

NASZ REGION

D O L N O Ś L A S K I

GAZETA
BEZPŁATNIA

Wałbrzych | Świdnica | Dzierżoniów | Świebodzice | Szczawno-Zdrój | Kamienna Góra | Bielawa | Głuszyca
Jedlina-Zdrój | Boguszów-Gorce | Strzegom | Jaworzyna Śląska | Czarny Bór | Mieroszów

nr 48 - PAŹDZIERNIK 2013

MIESIĘCZNIK WYSOKONAKŁADOWY

nakład: 50 000

PALISZ WĘGLEM?

**Wkrótce
może
być to
nielegalne!**

str. 3

**Armia Czerwona
opuszcza Świdnicę**

str. 10

**Zapadł wyrok
za śmierć pacjenta**

str. 2



Zapadł wyrok za śmierć pacjenta

- lekarze operowali przy świetle z telefonów komórkowych

Po czterech latach procesu w sprawie śmierci pacjenta, który zmarł podczas operacji w ciemnościach, zapadł wyrok, gdzie oskarżonym był dyrektor szpitala w Dzierżoniowie. Lekarze podczas feralnej operacji musieli wyciągnąć telefony komórkowe i oświetlać latarkami pacjenta, bo w szpitalu zgasło światło, a zasilanie awaryjne mógł włączyć tylko elektryk.

Sąd skazał byłego dyrektora szpitala w Dzierżoniowie Zbigniewa G. (rok pozbawienia wolności w zawieszeniu na dwa lata) oraz Lesława R. lekarza Oddziału Neurochirurgii Specjalistycznego Szpitala im. A. Sokołowskiego w Wałbrzychu (osiem miesięcy pozbawienia wolności w zawieszeniu na

dwa lata) za, zdaniem sądu, nieumyślną śmierć operowanego pacjenta w 2006 r. w dzierżoniowskim szpitalu. Według sądu obaj lekarze przyczynili się do śmierci pacjenta. Neurochirurg źle ocenił stan chorego, gdzie należało natychmiast przewieźć go do specjalistycznego szpitala, a nie jak w tym przypadku, pozostawić w dzierżoniowskim szpitalu. Dyrektor szpitala odpowiadał za stan oświetlenia awaryjnego, które było przestarzałe i wymagało długiego czasu załączenia przy obsłudze wyłącznie specjalisty - elektryka.

Kiedy latem 2006r. pan Bronisław Zub przewrócił się i uderzył w głowę, stracił przytomność, a następnie został przewieziony karetką pogotowia do

szpitala w Dzierżoniowie. Na miejscu lekarz stwierdza poważne pęknięcie czaszki i poleca natychmiastowe przewiezienie do innego szpitala na wyspecjalizowany oddział neurochirurgiczny. Jednak chwilę później inny lekarz - Lesław R. wydaje polecenie pozostawienia pacjenta i zaleca leczenie bez potrzeby operacji. Jednak stan 74-letniego pacjenta radykalnie się pogarsza i wtedy zapada nowa decyzja, że pacjent będzie jednak operowany, ale już na miejscu w Dzierżoniowie. Kiedy pan Bronisław Zub poddawany był nocą operacji, na-

stąpiła w szpitalu awaria oświetlenia, a zdesperowani lekarze stojący przy stole operacyjnym wyciągnęli swoje telefony komórkowe i kontynuowali operację. Mimo wysiłków lekarzy pacjent zmarł na stole operacyjnym.

Wyrok po sześciu latach od zdarzenia nie kończy sprawy, ponieważ obaj lekarze zapowiadają apelację od skazującego ich wyroku, a rodzina zmarłego pacjenta zapowiada kolejny proces o odszkodowanie za jego śmierć z winy lekarzy.

Elma

Stróże prawa

pobili mężczyznę

do nieprzytomności

Policjant i Strażnik Miejski na rynku w Sulikowie, po tym jak doszło między nimi a 57 mężczyzną do sprzeczki, skopali go do nieprzytomności i uciekli. Po zdarzeniu obaj zostali zatrzymani, ale żaden z nich nie przyznaje się do winy.



Do agresywnej napaści na pana Kazimierza doszło w samym rynku, w pierwszym tygodniu października. Poszkodowany niechętnie opowiada o zdarzeniu, czeka go długie leczenie, ma złamaną szczękę. Funkcjonariusze przyjechali do sklepu spożywczego, podobno od samego początku byli bardzo agresywni. Gdy doszło do pobicia pana Kazimierza, została wezwana Policja, ale napastnicy zdążyli uciec, natomiast nieprzytomnego mężczyznę zabrala karetka pogotowia. Po tym zdarzeniu obojga funkcjonariuszy zatrzymano, jednakże prokurator zwol-

nił ich za poręczeniem w wysokości 5 tys złotych.

Podjeźrzany policjant został odsunięty od czynności służbowych, a strażnik miejski przebywa na zwolnieniu lekarskim. Według informacji z obu jednostek, komendanci czekają na wyjaśnienie sprawy. Jeżeli zarzuty potwierdzą się, policjant i strażnik miejski zostaną zwolnieni dyscyplinarnie. Jednocześnie grozi im proces karny, za który to czyn grozi im do 5 lat pozbawienia wolności.

Alexandra

R E K L A M A

Usługi kominiarskie "Krzyś"

Mistrz Kominiarski

- roczne przeglądy kominów
- wydawanie opinii
- odbiory budynków
- montaż wkładów kominowych renomowanych firm
- czyszczenie przewodów kominowych (dymowych, wentylacyjnych oraz spalinowych)

tel. kom. 662439348; tel. 74 8727594; e-mail: uk-krzys@o2.pl

BS Skiba

www.skiba.bosch-service.pl

- ✓ przeglądy rejestracyjne i okresowe
- ✓ diagnostyka silników
- ✓ elektronika i elektryka
- ✓ układy hamulcowe
- ✓ klimatyzacja
- ✓ serwis zawieszenia
- ✓ wymiana oleju
- ✓ serwis ogumienia

NOWOŚĆ
- WYMIANA SPRZĘGIEL DSG

Al. Podwałe 1, 58-314 Wałbrzych
telefon: 74 664 20 17, 74 840 83 30
Godziny otwarcia: pon.-pt. 8.00-21.00, sob. 8.00-13.00

BEZPŁATNA POMOC W UZYSKANIU WYŻSZEGO ODSZKODOWANIA
tel. 696 365 216



Miałeś wypadek będąc pasażerem, pieszym, kierowcą, rowerzystą?
Straciłeś bliską osobę?
Miałeś wypadek w pracy?
Odniosłeś szkodę majątkową?
Zostałeś poszkodowany w wyniku błędu lekarskiego?

Nie pobieramy żadnych opłat wstępnych i zaliczek

Bezpłatna weryfikacja | Bezpłatny dojazd do Klienta | Bezpłatna pomoc prawnika
| Bezpłatne prowadzenie sprawy

Naszym wynagrodzeniem jest prowizja od uzyskanego odszkodowania

KRBP Sp z o.o. Europejski Program Ochrony Prawnej
Aleja Wyzwolenia 2/5, 58-300 Wałbrzych, www.krbp.pl

tel. 696 365 216
e-mail: grzegorz.szulczyk@krbp.pl

Tomasz Cukiernik

www.tomaszcukiernik.pl

Palisz węglem?

wkrótce może być to nielegalne!

Według przygotowanego przez rząd Donalda Tuska programu antysmogowego, od 2020 roku Polacy nie będą mogli palić w piecach węglem. Tego wymaga Unia Europejska. Oznacza to kilkukrotne zwiększenie kosztów ogrzewania.

Zakaz palenia węglem zaszkodzi wszystkim. Przede wszystkim mieszkańcom, którzy najpierw będą musieli wydać kilkanaście tysięcy złotych na nowe instalacje gazowe czy elektryczne, a potem płacić znacznie więcej za ogrzewanie domu. Inne formy ogrzewania niż węglem są kilka razy droższe. Oznacza to, że oszczędności w paleniu węglem sięgają co najmniej kilku tysięcy złotych rocznie, co w polskim niezbyt bogatym społeczeństwie jest kwotą niebagatelną.

100 tysięcy ludzi na bruk

Po drugie, zakaz zaszkodzi polskiemu górnictwu i branży wólkogórnicznej. Szacuje się, że w wyniku wprowadzenia zakazu palenia węglem tylko w górnictwie pracę straci co najmniej 25 tysięcy ludzi, a w branżach kooperujących dodatkowo około 75-100 tysięcy ludzi. - Klóć się trochę deklaracje premiera [Donalda Tuska - TC] z jego wcześniejszymi deklaracjami wygłaszanymi na targach górniczych w Katowicach - mówił w Telewizji Silesia Adam Gorszanów, prezes Izby Gospodarczej Sprzedawców Polskiego Węgla. - W imię takich bardzo iluzorycznych celów ekologicznych usiłuje wyeliminować z rynku cały system dystrybucyjny węgla, z drugiej strony jest to uderzenie w polskie górnictwo węgla kamiennego - dodał. Po trzecie, stracą samorządy, które dofinansowując wymianę pieców, nie będą miały pieniędzy na alternatywne inwestycje, jak choćby remonty mieszkań komunalnych, które na przykład w Wałbrzychu nie są w najlepszym stanie.

W rzeczywistości polski węgiel i tak jest mało konkurencyjny w stosunku do węgla importowanego z powodu wysokich kosztów jego wydobycia. To z kolei jest efektem pozostawiania niemal całej branży górniczej w rękach państwowych i silnej pozycji roszczeniowych związków zawodowych. Do tego unijna dyrektywa wymusiła wprowadzenie w 2012 roku niekorzystnej akcyzy na węgiel i koks, co poza wpływem na cenę miało także negatywne konsekwencje związane z nadmierną papirologią. W rezultacie polski węgiel jest tak drogi, że bardziej opłaca się go sprowadzać z bardzo daleka. W 2012 roku polskim kopalniom nie udało się sprzedać około 7 mln ton węgla, podczas gdy elektrownie i elektrociepłownie kupiły ponad 11 mln ton węgla z Rosji, Ukrainy, Czech, USA, RPA czy nawet Kolumbii. Zdaniem ekspertów, aby polski węgiel był konkurencyjny, koszty jego wydobycia muszą zostać obniżone o ok. 10-15 proc.

Unia uderza w nasze kieszenie

W 2015 roku zacznie obowiązywać

unijna dyrektywa, która do roku 2020 nakaze Polsce poprawę jakości powietrza. Jeśli nie dostosujemy się do tego prawa, to Bruksela będzie nakładać na nas wysokie kary finansowe, które mogą sięgać kilkuset tysięcy euro... dziennie. - Unii Europejskiej, która ma swój pakiet klimatyczny, będzie zależało na takich [ekologicznych - TC] zakazach - mówił w Radiu Opole Patryk Jaki, poseł z Solidarnej Polski. - Gdyby takie obostrzenia weszły w życie, oznacza to potężne uszczuplenie budżetów domowych - zaznacza jednocześnie.

Problem polega na tym, że na Zachodzie - we Francji, Hiszpanii, Belgii czy w Niemczech nie było zakazu palenia węglem kilkadziesiąt lat temu, kiedy te kraje dopiero zaczynały się bogacić. Ani ludzie, ani firmy nie płacili żadnych opłat ekologicznych, które teraz na biednej Polsce wymuszają władze w Brukseli. Ponadto takim krajom, jak Francja czy Belgia nie zależy na węglu, bo zrezygnowano z energetyki węglowej na rzecz choćby atomowej. - Jeśli w Unii Europejskiej tak jest [palenie alternatywne zamiast węglem - TC], to proszę porównać relatywne ceny prądu czy gazu w stosunku do płac. To jest w ogóle nieporównywalne do sytuacji w naszym kraju - mówi „Naszemu Regionowi Dolnośląskiemu” Zbigniew Madej, dyrektor Biura Komunikacji Kompanii Węglowej z Katowic, największej spółki górniczej w Europie. - Nie mówimy, że do końca życia i jeden dzień dłużej będziemy ogrzewać węglem, ale jak popatrzeć się na tzw. miks energetyczny w Polsce, to węgiel nadal będzie zasadniczym źródłem energii, a już na pewno za siedem lat. Nie ma alternatywy dla węgla w Polsce - podkreśla.

Kraków liderem, a Wałbrzych za nim

Należy jednak zaznaczyć, że znacznie gorsze spaliny wydostające się z kominów domowych kotłowni to efekt spalania różnego typu odpadów i śmieci, a nie węgla. Szczególnie przy spalaniu węgla dobrej jakości w nowoczesnych piecach emitowane spaliny są stosunkowo mało szkodliwe. A problem ze spalaniem śmieci nie jest błahy. W wielu domach pali się wszystko co popadnie: różne odpady, plastik, gumę. Tylko podczas zimy 2012-13 krakowska straż miejska interweniowała ponad dwa tysiące razy w sprawie palenia w piecach śmieciami, nakładając 72 mandaty o łącznej wartości 8,5 tys. zł.

Wchodząc przed rządowy szereg, sejmik województwa małopolskiego uchwalił niedawno „Program ochrony powietrza dla województwa małopolskiego”, który już teraz wprowadza ograniczenia w spalaniu węgla na terenie Krakowa, a całko-

wity zakaz miałby zacząć obowiązywać za pięć lat. Samorząd ma - co prawda - dopłacać do wymiany pieców na gazowe, ale według szacunków koszty rezygnacji z węgla będą gigantyczne. Tylko redukcja emisji z sektora komunalnego ma kosztować 2,24 mld zł. Opolszczyzna też ma swój program antysmogowy, ale jest on zdecydowanie mniej radykalny niż ten w Krakowie.

A jak to wygląda w naszej okolicy? Roman Szelemej, prezydent Wałbrzycha z PO, chce, by zlikwidowano piece węglowe w ciągu siedmiu lat. Samorząd ma finansować wymianę instalacji, a w niektórych przypadkach - także wysokie rachunki za ogrzewanie ekologiczne. Oczywiście prezydent Wałbrzycha ma rację, bo wszyscy chcemy żyć w czystym środowisku. Jednak należy zastanowić się

nad kosztami, jakie są związane z likwidacją pieców i instalacji węglowych na rzecz alternatywnych. Niestety nasze społeczeństwo nie jest na tyle bogate, żeby to było możliwe do realizacji w krótkim czasie. Dlatego trzeba całą sprawę dokładnie przemyśleć, a realizację rozłożyć na lata. Tym bardziej że w Wałbrzychu i okolicach, podobnie jak na Górnym Śląsku, wiele rodzin pali węglem, bo dostaje go za darmo w ramach deputatów. Ale w Wałbrzychu jest jeszcze jeden problem: bieda szyby. W starych dzielnicach miasta jak Sobięcín, Nowe Miasto czy Podgórze jest to jedyny dochód dla sporej rzeszy bezrobotnych (niektórzy mówią o 10-20 procentach tych ludzi). Jeżeli przestanie się ogrzewać mieszkania węglem, to z czego będą żyć ci ludzie? Pójdą kraść?

EKOLOGICZNE I EKONOMICZNE OGRZEWANIE

eco PARTNER

REDUKUJ KOSZTY

do 30% mniej!

✓ ogrzewanie mieszkania 50m2 za ok. 250zł średnio miesięcznie (w sezonie grzewczym),

✓ bez pozwoleń,

✓ szybki, czysty montaż,

✓ ogrzewanie do mieszkań, domów, firm.

Eco Partner

Nowoczesne ogrzewanie dla domu i firmy

Kontakt:

telefon: 513 784 777

infolinia: 801 011 350

www.najtanszeogrzewanie.pl

Arka Noego na Dolnym Śląsku

Buduje Arkę Noego pod Lwówkiem Śląskim, bo odkrył w skamieniałościach morskie muszle i jest pewien, że kiedyś było tu morze. Nie oczekuje jednak powodzi, pragnie aby jego budowla wpływała na wyobraźnię ludzką.

fot. Arka Noego zbudowana przez Johana Huibersa- Holandia

Konstruktor i budowniczy Arki Noego pochodzi z Pławny Górnej w pobliżu Lwówka Śląskiego na Dolnym Śląsku. Przeznaczył swoją ziemię i własne oszczędności na budowę czterdziestometrowej Arki. Dariusz Miliński jest artystą plastykiem, od czterdziestu lat maluje obrazy. Jednak tym razem postanowił zrealizować się w czymś znacznie większym. *Na tej ziemi myślałem, żeby wybudować kilka domków i sprzedać, ale później pomyślałem po co mi te pieniądze, ileż będę hulał i tańczył przejem i nic z tego nie zostanie. Sprzedałem więc kilka swoich obrazów i kupiłem stare stodoły.*

To otulone solą kilkusetletnie drewno ma w sobie historię, głosy dziejów i energię prostych bogobojnych ludzi. Zatrudniłem miejscowych, aby je rozebrali i z tych starych desek powstanie Arka,

a w niej zgromadzone zostaną relikwie świętych i różne dziwne światła.

Ale nie tylko pan Dariusz wpadł na pomysł wybudowania arki. W ubiegłym roku Holender Johan Huibers zbudował replikę Arki w oryginalnym rozmiarze. Było to spełnienie jego życiowego marzenia. Żeby zbudować statek, bardzo dokładnie przestudiował Księgę Rodzaju, w której jest jego najobszerniejszy opis. To już jego druga replika. Pierwsza była mniejsza, znajdowały się w niej naturalnej wielkości modele zwierząt. Zbudował ją, ponieważ chciał udowodnić, jak wiele zwierząt może pomieścić o połowę mniejsza arka. Arka mieści się w Dordrecht i jest udostępniona do zwiedzania. Nasza dolnośląska Arka Noego będzie już udostępniona do zwiedzania w maju przyszłego roku.

Alexandra

Zabił trzy osoby, dostał tylko dwa lata więzienia!

Skandaliczny wyrok sądu za potrącenie ze skutkiem śmiertelnym trzech osób zapadł w Jeleniej Górze. 17-latek nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdami mechanicznymi, a mimo to wsiadał wielokrotnie za kierownicę. Fatalnego dnia na jego drodze znalazły się trzy osoby przechodzące przez pasy. Kierowca nie wyhamował, wjeżdżając

czynienia rodzinom zmarłych, co nawet nie wystarczy na ich pochówek. Całe zdarzenie miało miejsce w sierpniu ubiegłego roku w Cieplicach. Sprawca zeznał, że nie zauważył na pasach całej trójki, bo był rozkojarzony, a na liczniku nie miał więcej niż 60km/h. Jednak biegły sądowy nie zgodził się z tym i postawił



w przechodniów, których zabił, a następnie uciekł z miejsca zdarzenia. Sąd wycenił ten czyn na 8 miesięcy więzienia za każde pozbawione życie. Łącznie Mateusz P. dostał 2 lata pozbawienia wolności, a zgodnie z prawem będzie mógł starać się o warunkowe przedterminowe zwolnienie po odbyciu połowy kary, tj. po roku. Jeżeli jego ocena resocjalizacyjna przebiegnie prawidłowo, będzie on mógł cieszyć się wolnością po 12 miesiącach spędzonych w celi. Sąd dodatkowo orzekł zaledwie 10 tysięcy zadościu-

swoją tezę, że sprawca jechał najmniej 80km/h a w tym miejscu było ograniczenie do 50km/h. Obok młodocianego kierowcy siedziała 17-letnia koleżanka, przed którą być może chłopak chciał się popisać. Zabił wtedy starsze małżeństwo w wieku 79 i 80lat oraz ich znajomą w wieku 74lat. Cała trójka wracała z działki do domu i zapewne nie spodziewała się, że na pasach dla pieszych grozi im takie niebezpieczeństwo.

Elma

0 zł

zak
CENTRUM NAUKI I BIZNESU
OGÓLNOPOLSKA SIĘĆ SZKÓŁ POLICEALNYCH

Wpisowe
Zaświadczenia
Legitymacja
Egzaminy
Indeks

**Brak JAKICHKOLWIEK
UKRYTYCH opłat i kar!**

Gramy w otwarte karty!

Walbrzych
Rynek 20, tel. 74 843 30 30
www.walbrzych.zak.edu.pl

**Możliwość zapisu
ONLINE!**

0 zł

WARTO ZMIENIĆ BANK NIE TYLKO DLA PIENIĘDZY

Zmień bank na Bank Zachodni WBK – już trzeci największy w Polsce.

Załącz Konto Godne Polecenia, które poleca aż 96% Klientów.

Weź udział w promocji i odbierz do 700 zł nagrody.

Ciesz się wygodnym dostępem do konta dzięki aplikacji mobilnej BZWBK24.



odbierz do

700 zł
nagrody

1 9999 | bzbwbk.pl

Bank Zachodni WBK

Bank Zachodni WBK S.A. – 3. bank w Polsce pod względem funduszy własnych i wyniku finansowego brutto (wg „Rzeczpospolitej” z dnia 11.09.2013 r.) oraz liczby placówek (wg „Rzeczpospolitej” z dnia 12.09.2013 r.). Wartość 96% Klientów, którzy założyli w Banku Konto Godne Polecenia, została określona na podstawie ogólnopolskiego badania oceny poziomu zadowolenia Klientów z Konta Godnego Polecenia, przeprowadzonego przez agencję badawczą GfK Polonia za czerwiec 2013 r. Szczegóły oferty, informacje o opłatach i prowizjach oraz regulamin promocji „Nawet 700 zł czeka na Ciebie – edycja 2” obowiązującej od 16 września 2013 r. do 11 listopada 2013 r. dostępne są w placówkach Banku Zachodniego WBK S.A., na stronie bzbwbk.pl oraz infolinii 1 9999 – opłata za połączenie zgodna z taryfą danego operatora. Promocja dotyczy Klientów, którzy dokonają zakupu Pakietu Konta Godnego Polecenia oraz spełnią pozostałe warunki promocji. Stan na 16.09.2013 r.

Nie ma nawet dwóch lat, a już uciekła z domu

Gdy mama zasnęła, jej półtoraletnia córeczka w kapciach i letniej odzieży wyszła sama na ulicę. Gdyby nie zainteresowanie jednego z przechodniów, kto wie jak by się ten spacer zakończył.

Nie trudno sobie wyobrazić, jak zaskakujący może być widok, gdy w zimny październikowy dzień mała dziewczynka ubrana w letnią odzież i kapcie maszeruje. Dziecko na ulicy Mickiewicza w Świdnicy zauważył przechodzień, który powiadomił Straż Miejską. Funkcjonariusze Straży Miejskiej przewieźli dziewczynkę do szpitala. W tym samym czasie, gdy służby

mundurowe rozpoczęły poszukiwania rodziców dziecka, na komisariat policji zgłosiła się kobieta z zawiadomieniem o zaginięciu dziecka. W złożonych wyjaśnieniach kobieta podała, że wychowuje czwórkę dzieci i gdy usypiała najmłodsze – trzymiesięczne, sama zasnęła. Po obudzeniu, jednego z dzieci nie było w domu. Była przekonana, że te zabrała babcia na spacer. Dopiero po powrocie babci do domu bez dziec-

ka, kobieta wszczęła alarm. Tajemnicą pozostanie, jak półtoraletnia dziewczynka sama sobie otworzyła drzwi, a może w ogóle nie były zamknięte? Po wnikliwych oględzinach w szpitalu, dziecko całe i zdrowe wróciło do mamy, jednakże strach pomyśleć, co by było gdyby w porę na jej drodze nie stanął zatroskany przechodzień.

Alexandra

artykuł sponsorowany

Fakt nie do podważenia

Jerzy Gronek od 12 lat prowadzi gabinet bioenergoterapii w Wałbrzychu. W trakcie długiej praktyki udało mu się wypracować własną teorię leczenia. Nie korzysta z innych wzorców, ani też na nikim się nie opiera. Dzięki bezpośredniemu kontaktowi z pacjentami doskonale wie co jest dla nich dobre i jak powinna przebiegać terapia. Każdy zabieg trwa ok. 50 min. Pierwszy kwadrans pierwszego zabiegu przeznaczają na skanowanie ciała energetycznego jak również ciała fizycznego. Niesamowite! Działa z dokładnością tomografu komputerowego.

Jerzy Gronek leczy energią, do której przekonali się już niejedni sceptycy. Do wałbrzyskiego bioenergoterapeuty zgłaszają się chorzy z całej Polski oraz dzwonią i przyjeżdżają z zagranicy. Proszą o pomoc, o wysyłanie energii, o rozmowę, o wizytę. Jak przyjadą raz to nie ma takiej siły, która mogłaby ich powstrzymać od kolejnych spotkań z mężczyzną, aby doprowadzić leczenie do końca. Dlaczego? Twierdzą, że Jurek pomaga! Bo jego energia przenika całe ich ciało!

**Krystyna Zdun
z Wałbrzycha**

...”Do Jurka zgłosiłam się z rwą kulszową, zawrotami głowy, nadciśnieniem i cukrzycą, a później jeszcze z brodawczakiem na podniebieniu. Podczas zabiegów odczuwałam silne ciepło przepływające przez całe ciało, głównie w miejscach dotkniętych bólem. Po paru zabiegach rwa kulszowa ustąpiła w lewej nodze, uregulowało się ciśnienie i zniknęła cukrzyca. Szok przeżyłam kiedy dowiedziałam się o nowotworze. Na początku brodawczak na podniebieniu rósł w takim tempie, że lekarze chcieli od razu operować. Po pierwszej wizycie u Jur-

ka brodawczak zatrzymał się, a na następnych wizytach zaczął maleć i cofać się. Po 7 wizytach po brodawczaku nie pozostał żaden ślad. Lekarz prowadzący nie mógł uwierzyć, nazwał to cudem. I tak do dziś odwiedzam regularnie gabinet Jurka. Pomaga i leczy kiedy tego potrzebuję. Od ponad 25 lat miałam zdiagnozowaną powiększoną lewą komorę serca. Niedawno wykonałam USG serca. Wynik był rewelacyjny i brzmiał: jamy serca nie powiększone, bez zaburzeń kurczliwości w spoczynku, zastawki serca w ocenie Dopplerowskiej prawidłowe, bez pływu w worku osierdziowym.

Myślę, że nic dodać nic ująć- energia jaką Jurek dysponuje po prostu leczy.

Grzegorz z Wrocławia

Do p. Gronka trafiłem w kwietniu 2012r. Z nawracającymi problemami z kręgosłupem. W 2005 r. dolne kręgi w kręgosłupie lędźwiowym uległy poważnemu uszkodzeniu doprowadzając do złamania kompresyjnego kręgosłupa ze skrzywieniem prawostronnym miednicy wskutek wypadku.

Przez blisko 3 lata lekarze eksperymentowali na mnie z różnymi lekami próbując pomóc-jednak jedynym skutkiem było doprowadzenie mojej wątroby do

skrajnego wyczerpania. Na p. Jurka trafiłem pewnego dnia przypadkiem przeglądając internet, na jego stronie inne osoby potwierdzały, że im pomógł. Nie brakowało też świadectw osób chorujących na różnego rodzaju schorzenia kręgosłupa. To mnie przekonało i już po 3 pierwszych zabiegach u niego zacząłem czuć się lepiej.

Zmniejszył się ból w obu częściach kręgosłupa-piersiowym i lędźwiowym. Po ok.10 zabiegu zacząłem jak kiedyś uprawiać sporty, a w pracy mogłem pracować fizycznie.

W sumie po 30 zabiegach mogę powiedzieć: było warto! Parokrotnie wyko-



JERZY GRONEK

MISTRZ BIOENERGOTERAPII, MISTRZ REIKI,
UZDROWICIEL

GABINET MEDYCYNY NIEKONWENCJONALNEJ
„ZAKŁAD PRZYRODOLECZNICZY” - „UZDROWISKO
SZCZAWNO-JEDLINA”,
UL. SIENKIEWICZA 1, SZCZAWNO-ZDRÓJ
I PIĘTRO – POK. 129 I 130.

www.jerzy-gronek.pl
informacja i rejestracja w godzinach:
12.00-17.00 pod nr: 602-219-370
i 20.30-21.30. pod nr: 724-177-761

nałem badania RTG oraz rezonansu magnetycznego, które najlepiej potwierdzają, że wyleczenie wszystkich schorzeń kręgosłupa jest faktem. Dzisiaj prowadzę aktywny tryb życia i najważniejsze bez bólu. Dla energii p. Jurka nie ma rzeczy niemożliwych i potrafi wyleczyć z każdej choroby, co potwierdzają osoby, które przez te kilka miesięcy poznałem.

Pacjenci Jerzego Gronka chętnie opisują swoje przypadki, a na dowód przynoszą i zostawiają wyniki „diagnozy od różnych specjalistów lekarzy (przed i po zabiegach u bioenergoterapeuty). Wszystkie opisane przypadki są do wglądu w gabinecie bioenergoterapeuty i na stronie internetowej.

JESIEŃ W PRZEDSZKOLU



Co zrobię z kasztanami?

**Z tych trzech będą grzybki.
Ładnie je wyglądę,
w kępke mchu zieloną
jak w lesie posadzę.**

**Nad czwartym kasztankiem
potrudzę się chwilę
i zrobię dla mamy
koszyczek do szpilek.**

**Piątemu dam rączki
i nóżki z patyka.
Będę miał zgrabnego
kasztanka – ludzika.**

Hanna Zdzitowiecka

Tel. 602 231 533

PRZEDSZKOLA, KTÓRE OD RODZICÓW POSIADAJĄ MANDAT ZAUFANIA

Wałbrzych:

Przedszkole Niepubliczne BAJKA
oraz Oddział Żłobkowy
ul. Bogusławskiego 2 Wałbrzych
tel. 74 84 232 09
tel. 502 249 174

Przedszkole Niepubliczne
JEDYNECZKA
ul. Mickiewicza 17a Wałbrzych
tel. 74 84 263 40 lub 46
tel. 666 557 921

Świebodzice:

Przedszkole Niepubliczne
Koniczynka
Osiedle Sudeckie 12 Świebodzice
tel. 74 640 27 21

Przedszkole Niepubliczne
Koniczynka I
ul. Świdnicka 32-34 Świebodzice
tel. 74 854 02 46
tel. 602 231 533

Boguszków-Gorce:

Przedszkole Niepubliczne
Koniczynka II
ul. Warszawska 1 Boguszków-Gorce
tel. 74 84 40 455

Miejski „snajper” czy zwyczajny idiota?

Z wiatrówką polował na autobusy

W samym śródmieściu Świdnicy
czaił się na swoim balkonie,
a następnie strzelał z wiatrówki
do miejskiego autobusu.

Kierowca komunikacji miejskiej prowadząc swój autobus na ul. Wrocławskiej w Świdnicy, nie spodziewał się że, może dojść do takiego niecodziennego zdarzenia. Kiedy wjeżdżał na skrzyżowanie z ul. 1-go Maja usłyszał brzęk tuczącego się szkła. Natychmiast zatrzymał autobus i spojrzał w miejsce skąd doszły go niepokojące odgłosy. Z przerażeniem dostrzegł, że w jednym z okien pojazdu jest uszkodzona szyba.

W tym samym czasie spostrzegł, że w pobliskiej kamienicy z jednego z balkonów ktoś bardzo szybko schował się do domu, a następnie w oknach tego mieszkania zasłonięto rolety i zgaszono światło. Przed godziną 20, w połowie października jest już ciemno, więc takie zachowanie wzbudziło podejrzenie u kierowcy autobusu, który dostrzegł związek z wybitą szybą.

Kiedy wezwani policjanci zapukali do wskaza-

nego mieszkania sprawa okazała się jasna. Jeden z dwóch mężczyzn (26 latek) przebywających w mieszkaniu, od razu przyznał się, że strzelał ze śrutu do autobusu. W pokoju zabezpieczono również wiatrówkę, z której „miejski snajper” strzelał. Głupia zabawa mogła zakończyć się tragedią pasażera, a dowcipny „strzelec wyborowy” nie uniknie teraz konsekwencji prawnych.

Feliks

Chciała umrzeć przez matkę alkoholicką

17-letnia dziewczyna targnęła się na własne życie, bo nie wytrzymała presji matki alkoholiczki. Wyrodna matka przez lata znęcała się nad trójką dzieci, które pokornie znosiły jej agresję, aż do chwili gdy jedno z nich próbowało popełnić samobójstwo.

Dramat rodziny zamieszkującej w Żarowie trwał od wielu lat. Urzędnicy, policja i szkoła nic nie zrobili, aby zapobiec tragedii. Matka samotnie wychowująca trójkę dzieci wpadła w nałóg alkoholowy. Była bezlitosna wobec nich. Potrafiła nocą obudzić je i wyrzucać z

domu, biła i obrzucała wulgaryzmami, szarpała, niszcząc im ubrania. Dzieci próbowały chować się przed własną matką, wylewały jej alkohol, ale kobieta wpadała w jeszcze większą furję.

Kiedy w sierpniu br. 41-letnia matka upijała się sama w domu, jej 17-

letnia córka nie mogła na to patrzeć. Chwyciła za butelkę wódki i pozostała jej zawartość wylała do zlewu. Kobieta wpadła alkoholowy amok i nie zważając na konsekwencje, pobiła swoją córkę. Dzieci zadzwoniły na Policję, ale zanim ta przyjechała, kobieta zaczęła wy-

zywać nastolatkę, życzyła jej śmierci i namawiała do tego, aby popełniła samobójstwo, bo jest dla niej tylko ciężarem. Dziewczyna nie wytrzymała presji psychicznej i chwyciła za nóż wbijając go sobie w brzuch. Jej życie uratowali wcześniej wezwani funkcjonariusze Policji. Obecnie rozpoczyna się proces wyrodnej matki, która nawet po wytrzeźwieniu i odsiadce w

areszcie nie widzi nic złego w swoim zachowaniu. Uważa się za bardzo dobrą matkę. Niedługo sąd wyda wyrok w jej sprawie, a za znęcanie się na dzieci i przyczynienie się do próby samobójczej, kobieta może zostać skazana do 12 lat pozbawienia wolności.

Feliks

NASZ REGION

Prowadzisz własną firmę?

Lokalnie jej nie widać?

Nie istniejesz dla Klientów!

My natomiast jesteśmy w każdym domu.

Gazeta Nasz Region Dolnośląski

e-mail: gazeta.naszregion@wp.pl

www.dolnyslask24.info.pl

Biuro Ogłoszeń:
tel. 604 05 86 85

NASZ REGION DOLNOŚLĄSKI

GAZETA BEZPŁATNA

Siedziba: ul. Niepodległości 114, 58- 303 Wałbrzych

Redaktor naczelny: Dariusz Gustab
Biuro Ogłoszeń: tel. 604 05 86 85;

e-mail: gazeta.naszregion@wp.pl

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
forumpolskie@wp.pl

Skład: TPNET - Studio Graficzne;
www.pawezka.pl

Druk: Polskapresse Poligrafia
o/Wrocław

Redakcja nie odpowiada za treść
reklam i artykułów sponsorowanych.

Światowy dzień zwierząt

– coraz więcej ginących gatunków

Każdego roku przybywa ok. 50 nowych pozycji na czerwoną listę zagrożonych wyginięciem roślin i zwierząt. Raport ONZ bije na alarm. Człowiek powoli zostaje sam na Ziemi! Obchodzony w październiku światowy dzień zwierząt ma uzmysłwić ludziom, że sprawa jest bardzo poważna.

Naukowcy twierdzą, że istnieje realne zagrożenie przejścia przez naszą planetę fali wymierania gatunków. W naszej historii już raz przeżyliśmy takie zjawisko, kiedy z kosmosu uderzyła w Ziemię kometa. Dziś to nie kosmos stał się zagrożeniem, ale przyczyną wymierania może stać się dzieło człowieka.

Rabunkowa działalność ludzi na terenach lasów, w głębi ziemi oraz na wodach, czyni spustoszenie w naturze, zanieczyszcza ją i powoduje nieodwracalne zmiany. Wpływ ludzkości na zmianę ekosystemu staje się coraz bardziej widoczny. Jednym z takich czynników jest stopniowe podnoszenie się temperatury. Ta natomiast może przyczynić się do całkowitego wyschnięcia wielu mokradeł.



Ograniczenie ilości wody będzie miało swoje następstwa w zanikaniu różnorodności roślin, a te stanowią podstawowy pokarm wielu zwierząt. Innym niepokojącym zjawiskiem jest masowe zabijanie zwierząt, w tym również kłusownictwo, zatruwanie środowiska przez przemysł oraz rozbudowywanie infrastruktury miast. Coraz częściej negatywnie ingerujemy w naturalne środowisko roślin i zwierząt, będąc zupełnie obojętni, że jesteśmy „siewcami” śmierci.

W ostatnich 150-200 latach kilkakrotnie zwiększyło się wymieranie ssaków i ptaków. Aż 61 tys. gatunków widnieje na liście zagrożonych. „Na pod-



stawie badań nad 9 tysiącami populacji i prawie 2700 gatunków ssaków, ptaków, gadów, płazów i ryb wiemy, że ich liczebność zmniejszyła się w skali globalnej o jedną trzecią. Największy spadek odnotowano w strefie tropikalnej, gdzie populacja zwierząt lądowych zmniejszyła się o ponad 40 proc., a populacja zwierząt żyjących w morzu nawet o 60 proc. W morzach dramatyczny spadek liczebności – o 74 proc. w ciągu 50 lat – został odnotowany w przypadku dorsza atlantyckiego. Z kolei na lądzie liczebność tygrysów zmniejszyła się aż o 70 proc.” – podkreśla Paweł Średziński z WWF Polska. Tak często obok zwierząt i ich dramatu podchodzimy obojętni odwracając głowę i udając, że bestialskie znęcanie, głodzenie, zamarzanie zimą zwierząt nas nie dotyczy. Jak podkreśla Średziński – zabijanie zwierząt, wyginięcie wielu gatunków nie uratuje policja, przepisy prawne ale codzienna, dobra wola i świadomość każdego człowieka.

Dariusz Gustab



Zaadoptuj – Podaruj jemu życie

Jeden śliczny kotek szuka domu. Przyszedł na świat w piwnicy starego budynku, w ostatniej chwili ocalony przed okrutną śmiercią. Wesoły i zabawny kociak spragniony ciepłego domu i opiekuńczości, to jedyna jego szansa aby żyć. Większość małych, bezdomnych kotków nie radzi sobie w środowisku i często nie jest w stanie przeżyć nawet pierwszej zimy. Czekają na dobrych ludzi, którzy podarują mu życie. Kotek jest bardzo ufny i przyzwyczajony do ludzi. Przeszedł już wizytę u lekarza weterynarii, potrafi załatwiać się w kuwecie, jest odpchłony.

Kontakt:

tel. 604 05 86 85



Polscy Islamiści dalej dokonują uboju rytualnego!

Złamano polskie prawo i dokonano w woj. podlaskim uboju rytualnego. Obrońcy praw zwierząt protestowali, ale Policja odmówiła interwencji w sprawie znęcania się nad zwierzętami.

Do zdarzenia doszło w Bohonikach w woj. podlaskim. Polscy wyznawcy islamu rozpoczęli obchody czterodniowego Święta Ofiarowania.

W ubiegłym tygodniu mufti Tomasz Miśkiewicz z Muzułmańskiego Związku Religijnego w RP zapowiedział, że podczas obchodów święta odbędzie rytualny ubój rytualny. Oświadczył wówczas, że „społeczność muzułmańska w Polsce ma prawo do uboju rytualnego zwierząt zgodnie z wiarą, tradycją i obyczajami

mniejszości tatarskiej”. Działacze OTOZ Animals skarżyli się, że mimo wielokrotnych prób telefonicznych podejmowanych też w obecności dziennikarzy, nie uzyskali pomocy Policji. Zamierzali bowiem w jej asyście wejść na posesję, uniemożliwić ubój i zabrać zwierzęta. Rzecznik podlaskiej policji wyjaśniał, że policja „nie znalazła powodów do interwencji” w Bohonikach. Między obrońcami zwierząt a wyznawcami islamu doszło do przepychanek słownych. Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi także wydało komunikat i przypomniało, że od 1 stycznia 2013 r. możliwe jest dokonywanie uboju zwierząt według szczególnych metod wymaganych przez obrzędy religijne.

źródło:wp.pl

Armia Czerwona opuszcza Świdnicę

W latach dziewięćdziesiątych XX w. żołnierze Armii Czerwonej w mieście czuli się jak u siebie, a każde działanie zmierzające do wydalenia ich z miasta kończyło się agresją. Próbowano zastraszyć ówczesnego Prezydenta Miasta. Pod Urząd Miejski podjeżdżali komandosi, a w nocy czerwonoarmiści strzelali z kałasznikowów a w mieście pojawiały się informacje, że do Świdnicy wjadą sowieckie czołgi.

20 lat temu z Polski wyjeżdżali żołnierze spod znaku czerwonej gwiazdy

Gdy Europa wschodnia w latach dziewięćdziesiątych odzyskiwała wolność i ZSSR pogodził się z opuszczeniem swoich wojsk z terenu Niemiec, Czech i Węgier, to żołnierze z czerwoną gwiazdą nie mieli zamiaru wyjeżdżać z Polski.

Położenie geostrategiczne oraz geopolityczne Polski było na tyle ważne, że wojska radzieckie nigdy nie miały zamiaru opuszczać naszego kraju, a jedynie miał zmienić się ich charakter. Planowano wtedy jedynie skomercjalizować bezterminowo stacjonowanie wojsk radzieckich w Polsce. Rosjanie zgodzili się na wycofanie wojsk z Polski tylko ze względu na spójną politykę i stanowczość w obranym stanowisku politycznym ówczesnej Czechosłowacji i Węgier.

9 kwietnia 1991 r. uznany został za początek oficjalnego wycofywania wojsk

radzieckich. W całym 1992 r. wycofano z Polski ponad 35 tys. żołnierzy, około 200 samolotów, w tej liczbie 150 bojowych, 220 czołgów, ok. 770 wozów pancernych, 153 dział powyżej 100 mm, 126 wyrzutni i 24 kutrów torpedowych. Pozostało ponad 4 tys. żołnierzy rozlokowanych w 20 miejscowościach. 18 września 1993 r. ostatni żołnierze rosyjscy wyjechali z warszawskiego Dworca Wschodniego do Rosji. W naszym kraju stacjonowało ponad 100 tys. radzieckich żołnierzy wraz z rodzinami w 15 województwach. Jednym z miast, gdzie duży obszar zajmowały koszary wojskowe była Świdnica.

Świdnica była pierwszym wolnym miastem od Armii Czerwonej

Były prezydent Świdnicy w latach 1990–1991 - Jacek Drobný wspomina ten czas w filmie „Europa środkowa idzie na wolność”: „W dziewięćdziesiątym roku jak zostałem Prezydentem

Świdnicy zlikwidowałem największy garnizon Armii Czerwonej w Polsce, zanim jeszcze rząd Mazowieckiego podpisał jakąkolwiek umowę o ich wycofaniu. Oficerowie sowieccy byli bardzo zdziwieni moją postawą, wielokrotnie skarżyli się, że jeśli będę tak dalej postępował, to doniosą na mnie do Warszawy. Jednym z podstawowych problemów z jakim musiałem się wtedy zmagać, to były trzy kompleksy koszarów Armii Czerwonej w mieście, obejmujące półkołem całe centrum Świdnicy. Nie pytałem nikogo i nie ustalałem z nikim, po prostu zacząłem wyprowadzać Rosjan z miasta do koszar w Legnicy. Jak przyszedł sierpień 1991r., to w Świdnicy żołnierzy już nie było. To mniej więcej wyglądało tak, że w ciągu dnia wojsko oddawało całą ulicę, protokołem zdawczym mienia do urzędu, a nocą zajeżdżały ciężarówki wojskowe i ci sami czerwonoarmieje co w dzień zdawali budynki przy, rabowali z tych obiektów wszystko co się dało. Jak się zorientowałem co się dzieje, to wymusiłem na lokalnej Milicji, aby postawić przy tej części koszar zdanych, posterunki mili-

cyjne, aby pilnowali mienia. Nocą żołnierze sowieccy podjechali ciężarówkami i zaczęli strzelać z kałasznikowów i przestraszeni milicjanci zwinęli się, a następnego dnia poskarżyli się, że Rosjanie ich ostrzeliwują w nocy. W materiałach archiwalnych pewnie można jeszcze odnaleźć dokument, w którym widnieje skarga na mnie, że jeżeli dalej będę postępował tak nierozważnie, to generał Dubynin zrealizuje swoje zapowiedzi i wprowadzi pułk pancerny do miasta, żeby zrobić ze Świdnicą porządek. Zdarzało się też tak, że pod Urząd Miasta podjeżdżały samochody wojskowe ze „SPECNAZ-em” (wojsko do zadań specjalnych - komandosi - przyp. autora)”

Dwadzieścia lat po opuszczeniu przez żołnierzy sowieckich miasta, większość nieruchomości została zagospodarowana i odnowiona, jednak w wielu jego częściach do dziś można odnaleźć pozostałości po stacjonujących tu czerwonoarmistach, żywe są też wspomnienia wśród starszej części mieszkańców.

DAG

Nie był dentystą a leczył zęby

Miał swój gabinet i wykonywał w nim usługi protetyczne, a z czasem również zaczął leczyć zęby. Przez dwa lata nikt nie zapytał o jego uprawnienia.

Przyjechał z Ukrainy i wynajął pomieszczenie na terenie powiatu bolesławieckiego. Początkowo wykonywał w nim usługi protetyczne, aby następnie, kiedy zaszła potrzeba, również leczyć zęby. Przez dwa lata nikt go nie zapytał o uprawnienia, aż do feralnego dnia, gdy do drzwi zapukała Policja. Wtedy to okazało się, że stomatolog tak naprawdę nie jest stomatologiem. Jak informuje asp. Anna Kubik-Rościszewska - oficer prasowy KPP w Bolesławcu: „w chwili kie-

dy policjanci zatrzymali obywatela Ukrainy, mężczyzna wykonywał usługi stomatologiczne. Zatrzymany przyznał się do wykonywania usług protetycznych oraz stomatologicznych. Za te czyny, o które jest podejrzany, grozi mu pozbawienie wolności do 3 lat”.

Mężczyzna jest pochodzenia ukraińskiego i ma 48 lat, a jego uprawnienia na usługi protetyczne nie są ważne na terenie Polski. Nie przeszkadzało to jednak mieszkańcom wsi, by w gabinecie, gdzie na

drzwiach powinien widnieć napis: „Wchodzisz na własną odpowiedzialność”, korzystać z jego usług. Być może niska cena za „leczenie” kusila, ale czy ryzyko było tego warte? A może wszyscy we wsi wiedzieli, że pseudo lekarz nie ma uprawnień i wierzyli, że niebezpieczeństwo jakie czyhało za drzwiami tzw. gabinetu jest mniejsze niż w polskich publicznych gabinetach służby zdrowia.

Alexandra



Rumianek - król ziół

ganizmów. Warto skorzystać z tego, co oferuje nam hojna natura.

Rumianek zawdzięcza swoje zdrowotne właściwości zawartemu w nim olejowi eterycznemu (od 0,3 do 1,2%), w którego skład wchodzi chamazulen, α-bisabolol, spiroeter. Zawiera także flawonoidy, związki kumarynowe, śluz, cholinę, sole mineralne.

Jest to środek przeciwzapalny, rozkurczowy. Ma działanie przeciwalergiczne, antybakteryjne i uspokajające. Reguluje trawienie, działa moczopędnie. Jest przy tym tak delikatny, że bezpiecznie można go podawać nawet niemowlętom. Wspaniałe właściwości powodują, że rumianek jest składnikiem wielu mieszanek ziołowych sprzedawanych w aptekach oraz kosmetyków. Napar z rumianku można stosować zarówno wewnętrznie (pić) jak i zewnętrznie (przemywać skórę).

Herbatka z rumianku łagodzi zaburzenia żołądkowo-jelitowe (zarówno nieżyt jelitowy jak i zatwardzenie), rozładowuje gazy, uśmierza ból i napięcie jamy brzusz-

nej. Likwiduje nudności. Świetnie zdaje egzamin jako środek przeciwko bólom brzucha o podłożu nerwowym, stresowym. Poprawia apetyt i trawienie. Małym dzieciom przynosi ulgę w przypadku kolki jelitowej.

Rumianek pomaga także w grypie i przeziębieniach. Obniża gorączkę, łagodzi kaszel i ból gardła.

Przypadłości kobiece: rumianek ma właściwości rozkurczające mięśnie oraz uspokajające. Dlatego złagodzi bóle miesiączkowe. Pomaga także w bólach głowy związanych z napięciem przedmiesiączkowym. Ponadto likwiduje mdłości w czasie ciąży, relaksuje spazmy macicy. Bywa, że niektóre kobiety piją rumianek podczas porodu by złagodzić ból. Herbatki z rumianku zmniejszają objawy menopauzy.

Napar rumiankowy to napój uspokajający. Można go z korzyścią pić na skołataną nerwy; zmniejsza on bowiem nerwowość i wahania nastrojów. Od wieków jest zalecany na bezsenność. Jako środek przeciwbólowy warto go pić na bóle głowy, migreny, bóle reumatyczne, bóle mięśni, bóle ucha, zębów, nerwobóle. Jest to środek naturalny, bezpieczny – nie obciąża organizmu tak jak leki.

Rumianek. Ten skromny niepozorny kwiat jest królem wśród ziół. Ulży w chorobie, przyda urody.

Rumianek pospolity (*Matricaria chamomilla* L.) od wieków znany jest jako roślina lecznicza. I tak właśnie nam się kojarzy – jako zioło, które piją tylko chorzy ludzie. Jednak wspaniałe właściwości rumianku mogą nam służyć na co dzień, poprawiać samopoczucie, korygować pewne niedoskonałości naszych or-

ZIOŁA Z UPRAW EKOLOGICZNYCH

HERBATY ZIOŁOWE, SUPLEMENTY DIETY – POLECANE PRZY RÓŻNYCH DOLEGLIWOŚCIACH

Sklep „Kropka” Wałbrzych - dzielnica Podgórze ul. Niepodległości 114
tel. 533 174 397 (ok. 2 km od Galerii Victoria)

Stoiska Firmowe Producentów ekologicznych herbat i ziół



Herbaty Ziołowe
z Upraw Ekologicznych – Certyfikowane
duży wybór:

Bio-energia
Bomba witaminowa
Dla Niejadka
Na chrypkę
Morwa biała
Fitnes
Mitorzębowa
Przy Depresji
Dla Nerwusów
Dla Serduszka
Rozgrzewająca Eko
Polecana przy miażdżycy
Polecana przy alergii
Wspomagająca krążenie
Wspomagająca pracę nerek
Wspomagająca pracę wątroby
Dla „Żołądkowców”
Polecana przy depresji
Polecana przy cukrzycy
Polecana przy nadciśnieniu
Polecana przy zgadze
Uodparniająca
Bądź zdrow z zieleń jeżówki
Trzuskowa Eko

Właściwości miodu



Miód ma walory odżywcze i lecznicze. Jest łatwo przyswajalny przez organizm. Enzymy nadają temu produktowi cechy leku, gdyż wiążą toksyny. Żelazo zawarte w miodzie jest prawie całkowicie przyswajalne przez organizm człowieka. Zawartość inhibiny i rutyny sprawia, że ma on wyraźne działanie bakterio-bójcze. U osób wyczerpanych pracą, miód powoduje szybką regenerację organizmu. Jest jedynym w swoim rodzaju środkiem odżywczym dla serca, a także lekiem przy niedomaganiach tego organu. Miód korzystnie wpływa na układ nerwowy, uspokaja, wzmacnia pracę umysłową, zwalcza migrenowe bóle głowy, zwiększa odporność na zakażenia i infekcje oraz ma działanie przeciwzapalne. Dodatkowo ma zastosowanie w leczeniu dróg oddechowych, układu krążenia, układu pokarmowego, wątroby, układu nerwowego, chorób wewnętrznych i zewnętrznych.

Właściwości miodu lipowego

Działa on antyseptycznie i uspokajająco. Dla wzmocnienia jego działania dobrze jest dodać go do herbaty z kwiatu lipowego. Zastosowanie swoje znajduje w stanach gorączkowych, kaszlu, zapaleniu oskrzeli. Miód ten skuteczny jest przy leczeniu przeziębienia, w stanach niepokoju i bezsenności. Ma jasnożółtą barwę i ostry smak, z wyczuwalnym posmakiem lipy. Miód lipowy szczególnie ceni się za cechy wspomagające leczenie przeziębienia i grypy. Miód lipowy ma działanie antybiotyczne, przeciwgorączkowe i przeciwkaszlowe. Ułatwia zasypianie, łagodzi stres i równoważy ciśnienie.

Właściwości miodu rzepakowego

Stosowany jest głównie przy schorzeniach płucnych i sercowych. Poza tym również przy zaparciach, schorzeniach wątroby, nerek i przewodu moczowego. Miód rzepakowy jest słodki z gorzkawą nutą i odznacza się słomkowym kolorem. Zawiera olejki eteryczne, witaminy, aminokwasy i dużą ilość glukozy. Bardzo szybko ulega krystalizacji, pod wpływem której staje się niemal biały. Miód rzepakowy ma właściwości detoksacyjne, jest łagodny dla wątroby. Lecznicze właściwości miodu rzepakowego wykorzystuje się przy schorzeniach serca i stanach zapalnych górnych dróg oddechowych. Przyspiesza gojenie się ran i chroni przed zakażeniem.

Właściwości miodu wielokwiatowego

Miód ten stosowany jest przy różnego rodzaju alergiach oraz katarze siennym. Jak każdy miód ma właściwości lecznicze serca i chorób przeziębieniowych. Ma żółtą barwę, po skryształizowaniu przybiera kolor jasnobrunatny. Jest bardzo słodki. Właściwości miodu wielokwiatowego wy-

korzystuje się przy takich dolegliwościach jak: anemia, zmęczenie, zapalenie gardła, przeziębienie. Miód wielokwiatowy pomocny jest w leczeniu chorób serca, regulacji ciśnienia oraz alergii. Polecany jest szczególnie osobom uczulonym na pyłki roślin, dzięki niemu łatwiej znosi się wiosenne alergię.

Właściwości miodu akacjowego

Zalecany jest diabetikom, przy przeziębieniach i trudnościach trawiennych oraz schorzeniach nerek i przewodu moczowego. Miód akacjowy zawiera dużą ilość fruktozy, a także izo flawony i glikozydy. Bardzo wolno się krystalizuje. Miód akacjowy przyspiesza regenerację błon śluzowych żołądka, przez co zapobiega chorobom wrzodowym żołądka i dwunastnicy, wspomaga także trawienie. Właściwości miodu akacjowego wykorzystywane są również przy schorzeniach nerek i dróg moczowych. Ten rodzaj miodu ma działanie bakterio-bójcze i moczopędne.

Właściwości miodu gryczanego

Zastosowanie znajduje przy leczeniu nieżytów górnych dróg oddechowych. Sprzyja tworzeniu się kostnicy i przez wzgląd na swoje właściwości zaleca się jego spożywanie przy złamaniach. Pomocny jest w stanach wyczerpania nerwowego, a także przy leczeniu miażdżycy, nadciśnienia, zapaleniu nerek i przy grykach gorączkowych. Zawiera dużo białek i pierwiastków. Ma on ciemną barwę bursztynową i płynną konsystencję. Po skryształizowaniu kolorem przypomina mocną herbatę. Miód gryczany łatwo rozpoznać po ostrym, lekko piekącym smaku. W odróżnieniu od innych rodzajów miodu, miód gryczany zawiera substancję wzmacniającą i oczyszczającą naczynia krwionośne - rutynę. Z tego powodu jest on po-

lecany zwłaszcza osobom starszym, szczególnie narażonym na schorzenia układu krwionośnego. Rutyna ma także właściwości przyspieszające gojenie ran zewnętrznych i wewnętrznych. Miód gryczany jest bogaty w minerały i witaminy. Ze względu na dużą zawartość magnezu zaleca się jego spożywanie przy stanach wyczerpania nerwowego. Bursztynowy nektar korzystnie wpływa również na pamięć.

Właściwości miodu spadziowego

Miód ten zawiera dużo białka, a tym samym posiada większe wartości odżywcze i lecznicze od miodów nektarowych. Stosowany jest przy anemiach i zaburzeniach przemiany materii. Ze spadzi iglastej leczy się nieżyt górnych dróg oddechowych. Miód ten powstaje z lepkiej substancji występującej na drzewach i krzewach takich jak: świerki, jodły, sosny, modrzewie, dęby, klony, lipy, brzozy, buki, wierzy, głóg. Ma charakterystyczny zielonkawy kolor i korzenny smak, jednakże spośród wszystkich rodzajów miodu jest najmniej słodki. Właściwości miodu spadziowego wykorzystywane są do produkcji syropów wykrztuśnych. Miód spadziowy ma również działanie przeciwzapalne i antybakteryjne.

Właściwości miodu wrzosowego

Lecznicze właściwości miodu wrzosowego wykorzystywane są głównie przy schorzeniach układu moczowego, kamicy nerkowej, zapaleniu jelit i biegunkach. Znajduje również zastosowanie w leczeniu prostaty. Ma barwę ciemnobrunatną, po skryształizowaniu - pomarańczową i uzyskuje konsystencję galaretowatą. Charakteryzuje się ostrym, gorzkim smakiem. Ze względu na antyseptyczne właściwości, po miód wrzosowy warto sięgnąć w stanach zapalnych jamy ustnej.

Agnes

POLSKIE MIODY SAMO ZDROWIE

Stoisko firmowe - SKLEP "KROPKA", Wałbrzych - dzielnica Podgórze,
ul. Niepodległości 114, (ok 2 km od Galerii Victoria), tel. 533 174 397

MIODY PITNE

MIODY Z BIESZCZAD MIODY Z MAZUR

MIÓD wielokwiatowy i rzepakowy
Cena miodu 19,99 zł/kg

MIÓD: lipowy, gryczany, akacjowy
Cena miodu 23,50 zł/kg

Polecamy także miody:
spadziowy, wrzosowy,
oraz malinowo-mniszkowy

Lepiej ogranicz spożycie soli

Dzienne zapotrzebowanie organizmu na sól wynosi 5 mg (jedna łyżeczka). Chlorowodek sodu to nie tylko sól w czystej postaci, którą dodajemy do potraw, ale także wszystko to, co zawiera sól, jak wzmacniacze smaku np. glutaminian sodu.

Sól zawiera się w każdym produkcie spożywczym przetworzonym, nawet w ciastkach. Znajduje się w pieczywie, przetworach, musztardach, majonezie czy w przekąskach. Zarówno niedobór soli, jak i jej nadmiar w organizmie powoduje problemy zdrowotne. Nadmiar soli, której dobową ilość przeciętny Polak znacznie przekracza, powoduje nadciśnienie tętnicze, co w efekcie może prowadzić do innych chorób związanych z układem krążenia (zawały serca, wylewy), przyczynia się do występowania raka żołądka oraz udaru mózgu, powoduje zwiększenie pobrania i zatrzymywania wody w organizmie (prawidłowa czynność nerek powoduje wydalanie nadmiaru tego składnika, natomiast w przypadku upośledzonej ich funkcji może nastąpić ich obrzęk).

W celu uniknięcia chorób związanych



ze wzmożonym spożyciem sodu, sól można zastąpić innymi substancjami. Najlepszymi substytutami soli są oczywiście zioła oraz przyprawy. Szczególnie

godne polecenia są zioła takie jak bazylija, mięta, koper i rozmaryn, oraz przyprawy: cynamon, kminek, gałka muszkatołowa, estragon oraz pieprz.

Sama rezygnacja z dosalania potraw nie wystarczy. Trzeba mieć na uwadze, że wiele produktów przetworzonych zawiera w swoim składzie olbrzymią ilość soli, której spożycie powoduje przekraczanie dziennego zapotrzebowania na sól. Należy ograniczyć spożycie produktów wysoko-przetworzonych - z puszki, żywności wygodnej, gotowej do spożycia po odgrzaniu. Unikajmy słonych paluszków, krakersów, solonych orzeszków, zup z torebek. Ostrożnie również z kiszonkami powinno się jeść je w umiarkowanej ilości. Przede wszystkim czytamy etykiety na produktach. Zawartość sodu jest zwykle umieszczona po ilości tłuszczu i cholesterolu. Wybieramy produkty o najmniejszej ilości soli. Stopniowo można ograniczać dosalania przygotowywanych potraw, tak aby przyzwyczajać się do mniej słonego smaku, co nie jest wcale takie trudne. Dodatkowo usuńmy solniczkę ze stołu lub z zasięgu wzroku, zaś sól dodajmy pod koniec gotowania, a potrzebna do nadania smaku ilość soli będzie mniejsza. Dobrze jest zrezygnować z przypraw wieloskładnikowych, ponieważ często w ich składzie są środki konserwujące zawierające jon sodowy, w tym przede wszystkim glutaminian sodu. Zastąpmy białe pieczywo chlebem razowym, rezygnując całkowicie z bagietek i kajerek, które zawierają najwięcej soli ze wszystkich rodzajów pieczywa. Co do wędliny, to wskazać należy, że im wędlina jest bardziej sucha, tym zawiera więcej jonu sodowego.

Klara

Przyprawy ziołowe bez chemii



BEZ SUBSTANCJI
KONSERWUJĄCYCH
I POLEPSZACZY
SMAKU

Smak Zdrowia w Twojej Kuchni

Sklep „Kropka”
 Wałbrzych - dzielnica Podgórze
 ul. Niepodległości 114 tel. 533 174 397
 (ok 2 km od Galerii Victoria)

Olej kokosowy

złoty środek dla organizmu

Właściwości oleju kokosowego

Olej ten zawiera w sobie kwas laurynowy, który przekształca się w organizmie w monolauryn. To związek chemiczny, który w dużych ilościach znajduje się tylko w dwóch produktach: w kokosie oraz - uwaga! - w mleku matki. Ma on silnie bakteriobójcze i wirusobójcze właściwości, niszczy drobnoustroje pokryte otoczką lipidową, do której zalicza się do nich m.in. wirus HIV, cytomegalowirus, wirus opryszczki, przeziębienia, a także bakteria *Helicobacter pylori* - wywołująca wrzody żołądka i nowotwory układu pokarmowego. W przeciwieństwie do antybiotyków, nie zabija on całą florę bakteryjną organizmu, czyli także tę dobrą, atakując tylko szkodliwe wirusy i bakterie. Natomiast olej kokosowy stosowany zewnętrznie, na skórę, działa antybakteryjne i antywirusowo, znakomicie nadaje się do zwalczania infekcji, wysypek i egzem, a także przyczynia się do leczenia drobnych skaleczeń i mikrourazów skóry oraz łagodzi świąd i ból po ukąszeniach owadów. Przydaje się w leczeniu łuszczycy i poparzeń słonecznych, redukuje worki pod oczami.

mi. Dzięki swoim właściwościom głęboko nawilżającym i wzmacniającym tkankę łączną, nada skórze sprężystości i wygładzi zmarszczki. Olej kokosowy pomaga zwalczyć długotrwałą grzybicę stóp. Może być także z dobrym rezultatem stosowany na cerę trądzikową. Wówczas najlepiej działa połączone stosowanie wewnętrzne i zewnętrzne. Dodatkowo, co ważne, olej kokosowy powoduje, że nie jest odkładany tłuszcz w organizmie, wspomaga przemianę materii, a co za tym idzie, szybciej uzyskać można efekty diety poprzez utratę masy ciała.

Jaki olej kokosowy wybrać?

Najlepszy olej kokosowy, to ten najmniej przetworzony tj. organiczny, nierafinowany, zimnotłoczony. Ma on najwyższą wartość odżywczą i w takiej formie powinno się go kupować. Jest to forma najbliższa nieprzetworzonej postaci, jaką można uzyskać. Im bardziej olej przetworzony (ratyfikowany) tym mniej dostarcza wartości odżywczych.

Jak stosować olej kokosowy?

Jest kilka sposobów, aby wykorzystać olej kokosowy. Używa się go jako zamiennik wszelkich tłuszczów, czyli zamiast masła, margaryny czy oleju. Stosuje się go podczas gotowania, pieczenia czy smażenia, gdyż olej kokosowy ma wysoką temperaturę spalania. Olej kokosowy z dużym powodzeniem zastępuje margarynę i masło na pieczywie. Po prostu używać go można wszędzie tam, gdzie dodaje się tłuszcz.

Ponadto olej kokosowy stosować można zewnętrznie, na skórę i włosy. Jeżeli stosować olej kokosowy miejscowo (na skórę lub włosy), to powinno się go doprowadzić do płynnej postaci poprzez zanurzenie słoika w ciepłej wodzie lub wyjąć małą ilość, włożyć do np. małej miski, którą następnie włożyć do garnka z ciepłą wodą. Nie należy natomiast podgrzewać oleju kokosowego w mikrofalówce, gdyż wpłynie to na właściwości lecznicze oleju. Po roztopieniu oleju nałożyć go można na włosy (w bardzo niewielkiej ilości, żeby je nie obciążać), skórę czy paznokcie. Dodatkowo olej kokosowy chroni przed słońcem - działa bowiem jak filtr SPF o faktorze 30.

Klara

- WYROBY Z AMARANTUSA
- WYROBY GARMAŻERYJNE
- PASZTECIKI
- MLEKO SOJOWE
- WĘDLINY WEGETARIAŃSKIE
- WYROBY ZBOŻOWE
- PRODUKTY STRĄCZKOWE

Naturalnie Zdrowe Wyroby Wegetariańskie

NIE ZAWIERAJĄCE BIAŁKA ZWIERZĘCEGO

Sklep „Kropka”

Wałbrzych - dzielnica Podgórze
ul. Niepodległości 114 tel. 533 174 397
(ok 2 km od Galerii Victoria)

Nietolerancja glukozy

Celiakia (inaczej choroba trzewna) to trwająca całe życie immunologiczna choroba o podłożu genetycznym, charakteryzująca się nietolerancją glutenu, białka zapasowego zawartego w zbożach (pszenicy, życie, jęczmieniu, owsie). W efekcie toksycznego działania glutenu wchłanianie pokarmu jest upośledzone, co prowadzi do wystąpienia różnorodnych objawów klinicznych. Jedyną metodą leczenia celiakii jest stosowanie przez całe życie ścisłej diety bezglutenowej.

Choroba może ujawnić się w każdym wieku, nie tylko w okresie dziecięcym, ale podczas dorastania, ciąży u kobiet, dużego stresu, po silnej infekcji, poważnej operacji itd. Obecnie najczęściej wykrywa się celiakię u osób 30-50-letnich, choć zdarzają się przypadki choroby u osób 80-letnich. Kobiety chorują dwa razy częściej niż mężczyźni.

Celiakia jest najpoważniejszą nietolerancją pokarmową człowieka. Częstość zachorowań określa się przynajmniej 1:100 osób. W Polsce wykrywa się jedynie niewielki odsetek wszystkich przypadków. Przyjąć należy, że choruje około 380 000 osób, z czego ogromna większość, bo aż około 360 000 osób nie jest

świadomych choroby.

Najpowszechniejszą konsekwencją nieleczonej celiakii jest anemia wiążąca się z niedoborem żelaza oraz podwyższony cholesterol, ale także osteoporoza, która atakuje coraz większą grupę Polaków. Nie mniej niebezpieczną konsekwencją zaniedbań w leczeniu celiakii jest wzrost zachorowalności na nowotwory układu pokarmowego u osób ze zdiagnozowaną chorobą trzewną. Tu na pierwszy plan wysuwa się chłoniak jelita cienkiego, o którym wiadomo, że u pacjentów ze zdiagnozowaną celiakią występuje nawet czterdzieści razy częściej niż u osób, u których nie stwierdzono choroby trzewnej. Duże niebezpieczeństwo

stanowią również zaburzenia psychiczne, w tym stany depresyjne, z którymi zmagają się co dziesiąty chory, w przypadku kobiet brak zainteresowania przestrzeganiem zasad diety bezglutenowej może zaś owocować również trudnościami z zająciem w ciążę, a także skłonnością do poronień.

Gluten jest czynnikiem toksycznym w celiakii, alergii, ale także w niedawno opisaną przez naukowców i lekarzy nadwrażliwością (tzw. gluten sensitivity).

Produktami naturalnie bezglutenowymi są: kukurydza, ryż, ziemniaki, soja, proso, gryka, tapioka, amarantus, mamiok, soczewica, fasola, sago, sorgo, orzechy, a także mięso,



owoce i warzywa.

Za bezglutenowe uznaje się również produkty przetworzone, w których zawartość glutenu nie przekracza 20 ppm (20 mg na kg) i oznacza się je międzynarodowym znakiem przekreślonego kłosa.

Zabronione w diecie bezglutenowej są: pszenica (także orkisz), jęczmień, żyto i zwykły owies i wszystkie produkty z ich dodatkiem.

W obrocie żywnością bezglutenową można spotkać produkty, w których wprowadzono zastoso-

bia pszenna w takich produktach pozbawiona jest glutenu.

Obecnie na polskim rynku obecne są nie tylko gotowe produkty w postaci pieczywa czy półprodukty niezbędne do ich wytworzenia, ale również ciastka, ciasteczka, musli, wędliny czy makarony. W Wałbrzychu tego typu produkty dostępne są w sklepie ze zdrową żywnością „Kropka” mieszczącym się przy ul. Niepodległości 114 (dzielnica Podgórze).

Alexandra



PRODUKTY

BEZGLUTENOWE

Stoisko firmowe Balviten - SKLEP "KROPKA", Wałbrzych – dzielnica Podgórze, ul. Niepodległości 114, (ok 2 km od Galerii Victoria), tel. 533 174 397

szeroki asortyment

PROMOCJA!



R E K L A M A

Sklep Kropka

POLECA



FRANCISZKAŃSKIE ziołowo-korzenne nalewki i balsamy



BALSAM PANEWNICKI Nalewka ziołowa przeznaczona dla osób z problemami trawiennymi.
LIQUOR PANEWNICKI Nalewka ziołowo-korzenna pomaga utrzymać wątrobę w dobrej kondycji.
ANTYGRYPINUM Nalewka stosowana przy występowaniu dolegliwości grypowo-przeziębieniowych.
BALSAM JEROZOLIMSKI Nalewka pomaga utrzymać górne drogi oddechowe w zdrowiu.
ALLIUMSANA nalewka ziołowo-czosnkowa, wszechstronne działanie na zdrowie.
ZDROWE SERCE nalewka franciszkańska bezalkoholowa, suplement diety.
TONIK ODTRUWAJĄCY nalewka franciszkańska bezalkoholowa. Poprawia pracę układu pokarmowego.
NALEWKA NA ODCHUDZANIE nalewka franciszkańska bezalkoholowa, suplement diety.
ZDROWY SEN nalewka franciszkańska bezalkoholowa, suplement diety.

oraz herbaty ziołowe

- Klasztorna tajemnica
- Na podwyższony cholesterol i trójglicerydy
- Na nerki i układ moczowy
- Na drogi oddechowe
- Wspomagająca utrzymać prawidłową funkcję prostaty
- Wspomagająca stawy przeciwreumatyczna
- Super kość - bogata w krzem
- Na nadwagę i złą przemianę materii
- Gastryczna przeciwzapalna, przeciw-wrzodowa
- Wspomagająca utrzymanie prawidłowego poziomu glukozy
- Na serce i układ krążenia
- Polecana w stanach przemęczenia
- Naturalny antybiotyk
- Na wątrobę



Produkty do nabycia: Herbarium św. Franciszka przy Klasztorze Franciszkanów w Panewnikach.
 Stoisko z produktami klasztorными: Sklep Kropka -dzielnica Podgórze (Wałbrzych)
 ul. Niepodległości 114 tel. 533 174 397
 (ok 2 km od Galerii Victoria)