

**DR N. MED. MAREK TOMCZAK**

UL. TĘCZOWA 5-7 TEL. +48 67 250 90 18 KOM. +48 601 210 010  
[www.proeste.eu](http://www.proeste.eu)

MEDYCYNĄ ESTETYCZNA : KOREKCJA ZMARSZCZEK, BRUZZ, BOTOX  
KWAS HIALURONOWY, MODELOWANIE UST,  
LIKWIDACJA BRODAWEK, NACZYNEK

CHIRURGIA OGÓLNA : PAJĄCZKI, ŻYŁAKI, WYMROŻENIE ZNAMION, ESPERAL

Nici wchłaniające liftingujące  
Variable Pulsed Light™

- dowiedziona skuteczność w leczeniu niedoskonałości skóry
- usuwanie owłosienia
- odmładzanie skóry
- usuwanie i redukcja zmian naczyniowych
- leczenie trądziku aktywnego i zmian potrądzikowych

**proeSte**  
GABINET MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

**NIEZALEŻNA GAZETA BEZPŁATNA**

nakład **8600** egz. w tym **1600** wydań internetowych dla abonentów PDF

[www.extrawalcz.pl](http://www.extrawalcz.pl)

ISSN 2449-9293

# EXTRA WALCZ

nr 252 rok V, 20 lipca

Wałcz ♦ Człopa ♦ Tuczno ♦ Mirosławiec

## Uwięziony koziolatek

W polu pomiędzy Chwiramem a Przybkowem koziolatek wpadł do odkrytej studzienki kanalizacyjnej. Zwierzę udało się uratować, ale musi znajdować się pod opieką weterynaryjną.

Akcję ratowniczą przeprowadzono we wtorek (18 bm.) późnym popołudniem.

- Koziolatek był w bardzo kiepskim stanie. Prawdopodobnie wpadł w zasadzkę kilka dni wcześniej - mówi kpt. Mirosław Gruchot z

Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Wałczu. - Studzienka znajdowała się w polu i była otwarta. Miała około metra średnicy i była głęboka na 4 metry.

Zwierzę po wyciągnięciu trafiło pod opiekę weterynaryjną.

- Reanimowaliśmy go 3-4 godziny - opowiada lek. wet. Krzysztof Dołowy, z Gabinetu Weterynaryjnego „ArtVet” w Wałczu. - Wycieńczonemu koziółkowi udało się podać m.in. kroplówkę, an-

tybiotyki (miał zdartą skórę na stawach skokowych), leki przeciwbólowe i przeciwzapalne oraz witaminy. Ogrzaliśmy go kocem i zawieźliśmy do sołtysa Chwira-

mu. Tam koziolatek dochodzi do siebie pod zadaszonym kocem. Nie zamykaliśmy go w klatce, bo mógł to źle znieść. Teraz pozostało czekać na odpowiedź organi-

zmu zwierzęcia. Z tego co wiem, zaczął już podnosić samodzielnie głowę. Jestem w stałym kontakcie z sołtysem. mk



**REKLAMA**

**PŁYTY TARASOWE - WYPRZEDAŻ**

od 7,99 zł/szt.

40x40x4 cm  
60x40x4 cm

**KOSTKA BRUKOWA - PROMOCJE**

PICCOLA 6 cm bronzo, solaro	AKROPOL 6 cm grafit	CEGIELKA 6 cm szara
49,90 zł/m <sup>2</sup> 78,72 zł/m <sup>2</sup>	32,90 zł/m <sup>2</sup> 44,28 zł/szt.	27,90 zł/m <sup>2</sup> 38,13 zł/m <sup>2</sup>

Podane ceny brutto, zawierają 23% podatku VAT. Oferta ważna do wyczerpania zapasów.

**PCMB WAŁCZ**  
Twój Partner Na Budowie

ul. Bydgoska 75 ☎ 67 258 54 80  
78-600 Wałcz ☎ 515 287 616  
[www.pcmbwalcz.pl](http://www.pcmbwalcz.pl)

**SPRZEDAŻ - MONTAŻ - PROJEKTY 3D**

**K MINKI & KUCHNIE**

tel. 600 311 105, 604 684 653

Wałcz ul. Podleśna 5

www.kominkiwalcz.pl ☎ 10.00-17.00  
☎ 98. 10.00-14.00 www.kuchniewalcz.pl

**MOBILNY SERWIS 24h**

ZAKUWANIE  
I DORABIANIE WEŻY  
HYDRAULICZNYCH

☎ 600 429 858

**CZYSZCZENIE**

Mebli  
w domu klienta  
Dywanów  
Wykładzin

Wałcz, Wojska Polskiego 50  
tel. 518 245 080

Burmistrz Mirosławca informuje, że został opublikowany na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego i stronie internetowej Urzędu dnia 19 lipca 2017r. na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży.





## Dylematy maluczki

W swoich felietonach staram nie zajmować się wielką polityką, choć oczywiście dokładnie śledzę wydarzenia. Jednak krótka rozmowa, jaką przypadkowo udało mi się przeprowadzić z rzecznikiem praw obywatelskich, skłoniła mnie do kilku przemyśleń. Przebywający na urlopie w gospodarstwie agroturystycznym w okolicach Złocieńca Adam Bodnar wraz z dwoma nastoletnimi synami zawitał do parku linowego w Rudnicy. Rzecznik stwierdził, że on oraz praca, jaką wykonuje budzi wręcz skrajne emocje. Podróżując po Polsce spotyka się z wyrazami sympatii i uznania dla jego działań, jednak często spotyka się z agresją i to agresją niemal fizyczną. Woli więc - zwłaszcza

## Felieton na rozgrzewkę

na urlopie - nie wdawać się w dyskusje o bieżących sprawach toczących się w kraju. Wyraził jednak opinię, że wprowadzane właśnie w życie ustawy o Krajowej Radzie Sądownictwa, reformie sądów powszechnych oraz Sądzie Najwyższym oznacza de facto koniec trójpodziału władzy w Polsce. Najgorsze jest jednak to - powiedział Adam Bodnar - że na naprawienie szkód, jakie uczynią obecnie rządzący, potrzeba będzie ćwierć wieku.

Dlatego zastanawiam się, co my maluczcy - mający realny wpływ na wielką politykę raz na cztery lata - mamy uczynić? W każdej telewizji i radiu aż roi się od ekspertów, a „gadające głowy” przedstawiają zazwyczaj opinię zgodną z programem, jaki prezentuje dana stacja. A kiedy przy jednym stole zasiadają przedstawiciele partii rządzącej i opozycji, kłótni nie ma końca i każdy mówi coś innego. Zresztą w dobie internetu tak naprawdę każdy mieni się ekspertem. Więc komu wierzyć i kogo słuchać?

Czy pani premier i jej ministrów, którzy zapewniali, że jest wspa-

niale, a będzie jeszcze lepiej, czy też rzecznika praw obywatelskich, który twierdzi, że nasze prawa obywatelskie są zagrożone, a kto jak nie on winien pilnować ich przestrzegania? Czy mam słuchać ministra sprawiedliwości, który cytuje ekspertów - nie wiedząc czemu nie podając przy tym ich nazwisk - potwierdzających jego zdanie o potrzebie głębokiej reformy sądownictwa, czy też znanych z imienia i nazwiska dziekanów wydziałów prawa Uniwersytetu Jagiellońskiego i Warszawskiego a także uznanych i doświadczonych konstytucjonalistów, którzy zarzucają łamanie konstytucji nie tylko rządzącym, lecz także - mającemu stać na jej straży - prezydentowi RP.

Wiem także, że wielu ludzi sprawy, jakie dzieją się w Warszawie niewiele interesują, a ważniejsze jest 500+ (co w samym sobie jest trafionym, choć drogi pomysłem) czy też sobotni grill i inne przyziemne sprawy. To że nie interesujemy się polityką, nie oznacza, że polityka nie zainteresuje się nami...  
piotr

## Bez dwóch zdań (12 – 18 lipca)

### Środa (12 lipca)

- Między Wałczem a Ostrowcem osobówka wypadła z drogi, w wyniku czego pasażerka (kobieta w ciąży) została przewieziona do szpitala.
- Druhowie z OSP w Szwecji organizują strażackie atrakcje dla dzieci wypoczywających w Caritasie w Ostrowcu.

### Czwartek (13 lipca)

- W nocy nad powiatem przechodzi burza, która powala drzewa na drogi w pobliżu Strączna (gm. Wałcz) i Piecnika (gm. Mirosławiec).
- Sąd przychylił się do wniosku prokuratora i zastosowuje areszt wobec 33-letniego wałczanina, który posiadał blisko 5 kg środków psychotropowych i 70 g środków odurzających.

### Piątek (14 lipca)

- Funkcjonariusze z Komendy Powiatowej Policji w Wałczu obchodzą uroczystą zbiórkę z okazji Święta Policji (MOSiR).
- Zakończenie Letnich Warsztatów Artystycznych (WCK).
- Kino na trawie wyświetla „Ostatnią akcję” (Aleja Gwiazd Sportu).
- Zakończenie warsztatów letnich Studia Esti „To moja bajka”.

### Sobota (15 lipca)

- 7. Wałecki Bieg Filmowy (promenada nad Jeziorem Raduń).
- Jeden srebrny i trzy brązowe medale z Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w Pułtusku zdobywają pięściarki i pięściarze Korony Wałcz (Dominika zostaje wicemistrzynią Polski, a Ania Bezhubka, Aleksandra Kucybała i Grzegorz Żmuda zdobywają medale brązowe).
- Dni Tuczna w rytmach disco polo plus Polsko-Niemieckie Spotkanie na Miedzy.



- Uroczystość 10-lecia współpracy między powiatem wałeckim i powiatem Osnabrück z podpisaniem odnowienia aktu partnerstwa na zamku Wedłów Tucznyńskich w Tucznie.
- Randolf Bytnerowicz Honorowym

REKLAMA



Obywatel Gminy Tuczo.

- Festyny rodzinne w Nakielnie i Zdbicach (gm. Wałcz).
- Studenci archeologii z Krakowa rozpoczynają coroczne prace w Mirosławcu (przekopy fundamentów zamku i pałacu).

### Niedziela (16 lipca)

- Akcja wałeckiej drogowki „Bezpiecznie wakacje na dwóch kółkach”.
- W lasach powiatu wałeckiego wysyp pieprzników jadalnych (pop. kukurzyk żółtych).

### Poniedziałek (17 lipca)

- Serwis internetowy 1. Regionalnej Bazy Logistycznej podaje, że 11 lipca w klubie garnizonowym obowiązki odchodzące do dyspozycji Szefa IWsp SZ płk. Pawła Meli przejął płk Cezary Balewski.
- Burmistrz Mirosławca Piotr Pawlik na FB: „Jest wstępna zgoda na przekazanie skrawków asfaltowych do dokończenia utwardzenia drogi do Drzewoszewa - wystarczy na całość!”.
- Rozpoczyna się nabór projektów w ramach budżetu obywatelskiego (miasto Wałcz).
- Zderzenie auta osobowego z ciężarówką na drodze DK-10 na wysokości krzyżówki na Dobino.
- Korki w Wałczu paraliżują miasto na kilka godzin.

### Wtorek (18 lipca)

- Strażacy uwalniają uwięzioną sarnę w studzience kanalizacyjnej między Chwiramem, a Przybkowem i przekazują ją pod opiekę weterynaryjną.
- Powalone drzewo tarasuje przejazd przez drogę na trasie Zdbice - Szwecja.
- Strażacy usuwają plamę substancji ropopochodnej na skrzyżowaniu K 10 z K 22.
- Wałczanie wspólnie pokonali już 162296 km w ogólnopolskiej rywalizacji miast „Kreć kilometry po technologii” i nadal zajmują 7. miejsce (na 980 miejscowości w kraju).

Zebrął: mk

## POSZUKIWANY przedstawiciel handlowy

Lubisz spotykać się z ludźmi?  
Lubisz mieć wpływ na swoje wynagrodzenie?  
Oferujemy wynagrodzenie podstawowe plus prowizja.  
Udziały w firmie, którą będziesz tworzył.

Wyślij swoje CV na [biuro@3glowy.com](mailto:biuro@3glowy.com)

REKLAMA

**Szczygłowscy**  
Biżuteria złota i srebrna  
Zegarki  
ul. Kilińszczaków 5  
czynne: 10:00 - 18:00

ADRES REDAKCJI  
ul. Bankowa 2, 78-600 Wałcz

REDAKTOR NACZELNY  
Piotr Kurzyrna  
I ZESPÓŁ REDAGUJĄCY

KONTAKT:  
e-mail: [extrawalcz@gmail.com](mailto:extrawalcz@gmail.com)  
strona internetowa: [www.extrawalcz.pl](http://www.extrawalcz.pl),  
Telefon: 67 387 42 43

Redakcja czynna od poniedziałku do piątku  
w godzinach od 9:00 do 15:00

WYDAWCA:  
Agencja 3 Głowy Produkszyn

PRZYGOTOWANIE GRAFICZNE:  
Damian Kristofsson, Aleksandra Kisiełowska

DRUK:  
Drukarnia AGORA S.A.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń oraz zastrzega sobie prawo do redagowania i skracania nadesłanych tekstów. Listy nadsyłane do redakcji są wyrazem opinii ich autorów. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych.



# Gdzie Dni Tuczna z tamtych lat?

Podczas trwających zwykle dwa a często i trzy dni miasta Tuczno odwiedzały takie zespoły, jak m.in. TSA, Dżem, Zbigniew Wodecki, Krzysztof Krawczyk, Boys czy Weekend. Teraz mamy jednodniową imprezę z „gwiazdami” disco polo gminnego formatu. Szkoda.

Ubogi program święta miasta wzbogaciło Polsko-Niemieckie Spotkanie na Miedzy (o którym więcej na stronie 12 i [www.extra-walcz.pl](http://www.extra-walcz.pl)). W ramach spotkania na stadionie, na który goście przemaszerowali w korowodzie, odbył się samorządowy rzut tuczniakiem, w którym wystartowali m.in. gospodarze - starosta B. Wankiewicz i burmistrz Tuczna Krzysztof Hara. Burmistrz nie okazał się gościnnie i konkurentów zostawił daleko w tyle. Drużynowo w samorządowym rzucie tuczniakiem zwyciężyło Tuczno, na drugim miejscu uplasowała się reprezentacja Bad Essen a na trzecim powiat czarnkowsko-trzcianiecki. W ramach Polsko-Niemieckiego Spotkania na Miedzy odbył także konkurs zdrowego grillowania karkówki. Na scenie wręczono nagrody zwycięzcom konkursów przeprowadzonych tydzień wcześniej. W zawodach wędkarskich triumfował Jacek Kiedrowski, a wśród juniorów najlepsza była 8-letnia Alicja Woźniak. W turnieju piłki nożnej poświęconemu

Rajmundowi Suprunowi zwyciężył zespół PKS Wałcz. Na scenie wręczono także nagrody zwycięzcom II Triathlonu Sprinterskiego. Wśród pań najlepsza była Małgorzata Nowicka a wśród mężczyzn Dariusz Janiak.

Ważnym punktem części oficjalnej uroczystości było przyznanie tytułu Honorowego Obywatela Gminy Tuczno, który otrzymał emerytowany nauczyciel plastyki, miłośnik historii, w tym także lokalnej, skarbnica wiedzy Randaldf Bytnerowicz.

Pod jego skrzydłami uczniowie szkoły podstawowej zdobywali czołowe miejsca na etapach wojewódzkich i centralnych przeglądów plastycznych, konkursach rzeźby i grafiki dziecięcej oraz wielu innych. Fenomen tucznińskiego kółka plastycznego był wielokrotnie opisywany na łamach lokalnych i regionalnych gazet. Sukcesy podopiecznych R. Bytnerowicza można wymieniać bez końca, prace wychowanków prezentowane były m.in. w Grecji i Argentynie, niektóre wydano w formie pocztówek. Jednym z najważniejszych sukcesów szkoły, w której uczył R. Bytnerowicz, było zaliczenie jej do grona najlepiej pracujących placówek pod względem działalności plastycznej.

- Dziękuję panu Randaldfowi za to, że poświęcał nam swój czas nie tylko podczas lekcji, ale też po godzinach pracy, w niedziele i po-



zostałe dni wolne od pracy. Często odbywało się to kosztem życia prywatnego - mówiła przewodnicząca Rady Miejskiej Dorota Rogala, wychowanka bohatera uroczystości. - Dla dzieci i młodzieży z Tuczna i okolic zawsze miał czas. Pamiętam chwile spędzane z nim na plaży, wycieczki po Tucznie, wizyty na bunkrach, miejsca, do których nigdy bez niego byśmy nie dotarli. Nigdy nie ustawał w poszukiwaniu ciekawostek, pięknych miejsc, odkrywaniu prawdy o naszych terenach. Jestem bardzo dumna, że mogłam się od niego uczyć.

W swoim krótkim przemówieniu uhonorowany podkreślił, że ważne dla niego było to, że udało mu się zaszczyć pasję swoim wychowankom.

Nieodłącznym elementem tucznińskiego święta jest rzut tuczniakiem, w którym zwyciężył tradycyjnie Paweł Sochacki a w kategorii kobiet Rokszana Stefanowicz.

Wśród atrakcji dla najmłodszych było wesołe miasteczko i intere-

sujące animacje, w których dzieci chętnie brały udział, dużym zainteresowaniem cieszyło się także stoisko promocyjne Nadleśnictwa Tuczno, gdzie można było zobaczyć m.in. wypchanego wilka. Nie mogło zabraknąć stoisk gastronomicznych i handlowych. Konferansjerką zajął się z Krzysztof „Marsiu” Marszewski, znany szerszej publiczności z szantowego zespołu „Majtki bosmana”. Jeśli chodzi o część muzyczną, to tutaj właściwie nie ma o czym mówić. Na scenie wystąpiły discopolowe zespoły Markus P., Exelent i CamaSutra. Czasy, kiedy na tucznińskiej scenie grał Dżem albo TSA chyba bezpowrotnie odeszły w zapomnienie, choć wydawało się, że szefowa Gminnego Ośrodka Kultury i zarazem wokalistka zespołu El Te De, grającego przede wszystkim rockowe covery postawi na bardziej zróżnicowany repertuar. Nawet za czasów Piotra Sikory, lidera discopolowego zespołu Adonis, znalazło się miejsce dla innych gatunków, wystąpił m.in.



BiFF, Nadmiar, grały też Łzy, Rafał Brzozowski i Verba.

- W tym roku disco polo jest bardzo rozpowszechnione, postanowiliśmy śledzić trendy i każdego roku będziemy utrzymywać się w tym klimacie, który będzie adekwatny do następnego roku muzycznego. Podczas Dni Tuczna nie stawiamy tylko na festiwal, ale też na atrakcje poboczne, jak na przykład rzut tuczniakiem, grillowanie między powiatami, prezentacje powiatów - mówi dyrektor Gminnego Domu Kultury w Tucznie Lidia Sałachub.

- Impreza kosztowała około 60 tysięcy, od sponsorów udało się uzyskać połowę. Warto dodać, że Polsko-Niemieckie Spotkanie na Miedzy realizowane były ze środków Programu Interreg. Korzystając z okazji, chciałabym podziękować mieszkańcom za to, że włączyli się w organizację Dni Tuczna, to również dzięki nim impreza jest tak atrakcyjna. M. Koniecko, zdjęcie R. Bytnerowicza pochodzi z profilu Kółka Plastycznego Dawnych Lat.

REKLAMA



## Budmet

okna i drzwi

### OKNA • DRZWI • ROLETY






**E130**  
**E160**

Wałcz, ul. Kołobrzaska 37, tel. 67 258 34 24, 605 548 500

e-mail: [biuro@pw-budmet.pl](mailto:biuro@pw-budmet.pl)  
[www.pw-budmet.pl](http://www.pw-budmet.pl)



**STR**  
PRODUCENT

### Systemy Zaciemnień Wnętrz

Rolety  
markiży moskitiery

Jarostaw Strojny  
64-980 Trzcianka  
ul. Mickiewicza 60  
tel/fax 67 216 52 88  
kom. 604 560 745

20 lat  
doświadczenia

www.str.systemy.com

pomiar i wycena  
w domu klienta  
**GRATIS!**

Artyzm precyzji, mistrzowska dokładność...

[www.optyk-walcz.pl](http://www.optyk-walcz.pl)

**Wałcz Al.1000-lecia 4**  
pon.-pt. 9<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>, sobota 10<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>  
tel. 67 387 19 58

Okulary wykonujemy w ciągu 1 godz

Szkła progresywne  
od 390 zł za parę

**OPRAWY**  
do 50% taniej  
do wyczerpania zapasu

**BEZPŁATNE BADANIE WZROKU**  
OKULISTA LUB OPTOMETRYSTA

Dobór soczewek kontaktowych

**Najnowsza kolekcja**  
Ray Ban, Vogue, Tous, Furla,  
Emporio Armani, Versace,  
Fendi, Carolina Herrera, Oakley Joop

Korzystna refundacja NFZ  
limit do 50,- zł za jedną soczewkę



## OGŁOSZENIA DROBNE

## LOKALE, NIERUCHOMOŚCI:

Wynajmę sklep na ul. Kilińszczaków  
tel: 67 258 26 84.

Sprzedam nowe bezczynszowe  
mieszkanie, 40 m<sup>2</sup>, 3150zł/m<sup>2</sup>, tel.  
882 093 640.

Wynajmę lokal, tel. 725 929 462.

4-osobowe pokoje do wynajęcia, tel.  
790 386 813, 602 187 624.

Sprzedam ziemię rolną, 121 ha, gmi-  
na Człopa tel. 501 871 707.

Mieszkanie bezczynszowe przy al.  
Zdobywców Wału Pomorskiego  
sprzedam, 55,59 m<sup>2</sup>, tel. 882 093 640.

Sprzedam nowe mieszkanie w Wał-  
czu, 41,64 m<sup>2</sup>, 2-pokojowe, tel. 882  
093 640.

Sprzedam garaż z kanałem na Dol-  
nym Mieście, tel. 662 362 939.

Wynajmę mieszkanie 2 pokojowe dla  
osób pracujących tel. 724 234 657.

Opiekunka wynajmie pokój na co  
drugi miesiąc,  
tel. 732 907 051.

Działki budowlane Różewo,  
tel: 507 136 469

Sprzedam mieszkanie bezczynszowe,  
własnościowe i działkę 5a typowo  
rekreacyjną.  
Tel. 67 387 32 17, kom. 608 797 224

Sprzedam mieszkanie w domu 2  
rodzinnym, parter, 80m<sup>2</sup>, tel: 723  
482 882

Sprzedam ziemię rolną, 8,14 h,  
tel: 792 020 549

Poszukuję garażu do wynajęcia,  
tel. 501 464 027

Sprzedam gospodarstwo rolne w  
Hankach o pow. 2,3813 ha, z zabu-  
dowaniami, tel: 506 513 897 lub 503  
545 440

Sprzedam atrakcyjną działkę nad  
strumieniem w Łowiczu Wałeckim,  
tel: 692 285 375

Kawalerka na sprzedaż w Wałczu,  
niski czynsz, tel: 696 937 156

Pilnie sprzedam mieszkanie, 49,87  
m<sup>2</sup>, własnościowe. Cena 125 000 zł,  
tel: 698 938 601

Mieszkanie 60 m<sup>2</sup>, Dolne Miasto.  
Okazja- 135 000 zł, tel: 781 171 484

## PRACA:

Zatrudnię pracownika budowlanego  
na stałe,  
tel. 694 159 907.

Zatrudnię kierowcę, mechanika,  
pracownika gospodarczego w gospo-  
darstwie rolnym w Człopie, tel. 509  
517 696.

Praca w Holandii dla kobiet, męż-  
czyzn i młodzieży.  
Wyzjazdy przez cały 2017 rok, praca w  
różnych branżach.  
Kontakt: Wałcz, Kościuszki 12A,  
tel. 67-2584108, oferta na stronie  
www.posrednictwoholandia.pl  
lic. 4933

Przyjmę do pracy do sprzedaży lo-  
dów z maszyny, CV wraz ze zdjęciem  
prosimy przesyłać na maila: machow-  
scy84@wp.pl  
tel. 694 683 367.

„EKO FIUK zatrudni na umowę o  
pracę kierowcę kat C+E. Miejsce pra-  
cy – Mirosławiec. Więcej informacji  
na www.ekofiuk.pl w zakładce praca  
lub pod numerem  
tel. 539 944 939.

Opiekunka seniorów w Niemczech.  
Gwarantowany bonus – 100 euro za  
każde 31 dni pracy. Duża baza ofert,  
szybkie wyjazdy.  
Piła – 514 781 838

Firma zatrudni pracowników przy  
elewacji i dociepleniach. Umowa na  
pelen etat, tel: 790 236 346

Gospodarstwo Niebo do Wynajęcia  
(Orle k. Mirosławca) poszukuje  
kucharki (może być amatorka bez do-  
świadczenia w żywieniu zbiorowym)  
na obozy letnie dla trzynaściorga  
dzieci i opiekunów. Zapraszamy do  
kontaktu mailowego - gospodarstwo-  
niebo@gmail.com, lub bezpośrednio  
przez facebook.

Poszukujemy opiekunki do starszej  
pani. Tel. 600 505 355

Zakład Komunikacji Miejskiej SP.  
ZO.O. w Wałczu zatrudni kierowcę  
autobusu z uprawnieniami oraz me-  
chanika samochodowego z doświadc-  
zeniem. Kontakt: Siedziba spółki ul.  
Budowlanych 9,  
tel. 67 258 44 35

Poszukuję pomocnika i murarza.  
Praca w Wałczu, tel: 605 538 380

Poszukujemy osób do hakania. Praca  
od zaraz, 13zł/h na rękę.  
Tel. 669 962 074

## RÓŻNE:

Remonty, wykończenia  
mieszkań,  
tel. 739 531 694.

Gotówka na dowolny cel,  
zadzwoń,  
tel. 882 069 266.

Usługi ogólnobudowlane,  
remonty mieszkań,  
tel. 662 332 515.

Ocieplanie budynków, tel.  
881 507 760.

Biuro Matrymonialne  
„Dana”, tel. 695 062 020.

Kredyty, pożyczki dla każ-  
dego! Pozabankowe  
i Bankowe. Wysoka przy-  
znawalność,  
tel. 513 840 863.

Bezpłatny kurs języka nie-  
mieckiego dla opiekunów  
osób starszych. Ilość miejsc  
ograniczona. Po kursie gwa-  
rantowana praca. Piła - 514  
781 838.

Remonty i wykońc-  
zenia wnętrz  
tel. 504 160 153

Oddam dwumiesięczną  
kotki - Wałcz,  
tel: 517 358 272

Sprzedam wózek inwalidz-  
ki, elektryczny,  
tel: 661 116 521

**TONY TRANSPORT** Licencjonowany przewóz osób

POLSKA NIEMCY HOLANDIA

Wyjazd codziennie!

www.tonytransport.pl

rezerwacje on-line!

+48 664 204 204

**ZAUFANY PRZEWOŹNIK**

Bezpiecznie, wygodnie, na czas!



**IMPREGLON**  
SURFACE TECHNOLOGY GROUP

Oddział w Polsce ul. Kołobrzeska 39 Wałcz  
zatrudni pracownika na stanowisko:

## OPERATOR MASZYN CNC

Wymagania:

- \* wykształcenie techniczne
- \* dobra znajomość rysunku technicznego

Zainteresowanych prosimy o kontakt osobisty  
w godz. od 7<sup>00</sup> do 15<sup>00</sup>  
Impreglon Engineering Sp. z o.o.  
Oddział w Polsce  
ul. Kołobrzeska 39  
78-600 Wałcz



**IMPREGLON**  
SURFACE TECHNOLOGY GROUP

Oddział w Polsce ul. Kołobrzeska 39 Wałcz  
zatrudni pracownika na stanowisko:

SPAWACZ  
metodą MIG/MAG/TIG

Wymagania:

- \* dobra znajomość rysunku technicznego
- \* doświadczenie zawodowe

Zainteresowanych prosimy o kontakt osobisty  
w godz. od 7<sup>00</sup> do 15<sup>00</sup>  
Impreglon Engineering Sp. z o.o.  
Oddział w Polsce  
ul. Kołobrzeska 39  
78-600 Wałcz

Ogłoszenia drobne: 99 gr za słowo.

REKLAMA

**Usługi Kominiarskie**  
-Pelen zakres usług  
tel. 601 88 14 78

**Darmowa Pożyczka**  
...dla emerytów, rencistów, pracowników  
fizycznych od 300 do 3000 zł.  
urzędników, rolników do 5000 zł  
Pożyczamy również na świadczenie 500 +  
**Tel. 505 798 600**



## Na cztery łapy...

## JAK UNIKNĄĆ TRAGEDII? CZ.2



Co roku zdarza się w Polsce wiele pogryzień dzieci przez psy, z których nagłaśniane są tylko te najtragiczniejsze, dlatego przytoczę kilka przykładów postępowania w spotkaniu z psami, które (mam nadzieję) pozwolą uniknąć nieprzyjemnych niespodzianek i być może zapobiegą niejednej tragedii.

**Nie uciekaj!**

Na otwartej przestrzeni nie masz żadnych szans, ponieważ pies będzie zawsze szybszy od ciebie. Chęć pogoni za czymś leży w jego naturze i bardzo trudno to wykorzystać. Tak naprawdę to nigdy do końca nie da się u psa wyeliminować tego zjawiska. Każda próba ucieczki z twojej strony wyzwoli automatycznie u psa chęć pogoni, więc nie rób tego, a pozostaw lepiej na miejscu. Goniący pies, gdy dopadnie zdobycz, stara się ją zawsze przytrzymać zębami, a ty szarpiąc się pogorszysz swoją sytuację.

**Gdy psy ze sobą walczą**

Nie próbuj pod żadnym pozorem ich rozdzielać. Sam nie dasz rady, a możesz zostać przez rozszalone psy pogryziony. Pamiętaj, że gdy dojdzie do prawdziwej walki pomiędzy psami, w tym momencie interesują się tylko sobą i nie słyszą ci się dookoła nich dzieje. Jeżeli masz możliwość, wezwij na pomoc osobę dorosłą, gdy w pobliżu nikogo nie ma odejdź na bok. Wkrótce przekonasz się, że po pewnym czasie ta groźnie wyglądająca walka zakończy się bez większego uszczerbku dla walczących. Nawet dorosły i silny człowiek nie będzie w stanie w pojedynkę rozdzielić walczących psów i co dziwnejsze, jeżeli ktoś próbuje je rozdzielać, walka ich staje się jeszcze ostrzejsza.

**W czasie posiłku**

Nie podchodź w tym czasie do niego, a tym bardziej nie zabie-

raj mu pożywienia. Jedzenie dla psa jest czymś bardzo ważnym, ponieważ instynkt życia podpowiada mu, że bez jedzenia dalsza jego egzystencja stanie się niemożliwa. Podczas posiłku każdy pies zachowa się agresywnie w stosunku do zbliżającego się intruza. Będzie warczał, pokazywał kły i jeżył sierść, starając się takim zachowaniem odstraszyć każdego, kto chce dokonać zamachu na jego posiłek. Na pewno będzie zdecydowanie bronił pożywienia, wszelkimi dostępnymi mu środkami. Pokarm może zabrać mu tylko i wyłącznie przewodnik stada i jemu z pewnością się podporządkuje. Zapamiętaj raz na zawsze, że jedzący pies nie potrzebuje twojego towarzystwa, dlatego w tym czasie zostaw go w spokoju.

**Gdy pies zaatakuje**

Jeżeli pies przygotowuje się do ataku, nie uciekaj, a cofaj się bardzo powoli twarzą zwróconą do niego. Cofać się możesz tylko wtedy, gdy masz możliwość ukrycia się. Jeżeli takiej możliwości nie widzisz, stój spokojnie, obróć się bokiem do atakującego psa i (jeśli jesteś chłopcem) zasłoń kroczki. Wykonywanie jakichkolwiek ruchów (im gwałtowniejsze tym gorzej) wyzwoli u psa jeszcze większą agresję. Gdy stoisz spokojnie, oznacza to, że nie masz zamiaru podejmować z nim walki. Niewykluczone, że zostaniesz ugryziony, a jeśli już tak się stanie nie wrywaj trzymanej części ciała z psiego pyska, takim postępowaniem bowiem doprowadzisz do powstania ran szarpanych. W zdecydowanej większości przypadków, widząc ciebie stojącego bez ruchu (to bardzo trudne), przerwie atak i odejdzie usatysfakcjonowany. Poczekać jeszcze chwilę, aż oddali się na bezpieczną odległość i wtedy możesz odejść. Jeżeli będziesz miał możliwość wziąć do ręki kij lub inny odpowiednio długi przedmiot, wówczas stojąc spokojnie wysuń go spokojnie w kierunku szarżującego psa. Na pewno chwyci on podany mu przedmiot, traktując go bowiem jako najdalej wysuniętą część ciała. W dalszym ciągu stój spokojnie, nie wrywaj przedmioty z psiego pyska, a gdy się dostatecznie zmęczy, samo go wypuści i prawdopodobnie zostawi cię w spokoju. Kiedy już tak się stanie, stój dalej nieruchomo, trzymaj przedmiot w ręku, lecz nie wymachuj nim. Dopiero, gdy

pies oddali się na bezpieczną odległość, możesz ruszyć się z miejsca. W przypadku, gdy pies chwyci podany mu przedmiot, a ty masz możliwość wycofania się do jakiegoś schowka, wówczas nie wrywając przedmiotu z jego pyska spokojnie cofasz się, a kiedy będziesz już bezpieczny, puszczasz przedmiot i chowasz się. Jadąc rowerem nie próbuj uciekać przed psem, lecz zatrzymaj się, stań po drugiej jego stronie i osłaniaj się przed atakami psa. Najlepiej wyczekaj do ostatniej chwili

i nadstaw nagle koło roweru w kierunku biegnącego czworonożca. Jeżeli on zderzy się boleśnie z nadstawionym kołem, prawdopodobnie minie mu ochota do walki. Może jednak zdarzyć się i tak, że zostaniesz przewrócony przez psa. W tej sytuacji musisz błyskawicznie zwinąć się w kłębek, co pozwoli osłonić przednią część ciała przed psimi zębami. Następnie dłonie spleć na karku, łokciami osłaniaj twarz, a przedramieniem lewej i prawej ręki zasłoń tętnice szyjne. Przez cały

czas leż spokojnie, nie wykonuj żadnych ruchów, nie krzycz. Taka postawa z twojej strony doprowadzi do tego, że pies zostawi cię w spokoju. Może zostaniesz pogryziony, ale rany nie będą miały skutku śmiertelnego, a to jest przecież najważniejsze.

Artur Wach, kontakt do autora w celu indywidualnych porad pod numerem 604 328 544.







### Jedzie pociąg z daleka cz. 2

W tym artykule nadal o istotnym dla wszystkich pasażerów Rozporządzeniu (WE) nr 1371/2007 Parlamentu Europejskiego i Rady dotyczącym praw i obowiązków pasażerów w ruchu kolejowym.

#### Co oprócz przewozu?

Tydzień temu mowa była o uprawnieniach pasażera takiego

spóźnionego składu a dokładnie o konieczności zapewnienia przez przewoźnika dalszego dowozu do miejsca docelowego. Oprócz jednak tego uprawnienia mamy jeszcze możliwość uzyskania stosownego odszkodowania. Nie tracąc bowiem prawa do przewozu możemy zażądać od kolei odszkodowania za opóźnienie. Czas opóźnienia liczymy oczywiście na podstawie różnicy pomiędzy podanym na bilecie miejscem wyjazdu i miejscem docelowym a rzeczywistym czasem wyjazdu i przyjazdu. Co ważne odszkodowanie należne jest w przypadku, gdy nie skorzystamy z opisanego już tydzień temu uprawnienia do zwrotu kosztów biletu.

#### Ile odszkodowania?

Rozporządzenie wskazuje pro-

centowo jaką część ceny biletu możemy uzyskać z powrotem w przypadku wystąpienia spóźnienia i tak:

a) odszkodowanie w wysokości 25 % ceny biletu otrzymamy w przypadku opóźnienia wynoszącego od 60 do 119 minut;  
b) odszkodowanie w wysokości 50 % ceny biletu otrzymamy w przypadku opóźnienia wynoszącego 120 minut lub więcej. Pojawia się pytanie co w posiadaczami biletów okresowych. O takich pasażerach ustawodawca również pomyślał ustalając, że pasażerowie tacy mogą dochodzić odpowiedniego odszkodowania zgodnie z warunkami przyznawania odszkodowań określonymi przez przedsiębiorstwa kolejowe. Warunki te muszą określać kryteria dotyczące opóźnienia i sposób obliczania odszkodowania.

Odszkodowanie tego rodzaju oblicza się w stosunku do ceny, jaką pasażer faktycznie zapłacił za opóźnioną usługę. Warto więc, mowa tutaj o pasażerach stale korzystających z połączeń kolejowych, zapoznać się z ustalonymi przez przewoźnika warunkami wypłaty odszkodowania przy biletach okresowych.

Gdy umowa transportu dotyczy podróży w obie strony, odszkodowanie za opóźnienie w podróży docelowej lub powrotnej obliczane jest na podstawie połowy ceny zapłaconej za bilet. W analogiczny sposób (czyli proporcjonalnie) obliczymy kwotę odszkodowania co do biletu na opóźnione połączenie odbywane na kilku kolejnych odcinkach trasy.

#### Kiedy bez odszkodowania?

W przepisach przewidziano też sytuację, w której przewoźnik nie będzie musiał wypłaci nam odszkodowania. Będzie to miało miejsce wtedy, gdy pasażer został poinformowany o opóźnieniu przed zakupem biletu lub jeżeli opóźnienie w wyniku kontynuacji podróży innym połączeniem lub poprzez zmianę trasy jest krótsze niż 60 minut. Dodatkowo do opóźnienia nie wlicza się opóźnień powstałych poza terenem Unii Europejskiej.

Za tydzień nadal o naszych uprawnieniach w przypadku opóźnienia pociągu.

radca prawny Piotr Machyński  
kancelaria.walcz@gmail.com

## Jubileusz waleckiego kościoła



Warsztatami plastycznymi i fotograficznymi rozpoczęły się przygotowania do obchodów jubileuszu 150-lecia kościoła pw. św. Mikołaja w Wałeczu. Z tej okazji działające przy parafii Stowarzyszenie Rodzin Katolickich przygotowuje szereg atrakcji. Obchody jubileuszowe odbędą się jesienią.

150. rocznica konsekracji kościoła minie dokładnie 10 października, ale przygotowania do obchodów już się rozpoczęły. Także Dni Kultury Chrześcijańskiej, które odbędą się na przełomie września i października i przebiegać będą pod hasłem „Kościół naszym domem” będą wpisywać się w jubileusz kościoła.

Stowarzyszenie Rodzin Katolickich pozyskało fundusze w ramach programu „Społecznik” na realizację trzech zadań: plener malarski i fotograficzny dla młodzieży i seniorów, który zakończy się wystawą; międzypokoleniowy festyn integracyjny oraz projekt „Ocalić od zapomnienia”, którego efektem będzie publikacja dokumentująca historię kościoła.

- Dzięki programowi „Społecznik” możemy szerzej, z większym rozmachem i tak „na spokojnie” zaplanować te imprezy - mówi prezes Stowarzyszenia Rodzin Katolickich Alicja Kuczkowska. - Wciąż jednak stoimy przed zadaniem jak zakończyć Dni Kultury Chrześcijańskiej będące jedno-

razem zwińczeniem obchodów jubileuszu kościoła. Zaplanowaliśmy występ Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk”. Mamy uzgodniony termin, wystąpi 75-osobowy zespół; niestety, wciąż brakuje nam funduszy, aby opłacić artystów. Poszukujemy sponsorów, dzięki którym moglibyśmy nie tylko świętować jubileusz, ale także przygotować ucztę dla oka i ducha.

- Kościół to miejsce pamięci i za-

razem miejsce nadziei. Kościół wiernie przechowuje przeszłość i stale otwiera człowieka na przyszłość. Tu jest zgromadzona historia rodzin, pojedynczych osób, tych, którzy żyją w tym regionie - mówi A. Kuczkowska. - Kiedyś wspólnym wysiłkiem budowano ten kościół, dzisiaj liczę na to, że wspólnym wysiłkiem uświetnimy rocznicę i przyczynimy się do zachowania pamięci.

#### Narodziny

Laila Maria Zakierz  
Łukasz Hermanowicz  
Borys Haraj



#### Zgony

Zdzisław Gielczyk  
Zbigniew Patyna  
Honorata Krystyna Kurasińska  
Edward Grzegorz Frąckiewicz  
Jan Zarywka



REKLAMA





# Wakacje z Muszkietierami

**Blisko tysiąc dzieci z całej Polski, w tym sześćcioro z Wałcza spędzi bezpłatne wakacje w górach. Wszystko w ramach drugiej edycji „Wakacji z Muszkietierami”.**

W Wałczu letnie kolonie finansuje właściciel sklepu Intermarché i Bricomarché, zaangażowany w charytatywną działalność organizatora wyjazdów - Fundacji Muszkietierów. Akcję wspiera medalistka olimpijska Sylwia Gruchała a honorowy patronat objęła pierwsza dama. Autokar ruszy już 25 lipca do miejscowości Sierockie.

Dzięki akcji dzieci z niezamożnych rodzin mają szansę wyjechać na letni wypoczynek, często pierwszy raz w życiu. W tym roku również dzieci z Wałcza będą miały szansę spędzić wakacje poza domem. Sześćcioro z nich dzięki akcji wyjedzie na letnie kolonie w góry. Podopieczni oprócz zabaw i wypoczynku poznają 8 uniwersalnych wartości, które pomogą im zbudować pewność siebie i pokonywać trudno-

ści. Ideą akcji jest także przekonanie, że każde dziecko zasługuje na niezapomniane wspomnienia z wakacji oraz odpoczynek po roku szkolnym. Dlatego Funda-

cja Muszkietierów postanowiła zapewnić je swoim podopiecznym we współpracy ze szkołami, fundacjami, stowarzyszeniami, domami dziecka i lokalnymi instytucjami miejskimi. Akcja

obejmie blisko 1000 dzieci z całej Polski w wieku od 8 do 14 lat i potrwa do połowy sierpnia. Łącznie odbędzie się 9 kolonijnych turnusów w dwóch górskich miejscowościach: Murzasichle

i Sierockie oraz nad morzem w Dźwirzynie. Łącznie w ramach akcji wyjedzie blisko 1000 dzieci z całej Polski.

Oprac. AK



REKLAMA



## APTEKA

### CENTRUM ZDROWIA



67 258 36 56



519 331 094



ul. Wojska Polskiego 13/25  
(dawny Pewex), 78-600 Wałcz

APTEKA CAŁOTYGDNIOWA  
**7 DNI**  
W TYGODNIU

**OTWARTA 365 DNI  
W ROKU**

**Godziny otwarcia:**

Pon. - pt. 7.00 - 22.00  
sob. - niedz. 8.00 - 21.00



# Święto z nagrodami

**Uroczysta zbiórka z okazji święta policji, która 14 lipca odbyła się w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Wałczu, była okazją do wręczenia awansów oraz wyróżnienia funkcjonariuszy i pracowników cywilnych policji.**

Na uroczystość zaproszono m.in. komendanta wojewódzkiego policji mł. insp. Jacka Cegięłę, wicewojewodę Marka Subocza, przedstawicieli służb mundurowych oraz instytucji na co dzień współpracujących z policją. Historię polskiej policji przybliżył komendant powiatowy mł.

insp. Zbigniew Podhorodecki. - Mimo upływu wielu lat i zmiany stylu naszego życia, obowiązki i zasady postępowania przedwojennego funkcjonariusza policji nadal są aktualne. Policjant winien traktować wszystkich szanujących prawo obywateli, bez względu na ich stanowisko społeczne i wyznanie, równomiernie i z uprzejmością - mówił komendant. - Dzisiejsza policja nawiązuje do tradycji; czerpiemy najlepsze wzorce od naszej poprzedniczki tj. policji państwowej. Chcę też wskazać na szczególny charakter naszego zawodu.

To nie praca, to służba. Zdarza się, że popełniamy błędy, ale staramy się wyciągnąć z nich wniosek i skutecznie poprawić nasze zachowanie.

Komendant dziękował też za służbę.

- To dzięki waszej pracy odbieram gratulacje i podziękowania od mieszkańców naszego powiatu, od samorządowców i przełożonych - mówił Z. Podhorodecki. - Święto to też okazja do złożenia gratulacji waszym rodzinom. Szczególne podziękowania należą się też pracownikom cywilnym. To od waszej ciężkiej pracy zależy sprawne funkcjonowanie komendy.

Wręczono awanse na stopnie służbowe. Aspirantem policji zostali S. Galewski, D. Gryniewicz, S. Kołodziński, J. Lewandowski, D. Skrzypek; mł. aspirantem K. Antoniak, W. Baszczyn, P. Cybulski, B. Dalecki, G. Koperski; sierżantem sztabowym R. Malak, P. Przybylski, Ł. Szwerkolt, st. sierżantem P. Ciszewski, M. Janicka, P. Nadolny, R. Nieckarz, T. Kajszcza, A. Roman; sierżantem J. Moskalewicz, M. Ogrodska;

st. posterunkowym R. Gnoiński, P. Jazowiecki, M. Nicgórski.

Święto policji to także okazja do wręczenia nagród i wyróżnień. Nagrody starosty otrzymali podinsp. D. Sadowska, asp. szt. A. Kilijański, st. sierż. R. Nieckarz, nagrody burmistrza Wałcza st. sierż. A. Roman, asp. szt. A. Plich, st. sierż. M. Malinowski; nagrody wójta gminy Wałcz st. sierż. P. Kłos, asp. S. Kołodziński, mł. asp. B. Dalecki, asp. G. Furman. Burmistrz Człopy nagroził mł. asp. A. Gawlicką; burmistrz Tucznia sierż. szt. P. Kowalskiego i st. sierż. Ł. Paś, a burmistrz Mirosławca przekazał kierownikowi posterunku policji asp. szt. R. Wesołowskiemu dwie drukarki. Komendant wojewódzki wyróżnił pracownice cywilne wałeckiej komendy M Wiśniewską i U. Maciesza.

Podczas wojewódzkich obchodów święta policji w Szczecinie zostaną wręczone nagrody dla wałeckich policjantów. Asp. szt. J. Maćkowski zostanie odznaczony srebrnym medalem „Za długoletnią służbę”, brązową odznakę „Zasłużony Policjant” otrzymają

asp. szt. K. Kilijański i asp. szt. J. Błaszczyk.

- Święto policji to czas podsumowań i składania podziękowań. Chciałabym podziękować za tę trudną, niebezpieczną i wymagającą wielu wyrzeczeń służbę i pracę. Służbę tym trudniejszą ze względu na ostatnie wydarzenia z Wrocławia - mówił komendant wojewódzki mł. insp. J. Cegięła. - W całym kraju jest 15 tysięcy interwencji dziennie, w naszym województwie 1.200. Policjanci interweniując pomagają społeczeństwu. Dziękuję za codzienne stawianie czoła wyzwaniom i za to, że jesteście pomocni w zakresie bezpieczeństwa.

Komendant wojewódzki dziękował za realizację programów i wdrażanie nowych zadań; mówił również o ustawie modernizacyjnej i planowanych inwestycjach.

- Przyszłość widać w jasnych kolorach. Nam tylko pozostaje służyć i dobrze pracować, zgodnie z hasłem „pomagamy i chronimy” - podsumował J. Cegięła.

Po części oficjalnej goście obejrzeli krótki program artystyczny. k



REKLAMA

**1KADR.PL**  
**FOTOGRAFIA I FILM**  
**Z LOTU PTAKA**  
 LICENCJONOWANY OPERATOR UAV

- produkcje promocyjne
- nadzory budowlane
- ortofotomapy
- dokumentacje

**EVENTOWA**  
**OKOLICZNOŚCIOWA**  
**KORPORACYJNA I REKLAMOWA**

☎ **602-327-360**  
 👍 **fb.com/1kadr**

**DCM**  
 Firma **DCM Maschinenbau**  
 Sp. z o. o.

ze względu na dynamiczny rozwój przedsiębiorstwa poszukuje osoby chętnie do pracy na stanowiskach:

**- FREZER**  
**- SPAWACZ.**  
 Więcej informacji pod numerem telefonu:  
**602 - 553 - 178**  
 pod adresami mail'owymi:  
**d.lugowski@dcmwalcz.pl**  
**a.wisniewski@dcmwalcz.pl**  
 lub w siedzibie firmy przy ul. Kolobrzesckiej 39.



# Bajkowo i muzycznie

Od 3 do 14 lipca w Wałeczkim Centrum Kultury trwały warsztaty muzyczne „To moja bajka”, zorganizowane przez właścicielkę Studia Esti Esterę Naczk.

Na warsztaty zgłosiły się dzieci nie tylko z Wałcza, ale również z miejscowości oddalonych nawet o 50 km - Drawska Pomorskiego, Kalisza, Złocieńca, Człopy i Trzcianki. Najmłodszym uczestnikiem był trzylatek Kosma Nowicki z Trzcianki, a najstarszym 18-latek Adrian Kociuba z Recza. - To kolejne warsztaty, które zorganizowałam w Wałczu, ale chyba pierwsze z tak liczną frekwencją, mieliśmy bowiem ponad 40 uczestników - cieszy się E.Naczk. - Dzieci miały okazję nie tylko doszkalać swój warsztat wokalny pod moimi skrzydłami, ale także popracować nad dykcją z Hanną Spieczynską, nauczyły się prostych elementów akompaniamentu z Agnieszką Nowicką, malowały

z Karoliną Kwiatkowską i bawiły się rytmicznie z Darią Puską. Przez całe dwa tygodnie warsztatów towarzyszył mi mój przyjaciel, akompaniator, instruktor Studio Esti Czarek Górski oraz wspomagała mnie moja „prawa ręka” Agata Krzyżaniak. Finałem warsztatów był koncert dla wałczan, który odbył się 14 lipca przed WCK. Dzieci zaprezentowały na nim kilka utworów ze znanych bajek oraz piosenki autorstwa E. Naczki „To moja bajka” i „Bursztynowy kamień”, tę piosenkę w brawurowym stylu zaprezentowała Dominika Ptak.

Warto dodać, że obie piosenki znajdą się na płycie Studio Esti, której premierę zaplanowano na październik. Płyta jest wspólnym dziełem dzieci i młodzieży, stanowi zbiór autorskich piosenek E. Naczki dla dzieci i jest urodzinowym prezentem na 10-lecie działalności studia.

Oprac. AK



REKLAMA



## OGŁOSZENIE



o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta Wałcz

Na podstawie art. 11 pkt 10 ustawy z dnia 27 marca 2003r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (tekst jednolity Dz. U. z 2017r. poz. 1073) i art. 39 ust. 1 pkt 2, 3, 4 i 5 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (tekst jednolity Dz.U. z 2016 r., poz. 353 ze zmianami), uchwały Rady Miasta Wałcz nr VII/SXXI/125/16 z dnia 26 kwietnia 2016 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta Wałcz

### z a w i a d a m i a m

#### o wyłożeniu do publicznego wglądu:

- 1) projektu zmiany studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta Wałcz,
  - 2) prognozy oddziaływania na środowisko przyrodnicze,
- w dniach od **01 sierpnia 2017 roku do 31 sierpnia 2017 roku** w siedzibie Urzędu Miasta Wałcz (pok. Nr 112) w godzinach od **9:00 do 13:00**.  
Projekt studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta Wałcz będzie udostępniony do wglądu na stronach internetowych Urzędu Miasta Wałcz.

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie zmiany studium rozwiązaniami odbędzie się w dniu **09 sierpnia 2017 roku o godz. 10:00** w pok. nr 11 Urzędu Miasta Wałcz, Plac Wolności 1.

Zgodnie z art. 11 pkt 11) ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie zmiany studium może wnieść uwagi. Uwagi należy składać na piśmie do Burmistrza z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy w nieprzekraczalnym terminie do dnia **30 września 2017 roku**. Nieuwzględnione przez Burmistrza Miasta Wałcz uwagi rozpatruje Rada Miasta Wałcz.

Bogusława Towalewska  
Burmistrz Miasta



GRUPE  
POLDEM



Groupe Poldem Sp. z o.o. jest polską firmą produkującą meble tapicerowane, która istnieje już od ponad 18 lat. Na dzień dzisiejszy, zatrudniamy i współpracujemy z około 600 osobami w Polsce i za granicą. Nasze wyroby znane są zarówno na rynku polskim jak i na terenie niemal całej Europy. Jesteśmy cenieni za jakość, oryginalność i różnorodność. Lata doświadczeń zaowocowały wyróżnieniami podczas międzynarodowych targów meblowych i wielu prestiżowych konkursach w Polsce. Łącznie otrzymaliśmy 20 Złotych Medalii i 13 nominacji na międzynarodowych Targach w Poznaniu, „Diament Meblarstwa” w 2011, 2013, 2014, 2015, 2016 roku, „Produkt roku - Meble Plus” w 2013, 2014, 2015, 2016 i 2017 roku.

W związku z dynamicznym rozwojem firmy, planujemy zatrudnienie 350 osób ( pracowników produkcji ) w naszej grupie Poldem w tym 50 osób w zakładzie ILIKO Sp. z o.o. w Człopie.

**Poszukujemy:** -tapicerów  
-szwaczki  
-pracowników produkcyjnych

**Oferujemy:** - szkolenie zawodowe  
- umowę o pracę  
- stabilne zatrudnienie

Prosimy o przysyłanie CV na adres mailowy:

[rekrutacja.stella@poldem.pl](mailto:rekrutacja.stella@poldem.pl),

kontakt telefoniczny

[tel. 67 258 03 68; 698 629 602](tel:672580368)

lub o pozostawienie CV na dyżurce ochrony obiektu przy ul. Witosa 13/14 - Człopa







Do pomocy społecznej zgłasza się kobieta w sprawie zasiłku na dzieci. Urzędnik ją wypytuje:

- Ile ma pani dzieci?
- Dziesięcioro.
- Imiona?
- Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan, Brajan i Brajan.
- Rany! To nie jest bez sensu?
- Wie pan, jakie to wygodne? Wystarczy zawołać: „Brajan, obiad” i wszyscy przybiegają.
- A jak chce pani zawołać konkretnego?
- To wtedy wołam po nazwisku.

Idzie pijany facet na Górę Św. Anny i co parę kroków obija się o drzewo. W końcu siada na ziemi i zrezygnowany mówi:

- Poczekam, aż ta procesja przejdzie...

Facet grzebie coś przy kontakcie i woła żonę:

- Jadźka, potrzyмай mi ten kabelek.
- Żona bierze kabelek i pyta:
- No i co?
- Nic... Widocznie faza jest w drugim...

Do radzieckiego szeregowego podczas musztry podchodzi generał:

- Kto jest twoim ojcem?
- Józef Stalin, towarzyszu generale!
- Jak to? Stalin jest twoim ojcem?!
- Przecież Stalin jest ojcem wszystkich nas!
- Bardzo zadowolony z odpowiedzi pyta dalej:
- A kto jest twoją matką?
- Matka Rosja!
- Bardzo dobrze towarzyszu! Daleko w życiu zajdziecie! A kim chcielibyście zostać?
- Sierotą, towarzyszu generale!

## Zaginął 87-latek

Policjanci z wałeckiej jednostki poszukują zaginionego 87-letniego mieszkańca gminy Tuczo.

87-letni Adolf Penkala mieszka w Krępie Krajeńskiej (gm. Tuczo). 17 lipca wyjechał z domu szarym citroenem AX w nieznanym kierunku, do teraz nie wrócił i nie nawiązał kontaktu z rodziną.

Rysopis: wzrost 176 cm, waga 65 kg, szczupła budowa ciała,

włosy krótkie, siwe, niebieskie oczy, blizna po operacji na czole i policzkach, proteza zębowa.

W dniu zaginięcia ubrany był w granatowy sweter, ciemnoszare spodnie, czarne pantofle i brązową czapkę z daszkiem.

Osoby, które posiadają informację na temat miejsca pobytu zaginionego proszone są o kontakt z Komendą Powiatową Policji w Wałczu, ul. Kościuszki 33 lub telefonicznie na numer 997.

Oprac. mk



REKLAMA

**NOWE MIESZKANIA W WAŁCZU**

Al. Zdobyców Wału Pomorskiego, WAŁCZ | Ul. Obr. Westerplatte, WAŁCZ

**LEŚNY ZAKĄTEK**

SPRZEDAŻ • REZERWACJA

tel. 67 345 00 00, kom. 509 916 477, mail: nieruchomosci@r-man.pl, www.furman24.pl

REKLAMA

**SALON LAMP WAŁCZ**

**OŚWIETLENIE**

78-600 Wałcz, ul. Kołobrzeska 8  
PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK 10 - 18 SOBOTA 9 - 15  
**tel. 67 258 92 31**

- DOMÓW
- OGRODÓW
- BIUR
- MEBLOWE

● **NOWE KOLEKCJE 2017**

● **ŻYRANDOLE, PLAFONY, KINKIETY, SPOTY**

● **OŚWIETLENIE OGRODOWE I LEDOWE**

● **ŹRÓDŁA ŚWIATŁA LED PROMOCJE**

● **NOWE SERIE I KOLORYSTYKA: GNIAZDA, WŁĄCZNIKI, MODUŁY**

**11 LAT w WAŁCZU**





21.07.2017 r godz. 22:00

KINO NA TRAWIE – projekcja filmu „NIC ŚMIESZNEGO” /Promenada Jeziora Raduń/ wstęp wolny /

23.07.2017 r. godz. 16:00

Występ Zespołu „Chabry „- Obrzędy Weselne /schody przed WCK / wstęp wolny /

## Terminarz kina „Tęcza”

14 – 20.07.17 r.

„AUTA 3” godz. 17:45 – 2D / prod. USA / 13 zł / b.o /

14 – 20.07.17 r.

„VOLTA” godz. 20:00 /prod. Polska / 16 zł / 12 lat /

21-27.07.17 r.

„VOLTA” godz. 17:45 / prod. Polska /16 zł / 12 lat/

21-27.07.17 r.

„TO PRZYCHODZI PO ZMROKU” godz. 20:00 / prod. USA/ 16 zł / 15 lat /

# Dopisała aura i frekwencja

Ponad 1000 uczestników wzięło udział w biegu głównym oraz w biegach towarzyszących podczas 7 Waleckiego Festiwalu Biegowego. Oprócz frekwencji dopisała również pogoda, więc zabawa od początku do końca była przednia.

Organizacji festiwalu na zlecenie Urzędu Miasta podjęła się Fundacja Wychowanie przez Sport, organizatorzy przygotowali kilka tras. Od czasu kiedy zrezygnowano z fundowania nagród pieniężnych, do Wałcza przestali zjeżdżać „zawodowcy”, impreza zamieniła się w festiwal przebiegaczy i amatorów biegania bez względu na wynik, dla których liczy się wyłącznie dobra zabawa, a wywalczona lokata staje się sprawą drugorzędną. Start i meta usytuowane były, tak jak w roku ubiegłym, przy promenadzie nad jeziorem Raduń i ta lokalizacja okazuje się najlepsza. Muzyczną część prowadził ze sceny dziennikarz radiowej „Trójki” Michał Margański. Na boisku pobliskiego Gimnazjum nr 2 rozgłosiło się miasteczko LA, a mini-zawody lekkoatletyczne prowadził Sebastian Chmara.

W biegu głównym na dystansie 9999 metrów wystartowało 613 osób, w biegu BiegamBoLubię LASZ 106, a w marszu Chodź-BoLubię wzięło udział 35 uczestników. Ponadto zorganizowano biegi dla dzieci, w których na kilku dystansach rywalizowało ponad 400 maluchów.

- W naszej imprezie bierze udział coraz więcej osób - mówi naczelnik Wydziału Oświaty i Spraw Społecznych UM Anna Gródka. - Cieszy szczególnie fakt, że na uczestniczenie w biegu głównym zdecydowało się ponad 100 walczań. Chodzi nam również o to, aby uczestnicy się przebiali, a ten bieg jest już właśnie z tego znany.

Rzeczywiście przebiegaczy było co niemiara. Biegł człowiek - mumią i człowiek - żubr. Była Alicja z Krainy Czarów, cała czteroosobowa rodzina przebrana za postacie ze Star Treka, były postacie z Akademii Policijnej i Słonecznego Patrolu oraz wielu innych produk-

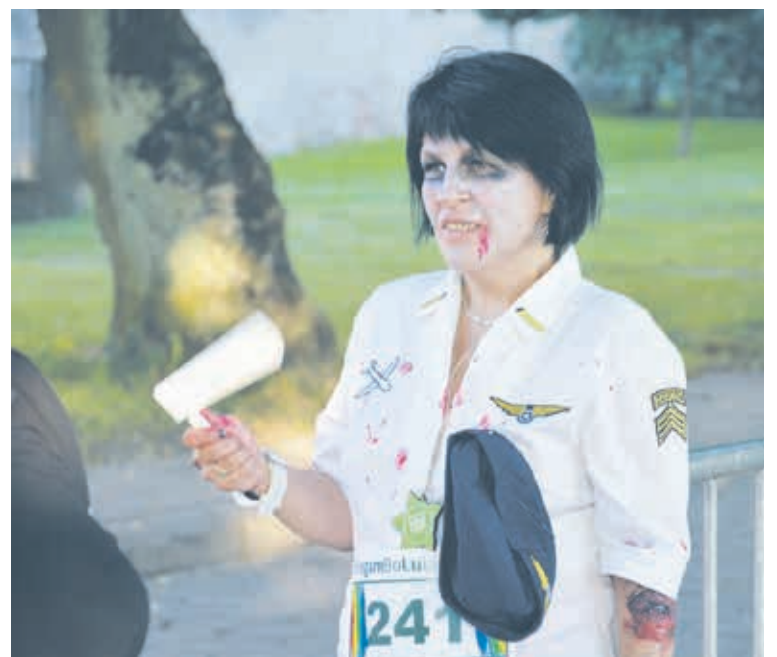
cji. Tak naprawdę to przebiegaczy wystąpili w roli głównej - budzili ogromne zainteresowanie i aplauz widzów.

Bieg na dystansie 9999 metrów wygrał Kamil Linka z Gwardii Piła, który trasę pokonał w 33 minuty i 8 sekund. 25 sekund później finiszował Michał Hulewicz z Gorzowa, a trzecie miejsce z wynikiem 35 minut i 55 sekund zajął Karol Czastka z Żagania. Najszybszą kobietą okazała się Agnieszka Janasiak z Poznania, którą wyprzedziło tylko pięciu mężczyzn. Najszybciej ten dystans z mieszkańców naszego miasta pokonał Rafał Predecki, który zajął 9. miejsce i stracił do zwycięzcy trochę ponad 5 minut. W sumie sklasyfikowano 443 osoby.

Wśród 106 uczestników BiegamBoLubię LASZ rozegranym na dystansie 5 kilometrów najlepiej spisał się Michał Kuster z Wysokiej, który uzyskał czas 15 minut i 59 sekund. Drugi był Szymon Drożdż ze Starej Łubianki, a trzeci Krzysztof Ročko z Czaplci.

Zwycięzcy otrzymali sprzęt sportowy, głównie akcesoria potrzebne biegaczom. Uhonorowano również najlepiej i najdowcipniej przebrane osoby. Konkurs na najbardziej oryginalne przebranie jeszcze się nie zakończył i dopiero po analizie zdjęć dowiemy się kto jeszcze otrzymał wyróżnienie.

piotr



Centrum Informacji Turystycznej  
czynne:  
wtorek – piątek od godz. 10:00 – 17:00  
sobota od godz. 09:00 – 16:00

Szczegółowe informacje odnośnie wszystkich imprez, zajęć, warsztatów oraz kółek zainteresowań będzie można uzyskać w Centrum Informacji Turystycznej i Kulturalnej (hol WCK) pod nr tel. 67 381 95 60 lub na stronie internetowej [www.wck.info.pl](http://www.wck.info.pl)

REKLAMA

KSERO/ WYDRUKI/ PRZEPISYWANIE PISM

w SAMYM CENTRUM MIASTA

Wałcz ul. Bankowa 2 (gwarantujemy pomoc i miłą obsługę)





# POLSKO-NIEMIECKIE SPOTKANIE NA MIEDZY



W sobotę 15 lipca br. w Tucznie odbyło się spotkanie przedstawicieli dwóch Euroregionów- Euroregionu Pomerania i Euroregionu Pro Europa Viadrina w ramach projektu pn. „Polsko – niemieckie spotkanie na miedzy”. Partnerami projektu byli Powiat Wałecki oraz Amt Oder- Welse. W spotkaniu uczestniczyli także przedstawiciele z Powiatu Strzelecko – Drezdeneckiego. Projekt został dofinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa (Fundusz Małych Projektów w

ramach Programu Współpracy Interreg V A Meklemburgia-Pomorze Przednie/Brandenburgia / Polska w Euroregionie Pomerania). Celem projektu było zacieśnienie współpracy transgranicznej pomiędzy partnerami oraz wymiana doświadczeń w zakresie współpracy różnych samorządów i organizacji pozarządowych oraz wzajemne poznanie kultury i historii regionów reprezentowanych w projekcie. Partnerzy przygotowali stoiska promocyjne promujące partnerskie regiony, a na scenie zaprezentowali program artystyczny. Dzień wcześniej

przedstawiciele Powiatu Wałeckiego i Amt Oder - Welse spotkali się, aby omówić dotychczasową współpracę i możliwości realizacji wspólnych projektów w roku 2018.

Zarówno dla uczestników polskich jak i niemieckich uczestnictwo w projekcie było okazją do poznania kultury i historii zaprzyjaźnionych regionów.



Projekt pn. „Polsko – niemieckie spotkanie na miedzy”, był dofinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz budżetu państwa (Fundusz Małych Projektów w ramach Programu Współpracy Interreg V A Meklemburgia- Pomorze Przednie/ Brandenburgia/ Polska w Euroregionie Pomerania).





# Odblaskowi

Z myślą o ich bezpieczeństwie rowerzystów policjanci z waleckiej drogówki przeprowadzają cykliczne działania profilaktyczne. Jedną z takich akcji odbyła się w poniedziałek 17 lipca.

Mundurowi przypominali o tym, że korzystanie z jednoślada to nie tylko przyjemność, ale także konieczność przestrzegania przepisów, rozdawali kamizelki odblaskowe oraz materiały profilaktyczne. Policjanci informowali

także o możliwości oznakowaniu roweru.

Policjanci przypominają: rowerzysto, na przejeździe dla rowerów masz teoretycznie pierwszeństwo, ale - po raz kolejny - pamiętaj, by sprawdzić najpierw, czy nadjeżdżający kierowca zwalnia i zamierza cię przepuścić. Nawet jeśli przejazd ma sygnalizację i masz zielone światło, nie zapominaj, że kierowca jadący z twojego kierunku lub z naprzeciwka również może mieć

zielone światło. Musisz zachowywać się tu tak samo, jak na przejeździe bez sygnalizacji świetlnej. Miej oczy dookoła głowy. Sprawdź hamulce. Nie żałuj dzwonka. Przede wszystkim musisz pamiętać o zasadzie ograniczonego zaufania i zawsze brać pod uwagę to, że kierowca może cię nie zauważyć, wymusić pierwszeństwo czy przekroczyć prędkość.

Oprac. AK



REKLAMA

## Sukces kryminalnych

Policjanci z Wydziału Kryminalnego waleckiej komendy zatrzymali 33-letniego mężczyznę, który w miejscu zamieszkania posiadał znaczne ilości narkotyków. Kryminalni zabezpieczyli blisko pięć kilogramów środków psychotropowych i 70 gramów środków odurzających.

13 lipca sąd przychylił się do wniosku prokuratora i zastosował wobec sprawcy tymczasowy areszt na trzy miesiące.

- 11 lipca policjanci pojechali do jednego z mieszkań w Wałczu. Z ich ustaleń wynikało, że w lokalu mogą znajdować się znaczne ilości narkotyków. Ich przypuszczenia szybko się potwierdziły, ponieważ podczas przeszukania część narkotyków znaleźli w po-

mieszczeniu piwnicznym, a pozostałe zakazane substancje były w skrzynce na listy znajdującej się na klatce schodowej budynku - relacjonuje rzecznik prasowy KPP w Wałczu mł. asp. Beata Budzyń. - Łącznie funkcjonariusze zabezpieczyli prawie 5 kilogramów amfetaminy i 70 gramów marihuany. Z zabezpieczonych substancji sprawca mógł przygotować 5 tysięcy porcji narkotyków. 33-letni wałczanin został zatrzymany i trafił do policyjnego aresztu.

Zgromadzony materiał dowodowy został przekazany do prokuratury. Przepięstwo jest zagrożone karą do 10 lat pozbawienia wolności.

Oprac. mk



## STUDIA LICENCJACKIE I INŻYNIERSKIE

PRAKTYKI ZAGRANICZNE

PRAKTYKI KRAJOWE

STUDIA DZIENNE I POPOŁUDNIOWE

DLA OSÓB W KAŻDYM WIEKU

AKADEMIK

WYSOKIE STYPENDIA



REKRUTACJA NA STUDIA

# PWSZ w Wałczu

UCZELNIA BLISKO CIEBIE

[www.pwsz.eu](http://www.pwsz.eu), tel. 67 250 01 87

ADMINISTRACJA

FINANSE I RACHUNKOWOŚĆ

KIERUNEK EKONOMICZNO-PRAWNY

ZARZĄDZANIE I INŻYNIERIA PRODUKCJI

INFORMATYKA W BIZNESIE I ADMINISTRACJI

PIELĘGNIARSTWO

PEDAGOGIKA

POŁOŻNICTWO

WYCHOWANIE FIZYCZNE



# Medale Korony

Już trzeci rok z kolei zawodniczki i zawodnicy Klubu Bokserskiego Korona zdobywają medale podczas Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży. Tym razem zabrakło złota, jednak walczenie wywalczyli jeden srebrny i trzy brązowe krążki.

OOM jest najważniejszą imprezą w kraju dla 15 i 16-latków. Do finałów zakwalifikowało się aż ośmiu reprezentantów Korony. Bardzo dobry początek miała Dominika Pogrzebska, która w drodze do finału olimpiady pokonała wszystkie przeciwniczki przed czasem. W walce o złoto również pokazała świetną formę, jednak sędziowie, stosunkiem głosów 2-1 uznali wyższość rywalki. Tym samym walczanka została wice mistrzynią Polski w swojej kategorii wiekowej.

Grzegorz Żmuda w ładnym stylu wywalczył awans do półfinału, lecz w walce o finał uległ rywalowi i musiał zadowolić się brązowym medalem. Również brąz wywalczyły Aleksandra Kucybała i Anna Bezhubka.

Niestety pozostała trójka nie miała szczęścia, Karina Szalowicz, Dawid Piasecki oraz Adrian Krefa już w pierwszych walkach trafili na bardziej doświadczonych rywali, którzy okazali się późniejszymi mistrzami kraju i odpadli z dalszej rywalizacji.

Oprac. p



REKLAMA

wizytówki od 99pln za 1000szt  
ulotki od 189pln za 1000szt  
zaproszenia na 4str od 199pln za 100szt

studio reklamy **extra**

[www.studioextra.pl](http://www.studioextra.pl), [biuro@studioextra.pl](mailto:biuro@studioextra.pl)

REKLAMA

**KLUB  
ABSTYNENTÓW  
"KORONA"**  
UL. WOJ.POLSKIEGO  
(BUDYNEK WSM)  
CZYNNY  
PONIEDZIAŁEK-  
PIĄTEK  
W GODZ. 17<sup>00</sup>- 19<sup>30</sup>

**KONTAKT:  
573 992 331**

**Budmet**

**Producent**  
stolarki okiennej PCV  
ZATRUDNI

- montażystów okien PCV
- pracowników na produkcję

**Kontakt:**  
[biuro@pw-budmet.pl](mailto:biuro@pw-budmet.pl), tel. 605 548 500  
**BUDMET, ul. Kołobrzaska 37**

**PULS**  
FITNESS CLUB



Od 1 czerwca 2017r.  
**KARNET OPEN**

**99 zł**

fitness, siłownia, trening personalny, konsultacje dietetyczne

**Fitness Club PULS**  
ul. Budowlanych 10, 78-600 Wałcz

tel. recepcja 67 259 71 26  
[skarobpu@fitness.pl](mailto:skarobpu@fitness.pl)  
Fitness Club PULS

[www.pulsfitness.pl](http://www.pulsfitness.pl)

**69 zł**

Od 1 czerwca 2017r.  
**KARNET JUNIOR**

dla uczniów i studentów do lat 21



# To nałóg



**Właściciel dwóch siłowni, mistrz Polski w Kettlebell Bold z 2015 r., trener personalny, sędzia kettlebell, zapalony crossfitowiec, wielbiciel treningu siłowego i sportów walki, który na bezludną wyspę najchętniej wziąłby girę. Pedagog resocjalizacyjny, logopeda, oligofrenopedagog, terapeuta pedagogiczny... I to wszystko w jednej osobie. Przed państwem Roland Gracz zwany Ronim.**

**Kiedy i jak zaczęła się twoja przygoda ze sportem?**

- Kolega mi dokuczał, bo byłem wręcz chorobliwie chudy. Postanowiłem, że się odgryzę. Miałem wtedy 17 lat. Zaczęłem ćwiczyć i po jakimś czasie udowodniłem mu, że jestem od niego silniejszy.

**Pięścią?**

- Nie, aż tak to nie. Kiedy próbował znowu mi dokuczać, złapałem go i przycisnąłem do ściany. Zrozumiał. Od tego czasu miałem spokój. I pasję. Ćwiczyłem przez całą szkołę średnią i studia. Teraz oprócz tego, że ćwiczę, prowadzę dwie siłownie.

**Studiowałeś coś, co miało związek ze sportem?**

- Nie. Skończyłem pedagogikę resocjalizacyjną, potem zrobiłem kilka podyplomówek: logopedię z emisją głosu, oligofrenopedagogikę i terapię pedagogiczną.

**Przelamujesz stereotypy na temat osób ćwiczących na siłowni. Powszechnie uważa się, że da**

**się z nimi porozmawiać tylko o pompowaniu bicepsów i ile podnoszą na „klatkę”...**

- Stereotypy zwykle są krzywdzące. Nie mówię o moim wykształceniu po to, żeby się chwalić, ale żeby udowodnić, że można łączyć studia, czy pracę z pasją. Nasi klienci często mówią, że chcą ćwiczyć, ale nie mają czasu. Potrafię im udowodnić, że czas zawsze się znajdzie. To tylko kwestia organizacji. W pewnym okresie swojego życia pracowałem na etat w szkole, kończyłem kolejne szkolenie i prowadziłem dwie siłownie. Urodziło mi się też dziecko. I nadal miałem na wszystko czas, ćwiczyłem przynajmniej 10 godzin w tygodniu.

Mam klienta, który przerwy w treningach tłumaczył brakiem czasu. Jest przedsiębiorcą. Prowadził wtedy dwa punkty. Rozpisałem mu dietę, popracowaliśmy nad planem dnia i rozkładem ćwiczeń. Po kilku miesiącach otworzył kolejny punkt, schudł i ciągle regularnie ćwiczy. Można? Można!

**Odbiegliśmy trochę od twojego wykształcenia. Na studiach pedagogicznych nie uczą, jak trenować innych...**

- Zacząłem od siłowni własnej roboty na osiedlu i trenowania na niej znajomych, było to jak miałem 18 lat, na studiach jako członek stowarzyszenia studentów opiekowałem się siłownią i oczywiście regularnie ćwiczyłem. Potem podjąłem pracę w domu dziecka, gdzie oprócz codziennych obowiązków, prowadziłem dla dzieci zajęcia sportowe. Później pracowałem w szkole, w miejscowości Łąkie, tam udało nam się własnymi siłami zorganizować szkolną siłownię. Zaszczepiłem swoją pasję wychowankom. Mimo że była to mała siłownia, młodzieży chcąc spędzać czas nie brakowało. Więc ciągle miałem z tym styczność, ale też kształciłem się w tym kierunku. Nie będę wymieniał wszystkich kursów i szkoleń, nie jestem w stanie tego nawet zapamiętać.

**Które są dla ciebie najważniej-**

**sze?**

- To na pewno kurs na trenera personalnego, instruktora kettlebell, gierowej sport, spinning/indor cycling i clubbell. Z maczugami też wiąże się ciekawa historia, bo razem z moją narzeczoną Basią jesteśmy pierwszymi w Polsce instruktorami, którzy uzyskali uprawnienia do prowadzenia zajęć z tej dyscypliny. Zrobiłem też szkolenia z cross fit, treningu funkcjonalnego, trampolin i wiele, wiele innych. Ważne jest też doświadczenie, które zdobyłem ćwicząc z czołowymi polskimi kulturystami, jak Emanuel Sobieszczyk, czy Robert Kiesz.

**Jaką dyscyplinę sportu uprawiasz najchętniej?**

- U mnie zawsze mieszały się trzy dyscypliny - siłownia, cross fit/kettlebell i sztuki walki, ostatnio najchętniej brazylijskie jujitsu.

**Co byś wziął na bezludną wyspę?**

- Kettle, albo najlepiej girę. Ciężar 24 albo 28, czy nawet 32 kilogramy, bo 24 to zaraz będzie za mało.

**Kiedy otworzyłeś pierwszą siłownię?**

- Profesjonalną 6 lat temu. Mieściła się na Zatorzu, a niekomercyjną otworzyłem jakieś 17 lat temu na osiedlu, na którym mieszkałem.

**To było spełnienie marzeń?**

- Tak, zdecydowanie. Jednak bardzo długo, przez około 5 lat, wydawało mi się to nierealne. Nie miałem pomysłu, pieniędzy, miejsca...

**Co się zmieniło?**

- Może to zabrzmiało dziwnie, ale ruszyłem do przodu po obejrzeniu filmu „Sekret”. Film mówi o pozytywnym nastawieniu, o tym, że jeśli bardzo się czegoś chce, można to osiągnąć. A ja chciałem otworzyć siłownię tak, jak tonały chce zaczerpnąć powietrza. W ciągu kilku miesięcy udało mi się wszystko zorganizować, przede wszystkim pieniądze na maszyny, które sporo kosztują.



**Napadłeś na bank?**

- Nie. Sprzedałem mieszkanie i garaż; bardzo pomogli mi też rodzice moi i Basi. Budynek wyremontowaliśmy na przykład własnymi siłami.

**Jak wygląda twój tydzień? Ile ćwiczysz? Co jesz?**

- Na siłowni robię przynajmniej 3 jednostki treningowe, każda z nich trwa godzinę z kawałkiem, do półtorej godziny, jeżeli robię dodatkowo cardio (np. bieżnię), oprócz tego zwykle dwa treningi brazylijskiego jujitsu, prowadzę cross fit, na którym oczywiście ćwiczę z klientami oraz gierowej sport, żebym był przygotowany na ewentualne zawody. Dieta jest zdrowa, zbilansowana, sam ją sobie rozpisuję. Jeśli mam jakieś wątpliwości, konsultuję się z zaprzyjaźnionymi specjalistami w tej dziedzinie. Wychodzę z założenia, że trzeba się ciągle uczyć, czerpać wiedzę od autorytetów, szkolić się, czytać badania i śledzić nowości. Po prostu chcę być dobry w tym, co robię.

**Jesteś pracowity, ambitny, uparty, dużo ćwiczysz, zdrowo się odżywasz, na wszystko znajdujesz czas. Jesteś cyborgiem.**

- Być może. W internecie są takie zabezpieczenia, które polegają na tym, że trzeba w okienko wpisać ciąg liter i cyfr, żeby udowodnić, że nie jest się robotem. Rzadko mi się to udaje...

**Powiedz, że popełniasz chociaż najmniejsze grzechy żywieniowe.**

- Oczywiście. Sobota jest w naszym domu dniem pizzy. Jestem po niej tak głodny, że chętnie w niedzielę wracam do zdrowej diety, chociaż nie ukrywam, że już po kilku dniach czekam na sobotę. To taka forma nagrody.

**Wyobrażasz sobie porzucić taki tryb życia, jaki teraz prowadzisz?**

- Absolutnie nie, to jest nałóg.


**Masz jakieś rady dla tych, którzy chcą ćwiczyć?**

- Całe mnóstwo, ale najważniejsze jest samo wyjście z domu, spróbowanie różnych dyscyplin i znalezienie tej, która naprawdę danej osobie odpowiada. Gwarantuję, że każdy taką znajdzie. Są setki możliwości, trzeba tylko spróbować.

**Dziękuję za rozmowę**

fot. B.Ćmiel

REKLAMA

 <p><b>MAX</b> Pośrednictwo Finansowo Ubezpieczeniowe</p>	<p><b>Monika Szymańska</b> ul. Kilińszczaków 25/2, 78-600 Wałcz (naprzeciwko poczty, 1 piętro) tel. 500 298 639, fax 67 258 80 33 czynne: pon.-pt. 9.00-18.00 sobota 9.00-13.00</p>	<p>ksero, fax kredyty fundusze inwestycyjne doładowania telefonów ubezpieczenia tłumaczenia dokumentów odszkodowania powypadkowe opłaty za media 2 zł</p>
--	---	---

REKLAMA

**UBEZPIECZENIA NA ŻYCIE I ZDROWIE**

**WSPARCIE FINANSOWE I MEDYCZNE**

Składki miesięczne od 26 zł

Wałcz ul. Wojska Polskiego 24  
Tel. 600 599 218  
www.ubezpieczenia24.info

**MOTOQZANIA** PROFESJONALNA NAPRAWA FELG

SERWIS OGUMIENIA I OLEJÓW

tel. 886-886-450

opony hamulce oleje

WWW.MOTOQZANIA.PL

**PRAKTYKA STOMATOLOGICZNA**

**lek.dent. Wojciech Kulesza**

rejestracja · 67 250 12 12, 602 110 217

wojkulesza@wp.pl www.kuleszadent.pl





MGN jest firmą, która łączy w sobie wieloletnie doświadczenie w dziedzinie automatycznej identyfikacji oraz produkcji materiałów eksploatacyjnych w postaci etykiet i taśm termotransferowych. Zespół MGN to wysoko wykwalifikowani specjaliści z dziedziny automatycznej identyfikacji z wieloletnim doświadczeniem praktycznym w branży. Budujemy najlepsze rozwiązania dla klientów w oparciu o najnowsze technologie AutoID, RFID, WiFi, kody kreskowe 1D i 2D oraz DPM.

## Operator maszyn konfekcyjnych (TTR, przewijarki konfekcyjne)

Miejsce pracy: Wałcz

W związku z dynamicznym rozwojem naszej firmy w Wałczu poszukujemy kandydatów na stanowisko:

### Wymagania :

- wykształcenie minimum zawodowe,
- mile widziane doświadczenie na stanowisku operator lub mechanik maszyn,
- atutem będzie doświadczenie w obsłudze maszyn cyklicznych, czasowych, przemysłowych,
- umiejętność organizacji swojego stanowiska pracy,
- samodzielność, dokładność, rzetelność,
- gotowość do pracy zmianowej.

### Zapewniamy:

- atrakcyjny system wynagrodzeń,
  - możliwość rozwoju,
  - gwarantujemy 2 miesięczne przeszkolenie stanowiskowe.
  - po 3 miesiącach wdrożenia gwarantujemy dodatki socjalne (basen, siłownia, dodatki do dojazdu do pracy)
- Aplikacje prosimy kierować na adres: [agnieszka.manicz@mgn.com.pl](mailto:agnieszka.manicz@mgn.com.pl) lub składać w siedzibie firmy przy ulicy Nowomiejskiej 78 w Wałczu.**  
**W tytule prosimy podać nazwę stanowiska, na jakie Państwo aplikują.**

## Pomocnik / Pomocniczka drukarza / Konfekcjoner

PRACA RÓWNIEŻ DLA KOBIET

Miejsce pracy: Wałcz

### OBOWIĄZKI:

- wykonywanie poleceń starszego drukarza związanych z obsługą maszyny drukującej,
- przygotowanie papieru,
- zebranie materiału niezbędnego do produkcji,
- przygotowanie farb i wprowadzanie ich do systemu komputerowego,
- utrzymanie porządku i czystości na stanowisku pracy,
- realizowanie zleceń konfekcyjnych i wysyłkowych zgodnie z ustalonymi wytycznymi,
- znakowanie produktów końcowych zgodnie z kartami specyfikacyjnymi,
- współpraca z pracownikami magazynu głównego.

### WYKSZTAŁCENIE:

- zawodowe/średnie;
- mile widziane doświadczenie na podobnym stanowisku

### WYMAGANIA :

- obowiązkowość,
- pracowitość,
- odpowiedzialność,
- staranność,
- dobra organizacja pracy własnej,
- odporność na stres.

### OFERUJEMY :

- możliwe zwiększenie wynagrodzenia po okresie próbnym,
- bardzo dobre warunki rozwoju zawodowego,
- możliwość zdobycia doświadczenia w pracy w drukarni,
- pracę w stabilnej firmie.

Praca zmianowa

**Termin składania dokumentów aplikacyjnych: do 16.08.2017 r.**

**Aplikacje prosimy kierować na adres: [agnieszka.manicz@mgn.com.pl](mailto:agnieszka.manicz@mgn.com.pl). W tytule prosimy podać nazwę stanowiska, na jakie Państwo aplikują.**

## Sprzątaczką

Miejsce pracy: Wałcz

### Opis stanowiska:

- wykonywanie prac związanych z utrzymaniem czystości w biurach, pomieszczeniach gospodarczych i na hali produkcyjnej

### Wymagania:

- doświadczenie w sprzątaniu,
- zaangażowanie w wykonywane obowiązki,
- obowiązkowość,
- dokładność,
- uczciwość,
- sprawność fizyczna

### Oferujemy:

- pracę na pełen etat w stabilnej firmie,
- przyjazną atmosferę.

**Aplikacje prosimy kierować na adres:**

**[agnieszka.manicz@mgn.com.pl](mailto:agnieszka.manicz@mgn.com.pl).**

**W tytule prosimy podać nazwę stanowiska, na jakie Państwo aplikują.**