



W środę 13 sierpnia, w ramach 31. Bolesławieckiego Święta Ceramiki, Miejska Biblioteka Publiczna – Centrum Wiedzy w Bolesławcu zorganizowała spotkanie autorskie z Jerzym Skarżyńskim

– maratończykiem, reprezentantem Polski w Pucharze Świata i Europy w maratonie, trzykrotnym medalistą Mistrzostw Polski oraz autorem książek o bieganiu i zdrowym stylu życia.

Okazją do spotkania, była premiera jego najnowszej książki „Zabiegaj o zdrowie, naturalnie”. Jak mówi autor: „To nie poradnik, to informator – z częstym wykorzystaniem moich własnych doświadczeń. Znajdziesz tu pakiet tematów, nad którymi warto/trzeba się pochylić – dla zdrowotności”.

„O zdrowie trzeba dbać nie dlatego, że jest ważne, ale dlatego, że bez zdrowia wszystko jest nieważne” – oto motto tej książki.

Podczas spotkania autor podzielił się nie tylko wiedzą o bieganiu i zdrowiu, ale praktycznymi wskazówkami, jak żyć w zgodzie z ciałem i naturą.

Spotkanie dofinansowano ze środków Instytutu Książki pochodzących z dotacji celowej Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Partnerami wydarzenia byli:

Koleje Dolnośląskie S.A.

Zakład Energetyki Ciepłej w Bolesławcu (info MBP-CW)

info/2025/08/jerzy_skarzynski