

Krzyżówka panoramiczna nr 23

KALEJDOSKOP WYDARZEŃ

To i owo

CZARNY NAPÓJ DEBATA	CIEŻAR WĘGLA WSPÓLNIE	OBOK PANI MEDYK	SSAK MORSKI	MARKA POJAZDU	FUSY OGLADA	UKROP KUZYN JELENIA	MILILUKS
	3		RYS LUBA TRISTANA		TYP NADWOZIA ALEX	4	
Z WĘGLEM PISAK		9		ZA URALEM NOBLISTA Z 1912 r	7	AUTO RUMUNA MODEL FERRARI	
			PERSKA MIARA	11	NA PŁASZCZ BLENDA CYNKOWA		WULKAN FILIPIN
TAKT RYTM	SOBEK	DRUGI PLAN SKŁADNIK DZEMU		DWIE W AUCIE ESKA- PADA		PRZY SUMATRZE NUTA	13
			NOBLISTA 1902-1994 ARTYSTA Z UNIZMU		NA PSIM OGONIE SKAŁA	15	ŚWIETUJE 4 GRUDNIA
BIG BEAT	PAN OMNIBUS	2		BADA DZIEJE ZIEMI STYL HOMERA			
	6	GUZIK METALOWY		WALIJSKI BÓG MORZA			10
CECHA OSŁA	CZYŚCI PLAMY		ZDROWE WARZYWO	16			
		5	CISZA		JAPOŃSKA MIARA DŁUGOŚCI		
PLACEK ZYDA	DO NITOWANIA		SIDŁA	12			
	14	PAPUGA		WSPINA SIĘ NA RYSY	8		

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 16 dadzą rozwiązanie krzyżówki, które prosimy nadsyłać na adres naszej redakcji. Wśród autorów poprawnych rozwiązań rozlosujemy nagrodę.

Rozwiązanie poprzedniej krzyżówki brzmi: „**BEZPIECZNY FEDRUNEK**”.
Nagrodę wylosował: **RYSZARD KELLER Z SUSZCA**.

PIWO PRZEZ WIEKI

Od piwa głowa... bez udaru

Ostatnie działania zarówno wielkich, jak i małych browarów jasno pokazują, że nadchodzi nowa moda – na zdrowie i ekologię. Trafność tych wniosków potwierdzają najnowsze badania naukowców, które udowadniają zdrowotny wpływ piwa, oczywiście pitego z umiarem, na najważniejszy organ każdego piwosza – głowę. Głowa jest też przedmiotem ciągłych badań piwowarów szukających recepty na piwo niepowodujące kaca.

BIOBUTELKA

Piwny potentat Carlsberg, którego udział ilościowy na polskim rynku wynosi 21 proc., zapowiedział, że w 2018 roku zacznie sprzedawać piwo nalane do butelek z włókna roślinnego. Projekt Green Fiber Bottle powstał w ramach Carlsberg Circular Community – programu kładącego nacisk na ochronę środowiska naturalnego, odpowiedzialne zarządzanie opakowaniami i odpadami. Nieprzezroczyste, białe butelki mają być biodegradowalne, pochodzić ze źródeł pozyskiwanych w sposób odpowiedzialny oraz podlegać segregacji i recyklingowi – wszystko zgodnie z firmową polityką zrównoważonego rozwoju.

Powszechne przekonanie, że piwo pite z umiarem wzmacnia organizm, zyskało ostatnio naukowe uzasadnienie.

NALAĆ PRZED WYLEWEM

Naukowcy z Uniwersytetu w Cambridge i Karolinska Institutet ze Szwecji przeanalizowali 27 badań, w których wzięło udział 20 tys. pacjentów. Na ich podstawie doszli do wniosku, że alkohol zmniejsza tempo tworzenia się krzepów we krwi. Dzięki niemu w organizmie obniża się poziom fibrynogenu – białka znajdującego się we krwi, które odpowiada za krzepnięcie. Optymalna dawka, odpowiadająca jednemu piwu dziennie, obniża ryzyko wylewu o 10 proc. Błędne byłoby jednak stwierdzenie, że im więcej wypitego piwa, tym skuteczniejsza profilaktyka antyudarowa – powyżej progu pół litra ryzyko udaru wzrasta o 14 proc., ponieważ piwo podwyższa ciśnienie.

BOLAĆZKA SOBOTNIEJ NOCY – NIGDY WIĘCEJ?

Syndrom dnia następnego, tupot białych mew, od niemieckiego Katzenjammer („kocięgo jęku”) popularnie zwany kacem – z fizjologicznego punktu widzenia oznacza zatrucie organizmu aldehydem octowym. Związek ten zostaje w organizmie, ponieważ albo wypito za dużo alkoholu, albo za mało enzymów bierze udział w jego metabolizmie. Na przestrzeni dziejów przodkowie wypracowali mniej lub bardziej skuteczne sposoby na radzenie sobie

z porannymi słaabościami. Metodą prób i błędów uznali, że poalkoholowe objawy łagodzą kwaśne i tłuste potrawy – w polskiej tradycji kulinarnej przede wszystkim sok z kiszonych ogórków, rosół, żurek czy woda z cytryną. Rozwinęli też szeroką profilaktykę mającą zaradzić skutkom ubocznym biesiad, obejmującą spożywanie wcześniej właściwych posiłków, ścisłe zasady mieszania trunków i trzymanie się własnego tempa.

Niewykluczone, że już niedługo całą tę przekazywaną z pokolenia na pokolenia wiedzę będziemy mogli odłożyć do lamusa. Holenderski browar De Prael ogłosił, że udało mu się uwarzyć piwo, które nie skutkuje niepożądanymi skutkami ubocznymi. 4,5-proc. trunku w typie pilsnera. Rozpuszczono w nim m.in. witaminę B12, włókna wierzby, imbir i sól morską. Włókna wierzby mają działanie oczyszczające, imbir łagodzi nudności, a sól morską powstrzymuje ciało przed odwodnieniem. Piwo na razie sprzedawane jest tylko w Holandii, a pierwsi konsumenci chwalą jego słodowy smak. Producent jednak odpowiedzialnie ostrzega przed nadmiernym spożyciem – trunek zawiera przeciwieństwo – i zaleca maksymalne spożycie od czterech do sześciu piw za jednym posiedzeniem.

MAREK KOWALIK

POLSKA RODZINA NA NAJBLIŻSZE ŚWIĘTA ZAMIERZA WYDAĆ ŚREDNIO NIECO PONAD 1,1 TYS. ZŁOTYCH, CZYLI 5 PROC. więcej niż w ubiegłym roku. Zmienia się czołówka najchętniej wybieranych prezentów. O ile przez lata zawsze na pierwszym miejscu znajdowały się książki, o tyle w tym roku zostały wyparte przez kosmetyki i perfumy. Na czwartej pozycji znalazła się gotówka, wskazywana w poprzednich latach jako bardzo pożądana. W tym roku Polacy na prezenty przeznaczają ok. 44 proc. swojego bożonarodzeniowego budżetu. Resztę pochłonęły wydatki na jedzenie. Badania nie wykazały, aby szczególny wpływ na budżety świąteczne miał program 500+. Głównym miejscem robienia świątecznych zakupów spożywczych będą dyskonty, które wybierze 67 proc. badanych. Z kolei już 37 proc. wydatków na prezenty trafi do sklepów internetowych. Jedną z czterech badanych deklaruje, że prezenty kupiła już w listopadzie, a prawie 40 proc. wybiera się na zakupy w pierwszej połowie grudnia.

POLACY CORAZ CHĘTNIEJ UŻYWAJĄ CYFROWYCH KANAŁÓW KONTAKTU Z UBEZPIECZACIELAMI – WYNIKA Z BADAŃIA, które objęło ponad 3 tys. klientów polskich firm ubezpieczeniowych. Aż 51 proc. ankietowanych korzysta z kanałów cyfrowych. Jednak największy wzrost procentowy osiągnął model hybrydowy, czyli połączenie kanałów online i offline. Klienci są wciąż przyzwyczajeni do tradycyjnych kanałów, takich jak kontakt telefoniczny czy bezpośredni kontakt z agentem lub placówką. Spadek procentowej liczby osób korzystających wyłącznie z kanałów tradycyjnych na rzecz rozwiązania pośredniego jest wyraźny zarówno w kategorii ubezpieczeń majątkowych, jak i ubezpieczeń życiowych. Największy wpływ na zachowanie klientów i ich lojalność wobec instytucji finansowych mają kanały tradycyjne. Zarówno wśród ubezpieczycieli majątkowych, jak i polis na życie najważniejszy dla klientów pozostaje osobisty kontakt z doradcą. Na kolejnych miejscach są kontakt telefoniczny z agentem oraz kontakt poprzez call-center. Wśród kanałów cyfrowych znacznie zwiększyć zadowolenie i lojalność klienta może kontakt e-mailowy.

WSZYSCY CUDZOZIEMCY WJEJDZĄCY NA TERYTORIUM ROSJI OD 2017 ROKU BĘDĄ MIELI POBIERANE ODCISKI PALCÓW – zapowiada rosyjski wiceminister spraw wewnętrznych Aleksandr Gorowoj. Rosyjskie MSW wystąpiło z inicjatywą wprowadzenia od nowego roku procedury pobierania odcisków palców od wszystkich obcokrajowców, którzy wjeżdżają na terytorium Federacji Rosyjskiej. Działanie to ma być dodatkowym środkiem ochrony obywateli Rosji przed zagrożeniem terroryzmu.

D W U T Y G O D N I K

Górnika

PISMO SPOŁECZNO-ZAWODOWE ŚRODOWISKA GÓRNICZEGO

REDAKTOR NACZELNY: Sławomir Starzyński
Redaguje zespół

WYDAWCA: Hanna Krzyżowska

Oficyna Wydawnicza „Górnika”,

40-749 Katowice, ul. Bł. ks. St. Kubisty 47,

tel. 32 352 03 09; tel. 500 27 88 66.

E-MAIL: gornik1@wp.pl;strona internetowa www.nowygornik.pl

DRUK: POLSKA PRESS Sp. z o.o., Oddział Poligrafia,
Drukarnia Sosnowiec

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Nie zwracamy niezamówionych materiałów. Zastrzegamy sobie prawo redagowania publikowanych tekstów. Dalsze rozpowszechnianie całości czy części materiałów opublikowanych na łamach „Nowego Górnika” bez pisemnej zgody wydawcy są zabronione.