

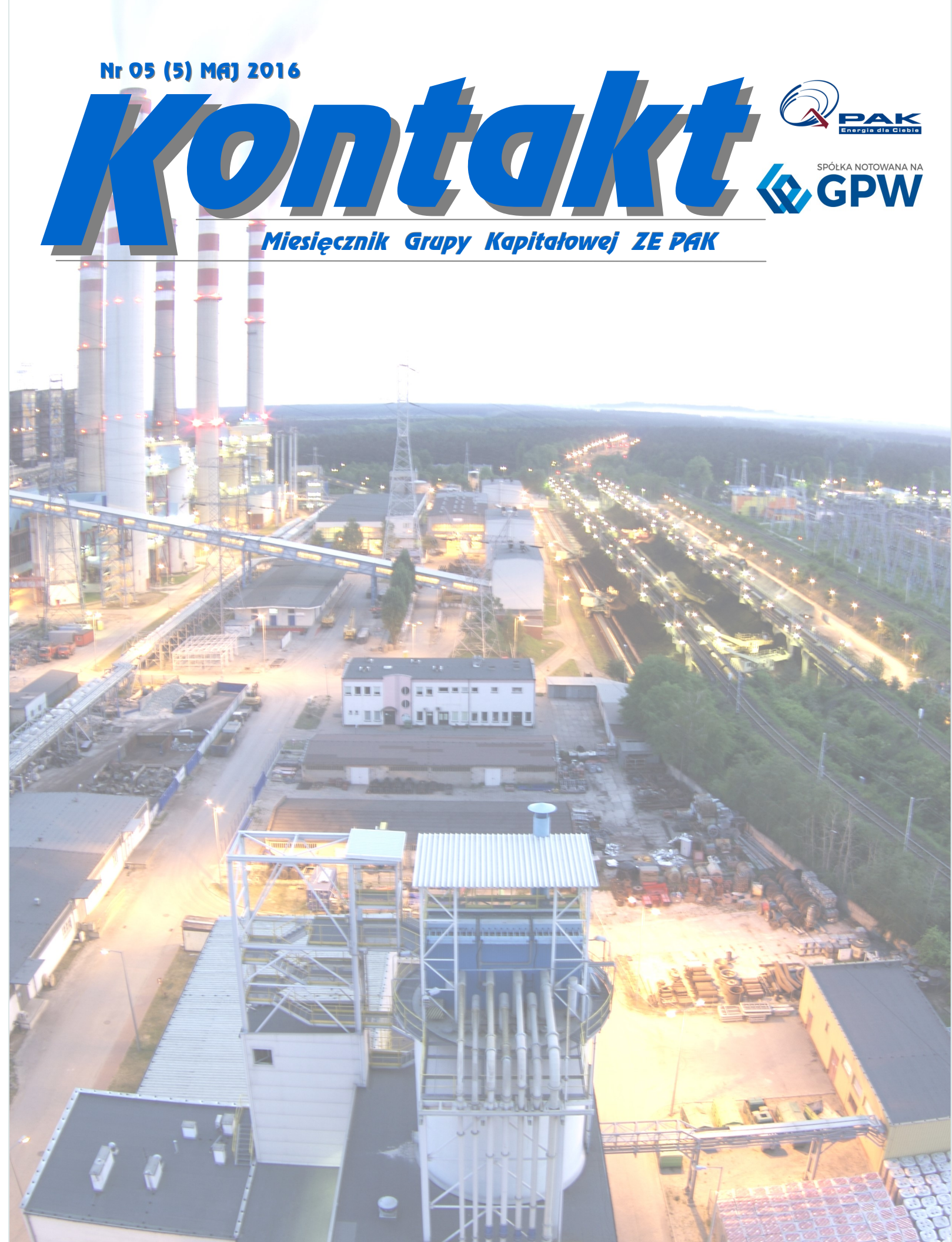
Nr 05 (5) MAJ 2016

Kontakt



SPÓŁKA NOTOWANA NA
GPW

Miesięcznik Grupy Kapitałowej ZE PAK



RYNEK MOCY

Prawie gotowy jest już pakiet rozwiązań, które mogą zostać wpisane do ustawy wprowadzającej w Polsce rynek mocy. Ze strony rządu pracami nad ustawą kieruje Piotr Naimski, pełnomocnik Rządu do spraw strategicznej infrastruktury energetycznej. Będzie to najprawdopodobniej ustawa poselska, która musi być notyfikowana do Komisji Europejskiej. Wzorem, którym kierują się autorzy polskiego rozwiązania, jest zatwierdzony przez Brukselę model brytyjski, w którym żaden wytwórca nie może być preferowany ze względu na technologię czy wiek elektrowni.

Funkcjonujący obok rynku energii rynek mocy to mechanizm, polegający na wynagradzaniu wytwórców nie za wytworzoną i sprzedaną energię, ale za gotowość do zapewnienia w danej chwili określonej mocy, czyli np. utrzymywanie bloków energetycznych w gotowości do pracy. Pierwsi, w ramach reformy rynku energetycznego, wprowadzili go Brytyjczycy, by przeciwdziałać spadkowi rezerw mocy. Mechanizm ma też pobudzić inwestycje w moce wytwórcze.



11 maja br. br. najbardziej „gorącymi” problemami polskiej energetyki opartej na węglu zajmował się Parlamentarny Zespół ds. Energetyki. Na jego pierwsze spotkanie zaproszony został prof. Marek Ściążko, zajmujący się nowymi technologiami zastosowania węgla, oraz prof. Waldemar Kamrat, specjalista ds. energetyki kompleksowej, który przedstawił problemy związane z inwestowaniem w energetykę opartą na węglu. W ramach studium przypadku wytypowany został Zespół Elektrowni Pątnów-Adamów-Konin SA, reprezentowany na posiedzeniu przez Wiceprezesa Zarządu Tomasza Zadrogę i Waldemara Lisiaka, dyrektora ds. Rozwoju ZE PAK SA.

- Wstęp do dyskusji o inwestowaniu w energetykę węglową wygłosił Stanisław Tokarski, prezes zarządu Towarzystwa Gospodarczego Polskie Elektrownie, którego jesteśmy członkiem - informuje o przebiegu spotkania Waldemar Lisiak. **- Prezes Tokarski wyjaśnił, że na problemy w tym zakresie składa się nie tylko brak rynku mocy, ale również takie czynniki jak kwestie klimatyczne oraz nieprzychylny stosunek Unii Europejskiej do węgla jako paliwa energetycznego. Osobnym problemem jest też zaostanie norm emisyjnych w odstępach kilkuletnich.**

Z informacji przedstawionej przez prof. Waldemara Kamrata wynika, że inwestowanie w bloki energetyczne opalane węglem cechuje się znacznym stopniem ryzyka, natomiast nakłady inwestycyjne należą do najniższych w porównaniu do innych technologii, jeżeli uwzględni się produktywność energii elektrycznej.

A jak jest w rzeczywistości? Jakie wnioski wynikają ze studium przypadku?

- Jeszcze w 2012 roku w ZE PAK SA zanotowaliśmy około 400 mln zł zysku - tłumaczy dyrektor Lisiak. **W kolejnych latach zysk spa-**

dał. Gdyby pominąć odpis aktualizujący wartość aktywów w 2015 roku, osiągnąłby około 50 mln zł. Gwałtownie spadły nasze zdolności do finansowania inwestycji. Kurczą się również powoli możliwości inwestycyjne spółek energetycznych posiadających i wytwarzanie, i dystrybucję. My musimy inwestować, żeby utrzymać nasze zdolności produkcyjne. Albo godzimy się na to, że będziemy mieli coraz mniej bloków do dyspozycji, coraz mniej mocy, będą rosły koszty jednostkowe, a zatem będziemy coraz mniej konkurencyjni - wyjaśnia dyrektor Waldemar Lisiak. **W tej sytuacji można się nawet spodziewać kłopotów z eksploatacją najcenniejszej jednostki jakim jest blok energetyczny w Elektrowni Pątnów II.**

Dyrektor Lisiak podkreśla fakt, iż mimo zachęt w postaci darmowej emisji CO₂, nie jesteśmy w stanie inwestować np. w modernizację bloków 3 i 4 w Pątnowie czy bloki gazowe w Koninie i Adamowie dlatego, że w najbliższej przyszłości będziemy produkować, jako cała energetyka konwencjonalna, coraz mniej i tym samym coraz mniej zarabiać na rynku energii. Wynika to z priorytetowego traktowania energii z OZE oraz importu energii elektrycznej z zagranicy (głównie ze Szwecji, ale należy spodziewać się także importu z Niemiec czy z Ukrainy). Im więcej energii wpływać będzie do Polski z zewnątrz, im więcej będą produkować nasi autoproducenti, prosumenci czy wytwórcy z OZE, tym bardziej wypierana będzie produkcja energii z elektrowni systemowych. Ale trzeba zaznaczyć, że moc płynąca z OZE, z wiatraków, ze słońca, a nawet z zagranicy, nie zawsze jest. A odbiorcom chodzi o to, żeby moc była dostępna zawsze, w każdej chwili.

Parlamentarny Zespół ds. Energetyki będzie ważnym ogniwem w procesie legislacyjnym, który ma wprowadzić odpowiednie mechanizmy zapewniające ekonomiczne podstawy funkcjonowania takim elektrowniom jak nasze.

- To co starałem się przekazać posłom i senatorom to to, jaka jest rola elektrowni systemowych. To, że one powinny być w gotowości i kiedy zaczyna energii brakować, tzn. kiedy odbiorca energii potrzebuje, a nie ma jej z innych źródeł, zadaniem elektrowni systemowych jest tę energię dostarczyć, zrównoważyć popyt z podażą. Chodzi o zapewnienie ciągłości zasilania odbiorców, czyli żeby nie było przerwy lub ograniczeń w dostawie energii - tłumaczy dyrektor Lisiak.

Warto w tym miejscu odpowiedzieć na kilka pytań. Otóż co się dzieje kiedy odbiorcy nie dostają energii, której potrzebują? Ponoszą straty. Nikt im tego nie wynagradza. Co zatem robią? Budują swoje własne, rezerwowe źródła zasilania. W domku jednorodzinnym to będzie nieduży agregat prądotwórczy. W dużej firmie będzie to już o wiele większe źródło zasilania. To jest najdroższe z możliwych rozwiązań. I z pewnością nie wszyscy odbiorcy będą w mogli się w ten sposób zabezpieczyć.

- Szukamy takich rozwiązań, żeby taka elektrownia jak Pątnów mogła być zmodernizowana do końca i była gotowa do produkcji. Jeżeli energia z niej nie będzie potrzebna przez cały rok to będzie mniej wytwarzała, mniej spalała węgla, mniej emitowała CO₂ i innych zanieczyszczeń. Ale będzie istniała. I będzie mogła wyprodukować tyle energii, żeby system był bezpieczny. I za to trzeba zapłacić. Nie za to, że produkujemy energię konkurując z wiatrakami czy z energią z importu. A dzisiaj tak właśnie jest - wyjaśnia dyrektor Waldemar Lisiak. **Dlatego, że rynek energii jest ułomny. Jest świetnym narzędziem, aby odbiorca otrzymał energię po najniższych cenach. Tylko że odbiorca nie zaakceptuje tego, że będzie z niej korzystał wtedy, gdy energetyka ją dostarcza, a jak nie dostarczy to ma czekać. Ciągłość dostaw energii ma dla większości bardzo wymierną wartość, a niektórzy wręcz nie mogą z niej zrezygnować. To jest właśnie nasz produkt, który chcemy sprzedać na drugim rynku – rynku mocy. A za energię, którą wyprodukujemy, wystarczy zwrócić koszty zmienne** - dodaje.

Komisja Europejska wytypowała kilka państw aby sprawdzić w jaki sposób te mechanizmy mocowe funkcjonują w różnych otoczeniach. Następnie KE opublikowała bardzo krytyczny raport, w którym wykłnęła wady zastosowanych rozwiązań, również tych w Polsce i we Francji, która wprowadziła zdecentralizowany rynek mocy, ale go nie notyfikowała.

Dokończenie na str. 3

RYNEK MOCY

W gronie badanych państw nie było Wielkiej Brytanii, ponieważ przeszła ona proces notyfikacji wcześniej. Czyli Komisja Europejska zaakceptowała rozwiązanie rynku mocy, które Wielka Brytania zaproponowała. Z tego można wnioskować, że ten rynek jest w większym stopniu popierany i uważany za spełniający wymagania.

- Powinniśmy jednak odróżnić koncepcję funkcjonowania samego rynku od celów i otoczenia, w jakim ten rynek ma funkcjonować. Wielka Brytania wprowadzała rynek mocy uznając, że rynek mocy jest im niezbędny do tego, żeby przejść do gospodarki i energetyki niskoemisyjnej, żeby przez określony czas funkcjonowało wsparcie dla elektrowni konwencjonalnych - wyjaśnia dyrektor Lisiak.

W Polsce przez wiele lat zabiegaliśmy o stworzenie mechani-

zmów mocowych, które wynagradzałyby energetyków za funkcję, jaką pełnią w systemie. Było wiele inicjatyw w tym zakresie, łącznie z opracowaniem przygotowanym przez sektor energetyczny.

Obecna ekipa rządowa poważnie potraktowała ten projekt i zapewnia, że wdroży go w maksymalnie krótkim czasie. W takiej sytuacji dla energetyków ważne staje się już nie tylko samo wdrożenie rynku mocy, ale to, w jakim otoczeniu będzie on funkcjonował, jak będzie dopasowany do wymagań Komisji Europejskiej, jak będzie współgrał z regionalnym rynkiem energii, którego reguły ogłoszone zostaną przez KE pod koniec tego roku. Inaczej mówiąc - energetycy będą w najbliższym czasie bacznie przyglądali się, czy mechanizmy wdrażanych rozwiązań sprawdzą się i pozwolą na osiągnięcie oczekiwanych celów. A my w „Kontaktach” do rynku mocy z pewnością będziemy jeszcze wracać.

*Na podst. rozmowy z Waldemarem Lisiakiem, dyrektorem ds. Rozwoju ZE PAK SA
opr. R. Słowiński*

Jest lepiej

Znacznie wzrosły notowania Zespołu Elektrowni Pątnów-Adamów-Konin SA po ogłoszeniu kwartalnych wyników Grupy ZE PAK. Dobre wyniki osiągnięto dzięki większemu wolumenowi produkcji własnej oraz działaniom zmierzającym do poprawy efektywności w zakresie kosztów bieżącej działalności.

Fakt osiągnięcia dobrych wyników przez ZE PAK skrzętnie odnotowała prasa. „ZE PAK ma szansę na dalszą poprawę” pisał 17 maja br. Puls Biznesu, „Wyniki zachęciły do kupowania” - Parkiet, „Wzrost zysku netto ZE PAK o 117,6 proc!”, „ZE PAK liderem wzrostów na giełdzie” - WNP.pl. To tylko niektóre tytuły artykułów. Poniżej prezentujemy szczegóły i zdjęcia ze spotkania z analitykami, które 16 maja br. odbyło się w Warszawie.



W I kwartale 2016 roku produkcja energii elektrycznej Grupie ZE PAK wyniosła 2,48 TWh i była wyższa o 6,0% w stosunku do analogicznego okresu roku poprzedniego. Mimo to jednak przychody ze sprzedaży spadły o 9,9%, co spowodowane było znaczącym zmniejszeniem wolumenu energii z obrotu (0,90 TWh, spadek o 27,4%) oraz spadkiem osiągniętej ceny sprzedaży (o 1,3%). Średnia cena sprzedaży energii w I kwartale 2016 roku ukształtowała się na poziomie 174,21 złotych/MWh.

Grupa zanotowała zysk netto w wysokości 75 mln złotych, co oznacza wzrost o 120,6% wobec I kwartału 2015

roku. Z kolei zysk operacyjny grupy wyniósł 114,4 mln zł wobec 37,8 mln zł rok wcześniej (tu spodziewano się wyniku na poziomie około 48,5 mln zł).

Grupa odnotowała poprawę wyniku na poziomie EBITDA o 34,6% w stosunku do analogicznego okresu roku 2015.

Aleksander Grad, prezes ZE PAK S.A.: Czynniki wspierającymi poprawę wyniku w dużej mierze były: większy wolumen produkcji własnej, działania zmierzające do poprawy efektywności w zakresie kosztów bieżącej działalności, w tym kosztów utrzymania majątku produkcyjnego, jak i niższe koszty zakupu paliwa. W Grupie podejmowane są dalsze działania ograniczające koszty w ramach przygotowywanego programu poprawy efektywności. Dodatkowym czynnikiem wspierającym wzrost zysku netto zanotowanego w I kwartale 2016 roku była niższa o 31 mln złotych amortyzacja, wynikająca z niższej wartości majątku po odpisie aktualizującym dokonanym na koniec 2015 roku.

Zmiany w rekomendacjach spółek energetycznych z raportu DM PKO BP z 9 maja (ceny docelowe w PLN)

Spółka	Rekomendacja		Cena docelowa	
	Poprzed.	Nowa	Poprzed.	Nowa
CEZ	Trzymaj	Kupuj	75,71	77,9
Enea	Kupuj	Trzymaj	15,8	11,8
Energa	Kupuj	Trzymaj	19,0	11,5
PGE	Kupuj	Kupuj	15,0	14,7
TAURON	Trzymaj	Sprzedaj	3,41	2,7
ZE PAK	Trzymaj	Kupuj	14,7	11,0



Spotkanie z analitykami



AUDIT DOZORU TECHNICZNEGO



W dniach 19 – 21 kwietnia 2016 r. na terenie ZE PAK S.A. auditorzy Jednostki Certyfikującej Systemy Zarządzania UDT-CERT w składzie:

auditor wiodący – Jerzy Woźniacki
auditor – Marian Kropacz
auditor – Krzysztof Usarek
auditor – Marcin Konat
auditor – Radosław Gasik

przeprowadzili audit ponownej certyfikacji Zintegrowanego Systemu Zarządzania Jakością, Bezpieczeństwem i Środowiskiem na zgodność systemu z wymaganiami norm: Normy PN-EN ISO 9001:2009, PN-EN ISO 14001:2005, PN-N-18001:2004 oraz OHSAS18001:2007. Celem auditu było potwierdzenie stałej zgodności i skuteczności systemu zarządzania wg kryteriów auditu oraz jego stałej odpowiedniości i przydatności do zakresu certyfikacji: Produkcja energii elektrycznej i ciepłej.

Auditorzy Jednostki Certyfikującej Systemy Zarządzania UDT-CERT podkreślili, że najwyższe kierownictwo oraz pracownicy audytowanych obszarów dostarczyli dowody

kompetencji i zaangażowania w realizację postanowień wymagań systemu. Auditorzy skoncentrowali się na następujących obszarach:

- wyznaczone cele i zadania,
- audyty wewnętrzne i realizacja niezgodności,
- nadzór nad dokumentami i zapisami,
- przegląd zarządzania,
- aspekty środowiskowe i monitorowanie środowiska,
- realizacja obowiązujących wymagań prawnych,
- gotowość i reagowanie na awarie,
- działania podejmowane w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy,
- proces gospodarowania biomasą w Elektrowni Konin.

W wyniku przeprowadzonego auditu niezgodności nie stwierdzono w żadnym z audytowanych obszarów i tym samym utrzymaliśmy Certyfikat Zintegrowanego Systemu Zarządzania Jakością, Bezpieczeństwem i Środowiskiem w ZE PAK S.A.

**Specjalista ds. Systemów Jakości
Barbara Czysnżak**

Stan polskiej energetyki

Straty i odpisy, inwestycje, chęć zaangażowanie w restrukturyzację górnictwa, europejskie tendencje cenowe. To tylko niektóre czynniki, które pokazują jak trudno przewidywalna jest sytuacja w polskiej energetyce

Cztery największe grupy energetyczne w Polsce zanotowały w ubiegłym roku straty netto w wysokości ponad 7 miliardów złotych. Najbardziej zyskującym w tej sytuacji wydarzeniem 2015 roku było dokonanie odpisów z tytułu utraty wartości.

Odpisów jako pierwsza, w połowie 2015 r., dokonała Polska Grupa Energetyczna - ich wartość sięgnęła 8,8 mld zł. W spółce panuje przekonanie, że na przyszłe zyski w największym stopniu wpłyną będą hurtowe ceny energii. Negatywny

wpływ na wyniki będzie też miała rygorystyczna polityka klimatyczna na szczeblu europejskim oraz nowe przepisy, dotyczące systemu wsparcia odnawialnych źródeł energii w Polsce, które rzutują na dostęp poszczególnych źródeł do sieci elektroenergetycznej.

Istotne znaczenie dla energetyki ma również pogorszenie sytuacji na globalnym rynku paliw kopalnych, a także ograniczony potencjał obniżenia kosztów stałych w krótkim okresie. W podobny sposób odpisy tłumaczyły pozostałe grupy energetyczne, a więc Tauron (wartość odpisów 3,56 mld zł), Enea (w segmencie wytwarzania - 1,7 mld zł, w wydobyciu węgla 624,8 mln zł) oraz ZE Pątnów Adamów Konin (wartość odpisu - 1,88 mld zł).

Na podst. CIRE.pl

Preferencje dla stabilnych źródeł energii odnawialnej, klastry energetyczne, nowe zasady aukcji OZE i założenie, że prosument wytwarza energię na własne potrzeby - takie m. in. rozwiązania znalazły się w projekcie noweli ustawy o odnawialnych źródłach energii.

DEBATA O OZE

Projekt nowelizacji zostanie zgłoszony jako inicjatywa poselska. Jej celem jest - jak napisano w uzasadnieniu - „usunięcie wątpliwości interpretacyjnych, prawnych i redakcyjnych przepisów, które nie weszły jeszcze w życie w ustawie z lutego 2015 r. o odnawialnych źródłach energii”. Chodzi o rozdział 4 tej nowelizacji, który pierwotnie miał zacząć obowiązywać z początkiem stycznia 2016 r., lecz został przesunięty na początek lipca 2016 r. Przepisy dotyczą aukcyjnego systemu wsparcia OZE, który ma zastąpić stosowane dotychczas „zielone certyfikaty”.

Projekt nowelizacji przewiduje, że na największe wsparcie w systemie aukcji energii z OZE mogą liczyć przede wszystkim te technologie, które - jak napisano - „wytwarzają energię w sposób stabilny i przewidywalny”. Oznacza to, że mniejsze wsparcie dedykowane będzie energii z wiatru i słońca. (wnp.pl/26.04)



MIESIĘCZNIK GRUPY KAPITAŁOWEJ ZE PAK

Wydawca: Biuro Prasowe i Public Relations

Koncepcja i redakcja: Ryszard Słowiński

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

tel.: 63/ 247 32 58

Finalizuje się batalia o wdrożenie opłat za pobór wód powierzchniowych i podziemnych dla wszystkich, którzy z niej korzystają. Uchwalenie nowego Prawa wodnego, o którym mowa, jest niezbędne, by w pełni wdrożyć do polskiego prawa przepisy Unii Europejskiej (UE), w tym dyrektywę azotanową i Ramową Dyrektywę Wodną (RDW). Jeżeli Polska nowych przepisów nie wprowadzi to nie dostaniemy środków unijnych na programy dotyczące gospodarki wodnej, na kanalizację, wodociągi, na zabezpieczenia przeciwpowodziowe. Jak prawo w tym zakresie działało do tej pory?

Zgodnie z zapisami ustawy Prawo ochrony środowiska, podmiot korzystający ze środowiska ustala we własnym zakresie wysokość należnej opłaty i wnosi ją na rachunek właściwego urzędu marszałkowskiego do końca marca za rok miniony. W przypadku ZE PAK S.A. i Elektrowni Pątnów II, opłata za rok 2015, za pobór wód - zarówno powierzchniowych, jak i podziemnych, zrzut wód chłodniczych oraz odprowadzenie ścieków, wyniosła około 1,7 mln zł. Oprócz tego, elektrownie nasze poniosły koszty

Mało tego. Po wejściu w życie ustawy, opłata za korzystanie z wody dotyczyć będzie ilości wymienionych w decyzjach, a nie tych faktycznie wykorzystanych. Każda z decyzji zawiera dopuszczalne ilości wody i ścieków uwzględniając również ewentualne awarie, a więc z nadwyżką.

W przypadku Elektrowni Pątnów, ilości wód podziemnych dopuszczone do poboru są znacznie większe niż faktycznie wykorzystane. Zakład



Kto zapłaci za wodę?

związane z emisją do atmosfery oraz składowaniem odpadów. W sumie, w ubiegłym roku, dało to kwotę 53,5 mln zł. Z powyższego wynika, że dotychczasowa opłata za pobór wód i odprowadzenie ścieków była relatywnie niska.

Niestety, od roku 2017, ze względu na nowelizację ustawy Prawo wodne, sytuacja ma ulec radykalnym zmianom.

W kwietniu br. ukazał się projekt prawa wodnego, które ma wejść w życie właśnie od początku 2017 roku. Projekt, wdrażając zapisy Ramowej Dyrektywy Wodnej, zakłada ustanowienie nowych opłat za korzystanie z wód, m.in. tzw. opłatę za „usługi wodne”. Wiąże się to z dodatkowym, dużym obciążeniem finansowym dla naszych zakładów. Z kolei, dla osoby naliczającej tzw. opłaty środowiskowe, stanowi niemały problem, ponieważ zapisy niektórych artykułów nie są jednoznaczne, mogą być odbierane subiektywnie i różnie interpretowane. Projekt ustawy podaje górne jednostkowe stawki, które po zastosowaniu do wyliczeń dają olbrzymie, wręcz nierealne, kilkusetmilionowe opłaty. Możemy tylko mieć nadzieję, że bieżące stawki, podawane co roku w rozporządzeniu, będą znacznie niższe. Poniżej podajemy kilka przykładów, aby zobrazować wspomniane wątpliwości.

Projekt przewiduje, że podmioty będą wnosić opłatę za pobór wód powierzchniowych w zależności od tzw. SNQ, czyli średniego niskiego przepływu. SNQ wyznaczany jest dla przepływu wody w rzekach. Jak wiemy, nasze elektrownie posiadają unikalny system chłodzenia, wykorzystując wody ciągu 5 jezior konińskich. Z rozmów z hydrologami wynika, że w jeziorach nie wyznacza się SNQ. Jaką więc wartość przyjąć?

musi mieć możliwość skorzystania z tych zasobów w przypadku np. awarii stacji uzdatniania wody zaopatrywanej w wodę powierzchniową. Jeżeli ustawa zostanie przegłosowana, wówczas płacić będziemy za wodę, której nie pobraliśmy.

Kolejny dylemat dotyczy opłat za odprowadzanie ścieków przemysłowych do środowiska. Zapis jednego z artykułów wprowadza „...150% opłaty za pobór wody za 1m³ bezwzględnej wartości różnicy pomiędzy ilością pobranej wody, a ilością odprowadzanych ścieków”. Oznacza to, że jeżeli ścieki z instalacji odsiarczania spalin, tak jak dotychczas zagospodarujemy w układzie wewnętrznym elektrowni do transportu pulpy popiołowo-żużlowej, to zapłacimy za nie 150 % opłaty jak za pobraną na ich „wytworzenie” wodę. Dotychczas, ponowne wykorzystanie ścieków traktowane było, jako działanie proekologiczne.

Wątpliwości jest jeszcze wiele. Wspomnę chociażby o naliczaniu opłaty za tzw. ładunek temperatury w wodach chłodniczych. Dotąd płaciliśmy za zrzucane ilości wody w przedziałach temperatur 26-32°C, 32-35°C i powyżej 35°C. Wody chłodnicze nie osiągały temperatur ponad 35°C, ponieważ jest to graniczna wartość dopuszczalna, zapisana w pozwoleniach zintegrowanych. Teraz, wg projektu, opłatę wnosić będziemy za... tu cytat: „ścieki pochodzące z systemów chłodzenia elektrowni... za 1dam³ temperatury powyżej 26°C, - 30 zł za 1 dam³ za każdy stopień powyżej 26°C...”. Bardziej czytelnie: naliczanie opłaty wymaga wydzielenia ilości wód chłodniczych i przypisanie do temperatury w zakresie co 1°C. Skomplikowane? Skomplikowane. I w tym momencie pozdrowienia dla informatyków, bo bez ich pomocy ani rusz...

Dokończenie na str. 6

W projekcie ustawy jest sporo takich zapisów, które budzą duże wątpliwości i obawy. Na szczęście nie jesteśmy osamotnieni na rynku energii. Te same, a w niektórych przypadkach większe problemy, ma cały sektor wytwarzania. Nie wspominam o dylematach rolników, rybaków itd., bo ich również to dotyczy.

Branża energetyczna może wspierać się i współpracować. Np. poprzez Towarzystwo Gospodarcze Polskie Elekrownie próbuje interweniować u pomysłodawców proponowanych rozwiązań i zmieniać niektóre zapisy. W spotkaniach TGPE uczestniczy, z ramienia ZE PAK S.A., Waldemar Lisiak, dyrektora ds. Rozwoju, z którym efektywnie współpracuje Departament Ochrony Środowiska. Na spotkaniu TGPE, które odbyło się 4 maja br. w Warszawie, obecny był dyrektor z Ministerstwa Energii, który zapewnił,

że Ministerstwo Energii postuluje, niezależnie od urealnienia stawek, wprowadzenie rozwiązań, mających pomóc elekrowniom zminimalizować skutki wprowadzenia kontrowersyjnych zmian w prawie wodnym. Niezależnie od tego, TGPE wystosowało pismo do pani premier Beaty Szydło przedstawiając zaistniały problem oraz informując o wzroście kosztów produkcji energii, które to koszty w konsekwencji dotkną społeczeństwo.

Aktualnie czekamy na rozwiązania, jednocześnie deklarując pomoc w przedstawieniu propozycji, które zrealizują cele projektu ustawy przy jednoczesnym zminimalizowaniu kosztów społecznych i braku naruszeń warunków konkurencji na rynku producentów energii.

Artykuł powstał przy współpracy z Departamentem Ochrony Środowiska ZE PAK S.A.

Nasze dane w naszych rękach

„Jesteś o krok od wygrania iPada albo iPhone'a. Hurra”. Tak przynajmniej obiecuje reklamowy baner konkursu, wyskakujący na jednej ze stron, które przeglądam w internecie. Za udział nic nie płacę. Wystarczy, że wypełnię ankietę. Podanie w niej swoich danych osobowych wydaje się oczywiste, skoro wkrótce mam dostać przesyłkę z cennym upominkiem.



Na podobne konkursy można często trafić w sieci. Kuszą kosmetykami, sprzętem RTV czy AGD. Inne zachęcają do udziału w promocjach, nęcąc dostawą próbek kosmetyków czy karmy dla zwierząt. Co w zamian? Zawsze ten sam drobiazg - wypełnienie ankiety, w której trzeba podać imię i nazwisko, wiek, adres, e-mail, numer telefonu komórkowego, niekiedy zawód. Organizator zresztą wcale nie kryje, że dane te dołączy do swojej bazy marketingowej.

Nagrody, zwłaszcza te cenniejsze, wygrywa oczywiście niewielu. Za to prawie każdy z uczestników może być pewien, że niedługo potem zacznie dostawać telefony, SMS-y i e-maile od mniej lub bardziej namolnych marketerów.

Niektórzy dziwią się, skąd różne firmy mają ich namiary. Oburzają się, że są obiektem kampanii marketingowych, a tymczasem w zdecydowanej większości sami wyrazili na to zgodę. Zgodzili się na przetwarzanie danych do celów marketingowych, licząc zwykle na jakąś nagrodę.

W marketingu bezpośrednim bazy danych to podstawa biznesu. Pomagają dotrzeć z ofertą sprzedaży do potencjalnych klientów. Im bardziej precyzyjnie i trafnie pozwalają namierzyć „ofiarę”, tym lepiej.

Coraz częściej firmy zdobywają je w internecie, gdzie można zrobić to szybko i najniższym kosztem. Tutaj niemal automatycznie odhaczamy pole „zgadzam się”, byle szybciej wygrać nagrodę.

Jednak wartość rynkowa tych najprostszych, podstawowych danych jak imię i nazwisko, wiek, adres czy numer telefonu - ostatnio spada. Malejąca wartość podstawowych informacji o konsumencie to zjawisko ogólnosiawotowe.

Dlaczego w ostatnich latach proste dane teleadresowe tak bardzo straciły na wartości? Bo wyniki sprzedażowe uzyskiwane na ich podstawie są coraz słabsze. Kończą się po prostu czasy, gdy hurtowo handlowano dużą ilością danych. Teraz cennym towarem jest co innego - profil osoby, do której chcemy trafić z ofertą. Dlatego na tym rynku mamy bazy danych np. „aktywnych seniorów zainteresowanych udziałem w spotkaniach promocyjnych firm”. Albo „osób, które chętnie korzystają ze sprzedaży wysyłkowej”. To już jest niemal konsument „na widelcu”. Podobnie atrakcyjne są tzw. bazy parentingowe, czyli dane teleadresowe rodzin z małymi dziećmi. Specjalizuje się w nich kilka firm. Jedną z nich jest spółka Pelargos, która, jak twierdzi jej prezes Marta Bartczak, ma w swej bazie dane 3,2 mln takich rodzin. Z jej usług chętnie korzystają producenci żywności dla niemowląt, dziecięcych ubrań, pieluch czy zabawek. Skąd Pelargos bierze szczegółowe informacje? Np. zbiera je w ramach tzw. programów edukacyjnych w szpitalach położniczych i w gabinetach ginekologicznych.

Rynek baz danych o konsumentach rozwinął się już na tyle, że działają na nim wyspecjalizowane spółki brokerskie oferujące swym klientom wynajem różnych baz danych - w tym także (jako pośrednicy) należących do innych firm. Wbrew potocznej opinii w marketingu bezpośrednim zwykle nie handluje się wprost bazami danych, ale licencjami na ich wykorzystanie. Amatorów na takie licencje jest wielu - wśród nich są m.in. operatorzy telekomunikacji, banki, firmy handlowe i produkcyjne, call center.

Po wykorzystaniu takiej licencjonowanej bazy firma musi wynajęte dane usunąć. Jeśli tego nie zrobi, naraża się na karę sięgającą nawet 5-10-krotności zapłaconej ceny. Gra toczy się bez skrupułów i na cwaniaków są metody. W każdej udostępnianej bazie są tzw. dane kontrolne - podstawowych osób. Dzięki takim „szpiegom” brokerzy albo administratorzy mogą ustalić, czy baza wykorzystywana jest zgodnie z zapisanym w umowie celem i w określonym w niej terminie.

Ale nawet profile nie należą już do najbardziej wartościowych zasobów na rynku danych konsumenckich. Najbardziej obecnie poszukiwanym produktem stają się tzw. leady. Są to dane nie tylko pozwalające na dokładne określenie profilu klienta, ale dodatkowo uzupełnione o informację, że wykazał on już wstępne zainteresowanie danym produktem czy usługą. Dilerzy aut mogą np. zamawiać bazy danych osób, które chcą zapisać się na jazdę próbną sprzedawanymi przez nich autami. Banki zlecają firmom szukanie amatorów na kredyty hipoteczne, a ubezpieczyciele osób, które rozważają kupno polisy na życie.

Jak to działa? Jeśli np. zainteresuje nas napotkana w sieci reklama ubezpieczenia przy promocji komórek i wypełnimy miniformularz, podając swój mail i numer telefonu, aby agent mógł do nas zadzwonić z ofertą - to stajemy się leadem. Takie bazy są zwykle mniejsze, ale ich efektywność - dużo wyższa. Firmom coraz rzadziej zależy już, by reklama czy promocja trafiła do Kowalskiego. Chcą dotrzeć do osoby, która może być naprawdę zainteresowana ich produktem czy usługą.

Wszelkie dane i informacje o ludziach to delikatna sprawa. Klienci przy kasach supermarketów czasem mogą się spotkać z prośbą o podanie kodu pocztowego. Prośba wydaje się niewinna - ot, po prostu ułatwiamy sieci handlowej precyzyjne określenie zasięgu sklepu, co obniża koszty akcji mar-



ketingowych (czyli np. wysyłkę gazetki promocyjnych). Poza tym kod nie należy do danych osobowych. Jednak generalny inspektor ochrony danych osobowych zwraca uwagę, że kod w połączeniu z czterema ostatnimi cyframi karty płatniczej i danymi z paragonów może pomóc w dokładnym określeniu profilu konkretnego klienta - włącznie z ustaleniem, co, gdzie i kiedy kupuje. Tak mogłoby się zdarzyć, gdyby supermarket sprzedał swe informacje instytucji finansowej, która powiązałaby je z nazwiskami użytkowników kart. Co prawda i tak instytucja finansowa nie ma prawa tworzyć profilu klienta bez poinformowania go o tym, ale na wszelki wypadek należy zachować ostrożność przy podawaniu kodu.

Walka brokerów danych o coraz dokładniejsze profile konsumentów bywa bezceremonialna. W Stanach Zjednoczonych jedna z tamtejszych firm oferuje np. zestawienia osób cierpiących na określone przewlekłe choroby, w tym depresję, cukrzycę - wraz z lekami, które stosują (!). Co prawda nawet w USA nie można handlować spersonalizowanymi danymi z recept i rejestrów medycznych, ale firma zapewnia, że uzyskała je od samych pacjentów. I faktycznie mogła tak zrobić - np. w ramach programów lojalnościowych rozwijanych poprzez apteki. Ostatnio brytyjskie media biznesowe określiły nawet karty lojalnościowe jako „szpiegów w portfelu klienta”. Wie coś o tym firma Aimia, operator największego na Wyspach programu lojalnościowego Nectar - z dziesiątkami partnerów biznesowych i milionami klientów, którzy zbierając skrzętnie rozmaite punkty, zostawiają w zamian informacje o swych zakupach, preferencjach, stylu życia. Potem wpływa to nawet na układ sklepów w centrach handlowych, nie mówiąc już o takich oczywisto-

ściach jak kierowanie sprofilowanej oferty marketingowej, dopasowanej do potrzeb danej osoby.

Zdaniem Generalnego Inspektora Ochrony Danych Osobowych (GIODO) w takim profilowaniu jest pewne ryzyko. Coraz częściej bowiem na podstawie analizy zachowań i cech konsumenta przewiduje się jego kolejne wybory. Firma widzi, że mamy cechy A i B, więc na podstawie prawidłowości statystycznych zakłada, że pewnie i C. Taka domyślność wywołała jakiś czas temu aferę w Wielkiej Brytanii. Zaniepokojona nastoletnia klientka kupiła test ciążowy w aptece, w której miała kartę lojalnościową. Wynik był ujemny, więc panna odetchnęła. Przedwcześnie. Wkrótce w jej domu i tak wybuchła awantura, gdyż sieć apteczna wysłała na jej adres pakiet ulotek i próbek produktów dla kobiet w ciąży. Oczywiście z prawnego punktu widzenia wszystko było w porządku - apteka miała zgodę klientki na przesyłanie jej ofert marketingowych.

Profesjonalne firmy działające na rynku marketingu bezpośredniego nie ryzykują nielegalnych działań i mają swoje branżowe kodeksy etyczne. Niemniej jednak liczba wpływających do GIODO skarg na niezgodne z prawem przetwarzanie danych osobowych rośnie. Obok legalnego obrotu istnieje i rośnie czarny rynek baz danych. Nie brakuje firm-krzaków wykorzystujących niewiedzę klientów. Jego przejawem są też sensacyjne doniesienia mediów o nielegalnym handlu bazami wykradanymi (często wynoszonymi przez nieuczciwych pracowników) choćby z firm ubezpieczeniowych czy telekomów. Wśród zainteresowanych mogą być np. agenci konkurencyjnej spółki, którzy potem będą chcieli podkupić klientów.

Ocenia się, że dane osobowe konsumentów to nowe paliwo Internetu i stają się one cennym aktywem dla wielu firm. Wraz z rozwojem Internetu i portali społecznościowych profilowanie konsumentów jest coraz łatwiejsze. Marketingowcy wiedzą i będą wiedzieć o nas coraz więcej - i to nie tylko to, co sami deklarujemy w ankietach. Odwiedzając serwisy w sieci, akceptujemy obecność na naszym komputerze tzw. ciasteczek, czyli plików zwanych cookies, ułatwiających śledzenie naszych ruchów w sieci. Rejestrując się w grze on-line czy na forum, zaznaczamy automatycznie zgodę na przetwarzanie danych osobowych na zasadach określonych w regulaminie (oczywiście do regulaminu rzadko kto zagląda). Pojawiają się w Polsce pomysły, by firmy profilujące swe bazy danych w oparciu o źródła zewnętrzne nie tylko musiały informować o tym zainteresowanych, ale też obowiązkowo uzyskiwać ich zgodę. Doświadczenie jednak podpowiada, że z jej zdobyciem nie powinno być większych problemów. Kto nie wymieni chętnie swoich danych na jakieś materialne korzyści? Jeśli nie na próbki perfum czy paczuszkę psiej karmy, to może na nadzieję wygrania iPada? A że potem mogą nas irytować poranne telefony telemarketera zapraszającego na promocję kołder? To już zupełnie inna historia.

Opł. Renata Degórska, Pełnomocnik ds.. Bezpieczeństwa Informacyjnego

W czerwcowym wydaniu „Kontaktu” zamieścimy w tej rubryce kilka praktycznych wskazówek jak chronić dane osobowe w czasie wakacji. /R.D./

O Matce pieśń, to pieśń przez łzy, to pieśń bez słów

Dla jednych to Dzień Matki, dla innych Dzień Mamy, Mamusi. **Święto, które wyznaczono na 26 maja**, w Polsce obchodzone jest niezmiennie od 1923 roku, kiedy to Dzień Matki po raz pierwszy zorganizowano w Krakowie.

To najpiękniejsze i najbardziej osobiste święto w roku. Matka jest bowiem synonimem miłości i dobra, ciepła rodzinnego i szczęścia, wierności i przywiązania, przyjaźni i wiary w to wszystko, co piękne i szlachetne. Była natchnieniem dla poetów, artystów i kompozytorów. Opiewano ją w pieśniach, utrwalano na płótnie i w dziełach literackich. I tę spracowaną, zmęczoną, i tę uśmiechniętą, radosną, dumną ze swojego męczeństwa.

Czy jest więc coś zadziwiającego, że w dniu tym wszystkie MAMY obdarzane są szczególnymi dowodami miłości? Wszak MATKA jest pierwszym słowem, które wypowiadamy. Jest Ona pierwszym i najwierniejszym, dożgonnym przyjacie-

lem. I chyba wyczuwamy tę szczególną przyjaźń od najmłodszych lat, bo przecież już przedszkolak z wielką, nieukrywaną radością, przynosi swojej mamusi laurkę, uczeń własnoręcznie wykonany upominek, a dorośli, nieraz z dala od matek, ślą im najlepsze myśli, kwiaty, piosenki, życzenia w radiowych i telewizyjnych koncertach życzeń.

MATKA. To jedno słowo, a ileż kryje w sobie treści. Z nim związane są najpiękniejsze, niczym nie zmaćnione wspomnienia z najwcześniejszego dzieciństwa, nasze pierwsze radości, marzenia, tęsknoty. Każdy z nas chowa w sercu wdzięczność za to, że dała mu największy skarb - życie. Wdzięczność tę wyrażamy w różnych postaciach: miłości, codziennym szacunku i dowodach wiernej pamięci w dniu ich święta.

Niech tak stanie się i w tym roku, kiedy to z bukietem bzu i garścią życzeń zapukamy do drzwi naszych najukochańszych. Życzymy im dużo zdrowia, żeby jak najdłużej mogli być z nami, żebyśmy wspólnie mogli cieszyć się życiem.

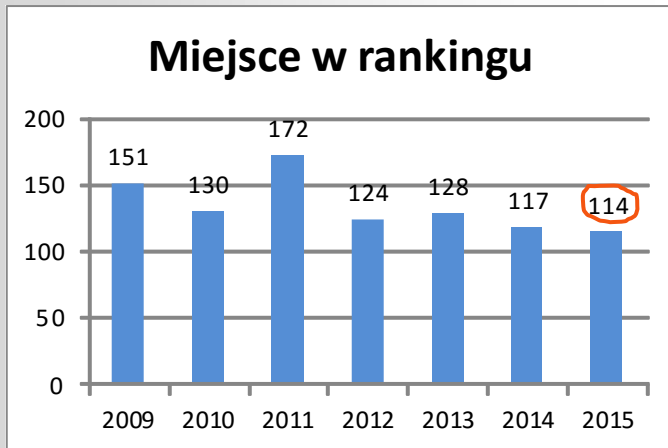
Ale nie zapomnijmy też o tych, które odeszły na zawsze. One przecież nadal są dla nas ważne.

Opł. Renata Degórska

Lista 500 pełnoletnia

29 kwietnia br. Rzeczpospolita po raz osiemnasty ogłosiła wyniki rankingu największych firm działających w Polsce. Rankingu oddającego siłę i kondycję liderów naszej gospodarki.

W głównym zestawieniu największych przedsiębiorstw za 2015 rok ZE PAK SA zajęła przyzwoitą, 114 pozycję.



ZE PAK S.A. na Liście 500 w latach 2009-2015

Bardzo dobrze zaprezentowała się w tegorocznym rankingu Grupa Kapitałowa Cyfrowy Polstat. Za sprawą przejęć urosła do rangi największego operatora telewizyjno-telekomunikacyjnego w Polsce i regionie Europy Środkowo-Wschodniej pod względem kapitalizacji.

W rankingu sklasyfikowanych zostało 53 firmy z Wielkopolski i, podobnie jak przed rokiem, tylko dwie Konina (Konimpex uplasował się na 347 pozycji).

r.s.

INNY MODEL

Miesiąc temu, w kwietniowym „Kontakcie”, dość szeroko opisywałem ofertę wypoczynkową Biura Podróży „AS PAK” na tegoroczne lato. Bogaty wybór wczasów, kolonii i obozów zachwyca. Ale na tym nie koniec. Biuro za wszelką cenę pragnie przyciągnąć potencjalnych klientów nowymi pomysłami. I tak zrodził się nowy kierunek turystyczno-wypoczynkowy - wakacje u naszych południowych sąsiadów.

Pomysł wydaje się wyborczy. Twierdzą tak, bo bywając w latach swojej młodości na Morawach, Słowacji czy na Węgrzech poznałem mnóstwo wspaniałych miejsc wartych odwiedzenia i takich, w których można by zatrzymać się na dłużej. Tym bardziej teraz, kiedy kraje te postawiły na bogato wyposażone, nowoczesne ośrodki wypoczynkowe, znajdujemy tutaj bez trudu doskonałe warunki do letniego wypoczynku.

Piszę o tym luksusie możliwości wyboru i kierunku, i miejsca, i terminu letniego wypoczynku obecnie, chcąc jednocześnie pokazać, zwłaszcza młodszym pracownikom PAK-u, że nie zawsze takim luksusem mogliśmy się cieszyć. Mimo, że nasza firma nie była pod tym względem tak bardzo uboga, przed trzydziestu laty, kiedy to wczasownicy

rozdziałała Komisja Socjalna „Energetyków”, złożona z przedstawicieli różnych organizacji społeczno-politycznych, wielu pracowników była rozgoryczona. Wspominał o tym dwutygodnik „Wielkopolskie Zagłębie”, który zajmował się wówczas życiem zakładów pracy naszego regionu i w dużej mierze poświęcał swoje łamy ludziom pracującym w przemyśle.

Warto by w tym miejscu wspomnieć, że wymienione w artykule z maja 1986 roku miejsca wypoczynkowe w domkach campingowych w Jarosławcu czy Pogorzeli Gryfickiej, o które tak bardzo zabiegali wówczas pracownicy konińskich elektrowni, to były po prostu wczas w spartańskich warunkach, bez jakichkolwiek wygód, rozrywek i możliwości ciekawego spędzenia czasu.

Nie wszyscy zadowoleni

Trwają intensywne przygotowania do letniego wypoczynku pracowników. Jak każdego roku, podział miejsc wczasowych wywołuje wiele emocji i kontrowersji. Wiadomo, nie wszystkie ośrodki wypoczynkowe położone są w jednakowo atrakcyjnych miejscowościach, a i letnie miesiące są przecież zbyt krótkie, by wszyscy mogli wypocząć w lipcu i sierpniu. Wiele niezadowolonych powoduje także brak znajomości najważniejszych punktów regulaminu przydziału wczasów, co niekiedy doprowadza do niepotrzebnych odwołań i interwencji. Tak było w tym roku w Elektrowni Pątnów, gdzie Komisja Socjalna NSZZ „Energetyków” złożona z przedstawicieli różnych organizacji społeczno-politycznych i pracowników socjalnych, rozdzieliła miejsca wczasowe w Świnoujściu, Pogorzeli Gryfickiej, Jarosławcu i Slesinie.

— Każdy chciałby otrzymać to co sobie zaplanował — mówi przewodniczący Komisji, Czesław Laskowski. — A przecież takich możliwości nie mamy. Z drugiej strony zdarzają się próby wprowadzenia nas w błąd. We wnioskach na wczas niektórzy podają fałszywe dane. To stwarza nam dodatkową pracę. Dysponując skrupulatnie prowadzoną ewidencją, wszystkie „nieścisłości” prostujemy podczas posiedzenia komisji.

Od kilku lat dużą popularnością wśród konińskich energetyków cieszą się „wczas pod gruszą”. W tym roku z tej formy letniego wypoczynku skorzysta 135 pracowników. Wśród ośrodków wypoczynkowych najbardziej oblegane są: „Energetyk” w Świnoujściu i domki campingowe w Pogorzeli Gryfickiej.

Dużo chętnych ubiega się też o wyjazd na wczas do NRD, ale i tutaj wielu pracowników będzie zapewne rozczarowanych. Jest bowiem zbyt mało miejsc — w miejscowości Binz 4 „dwójki”, 1 „trójka” i 3 „czwórki” oraz w miejscowości Lauscha 6 „dwójek” i 3 „trójki”. W sytuacji różnicowania zainteresowania poszczególnymi ośrodkami bardzo ważnym narzędziem w rękach komisji przydzielającej wczas jest regulamin ustalony przez związki zawodowe w porozumieniu z Dyrekcją ZE PAK. W myśl tego regulaminu pierwszeństwo w uzyskaniu skierowania mają remontowcy, dalej pracownicy obsługi urządzeń (ruch), pracownicy służb pomocniczych, administracji. Brane są również pod uwagę: długoletnia, nienaganna praca w ZE PAK, kilkuletni okres przerwy w ubieganiu się o wczas, zatrudnienie w warunkach szkodliwych i uciążliwych dla zdrowia, trudne warunki rodzinne. Pierwszeństwo mają także osoby samotnie wychowujące dzieci oraz rodzice rodzin wielodzietnych.

Podobne kryteria obowiązują podczas przydzielania miejsc na kolonie lub obozie dla dzieci pracowników. Dla osób starających się o wyjazd na wczas do NRD sformułowano jeszcze jeden, dodatkowy punkt w regulaminie: pierwszeństwo mają pracownicy, którzy nie korzystali w ostatnich latach ze szczególnych nagród przyznawanych w ZE PAK (np. talony samochodowe).

Dla sporej grupy starszych pracowników ośrodki zakładowe ZE PAK są już mało atrakcyjne, ze względu na kilkakrotny pobyt w

nich. Ważną rolę spełniają więc miejsca wczasowe, które każdego roku Wydział Socjalny ZE PAK otrzymuje na zasadzie wymiany od innych zakładów, często z innych resortów. Wymienić tutaj można takie ośrodki jak: OW KWB Konin w Kołobrzegu, OW KWB Belchatów w Międzyzdrojach, OW Zakładów Gazowych z Wałbrzysza w Szczawinie Zdroju, Zakładów Rejonowych Polgaz z Kościana w Wiśle itp. Korzystają z nich często i te osoby, których wnioski zostały odrzucone w trakcie przydziału miejsc w ośrodkach zakładowych. Istnieje spore zainteresowanie placówkami wypoczynkowymi ZE PAK ze strony innych zakładów pracy, ale odsprzedaż następuje dopiero w sytuacji pełnego zaspokojenia potrzeb własnych załóg.

Komisja Socjalna NSZZ „Energetyków” przydzieliła do tej pory, łącznie z wczasami „pod gruszą” 383 miejsca wczasowe. Skorzystają również z wczasów emeryci i renciści. Jeden turnus w Jarosławcu zorganizowany zostanie dla uczniów szkoły przyzakładowej, jeden dodatkowy turnus, (bez wyżywienia) zorganizowany będzie również w Pogorzeli. Nie wiadomo jeszcze dokładnie w jakim zakresie koszty wypoczynku energetyków pokryte zostaną z kasy socjalnej ZE PAK.

A co z niezadowolonymi? „Jeszcze się taki nie urodził...” Nie pojedziesz w tym roku, pojedziesz za rok. Oby tylko zdrowie dopisało i oczywiście ... pogoda.

ROW

Porównując ówczesny „klimat” i „uciechy” czekające na wczasowiczów, można by rzec, że jeśli nie plaża, to nic. Współczesny, dzisiejszy amator letniego wypoczynku zważyłby z takiego ośrodka po kilku godzinach pobytu.

O rozmiarze przeobrażeń w branży turystyczno-wypoczynkowej może świadczyć także poziom letniego wypoczynku dzieci i młodzieży.

Która z naszych pociech chciałaby dziś mieszkać w wojskowych namiotach na obozowisku w Białogórze, gdzie druh komendant Kuznowicz budził dzieciaki popularym w latach 80. hitem „Jak dobrze wstać, skoro świt”, grzmiącym z obozowego radiowęzła?... Nie do pomyślenia. Nieprawdopodobne. Dzisiaj, jak czytamy w katalogu Biura Podróży AS PAK, obozy dla dzieci i młodzieży kojarzone są z hotelami z trzema lub nawet czterema gwiazdkami. Samba na Costa Brava, Evi na Wyspie Rodos, czy Marika we włoskim kurorcie Rimini, do tego przelot samolotem. Obóz młodzieżowy jak się patrzy... Ale ja powiem szczerze - nie zaliczyłbym takiego wypoczynku do kategorii „obóz młodzieżowy”. Po prostu



- to są normalne, luksusowe wczasy dla młodzieży. I tak to trzeba nazywać.

Bo inaczej to co powiedzą zwykli, szeregowi harcerze, którzy mimo panującego nam wszechobecnie dobrobytu i luksusu, lato spędzają na tradycyjnych obozach, od dziesięcioleci organizowanych w lesie, pod gołym niebem, z ogniskiem, kuchnią polową, placem apelowym i prawdziwymi, harcerskimi tradycjami.

Nie, nie. Nie namawiam nikogo do uwstecznicania się, do powrotu do czasów tzw. FWP (Fundusz Wczasów Pracowniczych) czy rozdziału miejsc wczasowych przez Centralną Radę Związków Zawodowych. Dobrze, że mamy wreszcie możliwość wypoczynku na wczasach w luksusowych warunkach, a nasze dzieci mogą wyjeżdżać na obozy i kolonie do znanych kurortów zagranicznych. Chcę tylko pokazać jak ogromny postęp dokonał się w tej sferze naszego życia w ostatnich latach.

Dla większości Polaków wczasy czy kolonie dla dzieci po za granicami kraju jeszcze nie tak dawno były niedostępne. I to nie tylko ze względu na koszty. Często przyczyną była prozaiczna - brak paszportu. Dzisiaj - nie do pomyślenia.



Jeszcze dwa, trzy tygodnie i rozpocznie się tegoroczny sezon wczasowo-wypoczynkowy. Na urlopy ruszą także pracownicy konińskich elektrowni i kopalni. Niech im służy w tym czasie dobra aura, bo to połowa powodzenia. Obojętnie czy jest się w Złotych Piskach czy na piaszczystej wydmie w Jastarni, czy pływa się wybornym jachtem po wybrzeżu Adriatyku, czy kajakiem po malowniczym, mazurskim jeziorze. Ważna jest pogoda ducha. Czego wszystkim urlopowiczom w tym roku życzę.

R. Słowiński

Wielka wodna droga

„Wodniacy na start” - pod takim hasłem nastąpiło w połowie maja otwarcie sezonu wodnego na Wielkiej Pętli Wielkopolskiej, szlaku wodnym, o którym niejednokrotnie w „Kontakcie” pisaliśmy. Na to plenerowe wydarzenie złożyło się szereg atrakcji, m. in. miasteczko wodne, bezpłatne rejsy jachtami, barkami oraz statkami pasażerskimi „Dziwożona” i „Pawelek”. Wspominam o tym także w naszej gazecie, bo wśród pracowników Grupy ZE PAK znaleźć można wielu sympatyków sportów wodnych, a Wielka Pętla Wielkopolska jest dzisiaj niezwykle popularna i dobrze znana miłośnikom turystyki wodnej.

To szlak wodny biegnący nurtami rzek Warty i Noteci, łączący także ze sobą system cudnych konińskich jezior i kanałów. Dzięki temu połączeniu utworzony został szlak żeglugi śródlądowej o długości około 700 km.

Nie można pominąć faktu, że integralną, a zarazem najbardziej malowniczą częścią tego długiego, atrakcyjnego szlaku, są jeziora i kanały wchodzące w unikalny system chłodzenia konińskich elektrowni. To jeszcze jeden dowód na to, jak wspaniale może współżyć z sobą przemysł i przyroda. Od ponad pół wieku korzystamy z wody w procesie wytwarzania energii elektrycznej, i od ponad pół wieku służy ona doskonale turystom, kajakarzom i żeglarzom. Ta sama woda. Czysta, rześka, bogata w ryby i roślinność.

Wielka Pętla jest niezwykle urocza na całej swej długości. Dla przykładu, tuż za granicami naszego regionu szlak wodny przecina Rezerwat przyrody „Nadgoplański Park Tysiąclecia” z Kruszwicą i innymi godnymi odwiedzenia miejscami.

Możemy włączyć się w ten nurt choćby w znanym wszystkim energetykom ośrodku „Przystań” w Goławicach, co gorąco polecam. /r. s./



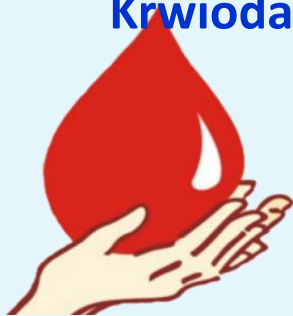
Już od 55 lat Klub Stowarzyszenia Honorowych Dawców Krwi Rzeczypospolitej Polskiej „Górnik” przy KWB Adamów dzieli się z potrzebującymi najcenniejszym lekiem.
- *Deklarujemy osobistą pomoc w ratowaniu życia ludzkiego bez względu na status społeczny i przynależność polityczną. Nasze stowarzyszenie kieruje się zasadami demokracji, kolegałości i jawności oraz osobistej odpowiedzialności każdego członka za*

ry HDK PCK. Odtąd działa jako Klub Stowarzyszenia Honorowych Dawców Krwi Rzeczypospolitej Polskiej „Górnik” przy KWB „Adamów” SA. W marcu 2009 r. stowarzyszenie uzyskało status Organizacji Pożytku Publicznego. Krwiodawcy nawiązali współpracę z Liceum Ogólnokształcącym oraz Zespołem Szkół Technicznych w Turku. Dzięki przychylności zarządu kopalni akcje organizowane są w klubie Barbórka cztery

badaniach i w każdej chwili mogą poddać się zabiegowi. Ta inicjatywa to dzieło naszego kolegi Leszka Wietrzykowskiego. Należy także do Federacji Pacjentów Polskich w Warszawie i bierzemy udział w opiniowaniu projektów ustaw zdrowotnych – mówi Bogdan Owczarek.

Klub uczestniczy m. in. w obchodach świąt państwowych i kościelnych na terenie

Krwiodawcą nie zostaje się z przypadku



przestrzeganie zasad ideowych i programowych statutu, poszanowanie ludzkiej godności i tolerancji wobec drugiego człowieka. Niesiemy ratunek oddając krew i szpik kostny nieuleczalnie chorym na białaczkę. Z naszej pomocy korzystają pracownicy kopalni i ich rodziny oraz wiele osób z Turku i całej Polski. Pomagamy każdemu, kto tej pomocy potrzebuje i o tę pomoc się do nas zwróci – podkreśla Bogdan Owczarek, sekretarz adamowskiego klubu.

razy w roku. Uczestniczy w nich 60–80 osób, oddając ponad 30 litrów najcenniejszego leku.

W historii klubu najwięcej krwi oddali: Grzegorz Bukowiecki, Stanisław Chojenkowski, Zbigniew Rawiński, Piotr Chojnacki, Zbigniew Cwiek, Henryk Dębowski, Adam Fabiański, Ryszard Górecki, Jan Holly, Dariusz Jankowski, Lech Kamiński, Zbigniew Kluska, Jerzy Łajdecki, Grzegorz Mateja, Krzysztof Matuszak, Stanisław Mikosik, Stanisław Modrzejewski, Jerzy Parada, Sławomir Sęk, Stanisław Sroczkowski, Zbigniew Studniarek, Jerzy Suchocki, Janusz Walczak i Leszek Wietrzykowski.

- *Do naszego klubu należą osoby zarejestrowane jako dawcy komórek macierzystych, którzy są już po przeprowadzonych*



miasta i powiatu, uroczystościach kopalnianych, wspiera Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy. Krwiodawcy od lat wyjeżdżają na turniej tenisa stołowego do Kawnic, gdzie zajmują wysokie miejsca. Spory udział ma w tym pierwsza rakietą - Stanisław Mikosik.

W roku jubileuszu klub liczy 124 krwiodawców. Funkcję prezesa pełni Zbigniew Buda, wiceprezesami są Dariusz Jankowski i Bartłomiej Siwiński, skarbnikiem Zbigniew Kluska, a sekretarzem Bogdan Owczarek.

Obchody jubileuszu zainaugurowała wystawa poświęcona 55-leciu działalności klubu, którą od 21 kwietnia można oglądać w Muzeum Miasta Turku. Okolicznościowe spotkanie zorganizowano 23 kwietnia br. Wśród gości byli przedstawiciele władz miasta i regionu oraz koledzy z zaprzyjaźnionych klubów.

W trakcie spotkania Odznakę honorową Za Zasługi dla Miasta Turku z rąk burmistrza odebrali: Tomasz Ogrodnik, Eugeniusz Jacek, Józef Dziedzic, Jerzy Ścibior i Sebastian Wróblewski. Odznakę Zasłużony Honorowy Dawca Krwi otrzymali: Jacek Sylwestrak i Sebastian Wróblewski (I stopnia), Mariusz Stasiak i Marcin Banasiak (II stopnia) oraz Krzysztof Sobczak, Andrzej Mandelak, Mariusz Leszczyński, Joanna Sobczak, Marek Wdowiak, Norbert Lament, Adrian Jasiakiewicz i Wojciech Wypych (III stopnia). Z racji jubileuszu zarząd klubu uhonoroował 55 osób zasłużonych dla stowarzyszenia Odznaczeniem 55-lecia SHDK RP „Górnik”.

bo, eg
Fot. SHDK RP
przy KWB Adamów



Klub działa od 21 kwietnia 1961 roku. Jego inicjatorem i założycielem był lekarz Ryszard Wiśniewski i Alojzy Łojewski. Na pierwszą akcję oddawania krwi zgłosiło się 50 osób, oddano 21 litrów krwi. Po zakończeniu akcji wybrano zarząd w składzie: Kazimierz Kawalec, Józef Tomczyk, Sabina Korpecka, Ewaryst Kramer, Zbigniew Terpiłowski, Jan Gromada, Franciszek Klimek i Władysław Kuśmirek. Pierwszym prezesem w latach 1967–69 był inż. Stanisław Kowalczyk.

Lata 1976–88 to czas rozkwitu klubu, liczba krwiodawców sięgnęła 543 osób, w każdej akcji uczestniczyło ponad 200 osób, oddając ponad 80 litrów krwi. Warto przypomnieć nazwiska wyróżniających się honorowych krwiodawców. Byli to: Edward Andrzejak, Andrzej Górski, Andrzej Apelt, Antoni Karbowy, Józef Mielczarek, Andrzej Mielcarski, Jerzy Kowalewski, Paweł Kręza, Henryk Skala, Krystyna Staszak i Stanisław Nowak.

W 2004 roku klub wystąpił ze struktu-



Na odkrywcę Józwin, w rejonie zatoki wschodniej, pracują archeolodzy z Muzeum Okręgowego w Koninie. Prowadzą badania ratunkowe, które zwykle towarzyszą zajmowaniu przez kopalnię nowych terenów.

Na tropach przeszłości

Dlaczego badania prowadzone są właśnie w tym miejscu, wyjaśnia szefowa ekipy archeologów Katarzyna Schellner: *Lokalizację stanowisk znaleźliśmy już wcześniej, były one rejestrowane w latach 1980 i 1990. Jednak od tego czasu bardzo dużo się tu zmieniło. Powierzchniowe badania weryfikacyjne pokazały, że teren jest bardzo mocno zniszczony, szczególnie w stronę drogi na Wilczyn, gdzie było mnóstwo nielegalnych piasek. Z kolei stanowiska neolityczne wzdłuż rynny kłeczowskiej zostały uszkodzone przez porębę. Mieliśmy zewidencjonowanych ponad 20 stanowisk, a zaledwie cztery zostały przewidziane do dalszych badań sondażowych.*

Ratunkowe badania archeologiczne konińskie muzeum prowadziło na odkrywkach już wcześniej. *- Działaliśmy na początku lat 2000 na odkrywce Drzewce, na bardzo ciekawym cmentarzysku w Bilczewie. To pierwsze w Wielko*

A jakie są zadania badawcze w Józwinie? Ochrona zabytków archeologicznych polega głównie na tym, że bada się to, co jest bezpośrednio zagrożone. Stanowisko w Józwinie ma w sumie kilka hektarów, ale większa część nie będzie zajęta przez odkrywkę, ekipa bada więc dostępną część dawnej osady.

- Po wykonaniu badań sondażowych mieliśmy sporo materiału ceramicznego, szczególnie z epoki kamienia, neolitycznej kultury pucharów lejkowatych, kultury łużyckiej, z ciekawostek trafił się pojedynczy srebrny denar cesarza Nerva (I wiek n. e.). Jednak same nawarstwienia kulturowe zostały zniszczone. Wiemy na pewno, że w rejonie zatoki



Archeologom pomagają eksploratorzy z WFEH

wschodniej było kilka osad. Na stanowisku w Gogolinie rejestrujemy głównie jamy zasobowe – takie dawne spiżarnie. Zachowały się ślady po słupach stanowiące ślady po ogrodzeniach sprzed 3 tysięcy lat. Na pewno znajdziemy ceramikę, ale może i ciekawsze przedmioty się trafią. Pomimo że stanowiska zostały mocno zniszczone odnaleźliśmy kilka cennych przedmiotów z brązu – informuje Katarzyna Schellner.

Wśród ostatnich nabytków najciekawiej prezentuje się bardzo ładnie zachowane dłuto z epoki brązu, sprzed 3 tysięcy lat. Krzysztof Gorczyca dodaje: *Mamy też inne znaleziska z czasów kultury łużyckiej, które świadczą o zajęciach ówczesnej ludności. Na przykład o rolnictwie – znaleźliśmy dwa sierpy z brązu, co prawda wydają się niepozorne, lecz wówczas stanowiły dużą wartość. Pozostałością myślistwa są dwa grociki strzał, też z brązu. A poza tym stroje – dość pospolitych typów damskie szpile do spinania szat. W tej chwili nasze znaleziska są zielononiebieskawe, pokryte patyną, ale trzeba sobie wyobrazić, że kiedyś wszystko to się świeciło i wyglądało, jakby było ze złota. Brąz w tamtej epoce to była namiastka złota. Nie każde znalezisko to wielki przełom, ale cały czas zbieramy ziarenka i dzięki temu nasza wiedza rośnie.*

Kopalnia użyczyła ekipie archeologów koparkę i kilku pracowników do pomocy, co znacznie przyspiesza prace i zmniejsza koszty. Na stanowisko badawcze trafili pracownicy oddziału JG-1. Jeden z zespołów tworzą Krzysztof Łukaszewski i Przemysław Kupski oraz Leszek Kulczak, który na pytanie, czy spodziewał się, że będzie działał jako archeolog, odpowiedział: *A skąd!*

Dokończenie na str. 12

Górnicy z JG-1 w roli archeologów

polsce cmentarzysko, gdzie mimo zmiany religii zachowało się to samo miejsce pochówku ze starszymi pogańskimi grobami ciałopalnymi i chrześcijańskimi szkieletowymi – mówi Krzysztof Gorczyca, kierownik Działu Archeologicznego konińskiego muzeum.





Dłuto z epoki brązu oraz pozostałe znalezione zabytki

Byliśmy trochę zaskoczeni tym, jak archeolodzy pracują. Nie jesteśmy tu pierwszy raz, poprzednio byliśmy dwa tygodnie temu, więc mamy już

trochę doświadczenia. Oczywiście, nie jesteśmy przyuczeni do takiej pracy. Pani archeolog nam pokazała, jak delikatnie postępować, żeby niczego nie zniszczyć. Na razie nie trafiliśmy na żadne spektakularne znalezisko.

Instrukcja posługiwania się łopatą na sposób archeologiczny jest dość prosta. Trzeba delikatnie zdejmować 10-centymetrową warstwę ziemi. Jeśli w zdjętym materiale jest czarna próchnica, przegląda się ją bardzo uważnie, bo może zawierać drobne węgielki albo fragmenty ceramiki. Gdyby badany obiekt miał zarys grobu, wtedy należałoby ściągnąć ciernią, zaledwie 2-centymetrową warstwę.

Archeologom pomagają także członkowie Wielkopolskiego Forum Eksploracyjno- Historycznego, Maciej Kaźmierowski i Marek Stolarek. Prace eksploratorów, pasjonatów historii, doceniają archeolodzy. – *Panowie z wykrywaczami pozwalają nam odratować wiele informacji zawartych w humusie. To bardzo cenna pomoc* – podkreśla archeolog Eryk Schellner.

Wszystkie znalezione eksponaty trafią do muzeum w Koninie. Prace na stanowisku w Józwinie będą prowadzone do czerwca.

Ewa Galantkiewicz

Fot. Piotr Ordan



Fot. Piotr Ordan

Od 9 kwietnia Klub Żeglarski przy KWB Konin ma nowego komandora. Walne zebranie powierzyło tę funkcję Tomaszowi Piaseckiemu. Wicekomandorem pozostał Andrzej Mrówczyński, a sekretarzem Marek Berliński. Na skarbnika wybrano Krzysztofa Nagadowskiego, a na członka zarządu ds. technicznych Grzegorza Zimnego. Na koniec 2015 roku klub, razem z członkami honorowymi, liczył 72 osoby.

Nowy komandor nie jest nowym człowiekiem we władzach klubu – pracuje w zarządzie nieprzerwanie od 40 lat. Ma też wieloletnie doświadczenie jako instruktor żeglarski.

Tomasz Piasecki: Zaczęłem pływać, jak miałem 12 lat. Pływania na Kadeciku uczył mnie Grzegorz Dubanosow. W wieku 14 lat zrobiłem stopień żeglarską jachtowego. Wiosną 1970 zacząłem uprawiać żeglarstwo sportowe, trenowaliśmy na Hornetach. Jak zacząłem pracować w kopalni, w 73 roku, moim klubem stał się KŻ kopalni Konin, jednocześnie prowadziłem żeglarską drużynę harcerską przy Komendzie Hufca w Koninie. Chciałem wciągnąć młodzież w sport żeglarski, dać jej możliwość pływania. Hufiec nie miał swojego sprzętu, więc prowadziliśmy żeglarstwo harcerskie trochę na bazie sprzętu kopalnianego. Ale to już historia.

- Skoro przechodzimy do spraw bieżących, proszę powiedzieć, jak klub zamierza dzisiaj przyciągnąć do żeglarstwa nowych ludzi?

- Żeglarstwo bardzo się zmieniło, rozwija się w kierunku prywatnych armatorów, coraz więcej ludzi ma żaglówki lub jachty motorowe. Dla nich klub staje się bazą do trzymania sprzętu. Można by ich ściągać i brać pieniądze, jak to się robi na Mazurach, ale to nie jest rola klubu. Nie chcemy być tylko przechowalnią sprzętu. Klub został powołany, żeby upowszechniać sport żeglarski, zachęcać młodzież, organizować regaty, różne spotkania - robiliśmy tego bardzo dużo.

Oczywiście, klub musi się utrzymać. Na szczęście mamy swój teren i pomosty, choć zaczyna przy nich brakować miejsca. Poprzedni zarząd, a głównie Tomasz Jurczyk, przebudował przystań, zostały też zakupione pomosty pływające. Musimy iść w głąb jeziora, bo wzdłuż brzegu się nie mieścimy. Mamy już projekt zabudowy pomostów, wystąpiliśmy o pozwolenie wodnoprawne i czekamy na odpowiedź. Naturalnie, do zamocowania pomostów trzeba nająć wyspecjalizowaną firmę. Gdyby nie koszty inwestycyjne, to ze składek i z postojów jachtów spokojnie byśmy się utrzymali. Ale jeśli zwiększymy bazę do cumowania, będziemy mieli

większe wpływy gotówki. Jak się to uda rozwiązać technicznie, to będzie duża przystań.

- Jakie imprezy planujecie w tym roku?

- Na pewno będą regaty. Co prawda, często odbywają się w niedużym gronie, a wygrana w dużym stopniu zależy od tego, kto ma lepszy sprzęt, ale to fajna zabawa i z regat nie zrezygnujemy. Chciałbym tylko postarać się o lepsze nagrody, żebyśmy mogli wręczyć coś więcej niż same pucharki. Może uda nam się przeprowadzić, wspólnie z LOK Konin, wyścigi kajaków. Razem z naszym sąsiadem, firmą GLASPO, moglibyśmy zorganizować rekreacyjno-sportowe festyny na wodzie. Oczywiście przeprowadzimy także naszą sztandarową imprezę, czyli regaty barbórkowe i koncert Złota Szekla, które odbędą się 25 i 26 listopada.

- A co z zajęciami żeglarskimi dla dzieci, które klub prowadzi?

- To była Konińska Szkoła Żeglarska. Jej pomysłodawca Jacek Wiśniewski w tym roku stara się o dofinansowanie kolejnego projektu, który chciałby zrealizować z Liceum i CKU w Koninie. Ja z kolei chciałbym zorganizować niebieską szkołę, na wzór zielonej szkoły czy białej szkoły narciarskiej. GLASPO ma bazę noclegową, my bazę żeglarską, więc można połączyć poznanie żeglarstwa i 3-4 godziny pływania ze zwiedzaniem okolicy, lekcją historii i geografii regionu. Jeśli te projekty nie wypalą, spróbujemy inaczej, pomysłów nam nie brakuje.

- Były także weekendy żeglarskie dla pracowników kopalni, może warto do nich wrócić?

- Bardzo byśmy chcieli, jesteśmy otwarci na wszelkie propozycje. Na bazie pomysłu z weekendami dla kopalni zamierzam porozmawiać z tymi firmami, które dysponują funduszem socjalnym, i spróbować wskrzesić ten pomysł. Można byłoby organizować rejsy, już nie na zasadzie dyżuru, ale w jakimś konkretnym terminie, popływać, a potem zakończyć spotkanie przy ognisku czy grillu.

Ponieważ zrezygnowaliśmy z rejsów po Jezioraku, a nasz akwen jest trudny do pływania weekendowego, w tym roku zamierzam wysłać jeden z naszych klubowych jachtów do Powidza. Akwen piękny, woda czysta, nie ma motorówek. Tam każdy mógłby pływać naszym jachtem typu Ocean, mam już chętnych.

- A jaka jest najbliższa impreza klubowa?

- Oczywiście regaty otwarcia sezonu. Organizujemy je wspólnie z Konińskim OZZ. Co roku robi to inny klub, tym razem nasza kolej. Impreza będzie 21 maja na naszej przystani. Zapraszamy żeglarzy i widzów.

Klub Żeglarski przy KWB Konin oraz Koniński Okręgowy Związek Żeglarski zapraszają żeglarzy oraz sympatyków żeglarstwa na otwarcie sezonu 21 maja 2016 r. na przystani KŻ KWB w Pątnowie. Regaty odbędą się w klasach: T-1, T-2, T-3, Omega turystyczna, Omega sport, Open, Klasa 420, Laser, Ankor, Optimist

Wpisowe: 20 zł/os, dzieci i młodzież – 10 zł

Prosimy o zgłaszanie uczestnictwa w regatach na adres mailowy:

r.latanowicz@knozz.pl lub tel. 501 61 40 40

Otwarcie imprezy nastąpi o godz. 11.00

PRZYPRAWY ZAMIAST SOLI

Światowa Organizacja Zdrowia WHO zaleca, aby nie spożywać więcej niż 7-8 g soli na dobę (płaska łyżeczka do herbaty).



Zbyt duża ilość soli w naszym organizmie przyczynia się do rozwoju wielu groźnych chorób, m.in. nadciśnienia tętniczego i udarów mózgu, a także zapadalność na nowotwór żołądka. Tradycyjna polska dieta dostarcza za dużo soli kuchennej. Przeciętnie w ciągu doby spożywamy jej aż 16 g, podczas gdy zapotrzebowanie

organizmu ludzkiego wynosi 1,2-2,4 g na dobę. Sód zawarty w soli odgrywa ważną rolę w wielu procesach metabolicznych zachodzących w naszym organizmie: reguluje gospodarkę kwasowo-zasadową, wpływa na regulację osmotyczną w płynach ustrojowych, pomaga w utrzymaniu właściwej objętości i ciśnienia krwi. Jest też odpowiedzialny za przewodzenie impulsów nerwowych i skurczów mięśni oraz transport aminokwasów, cukrów i wielu witamin w tkankach.

Nadmiar soli w naszym organizmie jest jednak szkodliwy dla zdrowia. Trzeba pamiętać, że 60% spożywanej soli dodajemy do potraw podczas gotowania i w trakcie jedzenia. Reszta pochodzi z produktów przemysłowych (30%) i naturalnej żywności (10%). Najwięcej soli dostarczają sery żółte, konserwy mięsne i rybne, ryby wędzone, wędliny, mieszanki przyprawowe, koncentraty sosów, kostki bulionowe, zupy w proszku. Źródłem jej dużej ilości jest też żywność typu „fast-food” – frytki, pizza, hamburgery, hot-dogi.

Najlepszym sposobem zmniejszenia spożycia soli jest ograniczenie jej używania podczas przygotowywania posiłków i dosalania przy stole. Liczne badania wykazały, że w przypadku wielu zup, potraw mięsnych i półmięsnych większość osób, jeżeli ma możliwość wyboru, woli niższe stężenia soli niż zwyczajowo stosowane. Sól nie musi być dodawana na przykład podczas gotowania warzyw, zwłaszcza jeżeli gotujemy je w garnkach ze stali szlachetnej, gdzie utrata składników mineralnych jest naprawdę niewielka.

Ograniczenie dodatku soli podczas przyrządzania potraw będzie łatwiejsze, jeżeli wykorzystamy naturalne przyprawy ziołowe i korzenne. Najlepsze rezultaty daje stosowanie takich przypraw jak **bazylia** (ma korzenny aromat, nieco zbliżony do goździków czy gałki muszkatołowej, i słony smak. Ziele bazylii poleca się do przyprawiania pasztetów, farszy, sałatek, surówek, zup oraz kiszzonej kapusty i kiszonych ogórków). Wpływa również korzystnie na trawienie), **estragon** (jest stosowany do przyrządzania mięs, sosów, marynat, kiszzonej kapusty i kiszonych ogórków), **tymianek** (można używać do przyrządzania przetworów mięsnych, zup, sałatek i marynat. Doskonale maskuje zmniejszenie ilości soli w potrawie) i **imbir** (najpowszechniej jest stosowany do produkcji przetworów owocowych. Warto go jednak również wykorzystać do przyrządzania mięs, sosów i zup (np. flaków). Imbir w kawałkach jest doskonałym dodatkiem do marynat).

W przypadku niektórych chorób, jak nadciśnienie tętnicze, niewydolność krążenia, kiedy należy w diecie drastycznie ograniczyć ilość soli, można stosować jej substytuty. Powinny one być nieszkodliwe dla zdrowia, mieć właściwości smakowe zbliżone do NaCl i czysty słony smak. Dotychczas nie udało się stworzyć takiego idealnego substytutu. Najczęściej stosuje się mieszaninę chlorku potasu i chlorku sodu w różnych proporcjach oraz kwasy organiczne i ich sole. Należy pamiętać, że substytutów soli zawierających potas nie powinny używać osoby cierpiące na cukrzycę i niektóre schorzenia nerek.

BIULETYN RODZINNY

EMERYTURY - DZIŚ I JUTRO

To, ile zarabiamy dziś, przełoży się na to, jaką emeryturę będziemy pobierać w przyszłości. Dane nie napawają optymizmem. Teraz polscy seniorzy otrzymują świadczenie w wysokości 60 proc. swojej wcześniejszej pensji. W 2030 r. ten wskaźnik będzie jednak znacznie niższy. Niestety, polska emerytura stanowi zaledwie 32 proc. średniej unijnej.

System emerytalny w Europie traci wydolność?

Realne świadczenia emerytalne będą systematycznie zmniejszać się, co jest związane z sytuacją demograficzną. Po prostu będzie coraz mniej pieniędzy do rozdzielenia między osoby kończące pracę zawodową. Społeczeństwo się starzeje, emerytów jest coraz więcej, a osób pracujących coraz mniej.

Obecnie w Polsce na jednego emeryta przypadają trzy osoby w wieku produkcyjnym. Jak jednak wyliczają demografowie, w 2030 roku na jednego emeryta przypadają będzie dwóch pracujących. Ziszczenie się tych czarnych scenariuszy jest zresztą w takim samym stopniu prawdopodobne zarówno w Polsce, jak i w prawie całej Europie. Rządy wszystkich krajów UE od kilku lat szukają więc wspólnie rozwiązania, które pozwoliłyby zapewnić odpowiednią wysokość emerytur w starzejących się społeczeństwach, nie pogrążając przy tym budżetów państw.

Wiek emerytalny w Europie

Kwestią podstawową w przypadku tych świadczeń jest wiek emerytalny. Temat ten „gorący” jest nie tylko w Polsce. Wszystkie kraje unijne dostosowują bowiem wiek emerytalny do wspomnianych zmian demograficznych. W Polsce został on podniesiony do 67. roku życia, rząd jednak mówi o cofnięciu reformy i powrocie do 60. roku życia dla kobiet i 65. roku dla mężczyzn.

Do 67 lat wiek emerytalny podwyższyło w UE aż 10 krajów: Belgia, Chorwacja, Czechy, Niemcy, Dania, Francja, Grecja, Włochy, Norwegia i Hiszpania. Wielka Brytania i Irlandia jako jedyne państwa europejskie jeszcze zastrzyły te kryteria – chcą podwyższyć wiek emerytalny aż do 68 lat.

Jest jednak wiele państw europejskich, które podniosły wiek emerytalny do 65 lat z wcześniej obowiązującego niższego. To Austria, Bulgaria, Cypr, Estonia, Węgry, Łotwa, Litwa, Malta, Rumunia i Słowenia. Na emeryturę w takim wieku przechodzą także mieszkańcy Luksemburga, i tu nie zapowiadają się żadne zmiany.

Najkrócej w Europie pracują zaś Słowacy. Na emeryturę w wieku 62 lat przechodzą tam mężczyźni, a w wieku 58 lat i 3 miesiące kobiety. To pokazuje, że Polska jest gdzieś w środku stawki.

Wysokość emerytur – Polska daleko w tyle

W Polsce najbardziej drażliwą kwestią jest wysokość emerytur. Świadczenie, które otrzymują obecnie seniorzy w Polsce, stanowi 32 proc. średniej państw UE. Emerytura obowiązująca w naszym kraju należy do zdecydowanie najniższych w całej Unii. Jak wyliczył Eurostat, średnia w Polsce to 474 euro dla mężczyzn i 358 euro dla kobiet.

Są oczywiście państwa w Europie Środkowo-Wschodniej, gdzie emeryci dostają jeszcze mniej, ale nie jest to powód do dumy, zwłaszcza że przepaść dzielącą nas ze Starą Unią jest gigantyczna. Nieco za nami są kraje takie jak Litwa, Łotwa, Estonia, Chorwacja, Węgry, Rumunia, Bulgaria i Słowacja.

Najtrudniejsza jest sytuacja finansowa emerytów na Litwie, gdzie średnia dla mężczyzn to 271 euro, a dla kobiet 240 euro miesięcznie. Liderem regionu są Czesi, którzy dostają odpowiednio 502 euro i 432 euro, zaś liderem w całej UE jest Luksemburg. Mężczyźni w tym kraju dostają średnio 4017 euro, a kobiety 2207 euro, co jest dla polskiego emeryta kwotą niewyobrażalną!

Więcej: <https://www.zaimo.pl/content/polskie-emerytura-na-le-europejskich/>



Wpadnij na chwilę na... Festiwal

Nie da się ukryć - **Międzynarodowy Dziecięcy Festiwal Piosenki i Tańca w Koninie** to największa w kraju dziecięca i młodzieżowa impreza artystyczna i jedna z największych w Europie. Z Festiwalem współpracowały najwybitniejsze postaci polskiej rozrywki - estrady, teatru, filmu i telewizji, m.in. Ewa Bem, Jacek Cygan, Urszula Dudziak, Zbigniew Górny, Krzysztof Ibisz, Krzysztof Jaślar, Jerzy Krzysak, Grażyna Łobaszewska, Wojciech Malajkat, Agata Młynarska, i Lora Szafran.

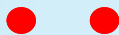
Organizator - Koniński Dom Kultury, zaprasza na tę znaną imprezę już po raz 37. W tym roku rozpocznie się 1 czerwca, w Dzień Dziecka. Koncert Galowy, jak zwykle, w konińskim amfiteatrze „Na skarpie”, 4 czerwca.

- **O poprowadzenie Gali poprosiliśmy po raz kolejny Tomasza Kammela** - informuje Robert Glapa, zastępca dyrektora KDK. **Zapraszam do amfiteatru rodziców ze swoimi pociechami. Jak co roku czeka na Państwa dużo niespodzianek i mnóstwo pozytywnych przeżyć. Bilety będą do nabycia w impresariacie KDK tuż przed Festiwalem.**

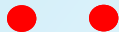
KIERMASZ

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!

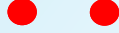
- Sprzedam dom zlokalizowany na osiedlu nowych domków w Wąsoszach, powierzchnia 120 m², działka 10
Kontakt: tel. 731 112 220



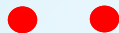
Rycerz zgłasza się do króla po powrocie z długiej wyprawy.
- Czego dokonałeś, dzielny rycerzu? - spytał król.
- Panie - tygodniami rabowałem, mordowałem i gwałciłem we wszelkich wsiach i miastach należących do Twoich wrogów na zachodzie.
- Zaraz, ale ja nie mam wrogów na zachodzie!
- Już masz Panie.



Żona wykonuje jakieś dziwne ruchy przed lustrem.
- Co ty tam robisz?!
- Ćwiczę chwyt samoobrony, nigdy nie wiadomo, czy w ciemności nie napadnie mnie jakiś maniak seksualny.
- Daj spokój, aż tak ciemno to nie bywa!



Gość wzywa kelnera i pyta:
- Czy muzycy w waszym lokalu grają na życzenie gości?
- Oczywiście, szanowny panie!
- To proszę im powiedzieć, żeby zagrali w domino!



Nauczycielka pyta się dzieci, jakie zwierzęta mają w domu. Uczniowie kolejno odpowiadają:
- Ja mam psa...
- Ja kota...
- U nas są rybki w akwarium...
Wreszcie zgłasza się Jasio:
- A my mamy kurczaka w zamrażarce...

Krewni są jak piękny, górski krajobraz; najlepsze wrażenie czynią z daleka
J. Gabin

Hasło krzyżówki z kwietniowego wydania Kontaktu brzmiało „W maju jak w maju”. Uprzejmie proszę o kontakt osobę z Elektrowni Konin, która w połowie kwietnia zgłaszała hasło telefonicznie (czeka nagroda). Hasło – rozwiązanie krzyżówki z bieżącego numeru Kontaktu przyjmujemy pod numerem telefonu 32-58. Do wylosowania – breloczek firmowy.

Poziomo: 1) lustracja; 5) rachowanie; 9) wypoczynek, laba; 10) scalanie się, łączenie; 11) miesiąc z Gwiazdką; 14) rasowy koń; 17) ze zbiorem map; 18) dydaktyka; 19) udzielanie pomocy; 21) na śrubie; 23) odpowiada w górach; 25) przyrząd od ciśnienia; 28) obwód wejściowy odbiornika służy do zagłuszania stacji przeszkadzających; 29) malarz włoskiego renesansu; 30) maszyna do nitowania; 31) tekturka;

Pionowo: 1) pokwitowanie ze sklepu; 2) największa antylopa; 3) miejscowość podwarszawska z ośrodkiem dla dzieci niewidomych; 4) wtorek, środa, czwartek itd.; 5) jeden z naszych sąsiadów; 6) wieś w woj. dolnośląskim, w pow. lubańskim; 7) ukośne położenie przedmiotu; 8) miasto w Teksasie, przejście graniczne pomiędzy USA i Meksykiem; 12) idol; 13) kastrat; 15) długa linka z ciężarkiem, którą się przerzuca ze statku na inny statek lub nabrzeże w celu przywiązania do niej cumy, liny holowniczej; 16) gruby koc; 20) w małym telewizorku; 21) mała galera z jednym rzędem wiosł; 22) grecka bogini prawa i sprawiedliwości; 24) pszenica o ości- stym kłosie; 25) pełno w nim alkoholu; 26) mówca; 27) z hiszpańskiego – stuprocentowy mężczyzna;

HOROSKOP

Bliźnięta 21. 05 - 21.06



Gwiazdy zmuszą cię do podejmowania ważnych decyzji. Zdać się na intuicję.

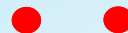
Pod wpływem Marsa i Saturna w opozycji możesz czuć się, Bliźniaku, jakbyś naciskał jednocześnie na gaz i hamulec. Niebawem przekonasz się, że wszelkie opóźnienia obrócą się na twoją korzyść. Ale zastanów się nad kierunkiem, w jakim zmierzasz.

Przed strzałą Amora nie uda ci się uciec. Może ktoś, kto do tej pory odrzucał twoje awanse, spojrzy teraz na ciebie łaskawszym okiem? Albo to ty zdecydujesz się dać komuś szansę? Gwiazdy nie zdradzają szczegółów, więc równie dobrze może to być wasze pierwsze spotkanie, po którym długo nie będziesz mógł, Bliźniaku, zasnąć. Kuj żelazo, póki gorące, radzi Mars, i umów się prędko na randkę. Bliźnięta, które mają na palcu pierścionek zaręczynowy, powinny szczerze porozmawiać z partnerem i wyznaczyć wreszcie datę ślubu.

Bądź otwarty na inny punkt widzenia. Problemy domowe jeszcze nie miną. Niektóre mogą się nawet pogłębić. Niewykluczone, że trzeba będzie podjąć decyzję, którą nie do końca akceptujesz. A nikt z najbliższych nie doceni twojego poświęcenia. Relacje z przyjaciółmi ułożą się poprawnie, choć nie będziecie się we wszystkim zgadzać.

Na brak kasy nie będziesz się skarżyć. Jednak w pracy czeka cię mnóstwo obowiązków, bo Mars w opozycji postawi przed tobą wyzwania wymagające dużej mobilizacji. Spokojnie, na pewno zdołasz uporać się ze wszystkim. Warunek jest jeden: wyłącz internet, Skypea i telefon. Wówczas odkryjesz, że masz sporo wolnego czasu na pracę.

Twoje zdrowie wymaga wysiłku fizycznego. Nawet te Bliźnięta, które sport znają tylko z telewizji, powinny zacząć biegać lub jeździć na rowerze. I tym razem zapał nie może przejść po tygodniu. Przekonacie się, jak wspaniale działają wydzielane podczas ćwiczeń endorfiny, hormony dobrego humoru.



Spotykają się dwaj koledzy:
- Cześć Stasiu, co tam w pracy?
- A nic... w zeszłym tygodniu nasz szef utknął w windzie.
- I co zrobiliście?
- Nic. Ciągle się zastanawiamy.

KRZYŻÓWKA FIRMOWA

