



## Andrzej Duda w Zwoleniu

– Nie będą nam w obcych językach narzucali, jaki mamy mieć ustrój i jak prowadzić sprawy – mówił w piątek w Zwoleniu prezydent RP Andrzej Duda. Duda spotkał się z mieszkańcami, a także złożył kwiaty na grobie Tadeusza Krwaczka – „Witolda” z oddziału „Zagończyka”.

str. 4

## Podpalił składowisko

Około 50 zastępów straży pożarnej z Pionek, Radomia, Koźmic, Białobrzegów i Warszawy gasiło pożar, który w nocy z piątku na sobotę wybuchł na składowisku odpadów tworzyw sztucznych, na terenie dawnego Pronitu. Ogień udało się opanować dopiero w niedzielę po południu. Zarzut podpalenia usłyszał 45-letni bezdomny.

str. 5

## Pomagamy maluchom

Już 1 lutego w hotelu Karo odbędzie się druga edycja balu charytatywnego. Celem jest zbiórka pieniędzy na rzecz oddziałów dziecięcych Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego w Radomiu. Wydarzenie wspiera dzieci z regionu radomskiego, które wymagają hospitalizacji w zakresie chirurgii, pediatrii i neonatologii. Wielkim sukcesem okazała się poprzednia edycja balu, podczas której zebrano 150 tys. zł.

str. 7



Fot. Piotr Nowakowski/BoobMedia

# Muzeum na swoim

14 lutego Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie przestanie być częścią Muzeum im. Jacka Malczewskiego, a stanie się samodzielną instytucją kultury. Taką decyzję podjęli we wtorek mazowieccy radni. – To dla naszego muzeum moment przełomowy – mówi Maria Jaskot, kierownik MJK.

str. 3

REKLAMA





## Dzieje się!

## Piątek, 24 stycznia

→ **Wieczór poezji na Borkach.** O godz. 17.30 Dom Kultury „Borki” zaprasza wszystkich pasjonatów poezji na prezentację literackiej twórczości nieprofesjonalnej artystów amatorów. Wstęp wolny.



→ **Spektakl w Resursie.** Resursa Obywatelska zaprasza o godz. 18 na spektakl Teatru Resursa „Aniołek”. Scenariusz – Alicja Sztylko, na

podstawie powieści „Aniołek” Beaty Pawlak, w opracowaniu dramaturgicznym Roberta Stępniewskiego; reżyseria – Robert Stępniewski; opracowanie muzyczne – Mateusz Staszewski; scenografia – Danuta Piątkowska-Poręba i Robert Stępniewski. Obsada: Jolanta Nędzi, Joanna Tam, Agnieszka Urbańska, Dariusz Wróbel, Julita Walasik, Monika Kornafel, Wojciech Rudkowski, Karolina Zychowicz, Halina Hnatow, Filip Stępniewski, Aniela Rudkowska, ze specjalnym udziałem Włodzimierza Mancewicza. Beata Pawlak – radomianka, dziennikarka, reporterka i podróżniczka, zginęła 12 października 2002 roku w zamachu terrorystycznym na indonezyjskiej wyspie Bali. Przed wyjazdem zdążyła oddać do wydawnictwa swą pierwszą powieść „Aniołek”. W powieści Karolina, kobieta w średnim wieku, jest przekonana, że niedługo umrze. Zamęcza swoją córkę – zawsze nieobecna w domu podróżniczkę – poleceniami, jak ma ją ubrać do trumny i jaka ma być ta trumna. Tymczasem umiera mąż Karoliny. Karolina przestaje myśleć o swoim pogrzebie, a dla odmiany zadreżca się myślą o kochankach męża, bo dowody licznych zdrad znajduje nawet po jego śmierci. Wstęp wolny.

→ **„Rubinowe gody”.** O godz. 19 w sali Radomskiej Orkiestry Kameralnej (ul. Żeromskiego 53) będzie można obejrzeć komedię teatralną „Rubinowe gody”. Grażyna i Marian po raz pierwszy w życiu wyjeżdżają razem do luksusowego hotelu, by 40. rocznicę ślubu uczcić inaczej, niż wszystkie poprzednie. I z pewnością wspólny weekend dałoby się jakoś przecierpieć, gdyby nie tajemniczy gość spod łóżka, oraz portier, który zależność między państwem z i spod łóżka definiuje jako erotyczny trójkąt, będący odskocznią od szarej, małżeńskiej codzienności. Czy naszych bohaterów czeka polityczny skandal na szczytach władzy? I kto wyjdzie obronną ręką z sytuacji, która dla wszystkich stron jest niekomfortowa? Wstęp płatny.



→ **Renegady Tribute Band w Kawiarni Artystycznej.** MOK „Amfiteatr” zaprasza o godz. 20 na ul. Parkową 1 na jam session, którego gospodarzem jest Renegady Tribute Band. To formacja, której podstawą jest dzieło nie się dźwiękami i energią Rage Against The Machine. To muzyka, która inspiruje do działania, daje poczucie wspólnoty, walki o lepsze jutro. Zack de la Rocha, Tom Morello, Brad Wilk i Tim Commerford to ikony rock and rolla, które do tej pory inspirują tłumy zwykłych ludzi, jak i przyszłych pokoleń muzyków. Muzyka RATM, a co za tym idzie – Renegadów, to przede wszystkim rapcore – połączenie rapu z hardcore. Renegady są jedyną grupą w Polsce, która oferuje pełen, półtoragodzinny koncert zawierający wszystkie największe hity z dyskografii RATM. Na ich koncercie usłyszycie takie utwory, jak

„Killing in the name”, „Testify”, „Bulls On Parade”, „Freedom”, „Wake up”, „Guirella Radio” i wiele innych. Skład zespołu: Jah – wokal, Vikol – gitary, Tomek – bas, Łukasz – perkusja. Po koncercie open stage. Amfiteatr zaprasza muzyków z instrumentami, do dyspozycji będą: perkusja, wzmacniacz gitarowy oraz basowy. Wstęp wolny.

## Sobota, 25 stycznia

→ **Warsztaty dla rodziców.** O godz. 10 MOK „Amfiteatr” zaprasza rodziców na warsztaty „Pozytywna dyscyplina”. To bezpłatne spotkanie z psychologiem. Miejsce: Kuźnia Artystyczna, ul. Daszyńskiego 5. Liczba miejsc ograniczona.

→ **O księdzu, który wiersze pisał.** Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza na trzeci w tym sezonie spacer literacki. O godz. 11 chętni wyruszą sprzed rektoratu UTH przy ul. Malczewskiego 29, aby przypomnieć sobie lub poznać ks. Jerzego Banaśkiewicza. Ks. Jerzy był duszpasterzem akademickim i poetą. Związany był z parafią Opieki NMP, z Klubem Inteligencji Katolickiej, sprawował duchową opiekę nad uczestnikami strajku studenckiego w Wyższej Szkole Inżynierskiej. Autor trzech tomików poezji: „Zapisane liryką” i „Za ziemią Boga zatęsknisz” oraz wydane go pośmiertnie „Barwy czasu”, a także czterech tomów „Konferencji radiowych”.

→ **Spotkanie z Pawłem Susidem.** Mazowieckie Centrum Sztuki Współczesnej „Elektrownia” zaprasza o godz. 16 na spotkanie z Pawłem Susidem, połączone ze zwiedzaniem wystawy „Mówię wam, tak wygląda wasze życie” oraz promocją katalogu. Wstęp wolny.

## Niedziela, 26 stycznia

→ **Wkręć się w teatr – Bukiet Talentów.** Bohaterami spektaklu „Bukiet Talentów” są trzy kwiaty o różnych temperamentach: piękna polska Stokrotka, ognista hiszpańska Róża i meksykańska dusza, czyli Kaktus. Mają one ważną misję – uratować przyrodę przed bałaganiarskimi ludźmi! Który z nich zasługuje jednak najmocniej na tytuł ekologicznego bohatera? Który z kwiatów zaprezentuje największy talent? Wszystko rozstrzygnie się na Kwiatoturnieju, którego będziecie świadkami! To będzie zacięta rywalizacja, pełna doskonałej zabawy i dobrego humoru! Bukiet Talentów to rozśpiewany, interaktywny spektakl dla dzieci, pełen pięknej muzyki, ruchu i animacji. Kwiaty pokażą najmłodszym, jak żyć ekologicznie i jak dobrze się bawić! Przedstawienie przygotowane jest w konwencji show, pełnego muzyki, zabaw i interakcji z dziećmi. W spektaklu wykorzystywane są tylko autorskie utwory muzyczne Teatru Kultureska. Spektakle o godz. 10 i 12. Kupując bilet, wybieracie godzinę spektaklu. Liczba miejsc ograniczona! Miejsce: Kuźnia Artystyczna (ul. Daszyńskiego 5). Bilety: normalne 10 zł, rodzinne 30 zł na bilety.pl i w kasie Kuźni Artystycznej. Na wydarzenie dostępne są także bilety zniżkowe wyłącznie dla posiadaczy Karty Rodziny Osoby z Niepełnosprawnością.

→ **Koncert Grandioso w katedrze.** Orkiestra Grandioso pod dyktando Dariusza Krajewskiego wystąpi o godz. 17 w katedrze. W programie koncertu noworocznego melodie popularnych polskich i zagranicznych kołęd oraz melodii związanych z okresem Bożego Narodzenia, a także muzyczne tematy filmowe. Wstęp wolny.



## Zbiórka darów dla schroniska

Doroczna zbiórka darów na rzecz Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Radomiu ruszyła w urzędzie miejskim w poniedziałek.

Potrzebny jest przede wszystkim ryż, kasza, makaron, sucha i mokra karma dla psów i kotów, a także miski, koce i koldry. – Trzyczmy się o naszych czworonożnych przyjaciół, dlatego – wzorem lat ubiegłych – również w tym roku organizujemy zbiórkę karmy i produktów przeznaczonych dla zwierzątek – mówi prezydent Radosław Witkowski. – Liczymy, że także w tym roku radomianie pokażą, że mają wielkie serce, a los bezdomnych zwierząt nie jest im obojętny. Zachęcam wszystkich do wsparcia naszej zbiórki. Co prawda zima jest w tym roku łaskawa, ale nie zmienia to faktu, że potrzeby w schronisku są duże. Miasto oczywiście przewiduje na opiekę nad zwierzętami, ale też państwa wsparcie jest zawsze bezcenne.

Dary można zostawiać codziennie, w godz. 7.30-19 w holu Urzędu Miejskiego od strony ul. Żeromskiego. Zbiórka potrwa do 31 stycznia.

## Odwiedź Przystanek

Do końca marca w oficynie ratusza – nowej siedzibie Hufca ZHP Radom-Miasto można oglądać wystawę „Zwycięstwo będzie twoją nagrodą...”.

Wernisaż ekspozycji – a jednocześnie uroczysta inauguracja Przystanku „Wolność”, czyli izby tradycji w nowej siedzibie hufca – odbył się w ostatnią środę. Wystawa „Zwycięstwo będzie Twoją nagrodą...” Polskie Państwo Podziemne w regionie radomskim w latach 1939-1945” obejmuje aż 32 banery, a została przygotowana przez radomską delegaturę lubelskiego oddziału Instytutu Pamięi Narodowej oraz Muzeum Historii Polskiego Ruchu Ludowego w Warszawie, Muzeum Regionalne w Ilży i Hufiec ZHP Radom-Miasto. Autorami scenariusza są dr Arkadiusz Kutkowski i dr hab. Sebastian Piątkowski, oprawą plastyczną zajął się Marcin Kuciewicz, a treść wystawy zechciał zrecenzować dr Marek Jedynak – pracownik oddziału IPN w Krakowie, delegatura w Kielcach.

Ekspozycja przedstawia historię antyniemieckiej konspiracji wojskowej i cywilnej w historycznych powiatach: ilżeckim, kozienickim i radomskim. Zobaczyć można na niej, w większości wcześniej nigdzie niepublikowane, fotografie i dokumenty dotyczące dziejów pierwszych organizacji konspiracyjnych, Szarych Szeregów, Armii Krajowej, Batalionów Chłopskich, Narodowych Sił Zbrojnych, Tajnej Organizacji Nauczycielskiej, z uwzględnieniem m.in. działań sabotażowo-dyweryyjnych i wywiadowych, konspiracyjnej prasy, podziemnej produkcji broni, walk oddziałów partyzanckich Antoniego Hedy „Szarego”, Jana Sońty „Ośki” i innych, bitew pod Molendami i na Piotrowym Polu, akcji „Burza”. Wystawa przedstawia również cichociemnych związanych z regionem radomskim oraz radomianki i radomian walczących w powstaniu warszawskim. Ekspozycja, której towarzyszy bezpłatny katalog, będzie prezentowana na Przystanku „Wolność” do końca marca. Potem odwiedzi inne miejscowości regionu.

## Nowa wystawa w Elektrowni

Na wernisaż wystawy „Czkawka” grupy Łódź Kaliska zaprasza dzisiaj (piątek, 24 stycznia) Mazowieckie Centrum Sztuki Współczesnej „Elektrownia”.



Ekspozycja w Elektrowni to najszerza prezentacja dorobku Łodzi Kaliskiej w ramach obchodów 40-lecia istnienia tej grupy artystycznej. Oprócz najnowszych prac zaprezentowane zostaną fotografie, obiekty artystyczne oraz filmy z lat 70., okresu niezależnej działalności na Strychu (niezależna galeria, pracownia i atelier zdjęciowe w jednym, na strychu kamienicy przy ul. Piotrkowskiej), plenerów w Miastku i Osiekach (lata 1980-1981) oraz prywatnych plenerów w Teofilowie (pierwsza połowa lat 80.)

Wernisaż zaplanowano na godz. 18 w piątek, 24 stycznia. Wystawa czynna będzie do 15 marca.

Ekspozycja w MCSW wpisuje się w bogaty program obchodów jubileuszu grupy, który przypadł we wrześniu 2019 roku. Formacja, choć powstała przez przypadek i w atmosferze skandalu (na skutek wyrzucenia jej przyszłych członków z obozu stowarzyszenia fotograficznego), działa nieprzerwanie od 1979 roku w niemal niezmiennym składzie: Marek Janiak, Adam Rzepecki, Andrzej Świątek, Andrzej Wielogórski (Makary) i Andrzej Kwiatkowski. Ten ostatni rozstał się z grupą w 2007, dołączył do niej natomiast Sławomir Bit. Przez wiele lat z grupą współpracowała także Zofia Łuczko.

Od początku lat 80. Łódź Kaliska tworzyła tzw. Kulturę Zrzuty. Organizowała prowokacyjne happeningi i performance, przeciwstawiając się utartym prawdom o sztuce i stereotypom myślenia o istocie dzieł artystycznych. Od drugiej połowy lat 80. artyści Łodzi Kaliskiej tworzyli serie filmów i fotografii inscenizowanych. Byli autorami aranżowanych pastiszów najsłynniejszych dzieł sztuki, głównie z zakresu malarstwa europejskiego. Prace te otwarcie kryły z malarzy i malarstwa, ironizowały na temat historii sztuki. Z ko-

lei w okresie New Popu, unieważniając granice istniejące dotąd między reklamą a sztuką wysoką, grupa tworzyła sztukę, która udawała, że jest reklamą.

Z kolei ostatni duży projekt grupy – „Parada wieszczów” to prześmiewcza wypowiedź na temat spuścizny romantyzmu, skupiająca prace z cykli „Stefan i Majonez”, „Niezbędność ułańska we współczesnej Polsce, czyli szarża stojąca”, „Heroizm niewieści – Janina Kochanowska”, „Balladyna selfie”, „Mickiewicz, czyli Polonia zastężyła muzeum”.

Przewrotność, prowokacja, neodadaizm, postfuturystyczna antymuzealność,



neoawangarda – to określenia nieodłącznie związane z działalnością Łodzi Kaliskiej. Jej członkowie od lat konsekwentnie negują wszystkie formy sztuki, zarówno awangardowej jak i tradycyjnej, stawiając na zabawę i przekraczanie istniejących barier estetycznych i etycznych. Ta najbardziej prześmiewcza w polskiej sztuce formacja artystyczna, krytykowana przez oficjalnych krytyków, a czasem ośmieszana przez kolegów po fachu, wywoływała i nadal wywołuje skrajne reakcje – od wykluczenia po entuzjazm.

## 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

Redaktor naczelny Radomskiej Grupy Mediowej: Krzysztof Domagała

Kierownik redakcji: Iwona Kaczmarska  
Dziennikarze: Roksana Chalabry, Krzysztof Domagała, Adam Hildebrandt, Maciej Kwiatkowski, Milena Majewska, Michał Nowak, Marta Nowakowska, Dariusz Osiej, Katarzyna Skowron, Paweł Sochalski  
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

CT

ISSN 1895-8451



## Marsz wandali

Kilkanaście zniszczonych ławek i parę koszy na śmieci – w weekend wandale przeszli przez park Planty.

Niedawno informowaliśmy, że wandale z upodobaniem dewastują wiaty przystankowe. Okazuje się, że nie tylko. Na niszczycielski rajd wybrali się w weekend. – Kolejny raz za swój „cel” obrali plac zabaw dla dzieci starszych w parku Planty. Tym razem zniszczyli wszystkie osiem ławek, jakie tu były zamontowane – informuje Zakład Usług Komunalnych.

W paru miejscach uszkodzono także ogrodzenie placu. Kolejne pięć ławek i kilka koszy na śmieci wandale zniszczyli w głównej alei. Koszt nowej ławki to ok. 700 zł.



Fot. cyfrenik

Jak informuje ZUK, mała architektura parkowa cieszy się szczególnym „zainteresowaniem” wandali. W całym parku Planty jest już uszkodzonych ponad 40 koszy.

ZUK przekazał sprawę policji, poszukuje także świadków zdarzenia, którzy proszeni są o kontakt z organami ścigania.

DO

## Co z peronem?

O budowę peronu kolejowego Radom-Wschód pyta w interpelacji ministra infrastruktury poseł KO Konrad Frysztak.

O budowie peronu przy wiadukcie w ul. Żeromskiego mówi się od kilku miesięcy. – Początek prac przy tej inwestycji planowany jest na 2020 rok. Przystanek będzie dostosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych i ma ułatwić pasażerom podróżującym z Warszawy szybką przesiadkę do innych środków komunikacji i dojazd do lotniska – zapowiadał w kwietniu ubiegłego roku w Radomiu Ireneusz Merchel, prezes PKP PLK.

Inwestycja mocno interesuje Konrada Frysztaka. Poseł Koalicji Obywatelskiej postanowił wystosować interpelację do ministra infrastruktury. – Jak na razie więcej emocji wzbudzają schody

ruchome, a mniej mówi się o samej budowie peronu. Dlatego pytam ministra o to, czy peron jest projektowany – zdradza. – Chcę się dowiedzieć, czy został już wyłoniony wykonawca, na jakim etapie jest projekt oraz ile to będzie kosztować.

Na część pytań Konrada Frysztaka odpowiedział już eurodeputowany Adam Bielan. – Peron będzie kosztował 50 mln zł – zdradził 13 stycznia w Porannej Rozmowie Radia Rekord i Telewizji Dami. – Wszystko będzie skorelowane z budową radomskiego lotniska.

KD

# Muzeum na swoim

14 lutego Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie przestanie być częścią Muzeum im. Jacka Malczewskiego, a stanie się samodzielną instytucją kultury. Taką decyzję podjęli we wtorek mazowieccy radni. – To dla naszego muzeum moment przełomowy – mówi Maria Jaskot, kierownik MJK.

• IWONA KACZMARSKA  
KATARZYNA SKOWRON

Jak zaznacza Marta Milewska, rzeczniczka prasowa Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego, Czarnolas jest jedyną w Polsce i na świecie placówką muzealną poświęconą Janowi Kochanowskiemu – wybitnemu poecie i niezwyklej osobowości epoki renesansu. W tej chwili stanowi oddział Muzeum im. Jacka Malczewskiego w Radomiu. – Jednak charakter i sposób funkcjonowania czarnoleskiej placówki jest zupełnie inny. Czarnolas to bowiem nie tylko budynek, ale przede wszystkim otoczenie – piękny park, krypty. To miejsce, które tętni życiem o każdej porze roku. Odbywają się tu koncerty, festiwale czy teatry plenerowe. Co roku placówkę odwiedza ponad 28 tys. osób – zauważa Milewska.

Zdaniem Rafała Rajkowskiego, wicemarszałka Mazowsza „ta wyjątkowa placówka zasługuje na to, aby zacząć

funkcjonować samodzielnie”. – Chcemy, aby mogła się dalej rozwijać i to z jeszcze większą dynamiką. Samodzielność otworzy muzeum drogę do funduszy zewnętrznych na rozwój, na poszerzenie oferty czy dostosowywanie jej do oczekiwań społecznego odbiorcy – podkreśla Rajkowski. I zaznacza: – Podział instytucji nie wpłynie negatywnie na zatrudnionych tu pracowników.

W głosowaniu podczas wtorkowej sesji 26 radnych sejmiku Mazowsza było za usamodzielnieniem Muzeum Jana Kochanowskiego, czterech przeciw, a 17 wstrzymało się od głosu. Za, spośród radnych

dynek tuż przy dworku, chętnie fotografowany przez wszystkich odwiedzających. Obiekt z niezwykłą historią, którą chcemy wyeksponować – tłumaczy kierownik czarnoleskiej placówki. – Mam nadzieję, że uda nam się rozpocząć prace jeszcze w tym roku. Zyskamy salę konferencyjno-edukacyjną i kawiarenkę, która jest nam tutaj bardzo potrzebna.

Muzeum Jana Kochanowskiego rozpoczęło działalność we wrześniu 1961 roku i od ponad 40 lat znajduje się w strukturach „Malczewskiego”. Jego siedziba to XIX-wieczny dworek rodziny Jabłonowskich, który powstał w miej-



Fot. Piotr Nowakowski/Boobrika

## XVII RADOMSKIE TARGI ŚLUBNE

POD PATRONATEM PREZYDENTA MIASTA RADOMIA

2 LUTEGO 2020 10<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup>

SALA KONCERTOWA URZĘDU MIEJSKIEGO W RADOMIU, UL. ŻEROMSKIEGO 53

WWW.TARGISLUBNE.RADOM.PL

f /TARGIPOKAZY

W TRAKCIE IMPREZY LICZNE KONKURSY Z NAGRODAMI!

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



PATRONAT MEDIALNY:



PATRONAT HONOROWY:



wybranych w okręgu radomskim, opowiedzieli się: Leszek Przybytniak (PSL), Rafał Rajkowski i Tomasz Śmietanka (obaj PO). Od głosu wstrzymał się Jan Rejczak i Jakub Kowalski (obaj PiS). Nieobecne były Anna Wolszczak i Ewa Białecka (PiS). Mazowieccy radni nad wydzieleniem Czarnolasu z „Malczewskiego” głosowali po raz drugi. W grudniu ubiegłego roku był remis – 24:24.

– To dla naszego muzeum bardzo ważny moment, przełomowy. W 2021 roku będziemy obchodzić 60-lecie, więc to jest też taki prezent... I poważne dla nas zobowiązanie, i wielkie wyzwanie dla całego zespołu – mówi Maria Jaskot, kierownik muzeum w Czarnolesie.

Maria Jaskot zapewnia, że cele samodzielnej placówki zostały już sprecyzowane – to edukacja i tworzenie dogodnych warunków dla rozwoju badań nad twórczością Jana Kochanowskiego. – Ponadto przed nami ważny projekt – rewitalizacja oficyny dworskiej; to ten malowniczy bu-

scu dawnego dworu Kochanowskich. Prezentowana w placówce ekspozycja ukazuje Jana Kochanowskiego jako europejskiego twórcę, odwołującego się do wzorów krajów basenu Morza Śródziemnego i chrześcijańskich korzeni jego artystycznej wizji świata.

– Wydzielenie muzeum jest naturalnym procesem. Placówka, z ponad 28 tys. osób odwiedzających w ciągu roku ma naturalny potencjał do tego, aby stać się samodzielną instytucją, z perspektywą rozwoju i budowania własnej pozycji na mapie kulturalnej Mazowsza – mówi Marta Milewska.

Na 2020 rok w budżecie Mazowsza zarezerwowano 1,8 mln zł na funkcjonowanie placówki.

Przypomnijmy: o zamiarze usamodzielnienia muzeum poinformował wiosną ubiegłego roku marszałek Mazowsza Adam Struzik. Plany sejmiku nie zyskały wtedy akceptacji pracowników Muzeum im. Jacka Malczewskiego.

REKLAMA

K M  
STOMATOLOGIA

-stomatologia zachowawcza  
-protetyka  
-usuwanie ósemek



/KMstomatologia

ul. Kusocińskiego 21 lok.2  
664 085 285  
kmstomatologia@gmail.com

**Sobota-Niedziela Zadzwoń**





# Andrzej Duda w Zwoleniu

– Nie będą nam w obcych językach narzucali, jaki mamy mieć ustrój i jak prowadzić sprawy – mówił w piątek w Zwoleniu prezydent RP Andrzej Duda. Duda spotkał się z mieszkańcami, a także złożył kwiaty na grobie Tadeusza Krawczyka – „Witolda” z oddziału „Zagończyka”.



## ● KATARZYNA SKOWRON

Prezydencka wizyta w regionie radomskim rozpoczęła się od prywatnej wizyty w gminie Zakrzew, gdzie Andrzej Duda odwiedził Elżbietę i Wojciecha Pysiaków, którzy w Zdziechowie prowadzą rodzinne gospodarstwo rolne. Natomiast tuż przed planowanym spotkaniem z mieszkańcami Zwolenia prezydent złożył wieniec na grobie Tadeusza Krawczyka, pseudonim „Witold”, ze zgrupowania „Zagończyka”.

### ZWOLEŃ KOLEBKĄ POLSKOŚCI

W hali Zespołu Szkół Rolno-Technicznych głowę państwa przywitało kilkadziesiąt osób. – Chcę podkreślić, że było to i jest miasto polskie, w którym zawsze mieszkali ludzie z polskim sercem, polskich korzeniach, o polskiej tożsamości, bardzo mocno wrośnięci w Polskę i polskość. Stąd można mówić o Zwoleniu jako mieście patriotów – ludzi, którzy zawsze mieli Polskę w sercu. Bo walczyli w powstaniu kościuszkowskim, listopadowym, styczniowym, bo wspierali powstańców, bo zawsze byli za Polską – mówił prezydent Duda. – Ziemia zwoleńska jest tą ziemią, z której wyrósł nasz wielki narodowy twórca, obok Mikołaja Reja – jeden z twórców literackiego języka polskiego. Choćby także z tej przyczyny możemy powiedzieć, że Zwolen jest kolebką polskości.

### POLSKA PRZETRWAŁA W RODZINACH

Prezydent mówił także o polityce prorodzinnej, służbie zdrowia i sytuacji wymiaru sprawiedliwości. Podkreślił, że po raz pierwszy od 1989 roku państwo polskie prowadzi w tak dużym zakresie politykę prorodziną; opieka nad rodziną jest „wypełniona treścią, a nie pustym sloganem”. – Rodzina to podstawowa komórka, podstawowa wspólnota w naszym społeczeństwie, która zasługuje na afirmację ze strony państwa. Na to, by

podnieść ją i pokazać jako wzór – zauważył. – I właśnie dlatego należne jest jej wsparcie. To właśnie w rodzinach Polska przetrwała wtedy, gdy jej nie było. Póki jestem prezydentem, póty nie pozwolę, by polska rodzina doznała jakiegokolwiek osłabienia. Nigdy nie pozwolę, by ktoś przerwał tę prorodziną politykę.

Prezydent mówił również o potrzebie skutecznej polityki senioralnej, m.in. o programie związanym z Narodową Strategią Onkologiczną. – Mam nadzieję, że już w najbliższych tygodniach uda nam się wraz z ministrem zdrowia ogłosić ten program. To działania, które podejmiemy na przyszłość. Wierzę głęboko, że one i cały szereg innych, które będziemy podejmowali w najbliższych latach, przyczynią się do stopniowej naprawy polskiej służby zdrowia i podniesienia jakości oraz dostępności świadczonych usług medycznych – przekonywał.

### SŁUŻBA POLSKIEMU SPOŁECZEŃSTWU

Andrzej Duda bardzo ostro wypowiedział się o wymiarze sprawiedliwości. – Wszyscy wiemy, że z wymiarem sprawiedliwości od lat są problemy, że ma on fatalną opinię społeczną, że funkcjonowanie sądów w Polsce oceniane jest źle. Podjęliśmy próby zaradzenia temu problemowi, próby zmian systemowych, które miały posłużyć temu, by wymiar sprawiedliwości był oceniany przez polskie społeczeństwo jako sprawiedliwy – stwierdził.

Przyznał, że – mimo iż są ludzie, którzy „skarżą się i załatwiają różnego rodzaju obce interwencje” – naprawa wymiaru sprawiedliwości zostanie zrealizowana. – Mam nadzieję, że wszyscy sędziowie w Polsce będą rozumieli, co to znaczy, że wydają wyroki w imieniu Rzeczypospolitej Polskiej. Że to oznacza służbę Polsce, ale także służbę polskiemu społeczeństwu – tłumaczył.

Zaznaczył, że sędziowskie elity („nazywające siebie kastą”) w ciągu ostatnich lat

nie przedstawiły żadnego konstruktywnego programu, prowadzącego do reformy sądownictwa. Podkreślił także fakt, że to prezydent RP powołuje sędziów. – Mówiono wcześniej, że środowisko sędziowskie oczyści się samo. Okazuje się, że tak się oczyściło, że do dziś są sędziowie, którzy służyli poprzedniemu systemowi i poprzedniej władzy ludowej, która była wybierana przez jedną partię i w ramach jednej partii, do której oni zresztą w większości należeli. W dodatku próbują wmówić wszystkim, że jedynym systemem, jaki jest dopuszczalny, jest ten, gdzie tylko sędziowie mogą powoływać sędziów – grzmiał.

### NIE POZWÓLMY, BY INNI DECYDOWALI ZA NAS

Mówił także, że sędziowie powinni być „kryształowi”, a „czarne owce” są wśród nich eliminowane: – Po to właśnie jest Izba Odpowiedzialności Dyscyplinarnej w Sądzie Najwyższym; izba składająca się z sędziów. Po to, aby sędziowie umieli pokazać, że sami w ramach stanu sędziowskiego usuwają tych, którzy nie umieją zachować się przyzwoicie i nie spełniają standardów.

Nawiązał też do ostatniej opinii Komisji Weneckiej w sprawie ustawy dyscyplinującej sędziów. – Próbują nam dzisiaj prawo do posiadania uczciwego, dobrego wymiaru sprawiedliwości, do jego naprawy, na wszystkie sposoby odebrać. Nie pozwólmy, aby inni decydowali za nas. My, Polacy mamy prawo decydować sami o sobie i swoich prawach, po to walczyliśmy o demokrację! – grzmiał. – Jestem prezydentem Rzeczypospolitej Polskiej i powiem tak: nie będą nam w obcych językach narzucali, jaki ustrój mamy mieć w Polsce i jak mają być prowadzone polskie sprawy.

O oprawę artystyczną prezydenckiej wizyty zadbała Młodzieżowa Orkiestra Dęta Miasta Zwolenia. A po oficjalnym wystąpieniu prezydent witał się z mieszkańcami i robił sobie z nimi selfie.

## Szpitalne e-usługi

Ponad 5,1 mln zł z funduszy unijnych na informatyzację aptek szpitalnych otrzymał Radomski Szpital Specjalistyczny.

Dzięki temu unijnemu wsparciu w lecznicy przy ul. Tochtermana wdrożony zostanie system przechowywania i podawania leków, a istniejące systemy informatyczne mają być dostosowane do wdrożenia e-usług dla potrzeb pacjentów i pracowników. – W ramach projektu kupimy m.in. sprzęt komputerowy, a także szafy lekowe, wózki do transportu leków, tace, pojemniki i regały apteczne – wylicza Marek Pacyna, dyrektor Radomskiego Szpitala Specjalistycznego.

Wdrożenie e-usług skróci czas podania niezbędnego leku pacjentowi, a to z kolei wpłynie na ograniczenie ryzyka możliwych powikłań pooperacyjnych. Dzięki automatyzacji procesu podawania leków zwiększy się także efektywność czasu pracy personelu. Ponadto wprowadzona zostanie aplikacja służąca do gromadzenia danych pochodzących z urządzeń medycznych biorących udział w okołopooperacyjnej opiece wraz z funkcjonalnością

służącą optymalizacji pracy zespołów pielęgniarskich (e-Karta Znieczuleń). W ten sposób lekarz uzyska bieżącą informację o stanie pacjenta, a szybki wgląd i analiza danych ułatwi podejmowanie decyzji o dalszym leczeniu i zastosowaniu odpowiednich procedur medycznych. Dostosowanie systemów informatycznych konsorcjantów do wdrożenia e-usług pozwoli na szybki i swobodny przepływ informacji wewnątrz jednostki oraz na linii personel medyczny – pacjent.

Wiceprezydent Jerzy Zawodnik przypomniał, że to trzeci projekt RSS-u dofinansowany z pieniędzy unijnych w tej perspektywie. W ubiegłym roku szpital otrzymał 2 mln zł na wyposażenie oddziału kardiologii i 11,5 mln na informatyzację. Ponadto rząd Mazowsza dofinansuje zakup pięciu karettek dla Radomskiej Stacji Pogotowia Ratunkowego.

CT

## Umowa na halę podpisana

Sopocka firma Betonox Construction dokończy Radomskie Centrum Sportu przy ul. Struga. Ma na to 12 miesięcy od dnia podpisania umowy.

W ubiegły czwartek Grzegorz Jandula, prezes Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji podpisał umowę w tej sprawie z przedstawicielami sopockiej spółki.

– Mam takie przekonanie, że rok 2020 będzie dobrym rokiem dla Radomskiego Centrum Sportu – mówił podczas specjalnie zwołanej konferencji prezydent Radosław Witkowski.

Betonox Construction nie tylko będzie musiał dokończyć budowę hali widowiskowo-sportowej i stadionu piłkarskiego, ale także zmodernizować układ komunikacyjny wokół RCS. – Warte podkreślenia jest to, że zgodnie z umową każdy z obiektów

że już w tym roku będziemy mieli możliwość korzystania z tych obiektów.

W ten poniedziałek teren inwestycji został przekazany wykonawcy.

Przypomnijmy: 1 marca 2019 roku MOSiR zerwał umowę z konsorcjum Rosa-Bud i krakowskie Maxto. Powodem było to, że na budowie hali i stadionu od jesieni 2018 nic się nie działo. A hala miała być skończona, w pierwszej wersji, w drugim kwartale 2018, a stadion w trzecim. Potem termin oddania do użytku Radomskiego Centrum Sportu przesunięto – hali na 14 listopada 2018, stadionu zaś na luty 2019.



może być skończony szybciej. Jesteśmy gotowi za wykonane prace wcześniej płacić. Dotyczy to przede wszystkim hali, gdzie zaawansowanie prac wynosi 85 proc. – zauważył Witkowski. – Liczymy, że firma Betonox znacznie szybciej zrealizuje budowę hali widowiskowo-sportowej, co pozwoli nam na organizację pierwszych wydarzeń. Trzymam kciuki za wykonawcę i mam nadzieję,

W sytuacji, kiedy MOSiR zerwał umowę z wykonawcą, pod koniec ubiegłego roku radni zgodzili się na zabezpieczenie dodatkowych 16 mln zł na dokończenie budowy RCS-u, co umożliwiło kontynuowanie inwestycji. 12 grudnia MOSiR ogłosił, że przetarg wygrała firma Betonox Construction.

KS



# Podpalił składowisko

Około 50 zastępów straży pożarnej z Pionek, Radomia, Kozienic, Białobrzegów i Warszawy gasiło pożar, który w nocy z piątku na sobotę wybuchł na składowisku odpadów tworzyw sztucznych, na terenie dawnego Pronitu. Ogień udało się opanować dopiero w niedzielę po południu. Zarzut podpalenia usłyszał 45-letni bezdomny.

● **KATARZYNA SKOWRON**  
**ROKSANA CHALABRY**

Straż zgłoszenie o pożarze otrzymała chwilę po drugiej w nocy w sobotę. W początkowej fazie ogień rozprzestrzenił się też na opuszczone budynki, które znajdowały się na tej działce. – Palą się odpady, które firma Bomax pozostawiła po swojej działalności. Sytuacja ta może stanowić zagrożenia nie tylko dla środowiska i przyległych firm, ale również dla zdrowia mieszkańców – informował w sobotę burmistrz Pionek Robert Kowalczyk.

Składowisko zajmowało prawie 40 tys. metrów kwadratowych. Zdaniem strażaków zgromadzono tam 3 tys. ton śmieci, głównie tworzyw sztucznych.

W kulminacyjnym momencie w działaniach gaśniczych brało udział ok. 200 strażaków (50 zastępów). Na miejscu zdarzenia pracowały jednostki PSP i OSP z Radomia, Warszawy, Pionek, Kozienic i Białobrzegów. – W akcji jest również część plutonu „Fabryka”, wyspecjalizowanego w gaszeniu pożarów obiektów przemysłowych. Problemem staje się zaopatrzenie w wodę, linie gaśnicze mają około 1-2 kilometrów długości – informowało w sobotę Biuro Zarządzania Kryzysowego Starostwa Powiatowego w Radomiu. – Sytuację ułatwia fakt, że na razie panuje bezwietrzna pogoda, a miejsce pożaru jest



oddalone od najbliższych budynków mieszkalnych. Jak dotąd nie ma potrzeby ewakuacji firm, działających na terenie Pronitu ani mieszkańców okolicznych ulic.

Strażacy rozwinęli 30 linii gaśniczych. W akcji brała także udział specjalistyczna jednostka Państwowej Straży Pożarnej z Warszawy. Zbadała jakość powietrza w okolicach Pronitu. „Odnotowano wzrost stężenia pyłów, ale nie ma krytycznego przekroczenia norm” – napisało w komunikacie BZK starostwa.

Na szczęście nikt w pożarze nie ucierpiał.

Przez całą noc z soboty na niedzielę (z 18 na 19 stycznia) trwało przelewanie i przekopywanie pogorzela oraz dogaszanie kolejnych zarzewi ognia. Na miejscu zdarzenia pracował również ciężki sprzęt. Strażacy swoje działania zakończyli w niedzielę o godz. 14.

Kilka godzin po pożarze policja zatrzymała 45-letniego bezdomnego – Rajmunda J. W niedzielę usłyszał zarzuty. – Zarzut dotyczy sprowadze-



nia zdarzenia zagrażającego mieniu wielkich rozmiarów poprzez podpalenie składowiska odpadów z tworzyw sztucznych znajdującego się na terenie firmy Bomax w Pionkach i wywołanie w związku z tym pożaru, który objął obszar 40 tys. m kwadratowych. Jednocześnie, z uwagi na skalę tego zdarzenia, zagrażał eksplozją składowanych w sąsiedniej firmie materiałów wybuchowych – powiedziała nam prokurator Beata Galas, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Radomiu. – Mężczyzna

przyznał się do winy, ale nie wyjaśnił, dlaczego to zrobił. Przyznał, że składowisko podpalił zapalniczką.

Ponieważ Rajmund J. jest bezdomny, a za zarzucenie mu przestępstwo grozi surowa kara, prokurator jeszcze w niedzielę skierował do Sądu Rejonowego w Zwoleńniu wniosek o tymczasowy areszt. W poniedziałek sąd zdecydował, że 45-latek najbliższe trzy miesiące spędzi w areszcie.

Zarzucający Rajmundowi J. czyn jest zagrożony karą od roku do 10 lat pozbawienia wolności.

## Radom liczy na pieniądze

Unijne pieniądze na projekt zwiększenia atrakcyjności Radomia jako miejsca do życia i pracy czy na stworzenie placówki z usługami opiekuńczymi dla osób starszych i niepełnosprawnych może otrzymać Radom.

Przygotowany przez miasto projekt „Polityka społeczna Radomia jako odpowiedź na współczesne wyzwania demograficzne” zakwalifikował się do drugiego etapu naboru w ramach programu Rozwój Lokalny. To program finansowany ze środków Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego i Norweskiego Mechanizmu Finansowego. Spośród 213 miast, które złożyły wstępne zarysy projektu, wyłoniono 54 najlepsze. Radom uplasował się na 15. miejscu.

Od przedkładanych projektów Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej wraz z partnerami z Norwegii, Islandii i Lichtensteinu oczekuje realizacji zintegrowanej, długofalowej wizji rozwoju i funkcjonowania miasta, odpowiadającej na kluczowe problemy, nastawione na poprawę poziomu życia mieszkańców.

– Chcemy się skupić na działaniach, które będą odpowiedzią na współczesne wyzwania związane z koniecznością zatrzymania odpływu młodych oraz zwiększenia aktywności i zapewnienia opieki seniorom i osobom z niepełnosprawno-

ściami. W drugim etapie naboru zostaną opracowane szczegółowe dokumenty, w tym plan rozwoju lokalnego i plan rozwoju instytucjonalnego. Będą przedstawiały zakres prac inwestycyjnych i działań społecznych – mówi wiceprezydent Jerzy Zawodnik.

Budżet całego projektu ma wynosić od 3 do 10 mln euro, z czego na działania inwestycyjne zostanie przeznaczony nie więcej niż 60 proc. funduszy.

Przy wsparciu ekspertów ze Związku Miast Polskich nad opracowaniem radomskich dokumentów będzie pracował zespół powołany przez prezydenta, w skład którego będą wchodzić pracownicy magistratu, jednostek gminy i lokalni liderzy (NGO). Efekty prac mają zostać złożone do 31 lipca.

Ostatecznie zostanie wyłonionych 15 miast, które otrzymają dotację. Radomski projekt ma obejmować m.in. opracowanie i wdrożenie strategii polityki senioralnej uwzględniającej rozwój usług opiekuńczych, w tym opracowanie systemu zachęt do godzenia życia zawodowego z opieką nad osobami zależnymi

przez tworzenie miejsc opieki. Planowane jest m.in. stworzenie placówki, która będzie realizowała pełen wachlarz usług opiekuńczych dla osób starszych i niepełnosprawnych uzupełniony o wsparcie psychologiczne i edukacyjne związane z opieką nad osobami przewlekle chorymi.

W planach jest także wdrożenie kompleksowej polityki miasta na rzecz ludzi młodych, uwzględniającej zwiększenie atrakcyjności Radomia jako miejsca do życia i pracy, w tym także podniesienie atrakcyjności inwestycyjnej miasta. Projekt będzie obejmował również takie zagadnienia jak poprawa jakości środowiska poprzez rozwój terenów zielonych i ograniczanie niskiej emisji, poprawa oferty edukacyjnej dla wszystkich grup społecznych, w tym m.in. powiązanie systemu edukacji z potrzebami rynku pracy oraz zwiększenie partycypacji społecznej i zaangażowania w wolontariat.

Wyniki naboru do udziału w programie Rozwój Lokalny będą znane w czwartym kwartale 2020 roku.

GT

## „Alleluja” hejnałem miasta?

W poniedziałek radni zdecydują, czy utwór „Alleluja” Mikołaja z Radomia stanie się oficjalnym hejnałem naszego miasta.

„Alleluja” od kilkunastu lat słyszeli wszyscy, którzy w południe przechodzili przez rynek – dźwięki średniowiecznej kompozycji rozlegały się z ratuszowej wieży. Jesienią ubiegłego roku społecznicy skupieni w Towarzystwie Miłośników Historii i Zabytków Radomia zwrócili się do rady miejskiej, by ta utwór Mikołaja z Radomia uczyniła oficjalnym miejskim hejnałem. Nieoficjalnie jako taki właśnie traktowany jest od końca lat. 90. – często bywał odtwarzany na miejskich uroczystościach.

Pismo TMHiZR trafiło do komisji kultury, a jej członkowie na poniedziałkowe posiedzenie rady przygotowali projekt uchwały w sprawie ustanowienia utworu „Alleluja” hejnałem miasta Radomia. Znalazły się tu także zasady używania kompozycji. „Hejnał może być używany wyłącznie w sposób zapewniający mu należyty szacunek i prestiż i powagę przewidzianą prawem dla in-

signiów władzy” – czytamy w projekcie.

Hejnał – jeśli radni przyjmą uchwałę – będzie mógł być używany bez ograniczeń przez radę miejską, prezydenta i jednostki organizacyjne gminy. Pozostali, którzy chcieliby odtworzyć kompozycję Mikołaja z Radomia, będą musieli uzyskać zgodę prezydenta.

Mikołaj z Radomia to jeden z najwybitniejszych kompozytorów polskich, pierwszy znany z nazwiska polski twórca muzyki wielogłosowej. Nie znamy, niestety, ani daty jego urodzin ani śmierci, nie wiemy, gdzie się kształcił i gdzie tworzył. Przypuszcza się, że urodził się latach 60. XIV wieku i być może przebywał jakiś czas w Rzymie. Zapewne miał związki z dworem królewskim w Krakowie, gdyż to właśnie tam koncentrowało się życie muzyczne Polski. Zachowało się 10 jego kompozycji.

NIKA

REKLAMA

**Czarno Białe**  
SPRZĄTANIE PROFESJONALNE

**KOMPLEKSOWE USŁUGI SPRZĄTAJĄCE**

BIURA, SZKOŁY, ZAKŁADY PRODUKCYJNE, PLACÓWKI MEDYCZNE.

Zadzwoń ☎ 663-989-073 i 603-192-520



Już 357 tys. mężczyzn po 40. roku życia radykalnie polepszyło jakość życia seksualnego

Aż 67% kobiet skrycie przyznaje, że wielkość ma znaczenie. Zadbaj o to!

# Możesz w 4 tygodnie zwiększyć libido i wydolność seksualną Bez sztucznych dopalaczy!

## MASZ PROBLEMY Z POTENCJĄ?

Chcesz 5-krotnie poprawić swoją wydolność seksualną w łóżku? A może po prostu pragniesz zwiększyć doznania seksualne swoje i partnerki?

Skorzystaj z nowej formuły na potencję dla mężczyzn 45+ stworzonej przez hiszpańskiego seksuologa prof. Antonia Bonacciego!

Tu nie chodzi o chwilowe podkręcanie libido czy sztuczne wyzwalanie erekcji. Prof. Antonio Bonacci, seksuolog i znawca problemów sfery intymnej mężczyzn dojrzałych, stworzył w 100% naturalny preparat, który radykalnie poprawia jakość życia seksualnego. Nie tylko pozwala pozbyć się problemów z erekcją, przedwczesnym wytryskiem czy krótkim orgazmem. Nie tylko zapewnia mężczyznom **mocne i długie erekcje**. Dzięki specjalnej roślinnej formule PP-enlarge25 w absolutnie naturalny i bezinwazyjny sposób **pozwalają powiększyć** męski organ! W efekcie po 4-tygodniowej kuracji preparatem Vi-King Max+:

- mężczyźni osiągają **3 razy mocniejsze erekcje** (bez używania sztucznych dopalaczy);
- kobiety osiągają szybko długie, wielokrotne orgazmy, a mężczyźni czerpią potężną satysfakcję z seksu (formuła PP-enlarge25 **zwiększa rozmiary ich przyrodzenia do 25%!)**
- czas między poszczególnymi zbliżeniami można **skrócić aż 5-krotnie**;
- wydolność seksualna mężczyzn **zwiększa się aż o 243%**, co oznacza, że mogą wydłużyć czas trwania erekcji aż o 19 minut.

Jeśli Twoje życie seksualne wędnie i szarżeje, czas to zmienić! Nieważne, czy jesteś sam, w stałym związku, czy może po prostu chcesz zdobyć jakąś kobietę. Preparat prof. Bonacciego radykalnie odmieni Twoje życie seksualne i sprawi, że staniesz się dla kobiet cholemiem atrakcyjnym facetem.

### Jak to możliwe?

W ubiegłym roku zakończono testy nowej formuły, która pozwala radykalnie powiększyć penisa i wydłużyć czas trwania erekcji po zaledwie 4 tygodniach stosowania. Skła-

dający się z bioaktywnych składników preparat zwiększa ukrwienie ciał jamistych i wpływa na długość oraz intensywność erekcji. Jak wynika z anonimowych relacji, penis staje się większy, mocniejszy i dłuższy niż kiedykolwiek wcześniej. Mężczyźni sami przyznają, że po zastosowaniu formuły prof. Bonacciego kobiety „szaleją” i są dosłownie „opętane” myślą o ponownym zbliżeniu z nimi. W 4 tygodnie od rozpoczęcia kuracji życie mężczyzn i ich partnerek zamienia się w seksualny raj. **Marcin L.** (imię i nazwisko zmienione ze względu na ochronę prywatności), lat 51, to jedna z pierwszych osób w Polsce, które wypróbowały preparat Vi-King Max+ stworzony przez prof. Bonacciego:



„Nie spodziewałem się, że takie rezultaty są w ogóle możliwe. Ostatnio w takiej formie byłem może ze 20- lat temu! Kondycja mi tak wzrosła, że mogłem naprawdę długo bez popadania w otepienie. Rewelacja!”

### Aż o 243% większe możliwości seksualne

Uczestnicy pierwszych testów kuracji byli zszokowani swoimi możliwościami. W anonimowej ankiecie potwierdzali:

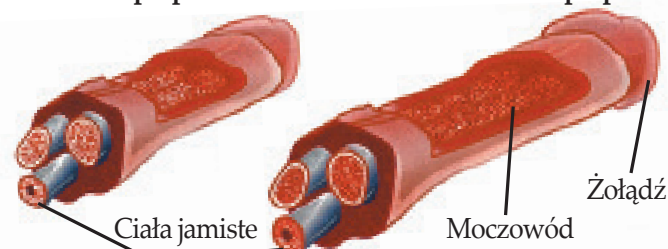
- ✓ wydłużenie penisa średnio o 6,4 cm i pogrubienie o 25% w ciągu 30 dni;
- ✓ możliwość uprawiania seksu do 4 razy pod rząd;
- ✓ potężne, mocne i długotrwałe erekcje;
- ✓ większe libido, więcej energii i sprawności w łóżku;
- ✓ subiektywne zwiększenie siły i polepszenie doznań seksualnych;
- ✓ pozbycie się jakiegokolwiek strachu przed „niesprawdzeniem się”.

Podczas anonimowych testów (przeprowadzonych na 300 ochotnikach) stwierdzono, że preparat prof. Bonacciego ma **aż 98,6% skuteczności** w pozytywnym działaniu na męskie libido i erekcję. Wykazano także, że działa lepiej i dogłębniej niż inne preparaty. Co więcej, jest naturalny i bezpieczny oraz nie ma nic wspólnego z popularnymi, reklamowanymi pseudo-środkami.

### Dość ściemy i naciągactwa

Oczywiście wszyscy wiemy, że rynek preparatów na erekcję i innych sztucznych wspomagaaczy to jeden wielki biznes. Producenci produkują swoje wyroby z najtańszych składników, ustalają horrendalne ceny

Przed zastosowaniem preparatu:



Po zastosowaniu preparatu:

i oferują produkty zwyczajnie – nieskuteczne.

Mężczyźni, chcąc znów cieszyć się pełnym seksem, kupują te nieskuteczne chemikalia albo poddają się zabiegom, po których zwykle niewiele się zmienia. Pozostaje wściekłość i frustracja. A biznes się kręci. Tymczasem preparat prof. Bonacciego nie został stworzony po to, by zarabiać na Twojej naiwności. Połączono w nim bowiem **najstarszą wiedzę na temat**

naturalnych „afrodyzjaków” z **najnowszą naukową wiedzą** dotyczącą mechanizmów erekcji i jej potęgowania. Jest efektem współpracy 5 największych seksuologów i 6 amerykańskich ośrodków klinicznych. Jego twórcy wychodzą z założenia, że każdy mężczyzna ma prawo do dobrego i satysfakcjonującego seksu. Bez względu na wiek, staż małżeński (albo lata abstynencji seksualnej), wiedzę i umiejętności czy kondycję fizyczną. Każdy może korzystać z dobrodziejstw formuły prof. Bonacciego, mieć mocne wzwody i potężne orgazmy. Najlepiej zadzwoń i wypróbuj ten sprawdzony już przez tysiące mężczyzn preparat na sobie. Naturalny prepa-

REKLAMOWANE W TV

-12% DOFINANSOWANIE DLA PIERWSZYCH 150 MĘŻCZYŹN

Pierwszym 150 osobom, które zadzwonią do 31 stycznia 2020 r., przysługuje **specjalna refundacja!** Otrzymasz wówczas preparat prof. Bonacciego z formułą PP-enlarge25 za udział w Fabryce Zdrowia **tylko za 317zł 87zł** przesyłka GRATIS!

Zadzwoń: 81 300 34 79

Od poniedziałku do niedzieli: 8:00 - 20:00 (Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)



Skorzystaj z szansy na radykalnie lepszy seks!



# Pomagamy maluchom

Już 1 lutego w hotelu Karo odbędzie się druga edycja balu charytatywnego. Celem jest zbiórka pieniędzy na rzecz oddziałów dziecięcych Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego w Radomiu. Wydarzenie wspiera dzieci z regionu radomskiego, które wymagają hospitalizacji w zakresie chirurgii, pediatrii i neonatologii. Wielkim sukcesem okazała się poprzednia edycja balu, podczas której zebrano 150 tys. zł.

## ● PATRYK WIKALIŃSKI

Pod opieką Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego znajduje się prawie 4 tys. dzieci. Codziennie na oddział chirurgii dziecięcej, pediatrii i neonatologii trafiają mali pacjenci, u których zdiagnozowano nieprawidłowości rozwojowe w okresie płodowym lub wady wrodzone zaraz po urodzeniu. Przyjmowane są wcześniaki i maluchy z podejrzeniem nieprawidłowego rozwoju.

Alicja Powoniak, kierownik oddziału neonatologii MSS zaznacza, że „dzieci wymagają nie tylko sprzętu wysoko specjalistycznego czy fachowej wiedzy, ale również szybkości działania”. – Musimy być o krok przed noworodkiem. Reagujemy, aby nie dopuścić do zmian, ponieważ potem jest je o wiele trudniej odwrócić – zauważa.

Sukcesem oddziału neonatologii jest uratowanie dziecka, które początkowo ważyło 430 gramów. Dziewczynka ma teraz pięć lat i rozwija się prawidłowo. Nie byłoby to możliwe bez fachowej wiedzy specjalistów i sprzętu. Ale ten należy modernizować. – Naszym marzeniem jest wyposażenie oddziału intensywnej terapii w panele, które pozwolą nam zorganizować w jednym miejscu, przy każdym stanowisku noworodka cały potrzebny sprzęt. Mowa tu o laryngoskopie, rurkach intubacyjnych, plastrach czy środkach dezynfekcyjnych. Szybka pomoc jest bardzo ważna. W ten sposób wyeliminujemy dezorganizację; nie będziemy marnować czasu na szukanie narzędzi pomocy – tłumaczy Alicja Powoniak.

Do zbiórki pieniędzy zapoczątkowanej w 2017 roku włączyła się Radomska Grupa Mediowa, Mazowiecki Szpital Specjalistyczny, samorząd woj. mazowieckiego, fundacja Lepsza Jakość Życia i hotel Karo. Bal charytatywny



Fot. Archiwum orszadzi.pl

to okazja do spróbowania niezwykłych dań znanych szefów kuchni. Od strony kulinarnej przygotowaniem tegorocznego przyjęcia zajmą się: Patryk Jędrusik – szef kuchni hotelu Karo (pierwsza przystawka); Klaudia Budny – mistrzyni gotowania, trenerka kulinarna oraz finalistka programu „MasterChef” (druga przystawka); Tomasz Jakubiak – kucharz

i dziennikarz kulinarny, gospodarz popularnego programu „Jakubiak lokalnie” (danie główne mięsne); Dariusz Ratuszniak – uczeń Kurta Schellera i Michela Morana (danie główne rybne) oraz Tomasz Deker – cukiernik z tytułem Mistrza Świata (deser). Wydarzeniu będzie towarzyszyła muzyka grana na żywo zespołu Lazy Cats oraz Aurelia.

W trakcie tej wyjątkowej kolacji będą prowadzone licytacje cennych przedmiotów. To m.in. koszulka startowa z podpisem wybitnego skoczka narciarskiego Kamila Stocha, koszulka i piłka Skry Belchatów z podpisami drużyny i trenerów, flaga olimpijska z podpisami mistrzów, lekcja tańca ze Stefanem Terrazzino, rękawice z pod-

pisem Ewy Brodnickiej – mistrzyni świata federacji WBO oraz kije z podpisem Jakuba Deląga – mistrza świata w nordic walking.

Cały dochód z wydarzenia zostanie przeznaczony na doposażenie odcinka intensywnej terapii noworodka.

Także w przeszłości Radomska Grupa Mediowa chętnie włączała się w zbiórki pieniędzy. Podczas kolacji charytatywnej 4 stycznia 2017 roku zbierano fundusze dla małego Marcela, który urodził się z chorym sercem. Udało się zebrać tyle, ile wynosił koszt operacji. Sukcesem okazała się również zbiórka pieniędzy dla małej Blanki. Pozwoliła na pokrycie kosztów leczenia i rehabilitacji w związku z diagnozą nowotworu złośliwego wątroby. Zebrano 60 tys. zł, a dziewczynka przeszła przeszczep. W kolacji charytatywnej wzięło udział 180 osób, aktywnie licytując zebrane przedmioty.

Z kolei wyniki ostatniej edycji balu charytatywnego organizowanego w hotelu Karo przerosły oczekiwania organizatorów. Zgromadzono 150 tys. zł. Za te pieniądze kupione zostały aparaty EKG, pulsoksymetry, nebulizatory, holtery ciśnieniowe, elektroniczne termometry, lampy bakteriobójcze samojezdne, maty dokontaminacyjne, wagi elektroniczne niemowlęce, stanowisko do pielęgnacji niemowląt, kosze na odpady medyczne i komunalne oraz leżaki dla rodziców. Nowym wyposażeniem mógł się cieszyć SOR w Radomskim Szpitalu Specjalistycznym.

Jeśli ktoś chciałby wesprzeć dziecięce oddziały MSS, może wziąć udział w kolacji. Koszt zaproszenia to 250 zł od osoby. Można także przekazać przedmiot na licytację. Wszelkie informacje pod nr. tel. 48 380 16 60 albo adresem e-mail: kontakt@lepszajakosczyca.pl.

AUTOPROMOCJA

1 lutego 2020 roku | Hotel Karo w Mleczkowie

# Bal Charytatywny

NA RZECZ ODDZIAŁÓW DZIECIĘCYCH  
MAZOWIECKIEGO SZPITALA  
SPECJALISTYCZNEGO W RADOMIU

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





# 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 Kazimierza

## Pułaskiego

Osiedle Akademickie

Między ul. Bolesława Chrobrego a Warszawską,  
równoległa do ul. Stanisława Żółkiewskiego



Fot. muzeumputaski.pl

Bohater walk o wolność dwóch narodów: polskiego i amerykańskiego, jeden z dowódców i marszałek konfederacji barskiej, generał i bohater wojny o niepodległość USA.

Kazimierz Pułaski urodził się 4 lub 6 marca 1745 roku w Warszawie, w domu Józefa Pułaskiego – starosty wawerskiego i Marianny z Zielińskich Pułaskiej. Dzieciństwo spędził w Winiarach pod Warką i tu pobierał pierwsze nauki – w miejscowej szkółce parafialnej. Potem kształcił się w Teatyńskim Collegium Nobilium w Warszawie. W latach 1762-63 młody Kazimierz przebywał w Mitawie – w służbie na dworze Karola Krystiana Wettyna, księcia Kurlandii, syna króla polskiego

Augusta III. To doświadczenia z tego okresu bardzo mocno zaważyły na postawach politycznych przyszłego konfederata barskiego.

W odpowiedzi na coraz bardziej konfrontacyjną postawę władz rosyjskich wobec Rzeczypospolitej i zagrożenie ingerencją w jej wewnętrzne sprawy, 29 lutego 1768 roku w klasztorze karme-

litów w Barze na Podolu spisany został akt konfederacji, zwanej od miejsca powołania „konfederacją barską”. Obok Michała Krasińskiego, brata biskupa kamienieckiego Adama, przywódcą ruchu był Józef Pułaski, ojciec Kazimierza, pełniący funkcję marszałka związku wojskowego i regimentera generalnego konfederacji. A Kazimierz wraz z braćmi: Franciszkiem i Antonim, skupiwszy wokół siebie szlachtę, zaczęli organizować chorągwie i pułki konfederackie zdolne do prowadzenia wojny. Tak rozpoczęła się, mająca trwać prawie pięć lat, wojna polsko-rosyjska.

Pułaski od początku przejawiał wielki talent wojskowy. 20 kwietnia 1768 rozbił wojska rosyjskie pod miejscowością Pohorele. Przez dwa tygodnie bronił Bercyzowa, a wiosną 1769 – Okopów Świętej Trójcy nad Dniestrem. Do sierpnia 1769, do czasu objęcia funkcji marszał-



Fot. Piotr Nowakowski/Bezobłędna

ka konfederacji łomżyńskiej, oddziały Pułaskiego odniosły wiele zwycięstw nad wojskami rosyjskimi, m.in. pod Kukielkami, Słonimem, Myszą, Dworcem i Noleczadzią. Największą sławę przyniosła mu heroiczna i zakończona sukcesem obrona Jasnej Góry w latach 1770/71.

3 listopada 1771 doszło do porwania króla Stanisława Augusta Poniatow-

skiego. Po uwolnieniu król oskarżył konfederatów – w tym bezpodstawnie samego Pułaskiego – o królobójstwo. Skazany zaocznie za to przestępstwo na śmierć, musiał się Pułaski udać na emigrację. Przez kilka lat tułał się po Europie – przebywał w Niemczech, Turcji i Francji. W Paryżu, gdzie zatrzymał się trochę dłużej, poznał Benjaminą Franklina – przedstawiciela Kongresu Amerykańskiego. Otrzymał od niego list polecający do Jerzego Waszyngtona, głównodowodzącego amerykańskimi siłami powstańczymi walczącymi przeciwko armii brytyjskiej na kontynencie amerykańskim. W liście Franklin napisał: „Hrabia Pułaski z Polski, oficer słynny w całej Europie z odwagi i postępowania swego podczas obrony wolności kraju, przeciwko tęgim potęgom: Rosji, Austrii i Prus, może przydać się w naszej służbie”.

Do Ameryki przybył Pułaski w lipcu 1777 roku. I niezwłocznie przystąpił do organizowania powstańczej kawalerii. Walczył m.in. pod Germantown i Haddonfield, a w bitwie pod Brandywine wslawił się odważną szarżą, która zapobiegła klęsce powstańczej kawalerii i uratowała życie przyszłemu amerykańskiemu prezydentowi Jerzemu Waszyngtonowi. Niedługo po tym Pułaski został mianowany dowódcą amerykańskich lekkich dragonów w randze generała brygady.

W 1778 stworzył słynny Legion Kawalerii, którym dowodził m.in. broniąc miasta Charleston. 9 października 1779 został ranny w bitwie pod Savannah i zmarł kilka dni później.

11 października – dzień śmierci Kazimierza Pułaskiego od 1929 roku obchodzony jest w USA jako Pułaski Day. W 2009 roku na I Sesji 110 Kongresu Stanów Zjednoczonych Ameryki Izba Reprezentantów i Senat nadały Kazimierzowi Pułaskiemu pośmiertnie tytuł Honorowego Obywatela USA. Rezolucję podpisał prezydent Barack Obama.

Miejska Rada Narodowa imię Kazimierza Pułaskiego nadała ulicy na osiedlu Akademickim 27 kwietnia 1981 roku.

Na podstawie materiałów zamieszczonych na stronie Muzeum im. Kazimierza Pułaskiego w Warce.

NIKA

## Spacerkiem po mieście

### Hotel Francuski



Zdjęcie: Szymon Wykret

To trzykondygnacyjna bogato zdobiona kamienica u zbiegu ul. Traugutta (dawniej ul. Długa) i Żeromskiego (dawniej ul. Lubelska). Nieruchomość przed 1875 roku, kiedy otwarty został tu hotel, była własnością Adama i Sary Wirgin. Hotel zorganizował Jakub Niwiński; był też jego pierwszym właścicielem. We wnętrzach – na ścianach i sufitach – cieszyły oczy piękne polichromie. Największa przedstawiała orła z rozpostartymi skrzydłami. Zachowały się do czasów współczesnych.

„Francuski” miał 30 pokoi. Była tu także restauracja, z której korzystali nie tylko goście hotelowi. Wieczorami dawały w niej koncerty zespoły muzyczne, więc przychodzili tu chętnie i radomianie. W okresie międzywojennym – wraz z Hotelem Europejskim i Hotelem Rzymskim – tworzył trójcę najlepszych hoteli w Radomiu.

W 1951 roku został upaństwowiony, a w 1979 – zlikwidowany.

NIKA

Korzystałam z „Encyklopedii Radomia”, Radom 2012



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

ROZGRZEWAJĄCA  
ZUPA KREWETKOWA

## SKŁADNIKI

- 500 ml bulionu
- 5 oczyszczonych krewetek
- łyżeczka słodkiej papryki
- 6 papryczek jalapeno
- puszka mleka kokosowego
- puszka kukurydzy
- pomidory całe z puszki
- kawałek korzenia imbiru (ok. 2 cm)
- łyżka oliwy do smażenia
- sól, pieprz do smaku

## PRZYGOTOWANIE

Zagotuj mleko kokosowe i dodaj słodką paprykę, posiekane drobno papryczki jalapeno oraz kukurydzę. Pomidory podsmaż na oliwie i dodaj do garnka z mlekiem kokosowym. Imbir przeciń przez praskę lub drobno posiekaj i dodaj do zupy. Całość zagotuj i dolej bulion. Zupę gotuj jeszcze przez ok. 10 minut. Po tym czasie dodaj obrane i oczyszczone krewetki. Gotuj jeszcze przez ok. 3 minuty. Dopraw solą i pieprzem do smaku.

ZUPA MARCHEWKOWO-  
POMIDOROWA

## SKŁADNIKI

- 3 duże marchewki
- pomidory całe z puszki
- 2 ząbki czosnku
- 1 mała cebula
- łyżka sosu Hot Chili
- 500 ml bulionu
- łyżka oliwy do smażenia
- sól, pieprz do smaku

## PRZYGOTOWANIE

Na oliwie zeszklij poszatowaną drobno cebulę i przeciśnięty przez praskę czosnek. Po chwili dodaj pokrojoną w kostkę marchewkę i łyżkę sosu. Przesmaż i dodaj pomidory oraz bulion. Gotuj pod przykryciem przez ok. 15 minut. Dopraw solą i pieprzem do smaku.

## PASZTET WEGETARIAŃSKI

## SKŁADNIKI

- 500 g marchewki (obranej)
- 100 g pomidorów suszonych
- 100 g suchej kaszy jaglanej
- 1 puszka ciecierzycy
- 3 szalotki
- 5 ząbków czosnku
- 2 duże jajka
- 3 łyżeczki koncentratu pomidorowego
- 3/4 łyżeczki papryki wędzonej
- 3 łyżeczki papryki słodkiej
- 2 łyżeczki pieprzu zielonego
- 1/2–3/4 łyżeczki papryki ostrej

# Dostosuj dietę do wieku

Wiele osób jest przekonanych, że istnieje dieta idealna, która pozwoli zrzucić zbędne kilogramy i utrzymać szczupłą sylwetkę. Nic bardziej mylnego. Nie ma diety cud, która zadziała u wszystkich. Na skuteczność diety mają wpływ różne czynniki, m.in. wiek.

W zależności od wieku należy unikać niektórych produktów spożywczych. Sprawdź, jakich!

## NASTOLATKI

Jest to okres, w którym intensywnie rośnie i rozwija się nastoletnie ciało. Dlatego potrzeba wiele składników odżywczych. To również czas, kiedy nastolatki nie jedzą śniadań wychodząc z domu, a ich dieta zaczyna składać się głównie z fast foodów. Nie jest to dobre dla rozwijających się organizmów młodych ludzi.

Prawidłowo zbilansowana dieta nastolatki czy nastolatka, bogata w odpowiednie porcje owoców, warzyw lub soku, powinna składać się z pięciu posiłków: śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek i kolacja. Organizm człowieka nie magazynuje wielu witamin i składników mineralnych, dlatego należy je dostarczać jak paliwo – pięć razy dziennie. Pamiętaj, aby sporą ich część stanowiły porcje warzywno-owocowe.

Do diety powinny zostać włączone produkty bogate w wapń, białko i żelazo.

## DIETA PO DWUDZIESTCE

Kiedy masz 20 lat, warto śmieciowe jedzenie wyeliminować lub zupełnie ograniczyć. Zamień chipsy na słodkie ziemniaki, mleczną czekoladę na gorzką, jedz jogurt zamiast lodów. Prawidłowe żywienie w tym okresie warunkuje mniejszą predyspozycję do rozwoju miażdżycy, nadciśnienia tętniczego i osteoporozy w wieku dorosłym. W dużym uproszczeniu – żywienie do 25. roku ży-



cia „programuje” zdrowie naszego organizmu na resztę dorosłego życia; wolniej przebiegają procesy starzenia się i dłużej pozostajemy w dobrej kondycji psychicznej oraz fizycznej.

Dieta osób po 20. roku życia powinna być bogata w tłuszcze omega 3 i kwas foliowy. Tak więc na twoim talerzu powinny znaleźć się warzywa liściaste, makaron, orzechy włoskie, łosoś czy nasiona chia.

## DIETA PO TRZYDZIESTCE

Przekroczyłaś 30. rok życia i zauważasz, że na twoim brzuchu pojawiają się niepokojące waleczki? To skutek wolniejszego tempa spalania kalorii i regeneracji organizmu, często spadku wydolności organizmu lub bardziej biernego trybu życia. Jak sobie z tym poradzić?



Nie zapominaj o pięciu zbilansowanych posiłkach w ciągu dnia, staraj się także żyć aktywnie – już 3 godziny sportu tygodniowo sprawiają, że poczujesz znaczną różnicę.

W swojej diecie uwzględnij warzywa i owoce (unikaj tych o wysokiej zawartości cukru, szczególnie gdy zamierzasz spożywać je wieczorem), ogranicz słodycze i produkty wysoko przetworzone. Postaw za to na chude mięso i sery, ryby oraz mleko i jego przetwory. Węglowodany dostarczaj z kolei w wyważonych dawkach – najlepiej z pełnoziarnistego pieczywa czy brązowego ryżu.

W tym wieku uwzględnij pokarmy, które budują mięśnie i wzmacniają kości. Produkty bogate w białko, czyli jajka, nasiona, orzechy, produkty sojowe, pierś z kurczaka i komosa ryżowa powinny być twoimi przyjaciółmi. Mleko i jogurt są niezbędne do wzmocnienia kości, ale w razie potrzeby rozważ suplementy wapnia i białka.

## DIETA PO CZTERDZIESTCE

Aby regulować poziom cukru we krwi i przyspieszyć metabolizm, upewnij się, że w twojej diecie znajduje się błonnik. Artykuły takie jak brokuły, produkty pełnoziarniste i ziemniaki ze skórką z łatwością ci to zapewnią. Należy unikać śmieciowego jedzenia!

Ponieważ w tym okresie życia zapotrzebowanie na energię znacznie się zmniejsza, należy bardzo uważnie komponować dietę. Najbezpieczniej jest jeść mało, ale częściej, wprowadzając do menu dużo owoców. Aby dostarczyć tak potrzebnego (szczególnie w tym wieku) białka, jedz ryby, chude mięso, fasolę, pieczywo żytnie. Dużo spaceruj i ćwicz, wtedy pobudzisz organizm do pracy.

## DIETA PO PIĘCDZIESIĄTCE

Z wiekiem zmniejsza się tempo naszego metabolizmu, dlatego zaleca się spożywanie produktów spożywczych, które organizm może łatwo strawić. W tym wieku warto rozważyć zamianę normalnego mleka na mleko roślinne, np. migdałowe, a zwykle płatki zbożowe na te wolne od cukrów. Aby zmniejszyć oznaki starzenia, warto sięgnąć po awokado, brokuły, orzechy i szpinak. Jedzenie jabłek może pomóc obniżyć poziom cholesterolu i zwalczyć cukrzycę.

Dieta osób starszych powinna obowiązkowo dostarczać witamin: E, B2, B6, kwasu foliowego oraz wapnia. Należy stronić od ciężkostrawnych dań i postawić na spożywanie małych porcji jedzenia, co z pewnością pozytywnie wpłynie na ewentualne dolegliwości pokarmowe. Z produktów spożywczych wybierajmy m.in. szpinak, kaszę, nabiał, chude mięso, czosnek i orzechy włoskie.

## DIETA 60+

Zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn po 60. roku życia zauważalne są duże niedobory wapnia w diecie. Choć u kobiet można odnotować nieco wyższe jego spożycie z uwagi na to, że obawiają się one zachorowania na osteoporozę. Kolejnym minerałem, którego braki są bardzo duże u osób starszych, jest żelazo. Wskazuje się na większe ubytki tego minerału u kobiet niż u mężczyzn. To, w połączeniu z niedoborami cynku, może powodować anemię, spadek odporności organizmu oraz wolniejsze gojenie się ran, co u osób starszych może prowadzić do wycieńczenia organizmu i różnego rodzaju zakażeń.

W diecie osób starszych często brakuje też cennych dla zdrowia witamin. Wskazuje się tutaj przede wszystkim duże niedobory witaminy D już u osób po 50. roku życia, gdyż znacznie zmniejsza się jej naturalny metabolizm oraz wytwarzanie w skórze po nasłonecznieniu.

Unikać należy potraw tłustych, solonych oraz zawierających duże ilości cukrów prostych.

- 2–3 łyżeczki curry
- 1 łyżeczka tartego suszonego imbiru
- sól, pieprz, olej do smażenia

## PRZYGOTOWANIE

Cebulę i marchew obieramy i kroimy w plastry. Na patelni rozgrzewamy 5 łyżek oleju, dodajemy warzywa i smażymy ok. 5 minut. Następnie dodajemy czosnek, pomidory suszone i smażymy 2–3 minuty. Kolejnym krokiem jest dodanie kaszy jaglanej, 250 ml wody i ciecierzycy wraz z zalewą. Całość gotujemy do momentu uzyskania miękkości kaszy, a w razie potrzeby podlewamy dodatkową wodą. Tak przygotowaną mieszankę miksujemy i dodajemy przyprawy. Studzimy, a następnie dodajemy jajka. Przygotowaną masę przelewamy do keksówki wyłożonej papierem do pieczenia. Pieczemy w temp. 180°C przez godzinę. Pasztet podajemy ostudzony.

CIASTO MARCHEWKOWE  
Z MUSEM ŚLIWKOWYM

## SKŁADNIKI

- 350 g obranej marchewki
- 4 duże jajka
- 280 g mąki orkiszowej
- 200 g drobnego cukru
- 200 ml oleju rzepakowego
- 2 łyżeczki cynamonu
- 1 torebka cukru waniliowego
- olejek pomarańczowy (5–6 kropli)
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- szczypta soli

**Dodatki:** 500 g mascarpone, 2 gorzkie czekolady, 300 g śliwek suszonych, 2 łyżki masła, 100 ml wódki, 1 płaska łyżeczka mąki ziemniaczanej, 1/2 szkl. soku pomarańczowego, gorzkie kakao

## PRZYGOTOWANIE

Obraną marchew zetrzyj na drobnych oczkach tarki. Jajka wbij do misy miksera, dodaj sól i zacznij ubijanie. Następnie dosyp cukier, cukier waniliowy i całość miksuj aż do uzyskania gęstego, jasnego kremu. Dodaj olej i całość miksuj do momentu połączenia składników. Dodaj startą marchewkę, cynamon i olejek pomarańczowy, a następnie wymieszaj szpatułką. Na koniec dosyp przesianą mąkę wymieszaną z proszkiem do pieczenia i połącz dokładnie wszystkie składniki. Tak przygotowane ciasto przełóż do wysmarowanej olejem lub masłem foremki. Piecz 35–45 minut w temp. 180°C (do momentu uzyskania suchego patyczka).

Śliwki pokrój bardzo drobno, przełóż na patelnię i dodaj masło. Podsmażaj je 5–6 minut, często mieszając. Wódkę przelej do misek, dodaj mąkę ziemniaczaną i wymieszaj. Dodaj do śliwek, mieszając doprowadź do wrzenia. Ściągnij patelnię z ognia i wystudź zawartość. Rozpuść czekoladę w kąpieli wodnej. Wystudź, ale zachowaj płynną konsystencję. Przełóż do misy miksera serek mascarpone i ubijaj 2–3 minuty. Następnie dodaj rozpuszczoną czekoladę i ubijaj do połączenia się składników. Zetnij ewentualną górkę w cieście. Ciasto przełóż z powrotem do formy. Nawilż je sokiem z pomarańczy. Posmaruj musem śliwkowym, a na wierzch wyłóż krem czekoladowy. Przygotowane ciasto przełóż do lodówki na minimum 2 godziny. Po tym czasie posyp wierzch ciasta gorzkim kakao i rozkruszonymi kawałkami ciasta.



# HAT' TRICK

SZYMONA WYKROTY



**Piątek**  
4°/-1°  
t. odczuwalna 0° C  
ciśnienie 1024 hPa  
wilgotność 52%

**Sobota**  
3°/-1°  
t. odczuwalna -1° C  
ciśnienie 1021 hPa  
wilgotność 64%

**Niedziela**  
4°/-1°  
t. odczuwalna 2° C  
ciśnienie 1019 hPa  
wilgotność 62%

**Poniedziałek**  
4°/0°  
t. odczuwalna 0° C  
ciśnienie 1019 hPa  
wilgotność 90%

**Wtorek**  
8°/2°  
t. odczuwalna 5° C  
ciśnienie 1012 hPa  
wilgotność 64%

**Środa**  
7°/4°  
t. odczuwalna 2° C  
ciśnienie 1015 hPa  
wilgotność 60%

**Czwartek**  
6°/2°  
t. odczuwalna 2° C  
ciśnienie 1021 hPa  
wilgotność 63%

źródło: twojapogoda.pl

## Z pozólkłych szpalt

### Zwyrodnienie

W rzeźni miejskiej pracuje niejaki pan S., maszynista. Pan ten w budynku rzeźni, a więc miejscu swego zarobku, dopuści się przed kilkoma dniami niecnego czynu defloracji nad nieletnią służącą. Stwierdzamy ten fakt, jako ilustrację stosunków społeczno-moralnych w dobie obecnej w naszym mieście. Ze swej strony dajemy wyraz niepomiernemu zdziwieniu, że pan ten chodzi dotychczas na wolności. (Jest on podobno spowinowacony z jednym z towarzyszy – filarów w naszym mieście).

*Słowo nr 9, 12 stycznia 1930*

### Kronika kulturalna

Rok działalności Towarzystwa Przyjaciół Miejskiej Biblioteki Publicznej daje gwarancję pracy na polu kulturalno-oświatowym. Zarząd Towarzystwa nie tylko usiłuje finansować niedobory biblioteczne, zasilać księgozbiory, podtrzymywać filie na Glinicach i Zamłyniu, ale podejmuje w roku bieżącym akcję kulturalną wysokiej miary przez zorganizowanie wieczorów autorskich w środy – po pierwszym i piętnastym każdego miesiąca – pierwszorzędnym sił literackich. „Środy” mają na celu zapoznanie publiczności z żywym słowem i zbliżenie czytelników z cennymi autorami rozchwytywanymi powieści. Dotychczas zapewniono udział: Heleny Boguszewskiej, Marii Dąbrowskiej, Marii Kuncewiczowej, Zofii Nałkowskiej, Hermirii Naglerowej i Ewy Szelburg-Zarembiny.

*Trybuna nr 4, 22 stycznia 1937*

### Jak pracuje przemysł radomski

Zastój zimowy przyczynił się do unieruchomienia kilku większych zakładów przemysłowych. Fabryka Fornierów i Dykt I. M. Leslaua została zamknięta na okres 3 miesięcy, co pozostaje w związku z trudnościami przy nabyciu surowca fornierowego przede wszystkim dębiny. Również nieczynna była fabryka giętych

mebli „Johann Kohn i S ka”, zatrudniająca około 600 robotników. Jak się dowiadujemy „giętówka” uruchomiona została 18 bm.

– W przemyśle odlewniczym odbywa się doroczny remont urządzeń, co spowodowało czasowe unieruchomienie kilku mniejszych zakładów. (...)

– W przemyśle spożywczym zastój zimowy odbił się na fabryce cykorii „Jawa”, która przerwała częściowo produkcję, rozporządzając dużymi zapasami towaru na składzie.

W sferach przemysłowych roją duże nadzieje w związku z budową fabryki aparatów i sprzętu telefonicznego „Ericson”. Budowa tej fabryki rozpocznie się na wiosnę. (...)

*Trybuna nr 3, 21 stycznia 1938*

### Obchód rocznicy powstania styczniowego

W sobotę 22-go stycznia jako w 75-letnią Rocznicę Powstania Styczniowego odbędzie się o godz. 9 rano w Kościele Bernardyńskim Uroczyste Nabożeństwo Żałobne.

Na Nabożeństwo to zaprasza dwadzieścia dwie organizacje miejscowe Stały Komitet Uroczystości Narodowo-Państwowych. W sobotę dnia 22 bm punktualnie o godz. 19-ej odbędzie się w Teatrze Rozmaitości Uroczysta Akademia.

Na niedzielne uroczystości z okazji powstania styczniowego wyjeżdża do Warszawy delegacja radomskiego pułku im. Dyonizego Czachowskiego, bohatera ziem radomskiej w powstaniu styczniowym.

*Trybuna nr 3, 21 stycznia 1938*

### Nowe fabryki

Fabryka obuwi mechanicznego na ul. Miłej, która zakupiła magazyny Reinfelda, uruchomiła produkcję obuwi dla rynku wewnętrznego i dostaw wojskowych.

Zlikwidowana uskutkiem zatargu z syndykatem emaliarskim, fabryka naczyń emaliowych „Unia” zostanie wkrótce uruchomiona.

Na Glinicach powstała nowa fabryka mebli o typie wykończalni pod firmą „Zenit”.

*Trybuna nr 3, 20 stycznia 1939*

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

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

## 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 niecie 721 721 006



## Walka tydzień później

31, a nie jak wcześniej planowano 24 stycznia ma dojść do walki Michała Cieślaka z Ilungą Makabu o wakujący pas mistrza świata federacji WBC w wadze junior ciężkiej.

To kolejna zmiana terminu mistrzowskiego starcia. Początkowo radomski bokser do walki o pas miał stanąć 17 stycznia. Później Kongijczy przesuńli termin o siedem dni, a ostatnio ustalono, że pojedynek odbędzie się 31 stycznia. Po raz pierwszy podano również miejsce starcia. Obaj bokserzy swoje umiejętności zaprezentują na stadionie Shark Club Stadium w Kinszasie, czyli stolicy Demokratycznej Republiki Konga.

Powodem zamieszania z terminem walki był konflikt w obozie Makabu. Za organizację pojedynku odpowiedzialny był menedżer Kongijczyka, a o starciu nie wiedział jego promotor Don King. Amerykanin blokował więc tę walkę, ale w ostatnich dniach zwaśnione strony doszły do porozumienia. – Bardzo się cieszę, że będziemy mieli ten pojedynek, zgodnie z wcześniejszym zarządzeniem WBC i że Don King wyjaśnił sobie pewne nieporozumienia z lokalnymi partnerami: Tarikiem Saadi i generałem Luyoyo – powiedział Mauricio Sulaiman, szef federacji WBC, cytowany na portalu ringpolska.pl.

Michał Cieślak zapewnia, że zmiany terminu nie wyprowadzają go z równowagi. Radomski bokser szykuje się do walki w Krynicy Górskiej i na początku przyszłego tygodnia ma wylecieć do Konga. „Mam mieszane uczucia co do tych zawirowań” – napisał na Twitterze Tomasz Babiloński, promotor Cieślaka. – „Lecimy do Afryki. Jak okaże się, że znowu zmienia termin, to rezygnujemy z pojedynku w Kongu”.

KD

# Start znów lepszy

W meczu 17. kolejki Energa Basket Ligi lubelski Start nie miał problemów z pokonaniem HydroTrucku Radom. Dla podopiecznych Roberta Witki to czwarta porażka w ostatnich pięciu pojedynkach.

### MACIEJ KWIATKOWSKI

Bukmacherzy faworyta poniedziałkowego pojedynku upatrywali w miejscowych. Podopieczni Davida Dedka zostali okrzyknięci rewelacją pierwszej rundy sezonu zasadniczego, a ponadto bez problemów wygrali również w pierwszym pojedynku obu ekip rozegranym w Radomiu. Nic więc dziwnego, że kibice Startu liczyli na pierwsze w 2020 roku domowe zwycięstwo. Tym bardziej, że w ostatnim spotkaniu w poprzednim roku Start zawiódł ich oczekiwania i niespodziewanie uległ warszawskiej Legii.

Kwarta otwarcia rozpoczęła się od miarę wyrównanej gry. Po czterech minutach Start prowadził z HydroTruckiem 9:8. Dopiero kolejne fragmenty tej części należały do lublinian. Miejscowi szybko wypracowali sobie 10-punktowe prowadzenie, a dwa razy za trzy punkty trafił m.in. dobrze znany radomskim kibicom Damian Jeszke. Ostatecznie pierwsza kwarta zakończyła się triumfem faworytów 25:17, a najlepszym strzelcem radomian był Obie Trotter, który na swoim koncie zapisał siedem oczek.

Początek kolejnej ćwiartki nieco uspił miejscowych fanów, przez kilkadziesiąt sekund bowiem obie drużyny nie zdobyły żadnego punktu. Tę złą serię zatrzymał dopiero rzut trzypunktowy w wykonaniu Filipa Zegzuly. Następne trzy rzuty dystansowe również trafiły do celu, a to oznaczało, że przewaga Startu wciąż nie topniała. Dopiero po trafieniu Łotysza Martinsa Laksy Start w połowie kwar-

ty wyszedł na dwucyfrowe prowadzenie (35:25) i o czas poprosił opiekun HydroTrucku. Ten niewiele pomógł, bo niespełna trzy minuty później Robert Witka, przy niekorzystnym rezultacie (43:30), wziął drugi przysługujący mu czas. Lublinianie nic sobie z tego nie robili i jak najbardziej zasłużyli na wygranej pierwszą połowę różnicą 15 punktów. Radomianie tym razem dość słabo zaprezentowali się w ataku, kończąc pierwsze 20 minut z 34-procentową skutecznością rzutów z gry, przy 53 proc. ich rywali.

Dużo lepiej przyjezdni zaczęli sobie poczynać tuż po zmianie stron. Radomianie szybko wyszli na prowadzenie 8:2 i przewaga rywali nieco stopniała. David Dedek nic sobie jednak z tego nie robił, podobnie jak jego podopieczni. Ci szybko zdobyli kolejne „oczka” i w pełni kontrolowali przebieg wydarzenia na parkiecie, utrzymując dwucyfrową przewagę. Wprawdzie w tej kwarcie HydroTruck aż sześciokrotnie trafił z dystansu, ale wystarczyło to jedynie do zwycięstwa w kwarcie 24:21. To oznaczało, że w ostatnich 10 minutach radomianie, by myśleć o triumfie, musieli odrobić co najmniej 12 oczek. Z jednej strony dużo, ale przecież podopieczni Roberta Witki nie takie straty w poprzednich wyjazdowych meczach odrabiali.

Wiedzieli o tym zawodnicy Startu, którzy nie pozwalali ambitnie walczącym radomianom na zbyt wiele. Wprawdzie dwoił się i troił Rod Camphor, ale na jego punkty odpowiadał gospodarze. Jeszcze w 35. minucie HydroTruck prze-



Fot. archiwum oszczędny

grywał 66:77, ale od tego momentu serię punktową zaliczyli miejscowi, wybijając rywalom z głowy myśli o odniesieniu korzystnego rezultatu.

**Start Lublin – HydroTruck Radom 94:78**

**Kwarty:** 25:17, 23:16, 21:24, 25:21

**Start:** Lemar 15, Taylor 16, Borowski 7, Laksa 21, Carter 15, Jeszke 14, Dziemba 0, Jarecki 2, Pelczar 0, Grochowski 2, Szymański 2, Pszczoła 0

**HydroTruck:** Trotter 13, Caphor 21, Bogucki 12, Lindbom 19, Mielczarek 0, Piechowicz 3, Wall 0, Stankowski 0, Lewandowski 0, Wątroba 4, Zegzula 6

## Sparingowy remis Radomiaka

Radomiak Radom ledwo rozpoczął przygotowania do nowego sezonu, a już rozegrał pierwszy mecz kontrolny. Podopieczni Dariusza Banasika zremisowali z Zagłębiem Sosnowiec. W sobotę, 25 stycznia radomianie zagrają z Puszcą Niepołomice.

Piłkarze Radomiaka i Zagłębia Sosnowiec pierwszy mecz kontrolny w 2020 roku rozegrali na stadionie B-klasowej Lelovii. Dużo lepiej w mecz weszli podopieczni Dariusza Dudki, którzy już w siódmej minucie zdobyli gola. Piłkę w bramce Mateusza Kochalskiego umieścił doświadczony Piotr Polczak. Drużyna beniaminka z Radomia mogła wyrównać w 34. minucie, ale piłka po strzale Mateusza Michalskiego z rzutu karnego trafiła w słupek.

W przerwie w drużynie z Radomia nastąpiło sześć zmian, a jednym z zawodników, który pozostał na sztucznej nawierzchni, był Damian Warchoń. To testowany piłkarz z Pelikana Łowicz, który w rundzie jesiennej dla III-ligowca zdobył 17 bramek i został królem strzelców. Właśnie napastnik doprowadził do wyrównania w starciu z Zagłębiem, a asystą popisał się Adam Banasiak. Za ledwie pięć minut później „Zieloni” już prowadzili. Tym razem Patryk Mikita dograł piłkę pod nogę Damiana Nowaka, a napastnik nie dał szans na interwencję Krystianowi Stępnowskiemu. Tymczasem tuż przed końcem zespół Dariusza Banasika powinien zdobyć trzecią bramkę, ale pojedynek sam na sam z Kacprem Chorążką przegrał Warchoń, a golpiker sparował futbolówkę na poprzeczkę.

Ta sytuacja się zemściła. Otóż w 90. minucie groźną ofensywną akcją przeprowadzili sosnowiczanie, którą na gola zamienił Filip Karbowy. Chwilę później arbiter Sebastian Jarzębak zakończył mecz.

Kolejny sparing radomianie rozegrają



Fot. radomiak.pl

w sobotę, 25 stycznia. Ich rywalem będzie Puszcza Niepołomice. Spotkanie odbędzie się w Radomiu na boisku z naturalną nawierzchnią przy ul. 11 Listopada. Początek o godz. 13.

**Zagłębie Sosnowiec – Radomiak Radom 2:2 (1:0)**

**Bramki:** Polczak, Karbowy – Warchoń, Nowak

**Zagłębie Sosnowiec:** Perdijć (31' Stępnowski, 61' Chorążka) – zawodnik testowany (46' zawodnik testowany), Polczak, zawodnik testowany (46' Hała-

tek), Seedorf (46' Nawotka), Szwed (46' zawodnik testowany), Holota (46' Senior), Babiarz (46' Wiszniowski, 72' Piasecki), zawodnik testowany (46' Karbowy), Sych (46' Małcki) – Piasecki (46' Mularczyk)

**Radomiak Radom:** Kochalski – Faraji, Świdzikowski (46' Nowosadko), Cichocki (46' Pietrzyk), Abramowicz (46' Banasiak), Sokół (38' Nowak), Kaput (57' Nowakowski), Makowski (46' Karwot), Warchoń, Michalski (46' Mikita), Górski (46' Fundambu)

MACIEJ KWIATKOWSKI

## Udane testowanie Broni

W pierwszym meczu towarzyskim w okresie zimowym Broń Radom pokonała II-ligową Legionów Legionowo. Gole dla radomian zdobyli: Damian Kołtunowicz i Przemysław Nogaj.

Piłkarze Legionovii pierwszy trening odbyli 7 stycznia, a więc dzień wcześniej niż zawodnicy III-ligowej Broni. Po rundzie jesiennej pierwszy sparingowy rywal zawodników z Plant zajmuje odległe, 17. miejsce. Nic więc dziwnego, że wódcze postanowili zatrudnić nowego szkoleniowca i tym został Bogdan Jóźwiak. To trzeci opiekun Legionovii w trwającym sezonie, po Marcinie Sasalu i Serhiju Zajcewie. Szkoleniowiec od pierwszych minut postawił m.in. na nowo pozyskanego zawodnika – Marcina Kluskę. Przypomnijmy: pomocnik jesień spędził w Radomiaku Radom, ale klub nie zdecydował się przedłużyć z nim umowy.

W pierwszej połowie meczu rozgrywanego na boisku ze sztuczną nawierzchnią w Legionowie lepsi okazali się miejscowi. Piłkarze biało-żółto-czerwonych już w 15. minucie objęli prowadzenie, bo testowanego w Broni Krupę strzałem z rzutu karnego pokonał Patryk Koziara.

W przerwie szkoleniowcy obu drużyn dokonali wielu zmian, co przełożyło się na wynik. Jak się okazało, dużo lepiej po zmianie stron prezentowali się „zmiennicy” Broni. Zespół Dariusza Różańskiego w ciągu kilkadziesiąt sekund nie tylko doprowadził do remisu, ale i wyszedł na prowadzenie. Najpierw piłkę w bramce gospodarzy umieścił Damian Kołtunowicz, a wynik gry kontrolnej ustalili Przemysław Nogaj, strzelając do bram-

ki Jakuba Stefaniaka zza pola karnego. – Wypada się cieszyć z wyniku, a także z faktu, że nikt nie uległ kontuzji. Zagraлиśmy na dobrze przygotowanym boisku. Jest jeszcze wiele do poprawy i czeka nas dużo pracy – ocenił sparing Dariusz Różański.

W sobotę, 25 stycznia zawodnicy Broni podejmą Wisłę Puławę. Mecz rozpocznie się na boisku ze sztuczną nawierzchnią przy ul. Narutowicza o godz. 11.

**Legionovia Legionowo – Broń Radom 1:2 (1:0)**

**Bramki:** Koziara – Kołtunowicz, Nogaj  
**Legionovia Legionowo:** (I połowa) zawodnik testowany – zawodnik testowany, Zembrowski, Waleńcik, Maślanka, Pietraszkiewicz, zawodnik testowany, Kluska, Małek, Koziara, Podliński. (II połowa) Stefaniak – zawodnik testowany, Będzieszak, Choroś, zawodnik testowany, Zaklika, Lewandowski, Sobota, Janković, Karabin, Wiedłocha  
Broń Radom: Krupa – Ziemak (46' Leśniewski), Kventsar, Jagieła (46' Sala), Wicik (46' Winiarski), Kasprzyk (60' Zagórski), Dąbrowski (60' Nogaj), Czarnota, Napora (60' Jedynak), Słowiński (46' Machajek), Czarnecki (46' Kołtunowicz) (składy za str. 90minut.pl)

MACIEJ KWIATKOWSKI



# Huśtawka nastrojów

Siatkarze Cerradu Enei Czarnych Radom w minionym tygodniu rozegrali dwa spotkania. Oba zakończyli tie-breakami. Wygrali z Treflem i przegrali z Visłą. Porażka z ekipą z Bydgoszczy jest dla „Wojskowych” dość wstydliva.



Fot. Emil Bień

## ● MICHAŁ NOWAK

Radomianie w minioną niedzielę, 19 stycznia, wrócili do rozgrywek ligowych po miesięcznej przerwie spowodowanej kwalifikacjami do igrzysk olimpijskich. I ten powrót był dla siatkarzy Cerradu Enei Czarnych Radom udany. „Wojskowi” zmierzyli się we własnej hali z gdańskim Treflem. Obie drużyny dzieliły w tabeli cztery punkty. Radomianie chcieli się zrewanżować za porażkę 1:3 z pierwszej rundy i to im się udało. Mecz był jednak niezwykle wyrównany. Pierwsza odsłona padła łupem gospodarzy, a w drugiej i trzeciej lepsi byli gdań-

szczanie. Sety numer cztery i pięć należały już jednak do miejscowych, którzy wygrali 3:2 i zainkasowali dwa punkty do plusligowej tabeli. Duży wpływ na grę radomian miało wejście na boisko w czwartym secie rozgrywającego Dejana Vincicia, ale też i innych zawodników z kwadratu dla rezerwowych. Dzięki temu gospodarze odrobili straty i zapisali na swoje konto zwycięstwo.

Zdecydowanie inny przebieg miał śródowy pojedynek z Visłą w Bydgoszczy. Ekipa trenera Roberta Prygla jechała tam w roli zdecydowanego faworyta, Visła bowiem po 15 rozegranych spotkaniach miała na koncie zaledwie siedem

punktów i... zero zwycięstw. Spotkanie oglądało ledwie 343 kibiców w mieszczącej 6 tys. osób hali.

„Wojskowi” w śródowym starciu nie mogli sobie poradzić z zagrywką rywali, szczególnie w setach numer jeden i trzy, które przegrali. Visła zanotowała łącznie 11 asów serwisowych. Do tego gospodarze dobrze prezentowali się też na środku siatki. To wszystko złożyło się na dość wstydlivą porażkę „Wojskowych” w tym meczu. Visła objęła prowadzenie po wygranej w partii otwarcia do 20. W drugiej odsłonie goście wygrali do 21, aby w trzeciej przegrać do 23. Mimo wysokiego prowadzenia w czwartym secie, w jego końcówce radomianie dali rywalom się nieco odbudować i choć ostatecznie wygrali tę partię do 22, to w tie-breaku inicjatywa od początku była po stronie Visły. W decydującej odsłonie nie brakowało nerwowości w ekipie Cerradu Enei Czarnych, którzy przegrali do 9 w całym meczu 2:3.

– Na pewno jest to dla nas porażka, ten jeden punkt. Lepiej go mieć niż nie mieć, ale nie tego oczekiwaliśmy. Daliśmy ciała w tym meczu – powiedział po zakończeniu spotkania Mateusz Masłowski, libero Cerradu Enei Czarnych. – Drużyna z Bydgoszczy zagrała dobre zawody. Grali bardzo dobrze w zagrywce, natomiast my w tym elemencie zrobiliśmy im zdecydowanie zbyt mało krzywdy. Trochę nas, brzydko mówiąc, załatwili też grą na środku. Nie mieliśmy zbyt dużo obron w tym meczu. To jest

dla nas porażka. Bierzymy się do roboty, bo na pewno nie tak sobie to wyobrażaliśmy. Mamy zaraz bardzo ważny kolejny mecz, z Będzinem. Szkoda, bo potrafiłmy parę dni wcześniej wygrać z drużyną z Gdańska, gdzie są emocje, a potem przychodzi takie coś. Przeciwnik postawił nam w Bydgoszczy ciężkie warunki, ale wydaje się, że jesteśmy taką drużyną, która powinna je odeprzeć i grać swoje.

Radomianie już w poniedziałek, 27 stycznia, rozegrają kolejne spotkanie w rozgrywkach PlusLigi. Tym razem ich rywalem w hali w Sosnowcu będzie ekipa MKS-u Będzin, która w ostatnich dwóch meczach spisała się bardzo dobrze, pokonując niespodziewanie Grupę Azoty ZAKSE Kędzierzyn-Koźle oraz Aluron Virtu CMC Zawiercie. Początek tego meczu zaplanowano na godz. 17.30.

REKLAMA

**POŻYCZKA OKAY**  
Pośrednictwo finansowe

**SZYBKO**  
**WYGODNIE**  
**BEZPIECZNIE**

<b>POŻYCZKI CHWILÓWKI</b> Do 1500 zł w 15 minut, na 30 i 60 dni. Dla nowych Klientów <b>pierwsza pożyczka ZA DARMO</b>	<b>POŻYCZKI RATALNE</b> Do 15 000 zł w 24 godziny, na okres od 3 i 24 miesięcy. Bez sprawdzania w BIK
---	---

Zapraszamy! Sprawdź naszą ofertę:  
[www.pozyczkaokay.pl](http://www.pozyczkaokay.pl)  
Przyjdź do nas! Radom, ul. Witolda 7  
lub zadzwoń: 795-959-919

AUTOPROMOCJA

## MISS 2020 STUDNIÓWEK

Wyślij SMS o treści  
**MISSRADOM.NUMER KANDYDATKI**  
na numer **7248** (koszt SMS-a to 2,46 zł z VAT)

**WEJDŹ NA I SPRAWDŹ SYLWETKI KANDYDATEK**





# SKARB

## RODZINY RADOMKI

BEZPŁATNY DODATEK DO TYGODNIKA „7DNI”

24 STYCZNIA 2020

WYDANIE NR 8

Fot. Szymon Wykrota



**Nieudany start  
w 2020 roku**



# Kiepski początek roku

**Zero zdobytych i trzy przegrane sety. E.Leclerc Radomka przegrała u siebie z Energią MKS-em Kalisz 0:3. W ekipie gospodyń zadebiutowała Amerykanka Veronica Jones-Perry. Tymczasem już w sobotę, 25 stycznia, radomianki ponownie zagrają u siebie. Tym razem ich rywalem będzie ekipa Grotu Budowlanych Łódź, która będzie zdecydowanym faworytem tego pojedynku.**

Dla obu zespołów było to pierwsze spotkanie ligowe w 2020 roku. Radomianki przystąpiły do poniedziałkowego meczu wzmocnione Amerykanką Jones-Perry. Przyjmująca zza oceanu rozpoczęła pojedynek w wyjściowym składzie i w pierwszych minutach prezentowała się dobrze w ataku. Potem jednak jej skuteczność zmalała, ale i przyjęcie zespołu z Radomia nie było na wysokim poziomie. Po wyrównanym początku (4:4, 9:9, 14:14), ekipa z Kalisza przejęła inicjatywę. Po bloku na Jones-Perry było 14:17. Parę chwil później przewaga Energi MKS-u wynosiła już sześć „oczka” (16:22). Tej przewagi przyjezdne już nie oddały i po skutecznym ataku Vesović po skosie zapisały na swoje konto premierową partię (20:25).

Druga odsona rozpoczęła się dla E.Leclerc Radomki, a konkretnie dla Szpak nie najlepiej. Rozgrywająca gospodyń przy wykonywaniu zagrywki poczuła ból w barku i musiała opuścić plac gry. O ile początek tego seta był wyrównany, to potem znów inicjatywę przejęły siatkarki z Kalisza. Od stanu 11:12 przyjezdne zdobyły cztery „oczka” z rzędu i zyskały sporą przewagę (11:16). Dużą w tym zasługą dobrych zagrywek Hurley, z którymi nie radziły sobie miejscowe. Swoje dołożyli sędziowie, którzy przez dobre pięć minut po bloku na Hurley (14:18)... nie byli w stanie ustalić właściwego wyniku. W końcu, kiedy zamieszanie się skończyło, kolejne dwie akcje na swoje konto zapisały kaliszanki (14:20). Radomianki nie były w stanie w tej odsonie już nawiązać walki i przegrały wysoko, do 17.

Najbardziej zacięty w poniedziałkowym meczu był set numer trzy. Niestety, podobnie jak dwa poprzednie, nie zakończył się on po myśli E.Leclerc



Fot. Szymon Wykret

Radomki, choć miejscowe miały szansę na przedłużenie tego spotkania. Podopieczne trenera Grabowskiego prezentowały się lepiej, co miało odzwierciedlenie na tablicy wyników (9:7, 12:10). Inicjatywa nieznacznie była po stronie zespołu z Radomia. Energia

MKS jednak nie dopuszczała do tego, aby przewaga miejscowych była zbyt wysoka. Końcówka przyniosła sporo emocji. E.Leclerc Radomka jednak nie wykorzystwała swoich szans na zakończenie tego seta na swoją korzyść i przedłużenie meczu. Radomianki pro-

wadziły nawet 23:21, ale trzy kolejne „oczka” zdobyły kaliszanki, które lepsze były też w końcówce wygrywając do 25 i w całym meczu 3:0.

– Jak grasz seta na styku, to każda niedokładność i błąd bardzo dużo waży i się okazało, że to zaważyło na

wyniku i na tym, że przegraliśmy do zera. Sądziłem, że odwrócimy ten mecz i wszystko w trzecim secie szło po naszej myśli. Troszeczkę było bałaganu w przyjęciu, ale potem się to ustabilizowało. Trochę mnie boli ta końcówka trzeciego seta – powiedział Adam Grabowski, szkoleniowiec E.Leclerc Radomki.

– Za dużo naszych błędów własnych, przede wszystkim też w przyjęciu. Mamy nową koleżankę, ale jeszcze się nie zdążyłyśmy tak dobrze zgrać. Nie uważam, że byłyśmy aż tak dużo słabsze od rywalki, mogłyśmy chociażby wygrać seta i jest mi przykro, że przegraliśmy z Kaliszem 0:3 – dodała Agata Witkowska, libero radomianek.

Już w sobotę, 25 stycznia, E.Leclerc Radomka rozegra kolejny mecz ligowy i ponownie zaprezentuje się przed własną publicznością. Tym razem ich rywalkami będzie ekipa Grotu Budowlanych Łódź, która obecnie plasuje się na czwartej pozycji w tabeli Ligi Siatkówek Kobiet. Radomianki są na przedostatniej pozycji. Faworyt może więc być tylko jeden i będą nim przyjezdne.

– To mocny przeciwnik, aczkolwiek może zdarzyć się tak, że z mocniejszym rywalem zagramy troszeczkę lepiej – zaznacza Witkowska.

Czy to, że zdecydowanym faworytem będzie ekipa z Łodzi pozwoli z chłodniejszą głową i bez presji podejść radomiankom do tego spotkania?

– Ja tak do tego nie podchodzę. Bardziej skupiam się na tym żeby nasz zespół dobrze grał. Jeżeli powiedzmy przegramy, ale będę widział, że moja drużyna realizuje całą taktykę, nie robi błędów technicznych, to będzie wszystko w porządku. Tak do tego podchodzę.

**MICHAŁ NOWAK**

## Amerykańskie wzmocnienie

**E.Leclerc Radomka Radom ma nową przyjmującą. Do drużyny w miejsce Mii Jerkov dołączyła Amerykanka Veronica Jones-Perry. 23-latką w ostatnim czasie występowała we Włoszech.**

23-latką przed początkiem aktualnie trwającego sezonu przeniosła się do Włoch, zasilając klub Brescia Valsabina Banca. Teraz wzmocniła team Adama Grabowskiego.

Veronica Jones-Perry urodziła się 20 stycznia 1997 roku w West Jordan w stanie Utah. Ma 183 centymetry wzrostu i gra na pozycji przyjmującej.

Przed występami na europejskich boiskach grała w barwach uniwersytetu Birmingham. Do Polski przeniosła się z drużyny Serie A – Banci Valsabina Millennium Brescia. W ekipie z Radomia zajmie wolne miejsce po Mii Jerkov.

– Veronica to młoda zawodniczka, na pewno głodna gry, która, wierzymy, że będzie wzmocnieniem przed rundą rewanżową – mówi Thomas Renard, Prezes E.Leclerc Radomki.

– Po grze w lidze uniwersyteckiej na pewno ma motywację, żeby pokazać się z jak najlepszej strony w dorosłej siatkówce. Dodatkowo szukaliśmy wzmocnień, bo wszyscy wiemy, jak wygląda nasza sytuacja w Lidze Siatkówek Kobiet – dodał prezes radomskiego klubu.

Amerykanka ma już za sobą debiut w rozgrywkach polskiej ekstrakasy w barwach E.Leclerc Radomki. Zagrała w poniedziałkowym starciu

z Energią MKS-em Kalisz i była najlepiej punktującą zawodniczką zdobywając 14 „oczek”.

Mimo że zawodniczka zza oceanu była po zaledwie dwóch dniach wspólnych treningów z zespołem, to w starciu z ekipą z Kalisza była mocno eksploatowana – przyjmowała 41 razy i atakowała 29-krotnie.

– Mam nadzieję, że Veronica będzie naszym mocnym punktem i będzie dalej tak grać, bo uważam, że zagrała dobre zawody i oby tak dalej – powiedział po poniedziałkowym meczu Adam Grabowski, trener radomianek.

**MICHAŁ NOWAK**



Fot. Szymon Wykret



**PARTNER MECZU**

**SPONSOR MECZU**

**15. KOLEJKA MECZ O MISTRZOSTWO LSK**  
**25.01 GODZ. 17.00**  
 MOSIR W RADOMIU, UL. NARUTOWICZA 9

**E.LECLERC RADOMKA RADOM**  
**GROT BUDOWLANI ŁÓDŹ**

WWW.RADOMKA.COM #

REKLAMA



POZNAJ SZEROKĄ GAMĘ NASZYCH PRODUKTÓW



Lime **STORE**  
 TWORZY PRZESTRZEŃ

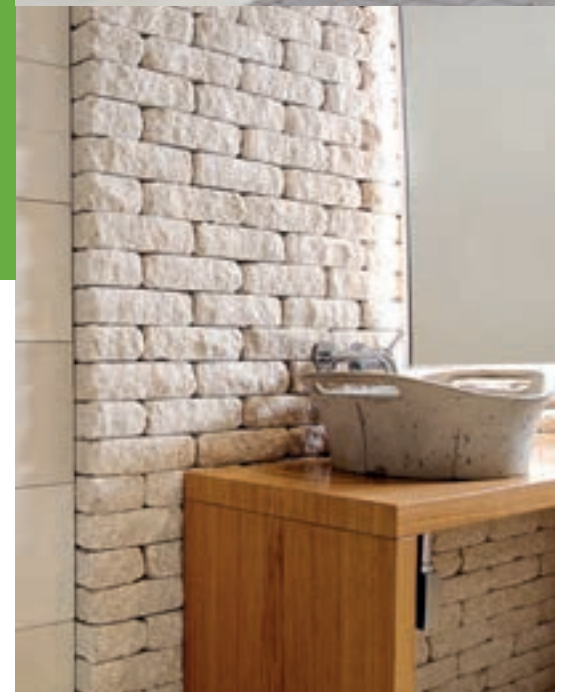
PRODUKTY Z BETONU  
 ARCHITEKTONICZNEGO  
 DO WYPOSAŻENIA  
 WNĘTRZ I OGRODÓW

**ZAPRASZAMY**  
**DO SKLEPU STACJONARNEGO**  
 ul. Marii Fołtyn 6B, 26 - 600 Radom  
 Sklep znajduje się na terenie firmy Jadar

lub  
**DO SKLEPU ONLINE**

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

Lime Store Tworzy Przestrzeń  
 @lime\_store\_tworzy\_przestrlen







WWW.RADOMKA.COM

plus+



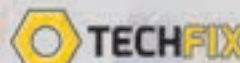
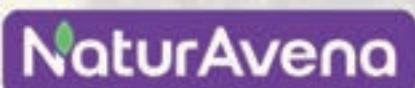
LIGA SIATKÓWKI KOBIEC



# RODZINARADOMKI



## GRAJĄ Z NAMI!



### PATRONI MEDIALNI

