

Nr 4 (16) Kwiecień 2017

Kontakt



Biuletyn Informacyjny Grupy Kapitałowej ZE PAK





**Szanowni Państwo,
Drodzy pracownicy Grupy Kapitałowej ZE PAK SA**

**W przeddzień Świąt Wielkanocnych pragnę,
w imieniu Zarządu naszej Spółki, życzyć Państwu
radosnych, pełnych szczęścia, rodzinnych
Świąt Wielkanocnych.**

**Niech w Waszych domach gości miłość, spokój,
wzajemne zrozumienie i szacunek.**

**Wszystkiego dobrego i wszelkiej pomyślności
dla Waszych rodzin i najbliższych.**

**Prezes Zarządu ZE PAK SA
Adam Kłapszta**

Świat, który nas otacza to świat barw, dźwięków, zapachów i smaków. To właśnie te doznania malują nasze wspomnienia, zapadają w pamięć, a przywołane po latach odżywają i przywołują minione chwile.

Momentami, do których wraca się bodaj najczęściej, są te spędzane z rodziną i przyjaciółmi. W naszej kulturze takie wspólne chwile związane są zazwyczaj ze świętami. Szczególnie magiczne, dla większości z nas, jest Boże Narodzenie. I niezwykle kolorowe. Te „białe święta” zielenią się choinką, na której błyskają różnokolorowe bombki, pysznią się czerwienią i złotem misterne łańcuchy, a srebrem mruga anielski włos. Na niebie, w wigilijny wieczór, wesoło błyska jasna gwiazda. W domu zaś bieli się świąteczny obrus, srebrzą sztucce i pysznią czerwone serwety. Istna tęcza.

A gdyby spytać o kolor Świąt Wielkanocnych?

*Jako się już wcześniej rzekło – Wielkanoc to zwia-
stun wiosny. Każdy kolor ma i tutaj, podobnie jak w
przypadku Bożego Narodzenia, określone znaczenie. Nie
bez powodu nasi dziadkowie używali konkretnych kolo-
rów malując pisanki wielkanocne. Kolor czerwony symbo-*

*lizował krew przelaną przez Chrystusa za ludzką grzechy, a po wojnie – miał upamiętniać pomordowanych bli-
skich, których zabraknie przy stole. Czerwień oznacza
też szczęście w życiu, nadzieję, słońce oraz namietność.
Kolor niebieski symbolizował niebo, powietrze, był sym-
bolem zdrowia. Radość ze zmartwychwstania Jezusa
symbolizują kolory żółty, różowy i zielony. Zielony to
również symbol nadziei, wiosny i rodzącego się życia.
Biały oznacza niewinność czystość oraz narodziny. Żółty
– światło, czystość, młodość, szczęście i gościnność
(serdeczność).*

*To oczywiście kolory tradycyjne, symboliczne. Ale
współczesne trendy zmieniają się niemalże z roku na rok.
Modne mogą być np. lawenda, fiołek, kolory pastelowe,
rozbielone, wszystko co naturalne i wiosenne. Myślę też,
że aby na Wielkanoc było wesoło i radośnie, muszą drep-
tać kurczaczki, skakać zające i brykać baranki...*

*To wszystko zależy od naszej fantazji i ... naszego
gustu.*

/rs/



MIESIĘCZNIK GRUPY KAPITAŁOWEJ ZE PAK SA

Wydawca: ZPR – Dział Public Relations

Koncepcja i redakcja: Ryszard Słowiński

Adres e-mail: slowinski.ryszard@zepak.com.pl

tel.: 63/ 247 32 58



Szanowni Państwo, Drodzy Akcjonariusze i Interesariusze,

Prezentuję Państwu jednostkowy raport roczny ZE PAK SA oraz skonsolidowany raport Grupy Kapitałowej ZE PAK SA.* Mam nadzieję, że Państwa uwagę zwrócą nie tylko wyniki finansowe, ale również wiele innych przydatnych informacji zawartych w raportach rocznych, a wiedza którą Państwo nabędą pozwoli ocenić aktualną sytuację Spółki i Grupy. Dołożyliśmy wszelkich starań by rzetelnie i w sposób kompleksowy przedstawić obraz ZE PAK SA w minionym roku oraz nakreślić perspektywy i wyzwania jakie czekają nas w bliższej i dalszej przyszłości.

Dane finansowe za poprzedni rok siłą rzeczy są jedynie fotografią stanu przeszłego, którego obraz inwestorzy ocenili już w dużej mierze poprzez zmianę wyceny akcji ZE PAK SA na GPW w 2016 roku. Znaczący wzrost wyceny Spółki odbieram jako wyraz akceptacji dla strategii jaką obrał Zarząd w minionym roku. Naszym głównym celem było i nadal jest optymalizowanie modelu biznesowego Grupy ZE PAK SA we wszystkich aspektach jej działalności. W minionym roku szczególnie dotyczyło to obszaru kosztów i inwestycji. Zdaniem Zarządu obecny czas jest daleki od komfortu dla konwencjonalnych wytwórców energii elektrycznej. Od kilku lat jesteśmy świadkami zmian warunków funkcjonowania rynku. Doświadczamy zmian zarówno w obszarze technologii wytwarzania energii, jak i zmian legislacyjno-prawnych kształtujących przyszły model rynku energetycznego. Jesteśmy zdania, że w trudnych czasach szczególnie należy pilnować dyscypliny kosztowej, stąd z pewnością zauważą Państwo znaczący spadek kosztów działalności Grupy.

Uważamy również, że niepewność jaka wynika z obecnych warunków rynkowych nie jest sygnałem zachęcającym do kapitałochłonnych inwestycji, jednak z optymizmem oczekujemy propozycji rozwiązań dla „Rynku Mocy”.

Z początkiem 2016 roku zakończyliśmy modernizację dwóch bloków w Elektrowni Pątnów I. Znaczące nakłady jakie Grupa poniosła w poprzednich latach pozwalają nam na wydłużenie perspektywy działalności zmodernizowanych aktywów. W celu utrzymania stabilnych dostaw energii potrzebujemy zapewnienia dostępu do złóż węgla brunatnego. Elektrownie Grupy stanowią znaczący element Krajowego Systemu Elektroenergetycznego, a bazując na lokalnym surowcu przyczyniamy się do budowania bezpieczeństwa energetycznego kraju. Dlatego w swoich planach opieraliśmy się na deklaracjach organów państwa odnośnie istotności budowania tego bezpieczeństwa.

Jesteśmy świadomi jak ważne dla naszych Interesariuszy: Pracowników, Społeczności Lokalnej, Kooperantów ale również Państwa – Akcjonariuszy, jest uzyskanie koncesji na wydobycie węgla brunatnego z odkrywki w Ościslowie. Spółka kontynuuje prowadzenie wszelkich działań zmierzających do uzyskania stosownych decyzji umożliwiających prowadzenie działalności wydobywczej zgodnie ze swoją strategią, której celem jest zapewnienie niezakłóconej pracy aktywów wytwórczych Spółki. Zawsze podkreślamy, że nasze trudne przedsięwzięcia biznesowe chcemy zrealizować w sposób zrównoważony, z uwzględnieniem interesu naszych Akcjonariuszy, Pracowników, otoczenia społecznego, a także środowiska naturalnego, dlatego proponowaliśmy i proponujemy szereg rozwiązań pozwalających na utrzymanie bezpiecznego oddziaływania Odkrywki Ościslowo na środowisko.

Nowym wyzwaniem w nadchodzącym roku będzie przygotowanie się do zakończenia działalności Elektrowni Adamów, której kres przypada w styczniu 2018 roku. Proces musi zostać przeprowadzony przez Spółkę w zgodzie z obowiązującymi regulacjami prawnymi w szczególności dotyczącymi ochrony środowiska oraz w taki sposób, aby zidentyfikować i ograniczyć towarzyszące mu ewentualne ryzyka natury gospodarczej i społecznej dla Spółki oraz regionu.

Kończąc chciałbym się krótko odnieść do wyników osiągniętych w minionym roku. Przychody Grupy Kapitałowej ZE PAK SA w 2016 roku wyniosły 2,7 mld złotych, co oznacza spadek w stosunku do roku poprzedniego o 8,5%. Jednak przychody z tytułu sprzedaży energii wytworzonej pozostały na zbliżonym poziomie, a spadek dotyczył głównie przychodów ze sprzedaży energii z obrotu. EBITDA Grupy w 2016 roku ukształtowała się na poziomie 593,6 mln złotych, co oznacza wzrost o 20% w stosunku do 2015 roku. Grupa zanotowała zysk netto na poziomie 250,3 mln złotych. Trudno odnieść się do dynamiki wzrostu względem 2015 roku z uwagi na fakt, że wynik był wówczas obciążony odpisem aktualizującym wartość aktywów i wyniósł (– 1,88) mld złotych. Jednak po wyłączeniu odpisu wynik netto Grupy za 2016 rok wzrósł pięciokrotnie w stosunku do wyniku zanotowanego w 2015 roku. Serdecznie dziękujemy wszystkim, dzięki którym Spółka osiągnęła tak wiele w 2016 roku – naszym Akcjonariuszom oraz Klientom i wszystkim Pracownikom Grupy Kapitałowej ZE PAK SA. Dziękujemy za zaufanie, którym nas Państwo obdarzają.

Prezes Zarządu ZE PAK SA
Adam Kłapsza

Postscriptum



10 marca br., po rozpatrzeniu wniosku PAK Kopalnia Węgla Brunatnego Konin SA, Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska (RDOŚ) w Poznaniu wydał odmowną decyzję o środowiskowych uwarunkowaniach dla przedsięwzięcia pn.: „Wydobycie węgla brunatnego i kopalin towarzyszących z Odkrywki Ościśłowo”.

W obszernym uzasadnieniu RDOŚ informuje m. in., że: „do wniosku dołączono raport o oddziaływaniu przedsięwzięcia na środowisko [...] mapę sytuacyjno-wysokościową oraz załącznik graficzny, z przebiegiem granic terenu, którego dotyczy wniosek oraz obejmujące obszar, na który będzie oddziaływać przedsięwzięcie, wypisy i wyrzysy z miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego lub informacje o ich braku dla gmin Wilczyn, Skulsk, Ślesin i Kleczew.”

W dalszej części uzasadnienia RDOŚ informuje, że po usunięciu braków w dokumentacji potwierdził uczestnictwo w postępowaniu na prawach strony Stowarzyszenia Ekologicznego „Eko-Przyjezierze”, Fundacji „Rozwój Tak - Odkrywki Nie”, Fundacji „Greenpeace”, Stowarzyszenia „Aletheia” i Stowarzyszenia Właścicieli Domków Letniskowych w Wilczynie z siedzibą w Gnieźnie. RDOŚ poinformował również w uzasadnieniu, że dwukrotnie umożliwił społeczeństwu zapoznanie się z dokumentacją sprawy oraz składanie uwag i wniosków. Rezultatem udziału społeczeństwa w całym toku postępowania była otwarta rozprawa administracyjna, która odbyła się 8 września 2016 roku w Poznaniu (pisałyśmy o tym szeroko w „Kontakcie nr 09/2016”).

W rozprawie uczestniczyły 82 osoby. Po rozpoczęciu rozprawy inwestor przedstawił prezentację z ogólną charakterystyką przedsięwzięcia oraz film obrazujący sposoby eksploatacji złóż i rekultywacji wyrobisk przez PAK KWB Konin S.A. Korzystając z otwartego charakteru rozprawy Związki Zawodowe, Rada Pracowników oraz załoga PAK KWB Konin S.A. złożyły na ręce RDOŚ petycję o wydanie pozytywnej decyzji. W tym samym czasie, na zewnątrz budynku trwała demonstracja z udziałem pracowników PAK KWB Konin S.A., w której uczestniczyło (według różnych źródeł) od 150 do 400 osób.

W trakcie rozprawy pan Wojciech Krawczyk złożył dowody w postaci filmu obrazującego stan lustra wody Jeziora Wilczyńskiego, zdjęcia przedstawiające stan lustra wody jezior Mrówieckiego i Wilczyńskiego oraz skan petycji z 19.08.2016 r. podpisanej przez niego i przez pana Józefa Drzazgowskiego, skierowanej do p.o. Prezesa Zarządu ZE PAK S.A. pana Adama Kłapszty.

W toku postępowania do RDOŚ wpływały petycje dotyczące planowanego przedsięwzięcia, którymi organ zajmował się w oddzielnym trybie:

- ♦ 2.12.2016 r. - sprzeciwiająca się realizacji przedsięwzięcia, przekazana przez Fundację Akcja Demokracja wraz z 4835 podpisami,
- ♦ 5.12.2016 r. - popierająca realizację przedsięwzięcia, złożona przez ZZ KWB Konin S.A. z 7040 podpisami,
- ♦ 26.01.2017 r. - sprzeciwiająca się planowanemu przedsięwzięciu, przekazana przez Fundację RT-ON, podpisana przez 24 osoby,
- ♦ 27.01.2017 r. - przekazująca apel uczestników konferencji pt.: Megalityczne cmentarzysko kurhanowe w pobliżu miejscowości Góry, na pograniczu Gmin Wilczyn i Ślesin - ochrona i promocja zabytku szansą dla gminy Wilczyn i gmin sąsiednich,
- ♦ 7.02.2017 r. - popierająca planowane przedsięwzięcie, przekazana ponownie przez ZZ KWB Konin S.A.

Jednocześnie, w przedmiocie sprawy wpłynęło około 870 maili ze sprzeciwami wobec realizacji planowanego przedsięwzięcia, poruszających w ogólnym ujęciu kwestie skutków spalania węgla brunatnego i kamiennego, zjawiska smogu w miastach i przekraczania norm jakości powietrza, wpływu na zdrowie, konfliktu przedsięwzięcia z zabytkami archeologicznymi, wpływu odkrywki na krajobraz i klimat, wpływu leja depresji na środowisko, rolnictwa i uprawy ziemi, energii odnawialnej z OZE i nowych technologii w zakresie pozyskiwania energii, potrzeby radykalnej zmiany polityki energetycznej kraju, analizy zysków i strat, paliw niskoemisyjnych, bezrobocia oraz odkrywek Tomiszawice, Józwin IIB, zanieczyszczania Jeziora Gopła, wysychania jezior, niebezpiecznych kąpielisk, a także wpływu odkrywki na agroturystykę.

W toku postępowania, do organu wpłynęły również pisma oraz maile popierające realizację planowanego przedsięwzięcia i wnoszące o wydanie pozytywnej decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach, m.in.: z 21.08.2016; 4.10.2016; 11.10.2016; 25.12.2016; 9.01.2017; 28.01.2017; 2.02.2017; 15.02.2017 r.

RDOŚ poinformował w uzasadnieniu o dużej aktywności stron i podmiotów na prawach stron zarówno przeciwników jak i zwolenników projektu.

W okresie od 25 marca 2016 r. do 13 stycznia 2017 r. Fundacja „Greenpeace” skierowała do RDOŚ siedem wniosków o przeprowadzenie dowodów, uzupełnienie dokumentacji, sporządzenie niezależnej analizy itp. Wszystkie wnioski tej organizacji zostały przez RDOŚ odrzucone z podaniem uzasadnienia.

23 grudnia 2016 r. Eko-Przyjezierze wniosło o sporządzenie ekspertyzy archeologicznej uwzględniającej zachowanie bezcennych zabytków archeologicznych w miejscowości Marianowo oraz odkrytego wiosną 2016 r. cmentarzyska megalitycznego. Postanowieniem z 23 lutego 2017 r. RDOŚ odmówił przeprowadzenia dowodu w tej kwestii, twierdząc, że przepisy ustawy o ochronie środowiska nie przewidują odmowy wydania decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach z powodu odkrycia stanowiska archeologicznego kolidującego z przedsięwzięciem.

W połowie lutego 2017 r. Fundacja Greenpeace ponownie wniosła o odmowę wydania decyzji o środowiskowych uwarunkowaniach, wskazując, że realizacja przedsięwzięcia nie stanowi interesu publicznego, raport posiada braki w zakresie określenia wpływu na zdrowie ludzkie, odniesienia się do najnowszych wyników badań stanu wód prowadzonych przez WIOŚ w Poznaniu oraz w zakresie megalitycznego stanowiska archeologicznego. Greenpeace szczególnie podkreślił fakt, że Inwestor nie przestawił kompensacji przyrodniczej do planowanego przedsięwzięcia.

Także w połowie lutego Inwestor stwierdził w przesłanym do RDOŚ piśmie, że w jego ocenie wyznaczenie przez Regionalnego Dyrektora nowego terminu załatwienia sprawy na 4 kwietnia 2017 r. bez podania racjonalnej przyczyny może być traktowane jako przejaw przewlekłego prowadzenia postępowania.

Z tego postępowania wynika m. in., że przedłożony przez Inwestora raport nie pozwalał na ustalenie środowiskowych uwarunkowań przedsięwzięcia ze względu na wątpliwości RDOŚ dotyczące np. oddziaływania przedsięwzięcia na gospodarkę rolną, monitoringu gleb, monitoringu wód podziemnych, kwestii odprowadzania do odbiorników siecią cieków i rowów ścieków w postaci wód pochodzących z odwodnienia zakładu górniczego, w tym ich jakości, etapu rekultywacji wyrobiska poeksploatacyjnego, wycinki lasu, uzasadnienia nadrzędnego interesu publicznego, uszczegółowienia działań minimalizujących wpływ na przyrodę, znaczącego negatywnego oddziaływania na siedliska przyrodnicze będące przedmiotem ochrony obszarów Natura 2000, gospodarki odpadami, analizy rozprzestrzeniania substancji w powietrzu, działań zmniejszających emisję hałasu, oddziaływania przedsięwzięcia na krajobraz, klimat, wpływu osiadania gruntów na zabytki, funkcjonowania planowanego osadnika w odniesieniu do danych o eksploatacji analogicznych osadników na innych odkrywkach Inwestora, wysiedlenia ludności, zatrudnienia, OZE, wyników comiesięcznych pomiarów lustra i temperatury wody jezior Budzińskiego, Suszewskiego, Wilczyńskiego, Wójcińskiego, Kownackiego oraz Ostrowskiego.

Kolejnych kilka miesięcy trwa wymiana korespondencji, wyjaśnianie znaczenia ekspertyz, raportów, stanowisk, itp. Wreszcie dużo miejsca RDOŚ poświęca na uzasadnienie merytoryczne decyzji, nie biorąc w nim pod uwagę np. działań minimalizujących skutki leja depresji poprzez przerzut wód kopalnianych do Jeziora Wilczyńskiego. A więc znacząco negatywnego oddziaływania O/Ościśłowo na znajdujące się w sąsiedztwie przedsięwzięcia obszary Natura 2000.

W dalszej części uzasadnienia odnosi się wrażenie, że powinno ono mieć zdecydowanie inne zakończenie od tego, które otrzymał Inwestor.

RDOŚ pisze w nim m. in., że: „**Odkrywka Ościśłowo jest zlokalizowana poza granicami form ochrony przyrody.** W odległości ok. 2 km na północny-wschód znajduje się obszar mający znaczenie dla Wspólnoty Jezioro Gopło PLH040007 oraz obszar specjalnej ochrony ptaków Ostoja Nadgoplańska PLB040004, natomiast w odległości ok. 6 km na północny-zachód znajduje się obszar mający znaczenie dla Wspólnoty Pojezierze Gnieźnieńskie PLH300026. Ponadto w odległości 2,2 km na północny-wschód od miejsca realizacji inwestycji znajduje się park krajobrazowy „Nadgoplański Park Tysiąclecia”, a w odległości ok. 1 km na wschód - obszar chronionego krajobrazu „Obszar Goplańsko-Kujawski”, Jezioro Gopło PLH040007 oraz obszar specjalnej ochrony ptaków Ostoja Nadgoplańska PLB040004, natomiast w odległości ok. 6 km na północny-zachód znajduje się obszar mający znaczenie dla Wspólnoty Pojezierze Gnieźnieńskie PLH300026. Ponadto w odległości 2,2 km na północny-wschód od miejsca realizacji inwestycji znajduje się park krajobrazowy „Nadgoplański Park Tysiąclecia”, a w odległości ok. 1 km na wschód - obszar chronionego krajobrazu „Obszar Goplańsko-Kujawski”.

Na obszarze inwestycji spośród gatunków reprezentujących faunę lądową w raporcie odnotowano występowanie jeża europejskiego, kreta, ryjówki aksamitnej, padalca, jaszczurki zwink, myszy zaroślowej, nornika zwyczajnego, a z bezkręgowców m.in: biegaczy, pszczoł, trzmieli, chrząszczy, ślimaków. Odnotowano także stanowiska lub obserwacje bociana białego, trzciniaaka, łyski, puszczyka, gąsiora, pustulki, myszołowa zwyczajnego, rybitwy rzecznej. Natomiast do cennych stanowisk oraz obserwacji gatunków innych zwierząt w obszarze planowanej Odkrywki Ościśłowo zaliczono siedlisko: ropuchy szarej, żab z kompleksu żab zielonych, kruszczyca złotawki. Ponadto nie wykluczono występowania pachnicy dębowej oraz prawdopodobnie odnotowano w tym obszarze borowca wielkiego. Zgodnie z informacjami pozyskanymi w trakcie udziału społeczeństwa oraz w wyniku aktywności podmiotów na prawach stron, na terenie planowanej odkrywki stwierdza się również występowanie ortolana.

Zdaniem autorów „raportu” nie określano szczegółowej lokalizacji stanowiska każdego ssaka, ptaka, płaza, gada, owada, mięczaka itd. Zmienność środowiska przyrodniczego jest tak ogromna a planowane oddziaływanie kopalni odkrywkowej będzie rozciągnięte w czasie, że należy wątpić, czy dzisiaj opisany gatunek, będzie tam „jutro”. Najważniejszym, zdaniem autorów raportu, będzie bieżący nadzór przyrodniczy, który pozwoli zapobiec bezpośrednim, istotnym stratom. Natomiast zdaniem organu wiedza dotycząca zasobów fauny jaka zostanie zniszczona w związku z realizacją inwestycji jest istotna w świetle konieczności oceny oddziaływania przedsięwzięcia na ten element przyrody ożywionej. Przedstawiony w raporcie opis fauny jest zbyt lakoniczny, jednak biorąc pod uwagę charakter terenu, fakt, że inwestycja zlokalizowana zostanie poza obszarami objętymi ochroną można uznać, że negatywny wpływ na gatunki objęte ochroną może być na bieżąco minimalizowany przez odpowiednie działania podejmowane w wyniku stałego nadzoru przyrodniczego.

Podobne stanowisko prezentowane jest przez RDOŚ w odniesieniu do zbiorowiska leśnego, które pokrywa 17 proc. powierzchni. Dyrektor pisze w uzasadnieniu, że „biorąc pod uwagę fakt, że większość [...] gatunków i siedlisk uznawanych jest za pospolite, zarówno w skali regionu, jak i kraju, a także mając na uwadze działania minimalizujące zaplanowane przez inwestora polegające m.in. na przenoszeniu osobników turzycy ościstej oraz turzycy ciborowatej, wycinaniu drzewostanów etapami, poza okresem lęgowym ptaków, wywieszaniu skrzynek lęgowych dla ptaków oraz skrzynek dla nietoperzy, tworzeniu nowych miejsc gniazdowania dla bociana białego czy prowadzeniu nadzoru przyrodniczego nie przewiduje się znacząco negatywnego wpływu przedmiotowej inwestycji na populacje gatunków oraz siedliska przyrodnicze.”

Przedmiotami ochrony obszaru specjalnej ochrony ptaków Ostoja Nadgoplańska PLB040004, na które może mieć wpływ przedmiotowa inwestycja w związku z oddziaływaniem czwartorzędowego leja depresji są: bąk, bączek, żuraw. Ze względu na niewielki i stosunkowo krótkotrwały zasięg leja depresji w okolicach jezior Czartowo, Skulskie, Skulska Wieś nie przewiduje się znaczących, istotnych oddziaływań przedmiotowej inwestycji na wymienione gatunki—pisze w dalszej części uzasadnienia RDOŚ.

W obrębie prognozowanego czwartorzędowego leja depresji znajduje się część obszaru Natura 2000 Jezioro Gopło o powierzchni około 130 ha. Lej obejmuje przede wszystkim tereny upraw rolnych na krawędzi rynny Skulskiej oraz dolinę Lisewki z niewielkim płatem łągi 91E0 (0,3 ha). Przy zastosowaniu działania minimalizującego polegającego na przerzucie wód z odwodnienia do Jeziora Czartowo i pośrednio w wyniku tego zabiegu zwiększenie odpływu Lisewką przyczyni się do poprawy warunków wilgotnościowych w jego granicach. W związku z powyższym nie przewiduje się znacząco negatywnego wpływu przedmiotowej inwestycji na to siedlisko będące siedliskiem priorytetowym, a co za tym idzie nie zachodzi konieczność informowania Komisji Europejskiej o ewentualnym znaczącym negatywnym wpływie planowanej inwestycji na nie.

Znacząco negatywny wpływ może natomiast mieć paleogeoskono-geoskono-kredowy lej depresji O/Ościśłowo w połączeniu z lejem O/Józwin IIB oddziaływać będzie na Jezioro Wilczyńskie poprzez obniżenie lustra wody. Proces ten spowoduje drastyczne zmniejszenie jego powierzchni oraz warunków w nim panujących. Spadek poziomu wody z wysokim prawdopodobieństwem spowo-



Na jednej z konińskich odkrywek

fot. P. Ordan

duje także odślonienie osadów dennych zbiornika i w konsekwencji zmineralizowanie związków biogenych w nich zawartych i ich większą biodostępność. Dalszy fragment uzasadnienia RDOŚ oscyluje wokół uzupełniania wody w Jeziorze Wilczyńskim i jej oczyszczania przez Inwestora.

Dalej RDOŚ wyjaśnia szeroko ogromne znaczenie dla regionu i kraju inwestycji i wskazuje na traktowanie jej jako „nadrzędny interes publiczny”. Konkludując tę część uzasadnienia decyzji RDOŚ napisał: „Biorąc powyższe pod uwagę organ uznał, że za realizacją przedsięwzięcia przemawiają konieczne wymogi nadrzędnego interesu publicznego, w tym wymogi charakterze społecznym i gospodarczym” oraz [...] „Drugi scenariusz zakłada, że energię można pozyskać nie tylko z węgla brunatnego, ale również w inny sposób, np. ze źródeł odnawialnych lub energetyki jądrowej. Jest to rozwiązanie możliwe, jeżeli założy się odpowiedni czas do jego realizacji. Musi to być działanie długofalowe, przewidziane w odpowiednich strategiach rozwoju Państwa. W chwili obecnej Polska nie dysponuje możliwością szybkiego zastąpienia węgla brunatnego innym nośnikiem energii. Wobec powyższego organ stwierdził brak rozwiązań alternatywnych dla planowanego przedsięwzięcia.”

Mający 36 stron dokument szczegółowo i skrupulatnie uzasadnia decyzję Rejonowego Dyrektora Ochrony Środowiska w Poznaniu. Czytając poszczególne wyjaśnienia odnosi się wrażenie, że w zasadzie większość argumentów przemawia za zupełnie odwrotną decyzją (fragmenty tekstu zaznaczone grubą czcionką) niż ta opublikowana.

Niestety, w ostatniej chwili ktoś niefortunnie zauważył, że są przecież ramienie. I w tym momencie odnosi się drugie wrażenie. Że nie ma takiej mocy, takiego wysiłku, takiej deklarowanej i udowodnionej przez ponad 70 lat pracy KWB Konin staranności, która w tym momencie, na tym etapie, w tych konkretnych okolicznościach i uwarunkowaniach, przeważałaby szalę na korzyść wspomnianego nieco wcześniej **nadrzędnego interesu publicznego**. Organ, czyli RDOŚ dodał jeszcze - **interesu publicznego o charakterze społecznym i gospodarczym**.

W ocenie Spółki wydana decyzja pozbawiona jest argumentów merytorycznych i jest sprzeczna z deklaracjami organów państwa w kwestii wspierania działań zmierzających do zapewnienia bezpieczeństwa energetycznego kraju. Dlatego Spółka podjęła kolejne działania zmierzające do uzyskania stosownych decyzji umożliwiających prowadzenie działalności wydobywczej zgodnie ze swoją strategią, której celem jest zapewnienie niezakłóconej pracy aktywów wytwórczych Spółki. Odkrywka Ościśłowo ma zapewnić paliwo dla zmodyfikowanych aktywów wytwórczych Spółki. Spółka przeprowadziła analizy badając wpływ wydanej decyzji na wszelkie aspekty funkcjonowania grupy kapitałowej, a w szczególności zabezpieczenie i terminowość dostaw węgla. /rs/

To jest rok ważnych wydarzeń i trudnych decyzji

Rok 2017 będzie prawdopodobnie jednym z najtrudniejszych w historii grupy kapitałowej Zespołu Elektrowni Pątnów Adamów Konin SA. Zdaniem zarządu Spółki „obecny czas jest daleki od komfortu dla konwencjonalnych twórców energii elektrycznej. Od kilku lat jesteśmy świadkami zmian warunków funkcjonowania rynku. Doświadczamy zmian zarówno w obszarze technologii wytwarzania energii, jak i zmian legislacyjno-prawnych kształtujących przyszły model rynku energetycznego” – napisał Adam Kłapszta, Prezes Zarządu ZE PAK SA w liście do akcjonariuszy i interesariuszy – pracowników, społeczności lokalnej, instytucji, organizacji, kooperantów i urzędów, które mają wpływ i pozostają pod wpływem działalności Spółki i całej Grupy Kapitałowej ZE PAK SA.

List ukazał się przy okazji publikacji raportu rocznego za 2016 rok zawierającego w swej treści m. in. Trzy strategiczne wyzwania, jakie stoją przed Grupą w 2017 roku. Są to:

- ♦ **zdobycie koncesji na odkrywkę Ościszowo,**
- ♦ **podjęcie decyzji o dalszych losach projektu bloku gazowego 120 MW w Elektrowni Konin,**
- ♦ **przygotowanie się do zamknięcia Elektrowni Adamów.**

Jednym z najpoważniejszych wyzwań stojących przed grupą ZE PAK SA jest zdobycie koncesji na wydobycie węgla w odkrywce Ościszowo. Przypomnijmy, że w połowie marca br. spółka PAK KWB Konin SA otrzymała od Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Poznaniu (RDOŚ) decyzję środowiskową dla wydobycia węgla brunatnego z odkrywki Ościszowo. W odpowiednim ustawowo czasie spółka odwołała się od tej decyzji do Generalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Warszawie podkreślając znaczenie i wagę tej inwestycji dla regionu i całego kraju, ale też proponując jednocześnie szereg rozwiązań pozwalających na utrzymanie bezpiecznego oddziaływania odkrywki Ościszowo na środowisko oraz bliższe i dalsze otoczenie

Nowym, nieznany dotąd wyzwaniem będą - w 2017 roku - przygotowania do zakończenia działalności Elektrowni Adamów. Proces ten musi zostać przeprowadzony przez spółkę zgodnie z obowiązującymi regulacjami prawnymi w szczególności dotyczącymi ochrony środowiska oraz w taki sposób, aby

zidentyfikować i ograniczyć towarzyszące mu ewentualne ryzyka natury gospodarczej i społecznej dla spółki oraz regionu.

Przypomnijmy – od stycznia 2016 roku Elektrownia Adamów objęta jest mechanizmem derogacyjnym i w tym systemie, z obecnymi standardami emisji, może przepracować 17,5 tysiąca godzin do 1 stycznia 2018 roku.

Ważnym projektem rozwojowym ZE PAK SA była budowa bloku gazowo-parowego w Elektrowni Konin wraz z gazociągami Koło - Konin. Zakładano, że blok będzie miał moc około 120 MWe i około 90 MWt oraz dodatkowy kocioł szczytowy o mocy około

40 MWt (dedykowany dla potrzeb dostaw ciepła dla miasta Konin). Oddanie bloku do eksploatacji planowano na połowę roku 2020. Jednak z uwagi na istniejące niekorzystne uwarunkowania zewnętrzne, w tym niepewność systemu wsparcia dla kogeneracji po 2018 roku, 29 września 2016 roku spółka wypowiedziała umowę z PSE o przyłączenie do sieci przesyłowej wspomnianego bloku, a w październiku 2016 r. umowę z biurem projektów Energoprojekt - Katowice odpowiedzialnym za projektowanie bloku oraz gazociągu. Mimo wypowiedzianych umów, projekt ten cały czas pozostaje w programie inwestycyjnym ZE PAK SA.

Kolejnym wyzwaniem dla ZE PAK SA, którego rozstrzygnięcie musi nastąpić w 2017 roku jest ewentualny udział Spółki w systemie zapewnienia dostaw ciepła dla miasta Konina.

Przypomnijmy - w pierwszym półroczu 2016 roku rozpoczęto przygotowania do realizacji rozwiązania alternatywne przebudowy źródła ciepła w elektrowni Konin, które pozwoliłoby zapewnić dostawy ciepła do miasta Konina po unieruchomieniu części węglowej Elektrowni Konin w czerwcu 2020 roku i braku uruchomienia planowanego nowego bloku gazowo-parowego.

Projekt ten przewiduje, że produkcję energii elektrycznej i ciepłej w kogeneracji oparto by o istniejący kocioł biomasowy. W ramach jego realizacji uzyskano już z Urzędu Regulacji Energetyki promesy zmiany koncesji na wytwarzanie energii elektrycznej i ciepłej w dedykowanej instalacji spalania biomasy.

W Elektrowni Konin trwają obecnie prace projektowe związane z opracowaniem Spe-

cyfikacji Istotnych Warunków Zamówienia (SIWZ), która będzie podstawą do wyłonienia wykonawcy modernizacji turbiny TG-6 w celu przystosowania jej do podgrzewu wody sieciowej dla miasta Konina. /rs/

W 2016 roku grupa ZE PAK miała 2,7 mld zł przychodów, co oznacza spadek w stosunku do roku 2015 o 8,5 proc. Spadek ten dotyczył głównie przychodów ze sprzedaży energii z obrotu (przychody z tytułu sprzedaży energii wytworzonej pozostały na zbliżonym poziomie rok do roku).

Przychody z tytułu rozwiązania KDT w 2016 roku wyniosły 207,2 mln zł, natomiast w 2015 roku wyniosły 173,4 mln zł.

EBITDA wzrosła o 20,1 proc. rok do roku do 593,6 mln zł. Zysk operacyjny wyniósł 371,4 mln zł wobec prawie 1,8 mld zł straty w 2015 roku, a zysk netto jednostki dominującej wyniósł 247,7 mln zł wobec 1,88 mld zł straty przed rokiem. W 2015 roku wyniki były jednak obciążone odpisem aktualizującym wartość aktywów.

Produkcja netto energii elektrycznej w elektrowni Pątnów I w 2016 roku osiągnęła 4,17 TWh, w elektrowni Adamów 2,47 TWh, w elektrowni Konin 0,66 TWh a w elektrowni Pątnów II 1,97 TWh. Produkcja energii ogółem we wszystkich elektrowniach grupy w 2016 roku była niższa o 5,31 proc. rok do roku i wyniosła 9,27 TWh.

W 2016 roku grupa sprzedała 13,51 TWh energii elektrycznej, czyli o blisko 9,5 proc. mniej niż w 2015 roku. Średnia cena energii elektrycznej uzyskana w 2016 roku ukształtowała się na poziomie 174,21 zł/MWh (1,66 proc. mniej w stosunku do 2015 roku). Łączne nakłady inwestycyjne zrealizowane przez spółki z grupy ZE PAK w 2016 roku wyniosły 127 mln zł w porównaniu z 418 mln zł w 2015 roku. Wskaźnik dług netto/EBITDA na koniec 2016 spadł do poziomu 1,0 (spadek z poziomu 1,77 notowanego na koniec 2015 roku).



ROZLICZ SIĘ SERCEM 1%

Szanowni Państwo,

Zwracam się do Państwa z wielką prośbą związaną z kwestią 1% podatku.

Podatek, jaki każdy musi zapłacić w 100% trafia do budżetu Państwa, ale każdy z Was może zdecydować, że 1% z tego podatku trafi na szczytny cel – na jedną z organizacji pożytku publicznego.

Chciałbym Was więc prosić, żebyście podczas wypełniania deklaracji PIT nie zostawiali rubryki „Wniosek o przekazanie 1% podatku należnego na rzecz organizacji pożytku publicznego” pustej, ale żebyście ją wypełnili i wpisali do niej numer KRS Fundacji Polsat – 0000135921.

Fundacja Polsat od 20 lat działa w jednym celu - poprawy sytuacji zdrowotnej najmłodszych pacjentów w Polsce. W ciągu tych 20 lat Fundacja:

- **pomogła prawie 29 tysiącom dzieci,**
- **wyremontowała lub wyposażyła w sprzęt medyczny prawie 1200 Szpitali i Ośrodków Medycznych w całym kraju,**
- **w sumie na cele statutowe przekazała jak dotąd ponad 219 milionów złotych.**

Fundacja Polsat jest naszą „Grupową” nie tylko z nazwy, ale przede wszystkim dlatego, że służy naszym pracownikom. Od wielu lat Fundacja pomaga dzieciom naszych pracowników i ich najbliższych. Jest gotowa i będzie służyła wsparciem i pomocą wszystkim naszym dzieciom, które zostały dotknięte chorobą i nieszczęściem. Pamiętajcie o tym: jeżeli kiedykolwiek – czego nikomu absolutnie nie życzę - dziecku Waszemu lub Waszych najbliższych przytrafi się choroba, Fundacja Wam pomoże.

Każdy z Was oczywiście może wybrać dowolną organizację, która otrzyma 1% Waszego podatku. Z głębokim i szczerym przekonaniem namawiam Was jednak do wsparcia Fundacji Polsat, gdyż mam stuprocentową pewność i gwarancję, że środki powierzone Fundacji są przeznaczane przede wszystkim na pomoc dzieciom, a nie są wydawane np. na cele administracyjne.

Mam pełne zaufanie do Fundacji i jej pracowników, gdyż swoją codzienną pracę udowadniają, że ich celem i misją jest wspieranie potrzebujących dzieci. A największą nagrodą jaką potem możemy oglądać są uśmiechy dzieciaków, którym wspólnie pomogliśmy.

W deklaracji PIT wystarczy wpisać numer **KRS Fundacji Polsat: 0000135921**

Dziękuję za Waszą uwagę i czas poświęcony na przeczytanie powyższej prośby i liczę na Waszą pomoc i wsparcie dla Fundacji.

Z wyrazami szacunku,

Zygmunt Solorz

OSTATNIA SZANSA



Numer KRS 0000186434

Cel szczegółowy: Michał Lewandowski — 81/L



Numer KRS 0000382243

Cel szczegółowy: „558 pomoc dla Zosi Borkiewicz”



1%

na sprzęt

na rehabilitację

na drogie leki



ROZLICZ SIĘ SERCEM

Przeznacz 1% podatku na rzecz
Fundacji POLSAT!

Twoja decyzja może odmienić
los chorych dzieci.

KRS 0000 135 921 www.fundacijapolsat.pl

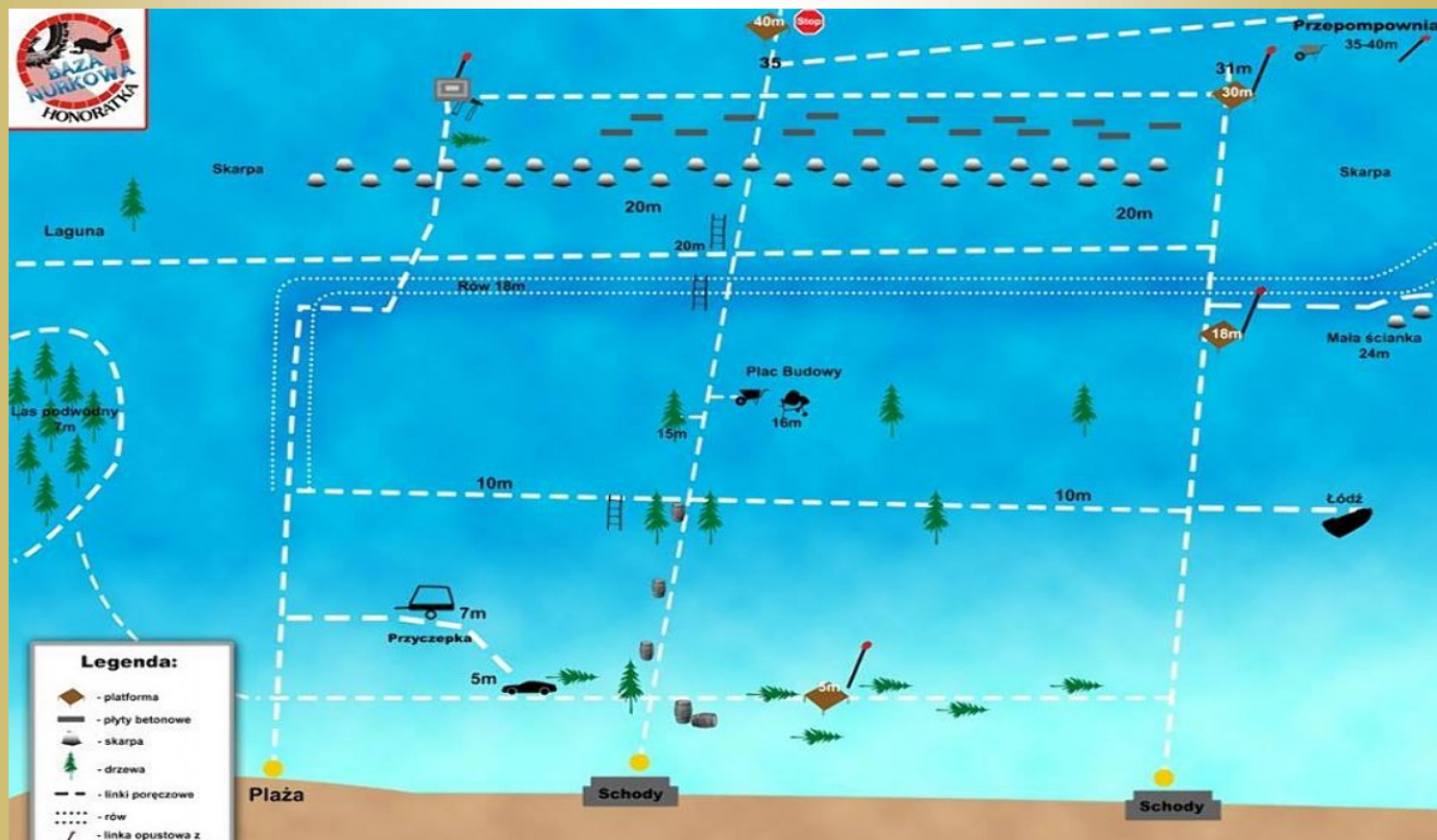
GÓRNIK NA DNI JEZIORA



Zbiornik wodny, który powstał w wyrobisku końcowym odkrywkę Pątnów, okazał się idealnym miejscem dla pływaczów. Co ich przyciąga? Przede wszystkim głęboka woda, która pozwala schodzić nawet na 40-50 m. Brak osadu dennego i ciemnego mułu

sprawia, że woda w jeziorze ma rzadko spotykaną przezroczystość. To jeden z niewielu zbiorników w Polsce, w którym na głębokości 30, a nawet 40 m, nie używa się oświetlenia sztucznego.

Dodatkową atrakcją jest ciekawe ukształtowanie terenu - pochyłości, skarpy, kaniony i rowy. Nurków przyciągają także pozostawione pod wodą płyty betonowe i żelazny złom, a także podwodny las.



Górnika na dnie jeziora

Jednak największym atutem zbiornika są pionowe ścianki węglowe i ilowe, usadowione na większych głębokościach. Takie obiekty można znaleźć zaledwie w kilku miejscach w Polsce.

Od kilku lat akwen eksplorują płetwonurkowie z Centrum Nurkowego DeepDiving, którzy wraz z zaprzyjaźnioną grupą kolegów wspólnym wysiłkiem założyli nad brzegiem Bazy Nurkowej Honoratka.

Dla celów szkoleniowych i rekreacyjnych zbudowali specjalny tor podwodny. – *W ciągu dwóch lat udało nam się ten początkowo pusty tor uzupełnić elementami nawiązującymi do przemysłowego klimatu kopalni* – mówi Paweł Przespolewski, zawodowy nurk i doświadczony instruktor. – *Zbiornik nadal kryje wiele tajemnic, ciągle odkrywamy coś nowego, np. potężne świdry, które leżą na przeszło 40 metrach. To są ogromne głębokości, stanowiące wielkie wyzwanie dla zwykłego płetwonurka rekreacyjnego. Na głębokości 40 m odkryliśmy także pionową ścianę, a wzdłuż niej ustawione głazy, na końcu leży tycha od ładowarki. Kawałek dalej są trzy potężne zbiorniki, z których pompowano wodę z odkrywki. Nazwaliśmy to miejsce przepompownią i pod tą nazwą funkcjonuje w Polsce. Chcemy to nanieść na mapę, oporęczować i udostępnić, może uda się to zrobić do końca roku. To będzie prawdziwy hit.*

Ostatnio do już istniejących atrakcji płetwonurkowie dodali jeszcze jedną – wrak statku. Ośmiometrowa jednostka o nazwie „Górnika” została zbudowana w latach 1960 i służyła głównie celom rekreacyjnym, pływając po Jeziorze Pątnowskim. Poprzedni właściciel statku twierdzi, że na pokładzie grywała kopalniana orkiestra. Nie udało nam się potwierdzić tej informacji, może ktoś z czytelników mógłby pomóc?

Po latach wysłużony „Górnika” trafił do prywatnej przystani w Morzysławiu, gdzie wypatrzyli go nurkowie i postanowili wykorzystać w swoim akwencie. Akcja transportu i zatapiania wraku została przeprowadzona pod koniec lutego, kiedy powierzchnia zbiornika jeszcze była pokryta lodem, co ułatwiło umieszczenie statku dokładnie w zaplanowanym miejscu. Nie było to łatwe, cienki lód trzeszczał i pękał, ale udało się. Stała konstrukcja „Górnika” spoczęła na głębokości 10 m, wzdłuż poręczówki prowadzącej do betonowej platformy, na tyle płytko, by była dostępna dla wszystkich płetwonurków.

eg
Fot. Baza Nurkowa Honoratka,
zdjęcia podwodne Krzysztof Kujawski



NASZ BIOLOGICZNY ZEGAR



Każdy człowiek ma swój biologiczny, indywidualny zegar. A właściwie jest jeszcze gorzej, bo mamy ich wiele. Inny ma wątroba, inny żołądek, jeszcze inny układ nerwowy itd. Wszystko byłoby w porządku, gdyby te nasze zegary działały w idealnych warunkach, w rytmie słońca i księżyca, tak jak wtedy, kiedy żył człowiek pierwotny. Niestety, cywilizacja sprawia, że nasz układ nerwowy czy hormonalny nie nadążają za wymaganiami, jakie sami przed nimi stawiamy. Jak definiuje internetowa encyklopedia biologiczny zegar to „*wewnętrzny oscylator, zespół sterowanych genami procesów biochemicznych zachodzących w komórkach i tkankach organizmu umożliwiający ciągły pomiar czasu, niezależnie od zmian w środowisku zewnętrznym*”. Spójrzmy jak ten biologiczny zegar bije (oczywiście, dla każdego będzie on nieco inny).

- **Godz. 6.00 - 9.00**

Kończy się produkcja hormonu snu - melatoniny - rośnie kortyzolu. To dobry moment na pobudkę. Tylko ryzyko zawału serca jest najwyższe. Ściany naczyń krwionośnych są sztywniejsze, a krew gęstsza, mamy o tej porze najwyższe dobowe ciśnienie krwi. U mężczyzn to szczyt poziomu testosteronu.

- **Godz. 9.00 - 12.00**

Mózg jest najbardziej pobudzony, to najlepszy moment dla pamięci krótkotrwałej. To też czas maksymalnego stężenia kortyzolu we krwi, co podkręca naszą czujność. W tych godzinach najlepiej wziąć się do najtrudniejszych zadań.

- **Godz. 12.00 - 15.00**

Czas biologicznej sjeisty. Wzrasta aktywność układu pokarmowego. A po jedzeniu następuje spadek koncentracji. Rośnie liczba wypadków drogowych (najbardziej koło godz. 14). Alkohol wypity w tych godzinach (np. do obiadu) usypia bardziej niż o jakiegokolwiek innej porze.

- **Godz. 15.00 - 18.00**

To czas najlepszej wydolności płuc i pracy układu krążenia. Mięśnie są o 6 proc. mocniejsze niż w najłabszym momencie doby. Temperatura ciała osiąga swoje dobowe maksimum. To najlepszy moment na aktywność fizyczną. W tych godzinach pada w sporcie wiele rekordów.

- **Godz. 18.00 - 21.00**

O godz. 21.00 jest już za późno na obfitą kolację. Najadanie się o tej porze może sprzyjać nie tylko otyłości, ale też cukrzycy. Z drugiej strony wątroba lepiej radzi sobie z rozkładaniem alkoholu. Nieźle działa myślenie intuicyjne. To dobry czas na randkę lub spotkanie.

- **Godz. 21.00 - 24.00**

To najlepsza pora na pójście spać. Całe ciało się do tego przygotowuje. Wzrasta produkcja melatoniny, co powoduje, że zaczynamy czuć się senni. Spada nieznacznie temperatura ciała. Sygnały są bardziej odczuwane o tej porze przez osoby, które należą do skowronków (budzą się wcześniej rano) niż do sów (budzą się później).

- **Godz. 24.00 - 03.00**

Zdecydowanie powinniśmy spać. Melatonina osiąga szczytowy poziom, do najniższego w ciągu doby spada poziom koncentracji uwagi. W trakcie snu mózg czyści się z toksyn i zbędnych produktów przemiany materii, konsoliduje przeżycia i wspomnienia z minionego dnia. W organizmie zachodzą zmiany hormonalne, nie pracuje układ pokarmowy.

- **Godz. 03.00 - 06.00**

Temperatura ciała spada do dobowego minimum. To czas najczęstszych poważnych ataków astmy. W tych godzinach rodzi się też w sposób naturalny najwięcej dzieci. Ciało naprawia drobne uszkodzenia, np. skóry. Poziom melatoniny wciąż jest wysoki, ale zaczyna stopniowo spadać.

Przypominam o tym zjawisku jakim jest zegar biologiczny człowieka nie bez powodu. Jesteśmy krótko po zmianie czasu z zimowego na letni. Ta minimalna - wydawałoby się - zmiana, dla naszego zegara stanowi kolosalne zamieszanie. Musimy podjąć takie działania, które pozwolą zsynchronizować nasze zachowania z zegarem. Znając zasady działania naszej „czasowej maszyny” lepiej będziemy mogli dopasować swój plan dnia do poszczególnych jego faz, etapów wyznaczonych przez zegar. /rs/

* Korzystałem z wyborcza.pl/tylko zdrowie z 24 marca 2017 r., nr 12 (152)

Aromat kwiatów pozwala zapomnieć o ciemnych stonach życia, potrafi przenieść w krainę marzeń. Pięknie pachnąca roślina może więc sprzyjać domowemu szczęściu. A zatem szczęście ma zapach? Może? Cóż nam szkodzi poznać ten sekret? Wybierzmy się w – w ten świąteczny czas – do świata jaśminów, gardeni, eucharisów oleandrów i innych zwiastunów wiosny.

Wielkanoc pachnąca kwiatami

Kiedy zima dobiega końca i Słońce coraz intensywniej ogrzewa otaczający nas świat, rozpoczyna się nowy okres. Wiosenne tchnienie budzi skryte w ziemi piękności świata roślin, które już pod koniec lutego ukazują nam swoje świeże oblicze (nooo, może w tym roku nie było aż tak entuzjastycznie ze względu na długą i ponurą, bezsłoneczną zimę). Teraz nie ma już jednak miejsca na nudę i monotoność. Rozpoczyna się coroczny festiwal wiosennego, barwnego kwitnienia.

Jednym z najwcześniejszych zwiastunów wiosny jest ranik zimowy. Ta niewielka bylina ukazuje się już w lutym. Jej słoneczna barwa rozjaśnia ponure zakątki. Z czasem, przy zapewnieniu odpowiednich warunków, tworzy obszerne łany, które podkreślą wiosenną wyrazistość. Ranniki uwielbiają powierzchnie pod krzewami i drzewami liściastymi.

Kolejny zwiastun wiosny to przebiśnieg. Któż nie zna tych delikatnych kwiatów, witających nas każdego roku, zanim zima powie swoje ostatnie słowo. Nie strasze im nawroty zimna, doskonale dają sobie radę w okresie przedwiośnia. Już od lutego, nim śnieg zniknie z ogrodów, działek, parków, ujawniają się, zachęcane słonecznym ciepłem. Możemy spotkać wiele odmian tych niewielkich kwiatów, ale wciąż królują tradycyjne przebiśniegi zwane śnieżyczkami, a dawniej nawet „białymi bulwiastymi fiołkami”. Należy pamiętać, że jest to roślina chroniona, naturalnie występująca przede wszystkim w centralnej i południowej Europie.

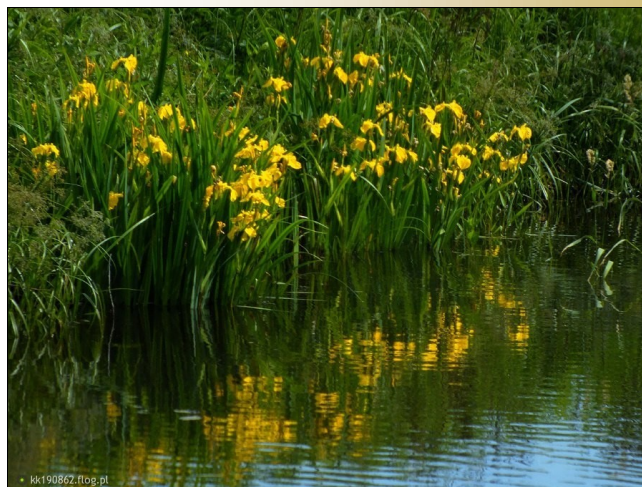


Inne pachnące piękności, zawilce greckie, to barwne akcenty każdej wiosny, które upiększą półcieniste zakątki w ogrodzie i sprawdzą się na północnej części skalniaka. Jest to niewielka roślina należąca do rodziny jaskrowatych osiągnąca zaledwie do 15 cm wysokości. Ma bardzo ładne, barwne kwiaty o gwiazdkście ułożonych języczkowatych płatkach. Występuje w barwie białej, niebieskiej, czerwonej i różowej, tak więc daje wiele możliwości kompozycyjnych.

Należy pamiętać, że intensywnie się rozrasta tworząc zwarte kobierce sam raz na zagospodarowanie powierzchni pod drzewami i krzewami.

Wczesnym kwitnieniem charakteryzuje się również kosaciec żółkowy, który już w lutym potrafi ukazać swoje fioletowo niebieskie kwiaty. Nadaje się do ogrodów skalnych, gdzie sadzony jest między roślinami zadarniającymi.

Lubi ciepłe, piaszczyste stanowiska, chronimy go przed silnym mrozem, na który jest wrażliwy. Nie sposób nie wspomnieć o żółto kwitnącym kosaćcu Danforda, który ma podobne wymagania jak kosaciec żółkowy.



Oczywistym jest, że jednymi z najbardziej znanych kwiatów, bez których wiosna nie byłaby już taka sama są krokusy. Krokusy to rośliny cebulowe, które w marcu królują w większości ogrodów. Obecnie mamy całą masę odmian, dzięki czemu możemy cieszyć się zróżnicowanymi kolorami od purpurowych, przez fioletowe, niebieskie, żółte, po białe.

Nie są to rośliny wymagające, możemy nimi obsadzić wiele miejsc w ogrodzie, od rabat, przez kwietniki, klomby, skalniaki, aż po pojemniki. Bardzo łatwo się rozmnażają i z czasem tworzą piękne łany, co jest często wykorzystywane w tworzeniu krokusowego trawnika. Efekt takiego rozwiązania jest fantastyczny.

Nie zapominajmy również o drobnej, niebieskofioletowej bylinie, na którą można natrafić wczesną wiosną w naszych lasach. Oczywiście chodzi o przylaszczkę, która



KONTAKT RODZINNY



okresie dominują rośliny cebulowe to w późniejszym zaczynają dominować trwałe byliny, które po okresie zimowego spoczynku znów się odradzają i zaczynają wieść prym. Tulipany zawsze należały do tych roślin cebulowych, które dominowały w wiosennych ogrodach. Do dyspozycji mamy całą masę gatunków i odmian, dzięki czemu te rośliny nigdy się nie znudzą. I jeszcze jedna, bardzo ciekawa bylin - sasanka zwyczaj-

również na różowo, biało i czerwono. Sasanki znakomicie zaprezentują się na ciepłych i słonecznych skalniakach. Kwitną już w kwietniu, a po przekwitnięciu zachwycają owocnikami pokrytymi włoskami.

Wiosna to okres, kiedy przyroda budzi się do życia, czas radości i eksplozji barw. Ogrody pięknieją z dnia na dzień, pokrywając się barwnymi kwiatami. W tym czasie niewielkie rośliny są podstawą dekoracyjności ogrodu. Póki większość drzew i krzewów całkowicie się rozwinie, jest to ich czas. Chcąc, aby wiosna była jeszcze bardziej atrakcyjna, starajmy się poznać ich zapachy i piękno. Ich własny świat.

Rys.

Korzystałem ze strony:

www.swiatkwiatow.pl/poradnik-ogrodniczy/kwiaty-wiosenne

doczekała się form odmianowych, które możemy wykorzystać w ogrodzie, gdyż przylaszczka w swoim naturalnym środowisku jest pod ścisłą ochroną.

Wraz z postępem wiosny, budzą się nowe rośliny, jako że w początkowym

na. W naturalnym środowisku jest chroniona. Niewysoka, sięgająca do 20 cm, a jej dekoracyjność wynika przede wszystkim z dużych, dzwonkowatych, niebieskofioletowych kwiatów. Można się spotkać z odmianami kwitnącymi

*Ciepłych i udanych Świąt Wielkanocnych
oraz wszelkiej pomyślności
i radości w życiu zawodowym i prywatnym
życzą*

Zarząd MNSZZ „Pracowników Energetyki” ZE PAK S.A.

Zarząd Międzyzakładowego
Związku Zawodowego Pracowników Ruchu Ciągłego ZE PAK S.A.

Zarząd Międzyzakładowej Organizacji Związkowej
NSZZ Solidarność Grupy Kapitałowej ZE PAK S.A.

Komisja Międzyzakładowa
KNSZZ Solidarność 80
ZE PAK S.A. i Spółek Zależnych

Zarząd Związku Zawodowego Pracowników
Systemów Zmianowych Ruchu Ciągłego

Zarząd Międzyzakładowego
Związku Zawodowego Pracowników Zmianowych
w ZE PAK S.A.

Rada Pracowników



Czy da się zjeść dziesięć porcji warzyw i owoców dziennie? Tyle zalecają dietetycy i naukowcy. Tyle też – jak twierdzą ci ostatni – zmniejsza znacząco ryzyko zachorowania na raka i choroby serca. Tylko jak sobie z tym poradzić?...

Podobno jedzenie dziesięciu porcji warzyw i owoców dziennie może zapobiec 7,8 mln przedwczesnych zgonów rocznie.

Po analizie dużej ilości badań (programowi poddano 2 mln osób) okazało się, że niższe ryzyko rozwoju raka było związane z jedzeniem zielonych warzyw, np. szpinaku czy zielonej fasolki, żółtych - np. papryki, marchwi oraz warzyw kapustnych - np. kalafiora, kapusty, brokułów. Z kolei zmniejszenie ryzyka rozwoju chorób serca i udarów mózgu miało związek zjedzeniem jabłek, gruszek, owoców cytrusowych, sałatek, zielonych warzyw liściastych, np. sałaty, szpinaku, cykorii, i znowu - warzyw kapustnych.

Badania wykazały także, że w porównaniu z osobami niejedzącymi w ogóle warzyw i owoców nawet 200 g tych produktów zmniejsza ryzyko chorób serca o 16 proc., ryzyko udaru o 18 proc., chorób układu sercowo-naczyniowego o 13 proc., a raka o 4 proc. W sumie 15 proc. zmniejsza ryzyko przedwczesnej śmierci.

A jeśli zjemy 800 g owoców i warzyw? Prognozy są jeszcze lepsze. Taka ilość warzyw i owoców aż o 24 proc. zmniejsza ryzyko chorób serca, o 33 proc. ryzyko udaru, o 28 proc. ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, o 13 proc. ryzyko wystąpienia raka, a przedwczesnych zgonów o jedną trzecią. To są już wartości, które robią wrażenie. Pamiętać jednak należy, że najkorzystniejsza proporcja warzyw do owoców to 3:1, czyli np. 600 g warzyw 200 g owoców dziennie.

I jeszcze o jednej zależności należy pamiętać - w przypadku warzyw i owoców ważna jest też częstotliwość ich jedzenia. Znacznie korzystniejsze jest podjadanie małych porcji niż spożywanie dużych ilości naraz, bo wtedy zawarte w warzywach i owocach związki czynne będą dostarczane organizmowi stale. Zaleca się też różnorodność - np. jeden pomidor, pół ogórka, mandarynka, garść malin (patrz wyżej), 10 dag kiszonej kapusty, łyżka fasoli.

Spyta ktoś - po co nam te wszystkie badania, obliczenia, cyferki? Otóż po to, żebyśmy coraz dokładniej mogli obliczyć długość naszego życia w zdrowiu.

Oczywiście, liczą się jeszcze inne czynniki, jak choćby geny, zanieczyszczenie środowiska, uprawianie ruchu itd. Jednak fakt, że owoce i warzywa obniżają poziom cholesterolu, ciśnienie krwi, a także wzmacniają kondycję naszych naczyń krwionośnych i układu odpornościowego,

Na przykładowe dziesięć porcji warzyw i owoców może składać się:

- * jedno jabłko
- * jedna gruszka
- * pół grejfruta
- * osiem różyczek kalafiora
- * jedna szklanka soku pomarańczowego
- * trzy łyżki mrozonego groszku
- * dwie różyczki brokuła
- * jeden mały banan

Kontakt rodzinny

bez-
sprzecznie mocno wpływa na wydłużanie się ludzkiego życia.

Według ostatnich dostępnych danych Eurostatu za 2011 rok w Polsce średnia długość życia w zdrowiu dla mężczyzn wynosi 59,1 lat, a dla kobiet - 63,3 lata. Według tych danych przeciętny Europejczyk od momentu narodzin mógł przeżyć w zdrowiu 61,8 lat, a Europejka - 62,2 lat (średnia dla całej UE).

Europejskim liderem, jeśli chodzi o długość zdrowego życia mężczyzn, jest Szwecja. Przeciętny Szwed może cieszyć się aż 71,1 latami życia bez zdrowotnych ograniczeń. Na drugim miejscu znajduje się Malta (70,3 lat), a na trzecim i czwartym - Norwegia (69,9 lat) i Islandia (69,89 lat). Z kolei najmniej lat zdrowego życia mają przed sobą mieszkańcy Słowacji. Mężczyźni żyją tu w zdrowiu średnio 52,1 lat. Kolejne pozycje zajmują Łotwa (53,7 lat) oraz Słowenia (54 lata).

W przypadku kobiet, najdłuższym życiem w zdrowiu mogą poszczycić się mieszkanki Malty (70,7 lat) i Szwecji (70,2 lata) oraz Norwegii (70 lat). Na drugim biegunie znajduje się Słowacja (52,7 lat), Słowenia (53,8 lat) oraz Łotwa (56,7 lat).

Jak już wspomniano - Stan zdrowia jest uzależniony nie tylko od czynników genetycznych, środowiskowych, uwarunkowań kulturowych czy też statusu socjoekonomicznego ale także od stopnia rozwoju opieki medycznej w danym kraju. Niestety, jak wynika z badań Eurostatu, Polska znajduje się wśród państw, w których opieka zdrowotna ma dużo do życzenia.

Wróćmy jednak do owoców i warzyw, bo to one są bohaterem tego świątecznego felietonu.

My w Polsce mamy duży problem z tym, żeby jeść pięć porcji tych produktów, tak jak to dziś zaleca Światowa Organizacja Zdrowia. Żeby sprostać zaleceniom, musielibyśmy zabierać ze sobą jedzenie do pracy/przygotowywać sobie przekąski. Najczęściej jednak w ciągu dnia jemy to, co wypadnie nam w ręce.

Jak zmienić swoje nawyki żywieniowe?

Najlepiej robić to stopniowo - każdego dnia starać się zjeść trochę więcej niż zwykle; szczególnie warzyw. Po pewnym czasie zazwyczaj poprawia się samopoczucie.

Warto się też zdecydować na dwa lub choćby jeden dzień wolny od mięsa w tygodniu i zamienić je np. na warzywne lecz, najlepiej z roślinami strączkowymi: fasolą, ciecierzycą, soczewicą.

I już zupełnie na zakończenie uświadomić sobie trzeba, że mówiąc o pięciu czy dziesięciu porcjach warzyw i owoców mówimy o ilościach maksymalnych, optymalnych. Ale przecież nie musimy takich ilości codziennie zjadać. Liczy się bowiem każda ilość. I dążenie do perfekcji. Inwestowanie w zdrowie, a jedzenie warzyw i owoców to jest właśnie to, powinno być jednym z priorytetów współczesnego człowieka. /rs/



Kurs Żeglarski

w sezonie nawigacyjnym 2017

Kurs weekendowy

Zajęcia odbywać się będą weekendowo na przystani w Gosławicach w godzinach od 9⁰⁰ do 19⁰⁰ w okresie od 06.05.2017 do 15.06.2017

Pierwsze zajęcia organizacyjne 06.05.2017 o godzinie 9⁰⁰

Opłaty:

- 600 zł młodzież ucząca się

- 850 zł dorośli

Wymagania:

- ukończone 14 lat (po niżej 18 roku życia wymagana zgoda rodziców)

Program kursu jest zgodny z programem szkolenia PZŻ

Każdy uczestnik na koniec kursu może przystąpić do egzaminu wewnętrznego KŻ Energetyk

Uwaga kurs przygotowuje do przystąpienia do egzaminu na patent PZŻ, jednak nie kończy się takowym egzaminem

Po kursie istnieje możliwość przystąpienia do egzaminu PZŻ

Więcej informacji i zapisy:

M.Hetke Nr. Tel 691-500-595 lub 600-908-106

e-mail: maciej.hetke@gmail.com / machet@wp.pl

www.zeglarstwo.elpix.com.pl

KIERMASZ

Zachęcam do ogłaszania się w tej rubryce. Zwłaszcza, że jest bezpłatna, a procedura bardzo prosta. Wystarczy wykroić mój numer telefonu w Elektrowni Pątnów – 32 58 lub napisać e-maila, określić cechy przedmiotu, który chcemy odstąpić (lub nabyć), podać dane kontaktowe i czekać. My wydrukujemy Państwa propozycje i być może uda się tą drogą coś interesującego kupić lub sprzedać. Jesteśmy do Państwa dyspozycji!

32 58

lub slowinski.ryszard@zepak.com.pl

Pijany mąż wraca późną nocą do domu. Otwiera drzwi i widzi, że żona stoi z wałkiem i do tego teściowa z patelnią. Niezrażony mówi:
- Idźcie spać, baby, nie jestem głodny!

Przychodzi Mariolka do super marketu.

- Chciałam złożyć reklamację.
- Tak....?
- Kupiłam u was deskę do krojenia.
- I co się z nią stało?
- No, (?)..... nie kroi!

Kanar sprawdza bilety w autobusie. W końcu dociera do pasażera drzemącego na tyle i puka go w ramię:

-Bilecik proszę!
Pasażer otwiera zaspane oczy. Marszczy brwi i odpowiada z niechęcią:
Człowieku... Kierowca sprzedaje.

Gajowemu ktoś kradł w lesie choinki. Nie wiedział jak sobie z problemem poradzić, więc wezwał młodego asystenta i kazał mu schować się i obserwować kto kradnie drzewka. Młody poszedł, schował się, obserwuje i...i faktycznie, ktoś kradnie choinki! Rąbią i tną aż furczy! Wraca młody do gajowego i mówi:
- Kradną!
- Ale kto kradnie—pyta gajowy.
- Nie wiem—jacyś Hiszpanie czy Meksykanie?...
- Skąd wiesz, że Hiszpanie?
- Podśledzałem ich rozmowę:
- „Konczita ?”
- „Jeszcze tekilka”

Hasło poprzedniej krzyżówki „Kontakt” brzmiało: „OSZCZĘDZAJMY WODĘ”. Do redakcji nie wpłynęły prawidłowe rozwiązania.

Przed Państwem kolejna porcja rozrywk. Po rozwiązaniu krzyżówki, w zaznaczonych polach powstanie hasło. Żeby wziąć udział w losowaniu należy podać hasło telefonicznie (tel. 32-58 w Elektrowni Pątnów) lub przesłać na adres slowinski.ryszard@zepak.com.pl. Życzę udanej zabawy.

Poziomo: 1) pododdział wojska; 5) stopniowanie; 9) jeden z częściej stosowanych żagli; 10) najniższa i najcieńsza warstwa atmosfery; 11) też z rodziny kapustowatych; 14) potomstwo uparciucha; 17) reszta drzewa lub... zęba; 18) odttrutka; 19) np. apelacji lub powództwa; 21) ...Podlaska; 23) procesy rozpuszczania skał przez wody powierzchniowe i podziemne; 25) stolica Uzbekistanu; 28) śmieszna zagadka; 29) gapa, średniej wielkości, czarny ptak; 30) nadanie imienia, mianowanie; 31) ogromny dusiciel; Pionowo: 1) zawiązana z wstążki; 2) występuje w procesie cywilnym; 3) dwie w naszym organizmie; 4) np. partyjny; 5) Inspektor od danych osobowych—w skrócie; 6) dojście, możliwość kontaktu; 7) ból, przykre i negatywne wrażenie; 8) Tomasz..., polski bokser; 12) mp4, mp3 lub DVD; 13) respekt, szacunek; 15) popularne poznańskie rondo (przy wjeździe od strony Konina); 16) buziak, całus; 20) państwo nadbałtyckie, członek Unii Europejskiej; 21) miasto powiatowe w Zagłębiu Dąbrowskim, nad Czarną Przemszą; 22) ogół składników majątku przedsiębiorstwa; 24) do jazdy po śniegu; 25) może być przejazdu, może być koncertowa; 26) Dorota..., aktorka; 27) duże miasto na Litwie;

HOROSKOP BYK 21.04 - 21.05



Miłość

W stałych związkach zmiany na lepsze. Przystaniecie drzeć koty o drobiazgi, zaczniecie za to doceniać gesty dobrej woli. Jednakże te związki, które od dłuższego czasu zmagają się z kryzysem, na wiosnę czeka ostateczny rozpad.

W zgodnych parach jedynym kryzysem momentem okaże się kwadratura Słońca z Uranem (19-23 lipca). Trudno

będzie wam wtedy zapanować nad złością i może polecieć kilka talerzy. Ale w łóżku bez trudu znajdziecie sposób na pojednanie. Uwagę płci przeciwnej najsilniej przyciągać będziecie w czasie przejścia Wenus przez znak Skorpiona (7-30 listopada).

Finanse

Już od początku wiosny staniesz się wybrańcem Fortuny. Pieniądze same zaczną się pchać do twojego portfela. Gdy między 16 a 21 lipca Wenus utworzy trygon z Jowiszem, zadziwisz otoczenie swoim szerokim gestem. Szczególnie w dniach 6-11 października powinienes wykazać się dalekowzrocznością. Wenus w kwadraturze z Saturnem może cię bowiem skłonić do wzięcia kredytu, który stanie się dla ciebie dużym obciążeniem finansowym. Zastanów się poważnie.

Kariera

W pracy poczujesz się jak w domu, a w swoim zespole jak w rodzinie. I choć – jak to wśród bliskich sobie ludzi – od czasu do czasu zdarzać się będą spięcia i zgrzyty – docenisz to, że tworzycie zgrany team.

Zdrowie

Po 10 marca, gdy Mars zasili cię swą energią, poczujesz, że żyjesz. Nabierzesz ochoty na aktywność fizyczną, częściej zechcesz wychodzić z domu i wcale nie do kiosku po papierosy. Zresztą te warto w końcu rzucić, jeśli palisz. Ale też możesz się pozbyć innych nałogów, w czym pomoże ci Mars w trygonie z Plutonom (4-9 kwietnia). Wszelkie operacje najlepiej przeprowadzić w czasie, gdy Mars będzie w znaku Panny, między 5 września a 22 października.

Uczeń do kolegi:

- Wyobraź sobie, że jesteś w Afryce. Co byś wołał: żeby zaatakował Cię lew, czy goryl?
- Wolałbym, żeby lew zaatakował goryla...

- Jaki był wynik meczu? - pyta policjant drugiego policjanta.
- 2 : 0.
- Kto strzelił pierwszego gola?
- Lewandowski!
- A drugiego?
- Replay!

KRZYŻÓWKA FIRMOWA

