

KURIER WILEŃSKI

Sobota
Czerwiec 2018 **9**

Imieniny: *Anny, Bertranda, Maksymiana, Felicjana, Józefa, Kolumba, Prosimira, Efrema, Ryszarda i Sylwestra*

TRZY PYTANIA DO...

...Diany Neustrojowej, lekarza laryngologa.

1. Wysokie temperatury są bardzo uciążliwe. W upalne dni szukamy różnych sposobów na ochłodzenie, a jednym z nich często jest przebywanie w klimatyzowanych pomieszczeniach. W pracy, w sklepie czy w autobusie – praktycznie wszędzie włączona jest klimatyzacja. Czy jest zdrowa?

Jeżeli korzystamy z niej zgodnie z instrukcją, to nie zaszkodzi, ale jeśli będziemy korzystać bez środków ostrożności, to może doprowadzić do wielu chorób.

2. Jak prawidłowo z niej korzystać?

Aby klimatyzacja nie szkodziła, różnica temperatury na zewnątrz i w pomieszczeniu nie powinna przekraczać 5-6 st. C. Jeśli więc na dworze mamy 30 st. C, to w domu albo w aucie trzeba ustawić klimatyzację na 24 st. Powiew należy ustawić tak, aby nie dmuchało nam w twarz, uszy. Bardzo ważne jest, aby przed rozpoczęciem sezonu klimatyzacja była odgrzybiona i wymienione zostały filtry. Inaczej jest wielkie ryzyko, że będzie roznosić bakterie po pomieszczeniu.

3. Jakie są negatywne skutki klimatyzacji?

Wdychane suche powietrze z klimatyzacji wysusza drogi oddechowe. Zimne powietrze sprzyja ochłodzeniu organizmu i zmniejszeniu jego odporności. Nagłe wyjścia z zimnego pomieszczenia na upał i odwrotnie, też niekorzystnie wpływają na naszą immunologię. Powstaje więc duże ryzyko infekcji, takich jak zapalenie zatok z ogromnym bólem głowy, stany zapalne gardła i migdałków, uniemożliwiające przetykanie i sprawiające wiele dyskomfortu oraz zapalenia uszu. W większości przypadków są to infekcje wirusowe, powstające na skutek spadku odporności.


Rozmawiała Honorata Adamowicz

Przedstawiciele OBWE są zainteresowani sytuacją mniejszości narodowych na Litwie

6 czerwca br Europejska Fundacja Praw Człowieka (EFHR) spotkała się z przedstawicielami Wysokiego Komisarza Organizacji Bezpieczeństwa i Współpracy w Europie (OBWE) do spraw Mniejszości Narodowych Iryną Ulasiuk i Antonem Petrenko Thomsenem, którzy przybyli na Litwę z kilkudniową wizytą, aby zapoznać się z sytuacją mniejszości narodowych.

Podczas spotkania przed-

stawicielka EFHR prawniczka Ewelina Dobrowolska rozpa- trzyła nie tylko niezmienną już w ciągu kilku lat sytuację mniejszości narodowych, ale też podzieliła się zrobionym przez EFHR raportem o wdrażaniu Konwencji Ramowej o ochronie mniejszości narodowych na Litwie (KROMN).

EFHR z przedstawicielami OBWE spotyka się już nie po raz pierwszy, takie spotkanie odbyło się jesienią 2016 r. 

EFHR

*Musiałam się tym kamieniem uczynić,
który by mówić umiał prawdę...*

śp. BARBARY
WACHOWICZ-NAPIÓRKOWSKIEJ...



Zgąśł potężny Mistrz Mowy Polskiej. Zaczyna Polka, pisarka, kronikarka, świetny narrator dziejów literatury, kultury i historii Polski, strażniczka Kresów Wschodnich, rycerz chrześcijański, patronka harcerstwa polskiego, trybun patriotyzmu, Polka życzliwa Narodowi swemu i Ojczyźnie - CHŁUBA POLSKI, KORONA KULTURY POLSKIEJ. Żywiła nas życiodajną myślą, użyźniała nasze umysły swoim mistrzowskim piórem i słowem, żeby polskie ziarno owocowało... Lubiła powtarzać: „W ojczyźnie serce me zostało. W Wilnie dusza moja jest...”. Adam Mickiewicz, Juliusz Słowacki, Stanisław Moniuszko, Józef Piłsudski, Śniadeccy, Wilno - kolebka romantyzmu polskiego - Soleczniki, Jaszuny, Kowalczyki, Bolcienniki było na JEJ codziennym warsztacie pisarskim. Wigilie polskie łączyły i uszlachetniały nasze serca, Wystawy - stały na straży pamięci o tych, co ukochali Polskę nad własne życie. Niepowtarzalne JEJ wieczornice w Wilnie i w Mrągowie na Festiwalu Kultury Kresowej stawały się manifestacją patriotyzmu. Odeszła jedna osoba, a tak dużo ubyło...

Wyrażam głębokie współczucie Rodzinie, Przyjaciółom, Bliższym, Znajomym, Współpracownikom, Narodowi Polskiemu, Państwu Polskiemu.

A jeśli komu droga otwarta do nieba, to tym, co służą Ojczyźnie. Niech JEJ ziemia polska będzie lekka i otuli JĄ naszą troską i pamięcią...

Apolonia Skakowska

Prezes-dyrektor Centrum Kultury Polskiej na Litwie
im. Stanisława Moniuszki w Wilnie

- laureat tytułu „Kuznia Mistrzów Mowy Polskiej”

KURIER WILEŃSKI

Ukazuje się od 1 lipca 1953 r.

Birbynių g. 4a, 02121-30 Vilnius,
Lietuvos Respublika,
tel./fax 260 84 44



DIENNIK NALEŻY
DO EUROPEJSKIEGO
STOWARZYSZENIA GAZET
CODZIENNYCH MNIEJSZOŚCI
NARODOWYCH



POMOC
POLAKOM
NA WSCHODZIE

Redaktor naczelny: Robert Mickiewicz [tel. 260 84 44, redaktor@kurierwilenski.lt]. Zastępca red. nac.: Aleksander Borowik [info@kurierwilenski.lt, tel. 260 84 46] Sekretarz redakcji: Lucja Stankevičiūtė [tel. 260 84 47, sekret@kurierwilenski.lt] Dziennikarze: Honorata Adamowicz, Justyna Giedrojć, Ilona Lewandowska, Brygita Łapszewicz, Anna Pieszko, Marian Paluszkiwicz — fotoreporter
Współpracownicy: Helena Gładkowska, Witold Janczys, Jadwiga Podmostko, Alina Sobolewska, Krzysztof Subocz, Julitta Tryk
Dział Promocji: Andrzej Podworski — prenumerata [tel. 212 30 40, kolport@kurierwilenski.lt], Jolanta Balkiewicz — reklama [tel. 260 84 44, reklama@kurierwilenski.lt]. Wydawca: VšĮ „Kurier Wilenski” Druk: VšĮ „Vilnijos žodis” Nakład: 3000 egz.

Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji tekstów. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. Opinie Czytelników zawarte w ich listach nie zawsze są zbiedzne z opinią redakcji.

Redaktor dyżurny: Alicja Klonowska



SENAT
RZECZYPOSPOLITEJ
POLSKIEJ

Projekt współfinansowany w ramach sprawowania opieki
Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą