

Dobre WIADOMOŚCI

10/2009
Październik

COLTEX
DAKAR



Gdańsk-Wrzeszcz
MANHATTAN II piętro
tel. 058 76 77 100

Gdańsk
ul. Heweliusza 7
tel. 058 30 111 40

Plus
RAZEM LEPIEJ



Vanillia
Beauty

GABINET KOSMETYCZNY

Pn-Pt: 10-18 Sob: 9-13

kosmetyka twarzy, henna, kwasy AHA
pielęgnacja dłoni i stóp, makijaż, depilacja
NOWOŚĆ: peeling migdałowy



Centrum HORYZONT
ul. Obrońców Wybrzeża 23/ Lok.2
tel. 668 148 168
www.vanillia.net.pl

getinbank
wystarczy wejść

Najszybsza metoda na kredyt !

do
3000 zł
na
dowód!

SAMOCHODOWY

HIPOTECZNY

POŻYCZKA

GOTÓWKA NA DOWOLNY CEL
NA DOWÓD OSOBISTY

Teraz taniej! Prowizja -2 punkty procentowe!

PROMOCJA! Płać wszystkie swoje rachunki bez prowizji - pakiet e-getin www.kredyty.getinbank.pl

ZAPRASZAMY 9.00 - 18.00
PLACÓWKA GETIN BANK SA
GD-PRZYMORZE SZCZECIŃSKA 2A
058 / 558 52 57

Telefon bezpośrednio do projektanta 0-501-718-268



Raty 0%
Bezpłatny pomiar

Allma

Wykonujemy
meble na dowolny wymiar, przedpokojowe,
z drzwiami suwanymi, garderoby, sypialnie,
kuchenne, do biur, sklepów, hoteli
Projektujemy w specjalistycznym oprogramowaniu

Szafy z drzwiami przesuwными - tanio !!!

Gdańsk ul. Żwirki Wigury 12 LOTNIA paw.23a telefon 340-96-81 e-mail allma@o2.pl



TYLKO U NAS
1,80 zł/km

196-28

0-58 306 00 00

0-505 620 123

Rabat na telefon

www.dajan-taxi.pl

JUNIOR GDA SK 2012 – EURO 2012 TO NIE TYLKO STADION!

Oprócz najważniejszej dla Mistrzostw Europy w Piłce Nożnej budowy stadionu na Letnicy, przy okazji Euro 2012 prowadzone są w Gdańsku liczne projekty, które przez długie lata będą służyły nam wszystkim – mieszkańcom.

Jednym z nich jest realizowany wspólnie przez Społeczny Komitet Wsparcia Euro 2012, zrzeszający przedstawicieli najlepszych pomorskich firm i Urząd Miasta Gdańska, program Junior Gdańsk 2012.

To dzięki niemu 16 szkół w Gdańsku wzbogaci się o nowoczesne, wielofunkcyjne boiska, ze sztuczną murawą, ogrodzeniem i oświetleniem. Powstające obiekty służyć będą nie tylko dla uczniów, ale także dla całej społeczności dzielnic, w których powstały.

Zapraszamy do korzystania z nowych obiektów. Do tej pory oddano do użytku boiska przy:

ZSBO (al. gen. Józefa Hallera 16/18), sponsor – Stocznia REMONTOWA

Szkole Podstawowej nr 80 (ul. Opolska 9), sponsor – NAVIMOR International i Stocznia WISŁA

Szkole Podstawowej nr 79 (ul. Kołobrzeska 49), sponsor - DORACO

Kolejne szkoły, przy których do końca roku powstaną „Juniorzy”:

Gimnazjum nr 2, sponsor Afik–Vitania Group

SP 61, sponsor LOTOS

IX LO, sponsorzy Erbud i Przembud

Gimnazjum nr 26, sponsor Łączpol

SP 39, sponsorzy Hossa i Nordea

ZKPiG nr 20, sponsor Robygy

SP 46, sponsor Energa

Więcej informacji na www.euro.gdansk.pl





Marta Polak
redaktor naczelna

I ju mamy jesie , która "wcale nie musi by smutna, mo e by pełna rado ci"... To cytat z wiersza dla dzieci, który ju wkrótce, wraz z innymi wierszami o czterech porach roku uka e si drukiem. Taki tomik to du e prze ycie dla autora. Przyznam si Pa stwu, e to ja jestem t osob . Emocje s du e. Chciałabym bardzo by moje wierszyki spodobały si małym odbiorcom i ich rodzicom. Nie pozostaje mi nic innego jak prosi o trzymanie kciuków!

A w oczekiwaniu na tomik wierszy zapraszam do zapoznania si z najnowszym wydaniem "Dobrych Wiadomo ci", w którym du o b dzie wyczynów turystyczno-sportowych. Stanie si to za spraw Marty Wojciechowskiej, która zafascynowana Etiopi napisała ksi k "Etiopia. Ale czat!" i opowiadała o tym kraju podczas spotkania z czytelnikami w Bibliotece Oliwskiej. Tam równie odbyło si spotkanie z

podró nikiem Wojciechem D browskim, który ró nymi trasami, a dziewi ciokrotnie okr ył kul ziemsk i odwiedził 240 krajów. Swoje wra enia z tych podró y opisał w ksi ce "Na siedem kontynentów. Notatnik podró nika". Zapraszam zatem na spotkanie z dalekimi krajami zamieszczone na stronie 7, 8 i 9 i podró nikami, których nie omieszkalam zapyta o dobre wiadomo ci. W ramach turystycznych wra e proponuj Pa stwu kolejn relacj Konrada Kantora, który ju kilkakrotnie zabierał nas w podró e - tym razem b dzie to wyspa Krk. Co do wyczynów sportowych to mamy dobr wiadomo , e w Gda sku powstaj boiska przy szkołach podstawowych. Oddano ju 3 takie boiska, ł cznie ma ich by 16, a słu y maj wszystkim mieszka com naszego miasta. To cieszy, szczególnie, e przed nami Euro 2012, które odb dzie si ju za niecałe 1000 dni. W dniu 27 wrze nia odbył si Dzie Otwarty na budowie Stadionu Piłkarskiego w Letnicy. Budowa idzie pełn par , stadion po prostu ro nie w oczach, wszystko jest dobrze zorganizowane, a na budowie panuje wprost idealny porz dek. Post p prac mo na obserwowa ze specjalnej platformy widokowej. Uko czenie budowy planowane jest na grudzie 2010, a pierwszy mecz ma si

odby w 2011 roku.

W tym wydaniu "Dobrych Wiadomo ci" zapraszam równie na spotkanie z muzyk . B dzie to spotkanie z sir Nevillem Marrinerem, wiatowej sławy dyrygentem, który go cił w Gda sku by wzi udział w Koncercie w Bazylice Mariackiej. Koncert organizowała Polska Filharmonia Bałtycka, która we wrze niu zainaugurowała sezon 2009/2010. O planach Filharmonii na stronie 5 opowiada jej dyrektor artystyczny Kai Bumann, dzi ki któremu oprócz ciekawych wydarze muzycznych b d si tam odbywały tak e spotkania z poezj Jana Kochanowskiego, Juliusza Słowackiego, Adama Mickiewicza i Cypriana Kamila Norwida.

Natomiast w pa dzierniku swój 60 sezon artystyczny rozpoczyna Pa stwowa Opera Bałtycka. O jej planach piszemy na str. 6. Tak wi c wielu dozna muzycznych, realizacji marze o podró ach tych dalekich i bli szych oraz czerpania z uroków złotej, polskiej jesieni czy wszystkim Czytelnikom

Marta Polak

Zapraszam na stron
www.dobrewiadomosci.eu

Sklep i Pracownia Gorseciarska PHU JUSTYNA

- szycie staników na miarę
- profesjonalny dobór fasonu
- sprzedaż wyrobów gotowych
- duży wybór fasonów i rozmiarów

ul. A. Lendziona 4a
Gdańsk - Wrzeszcz

tel. 058 346 00 61, 604 248 820

bjustyna@op.pl www.bjustyna.republika.pl

KREDYTY: oferty gdy banki odmawiają

GOTÓWKI

CHWILÓWKI - decyzja i wypłata w 1 dzień
POŻYCZKI GOTÓWKOWE - także dla zadłużonych, bez BIK

KONSOLIDACJE

**SPLATY INNYCH KREDYTÓW
DO 120.000 ZŁ**
nawet gdy brak zdolności

HIPOTECZNE - trudne

Biuro Kredytowe "MIESZKO"

Gdańsk-Wrzeszcz, ul. Do Studzienki 11
tel. 0-58 345 81 66, kom. 601 832 048
tel. 0-58 781 98 90, kom. 501 492 589

FRAGARIA

SKLEP ZIELARSKO-MEDYCZNY

SERDECZNIE ZAPRASZAMY
do nowo otwartego

**SKLEPU
ZIELARSKO - MEDYCZNEGO**

pn-pt 9.00-18.00
sob 9.00-14.00

ul. Gen. Bora - Komorowskiego 33
(Mały Rynek)
Gdańsk - Przymorze

tel. 0-58 762 - 02 - 15
e-mail: fragariagdansk@wp.pl

O F E R U J E M Y:

- * Ziola - jednorodne i mieszanki
 - * Parafarmaceutyki
 - * Preparaty do pielęgnacji dzieci
 - * Olejki do aromaterapii
 - * Świece do woskowania uszu
 - * Miody i preparaty propolisu
 - * Okładki do książeczek zdrowia
 - * Dermokosmetyki
- m.in. SVR Laboratories, Bioderma

ATRAKCYJNE CENY !

- pizza
- dania obiadowe
- naleśniki
- makarony
- zupy domowe
- sałatki

zapraszamy 7 dni w tygodniu
11.00 - 22.00

Gd - Przymorze, ul. Opolska 6,
Hala MKS "Atleta"

dowóz do 4 km Gratis!

Pizzeria VERONA

Zapytaj o **PROMOCJE** przy
zamówieniu telefonicznym !

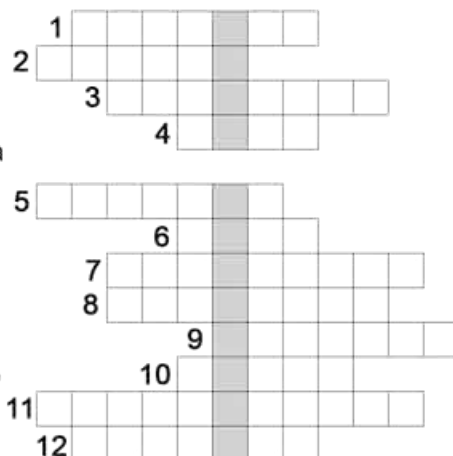
0-58 559 - 00 - 00

0-513 - 723 - 437

www.verona.gda.pl

Po rozwiązaniu krzyżówki wyróżnione litery utworzą hasło, które prosimy zgłaszać bezpośrednio do **Pizzerii VERONA**, ul. Opolska 6 (hala MKS Atleta) telefon **0-58 559 00 00, 0-513-723-437**. Czekają nagrody - trzy dania i napoje o wartości 20 zł każda. Zapraszamy!

1. Sir ... Marriner
2. Lecą jesienią
3. ... Dąbrowski
4. Z niej chleb
5. Udziela kredytów (reklama na 1 str.)
6. Sklep muzyczny
7. ... Opera Bałtycka
8. VERONA
9. Październikowy solenizant
10. Taksówki z okładki
11. Uczy seniorów j. angielskiego
12. podróżniczka ...
Wojciechowska



NAPRAWA SPRZĘTU RTV

Sony Thompson Philips Siesta

Zbigniew Ratyński

były pracownik serwisu UNIMORU

tel. 0-58 303 55 49 0-602 34 34 82

Producent **MultiRolo**

Rolety Żaluzje Naprawy

Gdańsk - Zaspą tel. 0-58 512 66 00
ul. J. Pawła II 6 G 0-668 02 33 76

MAJSTER DOMOWY

drobne naprawy
i awarie domowe:

- ciekący kran
- zapchany zlew
- wymiana-naprawa kontaktu
- wbicie gwoźdźcia
- montaż mebli
i inne

TEL. 0-602 294 728

MATEMATYKA

wieloletnie doświadczenie, wszystkie poziomy
Gdańsk - Przymorze tel. 0-606 309 837; gg 4611558

SERWIS KOMPUTEROWY

skup - sprzedaż tel. 0-501-754-170
Przymorze, róg ul. Mściwoja II i ks. J. Majdera

KONSULTANTÓW I LIDERÓW FM GROUP

Fachowa pomoc i przeszkolenie, wysokie prowizje.
Szczegóły pod nr tel. 500 378 930; gg 11097615

Miesięcznik
"Dobre Wiadomości"
znajdą Państwo w
następujących punktach:

Przymorze

Restauracja Hammurabi
CH REAL, ul. Kołobrzeska 32
Powiślański Bank Spółdzielczy
ul. Chłopska 16 C
GALERIA PRZYMORZE
przy kasach E. Leclerc
ul. Obrońców Wybrzeża 1

Getinbank
ul. Szczecińska 2 A
OSK DELTA PLUS
ul. Bora Komorowskiego 41 A, lp.
OPTYK
ul. Jagiellońska 36 B
(obok kantoru MAX)
FRAGARIA
ul. Bora Komorowskiego 33
Centrum FAMILIA
Salon Optyk Optimum
ul. Grunwaldzka
Studio Fryzur MILA
ul. Malborska 3

Pracownia Krawiecka
i Sklep Kajakerski
ul. Krzywoustego 40
DOM KULTURY "Bolek i Lolek"
ul. Kołobrzeska 57
Biblioteka ul. Obr. Wybrzeża 2
Biblioteka ul. Czerwony Dwór 21
Biblioteka ul. Jagiellońska 8
WILLA ZBYSZKO
ul. Władysławowska 1 (róg ul.
Śląskiej)
Salon Meblowy BEJTO
ul. Opolska 3

Oliwa

Salonik Oliwski
ul. Polanki 124
M&G outlet
ul. Krzywoustego 49

Zaspa

Zabudowy ALLMA
Pasaż LOTNIA paw. 23 A
Gabinet Ortodontyczny
Pasaż LOTNIA paw. 21
Przych. Weterynaryjna adwet
ul. J. Pawła II 4a/1
Spółdzielnia Mieszkaniowa
ul. Pilotów

Wrzeszcz

Centrum Handlowe Manhattan
ul. Grunwaldzka

PIZZA BIS
ul. Dmowskiego dw. PKP
Biblioteka, ul. Grunwaldzka 40
EURODOM
ul. Grunwaldzka 211

Gdańsk Główny

Powiślański Bank Spółdzielczy
ul. Tkacka 27/28
"Filia Gdańska" Wojewódzkiej i
Miejskiej Biblioteki Publicznej,
ul. Mariacka 42
Nadbałtyckie Centrum Kultury
ul. Korzenna 33/35

Gdańsk - Chełm

TESCO
Salon OPTYK OPTIMUM

1 ZAGADKA

Czyje imię nosi Polska Filharmonia
Bałtycka w Gdańsku?

Dla osób znających prawidłową odpowiedź
Polska Filharmonia Bałtycka ufundowała 3
podwójne zaproszenia. Prosimy o kontakt z
naszą redakcją tel. 0-880 635 911

2 ZAGADKA

Proszę podać trzy tytuły przedstawień
granych w październiku w Teatrze
Miniatura.

Dla osób znających prawidłową odpowiedź
Teatr Miniatura ufundował 3 podwójne zaproszenia. Prosimy o kontakt z naszą redakcją tel. 0-880 635 911.

3 ZAGADKA

W którym roku odbyło się wodowanie
"Daru Pomorza"?

Nagrody - 6 karnetów normalnych do kompleksu muzealnego nad Motławą: Spichlerze, Żuraw, Soldek wraz z przeprawą promową, ufundowało Centralne Muzeum Morskie. www.cmm.pl

Zgłoszenia prawidłowych odpowiedzi prosimy kierować pod numer tel. 0-880 635 911.

4 ZAGADKA

Gdzie znajdują się nowe salony OPTYK
OPTIMUM? (patrz kolorowa reklama)

Osoby znające prawidłową odpowiedź proszone są o przyjsście do nowych salonów Optyk Optimum, a przy zakupie okularów otrzymają 10% RABATU.



ozdobna plakietka, dyplom oraz czek opiewający na sumę 100.000 euro, z przeznaczeniem na wsparcie działalności Laureata.

I tak w dniu 29 września 2009 r. w dzień urodzin Lecha Wałęsy, w gdańskim Dworze Artusa wręczono Nagrodę Lecha Wałęsy 2009. W tym roku nagrodę otrzymały panie: **Shadi Sadr** oraz **Ladan i Roya Boroumand** w uznaniu za ich zasługi na rzecz walki o prawa człowieka, wolność i demokrację w Iranie. Laureatki tegorocznej Nagrody od lat działają w celu szerzenia demokracji w swoim kraju.

Shadi Sadr jest dziennikarką i prawniczką, działającą w szczególności na rzecz praw kobiet w krajach muzułmańskich. Założyła Instytut Rahi, który zajmował się pomocą osobom będącym ofiarami przemocy. Sadr jest laureatką nagrody Idy B. Wells, przyznawaną dziennikarzom wykazującym się niezwykłą odwagą cywilną.

Ladan i Roya Boroumand są założycielkami Fundacji Abdorrahmana Boroumanda, która zajmuje się promocją demokracji i praw człowieka w Iranie. Ladan Boroumand jest historykiem i socjologiem, a Roya Boroumand jest historykiem, specjalizuje się również w

stosunkach międzynarodowych. Obie panie w swej działalności sprzeciwiają się wszelkiemu łamaniu praw człowieka, a konkretne przykłady publikują na stronach internetowych Fundacji.

Decyzję o wyborze tegorocznych laureatek Kapituła podjęła jednogłośnie. W skład Kapituły wchodzi: Lech Wałęsa b. Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej, Vaclav Havel b. Prezydent Czechosłowacji i Republiki Czeskiej, Stanisław Szuszkiewicz b. Przewodniczący Rady Najwyższej Białorusi, Jan Krzysztof Bielecki b. Prezes Rady Ministrów Rzeczypospolitej Polskiej, Bernard Kouchner Minister Spraw Zagranicznych Republiki Francuskiej, Władysław Bartoszewski b. Minister Spraw Zagranicznych Rzeczypospolitej Polskiej.

Pierwsza Nagroda Lecha Wałęsy w 2008 roku przyznana została Jego Królewskiej Mości Strażnikowi Dwóch Świętych Meczetów Królowi Abdullahowi Bin Abdulazizowi Al Saudowi w uznaniu osobistych zasług na rzecz dialogu międzyreligijnego, promocji tolerancji i wzajemnego zrozumienia kultur i cywilizacji, a także pokoju i współpracy międzynarodowej oraz szeroko zakrojonej działalności dobroczynnej.

Przyznanie Pokojowej Nagrody Nobla Lechowi Wałęsie w 1983 roku było znaczącym wyrazem poparcia międzynarodowej opinii publicznej dla ruchu „Solidarności”. Było to wydarzenie, które stanowiło element drogi do wolności i niepodległości Polski. Nagroda Nobla przyznana Liderowi „Solidarności” była ważna dla zwycięstwa nad komunizmem i podtrzymania ducha walki z totalitarnym reżimem.

Pragnąc wyrazić podziękowanie za wsparcie sprzed 25 lat, w 2008 roku, Lech Wałęsa postanowił ustanowić nagrodę, którą pragnie uhonorować osoby, instytucje lub ruchy społeczne, działające na rzecz porozumienia i solidarnej współpracy narodów, wolności i promocji wartości, które stanowiły podstawę ruchu „Solidarności”. Na Nagrodę składa się

LOSK MOTOBIT

KURSY KATEGORII B
solidnie i skutecznie
KURSY KATEGORII B AUTOMAT

Gdańsk - Przymorze
ul. Piastowska 98A
Osiedlowy Klub "Piastuś"
tel. 0-58 553 23 81, 601 670 511

RATY

TECHNIKA OKIENNA I DRZWIOWA
tel./fax 0-58 554 92 33, 0-602 337 368

Zaprasza na **PROMOCJE**
NOWOŚĆ Okna drewniane
z podwójną uszczelką w skrzydle
OKNA typowe i nietypowe drewniane firm:
POZBUD, STOLLAR, WITRAŻ, PCV VEKA
ALUPLAST, z profili aluminiowych
DRZWI zew. GERDA a/włam. najtańsze w Trójmieście
Serwis GERDY, drzwi wewnętrzne
NOWOŚĆ: domy drewniane różne box 23

Rabaty
od 15%
do 25%

Bezpłatny pomiar i demontaż okien.
Pisemna gwarancja do 5 lat.
W cenę wliczamy montaż okien.
Gd. ul. Beniowskiego 5 box 22
Centrum Targowe M.T.G.
e-mail: ferno@makor.pl

HEROS

 STUDIUM MASAŻU
I REHABILITACJI
Centrum Szkoleniowe

KURSY MASAŻU
kwalifikacje

kursy weekendowe
kursy wieczorowe
kursy miesięczne

Zaświadczenia na druk **MEN**
Dyplom w języku polsko-angielskim
Uprawnienia do zawodu masażysty

www.heros.pl 058 690-74-74

GAMA

Instrumenty muzyczne
i akcesoria
Gdańsk, Heweliusza 10
między kinem Krewetka, a C.H. Madson
tel: 058/ 301-97-42

Pon - pt 10.30 - 18.00.
sob. 11.00 - 15.00

www.gama.gda.pl

“Lepiej widzisz
- lepiej żyjesz”

Optyk

Bożena Słupska
mistrz optyk



Okulary na każdą kieszeń
dla każdego, dla dużego i małego!

- duży wybór oprawek - ceny już od 20 zł
- okulary przeciwsłoneczne i ochronne
- profesjonalna obsługa
- szybkie i solidne wykonanie okularów
- środki do pielęgnacji okularów

Gd. - Przymorze ul. Jagiellońska 36 B
pon - pt 10 - 18 tel. 0-58 511 02 07

PAŹDZIERNIK 2009



Adam Makowicz



Jekaterina Meczetina



Roman Perucki



Ken Vandermark



Anna Maria Staśkiewicz

02/10 Piątek, 19.00



MAXIM VENGEROV
i muzyka rosyjska

Orkiestra Symfoniczna PFB
Maxim Vengerov dyrygent
Anna Maria Staśkiewicz skrzypce

CZAJKOWSKI
Koncert skrzypcowy D-dur
CZAJKOWSKI
VI Symfonia h-moll "Patetyczna"

04/10 Niedziela, 19.00

BACH kontra JAZZ
klasycznie i na jazzowo

Adam Makowicz fortepian
Roman Perucki organy

11/10 Niedziela, 19.15
Archikatedra w Oliwie

IX Dzień Papieski
Jan Paweł II - Papież Wolności

Orkiestra Symfoniczna PFB
Chór Kameralny „Astrolabium”
prow. Kinga Litowska
Jerzy Swoboda dyrygent
Marta Boberska sopran
Dorota Lachowicz alt
Aleksander Kunach tenor
Dariusz Górski bas

HAYDN Missa in tempore belli C-dur
„Paukenmesse”
GÓRECKI Trzy utwory w dawnym stylu

HAYDN w 200. rocznicę śmierci
„Moja mowę rozumie cały świat”

Polska
kraj muzyki

16/10 Piątek, 19.00

Sezon Moskiewski w Gdańsku

Jekaterina Meczetina fortepian

RACHMANINOW 24 preludia



17/10 Sobota, 16.15

Kościół Wspomożenia Wiernych w Rumi

XXI Międzynarodowy Festiwal
Muzyki Religijnej im. ks. Stanisława
Ormińskiego w Rumi

Orkiestra Symfoniczna PFB
Państwowy Chór Filharmonii w Mińsku
prow. Ludmiła Efimowa
Ernst van Tiel dyrygent
Iwona Hossa sopran
Ewa Marciniak mezzosopran
Ryszard Minkiewicz tenor
Piotr Nowacki bas

KILAR Missa pro pace **Polska**
kraj muzyki

18/10 Niedziela, 12.00

Koncert rodzinny
BAJKI I DOBRANOCKI
Reksio, Pszczołka Maja i inni

Anna Dereszowska śpiew
The New Art Ensemble
Anna Wandtke-Wypych skrzypce
Urszula Borkowska
fortepian/aranżacje
Rafał Grząka akordeon
Marcin Świdarski saksofony,
klarnet, instr. dęte
Sebastian Wypych kontrabas

18/10 Niedziela, 18.00

CHANEL & STRAWIŃSKI
Marek Tomaszewski fortepian
transkrypcje własne na fortepian solo

STRAWIŃSKI Święto wiosny
ORFF Carmina Burana
Zwiastun filmu Jana Kounena
„Chanel & Stravinsky”
L'Historie Secrète

22/10 Czwartek, 19.00

Filharmoniczne wykłady
na Ołowiance **Polska**
kraj nadziei

ks. Adam Boniecki gość
ks. Krzysztof Niedałowski
moderator
Baltic Kwartet

23/10 Piątek, 19.00

Lutosławski Bacewicz **Polska**
Rachmaninow kraj muzyki

Orkiestra Symfoniczna PFB
Miroslaw Jacek Błaszczyk dyrygent
Roman Lasocki skrzypce

LUTOSŁAWSKI Mała suita
BACEWICZ VII Koncert skrzypcowy
RACHMANINOW
II Symfonia e-moll op. 27

24/10 Sobota, 19.30

PUCCINI Madame Butterfly
opera w wersji estradowej

Orkiestra Polskiej Filharmonii „Sinfonia
Baltica” w Słupsku
Bohdana Jaromowicz dyrygent
Roma Jakobowska-Handke (Cio-cio-san)
Katarzyna Suska (Suzuki)
Krzysztof Bednarek (Pinkerton)
Zbigniew Macias (Sharpless)
Sławomir Pietras narrator

26/10 Poniedziałek
8.45, 10.30, 12.30

JESIENNA ŻŁOTA BLACHA
Koncerty edukacyjne dla dzieci
i młodzieży

Bohaterami spotkania będą: waltornia,
trąbka, trąbka piccolo, puzon, tuba.
prowadzenie Barbara Żurowska-Sutt

31/10 Sobota, 19.00

Ken Vandermark
„Resonance” Project

Ken Vandermark (USA) tenor
& baritone saxes, clarinet
Magnus Broo (Szwecja) trumpet
Tim Daisy (USA) drums
Per-Åke Holmlander (Szwecja) tuba
Dave Rempis (USA) tenor & alto saxes
Steve Swell (USA) trombone
Mark Tokar (Ukraina) bass
Mikołaj Trzaska (Polska) alto sax,
bass clarinet
Michael Zerang (USA) drums, percussion
Wacław Zimpel (Polska) clarinet, bass
clarinet

Wystawy

Salon Gdański, foyer filharmonii
wystawy dostępne podczas
wydarzeń artystycznych PFB

Malarstwo BOGNY KLAMAN-
TARNOWSKIEJ (do 31/10/2009)

Malarstwo i rysunek DARII
SELKA-BONNY (do 11/10/2009)

Rysunek MAGDALENY NOWAK
(13/10-16/11/2009)

Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego

Cykl „HAYDN w 200. rocznicę śmierci
„Moja mowę rozumie cały świat”
zrealizowano ze środków Ministerstwa
Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Sezon 2009/2010 w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej

Dyrektor artystyczny **Kai Bumann** (na zdj.) podczas konferencji prasowej przedstawił plany Polskiej Filharmonii Bałtyckiej na Sezon Artystyczny 2009/2010.

Jest to już drugi sezon K. Bumanna na tym stanowisku. Czytelnicy "Dobrych Wiadomości" zapewne pamiętają wywiad jakiego udzielił w pierwszym wydaniu naszego miesięcznika, a w kolejnych przedstawialiśmy poetów i pisarzy, którzy za jego sprawą gościli w murach Filharmonii. Byli to Adam Zagajewski, Tomasz Różycki i Andrzej Stasiuk.

Także i w tym sezonie Filharmonia, oprócz oczywiście koncertów jako głównego nurtu swojej działalności, prezentować będzie cykl "Poezja na Ołowiance" połączony z odpowiednio dobraną muzyką. Odbędzie się wieczór poezji Jana Kochanowskiego, Juliusza Słowackiego, Adama Mickiewicza i Cypriana Kamila Norwida. Utwory recytować będą znakomici polscy aktorzy np. Jerzy Zelnik, Piotr Adamczyk, Dorota Segda, Andrzej Seweryn, Halina Winiarska czy Jerzy Kiszki.

W Filharmonii Bałtyckiej zaplanowano również cykl comiesięcznych wykładów zatytułowanych "Polska - kraj nadziei", których gośćmi na zaproszenie K. Bumanna będą: ks. Adam Boniecki, s. Ewa Chmielewska, Krzysztof Kozłowski, Mieczysław Tomaszewski, ks.



Michał Heller, Janina Ochojska i być może, bo nie jest to jeszcze pewne sam Norman Davies. Wykłady, każdy z udziałem moderatora, będą trwały ok. pół godziny, a towarzyszyć im będzie oczywiście wspaniała muzyka np. Fryderyka Chopina.

Naprawdę godna podziwu jest znajomość polskich twórców reprezentujących różne dziedziny sztuki, jaką posiada Kai Bumann, jak i ta konsekwencja w prezentowaniu ich w Filharmonii. Pochodzący z Niemiec Kai Bumann mówi, że Polska jest mu bardzo bliska i jest krajem wielkiego potencjału, krajem wspaniałych twórców i pięknej muzyki, co trzeba

szeroko pokazywać.

Będzie ku temu znakomita okazja, gdyż kończy się rok Haydna i w 2010 zaczyna się Rok Chopina. Zaplanowano wiele koncertów np. Festiwal Pianistyczny poświęcony będzie muzyce tego kompozytora.

Poza tym będą się odbywały Bale Gdańskie, koncerty edukacyjne dla dzieci i młodzieży oraz koncerty muzyki jazzowej. Tak więc na pewno każdy znajdzie coś dla siebie i uczestnictwo w koncertach w Filharmonii będzie prawdziwą uczcą dla ducha.

Marta Polak

Sir Neville Marriner w Gdańsku



Sir Neville Marriner, wspaniały dyrygent angielski, gościł w Gdańsku by w dniu 1 września dyrygował orkiestrą Filharmonii Bałtyckiej oraz chórami podczas koncertu „Requiem wojenne” Benjamina Brittena w Bazylice Mariackiej. Na konferencji prasowej poprzedzającej to wydarzenie bardzo wysoko ocenił poziom orkiestry Filharmonii Bałtyckiej. Był również zachwycony budynkiem Filharmonii oraz całą architekturą Gdańska.

Na zakończenie konferencji miałam okazję zadać sir Marrinerowi moje ulubione pytanie oraz wręczyć wydanie "Dobrych Wiadomości" z rzeźbami z piasku na okładce, którymi bardzo się zainteresował.

A oto nasza krótka rozmowa:

Jaka to jest dla Pana dobra wiadomość?

Zwykle kiedy angielska drużyna w krykieta wygrywa to jest dobra wiadomość i dobry dzień.

Interesuje się Pan krykietem?

Nie, nie bardzo. Dla mnie osobiście dobra wiadomość jest wtedy kiedy mogą być z moimi dziećmi, w domu. Mój syn jest muzykiem, a córka jest pisarką, odnoszą sukcesy. Jestem z tego powodu bardzo szczęśliwy.

Muszę przyznać, że kiedy byli mali nie miałem z nimi częstego kontaktu, bo koncertowałem na całym świecie i nie było mnie w domu. Teraz za to przebywam z nimi o wiele więcej niż kiedyś. Bardzo sobie cenię te kontakty z moimi dziećmi i ten czas, kiedy jestem z nimi w domu. I to jest wtedy dla mnie bardzo dobra wiadomość.

Dziękuję za wypowiedź. Pana słowa mogą dać wiele do myślenia o tym, co jest w życiu ważne.

rozmawiała Marta Polak



z dyr. R. Peruckim

SIR NEVILLE MARRINER - jest bezsprzecznie jednym z największych dyrygentów ostatnich dziesięcioleci. W roku 2009, w roku 85 urodzin Sir Nevillea Marrinera muzyczny świat składa hołd wybitnemu artyście i jego dokonaniom. Jest on założycielem słynnego zespołu Academy of St. Martin in the Fields, który przyczynił się do odrodzenia muzyki barokowej w latach 60. Z dorobkiem ponad tysiąca wydań płytowych, z repertuarem od muzyki barokowej po współczesność, Academy of St Martin in the Fields jest nie mającym sobie równego co do ilości i jakości nagranych i wydanych płyt. W roku 1979 Sir Neville został mianowany Dyrektorem Muzycznym oraz Pierwszym Dyrygentem Minneapolis Symphony Orchestra oraz

Sudwest Deutsche Radio Orchestra w Stuttgarcie. Stanowiska te pełnił aż do późnych lat osiemdziesiątych. Jednocześnie kontynuował współpracę z czołowymi orkiestrami świata - w Wiedniu, Berlinie, Paryżu, Mediolanie, Atenach, Nowym Jorku, Bostonie, San Francisco oraz w Tokio. Współpracuje z tak wybitnymi artystami jak skrzypaczki Anne-Sophie Mutter i Victoria Mullova, skrzypek Gidon Kremer czy pianista Alfred Brendel. Wyjątkowy dorobek artystyczny Sir Neville'a Marrinera został uhonorowany The Canadian Grand Prix oraz nagrodą Edisona. W roku 1979 otrzymał tytuł Komandora Imperium Brytyjskiego (CBE), w 1985 tytuł szlachecki, a Francja uhonorowała go w roku 1995 Orderem des Arts et des Lettres.

W sezonie 2009/2010 minie 60 lat od pierwszej premiery Opery Bałtyckiej - "Eugeniusza Oniegina". Jubileuszowy sezon rozpoczyna dwa galowe koncerty (3, 4 października), które będą muzyczną prezentacją planów na najbliższy sezon. Jeszcze w październiku, jako pierwszy teatr w Polsce, Opera Bałtycka wystawi operę Richarda Straussa "Ariadna na Naxos". W listopadzie ta produkcja zostanie pokazana w węgierskim Szeged - będzie ona transmitowana na całą Europę przez Mezzo TV. Rok 2009 zakończy tradycyjny Koncert Sylwestrowy. W pierwszej połowie 2010 odbędą się premiery oper: niewystawianej w Gdańsku od wielu lat "Halki" Moniuszki, nigdy nieprezentowanego w wersji scenicznej w POB "Czarodziejskiego fletu" Mozarta oraz Verdiego "Makbeta". Zespół baletowy pracować będzie z trzema choreografami; Emil Wesołowski i Ho Sink Hang przygotowują do muzyki Chopina dwuczęściowy spektakl "Chopinart", a Izadora Weiss swoje kolejne autorskie przedstawienie "Out". Nie zabraknie Koncertu Polskiego dla uczczenia Święta 3 Maja. W maju czeka nas także galowe przedstawienie "Eugeniusza Oniegina". W repertuarze pojawiają się również produkcje z poprzednich sezonów: "Wesele Figara", "Don Giovanni", "Rigoletto", "Madama Butterfly", "Romeo i Julia", "Men's Dance", "Eurazja". Kontynuowany będzie cykl prelekcji scenicznych "Opera? Si!", pomagających

przygotować się do kontaktu ze sztuką operową. W najbliższym sezonie Opera Bałtycka zaprosi publiczność ponad 130 razy.

Miłośników tańca zaprasza od października na warsztaty taneczne, a chętni poznają kulisy Opery Bałtyckiej przy okazji Międzynarodowego Dnia Teatru. Szczegółowy repertuar na cały sezon można już znaleźć na stronie internetowej. W formie drukowanej dostępny jest jak zawsze przy kasie Opery oraz w licznych punktach w całym Trójmieście.

Nowy sezon przyniesie ze sobą także zmienioną stronę internetową. Po trwającym całe lato remoncie, na widzów czekać będzie zmodernizowane foyer oraz nowe punkty gastronomiczne, a na artystów - nowe garderoby. Do końca 2009 roku obowiązywać będą dotychczasowe ceny biletów. Uwzględniając rosnące ceny eksploatacji przedstawień, od 1 stycznia 2010, zostaną one podwyższone średnio o 5 zł. Bilety na spektakle po 1 stycznia, ale kupione przed tą datą, sprzedawane są w dotychczasowych, niższych cenach. Warto więc już teraz, by zaoszczędzić, kupić bilety na spektakle w 2010 roku. Należy również pamiętać o systemie przedsprzedaży. W przedsprzedaży bilety tańsze są o 30%; promocja kończy się półtora miesiąca przed danym spektaklem. Szczegóły znajdują się w dziale "bilety" na www.operabaaltycka.pl

Plan spacerów oraz podróży do Niemiec

organizowanych przez Towarzystwo Polska - Niemcy w Gdańsku (TPN) od listopada 2009 do stycznia 2010 r.

Zapraszają Zofia i Henryk Ruser, e-mail detti@wp.pl

piątek, 13.11.2009 r. g. 17 w siedzibie TPN "Plan podróży studyjnych do kolejnych regionów Niemiec na rok 2010".

Koszt każdej ok. 290 Euro, możliwość płatności w ratach po 50 euro we wskazanych terminach.

w sobotę 14.11.09 r. g. 14 budynek LOTu /Brama Wyżynna: dzielnica Dolne Miasto i Długie Ogrody (zeszyt nr 8)

Zachowany układ urbanistyczny Dolnego Miasta zaliczany jest do najcenniejszych walorów historycznych Gdańska

w sobotę, 21.11.09 r. g. 14 budynek LOTu /Brama Wyżynna: dzielnica Spichrze

w sobotę, 12.12.09 r. g. 14 końcowy przystanek tramwajowy 2, 6, 8 w Jelitkowie: Spacer nad morzem: Jelitkowo...Sopot....Orłowo g. 16:30 Adwentowy nastrój

w niedzielę, 3.01.10 r. g. 10:30 przystanek autobusów 115, 184, 130, 199 "ul.Wagnera" przy ul.Beethovena, Gdańsk-Suchanino: Suchanino, Cygańska Góra: (zeszyt nr 16) ul. R.Wagnera, ul. J.S.Bacha, ul.W.Mozarta, zakole ul.Powstańców Warszawskich, ul.Cygańska Góra na Suchańskiej Górze; Kolonia Wyżyny: ul.Wyczółkowskiego, ul.Ojcowska, ul.Nad Jarem, ul. Brukowa, ul.Zakosy, wśród działek, ul. Wieniawskiego, ul.Skarpowa: Miejsca widokowe w Suchaninie.

w niedzielę, 17.01.10 g. 10:30 we Wrzeszczu obok "D.T.Manhattan" przy fontannie na rogu Jaśkowej Doliny z al.Grunwaldzką: spacer w dzielnicy Strzyża (zeszyt nr 15): Teren pełen zabytkowych obiektów, wyróżniający się bogactwem zieleni

w sobotę, 30.01.10 g. 14 końcowy przystanek tramwajowy 2, 6, 8 w Jelitkowie: spacer w dzielnicy Dolna Oliwa, Przymorze (zeszyt nr 10) Zieleń Dolnej Oliwy jest urozmaicona...

od 25.04. do 03.05. 2010 r. 31. podróż studyjna TPN - Brandenburgia i Berlin.

od 23.07. do 31.07. 2010 r. 32. podróż studyjna TPN: Dolna Saksonia.

Spacery wg cyklu numerowanych zeszytów "Miasto jak Ogród" pod redakcją Doroty Kobierowskiej

Olivia s.i. WYNAJMIE w centrum Oliwy
POMIESZCZENIA:
 biurowe (25 m²), warsztatowe (200 m²), magazyny (90 m²) i plac manewrowy.
 tel. 0-58 346 08 63 lub 0-58 554 80 91

TANIE BILETY LOTNICZE
 Europa i świat ceny od 50 zł
BILETY AUTOKAROWE
 cała Europa
 Gdańsk - Oliwa ul. Krzywoustego 1e
 tel/fax 0-58 553-55-45



JAZDA KONNA



Hanna Łyczkowska
Hipodrom Sopot
tel. 0-601 652 304

SALON URODY "MARIPOSA"
 Fryzjer damsko-męski
 Kosmetyka twarzy i ciała - IPL, mikrodermabrazja
 Przedłużanie i zagęszczanie rzęs
 Masaże - lecznicze, odchudzające, gorącymi kamieniami
 Sauna, Vacuum jet, drenaż limfatyczny.
 tel. 0-58 553 15 56 Gdańsk - Przymorze
 kom. 794 386 513 Czerwony Dwór 17

Wojciech Dąbrowski - a ja mam cały świat!



W dniu 25 września br. w Bibliotece Oliwskiej odbyło się spotkanie z gdańskim podróżnikiem **Wojciechem Dąbrowskim**, który aż dziewięciokrotnie, różnymi trasami okrążył kulę ziemską, odwiedzając 240 państw na całym świecie. Podróżuje już od ponad 40 lat, zawsze samotnie, a jego wyprawy zorganizowane są w bardzo oszczędny sposób. Nigdy nie korzystał z jakiegokolwiek pomocy czy sponsoringu firm.

Od wielu lat należy do The Globetrotters Club w Londynie. Pisze również artykuły o tematyce podróżniczej do prasy krajowej i zagranicznej. Od 1998 roku prowadzi bardzo ciekawą stronę internetową www.kontynenty.net. Jest to kopalnia wiedzy o świecie, zawierająca praktyczne wskazówki jak tanio podróżować do najodleglejszych zakątków świata.

Okazją do zorganizowania spotkania w Bibliotece Oliwskiej było ukazanie się bogato ilustrowanej książki Wojciecha Dąbrowskiego zatytułowanej **"Na siedem kontynentów. Notatnik podróżnika"**. Książka ta może stać się prawdziwą ozdobą księgozbioru osób, interesujących się dalekimi krajami. Według słów autora trudne było dla niego znalezienie formuły, według której książka ma być napisana, bo przez ponad 40 lat wędrówek nabierało się mnóstwo wrażeń, wspomnień, zdjęć i slajdów. Ostatecznie Wojciech Dąbrowski opisał 28 rodzynków, czyli 28 szczególnych miejsc, które zwiedził i o nich opowiadał w bibliotece.

Madain Saleh

Jednym z rodzynków jest niedostępna dla turystów Arabia Saudyjska, do której Wojciech Dąbrowski długo i bezowocnie starał się o wizę. W końcu postawił wszystko na jedną kartę i w 2007 roku poleciał do sąsiadującego z Arabią Saudyjską Jemenu. Doświadczenie bowiem uczy, że w krajach sąsiadujących najłatwiej i najszybciej można tę wymarzoną wizę otrzymać. Nie obyło się bez kłopotów, jednak w końcu otrzymał wizę 72 godzinną. Przez internet wynajął samochód i ruszył zwiedzać. Największą atrakcją Arabii Saudyjskiej jest Madain Saleh. Na pustyni rozrzucone są tam skały o fantastycznych kształtach, a w nich mieści się kilkaset grobowców pochodzących od setnego roku przed naszą erą do 76 roku naszej ery. Mimo braku wymaganego pozwolenia z ministerstwa naszemu podróżnikowi udało się tam być i zobaczyć to niezwykle miejsce, a staje się to udziałem bardzo niewielu osób.

Poland na Pacyfiku

Inną ciekawą opowieścią była ta, że na Pacyfiku jest Poland - mała osada licząca ok 130 osób, a należąca do Republiki Kiribati na Wyspach Bożego Narodzenia. W 2006 roku autor spędzał Gwiazdkę po raz pierwszy z dala od rodziny, a więc gdzie najlepiej to zrobić jak nie na Wyspach Bożego Narodzenia?

Polska na Pacyfiku to piaszczyste plaże, błękit wody i nieba oraz palmy. Ludzie żyją tam pod strzechami w sposób niezmienny od wieków. Utrzymują się z produkcji kopy, czyli miąższu orzechów kokosowych. Osada Poland jest pod pod wezwaniem św Stanisława, jest tam kościół katolicki. Dzieci pytane czy wiedzą, że w świecie jest jeszcze inne Poland - nie wiedziały, więc Wojciech Dąbrowski pokazał im na mapie nasz kraj. Kiedy znów przyjedzie ktoś z Polski będą już wiedziały...

Potem były jeszcze pytania z sali. Oto niektóre z nich:

Jak zaczęły się Pana podróże?

Zwiedziłem Polskę. Przeszedłem też polskie góry od Gór Izerskich po

Halicz w Bieszczadach. Pierwszy raz wyjechałem do Czechosłowacji, potem były inne KDL-e, a potem coraz dalej i dalej.

Z jakim bagażem Pan podróżuje?

Zawsze z plecakiem i małą torbą na aparaty fotograficzne i podręczne rzeczy. Często na lotniskach drzę czy nie będę musiał dopłacić za nadbagaż, bo wolno tylko mieć do 20 kg. Raz zdarzyło mi się, że straciłem swój ekwipunek. Leciłem do Kijowa, a dalej do Indii, a mój plecak ... poleciał do Benghazi. Nie wiedziałem czy czekać na plecak, czy lecieć bez niego i realizować plan podróży. Poleciałem, przez Iran, Afganistan, prawie cały Pakistan i po 25 dniach dotarłem do stolicy, do Karaczi. W Aeroflocie pytam o plecak. Otrzymałem odpowiedź, że będzie jutro. I rzeczywiście był! Bardzo starannie odrutowany, żeby go nie okradziono po drodze.

Czy używa Pan kart kredytowych?

Kart kredytowych można używać w krajach wysoko rozwiniętych, a w innych, szczególnie w krajach trzeciego świata lepiej mieć ze sobą gotówkę. A karty kredytowe mam przy sobie, na wypadek jakiegoś nieszczęścia.

Czy był Pan wysoko w górach?

Tak, była to wspinaczka na najwyższy szczyt Afryki, czyli Kilimandżaro. Drugi epizod to przejście słynnego Everest Track w Himalajach. Na wyprawę na Mount Everest mnie nie stać, bo to wymaga dużych finansów. Jednak wspiąłem się na wysokość prawie 6.000 m i stanąłem vis a vis tej najwyższej góry świata, tak jak mi się to marzyło. W książce są zdjęcia oraz opowieść także i o tym.

Czy podróże, szczególnie samotne nie są niebezpieczne?

No cóż, zdarzają się lepsze i gorsze momenty. Czasem człowiek znajduje się w samym centrum jakiejś nagłej sytuacji. Wtedy nie pozostaje nic innego jak zachować spokój i rozagę. Jeden rozdział mojej książki opowiada o pożarze wagonu, w którym jechałem z Sudanu do Egiptu przez Pustynię Nubijską, linią znaną nam z książki "W pustyni i w puszczy". Zawsze udaje się wyjść z opresji, raz tylko przesiedziałem w areszcie na lotnisku w Panamie ...

Czy obce języki nie są problemem?

Teraz w księgarniach są rozmówki w różnych językach, kiedyś było z tym gorzej. W ogóle teraz łatwiej się podróżuje, myślę o internecie, dzięki któremu szybciej uzyskuje się informacje, dokonuje rezerwacji itp. Mogę opowiedzieć jak jechałem pierwszy raz do Chin pociągiem transsyberyjskim przez Mandżurię. Jechał również profesor Chińczyk ze zjazdu w Moskwie. Przygotowałem sobie małe karteczki z pytaniami typu: Proszę bilet do..., Jak dojść do dworca... , Ile to kosztuje... itp. Po rosyjsku poprosiłem go, żeby mi te pytania napisał pismem chińskim. Potem bardzo mi to ułatwiało pobyt w Chinach. Te karteczki mam do dziś na pamiętkę.

Co jest najważniejsze w życiu?

Moje życiowe motto brzmi: "Możesz utracić wszystko, ale nikt nie zabierze Ci tego, co w życiu zobaczyłeś i przeżyłeś". W życiu najważniejsze jest żeby mieć swoją gwiazdkę, za którą człowiek podąża, czyli krótko mówiąc, trzeba mieć swój cel. Życie lubi płatać rozmaite figle, ale zawsze trzeba mieć nadzieję i nie wolno tak łatwo się załamywać. Zachęcam Czytelników "Dobrych Wiadomości" by podążali za swoimi marzeniami i realizowali swój cel.

Posiadanie marzeń jest tu bardzo ważne...

Ludzie mają różne marzenia. Jestem inżynierem, przez 30 lat pracowałem w swoim zawodzie. Czasem jak spotykam swoich kolegów, to jedni jeżdżą mercedesami, inni mają swoje firmy, ktoś nawet został politykiem. No, a ja właściwie... a ja mam cały świat!



Martyna Wojciechowska - jesteśmy sumą doświadczeń



W dniu 5 września 2009 r. w Bibliotece Oliwskiej odbyło się spotkanie ze znaną dziennikarką, podróżniczką, alpinistką oraz redaktorką naczelną miesięcznika "National Geographic Polska" i "National Geographic Traveler". Mowa o **Martynie Wojciechowskiej**, która mimo zapalenia oskrzeli przybyła na spotkanie, by nie zawieść licznie zebranych osób. Opowiadała o swojej najnowszej książce "Etiopia. Ale czat!". Zapraszam na relację ze spotkania.

Na wstępie Martyna Wojciechowska wyjaśniła dlaczego Etiopia stała się tematem jej książki? Otóż spośród około 75 krajów, które do tej pory zwiedziła, to właśnie Etiopia (dawna Abisynia) zrobiła na niej największe wrażenie oraz najbardziej zapadła w pamięci i sercu. A tytułowy czat to roślina o działaniu euforycznym i pobudzającym. Jest niesmaczna, trzeba ją długo żuć, farbuję zęby na zielono, ale jest chętnie używana w Etiopii.

Książka doskonale przybliżyła nam ten kraj, pełna jest różnych ciekawostek, a każdy rozdział rozpoczyna się cytatem przysłowia abisyńskiego.

Przy stworzeniu świata Bóg Europejczykom dał zegar, a Afrykańczykom dał czas.

Okazuje się, że Etiopczycy nadal używają kalendarza juliańskiego. Rok dzieli się w nim na 13 miesięcy. Dwanaście miesięcy ma po 30 dni, a trzynasty miesiąc liczy 5 dni, zaś w roku przestępnym 6. Etiopski kalendarz jest o ponad siedem lat wcześniejszy od naszego, gregoriańskiego. Inaczej mierzone są godziny, liczy się je od godziny 7 rano, a nasza godzina 19 to pierwsza godzina nocy. Jest to dla nas bardzo skomplikowane. Jak mówi Martyna Wojciechowska Europejczycy mają czas wyliczony, spieszą się i ciągle są w biegu. Natomiast Afryka żyje poza czasem. Rozkłady jazdy nie istnieją. Na pytanie: O której odjedzie autobus? - odpowiadają: No, odjedzie jak się ludzie zbiorą.

Szlachetne serce jest lepsze od 150 psalmów.

Etiopia jest krajem chrześcijańskim. Jest drugim na świecie krajem (po Armenii), który przyjął chrześcijaństwo. Ten fakt budzi nasze wielkie zdziwienie - Jak to, Etiopia? Okazuje się, że byli przed nami i to sporo. Ciekawostką jest też i to, że w Etiopii w 1974 roku paleontolodzy odkryli prawie kompletny szkielet jakiegoś dotąd nie znanego gatunku, sprzed 3,2 mln lat. Była to filigranowa (107 cm, 28 kg) pierwsza znana w historii ludzkości kobieta. Było to brakujące ogniwo, miała mózg i już chodziła na dwóch nogach. W chwili dokonania odkrycia radio nadawało piosenkę zespołu The Beatles "Lucy in the sky with diamonds" i stąd ta pramatka ludzkości odkryta w Etiopii została nazwana Lucy.

Bunna, czyli kawa

Jeśli masz zmartwienie, napij się kawy

Jeśli się cieszysz, napij się kawy

Jeśli jesteś zmęczony, napij się kawy.

Nie wszyscy wiedzą, że ojczyzną kawy jest Etiopia. Co prawda teraz Brazylia jest jej największym eksporterem, ale kawa została tam nielegalnie przemycona właśnie z Etiopii. Pochodzi z regionu Keffa, a ci, którzy przywieźli ją do Europy zniekształcili nazwę i tak powstała kawa.

Przyrządzanie kawy i jej picie to cały rytuał. Wyłuskane, wysuszone

ziarna praży się na blasze, aż będą ciemnobrązowe, a potem tłucze w młóźnie. Następnie zalewa się wrzątkiem, gotuje, podaje np. z cukrem, solą lub masłem. Jest bardzo mocna i pobudzająca. Rytuał trwa długo. Etiopczycy rozmawiają, żują czat, poświęcają sobie czas, są razem. Chodzi o to by celebrować, a nie iść na skróty. My pędząc wiele tracimy. W prostych rytuałach ukryty jest głęboki sens.

To tylko niektóre tematy poruszane w książce. Potem Martyna Wojciechowska odpowiadała na liczne pytania z sali. Oto niektóre z nich:

Jak bardzo zmieniła się Pani pod wpływem podróży i spotkań z ludźmi?

Wierzę, że jesteśmy sumą doświadczeń, sumą wspomnień. Może nie wszyscy się z tym zgodzą, ale w moim przypadku to się sprawdza, tu nie mam wątpliwości.

Podróże dają inne spojrzenie w kontekście kulturowym i geograficznym i to wpływa na to, że człowiek się zmienia. Kiedy patrzę na siebie sprzed kilku lat, to widzę zupełnie inną osobę.

Czy Pani nie boi się podróżować?

Afryka jest pełna broni, najczęściej są to AK47, czyli kałasznikowy, broń odporna na wodę, piasek, wstrząsy. Broń daje poczucie siły i męskości. Często jest w rękach dzieci. Życie ludzkie znaczy zupełnie co innego niż w Europie, więc czasem podróże bywają niebezpieczne.

Brała Pani udział w Rajdzie Transsyberia z Gdańska do Magadanu...

Jakie tam są warunki?

Sam Magadan to cywilizowane miejsce. Do Irkucka drogi są asfaltowe, zdarzają się nawet bankomaty. Od Irkucka jedzie się już gorzej, nie ma drogi, trzeba przecinać rzeki. I tu mała historyjka. Jadę, a z naprzeciwka jedzie wielki Kraz i miga światłami. Kierowca wyskakuje i po rosyjsku pyta: - Dokąd jedziesz? Jest bardzo podekscytowany, bo długo nie widział żadnych ludzi. Odpowiadam, że jadę do Magadanu. - Niemożliwe! Jest zaskoczony, a dodam, że z Gdańska to 14.000 km, i mówi - To się napijemy! Ja mu na to: Nie mogę, jestem kierowcą. - No właśnie dlatego, jesteś kierowcą, prowadzisz samochód powinnaś się napić. No, i ... nie mogłam odmówić. Tu pragnę z całą mocą podkreślić, że nigdy na naszych drogach tego bym nie zrobiła, ale tam - pusta droga, wielkie przestrzenie, żadnych drzew, żywej duszy. Po prostu czasem trzeba się przystosować do warunków i mentalności ludzi tam mieszkających.



Co dziwnego Pani jadła podczas swoich podróży?

Jadłam różne dziwne rzeczy np. jądra barana, szarańczę. W Mongolii poczęstowano mnie baranym okiem, a także specjalnie dla gościa taką

Martyna Wojciechowska - jesteśmy sumą doświadczeń

tlustą, tylną częścią barana. Ekstremalnych doznań kulinarnych miałam dużo, ale uważam, że "jeśli wchodzisz między wrony, kracz jak i one". Jadam zawsze wszystko to, czym mnie częstują. Jak się jedzie w takie dalekie miejsca to jest to niestosowne nie spróbować tego czym częstują. Poza tym chcę wiedzieć jak coś smakuje i móc potem o tym opowiedzieć. Jednak w zeszłym miesiącu byłam w Kambodży. Niestety, nie zjadłam kaczego pisklaka, takiego tuż przed wykluciem. Wyglądało strasznie i nie zrobiłam tego bynajmniej z powodów politycznych...

Czy otrzymuje Pani wiele ofert matrymonialnych?

Otrzymuję bardzo dużo i to poważnych ofert matrymonialnych z zagranicy, natomiast bardzo mało ofert matrymonialnych w Polsce, nad czym bardzo boleję.

W jakim kraju chciałaby Pani mieszkać?

Gyby się zdarzyło, że musiałabym wyjechać to chciałabym mieszkać w RPA. Jest to nieprawdopodobnie dobre miejsce do życia. Świetny klimat, widoki, super ludzie. Byłam trzy razy w stolicy, w Capetown, to taka Europa w Afryce. Zawsze też chętnie odwiedzam Argentynę. Jednak jestem wielką patriotką i jestem dumna, że jestem Polką. Podczas podróży zawsze mam biało-czerwoną flagę naszytą na ramieniu. Polska zawsze będzie moim krajem, tu chcę wracać i żyć.

Martyna Wojciechowska odpowiadała na pytania - dużo i chętnie, bo jak mówi o sobie, jest straszna gadułą. Wspomniała o swojej 1,5 rocznej córeczce Marysi, która jest bardzo ciekawa wszystkiego, jest bardzo dzielna, jak upadnie nie płacze, tylko idzie dalej, a jedyny kłopot, że nie chce jeść. Bardzo otwarcie mówiła o wielu sprawach np. o tym jak kobiety z pewnej etiopskiej wioski dziwiły się jej zwyczajowi noszenia biustonosza, a potem dziwiły się jeszcze bardziej, że biust nie wisi do



pasa... Nie ominęła tematów osobistych, sama określając się, że jest starą panną z dzieckiem. Dodaje jej to niezaprzeczalnego uroku. Emanuje z niej energia, zaangażowanie i naprawdę czuje się, że jest to osoba, która może przesunąć horyzont, zdobywać najwyższe góry świata, brać udział w rajdach i wielu innych trudnych przedsięwzięciach. Nic dziwnego, że trudno jej znaleźć odpowiedniego partnera...

Na zakończenie spotkania zadałam Martynie Wojciechowskiej i moje pytania:

Z czym kojarzy się Pani określenie dobra wiadomość?

To określenie kojarzy mi się dwojako. Jest to dobrze skonstruowana wiadomość, co przy dzisiejszym poziomie dziennikarstwa wcale nie jest takie łatwe, ale przede wszystkim kojarzy mi się z informacją dobrą, pozytywną. Czasami ta informacja może być trudna do zaakceptowania w danym momencie i w danej rzeczywistości, jednak później okazuje się, że była jednak dobra, czyli taka, która miała pozytywny wpływ na nasze życie.

Czy czeka Pani na jakieś wiadomości?

O, tak, bardzo czekam na wiadomość jaki będzie odbiór mojego nowego programu telewizyjnego "Kobieta na krańcu świata" (w niedziele o 15.30 w TVN). Program wystartuje 20 września i potem będzie już wiadomo czy się spodoba.

Życzę by program był jak najlepiej przyjęty przez widzów. A jakie są Pani kolejne plany?

Moje plany to projekt wspinaczkowy, czyli zdobycie Pyramid Carstensz położonej w Papui - Nowej Gwinei. Jest to mój ostatni szczyt na drodze do zdobycia Korony Ziemi.

Jestem pełna podziwu dla Pani umiejętności, Gratuluję, Korona Ziemi to wielkie wyzwanie. Trzymamy kciuki.

tekst i zdjęcia Marta Polak

Korona Ziemi to najwyższe szczyty poszczególnych kontynentów.

Oto one:

Azja Mount Everest 8850 m n.p.m.

Ameryka Południowa Aconcagua 6959 m n.p.m.

Ameryka Północna Mount McKinley 6194 m n.p.m.

Afryka Kilimandżaro 5895 m n.p.m.

Europa (wg geografów) Mont Blanc 4811 m n.p.m.

(wg Messnera) Elbrus 5642 m n.p.m.

Australia (wg Bassa) Góra Kościuszki 2228 m n.p.m.

(wg Messnera) Carstensz Pyramid 5029 m n.p.m.

Antarktyda Mt. Vinson 4892 m n.p.m.

Martyna Wojciechowska

W wieku siedemnastu lat zrobiła Międzynarodową Sportową Licencję Rajdową i Wyścigową na motocykle oraz samochody. Jako pierwsza Polka i kobieta z Europy Środkowo-Wschodniej ukończyła Rajd Dakar 2002 (44. miejsce). W kolejnym roku wystartowała w rajdzie Transsyberia, w którym zajęła drugie miejsce w klasyfikacji generalnej. Przez dziesięć lat prowadziła program Automaniak w telewizji TVN. Jest licencjonowanym nurkiem, jej rekord w nurkowaniu głębokim wynosi 80 m p.p.m.

Jest zafascynowana górami. Począwszy od 2002, kiedy stanęła na szczycie Mont Blanc, do chwili obecnej udało jej się zdobyć 6

szczytów zaliczanych do Korony: Kilimandżaro (2003), Aconcagua (2006), Mount Everest (2006), Mount McKinley (2007), Elbrus (2007) oraz Mount Vinson (2009).

Na Evereście stanęła jako trzecia i najmłodsza Polka w historii. Pomysł wejścia na Everest zrodził się podczas rehabilitacji po wypadku samochodowym, w którym złamała kręgosłup. W poszukiwaniu motywacji do życia i dalszej rehabilitacji wyznaczyła sobie cel – zdobyć najwyższy szczyt świata.

Po realizacji tej wyprawy napisała książkę zatytułowaną „Przesunąć horyzont”, stanowiącą sumę jej górskich doświadczeń oraz opowiadającą historię walki człowieka z naturą, samym sobą i przeciwnościami losu.

Dzień Otwarty na Stadionie w Letnicy

W dniu 27 września br. odbył się Dzień Otwarty na budowie Stadionu Piłkarskiego w Letnicy. Przybyło bardzo wielu gdańszczan, którzy mieli świetną okazję by na własne oczy zobaczyć cały plac budowy i postęp prac. A jest co oglądać, bo budowa wygląda niezwykle imponująco, wszystko jest dobrze zorganizowane i panuje wprost idealny porządek. Grupy zwiedzających po 40 - 50 osób były oprowadzane przez inspektorów, którzy na co dzień nadzorują budowę. Udzielali odpowiedzi na najrozmaitsze pytania, a zainteresowanie było bardzo duże. Zwiedzający mogli także zobaczyć siedzibę Biura Inwestycji Euro Gdańsk 2012, witani

przez pracowników tej spółki. Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami tego dnia nastąpiło również uroczyste otwarcie przez Prezydenta Pawła Adamowicza dwupoziomowej platformy widokowej, która znajduje się we wschodniej części placu budowy (dojście od ul. Żaglowej). Ogólnodostępna platforma umożliwi swobodną obserwację budowy, aż do jej zakończenia. A na parkingu przed placem budowy zorganizowano Festyn z wieloma atrakcjami dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Była smaczna grochówka, pokaz sztuki walki wykonany przez grupę kung - fu "Family",

zjeżdżalnia „Tor Wyścigowy”, zjeżdżalnia „Dżungla”, boisko do piłkarzyków, bramka radarowo-celnościowa, „Świat Gier”, malowanie dziecięcych buzi i rysowanie stadionu. Na scenie odbywały się występy wokalne i taneczne oraz konkursy z nagrodami. Była też udostępniona księga pamiątkowa do której wpisywały się całe rodziny. Chętni by obserwować plac budowy z góry wyjeżdżali w koszu dźwigu Grohmann na wysokość 70 metrów. Jednym słowem, atrakcji było dużo i czekamy na kolejny Dzień Otwarty!

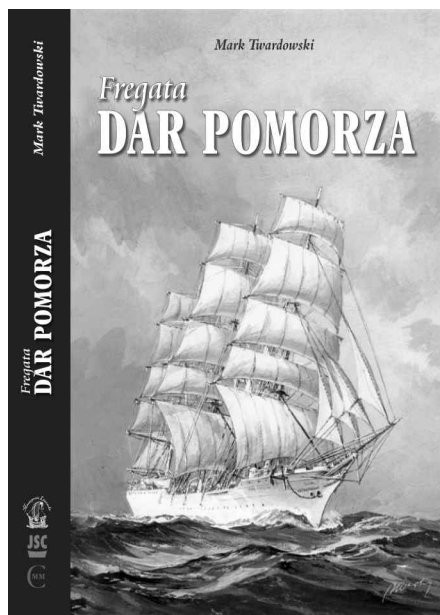
zdjęcia Marta Polak



"Fregata Dar Pomorza" Marek Twardowski

W setną rocznicę wodowania najpiękniejszego polskiego żaglowca wchodzi na rynek wydawniczy książka niezwykła - nie z wyobraźni, a z życia wzięta - "Fregata Dar Pomorza" autorstwa Marka Twardowskiego. Wydana dzięki dotacji przyznanej przez Urząd Miasta Gdyni, jest długo wyczekiwaną opowieścią o legendarnym żaglowcu, który pozostaje symbolem morskiej historii Polski i dziś - jako pływające muzeum, oddział Centralnego Muzeum Morskiego - uchodzi za klejnot gdyńskiego portu.

Publikacja przedstawia losy statku, jego 80-letnią służbę na morzu, zawiera opis takielunku, procedurę stawiania żagli, a także



dotyka codziennego życia załogi. Jest swoistym kompendium wiedzy o żaglowcu. Będzie ona fascynującą lekturą nie tylko dla tych, co na morzu służyli, ale dla wszystkich, którym morze jest bliskie sercu.

Książkę można nabyć w sklepie muzealnym statku-muzeum, w sklepie internetowym Centralnego Muzeum Morskiego (www.cmm.pl), a także w księgarniach w całej Polsce.

Salon Kosmetyczno - Fryzjerski

✂ Fryzjerstwo damskie i męskie

✂ Zabiegi kosmetyczne

Salon Kosmetyczno - Fryzjerski

przeniesiony z ul. Czerwony Dwór

teraz na ul. Kętrzyńskiego 24

Gdańsk - Przymorze

tel. 0-58

553-20-22

Tym razem Czytelników "Dobrych Wiadomości" zabieram w krótką, wakacyjną podróż do Chorwacji, kraju słynącego z malowniczych wsi i miasteczek pachnących winem i owocami morza.



Chorwacja jest jednocześnie krajem bardzo starym i bardzo młodym. Tereny te, zamieszkałe od wczesnej epoki kamienia, stanowiły obiekt zainteresowania Cesarstwa Rzymskiego, lecz współczesne państwo powstało tu dopiero w 1991 roku po wojnie domowej. Przez wiele lat kraj był pod kontrolą ONZ, a wcześniej częścią dawnej Jugosławii. Przez ostatnie dwa i pół tysiąca lat Chorwacja była najeżdżana i okupowana przez kolejne potęgi, a każda z nich pozostawiła swój ślad. Pewnie dlatego gdyby nie wenecki gotyk nadmorskie miasteczka nie miałyby tyle uroku. To właśnie Adriatyk był najdogodniejszym szlakiem handlowym pomiędzy Europą a Wschodem. Dziś to jedno z najbardziej popularnych miejsc letniego wypoczynku nie tylko dla nas Polaków z uwagi na stosunkowo niewygórowane ceny, ale także dla mieszkańców starej Europy. Wybrzeże Adriatyku jest właściwie trudno dostępne, a plaże kamieniste, ale za to słońce świeci tu prawie zawsze a i deszcz latem to raczej rzadkość.



Długość linii brzegowej to ponad 5800 km licząc brzegi 1185 wysp, wysepek i raf. Wśród nich jest 67 wysp zamieszkałych. Największą z nich jest Krk, która jest też największą na Adriatyku i jedyną wyspą, która ma dogodne połączenie ze stałym lądem płatnym mostem o długości 1400 m. Od czasu otwarcia mostu w 1980 roku Krk stała się jednym z

najpopularniejszych miejsc wakacyjnych. Jest wyspą kontrastów krajobrazowych: surowe skały i glazy, uboga roślinność, a nieco w głąb wyspy niezwykła śródziemnomorska roślinność, bogata w gaje piniowe, plantacje oliwek i winorośli. Właśnie na Krk znajduje się słynna na całą Chorwację dolina obok miasteczka o nazwie Vrbnik, pełna plantacji winogron o niezwykłym smaku i aromacie. Stąd pochodzą najlepsi producenci win i nalewek. W domowych piwniczkach drzemią niezwykle słodkie i aromatyczne wina, pachnące ziołami Travarice wyrabiane z polnych ziół.



W okolicy rosną dziko drzewa figowe, z owoców których wyrabia się smakowite nalewki zwane Smokovicą.

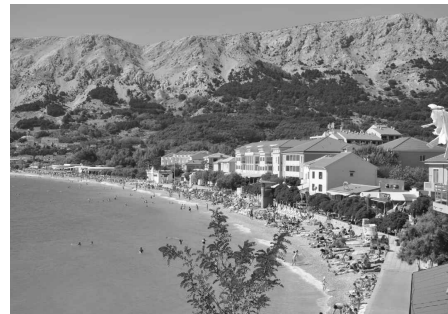


Vrbnik to mała średniowieczna miejscowość nad brzegiem morza od strony zatoki Kvarner z malowniczymi uliczkami, tak ciasnymi, że poruszanie się samochodem jest prawie niemożliwe.



Nieopodal miasteczka znaleźć można oryginalne stare kamienne domy zwane

Zameliniakami zbudowane w XIX w do dziś użytkowane. Niektóre z nich wykorzystywane są jako kwatery turystyczne.



Wyspa przyciąga turystów pięknymi plażami. W miejscowości Baška, najpopularniejszej wśród turystów, plaża ma długość blisko 2 km. Tam też w XII wiecznym kościele św. Łucji znajduje się słynna Bašćanska plaća, kamienna płyta z tekstem wrytym głągolicą w XI w – jest to jeden z najcenniejszych zabytków piśmiennictwa chorwackiego.



Cała wyspa pokryta jest mnóstwem miejsc niezwykle osobliwych: ruinami domostw i kościołów, fragmentami murów obronnych, gdzie w ciszy i spokoju można wypocząć. Skorzystań z uroków plażowania nad turkusowo-błękitnym morzem.



Zachwycić się zachodem słońca, a wieczorem skosztować owoców morza popijając wino w cichej winiarni.

tekst i zdjęcia Konrad Kantor



Wielkość: samce 70 - 90 cm w kłębie, sukiby 65-80 cm. Umaszczenie: białe w rude plamy lub płaszczowe. Szata długowłosa lub krótkowłosa. Kraj pochodzenia - Szwajcaria Nr FCI 161.

Umiejętności i pracowitość tych psów znana jest od XVIII wieku. Pomagały one przewodnikom górskim odnajdywać drogę we mgle i w nocy oraz poszukiwać ludzi zaginionych w górach. Bez bernardyna w tamtych czasach nie mogliby przewodnicy i ratownicy górscy sobie poradzić. Pies o niesłychanej sławie i imieniu BARRY uratował życie ponad 40 osobom zaginionym w Alpach. Psy te wywodzą się

od psów wiejskich o umaszczeniu czerwono-białym. Wtedy były to psy o wiele bardziej ruchliwe niż obecne bernardyny. Były lżejsze, zwinne i doskonale się poruszające, nawet w głębokim śniegu. Bernardyn na początku swojej kariery najbardziej oczarował hodowców w Anglii. Tam też zaczęto hodować coraz mocniejsze i masywniejsze bernardyny. Obecne bernardyny mają niewiele wspólnego ze swoimi przodkami. Dzisiaj to pies domowy potrzebujący dużo przestrzeni. Co należy wiedzieć przed kupnem BERNARDYNA:

- Wychowanie małego szczeniaka stawia przed właścicielem wiele wymagań i jest kosztowne.
- Pies ten nie jest zbyt ruchliwy, ale trzeba mu zapewnić pewną ilość treningu i to koniecznie!
- Od wczesnego wieku trzeba z nim postępować konsekwentnie i bardzo mądrze.
- Należy jak najwcześniej poznać go z dziećmi, a wtedy jest dla nich przyjazny oraz bardzo cierpliwy.
- Nie wolno zapominać, że to pies obrończy i stróżujący, który potrafi pokazać swoje

umiejętności w tym zakresie bez pytania o zgodę.

- Nie zawsze i nie u każdego właściciela pies tej rasy zachowuje się tak samo, o czym nie można zapominać!
- Absolutnie NIE WOLNO trzymać tego psa uwiązanego na łańcuchu!!! Konsekwencje tego czynu poznamy bardzo szybko i nie będzie to nic przyjemnego.
- Nie trzymamy psa tej rasy w bloku lub w mieszkaniu.
- Pies ten doskonale czuje się mieszkając na podwórku, ale NIE uwiązany. Należy uważać na duże temperatury powietrza i chronić go od upału!!!!
- Należy liczyć się na dzień dzisiejszy z chorobami – głównie stawów, ale i zapalenia spojówek, wady serca i uczulenia.
- Długi włos należy oczywiście systematycznie szczotkować. Psy krótkowłose też, ale już rzadziej.
- Ostatnio zaczyna się na szczęście zwracać uwagę, aby do hodowli były używane psy zdrowe. Dąży się też, aby bernardyn był psem lżejszym, ruchliwszym. Ważne jest też wyeliminowanie ślinienia się tych psów, jak również uzyskanie bardziej przylegających powiek, co ma zapobiec częstym chorobom oczu u tej rasy.

Jeśli poznamy charakter bernardyna, zaakceptujemy jego cechy i użytkowość, to pokochamy go bardzo, bo urok tego psa i jego uroda jest bezdyskusyjna.

Kto ma dużo przestrzeni, jakiej on potrzebuje, stać go na utrzymanie tego psa, na wychowanie, to będzie miał wspaniałego członka rodziny i do tego odpowiedzialnego stróża i obrońcę.

Agnieszka Kęпка
Międzynarodowy Sędzia Kynologiczny



MIEJSKI TEATR MINIATURA

REPERTUAR – PAŹDZIERNIK 2009



Data	Godz	Tytuł	Data	Godz	Tytuł
01.10. Cz	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	16.10. Pt	10.00	„Koralina czyli wojna o światy” WINDOWISKO(s.kameralna)
	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”		17.00	
02.10. Pt	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	17.10. S	12.00	„Koralina czyli wojna o światy” WINDOWISKO(s.kameralna)
				13.00	
03.10. S	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	18.10. N	12.00	„Koralina czyli wojna o światy”
04.10. N	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin” BAJNUTEK	19.10. Pn		
	17.00				
05.10. Pn			20.10. W	10.00	„Koralina czyli wojna o światy”
06.10. W	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	21.10. Śr	10.00	„Koralina czyli wojna o światy”
	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”			
07.10. Śr	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	22.10. Cz	10.00	„Koralina czyli wojna o światy”
	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”			
08.10. Cz	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	23.10. Pt	10.00	„Koralina czyli wojna o światy”
	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”			
09.10. Pt	10.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	24.10. S	12.00	„Koralina czyli wojna o światy”
	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”			
10.10. S	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	25.10. N	12.00	„Koralina czyli wojna o światy”
11.10. N	12.00	„Tygrys tańczy dla Szu-Hin”	26.10. Pn		
12.10. Pn			27.10. W		
13.10. W			28.10. Śr	10.00	„Pehla Szachrajka”
14.10. Śr			29.10. Cz	10.00	„Pehla Szachrajka”
15.10. Cz	10.00	„Koralina czyli wojna o światy”	30.10. Pt	10.00	„Pehla Szachrajka”
			31.10. S		

KASA czynna od wtorku do piątku godz. 9.00 - 15.00, sob./niedz. na 2 godz przed spektaklem

REZERWACJA (058) 341 94 83 od wtorku do piątku w godz. 10.00 - 15.00

BILETY wt. - pt. 12.00 zł sob. - niedz. 15.00 zł

Miejski Teatr MINIATURA 80-236 Gdańsk, ul. Grunwaldzka 16, tel/fax (058) 341 94 83 ; (058) 341 12 09

e-mail: organizacja.widowisk@teatraminiatura.pl



HAUUU-WARD

Profesjonalne Szkolenie PSÓW
Przedzskole dla szczeniąt

Gdańsk - Żabianka, ul. Pomorska
(obok torów PKP i wiaduktu)

tel/fax **0-58 558-14-80, 0-608-286-107**

www.hauward.pl e-mail:hauward@hauward.pl

HEKTOR SKLEP DLA ZWIERZĄT

akcesoria i karmy po atrakcyjnych cenach:
puszka WHISKAS 400 g - 3,50 zł
Kitekat 400 g - 3,00 zł

sucha karma dla kotów - od 6 zł/kg,
dla psów - od 5 zł/kg
piasek dla kotów - od 7 zł/op

Gd. -Przymorze,
ul. Krzywoustego 35/2 0-501 058 972

dowóz do klienta GRATIS

Zaczął się kolejny miesiąc. Październik. Kojarzony z piękną, złotą, polską jesienią przychodzi też na myśl masowe zwolnienia chorobowe: w skrócie grypa i przeziębienie. Któż nie miał z nimi do czynienia? Jakich magicznych metod nie próbował z książek, poradników, domowych receptur babci? A wszystko na nic. Każdy musi swoje przechorować i nic nie można na to poradzić – powiedzieliby sceptycy. Ale o narzekaniu już było, teraz zaś chciałabym poruszyć temat zgoła inny.

O ile nie da się całkowicie zabezpieczyć przed chorobami, można się przygotować na ich nadejście. Co zaś najważniejsze dla tego tekstu, łączymy przyjemne z pożytecznym. Najbardziej sprawdzoną metodą bowiem jest wzmocnienie swojej naturalnej odporności. Nie przez nietypowe mieszanki z ziół, jak twierdzą poradniki, które po wypiciu wyleczą 13 chorób i jeszcze odejmą nam lat. Kluczem do sukcesu jest systematyczne, powolne przyzwyczajanie organizmu do wysiłku fizycznego: najlepiej poprzez ćwiczenia.

No i właśnie. Tutaj zapewne pojawi się wątpliwość. Ćwiczenia?! Na to trzeba mieć czas - powiedzą niektórzy. Czas, albo pieniądze – dodadzą inni. Wreszcie ostatnim argumentem będzie: i zdrowie! Ile razy sami sobie to powtarzaliśmy? Znamy wszyscy te wymówki. Są bowiem wygodne.

Obecnie w mediach króluje wizerunek człowieka, który jest zdecydowany, dba o ekologię i równomierny rozwój ciała i ducha. Na podziwianym modelu się kończy.

Wciąż niewiele osób decyduje się by zmienić siedzący tryb życia. Świadczy o tym chociażby popularność seriali. I tym sposobem obalimy również pierwszy z argumentów przeciwko ćwiczeniom. Brak czasu. Jak to bowiem możliwe, by naród, który był jednocześnie tak zapracowany, przyczyniał się do tego, że największą oglądalność mają serie po tysiąc odcinków każdy i 12 edycje tych samych programów rozrywkowych?

Zastanówmy się dalej. Ile widzieliśmy meczy, a w ilu wzięliśmy udział? Telewizję zwyczajnie łatwiej oglądać. Siedzenie na kanapie jest prostym sposobem na zajęcie popołudnia. Jakże niestety przykrym w skutkach. Od tego już prosta droga do przychodni i zarażenia wirusem przy pierwszym kontakcie z chorymi. A skoro już tak lubimy oglądać telewizję... czemu nie wybrać kanału z ćwiczeniami? Spróbować powoli, w domu, tam gdzie nikt nas nie widzi, jeśli wstydzimy się ćwiczyć z innymi ludźmi.

Nie, bo jesteśmy za starzy? Nigdy nie jest się zbyt starym by coś zmienić w swoim życiu.

Teraz trochę o kwestii finansowej. Jak wspomniałam wcześniej przede wszystkim: możemy ćwiczyć w domu lub w parku, nad jeziorem, gdzieś gdzie jest cicho i przyjemnie. Takie rozwiązanie sprawi, że nie wydamy nawet grosza.

Jeśli zaś wolimy spotkania w większym gronie, obecnie modne są kluby osiedlowe, gdzie osoby w różnym wieku uprawiają fitness, jogę lub po prostu się rozciągają. Nie tylko poznajemy nowych ludzi, ale też z czasem być może pokochamy to zajęcie i stanie się naszym hobby.

Równie modnym i dobrym rozwiązaniem – gdyż zyskujemy nadzór trenera, jest wycieczka na siłownię. Czas obalić mit, iż chodzą tam tylko panowie. Obecnie coraz więcej siłowni odwiedzają także panie, które mają konkretne plany, jakie partie mięśni chciałyby rozbudować.

Ostatnim z argumentów na „nie” było zdrowie. I tu zaczyna się błędne koło. Nigdy nie będziemy zdrowi, jeśli nie zaczniemy o siebie dbać... a nie możemy ćwiczyć, bo nie jesteśmy zdrowi! Naturalnie, niektóre dawne kontuzje i przebyte choroby wymagają, by oszczędzać się fizycznie. Istnieje jednak wiele ćwiczeń rehabilitacyjnych, które można wykonać bez żadnego narażania się. Tak naprawdę, wszystko zależy od naszej dobrej woli. Po konsultacji z lekarzem z pewnością sami usłyszeliśmy, że zmiana trybu życia jest zalecana.

To tyle jeśli chodzi o podstawowe argumenty. Zastanówmy się więc co możemy stracić. Czas? Większość z nas ma przynajmniej wolną jedną godzinę dziennie. Pieniądze? Niekoniecznie, jeśli sami zaplanujemy trening, lub zasięgnijemy informacji. Zdrowie? Tylko na tym zyska.

Co zatem możemy osiągnąć? Poznamy nowych ludzi, może zyskamy hobby, wzmocnimy odporność, poprawimy sylwetkę i poznamy własne granice.

Co zaś najważniejsze nie damy się przeziębieniom i przywitamy październik z uśmiechem. W końcu prawdziwa polska jesień nadejdzie i dobrze się nią cieszyć na spacerze, a nie obserwując zza okna, gdy jesteśmy przykuci do łóżka.

Lucyna Markowska



BIURO
NIERUCHOMOŚCI

BIANKA

Licencja nr 4502 Licencja nr 4502

BIURO NIERUCHOMOŚCI "BIANKA"

Gdańsk - Chełm, ul. Hebanowskiego 37
tel/fax 0-58 322 54 36
www.bianka.pl e-mail: biuro@bianka.pl

**Zapewniamy fachową, kompleksową obsługę
Dysponujemy bazą ofert z całego Trójmiasta i okolic**

Biuro jest członkiem Stowarzyszenia Pomorskich Pośredników w Obrocie Nieruchomościami.

**Rzemieśniczy Zakład Usług Kominarskich
Andrzej Brzoza**

80-227 Gdańsk - Wrzeszcz
ul. Sienkiewicza 13
tel/fax 0-58 341-26-85
ab.kominiarstwo@neostrada.pl

Świadczymy usługi w zakresie:

- ⌘ konserwacji przewodów kominowych
- ⌘ odbiorów, kontroli, ekspertyz, inwentaryzacji przewodów kominowych (również przy użyciu kamery termowizyjnej)
- ⌘ montażu wkładów kominowych z blachy kwasoodpornej
- ⌘ wentylacji, budowy kominów izolowanych
- ⌘ usług zleconych, pokrewno-kominarskich

ANTYKI

**MEBLE STYLOWE
KOMIS**

NA POWIERZCHNI 300 M²

GD-PRZYMORZE
UL. OBROŃCÓW WYBRZEŻA 27
(RÓG DĄBROWSZCZAKÓW, PRZY
BILDRONCE)

WWW.STYLOWE-MEBLE-GDANSK.PL

PN-PT. 10-18 TEL. 501 365 369
SOB. 10-15 TEL. 696 288 528



USŁUGI:

- tokarskie
- frezerskie
- ślusarskie

tel. 0-602 294 728

Opowieść o plecaku

Rząd pochylonych sylwetek rozciągał się na długość stu metrów. Każdy szedł własnym tempem, rozmowy dawno już ucichły. Wlokłam się w ogonie grupy, noga za nogą, przyciskana do ziemi rosnącym z każdym krokiem ciężarem plecaka.

Na szczyt niewielkiego wzgórza weszliśmy ostatkiem sił. Większość z nas po prostu legła z plecakami tak jak stała. A przecież tylko kilkadziesiąt metrów było do punktu widokowego, skąd można było dojrzeć całą okolicę. Ale komu by się chciało iść?

10 minut po nas na szczyt weszła grupka ludzi w naszym mniej więcej wieku. Zauważyłam też z nimi małego chłopczyka, blondynka o złotawych włosach. O dziwo żadne z nich nie było zmęczone. Po głośnych zachwytach dolatujących z punktu widokowego grupka rozsiała się w naszym pobliżu. Dowiedziałam się, że ostatnie 7 kilometrów szli tym samym szlakiem. Ale mocno zdziwiły mnie podsłuchane mimo woli słowa:

- Widzieliście te sarny, które szły z nami lasem? A te piękne łabędzie na jeziorze? A jak ładnie zrywały się do lotu.

- Ciekawe ile lat mają tamte dęby? A jezioro jakie czyściutkie, na dnie widziałam raki, słowo daję!

Pomyślałam sobie: "Jakie sarny, gdzie? Łabędzie? Nie widziałam żadnych łabędzi!! Gdzie te dęby, gdzie raki, jakie jezioro? O czym oni mówią?"

Szybko okazało się, że rzeczywiście, po drodze, na naszym szlaku wszystko to było widać naprawdę!! Jak mogliśmy to przeoczyć? Hmm... no tak, przecież zmęczeni, przygnieci ciężarem plecaków w ogóle nie rozglądaliśmy się na boki. Ważna była tylko ścieżka i plecy poprzednika, by się nie zgubić. Chyba coś po drodze straciliśmy. Tak myślałam wciąż leżąc bez siły, kiedy zbliżył się do mnie ten chłopczyk. Mógł mieć może 10 lat. Był wyraźnie zafascynowany moim plecakiem, który jak istna góra stał obok mnie. - Ciociu - zwrócił się do mnie. Kochane maleństwo. - Ciociu, co tam masz w tej torbie? Czy ja mógłbym tam się zmieścić? - Oj, kochanie - odpowiedziałam - tam są tylko najpotrzebniejsze rzeczy, takie, bez których turysta nie rusza się z domu. - A tatuś mówił, że my też jesteśmy turystami. Ale nasze torby jeżdżą samochodem. - Coś tam żartem odpowiedziałam, pogłaskałam chłopca po główce, ale myślami byłam gdzie indziej. W czeluściach plecaka. Dwie kosmetyczki, przyborek do paznokci, butla szamponu, zapasowe 2 litry wody... to jeszcze się przyda, ale dwie latarki z zapasem baterii, opasłe tomisko do czytania, szlafrok, dwie koszule nocne, konserwy, patelnia na ognisko - wylczyłam w myślach dalej. Zastopowałam przy wieczorowej sukni i dwóch

parach szpilek. Otwartą dłoń mocno stuknęłam się w czoło, aż się rozległo. Następnego dnia postarałam się o mocne pudło i sznurek. Wszystkie te moje "niezbędne turyście rzeczy" natychmiast odprawiłam pocztą do domu. Bez żalu. Przez dwa tygodnie nosiłam je wte i wewte, ani razu nie używając. Zrobiło mi się nagle lekko. Nie tylko na duszy. Zdażyłam jeszcze z urlopu przywieźć mnóstwo wrażeń i zapamiętanych widoków.

A później przyszła jesień. Wszystko to pozostało gdzieś tam daleko, zaczęło się szare, zwykłe życie. Praca i dom, dom i praca. W pracy szło kiepsko, co i rusz obrywało mi się za coś. W domu też niewesoło. Wiecie... dzieci do szkoły, mąż przemęczony i zły, problemy ze snem, z obawą myślałam o wydatkach zimowych.

Na początku października jednak powiało trochę latem. Spotkałam znajomą z włóczęgi po jeziorach. Pogadałyśmy, powspominałyśmy, ale później zaskoczyła mnie pytaniem: - Dobrze się czujesz? Wyglądasz tak jakoś nie za dobrze. Jakbyś jeszcze plecaka z grzbietu nie zdjęła.

Dało mi to trochę do myślenia. Rzeczywiście, nie czułam się najlepiej. I wiecie, co zrobiłam? No właśnie - remanent w tym moim zwykłym, codziennym plecaku, bagażu, który nosiłam i w pracy, i w domu. Z wielkim zdziwieniem doszłam do wniosku, że w pracy kiepsko mi idzie, ponieważ na nowo walczę problemy domowe; ciągle o nich myślę. Wracając do domu - z kolei - martwię się, że w pracy mi znowu nie poszło. Trochę to trwało, zanim sobie poradziłam. Nie było łatwo. Popakowałam problemy w dwa różne plecaczki, każdy o połowę lżejszy. W pracy martwiłam się teraz tylko i wyłącznie pracą, zresztą bardziej to przypominało skupienie się na obowiązkach, niż zmartwienie. O domu myślałam tylko po pracy. Plecaczek "zawodowy" zostawał w biurze. Zresztą i problemy domowe szybko sobie poukładałam, miałam więcej czasu na ich rozwiązywanie. Znalazłam nawet chęć i siłę, by się uśmiechać do ludzi. Wracając z urlopu żalowałam, to już koniec. Nie wiedziałam jednak, że oprócz mnóstwa zdjęć i wrażeń przywoziłam coś jeszcze...

Ciągle jednak nie dawała mi spokoju pewna myśl. Skąd ja znam tego małego chłopca, spotkanego na szlaku? Aż pewnego wieczora poszłam do pokoju dzieci i wzięłam z półki małą książeczkę. Tam też pewien chłopczyk zadawał dorosłym proste pytania. A odpowiedzi okazywały się równie proste.

Mariusz Zamkowski

OSK kursy kategorii A i B

DE LTA PLUS

Marcin Żabicki
Gdańsk - Przymorze
ul. B. Komorowskiego 41 A, Ip.
tel. 0-604 231 523
0-58 557- 74 - 43

**ZNIŻKI !
dla uczniów
i studentów**

RATY! RATY! RATY!




ŚWIAT PUSZYSTEJ

oferuje

atrakcyjną odzież dla Pań
na każdą okazję
w rozmiarach od 46 do 60

Zapraszamy
pon - pt 10 - 18
sob 11 - 15

Gdańsk - Wrzeszcz
ul. Lenzjona 14
tel. 0-58 345 - 95 - 20

**MARKOS
FILMOWANIE**



ślubów, komunii, uroczystości, spotkań

Profesjonalna obróbka filmów
Przegrywanie filmów z VHS
na DVD

Atrakcyjne ceny!

tel. 0-501 754 170

Przymorze, skrzyżowanie
ul. Mściwoja II i ul. ks. J. Majdera

Na hasło
"Dobre
Wiadomości"
10% RABATU!



Żeglarski mix z ostatniego miesiąca

Po rekordowym przelocie przez Atlantyk, o którym pisałem w poprzednim numerze, oba trimarany przeszły gruntowny przegląd w swoich bazach-stoczniach w byłej bazie okrętów podwodnych w Lorient nad Zatoką Biskajską. Teraz są gotowe do kolejnego wyzwania, czyli bicia rekordu dookoła Świata. Start nastąpi późną jesienią i będzie zależny od aktualnej pogody. Wygląda na to, że nie tylko telewizja przygotowuje seriale. „Dobre Wiadomości” będą informowały o kolejnych wydarzeniach także zimą, po polskim zakończeniu sezonu, w regularnych, comiesięcznych odcinkach.



Start Transat 6.50 fot. P.Garenne / GPO

Tymczasem z francuskiego La Rochelle wystartowała flota 85 jachtów do regat przez Atlantyk do brazylijskiej Bahia. Trasa podzielona jest na dwa etapy z przerwą w Funchal na portugalskiej Maderze. To już 17 edycja słynnego Transat 6,50. To jachci o długości 6 i pół metra. Wiele jachtów pływających po jeziorach jest większych. W pierwszych regatach w 1977 roku drugi był znany polski żeglarz, Kazimierz „Kuba” Jaworski. Przed dwoma laty udział w tych regatach wziął gdynianin, Jaro Kaczorowski, zajmując 19 miejsce. Obecnie wraz z jachtami płyną statki zabezpieczające regaty i eskortujące do portu potrzebujących schronienia lub mogące niemal na miejscu udzielić koniecznej pomocy. Od pewnego czasu meta jest w Brazylii, a cała flota podzielona jest na dwie grupy; jachtów seryjnych i prototypowych. Na Maderze różnica czasu pomiędzy zwycięzcami poszczególnych klas była minimalna, a Francisco Lobato, Portugalczyk, który był pierwszy w klasie łódek seryjnych, odniósł jeszcze dodatkowe zwycięstwo. Sponsor czekał w Funchal z dobrą wiadomością i obiecał w przyszłym roku sfinansować jego udział w serii regat klasy Figaro. To kolejny krok na drodze do profesjonalnej kariery, a

następne kroki to starty w klasie IMOCA 60 i żeglarski Mount Everest – Vendee Globe.



zwycięzca w klasie łódek prototypowych Bertrand Delesne
fot. Denis van den Brink / GPO

Skoro już wspominałem o klasie IMOCA 60, zwanej też Open 60, to we wrześniu sześć jachtów tej klasy ścigało się na trzyletowej trasie Istambuł – Nicea – Brest. Regaty miały na celu zarówno promocję Istambułu, który w 2010 roku będzie Europejską Stolicą Kultury, jak i wprowadzenie do kalendarza nowych regat, w których jachty tej klasy mogłyby nie tylko mierzyć się między sobą, ale i pokazać swoje pełne możliwości. Z Istambułu do Brestu jachty płynęły z pełnymi załogami, a to oznacza maksymalne wykorzystanie ich potencjału prędkości. Tym razem, niejako przy okazji regat, uczestnicy trenowali jak żeglować najszybciej na tych wymagających jachtach. Wiele z nich zmienia właśnie właściciela i była to świetna okazja do pokazania różnych trików nowym armatorom. Była to też okazja do dogrania się z partnerami, z którymi 8 listopada wystartują na transatlantycką trasę Transat Jacques Vabre, a są to regaty dwuosobowe. Zwyciężył w bardzo słabych podmuchach wiatru, co w Breście jest raczej rzadkością, Michel Desjoyeaux na „Foncii”, tej samej, na której wygrał ostatnie Vendee Globe. Od początku żeglował w czółwce i kiedy flota wypłynęła z Cieśniny Gibraltarskiej na Atlantyk, poczuł się wreszcie w swoim oceanicznym żywiole i już nie oddał prowadzenia.



FONCIA w Port la Foret fot. Marek Zwierz

Wróćmy teraz na wody Zatoki Gdańskiej. We wrześniu w sopockich Gimnazjach nr 2 i nr 3

rozpoczęto pilotażowy program nauki żeglarstwa. Umożliwiło to nowe rozporządzenie Ministerstwa Edukacji Narodowej dające szkołom więcej swobody w realizacji programu lekcji Wychowania Fizycznego. Poza rejssem na przerobionym na żaglowiec kutrze „Norda” 52 uczniów będzie miało możliwość spróbowania swoich sił na katamaranach i deskach windsurfingowych. Zajęcia praktyczne będą miały też podstawy teoretyczne. Oprócz nawigacji i teorii żeglarstwa uczniowie zapoznają się też z ratownictwem wodnym i zasadami bezpieczeństwa na wodzie. Już teraz są zachwyceni nowym sposobem prowadzenia lekcji. Program jest w całości finansowany przez Miasto Sopot.

Paweł Orłowski, wiceprezydent Sopotu, twierdzi, że grzechem byłoby nie wykorzystać naturalnych możliwości miasta w upowszechnianiu żeglarstwa wśród młodzieży. W końcu tutejszy klub jest kolebką wielu mistrzów Polski, Europy i Świata. Dobrą wiadomością jest też, że praktycznie cała kadra potrzebna do przeprowadzenia zajęć lekcyjnych jest zatrudniona w szkolnictwie, a na koszty projektu składają się głównie należności za udostępnienie sprzętu.



NORDA fot. Marta Polak

Początek jesieni nie jest jeszcze końcem sezonu. W dniach 2 – 4 października w Górkach Zachodnich AZS organizuje Meczowe Mistrzostwa Polski w klasach olimpijskich Laser, Laser Radial, Finn i 470. To seria pojedynków regatowych zupełnie różnych od olimpijskiego ścigania się po trójkacie. Formuła regat meczowych została wymyślona w celu uatrakcyjnienia żeglarstwa dla publiczności. Wszystkich pasjonatów tej dyscypliny sportu zapraszam do Górek Zachodnich. Do tych regat nie może zgłosić się każdy, a uczestnicy są zapraszani przez organizatorów. To bardzo dobra wiadomość, bo dzięki temu będziemy mieli okazję zobaczyć najlepszych z najlepszych.

Marek Zwierz

DEKORACJE

PROMOCJA

475,-

Lampa wisząca ANANAS
Moc: 3 x 40W. Gwint: E14.
Kolor: biały.
kod 43582651

tylko w Leroy Merlin

zasłona i firana 2 w 1

OFERTA SPECJALNA

99⁹⁰

Zasłona i firana gotowa PYTON
Wym.: 140 x 260 cm.
Wykończenie góry: kółka.
kod 43489831

PROMOCJA

139,-

Dywan KAZUAL
Różne kolory. Wym.: 70 x 130 cm.
kod 43269082

Oferta ważna od 07.10 do 04.11.2009 r.

LEROY MERLIN

dla domu,
z pomysłem

www.leroymerlin.pl

KREDYT

SZYBKA GOTÓWKA

NA 24 MIESIĄCE

DO 20.000 ZŁ

**OPROCENTOWANIE
STAWKA BAZOWA BANKU
+ STAŁA MARŻA**

DECYZJA KREDYTOWA W 24H !



**Powiślański
Bank Spółdzielczy**

w Kwidzynie

konto osobiste i firmowe

- Bezpłatnie w okresie promocyjnym do 31.10.2009
- Rozliczenia krajowe i obsługa dewizowa
- Karty płatnicze i kredytowe o światowym zasięgu VISA

szybki i tani kredyt!

- Kredyt w rachunku bieżącym
- Limit kredytowy w ROR
- Kredyty konsumenckie dla osób fizycznych: "Dobry Kredyt", "Szybka Gotówka"
- Kredyty średnioterminowe Impet, Impet 36, Impet 60
- Kredyty mieszkaniowe, hipoteczne
- Kredyty inwestycyjne
- Kredyty obrotowe, celowe
- Gwarancje i poręczenia bankowe
- Faktoring

bankowość elektroniczna

- Home Banking
- SMS Banking
- Internet Banking
- Bankofon

atrakcyjne depozyty

- Lokaty overnight
- Lokata rentierska
- Lokata dynamiczna
- Lokaty walutowe
- Lokaty dopłata
- Unilokata PBS

Lokata PBS dynamiczna

Oprocentowanie rośnie cały rok

Zarabiasz **bez żadnego ryzyka** przez cały rok

Stały dostęp do środków pieniężnych

od **4,05%** do **8,10%**

w dwunastym miesiącu
średnie oprocentowanie za okres 12 m-cy 4,62%



Filie w Gdańsku: obie czynne od poniedziałku do piątku między 9.30 a 17.00

ul. Chłopska 16c (obok sklepu Biedronka i restauracji Mc Donald's)

tel. +48 58 553 29 08, +48 58 553 80 30 gdansk@powislanski.pl

ul. Tkacka 27/28

tel. +48 58 305 48 13 gdansk.tkacka@powislanski.pl

Centrala:

Powiślański Bank Spółdzielczy w Kwidzynie

tel. +48 55 279 36 03, +48 55 279 39 56

fax +48 55 279 48 38 bank@powislanski.pl

www.powislanski.pl

ANGIELSKI DLA SENIORÓW
GOLDENGLISH

tylko 6 zł/h lekcyjną

JĘZYK ANGIELSKI dla słuchaczy w wieku dojrzałym

tel. 504 784 423

zajęcia na Przymorzu, Morenie, Żabiance, Oruni

www.goldenglish.pl

baltdent
Klinika stomatologii estetycznej

- stomatologia estetyczna dla dzieci i dorosłych
- wybielanie zębów
- ortodoncja
- protetyka
- laseroterapia
- biostymulacyjna
- chirurgia
- strzykawki bezigłowe

0-58 512 50 70

0-604 278 312

pon, śr, pt 13 - 20

wt, czw 10 - 16

sob indywidualnie

www.baltdent.pl

Biuro Rachunkowe
oferuje usługi w zakresie:

Pełna księgowość
Książka przychodów i rozchodów
VAT, ryczałty
Deklaracje ZUS
Rozliczenia podatkowe

tel. 0-58 305 44 98
Gd. Chełm
ul. Milskiego 1



Nowe Salony

OPTYK OPTIMUM

TESCO Chełm
tel. 0-58 302-23-02

Familia

przed kasami delikatesów Piotr i Paweł
(dawna IKEA, przed Halą Olivia)
tel. 0-58 761-49-59

Promocje

dobór okularów i soczewek kontaktowych

