

Nagroda
**Business
Centre Club
Ostre Pióro
2006**
dla Redaktora
Naczelnego



Nagroda
Stowarzyszenia
Dziennikarzy
RP
**Dziennikarskie
Koziołki 2016**



dla Redaktora
Naczelnego

Nagroda
Stowarzyszenia
Dziennikarzy
RP
**Dziennikarskie
Koziołki 2007**



dla Zespołu
Redakcyjnego

Czytaj dodatek Z SUCHEGO LASU

Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI

Najchętniej czytany
w WIELKOPOLSCE

Ukazuje się od 15 maja 2002 roku

ATRAKCYJNE
CENY!



RENAULT

AUTO DRAP
SERWIS GWARANCYJNY
I POGWARANCYJNY

TEL. 61 868-44-61
POZNAŃ-ŁAWICA,
UL. ŻŁOTOWSKA 83/85
WWW.AUTODRAP.PL

Rok XXI

Numer 15-16 (512-513)

23 sierpnia 2023

ISSN 1734-5294

www.twojtydzien.pl

e-mail: twoj-tydzien@wp.pl

GAZETA BEZPŁATNA

FELIETON

Tomasz
Mańkowski

**Chcesz być
młody,
zdrowy
i bogaty?**

strona 4

JUBILEUSZ TTW

Wiesław Ochman,
światowej sławy
tenor liryczny

**Kapelusz
Borsalino,
czyli...
mafia ma
pogrzeb?**

strona 5

SUCHY LAS

**Biegnij
razem
z nami**

strona 9

MOTO

**Kulturalnie,
czyli...
na suwak**

strona 15

**Twój TYDZIEŃ
WIELKOPOLSKI
W WERSJI
ELEKTRONICZNEJ NA
www.twojtydzien.pl**



Kładka - atrakcja turystyczna

strona 6 i 10



CIEKAWOSTKI KOSMETYCZNE

Poczwórne nawilżenie

po 30 roku życia skóra stopniowo traci jędrność między innymi z powodu zmniejszającej się ilości naturalnego kwasu hialuronowego. Intensywnie odmładzający program pielęgnacyjny **AA Hyalu Pro Age 30+** ma moc czterech form kwasu hialuronowego. HYA utrzymuje wodę w naskórku, HyaCross pozostawia na skórze ochronę przed szkodliwymi czynnikami, miniHYA wnika najgłębiej i naprawia uszkodzone komórki naskórka, HYAmagic supernawilżacz odbudowuje barierę hydro-lipidową. **AA Hyalu Pro Age Serum intensywnie nawilżające** (35 ml, 35,99 zł) do skóry odwodnionej z pierwszymi zmarszczkami, pozbawionej jędrności i sprężystości zawiera 4 formy kwasu hialuronowego, Peptydy (stymulują syntezę kolagenu oraz hamują powstawanie zmarszczek), Niacynamid – aktywując syntezę ceramidów, niweluje drobne niedoskonałości, a Witamina C wygładza linie zmarszczek i rozjaśnia przebarwienia. **AA Hyalu Pro Age Wygładzający krem przeciwzmarszczkowy na dzień** (50 ml, 29,99 zł) to intensywne nawilżenie, rozświetlenie i zmniejszenie widoczności zmarszczek. **Ujędrniający krem przeciwzmarszczkowy na noc Q10+ witamina E** (50 ml, 29,99 zł) intensywnie regeneruje i ujędrnia. **Nawilżająco-rozświetlający krem pod oczy** (15 ml, 23,99 zł) zawiera 4x kwas hialuronowy, peptydy i masło shea.



Owocowa ZIAJA

Produkty na lato **ZIAJA** to 6 wegańskich kosmetyków do pielęgnacji ciała z zapachami dojrzałych owoców słodkiej mirabelki i soczystego arbuza. Energetyczne, odświeżające, lekkie łagodne formuły żeli pod prysznic, peelingów i balsamów do ciała bazują w minimum 90% na składnikach pochodzenia naturalnego. Peelingi zawierają biodegradowalne substancje ściernie: krzemionkę, mielone łupiny orzecha włoskiego. Wszystkie te kosmetyki mają pojemność 160 ml i są dostępne na ziaja.com oraz w sklepach stacjonarnych Ziaja.

Owocowe **Peelingi do ust i błyszczki ZIAJA** to 4 słodkie błyszczki oraz 4 cukrowe peelingi o gęstej, bogatej konsystencji i wegańskich formułach nasycone owocowymi aromatami: **soczysty arbuza, tropikalny ananas, słodka mirabelka i słoneczne mango**. Błyszczki (12ml) wtapiają się w usta bez efektu klejenia, zmiękczając je i odżywiając subtelnie rozświetlają. Peelingi i błyszczki soczycie pachną i smakują, a cukrowa formuła zmiękcza i wygładza usta.



Zaawansowana regeneracja

AA Technologia Wieku 5Repair firmy **OCEANIC** to przeciwzmarszczkowa pielęgnacja skóry dojrzałej. Luteosfery - biozgodne mikrosfery lipidowe stopniowo uwalniają substancje aktywne do skóry. Efekt to ujędrnienie, rozświetlenie, poprawa jędrności, modelowanie konturu i redukcja zmarszczek. **AA Technologia Wieku 5Repair 50+ Serum liftingująco-rozświetlające** (35 ml, 35,99 zł) wykorzystuje rewitalizujące właściwości oleju różanego oraz pigmentów rozświetlających zapewniając natychmiastowy efekt odmłodzenia (już od 1 aplikacji). Peptydy + Witamina C – pobudzają syntezę kolagenu, Kwas Hialuronowy nawilża i wypełnia drobne zmarszczki, a Olej z wiesiołka uelastycznia skórę. **AA Technologia Wieku 5Repair 60+ Serum liftingująco-ujędrniające** (35 ml, 35,99 zł) zawiera Komplex Golden Glow – przeciwzmarszczkowe właściwości koenzymu Q10 w mikrosferach i złote pigmenty dodające blasku. Złoto Koloidalne 24 K - pobudza dojrzałą skórę do regeneracji, poprawiając jej elastyczność, Aminokwasy poprawiają gęstość skóry, a Heksapeptyd wygładza zmarszczki mimiczne.



Wzmocnienie włosów

BIOVAX Trychologic Wypadanie Serum do skóry głowy (50 ml, 34,99 zł) specjalistyczna kuracja do włosów wypadających i wrażliwej skóry głowy. Zawiera składniki o wielokierunkowym, udowodnionym działaniu. 1% Tetrapeptyd Complex zawiera biomimetyczny peptyd, który zapobiega utracie włosów i stymuluje cebulki do wzrostu. Dzięki niemu, włosy rosną szybciej, a ich wypadanie jest widocznie ograniczone. 1,3% Arginina-Biotyna CPLX to kompleks aktywnych składników hamujący wypadanie słabych włosów i stymulujący do odrastania nowych i zdrowych. Komplex dotleniający i 1% proteiny roślinne odżywiają, wzmacniają i dotleniają cebulki. Lekka i nietłusta formuła nie powoduje szybszego przetłuszczania się włosów.



STRONĘ PRZYGOTOWAŁA MONIKA MAŃKOWSKA

Letni makijaż

Sephora proponuje festiwalowe makijaże. **PastelLook** to pastelowe odcienie błękitu i różu! Do wyjątkowego makijażu dodaj małe kryształki, które można umieścić na powiekach, w kącikach oczu itd. **GlitterLook** to festiwalowy makijaż z brokatem, który mieni się na słońcu i migocze w wieczornym świetle. **ColorfulSummer** to makijaż z mocnym, kolorowym akcentem rozmytej kreski na dole powieki oka i pięknie rozświetloną cerą!

HUDA BEAUTY 1 Coat Wow! - **Podkreślający tusz dodający objętości** (115 zł) to spektakularne, intensywne i niesamowite rzęsy w kilka sekund! Formuła i pędzel obejmują i modelują każdą rzęsę, aby uzyskać wywinicie, długość i objętość! Silikonowy pędzelek z krótkim i długim włosiem nabiera wystarczającą porcję tuszu, rozdziela, pokrywa i wydłuża rzęsy. **HUDA BEAUTY Kremowy, nawilżający liquid barwiący do ust i policzków** (129 zł) z miękkim aplikatorem zapewnia kolor, który można modulować, aby uzyskać określony wygląd. Sproszkowany kwas hialuronowy i ekstrakt z kokosa sprawiają, że usta są nawilżone i miękkie. Formuła jest komfortowa, nawilżająca i lekka, a satynowo-matowy kolor utrzymuje się przez cały dzień. Dostępny w 5 odcieniach: Peachy Kiss (Brzoskwinowy Pocałunek), Apricot Kiss (Morelowy), Coral Kiss (Koralowy), Rosy Kiss (Różany Pocałunek), Berry Kiss (Jagodowy).

KVD Beauty Full Sleeve - Wydłużający i pogrubiający tusz do rzęs (119 zł) z technologią Tubing, opartą na polimerach idealnie pokrywa rzęsy. Zamiast je malować, rurki owijają każdą rzęsę indywidualnie i utrzymują się na niej jak tatuaż. Polimery pozostają na miejscu, a tusz nie rozmazuje się, nie kleja, jest odporny na wilgoć i pot. Unikalna szczoteczka: haczyki chwytają i przesuwają się, pokrywając rzęsy od nasady aż po końce. Full Sleeve Mascara zapewnia ekstremalną długość, podkreślenie i rozdzielenie rzęs, które utrzymuje się przez cały dzień bez łuszczenia się i rozmazywania. Czarne pigmenty bez wosków (które sprawiają, że tusze do rzęs wyglądają szaro) są intensywnie czarne przez cały dzień.



Wzmocnić włosy

Promieniowanie UV, woda w basenie czy morzu sprawiają, że włosy stają się przesuszone i słabsze. Często po wakacjach włosy zaczynają też wypadać, a końcówki kruszyć, dlatego potrzebują szybkiego i skutecznego wzmocnienia. Rozwiązaniem są kosmetyki z linii **ANTI-HAIR LOSS**

francuskiej marki Yves Rocher. Naturalny sposób na mocne włosy pełne objętości! W linii **ANTI-HAIR LOSS Yves Rocher** znajduje się: **Intensywna kuracja przeciw wypadaniu włosów** (99,90, 4 x 15 ml), **Szampun przeciw wypadaniu włosów z białym lubinem** (39,90 zł, 300 ml), **Wzmacniająca odżywka przeciw wypadaniu włosów z białym lubinem** (39,90 zł, 200 ml) i **Serum wzmacniające do skóry głowy i włosów Yves Rocher** (44,90 zł, 75 ml).



Nawilżający aloes

Ekspertki Laboratorium Naukowego **Lirene** stworzyły linię kosmetyków **Power of Plants ALOES**, łącząc moc natury, zamkniętą w ekstraktach, esencjach i olejach roślinnych, z najnowszymi osiągnięciami nauki. 100% ekstrakt z aloe vera wiąże wodę w skórze **Power of Plants Hydrolat z aloesu** (24,99 zł, 100 ml) to naturalna woda aloesowa powstała w procesie destylacji świeżych roślin parą wodną. Zawarte w nim cenne substancje (w tym olejek eteryczny) nawilżają, koją i łagodzą skórę. Lekki **Krem nawilżający ALOES** (24,99 zł, 50 ml) zapewnia odpowiedni poziom nawilżenia. **Nawilżający żel myjący ALOES** (18,99 zł 150 ml) jest łagodny dla skóry. **Peeling gruboziarnisty** (18,99 zł, 75 ml) dokładnie oczyszcza skórę, odblokowuje pory i zostawia cerę gładką i miękką. Ekstrakt z aloesu łagodzi, a kwas hialuronowy nawilża. **Tonik nawilżający** (18,99 zł, 200 ml) przywraca odpowiednie pH skóry. **Nawilżający płyn micelarny 3w1** (19,99 zł, 400 ml) oczyszcza skórę twarzy, oczu i ust z makijażu i zanieczyszczeń. Zapewnia wysoką tolerancję.



Dla alergików

OILLAN Olejkowy żel do mycia (750 ml, 44,99 zł) zawiera **AVENA OIL ACTIVE** - biozgodny kompleks emolientowo-humektantowy na bazie ekstraktu z oleju nasion owsa, zawierający aż 40% lipidów zdolnych, aby naprawiać, odnawiać i chronić barierę hydrolipidową skóry. Skutecznie i długotrwale nawilża oraz ogranicza potrzebę drapania się. Natłuszczająco-kojące substancje myjące (oliwa z oliwek, betaina, olej z ogórecznika) zapewniają delikatne oczyszczenie nawet najbardziej wrażliwej skóry, pielęgnując ją i wygładzając.

OILLAN Nawilżający Dermo-krem (200 ml, 29,99 zł) oprócz ekstraktu z oleju z nasion owsa zawiera odżywczy kompleks z oleju ze słodkich migdałów, oleju makadamia oraz masła karite - regeneruje i wzmacnia delikatną skórę skłoną do suchości i utraty nawilżenia. D-pantenol nawilża i łagodzi szorstką oraz wrażliwą skórę i natychmiast koi podrażnienia.



Brak romantyzmu w związku?

Data ślubu wybrana, tak samo jak miejsce zorganizowania ceremonii. Kreacje dla Pani Młodej i Pana Młodego się szyją. Ustalona została nawet lista weselnych gości. Przyszli małżonkowie stoją przed podjęciem jeszcze jednej istotnej decyzji – czy podpisać intercyzę?

WALERIAN FRANKOWSKI

W polskim społeczeństwie to nadal temat tabu, bo jak tu jeszcze przed ślubem rozmyślać o tym, co będzie, gdy związek się kończy (!) – do tego wątku głównie, niesłusznie sprowadzony jest temat intercyzy. Mało kto myśli o tym, że podpisanie takiego dokumentu ma chronić żonę czy męża przed problemami finansowymi, które są udziałem „drugiej połówki”. Podpisanie intercyzy nie zakłada automatycznie, że małżonkowie chcą ukrywać przed sobą np. to, na co wydają pieniądze. Nie wyklucza również tego, że partnerzy mogą posiadać wspólne konto w banku i dzielić się wydatkami wedle zasady 50/50.

Problemy finansowe mogą zniszczyć związek

Zawierając związek małżeński, para decyduje się być ze sobą na dobre i na złe, jednak, gdy pojawiają się problemy finansowe, uczucie zostaje wystawione na poważną próbę. Jeśli zalegamy ze spłatą kolejnych rat kredytu czy pożyczki, możemy obarczyć partnera długami, który z naszej winy z dużym prawdopodobieństwem może zostać wpisany na listę dłużników i w przyszłości może napotkać trudności nie tylko w sytuacji zaciągnięcia większej pożyczki, ale nawet może mieć problem dokonaniem zakupów na raty czy z otrzymaniem karty debetowej.

Warto więc nie dopuszczać do rozwoju takiego scenariusza. Do tego potrzeba jest w pierwszej kolejności odpowiednia wiedza – kiedy małżonkowie wspólnie odpowiadają za zobowiązania finansowe, a w których przypadkach dług staje się „prywatnym” zmartwieniem jednego z partnerów.

Wspólny kredyt i wspólnota majątkowa

Większość par wstępując w związek małżeński, decyduje się na wspólnotę majątkową. Według polskiego prawa w momencie zawierania małżeństwa dochodzi do

powstania majątkowej wspólności ustawowej. Co to oznacza w praktyce?

Między małżonkami następuje wspólnota majątkowa, która obejmuje ich późniejszy dorobek. Zaliczają się do niego środki finansowe (np. otrzymywane dochody), jak i przedmioty materialne, które zostały nabyte w trakcie małżeństwa przez oboje partnerów, bądź – co bardzo ważne – tylko przez jednego z nich. Do wspólnego majątku wchodzi przede wszystkim: wynagrodzenie za pracę oraz za inne usługi świadczone osobiście przez któregoś z małżonków, dochody z majątku wspólnego, oraz zgromadzone przez nich środki na rachunkach bankowych. W przypadku rozwoju zgromadzony majątek ulega równemu podziałowi bez względu na to, która ze stron wniosła więcej dóbr i pieniędzy.

Według art. 31§2 Kodeksu Rodzinnego i Opiekuńczego do majątku wspólnego należą w szczególności:

- * pobrane wynagrodzenie za pracę i dochody z innej działalności zarobkowej każdego z małżonków,
- * dochody z majątku wspólnego, jak również z majątku osobistego każdego z małżonków,
- * środki zgromadzone na rachunku otwartego lub pracowniczego funduszu emerytalnego każdego z małżonków,
- * kwoty składek zewidencjonowanych na subkoncie, o którym mowa w art. 40a ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych (Dz.U. 1998 Nr 137, poz. 887, t.j. Dz.U. z 2022 r. poz. 1009).

Warto również wiedzieć, że w przypadku wspólnoty majątkowej małżonkowie dysponują także „prywatnym” majątkiem. Najczęściej do tej kategorii zalicza się środki finansowe i inne składniki majątku zgromadzone przed rozpoczęciem



małżeństwa i ustanowienia wspólnoty majątkowej, również te nabyte w drodze dziedziczenia, zapisu lub darowizny.

Jeżeli partnerzy wspólnie podejmą decyzję o zaciągnięciu kredytu, a posiadają wspólnotę majątkową, to również wspólnie będą odpowiadać przed wierzycielem za spłatę zobowiązania. Kiedy kredyt czy pożyczka przestanie być spłacana terminowo, dług zostanie pokryty z majątku

Jednak, gdy małżonek zaciąga zobowiązanie bez wiedzy i zgody drugiej połówki, wtedy odpowiada za spłatę kredytu czy pożyczki swoim majątkiem osobistym. Uwaga! – ta reguła nie zawsze będzie obowiązywać. Nawet jeśli partner zaciągnął zobowiązanie bez zgody współmałżonka, ale przyznane środki miały być wykorzystane na pokrycie bieżących, wspólnych wydatków rodziny, to wierzyciel, np.

małżeństwa (rozdzielność majątkowa występuje wtedy z momentem podpisania takiej umowy). Może ona wprowadzać niejako częściową rozdzielność majątkową. Intercyza można również w każdym momencie zmienić lub rozwiązać.

Intercyza jest rozwiązaniem, które warto rozważyć szczególnie wtedy, gdy jeden z partnerów prowadzi działalność gospodarczą obciążoną dużym ryzykiem finansowym, o co przecież nietrudno w obecnej rzeczywistości ekonomicznej. Intercyza powoduje, że od początku trwania małżeństwa obie osoby dysponują niezależnie własnymi finansami i co do zasady nie odpowiadają za długi partnera.

Uwaga – intercyza jednak nie uchroni małżonków od kłopotów, gdy wspólnie zaciągnęli kredyt, a zadłużenie przestało być spłacane w terminie. W takiej sytuacji partnerzy odpowiadają za dług majątkiem wspólnym oraz osobistym, pomimo rozdzielności majątkowej.

Warto wiedzieć, że powyższa zasada obowiązuje również wtedy, gdy wspólnie z rodzicem czy przyjacielem decydujemy się wspólnie zaciągnąć kredyt hipoteczny. W takim przypadku, wraz z drugą osobą podpisujemy umowę kredytową, oboje stajemy się współkredytobiorcami i zobowiązujemy się do spłaty zobowiązania.

W sytuacji, gdy takie zobowiązanie zaciąga para, dla kredytodawcy umowa będzie nadal wiążąca, nawet jeśli małżonkowie postanowią się rozstać albo jeden z partnerów będzie uchylał się od spłaty.

Zawierając związek małżeński, para decyduje się być ze sobą na dobre i na złe, jednak, gdy pojawiają się problemy finansowe, uczucie zostaje wystawione na poważną próbę.

wspólnego, a także z majątków osobistych partnerów.

Jeden kredytobiorca i wspólnota majątkowa – co wtedy?

Oczywiście, kredyt czy pożyczkę można zaciągnąć w pojedynkę. Co się dzieje w sytuacji, gdy zobowiązanie przestaje być spłacane przez jednego z partnerów, ale obowiązuje wspólnota majątkowa?

Jeżeli w umowie kredytowej widnieje tylko jedna osoba, ale wierzyciel wykaże, że jeden z partnerów uzyskał zgodę od współmałżonka na zaciągnięcie zobowiązania, bo taka sytuacja faktycznie miała miejsce, będzie domagać się zwrotu środków od obu współmałżonków – spłaty z majątku osobistego osoby zadłużonej, jak i majątku wspólnego.

bank, może sięgnąć po środki nie tylko z majątku wspólnego, ale również po majątek osobisty drugiego współmałżonka, który nie podpisał umowy kredytowej.

Intercyza – czyli chronimy partnera przed problemami finansowymi

Rozwiązaniem, które pomoże uchronić współmałżonka (i jego majątek) przed odpowiedzialnością za nasze niespłacane zobowiązania, jest rozdzielność majątkowa, ustanawiana poprzez podpisanie umowy majątkowej małżeńskiej, zwanej wcześniej intercyzą. Można ją zawrzeć, biorąc ślub, a także już w trakcie trwania małżeństwa.

Warto wiedzieć, że intercyzę można zawrzeć już w trakcie

Warto wiedzieć, że intercyzę można zawrzeć już w trakcie małżeństwa (rozdzielność majątkowa występuje wtedy z momentem podpisania takiej umowy). Może ona wprowadzać niejako częściową rozdzielność majątkową. Intercyzę można również w każdym momencie zmienić lub rozwiązać.

KARYKATURA SHOW

„Jeden z najszybszych karykaturzystów świata”

Cata Polska ...Europa, USA, Australia

www.karykatyry.com • karykatyry@onet.pl

Firmowe eventy, konferencje, targi, wesela...

GALERIA TTW



160 mln zł kary dla „Biedronki”

Skomplikowane zasady, niewspółmierne korzyści i ograniczona dostępność regulaminu - tak można podsumować udowodnione przez prezesa Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów praktyki Jeronimo Martins Polska („Biedronka”) w zakresie prowadzonej w sklepach sieci od kwietnia do czerwca 2022 roku ogólnopolskiej akcji „Tarcza Biedronki antyinflacyjna”.

Była ona reklamowana na dużą skalę hasłem „Jeśli na naszej liście 150 najczęściej kupowanych produktów znajdziecie produkt w niższej cenie regularnej w innym sklepie, zwrócimy wam różnicę”. Miała stanowić odpowiedź przedsiębiorcy na wzrost wskaźnika inflacji. Przekazy reklamowe były tak sformułowane, aby przyciągnąć uwagę konsumentów, którym zależy na niskich cenach produktów, oraz wytworzyć u nich przekonanie, że oferowane produkty są najtańsze na rynku.

Po przeprowadzonym postępowaniu prezes UOKiK wydał decyzję stwierdzającą naruszenie przez Jeronimo Martins Polska zbiorowych interesów konsumentów.

Marketingowe obietnice a rzeczywistość

Po pierwsze, nie wystarczyło znaleźć artykuł atrakcyjniejszy cenowo - należało go kupić w obu sklepach oraz spełnić dodatkowe liczne i nieoczywiste warunki wskazane w regulaminie. Określał on m.in. konkretne sklepy konkurencyjne i terminy zakupów, konieczność wykonania zdjęcia etykiet produktów, zachowania rachunków, zgłoszenia elektronicznego oraz wysyłki pocztą na własny koszt kompletu dokumentacji.

Po drugie, Biedronka deklarowała, że zwróci różnicę w cenie, co sugeruje, że zwrot nastąpi w formie pieniężnej do dowolnego wykrzystania. Tymczasem konsumenci

mieli dostać ważny tylko 7 dni e-kod o wartości różnicy (czyli na przykład kilkunastu lub kilkadziesiąt groszy) na zakupy w sklepach sieci.

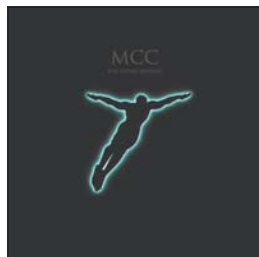
Trzecia zakwestionowana praktyka dotyczy dostępności regulaminu, który opisywał wszystkie zasady akcji. Miał się on znajdować - zgodnie z informacjami zamieszczonymi w materiałach reklamowych - w sklepach, jednak nie był nigdzie wywieszony. Pracownicy Biedronki mogli go wydrukować i udostępnić wyłącznie na życzenie zainteresowanych klientów, co w praktyce czyniło zapoznanie się z regulaminem w sklepie niemożliwym.

Jeronimo Martins Polska nie zarejestrowało żadnego zgłoszenia,

Dokończenie na stronie 10

MUZYKA

Magna Carta Cartel „The Dying Option” (2022)



„The Dying Option” to album, który bez wątpienia przynosi nową jakość w świecie alternatywnego rocka. Szwedzki zespół Magna Carta Cartel na swojej drugiej płycie zaskakuje słuchaczy nie tylko swoim niekonwencjonalnym brzmieniem, ale także głębokim przekazem emocjonalnym. To prawdziwie mistyczna podróż, która zostawia ślad w sercu każdego, kto da się porwać tej wyjątkowej muzycznej opowieści.

Album otwiera krótkie intro, wprowadzające słuchacza w aurę tajemnicy i oczekiwania. I już pierwszy utwór ukazuje pełnię dźwięków, które Magna Carta Cartel potrafi wydobyć z instrumentów. Wielowarstwowa produkcja pozwala na odkrywanie nowych niuansów przy każdym kolejnym odsłuchu następných utworów.

To, co wyróżnia tę płytę, to zdolność zespołu do tworzenia hipnotyzujących melodii. Brzmienie jest jednocześnie melancholijne i otulające, przyciągające słuchacza w głąb kompozycji. Gitary pełnią tu wyjątkową rolę, tworząc zarówno delikatne pasaży, ale też intensywne chwile eksplozji dźwięku.

Zespołowi udało się stworzyć niezwykle zróżnicowany album z pięknie napisanymi tekstami. Dawny muzyk zespołu Ghost - Martin Persner zaskakuje rozpiętością brzmienia swojego głosu, rewelacyjnie sprawdzając się jako wokalista Magna Carta Cartel. Niestety, nie wszystkie utwory utrzymują ten sam poziom intensywności i wciągają tak samo mocno. Są momenty, kiedy tempo spada za bardzo, co może prowadzić do utraty uwagi ze strony słuchacza. Niemniej jednak, te chwile są z pewnością wyjątkowo subiektywne i zależą od gustu każdej osoby.

„The Dying Option” to płyta, która angażuje emocje i zaprasza do refleksji. Jest to muzyczne doświadczenie, które warto jest uważnie eksploracji. Magna Carta Cartel udowodnili, że są w stanie tworzyć wyjątkową i intrygującą muzykę, która ma potencjał pozyskać wielu słuchaczy.

„The Dying Option” fascynuje dźwiękami, wciągającymi swoją atmosferą i treścią. Choć nie pozbawiona pewnych drobnych niedociągnięć, stanowi niezwykle cenny wkład w ambitną muzykę rockową. Szwedzi po raz kolejny udowodnili swoje umiejętności i zdolność do tworzenia muzyki, która pozostawia ślad na długo po zakończeniu ostatniego utworu. (9/10)

KUBA „THORN” MALENDOWSKI

Chcesz być młody, zdrowy i bogaty?

FELIETON
- TAK MYŚLĘ



Zaprawdę, zaprawdę powiadam wam ogłoszamy referendum, pytamy obywateli bo demokrację nosimy w sercu, bo wasz głos i wasze poglądy są dla nas bardzo ważne, bo jesteśmy po to, żeby wam służyć. To nie była łatwa decyzja, ale robimy to wszystko - zapewniam - z miłości do Polski. A także z miłości do Polek i Polaków. Prawie wszystkich. Jestem o tym głęboko przekonany...

W referendum, które odbędzie się 15 października razem z wyborami parlamentarnymi, pytamy czy

zrozumienia, choć często jesteśmy obiektem obrzydliwej nierozumnej krytyki różnej maści pieniaczy, zwrodnialców intelektualnych, cynicznych do szpiku kości niby-patriotów, oszołomów.

I znowu niektórzy mruczą, że przez ostatnie osiem lat nikogo o nic nie pytaliliśmy, uchwaliliśmy co nam tylko przyszło do głowy, a jak się komuś nie podobało, to dostał (albo dostała) pałką teleskopową po łapach, albo zrobiliśmy na ulicy taki niewielki policyjny kociołek i sprawa była załatwiona. Protesty ciche, marsze zamierały, krzyki protestu zamieniały się w wołanie o pomoc. Wtedy mówili, że źle, że tak nie można, że tak nie wolno, a jak teraz się pytamy, czy ktoś chciałby pracować do końca życia albo i jeden dzień dłużej, to też... mruczą i marudzą. Jak tu im dogodzić? Oni pewnie nie kochają Polski tak jak my. Czyli... na



popierasz wyprzedzając majątku państwowego, czy jesteś za podwyższeniem wieku emerytalnego, czy popierasz przyjmowanie nielegalnych imigrantów czego domaga się Unia Europejska, czy popierasz likwidację płotu na naszej granicy z Białorusią. To ważne, fundamentalne pytania. To sprawy, które leżą nam na sercu i spędzają sen z powiek. Chcieliśmy też zapytać, czy chcesz być młody, zdrowy, mądry i bogaty i o to czy wolisz żyć długo i szczęśliwie, ale niektórzy doradcy upierali się, że odpowiedzi mogłyby być różne. To problem, bardzo poważny problem, na to nigdy nie będzie naszej zgody, wierzą w to niezłomnie, bo o to przecież chodzi by wasze odpowiedzi były takie, jakie powinny być. A nie jak się komuś wydaje, czy podoba.

Wrogowie ludu, wrogowie demokracji, pudrowani intelektualiści,

ba powiem wprost - wrogowie Polski, Polek i Polaków, zarzucają nam, że powinniśmy pytać o praworządność, ochronę zdrowia, wolne media, liberalizację prawa aborcyjnego, „tłuste koty” w spółkach Skarbu Państwa, okradanie wszędzie gdzie się tylko da funduszy publicznych, tak zwane media publiczne, edukację, drożyznę, zagrożenie związane z wojną w Ukrainie, dlaczego nie dostaliśmy pieniędzy z KPO, czy można bezkarnie kraść i publicznie kłamać, poniżać innych, stosować mowę nienawiści, i tak dalej, i tak dalej. A ja się pytam - po co o tym w ogóle mówić? To trudne tematy, unikamy ich z miłości do Polski. Polek i Polaków też. My nie jesteśmy tu gdzie jesteśmy, my nie robimy tego co robimy dla siebie, dla osobistych korzyści, dla zrealizowania naszych ambicji. My służymy wam, choć często płacimy za to wysoką cenę nie-

zabój, mimo wszystko, do końca, nieprzytomnie.

Mógłbym tak jeszcze długo tłumaczyć, ale nie ma komu i nie ma po co. I tak nie rozumiem. Mówią, że nasze pytania są obrazą dla ich inteligencji? Jak można obrazić coś, czego nasi krytycy nie mają? Niech mówią takie brednie, niech się ujawniają, niech zrzucą ze swoich mord zdradzieckich te swoje słodkie maski ludzi zatroskanych o los Polski, ale uprzedzam - żeby ktoś nie mówił, że ja nie ostrzegalem - takie gadanie jest dla nas obrazą, a my o obelgach nie zapominamy. Wybaczymy, jak porządni katolicy, ale pamiętajmy. Nasz przeciwnik polityczny to wróg, to wróg Polski, wróg Najjaśniejszej Rzeczypospolitej. Na to zgody nie ma i nigdy nie będzie. Jestem o tym głęboko przekonany. Tak nam dopomóż...

TOMASZ MAŃKOWSKI

P.s. Referendum odbędzie się 25 października razem z wyborami parlamentarnymi. Ale jego wynik tak naprawdę nikogo nie odchodzi, bo pytania są co najmniej retoryczne. Kampania referendalna będzie prowadzona równocześnie z kampanią wyborczą. Na tę drugą są limity wydatków, ta pierwsza będzie finansowana bez opamiętania z naszych, publicznych (naszych, a nie rządowych) pieniędzy. A kto będzie dysponował tą kasą? No właśnie. W tym przypadku odpowiedź też jest retoryczna. Podobny chwyt zastosował Orban na Węgrzech. I udało się. Orban został przy władzy. Dlaczego nie ma się udać u nas? Przecież jak się ma większość w Sejmie to można naprawdę wiele. Nawet zadekretować, że te wszystkie niegodziwości, przekręty i obrzydliwości robi się przecież... z miłości do Polski.

15 maja 2022 roku minęło 20 lat od dnia wydania pierwszego numeru „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO”. W tym czasie ukazało się na naszych łamach sporo tekstów, które – jak nam się wydaje – warto przypomnieć.

Wiesław Ochman, światowej sławy tenor liryczny Kapelusz Borsalino, czyli... mafia ma pogrzeb?

Światowej sławy tenor Wiesław Ochman był jedną z gwiazd XIV Przystanku Woodstock, którzy odbywał się w Kostrzynie od 1 do 3 sierpnia. Drugiego dnia festiwalu, razem z siedmioma tenorami z Mazowieckiego Teatru Muzycznego i orkiestrą symfoniczną, zaprezentował pieśni Jana Kiepury. Brawurowo odśpiewane, powaliły publiczność na kolana. Młodzi słuchali oniemiałi. Niektórzy płakali, inni otwierali oczy ze zdumienia, że „taka muzyka” może robić na nich wrażenie. A potem długo klaskali i śpiewali artystom „Sto lat!”. Przed koncertem maestro spotkał się z przystankowiczami w ramach Akademii Sztuk Przepięknych.

takie same kolczyki i kilka pierścionków na palcach.

- Dlaczego? – pyta profesor.

- Mój mąż jest młodszy ode mnie o 19 lat. Kiedy ja już będę u naszego Stwórcy, mój portret będzie wisiał. On się na pewno drugi raz ożeni i jego żonę szlag trafi, gdy będzie szukała tej biżuterii – odpowiada dama.

śli wychodzą na scenę i jest nawet dziesięć osób, które chcą was słuchać, musicie dać z siebie wszystko!

Ja tak robiłem i robię.

Mój pierwszy występ zagraniczny był tu, niedaleko, w Zittau. O wyjazdach w Pagarce zdecydowało kilka osób. Mnie wezwał sam dyrektor i pyta: - Jedźcie pan reprezentować naszą

AGNIESZKA KOPACZYŃSKA



General, wytrychy i próbowanie

Urodziłem się rok przed wojną na warszawskiej Pradze. To dziwna i piękna dzielnica. Do dziś potrafię każdy normalny zamek otworzyć wytrychem. (śmiech) Tam nie ma i nie było hrabiów, byli ludzie... obrotni, ale bardzo sobie życzliwi. Kiedy byłem mały, jeździliśmy z mamą na szaber w Lubelskie. Woziliśmy warszawskie mydło, a w zamian dostawaliśmy mąkę. Mama nauczyła mnie jednego – że należy się z ludźmi dzielić. Pamiętam, że wszystkich sąsiadów po powrocie obdarowywaliśmy mąką, olejami i innymi produktami.

Marzyłem, żeby zostać albo furmanem, albo generałem. Nie udało się, bo konie wyszły z mody, a i generałowie, to zaczęła być wątpliwa profesja...

Na szczęście, pojawiła się moja wielka fascynacja – malarstwo. Poszedłem do Liceum Plastycznego w Bolkowie. Po jego ukończeniu miałem zdawać na ASP w Krakowie, ale ko-

ledzy powiedzieli: *Sluchaj! Przecież nie dasz rady namalować „Bitwy pod Grunwaldem!”* Przyznałem skromnie, że rzeczywiście, i poszedłem na Akademię Górniczo-Hutniczą. Gdy ją kończyłem, już zaczynałem śpiewać. Wygrałem konkursy: Echa Krakowa, Polskiego Radia, studenckich zespołów w Szczecinie.

Profesor, u którego pisałem pracę magisterską, powiedział mi: *Wie pan co? Niech pan lepiej idzie do opery i spróbuje.* No i tak próbuję do dzisiaj...

Chryzantemy czterolatka

Tak naprawdę, to... śpiewam od dziecka. Gdy miałem cztery lata, stawiano mnie na stołku i śpiewałem: „Chryzantemy złociste, uśmiechnijcie się do mnie...” Zauważyłem, że ludzie – zwłaszcza kobiety, bo mężczyźni byli na wojnie – płakali.

Po latach wystąpiłem w Operze Warszawskiej i nagrałem dla radia parę pieśni z niezapomnianym i wspinałym dyrygentem Stefanem Ra-

choniem. W naszym domu przy ul. Ząbkowskiej 48 był dozorca. Woził ludzi rykszą z dworca. Po koncercie zobaczył mnie i mówi: *Wiesiu! Tak się cieszę, że cię widzę. Słyszałem cię w radiu. Bardzo pięknie wypadłeś, ale tak, jak śpiewałeś kiedyś „Chryzantemy”, to ty już nigdy nie zaśpiewasz!*

Kolory emocji

Kocham malarstwo. Przede wszystkim opowiadał mi, że ważne, bo teraz są takie czasy, że malarze robią farby w workach foliowych, odwracają się, rzucają nimi za siebie, patrzą i mówią: *Dobre. Albo: Niedobre...*

Ja maluję pejzaże. Nie robię portretów, bo każdy chciałby być na nich podobny do siebie i piękny. A sztuka nie musi wyrażać tego, co piękne, a to, co pełne emocji, prawdziwe.

Rektor ASP w Krakowie Czesław Rzepiński opowiadał mi, że zaraz po wojnie zgłosiła się do niego piękna pani z prośbą, by namalował jej portret.

Kiedy był gotowy, pani mówi do profesora:

- *Bardzo proszę, by domalował mi pan wspaniałą naszyjnik z brylantami, z pięknym wisiorem w otoczeniu perel,*

Takie jest działanie sztuki. (śmiech) A mówiąc poważnie, malarstwo to najbardziej osobista wypowiedź artystyczna. Malarz sam decyduje o temacie, harmoniach barwnych, formacie, rysunku i... cenie.

Brakuje edukacji

Kiedy chodziłem do liceum, co miesiąc każda klasa musiała przygotować wieczorek artystyczny. Recytowaliśmy poezję, śpiewaliśmy, dzięki temu się rozwijaliśmy. Dziś nie ma w szkole ani prawdziwej muzyki, ani plastyki. To niedobrze. Młodzi powinni się uczyć, co to jest jazz, reggae, heavy metal, pop, rock, ale też, co to jest opera, symfonia, koncert, flet. Ta wiedza jest potrzebna także w codziennym życiu.

Lubię oglądać teleturnieje. Pokazują kondycję intelektualną społeczeństwa. Dają dużo do myślenia... To smutne, bo okazuje się, że nie wiemy, że „Rigoletto” napisał Giuseppe Verdi, w którym państwie rządzą cesarze rzymscy, czym różni się kontrabas od skrzypiec...

Opera, opera...

Zawsze tłumaczył młodym ludziom: - *Gdziekolwiek jesteście, je-*

ończysz do NRD, zna pan niemiecki? Mówię: - Parę słów: hende hoh, halt... A on na to: - *Co pan opowiada, przecież to nasi przyjaciele!*

Pojechałem tam, nie znając języka. Wiedziałem, że na dworcu będzie na mnie czekał człowiek z „IX Symfonią” Beethovena pod pachą. Wsiadłem w Zittau w bericiku, króciutkim płaszczku i go szukam. A tu po peronie chodzi tylko pan z „V Symfonią”. To nie po mnie – myślę i czekam dalej. Po jakimś czasie patrzę na niego i pokazuję na palcach dziewiątkę. A on na to: - *Nein, nein, nein! Dziewiąta wyprzedana, więc kupilem piątą!* – odpowiada i o coś mnie pyta. Pouczony przez dyr. Pagartu, że mam być miły, mówię: - *Ja, ja. Więc on pakuje mnie na skuter, zakłada gogle i ruszamy.*

Jedziemy w góry Hartzu. Ja ściśnięty, z walizką upchaną między nas, oczy mi łzawią, wiatr straszny wieje... Po półtorej godzinie jesteśmy na miejscu, idziemy na próbę, ja wciąż nie mogę opanować uez. Wychodzę na scenę, a tu przede mną... dwa tysiące wojoskowych! Zaczynam arie „Przeznaczenie”, lzy mi płyną i płyną. Patrzę, a

TRĄBA POWIETRZNA, czyli milionowe straty strony 4 i 8

Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI

Najchętniej czytany w WIELKOPOLSCIE

Wiesław Ochman światowej sławy tenor liryczny

Kapelusz Borsalino, czyli... mafia ma pogrzeb? strony 3 i 12

TAK MYŚLE strona 6

Tajemnice II wojny światowej „Złotego Konwoju” Fakty wstydliwie ukrywane przez Amerykanów (2) strona 5

Nasz Patronat Targi Muzyczne MITAM strona 10

Następny numer ukazuje się w środę 10 września

RAK VII Numer 15-16/16-16 27 sierpnia 2008 ISSN 1734-524 www.twojtydzien.pl e-mail: twojtydzien@wp.pl Nr indeksu 77001 CENA 1,50 zł (zaw. 1,50 zł)

Twój TYDZIEŃ

Z SUCHEGO LASU

Przerwa!

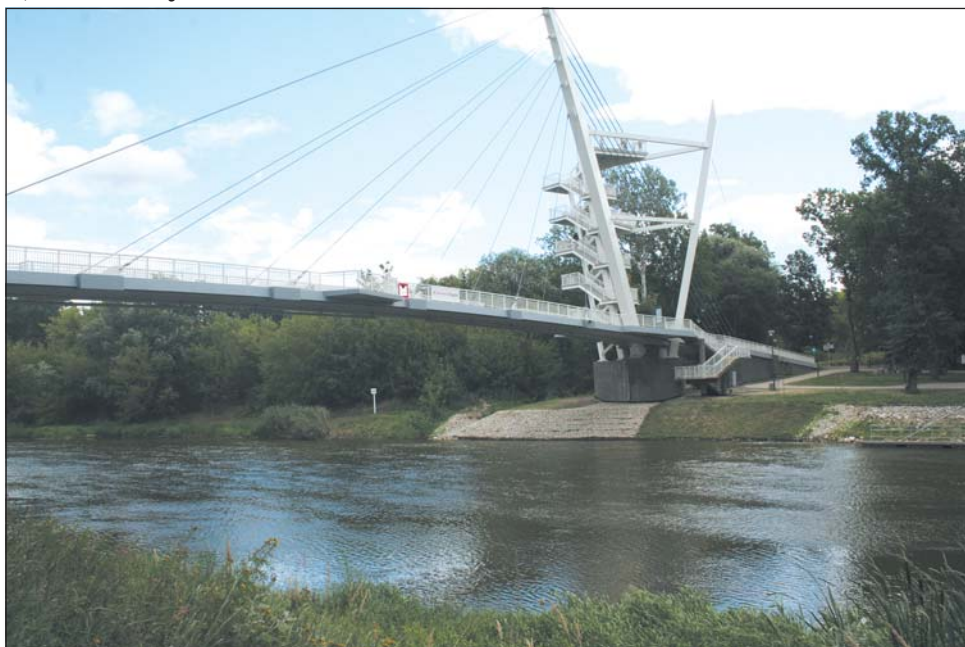
W sierpniu przerywamy cykl poświęcony procesowi Grzegorza Wojtera – wójta gminy Suchy Las, który 29 marca 2023 roku zakończył się wynikiem uniewinniającym wójta ze wszystkich trzech stawianych mu przez prokuraturę zarzutów.

Dotychczas ukazały się cztery odcinki tego cyklu, kolejne ukazą się na łamach „TTW” po uprawomocnieniu się wyroku z 29 marca 2023 roku.

TOMASZ MAŃKOWSKI

Kładka - atrakcja turystyczna

Ma ponad 130 metrów długości, 25 metrów wysokości i połączyła ze sobą gminy Czerwonak, Suchy Las i Poznań. Nowa kładka pieszo-rowerowa może stać się nie tylko wygodnym połączeniem dla rowerzystów i pieszych, ale również atrakcją turystyczną. Koszt inwestycji wyniósł 27 milionów złotych, a wartość dofinansowania projektem środkami unijnymi wynosi 4,3 mln złotych.



Kładka składa się z trzech przęseł o konstrukcji podwieszanej z betonowym mostem o długości 133,7 metrów. Obiekt umożliwia jednocześnie korzystanie z niego przez pieszych i rowerzystów. Przeprawa powstała na wysokości zespołu poklasztornej cysterek w Owińskach.

Konstrukcja kładki stanowi unikatowe rozwiązanie. Najwyższy taras widokowy będzie znajdował się na wysokości 25 metrów nad terenem, co pozwoli na podziwianie terenu Warty z wysokości koron drzew, co samo w sobie będzie stanowić atrakcję turystyczną.

Ta inwestycja jest rozwiązaniem kluczowych kwestii komunikacyjnych w przekra-

czaniu rzeki Warty. To nie tylko inwestycja rekreacyjna, ale przede wszystkim zmierzająca do zachęcenia mieszkańców, do tego, aby wybierali zeroemisyjne środki

transportu. To jeden z siedmiu projektów poświęconych zeroemisyjnemu transportowi przedstawionych przez partnerstwo samorządów jakim jest metropolia poznań-



ska, która realizuje ich wiele w ramach Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych. Wszystkie te projekty otrzymały dofinansowanie.

Prawdziwą atrakcją obiektu znajdującego się w Owińskach jest wieża z dwiema platformami widokowymi na wysokościach 12 i ponad 20 metrów. Pozwalają one na podziwianie terenu rzeki z poziomu koron drzew.

Budowa kładki rozpoczęła się w 2021 roku, a koszt inwestycji wyniósł 27 milio-

GRZEGORZ WOJTERA, wójt gminy Suchy Las:



– Liderem tego porozumienia, które doprowadziło do powstania kładki pieszo-rowerowej łączącej dwa brzoży Warty była gmina Czerwonak. To ona była inicjatorem i przeprowadziła całą tę inwestycję w zakresie projektowym i wykonawczym. Gmina Suchy Las jako partner tego projektu wyasygnowała na ten cel milion złotych, w dwóch transzach po 500.000 złotych w tym i zeszłym roku.

Bardzo się cieszymy, że powstał kolejny most łączący dwie, a w zasadzie trzy gminy. Najazd na kładkę jest na granicy gminy Poznań i Suchy Las w miejscowości Radojewo, a na drugim brzegu mamy gminę Czerwonak.

Kładka ta już dzisiaj stała się atrakcją turystyczną, wiele osób przyjeżdża tylko po to, żeby zobaczyć to miejsce. I to nie tylko z Wielkopolski.

Czekamy teraz, by miasto Poznań wywiązało się ze swoich zobowiązań i doprowadziło do tej kładki Wartostradę od strony północnej.



nów złotych. Realizacja inwestycji to efekt współpracy Gminy Czerwonak z Miastem Poznań, Powiatem Poznańskim i Gminą Suchy Las.

Kładka przez Wartę powstała na wysokości zespołu poklasztornej cysterek w

Owińskach. Po drugiej stronie rzeki zejście usytuowano na pograniczu Poznania i Suchego Lasu. Most połączył więc aż trzy gminy. Od XIII wieku do lat 40. ubiegłego stulecia – przypomnijmy - funkcjonowała w tym miej-

scu przeprawa promowa, która łączyła Radojewo z Owińskami.

Po stronie gminy Czerwonak kładka jest „bramą” do Puszczy Zielonki i jej sąsiednich atrakcji: kąpieliska Akwen Tropicana, malowniczych zbiorników pożwirowych, unikatowego Parku Orientacji Przestrzennej i Biblioteki Zapachów oraz do zabudowań pocysterskich. Z zejścia po stronie Owińsk do wieży na Dziewiczej Górze jest około 6 kilometrów.

Na zachodnim brzegu do kładki można dojechać lub dojść od strony Radojewo - ul. Piólnową lub przedłużeniem ul. Nadwarciańskiej jadąc z Naramowic. Z końcowego przystanku tramwajowego

Dokończenie na stronie 10

ZAPRASZAMY
od poniedziałku do soboty
i w niedziele handlowe



GALERIA
SUCHOLESKA



www.galeriasucholeska.pl
<https://pl-pl.facebook.com/galeriasucholeska/>



84. ROCZNICA

WYBUCHU II WOJNY ŚWIATOWEJ

1 WRZEŚNIA 2023 R. GODZ. 17.00

TEREN POLIGONU BIEDRUSKO

ŁAGIEWNIKI

UROCZYSTOŚĆ
POD POMNIKIEM OFIAR FASZYZMU



W PROGRAMIE M.IN.

- występ Orkiestry Dętej Chłudowo z udziałem solistów Zespołu Pieśni i Tańca Chłudowianie
- Msza św.
- udział wojska z pojazdami pancernymi
- grochówka

Zgodnie z ustaleniami z Centrum Szkolenia Wojsk Lądowych, wjazd autami prywatnymi na teren poligonu na uroczystość **BĘDZIE MOŻLIWY**.

Zachęcamy do skorzystania ze specjalnie uruchomionych w dniu 1 września linii autobusów ZKP.

ODJAZDY AUTOBUSÓW:

- Urząd Gminy Suchy Las – godz. 16.20
- Zespół Szkół im. O. M. Żelazka w Chłudowie – godz. 16.15
- Zespół Szkół im. 7. Pułku Strzelców Konnych Włkp. w Biedrusku – godz. 16.30



Wielkopolska
Województwo Wielkopolskie
Marszałek Województwa Wielkopolskiego
Marek Woźniak

Wydanie współfinansowane ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego

Scena Robocza

Bilety²⁴
Bilety kupisz na bilety24.pl

ROMANCE

SPEKTAKL TANECZNY

22 września 19:00
Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las
ul. Szkolna 16 Suchy Las



CENTRUM KULTURY I BIBLIOTEKA PUBLICZNA Gminy Suchy Las

PIOTR BUKARTYK Z ZESPOŁEM AJAGORE

07.10.2023 // godz. 19.00
Bilety: 100 zł/70 zł (N/U)
MIEJSCA SIEDZĄCE

www.osrodekkultury.pl
facebook.com/CKiBP
tel. 61 25 00 400 / 61 25 00 402
e-mail: kontakt@osrodekkultury.pl

Bilety²⁴
PARTNER TECHNOLOGICZNY

bilety do nabycia:
// w sekretariacie CKiBP
ul. Szkolna 16
// na www.bilety24.pl

Zapisy na zajęcia edu-art 2023/2024

Wielkimi krokami zbliża się nowy sezon zajęć edukacyjno-artystycznych!

Cieszymy się, że znów będziemy Was gościć w progach w Centrum Kultury w Suchym

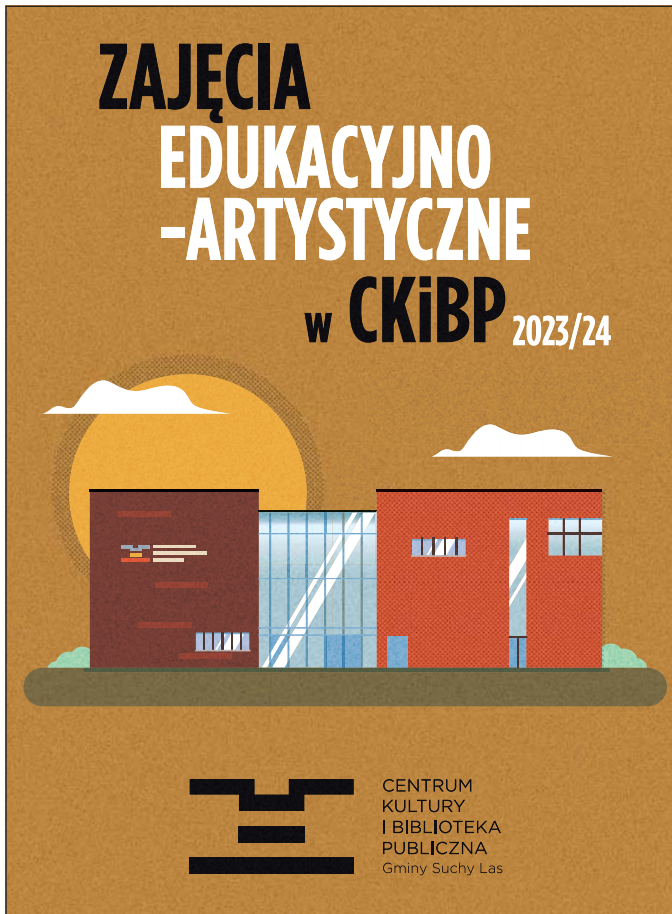
Lesie oraz w Starym Barze w Chludowie. Nasze zajęcia, tak jak w zeszłym roku, trafią też do świetlicy w Biedrusku.

Czekają na Was nowe propozycje zajęć, ale co najważniejsze – zupełnie nowa forma zapisów na zajęcia! Wychodząc naprzeciw Waszym licznym prośbom, wprowadzamy system zapisów online. Dotyczyć on będzie zarówno nowych uczestników i uczestniczek, jak i tych chcących kontynuować udział w zajęciach. Zdajemy sobie sprawę, że jest to mała rewolucja, ale dbamy o to, by ta zmiana była jak najbardziej korzystna dla Was.

Dokładne informacje dotyczące zajęć wraz z instrukcją obsługi systemu opublikujemy na naszej stronie: www.osrodekkultury.pl w dniu 1 września br.

Zapisy ruszą w dniu 18 września od godz. 10:00.

Zapraszamy do udziału w zajęciach!



ZAJĘCIA EDUKACYJNO-ARTYSTYCZNE w CKiBP 2023/24

CENTRUM KULTURY I BIBLIOTEKA PUBLICZNA Gminy Suchy Las



Czas podążać śladami...

Zapraszamy najmłodszych widzów z opiekunami, na spektakl „Ślady” 23 września (sobota) o godzinie 11:00 do Sali widowiskowej CKiBP.

Projekt Ślady/Spuren to realizacja dwóch spektakli o wspólnym tytule Ślady przez Teatr Atofri i Teatr Helios z Niemiec. Obydwa zespoły w sezonie 2013-2014 pracowały pod okiem reżyserki Barbary Kölling – Dyrektora Artystycznego Teatru Helios.

Proces wspólnych poszukiwań artystycznych to rozważania na temat śladów, tropów w bardzo konkretnym znaczeniu jak i w szerszym filozoficznym sensie. Artyści wychodząc od jednego tematu, stworzyli dwa odrębne spojrzenia na temat śladów.

Ślady/Spuren to pierwsza w Polsce produkcja spektaklu dla dzieci najmłodszych zrealizowana w kooperacji polsko-niemieckiej.

Reżyserowała ją Barbara Kölling – twórcza znanych w Europie spektakli takich jak Holzklopfen, Ha zwei oohh. Występują Beata Bąblińska oraz Monika Zajączkowska.

Bilety w cenie 35 zł N/U dostępne wkrótce na www.bilety24.pl oraz w sekretariacie CKiBP



Biegnij razem z nami

We wrześniu tego roku Gminny Ośrodek Sportu w Suchym Lesie obchodzić będzie jubileusz 20-lecia istnienia. Z kolei w grudniu przypada piętnasta rocznica powstania Parku Wodnego Octopus. Pragniemy uczcić te jubileusze organizując 1 października 2023 roku (start: Suchy Las, godz. 12) imprezę biegową: bieg na 5 km, 10 km, zawody nordic walking oraz bieg towarzyszący na krótszym dystansie dla dzieci i młodzieży.

Organizacja imprezy biegowej poza oczywistym celem jakim jest umożliwienie rywalizacji sportowej jej uczestnikom, ma również za zadanie popularyzację zdrowia i zdrowego trybu życia poprzez wysiłek fizyczny, propagowanie samej dyscypliny sportowej, zapewnienie atrakcyjnego widowiska dla kibiców, oraz promocję gminy Suchy Las.

Zawody rozgrywane będą po pętli – ulicami Suchego Lasu, będą to zawody jednodniowe, jednoetapowe.

Serdecznie zapraszamy do wspólnego świętowania jubileuszu Gminnego Ośrodka Sportu w Suchym Lesie i Parku Wodnego Octopus na sportowo. Formularz do zapisów znaleźć można w aktualnościach na stronie internetowej GOS oraz w na profilach Facebook-owych GOS i Parku Wodnego Octopus.

Zapraszamy!

ZKP Suchy Las wzbo-gacił się o kolejny no-woczesny. Ekologiczny i oszczędny autobus. Tym razem jest to Solaris Urbino 12 Hybrid.

Solaris Urbino hybrid to autobusy wyposażone w układ napędowy składający się z silnika lub silników elektrycznych oraz napędu konwencjonalnego. Dzięki takiemu rozwiązaniu pojazdy te osiągają redukcję zużycia paliwa sięgającą średnio od 20 do 30 procent w stosunku do pojazdów z silnikiem diesla. Dodatkowo autobusy hybrydowe Solaris mogą posiadać funkcję pokonywania określonego dystansu w trybie całkowicie bezemisyjnym.

- Nasz najnowszy nabytek, Solaris Urbino 12 Hybrid – mówi Edward Miško, prezes ZKP Suchy Las – odznacza się znakomitymi parametrami jezdnyimi, w szczególności cechuje go energetyczne, a przy tym płynne przyspieszanie. Jedną z głównych cech napędu tego pojazdu jest możliwość odzyskiwania podczas hamowania energii kinetycznej. Ta z kolei zostaje później zamienia-

Nowy autobus dla ZKP



FOT. (ZK) - TOMASZ MAŃKOWSKI

na na energię elektryczną i w tej postaci jest gromadzona w magazynie energii – superkondensatorach, czyli w kondensatorach o dużej pojemności, przystosowanych do szybkiego ładowania i rozładowywania.

W hybrydowej wersji modelu Urbino 12 Solaris oferuje funkcję zero-emission, upodabniającą pojazd do autobusów elektrycznych. Dzięki zamontowanemu syste-

mu Stop-and-Go, silnik spalinowy całkowicie wyłącza się podczas postoju na przystanku i otwarciu drzwi, natomiast włącza się zaraz po wyczerpaniu energii w superkondensatorach. Oprócz tego w pojazdach tych jest możliwość zamontowania urządzenia GPS wraz z odpowiednim oprogramowaniem, które umożliwia uruchomienie funkcji Arrive-and-Go.

Funkcja ta włącza dodatkowo pracę silnika spalinowego już podczas podjeżdżania autobusu do przystanku.

- To ekologiczne rozwiązanie – wyjaśnia Edward Miško, prezes ZKP Suchy Las – według przeprowadzonych testów, jest w stanie zaoszczędzić do 20 procent paliwa potrzebnego w analogicznym pojeździe z konwencjonalnym napędem, co przy dzisiejszych cenach na paliwa nie jest bez znaczenia. Cicha praca pojazdu pozwala również na znaczne zmniejszenie poziomu hałasu emitowanego przez autobus.

Podstawową korzyścią pojazdów hybrydowych jest mniejsze spalanie, które jest następstwem wykorzystywania odzyskiwanej energii. W efekcie pojazdy takie są tańsze w eksploatacji oraz bardziej ekologiczne, ponieważ emitują mniej zanieczyszczeń przy takim samym przejechanym dystansie, co ich w pełni spalinowe odpowiedniki.

21 sierpnia o godzinie 10 w siedzibie ZGK Suchy Las oficjalnie pokazano ten nowy ekologiczny autobus.

- To dobry, ważny zakup – powiedziała Ilona Ciok, zastępca wójta gminy Suchy Las - bo czynimy przecież starania by nasza gmina była bardziej ekologiczna, bardziej przychylna naszemu środowisku. Kupujemy autobusy, które są ekologiczne, przyjazne dla użytkownika, ale

także bezpieczne. Bardzo się cieszę z tego zakupu, mam nadzieję na kolejne tego typu projekty.

- Ten zakup to kontynuacja – dodał Grzegorz Wojtera, wójt gminy Suchy Las – unowocześniania autobusów wykorzystywanych przez ZKP. Mamy nowe, nowoczesne autobusy, czas teraz na nową bazę Spółki, bo zaplecze techniczne też trzeba będzie w najbliższych latach unowocześnić. Dzisiaj kupiliśmy autobus hybrydowy, kolejne będą pewnie elektryczne albo... wodorowe.



OUTLET

AGD

Pralki
Suszarki
Lodówki
Zmywarki
Piekarniki
Płyty grzewcze
i inne

Polska dystrybucja
Gwarancja 24m-ce
Faktura Vat 23%

Nowa lokalizacja ul. Diamentowa 5, 62-002 Suchy Las

www.wgniecione.pl

ZŁOTNIKI PARK

3 etap już w sprzedaży
SUCHY LAS / Złotniki

zlotnikipark.pl (+48) 883 204 205

BGR
DEVELOPER

Kładka - atrakcja turystyczna

Dokończenie ze strony 6

przy ul. Błażeja do wejścia na kładkę jest około 7 kilometrów, natomiast z pętli Radojewo to tylko 2 kilometry.

Na kładce umieszczono Info-Kiosk, wyświetlający rozmaite informacje oraz ciekawostki turystyczne z okolicznych gmin. W ramach projektu pn. „Rozbudowa systemu dróg pieszo-rowerowych w Owińskach wraz z budową kładki pieszo-rowerowej przez rzekę Wartę” zainstalowano elektroniczny system wspierania bezpieczeństwa i orientacji przestrzennej osób z niepełnosprawnościami. Jest to system umożliwiający komunika-

cję dla osób z niepełnosprawnością, głównie wzrokową, pomiędzy obiektem kładki pieszo-rowerowej a dworcem PKP w Owińskach. Aby korzystać z systemu potrzebne jest urządzenie mobilne wyposażone w aplikację YourWay. Aplikację można bezpłatnie pobrać ze sklepu Android lub iOS.

Kładka pieszo-rowerowa ma długość około 130 metrów, a najdłuższe przeszło nad rzeką Wartą aż 83 metrów. Cała powstała infrastruktura rowerowa ma długość ponad 200 metrów i znajduje się 10 metrów nad lustrem wody. Szerokość kładki wynosi 3,9 metra. (na)



160 mln zł kary dla „Biedronki”

Dokończenie ze strony 4

które spełniałoby wymogi regulaminu „Tarczy Biedronki antyinflacyjnej”. Do Spółki zgłaszali się konsumenci, którzy znaleźli produkty tańsze niż w Biedronce, mimo tego nie zdecydowali się oni na dokonanie formalności wskazanych w regulaminie.

- Jeronimo Martins Polska promowało akcję, która w materiałach reklamowych naruszała zbiorowe interesy konsumentów. Wprowadzając w błąd klientów sieci Biedronka przekaz marketingowy, mający przyciągnąć do sklepów rzesze konsumentów, dotyczył podstawowych warunków oferty - tego co powinni zrobić, co mogą zyskać i gdzie znaleźć zasady akcji. Chwytniwi hasła przyciągają uwagę, jednak przedsiębiorcy muszą pamiętać, że konsumenci mają prawo do pełnej i rzetelnej informacji, której treść i sposób przekazywania nie są mylące. Reklama nie może być zatem fałszywym wabikiem na konsumentów. Tymczasem klienci Biedronki nie mieli możliwości realnego skorzystania z promocji na warunkach przedstawionych w przekazach reklamowych

przez przedsiębiorcę. Swoją negatywny odbiór akcji konsumenci wyrażali w mediach społecznościowych, m.in. na profilu spółki na portalu Facebook - powiedział Tomasz Chrósty, prezes UOKiK.

Kara dla właścicieli „Biedronki”

Spółka została ukarana za trzy praktyki stosowane podczas promocji akcji. Łącznie właściciel sieci „Biedronka” musi zapłacić ponad 160 mln zł kary (160.923.767 zł). Prezes UOKiK nałożył także na Jeronimo Martins Polska obowiązek opublikowania oświadczenia o decyzji prezesa UOKiK na stronie internetowej spółki, na profilu Biedronki na Facebooku, we wskazanych stacjach telewizyjnych oraz w sklepach sieci. Decyzja jest nieprawomocna.

To nie pierwsza nałożona kara wobec Jeronimo Martins Polska. Prezes UOKiK kwestionował wcześniej m.in. takie praktyki jak rozbieżności w cenach przy kasie i na półce czy błędne oznakowanie pochodzenia warzyw i owoców. Obie decyzje potwierdził sąd pierwszej instancji. (na)

Wiesław Ochman, światowej sławy tenor liryczny Kapelusz Borsalino, czyli... mafia ma pogrzeb?

Dokończenie ze strony 5

generałowiem też wyciągają chusteczki! Po koncercie podchodzi do mnie attaché wojskowy i mówi: - *Panie Ochman! Zrobił pan ogromne wrażenie! Doprowadził pan do leż żołnierzy, którzy na wojnach walczyli!*

Nie mogłem mu powiedzieć, że to z powodu wiatru...

Później koncertowałem w Berlinie. Za każdym razem dawałem z siebie wszystko - jakby to miał być mój ostatni występ w życiu. Usłyszałem mnie świetny menedżer Robert Schulz, który zaprosił mnie na pierwszy występ za Żelazną Kurtyną, do Teatru Monachijskiego. Tam usłyszał mnie znakomity kompozytor Frantz Liebermann. Później była La Scala, Metropolitan Opera, gdzie śpiewałem „Nieszpory sycylijskie”...

Te miejsca robią ogromne wrażenie. Człowiek zdaje sobie sprawę, że tam występowały największy śpiewacy świata: Caruso, Callas, Tebaldi. To coś nieprawdopodobnego!

La Scala z zewnątrz wygląda jak zwykły skromniutki budynek. Ale wewnątrz robią wrażenie, są złocone, pełne przepychu. Odwrotnie Metropolitan Opera. Za to i od zewnątrz,



i wewnątrz robi ogromne wrażenie opera w Buenos Aires.

Borsalino

Lubię kapelusze. Zaraziłem się tym w Hamburgu. Spacerowałem kiedyś przed występem po mieście, wszedłem do kapelusznika i zacząłem przymierzać czarne kapelusze. Kiedy potem byłem we Włoszech, na pasażu Vittorio Emanuele postanowiłem kupić sobie kapelusz. W sklepie

Wiesław Ochman Wiesław Ochman (ur. 6 lutego 1937 roku w Warszawie) - od czasów Jana Kiepury pierwszy polski śpiewak (tenor liryczny), który zdobył światową sławę.

W 1960 Ochman uzyskał dyplom inżyniera-ceramika w AGH w Krakowie. W trakcie studiów rozpoczął naukę śpiewu pod kierunkiem Gustawa Serafina w Krakowie (1955-1959) i Marii Szałapak w Bytomiu (1960-1963). W 1960 został zaangażowany w Operze Śląskiej w Bytomiu, gdzie śpiewał przez trzy sezony: w latach 1963-1964 w Operze w Krakowie, a 1964-1970 w Teatrze Wielkim w Warszawie.

Karię międzynarodową rozpoczął w 1967 od Opery w Berlinie, następnie występował w Monachium i Hamburgu. Odnosił też pierwsze sukcesy na festiwalach w Glyndebourne oraz Salzburgu. W 1972 występował w Operze Paryskiej, następnie w Chicago i San Francisco. W 1975 partią Arriga w operze Nieszpory sycylijskie Verdiego zadebiutował na scenie nowojorskiej Metropolitan Opera.

Występował na największych scenach operowych i estradach świata, w towarzystwie największych gwiazd operowych, m.in. w mediolańskiej La Scali (1982), Barcelonie, Buenos Aires, Madrycie, Moskwie, Rzymie, Sewilli i Wiedniu. Uczestniczył w najbardziej prestiżowych festiwalach muzycznych, z udziałem najstynniejszych zespołów, łącznie z Wiener Philharmoniker i Berliner Philharmoniker pod dyktando Herberta von Karajana i Karla Böhma.

Po 1999 Wiesław Ochman zajął się też reżyserią, wystawiając w Operze Śląskiej w Bytomiu Don Giovanniego W. A. Mozarta, Traviatę Verdiego oraz Carewicza Ferencza Lehára. Osobną dziedziną artystyczną działalności Ochmana była muzyka oratoryjna. Nagrał wiele płyt dla najważniejszych firm fonograficznych, jak Deutsche Grammophon, Polydor, EMI, Decca, Supraphon i polska Muza. W latach 70. XX wieku nagrał 2 polskie płyty z ariami operowymi i z ariami operetkowymi z akompaniamentem Orkiestry Polskiego Radia i Telewizji pod dyktando Zdzisława Górzyskiego. Kawaler Orderu Uśmiechu.

Ważnym elementem działalności Ochmana stała się działalność charytatywna na rzecz wspierania kultury i na stypendia. Rokrocznie organizował aukcje obrazów w konsulacie Polskim w Nowym Jorku, z których dochód wspierał częstochowską kulturę.

Kolejnym nurtem działalności Wiesława Ochmana było malarstwo (głównie plenery), które było pokazywane na wielu wystawach autorskich (pragnął zostać malarzem, po szkole podstawowej uczył się w Liceum Plastycznym w Bolkowie, a później w Technikum Zdobnictwa Ceramicznego w Szczawnie-Zdroju na Dolnym Śląsku).

21.04.2008 senat AGH na uroczystym posiedzeniu nadał Wiesławowi Ochmanowi godność doktora honoris causa AGH.

Od 2010 roku jest członkiem Polskiej Akademii Umiejętności.

siedziała babunia. Poprosiłem o numer 56, więc zawałała jeszcze starszą babuleńkę. Ta wspina się na drabinę i pyta: - *Borsalino?* Borsalino - odpowiadam. *Jest szczęście* - mówi. To ja, że biorę wszystkie (bo w Polsce były z nimi kłopoty). Patrzy na mnie, patrzy i pyta: - *Co? Mafia ma pogrzeb?*

Kiedy potem wchodziłem do La Scali w moim nowym borsalino, odzwierni mówi: - *Bongiorno senior Ochman!* Skąd on mnie zna? - myślałem sobie. Okazało się, że di Santi go uprzedził, że jak pojawi się mężczyzna od stóp do głów ubrany na czarno, to będę właśnie ja.

Pop artysta Kiepusza

Niech nikt nie wierzy, że muzyka klasyczna jest trudna! To bzdura! Muzyka jest tylko dobra lub zła, niezależnie, czy to rock, pop czy klasyka. Nuty są martwe. To muzyk musi je ożywić, nadać im wyraz. Dziś są inne czasy i inni odbiorcy. Przed laty to Kiepusza był prekursorem tego, co dziś dzieje się na popowych i rockowych koncertach. Śpiewał dla ludzi i do ludzi. Był artystą, który wykonywał repertuar popularny. Wychodził na balkon, na ulicę przed hotelem i śpiewał. Wszyscy go za to kochali. Złamał barierę między artystą i widowiskiem. Dziś już nas nic nie dzieli.

Ja Kocham was tak, jak wy mnie. Występ na Woodstocku był moim marzeniem, które właśnie się spełnia. To fantastyczne miejsce! Fenomen na skalę światową. Tu ludzie spotykają się nie tylko po to, by słuchać muzyki, ale i by znaleźć sens życia.

Polska opera

przerost formy nad treścią

Współczesna polska scena operowa jest coraz bardziej znana na świecie. Modni są tacy reżyserzy, jak Treliński, Dzikowski, Warlikowski... Zapanowała tendencja na widowiska, z rusztowaniami, teledramami, laserami, fajerwerkami... Robią ogromne wrażenie, ale obawiam się, że treść jest w nich przytłoczona przez formę, a narracja dramatyczna na zepchnięta na bok. Ludzie oglądają piękne widowisko, ale nie wiedzą, kto kogo kocha i dlaczego...

Miałem przyjemność i szczęście pracować z największymi reżyserami operowymi, na przykład z Zefirellim czy Bonerem. Oni, stosując współczesne środki wyrazu, nie gubili tego, co w operze najważniejsze.

Jaja koguta

Gdyby to była prawda, że o pętdzie i pięknie głosu śpiewaka decyduje liczba wypitych na surowo jajek, to koguty byłyby największymi pieśniarzami świata. Kluczem jest praca i ćwiczenia. I praktyka. Kiedyś kupiłem książkę o śpiewie operowym. Próbowałem z niej ćwiczyć. Żałuję, że nie było w pobliżu karetki reanimacyjnej i musiałem się ratować sam... (*śmiech*). Żadna książka niczego nie nauczy, jeśli nie będzie się ćwiczyć.

Ale powiem w sekrecie, że śpiew to... nic trudnego. Wystarczy wziąć głęboki oddech przeponowo-żebrowy, podnieść przeponę do góry, opuścić żuchwę na dół, ustawić język płasko, podniebienie do góry i przepuścić wąski strumień powietrza przez więzadła głosowe tak, by nie naciskać na żyłę nieparzystą. I tyle!

OFP po raz trzeci!



Długo wyczekiwane wydarzenie muzyczne w Gminie Tarnowo Podgórne zbliża się wielkimi krokami! Już od 24 do 27 sierpnia Pałac Jankowice stanie się gminną stolicą muzyki, a wszystko za sprawą III Ogólnopolskiego Festiwalu Piosenki Tarnowo Podgórne 2023.

Festiwal rozpocznie się od inspirującej konferencji MusicON, która odbędzie się 24 sierpnia o 10.00. Gościć będziemy wybitnych ekspertów i pasjonatów muzyki i kultury muzycznej, którzy będą dyskutować na temat jej roli i wpływu w społeczeństwie.

To niezwykła okazja do wymiany wiedzy, doświadczeń i inspiracji.

W tym roku festiwal przenosi nas w magiczne światy dwóch niezapomnianych artystów – Anny Jantar i Jarosława Kukulskiego. To właśnie ich utwory w zupełnie nowych aranżacjach będą wybrzmie-

wać po najsłynniejszych zakamarkach Pałacu Jankowice, tworząc niezwykłą atmosferę pełną nostalgii i wzruszeń - utalentowani wokaliści zaprezentują swoje umiejętności w wyjątkowym miejscu przed szeroką publicznością i powalczą o prestiżowe nagrody.

Jury Festiwalu tworzą: Katarzyna Strońska-Sierant (kierownik katedry instrumentalistyki i wokalistyki jazzowej Akademii Muzycznej im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu), Ewa Gajewska-Kiepusa (pedagog, a przede wszystkim specjalista w zakresie prowadzenia zespołów wokalnych) oraz Janusz Szrom (muzyk, wybitny wokalista jazzowy, pedagog, wielokrotny Jazzowy Wokalista Roku według plebiscytu miesięcznika JAZZ FORUM, kompozytor, aranżer). Natomiast zespół akompaniujący uczestnikom Festiwalu to Mariusz Smoliński – instrumenty klawiszowe, Bartosz Kucz – gitara basowa i Dawid Wirmański – instrumenty perkusyjne.

Laureaci otrzymają unikatowe statuetki, pamiątkowe dyplomy oraz nagrody finansowe. GRAND PRIX to nagroda 2000 zł, I miejsce: nagroda 1500 zł, II miejsce: 1000 zł, III miejsce: 500 zł.

Festiwal zwieńczy koncert galowy, który odbędzie się w niedzielę 27 sierpnia o godz. 17.00. Dziesiątka finalistów zaprezentuje się na plenerowej scenie w magicznej scenerii Pałacu Jankowice. Na podsumowanie festiwalu będziemy mieli okazję wysłuchać niezwykle koncertu Natalii Kukulskiej, na który zapraszamy wszystkich bardzo serdecznie!

Więcej informacji o festiwalowym wydarzeniu znajdziecie na stronie www.ofptarnowopodgorne.pl

Zakończ wakacje honorowo!

Na 98 akcję honorowego oddawania krwi zaprasza Stowarzyszenie Dar Serc. W sobotę, 2 września, w godz. 8.00-16.00, wolontariusze oraz pracownicy poznańskiego Regionalnego Centrum i Krwiodawstwa i Krwiolęcznictwa zapraszają do Szkoły Podstawowej nr 1 im. Jana Pawła II w Tarnowie Podgórnym przy ul. Szkolnej 5.

– *Myszę, że to najlepszy sposób na zakończenie wakacji* – podkreśla Wojciech Janczewski, Wiceprzewodniczący Rady Gminy Tarnowo Podgórne i Prezes Stowarzyszenia Dar Serc. – *Zachęcam zwłaszcza tych, którzy krew chcieliby oddać po raz pierwszy.* (ARZ)

NIE UZALEŻNIAJ SIĘ OD UZALEŻNIEŃ

18 drinków w tygodniu to 5 lat życia mniej

Ostatnie badania wykazują, że picie 5-10 drinków tygodniowo może skrócić życie nawet o pół roku, a od 10 do 15 co tydzień nawet o rok do 2 lat. Eksperci twierdzą, że nawet picie z umiarem może nie być dobre dla zdrowia. Dawniej uważano, że odrobina alkoholu, np. czerwone wino pite do obiadu zmniejszało ryzyko chorób serca. Dzisiejsze analizy potwierdzają, że potencjalne korzyści z owej symbolicznej lampki czerwonego wina zmniejsza ryzyko wystąpienia innych groźnych chorób sercowo-naczyniowych. Pijący ponad 18 drinków w tygodniu, mogą stracić nawet 5 lat życia.

Standardowa porcja alkoholu (SPA) jest to dawka czystego alkoholu etylowego do wyliczenia ilości wypijanego alkoholu bez względu na rodzaj napoju. Jest to 10 g lub 12,5 ml czystego alkoholu. Tyle zawiera: 1 małe piwo 5% (250 ml), 1 lampka wina 12% (100 ml), 1 kieliszek wódki 40%

„Niewinny” drink. Czy na pewno?

(25 ml), 1 kieliszek wódki smakowej 37% (30 ml) albo 10 g czystego spirytusu. Jedna półlitrowa puszka piwa 5% to już 2 jednostki alkoholu.

Alkohole są sprzedawane w różnych butelkach. Tak zwana mała wódka 40% (0,2 litra) to aż 6,4 jednostek alkoholu, a cała butelka wódki (pół litra) to 17 jednostek alkoholu. W butelce wina (0,75 l) jest 7,2 jednostek, a pół litra innego alkoholu 40%, (gin, whisky, rum, ko-



niak) to 16 porcji alkoholu. Jeśli chcemy obliczyć, ile czystego alkoholu wypiliśmy, trzeba stężenie alkoholu (ile procent) pomnożyć przez ilość wypitego napoju w ml, a potem podzielić przez 100.

Według Światowej Organizacji Zdrowia ryzyko dla zdrowia stwarza już okazjonalne, jednorazowe spożywanie więcej niż 6 jednostek alkoholu - mę-

czyźni (więcej niż 3 piwa), a kobiety powyżej 4 jednostek alkoholu (więcej niż 2 piwa). Przy codziennym picu alkoholu powinno się zachować co najmniej 2 dni abstynencji w tygodniu (dzień po dniu). Ponadto osoba, która musi codziennie wspomagać się drinkiem, powinna już zastanowić się, czy nie jest to uzależnienie.

Stężenie alkoholu w organizmie jest wyrażane w promilach (‰), a wpływ na nie ma wiek, płeć, masa ciała i indywidualne predyspozycje. Szacunkowo po jednym piwie stężenie alkoholu we krwi wynosi 0,2-0,6‰ godzinę po wypiciu. Liczba promili wzrasta po około 5 minutach od wypicia i najwyższą wartość osiąga po 30-45 minutach, a potem spada w efekcie spalania alkoholu w organizmie.

Jak to więc jest? Czy istnieje „bezpieczne” picie alkoholu?

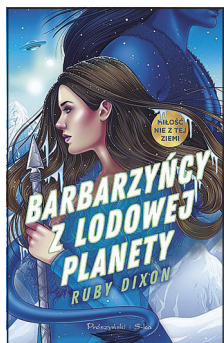
– *Oczywiście* - mówi Agata Pakuza, terapeuta uzależnień i psy-

choterapeuta z Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chłudowie - *wyliczenia bezpiecznej dawki są ważne i warto obserwować siebie pod tym kątem. Czy ta dawka alkoholu jest dla mnie wystarczająca, czy zaczynam z nią „dyskutować” i znajdować argumenty by pić częściej i/lub więcej. Tak więc przede wszystkim uważność, samo-obszercja. Czasem warto poprosić bliskich, aczkolwiek oni zazwyczaj sami mówią, gdy coś ich niepokoi. Warto pamiętać, że uzależnienie to choroba, która rozwija się bardzo podstępnie. Największym wrogiem bywa tu własny umysł, który zawsze znajdzie usprawiedliwienie. Uzależnienie to także choroba emocji. A więc tu nie tak bardzo ilość ma znaczenie (choć oczywiście również) co pytanie: na co piję? Rozluźnienie po pracy, po nieprzyjemnej wymianie zdań, na relaks po ciężkim dniu w pracy, żeby szybciej zasnąć, uspokoić myśli... Powodów może być wiele, ale im bardziej mają one związek z emocjami, tym bardziej powinna zapalić się czerwona lampka. Rozwijające się uzależnienie będzie człowieka osłabiał, sprawi, iż najprostszą sprawą stanie się nie do wytrzymania w sensie emocjonalnym. Alkohol najpierw stanie się „złotym środkiem” na wszystko, by na końcu pozbawić człowieka wszelkich sił psychicznych do radzenia sobie z codziennością.* (mon)

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

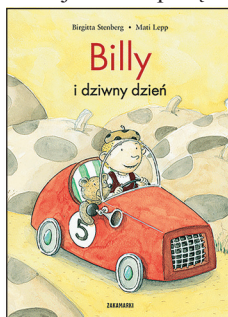
116-111

Czynny 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Połączenie jest bezpłatne. Połączenie nie jest widoczne na rachunkach ani na billingach większości sieci.



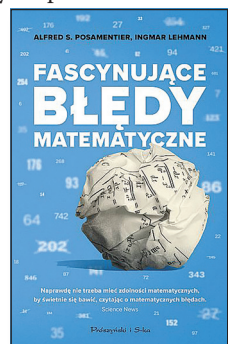
Barbarzyńcy z lodowej planety Ruby Dixon, tłumaczenie Adriana Celińska, cena 45 zł, Prószyński i S-ka.

Georgie Carruthers jest zwyczajną dziewczyną... Do momentu, gdy porwana przez kosmitów. Teraz musi walczyć o przetrwanie razem z resztą uprowadzonych z Ziemi kobiet. Kiedy ich statek ląduje awaryjnie na tajemniczej lodowej planecie, pojawia się szansa na wyrwanie się z sidła obcych. Georgie jako nieformalna liderka grupy idzie na zwady, by znaleźć ratunek wśród śnieżnych zasp. Jej wybawcą okazuje się jednak... ogromny niebieski i seksowny kosmita, który uważa ją za swoją drugą połówkę. Georgie i Vektal ruszają na pomoc pozostałym dziewczynom. Po drodze odkrywają kolejne sekrety lodowej planety... i nieznaną im wcześniej oblicza pożądaną.



Billy i dziwny dzień Birgitta Stenberg, ilustracje Mati Lepp, tłumaczenie Agnieszka Stróżyk, wiek 3+, cena 34,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

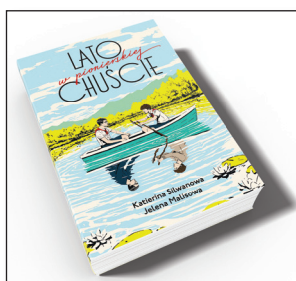
Billyemu śni się, że jeździ czerwonym autem na pedałach, podobnym do tego, jakie widział w sklepie z zabawkami. Kiedy się budzi, przypomina sobie, że to jego urodziny. Może dostanie dziś w prezencie wymarzony samochód? Niestety paczuszka od mamy jest zdecydowanie za mała, a inni najwyraźniej zapomnieli o jego urodzinach... Czy na pewno?



Fascynujące błędy matematyczne Alfred S. Posamentier, Ingmar Lehmann, popularnonaukowa, cena 49,99 zł Prószyński i S-ka.

Zabawna i intrygująca opowieść o matematycznych błędach, które – przynoszą niekiedy całkiem interesujące rezultaty, przyczyniając się do

głębszego zrozumienia matematyki. Bywa również, że właściwe metody mogą prowadzić do absurdalnych, aczkolwiek ciekawych wyników. Matematyka jest piękna, nawet gdy popełniamy błędy. Aby wybrać się w tę niezwykłą podróż przez matematyczne omyłki, nie trzeba spełniać wygórowanych wymagań – wystarczy znajomość podstaw! By lepiej rozumieć tę podstawową, niezwykle ważną gałąź nauki – język, którym przemawia do nas rzeczywistość.



Lato w pionierskiej chuście Jelena Malisova, Katierina Silwanowa, cena 49,99 zł, Wydawnictwo Znak.

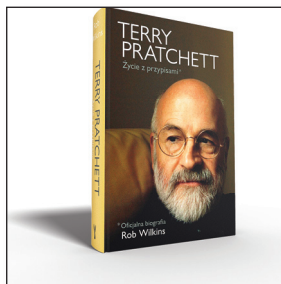
16-letni Jura przyjeżdża do „Jaskółki”, co roku, już od paru lat. Zna tu wszystko i wszystkich. Po kolejnym turnusie nie spodziewa się niczego nowego. Pierwszego dnia okazuje się, że ostatnie lato wśród pionierów będzie wyjątkowe. W szeregach obozowej kadry pojawia się nowy zastępowy, 18-letni Wołodia. Chłopcy spędzają ze sobą coraz więcej czasu. Jura nigdy wcześniej nie czuł niczego podobnego. Swoją miłość chłopcy muszą utrzymywać w tajemnicy. 20 lat później Jura wraca do „Jaskółki”, by szukać jej śladów. Czy uda mu się odnaleźć także Wołodię? Przejmujący romans pozwala wierzyć, że miłość pokona wszystkie przeszkody.



Nieskończoność światów. Kosmiczna inflacja i początek Wszechświata Will Kinney, tłumaczenie Urszula Seweryńska, Mariusz Seweryński, seria Na ścieżkach nauki, cena 49,99 zł, Prószyński i S-ka.

Kosmiczna – w pełnym tego słowa znaczeniu – książka o Wielkim Wybuchu i kosmicznej inflacji w nowy sposób. Will Kinney (profesor fizyki na Uniwersytecie w Buffalo) nie tylko opisuje obecny stan naszej wiedzy, lecz pokazuje, jak bardzo jest ona niepewna i jak wiele – dzięki rozwojowi teorii i postępowi obserwacji astrofizycznych – jeszcze może się w niej zmienić. Podkreśla mocne strony teorii i jej słabości, sygnalizuje alternatywne wobec inflacji rozwiązania, dokładając starań, aby tekst był przejrzysty i zrozumiały dla każdego. Umysława jak bardzo Wszechświat

pozostaje zagadkowy i zaskakujący.



Terry Pratchett: Życie z przypisami. Oficjalna biografia Rob Wilkins, cena 74,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Sir Terry Pratchett, nagradzany bestsellerowy autor, podziwiany na całym świecie za znakomite książki, inteligentny humor i działalność humanitarną. W chwili śmierci w 2015 roku pracował nad najciekawszą historią – własną. O chłopcu, któremu w wieku 6 lat dyrektor szkoły powiedział, że niczego nie osiągnie, i który przez całe życie udawał, że tamten nie miał racji. Terry przerwał naukę by zostać dziennikarzem, co nie zmienia faktu, że otrzymał niezliczoną liczbę doktoratów honorowych. Nim skończył 20 lat miał pomysł na swoją debiutancką powieść, która ukazała się w 1971 roku pod tytułem „Dywan”. Został jednym z najlepiej sprzedających się i lubianych pisarzy w Wielkiej Brytanii, zdobył prestiżowy Medal Carnegie i otrzymał tytuł szlachecki. Niestety zabrakło mu czasu by ukończyć wspomnienia. Przerwane wątki podjął Rob Wilkins, dawny asystent, przyjaciel, a dziś opiekun literackiego dziedzictwa Pratchetta.



Zwierzątko dla Pellego Astrid Lindgren, ilustracje, Maria Nilsson Thore, tłumaczenie Maria Olszańska, wiek 3+, cena 49,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Pelle ma siedem lat i kocha zwierzęta, choć sam żadnego nie ma. Tjorven ma psa Bosmana i to jest strasznie niesprawiedliwe! Kiedy na sąsiedniej wyspie ktoś chce sprzedać króliki, Pelle razem z Tjorvenem ruszają łódką po zwierzątko. I wtedy nadciąga burza... Historia, pochodząca z książki Astrid Lindgren o dzieciach z wyspy Saltkrakan, została zilustrowana na potrzeby książki obrazkowej. Jest pierwszą z pięciu książek serii. Wyspa Saltkrakan to jedna z wielu wysp w Archipelagu Sztokholmskim. Na niej właśnie, wraz z rodzicami, rodzeństwem i psem Bosmanem, mieszka dziewczynka Tjorven. Każdego lata na wyspę przyjeżdża też Melker Melkerson z czwórką swoich dzieci: najstarszą Malin oraz synami Johanem, Niklasem i Pellem. I wtedy dużo się tam dzieje!

KLUB ŚWIATA KOMIKSU EGMONT

Fascynujące tajemnice wszechświata



Nauka z komiksem to cykl edukacyjnych komiksów Wydawnictwa Egmont o tematyce naukowej opartych na animowanych filmach Disneya. Tematy zostały opracowali naukowcy dla młodych czytelników. W ramach cyklu ukaze się sześć serii dla dzieci w wieku 8-12 lat: „Galaktyki i planety”, „Genetyka i ewolucja”, „Era dinozaurów”, „Miasta przyszłości”, „Życie pod wodą” i „Źródła energii”.

Bohaterami 1 tomu serii **Galaktyki i planety - Początek wszystkiego** jest Wielka Szóstka, czyli pomysły i energiczny Hiro, spokojny robot Baymax, geniusz fizyki Wasabi, fan komiksów Fred, niepoprawna optymistka Honey Lemon i amatorka ekstremalnych prędkości To To. Bohaterowie nagrodzonej Oscarem animacji odkryją ta-

jemnice Wszechświata, galaktyk i planet w 4 komiksach: **To świat Wielkiej Szóstki!**, **Stwórca gwiazd**, **Galaktyczny plan i Supernowa** oraz uzupełniających rozdziałach: **Od Wielkiego Wybuchu do gwiazd**, **Grawitacja**, **Od gwiazd do galaktyki** i **Teoria Einsteina**.

Pierwszy tom serii **Genetyka i ewolucja** zatytułowa-



Nauka z komiksem. Galaktyki i planety - Nasz dom: Układ Słoneczny, tom 2, scenariusz Edwige Pezzulli, Andrea Vico, Tea Orsi, rysunki Gianfranco Florio, Alberto Zanon, Danilo Loizetta, przekład Maria Białek, amerykański popularno-naukowy, wiek 8-12 lat, cena 34,99 zł.

Nad San Fransokio znowu zbierają się czarne chmury. Wielka Szóstka musi wkroczyć do akcji i ocalić świat przed kosmicznym zagrożeniem. Poznaj tajemnice galaktyk i planet, dowiedz się, jak powstaje zorza polarna i dlaczego kometa ma warkocze.



Nauka z komiksem. Era dinozaurów - Czas gigantów, czyli dinozaury jury, tom 2, scenariusz: Stefano Broccoli, Jacopo Olivieri, rysunki Sara Storino, Letizia Algeri, Andrea Greppi, Benedetta Barone, Marco Forcelloni, Marco Colletti, Massimo Asaro,

ny jest **Życie**. Podczas lektury komiksów: **Tajemnicze jajo**, **Pierwsza iskra**, **Wszystkie kształty i rozmiary** i **Nowi przybysze** czytelnicy z bohaterami filmu Lilo i Stich poznają, jak zmieniło się życie na Ziemi. Dowiedzą się, czym jest DNA; poznają budowę i podział komórki i proces fotosyntezy, a także bakterie, organizmy wielokomórkowe i bezkręgowce.

Kreatywna i bystra Bonnie, bohaterka znana z animacji Toy Story wprowadzi czytelników w świat dinozaurów w pierwszym tomie serii **Era dinozaurów** zatytułowanym **Straszne jaszczury**, czyli dinozaury triasu. Wraz z Rexem, Trixie, Buzzem i Jessie odkrywają źródła pochodzenia dinozaurów i przyczyny ich wyginiecia. Tom zawiera cztery komiksy: **Dinoimpreza**, **Dawno (baardzo) dawno temu**, **Nadchodzą!** i **Towarzysze podróży** oraz treści naukowe, które przybliżą czytelnikom wędrówki kontynentów, erę archozaurów, skamieniałości oraz różne gatunki dinozaurów okresu triasu. Cena komiksów 34,99 zł.

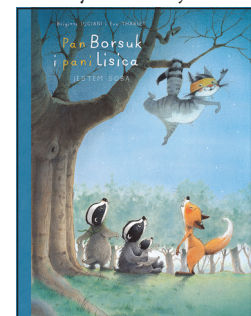
przekład Maria Białek, cena 34,99, amerykański popularno-naukowy, wiek 8-12 lat, cena 34,99 zł.

Ostatnie dinozaury zniknęły z powierzchni Ziemi 66 milionów lat temu... Ale Rex nie zamierza się z tym pogodzić! Wspólnie z Trixie i Sztukiem prowadzi śledztwo, żeby odkryć źródło pochodzenia swoich krewniaków oraz przyczyny ich wyginiecia. Razem z dzielnymi zabawkami poznaj tajemnice gigantycznych drapieżników, pierwszych ptaków i wodnych gadów! Na dodatkowych stronach są szczegółowo omawiane treści naukowe zawarte w komiksie.



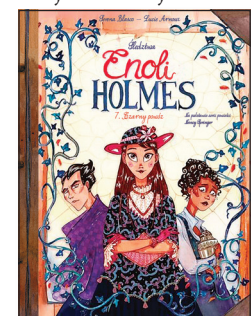
Mój pierwszy komiks 5+ O czym szumią wierzy. Nieproszeni goście tom 4, Scenariusz i rysunki Michel Plessix, Przekład Ernest Kacperski, komiks francuski, Cena 39,99 zł.

Ropuch wyciągnął lekcje ze swoich brawurowych przegód i postanowił się zmienić. Koniec z automobilami i szalenczą jazdą. Od dzisiaj będzie łagodny jak baranek. Zajmie się uprawą kwiatów i będzie wiodł życie przykładowego ziemianina. Ale... Niestety! Ktoś najechał jego posiadłość! Łasice, kuny i gronostaje z puszczy zasiedliły ziemię i wdary się do jego



Mój pierwszy komiks 5+ Pan Borsuk i pani Lisica. Jestem sobą tom 6, Scenariusz Brigitte Luciani, Rysunki Eve Tharlet, Przekład Ernest Kacperski, komiks francuski, Cena 39,99 zł.

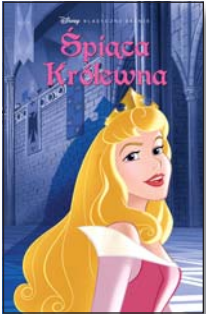
Mała Róża coraz częściej się zastanawia, kim tak naprawdę jest i gdzie jest jej miejsce na świecie. Tymczasem pewien żbik w towarzystwie przebiegłych żenet przygotuje widowisko. W gałęziach drzew zamierza dać popis swoich umiejętności. Jednak żbik nie jest tym, za kogo się podaje, a jego tajemnica pozwoli Różę zrozumieć, że jej nowa rodzina kocha ją ponad wszystko. Ludzkie charaktery w zwierzęcych maskach, piękna lekcja tolerancji.



Śledztwa Enoli Holmes.

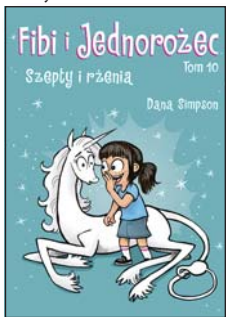
Czarny powóz tom 7, Scenariusz Serena Blasco, Rysunki Lucie Arnoux, Przekład Maria Mosiewicz, komiks francuski, Cena: 39,99 zł.

Siódmy tom graficznej adaptacji serii powieści Nancy Springer o młodszej siostrze słynnego detektywa Sherlocka. Enola nie używa przebrań, bo już nie musi się ukrywać przed światem i braćmi. Czy rozpocznie spokojne, poukładane życie? Nic z tych rzeczy! Kiedy nadarza się sposobność rzucenia się w wir przygody, młoda detektywka od razu z niej korzysta. Razem z Sherlockiem zabiera się za rozwikłanie zagadki zniknięcia malarki, której mężem jest przystojny lord.



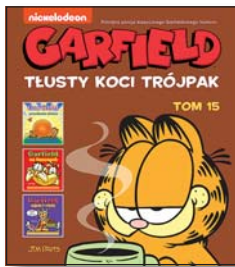
Klasyczne baśnie Disneya. Śpiąca Królowa Scenariusz Régis Maine, Alessandro Ferrari, Rysunki Mario Cortés, Przekład Mateusz Lis, komiks amerykański, Cena 29,99 zł.

Dawno temu w odległym królestwie przychodzi na świat piękna królowa, na którą zła Czarownica rzuca klątwę. By ocalić Aurorę przed straszliwym losem, trzy dobre wróżki postanawiają ukryć ją przed siłami zła. Jednak w dniu swoich szesnastych urodzin królowa zakochuje się w przystojnym królewiczu, a Czarownica wpada na jej trop... Komiks o miłości, która pokona wszelkie przeszkody, i niegasnącej nadziei na to, że dobro ostatecznie zatriumfuje.



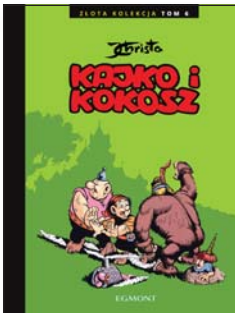
Komiksy są super! Fibi i Jednorożec – Szeptki i rżenia tom 10, Scenariusz i rysunki Dana Simpson, Przekład Mateusz Lis, komiks amerykański, Cena 49,99 zł.

Fibi, której najbliższą przyjaciółką jest jednorożcowa piękność Marigold, nie może skupić się na pracy domowej. Marigold rzuca na nią zaklęcie koncentracji. Nie bierze jednak pod uwagę wszystkich możliwych konsekwencji... Gdy zaś Marigold po raz kolejny nie może oderwać wzroku od własnego odbicia, Fibi postanawia poszukać rozwiązania. Jednak odkrywa, że przyzwyczajenie jest drugą naturą jednorożca... W każdej sytuacji — czy podczas wizyty w operze goblinskiej, czy przy okazji lekcji pływania — obie udowadniają, że prawdziwa przyjaźń otwiera drogę do niekończącej się przygody.



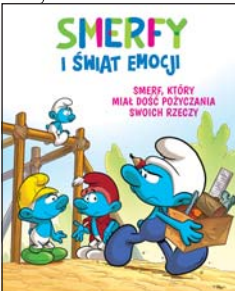
Garfield. Tłusty koci trójkąt, tom 15, Scenariusz i rysunki Jim Davis, Przekład Piotr W. Cholewa, komiks amerykański, Cena 99,99 zł.

To już piętnasty album z przygodami najsłynniejszego wielbiciela lazanii! Sztuka dobrej zabawy Tłustego Kota we wszystkich jej przejawach. Futrzasty Picasso używa Odiego jako płótna, wyraża siebie w tańcu interpretacyjnym i demonstruje chytrą kreatywność w kuchni. Garfieldowy cykl **Tłustych Kocih Trójkątów** to kolekcja komiksowych pasków zebranych w nowym, kolorowym wydaniu. Garfield zmieniał się trochę na przestrzeni lat, ale jedno pozostało niezmiennie: jego gigantyczny apetyt na jedzenie i poczucie humoru.



Kajko i Kokosz – Złota Kolekcja, tom 6, Scenariusz i rysunki Janusz Christa, komiks polski, Cena 119,99 zł.

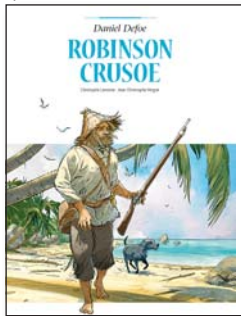
Kajko i Kokosz pojawili się na łamach „Wieczoru Wybrzeża” w 1972 roku i stali się jednymi z najbardziej rozpoznawalnych bohaterów polskiej popkultury. Cykl Janusza Christy (1934–2008) opowiada o dwóch wojach – dzielnym i rozważnym Kajku oraz żarłocznym i nieco samolubnym Kokoszu, którzy bronią Mirmilowa i mają zabawne przygody. **Złota Kolekcja** to wyjątkowa, jubileuszowa edycja z okazji 50-lecia serii. Składa się z 6 tomów zawierających wszystkie komiksy „Kajko i Kokosz” w kolejności chronologicznej, podane renowacji kolorystycznej. Dodatkowo do albumów jest posłowie Krzysztofa Janicza, zawierające wiele ciekawostek o historii serii i Janusza Christy, zawierające wiele ciekawostek o historii serii i Janusza Christy, zawierające wiele ciekawostek o historii serii i Janusza Christy.



Smerfy i świat emocji. Smerfy, który miał dość pożyczania swoich rzeczy, Scenariusz Fal-

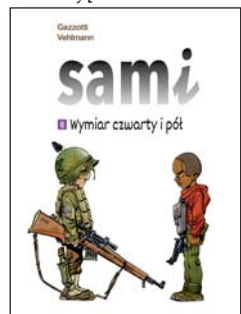
zar, Thierry Culliford, Rysunki Antonello Dalena, Przekład Maria Mosiewicz, komiks francuski, Cena 24,99 zł.

12 tom serii o Smerfach, która ma pomagać najmłodszym czytelnikom w przezwyciężeniu swoich lęków. Każdy album jest uzupełniony wskazówkami dla dzieci i ich rodziców, jak radzić sobie z kłopotami emocjonalnymi. Pewnego dnia Pracus oznajmia, że nikomu więcej nie pożyczyc swoich narzędzi. Pozostałe Smerfy są oburzone, bo przez to trudniej wykonywać im różne prace, chociażby przy budowie mostu. Czy Pracus dobrze postępuje? A może za jego decyzją kryje się jakiś ważny powód? Dzięki komiksowi odkryjesz radość z pożyczania.



Adaptacje literatury. Robinson Crusoe scenariusz Christophe Lemoine, Rysunki Jean-Marie Woehrel, Przekład Jan Kos, francuski komiks przygodowy, Cena 34,99 zł.

Kolejna komiksowa adaptacja arcydzieła światowej literatury! Opublikowany w 1719 roku **Robinson Crusoe** Daniela Defoe to jedna z najbardziej znanych powieści przygodowo-podróżniczych na świecie. 17-letni Anglik Robinson Crusoe, wbrew danej ojcu przysiędze, ucieka z domu i zaciąga się na statek z pragnieniem podróżowania i poznawania świata. Po licznych przygodach jego statek rozбивa się w czasie sztormu, a Robinson jako jedyny ocalał na bezludnej wyspie musi zapewnić sobie dach nad głową i pożywienie, polegając na własnej sile i umiejętnościach.



Sami. Wymiar czwarty i pół, tom 6, Scenariusz Fabien Vehlmann, Rysunki: Bruno Gazzotti, Przekład Agata Cieślak, francuski komiks fantasy/horror, Cena 34,99 zł.

Kolejny tom serii o dzieciach uwięzionych między światem żywych i umarłych. Po odkryciu, że znajdują się w Świecie Otchłani, bohaterowie pomalą przypominają sobie, jak zmarli. Dodatkowo powrót Saula i pozostałych członków Klanu Rekina powoduje nowe zadrażnienia i rywalizację między dwiema grupami. Nadal nie wiadomo, co oznacza pojawienie się czarnego monolitu. W obliczu zagrożenia bohaterowie ponownie zostają całkiem SAMI...

ZDROWIE

Okno – okno na świat

Zdolność widzenia jest dla większości z nas czymś naturalnym. Dlatego rzadko zastanawiamy się nad tym, jak działa oko i jakie mechanizmy sprawiają, że widzimy dobrze lub co dzieje się, kiedy zaczynamy widzieć niewyraźnie. A najczęściej jest to sygnał, że czas wybrać się do okulisty.



Wzrok to jeden z naszych najważniejszych zmysłów. Dobre widzenie jest kompleksowym procesem, który umożliwia nam przede wszystkim odpowiednią budowę oka. Niekiedy zaczyna ona odbiegać od normy - wtedy mówimy o wadach wzroku. Jednak wiedza o tym, jak zbudowane jest oko może pomóc nam zrozumieć, jak przebiega proces widzenia i dlaczego czasem zaczynamy widzieć gorzej.

Jak działa oko

Główny narząd umożliwiający postrzeganie to gałka oczna, którą wspomagają mięśnie oraz dodatkowe narządy, takie jak gruczoły łzowe czy rzęsy. Wypełniają ją ciało szkliste, a okalają 3 błony: siatkówka, naczyniówka oraz znajdująca się najbardziej na zewnątrz twardówka, przechodząca w przedniej części oka w rogówkę, przez którą promienie słoneczne wpadają do wnętrza oka. Ich dopływ do soczewki położonej za rogówką reguluje tęczęwka wraz ze źrenicą, która dzięki mięśniom zwięża się lub rozszerza w zależności od ilości światła - im jest go więcej, tym bardziej źrenica się zwięża.

Światło wpadając do oka dociera do soczewki, na której odbywa się załamanie, po czym pada na siatkówkę i tworzy na niej obraz odwrócony. Następnie impulsy świetlne są przekazywane za pośrednictwem nerwu wzrokowego do mózgu - to tam tak naprawdę powstaje obraz, który widzimy.

Widzenie przy wadach wzroku

Niestety, coraz częściej jakość naszego widzenia odbiega od normy. Wady wzroku, w szczególności krótkowzroczność, stają się chorobami cywilizacyjnymi.

U osób z wadami wzroku proces powstawania obrazu wygląda nieco inaczej,

niż u osoby dobrze widzącej. Przykładowo w przypadku krótkowzroczności promienie świetlne nie padają na siatkówkę, lecz skupiają się przed nią. Główną przyczyną tego zjawiska jest wydłużona gałka oczna lub duży kąt, pod którym światło załamuje się, wpadając do oka. W efekcie krótkowidz widzi niewyraźnie odległe przedmioty.

W przypadku dalekowidzów jest odwrotnie - źle widzą z bliska, przede wszystkim ze względu na krótszą gałkę oczną, a także zbyt spłaszczoną rogówkę. Kolejną z powszechnych wad wzroku jest astygmatyzm, który powoduje, że niektóre obszary pola widzenia są niewyraźne. Wynika to z nieprawidłowej symetrii oka, która uniemożliwia stworzenie wyraźnego obrazu na siatkówce.

Korekcja wad wzroku

Najczęstszymi objawami świadczącymi o spadku jakości widzenia są mrużenie oczu, niewyraźne widzenie przedmiotów z daleka lub bliska (w zależności czy wada jest krótkowzroczność czy dalekowzroczność) oraz bóle głowy.

Kiedy tylko takie objawy dadzą o sobie znać, warto wybrać się do okulisty. Wykona on badania i dobierze odpowiednią metodę korekcji wady wzroku. Najczęściej są to okulary lub soczewki kontaktowe, których moc dobierana jest odpowiednio do wielkości wady.

Innowacyjne metody przywracające dobre widzenie

Jednak poza standardowymi sposobami korekcji wad wzroku istnieją również nowoczesne metody, które umożliwiają prawidłowe widzenie bez konieczności zakładania okularów lub soczewek.

Jedną z nich jest laserowa korekcja wzroku, która pozwala raz na zawsze pozbyć się wady. Zabiegi la-

serowej korekcji wzroku są ratunkiem dla osób, które z różnych względów nie chcą nosić okularów i wolą cieszyć się dobrym widzeniem bez ograniczeń. Do ich wykonania wykorzystuje się lasery najnowszej generacji, które gwarantują wysokie bezpieczeństwo.

Zabieg polega na utworzeniu płatką rogówki, co umożliwia modelowanie głębszych warstw rogówki przy użyciu lasera i w konsekwencji zniwelowanie wady wzroku.

W przeciwieństwie do laserowej korekcji wzroku, dzisiejsza okulistyka może również zaoferować pacjentom nowocześnie, nieinwazyjną i odwracalną metodę - ortokorekcję.

Ortokorekcja pomaga pacjentom cierpiącym na krótkowzroczność oraz niewielki astygmatyzm, także tym młodszym - tę metodę można z powodzeniem stosować u dzieci.

Metoda umożliwia dobre widzenie w ciągu dnia dzięki specjalnym gazoprzepuszczalnym soczewkom ortokeratologicznym, które pacjent zakłada przed zaśnięciem. W trakcie snu soczewki zmieniają krzywiznę rogówki, która wraca do pierwotnego kształtu dopiero po kilkunastu godzinach od ich zdjęcia - dlatego w ciągu dnia widzi się prawidłowo. Kolejnej nocy należy powtórzyć tę czynność, żeby efekt został zachowany.

Przy regularnym stosowaniu z czasem można zakładać soczewki rzadziej, np. 3-4 razy w tygodniu.

Okno to nasze okno na świat. Nie zapominajmy, że nawet niewielka wada wzroku może spowodować dyskomfort w codziennym życiu. Dlatego warto pamiętać o regularnych wizytach u okulisty i zwracać uwagę na pierwsze symptomy świadczące o pogorszeniu widzenia.

Tajemnica Ptasiej Kopy

Każdą skrzynię niosło czterech żołnierzy Waffen SS

Czekała, aż wszyscy zasną. Na palcach podeszła do okna i delikatnie odchyliła zasłonę. O tym, co wtedy zobaczyła młoda Niemka, pisze i mówi się od lat w kontekście ukrywanych przez Niemców skarbów.

LESZEK ADAMCZEWSKI

SENSACJE Z PRZESZŁOŚCI

Nietknięty Waldenburg Armia Czerwona zajęła – według różnych źródeł – 8 lub 9 maja 1945 roku. Ponoć Rosjanie oddali wtedy dwa strzały z czołgowego działka i serię z karabinu maszynowego. Wszystko wskazuje, że na wiwat. Jeden z Polaków, który w następnych dniach przyjechał do tego mocno uprzemysłowionego miasta górniczego, wspominał później:

„Panował tu idealny porządek i dominowała świeża zieleń majowa i biel kapitulacyjnych flag. Tramwaje kursowały według rozkładu, a fabryki działały jak co dzień”.

Wkrótce potem Rosjanie przekazali Waldenburg administracji polskiej, chociaż „chrapakę” na te przemysłowe okolice mieli Czesi. I tak narodził się polski Wałbrzych.

Do interesującego nas zdarzenia miało dojść w kwietniu 1945 roku, a więc w ostatnim okresie niemieckich rządów w Waldenburgu. Lokalne władze hitlerowskie zmobilizowały wówczas członków organizacji młodzieżowej Hitlerjugend do ochrony jakiejś tajnej akcji. Z dostępnych dzisiaj informacji – ich prawdziwości nigdy nie udało się w pełni potwierdzić – przeprowadzić ją miano któreś kwietniowej nocy w dzielnicy zwanej Altwasser (Stary Zdrój) w pobliżu młeczarni. Obok niej stał – obok kilku innych – budynek mieszkalny. I właśnie jego mieszkańcy mieli pilnować sfanatyzowani członkowie Hitlerjugend, by w czasie owej tajnej akcji wszystkie okna były zasłonięte i

by lokatorzy nie próbowali zobaczyć, co dzieje się na zewnątrz.

Do pilnowania jednego z mieszkań, którego okna wychodziły na pobliskie wzgórze, oddelegowano młodzieńca z HJ i jego koleżankę z dziewczęcej przybudówki tej organizacji. Jej relację w latach osiemdziesiątych minionego wieku opublikował wrocławski dziennikarz Waclaw Dominik, chociaż w niektórych srodowiskach – między innymi wśród funkcjonariuszy wrocławskiej Służby Bezpieczeństwa PRL – była ona znana dużo wcześniej. Oto najważniejszy fragment tej relacji:

„Kiedy mój kolega i lokatorzy zasnęli, wyjrzałam ukradkiem przez okno i zobaczyłam dużą kolumnę samochodów wojskowych. Zdejmowano z nich duże skrzynie i wnoszono do otworu wydrążonego we wzgórzu. Nosili te skrzynie mężczyźni z Waffen SS. Jestem tego pewna, bo mieli na sobie mundury. Każdą skrzynię niosło czterech mężczyzn, więc musiały być bardzo ciężkie. Przez okno wyglądałam tylko przez moment, gdyż się bałam, ale cała akcja ukrywania tajemniczych skrzyń trwała całą noc, gdyż przez całą noc słyszałam warkot przyjeżdżających i odjeżdżających samochodów ciężarowych”.

Dziewczyna zapamiętała jeszcze coś:

„Po wkroczeniu wojsk radzieckich słyszałam, że jakiś żołnierz rosyjski wszedł do tego otworu na wzgórzu, ale zabił go wybuch podłożonej tam miny”.

To zdanie zmienia obraz sytuacji, pod warunkiem, że jest prawdziwe. Młoda Niemka mówi wszak wyraźnie „słyszałam”, a nie „widziałam”. Ale być może Niemcy pozostawili wejście do jakichś podziemi, gdzie coś schowano, czyli że schowka nie dawało się całkowicie zamaskować i



FOT. (2X) – LESZEK ADAMCZEWSKI

Widok na Stary Zdrój z miejsca na stokach Ptasiej Kopy, gdzie kiedyś stała „Szwajcarka”.

jego początkowy odcinek był drożny, chociaż zaminowany. To – dodajmy – mało prawdopodobne.

Włodzimierz Antkowiak, pisarz i eksplorator z Torunia, w jednej ze swych książek napisał, że w miejscu tragicznej śmierci nie jednego, ale kilku czerwoarmistów Rosjanie ustawili drewniany pomnik z czerwoną gwiazdą, który później zniknął z tej części Wałbrzycha. Dodał też, że wybuch miny-pułapki spowodował zawał, na dobre maskując hitlerowski schowek. Udało mu się również ustalić, że w tym miejscu jakieś prace poszukiwawcze prowadzono w połowie lat siedemdziesiątych minionego wieku, ale nie poznał ani ich rezultatu, ani wykonawców.

A może śmierć żołnierzy radzieckich nie miała nic wspólnego z tajną akcją żołnierzy Waffen SS z kwietnia 1945 roku?

Wybermy się w rejon zbiegu dzisiejszych ulic: Pocztowej i 11 Listopada (do 1945 roku Poststrasse i Charlottenbrunnerstrasse), gdzie zachowały się podziemne tunele dużego schronu przeciwlotniczego, które Niemcy budowali pod parkiem (Irrgarten) zajmującym południowo-zachodni skrawek masywu Ptasiej Kopy (Vogelskoppe). Budowali właśnie, bo jak w 2009 roku ustalili członkowie Sudeckiej Grupy Eksploacyjnej, „z zaplanowanego z rozmachem obiektu, którego szkielet stanowić miało sześć sztolni, zrealizowano w wielkim pośpiechu budowę tylko dwóch, pozostawiając je we wczesnej fazie budowy”, jak w „Odkrywczy” (numer 1 z 2010 roku) napisał Wojciech Zubowicz w publikacji „Tajemnica schronu przeciwlotniczego pod Vogelskoppe rozwiązana”. I dodał, że „schron nie kryje również zrabowanych przez Niemców dóbr, ani nieznanymi podziemi”.

Zresztą jedno z dwóch wejść do tego schronu (na niemieckim planie oznaczone literą C) urządzono w

dawnej piwnicy-chłodni należącej do spółki „Herbert & Sohn”. Wejście to zachowało się do dziś, ale nie widać go z budynków stojących obok dawnej młeczarni.

Wielu poszukiwaczy sugeruje, że „otworem wydrążonym we wzgórzu” mogła być stara sztolnia górnicza kopalni „Segen Gottes”. Inni zwrócili uwagę na platformę ziemną i resztki ruin fundamentów jakiegoś obiektu na zboczach Ptasiej Kopy, niemal na wprost dawnej młeczarni. Rzut oka na mapę międzywojennego Waldenburga pozwala skonstatować, że w tym miejscu stał obiekt nazywany Schweizererei (Szwajcarka).

Był to sporej wielkości obiekt o charakterze turystycznym, do którego prowadziła widoczna na wspomnianej mapie droga. A nią mogły podjeżdżać samochody ciężarowe, z których platform zdejmowano skrzynie. W Wałbrzychu poinformowano mnie, że „Szwajcarka” spłonęła przed 1945 rokiem wskutek albo wyładowania atmosferycznego, albo zaprószenia ognia. Pozostały jednak rozległe piwnice, które Niemcy mogli wykorzystać na ukrycie jakichś dóbr.

Jerzy Delekta na łamach magazynu „Oblicza Historii” (numer 1 z 2005 roku) napisał:

„Uważam, że sztolnia, w której ukryto skrzynie, była wykonana tylko w tym celu. Wlot sztolni nie był obudowany, jak w przypadku sztolni górniczej. Miał zostać zawalony i zamaskowany, dlatego mógł sprawić wrażenie otworu. Myślę, że ta młoda dziewczyna, mieszkająca w górniczym mieście, potrafiła odróżnić wlot sztolni, przewidując odpowiednio obudowaną, od otworu wydrążonego we wzgórzu”.

Ten wywód Delekty ma jeden błąd. Jeśli Niemcy podjęliby trud wydrążenia sztolni specjalnie dla ukrycia skrzyń, zrobiliby to gdzieś na odludziu. Takich miejsc w Waldenburgu nie brakowało. Może zatem otwór

ten wydrążono tylko w celu dostania się do odciętych podczas rozbiórki zgliszczy „Szwajcarki” jej piwnicy?

W każdym razie łatwo można znaleźć na stokach Ptasiej Kopy miejsce, gdzie stała „Szwajcarka”. Nie udało mi się ustalić, czy prowadzono tam jakieś prace poszukiwawcze, chociaż w końcu listopada 2009 roku widać było ślady rycia w ziemi. Obok widać też schody, które z tego miejsca pod ostrym kątem prowadzą w dół, do podnóża Ptasiej Kopy w rejonie młeczarni. W 1945 roku to zbocze Vogelkoppe nie było porośnięte lasem, jak to jest obecnie. Młoda Niemka z okna jednego ze stojących obok młeczarni budynków mieszkalnych mogła bez przeszkód zobaczyć całą akcję.

Ukrytych skarbów szukano w polskim już Wałbrzychu niemal od samego początku nowych dziejów miasta. W publikacji „Błask ukrytego złota” („Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI” z 8 października 2008) pisałem o schronie przeciwlotniczym na terenie ówczesnej Ogólnokształcącej Szkoły Robotniczej Towarzystwa Przyjaciół Dzieci Stopnia Podstawowego i Licealnego przy ulicy Stalina, gdzie w 1950 roku bezskutecznie szukano 231 kilogramów złota. Rok wcześniej, 8 marca 1949, „Głos Wielkopolski” w notatce „Beczenny skarb w Wałbrzychu” informował, że w podziemiach tamtejszego ratusza znajdował się schron przeciwlotniczy, a w nim kasa pancerna. Po jej komisyjnym otwarciu okazało się, że sejf ten krył unikatowy zbiór monet między innymi z czasów cesarstwa rzymskiego, kolekcję złotych orderów wysadzanych szlachetnymi kamieniami oraz niezwykle rzadkie starodruki.

O wielu podobnych odkryciach ówczesna prasa nie informowała, a większości świadków tego typu zdarzeń nie ma już wśród żywych.

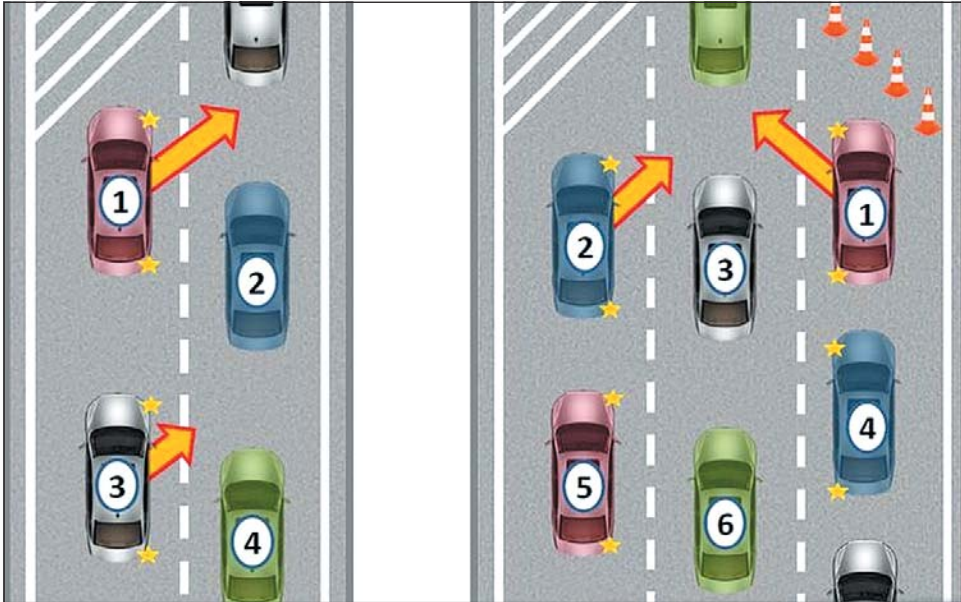


Dawna młeczarnia w wałbrzyskiej dzielnicy Stary Zdrój na tle masywu Ptasiej Kopy

WARTO WIEDZIEĆ

Kulturalnie, czyli... na suwak

Jazda na suwak, pomimo tego, że wymagana przepisami na drogach z kończącym się pasem ruchu, dla wielu kierowców nadal jest bardziej kwestią uprzejmości. W tym przypadku kultura idzie w parze z prawem. Jak należy poruszać się na pasie, który się kończy? Ile samochodów powinno się wpuścić? Czy jazda na suwak obowiązuje także na pasie rozbiegowym, włączającym się do ruchu?



Jazda na suwak, gdy kierowcy znają jej zasady, przyczynia się do upłynnienia ruchu, skrócenia korka i poprawia bezpieczeństwo. Znajdując się na pasie zanikającym, należy utrzymywać prędkość zbliżoną do tej, z jaką poruszają się auta na sąsiednim pasie. Dojeżdżając do końca pasa, włączmy kierunkowskaz i dopiero tam zmienimy pas ruchu. Nie wolno wypychać się za pojazd już wpuszczany, ponieważ każdy poruszający się po pasie z możliwością kontynuacji jazdy ma obowiązek umożliwić zmianę pasa ruchu **jednemu pojazdowi lub jednemu zespołowi pojazdów**.

Jeżeli doszłoby do kolizji, która wynikała z nieprzepuszczenia auta zjeżdżającego z pasa zanikającego, wina leży po stronie kierowcy, który nie umożliwił zmiany pasa, czyli nie ustąpił pierwszeństwa.

Podkreślić w tym miejscu należy, że zmieniać pas ruchu można w dalszym ciągu wyłącznie z zachowaniem szczególnej ostrożności, więc kierujący musi uwzględnić tę okoliczność, wykonując manewr. Warto jednak pamiętać, że jeśli do kolizji dojdzie wcześ-

niej, na przykład podczas zmiany pasa ruchu na długo przed jego zakończeniem, winę ponosi prowadzący pojazd wjeżdżający na sąsiedni pas – wynika to z faktu, że wymusił on pierwszeństwo.

Co robić w sytuacji, kiedy na drodze o trzech pasach dwa skrajne kończą się w tym samym miejscu? Kierowca przebywający na środkowym pasie powinien wpuścić po jednym samochodzie najpierw

z prawej strony, a następnie z lewej.

Jazda na suwak nie obowiązuje, gdy:

- kierowca zmieniający zanikający pas ruchu nie dojedzie do jego końca;
- na drodze nie dochodzi do zatoru, a kierujący nie są zmuszeni do jazdy ze znacznie zmniejszoną prędkością;
- kierowca chcący zmienić pas ruchu znajduje się na pasie do skrętu albo rozbiegowym (w takiej sytuacji standardowo zmienia pas i ma obowiązek ustąpienia pierwszeństwa).

Nieprzestrzeganie przepisów związanych z jazdą na suwak grozi mandatem w wysokości do 500 zł.

Jogger - sypialnia w podróży

Dacia Jogger jako jedyny model w gamie Dacii posiada w opcji możliwość dokupienia pakietu Sleep, który pozwala na nocleg na świeżym powietrzu dwóm osobom w samochodzie, a z namiotem Dacii nawet całej rodzinie czy grupie przyjaciół. Pakiet jest kompatybilny również z innymi 5- oraz 7-miejscowymi wersjami Dacii Jogger, nie tylko z wersją Extreme. Pakiet Sleep należy do zestawu akcesoriów umożliwiających podróżującym nocleg, gdzie tylko chcą.

Dacia wprowadziła najwyższy poziom wyposażenia swoich samochodów – Extreme, zwracając się tym samym z ofertą do osób poszukujących aut solidnych, które pozwalają na swobodne podróżowanie i poszukiwanie przygód na świeżym powietrzu. Zestaw wyposażenia oferowany w wersjach Extreme może być szczególnie przydatny dla lubiących aktywny styl życia.

We wnętrzu wersja Extreme posiada m.in. nowy rodzaj tekstylnej szarej tapicerki o nazwie MicroCloud, która cechuje się dużą odpornością na działanie czynników zewnętrznych i jest niezwykle łatwa do czyszczenia. Dacia Jogger Extreme została w standardzie

wyposażona w system Extended Grip, który zapewnia optymalną skuteczność napędu w każdym, nawet trudnym terenie. Samochód w tej wersji posiada wiele elementów wykończeniowych w kolorze miedziano-brązowym, specjalnie stworzonym na potrzeby wersji Extreme oraz ozdobne motywy „topograficzne”.

Dacia Jogger w każdej wersji wyposażenia to również możliwość doposażenia auta w specjalne akcesoria z gamy InNature. Pakiet Sleep, pierwszy element z gamy akcesoriów InNature, jest dostępny dla wszystkich wersji wyposażeniowych 5- oraz 7-miejscowego Joggera i pozwala w ciągu kilku minut przekształcić

Dokończenie na stronie 16

Dwunastomilionowy gość



Steven Maez z Ohio w USA przeżył nie małe zaskoczenie podczas swojej niedawnej wizyty w Muzeum Mercedes-Benz: 26 lipca 2023 roku o 14:30 dyrektor obiektu Bettina Haussmann osobiście powitała go jako dwunastomilionowego gościa placówki od czasu jej otwarcia w 2006 roku.

Stevenowi Maezowi towarzyszył Philip LaMonica z Nowego Jorku. Obaj przyjechali do Stuttgartu po raz pierwszy.

- Bardzo się cieszymy, że Muzeum Mercedes-Benz stanowi tak wielką atrakcję dla ludzi

z całego świata. Dzięki silnej marce i bogatej ofercie stale rozwijamy naszą placówkę – powiedziała Bettina Haussmann, dyrektor Muzeum Mercedes-Benz.

Od momentu otwarcia w 2006 roku Muzeum Mercedes-Benz nie przestaje liczyć swoich gości i świętuje kolejne rekordy liczby odwiedzających. W przeszłości pochodzili oni między innymi z Chin i Nowej Zelandii, a także z Niemiec. W ubiegłym roku jako posiadacza jubileuszowego biletu powitano całą klasę szkolną z Reutlingen.

Stellantis liderem

Należące do Stellantis marki łącznie zdominowały rynek lekkich samochodów dostawczych w Polsce. Wśród pojazdów tego segmentu o masie do 3,5 t aż 23,2 procent sprzedaży w pierwszych siedmiu miesiącach 2023 roku stanowią samochody marek: Citroën, Fiat, Opel i Peugeot, dzięki czemu Stellantis znajduje się na pozycji lidera na tym rynku. Spółka zanotowała w lipcu znaczący wzrost sprzedaży w porównaniu do analogicznego okresu w 2022 roku. Była ona większa aż o 26 procent – w tym roku nabywców znalazły 1.223 nowe pojazdy w porównaniu do 967 aut w lipcu ubiegłego roku.

Szczególnie imponujące wyniki zanotował Fiat. Sprzedaż pojazdów dostawczych tej marki w lipcu 2023 roku była aż o 80 procent wyższa niż w tym samym miesiącu w roku ubiegłym. Dzięki temu narastająco od początku roku sprzedaż wzrosła o 28 procent. Dobrymi wynikami może pochwalić się także Citroën, który w lipcu zwiększył sprzedaż o 17 procent w porównaniu do analogicznego okresu w 2022 roku.

Największe wzrosty sprzedaży w lipcu br. uzyskały następujące modele Stellantis: Peugeot Expert (wzrost sprzedaży o 420 procent w porównaniu do lipca 2022 r.), Fiata Ducato (wzrost o 240 procent), Citroën Berlingo (wzrost o 139 procent) i Fiat Doblo (o 57 pro-

cent więcej sprzedanych pojazdów). **Sukces na rynku polskim jest odzwierciedleniem wyników uzyskanych całej Europy, gdzie Stellantis również notuje wzrosty sprzedaży i utrzymuje pozycję lidera w kategorii lekkich pojazdów użytkowych.**

Stellantis osiągnął też godne uwagi wyniki sprzedaży w segmencie elektrycznych pojazdów dostawczych (BEV) w Polsce. Narastająco, udział Stellantis w polskim rynku, w segmencie C tych samochodów wyniósł aż 42,5 procent, a w segmencie D równie znacząco 37,7 procent. W grupie tych ostatnich aut liderem sprzedaży w Polsce pozostaje Opel Vivaro-e – ten model wybrało 23,2 proc. kupujących.



WARTO WIEDZIEĆ



Nie jesteś sam na drodze

W ciągu ostatnich dziesięcioleci samochody przeszły ogromną ewolucję. Samochody produkowane przez Forda wyposażone są w nowoczesne technologie, które stały się kluczowym elementem w poprawianiu ochrony nie tylko kierowcy i pasażerów, ale również innych uczestników ruchu drogowego. Oto osiem systemów bezpieczeństwa, które warto znać.

1. Pre-Collision-Assist. System wspomagający kierowcę w unikaniu lub zmniejszaniu skutków kolizji.

Układ ten ostrzega kierowcę o potencjalnych zagrożeniach, zapewniając trzy poziomy pomocy: ostrzeżenie, wspomaganie hamowania, automatyczne hamowanie awaryjne.

System ten działa w oparciu o informacje z kamery przedniej lub kamery przedniej oraz radaru, monitorując odległość względem poprzedzających pojazdów, pieszych i rowerzystów nawet po zmroku oraz w świetle reflektorów innych pojazdów, a następnie ostrzega przed ryzykiem potencjalnej kolizji.

2. Emergency Brake Assist. Wspomaganie hamowania - dodatkowa pomoc przy hamowaniu awaryjnym.

Układ wspomaga hamowanie awaryjne pomagając kierowcy w zmniejszeniu prędkości poprzez przygotowanie układu hamulcowego na gwałtowne hamowanie. System EBA rozpoznaje szybkość, z jaką naciskany jest pedał hamulca. Właśnie ten impuls jest sygnałem do uruchomienia procedury hamowania awaryjnego. Po wciśnięciu pedału hamulca układ może zapewnić dodatkową, nawet maksymalną, siłę hamowania, nawet jeśli pedał hamulca zostanie tylko lekko wciśnięty.

3. Lane Keeping Alert. System pomagający utrzymać pojazd na pasie ruchu.

Ten system wykorzystuje przednią kamerę i monitoruje drogę przed pojazdem. Pomaga kierowcy utrzymać jazdę środkiem pasa ruchu. Potrafi również rozpoznać, kiedy pojazd zbliża się do krawędzi.

Niezamierzone zjechanie z pasa ruchu powoduje, że system ostrzega kierowcę przez wywołanie drgań na kierownicy. W przypadku braku reakcji kierowcy odczuje na kierownicy siłę układu kierowniczego - pojazd zostanie skierowany na właściwy pas ruchu.

4. Cross Traffic Alert z systemem aktywnego hamowania.

To układ, który poprzez czujniki skanuje lewą i prawą stronę pojazdu podczas wyjeżdżania tyłem z prostopadłego miejsca postojowego.

Alarm ruchu poprzecznego Cross Traffic Alert wykrywa pojazdy zbliżające się z prędkością w zakresie 6-60 km/h. Wtedy ostrzega kierowcę, a w ostateczności aktywuje opcję hamowania Active Braking.

5. Evasive Steering Assist. System wspomagający omijanie przeszkód.

Technologia ta wykrywa nagły skręt kierowcy i pomaga w wykonaniu manewru omijania przeszkody. System ten jest częścią układu zapobiegania kolizjom, dlatego wykrywa pojazdy, pieszych i inne obiekty na drodze.

6. Blind Spot Information. Dodatkowa para oczu.

System ostrzega kierowcę o pojazdach będących w tak zwanym „martwym polu”. Ostrzeżenie pojawia się w postaci diod wbudowanych w lusterka zewnętrzne. Układ jest w stanie włączyć lekki opór na kierownicy, gdy prowadzący pojazd zignoruje ostrzeżenia.

7. System rozpoznawania znaków drogowych.

Ma za zadanie rozpoznanie znaków drogowych, wykryte znaki pojawiają się na wyświetlaczu zestawu wskaźników. Do wykrycia znaków system wykorzystuje kamerę znajdującą się za lusterkiem wewnętrznym.

Układ wykrywa rozpoznawalne znaki drogowe, takie jak: znaki ograniczenia prędkości, znaki zakazu wyprzedzania, znaki anulujące ograniczenie prędkości znaki anulujące zakaz wyprzedzania.

8. Post Collision Braking.

W razie wykrycia kolizji układ automatycznie uruchamia umiarkowaną siłę hamowania. Zmniejszenie prędkości pojazdu daje kierowcy czas na zareagowanie i zmniejszenie ryzyka kolizji wtórnej.

Zaawansowane systemy bezpieczeństwa przyczyniają się do ochrony podróżujących i do wygody podróżowania. Dzięki takim technologiom auto wspomaga reakcje kierowcy, a czasem nawet je wyprzedza. Sensory, kamery, algorytmy pomagają uniknąć potencjalnych zagrożeń i mają niebagatelny wpływ na komfort podróżowania autem.



OFERTA PRACY

Zakład Gospodarki Komunalnej Suchy Las Sp. z o.o.
zatrudni osoby do pracy fizycznej na stanowisku

PRACOWNIK OCHRONY ŚRODOWISKA.

- Podstawowy zakres czynności: prace związane z odbiorem odpadów komunalnych, prace porządkowe na drogach, placach, chodnikach, prace ogólnobudowlane, letnie i zimowe utrzymanie dróg i chodników, prace wod-kan,
- Miejsce pracy: głównie na terenie Gminy Suchy Las,
- Umowa o pracę,
- Wymiar etatu: pełen wymiar w godzinach 7-15 (z możliwymi nadgodzinami),
- Wynagrodzenie stałe, miesięczne, płatne na ostatni dzień m-ca,
- Dodatki socjalne,
- Nowe wyzwania,
- Wymagane umiejętności i uprawnienia: prawo jazdy kat. B (docenimy dodatkowe uprawnienia i kursy),
- Dodatkowo punktowane umiejętności w zakresie prac instalatorskich wod.-kan.,

Oferujemy pewną pracę w niepewnych czasach. Stawiamy na rozwój kadry dlatego finansujemy kursy i szkolenia dla naszych pracowników.

CV należy składać w Kasie Spółki w dniach pn.- pt. od godz. 7⁰⁰-15⁰⁰ lub mailowo na adres e-mail: biuro@zgksuchylas.eu do 13.09.2023r.

Jogger - sypialnia w podróży

Dokończenie ze strony 15

wnętrze samochodu w sypialnię. Dodatkowo można dokupić 3-osobowy namiot Dacia, który będzie idealnym rozwiązaniem na wyjazdy z rodziną i przyjaciółmi. Namiot Dacia mocuje się do tylnej klapy, dodając w ten sposób dużą przestrzeń mieszkalną z tyłu samochodu.

Pośród akcesoriów można dobrać również rolety zaciemniające. Przy zaciągniętej rolety bagażnika pakiet Sleep pozostaje niewidoczny i umożliwia uzyskanie niemal całkowitej ciemności. Rolety są idealnie dopasowane do wszystkich 8 okien pojazdu oraz tylnej klapy. Są łatwe w instalacji i demontażu, mocuje się je w ościeżach okiennych. Rolet można używać tylko podczas postoju.

Pakiet Sleep składa się z drewnianej skrzyni, dostosowanej do wymiarów bagażnika Dacia Jogger i dającej się rozłożyć w ciągu niecałych 2 minut, tworzącej duże, podwójne łóżko z materacem. W rezultacie

powstaje bardzo duża przestrzeń do spania: 190 cm długości, do 130 cm szerokości i 60 cm odległości od materaca do dachu.

Całkowite złożenie skrzyni umożliwia powstanie w bagażniku Joggera przestrzeni ładunkowej o pojemności 220 litrów. Część strefy przechowywania skrzyni pakietu Sleep daje się odchylić ku tyłowi, powstaje wówczas stolik, na którym można na przykład wygodnie zjeść posiłek pod osłoną otwartej klapy bagażnika Joggera. Pakiet Sleep waży zaledwie 50 kg, więc w razie potrzeby można go łatwo wyjąć z samochodu.

