiuk	2	18	166. Łukasz Czech	26	12
58. Jerzy Sosnowski	1	18	167. Andrzej Chodor	13	12
59. Jarosław Strapczuk	4	18	168. Mariusz Miłosek	2	12
60. Stanisław Godlewski	1	18	169. Henryk Płanka	1	12
61. Jarosław Jegliński	1	18	170. Czesław Chrabol	1	12
62. Jacek Ziolkowski	1	18	171. Andrzej Chodor	21	12
63. Tadeusz Galas	4	18	172. Łukasz Czech	31	12
64. Zbigniew Filipow	2	18	173. Andrzej Chodor	15	12
65. Stanisław Karpienia	1	18	174. Wojciech Kucharski	10	12
66. Aleksander Zajkowski	2	18	175. Tomasz Krajewski	1	12
67. Józef Konowrocki	5	18	176. Bazył Panasiuk	2	12
68. Paweł Zawadzki	88	18	177. Michał Krajewski	1	12
69. Krzysztof Urynowicz	1	18	178. Krzysztof Achrem	2	12
70. Kazimierz Przychodźni	3	18	179. Mariusz Miłosek	1	12
71. Łukasz Czech	30	18	180. Piotr Zero	21	12
72. Andrzej Sadowski	2	18	181. Krystian Falana	1	12
73. Andrzej Chodor	9	18	182. Leopold Jakimiec	2	12
74. Andrzej Chodor	7	18	183. Mirosław Urynowicz	1	12
75. Andrzej Nowacki	2	18	184. Mirosław Szejnowski	2	12
76. Łukasz Czech	35	18	185. Magdalena Wojewoda	79	12
77. Łukasz Czech	9	18	186. Wiesław Zajdowicz	1	12
78. Grzegorz Kozłowski	3	18	187. Magdalena Wojewoda	3	12
79. Marian Przekop	6	18	188. Antoni Kalinowski	1	12
80. Wojciech Kucharski	60	18	189. Grażyna Kalinowska	1	12
81. Łukasz Czech	10	18	190. Krzysztof Szostkowski	7	12
82. Marek Borkowski	1	18	191. Krzysztof Szostkowski	8	12
83. Stanisław Macutkiewicz	4	18	192. Mariusz Kacperski	9	12
84. Albin Bielecki	60	18	193. Tadeusz Galas	5	12
85. Wojciech Łukaszewicz	1	18	194. Mariusz Galczyk	2	12
86. Łukasz Czech	7	18	195. Daniel Germaniuk	86	12
87. Rafał Burakowski	1	18	196. Andrzej Grabowski	3	12
88. Łukasz Czech	80	18	197. Marian Witkowski	1	12
89. Łukasz Czech	46	18	198. Wojciech Łukaszewicz	2	12
90. Łukasz Czech	52	18	199. Marcin Gwiazdowski	1	12
91. Krzysztof Maksimowicz	1	18	200. Dariusz Węglowski	7	12
92. Łukasz Czech	1	18	201. Łukasz Czech	97	12
93. Marek Rakowski	2	18	202. Andrzej Zubowicz	1	12
94. Władysław Wojno	4	16	203. Jan Zebrowski	1	12
95. Leopold Jakimiec	4	16	204. Zdzisław Sokolowski	1	12
96. Stanisław Macutkiewicz	2	16	205. Piotr Czarodziej	1	12
97. Antoni Jesionowski	2	16	206. Jerzy Sosnowski	2	12
98. Jarosław Marczuk	45	16	207. Józef Zalesko	1	12
99. Andrzej Chodor	11	16	208. Bogusław Ciosek	2	10
100. Andrzej Chodor	19	16	209. Andrzej Chodor	25	10
101. Łukasz Czech	23	16	210. Grzegorz Wrona	24	10
102. Stanisław Karpienia	7	16	211. Andrzej Jackowski	31	10
103. Edward Kłoczko	1	16	212. Seweryn Brzozowski	1	10
104. Stefan Kozłowski	77	16	213. Rafał Burakowski	2	10
105. Przemysław Kollatj	2	16	214. Stefan Lipski	1	10
106. Paweł Pacuk	6	16	215. Jadwiga Kotowska	24	10
107. Stanisław Zdanowicz	1	16	216. Łukasz Czech	28	8
108. Jan Zebrowski	3	16	217. Leopold Jakimiec	1	8
109. Andrzej Chodor	5	16	218. Sławomir Jarmowicz	2	8

219. Łukasz Czech	32	8	363. Henryk Boituc	1	5
220. Łukasz Czech	24	8	364. Krzysztof Maksimowicz	4	5
221. Marian Grygorowicz	1	8	365. Tadeusz Wyszkowski	7	5
222. Łukasz Czech	20	8	366. Jarosław Strapczuk	2	5
223. Krzysztof Grauzul	11	8	367. Józef Jackowski	20	5
224. Krzysztof Groman	1	8	368. Bogdan Kuźnicki	1	5
225. Andrzej Grabowski	2	8	369. Grzegorz Kleszczewski	1	5
226. Stanisław Godlewski	3	8	370. Kazimierz Budek	1	5
227. Mariusz Kuropatwa	44	8	371. Łukasz Czech	86	5
228. Łukasz Czech	27	8	372. Marian Przekop	7	5
229. Marek Kulmacz	2	8	373. Łukasz Czech	88	5
230. Leopold Jakimiec	3	8	374. Włodzimierz Halicki	12	5
231. Andrzej Kulakowski	2	8	375. Ireneusz Kuropatwa	3	2
232. Tomasz Kacperski	11	8	376. Krzysztof Maksimowicz	2	2
233. Wojciech Kucharski	30	8	377. Kamil Grygorowicz	1	2
234. Stefan Lipski	2	8	378. Łukasz Czech	3	2
235. Władysław Kawalko	1	8	379. Dariusz Pesel	2	2
236. Grzegorz Kozłowski	4	8	380. Radosław Gliński	4	2
237. Stanisław Karpienia	4	8	381. Krzysztof Grauzul	1	2
238. Józef Konowrocki	9	8	382. Andrzej Grabowski	1	2
239. Stanisław Karpienia	5	8	383. Grzegorz Pieczywek	1	2
240. Henryk Grzeszczuk	1	8	384. Przemysław Bizoń	99	2
241. Łukasz Czech	51	8	385. Krzysztof Achrem	4	2
242. Józef Konowrocki	6	8	386. Wiesław Adamski	1	2
243. Józef Konowrocki	11	8	387. Jan Zebrowski	4	2
244. Łukasz Czech	85	8	388. Jan Zebrowski	2	2
245. Łukasz Czech	90	8	389. Łukasz Czech	94	2
246. Łukasz Czech	93	8	390. Jacek Ziolkowski	4	2
247. Łukasz Czech	92	8	391. Jacek Ziolkowski	3	2
248. Artur Komosiński	41	8	392. Łukasz Czech	98	2
249. Łukasz Czech	91	8	393. Łukasz Czech	49	2
250. Krzysztof Dobrowolski	1	8	394. Przemysław Bizoń	1	2
251. Łukasz Czech	43	8	395. Paweł Pacuk	8	2
252. Antoni Jesionowski	1	8	396. Józef Zalesko	2	2
253. Łukasz Czech	34	8	397. Piotr Dubicki	2	2
254. Tomasz Kacperski	1	8	398. Józef Bobin	1	2
255. Józef Konowrocki	8	8	399. Jerzy Bogdan	2	2
256. Łukasz Czech	38	8	400. Mirosław Oksztulski	1	2
257. Józef Konowrocki	10	8	401. Henryk Boituc	2	2
258. Zbigniew Kowalski	2	8	402. Paweł Pacuk	5	2
259. Wojciech Kucharski	20	8	403. Łukasz Czech	17	2
260. Marcin Kowalski	2	8	404. Dariusz Modzelewski	1	2
261. Michał Kotomski	1	8	405. Mariusz Stanulewicz	1	2
262. Antoni Kalinowski	2	8	406. Dariusz Węglowski	14	2
263. Józef Konowrocki	19	8	407. Janusz Prychodki	2	2
264. Józef Konowrocki	12	8	408. Łukasz Czech	41	2
265. Radosław Filipow	1	8	409. Stanisław Karpienia	2	2
266. Tadeusz Galas	2	8	410. Czesław Chrabol	2	2
267. Krzysztof Szostkowski	11	8	411. Jarosław Strapczuk	3	2
268. Władysław Wojno	1	8	412. Irena Łuksza	1	2
269. Magdalena Wojewoda	7	8	413. Stanisław Karpienia	8	2
270. Mariusz Tomaszewski	2	8	414. Ireneusz Kuropatwa	4	2
271. Waldemar Wąsowicz	1	8	415. Zygmunt Kurz	1	2
272. Tadeusz Świk	1	8	416. Robert Kossakowski	96	2
273. Jan Polkowski	1	8	417. Jerzy Kiwaczewski	1	2
274. Radosław Wasiljew	7	8	418. Józef Konowrocki	13	2
275. Radosław Wasiljew	5	8	419. Ewelina Stanulewicz	1	2
276. Karol Przekop	4	8	420. Antoni Rydzewski	1	2
277. Radosław Wasiljew	2	8	421. Andrzej Sobolewski	1	2
278. Wojciech Wasilewski	4	8	422. Błażej Sobek	5	2
279. Dariusz Pesel	1	8	423. Łukasz Czech	11	2
280. Daniel Świątek	33	8	424. Czesław Sarfko	1	2
281. Kazimierz Piotrowski	2	8	425. Łukasz Czech	22	2
282. Krzysztof Szostkowski	6	8	426. Grzegorz Kawalko	1	2
283. Krzysztof Szostkowski	4	8	427. Jakub Koško	3	2
284. Kazimierz Sulewicz	13	8	428. Grzegorz Kozłowski	1	2
285. Zenon Stanulewicz	2	8	429. Radosław Wasiljew	6	2
286. Leon Recko	27	8	430. Andrzej Chodor	1	2
287. Paweł Recko	1	8	431. Władysław Wojno	5	2
288. Antoni Rudz	6	8	432. Łukasz Czech	39	2
289. Arkadiusz Solaniuk	1	8	433. Jerzy Makal	2	2
290. Antoni Rydzewski	2	8	434. Andrzej Chodor	3	2
291. Ryszard Smoleński	3	8	435. Andrzej Chodor	4	2
292. Ryszard Smoleński	2	8	436. Jerzy Makal	1	2
293. Wojciech Wasilewski	1	8	437. Andrzej Chodor	6	2
294. Wiesław Zajdowicz	4	8	438. Sławomir Jarocki	1	2
295. Andrzej Chodor	17	8	439. Jakub Jemieljarczuk	1	2
296. Andrzej Chodor	18	8	440. Sławomir Jarmowicz	1	2
297. Tadeusz Wyszkowski	3	8	441. Agnieszka Tomaszewska	1	2
298. Stanisław Zdanowicz	2	8	442. Szymon Augustynowicz	99	1
299. Jarosław Chrzanowski	2	8	443. Łukasz Czech	42	1
300. Andrzej Zawadzki	1	8	444. Maciek Chudziński	1	1
301. Daniel Zaleski	10	8	445. Łukasz Czech	48	1
302. Paweł Pacuk	2	8	446. Łukasz Czech	47	1
303. Paweł Pacuk	3	8	447. Jan Bagiński	1	1
304. Stanisław Macutkiewicz	1	8	448. Andrzej Chodor	20	1
305. Jarosław Marczuk	65	8	449. Andrzej Chodor	14	1
306. Łukasz Czech	4	8	450. Andrzej Chodor	23	1
307. Łukasz Czech	8	8	451. Andrzej Chodor	24	1
308. Paweł Pacuk	4	8	452. Łukasz Czech	37	1
309. Wiesław Zajdowicz	3	8	453. Łukasz Czech	2	1
310. Henryk Boituc	3	6	454. Andrzej Chodor	16	1
311. Krzysztof Szostkowski	9	6	455. Walenty Buzuk	2	1
312. Przemysław Koliłaj	3	6	456. Józef Konowrocki	18	1
313. Łukasz Czech	6	6	457. Bazył Panasik	1	1
314. Krzysztof Szostkowski	2	6	458. Radosław Wasiljew	3	1
315. Jarosław Chrzanowski	1	6	459. Kazimierz Kotomski	2	1
316. Jerzy Klimki	1	6	460. Józef Jackowski	19	1
317. Zenon Stanulewicz	1	6	461. Irena Łuksza	2	1
318. Jerzy Kleszczewski	1	6	462. Jakub Koško	1	1
319. Antoni Jesionowski	3	6	463. Robert Kossakowski	99	1
320. Łukasz Czech	99	6	464. Karol Przekop	2	1
321. Wojciech Czaczkowski	1	6	465. Krzysztof Szostkowski	10	1
322. Łukasz Czech	5	6	466. Włodzimierz Halicki	24	1
323. Andrzej Jackowski	1	6	467. Józef Konowrocki	17	1
324. Wiktor Germaniuk	10	6	468. Mścisław Szejnowski	1	1
325. Radosław Gliński	13	6	469. Łukasz Czech	14	1
326. Władysław Wojno	3	6	470. Irena Łuksza	3	1
327. Tadeusz Galas	3	6	471. Stanisław Karpienia	6	1
328. Władysław Wojno	2	6	472. Józef Konowrocki	14	1
329. Magdalena Wojewoda	30	6	473. Andrzej Sadowski	1	1
330. Tadeusz Wyszkowski	6	6	474. Józef Konowrocki	3	1
331. Marek Jankowski	2	6	475. Antoni Jesionowski	4	1
332. Włodzimierz Halicki	36	6	476. Łukasz Czech	18	1
333. Krzysztof Szostkowski	12	6	477. Łukasz Czech	89	1
334. Radosław Wasiljew	4	6	478. Edyta Michalska	1	1
335. Andrzej Zawadzki	2	6	479. Jacek Ziolkowski	2	1
336. Radosław Wasiljew	1	6	480. Witold Modzelewski	1	1
337. Janusz Zdrodowski	1	6	481. Cezary Dawidowicz	1	1
338. Krzysztof Uryniewicz	2	6	482. Paweł Myszkowski	1	1
339. Kazimierz Grygorowicz	1	6	483. Barbara Falana	1	1
340. Paweł Jaszczuk	1	6	484. Piotr Kotowski	31	1
341. Andrzej Zebrowski	10	6	485. Zbigniew Filipow	1	1
342. Henryk Wiśniewski	1	6	486. Łukasz Czech	87	1
343. Karol Przekop	1	6	487. Tadeusz Wyszkowski	5	1
344. Ryszard Pater	1	6	488. Mariusz Sarosiek	1	1
345. Robert Kossakowski	97	6	489. Tadeusz Wyszkowski	1	1
346. Stefan Kozłowski	55	6	490. Stanisław Godlewski	4	1
347. Andrzej Kulakowski	1	6	491. Andrzej Grabowski	2	1
348. Wojciech Kucharski	50	6	492. Grzegorz Kozłowski	6	1
349. Grzegorz Kozłowski	9	6	493. Krzysztof Groman	2	1
350. Jakub Koško	4	6	494. Alicja Przekop	5	1
351. Paweł Pacuk	7	6	495. Paweł Myszkowski	2	1
352. Marek Rakowski	1	6	496. Marcin Mieciewicz	2	0
353. Grzegorz Pieczywek	2	6	497. Sylwia Charnievska	1	0
354. Robert Kossakowski	98	6	498. Wojciech Kucharski	40	0
355. Mirosław Uryniewicz	2	6	499. Tadeusz Wyszkowski	2	0
356. Anatol Koszelew	1	6	500. Karol Przekop	3	0
357. Józef Konowrocki	4	6	501. Janusz Prychodki	1	0
358. Sławomir Koszelew	1	6	502. Józef Konowrocki	16	0
359. Marcin Mieciewicz	1	5	503. Stanisław Karpienia	3	0
360. Tadeusz Wyszkowski	4	5	504. Józef Konowrocki	15	0
361. Janusz Siłowski	1	5	505. Przemysław Koliłaj	1	0
362. Andrzej Chodor	22	5	506. Mariusz Gałczyński	1	0

Jagiellonia w Zamościu liczy na pierwsze wiosenne wyjazdowe zwycięstwo

Rywal z kłopotami

Dzisiaj białostocka Jagiellonia zagra kolejny ligowy mecz. Tym razem jagiellończycy wystąpią w Zamościu, gdzie zmierzą się z miejscowym Hetmanem. Początek tego spotkania o godz. 17.

Nasz zespół wiosną prezentuje się znacznie lepiej niż zamojscy rywale. „Jaga” z meczu na mecz gra coraz lepiej, o czym świadczą dobre wyniki podopiecznych trenera Wojciecha Łazarka i styl, w jakim je odnoszą. Białostoczanie w siedmiu rozegranych wiosną meczach trzykrotnie wygrywali, dwa razy remisowali i dwukrotnie przegrali. Wiosną udało się im też przerwać inną fatalną serię – pięciu kolejnych wyjazdowych przegranych. 23 marca w Kietrze zdobyli pierwszy tej wiosny punkt na wyjeździe.

– Nie da się ukryć, że do odbicia się od dna brakuje nam wyjazdowego zwycięstwa – powiedział Mirosław Mojsiuszko, prezes Jagiellonii. – Oczekuję miłej niespodzianki, bo zakładamy że z Zamościa przywieziemy przynajmniej jeden punkt. W tej chwili o utrzymanie się walczą bardzo dużo drużyn. Nawet Świt nie może być pewny ligowego bytu. Czeką nas bardzo trudny miesiąc walki, w którym obrona przed degradacją będzie trwała do ostatniej kolejki.

Białostoczanie do Zamościa jadą bez Krzysztofa Smolińskiego, który pauzuje za kartki. W zespole zabraknie także chorego Arkadiusza Chrobota, który powoli wraca do zdrowia. Pod znakiem zapytania stoi gra najlepszego gracza jagiellończyków: Wojciecha Kobeszki, który narzekał na przeziębienie. Pozostali gracze są w dobrej dyspozycji i trener Łazarek będzie mógł skorzystać z ich usług.

Kiepska gra Hetmana

Zamojszczanie wiosną prezentują się bardzo kiepsko. W tym roku wywalczyli zaledwie 6 punktów

i w tabeli rundy wiosennej zajmują trzecie miejsce od końca. Dzięki znakomitej jesiennej postawie Hetman plasuje się na wysokiej 7. pozycji. Podopieczni trenera Władysława Gąsiora mają jeszcze szansę na walkę o pozycję gwarantującą miejsce w barażu o I ligę. Problem polega jednak na tym, że zamojszczanie od trzech spotkań nie potrafią wygrać. Wiosną zwyciężyli tylko raz – z GKS Bełchatów.

W środę w zespole Hetmana nie zagra dwóch graczy: Artur Wąsacz (boczny pomocnik, kartki) i Łukasz Giza (napastnik, kontuzja). Pozostali będą do dyspozycji trenera Gąsiora. Szkoleniowiec gospodarzy dzisiejszego meczu ma jednak inne wielkie zmartwienie. Piłkarze Hetmana wiosną zdobyli tylko 8 goli – wszystkie po trafieniach Jacka Ziarkowskiego.

– Pozostali nawet nie próbują strzelać na bramkę – ironizował jeden z lubelskich dziennikarzy. – Oddają piłkę Ziarkowskiemu i niech on się martwi co robić. Stąd – między innymi – takie tragiczne wyniki wiosną.

Zagrożona jest też pozycja trenera Gąsiora. Działacze Hetmana kilkakrotnie już dyskutowali o dymisji szkoleniowca, ale – jak dotąd – kończyło się tylko na rozmowach. Porażka lub nawet remis z Jagiellonią oznaczać może zmianę na stanowisku zamojskiego trenera.

– W Zamościu wszyscy marzą, by grać jak jesienią – powiedział zaprzyjaźniony żurnalista. – Wygrywać i to efektywnie. Z „Jagą” – która wiosną imponuje grą w obronie (straciła tylko 3 gole – przyp. red.) – nie będzie to łatwe. Jeśli białostoczanie „zamurują” i nastawiają się na kontry to Hetmana czeka męczarnia i chyba straci następne punkty.

W zamojskim klubie – podobnie jak i w Jagiellonii – największe zmartwienie sprawia pusta klubowa kasa. Piłkarze od wielu miesię-



Wojciech Kobeszko jest przeziębiony, ale zapewne zagra w dzisiejszym meczu z Hetmanem Zamość

cy nie mają wypłacanych premii. Regularnie płacone są tylko stypendia.

I właśnie w kłopotach zamojskiego klubu kibice z Białegostoku upatrują szans na pierwsze tej wiosny wyjazdowe zwycięstwo. Gdyby się udało ten cel zrealizować, wtedy, być może udałoby się odbić od dna i wreszcie wejść do bezpiecznej strefy tabeli. Inaczej „nerwówka” będzie trwała dalej.

Lider gra z Bełchatowem

Dzisiaj prowadzący w tabeli Lech Poznań zmierzy się z innym kandydatem do awansu, GKS Bełchatów.

Drużyna z Wielkopolski jest już bardzo bliska awansu. W 30 meczach Lech doznał tylko jednej porażki i zgromadził 69 punktów.

Wicelider Orlen Płock traci siedem punktów.

Po ostatniej, piątkowo-sobotniej serii meczów mocno skomplikowała się sytuacja w dolnej części tabeli. Między dziewiątym zespołem – Zagłębie Sosnowiec, a Polarem, który plasuje się na pierwszej za-

grożonej spadkiem do trzeciej ligi pozycji (15. miejsce) jest różnica tylko czterech punktów.

Zagrożonych spadkiem do trzeciej ligi jest w tej chwili 12 drużyn, z których sześć będzie musiało opuścić szeregi drugoligowców. (PS)

Program meczów 31. kolejki

Środa, 3 kwietnia:

Hetman Zamość – Jagiellonia Wersal Podlaski Białystok; Górnik Łęczna – ŁKS Łódź; Odra Opole – Lukullus Świt Nowy Dwór Mazowiecki; Lech Poznań – GKS Bełchatów; Arka Gdynia – Tłoki Gorzyce; Ceramika Opoczno – Zagłębie Sosnowiec; Włókniarz Kietrz – Hutnik Kraków; Ruch Radzionków – Garbarnia Szczakowianka Jaworzno; Polar Wrocław – Orlen Płock; Górnik Polkowice – KS Mysłków.

I i II liga

O jednej godzinie

Wszystkie spotkania dwóch ostatnich kolejek rozgrywek pierwszej i drugiej ligi rozpoczną się o tej samej porze, poinformował PZPN.

Mecze ostatniej, 28. kolejki grupy mistrzowskiej piłkarskiej ekstraklasy w sezonie 2001/2002, zostaną rozegrane w sobotę, 4 maja, o godzinie 17.00.

Najprawdopodobniej mistrz Polski zostanie poznany wcześniej niż drużyny, które opuszczą szeregi ekstraklasy. Ostatnia kolejka w grupie mistrzowskiej została wyznaczona na sobotę, a w grupie spadkowej – na niedzielę, 5 maja (17.15).

Także wszystkie mecze dwóch ostatnich serii gier drugiej ligi odbędą się odpowiednio 1 i 5 maja (środa i niedziela). 20 spotkań (w obu terminach) kończących rozgrywki sezonu 2001/2002 rozpocznie się o godz. 17.00.

Do ekstraklasy bezpośrednio awansują dwa najlepsze zespoły drugoligowe, natomiast te z miejsc 3 i 4 spotkają się w barażach z drużynami, które w grupie spad-

kowej pierwszej ligi zajmą lokaty 13. i 14. Ekstraklasę automatycznie opuszczą dwie, a drugą ligę – sześć drużyn.

Terminy i godziny rozpoczęcia spotkań dwóch ostatnich kolejek:

I liga

Grupa mistrzowska: 27. kolejka – 28 kwietnia (niedziela), godz. 17.15; 28. kolejka – 4 maja (sobota), godz. 17.00.

Grupa spadkowa: 27. kolejka – 27 kwietnia (sobota), godz. 16.00; 28. kolejka – 5 maja (niedziela), godz. 17.15

II liga

37. kolejka – 1 maja (środa), godz. 17.00; 38. kolejka – 5 maja (niedziela), godz. 17.00

(PAP, mark)

Za tydzień początek Indywidualnych Mistrzostw Polski w Boksie

Ostatnie porządki

Tylko tydzień pozostał do rozpoczęcia 73. Indywidualnych Mistrzostw Polski w Boksie Białystok 2002. Impreza – o czym już informowaliśmy – odbędzie się w hali Włókniarza przy ul. Antoniu-kowskiej.

– Na terenie hali trwają obecnie ostatnie prace porządkowe – poinformował szef Biura Mistrzostw Adam Popławski.

Swoją obecność na mistrzostwach potwierdzili już legendarni polscy pięściarze: Jerzy Kulej, Zbigniew Pietrzykowski, który objął honorowy patronat nad imprezą oraz Marian Kasprzyk. Najprawdopodobniej przy Antoniu-kowskiej zobaczymy także Józefa Grudnia.

W tym tygodniu zamknięta zostanie lista uczestników bokser-

skiego turnieju. Na razie zgłoszono 110 zawodników z 15 ośrodków szkolenia. Z najlepszych polskich pięściarzy na razie brakuje m.in. Piotra Wilczewskiego, którego nie zgłosił jego macierzysty klub Gwardia Wrocław. Być może aktualnego jeszcze mistrza Polski w kategorii półciężkiej zobaczymy jednak na białostockim ringu. Istnieje prawdopodobieństwo, że wystawią go prywatni sponsorzy – mówi szef biura prasowego Andrzej Godlewski.

Najłatwiej o medale będzie w kategorii papierowej (48 kg). W wadze tej wystąpi najprawdopodobniej tylko czterech pięściarzy, w związku z czym każdy z nich wyjedzie z Białegostoku z medalem. Najbardziej zacięta rywalizacja zapowiada się natomiast w katego-

rii lekkiej (60 kg), gdzie na dzień dzisiejszy zgłoszonych jest już 14 zawodników.

Białostocki Hetman zgłosił do udziału w mistrzostwach 12 pięściarzy. Są to: Przemysław Rocznik (48 kg), Andrzej Nowosada (54 kg – jego występ wciąż stoi jednak pod znakiem zapytania), Mariusz Dziembowski (57 kg), Mariusz Głazewski i Adam Okragły (60 kg), Artur Bojanowski i Piotr Jankowski (63,5 kg), Paweł Głazewski (67 kg), Mirosław Nowosada (71 kg), Aleksy Kuziemski i Krzysztof Zimnoch (81 kg) oraz Grzegorz Kiełsa (+91 kg).

Pięściarze biorący udział w mistrzostwach zakwaterowani zostaną w hotelu Turkus. Honorowi goście zamieszkają natomiast w Kristalu. (KS)

ZDROWO ZE współczesną

ŚRODA, 3.04.2002 r., nr 4

Coraz więcej sposobów na katar

Kichające społeczeństwo



Ludzie cierpiący z powodu kataru czy blokady przewodów nosowych są mniej sprawni intelektualnie, mają słabsze efekty w pracy i nauce oraz gorszą wydolność fizyczną. Katar upośledza sprawność organizmu nawet do stopnia, który niejednokrotnie uniemożliwia normalne funkcjonowanie.

Stany zapalne nabłonka wyściełającego nos, tzw. nieżyty nosa, objawiające się katarzem czyli wysiękiem wydzieliny oraz obrzękiem i uczuciem blokady nosa utrudniającym oddychanie, do tej pory były lekceważone i traktowane jako banalne dolegliwości.

— W ostatnim okresie obserwujemy wzrost zainteresowania tym problemem związany z gwałtownie narastającymi zachorowaniami na alergię górnych dróg oddechowych — uważa doc. dr hab. Bolesław Samoliński, kierownik Zakładu Alergologii i Immunologii Centralnego Szpitala Klinicznego w Warszawie. — Na początku XX wieku katar alergiczny występował u 1 na 100 mieszkańców krajów rozwiniętych, w latach 70. uczulenie błony śluzowej nosa stwierdzano już u 7–14 proc. populacji. Populacja alergików powiększa się rokrocznie od 2 do 10 proc. Przy zachowaniu tej tendencji w 2020 roku w krajach wysoko rozwiniętych liczba chorych z alergicznym katarzem będzie równa populacji ludzi zdrowych.

Tak zatrważające dane skłoniły specjalistów do rozpoczęcia intensywnych działań na rzecz profilaktyki i leczenia tylko pozornie banalnego problemu, jakim jest katar.

Alergia czy infekcja

Wodnisty katar, napady kichania, świąd czy też uczucie blokady nosa spowodowane obrzękiem śluzówki jam nosowych to objawy charakterystyczne zarówno dla alergii, jak i w ostrej infekcji przeziębieniowej. Z uwagi jednak na odmienną przyczynę, jak i mechanizm powstawania kataru, stanowią one zupełnie odrębne jednostki chorobowe. Podłożem tych dolegliwości są procesy zapalne, stąd też dość powszechne określenie nieżyty nosa, jako zapalenie błony śluzowej.

Nos spełnia szereg ważnych funkcji. Dla jednych jest tylko fragmentem dróg oddechowych, dla innych „narzędziem” pracy (kiperzy). Zaburzenia czynności nosa prowadzą do złego samopoczucia, dyskomfortu fizycznego i psychicznego, a także różnych powikłań — zapalenia zatok przynosowych, oskrzeli a nawet astmy. Obecnie katar dzielimy na infekcyjne (o podłożu wirusowym, alergiczne (sezonowe i całoroczne) i inne (np. hormonalne, typowe dla kobiet, szczególnie w ciąży). Najczęstszą przyczyną kataru jest wirusowe zapalenie górnych dróg oddechowych (przeziębienie), które dotyczy ok. 80 proc. schorzeń infekcyjnych. Na

drugim miejscu jest katar sienny, często o charakterze przewlekłym. U dzieci i osób młodych najczęściej występuje katar spowodowany chorobami uczuleniowymi, u osób starszych najczęstszą przyczyną kataru są stany infekcyjne.

Sposób na katar

Teoretycznie leczenie kataru powinno być uzależnione od rozpoznania i jego bezpośredniej przyczyny. Jednak w praktyce brak jest możliwości leczenia przyczynowego większości stanów zapalnych błony śluzowej nosa. Infekcje wirusowe do tej pory nie doczekały się skutecznych leków eliminujących wirusy z organizmu. W przypadku kataru i to zarówno o podłożu alergicznym, jak i spowodowanego infekcją, pozostaje jedynie łagodzenie nieprzyjemnych dolegliwości, które utrudniają normalne funkcjonowanie. W przypadku alergii najczęściej jedynym sposobem jest unikanie kontaktu z alergenem, które trudno nazwać leczeniem przyczyny.

— Dlatego leczenie objawów ma z wielu względów tak istotne znaczenie — i to nie tylko dla komfortu chorego, ale również dla samego przebiegu choroby, a nawet w trosce o uniknięcie potencjalnych powikłań — mówi doc. Samoliński.

Odblokowanie nosa oraz eliminacja napadów kichania poprawia samopoczucie i ułatwia walkę z cho-

robą. Leczenie objawowe ma również bardzo istotne znaczenie z punktu widzenia mechanizmów regulujących fizjologiczne funkcje górnego odcinka dróg oddechowych. Istnienie stanu zapalnego, szczególnie w ostrej fazie, ogranicza rolę nosa.

Wśród leków stosowanych w łagodzeniu alergicznego kataru można rozgraniczyć dwie grupy: leki do stosowania doraźnego o szybkim działaniu, tzw. preparaty objawowe oraz leki oddziałujące z opóźnieniem, jednak w istotny sposób hamujące proces zapalny, np. kortykosteroidy dostępne na receptę. Do pierwszej grupy leków należą m.in. preparaty antyhistaminowe dostępne na receptę a także dwa rodzaje leków zmniejszających obrzęk i wodnisty wysięk z nosa: stosowane miejscowo alfa-metyki zawierające oksymetazolinę lub ksylometazolinę (np. Xylorhin, dostępny bez recepty w formie płynu do rozpylania i żelu do nosa) i podawane doustnie sympatykomimetyki takie jak fenylepropanolamina, fenylefryna, pseudofedryna (np. tabletki na katar Sudafed, dostępne bez recepty). Preparaty te, to najszybciej działające „odtykacze” nosa. w leczeniu objawów alergii najlepsze efekty terapeutyczne obserwuje się przy jednoczesnym podawaniu preparatów obkurczających błonę śluzową nosa i przeciwhistaminowych.

(luk)

Chcesz wygrać kosmetyki, poradniki lub zestawy preparatów zdrowotnych?

Szukaj w środku!!!

Dzisiaj w dodatku „Zdrowo ze Współczesną”:

— Ukąszenie kleszcza może być bardzo groźne dla zdrowia. Rocznie kilkaset osób zapada na pokleszczowe zapalenie mózgu i opon mózgowych. Niestety, od kilku lat obserwowana jest dynamika wzrostu zachorowań i ciężkich powikłań związanych z tą chorobą. Problem ten w szczególności dotyczy Podlasia i wschodniej części Polski. Tu bowiem występują największe siedliska kleszczy i największa w kraju zapadalność na choroby spowodowane ukąszeniem kleszcza. — **„Groźne kleszcze”** — czytaj str. II

— Tlen to dla większości z nas synonim zdrowia i dobrego samopoczucia, potrzebny każdemu organizmowi do życia. Jednakże ma on również i drugie oblicze. W obecności tlenu i z jego udziałem dochodzi w naszym organizmie do wielu reakcji chemicznych, w których powstają związki toksyczne. Nie zawsze udaje się nam uniknąć sytuacji, w których nasila się tworzenie wolnych rodników. Jednak negatywne skutki palenia papierosów, picia alkoholu i nieprawidłowego żywienia możemy w wydatny sposób ograniczyć. — **Sposób na starzenie** — czytaj str. IV

— Nadmierne spożycie sodu, niedobór potasu i magnezu, to istotne czynniki żywieniowe zwiększające ryzyko zachorowań na nadciśnienie tętnicze, a w konsekwencji na miażdżycę, udar mózgu, chorobę wieńcową i zawał serca. Pomimo że sód jest pierwiastkiem niezbędnym do życia, jego nadmiar może stać się przyczyną wielu chorób. Nadmierne spożywanie sodu może być powodem groźnych schorzeń wymagających opieki lekarskiej. Szczególnie osoby mające problemy z nadciśnieniem tętniczym muszą stosować niskosodową dietę. Dorosły człowiek, w warunkach kiedy nie traci nadmiernych ilości potu, powinien spożywać od 3 do maksymalnie 6 gram soli kuchennej w ciągu doby. Odpowiada to płaskiej łyżeczce soli. — **„Szkodzi w nadmiarze”** — czytaj str. IV

— Wiosna to typowy czas egzaminów. W szkole sprawdziany, na studiach kolokwia. Co zrobić, aby nasz umysł sprawnie przyswajał wiedzę? Wystarczy sięgnąć po preparat Memory Formula firmy Oris. Preparat zawiera cztery ważne substancje: lecytynę, mitorzab japoński, chelatowany związek magnezu, guaranę. — **„Lepsza pamięć i koncentracja”** — czytaj str. VI

— Większość z nas niecierpliwie oczekuje nadejścia wiosny. Po długich zimowych miesiącach ogromnie cieszy widok przyrody, która rozkwita i budzi się do życia. Coraz dłuższe i pełne słońca dni nastroją nas optymistycznie i radośnie. Gdy wokół świata nabiera kolorów, chciałobyśmy promiennie wyglądać i tryskać energią. Tymczasem nasza skóra może wyglądać na szarą i zmęczoną. To skutek niedoświetlenia i odwodnienia. By zatem nie tracić dobrego samopoczucia i cieszyć się wiosennym wyglądem, poświęćmy jej więcej uwagi i podarujmy kosmetyki, których potrzebuje. — **„Piękna na wiosnę”** — czytaj str. V

Na Podlasiu występuje największa w Polsce zapadalność na choroby odkleszczowe

Groźne kleszcze

Ukąszenie kleszcza może być bardzo groźne dla zdrowia. Rocznie kilkaset osób zapada na pokleszczowe zapalenie mózgu i opon mózgowych. Niestety od kilku lat obserwowana jest dynamika wzrostu zachorowań i ciężkich powikłań związanych z tą chorobą.

Problem ten w szczególności dotyczy Podlasia i wschodniej części Polski. Tu bowiem występują największe siedliska kleszczy i największa w kraju zapadalność na choroby spowodowane ukąszeniem kleszcza.

Zaczynają w marcu

Biologiczna aktywność kleszczy rozpoczyna się już w marcu i trwa nawet do listopada. Najczęściej spotykanymi kleszczami są kleszcze pastwiskowe żyjące na obszarach leśnych, w wilgotnej ściółce i bogatym runie lub na skrajach lasów graniczących z łąkami. Ale coraz częściej kleszcze spotkać można też na terenach zielonych przylegających do osiedli mieszkaniowych.

Utarło się przekonanie, że kleszcze atakują z góry czekając na ofiarę na leśniczynie. Okazuje się jednak, że te małe pajęczaki, w różnych stadiach rozwoju żyją na różnych roślinach (w żdźbłach trawy, na roślinach do 1 metra wysokości), zaś dojrzałe osobniki wędrują na wysokość 1,5 metra. Kleszcze coraz częściej można spotkać na działkach, w miejskich parkach i skwerkach.

Ulubione miejsca

Najczęstszym miejscem ukąszenia przez kleszcza jest głowa, uszy, zgięcia stawów, ręce i nogi. U dzieci zaś szyja i głowa. Pajęczak wybiera więc takie zakamarki ludzkiego ciała, gdzie skóra jest cienka i delikatna. Kleszcz wgrzyzając się w skórę wydziela przeciwbólową substancję maskującą w ten sposób moment ukąszenia. Przez 15 minut od ukąszenia kleszcz wydziela substancje trawienne rozpuszczające ścianki komórek. Niestety wraz z wprowadzaniem do organizmu żywiciela ślinę, kleszcz przeniesie także drobnoustroje chorobotwórcze,



Kleszcze można spotkać nawet na działce

w tym wirus Flavi wywołujący kleszczowe zapalenie mózgu.

Groźny wirus

Wirus dość szybko rozmnaża się w zainfekowanych komórkach trafiając z krwią do centralnego układu nerwowego. Okres inkubacji wynosi od 2 do 28 dni.

Typowy przebieg choroby składa się z dwóch faz:

– Faza pierwsza trwa od jednego do ośmiu dni i towarzyszą jej mało groźne objawy – podwyższona temperatura, ogólne zmęczenie i złe samopoczucie, bóle głowy i stawów. Po tym czasie następuje bezgorączkowy i bezobjawowy okres.

– Faza druga to bardzo wysoka gorączka do 40 st. C, następuje paraliż, porażenia, uszkodzenia nerwów czaszkowych i zmiany psychiczne utrzymujące się często przez długie lata.

Leczenie chorych na kleszczowe zapalenie mózgu pozostaje nadal objawowe. Zaleca się komfort fizyczny i psychiczny, leki przeciwbólowe, uspokajające i antydepresyjne. Nie zaleca się natomiast stosowania preparatów przeciw-

gorączkowych, gdyż gorączkę traktuje się jako mechanizm obronny organizmu w ostrej chorobie wirusowej.

Ważna profilaktyka

Wciąż nie ma skutecznego preparatu, który byłby w stanie zwalczyć infekcję spowodowaną KZM. Dlatego w tym przypadku jedyną skuteczną metodą okazuje się być profilaktyka, w tym szczepienia ochronne. Problem ten dotyczy w szczególności leśników i ludzi zawodowo związanych z lasem, u których problem KZM postępuje wręcz lawinowo.

Odpowiednia profilaktyka w KZM jest tym bardziej ważna, że następstwa spowodowane chorobą są dość przykre. KZM może pozostawić bóle mięśni, niedowład kończyn, porażenie wiotkie trwające wiele miesięcy, a nawet lat. U co czwartego pacjenta obserwuje się wystąpienie zespołu parkinsonowskiego. Zdarzają się zmiany w osobowości, bezsenność, nietolerancja słońca, nerwice. Warto więc przed czerwcowym „pierwszym dużym rzutem” kleszczy pomyśleć o właściwej profilaktyce.

(luk)

Kolejna akcja promocyjna „Żółty Tydzień”

Przed operacją i wyjazdem

W dniach 15-20 kwietnia odbędzie się dziesiąta edycja ogólnopolskiej kampanii „Żółty Tydzień”. w tym roku akcja promocyjnych szczepień przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby (WZW) typu A i B, kierowana jest przede wszystkim do pacjentów przygotowujących się do zabiegów operacyjnych oraz osób często podróżujących.

Podczas tegorocznego „Żółtego Tygodnia” trzecia dawka szczepionki skojarzonej, zapewniającej ochronę przed obydwojema typami wirusa oferowana będzie za darmo.

„Żółty Tydzień” ma na celu informowanie Polaków o konsekwencjach zachorowania na wirusowe zapalenie wątroby typu A i B oraz zachęcanie do szczepień przeciwko tym chorobom. Wirus WZW typu A przenosi się drogą pokarmową, do zachorowania dochodzi najczęściej poprzez spożycie zanieczyszczonej wody pitnej lub mytych w niej owoców i innych surowych pokarmów. Do zakażenia WZW typu B dochodzi głównie przez zabiegi me-

dyczne i niemedyczne (np. wykonanie tatuażu, przekucie uszu) oraz kontakty seksualne.

Tańsza dawka

W miastach uczestniczących w akcji, w wybranych gabinetach będzie można zaszczepić się najwyższej jakości pojedynczymi szczepionkami przeciwko żółtaczkę wszczepiennej i pokarmowej, a także szczepionką skojarzoną, uodparniającą na oba typy wirusa jednocześnie. W trakcie „Żółtego Tygodnia” cena dostępnej na miejscu szczepionki wraz z zastrzykiem oraz niezbędnym badaniem lekarskim będzie niższa niż cena samej szczepionki w aptece. dodatkową promocję przygotowano w tym roku dla pacjentów zdecydowanych na szczepienie preparatem skojarzonym. Osoby, które rozpoczną w kwietniu cykl szczepień szczepionką skojarzoną, otrzymają w październiku trzecią dawkę preparatu za darmo.

Infolinia i Internet

Akcji promocyjnej będą towarzyszyły działania informacyjne. W dniach

8-20 kwietnia informacje na temat wirusowych zapaleń wątroby i punktów szczepień biorących udział w akcji będą dostępne pod numerem infolinii (022) 571 90 00, czynnej od poniedziałku do piątku w godz. 8-18 oraz w soboty w godz. 8-14. Dane związane z kampanią będą również zamieszczone na stronie internetowej akcji: www.zoltytydzien.pl. Na stronie tej można też znaleźć listę szczepień obowiązkowych i zalecanych przed wyjazdami do 200 krajów, zasady bezpiecznej podróży, testy interaktywne i ciekawostki.

Uwaga wyjeżdżający

Tegoroczny „Żółty Tydzień” adresowany jest głównie do osób czekających na planowe operacje, ale także do wyjeżdżających do krajów Trzeciego Świata. Podwyższone ryzyko zachorowania na żółtaczkę występuje też w większości regionów, w których Polacy najchętniej wypoczywają lub udają się w celach handlowych. Są to kraje Basenu Morza Śródziemnego, Europy Wschodniej, Afryki, Ameryki Płd. oraz Azji Środkowej.

(luk)

Zadbaj o nogi

VENOŻEL® EMO-ZEL
dla zmęczonych i obolałych nóg

Nowoczesny lek o trzech składnikach aktywnych stosowany przy:

- żylakach
- obrzękach zastoinowych i pourazowych
- zapaleniach żył

a także jako lek przeciwbólowy i przeciwzapalny przy:

- bólach reumatycznych
- bólach kręgosłupa.

Żel do pielęgnacji nóg zawiera wyciągi z miłorzębu japońskiego, kasztanowca i arniki oraz mentol. Jest polecany:

- osobom ze skłonnością do obrzęków i „ciężkości nóg”
- kobietom w ciąży
- po przeciążeniu nóg.



Bez lekarstw, zastrzyków, bolesnych operacji

Medyczna rewelacja

Cierpiałam bardzo długo, wrzód dwunastnicy, pooperacyjne zalewanie żołądka i jego nadżerka spowodowały poważne zaburzenia w przyswajaniu pokarmów. Nie pomogła dieta, lekarstwa. Przestałam normalnie funkcjonować.

Gdy zupełnie załamana nie widziałam sensu dalszego życia, dowiedziałam się o BRT - pani Aleksandra Golska chętnie opowiada o swoim przypadku. - Po siedmiu zabiegach odczułam znaczną ulgę, a każdy następny przynosił dalszą poprawę. Po zakończeniu kuracji dolegliwości ustąpiły zupełnie. Teraz jestem gorącą zwolenniczką metody BRT.

Pani Maria przybyła do nas przed dwoma miesiącami. Była załamana, ale pełna nadziei. Rozpoznanie leńskie brzmiało: guzy nowotworowe gruczołu piersiowego. Lekarze zlecili operację. Po sześciu terapiach biorezonansowych podczas USG okazało się, że guzy zniknęły.

Ten doskonały rezultat zawdzięczamy aparatowi BRT, skonstruowanemu przez niemieckich naukowców pod kierunkiem prof. Brugemanna z Monachium.

BRT to nowoczesna aparatura wykorzystana w terapii biorezonansowej. Metoda ta oparta na najnowocześniejszych odkryciach biofizyki, często jest skuteczna w przypadkach, w których medyczna konwencjonalna nie potrafi pomóc. Bez obaw może być stosowana u dzieci i niemowląt. Nie powo-

duje skutków ubocznych, nic nie boli. Nie trzeba lekarstw, zastrzyków i bolesnych operacji. Zakres leczenia za pomocą aparatu BRT jest bardzo rozległy. Jak wynika z doświadczeń, terapia BRT jest skuteczna w 80 proc., a w ani jednym nie była szkodliwa.

Ta niekonwencjonalna, całkowicie bezbolesna metoda daje niezwykle skuteczne efekty w leczeniu wielu chorób, między innymi w chorobach reumatycznych, przewodu pokarmowego, serca i układu krążenia, tarczycy, nadciśnienia tętniczego, w stanach zwyrodnieniowych stawów kręgosłupa, epilepsjach, chorobach układu nerwowego oraz wielu innych. Letnia promocja cen.

RZUĆ PALENIE! Rewelacyjne efekty!

Do zorganizowanych grup powyżej 10 osób przyjeżdżamy na miejsce.



Gabinet:

15-092 BIAŁYSTOK
ul. Sienkiewicza 7A
tel. (0-85)743-59-36
OLSZYN
ul. Żeromskiego 23M
tel. (0-89)526-57-92

Artykuł promocyjny nr 297402GWBO

LAB-13
NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
LABORATORIUM ANALITYCZNO-BAKTERIOLOGICZNE
15-213 Białystok
ul. Mickiewicza 14
tel. (085) 73 26 911

POBIERANIE KRWI
noworodki i dzieci: Pn - Pt 7-10, So 8 - 9
osoby dorosłe: Pn - Pt 7 - 17, So 8 - 11

POBIERANIE INNYCH MATERIAŁÓW I WYDAWANIE WYNIKÓW
w godzinach pracy laboratorium
Pn - Pt 7 - 18, So 8 - 12

NZOZ tel. 73-288-73
Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki
GASTROLOGICZNEJ
dr med. O. Hnidec
(przeniesiony z ul. Mickiewicza 27)
USG jamy brzusznej, gastroscopia, rektoskopia, sigmoidoskopia, kolonoskopia, usuwanie żylaków odbytu metodą fotokoagulacji, leczenie, L-4.

ul. Ogrodowa 19 "LEKMED"
(Prywatne Centrum Medyczne)
recepja 732-75-15
czynny codziennie 9.00-16.00
sobota 9.00-12.00
D1042056

WYNAJEM GABINETÓW LEKARSKICH

Proste sposoby na zrzucenie nadmiaru kilogramów

Oczyszczają i odmładzają

Na wiosnę i po obfitych w jadlo świątach warto zastosować jedną ze skutecznych kuracji odchudzających i oczyszczających organizm. Polecamy zwłaszcza dietę pszeniczną i ryżową. Obie są mało skomplikowane, a w dodatku pozwalają na dostarczenie organizmowi w czasie kuracji niezbędnych składników odżywczych.

Pszenica dobra na wszystko

Jedną z najskuteczniejszych i stosunkowo mało uciążliwych diet jest dieta pszeniczna. Poza efektem odchudzającym, oczyszcza organizm i odmładza. Według książki „Fenomen odżywiania, czyli przewodnik po świecie diet” dr. Andrzeja Kozłowskiego, biostockiego homeopaty, osoby prowadzące taką dietę odczuwają znaczny napływ sił vitalnych, poprawę koncentracji i wszelkich zdolności umysłowych. Diety pszenicznej nie można jednak stosować częściej niż dwa razy w roku i dłużej niż przez dwa tygodnie.

Kuracja jest bardzo prosta w przygotowaniu. Na dwa tygodnie diety wystarczy kupić 2-3 kg ziarna pszenicy (najlepiej z gospodarstw ekologicznych). Szklankę ziaren zalewamy na noc wodą, rano pszenicę przepłukujemy i gotujemy do miękkości (ok. 1,5 godziny). Gotowaną pszenicę możemy jeść w dowolnej ilości przez cały dzień. Nie należy pozwalać sobie na uczucie głodu – pszenicy należy za każdym razem zjeść tyle, aby poczuć sytość. Inaczej spowodujemy wiele przykrych objawów ubocznych kuracji (ból brzucha, skoki ciśnienia, bezsenność). Po-



W żadnej diecie nie może zabraknąć warzyw i owoców

za ziarnami nie należy spożywać żadnych innych pokarmów, nie można też pić nic poza niegazowaną wodą mineralną lub źródłową. Dziennie powinno się wypijać ok. 2 litrów wody.

Dieta pszeniczna pozwala na zrzucenie nawet 7 kg w dwa tygodnie, ale oczywiście wszystko zależy od naturalnych skłonności organizmu. Z diety wychodzimy powoli, rozszerzając ją początkowo o inne produkty zbożowe: kasze, chleb, ryż. Następnie wprowadzamy jabłka i inne owoce oraz warzywa. Najdłużej należy zwlekać z jedzeniem wszelkich produktów mlecznych i zwierzęcych.

Ryżowa smakowitość

Smaczniejsza i bardziej różnorodna jest dieta ryżowa. Podstawą takiej

kuracji odchudzającej jest ryż pełnoziarnisty oraz warzywa i owoce i produkty mleczne. Potrawy można dowolnie komponować, jeść np. ryż z jogurtem, gotowanymi jabłkami lub warzywami. Ryż nie musi być składnikiem każdego dania – na przekąskę, drugie śniadanie czy kolację wystarczy sam jogurt, jabłko czy marchewka. Podczas diety należy unikać potraw ciężkostrawnych, tłustych i smażonych, nie wolno też jeść mięsa. Kuracja może trwać ok. 6 tygodni, pozwala na zrzucenie ok. 1 kg tygodniowo.

Dieta ryżowa znalazła uznanie w oczach lekarzy – ryż jest sytyjący i bogaty w pośasy, zawiera też wiele witamin i aminokwasów. O zdrowotnych wartościach warzyw i owoców chyba nikogo nie trzeba przekonywać.

(luk)

Osteoporoza – poznaj swojego wroga

Poradnik pod takim tytułem wydała firma farmaceutyczna Polfa-Kutno. Jest to książeczka adresowana do chorych na osteoporozę oraz wszystkich osób zainteresowanych profilaktyką tej groźnej choroby.

Książeczka „Osteoporoza – poznaj swojego wroga” stanowi podręczny poradnik, którego celem jest wytłumaczenie, czym jest osteoporoza oraz na czym polega diagnostyka i profilaktyka tej choroby. Autorem publikacji jest lek. med. Piotr Wesołowski, natomiast konsultacji merytorycznej udzielił dr n. med. Waldemar Misiorowski z Kliniki Endokrynologii Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego w Warszawie.

Książeczka tłumaczy prostym, zrozumiałym językiem, jakie są czynniki ryzyka osteoporozy, na jakie objawy należy zwrócić uwagę i wreszcie jak się odżywiać i jaki prowadzić tryb życia, by zmniejszyć ryzyko zachorowania. Odbiór informacji ułatwiają liczne ilustracje, w które zaopatrzony jest tekst. Jak podkreślają autorzy, książeczka ma nie tylko pomóc czytelnikowi w zrozumieniu istoty osteoporozy, ale także przygotować go do ewentualnej rozmowy z lekarzem oraz ułatwić odbiór fachowej porady.

Dla naszych Czytelników mamy do rozdania dwadzieścia poradników Polfy Kutno. Aby zdobyć jeden z nich wystarczy zadzwonić do nas dzisiaj, tj. w środę 3 kwietnia o godz. 11 pod numer 748-74-61.

(luk)

Co zrobić, kiedy na wiosnę strzyka w stawach?

Sposób na ból

Nadmierny wysiłek i zbyt lekki strój sprawiają, że na przełomie wiosny i zimy wiele osób uskarża się na bóle stawów i mięśni. Częściej też narzekamy na rozmaite dolegliwości reumatyczne. Kilka prostych rad pomoże im zapobiec.

Zimowe chłody sprawiły, że niewiele i niechętnie się ruszaliśmy. Większość z nas prawie całkowicie zrezygnowała z aktywnego uprawiania sportu. Kiedy nadchodzą pierwsze dni wiosennej pogody częściej wybieramy się na spacer, wycieczki rowerowe, pracujemy na działce. Nasze stawy i mięśnie, które przez całą zimę pozostawały w bezruchu, nie są przygotowane na intensywny wysiłek. Następnego dnia często odczuwamy ból, obrzęk i sztywność narządów ruchu. Jak temu zapobiec? Przede wszystkim starajmy się

nie przeciążać osłabionego zimą organizmu. Wysiłek fizyczny wprowadzajmy stopniowo, nie zapominajmy o rozgrzewce. Porządki w ogródku lepiej rozłożyć na kilka weekendów.

Wiosenna pogoda bywa zdradliwa, dlatego podczas ruchu na świeżym powietrzu warto zadbać o właściwy strój. Najlepiej jest ubierać się „na cebulkę”, aby w razie potrzeby zdjąć bez problemu jedną warstwę ubrań.

Dobrym sposobem na bólce stawów jest przykładanie zimnych kompresów, np. lodu czy masy mięśni. Ból stawów możemy także skutecznie złagodzić poprzez stosowanie żelów o działaniu przeciwbólowym i przeciwzapalnym, takich jak dicloratio żel. Smarujmy nim obolałe miejsca wieczorem, zanim położymy się spać. To zapobiega dokuźliwej sztywności stawów po przebudzeniu.

(luk)

ORTIS

WIOSNA – CZAS DLA ZDROWIA I URODY



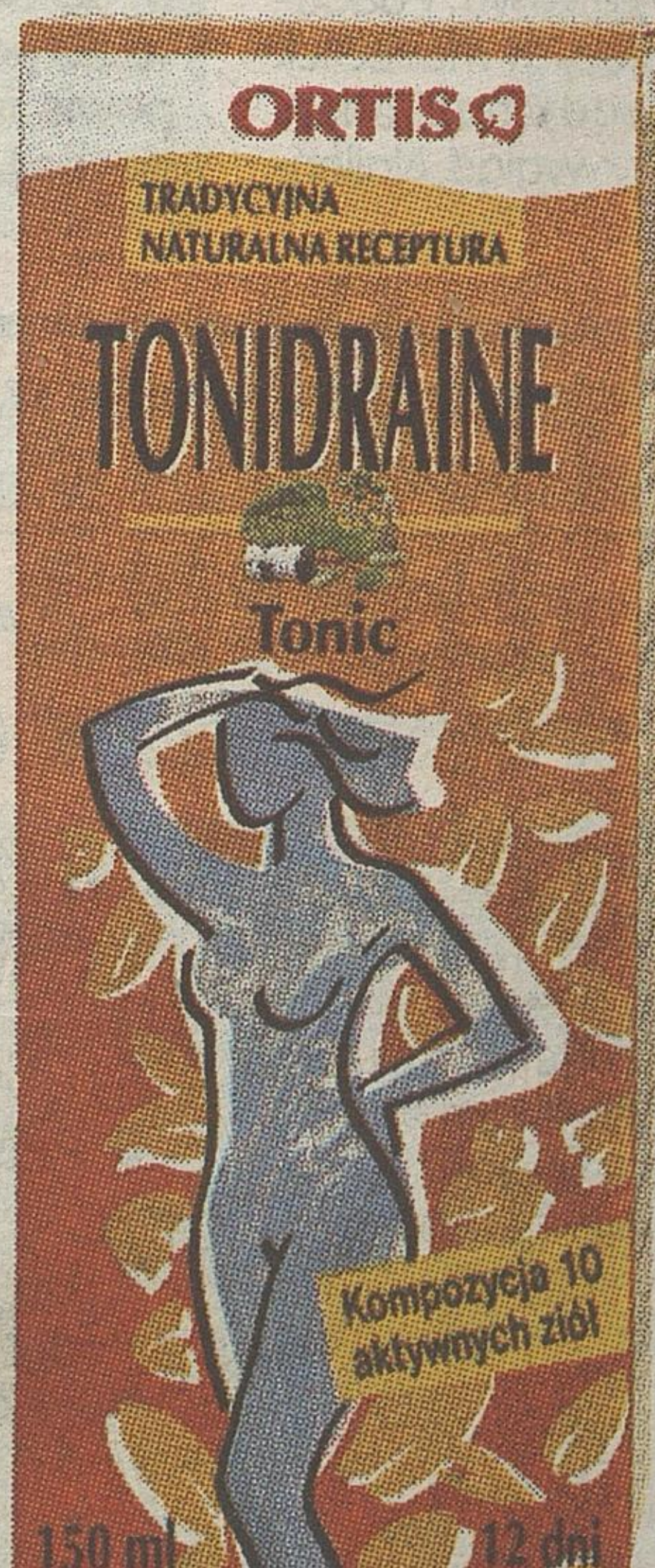
Slim Trio pomoże Ci chudnąć zdrowo, bezpiecznie i na dłużej, bo:

- przyspiesza przemianę materii,
- pomaga spalać tkankę tłuszczową,
- zmniejsza cellulitis,
- łagodzi uczucie głodu,
- poprawia trawienie.

Osiągniesz to za sprawą znakomitych składników:

- ananasa,
- sproszkowanych nasion winogron,
- morskizynu.

Laboratorium ORTIS w Belgii przez 3 lata prowadziło badania nad doбором tylko naturalnych składników. Tak powstał nowoczesny Slim Trio łączący wszystkie potrzeby skutecznego odchudzania. Slim Trio jest laureatem nagrody Ziołowego Oscara.



Pij Tonidraïne podczas kuracji odchudzającej.

Spalanie tkanki tłuszczowej uwalnia toksyny z ich naturalnego siedliska. Zaczynają one krążyć po całym organizmie zatruwając nerki, wątrobę, śledzionę, trzustkę, płuca i skórę. Można usunąć je stosując Tonidraïne. Tonidraïne tonic to połączenie ekstraktów z 10 roślin znanych od wieków ze swojej funkcji oczyszczającej. Tonidraïne tonic dobrze jest stosować przy każdej formie odchudzania.

Będzie ona pełniejsza, skuteczniejsza, a przede wszystkim zdrowa.



Tonidraïne tonic i Slim Trio zajęły I miejsce podczas VII Kongresu medycyny naturalnej w Toruniu, w kategorii Leki Naturalne.

Szczegółowe informacje: tel. (0-22) 846 04 34, Slim Trio i Tonidraïne Tonic dostępne bez recepty w dobrych aptekach i sklepach zielarskich.

LIFTEC-NATURAL

Sposoby na promienną i świeżą cerę

Piękna na wiosnę

Większość z nas niecierpliwie oczekuje nadejścia wiosny. Po długich zimowych miesiącach ogromnie cieszy widok przyrody, która rozkwita i budzi się do życia. Coraz dłuższe i pełne słońca dni nastrajają nas optymistycznie i radośnie. Gdy wokół świat nabiera kolorów, chcielibyśmy promiennie wyglądać i tryskać energią.

Tymczasem nasza skóra może wyglądać na szarą i zmęczoną. To skutek niedotlenienia i odwodnienia. By zatem nie tracić dobrego samopoczucia i cieszyć się wiosennym wyglądem poświęćmy jej więcej uwagi i podarujmy kosmetyki, których potrzebuje.

Dax Cosmetics proponuje program wiosennej odnowy pod hasłem „WIOSENNE S.O.S.”. Dzięki niemu Twoja skóra poczuje się wiosennie i będzie wyglądać promiennie.

To program trzech kroków: „Oczyszczanie”, „Nawilżanie” i „Intensywna pielęgnacja”.

Oczyszczanie

Zacznijmy od przyjemnego przebudzenia. Rankiem potrzebny jest nam miły impuls, który sprawi, że pocujemy się rześko i przyjemnie. Niech będzie nim poranny prysznic z Peelingiem do ciała z makrogranulkami „Alga Kontur”, który doda nam energii i pomoże się przebudzić. Masując nim ciało, pobudzamy mikrokrążenie krwi. Nasza skóra zyska ładny kolor, stanie się miękka, gładka i nawilżona. By codziennie o poranku delikatnie oczyścić cerę i „zmyć resztki snu” użyjmy żelu do mycia twarzy z mikrogranulkami z serii „Minerały”. Zawarte w nim witaminy i minerały z prądu zatokowego Gofsztröm sprawią, że skóra nabierze świeżości, stanie się gładka i delikatna.

Raz w tygodniu warto zapewnić skórze głębsze czyszczenie. Z pewnością polubi ona peeling do twarzy z drobinami bambusa z serii „Chińskie Ziola”. Drobiniki bambusa delikatnie

„wymasują” skórę, w efekcie będzie ona dotleniona i lepiej wchłonie substancje odżywcze dostarczane w postaci kremu czy maseczki. Dzięki niemu nasza cera odzyska blask, a my lepsze samopoczucie.

Nawilżanie

Na wiosnę wybierzmy kosmetyki nawilżające, o lekkiej konsystencji, starannie dobrane do typu i kondycji skóry. Jeśli poddamy ją działaniu dobroczynnych ziół stosowanych w tradycyjnej chińskiej medycynie na pewno odwdzięczy się nam atrakcyjnym, świeżym wyglądem. Kosmetyki z serii „Chińskie Ziola” odżywią, nawilżą i zregenerują naskórek. Dodatkowo będą chronić skórę przed szkodliwym wpływem środowiska zewnętrznego. Jeśli tęsknimy za morską bryzą i spacerem po plaży sięgnijmy po kosmetyki z serii „Minerały”. Intensywnie nawilżające kremy będą zastrzykiem energetyzującym dla zmęczonej zimą skóry. Działanie specjalnego osmoprotektora zapewni jej nie tylko intensywność, ale co ogromnie ważne długotrwałe nawilżenie. Specjalnie do pielęgnacji wiosennej firma Dax Cosmetics stworzyła Krem na naczynka wiosenno-letni. Krem ten wzmocni ścianki naczyń krwionośnych i zmniejszy zaczerwienienia skóry. Z jednej strony dostarczy skórze niezbędnej dawki wilgoci, z drugiej – będzie ją chronił przed podrażniającym działaniem promieni ultrafioletowych.

By w pełni cieszyć się z „wiosennej odsłony” wcześniej zatroszczmy się również o ciało. Z pewnością potrzebuje ono zewnętrznej pomocy w postaci odżywczego balsamu. Balsam do ciała z serii „Alga Kontur” oparty na wyciągu z alg morskich intensywnie je nawilży i wzmocni. Skóra stanie się bardziej jędrna i elastyczna.

Intensywna pielęgnacja

Sprawmy by u progu wiosny nasza skóra poczuła się wyjątkowo. Poddana działaniu nawilżających maseczek będzie swobodnie oddychać, odzyska zdrowy i atrakcyjny wygląd. Najle-

szy efekt uzyskamy, jeśli przed nałożeniem maseczki wykonamy delikatny peeling. Ożywczy koktajl z cennych minerałów i witamin dostarczymy jej w maseczce remineralizującej serii „Minerały”. Dzięki składnikom z morskich głębin oraz specjalnemu osmoprotektorowi maseczka głęboko i długotrwale nawilży skórę, odżywi oraz nada jej ładny kolor. Błyskawiczny i długotrwały efekt nawilżenia uzyskamy również po zastosowaniu maseczki kojąco-nawilżającej z serii „Chińskie Ziola”. Zawierająca wyciągi z chińskich ziół i roślin doskonale poradzi sobie z pielęgnacją skóry suchej i podrażnionej. Pozostawi ją nawilżoną, gładką i ukojoną. Prawdziwą niespodzianką dla skóry dojrzałej będzie Maseczka w tabletkach z nowej serii z flawonem i fitohormonami „Fitolift”, która działa na zasadzie masażu limfatycznego – zabiegu dostępnego do tej pory jedynie w gabinetach kosmetycznych. Składniki tej wyjątkowej maseczki to m.in. wyciąg z północnoamerykańskiej rośliny Limnanthes alba zwanej „perłą prairii”, flawon pozyskiwany z owocu mandarynki i hormony roślinne z kwiatu bananowca.

A jeśli z nabierającą wiosenną barwą przyrodą kontrastuje nasza cera, która może wydawać się szara i bezbarwna – uwolnijmy słoneczne promyki zamknięte w tubce z Samoopalaczem Extra Bronze Dax Cosmetics. Samoopalacz pozwoli nam uzyskać piękną i zdrową opaleniznę. Wystarczy, że starannie rozprowadzimy niewielką jego ilość na twarzy i całym ciele. Skóra nabierze złotawego koloru, stanie się miękka i elastyczna.

(luk)

Uwaga konkurs!

Dla naszych Czytelników firma Dax Cosmetics ufundowała zestaw wiosennych kosmetyków. Otrzyma je pierwsza osoba, która zadzwoni do nas dzisiaj (środa) o godz. 10.50 pod numer 748-74-61 i odpowie na pytanie: do czego służy peeling.

Konkurs firmy Garnier

Zmień się na wiosnę

Wiosna to doskonały moment na wszelkie zmiany. Zacząć je możemy od siebie. Firma Laboratoires Garnier Paris proponuje wszystkim paniom zmianę koloru włosów.

jąc nową propozycję Garniera – piankę Ekstra Loki z serii Fructis Style. (luk)

Uwaga!

Dla naszych Czytelników mamy trzy zestawy do zmiany wyglądu na wiosnę. To farby Belle Kolor Bardzo Jasny Popielaty Blond Superrozjaśniający i pianki Ekstra Loki. Aby je otrzymać wystarczy zadzwonić do nas dzisiaj (środa) o godz. 10.30 pod numer 748-74-61 i odpowiedzieć na pytanie: jaka pora roku jest najlepsza na zmianę fryzury?

Znamy laureatów

W konkursie SLIM TRIO firmy Ortis nagrody – zestawy zdrowotnych preparatów – wylosowali:

– Teresa Zawadzka, Białystok
– Agnieszka Boguszewska, Sucho-wola
– Agnieszka Baranowska, Białystok
– Anna Szczech, Łomża
– Ewa Jastrzębska, Zambrów
Pięć kuracji wspomagającym odchudzanie preparatu Tonidraïne Tonic trafi do:

– Agnieszki Bondaruk, Białystok
– Heleny Kamińskiej, Suwałki
– Teresy Łukowicz, Stare Juchy
– Aliny Dudko, Białystok
– Alicji Biernackiej, Sokółka

Laureatom gratulujemy! Po odbiór nagród zapraszamy do siedziby redakcji w Białymstoku, ul. Suraska 1, od poniedziałku do piątku w godz. 10-16. W sprawie odbioru nagród można skontaktować się telefonicznie: 748-74-61

(luk)



Medycyna
Estetyczna
w Białymstoku

- ✓ laserowe usuwanie owłosienia
- ✓ laserowe zamykanie naczynek
- ✓ usuwanie blizn (np. laser)
- ✓ leczenie zmian potrądzikowych:
TCA (kolorowa), TCA (biała), AHA (NeoStrata)
- ✓ usuwanie zmarszczek - Restylane

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Specjalistyczny Ośrodek Dermatologiczny
15-453 Białystok, ul. Nowy Świat 17/5
INFORMACJA, REJESTRACJA
tel./fax (085) 744 51 15



D44802gwbl



**OBUIE ZDROWOTNE
HORN © 7322-504**

15-441 BIAŁYSTOK, ul. SPÓŁDZIELCZA 8 (od Malmeda)

- ✓ WKŁADKI ORTOPEDYCZNE DLA DOROSŁYCH I DZIECI
- ✓ OBUWIE SPECJALISTYCZNE PO OPERACJI HALUKSÓW I KOŚCI PIĘT
- ✓ OBUWIE SPECJALISTYCZNE NA GIPS KOŃCZYNY DOLNEJ
- ✓ OBUWIE ZDROWOTNE
- ✓ SZEROKI ASORTYMENT PIASTRÓW
- ✓ PASY BRZUSZNE I PACHWINOWE
- ✓ PREPARATY LECZNICZE I PIELEGNACYJNE DO STÓP
- ✓ RAJSTOPY I PODKOLANÓWKI P/ŻYLAKOWE
- ✓ ELASTYCZNE OPASKI UCISKOWE (PRO SPORT, PANI TERESA, STHILL)
- ✓ KONKURENCYJNE CENY I MIŁA OBSŁUGA



ZAPRASZAMY W GODZINACH: pn-pt 8"-20" sob 8"-16"

Najzdrowsza dieta niskosodowa

Szkodzi w nadmiarze

Nadmierne spożycie sodu, niedobór potasu i magnezu, to istotne czynniki żywieniowe zwiększające ryzyko zachorowań na nadciśnienie tętnicze, a w konsekwencji na miażdżycę, udar mózgu, chorobę wieńcową i zawał serca. Pomimo że sód jest pierwiastkiem niezbędnym do życia, jego nadmiar może stać się przyczyną wielu chorób.

Nadmierne spożywanie sodu może być powodem groźnych schorzeń wymagających opieki lekarskiej. Szczególnie osoby mające problemy z nadciśnieniem tętniczym muszą stosować niskosodową dietę. dorosły człowiek, w warunkach kiedy nie traci nadmiernych ilości potu, powinien spożywać od 3 do maksymalnie 6 gram soli kuchennej w ciągu doby. Odpowiada to płaskiej łyżeczce soli.

Ważna równowaga

Pamiętajmy jednak, że w warunkach wysokich temperatur oraz podczas wysiłku fizycznego, dochodzi do nadmiernego pocenia się i dużej utraty sodu, wydalanego z organizmu wraz z potem. Jest to moment, kiedy powinniśmy dostarczyć tego pierwiastka więcej niż zwykle. Osoby prowadzące aktywny tryb życia muszą więc zwrócić szczególną uwagę na odpowiedni poziom sodu w organizmie gdyż one tracą go najwięcej i najszybciej. Najprostszy sposób uzupełnienia sodu oraz pozostałych ważnych dla zdrowia minerałów jest picie naturalnej wody mineralnej o odpowiednich proporcjach składników mineralnych (np. Nałęczowiankę).

Jeden z najważniejszych

Sód, choć szkodliwy gdy spożywany w nadmiarze, jest jednym z najważniejszych pierwiastków wchodzących w skład naszego organizmu. Odpowiada za sprawne przewodzenie impulsów nerwowych i prawidłowe czynności komórek mięśniowych.

Gdy go brakuje, mamy gorszą kondycję fizyczną i psychiczną, jesteśmy bardziej podatni na choroby i stres. Nie można więc wyeliminować go całkowicie z naszej diety ale raczej powinniśmy utrzymywać jego ilość na odpowiednim poziomie.

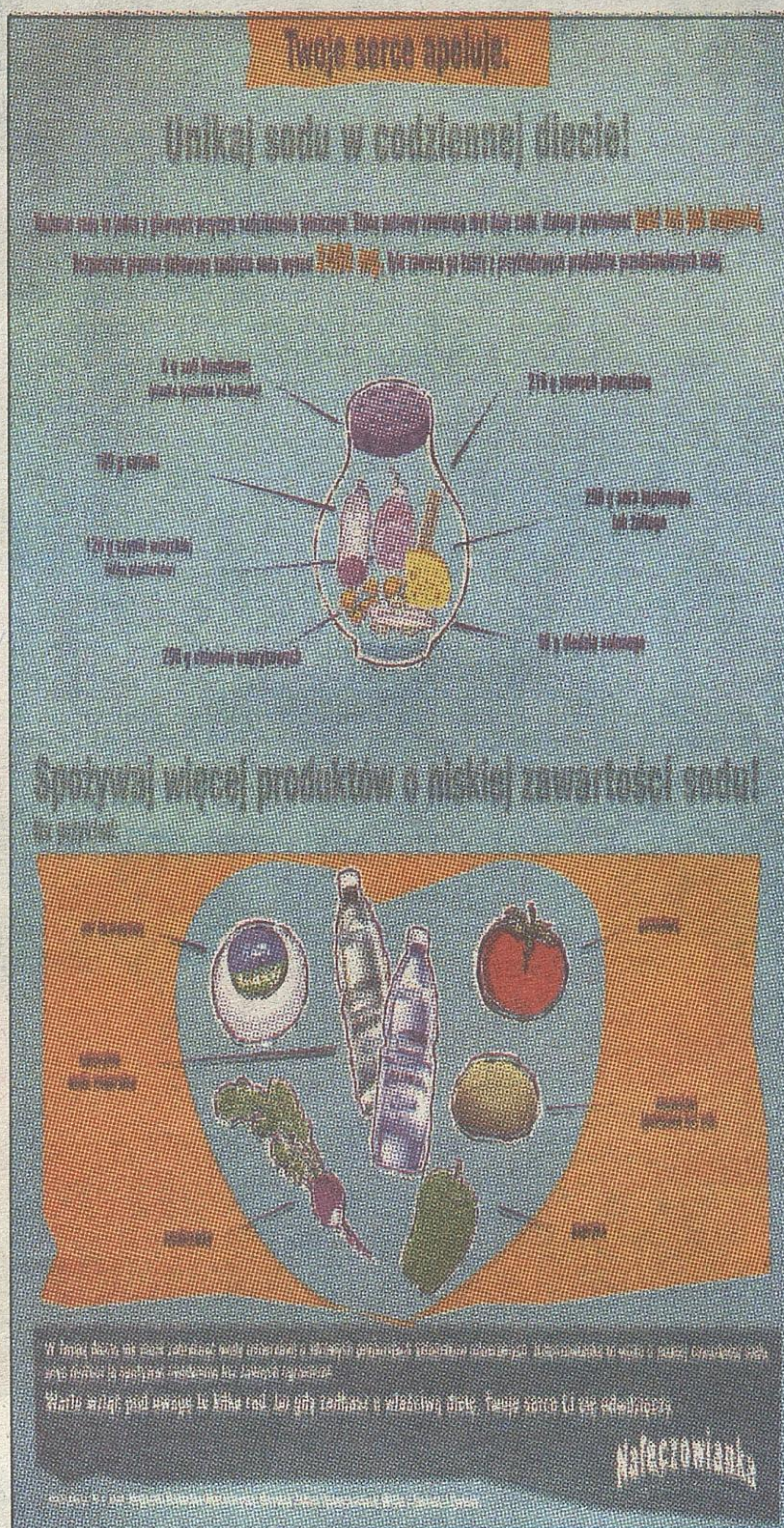
Najwięcej sodu czerpiemy z chloru sodu, czyli soli kuchennej. Z tego względu powinniśmy unikać nadmiernego solenia potraw dostarczających w ten sposób zbyt dużej ilości sodu i przez to szkodliwych dla naszego zdrowia. Przygotowując posiłki w domu mamy szansę kontrolować ilość spożywanego sodu. Jednakże jego głównym źródłem w naszej codziennej diecie jest przede wszystkim pieczywo, różnego rodzaju wyroby wędliniarskie, produkty mleczne, przetwory garmazeryjne i konserwy. Pamiętać należy, że 50-70 proc. sodu zawartego w diecie pochodzi z przetworzonych produktów, a większość produktów, które spożywamy została w jakimś stopniu przetworzona.

Sekrety diety

Dla osób cierpiących na nadciśnienie tętnicze dieta niskosodowa jest jednym z bardzo ważnych elementów leczenia i dlatego powinni one zwracać szczególną uwagę na swój codzienny jadłospis. Przy tym schorzeniu wskazane są jedynie te potrawy oraz napoje, które zawierają niewielkie ilości sodu. W utrzymaniu równowagi w spożywaniu sodu oraz innych niezbędnych dla organizmu minerałów pomocną będzie naturalna woda mineralna z odpowiednio niską zawartością sodu. Bezpiecz-

na granica dobowego spożycia tego pierwiastka wynosi 2400 mg, co odpowiada m.in. 6 g soli kuchennej (jedna płaska łyżeczka), 190 g salami (około 20 plasterków), 290 g chipsów paprykowych (ok. 1 paczka) czy 290 g sera topionego lub żółtego (ok. 30 plasterków). Stosując dietę niskosodową powinniśmy oprzeć się na takich produktach jak: ser twarogowy, pomidory, ziemniaki (gotowane bez soli), papryka, rzodkiewka, naturalna woda mineralna, gdyż właśnie te produkty zawierają bezpieczne ilości sodu.

(luk)



Sposób na usprawnienie umysłu i większą energię

Lepsza pamięć i koncentracja

Wiosna to typowy czas egzaminów. W szkole sprawdziany, na studiach kolokwia. Co zrobić, aby nasz umysł sprawnie przyswajał wiedzę? Wystarczy sięgnąć po preparat Memory Formula firmy Ortis. Preparat zawiera cztery ważne substancje: lecytynę, milorzab japoński, chelatowany związek magnezu, guaranę.

Guarana jest jednym z najstarszych, sprawdzonych sposobów na pobudzenie energii. Indianie z dorzecza Amazonki podczas polowań żuli liście i nasiona tej rośliny dzięki temu mogli przez kilka dni obejść się bez snu i posiłków. Dziś nikt nie wymaga takich wyrzeczeń, ale np.: przed egzaminem musimy poświęcić sporo czasu na naukę, a przy tym zachować sprawność umysłu.

Guarana działa stymulująco na układ nerwowy, pobudza pracę serca i ułatwia dotlenienie organizmu. Usprawnia pracę kory mózgowej, zmniejsza

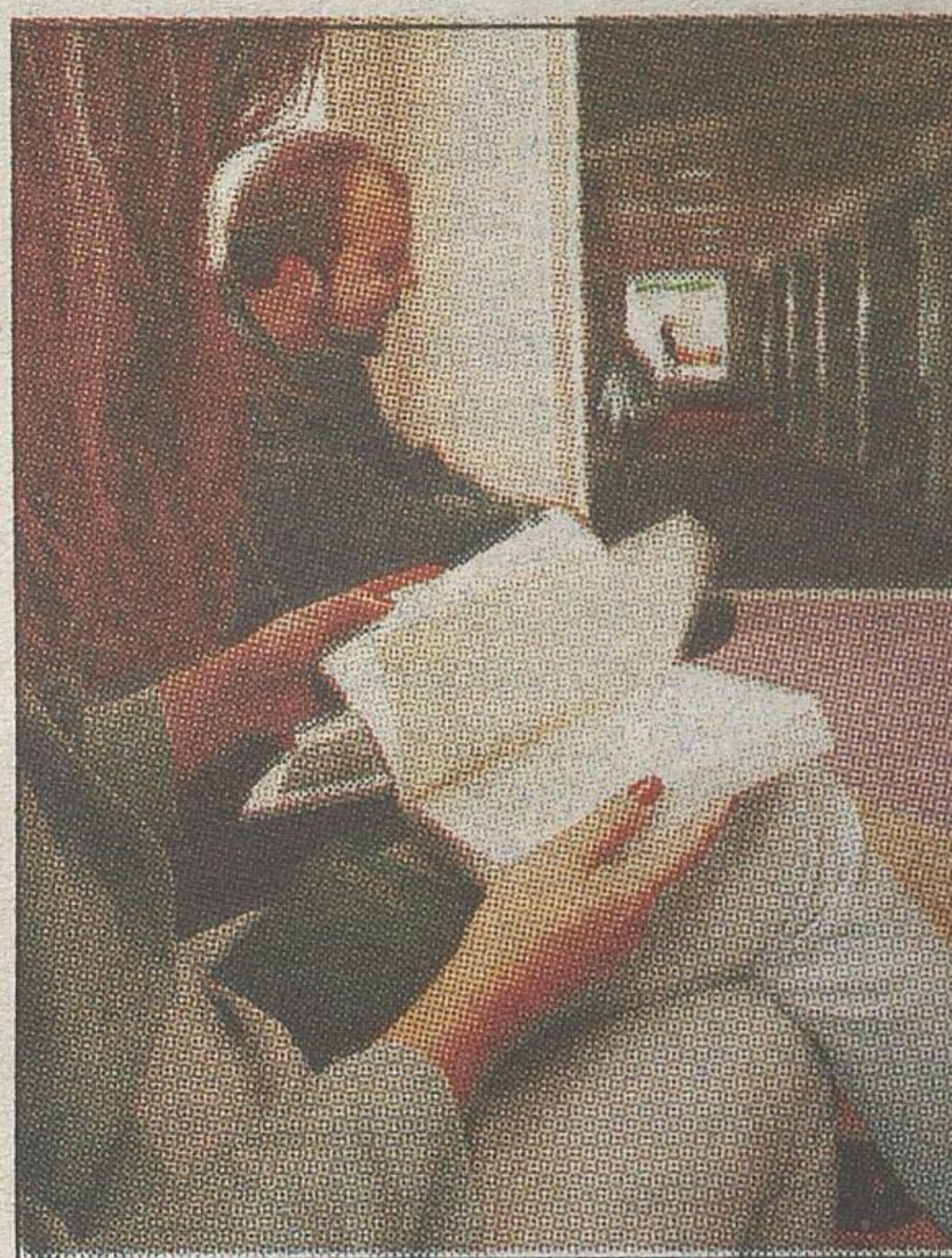
szata uczucie senności i zmęczenia, poprawia sprawność myślenia.

Guarana w odróżnieniu od kawy pobudza w sposób długotrwały nie powodując dzięki temu skutków niepożądanych (drżenie rąk, kołatanie serca).

Lecytyna usprawnia przewodzenie impulsów nerwowych, zwiększa zdolność kojarzenia i zapamiętywania faktów. Chelatowany magnez chroni przed osłabieniem, rozdrażnieniem, jest niezbędny do budowy systemu nerwowego. Składniki mineralne w formie chelatowanej zwiększają wchłanianie nawet do 10 razy. Wynika to z faktu, że u wielu ludzi proces chelatowania w przewodzie pokarmowym jest bardzo mało wydajny. Zanim związek mineralny zostanie przekształcony w postać chelatu, jego znaczna ilość zostanie stracona. Nawet przy znacznej suplementacji.

Wyciąg z milorzębu japońskiego poprawia krążenie krwi w mózgu. Wspomaga w ten sposób koncentrację i pamięć. Łagodzi objawy przemęczenia – bóle i zawroty głowy. Kompozycja składników złagodzi negatywny stres. Poprawi pamięć i koncentrację już po 2-3 tygodniach stosowania. Preparat jest dostępny w formie wygodnych w stosowaniu kapsułek.

(luk)



Uwaga! specjalnie dla naszych czytelników firma Ortis ufundowała pięć zestawów nagród z Memory Formulą. Aby otrzymać jeden z nich, wystarczy napisać na kartce pocztowej, jaki jest najlepszy sposób na poprawę pamięci, a kartkę przesłać pod adresem Gazety Współczesnej (15-950 Białystok, ul. Suraska 1) do 21 kwietnia. Nadawców kartek prosimy o umieszczenie dopisku „Memory Formula” oraz podawanie numerów swoich telefonów.



polskie sztuczne serce

www.sztuczneserce.pl

Konto Programu Budowy
Polskiego Sztucznego Serca:
Bank Współpracy Europejskiej SA
13001023-4444-27001-0-0

PolCard - wpłaty za pomocą kart
płatniczych: **0#22515-33-55**

SMS (Plus GSM, Ideal):
7511 (wpisz: serce)
opłata za połączenie 5zł netto

infolinia:
0 700 88 01 48, 0 700 88 01 49

to serce bije tak samo
pomóż je zbudować

Zbigniew Religa
Zbigniew Religa



Fundusz Rozwoju Kardiologii
Sp. z o.o. we Wrocławiu
50-381 Wrocław ul. Ciepła-Skłodowskiej 15/11
tel./fax 071-327 70 79 tel. 071-803 02 05

program budowy polskiego sztucznego serca



Negatywne skutki palenia papierosów, picia alkoholu i nieprawidłowego żywienia możemy ograniczyć

Sposób na starzenie

Tlen to dla większości z nas synonim zdrowia i dobrego samopoczucia, potrzebny każdemu organizmowi do życia. Jednakże ma on również i drugie oblicze. W obecności tlenu i z jego udziałem dochodzi w naszym organizmie do wielu reakcji chemicznych, w których powstają związki toksyczne.

Proces wbudowania tlenu w neutralizowane, czyli zubożone toksyny, które mogą dostać się do organizmu lub być w nim wytworzone, to bardzo skomplikowany proces enzymatyczny. Efektem tych reakcji są wolne rodniki tlenowe. Pewne ilości wolnych rodników są stale wytwarzane w organizmie. Może on z nimi walczyć tylko wówczas, jeśli nie jest

narażony na ich nadmiar. Do egzogennych czynników, nasilających powstawanie groźnych dla organizmu wolnych rodników, należą:

- palenie papierosów, picie alkoholu, niewłaściwa dieta
- zakażenia wirusowe i bakteryjne
- substancje zanieczyszczające środowisko
- niektóre leki
- promienie X i promieniowanie radiacyjne
- stresy

Nie zawsze udaje się nam uniknąć sytuacji, w których nasila się tworzenie wolnych rodników. Jednak negatywne skutki palenia papierosów, picia alkoholu i nieprawidłowego żywienia możemy w wydatny sposób ograniczyć.

Ważne antyoksydanty

Dzięki prowadzonym badaniom naukowcy wiedzą o szkodliwym oddziaływaniu wolnych rodników na nasz organizm stale się zwiększa. Utrzymanie równowagi między ilością wolnych rodników tlenowych a neutralizującym je układem antyoksydacyjnym ma ogromne znaczenie dla zachowania zdrowia. Niedostateczny stan odżywienia, prowadzący do niskiego poziomu witamin antyoksydacyjnych w organizmie, zaburza tę równowagę.

Wśród witamin, dostarczanych z jedzeniem i napojami, są C, E i beta-karoten, które odgrywają istotną rolę w przeciwdziałaniu stresowi oksydacyjnemu, czyli reakcji wytwarzania wolnych rodników. Oprócz witamin, także inne składniki pożywienia mają właściwości przeciwutleniające. Zaliczamy do nich selen, bioflawonoidy, polifenole, li-

kopen i in. Warto pamiętać, że bez odpowiedniego dostarczenia antyoksydantów, organizm człowieka nie ma możliwości zachowania zdrowia.

Źródła antyoksydantów

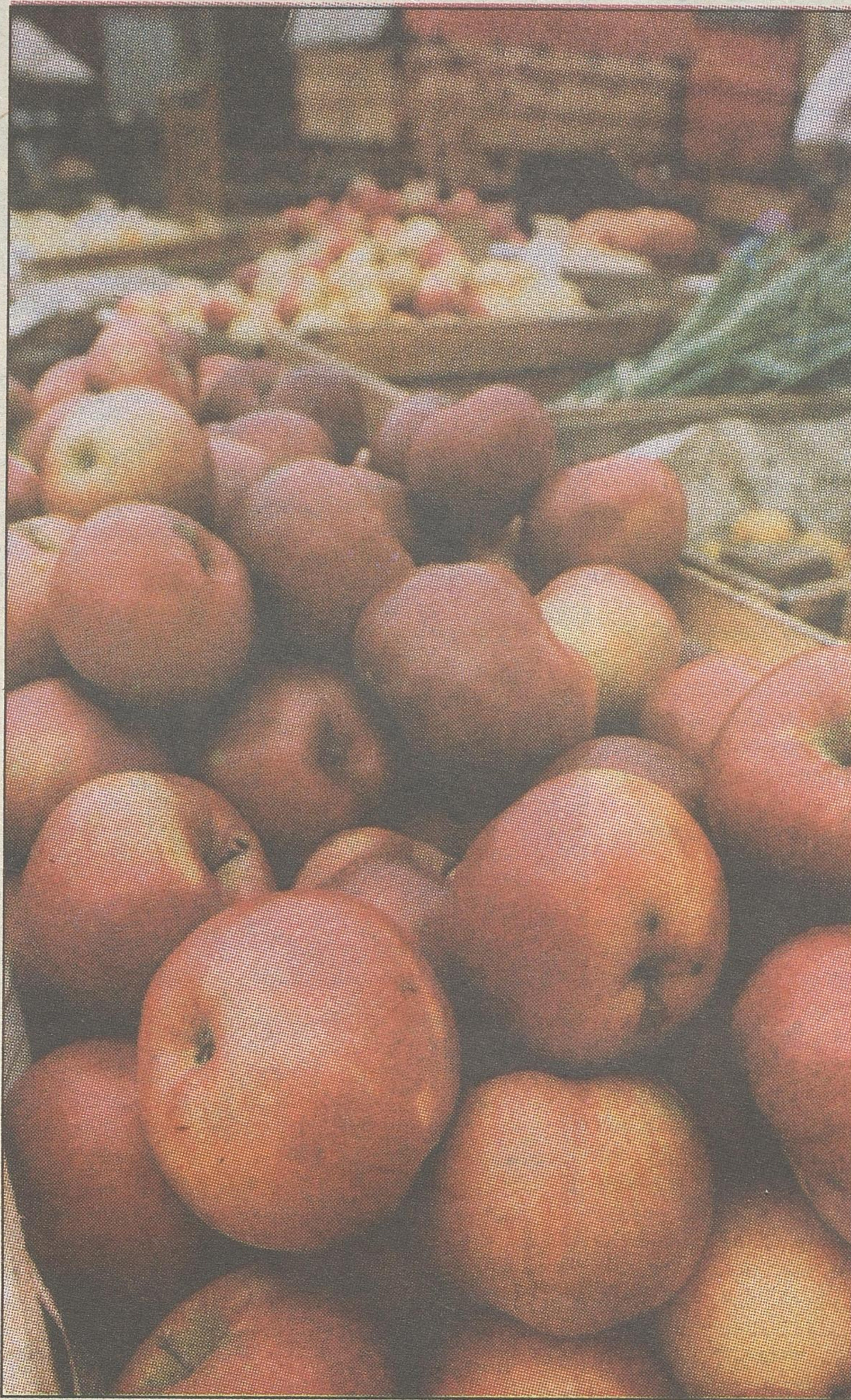
Podstawowym źródłem antyoksydantów powinna być dobrze zbilansowana codzienna dieta. Codzienna, gdyż organizm człowieka nie ma zdolności „przechowywania na później” witamin czy innych związków wykazujących działanie przeciwutleniające.

Zdrowy człowiek ma określone normy zapotrzebowania na wszystkie składniki odżywcze, w tym i witaminy antyoksydacyjne. Niestety, jeśli pali papierosa, nadużywa alkoholu, przeżył ciężkie choroby infekcyjne, jego zapotrzebowanie na większość tych substancji znacznie wzrasta. Należy wówczas zwiększyć spożycie warzyw i owoców, które dostarczą witaminy C (natka pietruszki, ziemniaki, papryka, brokuły, szpinak, kapusta) i beta-karotenu (morele, wiśnie, brzoskwinie, porzeczki, czarne jagody, pomarańcze) oraz ryb morskich, olejów lub margaryn – źródeł witaminy E. Wykazujący silne działanie przeciwnowotworowe selen można czerpać z ryb oraz niektórych warzyw i produktów zbożowych, szczególnie płatków owsianych.

W codziennej diecie warto też sięgnąć po zieloną lub czarną herbatę, które wykazują silne właściwości antyoksydacyjne. Króluje tu herbata zielona, która dodatkowo zapobiega nadciśnieniu lipidowemu w ścianie aorty. Wszystkie herbaty zawierają też flawonoidy, cechujące się większymi od witamin antyoksydacyjnych właściwościami zapobiegania utlenianiu tzw. LDL (złego cholesterolu). Oznacza to, że zmniejszają podatność organizmu do tworzenia zmian miażdżycowych. Wypicie dwóch filiżanek herbaty dostarcza tyle flawonoidów, co jeden kieliszek wina bądź cztery jabłka. Innym, doskonałym źródłem flawonoidów są pietruszka i tymianek, cebula, kapusta włoska, brokuły.

Niezastąpiona herbata

Herbapol Lublin proponuje w swojej ofercie serię naturalnych antyutleniających. Są to herbatki Dzika Róża, Rooibos i Zielona. Dzika Róża bogata jest w witaminy C, A, B, E, K, P, sole mineralne i mikroelementy, polecana jest przy wyczerpaniu i ogólnym osłabieniu organizmu, skłonności do przeziębień, bezsenności i nadmiernej pobudliwości nerwowej, jako środek żółciopęd-



Jabłka to naturalne źródło antyoksydantów

ny. Herbata Rooibos zwana jest „czerwoną herbatą z buszu”, pochodzi z południowo-zachodnich krańców Afryki i jest ulubionym napojem jej rdzennych mieszkańców. Rooibos stanowi doskonałe źródło aż 37 antyutleniających procesy starzenia, chroniących przed chorobami układu krążenia i miażdżycą. Wzmacnia odporność organizmu, tonizuje system nerwowy, korzystnie wpływa na układ kostny i reguluje funkcjonowanie układu pokarmowego. Ponadto łagodzi objawy alergiczne takie jak katar sienny i duszności. Herbata Zielona to najstarszy napój świata, w którym tkwi tajemnica długowieczności, jasności umy-

ślu i aktywności. Pochodzi z tego samego krzewu co czarna. Jednak jej liście poddawane są tylko lekkiej parowaniu i suszeniu, z pominięciem procesu fermentacji i wędnięcia. Dzięki temu zyskuje niepowtarzalny aromat i kolor oraz zawiera więcej substancji korzystnie wpływających na zdrowie. Łagodnie stymuluje układ krążenia, wzmacnia serce i chroni przed zawałem. Zapobiega również miażdżycy, obniża poziom cholesterolu oraz wzmacnia układ kostny. Ponadto poprawia koncentrację i pamięć. Herbata zawiera fluor, który wzmacnia szkliwo zębów i zapobiega próchnicy.

(luk)

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

- Porcelanowe korony i mosty
- Protezy: szkieletowe, zatraskowe, całkowite, natychmiastowe
- Przeglądy, znieczulenia i korony tymczasowe bezpłatnie

ul. Modrzewiowa 8
lek. stom. Andrzej Kwasiński
tel. 7 410 218
0604 869 150

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

LABORATORIUM ANALIZ LECARSKICH "LABTEST"

Białystok, ul. Kraszewskiego 4, lok. 2
(150 m od ul. Ogrodowej)

pon.-pt. godz. 7.30-17.00
soboty godz. 8.00-11.00

740-45-24

Wyniki badań w ciągu 1 godziny!

SPECJALISTYCZNY GABINET ULTRASONOGRAFICZNY

dr nauk med. Stanisław Boczoń

USG dorosłych i dzieci:
jamy brzusznej, dróg moczowych (i prostaty), ginekologiczne, tarczycy, piersi, jąder, części miękkich, stawów, przeziemiączkowe mózgu.

Biopsje cienkoigłowe pod kontrolą USG:
tarczycy, piersi, zmian powierzchniowych
Opróżnianie torbieli pod kontrolą USG:
tarczycy, piersi (+ badanie cytologiczne).

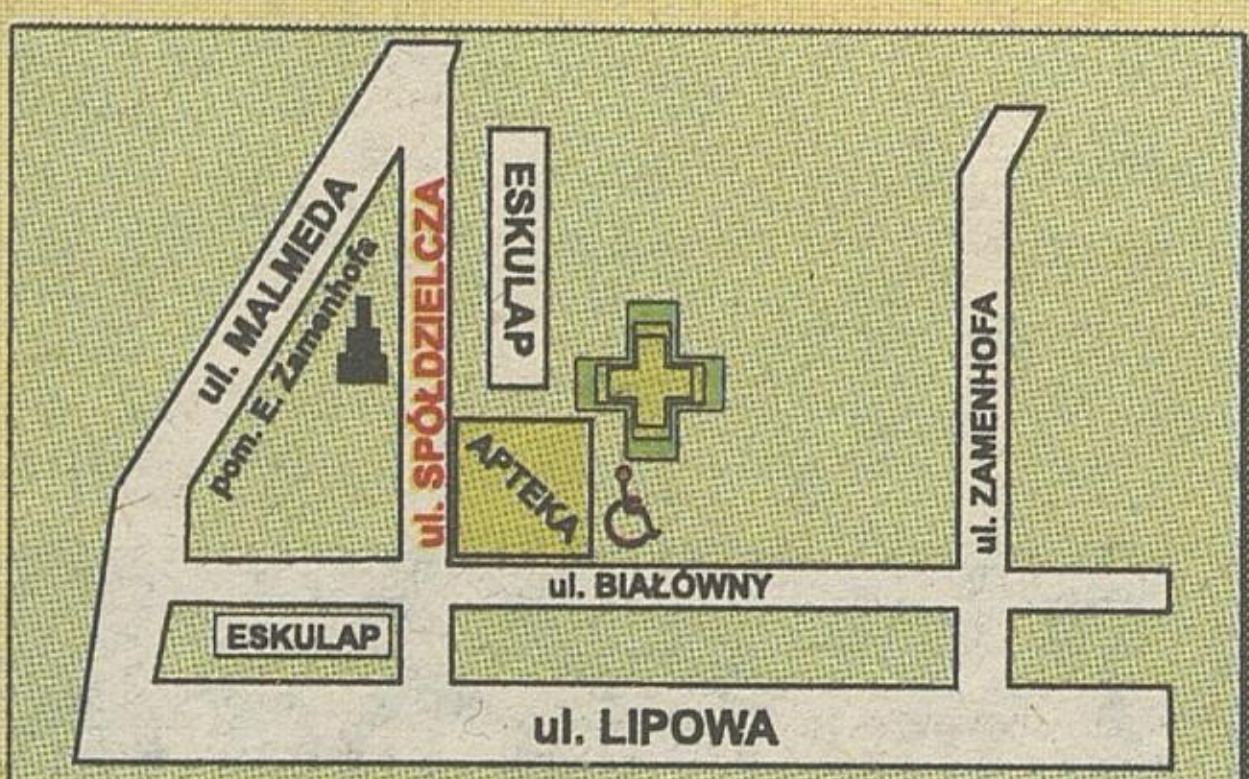
Białystok
ul. Św. Rocha 14A
(DH Venus) lok. 35
Codziennie: 7.00-8.00
poniedziałek, wtorek, czwartek: godz. 13.30-16.00
środa, piątek: godz. 13.30-15.00
Informacja całodobowa
tel: 744-64-37
0602-345-272

APTEKA HORN STOMATOLOGICZNA

Białystok, ul. Spółdzielcza 8
tel. 85/741 66 17

- PODJAZD DLA INWALIDÓW
- LEKI STOMATOLOGICZNE (m. in. SEPTODENT, MOLTEINI, CHEMA)
- PREPARATY STOSOWANE W PROFILAKTYCE DENTYSTYCZNEJ
- ŚRODKI DO DEZYNFEKЦИИ (m. in. HENKEL, SEPTOMA)
- LEKI GOTOWE I RECEPTUROWE
- ZIOŁA I LEKI HOMEOPATYCZNE
- ASORTYMENT DLA DZIECI
- KOSMETYKI (m. in. VICHY, LA ROCHE -POSAY, GALENIC, ROC, AVENE)
- MIŁA I FACHOWA OBSŁUGA

APTEKA CZYNNA: pn-pt 7³⁰-20⁰⁰ sob 8⁰⁰-16⁰⁰



GABINET METOD NATURALNYCH BIAŁYSTOK

GODZINY PRZYJĘĆ: wt., czw., sob. 10.00-12.00; wt., czw. 16.00-18.00

- * DIAGNOSTYKA * AKUPUNKTURA *
- * HOMEOPATIA * KRĘGARSTWO *
- * ZIOŁOLECZNICTWO *
- * UZDRAWIANIE ŚWIATŁEM - KOLORAMI *
- * ŚWIECOWANIE WEDŁUG INDIAN HOPI *
- * LASEROTERAPIA *
- * POLE ELEKTROMAGNETYCZNE QANTRONIC *
- * TLENOTERAPIA * TESTY ALERGICZNE *

D. H. WENUS
15-879 Białystok, ul. św. Rocha 14 A, lok. 5 I, II piętro
tel. 0-602-513-435, tel. (085) 744-61-85

Nowości na polskim rynku

Dla zdrowia i urody

– **Magia Urody** – nowa seria kremów do twarzy Polleny Ewy SA, zapewniająca kompleksową pielęgnację wszystkich rodzajów cery, zarówno w ciągu dnia jak i w nocy. To krem winogronowy ujędrniający-przeciwzmarszczkowy, krem brzoskwinowy odżywczo-regenerujący oraz krem ogórkowy nawilżający-rozjaśniający. Cena każdego kosmetyku – ok. 9 zł;

– **Cool i Macho** – to dwie nowe linie zapachowe dla mężczyzn z serii Kanion; Kanion Cool to zapach dla mężczyzn aktywnych, którzy kochają ryzyko, nuta zapachowa Cool jest morsko-świeżo-aromatyczno-korzenno-drzewno-piżmowa. Kanion Macho to zapach dla mężczyzn, którzy smakują życie i potrafią docenić jego wszystkie uroki. W Macho odnajdziemy nuty owocowe, kwiatowe, korzenne, oraz piżmowo-ambrowe. W skład serii wchodzi: woda toaletowa (cena ok. 24 zł), płyn po goleniu (19,50 zł) i dezodorant aktywny 24 godz. (19,40 zł)

– **Len na żyłki** – Pollena Ewa proponuje nowy żel pielęgnacyjny do nóg ze skłonnością do żyłaków oraz żel do pielęgnacji zmęczonych stóp. Preparaty oparte są na bazie ekstraktów z nasion lnu wzbogacone specjalnie dobranym kompleksem substancji aktywnych z: kasztanowca, szyszek cyprysa, lipy i arniki. Żel do nóg ze skłonnością do żyłaków kosztuje ok. 12 zł, do pielęgnacji zmęczonych stóp – ok. 9,45 zł

– **Hypoalergiczny płyn do higieny intymnej z serii Eva Medica** – jest delikatniejszy od mydła i skutecznie go zastępuje. Zawiera łagodne substancje myjące oraz substancje przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze. Nie niszczy naturalnej flory bakteryjnej, działa kojąco na drobne zaczerwienienia i otarcia śluzówki. Ma zapach świeżej bryzy, neutralizuje przykry zapach i daje uczucie świeżości przez wiele godzin; sugerowana cena – 11,20 zł

– **Krem-żel korygujący owal twarzy serii Pollena Eva** – krem koryguje owal twarzy i działa liftingująco, opóźnia procesy starzenia się skóry; odżywia ją i regeneruje, ponadto rozjaśnia i rozświetla cerę; polecany jest dla osób których skóra jest cienka, delikatna, skłonna do okresowych spadków napięcia na skutek zmęczenia i stresu, do skóry mało elastycznej, wiotkiej, skłonnej do zmarszczek oraz podatnej na niekorzystny wpływ warunków zewnętrznych; cena kremu – 12 zł;

– **Lovela** – mleczko do prania pieluszek i bielizny niemowlęcej oraz ubranek dziecięcych; Mleczko zostało opracowane zgodnie z zaleceniami specjalistów z Instytutu Matki i Dziecka, a jego bezpieczeństwo potwierdzono testami klinicznymi. Lovela zawiera tylko specjalnie dobrane, łagodne działające składniki, bezpieczne dla skóry dziecka; cena preparatu (butelka 1,5 litra) – 17,39 zł;

– **Żel pod prysznic Dove Skin Softening Silk Shower** – żel, który podczas mycia nadaje skórze jedwabistą miękkość, jednocześnie głęboko ją nawilżając. Jest to pierwszy żel pod prysznic, który sprawia, że skóra staje się gładka i miękka w dotyku jak jedwab. Wszystko to za sprawą protein jedwabiu oraz opracowanej przez Dove wyjątkowej formuły składników nawilżających. Sugerowana cena detaliczna żelu to 11,50 zł

(luk)

Ziołowe cukierki Verbena

Dla poprawy sprawy

W lutym br. na rynku polskim pojawiła się nowa marka cukierków – zdrowe, ziołowe cukierki Verbena. Ich dystrybutorem jest firma I.D.C. Polonia – oddział słowackiego producenta słodczy I.D.C. Holding.

Cukierki Verbena to idealne połączenie przyjemnych smaków i zdrowotnego działania ziół. Cieszą się wielką popularnością na rodzimym rynku. Teraz ich wyjątkowe smaki i właściwości mają okazję poznać polscy konsumenci.

Kilkadziesiąt lat temu nasi pradziadkowie i dziadkowie kupowali słodczyce swoim dzieciom w sklepach kolonialnych, zazwyczaj przy okazji świąt lub innych uroczystości rodzinnych. Widok kolorowych cukierków w wielkich przezroczystych słojach cieszył oczy i wprowadzał w zachwyt.

Niektórzy z nas pamiętają zapewne podobne czasy, kiedy to cukierki jadano się tylko od święta. Powodem takiej sytuacji był brak jakichkolwiek słodczy na półkach sklepowych.

Przyjemność i zdrowie

Obecnie na rynku mamy bogaty wybór cukierków, a ich popularność jest niezmienna od lat. Statystyki podają, iż Amerykanie powyżej 18. roku

życia konsumują 65% rocznej produkcji cukierków. W Polsce natomiast w 2001 roku spożycie cukierków wyniosło 0,66 kilograma na osobę.

Producenci słodczy wciąż udoskonalają swój produkt. Firma I.D.C. Polonia pragnąc zadowolić konsumentów stworzyła produkty, które oprócz walorów smakowych zapewniają dodatkowe korzyści – pomagają pokonać stres, zwalczyć zapalenie gardła, odświeżają oddech, a dzięki zawartości witamin wzmacniają odporność organizmu.

Cukierki Verbena swoje dobroczynne właściwości zawdzięczają zawartości naturalnych wyciągów z ziół – szalwii, anyżu oraz pinii. W Polsce od dawna stosuje się je do poprawiania smaku i aromatu napojów i potraw. Teraz zioła te znalazły zastosowanie również w przemyśle cukierniczym.

Szałwia była ceniona już w starożytności jako symbol zdrowia i długowieczności. W polskiej medycynie ludowej uważano ją za lek na wszelkie dolegliwości. Wyciągi z szalwii stosowane zewnętrznie i wewnętrznie mają działanie przeciwzapalne i przeciwbakteryjne. Są skuteczne między innymi w leczeniu stanów zapalnych jamy ustnej i gardła. Na górne drogi oddechowe korzystnie wpływa anyż. Jest to aromatyczna przyprawa uzyskiwana po wysuszeniu owoców białej anyżu. Zawiera około 3% olejku eter-

ycznego. Stosowany w leczeniu pomagają zwalczać kaszel i chrypkę.

Pinia to gatunek sosny. Z jej igliwia otrzymuje się cenny w lecznictwie olejek eteryczny. Ma on działanie orzeźwiający, a także inhalacyjny, poprawia stan górnych dróg oddechowych.

Do wyboru do koloru

Ziołowe cukierki Verbena wyróżniają się przede wszystkim oryginalnymi kompozycjami smakowymi. Każdy rodzaj cukierków posiada inną wartość dodaną, a wszystkie one tworzą pewną całość i uzupełniają się. Cechą wspólną wszystkich cukierków jest ich działanie wzmacniające i poprawiające odporność organizmu, dzięki zawartości witaminy C. Firma I.D.C. Polonia oferuje trzy rodzaje cukierków:

Verbena Szałwia to zestawienie trzech składników – szalwii, miodu i cytryny, powszechnie stosowanych przy zwalczaniu „gardłowych problemów”. Verbena Anyż to wyjątkowe połączenie anyżu, zielonej herbaty i limony. Działają przeciwzapalnie i inhalacyjnie, co pomaga zwalczać kaszel, chrypkę i inne drobne niedyspozycje gardła. Verbena Pina to cukierki o wyjątkowym, chłodzącym smaku, który powstał dzięki zastosowaniu olejków eterycznych z pinii i eukaliptusa oraz dodaniu mięty. Cukierki Verbena Pina koją nerwy, pomagają w walce ze stresem, równocześnie poprawiając stan górnych dróg oddechowych.

(luk)

Konkurs z Herbapolem

Lipa na poły i duchy

Rozpoczynamy publikację w której zamierzamy przybliżyć Państwu sekrety poszczególnych ziół. Pomaga nam w tym Herbapol Lublin, który dla naszych Czytelników funduje zestawy ziołowych herbat.

Dzisiaj przybliżamy sekrety lipy – jednego z najbardziej znanego i lubianego zioła.

Przed wiekami Słowianie wierzyli, że stare drzewa lipy chronią przed złymi duchami i piorunami. W późniejszych czasach lipę często sadzono przy kościołach i kapliczkach. Z jej drzewa rzeźbiono „święte” figurki. Warto wspomnieć, że Wit Siwosz właśnie z lipowego drzewa wyrzeźbił ołtarz Kościoła Mariackiego.

Od wieków lipa to także uznane zioło lecznicze. Już nasze babcie podawały przy przebieganiach i grypach „na poły” herbatkę z lipy. Ponadto kwiat lipy ma zastosowanie w chorobach przewodu pokarmowego i wątroby jako pomocniczy środek pobudzający wydzielanie soku żołądkowego i żółci. Herbatki lipowe stosuje się także w stanach napięcia jako środek łagodnie uspokajający.

(luk)

Dla naszych Czytelników mamy dwa zestawy ziół Herbapolu Lublin. Aby je otrzymać, wystarczy zadzwonić dzisiaj (środa) o godz. 10.40 pod numer 748-74-61 i odpowiedzieć na pytanie, czy lipa ma działanie uspokajające.



Wyjątkowe smakołyki z grejpfrutów

Owocowe niespodzianki

Po świątecznym obżarstwie warto pokusić się o smakołyki w wersji light. Smakowity koktajl truskawkowo-grejpfrutowy oraz pyszny placek z płatków owsianych o smaku cytrusowym zawierają niewiele kalorii, za to bardzo dużo witamin i składników mineralnych.

Tak skomponowane śniadanie to jak promyk słońca prosto z Florydy. Przepisy są tak proste, że nawet dzieci nie powinny mieć z nimi problemów!

Placek z płatków owsianych o smaku grejpfrutowym – przepis na ok. 16 porcji:

Składniki: Tłuszcz do posmarowania brytfanny, 1 filiżanka grubo pokrojonych suszonych owoców, 1/2 filiżanki posiekanych orzechów włoskich, 1/3 filiżanki rozmrożonego koncentratu soku Florida Grapefruit Juice, 1/3 filiżanki miodu, 2 białka jaj,

3/4 filiżanki razowej mąki pszennej, 1/4 filiżanki zwykłej mąki pszennej, 3/4 łyżeczki sody oczyszczonej, 1/2

łyżeczki cynamonu, 1/4 łyżeczki proszku do pieczenia, 1/4 łyżeczki soli, 1/4 filiżanki mleka, 2 filiżanki płatków owsianych błyskawicznych.

Przygotuj brytfannę o wymiarach ok. 30 x 20 x 5 cm, smarując ją cienko tłuszczem. W małej misce wymieszaj pokrojone suszone owoce i orzechy, rozmrożony koncentrat, miód i białka jaj. Odstaw na razie miszkę na bok. W dużej misce wymieszaj razową mąkę pszenną, zwykłą mąkę pszenną, sodę oczyszczoną, cynamon, proszek do pieczenia i sól. Dodaj przygotowaną wcześniej mieszankę owoców i mleko. Wymieszaj wszystko razem, by uzyskać jednolitą masę. Cały czas mieszając, dodaj płatki owsiane. Przełóż ciasto do brytfanny, pomagając sobie zwilżonymi palcami. Wstaw brytfannę do piekarnika, ustaw temperaturę na 350 st.C. Placek powinien się piec przez ok. 20 minut lub do momentu gdy powierzchnia ciasta nabierze złotego koloru. Pozostaw ciasto w brytfannie do całkowitego wystygnięcia. Pokrój placek w podłużne kawałki.

Smacznego!

ORTODONTA
dr n.med. Adam Bielaczyc

Leczenie wad zgryzu aparatami stałymi i ruchomymi

Konsultacje wtorek 16⁰⁰ - 18⁰⁰

Białystok, ul. Kopernika 9, lok. 17
tel. (085) 746-40-04,
kom. 0601-94-18-95

Vita s.c. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Białystok, ul. Popieluski 71

**- leczenie i usuwanie zębów
- odtrucie alkoholowe**

tel. (085) 654 62 48

kom. 0 502 63 87 38

Prowadzimy zapisy pacjentów z Podlaskiej Kasy Chorych i Branżowej Kasy chorych

D54502gmbh

PODLASKIE CENTRUM MEDYCZNE

UL. TRANSPORTOWA 4 P. 212

Hydroterapia jelita grubego

- polega na wyptakiwaniu wodą, przy pomocy nowoczesnego urządzenia, zalegających w jelicie mas kałowych, konserwantów, produktów fermentacji i pasożytów, a tym samym odtrucie całego organizmu.

**ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
(085) 74-15-061, 0600 494-366**

D54502gmbh

**CENTRUM
PSYCHIATRYCZNE**
E. A. CHOROSZUCHA

LECZENIE

- **NERWIC; DEPRESJI**
- **ZABURZEŃ PAMIĘCI (OTĘPIENIE STARCZE, CHOROBA ALZHEIMERA)**
- **CHIRURGICZNE WSZCZEPIANIE ESPERALU, ODTRUCIA ALKOHOLOWE**
- **ZABURZEŃ SEKSUALNYCH (IMPOTENCJE, INNE)**
- **LECZENIE SKOJARZONE (KROPLÓWKI + LECZENIE FARMAKOLOGICZNE, INIEKCJE, INNE)**
- **SERIE: LECZENIE ZABURZEŃ W WARUNKACH POZASZPITALNYCH**
- **OTYŁOŚCI, SKUTECZNE KURACJE ANTNYKOTYNOWE, UZALEŻNIEN OD NARKOTYKÓW, HAZARDU**



**CODZIENNIE
ŚWIĘTOJAŃSKA 17/1, tel. (085) 732-77-35**

Eskapada na rowerze



Rower górski to najlepszy środek lokomocji na wiosenne wypady. Najtańszy rower kosztuje dziś niecałe 100 zł. Najdroższe warte są tyle, co średniej klasy samochód.

Wiosna to czas wycieczek za miasto. Po zimowym „zasiedzeniu” wielu białostoczan z chęcią wybiera się do lasu, za miasto. Najlepszym środ-

kiem lokomocji jest rower. To pojazd, którym na wycieczki może się wybrać cała rodzina. Dzięki temu, nie będziemy oglądać krajobrazów zza szyby samochodu, ale będziemy mieli niepowtarzalną okazję podziwiać je bezpośrednio, niemal namacalnie.

Sklepy rowerowe oferują dziś w sprzedaży rowery dla wszystkich.

Od kilku już lat trwa prawdziwy boom na rowery górskie.

Rowery górskie charakteryzują się średniej wielkości kołami oraz brakiem błotników i części bagażowej. Są polecane przez fachowców na krótkie i średniej długości wycieczki po nieutwardzonych drogach, np. w lesie. Dobrej klasy rower kosztuje przynajmniej 1000-1500 zł.

Na wiosenne dni polecamy piesze i rowerowe wycieczki

Szlak wśród roślin

Trasa z Kopnej Góry do Załuk do doskonała oferta dla całej rodziny. Na tę wędrowkę może się wybrać nawet niewprawiony wędrowca. Jest to doskonała trasa dla miłośników wycieczek rowerowych. Równie dobrze można tę trasę przebyć pieszo.

Wycieczkę zaczynamy od wsi Kopna Góra. Aby dotrzeć do Kopnej Góry, w Białymstoku należy wsiąść do autobusu PKS jadącego w kierunku Krynek, Szudziałowa albo Sokółki (autobus ten musi przejeżdżać przez Supraśl).

Wysiadamy na przystanku w Kopnej Górze.

Tuż obok przystanku autobusowego znajduje się piękny obiekt przyrodniczy – Arboretum. To ogród, przypominający nieco ogród botaniczny. Zgromadzono tu ponad 500 gatunków najróżniejszych roślin.

Z Kopnej Góry skręcamy w drogę prowadzącą do Lipowego Mostu. Idziemy czerwonym szlakiem, ale tylko do

odgałęzienia tego szlaku. W momencie kiedy szlak się rozgałęzia, my idziemy prosto drogą na Borki.

Dochodzimy do Borek. Znajduje się tam znana stacja harcerska.

W tym miejscu na wędrowców czeka najtrudniejsza część wyprawy. W okolicach bazy harcerskiej leśna droga urywa się. Trzeba więc przejść na przełaj, przez łąkę. Należy dojść do płynącej rzeczki oraz do tamy na rzece. Obok tamy znajduje się mostek. Przez mostek przedostajemy się na drugi brzeg rzeki i już prosto przesuwamy się w kierunku Nowosiółek. Z Nowosiółek już tylko kilometr dzieli nas od wsi Załuki, gdzie znajduje się przystanek autobusowy.

W Załukach zatrzymuje się niewiele autobusów. Radzimy więc naszym wędrowcom, aby przeszli jeszcze ok. 2 km. do wsi Sokoła, gdzie autobusy zatrzymują się często i skąd o wiele łatwiej wrócić do Białegostoku.

(u)

Sposoby na zrzucenie nadmiaru kilogramów

Ruch to zdrowie

Jeśli nie lubimy pieszych ani rowerowych wycieczek możemy spróbować zadbać o formę w inny sposób. Pociągający może być już fakt, że trochę kalorii spaliliśmy w ferworze świątecznych przygotowań. Oto ile energii zużyliśmy wykonując przez godzinę następujące czynności:

- mycie okien – 320 kcal
- odkurzanie mieszkania – 220 kcal
- zmywanie naczyń – 124 kcal
- trzepanie dywanów – 350 kcal
- wchodzenie z zakupami po schodach – 600 kcal

Mimo tego po dwudniowym wielkanocnym obżarstwie warto pomyśleć

o zdwojonym wysiłku fizycznym. Przez godzinę aerobiku stracić można 378 kcal, joggingu – 749 kcal, koszykówki – 496 kcal, tenisa – 392 kcal a tańca – 374 kcal. Dwie godziny jazdy na rowerze z prędkością 15 km/godz pozwalają spalić 720 kcal, 4 godziny golfa – 1224, a półtorej godziny gry w piłkę nożną – 713 kcal. Nie lubiącym się aż tak męczyć podajemy przyjemniejsze sposoby stracenia zbędnych kalorii. Aby stracić ich 100 trzeba jedynie przez 71 minut rozmawiać przez telefon, przez 65 minut pisać na komputerze, przez godzinę uprawiać seks albo całować się namiętnie przez 9 minut i 24 sekundy.

(luk)

UPRZEJMIIE INFORMUJEMY

że Prywatny Gabinet Lekarski specjalisty psychiatry **Rafała Modzelewskiego** uległ z dniem 1 listopada 2001 r. przekształceniu w **NZOZ "VIRTUS"**.

W dawnej siedzibie gabinetu ul. Upalna 88, Białystok pracuje obecnie Specjalistyczna Poradnia Zdrowia Psychicznego i dyrekcja NZOZ-u. /SPZP z podręcznym laboratorium i pełnym zapleczem aparaturowym (oprócz CT)/.

Tradycyjnie proponujemy:

- terapię nerwic, depresji
- kuracje Solcoserylem i Nootropilem (wszechstronne efekty wzmocnienia biologicznego i odmłodzenia organizmu)
- kuracje antynikotynowe
- leczenie alkoholizmu (odtrucie, odtrucie domowe, Esperal, psychoterapia indywidualna i grupowa)

NZOZ "VIRTUS"

Białystok, ul. Upalna 88

pon.-sob. 9.00-19.00, niedz. 12.00-18.00

tel. (0-85) 66-15-333, tel./fax (0-85) 66-19-188

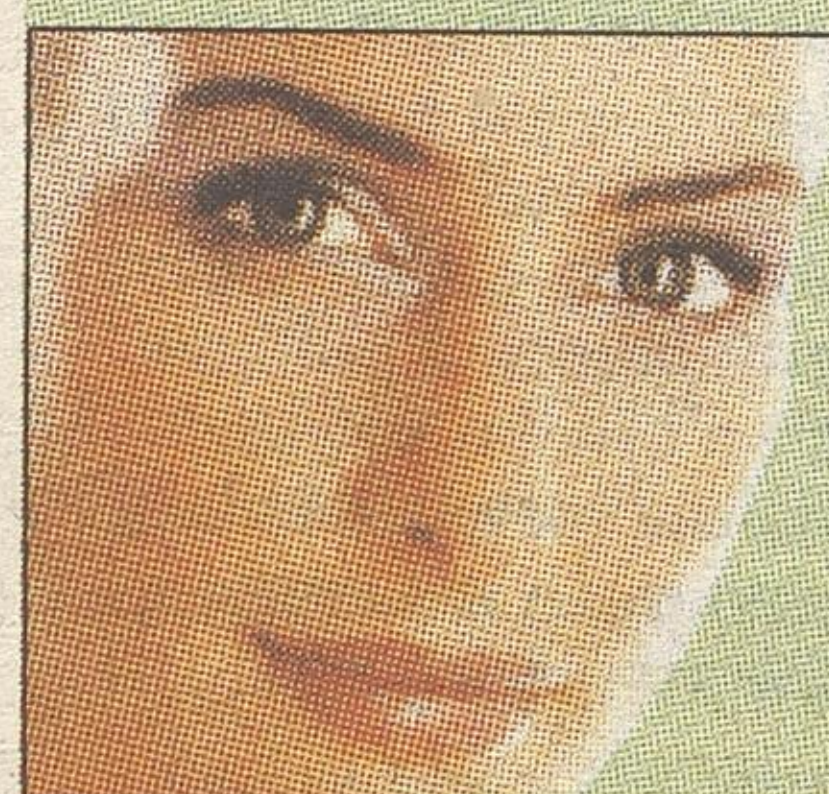
tel.kom. 24h 0-606-134-936.

Polecamy nasze najwyższej jakości świadczenia zdrowotne.



17-200 Hajnówka, ul. Białowieska 40
tel. (085) 682 21 95, fax 682 23 02
e-mail: runo@runo.pl; www.runo.pl

- przyprawy,
- herbatki ziołowe i owocowe,
- zioła,
- wiklina,
- galanteria drzewna,



**Medycyna
Estetyczna**

w Białymstoku

- ✓ laserowe usuwanie owłosienia
- ✓ laserowe zamykanie naczynek
- ✓ usuwanie blizn (np. laser)
- ✓ leczenie zmian potrądzikowych:
TCA (kolorowa), TCA (biała), AHA (NeoStrata)
- ✓ usuwanie zmarszczek - Restylane

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Specjalistyczny Ośrodek Dermatologiczny
15-453 Białystok, ul. Nowy Świat 17/5
INFORMACJA, REJESTRACJA
tel./fax (085) 744 51 15

