

**PRACA OD ZARAZ**

TELEFONICZNA REJESTRACJA KLIENTA

**15 ZŁ NETTO**

**RADOM**  
**UL. CHROBREGO 22**  
**510-827-792**

## Szukał pierścionka żony...

Elementy uzbrojenia oraz ozdoby z epoki brązu i żelaza przekazała Muzeum im. Jacka Malczewskiego radomska delegatura Mazowieckiego Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków.

**str. 2**

## Nasze drogie śmieci

Od 36 do 78 zł w przypadku zabudowy jednorodzinnej i od 35 do 63 zł w blokach – miasto proponuje nowe stawki za odbiór śmieci. Jeśli rada miejska w poniedziałek wyrazi na nie zgodę, podwyżka zacznie obowiązywać od 1 stycznia 2020.

**str. 3**

## Potrzebuję kogoś odważnego

We wtorek Konrad Frysztak został odwołany ze stanowiska wiceprezydenta Radomia. Prezydent nie zdradził, kto przejmie jego obowiązki. Decyzję mamy poznać w ciągu kilkunastu dni.

**str. 4**

**Kolejne wydanie „7 Dni”**  
**- W CZWARTEK,**  
**31 października 2019.**



B E Z P Ł A T N Y

**TYGODNIK**

ISSN 1895-8451

**DNI**NR **704** PIĄTEK – ŚRODA 25-30 PAŹDZIERNIKA 2019

NAKŁAD 10 000



Fot. Piotr Nowakowski

# Gala Disco Dance

„Super atmosfera”, „świetna zabawa”, „fajna impreza”, „mnóstwo pozytywnej energii” – tak oceniali Jesienną Galę Disco Dance, połączoną z 25. urodzinami Radia Rekord obecni w hali MOSiR fani i słuchacze radia. To było naprawdę wyjątkowe muzyczne wydarzenie, które przyciągnęło rzeszę ludzi.

**str. 6-7**

REKLAMA

**rhm**  
 radomskie hale mięsne

Wernera 10a/Szarych Szeregów

**CODZIENNIE UDANE ZAKUPY**  
**ZAPRASZAMY**

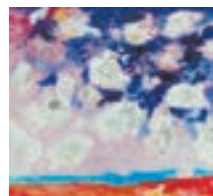
## Dzieje się!

## Piątek, 25 października

→ **I Festiwal Piosenek Wojciecha Młynarskiego.** W Domu Kultury „Idalin” o godz. 11 rozpoczną się przesłuchania konkursowe. Udział w festiwalu mogli wziąć wszyscy chętni (soliści, duety, zespoły i inne podmioty wykonawcze) w następujących kategoriach wiekowych: dzieci (10–15 lat), młodzież (15–18 lat), dorośli (od 18 lat), mieszana (kategoria mieszana/różnicowana wiekowo). O godz. 17 natomiast zaplanowano koncert galowy, podczas którego poznamy zwycięzców. Odbędzie się też recital Danuty Błażejczyk. Wstęp wolny.

→ **Basiści w Resursie.** O godz. 18 w Resursie Obywatelskiej rozpocznie się kolejny z cyklicznych koncertów prezentujących instrumentalistów zaproszonych i współpracujących z Big Bandem Mundana – „Basiści z Big Bandem Mundana”. Wstęp wolny.

→ **Wystawa w galerii Łażnia.** O godz. 18 w Radomskim Klubie Środowisk Twórczych i Galerii „Łażnia” (ul. Traugutta 31/33) rozpocznie się wernisaż ekspozycji Magdaleny Karłowicz „Piękno”. Wystawa opowiada o dążeniu do doskonałości, do piękna. Jest próbą opowiedzenia o współczesnym problemie cielesności, o braku akceptacji siebie, o dążeniu do doskonałości fizycznej.



→ **Wystawa Jerzego Czuraja w Elektrowni.** Mazowieckie Centrum Sztuki Współczesnej „Elektrownia” zaprasza o godz.

18 na wernisaż ekspozycji „Obrazy z różnych domów. Epilog”. Niemal dziesięć lat temu zmarł jeden z najbardziej rozpoznawalnych i oryginalnych artystów regionu radomskiego – Jerzy Czuraj. Urodzony w Krakowie, wychowanek krakowskiej i warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych, malarz, muzyk, animator, przez lata związany z Suskowlą koło Pionek, Pionkami i Radomiem, przyjaciel Elektrowni. Wystawa wybranych obrazów i rzeźb, film, premierowa ekspozycja kilkudziesięciu nigdy niepublikowanych rysunków i prac na papierze z kolekcji córki Julii, wizualizacja wystawy w Suskologii Darka Cybulskiego, koncert polsko-francuskiego multiinstrumentalisty Krzysztofa Majchraka na tle projekcji stworzonej na bazie obrazów Jerzego Czuraja, stworzą specyficzną multimedialną przestrzeń.

→ **Wieczór autorski Leonarda Weimanna.** Orzeł i Reszka – Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju Regionalnego i Waluty Lokalnej zaprasza o godz. 18 do Domu Kreatywnego (ul. Niedziałkowskiego 33) na wernisaż wystawy Leonarda Weimanna, artysty z Wrzosowa, który z potrzeby serca rzeźbi i pisze wiersze. Wstęp wolny.

## Sobota, 26 października

→ **Spotkanie historyczne na grodzisku Piotrówka.** Stowarzyszenie Drużyna Grodu Piotrówka zaprasza w godz.



12-18 na piąte i ostatnie w tym roku spotkanie. W programie: obóz wczesnośredniowieczny, pokazy dawnych rzemiosł, walki wojów, gry i zabawy. Będzie można zobaczyć, przymierzyć i wypróbować różnego rodzaju przedmioty codziennego użytku, narzędzia czy broń z czasów pierwszych Piastów. Rekonstruktorzy opowiedzą o ówczesnych realiach życia, początkach Radomia i innych ciekawostkach historycznych. Dodatkową atrakcją będą wczesnośredniowieczne obrzędy dziadów, bo na Piotrówkę przybędą uczestnicy spaceru po Radomiu.

→ **Spacer po Radomiu – „Dziady”.** Stowarzyszenie Droga Mleczna zaprasza o godz. 17 na parking przy ul. Dębowej, przy cmentarzu. Ten spacer po Radomiu będzie poświęcony właśnie obrzędowi dziadów i innym, zapomnianym już, wierzeniom i tradycjom związanym z kresem ludzkiego życia. W jego trakcie dowiedzie się m.in., skąd wzięły się dziady i dlaczego taka nazwa, gdzie obecnie można znaleźć pozostałości po tym święcie, gdzie i dlaczego palono ogniska. Na koniec spaceru będzie można uczestniczyć w samym obrzędzie. Spacer tłumaczony na język angielski.

→ **Koncert String Connection.** String Connection to najważniejszy polski zespół jazzowy lat 80. Grupa stała się żywą legendą i przeszła do historii jako jedna z najciekawszych formacji nurtu „young power”. Cieszyła się popularnością porównywalną z polskimi gwiazdami rocka, była także naszym muzycznym „towarem eksportowym”. Zespół założony w 1981 roku trzej byli muzycy grupy Warsztat – skrzypek Krzesimir Dębski, perkusista Krzysztof Przybyłowicz i basista Zbigniew Wrombel, którzy zaprosili do współpracy pianistę Janusza Skowrona. Początek koncertu o godz. 18 w sali koncertowej Zespołu Szkół Muzycznych. Bilety po 50 i 60 zł w dniu koncertu na biletyna.pl i w kasie Amfiteatru. Liczba miejsc ograniczona!

→ **Wieczór z Emilianem Kamińskim.** O godz. 18 w Mazowieckim Centrum sztuki Współczesnej „Elektrownia” odbędzie się kolejne spotkanie z cyklu „Wieczory z gwiazdą”. Bohaterem tego będzie Emilian Kamiński. Aktor urodził się w 1952 roku. Po ukończeniu warszawskiej Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej w 1975 roku zadebiutował w Operetce Warszawskiej rolą D'Artagnana w „Trzech muszkietierach”. Od 2009 roku prowadzi w Warszawie własny Teatr Kamienica. Bilety w cenie: 15 zł normalny, 7 zł ulgowy dla emeryta/rencisty.

## Niedziela, 27 października

→ **Spacer: radomski modernizm XX-lecia międzywojennego.** Narodowy Instytut Architektury i Urbanistyki we współpracy ze stowarzyszeniem Droga Mleczna zaprasza na pierwszy z trzech spacerów poświęconych przykładom radomskiego modernizmu 20-lecia międzywojennego. Poznamy najbardziej modernistyczną ulicę Radomia, dowiemy się, gdzie znajduje się najstarszy w mieście modernistyczny budynek dydaktyczny i najwyższy przedwojenny „wieżowiec”, zapoznamy się z postaciami słynnych radomsko-warszawskich architektów, m.in. Alfonsem Pinno i Kazimierzem Prokulskim. Początek spaceru: godz. 12. Miejsce zbiórki: róg ul. 1905 Roku i Biznesowej.

→ **Wykład w „Malczewskim”.** O godz. 12 Muzeum im. Jacka Malczewskiego zaprasza na wykład Marka Słupka „Antropocen, czyli szóste wielkie wymieranie”. Wstęp wolny.

→ **Wieczorek taneczny na Idalinie.** O godz. 17 Dom Kultury „Idalin” zaprasza na wieczorek taneczny w Klubie Seniora. Wstęp płatny.

→ **Monodram „Judy”.** To już ostatni z cyklu monodramów M-3 w Domu Kultury „Borki”. „Judy” to niezwykła i poruszająca historia legendy Hollywood, Judy Garland. Spektakl pokazuje gwiazdę od najbardziej intymnej strony. W roli zachodniej gwiazdy zobaczymy uwielbianą przez polskich widzów Hannę Śleszyńską. Artystka wciela się w postać Judy, która wiecie podwójne życie – osobiste i to, które trafia na scenę, łamy pism, ekrany telewizorów i kin. Tekst i reżyseria: Sławomir Chwastowski. Obsada: Hanna Śleszyńska, Hubert Podgórski/Piotr Tołoczko. Początek o godz. 18. Wstęp płatny – cena biletu 35 zł.

## Stulecie PSP nr 18

Dzisiaj (piątek, 25 października) Publiczna Szkoła Podstawowa nr 18 im. Komisji Edukacji Narodowej obchodzić będzie swoje stulecie.

Placówka, przekształcona obecnie w Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1 przy ul. Ofiar Firleja 14, powstała w 1919 roku. Była wtedy szkołą jednoklasową, mieszającą się w wynajętym, drewnianym budynku.

Na obchody stulecia dyrekcja, grono pedagogiczne i społeczność ZSP nr 1 zapraszają absolwentów, byłych nauczycieli i rodziców, a także mieszkańców osiedla. Uroczystości rozpocznie o godz. 10 msza święta w kościele pw. Maksymiliana Marii Kolbego (ul. Trzebińskiego). Natomiast na godz. 11.30 zaplanowano odsłonięcie pamiątkowej tablicy i uroczystą akademię oraz program artystyczny w PSP nr 18 im. Komisji Edukacji Narodowej w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 1.

NIKA

## Radomianie docenieni

Teatr Powszechny im. Jana Kochanowskiego został laureatem XX edycji Nagrody Marszałka Województwa Mazowieckiego, a dyrektor MOK „Amfiteatr” otrzymał nagrodę Innowacyjnej Menedżer Kultury 2019.

Powszechnemu nagrodę przyniosła organizacja Międzynarodowego Festiwalu Gombrowiczowskiego. „Instytucja, która poza bieżącym repertuarem od ponad ćwierć wieku (od 1993 r.) organizuje Międzynarodowy Festiwal Gombrowiczowski – jeden z najważniejszych polskich festiwali teatralnych, stawiających na nowo problem czytania i odczytania dzieła Gombrowicza w zmieniającej się rzeczywistości. Miejsce festiwalu nie jest przypadkowe – to właśnie z okolicami Radomia związany był pisarz i na tych ziemiach spoczywa niemal cała jego najbliższa rodzina. Festiwal ma charakter interdyscyplinarny – łączy teatr, naukę, krytykę, sztukę plastyczną, muzykę, film. Przegląd zainicjował ówczesny dyrektor teatru, Wojciech Kępczyński. Od tego czasu festiwal gości najlepsze teatry z Polski i zagranicy prezentujące twórczość Witolda Gombrowicza. Organizuje też konkurs dla młodych reżyserów na pomysł i realizację sceniczną wybranego tekstu Witolda Gombrowicza” – czytamy w uzasadnieniu.

W tym roku do Nagrody Marszałka zgłoszono 124 kandydatów, w tym 92 osoby fizyczne, a 32 podmioty niebędące osobami fizycznymi, np. zespoły czy stowarzyszenia. Spośród nich kapituła wyłoniła 10 laureatów, którzy podczas uroczystej gali otrzymali pamiątkową statuetkę i 10 tys. zł.

Natomiast Waldemar Dolecki, dyrektor Miejskiego Ośrodka Kultury „Amfiteatr” został laureatem trzeciej edycji konkursu Innowacyjnej Menedżer Kultury 2019. Nagrodę otrzymał za „stworzenie nowoczesnej i odważnej oferty kulturalnej, umiejętne i wrażliwe budowanie uczestnictwa i włączanie mieszkańców, wzmacnianie zespołu instytucji, wspieranie lokalnych i ponadlokalnych sieci współpracy, otwartość i podejmowanie ryzyka w realizowaniu innowacyjnych i pionierskich projektów zewnętrznych”.

Uroczysta gala wręczenia Nagród Marszałka Województwa Mazowieckiego odbyła się w Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie.

NIKA

GT

## Szukał pierścionka żony...

Elementy uzbrojenia oraz ozdoby z epoki brązu i żelaza przekazała Muzeum im. Jacka Malczewskiego radomska delegatura Mazowieckiego Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków.



Zofia Szymon Wyrota

Przedmioty, datowane na VI wiek przed naszą erą, nie pochodzą z ekspedycji archeologicznych prowadzonych przez urząd ochrony zabytków czy radomskie muzeum. – To, że się cieszymy tymi znaleziskami, to w pewnym sensie zasługa przypadku. Bo prawdopodobnie zabytki pochodzą z nielegalnych poszukiwań przy użyciu wykrywacza metali. Tak się składa, że przepisy w tej kwestii uległy zaostrzeniu i od dwóch lat poszukiwania przy użyciu wykrywacza metali traktowane są jako przestępstwo, a nie wykroczenie. I namnożyło się nam, w całej Polsce, dziwnych znalezisk. Przychodzą darczyńcy, którzy nie są w stanie powiedzieć, w jaki sposób weszli w posiadanie zabytku. Przyjmujemy, oczywiście, ich wyjaśnienia. Ze np. ta bransoletka została znaleziona, kiedy darczyńca szukał pierścionka żony, a nagolenniki podczas kopania robaków na ryby – mówi Witold Bujakowski, kierownik radomskiej delegatury MWUOZ. – Problem z takimi znaleziskami polega na tym, że coś możemy powiedzieć o nich ogólnie, ale nic o kontekście archeologicznym. Cieszymy się, rzecz jasna, samym zabytkiem, natomiast archeolog dużo więcej by powiedział, gdyby założone były tam jakieś wykopy. Znalazłby kontekst, a nasza wiedza byłaby niewspółmiernie większa. Stąd też apel do przyszłych poszukiwaczy – by zaprzestali nielegalnych wykopaliśk, a zaczęli to koordynować ze służbami konserwatorskimi.

Do radomskiego muzeum trafiły fragmenty broni i ozdób z epoki brązu; zostały znalezione w okolicach Stawiszyna w powiecie białobrzeskim. Były ukryte w glinianym naczyniu. Bransolety natomiast należą do kultury lużyckiej z epoki

żelaza. Były ukryte w ziemi. – To znalezisko unikatowe. Podobne bransolety nie występowały w znaleziskach grobowych, były produkowane specjalnie na święta dla osób wysokich rangą w danej społeczności i stanowiły często część znalezisk wotywnych, czyli ofiary dla bóstw – mówi Małgorzata Cieślak-Kopyt, kierownik działu archeologii Muzeum im. Jacka Malczewskiego.

Poza bransoletą do muzeum trafiły także dwa nagolenniki. – Może nie wyglądają widowiskowo, ponieważ są pokryte złośliwą patyną. Patyna ta powstała



prawdopodobnie dlatego, że nagolenniki były składane do wody. I też było to znalezisko wotywno – tłumaczy Małgorzata Cieślak-Kopyt.

Pracownicy „Malczewskiego” nie zdradzają miejsca odnalezienia bransolet. Planowane jest zorganizowanie ekspedycji archeologicznej i – jak tłumaczy muzeum – jest wielce prawdopodobne, że uda się odnaleźć więcej podobnych przedmiotów.

DARIUSZ OSIEJ

## BEZPŁATNY TYGODNIK DLA RADOMIA I REGIONU

Radom, ul. Okulickiego 39; II p.; tel. 48 360 25 25  
Reklama „7 Dni”, Radio Rekord, CoZadzień.pl, TV Dami  
RadomLed – ekrany ledowe, 875 tablic reklamowych  
w windach i na klatkach schodowych: tel. 519 119 513,  
reklama@radiorekord.pl



ISSN 1895-8451

Redaktor naczelny Radomskiej Grupy Mediowej: Krzysztof Domagała

Kierownik redakcji: Iwona Kaczmarska  
Dziennikarze: Roksana Chalabry, Krzysztof Domagała, Adam Hildebrandt, Maciej Kwiatkowski, Milena Majewska, Michał Nowak, Katarzyna Skowron  
Projekt graficzny: 7 Dni  
Nakład: 10 tys. egzemplarzy

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń  
Wydawca: Radomska Grupa Mediowa Sp. z o.o., ul. Okulickiego 39, 26-600 Radom  
Druk: ODDI Poland Spółka z o.o.; Kamień, ul. Radomska 2, 26-800 Białobrzegi

## Przyjazny Dom już działa

W Domu Pomocy Społecznej przy ul. Wyciągowej działa Dzienny Dom Pomocy. Na utworzenie i prowadzenie Przyjaznego Domu miasto otrzymało ponad 1 mln zł z funduszy unijnych.

W nowej placówce swoje miejsce znalazły osoby niesamodzielne i potrzebujące pomocy. – Chcemy być najlepsi w Polsce, bo już jesteśmy uważani za miasto, które jest liderem, jeżeli chodzi o prowadzenie polityki wychnieniowej dla osób starszych, niepełnosprawnych i ich opiekunów. W Przyjaznym Domu opiekę i wsparcie otrzymują osoby potrzebujące, a ich stali opiekunowie mają czas dla siebie. I taki jest właśnie cel rozwijanej w mieście polityki wychnieniowej – mówi wiceprezydent Radosław Witkowski.

Oferta Przyjaznego Domu jest skierowana do 30 osób zależnych i 15 faktycznych opiekunów. Uczestnikami projektu są osoby starsze z niepełnosprawnością oraz osoby starsze wymagające opieki lub wsparcia w związku z brakiem możliwości samodzielnego wykonywania co najmniej jednej z podstawowych czynności dnia codziennego. – Od poniedziałku do piątku, w godz. 7.30-15.30 realizujemy w placówce usługi opiekuńcze, terapeutyczne i rehabilitacyjne. Nasi podopieczni oraz ich opiekunowie mogą też liczyć na wsparcie psychologa i korzystać z porad prawnych – podkreśla Renata Pogodzińska, dyrektor DPS przy ul. Wyciągowej.

Realizacja projektu „Przyjazny Dom” potrwa do 30 czerwca 2021 roku.

CT

# Nasze drogie śmieci

Od 36 do 78 zł w przypadku zabudowy jednorodzinnej i od 35 do 63 zł w blokach – miasto proponuje nowe stawki za odbiór śmieci. Jeśli rada miejska w poniedziałek wyrazi na nie zgodę, podwyżka zacznie obowiązywać od 1 stycznia 2020. – Wiem, że ten wzrost jest wysoki, ale takie mamy ceny w naszym kraju – mówi wiceprezydent Jerzy Zawodnik.

● IWONA KACZMARSKA

W Radomiu za śmieci płacimy nie od osoby, ale w zależności od powierzchni mieszkania i od tego, czy mieszkamy w bloku czy w domu jednorodzinnym. Opłaty zależą też od tego, czy odpady segregujemy, czy nie. W przypadku śmieci segregowanych w tej chwili mieszkańcy domów o powierzchni do 30 m płacą 15 zł miesięcznie. Dla właścicieli domów o powierzchni od 30 do 70 m stawka wynosi 25 zł, a powyżej 70 m – 35 zł. Dla mieszkańców bloków opłaty wynoszą, odpowiednio, 16, 22 i 30 zł. Mniej – odpowiednio: 9, 11 i 15 zł – płacą osoby samotne.

Dla tych, którzy śmieci nie segregują, stawki ustalono na wyższym poziomie.

Od stycznia przyszłego roku ma się to zmienić. – Na najbliższą, poniedziałkową sesję rady miejskiej przygotowaliśmy cztery projekty uchwał dotyczące systemu gospodarki odpadami komunalnymi. To uchwała dotycząca podziału gminy na pięć sektorów wywozu śmieci, w sprawie metody ustalania opłat za gospodarowanie odpadami oraz stawki tej opłaty na terenie gminy miasta Radomia – mówi wiceprezydent Zawodnik. – Podobnie jak inne samorządy w całym kraju, jesteśmy zmuszeni podnieść opłaty.



Fot. archiwum osiedle.pl

W zabudowie jednorodzinnej miasto proponuje następujące stawki: powierzchnia do 30 m – 36 zł, powierzchnia od 30,01 do 70 m – 56 zł, powyżej 70 m – 78 zł miesięcznie. Mniej zapłacą ci, którzy prowadzą gospodarstwo jednoosobowe – odpowiednio 20, 25 i 34 zł. W zabudowie wielorodzinnej jest nieco taniej. Lokatorzy mieszkań o powierzchni do 30 m mieliby płacić 35 zł miesięcznie, ci w mieszkaniach od 30,01 do 70 m – 47 zł, a właściciele mieszkań

o powierzchni powyżej 70 m – 63 zł. Także w blokach osoby samotne opłaty za odbiór śmieci mają mieć niższe – odpowiednio, w zależności od powierzchni, 18, 24 i 33 zł.

Nie będzie już możliwości oddawania śmieci niesegregowanych. – Ustawa mówi wprost, że w nowym systemie wprowadzamy wyłącznie odbiór odpadów segregowanych. W tej chwili w Radomiu obowiązują dwie stawki – dla tych, którzy deklarują odbiór odpadów zbieranych selektywnie, i dla tych, którzy nie chcą segregować – przypomina Jerzy Zawodnik. – Oczywiście w projekcie uchwały wprowadzamy opłatę dla tych drugich, ale tę opłatę można wprost nazwać karą. To czterokrotność stawki za odbiór odpadów segregowanych, też w zależności od powierzchni mieszkania.

Opłaty za odbiór odpadów mają wzrosnąć od stycznia, średnio, o 120 proc. – Wiem, że ten wzrost jest wysoki, ale takie mamy ceny w naszym kraju. Wyższa płaca minimalna, wzrost cen usług, transportu, paliwa, energii... To wszystko składa się na wzrost kosztów obsługi systemu odbierania odpad-

dów – przekonuje wiceprezydent. – Drożej też zagospodarowanie odpadów. Aż o 100 zł za tonę będziemy płacić więcej za umieszczenie odpadów na składowisku; w tym roku to 170 zł za tonę, w przyszłym będzie 270 zł.

Na dodatek radomianie produkują coraz więcej śmieci. W 2014 roku było to 244 kg na mieszkańca, a w 2018 już 308 kg. Miasto musi prowadzić PSZOK, co też kosztuje; doszły nowe frakcje odpadów do odbioru.

– Radomianie nie zapłacą nawet grosza więcej niż jest to niezbędne dla utrzymania systemu odbioru odpadów – zapewnia wiceprezydent Zawodnik. – Ustawa o utrzymaniu czystości w gminie mówi zresztą wyraźnie, że z pobranych opłat za śmieci gmina pokrywa koszty funkcjonowania całego systemu gospodarowania odpadami komunalnymi. Nie może na tym zarabiać.

W tej chwili z tzw. podatku śmieciowego do miejskiej kasy wpływa 21 mln 100 tys. zł. – Wydział ochrony środowiska oszacował koszty, jakie będziemy musieli ponieść w roku 2020 i okazało się, że potrzebujemy prawie 43 mln zł. I tak zostały oszacowane dochody, jakie musimy od mieszkańców naszego miasta pobrać, żeby utrzymać ten system. To zostało dokładnie wyliczone – twierdzi wiceprezydent. – To m.in. koszt odbioru i transportu odpadów – 15,1 mln zł, zagospodarowanie odpadów – 23,5 mln zł, prowadzenie punktu selektywnej zbiórki odpadów – 1,25 mln zł.

Miasto, na wniosek mieszkańców, proponuje też zmiany w sposobie odbierania odpadów. Z zabudowy jednorodzinnej papier ma być odbierany raz w miesiącu, a z zabudowy wielorodzinnej raz w tygodniu. Natomiast dla tych mieszkańców, którzy zadeklarują, że nie będą oddawać odpadów zielonych, tylko je kompostować na swojej posesji, miasto wprowadza 5-procentową bonifikatę od opłaty, jaką musieliby ponieść.

REKLAMA



**Fines** operator bankowy  
KREDYTY I POŻYCZKI BLISKO CIEBIE

RRSO – Rzeczywista roczna stopa oprocentowania pożyczki firm pozabankowych (RRSO 92,72%)

Fines S.A. z siedzibą w Sopocie (81-842), ul. Józefa Wybickiego 13C, RPK010535, działa poprzez swoich Autoryzowanych Agentów jako pośrednik kredytowy banków: Altor Bank S.A., Getin Noble Bank S.A., mBank S.A., Nest Bank S.A., TF Bank AB, AS Inbank Spółka Akcyjna Oddział w Polsce, Santander Bank Polska S.A., Smartney Sp. z o.o., BNP Paribas S.A. oraz firm pożyczkowych: Aasa Polska Sp. z o.o., Capital Service S.A., InCredit Sp. z o.o., NetCredit Sp. z o.o., IPF Polska Sp. z o.o., Provident Polska S.A., SuperGrosz Sp. z o.o., TAKTO Finance Sp. z o.o., SMS Kredyt Sp. z o.o., Vivus Finance Sp. z o.o., MikroKasa S.A., Ferratum Bank p.l.c., Zaplo Sp. z o.o., Rapida Sp. z o.o., CreditStar Sp. z o.o., oraz Pragma Faktoring S.A., Viplo Sp. z o.o., CROSS Loan S.A., Cardina Sp. z o.o., Proxima Sp. z o.o., Easy Payment Service Sp. z o.o., LoanMe Sp. z o.o., POLCREDIT Sp. z o.o. W zakresie umów ze współpracującymi bankami i firmami pożyczkowymi Fines S.A. jest umocowany do: przedstawiania oferty kredytowej/pożyczkowej; przetwarzania danych, informacji i dokumentów dotyczących osób ubiegających się o kredyt/pożyczkę oraz przekazywania im informacji i dokumentów kredytowych; (w niektórych przypadkach) podpisywanie umów kredytowych/pożyczkowych i/lub wypłaty kwoty kredytu/pożyczki na podstawie otrzymanych pełnomocnictw; wyjaśniania przyczyn braku spłaty kredytu/pożyczki. Stan na dzień 20.09.2019 r.

Sprawdź oferty ponad 25 firm

JESIEŃ • W KOLORACH MARZEŃ

# POZYCZKI

DO 40 000 ZŁ

Fines Operator Bankowy RADOM

ul. Focha 6, tel. 519 130 602

ul. Struga 22, tel. 791 383 806

ul. Traugutta 13, tel. 519 130 601

## Bez prawa jazdy

Nie tylko nie miał prawa jazdy – stracił je wcześniej dożywotnio. A podjechał samochodem do zwoleńskiej komendy, by zasięgnąć porady prawnej.

Jak informuje asp. Krzysztof Gregorczyk z KPP w Zwoleniu, w ostatni weekend na parking dla służbowych samochodów podjechało daewoo, z którego wysiadł mężczyzna. 42-latek poszedł do dyżurnego i zakomunikował, że potrzebuje porady prawnej. Policjant wyczuł od mężczyzny alkohol, poprosił więc kolegów z ruchu drogowego, by zbadali stan trzeźwości kierowcy. Przeprowadzone badanie wykazało u szukającego porady 2 prom. alkoholu w organizmie.

Ponadto – po sprawdzeniu w policyjnych systemach – okazało się, że kierujący nie ma prawa jazdy i ma dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów.

Teraz mężczyzna odpowie przed sądem za kierowanie w stanie nietrzeźwości, łamanie zakazu sądowego i parkowanie w miejscu niedozwolonym. Za czyny, których się dopuścił, grozi mu nawet do pięciu lat więzienia i wysoka grzywna.

CT

REKLAMA

**Czarno Białe**  
SPRZĄTANIE PROFESJONALNE

KOMPLEKSOWE USŁUGI SPRZĄTAJĄCE  
BIURA, SZKOŁY, ZAKŁADY PRODUKCYJNE, PLACÓWKI MEDYCZNE.  
Zadzwoń ☎ 663-989-073 i 603-192-520

# Posłowie KO dziękują

– Wielka szkoda, że jestem jedynym radomianinem, który będzie reprezentował nasze miasto w sejmie – ubolewa Konrad Frysztak, poseł elekt Koalicji Obywatelskiej. – Gdyby nasza lista miała 200 głosów mniej, to Konrad Frysztak nie otrzymałby mandatu – powiedziała Joanna Kluzik-Rostkowska, nowa posłanka KO.

## ● KRZYSZTOF DOMAGAŁA

Wyborcy w regionie radomskim Koalicji Obywatelskiej powierzyli, przypomnijmy, dwa mandaty poselskie. Otrzymała je Joanna Kluzik-Rostkowska i Konrad Frysztak. Posłowie elekcji podsumowali kampanię i dziękowali wyborcom osobno.

Konrad Frysztak, który w niedzielnych wyborach otrzymał 11 tys. 996 głosów z dziennikarzami spotkał się w ubiegły czwartek. – Chciałbym podziękować wszystkim, którzy 13 października poszli do wyborów. Była ogromna frekwencja, co bardzo mnie cieszy – powiedział. – Dziękuję również wszystkim, którzy pracowali na wynik Koalicji Obywatelskiej w naszym regionie, zwłaszcza Annie Marii Białkowskiej i Leszkowi Ruszczykowi. Gratuluję wyniku Joannie Kluzik-Rostkowskiej. Wielka szkoda, że jestem jedynym radomianinem, który będzie reprezentował nasze miasto w sejmie.

Posel elekt zapowiedział, że w parlamencie ma zamiar zrealizować swoje obietnice wyborcze. – Kilka tygodni temu w tym miejscu podpisałem „5 samorządową” i teraz o jej realizację będę walczył – obiecał Frysztak. – Moją pierwszą poprawką do budżetu państwa będzie ta o 100 mln zł dla Radomskiego Szpitala Specjalistycznego. Budujemy centrum rehabilitacji i na ten cel w budżecie miasta mamy zapewnione finansowanie. Ale ciągle potrzebujemy funduszy na wyposażenie. W trakcie kampanii wyborczej kandydaci PiS-u zapowiadali wsparcie tego projektu, więc wierzę, że uzyskam ich pomoc. Dzięki temu moja poprawka zostanie zaakceptowana.

W „5 samorządowej” znalazł się również punkt dotyczący budowy drogi S12. – Trzeba przyspieszyć tę inwestycję. Ciągłe trwają dyskusje na temat przebiegu tej trasy, ale mam nadzieję, że wkrótce budowa S12 się rozpocznie – powiedział



Fot. Piotr Nowakowski, Symon Wywona

Frysztak. – Chcę również zorganizować spotkanie z ministerstwem kultury, na którym będę zabiegał o wsparcie finansowe na modernizację amfiteatru.

Joanna Kluzik-Rostkowska na spotkanie zaprosiła dziennikarzy dzień później – w ubiegły piątek. Liderka radomskiej listy Koalicji Obywatelskiej otrzymała w wyborach 19 tys. 320 głosów. – Chcę podziękować wszystkim, którzy oddali głos na listę KO. Dziś rano okazało się, że gdyby nasza lista miała 200 głosów mniej, to Konrad Frysztak nie otrzymałby mandatu, a PiS wprowadziłby do sejmu z naszego regionu siedmiu posłów – powiedziała. – Dlatego dziękuję wszystkim, którzy pracowali na naszą listę. Bo bez ich pracy mogło się okazać, że jestem jedynym posłem Koalicji Obywatelskiej z naszego regionu.

Nowa posłanka zdradziła, kiedy parlament w nowym składzie zbierze się po raz pierwszy. – Zaczynamy pracę 12 listopada – powiedziała. – W tym regionie jest wiele spraw do załatwienia i będę o nie walczyć w sejmie. Jednak cały czas

pamiętam, że okręg 17 to nie tylko Radom, ale też wiele innych, mniejszych miejscowości. I one wszystkie będą w orbicie moich zainteresowań.

Kluzik-Rostkowska zapowiedziała, że jest gotowa współpracować ze wszystkimi posłami ziemi radomskiej. – W poprzedniej kadencji sejmu istniał Parlamentarny Zespół Na Rzecz Rozwoju Radomia i Ziemi Radomskiej, ale przez cztery lata zebrał się tylko raz – stwierdziła. – Jeżeli będzie wola posłów PiS, to można go stworzyć również w tej kadencji. Ale ten zespół musi działać prężnie. Jednak nie powstanie bez woli posłów PiS, bo my, trójka parlamentarzystów opozycji możemy się spotkać i bez powoływania zespołu.

Joanna Kluzik-Rostkowska przyznała, że jest w trakcie szukania lokalu, w którym będzie się mieścić jej biuro poselskie. – Będzie to nasze wspólne biuro – posłów Koalicji Obywatelskiej. Jak tylko znajdziemy odpowiedni lokal, to podamy adres, żeby wszyscy wyborcy mogli do nas dotrzeć.

REKLAMA

## Spostrzeżenia pacjenta

Renomę lecznicy z Giserskiej 21 tworzą wysokiej klasy specjaliści wraz z personelem pomocniczym.

Kierowanie takim zespołem to zaszczyt dla kierownika placówki, przemiłej i obdarzonej dobrocią dr Małgorzaty Grel.

AUTOPROMOCJA

## Dominik Ćwiek

Biuro Reklamy Tygodnika „7DNI”, Radia Rekord, portalu CoZaDzien.pl

dominik.cwiek@gruparekord.pl  
+48 791-839-090

RADOMSKA GRUPA MEDIOWA, ul. Okulickiego 39, 26-600 Radom

## Potrzebuję kogoś odważnego

We wtorek Konrad Frysztak został odwołany ze stanowiska wiceprezydenta Radomia. Prezydent nie zdradził, kto przejmie jego obowiązki. Decyzję mamy poznać w ciągu kilkunastu dni.

Jednym z możliwych ruchów jest zmniejszenie kolegium prezydenckiego. – Przez blisko cztery lata kolegium składało się z czterech osób: mnie i trzech zastępców – powiedział prezydent. – Być może powrócę do takiego rozkładu obowiązków. Działania, którymi zajmował się Konrad Frysztak, przejdą do pozostałych wiceprezydentów, czyli Jerzego Zawodnika, Katarzyny Kalinowskiej i Karola Semika.

Przypomnijmy: Konrad Frysztak jako zastępca prezydenta nadzorował w mieście inwestycje, zarządzanie nieruchomościami, gospodarkę komunalną i lokalową, spółki miejskie oraz biura: rozwoju miasta i rewitalizacji. Dlatego obdzielenie jego obowiązkami pozostałych zastępców może być trudne.

Naturalnym ruchem prezydenta byłoby powołanie nowego zastępcy ze swojego środowiska politycznego. Według niektórych na to stanowisko chrapkę mieli byli parlamentarzyści Platformy Obywatelskiej, czyli Leszek Ruszczyk i Anna Maria Białkowska. Zwłaszcza Białkowska, która była wiceprezydentem, zanim trafiła do sejmu. Ponoć miała nawet zgłosić swoją kandydaturę, ale z uzyskanych przez nas informacji wynika, że nie jest brana pod uwagę.

Mówiło się również o Marcie Michalskiej-Wilk, czyli kandydatce Koalicji Obywatelskiej do senatu i szefowej klubu radnych KO. Jednak sama zainteresowana stanowczo dementowała te doniesienia medialne: – Nie ma takiego tematu.

Ostatnio pojawiła się kandydatura wiceprezesa Radkomu Zbigniewa Banaszkiewicza, byłego szefa radomskich struktur PO. Ponoć w minioną sobotę w siedzibie radomskiej Platformy doszło do spotkania Radosława Witkowskiego, Konrada Frysztaka, Ewy Kopacz i Zbigniewa Banaszkiewicza. – Tak, byłem w sobotę w siedzibie PO i rozmawiałem z Ewą Kopacz na temat możliwości

wsparcia dla Radomia w nowej perspektywie unijnej – powiedział w Porannej Rozmowie Radia Rekord i TV Dami Witkowski. – Oczywiście rozmawialiśmy również o innych tematach, w tym sytuacji krajowej Platformy czy o zmianach w kolegium prezydenckim. Zbigniew Banaszkiewicz ma szansę na tę funkcję, jak wiele innych osób.

Kolejna możliwość Radosława Witkowskiego to stworzenie koalicji z Prawem i Sprawiedliwością. – Nie wykluczam takiej opcji, ale nie było jeszcze żadnych rozmów z PiS – powiedział Witkowski. – Jesteśmy w gorącym okresie powyborczym, a ja nie chcę takich rozmów w takim czasie prowadzić.

Najciekawsze jest jednak to, czy PiS pójdzie na współpracę z Radosławem Witkowskim i obie strony dojdą do porozumienia. W mieście słychać, że działacze z Rynku nie do końca mają na to ochotę, ale – jak powiedział Wojciech Skurkiewicz w Porannej Rozmowie Radia Rekord i TV Dami – „w polityce nigdy nie można mówić »nigdy«”.

Jeśli doszłoby do koalicji ponad podziałami, to wśród kandydatów PiS na wiceprezydenta wymieniane jest nazwisko Mariusza Mroza – byłego prezesa spółki Rewitalizacja. Słysz się również, że Frysztaka może zastąpić Łukasz Podlewski. – Nikt ze mną na ten temat nie rozmawiał; te wszystkie informacje to tylko spekulacje prasowe – powiedział radny PiS.

Witkowski zapewnia, że jego decyzję w kwestii wakat po Frysztaku powinniśmy poznać w ciągu kilkunastu dni. – Szukam osoby kompetentnej i takiej, która nie będzie miała problemów z podejmowaniem trudnych decyzji – zdradził Witkowski. – Potrzebuję kogoś odważnego i roztropnego. Kogoś, komu na sercu będzie leżało dobro naszego miasta.

KRZYSZTOF DOMAGAŁA

AUTOPROMOCJA

PATRONAT: PREZYDENT MIASTA RADOMIA

MECENAS:

radom  
siła w precyzji

Mazowsze  
serce Polski

radio  
rekorrd  
25 LAT  
Z WAMI

DZIĘKUJEMY

PARTNERZY

wodociąg miejski administrator RATO Camera Store IRAX

Smile4You DELIAWATY BUM BALLONS WASILEWSKI E.Leclerc

## Wjazd i zjazd z wiaduktu

Otwarte dla ruchu są dwie łącznice umożliwiające wjazd i zjazd z wiaduktu w ul. Słowackiego.

– Budowa trasy N-S była jednym z moich zobowiązań wyborczych. To jeden z najważniejszych elementów Strefy Wygodnego Ruchu. Główny cel inwestycji to usprawnienie ruchu w centrum miasta, a przede wszystkim odkorkowanie ul. 25 Czerwca. Ten moment cieszy szczególnie, ponieważ o potrzebie budowy trasy N-S mówiło się od 30 lat. Ten rok stał się przełomowy, ponieważ oddaliśmy do użytku śródmiejski odcinek – mówi prezydent Radosław Witkowski.

Nowe łącznice umożliwiają wjazd na wiadukt pojazdom jadącym ul. Beliny-Prażmowskiego i zjazd w kierunku dworca.

Trwa procedura przetargowa dotycząca trzeciego etapu budowy trasy – na odcinku od Żeromskiego do Żółkiewskiego wraz z łącznicami z ul. Energetyków i Zbrowskiego. – To też bardzo ważny odcinek, ponieważ odciążą ul. Szklaną – podkreśla wiceprezydent Konrad Frysztak.

Przypomnijmy: podpisana jest także umowa z wykonawcą drugiego etapu trasy, czyli odcinka od osiedla Południe do ul. Młodzianowskiej. Obecnie trwają prace projektowe. – Wiele dyskutowało się w Radomiu o tym, która droga może mieć największy wpływ na usprawnienie ruchu w mieście. Zawsze twierdziłem, że tą drogą jest właśnie trasa N-S i bardzo się cieszę, że najpóźniej w 2023 roku będzie gotowa w całości, czyli od osiedla Południe do Żółkiewskiego – mówi prezydent Witkowski.

CT

# Spełniają marzenia

Kanadyjska fundacja Polish Orphans Charity otrzymała nagrodę *Viventi Caritate* (Żyjącemu Miłością) przyznaną przez Fundusz im. bp. Jana Chrapka. Nagrodę w imieniu fundacji odebrał Krzysztof Gajewski, przedstawiciel fundacji.

### ● KATARZYNA SKOWRON

Uroczystość wręczenia nagrody odbyła się w radomskiej katedrze w ubiegły piątek, w 18. rocznicę śmierci bp. Jana Chrapka. Nagroda jest przyznawana, przypomnijmy, osobom lub instytucjom z całej Polski za działalność charytatywną, społeczną i kulturalną. – Poprzez nagrodę *Viventi Caritate* wspominamy bp. Jana właśnie pełnego pasji wiary. Poprzez tę nagrodę chcemy uhonorować te osoby czy instytucje, w których aktywności obecna jest pasja wiary, realizująca się w wypełnianiu ewangelicznego przynaglenia do kochania czynem – mówi prowadzący Wojciech Sałek.

Statuetka *Viventi Caritate* i dyplom z sentencją bp. Jana Chrapka: „Życie należy przeżywać z pasją wiary i chęcią służenia Chrystusowi w bliźnich” za rok 2019 trafiły do kanadyjskiej fundacji *Polish Orphans Charity*. – W uznaniu ofiarnej postawy znajdującej wyraz w długofalowym stypendialnym wsparciu szczególnie uzdolnionych artystycznie dzieci i młodzieży – mówi bp. Piotr Turzyński, uzasadniając wybór.

Nagrodę w imieniu fundacji z rąk bp. Turzyńskiego odebrał Krzysztof Gajewski, przedstawiciel fundacji w Polsce. Przez 13 lat działalności w Polsce fundacja przekazała na stypendia ponad 1 mln dolarów. Skorzystało z nich ponad



Fot. Szymon Wyżniewski

700 stypendystów, w tym 400 z Radomia. Rocznie fundacja przyznaje stypendia 60 uczniom artystycznie uzdolnionym

znajdującym się w trudnej sytuacji rodzinnej.

– Tutaj powinna dzisiaj stać dr Ry-

szarda Russ, osoba, która 19 lat temu założyła tę fundację. Polka z paszportem kanadyjskim i brytyjskim, ale na pewno z wielkim polskim sercem. To, że później wybrała mnie, żebym to ja koordynował pracę fundacji w Polsce, to był przypadek. Bałem się, ale zaufałem również Bogu, że to wszystko wyjdzie – mówił Krzysztof Gajewski, odbierając nagrodę. – Nasi stypendyści zdobywają tytuły mistrzostw świata czy koncertują w najlepszych filharmoniach, ale chcę powiedzieć o dziewczynce, która napisała list, który mam do dzisiaj w domu. Ten list był jednozdaniowy: „Dziękuję wam za spełnienie moich marzeń”. Czy może być coś piękniejszego niż spełnienia marzeń dziecka? Czasami dzieci marzą o tym, aby mieć coś, czego nie są w stanie im zapewnić ich opiekunowie. Jeżeli spełniamy te marzenia, to ja już swoją nagrodę odebrałem, bo nie ma nic piękniejszego niż uśmiech i szczęście dziecka, które dziękuje ci za spełnienie marzeń.

Zwycięzca otrzymuje statuetkę dłuta Sławomira Gęsiaka, która jest „alegorią otwartego serca i rodzącej się z niego miłości”. Nagrodę *Viventi Caritate* Fundusz im. bp. Jana Chrapka przyznaje od 2005 roku. W ubiegłym roku laureatkami były siostry dominikanki z Broniszevic, które prowadzą Dom Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży.

REKLAMA

## Znamy Liderów Zmian 2019 na Mazowszu

Już po raz trzeci wyłoniono mazowieckich Liderów Zmian na podstawie projektów dofinansowanych ze środków europejskich. Po raz pierwszy jednak nagrody przyznano w takiej skali. W tegorocznej edycji wyróżniono Liderów w aż czterech kategoriach: Samorząd, Firma, Nagroda Internautów oraz Nagroda Specjalna.



ORGANIZATOR:

MAZOWIECKA JEDNOSTKA WDRAŻANIA PROGRAMÓW UNIJNYCH

PATRONAT HONOROWY:



16 października ogłoszono wyniki konkursu Lider Zmian 2019 pod patronatem honorowym Marszałka Województwa Mazowieckiego. Konkurs organizowany przez Mazowiecką Jednostkę Wdrażania Programów Unijnych miał na celu wyróżnienie ważnych lokalnie i regionalnie działań, a także innowacyjnych projektów biznesowych wspieranych ze środków europejskich z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego 2014-2020. W tym roku po raz pierwszy beneficjenci mogli sami zgłaszać swoje projekty w kategoriach „Nagroda Internautów” oraz „Firma”.

„Lider Zmian. Nagroda Internautów” to szczególnie ważna kategoria, ponieważ to mieszkańcy zdecydowali, które projekty otrzymały wyróżnienie. W celu wyłonienia zwycięzców w konkursie „Lider Zmian. Firma” powołana została zaś Kapituła, w której gronie znaleźli się uznani eksperci, posiadający duże doświadczenie w rozwoju biznesu, tacy jak Pan dr Zygmunt Krasieński, Dyrektor Krajowego Punktu Kontaktowego Programów Badawczych Unii Europejskiej czy Pan Andrzej Malinowski, Prezydent Pracodawców Rzeczypospolitej Polskiej. Nagroda Specjalna to natomiast wyróżnienie za wkład w społeczno-gospodarczy rozwój regionu z okazji 15 lat członkostwa Polski w Unii Europejskiej.

Artykuł współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego

Oto lista tegorocznych Liderów Zmian:

**Lider Zmian Samorząd - Lider województwa mazowieckiego pod względem dofinansowania z UE w przeliczeniu na mieszkańca:** Gmina Pomiechówek

**Lider województwa mazowieckiego pod względem dofinansowania z UE w przeliczeniu na mieszkańca:**

- gminy wiejskie poniżej 5 tys. mieszkańców: Gmina Pokrzywnica
- gminy wiejskie od 5 tys. mieszkańców: Gmina Pomiechówek
- gminy miejsko-wiejskie poniżej 15 tys. mieszkańców: Gmina Myszyniec
- gminy miejsko-wiejskie od 15 tys. mieszkańców: Gmina Grodzisk Mazowiecki
- miasta poniżej 25 tys. mieszkańców: Miasto Płońsk
- miasta od 25 tys. mieszkańców: Miasto Marki
- powiaty poniżej 75 tys. mieszkańców: Powiat Przasnyski
- powiaty od 75 tys. mieszkańców: Powiat Płoński

**Lider Zmian Samorząd - Lider projektów infrastrukturalnych:** Gmina Miasto Płock

**Lider Zmian Samorząd - Lider projektów społecznych:** Miasto stołeczne Warszawa

**Lider Zmian Nagroda Internautów - Człowiek w centrum uwagi:** Miejska Biblioteka Publiczna im. Zofii Nałkowskiej w Przasnyszu za projekt „Rozszerzenie oferty kulturalnej w Przasnyszu poprzez inwestycję infrastrukturalną i doposażenie miejskich instytucji kultury”

**Lider Zmian Nagroda Internautów - Świat wokół nas:** Parafia Ewangelicko-Augsburska Świętej Trójcy w Warszawie za projekt „Remont i przebudowa ewangelicko-augsburskiego kościoła Świętej Twórcy w Warszawie – etap I”

**Lider Zmian Nagroda Internautów - Produkt lub usługa przyjazna mieszkańcom:** Fundacja Drabina Rozwoju za projekt „Multimedialne Centrum Natura - Ekologiczne Innowacje Na Rzecz Kultury”

**Lider Zmian Firma - zdrowie:** SensDx za projekt „Prace badawczo-rozwojowe nad innowacyjnym, ultraczułym, szybkim i tanim miniaturowym testem do wykrywania wirusa grypy - FLUSENSOR”

**Lider Zmian Firma - technologie:** Centrum Badań i Rozwoju Technologii dla Przemysłu S.A. za projekt „Opracowanie uniwersalnej elektrody transparentnej do zastosowań w ogniwach fotowoltaicznych I, II i III generacji”

**Lider Zmian Nagroda Specjalna:** Koleje Mazowieckie za projekty mające na celu zwiększanie bezpieczeństwa i komfortu przemieszczania się po Mazowszu

Pełna lista wyróżnionych beneficjentów dostępna jest na stronach [www.liderzmian.eu](http://www.liderzmian.eu) oraz [www.funduszedlamazowska.eu](http://www.funduszedlamazowska.eu).

# Gala Disco Dance – 25.

„Super atmosfera”, „świetna zabawa”, „fajna impreza”, „mnóstwo pozytywnej energii” – tak oceniali Jesienną Gałę Disco Dance, połączoną z 25. urodzinami Radia Rekord obecni w hali MOSiR fani i słuchacze radia. To było naprawdę wyjątkowe muzyczne wydarzenie, które przyciągnęło rzeszę ludzi.



## • KATARZYNA SKOWRON

W minioną sobotę w hali MOSiR odbyła się Jesienna Gala Disco Dance. Koncert, organizowany przez RAT Events, połączony był z 25. urodzinami Radia Rekord. Jubileusz świętowaliśmy w towarzystwie największych gwiazd muzyki disco polo i ich fanów oraz wspólnie z naszymi wiernymi słuchaczami. Usłyszeliśmy Pięknych i Młodych, Top Girls, Milego Pana, zespół Playboys i Jorggusa. To była kolejna odsłona świętowania 25-lecia Radia Rekord, bo, przypomnijmy, 4 października w sali koncertowej Zespołu Szkół Muzycznych odbyła się uroczysta jubileuszowa gala.

– Świętujemy przez cały miesiąc. Były nasze urodziny w szkole muzycznej; to była gala bardziej oficjalna, a teraz tutaj w hali MOSiR jest bardziej zabawowo i imprezowo. Na scenie największe gwiazdy muzyki tanecznej. Tłum ludzi pod sceną, na trybunach. Fantastyczna zabawa. Wszyscy tańczą, śpiewają i doskonale się bawią, tak że jesteśmy zachwyceni – przyznał w trakcie imprezy Rafał Tatarek, prezes Radomskiej Grupy Mediowej. – Rozmawialiśmy z organizatorami i możemy już ogłosić, że za rok będzie kolejna gala. Na pewno będziemy chcieli organizować takich imprez więcej.

Jesienną Gałę Disco Dance prowadziła prezenterka Radia Rekord: Anna Owczarek i Kamil Górski, dobrze znani z Rekordowego Rogu Obfitości.

Wydarzenie pozytywnie ocenili także sami artyści. – Ludzie dopisali, bardzo fajna atmosfera. Impreza mi się podoba. W Radomiu miałem okazję grać kilka razy i za każdym razem atmosfera jest świetna – przyznał Piotrek Kołaczyński, czyli Miły Pan.

Ze sceny usłyszeliśmy jego wielkie hity: „Królowa” czy „Malolalki”. Oczywiście jeśli gala w Radomiu, to nie mogło zabraknąć rodzimej gwiazdy, czyli zespołu Playboys. – Grać u siebie to jest

wyjątkowe uczucie. Mówi się, że u siebie gra się najtrudniej, bo publiczność nie już dobrze zna, oczywiście jest super, ale zaskoczyć własną publiczność jest trudno. Mam jednak nadzieję, że my dzisiaj udowodnimy, że można jeszcze czymś zaskoczyć radomską publiczność – powiedział po koncercie Kuba Urbański, wokalista zespołu Playboys.

Trzeba przyznać, że im się udało. Jedną piosenkę zaśpiewali nawet wspólnie z zespołem Piękni i Młodzi. Ponieważ gala była połączona z urodzinami Radia Rekord, nie mogło zabraknąć akcentów związanych z radiem. Między występami odbyły się konkursy; do wygrania były gadżety z logo radia. Można było również zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie na jubileuszowej, rekordowej ścianie.

W trakcie gali usłyszeliśmy mnóstwo pozytywnych komentarzy, a ludzie świetnie się bawili; większość obecnych to także stali słuchacze radia. – Super się bawimy, atmosfera jest świetna. W Radia Rekord podoba nam się dobra muzyka, która umila czas podczas jazdy – przyznali fani Radia Rekord.

– Świetna zabawa, jesteśmy zachwyconie. Czekamy jeszcze na nasz zespół, który ma zagrać, czyli Pięknych i Młodych, bo same się tak czujemy – przyznały Agnieszka i Jola.

Marzena przyszyła na koncert, bo jej ulubiony zespół to Jorggus, ale i nie tylko: – Bawię się bardzo dobrze, jest super. Naprawdę jest fajna impreza, warto było na nią przyjść, tak naprawdę jestem rozbawiona. Reszta zespołów też jest bardzo fajna, lubię taką muzykę i polecam takie imprezy.

Niektórzy przyjechali na galę specjalnie z zagranicy. – Bardzo dobrze się bawię. Przyjechałam specjalnie z Holandii na ten koncert, bo lubię Pięknych i Młodych i Radio Rekord. Jak jeżdżę w Holandii samochodem, zawsze słucham tego radia. Nie ma dla mnie innej stacji. Bardzo lubię Radio Rekord i dlatego tu jestem – powiedziała nam fanka



czy, jak i artystów występujących na gali. – Życzę kolejnych 200 lat, aby się kręciło, aby wszystko było jak najlepiej i do przodu – powiedział Piotr Kołaczyński, czyli Miły Pan.

– Oczywiście życzę wszystkim słuchaczom optymizmu, uśmiechu, który emanuje w Radia Rekord od 25 lat i oby ten uśmiech nie schodził przez kolejne 25, 50 i 100 lat. Bo to radio to najbardziej uśmiechnięte radio w Polsce – stwierdził Kuba Urbański z Playboys.

– Życzymy Radia Rekord wszystkiemu dobremu i najlepszej muzyki na świecie – Elżbieta i Jacek z Radomia. – Składamy najlepsze życzenia z okazji 25-lecia Radia Rekord. Słuchamy

i życzymy wszystkiego najlepszego. Słuchalności jak do tej pory. Jest to najlepsze radio. Pozdrawiamy wszystkich słuchaczy – Agnieszka i Jola.

– Wszystkiego najlepszego dla Radia Rekord. Więcej imprez, super muzyki, więcej słuchaczy i wszystkiego, wszystkiego najlepszego na kolejne, kolejne i kolejne 25-lecie – pani Marzena.

– Życzę wszystkiego najlepszego i żeby zawsze było tak jak jest, bo ich audycje są wspaniałe. Uwielbiam ich słuchać – fanka z Holandii.

– Chciałabym serdecznie podziękować za wspólną zabawę, za miłe towarzystwo i oby tak dalej. Tak trzymać – Elżbieta z Radomia.



Zdjęcia: Piotr Remonowicz

# urodziny Radia Rekord



# Jest taka ulica w Radomiu

Kilkudziesięciu patronów radomskich ulic i placów to osoby wielce dla Radomia – jego historii, życia politycznego, gospodarki, kultury – zasłużone. W wielu przypadkach jest jednak tak, że dowiadujemy się, kim byli, w momencie nazwania ich imieniem ulicy, a potem o ich wyjątkowości zapominamy.

Ulica Florentyny

## Jakubczak

Huta Józefowska, Krzewień, Stara i Nowa Woła Gołębiowska

Równoległa do ul. Energetyków, prostopadła do ul. Mściława



fu.ign.com

Florentyna Zbrowska urodziła się 16 kwietnia 1874 roku w Opocznie. Była jednym z czworga dzieci Franciszka i Feliksi Felicji z Trzasków. Uczyła się w Gimnazjum Rządowym Żeńskim w Radomiu.

towskiego Towarzystwa Dobroczynności. W 1910 wyjechała z mężem do rosyjskiej Ufy, gdzie spędziła 10 lat. Tu ukończyła kurs bibliotekarski i prowadziła parafialną bibliotekę.

W 1921 roku wróciła do Radomia. Jej wykształcenie i doświadczenie miało się wkrótce bardzo przydać. Bo ówczesna prezes Rady Miejskiej Radomia Maria Kelles-Krauz postanowiła umożliwić radomianom dostęp do książek i w pomieszczeniach ratusza, gdzie urzędowała rada i magistrat, zorganizować bibliotekę. Miejska Biblioteka Publiczna została uroczysto otwarta 16 czerwca 1922 roku, a jej kierowniczką, organizatorką i niezłomną pracownicą została Florentyna Jakubczak. Początkowo udostępniała księgozbiór rady miejskiej i radnych, a utrzymywała się z miejskich dotacji i, obowiązkowych, składek czytelników. 16 lutego 1931 MBP została przeniesiona na parter oficyny przy ul. Zeromskiego 13. Rósł nie tylko biblio-

Wybuch II wojny światowej nie spowodował zamknięcia biblioteki. Dopiero 15 maja 1941 roku niemieckie władze okupacyjne nakazały zamknięcie placówki. Polecily przy tym, by zniszczyć najwartościowsze publikacje, głównie literaturę polską oraz wydawnictwa traktujące o geografii i historii Polski, a także wiele tytułów czasopism. Dzięki Florentynie Jakubczak i pracownikom MBP część zbiorów udało się uratować.

Ponownie Miejska Biblioteka Publiczna została uruchomiona 30 maja 1945 roku, w kamienicy przy pl. 3 Maja 8 (ob. pl. Konstytucji 3 Maja), a kierowanie nią powierzono Florentynie Jakubczak. Na półki wróciły, ocalone przed hitlerowcami, przedwojenne zbiory MBP, ocalałe zbiory innych radomskich księżnic sprzed 1939 roku, a także księgozbiór Biblioteki Publicznej Sejmiku Radomskiego im. Stefana Hempla. Rok później wznowiła działalność filia na Glinicach, a w 1947 – na Zamłynie.

W 1953 roku Florentyna Jakubczak odeszła na emeryturę. Księgozbiór MBP liczył wtedy 63 tys. woluminów, a biblioteka miała już pięć filii. Za swoją pracę kierownik MBP została odznaczona m.in. Złotym Krzyżem Zasługi.

Florentyna Jakubczak zmarła 28 października/ według innych źródeł - 28 listopada/ 1959 roku w Radomiu. Została pochowana na cmentarzu przy ul. Limanowskiego.



fu.ign.com

W 1902 roku zdała tu egzamin na nauczycielkę szkoły elementarnej. Wyszła za mąż za Antoniego Jakubczaka.

W latach 1906-1910 mieszkała w Opatowie, gdzie prowadziła bibliotekę Opa-

teczny księgozbiór. Czytać chcieli także mieszkańcy peryferyjnych dzielnic, więc Florentyna Jakubczak zorganizowała dwie pierwsze filie – na Glinicach i Zamłynie.

Jej imię radomscy radni nadali ulicy, biegnącej przez Starą i Nową Wołę Gołębiowską 29 marca 1985 roku.

NIKA

## Spacerkiem po mieście

### Cmentarz prawosławny



fu.ign.com

W 1832 roku, na skutek usilnych prób proboszcza Teofila Nowickiego, Komisja Rządowa Spraw Wewnętrznych i Duchownych wyraziła zgodę na przeniesienie parafii prawosławnej z Opatowa do Radomia. W naszym mieście w tym czasie mieszkało ponad 700 wojskowych i 20 cywilów wyznania prawosławnego. Cerkiew urządzono w dawnym kościele klasztornej benedyktynek, a zmarłych wyznawców prawosławia chowano na cmentarzu rzymskokatolickim. Prawosławna nekropolia została założona dopiero w 1839 roku na Obozisku, poza ówczesnymi granicami miasta (dziś ul. Warszawska 15), na gruntach przekazanych przez władze gubernialne. W roku 1848 i 11 lat później cmentarz powiększono i otoczono murem. W czwartej ćwierci XIX wieku wybudowano bramę główną, stróżówkę i dom przedprozbowy.

W czasie I wojny światowej przy ul. Warszawskiej wydzielono kwatery, gdzie grzebano poległych żołnierzy armii rosyjskiej. Miejsce ostatecznego spoczynku znaleźli tu także żołnierze prawosławni, których chowano na cmentarzu wojskowym, a w 1935 ekshumowano.

W 1947 roku władze miejskie, wbrew woli parafian i proboszcza, wydzieliły część nekropolii, zburzyły ok. 100 grobów i pomników, by w kwietniu 1948 pochować w zbiorowych mogiłach ok. 700 ekshumowanych żołnierzy radzieckich poległych przy wyzwaniu Radomia i okolicznych miejscowości spod niemieckiej okupacji, a także zamordowanych przez Niemców jeńców radzieckich.

W 1987 roku cmentarz został wpisany do rejestru zabytków. Zachowało się tu ok. 100 zabytkowych nagrobków o wysokim poziomie artystycznym i zróżnicowanych typach formalnych z bogatym zespołem inskrypcji w języku rosyjskim i starocerkiewnym.

W 1990 roku na ul. Warszawską trafił pomnik żołnierzy Armii Czerwonej, stojący wcześniej na skraju parku im. Tadeusza Kościuszki, a w 2004 – pomnik Wdzięczności Armii Czerwonej, usunięty w 1993 roku z pl. Zwycięstwa (obecnie pl. Jagielloński).

W 1992 roku na terenie nekropolii wzniesiono cerkiew św. Mikołaja, umiejętnie wkomponowując ją w przestrzeń zabytkowego cmentarza.

Przy ul. Warszawskiej spoczywają m.in. zmarły w 1885 roku gen. mjr Konstantyn Nikołajewicz Napierstkov, płk Siemion Aleksandrowicz von Plotto, naczelnik żandarmerii carskiej, który zginął w zamachu dokonanym przez Stanisława Wernera i Stanisława Hempla, płk Innocenty Illicz Bułatow, komendant 26. Mohylewskiego pp, zabity w Radomiu 12 grudnia 1904 podczas zamieszek ulicznych czy Ilija Fiodorowicz Klimuk, ojciec kosmonauty Piotra Klimuka.

Od początku lat 90. na cmentarzu przy ul. Warszawskiej grzebani są także zmarli innych wyznań. Pochowana została tutaj m.in. Halina Hermanowicz, Zygmunt Wojdan czy Feliks Wojtkun.

W 2010 przeprowadzona została inwentaryzacja nekropolii, a w latach 2010-12 odnowiono dziewięć najcenniejszych nagrobków. Utwardzono również alejki, a także wyremontowano bramę i stróżówkę.

NIKA

REKLAMA

**MIRAT**  
SALON OŚWIETLENIOWY

PRZYMIERZALNIA  
ŻYRANDOLI



- wybierasz 3
- przymierzasz w domu
- te, które Ci nie pasują, oddajesz

RADOM, ul. TORUŃSKA 9

TEL. (48) 363 65 40 [mirat.com.pl](http://mirat.com.pl)

## SMACZNEGO



## WYTRAWNA TARTA Z DYNIA, KOZIM SEREM I ZIARNAMI

## SKŁADNIKI

- 1 dynia
- 40 g sera koziego
- 1 opak. ciasta kruchego
- 200 ml śmietany 30%
- 1 opak. chrupiącej sałatki Bakalland
- świeże zioła do smaku
- sól i pieprz do smaku

## PRZYGOTOWANIE

Pokrojoną w kostkę dynię pieczemy w piekarniku przez ok. 20 minut. Następnie formę do tarty wykładamy kruchym ciastem, które delikatnie nakładamy widelcem. Upieczoną dynię przekładamy do formy, dodajemy rozdrobniony kazi ser i przyprawy. Wszystko zalewamy delikatnie śmietaną. Wkładamy do nagrzanego do 180 stopni piekarnika i pieczemy przez ok. 30 minut. Gotową tartę posypujemy chrupiącą sałatką i świeżymi ziołami.



## ROZGRZEWAJĄCY KREM Z DYNIA I KUKURYDZY

## SKŁADNIKI

- 1 mała dynia
- 1 puszka kukurydzy
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1 świeża papryczka chilli
- 5 łyżek śmietany
- 100 g pestek dyni
- 1 opak. popcornu maślanego
- 2 łyżki masła
- 1 łyżeczka startego imbiru
- sól i pieprz

## PRZYGOTOWANIE

Cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na maśle, dodajemy czosnek i przyprawy. W tym samym czasie dynię pieczemy w piekarniku, gotową dodajemy do podsmażonej cebuli i smażyjemy jeszcze przez kilka minut. Dodajemy kukurydzę oraz bulion i gotujemy przez ok. 30 minut pod przykryciem. Następnie dodajemy imbir i śmietanę, przyprawiamy całość według uznania i blendujemy. Gotową zupę rozlewamy do miseczek, dodajemy pestki dyni oraz przygotowany według przepisu z opakowania popcorn.

TEKSTY POWSTAJĄ  
WE WSPÓŁPRACY  
Z PORTALEM



# Idealna waga

Zastanawiałaś się kiedyś, czemu kolejna dieta, nie dość, że przypomina tortury, to jeszcze nie daje widocznych rezultatów na dłużej? Zamiast następnego rozwiązania na kilka tygodni lub miesięcy postaraj się stopniowo zmienić swój cały styl życia na zdrowszy. Odpowiednia motywacja pozwoli ci zacząć wprowadzać zmiany, ale to nawyk jest tym, co sprawi, że wytrwasz.

Weź odpowiedzialność za to, w jaki sposób traktujesz swoje ciało i zmień podejście do tracenia zbędnych kilogramów. Oto kilka kroków, które wyznaczają ci drogę do szczupłej sylwetki.

## KROK 1. NAWADNIJ SIĘ!

Zacznij od prostej zasady na początek: pij wodę! Przede wszystkim sięgaj po tę bogatą w składniki mineralne, elektrony i zasadową. Dziennie twoje ciało traci nawet do 3 litrów płynów, a twoim zadaniem jest uzupełnianie braków. Dlaczego to takie ważne? Jeśli nie przyjmiesz wystarczającej ilości wody, zaczniesz tyć, ponieważ odwodnienie spowalnia przemianę materii nawet o 3 proc.! Dodatkowo ciało zatrzymuje wodę, przez co człowiek wygląda na grubszy, niż jest w rzeczywistości. Jeśli obawiasz się, że zapomnisz o regularnym pić wody w ciągu dnia, rozpisz sobie plan i staraj się go trzymać lub ustaw sobie przypomnienia w telefonie. Dzięki temu z czasem wykształcisz przyzwyczajenie i woda stanie się twoim nieodłącznym towarzyszem.

## KROK 2. JEDZ DOBRZE

Zacznij od początku, czyli od śniadania. Przemyśl na nowo jego skład i zrezygnuj z ciężkich lub zakwaszających produktów, jak płatki śniadaniowe, jajka, pieczywo, produkty mleczne czy kawa. Sięgnij po swoje ulubione zielone warzywa i owoce. Zjedz sałatkę, hummus z warzywami, burgera z soczewicy, grillowaną cukinię, łososia, makaron warzywny z sosem, tofu z ulubionymi dodatkami czy naleśniki gryczane.

Przystępując do nowej strategii śniadaniowej, zacznij swój dzień od zjedzenia nisko węglowodanowego, bogatego we włókna i wodę posiłku. Wypróbuj to choćby przez dwa tygodnie, a przekonasz się, że twoje nowe śniadanie daje ci ogromną energię i dobre samopoczucie – radzi dr Robert Young, twórca die-



Fot. AdobeStock / Kzenon

ty zasadowej, który od lat prowadzi badania nad sposobem odżywiania i jego wpływem na rozwój takich chorób, jak otyłość czy cukrzyca.

Przede wszystkim staraj się, by twój jadłospis składał się w dużej mierze z zielonych warzyw i owoców, a także był bogaty w zdrowe tłuszcze (oliwa z oliwek, len, konopie, ogórecznik, wiesiołek). Przy każdym posiłku 3/4 talerza powinny stanowić jarzyny i zielenina, a im więcej surowego, tym lepiej. Unikaj też mięsa, cukru i słodkich deserów. Pożegnaj się z czekoladą i chipsami. Jeśli nie umiesz od razu, zrezygnuj stopniowo.

## KROK 3. RUSZAJ SIĘ

Nie oszukujmy się: cellulit czy oponka na brzuchu nie znikną tylko i wyłącznie za sprawą balsamów wyszczuplających i zmian w diecie. Jeśli chcesz zadawać efektywnych efektów, musisz postawić również na sport.

Kluczem jest wykonywanie właściwych ćwiczeń aerobowych w odpowiednich

ilościach. Zacznij od wybrania swoich ulubionych. Możesz skakać na trampolinie, chodzić, biegać, jeździć na rowerze lub trenować na orbiteku – najważniejsze abyś bez względu na rodzaj ćwiczeń, wykonywała je przez co najmniej 15 minut (max 60), pięć razy w tygodniu. Staraj się również trzy razy w tygodniu robić trening siłowy. Spokojnie – nikt nie oczekuje, że nagle będziesz dźwigać ciężary na ławeczce i podnosić sztangę. Chodzi o proste ćwiczenia z obciążeniem dostosowanym do twoich możliwości. Zacznij np. od używania 3-kilogramowych ciężarków.

## KROK 4. MYŚL SZCZUPŁO

Pizzę traktujesz jak nagrodę, lody są najlepszym pocieszycielem w smutnych chwilach, a może burger z frytkami pomaga, gdy się stresujesz? Jeśli chcesz zmienić swoje ciało, musisz też zmienić sposób myślenia o jedzeniu i jego roli. Sprawdź, jak i które emocje wiążą się z twoimi nawykami żywieniowymi. Nigdy nie traktuj jedzenia jako sposobu nagradzania lub radze-

nia sobie z problemami. Obserwuj swoje zachowania i odkryj, co sprawia, że sięgasz po niezdrowe dania i przekąski. Wygoda? Brak czasu? Stres? Gdy poznasz i zrozumiesz swoje przyzwyczajenia, łatwiej znajdziesz sposób, by stały się zdrowsze.

## KROK 5. PROWADŹ DZIENNIK

Postępy sprawdzaj raz na tydzień, zawsze o tej samej porze. Notuj nie tylko wagę, ale również obwód talii, pośladków, bioder, ud, klatki piersiowej i ramion. Od czasu do czasu mierz ciśnienie krwi, a raz na kilka miesięcy kontroluj poziom cholesterolu i cukru we krwi, zawartość tłuszczu w organizmie oraz zasadowość PH swojej śliny.

## KROK 6. OCZYŚĆ ORGANIZM

Gdy już powoli zaczniesz przestawiać się na zdrowszy tryb życia, zabierz się za pozbycie się z organizmu toksyn i kwasów. Wiele programów oczyszczania polega na kilkudniowych głodówkach, które poza osłabieniem organizmu i drastycznym zmniejszeniem przyjmowanych pokarmów mają jeszcze jedną wadę: uczą twoje ciało robenia zapasów. Co to oznacza? M.in., że po dłuższym głodowaniu tkanka tłuszczowa rośnie szybciej niż kiedyś i w rezultacie trudniej jest schudnąć, nawet stosując dietę niskokaloryczną. Lepiej więc sięgnąć po program, który polega na spożywaniu właściwego jedzenia w odpowiedniej formie, jak np. oczyszczanie w diecie zasadowej dr Younga. Plan działania jest prosty: przez dwa, trzy tygodnie jesz, ile chcesz i tak często, jak masz ochotę, pod warunkiem, że jedzenie powstaje z zielonych warzyw i owoców oraz jest pod postacią soku, puree, kremu lub smoothie. Dodatkowo pij jak najwięcej wody. Dobre wieści są takie, że większość osób w tym okresie zrzuca od 4 do nawet 9 kg. Brzmi dobrze, prawda?

FIT.PL

## Na surowo, gotowane, mrożone...

Warzywa i owoce, obok aktywności fizycznej, zajmują najważniejsze miejsce w Piramidzie Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Stanowią podstawę zbilansowanej codziennej diety, kompleksowo wspierają prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Są źródłem wielu witamin i składników mineralnych, można je spożywać na surowo, gotowane, mrożone, a także w postaci przetworów, np. soków.

Rekomendacje ekspertów ds. żywienia dotyczące konsumpcji warzyw i owoców różnią się w zależności od kraju, jednak problem niewystarczającego dziennego spożycia tych produktów jest obecny w wielu państwach UE. Jak zauważa dr inż. Katarzyna Stoś prof. nadzw. IŻŻ, zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), minimalne dzienne spożycie warzyw i owoców powinno wynosić 400 gramów, najlepiej podzielone na pięć porcji. – Jednak – podobnie jak w całej Unii Europejskiej, gdzie dzienna konsumpcja warzyw i owoców wynosi ok. 340 gramów – także w Polsce nie osiągamy codziennego wymaganego minimum; statystyczny Polak spożywa ich jedynie ok. 280 g na dzień. A dieta zawierająca minimum rekomendowanej ilości warzyw i owoców ma niebagatelny wpływ na prawidłowe funkcjonowanie całego organizmu, a także na samopoczucie. Wielu ludzi jednak wciąż pomija

te produkty w codziennym menu, nie dostarczając tym samym organizmowi wystarczającej ilości witamin i składników mineralnych. Warto też pamiętać, że nieodpowiednio zbilansowana dieta może być przyczyną otyłości i wielu chorób dietozależnych. – Co ciekawe, jedną z dziennych pięciu porcji warzyw i owoców może stanowić szklanka 100% soku. Według danych Europejskiego Stowarzyszenia Soków Owocowych (AIJN), Europejczycy spożywają zaledwie 3 łyżki stołowe (31 ml) 100% soku dziennie – podkreśla prof. Stoś.

Warto pamiętać, że im krótsza podróż warzyw i owoców z miejsca, gdzie rosną do sklepu, tym mniejsza strata ważnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu substancji, takich jak witaminy i składniki mineralne. Co ciekawe, ponad 70 proc. Polaków chętniej wybiera produkty rolne i artykuły spożywcze, które powstały z rodzimych surowców. Jednak oprócz korzyści czysto ekonomicznych, wpływ lokalnych warzyw i owoców jest po prostu często bardziej przyjazny dla środowiska! Logistyka związana z trans-

portem żywności jest wieloletowa, więc im droga, jaką musi przemierzyć produkt, jest krótsza, im mniej zużywa się podczas transportu energii, im mniejsza jest emisja CO<sub>2</sub>, tym mniej narażamy środowisko naturalne na dodatkowe zanieczyszczenia.

Polska kojarzy się z wieloma warzywami i owocami, takimi jak jabłka, gruszki, cebula, marchew czy ziemniaki, jednak nie zawsze pamięta się o małych i niepozornych krzaczkach, które kryją w sobie owoce o wysokiej zawartości substancji odżywczych. Do tzw. rodzimych superfruits, możemy zaliczyć m.in. aronię, czarną porzeczkę czy rokitnik. Warto sięgać po nie w sezonie, a poza nim wybierać je w wersji mrożonej czy też przetworów takich jak soki, smoothie. Szczególnie jesienna dieta powinna być bogata w produkty o wysokiej zawartości



Fot. AdobeStock / Kzenon

antyoksydantów, flawonoidów i podnoszącej odporność witaminę C, które naturalnie wzmocnią organizm przed nadchodzącą zimą, a każdy z tych trzech superfruits jest ich wartościowym źródłem.

FIT.PL





**Piątek**  
 21°/13°  
 t. odczuwalna 21° C  
 ciśnienie 1019 hPa  
 wilgotność 57%

**Sobota**  
 21°/12°  
 t. odczuwalna 21° C  
 ciśnienie 1021 hPa  
 wilgotność 57%

**Niedziela**  
 21°/13°  
 t. odczuwalna 22° C  
 ciśnienie 1016 hPa  
 wilgotność 51%

**Poniedziałek**  
 10°/10°  
 t. odczuwalna 10° C  
 ciśnienie 1018 hPa  
 wilgotność 70%

**Wtorek**  
 11°/5°  
 t. odczuwalna 10° C  
 ciśnienie 1018 hPa  
 wilgotność 57%

**Środa**  
 7°/3°  
 t. odczuwalna 5° C  
 ciśnienie 1023 hPa  
 wilgotność 62%

**Czwartek**  
 7°/-1°  
 t. odczuwalna 5° C  
 ciśnienie 1026 hPa  
 wilgotność 46%

źródło: twojapogoda.pl

# Z pozątkłych szpalt

## „Zachęta” do budowania

Przy ul. Wysokiej Nr 13 od dwóch lat stoi na wpół wybudowana kamienica i nie może doczekać się wykończenia. Właściciel (p. Fijakowski) włożył w budowę kilkadziesiąt tysięcy zł., tymczasem Bank Gospodarstwa Krajowego cofnął przyznany kredyt na wykończenie. Kamienica stoi jakby groźne ostrzeżenie dla tych, którzy zamierzaliby budować, licząc na pomoc Banku. Oczywiście, że w takich warunkach nie można nawet marzyć o złagodzeniu głodu mieszkaniowego.

**Słowo nr 247, 25 października 1929**

## Czerwony muzykant

Górzdzowski Bronisław, pracownik miejski, zameldował w Kom. P. P., że Sztorch Władysław, muzyk z orkiestry zw. zawod. (czerwonych), skradł klarnet, wartości 250 zł. i zbiegł w niewiadomym kierunku.

**Słowo nr 247, 25 października 1929**

## Nieporządki przy budowie kabli podziemnych

Od kilku tygodni na Placu 3 Maja obok posesji Nr 2 i w dalszym ciągu wzdłuż parkanu byłej „Łobzowianki” zdemolowano jezdnię i trotuar, podczas zakładania kabli przewodów telefonicznych podziemnych.

Rozkopane doły zostały prowizorycznie zasypane, przyczem na środku jezdni usypano wał ziemny 1/2 metrowej wysokości. (...) Ta właśnie część Placu 3 Maja jest najbardziej ruchliwa, a usypany wał tamuje normalny ruch uliczny, w dni zaś słotne stanowi przeszkodę błotną, poprzez którą przebrnąć trudno.

Kierownictwo budowy kabli przy prowadzeniu robót ziemnych w dzielnicach ruchliwych winno zarządzić, aby roboty te były prowadzone w tempie szybkim, by mieszkańcy miasta nie byli zmuszeni do zdobywania przeszkód w postaci wyrw, dołów, błota i wałów. Jeżeli prace niwelacyjne przy Placu 3 Maja wymagają dłuższego czasu, to część wału w miejscu przejścia winna być usunięta, a chodnik doprowadzony do porządku.

**Słowo nr 247, 25 października 1929**

## Zmuszenie do strajku.

Dnia 20 bm. Rajch Fajwek zam. przy ul. Rynek Nr. 6 zameldował, że do jego warsztatu kamaszniczego przy ul. Szwarlikowskiej 6 wtargnęli trzech strajkujących kamaszników: Birnebaum Szlama, zam. Kozienicka 16, Tenenbaum Nuchyn, zam. Starokrakowska Nr. 14 i Rezcunajg Sruł zam. Starokrakowska 7 i pod groźbą pobicia zmuszali pracujących także do przerwania pracy w zakładzie, gdy meldujący wezwał ich do opuszczenia zakładu pobili go lekko i zabrali mu z zakładu 8 sztuk futrówek i nóż ogólnej wart. 8 zł. 10 gr. Dochodzenie w toku.

**Ziemia Radomska nr 243, 22 października 1933**

## Uszkodzenie ciała.

W dniu 20 bm. przybyła do kuchni mieszkania d-ra Golb Jakóba przy ul. Moniuszki 18 Majewska Aniela i jakimś kwasem oblała służącą tegoż doktora, Majzel Annę tamże zamieszkałą, która doznała poparzenia twarzy i przedramienia. Uszkodzenie ciała lekkie. Majewska Aniela jest mężatką zam. przy ul. Składowej 25 przez oblanie Majzel Anny chciała zemścić się na niej za utrzymanie bliższych stosunków z jej mężem.

**Ziemia Radomska nr 243, 22 października 1933**

## Kradzieże.

Górski Eugenjusz zam. na przedmieściu Długojów zameldował o systematycznej kradzieży drzewa budowlanego oraz kilku drabin, wart. 200 zł. na szkodę Warszawskiego Towarzystwa Budowlanego, przeprowadzającego roboty na przed. Zakowice. O powyższą kradzież podejrzany jest Rojek Stanisław zam. we wsi Zakowice gm. Kowala. Dochodzenie w toku.

Dnia 20 b. m. Borkowski Bolesław zam. Koszarowa Nr. 9 właściciel garbarni w Radomiu przy ul. Garbarskiej zameldował o systematycznej kradzieży skór w garbarni przez Zarębę Jana, zam. w tejże garbarni, wart. 20 zł. Dochodzenie w toku.

**Ziemia Radomska nr 243, 22 października 1933**

6	2					9		
	7	4				5		
1				7				2
						2		5
		5		9				
				3	2	1		
	4	1	3					
9					8			
			4					8

	8							
				5		6	4	
		3						8
				7				
9								2
	1		2	6	8	7	9	
	5							
		8			6	2		
1	7		9	5			6	

# Sudoku

Celem gry jest uzupełnienie pozostałych pól planszy cyframi od 1 do 9 (po jednej cyfrze w każdym polu). Każda z wpisywanych cyfr może wystąpić tylko raz w każdym z wierszy, kolumn i obszarów.

REKLAMA

**NIE PRZEPLACAJ!** rekord TAXI 2zł/km. / 5,50zł trasa nocie  
**721 721 006**

# Ultramaraton na urodziny

– To miały być jednorazowe zawody – wspomina Tadeusz Kraska, organizator Radomskiego Maratonu Trzeźwości. – Ale pomysł chwycił i postanowiliśmy taki bieg na stałe umieścić w kalendarzu imprez sportowych. W tym roku Radomski Maraton Trzeźwości odbył się już po raz 14.



## PAWEŁ SOCHALSKI

Po raz pierwszy Radomski Maraton Trzeźwości Kraska zorganizował w 2006 roku. Wtedy uczestnicy biegali wokół zalewu na Borkach. Potem zmienił się termin imprezy i jej lokalizacja. Od kilku lat uczestnicy radomskiego maratonu rywalizują na trasach w Puszczy Kozienickiej. Tak właśnie było i w tym roku. Start i metę organizatorzy usytu-

wali na terenie należącym do Nadleśnictwa Radom Leśnego Ośrodka Edukacyjnego w Jedlni-Letnisku.

Program zawodów obejmował cztery biegi: ultramaraton, maraton, półmaraton i rywalizację na 10 km. W sumie zawody ukończyło ponad 400 uczestników. Tym razem do nazwy imprezy dodano człon „70-tka Tada”. – Bo akurat w dniu zawodów, czyli w niedzielę, 20 października kończyłem 70 lat – wyjaśnia Kraska. – Z tej okazji

postanowiłem przebiec 50 kilometrów. To dystans zaliczany do ultramaratonów.

Jubilat wyznaczył sobie trudne zadanie do wykonania. 50 km to dystans dobry tylko dla osób odpowiednio przygotowanych kondycyjnie. – Trzeba biegać regularnie. Najlepiej codziennie – zaznacza Radosław Fryczkowski ze stowarzyszenia Biegiem Radom!, będącego głównym organizatorem Radomskiego Maratonu Trzeźwości. – Dodatkowym utrudnieniem jest bieganie po leśnych trasach.

Takie utrudnienia dobrze zniósł jubilat i prezes stowarzyszenia Biegiem Radom!. – „Zniósł” to dobre słowo – śmieje się Kraska. – Do 35 kilometra było niezłe, ale potem bieg zamienił się w marszbieg. Mogłem podziwiać przyrodę, przemyśleć kilka spraw... Koledzy mijali mnie i poklepywali po plecach. Ale dotarłem do mety i to jest dla mnie najważniejsze.

W sumie ultramaraton ukończyło 61 biegaczy. Zwyciężył Przemysław Kalliński z Warszawy. Na pokonanie leśnej trasy potrzebował 5 godzin, 4 minut i 26 sekund. Najlepszy radomianin Karol Grabda (Biegiem Radom!) zajął trzecie miejsce. Natomiast maraton przebiegło 75 zawodników. Najszybszy był Kamil Walczyk ze Skaryszewa, który uzyskał czas 2 godz. 49 min. i 21 sek. Trzecie miejsce wywalczył radomianin Jarosław Kocpał. Najwięcej, bo aż 167, biegaczy wystartowało w półmaratonie. Z wygranej cieszył się Marcin Osieński (Biegiem Radom!), który przebiegł wspomniany dystans w czasie 1 godz. 26 minut i 13 sek. Z kolei w biegu na 10 km zwyciężył Rafał Lewocha (Jastrząb). Jego czas to 38 minut i 28 sekund.

## Wyczekiwana inauguracja

Już w sobotę, 26 października, siatkarze Cerradu Enei Czarnych Radom zainaugurują rozgrywki w PlusLidze. Ich pierwszym rywalem na wyjeździe będzie Indykpol AZS Olsztyn.

Czternastu zawodników, w tym tylko pięciu z poprzedniego sezonu, nowy sponsor tytularny i nowa nazwa drużyny. Cerrad Enea Czarni Radom rozpoczynają walkę w PlusLidze w sezonie 2019/2020! Pierwszym rywalem w inauguracyjnej serii gier będzie Indykpol AZS Olsztyn, a sobotni mecz radomianie rozegrają na wyjeździe.

W okresie przygotowawczym radomianie rozegrali 10 sparingów. Zanotowali sześć zwycięstw, trzy przegrane i jeden remis. Dwie ostatnie porażki podopieczni trenera Roberta Prygiela ponieśli w miniony weekend w Krośnie.

– Nawet nie chodzi o wynik... Aczkolwiek zawsze powtarzam, że nawet w sparingach lepiej wygrać niż przegrać. Bardziej martwi mnie poziom naszej gry, bo w miniony weekend zegraliśmy najslabsze mecze w tym okresie przygotowawczym – mówi Robert Prygiel.

Wcześniej jednak gra radomian w meczach kontrolnych mogła się podobać. Dlatego też szkoleniowiec liczy na do-

brą inaugurację w wykonaniu swoich podopiecznych. Lepszą niż w ubiegłym sezonie. – W poprzednim sezonie wystartowaliśmy bardzo źle, bo w pierwszym meczu przegraliśmy 0:3 w złym stylu z Jastrzębskim Węglem i dopiero później mieliśmy dobrą serię. Mam nadzieję, że wyciągniemy z tego wnioski i doświadczenie z tamtego roku spowoduje, że już w Olsztynie zaprezentujemy poziom taki, jakiego oczekujemy sami od siebie i jakiego od nas oczekuje całe środowisko siatkarskie – podkreśla Robert Prygiel.

Kadra Cerradu Enei Czarnych Radom w stosunku do poprzednich rozgrywek jest bardzo mocno przebudowana. W składzie pozostali tylko Dejan Vincić, Michał Ostrowski, Alen Pajenk, Michał Filip i Michał Ruciak. Dziewięciu zawodników jest nowych. Do Radomia po przerwie wrócili Michał Kędziński i Bartłomiej Grzechnik, dołączyli Grek Atanasis Protopsaltis, Słoweniec Alen Sket, a także Karol Butryn, Mateusz Ma-

sowski, Damian Boruch, Bartosz Firszt i Wojciech Włodarczyk.

– Budując ten zespół chciałem, aby to była drużyna wyrównana, dla której gra systemem środa – sobota nie będzie stanowiła problemu. Patrząc z perspektywy przeciwnika, chciałbym, abyśmy byli zespołem, w którym ciężko znaleźć zawodnika, na którym trzeba się najbardziej skupiać. Chciałbym, żebyśmy wszystkie strefy mieli otwarte, żeby dystrybucja piłek w tej drużynie była bardzo równomiernie rozłożona. Nie będziemy bazować tylko na jednym zawodniku – zaznacza Prygiel.

Pierwszy sprawdzian w hali Urania w Olsztynie. Tam „Wojskowi” powalczą o pierwsze ligowe punkty z Indykpołem AZS Olsztyn, w którego składzie występuje m.in. doskonale znany w Radomiu Wojciech Żaliński, były kapitan zespołu z Radomia. Początek spotkania o godz. 14.45.

MICHAŁ NOWAK



**O bezpłatnych szkoleniach profilaktycznych kierowców w wieku 18-24 lata z dyrektorem Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Radomiu, Marcinem Ciężkowskim rozmawia Sylwia Lewandowska.**

– **SI Panie Dyrektorze, nim przejdziemy do szkoleń, które są głównym celem naszego spotkania, powspominajmy Dzień Otwarty. WORD w Radomiu już po raz trzeci otworzył swoje podwoje dla odwiedzających.**

– **MC Tak, bardzo miło wraca się do tych wspomnień. Bo to impreza, która na stałe już wpisała się w kalendarz naszych wydarzeń. Frekwencja przechodzi nasze najśmielsze oczekiwania a to zapewne za sprawą licznych atrakcji, które przygotowaliśmy. Bo przypominę, że nie tylko można było „obejrzeć WORD od środka”, ale również sprawdzić swoje umiejętności czy to zdając próbny egzamin teoretyczny czy pokonując plac manewrowy pojazdem na kategorii B i C zupełnie bez konsekwencji (śmiech). Dodatkową frajdą praktycznie dla każdego, a mam tu na myśli całe rodziny, były liczne konkursy i degustacje pysznych lokalnych specjałów. Widzimy zapotrzebowanie na takie otwarcie do naszych petentów i na pewno będziemy takie akcje kontynuować.**

– **Głównym zadaniem Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego jest egzaminowanie na wszystkie kategorie prawa jazdy, ale prowadzicie także szeroko pojęte działania w zakresie bezpieczeństwa ruchu drogowego?**

– **Przede wszystkim egzaminy, ale niezwykle ważną jest dla nas ta działalność edukacyjna w zakresie brd. Przy współpracy Urzędu Marszałkowskiego organizujemy i współorganizujemy wiele akcji począwszy od przedszkoli poprzez szkoły po domy kultury. Jesteśmy pewni a i statystyki to potwierdzają, że ta profilaktyka**

przynosi wymierne efekty. Co raz częściej widzimy, że odblaski nie są tylko pobierane ale przede wszystkim są używane czyli noszone w widocznych miejscach. Cały czas zachęcamy nauczycieli do zgłaszania swoich placówek w radomskim WORDzie przy ulicy Suchej. Nikt nie zostanie odesłany z przystawowym „kwitkiem”.

– **Najmłodszych edukujecie poprzez zabawę, bo tak najłatwiej przemyścić te treści edukacyjne, natomiast seniorów poprzez praktykę. Jakimi opiniami cieszy się akcja „Kierowca Senior”?**

– **I tu znowu daje mi Pani powody do miłych wspomnień. Na ponad 150 przeszkolonych osób nie spotkałem się z ani jedną negatywną opinią. Obawialiśmy się o frekwencję a okazało się, że musimy ograniczyć nabór. Bezpłatne szkolenie dla posiadających już prawo jazdy osób powyżej 55 roku życia okazało się strzałem w dziesiątkę. Tor Modlin, bo tam właśnie to szkolenie się odbywa to doskonałe miejsce aby udoskonalić swoje umiejętności prowadzenia samochodu w różnych, w tym ekstremalnych warunkach drogowych. Te szkolenia również będziemy starali się wznowić, ale teraz chcemy się skupić na młodszych kierowcach.**

– **I w ten sposób przeszedł Pan do meritum naszej rozmowy (uśmiech). Bezpłatne szkolenia profilaktyczne dla kierowców, czyli tych już posiadających prawo jazdy w wieku 18-24 lata?**

– **Po rozpoznaniu grup wiekowych, które stwarzają największe zagrożenia i wręcz wypadków na drogach, wspólnie z Urzędem Marszałkowskim doszliśmy do wniosku, że ta grupa właśnie 18-24latków wymaga szerszego spektrum działań, bo to wśród nich jest największy odsetek wypadków. Podjęliśmy kroki aby jak najszybciej takie szkolenie zorganizować i się udało. Rekrutacja już trwa i w związku z tym zapraszamy wszystkich mieszkańców subregionu radomskiego w wieku 18-24 lata, posiadających ważne prawo jazdy do zgłaszania się w Wojewódzkim Ośrodku Ruchu Drogowego w Radomiu przy ulicy Suchej 13. Na recepcji wypełniamy odpowiednie drukarki i tyle. Szkolenia, przypomnę bez konsekwencji, to tylko profilaktyka ale jakże potrzebna, odbywać się będą w sobotę 9ego i w poniedziałek 18ego listopada. Przypominam, że są one w zupełności bezpłatne. Zapewniamy dowóz do Modlina i powrót, poczęstunek kawowy oraz obiad no i oczywiście pełen pakiet szkoleniowy. Ilość miejsc jest mocno ograniczona dlatego zachęcam aby zgłaszać się jak najszybciej.**

– **Dziękuję za rozmowę i życząc owocnego szkolenia.**

# Trzy porażki

Początek sezonu dla siatkarek E. Leclerc Radomki Radom nie jest udany. Podopieczne trenera Jacka Skroka doznały trzech porażek i nie mają na koncie jeszcze ani jednego punktu.

● MICHAŁ NOWAK

Na inaugurację radomski zespół przegrał 1:3 z BKS-em Stal Bielsko-Biała. Dwaj kolejni rywale byli zdecydowanie bardziej wymagający.

Pojedynek z mistrzem Polski, ŁKS-em Commercecon Łódź, zaczął się od wymiany ciosów z obu stron. Od stanu 6:6 radomianki zdobyły trzy „oczka” z rzędu. Od tego czasu inicjatywa w partii otwarcia była po ich stronie. Ekipa E. Leclerc Radomki przede wszystkim ograniczyła liczbę błędów własnych, a także znakomicie prezentowała się w bloku, dzięki czemu wygrała pierwszą odsłonę po skutecznym ataku Azizowej (25:22).

Niestety, w kolejnych setach nie było już tak dobrze, choć radomianki dobrze zaczęły drugą odsłonę. Przy zagrywce Szpak szybko uzyskały cztery punkty przewagi (4:0). Gospodynie utrzymywały ją do połowy seta. Potem wynik oscylował w granicach remisów. Tak było do stanu 20:20. Potem trzy „oczka” z rzędu zdobyły mistrzynie Polski, które w końcówce zachowały więcej zimnej krwi.

Seta numer trzy siatkarki z Radomia rozpoczęły kiepsko. Łodzianki bardzo szybko wypracowały sobie znaczną przewagę (7:15). Radomianki jednak nie złożyły broni i zaprezentowały bardzo ambitną postawę, co pozwoliło złapać kontakt z rywalkami (13:15). Jednak doświadczona ekipa ŁKS-u nie dała sobie wydrzeć zwycięstwa w tej odsłonie.



Fot. Magda Hawera

Po zepsutej przez Jerkov zagrywce było 21:25 i 1:2 w setach.

Siatkarki E. Leclerc Radomki Radom odsłonię numer cztery rozpoczęły dobrze (6:4), ale potem inicjatywę przejęły zawodniczki ŁKS-u. Ich przewaga wzrosła do pięciu „oczek” (8:13). Mistrzynie Polski konsekwentnie utrzymywały prowadzenie i zwyciężyły do 18, a w całym meczu 3:1.

Niestety, dużo mniej do powiedzenia radomianki miały w starciu z Grupą Azoty Chemikiem Police. Podopieczne

trenera Jacka Skroka gładko przegrały ze zwyciężcą tegorocznego Superpucharu Polski 0:3.

Choć radomianki rozpoczęły to spotkanie nieco usztywnione i od szybkiej straty czterech punktów (0:4), to w dalszej fazie seta otwarcia toczyły wyrównaną walkę. Do stanu 15:15 wynik oscylował w granicach remisów. Potem jednak ekipa z Polic bezlitośnie wypunktowała gospodynie. W oczu rzucała się zdecydowanie lepsza skuteczność Chemika w ataku – 62 do 39 proc. To m.in. zdecy-

dowało o tym, że to podopieczne Ferhata Akbasa wygrały wysoko, bo do 18 partii otwarcia.

Siatkarki E. Leclerc Radomki mimo porażki w pierwszym secie nie podłamały się i kolejnego rozpoczęły całkiem niezłe (6:4). Od stanu 8:6 rywalki, niestety, zdobyły parę „oczek” z rzędu (8:11) i zyskały przewagę, której nie oddały do końca drugiej partii. Trener Jacek Skrok próbował rotować składem, ale niewiele to pomogło i po bloku na Bałuk przyjezdne prowadziły już 2:0.

W pierwszych minutach trzeciej odsłony Mędrzyk swoją zagrywką bardzo utrudniała grę radomiankom, a na tablicy widniał wynik aż 0:8... Radomianki w tym fragmencie gry były kompletnie rozbite. W kolejnych minutach udało im się nieco podnieść, dzięki czemu ich strata już nie wzrosła. Mecz zakończył skuteczny blok Chemika na Szczepańskiej-Pogodzie (16:25 i 0:3).

W poniedziałek, 28 października radomianki czeka kolejne spotkanie. Tym razem zagrają z rywalem zdecydowanie w ich zasięgu, czyli Energa MKS-em Kalisz. – Musimy się przede wszystkim pozbierać i zacząć grać bardziej konsekwentnie, nie tylko momentami, ale przez całe sety czy mecz. Spotkanie z ŁKS-em pokazało, że możemy, w meczu z Chemikiem się staraliśmy, ale w którymś momencie pękliśmy – powiedział trener Jacek Skrok.

Pojedynek Energa MKS Kalisz – E. Leclerc Radomka rozpocznie się o godz. 17.30.

## Bolesna porażka HydroTrucku

Zawodnicy radomskiego HydroTrucku otrzymali od Polskiego Cukru Toruń bolesną lekcję koszykówki. Podopieczni trenera Roberta Witki ulegli liderowi Energa Basket Ligi różnicą 33 punktów.

Koszykarze HydroTrucku na mecz do Torunia wyjechali w optymalnym składzie, z powracającym po kontuzji Arturem Mielczarkiem. Mimo, że podopieczni trenera Roberta Witki dysponowali optymalną kadrą i wygrali przed tygodniem z BM Slam Stałą Ostrów Wielkopolski, to zdecydowanymi faworytami i tak byli gospodarze. Zespół Polskiego Cukru w lidze odniósł komplet trzech zwycięstw i już przed startem sezonu wymieniany był przez fachowców jako jeden z głównych kandydatów do triumfu w Energa Basket Lidze.

Radomianie swoich szans upatrywali w tym, że torunianie w środku tygodnia rozpoczęli zmagania w Lidze Mistrzów i mieli za sobą podróż do Hiszpanii.

Jak się miało okazać, te założenia były bezpodstawne. Od samego początku meczu to zawodnicy z Torunia dyktowali warunki gry. Nie dość, że imponowali skutecznością, to również bardzo dobrze bronili dostępu do własnego kosza. Efekt był taki, że po 20 minutach HydroTruck tracił do uczestnika europejskich pucharów 22 punkty i w zasadzie mecz został rozstrzygnięty.

Pod koniec trzeciej kwarty po stronie gości na parkiecie pojawiło się pięciu

zawodników, którzy pojedynek rozpoczęli na ławce rezerwowych. Świadczyło to o tym, że trener Witka pogodził się z porażką. Jednocześnie opiekun HydroTrucku na tle tak silnego przeciwnika, chciał dać szansę zmienikom, aby ci nabrali ligowego doświadczenia. Ostatecznie HydroTruck przegrał różnicą aż 33 punktów, a żaden z jego zawodników nie przekroczył dwucyfrowej liczby punktów.

Czasu na rozpamiętywanie bolesnej porażki nie będzie dużo. Już w sobotę, 26 października na radomian czeka kolejny rywal. Tym będzie uczestnik tegorocznych kwalifikacji do Ligi Mistrzów – Legia Warszawa. Obecnie stołeczna drużyna zawodzi i w tabeli jest na 15. pozycji. W czterech meczach legionieści doznali czterech porażek. Początek meczu piątej kolejki EBL o godz. 18.

**Polski Cukier Toruń – HydroTruck Radom 86:53**

**Kwarty:** 20:13, 27:12, 20:14, 19:14

**HydroTruck:** Bogucki 7, Piechowicz 4, Camphor 3, Trotter 5, Lindbom 9, Wątroba 4, Mielczarek 7, Wall 2, Zegzuła 9, Odigie 0, Zalewski 3, Lewandowski 0

MK

## Odrobili straty

W meczu 14. kolejki Fortuna 1. Ligi Olimpia Grudziądz zremisowała z Radomiakiem Radom. Gospodarze do przerwy prowadzili 2:0, ale liderzy pokazali charakter i z Grudziądza przywożą punkt.

Mecz dwóch beniaminków rozpoczął się od obustronnych ataków. W 15. minucie po raz pierwszy Łukasza Sapełę próbował zaskoczyć Patryk Mikita, ale doświadczony golkeeper nie dał się pokonać. Podobnie było także po znacznie groźniejszym uderzeniu Rafała Makowskiego. Olimpia również próbowała otworzyć rezultat, jednak próby Elvira Maloku i Łukasza Bogusławskiego okazały się nieskuteczne. Bramki padły za to w ostatnich siedmiu minutach pierwszej połowy, a ku uciesze miejscowych sympatyków, obie zdobył Omran Haydary. Najpierw 21-latek z Afganistanu pokonał Mateusza Kochalskiego strzałem z rzutu karnego, a tuż przed przerwą bezwzględnie wykorzystał sytuację sam na sam z golkeeperem „Zielonych”, lobując go. Jakby tego było mało, to w 37. minucie boisko opuścił Damian Abramowicz, a jego miejsce zajął Adam Banasiak.

Po przerwie goście rozpoczęli szturm na bramkę Olimpii. Radomianie zanotowali w krótkim odstępie kilka rzutów różnych, ale kontaktowy gol jak nie padał, tak nie padał. Dopiero w 63. minucie Sebastian Kamiński zagrał piłkę ręką w polu karnym, a Piotr Urban z Warszawy wskazał na „jedenastkę”. Pewnym egzekutorem rzutu karnego okazał się Rossi Leandro, zdobywając 102. gola w barwach Radomiaka.

Wprowadzie zawodnicy Olimpii zupełnie oddali inicjatywę, ale i tak groźnie

kontratakowali. W 80. minucie Haydary bliski był podwyższenia rezultatu, ale potężne uderzenie minimalnie minęło bramkę Kochalskiego. Za to 180 sekund później z gola cieszyli się liderzy tabeli. Patryk Mikita posłał podanie do Mateusza Michalskiego, a były pomocnik Widzewa, który na murawie zameldował się kilka chwil wcześniej, bez problemów pokonał Sapełę. Tymczasem w już doliczonym czasie gry Sapeła w tylko sobie znany sposób wybronił strzał Mikity i pojedynek zakończył się podziałem punktów.

W sobotę, 26 października Radomiak zaprezentuje się przed własną publicznością. Rywalem zespołu będzie Bruk-Bet Termalica Nieciecza. Właśnie w tym zespole czołową rolę pełni wychowanek Radomiaka Piotr Wlazło. Gospodarze dużą uwagę poświęcić będą musieli również Vladislavovi Gutkovskisovi. Reprezentant Łotwy w ostatniej kolejce zdobył dwa gole, a Termalica wygrała z GKS-em Bełchatów. Niestety, w starciu z byłym ekstraklasowcem nie zobaczymy Adama Banasiaka i Michała Kaputa. Obaj w Grudziądzu obejrzą czwarte żółte kartki w sezonie, a te oznaczają przymusową pauzę.

Początek meczu Radomiaka z Bruk-Betem Termalicą Nieciecza o godz. 14.

MACIEJ KWIATOWSKI

## Remis Żeromińskiego

Michał Żeromiński zremisował z Nadirem Bakszjiewem na gali Tymex Boxing Night 10 w Łomiankach. Dla radomskiego pięściarza była to piąta walka z rzędu bez zwycięstwa.

„Żeroma” jechał do Łomianek przełamać złą passę. Radomski bokser po raz ostatni na zawodowych ringach wygrał ponad dwa lata temu. Od zwycięstwa nad Krzysztofem Szotem Żeromiński dwukrotnie przegrał z Łukaszem Wierzbickim, raz z Mykołą Vovkiem, a ostatnio zremisował z Octavianem Gratiim.

Walka Żeromińskiego z Bakszjiewem była bardzo wyrównana. W pierwszych rundach minimalną przewagę miał radomski pięściarz, ale w drugiej połowie walki do głosu coraz śmielej dochodził Bakszjiew. Po jednym z uderzeń Białorusina pękła skóra na twarzy Żeromińskiego, co dodatkowo utrudniało mu toczenie pojedynku. Mimo problemu radomianin walczył do końca i był pewny zwycięstwa. Jednak sędziowie punktowi widzieli tę walkę inaczej. Po sześciu rundach trzej arbitrzy punktowi wskazali remis 57:57.

KD

## O dwa pasy mistrzowskie

Daniel „Rutek” Rutkowski, jako pierwszy zawodnik w polskim MMA, stanie przed szansą unifikacji pasów mistrzowskich dwóch federacji. Jutro (sobota, 26 października) radomski fighter zmierzy się z Adrianem Zielińskim.

W maju tego roku w Pruszkowie Daniel Rutkowski pokonał przed czasem Damiana Zorczykowskiego i sięgnął po pas mistrzowski federacji Babilon MMA w wadze piórkowej. Teraz przed nim kolejne wyzwanie, jakim będzie walka unifikacyjna z mistrzem federacji FEN Adrianem Zielińskim. – Po raz pierwszy w historii polskiego MMA naprzeciwko siebie stanie dwóch aktualnych mistrzów różnych federacji – powiedział „Rutek”. – Cieszę się, że będę uczestniczył w tym historycznym wydarzeniu, a jak wygram, to moja kariera jeszcze mocniej nabierze tempa.

Walka o dwa pasy jest możliwa tylko dzięki współpracy szefów organizacji Babilon MMA i FEN. – Dzięki temu fani mieszanych sportów walki będą mogli oglądać jeszcze ciekawsze pojedynki – powiedział Tomasz Babiloński, organizator gali Babilon MMA 10, cytowany na oficjalnej stronie internetowej federacji. – Zdobyć dwóch pasów mistrzowskich będzie dla zawodnika przepustką do międzynarodowej kariery. Kiedyś w boksie doprowadziłem Krzysztofa Głowackiego do mistrzostwa świata, a teraz moim celem jest przygotowanie zawodników do startu w największej światowej federacji, czyli UFC. Dzięki mariażowi Babilon MMA z FEN-em będzie to możliwe.

Do tej historycznej walki dojdzie w sobotę, 26 października w kopalni soli w Wieliczce. – Adrian Zieliński to bardzo doświadczony zawodnik, który stoczył w MMA trzy razy więcej walk niż ja – powiedział „Rutek”. – Ale jestem doskonale przygotowany i w sobotę będę gotowy na wszystko.

KD