

porady ekspertów

Trudne warunki na drodze: Gorąco

Ośrodek Szkolenia Kierowców
„Auto Szkoła” Jerzy Czapski
tel. 74-843-84-38, ul. Hetmańska 1,
58-314 Wałbrzych



To, co pożądanego na plaży, w trakcie podróży może być przy czynną zmęczenia i nie tylko. Letnie upały, nie tylko obniżają komfort podróżowania, ale również mogą stanowić przyczynę zagrożenia naszego bezpieczeństwa. W przypadku samochodu mogą doprowadzić do przegrzania silnika, natomiast w przypadku kierowcy i współpasażerów jest przyczyną zmęczenia. Dodatkowo ostre światło słoneczne może znacznie nam ograniczać widoczność. By sprowadzić do minimum skutki intensywnego operowania słońca, powinniśmy pamiętać o tym by:

- utrzymywać w należytym stanie klimatyzację (o ile samochód jest w nią wyposażony) oraz układ wentylacji;
- mieć ze sobą okulary przeciwsłoneczne;
- zabrać ze sobą odpowiednią ilość wody mineralnej, bądź innych napoi;
- na tylnych szybach założyć osłony dające cień;
- nie zostawiać w samochodzie stojącym na słońcu dzieci, ani zwierząt;
- na bieżąco kontrolować wskaźnik temperatury, a jeżeli już nam się zdarzy przegrzać silnik, w żadnym wypadku nie należy natychmiast otwierać wlewu płynu, należy uzbroić się w cierpliwość i odczekać aż silnik ostygnie;
- wsadzając dziecko do fotelika sprawdzić, czy klamry i inne jego elementy nie są nadmiernie nagrzane.

Co zrobić z wrastającymi paznokciami?

Karolina Augustyniak
Salon Stylizacji Paznokci CAROLINE
Wałbrzych ul. Broniewskiego 65 b,
tel. 518-989-686



Wrastanie paznokcia jest najczęściej spowodowane urazem okolicy paznokcia. Może dojść do niego między innymi przez mocne uderzenie w rękę, skaleczenie wału paznokciowego podczas wycinania skórek, obgryzania paznokcia lub noszenia zbyt ciasnego obuwia. W efekcie dochodzi do nieprawidłowego zawiązania się i wrastania paznokcia z jednego lub obu boków w wał otaczający płytkę paznokciową. W miejscu wrastania rozwija się bardzo bolesny odczyn zapalny, którego nie można zlikwidować, dopóki tkanki wału paznokciowego drażnione są przez wrastający paznokieć.

Zapobieganie wrastaniu paznokci sprowadza się do właściwej, codziennej pielęgnacji stóp, czyli obcinania paznokci bez zaokrąglania brzegów oraz delikatnego odsuwania skórek, najlepiej za pomocą specjalnych płynów do usuwania skórek. Pamiętajmy, aby podczas tej czynności nie skaleczyć wału paznokciowego. Dlatego należy usuwać je w sposób delikatny. Bardzo ważne jest również odpowiednie obuwie. Zbyt ciasny but może być powodem wrastania paznokcia.

- Obecnie stosuje się kilka metod leczenia wrastających paznokci, są to między innymi:
 - żelowanie paznokci – można nałożyć na paznokcie żel utwardzalny w lampie UV – nałożenie żelu powoduje „podniesienie” i „wyprostowanie” paznokcia przy bocznych wałach skórnych.
 - kłamra – na wrastające paznokcie zakłada się specjalne kłamry „unoszące” paznokcie. Pamiętajmy, że ładne i zadbane paznokcie to dumą każdej kobiety.



TOYOTA

BEZPIECZNY
KIEROWCA 2010

Bezpieczni ekokierowcy już znani

W tym roku w konkursie „Bezpieczny Kierowca”, organizowanym przez Akademię Bezpiecznej Jazdy Piotra Starczukowskiego i Toyotę Motor Manufacturing Poland, bezkonkurencyjny okazał się Krzysztof Wojtowicz. A już ponad tysiąc osób z dolnego Śląska prowadzi samochód zdecydowanie bezpieczniej i bardziej świadomie, a podczas jazdy kładzie nacisk na ekologię i ekonomię. Co najmniej dwa razy tyle kierowców i członków ich rodzin w ostatnim czasie zetknęło się z doszkalaniami techniki jazdy, jeszcze więcej dowiedziało się o niej m.in. z „Wiadomości Wałbrzyskich”.

Jeśli dodamy do tego pierwszy w Polsce ekosymulator i pierwszy motoryzacyjny weekend w Wałbrzychu oraz kieszonkowe wydanie poradnika dla kierowców i informacyjną akcję w mediach, to otrzymamy krótki bilans pię-

cioletniej, owocnej współpracy Akademii Bezpiecznej Jazdy Piotra Starczukowskiego i Toyoty Motor Manufacturing Poland. W tym roku partnerzy po raz piąty przeprowadzili kampanię społeczną „Ekologicznie i bezpiecznie” połączoną z konkursem „Bezpieczny Kierowca”. – *Bezpieczeństwo na drogach i ekologia są jednymi z najważniejszych kierunków naszych działań. Dlatego też wspieramy akcję od samego początku. W tym roku, przy wsparciu z Europejskiego Funduszu Toyoty, udało nam się zakupić profesjonalny symulator ekologicznej jazdy. Mam nadzieję, że symulator ten będzie dobrze służył mieszkańcom Wałbrzycha i okolic i przyczyni się do wzrostu świadomości w zakresie ekonomicznej, a zarazem ekologicznej jazdy samochodem – podsumowuje tegoroczną kampanię Carl Klemm, prezes Toyota Motor Manufacturing Poland*



Najlepszy wybrany po raz piąty

W 2006 roku pierwszym „Bezpiecznym Kierowcą” został Łukasz Kozłowski, a w kolejnych edycjach zwyciężali: Tomasz Wach, Piotr Kotliński i Dariusz Trembowski. Krzysztof Wojtowicz, który wygrał w tym roku, to 37-letni wałbrzyszanin. Na szkolenie do Akademii Bezpiecznej Jazdy

Piotra Starczukowskiego trafił wypełniając formularz zgłoszeniowy umieszczony na stronie www.bezpieczny-kierowca.pl. To w jego ręce trafił prestiżowy tytuł „Bezpieczny Kierowca 2010”, a także puchar przechodni prezydenta Wałbrzycha oraz komplet felg firmy Ronal. – *Dziękuję za świetną szkołę i dobrą zabawę – mówi zadowolony z tytułu i nagród Krzysztof Wojtowicz. – Zachę-*

cam do skorzystania z kursu doskonalenia, bo pozwala on inaczej spojrzeć na własną jazdę. Teraz wiem, że bezpieczny kierowca to taki, który przewiduje zagrożenia na drodze i potrafi ich unikać albo przynajmniej na nie reagować. Ale to też taka osoba, która niewątpliwie liczy się z innymi na drodze – wylicza „Bezpieczny Kierowca 2010”.

Finał konkursu, za sprawą pierwszego „Weekendu moto-

ryzacyjnego”, był wielkim świętem dla fanów czterech kółek i rodzinnym piknikiem. Pod hipermarketem Auchan każdy mógł zapoznać się z aktualną ofertą wałbrzyskich i świdnickich salonów samochodowych. Najnowsze modele wystawiali m.in. dealerzy marek Toyota, Nissan, Ford, Suzuki, Fiat, Hyundai i Renault. Wielkie zaciekawienie wzbudzała wystawiona przez najbardziej zasłużonego i utytułowanego wałbrzyskiego kierowcę Jerzego Mazura wyścigówka – formuła Ester, na której niedawno Jerzy Mazur ponownie odniósł zwycięstwo. Prezydent Wałbrzycha Piotr Kruczkowski, w niedzielne południe miał okazję zasiąść na prawym fotelu, obok Tomasza Chwastka, który w przystosowanym do driftu, ponad 400-konnym Nissanie, popisywał się swymi umiejętnościami.

Piotr Bogdański