

# MAGAZYN

PL ISSN 0137-9240

Nr Indeks 3503

# Kurier Szczeciński

16 stron!



PIĄTEK, SOBOTA, 30, 31 SIERPNIĄ, NIEDZIELA, 1 WRZEŚNIA 1985 ROKU

Nr 169 (12 308)

Rok założenia 1945

Nakład: 170 000 egz.

Cena 10 zł

## Zbliża się 46 rocznica Września

ZBLIŻA się 46 rocznica patriotycznego Września 1939 r. — bohaterstwa obrońcy kraju napadniętego przez niemieckich faszystów, rocznica wybuchu II wojny światowej. Dział w różnych miejscowościach odbędą się rocznicowe imprezy. W Warszawie odbędzie się uroczysty pokaz filmów dokumentalnych doświadczeń walce Polaków z niemieckim okupantem. Przed Pomnikiem Bohaterów Ziemi Białostockiej społeczeństwo tego regionu zgromadzi się na pokojowej manifestacji. Grupa jeźdźców wyruszy na trasę trzyletniego, XII już rajdu konnego poświęconego pamięci bohaterskiego Września 1939 r. prowadząca przez Ziemię Szczecińską; uczestnicy rajdu złożą kwiaty w miejscach pamięci narodowej i spotkają się z uczestnikami kampanii wrześniowej.

## Nasz parlament ośrodkiem więzi państwowej

# W sobotę upływa VIII kadencja Sejmu

WARSZAWA PAP. W sobotę, 31 sierpnia, kończy się VIII kadencja Sejmu. Była to kadencja najdłuższa w PRL — trwała 65 miesięcy. Przypadła na okres burzliwych wydarzeń w naszym kraju i weszła już do historii polskiego parlamentaryzmu. Rola Sejmu i jego pozycja w państwie ludowym wyraziście odzwierciedliły się w najcięższych latach wewnętrznych kryzysów, kiedy to parlament stał się ośrodkiem więzi państwowej.

NIEZWYKLE aktywna działalność parlamentu VIII kadencji zyskała mu przydomek „Sejmu pracującego”. Nie było istotnej społecznej sprawy,

która w ten czy inny sposób nie znalazłaby się na forum Sejmu lub jego komisji, zaś wnioski z poselskich analiz oraz społeczne postulaty niejednokrotnie stanowiły punkt wyjścia do głębokich reform. Ich wspólnym mianownikiem było dążenie do powszechnego udziału społeczeństwa w sprawach publicznych.

SYTUACJA dyktowała tempo prac poselskich. Ich intensywność zarówno w pierwszych, jak i późniejszych latach VIII kadencji ściśle wiązała się z dziełem socjalistycznej odnowy w naszym kraju. Przez wszystkie lata tej przedurocznej kadencji w centrum uwagi Sejmu znajdował się stałe problem porozumienia narodowego i umacniania państwa. Stał się on też ważną płaszczyzną kształtowania koalicyjnego sposobu sprawowania władzy w dzisiejszej Polsce.

(Dokończenie na str. 2)

## Podpisano porozumienie

### Restrukturyzacja załączenia Meksyku

NOWY JORK PAP. Meksyk podpisał w czwartek z przedstawicielami ok. 600 banków wierzycielskich porozumienie w sprawie restrukturyzacji swego zadłużenia wynoszącego 20,1 mld dol. Układ, zapewniający temu krajowi odroczenie terminu spłaty największej kwoty, jaka kiedykolwiek zgodziły się banki zagraniczne uwzględnić, uważany jest za wzorcowe porozumienie dla innych mocno zadłużonych krajów rozwijających się. Dokument daje Meksykowi 14 lat na spłatę wspomnianej kwoty.

## W 5 rocznicę Porozumień Społecznych w Szczecinie

# Spojrzenie w przeszłość z myślą o przyszłości

## Kwiaty przed tablicą pamiątkową w „Warskim”

DZIS mają 5 lat od chwili podpisania w Szczecinie Porozumień Społecznych między protestującą klasą robotniczą a rządem Polski Ludowej. O godzinie 8 rano, dla upamiętnienia doniosłej rocznicy przed bramą główną Słoczni Szczecińskiej im. A. Worskiego zgromadziła się stocznicy z poszczególnych wydziałów, przedstawiciele związku zawodowego, dyrekcji,

## Pościg za... satelitą

WASZYNGTON PAP. Po pomyślnym umieszczeniu na orbicie trzeciego z przywiezionych ze sobą w ładowni satelitów telekomunikacyjnych, astronauta z wiodącego „Discovery” przystąpił do „pościgu za zblakany” satelitą telekomunikacyjnym „Lessa-Syncrom IV-3”. Ich misja orbitalna będzie się obecnie koncentrować na próbach przechwycenia uszkodzonego satelity, w celu usunięcia defektu w s-bote.

## Misja EWG w RPA

### Barykady w rejonie Kapsztadu

LONDYN PAP. W RPA oczekuje się dziś przybycia oficjalnej misji, reprezentującej Wspólny Rynek. Wizyta szefów dyplomacji Włoch, Holandii i Luksemburga doszła do skutku mimo odrzucenia przez rządy z RPA wniosku gości o umożliwienie im rozmowy ze skazanym na dożywotnie więzienie Nelsonem Mandelą i mimo ciastych brutalnych represji sil porządkowa RPA wobec patriotów murzyńskich domagających się położenia kresu polityce apartheidu. W czwartek teatrem gwałtownych zamieszek było największe getto Metysów w rejonie Kapsztadu, Mitchell's Plain. Po raz pierwszy w ogóle demonstranci wzniesli barykady. Niespokojnie było też w gettach murzyńskich wokół Kapsztadu, zwłaszcza słumach Crossroads. W całym kraju w ciągu ostatnich 48 godzin miało w sumie zginąć 21 osób.

## J. Urban o wydarzeniach w RPA

WARSZAWA PAP. Rzecznik prasowy rządu Jerzy Urban przekazał PAP oświadczenie następującej treści:

Polska pryncypialnie i konsekwentnie od lat potępiała politykę szczególnej segregacji rasowej, jaką jest apartheid. Czy nimy to w oparciu o nasz pogląd na świat, z oczywistych względów politycznych, ideolo-

(Dokończenie na str. 2)

## Nadchodzi huragan

### Gigantyczna ewakuacja

WASZYNGTON PAP. Ponad 73 tys. osób ewakuowano z rejonów nadmorskich w USA od Florydy po wybrzeża Luizjany w związku z nadciągającym huraganem znanym jako Zatok Meksykańskiej.

# WYBORY 13-X-1985

## Konsultacja na prawobrzeżu

- WŚRÓD kandydatów widzę menedżerów produkcji. Ciakaw jestem jakie widzą oni sposoby na zahamowanie inflacji?
- Dlaczego PFAZ zamiast pomagać „kładzie na łopatkę” wiele przedsiębiorstw?
- A co z egzekwowaniem naszych — doskonałych ponad — aktów prawnych?

## Nowości z „Kasprzaka”

### Polskie video i magnetofony

W WARSZAWSKICH Zakładach Radiowych — popularnym „Kasprzaku” — kończą żywot magnetofony szpulowe. Fabryka próbowała pogodzić w dotychczasowej produkcji historię i czas teraźniejszy, składając 4 magnetofony szpulowe i 10 typów kasetowych, ale o podjęciu ostatecznej decyzji przesądziły dwa fakty: po pierwsze minął bezproblemnie czas, gdy magnetofon szpulowy przewyższał swoimi walorami „kasetowca”. Ostatnimi czasami ten drugi, mniejszy i prostszy w obsłudze.

(Dokończenie na str. 2)

KONSULTACYJNE spotkanie z czterema kandydatami na kandydatów na posłów do Sejmu PRL przebiegało w Zdrojach w sposób dość burzliwy

(Dokończenie na str. 3)

## Przeszczep serca

WASZYNGTON PAP. Zespół chirurgów z centrum medycznego uniwersytetu w Tucson przeprowadził w czwartek nową operację wszczepienia pacjentowi sztucznego serca. 33-letni Michael Drummond jest szóstym, a zarazem najmłodszym pacjentem z sercem typu „Jarvik-7”. W przeciwieństwie do poprzedników, nie będzie on na stałe skazany na życie ze sztucznym sercem, ponieważ ma ono jedynie utrzymać go przy życiu do czasu znalezienia właściwego dawcy serca ludzkiego. Stan jego zdrowia nie pozwalał dłużej na utrzymanie go przy życiu z wadliwym sercem, którym obdarowała go natura.



13-LETNIA Amerykanka Samantha Smith, która wysłała przed 2,5 rokiem list do nieznanego już przywódcy radzieckiego Jurija Andropowa i prezydenta USA R. Reagana zginęła wraz z ojcem w katastrofie lotniczej.

CAF-AP—telefoto

47/85



















## Umiar i elegancja



CO robić, gdy podczas prasowania zbyt gorące żelazko spowoduje założenie tkaniny? Należy ją natychmiast zwilżyć zimną wodą i obficie posypać

### Sposób na żółte plamy od żelazka

solą. Następnie tak przygotowaną tkaninę wystawiamy na słońce. Plamy powinny zniknąć. Przy okazji — żelazko zawsze powinno być idealnie czyste. Jeśli to zaniedbamy, będziemy potem mieli spory kłopot.

## Ze starego Kalendarza

W STARYCH kalendarzach, czasem przeconowanych przez nasze babcie, można wyczytać wiele ciekawych rzeczy. Oto porady z ubiegłego stulecia:

◆ W Sierpniu trzeba umiarkowania. Mleko, słodkie potrawy, kapusta, jarząb pod ten czas mnożą melankolię i zle febrę, od

tego się poustrzymaj. Cielec mięso i młode kury, te pożywaj. Ryby najdrowsze są, które się chowają w rzekach i wodach kamienistych, nie z mętnych i plugawych wód.

◆ Sierpnia rozrywki te są: kijem albo szablą machać dla członków wzmocnienia; kto nad wodą siedzi, tedy w wodzie może sobie uciechy szukać; konia dosiadać; kamieniem rzucać; dziewczki sposobne na żonę oglądać, jako że wdzięki nie ze wszystkim się zakrywają.

## Z Ireną Gumowską rozmowa przy stole

### Jak utrzymać wagę?

— ROZMAWIAMY o głównych zasadach odżywiania się. Jedzenie urozmaicone, ale nie przejadające się, aby utrzymać wagę. Czy trubaskom radzi pani odczuwać się?

— Ale tylko racjonalne i przy stosowaniu pomocniczej kuracji. Jemy za dużo. Jakąś kobietą narzekam, że tyje i przy tym wyjaśnia: „Zjadam tylko jedno ciastko dziennie”. Nie zdaje sobie sprawy z tego, że to jedno ciastko zawiera aż 300 kalorii i żeby się ich porzyść powinna prać ręcznie białnie przez ok. 3 godziny.

— A więc w sobie smakotyków powinniśmy sobie odmawiać, aby zachować właściwą wagę?

— Sprostuję, nadmiamy smakotyków. Zawsze prawdę zawieram twierdzenie, że kiedy ktoś chce być piękny, musi trochę pocierpieć.

— Zatem głodówka, aby nabrać linii?

— Gorąco przestrzegam przed stosowaniem głodówek. Są bardzo

niebezpieczne. Znamy przecież przykład włoskiej śpiewaczki Maril Cellas, która właśnie dlatego nie mogła występować na scenie, że dopuściła do nadwagi ciała. Aby ratować swoją karierę, zaczęła gwałtownie odchudzać się, co ogromnie ujemnie wpłynęło na stan jej zdrowia.

— ROZUMIEM, że należy ograniczać jedzenie?

— Przed wszystkim jeść z umiarem. Nie żyje się po to, aby jeść, ale je, aby żyć. Holdować zasadzie pewnego niedojadania. Po każdym posiłku wstawać od stołu z uczuciem małego niedosytu.

— Czy to wystarczy, aby nabrać linii?

— Nie każdemu. Warto dodatkowo stosować „dni półgłodne”, to znaczy jeden dzień w tygodniu odżywiać się wyłącznie jabłkami lub wypijać jedynie kilka szklanek mleka.

— A co to jest, wspomniana na początku kuracja pomocnicza?

— Ruch! Jedni się gimnastykują, drudzy odwracają na białko-eno



cery, a jeśli brakuje na to czasu, pieszo idą do pracy lub z niej wracają. Dreptanie po mieszkaniu przy sprzątaniu i przy gotowaniu, a nawet chodzenie po zakupie nie zastępuje ani systematycznej gimnastyki, ani dłuższych spacerów. Utrzymanie linii wymaga pewnych poświęceń. Nic w życiu za darmo

## Kulinaria — z myślą o zimie

### Spizarnia pełna zapasów

#### SZCZAW MARYNOWANY NA ZIMIE

Nazbierać szczawiu obrać i osłukać starannie usiekać drobno. Posolic i na wolnym ogniu smażyć mieszając aby się nie przypalił, po czym go wyjąć i po wystudzeniu włożyć w słoiki lub kamienne garnuszki; następnie zalać świeżym smalcem lub też masłem, zamknąć i wynieść do suchego miejsca. Jeżeli duszyć się zastarzeje, trzeba go zdjąć i zalać świeżym. Szczaw ten zimą jak świeży się używa. Można go też i w ten sposób marynować: utłoczyć liści szczawioowych oczyszczonych w garnku, mocno je utłoczyć, przesypać solą i tak postępować aż się garnek zapełni, potem go mocno związać i wynieść w chłodne miejsce.

#### KAPUSTA KWASZONA NA ZIMIE

Kapustę uszatkować, przesypując w czasie szatkowania solą. Uszatkowaną kładź do beczki, wrzucić do niej kilka jabłek kwaszonych i ubijąc kapustę warstwowi ręką tylko tyle ile sama ustępuje, aby się zanadto nie rozbiła; następnie przycisnąć mocno denkiem i przyłożyć kamieniem. Po kilku dniach, gdy zacznie się mocno burzyć, zdjąć kamień i deskę, obmyć, zrobić w kapuście kilka dziur, aby gorzeć wyszła i zostawić tak przez kilka dni odkrytą. Następnie położyć na kapuście czysty płócienny płat, następnie denko, które trzeba kamieniem przycisnąć. Denko musi być tak duże, aby cała kapusta przykryta

JESLI już nie możemy odzwyczaścić się od palenia papierosów, to przynajmniej postaramy się przedchwilnie porannym kapiem męczącym niemal każdego palacza

### Dla kaszlących palaczy...

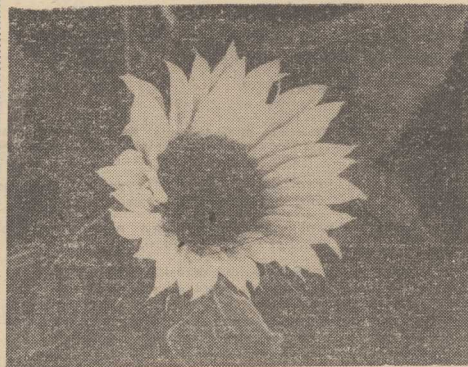
Do tego celu zalecana jest mieszanka ziołowa korzenia kaurceji z liśćmi lub korzeniami prawosławu i nastosami kopru. Każdego ziele bierze się po trzy części, zalewa 2 szklankami wrzątku, potem odcedza. Pić 1-3 razy dziennie ciepły wywar.

## Tylko dla fotoamatorów

### Więcej światła

NAPYLAJĄ do nas kolejne listy ze zdjęciami do oceny. Wszak są jeszcze wakacje i wiele osób uwiecznia na kliszy odwiedzone miejsca i zdarzenia, w których uczestniczy. Cieszy nas ta obfitość korespondencji, choć z drugiej strony utrudnia kontynuowanie zaplanowanego przewodnika po tajnackich sztuki fotografowania. Cóż, na szkolenie będzie czas jesienią i zimą.

Nasz stały korespondent p. J. Swierz z Pырycz przysłał kolejną porcję zdjęć. Niestety, wszystkie mają jedną podstawową wadę — są ciemne, niedoświetlone. Trudno o dokładną ocenę, skoro nie wiemy, w jakich warunkach były wykonywane, na jakim filmie, jakie były czas i przysłona. Jeśli wszystkie parametry zostały „ustawione” prawidłowo, niedoświetlenie może być winą aparatu. Tę wadę sugeruje biała plama na zdjęciu z meczu. Jeżeli chodzi o zdjęcie słonecznika — jest niezłe zakomponowane, naszym jednak zdaniem kwiat powinien być zwrócony w stronę fotografującego, tak jak to ma miejsce na zamieszczonym poniżej zdjęciu.



Cezary Witecki, Szczecin. Ten sam problem. Wszystkie zdjęcia wykonane przez pana są niedoświetlone. Radzimy korzystać z tabeli nasświetlań załączanej na ulotce do każdego opakowania filmu.

Stanisław S. Swinoujście. Różnice w nasświetleniu każdego zdjęcia (pół klatki jasne, pół — ciemne) sugeruje uszkodzenie migawki. Radzimy udać się do warsztatu naprawiającego fotoparaty. Pozdrowienia.

## Japońscy naukowcy na temat włosów

### Jedynie spokój uratuje czuprynę

PEWIEN pan czesząc się rano gąbką stwierdził — lvsina jest piękna! Niestety, mała który mężczyzna potrafi pogodzić się z łoseniem, przejść nad utratą włosów do porządku dziennego. Próbuja ratować resztki włosów za wszelką cenę, a w rezultacie na różnych maściach, miksturach i cudownych recepturach ich włosy zarabiają majątek. I śmieją się w kulak, bo dobrze wiedzą, iż na lvsinę nie ma rady.

Ostatnio jednak Japończycy zaczęli szukać przyczyn wypadania włosów w sferze

psychicznej człowieka. Twierdzą bowiem, że lvsiejemy przede wszystkim na skutek stresów. Dodajmy — kumulujących się stresów. Proces ten może zahamować skutecznie odpowiednia terapia psychiczna. Zatem chcąc mieć bujną czuprynę — nie powinniśmy się denerwować.

Oczywiście nie należy w tym, co napisaliśmy, upatrywać cudownego leku na lvsinę. Badania prowadzone przez japońskich naukowców są ciągle w początkowym stadium, za wcześniej jeszcze na wyciąganie ostatecznych wniosków. Na pewno jednak obserwacje i eksperymenty są prowadzone w dobrym kierunku. Dawno już bowiem stwierdzono, że zdrowie psychiczne ma wpływ na kondycję fizyczną. Zatem — także na włosy.

Radzimy się nie przejmować, unikać stresów, stanów długotrwałego napięcia. Każdy włos jest na wagę złota.

