

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**

strony 7-12

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 XVII

Numer 428-429

31 marca 2020

ISSN 1734-5294

www.twojtydzien.pl

e-mail: twoj-tydzien@wp.pl

GAZETA BEZPŁATNA

Świat się zatrzymał



Fotoreportaż
strona 11

Wsparcie dla rodziców

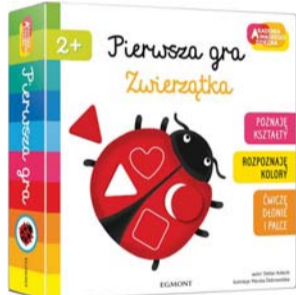
Edukacyjny Egmont i Akademia Mądrego Dziecka prezentują kolejne fantastyczne nowości przeznaczone dla najmłodszych czytelników. Powstały gry planszowe z tej serii, a na początku miesiąca pod adresem www.akademiamadregodziecka.pl ruszył blog dla rodziców i opiekunów.

Po raz pierwszy pod szyldem Akademii Mądrego Dziecka ukazały się gry planszowe dla najmłodszych powyżej drugiego roku życia. To jedne z niewielu propozycji dla tak małych graczy.



Pierwsza gra. Mniam! zawiera żetony z rysunkami warzyw i owoców w różnych kolorach. Te elementy należy przyporządkować do odpowiednich teksturowych koszyczków. Rzucając dużą, lekką drewnianą kostką losujemy kolor i zbieramy pasujące warzywa i owoce.

Dzięki rozgrywce dzieci uczą się rozpoznawania kolorów, nazw warzyw i owoców i określania ilości. Przy okazji w zabawie pokazujemy dzieciom zdrowe nawyki żywieniowe.



Pierwsza Gra. Zwierzątka! to pięć kolorowych plansz z wizerunkami zwierząt, z których powycinano figury geometryczne. Koła, kwadraty, trójkąty i serca w różnych kolorach umieszczamy w bawełnianym woreczku i kolejno losujemy. Nie można zaglądać do woreczka, ale można próbować palcami rozpoznać figurę, której szukamy. Jeśli trafimy na figurę w kolorze, który pasuje do zwierzątka innego gracza, wręczamy mu ją, pamiętając o słowach „proszę” i „dziękuję”.



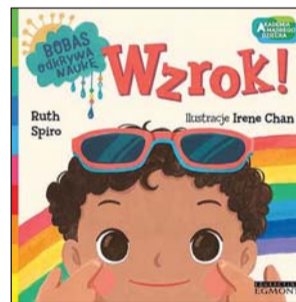
Grając dzieci poznają nazwy zwierząt, uczą się rozpoznawać kolory i kształty, doskonalą zmysł dotyku i uczą się interakcji społecznych.

Wszystkie elementy gier wykonano z dużą starannością. Teksturowe elementy są na tyle grube, żeby dziecko niechętnie ich nie przełamało. Krawędzie są bezpiecznie zaokrąglone. Dodatkowo w każdym pudełku znajdziecie książeczkę z serii **Literkowe Przedszkole**, która przygotowuje do nauki czytania i pisania.

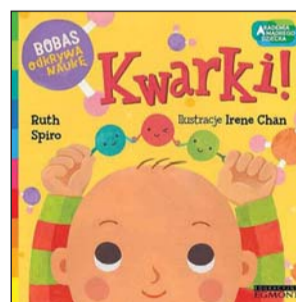
Coraz większą popularnością cieszą się też wydane w tym roku książki **Jedzenie, Muzyka, Dzikie zwierzęta i Zwierzęta domowe**, czyli cztery nowe pozycje z ruchomymi elementami z uwielbianej przez dzieci serii **Pierwsze Słowa** (cena 22,90 zł).



Ukazały się też kolejne tytuły popularnej serii edukacyjnej dla najmłodszych czytelników **Bobas odkrywa naukę**, które skomplikowane zagadnienia naukowe pokazują oczami dziecka. Tym razem tłumaczą



dzieciom, jak działają zmysły **Sluch!** i **Wzrok!**, co to są



Kwarki! czy **Inżynieria lotnicza!** (aby rozbudzić w maluchu pasję do nauk ścisłych i zainteresować go zagadnieniami fizyki czy matematyki),



cena każdej 19,99 zł. Pojawiły

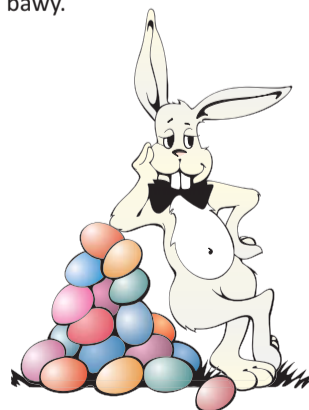
się trzy propozycje z przesywanymi elementami, zawierające krótkie opowiadania. To



Pierwsze Bajeczki: Dzień dobry, samolotku!, Dzień dobry, samolotku! i Dobranoc, mała pando, cena 22,90 zł. Przeznaczone są dla dzieci, które potrafią już skupić się na krótkiej fabule. To nowa seria lubianej przez dzieci ilustratorki Natalie Choux znanej z serii Pierwsze słowa. Prosta historia, przyjazne ilustracje i ruchome obrazki wspierają rozwój maluchów.



Akademia Mądrego Dziecka przygotowała też coś dla dorosłych. Z początkiem lutego pod jej szyldem ruszył blog akademiamadregodziecka.pl, w którym rodzice i opiekunowie znajdują odpowiedzi na nurtujące ich pytania dotyczące rozwoju dzieci w pierwszych latach życia. Są tu cenne porady uznanych ekspertów, podpowiedzi osób, które na co dzień zajmują się pracą z dziećmi, a także rodziców, popularnych blogerów czy dziennikarzy. Na łamach akademiamadregodziecka.pl zajmujemy się kwestiami wychowania, dziecięcymi emocjami i radzimy, jak wspierać dzieci w zdobywaniu nowych, cennych umiejętności. Prezentujemy też ciekawe książki i pomoce edukacyjne dla dzieci i podpowiadamy, jak efektywnie je wykorzystać w trakcie zabawy.



CIEKAWOSTKI KOSMETYCZNE



Ręce myj i pielęgnuj

Częste mycie i dezynfekcja rąk naruszają warstwę rogową i zaburzają funkcje ochronne naskórka z powodu wypłukiwania lipidów, co może doprowadzić do suchości skóry. W celu zapobiegania wysuszeniu i podrażnieniu skóry warto sięgnąć po dermokosmetyki, które w swoim składzie zawierają emolienty. Są one skuteczne i bezpieczne

Stopień suchości jest wprost proporcjonalny do częstości i agresywności mycia z użyciem szczotek, ostrych gąbek, gorącej wody oraz detergentów. Może dojść do pęknięcia i złuszczenia naskórka oraz utraty elastyczności. Wyraźne jest również zaczerwienienie skóry, uczucie świądania, pieczenia czy swędzenia. Są to objawy, na które wpływa kontakt z detergentami, środkami dezynfekującymi na bazie alkoholu, acetonem, rozpuszczalnikami oraz konieczność częstego mycia rąk. Osłabiona lub uszkodzona ochronna bariera lipidowa sprawia, że naskórek łatwo ulega odwodnieniu, a osiadające na powierzchni skóry alergeny, drobnoustroje chorobotwórcze czy cząsteczki chemiczne przedostają się łatwo w głąb skóry. Rezultatem tego są infekcje bakteryjne, grzybicze, wirusowe lub kontaktowe zapalenie skóry (alergiczne lub z podrażnienia).

Jak chronić skórę rąk?

Przed wszystkim należy kierować się zdrowym rozsądkiem przy stosowaniu ogólnie przyjętych zasad higieny. Myć ręce około 30 sekund, kolejno dłoń, powierzchnie grzbietowe, przestrzenie między palcami i wszystkie palce, każdy z osobna. Następnie dokładnie opłukać pod bieżącą wodą. Warto unikać zbyt gorącej wody, która wysusza naskórek używać łagodnych środków myjących. Bezpośrednio po myciu rąk należy osuszać je papierowym ręcznikiem jednorazowym. Następnie jeśli zachodzi potrzeba, zdezynfekować dłoń i pozostawić do całkowitego wyschnięcia. **Warto stosować dermokosmetyki, które w swoim składzie zawierają emolienty, na przykład Regenerujący krem do rąk Linum Emolient Dermedic.** (Cena 31 zł, 100 ml) Zalecany jest do codziennej pielęgnacji skóry suchej, bardzo suchej, skłonnej do alergii, również skóry atopowej. Można go stosować powyżej 3 roku życia. Krem łagodzi mikrourazy naskórka oraz długotrwale nawilża wrażliwą skórę. Hamuje utratę wody, tworząc lipidową barierę ochronną, znacznie poprawia elastyczność i ogólną kondycję skóry. Stymuluje aktywność enzymatyczną w skórze, co pomaga w tworzeniu nowych komórek. Szybko się wchłania. Podobnie jak wszystkie preparaty z serii **Linum Emolient DERMEDIC** zawiera **Olej Iniany** z zawartymi w nim Omega 3, Omega 6, Omega 9. Pozostałe składniki to: Alantoina, Lanolina, Gliceryna, Witamina E.



STRONĘ PRZYGOTOWAŁA MONIKA MAŃKOWSKA

**Szanowni Państwo,
czas jest zły, ale... będzie lepszy,
bo po nocy zawsze przychodzi dzień,
bo po okresie walki jest czas spokoju.
Składamy Państwu życzenia
z okazji Świąt Wielkanocnych
z nadzieją na lepsze jutro.
I pozwalamy sobie
także w Państwa imieniu
skierować życzenia
pełne uznania i wdzięczności
lekarzom, pielęgniarcom, sanitariuszom,
ratownikom medycznym, farmaceutom
i innym pracownikom ochrony zdrowia
za ich codzienny trud i zaangażowanie.
Monika i Tomasz Mańkowscy
Wydawcy „TTW”
z Zespołem Redakcyjnym**

Znowu rekordowy Finał WOŚP

28. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy przeszedł do historii. 8 marca w siedzibie Fundacji WOŚP przy ulicy Dominikańskiej w Warszawie Jurek Owsiak ogłosił wynik zbiórki – wynik znacząco wyższy od kwoty zadeklarowanej wieczorem 12 stycznia i, ponownie, absolutnie rekordowy, bowiem tym razem udało się zebrać... 186.133.610,66 złotych.



Na kwotę zebraną w 28. Finale WOŚP złożyły się: zbiórka publiczna (116.707.864,39 zł), darowizny przekazane na cel akcji poprzez kanały elektroniczne (68.804.108,17 zł) oraz dary rzeczowe w postaci sprzętu medycznego, który WOŚP przekaże bezpośrednio szpitalom (o wartości 621.668,10 zł). Koszty przeprowadzenia zbiórki wyniosły 4.910.592,81 zł.

Przypomnijmy, 115.362.894 zł - to wynik zbiórki, który Fundacja WOŚP deklarowała, kończąc dzień 28. Finału WOŚP. 28 stycznia, na nieco ponad 2 tygodnie od finałowej niedzieli, i gdy wciąż można było wspierać cel kwesty na różne sposoby, cała zadeklarowana kwota znalazła się już na koncie 28. Finału.

Podczas 28. Finału Fundacja WOŚP zagrała dla zapewnienia najwyższych standardów diagnostycznych i leczniczych w dziecięcej

medycynie zabiegowej. Najogólniej mówiąc, Fundacja zbierała fundusze na zakup najnowocześniejszych urządzeń dla ratowania życia i zdrowia dzieci potrzebujących różnego rodzaju operacji. Orkiestra skupiła się przede wszystkim na takich dziedzinach medycyny dziecięcej jak chirurgia ogólna, kardiocirurgia czy neurochirurgia. Do urządzeń, które zostaną zakupione dzięki zbiórce, należy wyposażenie sal operacyjnych, oddziałów intensywnej terapii pooperacyjnej, czy zakładów diagnostyki obrazowej. Są to m.in.: lampy operacyjne, stoły operacyjne, diatermie, aparaty do znieczulenia, sprzęt monitorujący, urządzenia teletransmisyjne, aparaty RTG z ramieniem C, zestawy endoskopowe.

Cel Finału obejmuje także zakup wyposażenia dla oddziałów intensywnej terapii pooperacyjnej. W ich przypadku planowane są zaku-

py inkubatorów, monitorów, respiratorów, a także strzykawek automatycznych i objętościowych. Ponadto, zarówno dla sal operacyjnych, jak i oddziałów pooperacyjnych, niezbędne będą zakupy ultrasonografów i echokardiografów.

Pierwszy Konkurs Ofert, w ramach którego odbędzie się zakup sprzętu za pieniądze zebrane w 28. Finale, zaplanowany jest na maj.

- Wybór tematu Finału to sprawa, nad którą zawsze pochylamy się długo i w szerokim gronie, konsultując z wybitnymi specjalistami z dziedziny medycyny. Temat, który wybraliśmy na 28. Finał dotyczy niezwykle istotnego, a nieco zapomnianego obszaru w polskiej służbie zdrowia. Widzimy to w dziesiątkach próśb o wsparcie, jakie dostajemy ze szpitali w całej Polsce. Mamy nadzieję, że Polacy po raz kolejny nam zaufają i że wspólnie zbierzemy środki, które pozwolą

nam poprawić funkcjonowanie w kolejnej dziedzinie polskiej medycyny – mówi Jurek Owsiak, Prezes Zarządu Fundacji WOŚP.

Pierwszy sprzęt medyczny 28. Finału został już przekazany do 14 miast w Polsce! To oznacza, że już niebawem pacjenci, będą mogli korzystać ze sprzętu przekazanego przez firmy medyczne. Obecnie szacuje się, że co piąty sprzęt w szpitalach jest od WOŚP.

W 28. Finał WOŚP włączyło się około 1750 sztabów, w tym ponad 100 poza granicami Polski. Sztaby działały w: Australii, Austrii, Belgii, Chorwacji, Cyprze, Danii, Francji, Gruzji, Hiszpanii, Holandii, Indonezji, Irlandii, Japonii, Kanadzie, Luksemburgu, Meksyku, Niemczech, Norwegii, Rosji, Singapurze, Słowenii, Stanach Zjednoczonych, Szwajcarii, Szwecji, Tajlandii, Tanzanii, Węgrzech i Wielkiej Brytanii.

W zbiórkę zaangażowało się 120 tys. wolontariuszy, darczyńcy mogli przekazywać datki do 200 tys. teksturowych skarbonek wydrukowanych przez Stora Enso, otrzymując jedno z 35 milio-



nów samoprzylepnych serduszek. O przygotowanie oraz komfort wolontariuszy w dniu Finału, a także o moc atrakcji dla miłośników finałowych wrażeń, zadbali wraz z WOŚP, Mastercard, mBank, Play, Dawtona i Allegro. Trzeba także pamiętać o wolontariuszach Pokojowego Patrolu, dzięki którym bezpiecznie bawiliśmy się na Placu Bankowym i w Studio na Placu Teatralnym. 28. Letnią Zadymę w Środku Zimy mogliśmy od świtu oglądać dzięki TVN, TTV, TVN24 i player.pl.

W trakcie ogłoszenia wyniku 28. Finału WOŚP zapre-

zentowana została karetka, stanowiąca dar dla Samodzielnego Publicznego Specjalistycznego Zakładu Opieki Zdrowotnej „Zdroje” w Szczecinie. Jest to ambulans neonatologiczny, który wyposażony zostanie m.in. w: Inkubator transportowy Atom V808 na noszach ferno Mondial; Kardiomonitor Qube mini firmy Spacelabs medical; Respirator transportowy z nawilżaczem Hamilton – C1; 4 pompy infuzyjne firmy Braun ze stacją dokującą; Transportowy analizator gazometryczny i biochemiczny EDAN i 15. (www.wosp.org.pl)



Dar Fundacji WOŚP dla Szczecina

FOT. – ŁUKASZ WIDZISZOWSKI



Dziękujemy!

Twój Tydzień Wielkopolski

za pomoc przy organizacji
28 Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
12 stycznia 2020 roku

Wasze ogromne zaangażowanie i wsparcie jest jedyne w swoim rodzaju. Nasz wspólny wysiłek zaowocował fenomenalnym przedsięwzięciem, dzięki któremu zebraliśmy fundusze na dziecięcą medycynę zabiegową.

Sylwia Nowak-Kabacińska
Sztab nr 4952 Szef Sztabu: Sylwia Nowak-Kabacińska




Lwy zostają w domu

Zamknięte wszystkie place zabaw, siłownie, park linowy w Jankowicach, skateparki. Wszędzie zalecenia i prośby o to, by zostawać w domu. Łatwo nie jest...

Dlatego Gmina Tarnowo Podgórne prowadzi akcję „Lwy zostają w domu” – #lwyzostajwdomu (nazwa pochodzi od lwa występującego w herbie i logo Gminy). Można na przykład z gminnej strony internetowej i facebookowej pobrać kolorowanki dla najmłodszych, a po pokolorowaniu przesłać do Gminy. Z gotowych rysunków powstaje wirtualna galeria. Jest też film, pokazujący krok po kroku jak z dziećmi wykonać kartkę okolicznościową. Natomiast starsi znajdą bieżące informacje o działaniach pomocowych, prowadzonych przez mieszkańców naszej Gminy, takich jak szycie maseczek czy organizowanie pomocy rzeczowej dla służb ratowniczych i szpitali.

– *Rzeczywiście jesteśmy świadkami wielu spontanicznych akcji pomocy na rzecz służb ratujących nasze zdrowie i życie, szczególnie w obliczu zagrożenia koronawirusem – napisał Wójt Tarnowa Podgórnego Tadeusz Czajka w mediach społecznościowych. – Pomagają mieszkańcy naszej Gminy, ale również i firmy, na przykład Tarnowskie Termy przekazały na rzecz Specjalistycznego Szpitala 4 tys. par rękawiczek jednorazowych oraz wypożyczyły 15 szt. krótkofalówek. Wszystkie te działania są w tym trudnym czasie bardzo ważne, budują międzyludzką solidarność i wsparcie!* (ARZ)

GMINNY ZESPÓŁ POMOCOWY



W ślad za apelem, by w związku z rozpowszechnianiem się koronawirusa wszyscy pozostawali w domach, w naszej Gminie powstał **ZESPÓŁ POMOCOWY**.



Zespół tworzą pracownicy Ośrodka Pomocy Społecznej, drużyny i druhowie Ochotniczej Straży Pożarnej, sółtysi, pielęgniarki środowiskowe. Koordynatorem jest I Zastępca Wójta Ewa Noszczyńska-Szkurat.



Zadaniem zespołu jest pomoc osobom starszym, samotnym, chorym i tym, którym pomocy nie mogą udzielić objęci kwarantanną dotychczasowi opiekunowie czy rodzina. Pomoc oferujemy także osobom objętym kwarantanną, które bezwzględnie powinny zostać w domach.



Od poniedziałku do piątku, w godzinach 7.30 – 15.30 zgłoszenia przyjmuje I Zastępca Wójta Ewa Noszczyńska-Szkurat:



tel. 606 940 826



wicewojt@tarnowo-podgorne.pl



Każde zgłoszenie zostanie zweryfikowane. Następnie zostanie ustalony zakres i sposób pomocy.



Pomoc obejmuje m.in. zrobienie i dostarczenie zakupów, leków oraz inną indywidualnie dostosowaną formę pomocy oraz informowanie na temat zagrożenia koronawirusem (objawy choroby, postępowanie, zasady bezpieczeństwa).

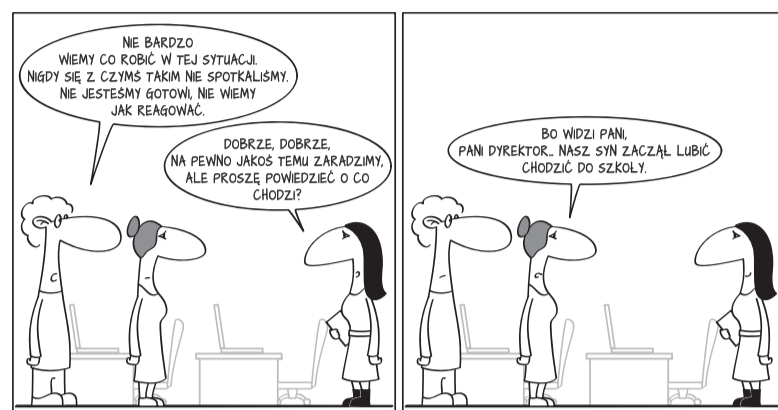


Zgłoszenie jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych. Dane będą przetwarzane wyłącznie w celu realizacji zgłoszenia.

Lwy zostają w domu!



TAKIEJ BUDY JESZCZE NIE BYŁO !!!



Zespół Szkół Technicznych
Tarnowo Podgórne



14 nowoczesnych pracowni zawodowych



18 przestrzennych sal lekcyjnych



5 staże i praktyki w kilkudziesięciu firmach partnerskich



dogodny plan lekcji



system stypendialny



biblioteka, świetlica i centrum multimedialne



pełnowymiarowa sala sportowa z widownią i szatniami



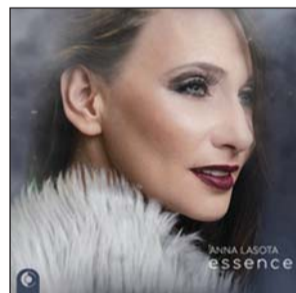
takabuda.pl

Branżowa Szkoła I stopnia:

- cukiernik
- piekarz
- kucharz
- fryzjer
- stolarz
- tapicer
- krawiec
- mechatronik
- magazynier logistyki
- elektromechanik
- drukarz offsetowy

Technikum:

- technik logistyki
- technik mechatroniki
- technik informatyki
- technik elektroniki
- technik procesów drukowania



ANNA LASOTA - ESSENCE

Wydawnictwo RecArt przedstawia album wokalistki, aktorki, Anny Lasoty. Musicalowe szlagiery, wielkie przeboje, ale i zaskakujące piosenki w subtelnym jazzowym aranżacjach z towarzyszeniem kwartetu smyczkowego - to wszystko na płycie „Essence” (RecArt 0034).

ANNA LASOTA

Wokalistka, aktorka, jeden z najlepszych polskich głosów na scenie musicalowej i filmowej w Polsce. Solistka Teatru Muzycznego w Poznaniu, gdzie pokazała się publiczności w znakomitych rolach pierwszoplanowych, m.in. w „Ewście”. Laureatka nagrody im. Jana Kiepury dla Najlepszej Wokalistki Musicalowej w 2016 roku oraz Medalu Młodej Sztuki w 2019.

Anna Lasota ukończyła Akademię Muzyczną w Bydgoszczy, od początku kariery z powodzeniem prezentując się zarówno w klasycznym jak i bardzo oryginalnym repertuarze muzycznym. Jest finalistką i laureatką licznych konkursów wokalnych, m.in. Ogólnopolskiego Konkursu Interpretacji Piosenki Aktorskiej w Bydgoszczy. Artystka od 2008 roku związana jest z Teatrem Muzycznym w Poznaniu. Realizuje na tej scenie pierwszoplanowe partie repertuaru musicalowego i operetkowego. Stworzyła uwielbiane przez widzów kreacje: Adeli w „Zemście nietoperza”, Eurydyki w „Orfeuszu i Eurydyce”, Elizy w „My Fair Lady”, Ewy Peron w „Ewście”, Marii Magdaleny w „Jesus Christ Superstar” czy ostatnio Morticii w „Rodzinie Adamsów”.

Od 2011 roku bierze udział w największych wydarzeniach muzyki filmowej w Polsce i Niemczech, które za każdym razem oklaskuje kilkunastotysięczna publiczność. Monograficzne koncerty z muzyką Hansa Zimmera czy Johna Williamsa przygotowywała m.in. z Orkiestrą Polskiego Radia i znakomitymi zespołami chóralnymi. Artystka wielokrotnie występowała w realizacjach telewizyjnych prestiżowych wydarzeń muzycznych, np. podczas koncertu galowego z okazji 100-lecia ZAiKS w Teatrze Wielkim - Operze Narodowej w Warszawie.

W musicalu i kinie, które Anna Lasota pokochała z wzajemnością, głos ludzki zawsze musi opowiadać nam, widzom, jakąś historię. Musi być wiarygodny, ale jednocześnie bajecznie elastyczny. Jej głos jest nie tylko przygotowany znakomicie pod względem warsztatowym. Za każdym razem Artystka pracuje nad nim łącząc warsztat, wyobraźnię i wrażliwość. To dlatego, kiedy o czymś śpiewa, ja jej wierzę.

Magda Miśka-Jackowska (RMF Classic)

Płytę można kupić: RECART, AMAZON, SPOTIFY, HDTRAKS, EMPIK

Farmaceutyci i walka z... wirusami

W ostatnich tygodniach koncentrujemy się na kwestii związanej z rozprzestrzenianiem się i próbą zapobiegania pandemii koronawirusa. W tym kontekście ważne jest również zabezpieczenie epidemiologiczne kraju. Dlatego eksperci Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy wystosowali apel w sprawie ustawy o zawodzie farmaceuty, w którym zwrócili uwagę na konieczność rozszerzenia kompetencji farmaceutów o wykonywanie szczepień w aptekach. Warto pamiętać, że jesteśmy również w szczycie zachorowań na grype. Od początku roku do 17 marca z powodu grypy zmarło 47 osób, hospitalizacji wymagało aż 11 tys. pacjentów, a zachorowało na grype lub na choroby grypopodobne ponad 1,7 miliona osób.

Wirus COVID-19, to choroba wywołana przez nowy typ wirusa z rodziny koronawirusa. Często objawia się wysoką gorączką, kaszlem, dusznościami, bólem mięśni oraz zmęczeniem. Skrajnym przypadkiem jest zapalenie płuc lub zespół ostrej niewydolności oddechowej.

Badania RTG klatki piersiowej u zakażonych wykazują typowe objawy zapalenia płuc z rozlanymi obustronnie naciekami. Istnieją ogromne podobieństwa między gripą a koronawirusem. Początkowe objawy są praktycznie nie do odróżnienia. W przypadku grypy mamy jednak szczepionki i leki. W przypadku koronawirusa dopiero poznajemy sposoby na walkę z tym patogenem.

Jednak już teraz wiemy jak bardzo duże znaczenie ma zjednoczenie potencjału i zaangażowania wszystkich pracowników ochrony zdrowia w walce z tym groźnym patogenem. Farmaceutyci są liczną, dobrze wykształconą grupą pracowników ochrony zdrowia, którzy stoją w pierwszej linii kontaktu z pacjentem i mogą być bardzo efektywnym źródłem zarówno wiedzy medycznej, jak i serwisów medycznych, takich jak szczepienia przeciw grypie.

Ekspert Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy wystosowali apel w sprawie ustawy o zawodzie farmaceuty, w którym postulują o wprowadzenie zmian systemowych, które mogą znacząco przyczynić się do wzmocnienia

zabezpieczenia epidemiologicznego oraz profilaktyki w obszarze szczepień przeciw grypie. Wraz z Naczelną Izbą Aptekarską oraz licznymi ekspertami zrzeczonymi z programem, jednogłośnie zgadzają się, iż profilaktyka jest kwestią kluczową dla zdrowia publicznego. Skutecznym narzędziem, który pozwala na

– Staramy się reagować błyskawicznie na potrzeby zgłaszane nam przez instytucje medyczne i naukowe, działające na froncie walki z koronawirusem. Właśnie podjęliśmy decyzję o przekazaniu 2,6 mln złotych z będących w naszej gestii funduszy unijnych dla Szpitala Klinicznego im. Heliodora Świąteczkiego w Poznaniu, głównie na wykonanie około 2 tysięcy testów w kierunku wirusa SARS-CoV-2, ale także na środki ochrony osobistej dla pracowników szpitala klinicznego – powiedział 27 marca marszałek województwa wielkopolskiego **Marek Woźniak**. - Pieniądze pochodzą z Europejskiego Funduszu Społecznego WRPO 2014+.

zapobieganie zachorowaniom na grype są szczepienia. Osiągnięcie wysokiego poziomu wyszczepialności pozwoli nie tylko na zmniejszenie zachorowalności, lecz również zapobiegnie ciężkim powikłaniom, hospitalizacjom i zgonom.

- Pandemia, z którą obecnie walczymy pokazuje jak krytycznym problemem jest brak odporności u wielu osób i jak istotne jest, aby walczyć o jej osiągnięcie i utrzymanie. Bawiem najbardziej narażone są osoby z grup ryzyka, osoby starsze, osoby ze zmniejszoną odpornością oraz chorujące przewlekle. Dotyczy to zarówno grypy, jak i zachorowań na COVID-19. Dlatego w kontekście zwiększania poziomu wyszczepialności należy jak najszybciej przyjąć ustawę o wykonywaniu zawodu farmaceuty i znawelizować prawo farmaceutyczne. Marnuje się duży potencjał, jaki tkwi w farmaceutach – mówi **Michał Byliniak**, wiceprezes Naczelnej Rady Aptekarskiej, ekspert Ogólnopolskiego Programu Zwalczenia Grypy.

W celu podniesienia poziomu wyszczepialności w naszym kraju niezbędne są rozmaite działania. W naszym systemie ochrony zdrowia od lat jest zauważalny brak możliwości przeprowadzania szczepień w aptekach. To rozwiązanie funkcjonuje już w dwunastu krajach europejskich i przynosi pozytywne skutki pod postacią wzrostu liczby wykonanych szczepień, zarówno w aptekach, jak i w przychodniach. Każde państwo wypracowało inny model, w którym realizowane są szczepienia. Różnią się one od siebie, tak jak różnią się systemy krajowej opieki zdrowotnej.



- Ogromne korzyści każdemu z nas może przynieść rozwiązanie, w którym farmaceuta będzie wykonywał szczepienia w aptekach. Po pierwsze to farmaceuta jest na pierwszej linii kontaktu z pacjentem poszukującym pomocy w powszechnych problemach zdrowotnych. Każdy z nas potrzebuje 5 minut, aby dotrzeć do apteki, nie trzeba stać w kolejce i umawiać się na czas. Po drugie zwiększamy

ostęp do szczepień i tym samym wzrasta poziom wyszczepialności, a za tym idzie zwiększona odporność społeczeństwa. Placówek aptecznych jest więcej niż medycznych. Po trzecie odciążamy środowisko lekarskie i pielęgniarskie od niektórych obowiązków, które obecnie są dla nich stratą czasu, który mogliby poświęcić na znacznie trudniejsze przypadki – dodaje **Piotr Merks**, przewodniczący Związku Zawodowych Pracowników Farmacji.

„MEDICAL”
Swarzędzkie Centrum Stomatologii

Pelen zakres usług stomatologicznych
Ozonoterapia. Piaskowanie zębów.
Sedacja. Licówki. Kamera wewnątrzustna.
RTG. Znieczulenie komputerowe.
62-020 Swarzędz, os. Dąbrowszczaków 26
tel. 61 817-41-10
Godziny przyjęć:
Pn-Pt 8.00-21.00 So 9.00-14.00

DR N. MED.
TADEUSZ GROCHOWINA
Specjalista pediatra, pulmonolog i medycyny rodzinnej

Aerzoloterapia,
Diagnostyka alergologiczna
Diagnostyka nawracających infekcji dróg oddechowych

Gabinet Pediatryczny i Pracownia Aerzoloterapii
Swarzędz os. Raczyńskiego 3/27 (domki)
Przyjęcia po rejestracji telefonicznej
tel. 61 818-60-57
tel. kom. 602-693-199

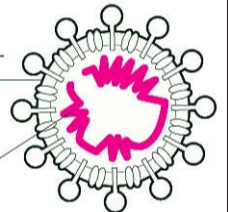
KORONAWIRUS 2019-nCoV

Koronawirusy to grupa wirusów znanych z wywoływania infekcji układu oddechowego, w tym zarówno powszechnie występujących przeziębień, jak też rzadszych i groźniejszych infekcji, jak. np. SARS czy MERS.

Koronawirus 2019-nCoV

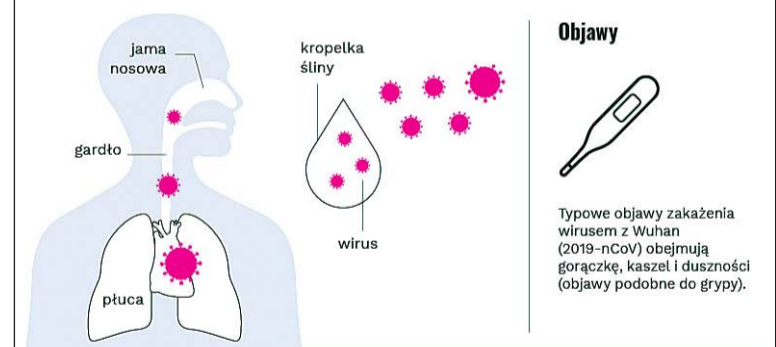
Nie wiadomo, jakie zwierzę było ogniwem pośrednim w przypadku zakażenia ludzi koronawirusem Wuhan. Jedynymi z podejrzanych są węże lub białogł – rzadki gatunek ryby z rodziny jesiotrowatych, będące nosicielami koronawirusów.

otoczka białkowa
materiał genetyczny



Zakażenie

Wirusy mogą być zlokalizowane w wydzielinie dróg oddechowych a nawet w moczu i kale. Bezpośredni kontakt z wymionionymi wydzielinami może skutkować przeniesieniem zakażenia.



Profilaktyka

W związku z ryzykiem rozwoju epidemii wywołanej przez nowego wirusa międzynarodowi eksperci przypominają o podstawowych zasadach profilaktyki zakażeń.

- Jak najczęściej myj ręce, najlepiej używając mydła i wody albo preparatów odkażających zawierających alkohol
- Kiedy kichasz lub kaszlesz będąc między ludźmi zakryj usta chusteczką lub swoim zgiętym łokciem, zaraz po tym wyrzuć chusteczkę i umyj ręce
- Unikaj bliskiego kontaktu z osobami, które mają gorączkę i kaszlą
- Jeśli masz gorączkę, kaszel i trudności z oddychaniem udaj się do lekarza, powiedz mu o ewentualnych, odbytych wcześniej dalekich podróżach
- Unikaj konsumpcji surowego lub niedogotowanego mięsa oraz mleka, a także dbaj o higienę miejsc, w których używa się surowego mięsa czy podrobów
- Zaszczep się przeciw grypie
- Jeśli podróżujesz na tereny, gdzie odnotowano przypadki zakażenia nowym koronawirusem, unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi, zwłaszcza z objawami ze strony układu oddechowego; unikaj odwiedzania bazarów lub innych miejsc, w których znajdują się żywe lub martwe zwierzęta i ptaki; unikaj kontaktu ze zwierzętami, ich wydalninami lub odchodami oraz przestrzegaj zasad higieny rąk

Źródło: WHO, GIS

SERWIS ZDROWIE



ZDROWYCH
*(dzisiaj to słowo nabiera
 specjalnego znaczenia)
 Świąt Wielkanocnych
 spokoju i solidarności
 w tym trudnym czasie*
Mieszkańcom Gminy Suchy Las

życzy
Jerzy Świerkowski
 Prezes ZGK Suchy Las sp. z o.o.
 z Pracownikami

ZŁOTNIKI PARK

ZŁOTNIKI/SUCHY LAS

**Kameralne osiedle
 z przedszkolem
 publicznym**

- ▶ Atrakcyjne mieszkania już od **4400** zł/m²
- ▶ Komórka lokatorska w cenie
- ▶ 2 bezpłatne miejsca postojowe
- ▶ 3 warianty wykończenia pod klucz

(+48) 883 204 205 **WWW.ZLOTNIKIPARK.PL**

Stowarzyszenie Kultury Fizycznej
RED BOX

RED BOX
 Piłkarska Akademia
 dla wszystkich dzieci od 5 lat

- » ROZWÓJ PIŁKARSKICH UMIEJĘTNOŚCI I ŚWIETNA ZABAWA
- » OBOZY PIŁKARSKIE, PÓŁKOLONIE SPORTOWE, TURNIEJE
- » TRENINGI PROWADZONE PRZEZ DOŚWIADCZONYCH TRENERÓW
- » RELACJE FILMOWE Z TRENINGÓW I MECZÓW NA REDBOXTV.PL
- » WŁASNY OŚRODEK PIŁKARSKI W POZNANIU
- » KONKURENCYJNA CENA
- » UDZIAŁ W RED BOX JUNIOR LIDZE I WZPN

POZNAŃ
730 992 150

SUCHY LAS
730 992 150

BIEDRUSKO
730 992 150

OBORNIKI
730 992 417

WIĘCEJ INFORMACJI:
 www.redboxpilkarskaakademia.pl
 facebook.com/redboxpilkarskaakademia
 BIURO: ul. Promienista 27a, Poznań
 pon.-pt. 10-18 sob. 10-14

Twój TYDZIEŃ

Z SUCHEGO LASU

Mamy pogotowie

Rozmowa z GRZEGORZEM WOJTERĄ, wójtem gminy Suchy Las

- W lutowym numerze „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO” jako pierwszy podaliśmy informację, że w gminie Suchy Las pojawi się karetka pogotowia ratunkowego. Poproszę dzisiaj o więcej szczegółów na ten temat.

- O potrzebie utworzenia podstacji pogotowia ratunkowego na terenie gminy Suchy Las mówiliśmy od dawna. Taką konieczność wynika z faktu, że dzięki temu łatwiej będzie nieść pomoc nie tylko mieszkańcom naszej gminy i gmin ościennych, ale także mieszkańcom północnej części Poznania.

- Jeśli była taka konieczność, to dlaczego to wszystko tak długo trwało?

- Rozmawialiśmy o tym z Maciejem Zielińskim dyrektorem Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Poznaniu. Od trzech lat. Ustaliliśmy, że dyrektor zorganizuje karetkę i zespół medyczny, a my mamy ja-

ko samorząd zagwarantować miejsce – garaż oraz pomieszczenia socjalne i medyczne – o odpowiednim standardzie. Ustaliliśmy także, że wspólnie podejmiemy działania, by ten pomysł został zrealizowany. Chodziło o przekonanie decydentów, że warto i trzeba to zrobić.

- Nie było problemów z wyborem lokalizacji?

- Żadnych, od samego początku zakła-

śmy, że przeznaczymy na ten cel pomieszczenia znajdujące się w budynku zajmowanym przez Spółkę Zakład Gospodarki Komunalnej Suchy Las przy ulicy Obornickiej 149.

- Skoro miejsce było, to zapytam jeszcze raz – dlaczego to tak długo trwało?

- Okazało się, że łatwiej było ustalić nam szczegóły tej współpracy, wybrać lokalizację, przygotować odpowiednie pomieszczenia itp., niż doprowadzić do podjęcia decyzji, by karetka stacjonowała w Suchym Lesie. Decyduje o tym wojewoda wielkopolski, który zatwierdza program ratownictwa w całym województwie, ale... poprzedni wojewoda jakoś nie był do tego pomysłu przekonany mówiąc delikatnie. I miały miesiące, a nawet lata. Początkowo wszystkie propozycje w tej sprawie dyrektora Macieja Zielińskiego były negatywnie opiniowane przez odpowiednich pracowników Urzędu Wojewódzkiego

- Wydział Zdrowia, Wydział Zarządzania Kryzysowego itp.

- Dlaczego?

- Wskazywano, że karetka stacjonująca przy ulicy Juraszów (w szpitalu) i alei Solidarności w Poznaniu mogą bez problemów obsługiwać mieszkańców Suchego Lasu. To błąd, bo tak dobrze to wygląda tylko na papierze.

Wiecznie zakorkowana ulica Obornicka, często zamykany przejazd kolejowy w ciągu ulic Sucholeska-Biskupińska – z tego typu utrudnieniami miały do czynienia karetki stacjonujące w Poznaniu, które jechały na północ. A przecież wiadomo, że czas dojazdu lekarza do pacjenta decyduje często o życiu lub śmierci czekającego na pomoc. Dlatego tak bardzo i tak długo upieraliśmy się, by karetka pojawiła się w Suchym Lesie. Miałem na ten temat wiele spotkań, przeprowadziłem wiele rozmów, starałem się przekonać nieprzekonanych. Urzędnicy wojewody upierali się jednak cały czas przy swoim...

- I co się stało, że zmienił zdanie?

- Powiem tak, cieszę się że pomimo różnych propozycji przeznaczenia tego bardzo atrakcyjnego lokalu w siedzibie spółki ZGK na inny cel, na moją prośbę, prezes Jerzy Świerkowski był cierpliwy i pomieszczenia te cały czas czekały na karetkę oraz zespół medyczny. Prosiłem o to, bo wierzyłem, że nasze negocjacje i przekonywania zakończą się kiedyś sukcesem. I udało się, bo w Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu pojawił się nowy wojewoda Łukasz Mikołajczyk.

- Kiedy karetka pojawi się w Suchym Lesie?

- Od 1 kwietnia. Mówimy o jednej nowoczesnej karetce z pełnym zespołem ratowniczym, która będzie do dyspozycji chorych 7 dni w tygodniu przez 24 godziny na dobę.

- Odetchnął pan z ulgą?

- Dzisiaj mamy potwierdzenie, gdy szaleje epidemia koronawirusa, że był to dobry pomysł, że dzięki temu chorzy mieszkańcy naszej gminy mogą liczyć teraz na szybszą pomoc medyczną. A czas w takich przypadkach bywa najważniejszy. (mat)

Czekamy na medycznych gości...

Rozmowa z JERZYM ŚWIERKOWSKIM, prezesem spółki Zakład Gospodarki Komunalnej Suchy Las

- Od 1 kwietnia w budynku przy ulicy Obornickiej 149 będzie tak zwane Miejsce Stacjonowania karetki pogotowia. Ile medycy zajmą pomieszczeń i jak je przygotowano?

- Na tę karetkę czekamy już kilka lat, pomieszczenia te czekają na zagospodarowanie od 2017 roku. Wtedy to, gdy przeprowadzono adaptację tego budynku myślno już o karetce pogotowia. Pomieszczenia przygotowaliśmy w standardzie wymaganym w takich przypadkach, stosując się skrupulatnie do wymogów i sugestii ze strony przedstawicieli Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Poznaniu.

- Co to są za pomieszczenia, ile mają metrów kwadratowych?

- Łącznie oddajemy do dyspozycji pogotowia 112 metrów kwadratowych. Jest tam duży, wysoki garaż na karetkę pogotowia, pomieszczenia sanitarne, szatnia, pomieszczenia specjalistyczne, odpowiednie miejsce na leki, inne na odpady medyczne, pomieszczenia socjalne itp.

- Jak wyposażono te pomieszczenia?

- Strona medyczna w sprzęt specjalistyczny, a my w reszcie – biurka, kuchnię, szatnię, łącze internetowe itp.

- Kto za to płaci?

- Gmina Suchy Las, podobnie jak za bieżącą eksploatacją tych pomieszczeń. Już z naszej inicjatywy w garażu wymieniliśmy drzwi na takie zamykane pilotem, by ratownikom medycznym było łatwiej nieść pomoc mieszkańcom naszej gminy. Zadeklarowałem także, że w naszej myjni za darmo zajmiemy się „naszą” karetką pogotowia. Wszystko na koniec marca będzie gotowe, dopięte na ostatni guzik. Czekamy teraz na naszych medycznych gości. (mat)



FOT. (7X) TOMASZ MAŃKOWSKI

Dokończenie na stronie 10

Czekamy na Państwa opinie, uwagi, maile – ttw.suchylas@wp.pl



Szanowni Państwo,
Drodzy goście Centrum Kultury
i Biblioteki Publicznej Gminy Suchy Las

W tym trudnym czasie życzymy Państwu
dużo zdrowia, empatii i solidarności.
Bądźmy dla siebie dobrzy i życzliwi,
pomagajmy sobie nawzajem.
Wyjdźmy z tej próby zwycięsko.

Ufamy, że już wkrótce będziemy mogli wrócić
do normalności i spotkamy się w gościnnych
wnętrzach CKiBP, żeby wspólnie,
bez ograniczeń przeżywać wszystko,
co niesie z sobą kultura.

Zespół CKiBP



Kulturalnie mimo wszystko

W połowie marca Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna w Suchym Lesie, w związku z sytuacją epidemiologiczną zmuszone było zamknąć swoje drzwi dla czytelników, uczestników zajęć i bywalców.

Ze smutkiem, ale w poczuciu współodpowiedzialności odwołaliśmy zaplanowane wydarzenia, zajęcia i spotkania nie wiadomo na jak długo.

Na naszym facebookowym profilu staramy się podrzucać Wam różne ciekawe formy spędzania czasu z kulturą online. Cieszymy się, że tyle osób i instytucji wyszło naprzeciw odbiorcom, bo naprawdę jest w czym wybierać. Dzięki temu łatwiej będzie przetrwać ten trudny czas.

Nie możemy się spotkać w CKiBP, ale nadal możecie wziąć udział w naszym konkursie „Sleeveface, czyli ubierz się w książkę”. Przejrzyjcie domowe półki z książkami, wymyślcie jak zaaranżować zdjęcie i prześlijcie je mailem. Macie czas do 4 kwietnia.

Dla wszystkich, którzy tęsknią za zajęciami mamy dobrą wiadomość – staramy się uruchomić zajęcia online. Zajęcia indywidualne będą w większości realizowane online w formie spotkań video uczeń-prowadzący, natomiast przy zajęciach grupowych proponujemy Wam filmy instruktażowe lub ćwiczenia, które będziecie mogli odtworzyć w domu. Nie wiemy jeszcze czy wszystkie zajęcia uda się przeprowadzić w takiej formule, ale próbujemy. Współczesne czasy wymagają współczesnych rozwiązań!

Jeżeli wszystko dobrze się ułoży, to mamy nadzieję spotkać się z Wami w maju podczas koncertów: Hanny Banaszak, Króla (koncert przełożony z 27 marca na 22 maja) oraz Bisza i Radexa przy okazji Breaking School Battle vol. 7. W naszych głowach rodzą się też świetne atrakcje na Dzień Dziecka – sami już nie możemy się doczekać.

Zwrotu biletów na wydarzenia, które nie odbyły się w marcu można dokonać przez stronę www.bilety24.pl (tylko bilety zakupione przez stronę), natomiast bilety zakupione w punkcie kasowym w CKiBP będzie można zwracać w tymże punkcie po ponownym otwarciu budynku.

Zaglądalejcie na stronę www.osrodekukultury.pl oraz na nasz profil na facebooku, gdzie znajdziecie aktualne informacje o CKiBP.

Legimi – wypożyczaj i czytaj e-booki.

Legimi to platforma, która oferuje dostęp do ponad 60 000 książek elektronicznych – w tym najgorętszych nowości i największych bestsellerów takich wydawnictw jak: Zysk i S-ka, Nasza Księgarnia, Prószyński Media, Rebis, Czarna Owca, Publicat, Fabryka Słów, Albatros, Muza, Bellona, MAG, Burda, Świat Książki, Wielka Litera, WAB/Grupa Foksal, Marginesy, Sine Qua Non, Akapit Press, Powergraph, Insignis, Magnum, National Geographic, Edipresse Książki, Drzewo Babel, Czytelnik, Agora, Czarne, Wydawnictwo Literackie.

W Legimi dany tytuł może czytać jednocześnie dowolna liczba osób. Czytanie jest możliwe bez połączenia z Internetem. Codziennie do platformy są dodawane nowe tytuły.

Szanowni Państwo, w okresie zamknięcia Biblioteki ze względu na zapobieganie rozprzestrzeniania się koronawirusa SARS-COV-2, umożliwiamy dostęp do kodów Legimi drogą mailową. Prosimy o kontakt w tej sprawie z biblioteką: biblioteka@osrodekukultury.pl.

Uwaga liczba kodów jest ograniczona. (MMS)

Ogłaszamy KONKURS Sleeveface 2020, czyli ubierz się w książkę!

Okolo 2006 roku za sprawą mediów społecznościowych Carla Morrisa i Johna Rostrona po raz pierwszy usłyszeliśmy o „sleeveface”. Od tego czasu moda na ubieranie się w książki opanowała tysiące czytelników na całym świecie.

Co to jest sleeveface? To zdjęcie osoby zastąpionej przez okładkę książki, płyty winylowej lub czasopisma, które tworzy iluzję połączenia bohatera tej okładki z pozującym do zdjęcia czytelnikiem.

W zeszłym roku mieliśmy okazję zobaczyć wystawę zaaranżowaną przez Bibliotekę teraz zapra-

szamy do zabawy naszych czytelników! Wybierzcie okładkę, która Was zainspiruje: ulubioną powieść, czasopismo lub bajkę i twórczo ją zinterpretujcie. Można dopełnić okładkę odpowiednio dobranym strojem, rekwizytem lub aranżacją przestrzeni – stwórzcie własną książkową „drugą skórę”.

Prace w formie cyfrowej przyjmujemy od 01.03.2020 r. do 03.04.2020 r. Należy wysłać je na adres biblioteka@osrodekukultury.pl

Regulamin i formularz zgłoszeniowy dostępne na www.osrodekukultury.pl w wydarzeniu dotyczącym konkursu.



„Dębowy Liść” przyznany po raz trzeci

Koncert Ostatkowy Orkiestry Dętej z Chłudowa to już tradycja. W tym roku odbył się we wtorek 25 lutego w hali Gminnego Ośrodka Sportu w Suchym Lesie. Od trzech lat towarzyszy mu wyjątkowa ceremonia. Jest nią wręczenie przez Wójta Gminy Suchy Las Grzegorza Wojterę statuetki „Dębowego Liścia”, nagrody ustanowionej z okazji 800-lecia Suchego Lasu.



Pierwszym laureatem nagrody w 2018 roku został śp. Zenon Pilarczyk, który swoje bogate życie zawodowe poświęcił badaniu historii gminy Suchy Las i pielęgnowaniu jej kultury. W ubiegłym roku nagrodzony został Marszałek Województwa Wielkopolskiego Marek Woźniak, mieszkaniec gminy Suchy Las – w dowód uznania za szczególnie zaangażowanie w dbałość

o tradycję oraz za wybitne osiągnięcia w propagowaniu historii regionu Wielkopolski na arenie krajowej i międzynarodowej.

Natomiast w tym roku Wójt Gminy statuetką „Dębowego Liścia” uhonorował przedstawicieli sucholeskiej firmy, znanej na rynku ogólnopolskim, która jest liderem w swojej branży.

– Dziś wręcę tę nagrodę już po raz trzeci – powiedział

ze sceny wójt Grzegorz Wojtera. – Tegorocznym wyróżnieniem wkraczamy w obszar gospodarki. Firma ta znana jest nie tylko z tego, co produkuje i wyrabia, ale znana jest również z programów telewizyjnych. Bardzo często widzimy informacje o tej firmie jako sponsorze, a nawet producencie niektórych bardzo ważnych wydarzeń w obszarze show biznesu. Ale dla nas najważniejsze jest to, że



działa ona w gminie Suchy Las od 40 lat!

Za wybitne osiągnięcia na rynku regionalnym, krajowym i międzynarodowym statuetkę „Dębowego Liścia” otrzymała firma Apart. Wójt Gminy statuetkę wręczył Adamowi Rączyńskiemu, założycielowi, wiceprezesowi zarządu firmy, który podziękował władzom Gminy za dotychczasową współpracę.

– Zawsze mogliśmy liczyć na przychylność władz Gminy dla naszej działalności. Nie ukrywam, że jest to dla nas bardzo ważne i bardzo istotne. Wszystkie tematy inwestycyjne, które do tej pory prowadziliśmy, przebiegały

który jest podziękowaniem za dobre serce dla muzyki i zarazem wyrazem uznania za działalność na rzecz orkiestry, został wręczony Wójtowi Gminy Grzegorzowi Wojterze. W tym roku otrzymała go Urszula Habrych, była dyrektor Ośrodka Kultury, a następnie Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej Gminy Suchy Las.

Po części oficjalnej paterczkę przejęła pod kierownictwem Krzysztofa Żeleśkiewicza Orkiestra Dęta w Chłudowie, która koncert rozpoczęła piosenką „I Want You Back” z repertuaru The Jackson 5. Wieczór ostatkowy w jej wykonaniu był

muzyczną podróżą w różne zakątki świata, w czasie której publiczność usłyszała utwory zajmujące szczególne miejsce w historii muzyki. W hali Gminnego Ośrodka Sportu zabrzmiały przeboje takie jak: „I will survive”, do którego zaśpiewała Izabela Kwaśniewska, „Tonight I celebrate my love for you” z wokalnymi występami również Izabeli Kwaśniewskiej i Mateusza Nowickiego. Nie zabrakło także rodzimych ponadczasowych piosenek, a wśród nich utworu Anny Jantar „Radość najpiękniejszych lat”, który wykonała Kinga Piechowiak przy wsparciu chórków – Izabeli Kwaśniewskiej i Mateusza Nowickiego. Hubert Stepka na trąbce popisowo zagrał utwory „Cabaret” i „My Way” Franka Sinatry. Z kolei Adam Brzyski i Marcin Piechuła trąbka, Damian Lotycz waltornia, Mateusz Wesółski puzon, Marcin Nowak tuba, Rafał Pakuła perkusja stworzyli tło muzyczne, do utworów „Carmen” i „Hana Nagila”, które na skrzypcach zaprezentował Artur Banaszkiewicz. Skrzypek, kompozytor, aranżer wystąpił gościnnie w Suchym Lesie i zauroczył publiczność nie tylko swoją wirtuozerską grą, ale także dowcipem i opowieściami.

Tak wspaniałe muzyczne święto trwało ponad dwie godziny. Na finał finałów dla wszystkich Pań piosenkę „Ach, Te Baby” z niezwykłą żywiołowością i teatralnym kunsztem wykonał Mateusz Nowicki.

REFERAT PROMOCJI
GMINY



w sposób wzorcowy. Władze Gminy mogą być wzorem dla władzy rządowej, jeżeli chodzi o wsparcie dla przedsiębiorców. W gminie Suchy Las z całą pewnością jest dobry klimat dla biznesu – odbierając nagrodę powiedział Adam Rączyński.

Statuetka „Dębowego Liścia” nie była jedyną nagrodą podczas wieczoru ostatkowego. Od ubiegłego roku Orkiestra Dęta w Chłudowie nadaje tytuł „Przyjaciela Orkiestry”. Pierwszy certyfikat,

Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkanocnych.

Przepelnionych wiarą, nadzieją, miłością.

Radosnego wiosennego nastroju

i wesolego Alleluja



życzy

Zarząd Osiedla Suchy Las

Przed nami Wielkanoc.
Święta, które niosą
piękne przesłanie –
zwycięstwa dobra nad złem,
życia nad śmiercią.
Święta, które rozpalają w sercach
nadzieję. Dziękując się jajkiem
w ten wyjątkowy czas
życzmy sobie przede wszystkim
zdrowia i spokoju.
Niech święta Wielkanocne
napełnią nas radością,
dadzą nam siłę w pokonywaniu
trudności i pozwolą z ufnością patrzeć
w przyszłość.

Przewodnicząca
Rady Gminy Suchy Las
Anna Ankiewicz

Wójt Gminy Suchy Las
Grzegorz Wojtera

I znowu padł rekord

Rozmowa z **SYLWIĄ NOWAK-KABACIŃSKĄ**, dyrektorem Ośrodka Pomocy Społecznej w Suchym Lesie



- 8 marca Jurek Owskiak podsumował 28 Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy (piszemy o tym szczegółowo na stronie 3). Jak się okazało był to znowu Finał rekordowy, bo udało się zebrać 186.133.610,66 złotych. A jakim wynikiem finansowym może się pochwalić sucholski Sztab WOŚP?

- Przypomnijmy - 12 stycznia 2020 roku Finał WOŚP był zorganizowany w trzech miejscach w naszej gminie: w Su-

chym Lesie w Centrum Kultury i Bibliotece Publicznej, w Biedrusku w Domu Osiedlowym i w Chludowie w Ogródzie Przymaków. Finał zorganizował OPS przy współpracy Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej. I z dumą mogę powiedzieć, że udało się nam zebrać - 150.864,98 zł, padł więc kolejny rekord.

- Z czego, pani zdaniem, wynika zgromadzenie tak ważnej kwoty?

- Pomogła być może dobra

pogoda, ale przede wszystkim zaangażowanie wolontariuszy, członków Sztabu, wielu firm, sponsorów. W tym roku nowością była możliwość dokonywania wpłat za pomocą kart płatniczych przy użyciu terminalu obsługiwanego przez nasz Sztab, co również miało zapewne znaczenie i wpłynęło na ten wynik.

- Dlaczego ludzie z roku na rok więcej wkładają do puszek WOŚP?

- Ludzie widzą, że to ma sens, bo spotykają w szpitalach sprzęt z serduszkami, wierzą, że te pieniądze wydawane są zgodnie z przeznaczeniem.

- W przyszłym roku, w czasie 29 Finału WOŚP, w Suchym Lesie padnie kolejny rekord?

- Wierzę, że tak będzie, mamy więcej chętnych niż puszek dla wolontariuszy, zgłaszają się wciąż nowi sponsorzy, pojawiają się nowe pomysły na urozmaicenie Finału. (mat)

Realizujemy swe cele...

FELIETON



Wielki test dla społeczeństwa - zderzenie z pandemią. Szkoda, że nie

wszyscy wiedzą, iż słownik języka polskiego wyraz „pandemia” rozbija na dwie definicje: pierwsza to „epidemia obejmująca swym zasięgiem bardzo duże obszary”, druga to „idealny sojusz wszystkich narodów, żyjących w pokoju i wzajemnej zgodzie”.

Na której definicji powinniśmy się skupić w tym trudnym okresie? To czas ważnego dla nas egzaminu z życia. 11 marca 2020 roku Światowa Organizacja Zdrowia oficjalnie ogłosiła pandemię koronawirusa. I niestety zaczęło się wielkie zamieszanie. Trochę paniki, trochę mądrości zaściankowych, żartów, niewielka nutka zrozumienia i empatii z reguły posypana drwiną i szyderstwem...

Mnie najbardziej zaskoczył brak zrozumienia społeczności „biegowej”. Tej która deklaruje czystość poglądów, wyrozumiałość i fair play. Zastanawiam się jakim człowiekiem trzeba być, żeby wylewać szambo hejtu na organizatorów biegów ulicznych i górskich za to, że stosują się do zaleceń sanepidu. Za to, że w trosce o nasze (biegaczy i kibiców) zdrowie rezygnują z organizacji imprezy, która często powinna zapewnić im dochód niezbędny do utrzymania firmy. Czy któryś z pyskaczy internetowych przemyślał co pisze? Czy zadał sobie trud wyjścia poza własny interes próby bicia rekordu życiowego? Przecież to organizatorzy tak naprawdę są przegrani, nie my biegacze. Oni cały rok ciężko pracowali, zainwestowali swoje pieniądze, żeby zarezerwować trasy, kupić koszulki startowe, medale, opłacić służby medyczne, techniczne itp. A teraz co mają? Koszulki w każdym rozmiarze i medale,

które gdy nie zawisną na szyi finishera, są nic nie warte.

Dlatego apeluję do wszystkich biegaczy i innych tematycznych hejterów: zanim rozpoczniecie wylewać swe żale, pokazywać niezadowolone z niespełnionych ambicji, to może poszukajcie w głowie tych komórek, które „zbunkrowały” odczucia empatii i przemyślcie co nie co?

Kontynuując przykład biegaczy, pragnę nadmienić, że zdaję sobie sprawę, że „życiówka” to ważna rzecz, lecz na pewno ważniejsze jest zdrowie nas i naszych bliskich. Notabene wszyscy, którzy mieli jakieś plany startowe i przygotowali się do nich sumiennie, już wygrali. Kilogramy poszły w dół, siła i szybkość w górę, morale szybuje pod niebiosa. Czego chcieć więcej? Poklasku? No tak, jeżeli są osoby, które wybrałyby w obecnej sytuacji udokumentowany pomiar czasu łamania życiówki, tłum kibiców i metę z medalami, to żał mi ich bliskich. Ponieważ przekonanie, że skoro nie są w grupie największego ryzyka, bo zdrowi są i młodzi są..., jest smutne i egoistyczne, bo w tym wszystkim zapominają tylko, że każdy z nas ma w rodzinie starszą osobą i to ją naraża. Bo może się zdarzyć najgorsze i przychodząc do babci z dumnie widzującym na szyi medalem przekaże jej śmiertelną (dla niej) chorobę.

Kończąc już temat chciałbym Wam przedstawić postać Jossa Naylor'a - to jedyny biegacz górski odznaczony Orderem Imperium Brytyjskiego. Powstała o nim większa liczba programów dokumentalnych niż o wszystkich innych zawodnikach tej dyscypliny, żyjących i zmarłych. Jako nastolatek Naylor usłyszał, że nie powinien podejmować dużego wysiłku fizycznego; plecy miał tak chore, że przez pięć lat musiał nosić specjalny gorset, a dwadzieścia albo więcej lat przeżył czując nieustanny ból. Jeszcze zanim zaczął biegać, lekarze usunęli mu dwa dyski i chrząstkę z jednego kolana; raz zdarzyło się, że dopiero po

sześciu tygodniach zauważył, że ma połamane obie stopy; był wprost absurdalnie podatny na kontuzje.

Kiedy jednak tuż przed trzydziestką zaczął uprawiać biegi górskie, jego kruchość przemieniła się w wytrzymałość nie do pokonania. Mało kto zdołał odnieść tak drugoczące zwycięstwo nad samym sobą, mało komu udało się tak skutecznie podporządkować słabość ciała sile woli. Nikt tak inspirująco nie cierpiał w starciu z górami jak Joss.

Przypomnę jeszcze, że Joss Naylor zebrał najwięcej pieniędzy na cele dobroczynne wśród biegaczy górskich i zacytuje jego kolegów biegowych: „Joss nie jest tylko silnym biegaczem, on jest silnym i dobrym człowiekiem, darzącym góry i ludzi ogromną miłością.”; „Wiele osób sądzi, że Joss to zatwardziały sportowiec, którego interesuje tylko kultura fizyczna, ale ja z nim biegałem i nocą i o świcie i słyszałem, jak rozpyływa się w zachwytach nad pogodą, nad widokami, nad ptakami. To prawdziwy miłośnik życia”.

Naylor udowadnia, że niezłomna ludzka wola jest siłą równie potężną, jak siły natury.

Niech i naszym celem będzie podniesienie rzuconej przez los rękawicy i z podniesioną głową i uśmiechem na ustach realizujemy swe cele, nie bacząc na to, że na końcu naszego biegu nie będzie dmuchanej mety, medalu i fanfar.

Takiej postawy życiowej sobie i Państwu życzę, i jak zwykle pozdrawiam serdecznie.

WIESIA PRYCIŃSKA



Czekamy na medycznych gości...

Dokończenie ze strony 7



Zdjęcia wykonano 23.03.2020 r.

**Pełnych ciepła i dobrych myśli
Świąt Wielkanocnych
wszystkim Mieszkańcom
Gminy Suchy Las
i wszystkim naszym Pasażerom**

**Życzy
Edward Miśko
Prezes ZKP Suchy Las
z Pracownikami**

Świat się zatrzymał

ale... śmieci będą odbierane

JERZY ŚWIERKOWSKI, prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej Suchy Las S.A.:

- Mamy epidemię koronawirusa, coraz więcej chorych, coraz więcej ofiar. By skutecznie walczyć z epidemią rząd wprowadza kolejne ograniczenia dotyczące między innymi poruszania się poza miejscem zamieszkania. Zapewniam jednak mieszkańców gminy Suchy Las, że nawet w tej jakże trudnej sytuacji zabezpieczymy systematyczny odbiór odpadów komunalnych. Kilka dni temu podjąłem decyzję o zamknięciu kasy w naszej siedzibie, by ograniczyć liczbę osób z zewnątrz. Ale to jeszcze nie wszystko... Od 23 marca w naszej spółce zostały zorganizowane dwie, niezależne grupy pracowników, które nie mają z sobą żadnego kontaktu. Pierwsza grupa pracuje w Chludowie, w PSZOK, druga w Suchym Lesie. Podjąłem taką decyzję po to, by w przypadku – co mam nadzieję nie nastąpi – stwierdzenia w jednej grupie osoby zarażonej i wysłania całej tej grupy na 14-dniową kwarantannę, druga grupa mogła wykonać swoją pracę i przejąć obowiązki kolegów na kwarantannie. Wydałem zalecenie, by pracownicy ze sobą się nie kontaktowali, by po pracy prosto udawali się do domów i z nich nie wychodzili. Pracą grupy w Chludowie kierujemy drogą telefoniczną i mailową. Każdy z naszych pracowników dysponuje odpowiednimi środkami ochrony osobistej, nasz sprzęt jest systematycznie odkażany. Liczę na odpowiedzialność naszych pracowników, którzy doskonale wiedzą, że nikt za nas odpadów komunalnych nie wywiezie. Kierowca, który nie jest przeszkolony nie da sobie rady z naszym specjalistycznym sprzętem. Podział naszych pracowników na dwie niezależne grupy będzie obowiązywał miesiąc od 23 marca. Jeśli jednak sytuacja się nie poprawi stan taki będzie trwał dłużej, aż do odwołania.

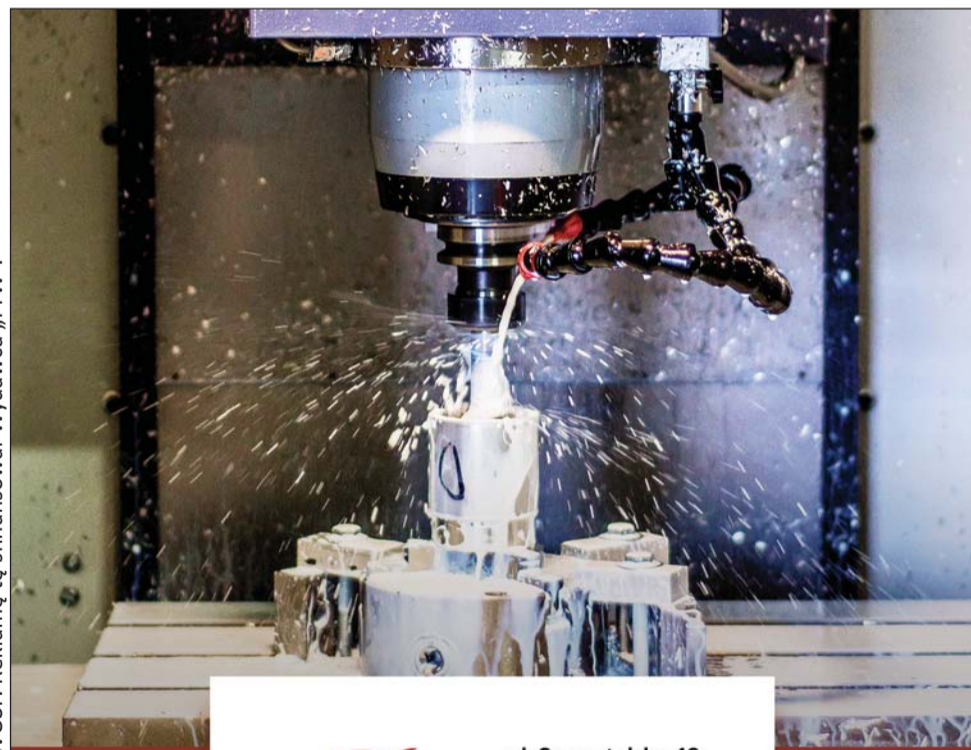
Życzę mieszkańcom naszej gminy ZDROWIA i zapewniam, że zrobimy wszystko co w naszych możliwościach, aby odpady były odbierane zgodnie z harmonogramem. (mat)



Wielkanoc 2020

**Z okazji zbliżających się
Świąt Wielkanocnych
składamy przede wszystkim
naszym Mieszkańcom
życzenia zdrowia,
szybkiego powrotu do normalności,
a więc także do sportu.**

**Dyrektor Gminnego Ośrodka Sportu
w Suchym Lesie
Katarzyna Kustoń
z Pracownikami**



ul. Szamotulska 40
62-081 Chyby

tel. 607 809 809.
produkcja@kalinski.pl
www.kalinski.pl

◀ FREZOWANIE ◀ GIĘCIE RUR
◀ GRAWEROWANIE ◀ SPAWANIE

Tylko 99 zł miesięcznie **WIRTUALNE BIURO**

Wirtualne biuro to nowatorskie rozwiązanie dające wiele możliwości i udogodnień związanych z prowadzeniem firmy, bez potrzeby wynajmowania tradycyjnego, drogiego biura. Wirtualne biuro jest usługą skierowaną zarówno do nowych podmiotów gospodarczych, firm już istniejących oraz oddziałów firm, które chcą ograniczyć koszty związane z prowadzeniem biura, a jednocześnie tworzyć profesjonalny wizerunek firmy.

KORZYŚCI

- tylko 99,00 zł netto za miesiąc przez pierwszy rok
- ograniczenie kosztów utrzymania biura i zatrudniania pracowników administracyjnych
- indywidualnie dopasowana oferta do potrzeb spółki lub firmy
- gwarancja niezmienności adresu
- natychmiastowe powiadamianie drogą mailową, sms'ową lub telefoniczną o otrzymanej korespondencji.

OFERUJEMY

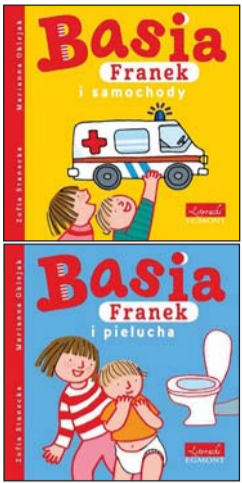
- wynajęcie adresu siedziby firmy
- obsługę korespondencji i e-maili
- skanowanie poczty
- wynajem sali konferencyjnej na godziny

Nasze usługi zostały dobrane tak, aby każdy przedsiębiorca mógł kompleksowo prowadzić swoją spółkę w jednym miejscu, otrzymując przy tym wszelkie niezbędne narzędzia przydatne przy prowadzeniu biznesu.

CHCESZ POZNAĆ SZCZEGÓŁY? ZAPRASZAMY DO KONTAKTU!

SuchyLas 
+FOR YOU

Jakub Malendowski - tel. 661 222 690
Justyna Wojnowska - tel. 661 777 420
biuro@largoffice.pl | www.larg.com.pl



Basia, Franek i samochody, Basia, Franek i pielucha Zofia Stanecka, seria BASIA, ilustracje Marianna Oklejak, cena 19,99 zł, Wydawnictwo Egmont.

Basia, Franek i samochody Tym razem Basia i Franek znajdują nową pasję: samochody! Jak to między rodzeństwem, między Basią i Frankiem zdarzają się kłótnie... ale też i szalone przygody czy odkrywanie wspólnych zainteresowań. Prosta w słowach, ale też wciągająca. Kartonowa książeczka z bestsellerowej serii dla najmłodszych fanów Basi oraz jej brata Franka. Książeczka **Basia, Franek i pielucha** opiekunom stworzy okazję do rozmów o relacji z rodzeństwem, rodzinie i wsparciu. Przed Frankiem ważny moment: chce nauczyć się, jak korzystać z toalety! Oczywiście w tym wyzwaniu wspiera go najlepsza starsza siostra, Basia.

Książki o Basi ukazują się już od 10 lat, ucząc i bawiąc kolejne dzieci.



Czytam sobie. Pierwsze słowa. Zestaw edukacyjny Rafał Wittek, Anna Buchner, ilustracje Ewa Poklewska-Koziełło, nauka czytania wiek 5-7 lat, cena 119,99 zł, Wydawnictwo Egmont.

Bestsellerowa seria „Czytam sobie” to sposób na naukę czytania poprzez zabawę już dla przedszkolaków! W **zestawie edukacyjnym Pierwsze słowa** są starannie przygotowane materiały do nauki czytania dla najmłodszych. To rozwijający pakiet dla dzieci w wieku przedszkolnym. Zawiera: **książeczkę Doktor Ola. Czytam sobie. Poziom 1** Rafała Witka; **ruchomy alfabet**, czyli karty z literami umożliwiające samodzielne układanie słówek; **60 kart edukacyjnych** do nauki czytania z książką, w tym 15

kart z obrazkami z książki autorstwa Ewy Poklewskiej-Koziełło, 15 kart ze słówkami, 15 kart kontrolnych z obrazkami i podpisami, 15 kart z rymami; dużą **planszę z alfabetem**; książkę z poradami dla rodziców **Od pierwszej litery do pierwszego zdania**, która ułatwi pracę z dzieckiem. Książeczka **Doktor Ola. Czytam sobie. Poziom 1** została napisana krótkimi, prostymi zdaniami uzupełnionymi ćwiczeniami z głoskowania, by ułatwić maluchom naukę czytania. Podczas lektury dzieci poznają 23 podstawowe głoski, a wciągający tekst o długości krótszej niż 200 wyrazów nie zniechęci początkujących czytelników. Pięknie ilustrowane karty edukacyjne pomogą w nauce czytania bez stresu i przyswojeniu alfabetu.



Instrukcja obsługi dzieci Katarzyna Miller, Suzan Giżyńska, poradnik, Nowości, cena 39,90 zł, Wydawnictwo Zwierciadło.

Poznaj sekret udanego rodzicielstwa. Jak wychowywać mądre dziecko? Jak odnaleźć radość z rodzicielstwa? W jaki sposób pogodzić potrzeby wszystkich członków rodziny? Czego można wymagać od dziecka, czego wymagać się nie powinno? Jak skutecznie komunikować się z dziećmi? Wielu rodziców zadaje sobie podobne pytania. Autorki w lekkiej i nieco przewrotnej formie pokazują jak należy postępować, by osiągnąć zamierzony cel.



Jakoś wkrótce Kelly Weinersmith, Zach Weinersmith, cena 39,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Zabawnie zilustrowana, pełna humoru i poszerzająca horyzonty książka o technologiach, które mogą odmienić nasze życie... lub wszystko popsuć! Doktor Kelly Weinersmith, uznana badaczka, oraz Zach Weinersmith, rysownik popularnego komiksów internetowego przeplatając opisy własnych poszukiwań i wywiady z naukowcami opisując, co może nam (jakoś wkrótce) przynieść przyszłość. Fascynująca książka o możliwościach rozwoju cywilizacji na przykład o windach kosmicznych, programowalnej materii, pożytecznych robotycznych rojach, drukowaniu 3D ludzkich narządów, tosterach zasilanych syntezą jądrową, rozszerzonej

rzeczywistości, wydobywaniu surowców z asteroid, ulepszeniu ludzkiego mózgu, syntetycznej biologii, precyzyjnych lekach i nie tylko!



Ktoś, kto będzie cię kochał w całej twej nędznej glorii Raphael Bob-Waksberg, cena 39,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Niebanalny zbiór opowiadań twórcy serialu Netflixsa „BoJack Horseman” o miłości – najlepszej i najgorszej rzeczy we wszechświecie. Napisane z ciętym czarnym humorem. W „Przenajświętszej i najpomysłniejszej uroczystości” zaręczona para zmuszona jest uporać się z wsadzającymi nosa w nie swoje sprawy krewnymi. „Przegapione połączenie – m4w: mężczyźni szukają kobiet” to tragicomiczna opowieść o dwójce singli dojeżdżających metrem do pracy, nie potrafiących nawiązać kontaktu. A w „Więcej ciebie, którym już jesteś” pracownik parku rozrywki utrzymanego w tematyce zmarłych prezydentów dowiaduje się, że miłość może być genetycznie modyfikowana. Surrealistyczna zabójcza mieszanka humoru, romansu i fantazji na temat współczesnej kultury oraz emocjonalnej bezbronności.



Ta książka jest kotem autor i ilustrator Silvia Borando, tłumaczenie Joanna Wajs, przedział wieku 0-6, cena 29,90 zł, Nasza Księgarnia.

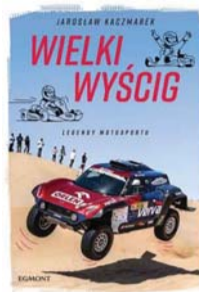
Ta książka jest kotem! Możesz ją głaskać, drapać pod brodą i za uszami, a nawet nadać jej imię. Zadowolony kot od razu ci się odwdzięczy – po odwróceniu strony zobaczysz, jak przyjął twoje słowa i pieszczoty. Pełna ciepła książeczka to świetne ćwiczenie. Uczy najmłodsze dzieci kociej mowy ciała, empatii wobec potrzeb zwierząt i umiejętności przewidywania ich zachowań.



Ta książka jest psem autor i ilustrator Lorenzo Clerici, tłumaczenie Joanna Wajs, przedział wieku 0-6, cena 29,90 zł, Nasza Księgarnia.

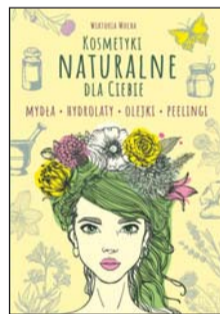
Ta książka jest psem! Możesz ją głaskać, drapać po brzuszku, wytrzeć własną koszulką, jeśli pies się ubrudzi,

a nawet rzucić jej piłeczkę. Odwróć stronę i sprawdź, jak twój szczęśliwy pies reaguje na słowa i pieszczoty. Uroczą, pełną humoru książeczka dla maluchów, która zachęca do angażowania podczas zabawy różnych zmysłów. Uczy najmłodsze dzieci psiej mowy ciała, empatii wobec potrzeb zwierząt i umiejętności przewidywania ich zachowań.



Książka „Wielki wyścig. Legendy motosportu” **Wielki Wyścig Legendy motosportu** Jarosław Kaczmarek, ilustrator Tomasz Pieńczak, seria MALI MISTRZOWIE, cena 39,99 zł, Wydawnictwo Egmont.

Jarosław Kaczmarek w ciekawy i nietypowy sposób opowiada czytelnikowi o świecie wyścigów samochodowych. Pierwsza część książki poświęcona jest Formule 1 oraz jej największym legendom: Nikiemu Laudzie, Michaelowi Schumacherowi czy Robertowi Kubicy. Druga część książki przedstawia świat rajdów samochodowych oraz wielki wyścig Dakar. W książce znajdziemy mnóstwo zdjęć, a także kolorowe infografiki. Autor wypracował swój oryginalny, od razu rozpoznawalny styl opowiadania, poruszający wyobraźnię i emocje. *Opowieść powinna być jak dobry mecz!* – mówi.



Kosmetyki naturalne dla Ciebie Wiktoria Mucha, poradnik, cena 44,90 zł, Wydawnictwo Zwierciadło.

Mydła. Hydrolaty. Olejki. Peelingi. Naturalne, zdrowe i ekologiczne kosmetyki, które można przygotować w domu. Mnóstwo receptur i przepisów, które łatwo zmodyfikować i dopasować do swoich potrzeb i rodzaju skóry. Rośliny i składniki, które są w zasięgu ręki mają właściwości prozdrowotne i lecznicze. Autorka wyjaśnia między innymi: czym jest mydło sodowe i jakie ma właściwości, jaką rolę olej odgrywają w pielęgnacji, co to jest hydrolat, jak go przygotować i stosować, jaką funkcję pełnią peelingi, jak zrobić domowy scrub, mydło czy maseczki do cery suchej, wiotkiej lub odwodnionej. W poradniku jest spis kosmetyków z informacją, do jakiej cery mogą być stosowane.

NUMERY ARCHIWALNE CZYTAJ NA STRONIE www.twojtydzien.pl



Nicolas Cage aktor



Andrzej Seweryn wybitny aktor i pedagog



Robert Kubica kierowca Formuły 1



Stanisław Mikulski aktor



Leszek Balcerowicz ekonomista



Jan Machulski aktor



Zbigniew Wodecki muzyk



Janusz Gajos aktor, profesor sztuki teatralnej



Twój TYDZIEŃ MOTORYZACJA

www.twojtydzien.pl

Nowy CITROËN C3

Jeszcze bardziej wyrazisty, jeszcze bardziej komfortowy, jeszcze lepiej dopasowany do oczekiwań klienta – odnowiony Citroën C3 w czerwcu pojawi się w salonach sprzedaży. Nowy samochód tej francuskiej marki będzie dostępny już od 48.700 zł.



Trzecia generacja Citroëna C3 zadebiutowała w 2016 roku i od tego czasu znalazła przeszło 750 tys. klientów. Dzięki wprowadzonym teraz zmianom może osiągnąć jeszcze lepszy wynik rynkowy!

Już na pierwszy rzut oka widać zmieniony przód nowego C3. Samochód wydaje się teraz bardziej zadziorny, zachował jednak swój rodzinny charakter.

Kolejną widoczną zmianą są kolory nadwozia i warianty jego wykończenia. Dostępne są także nowe zestawienia kolorystyczne wnętrza. Liczba kombinacji kolorystycznych wzrosła do 97, co czyni ten model wyjątkowym w swojej klasie.

Aby zapewnić kierowcy jeszcze wyższy komfort jazdy, w nowym C3 zastosowano aż 12 różnych systemów wspomagających. Wśród nich jest nowość w tej klasie: wspoma-

ganie parkowania przodem, a także bezkluczykowy dostęp i uruchamianie samochodu, Active Safety Brake, system Coffee Break Alert, system kontroli uwagi kierowcy, automatyczne przełączanie świateł drogowych i mijania, kamera cofania z czujnikami wspomaganie parkowania, wspomaganie ruszania na wzniesieniu, alarm niezamierzonego przekroczenia linii, system kontroli martwego pola, system rozpoznawania znaków ograniczenia prędkości i regulator ogranicznik prędkości.

Pod maską Citroëna C3 pracują znane już, wydajne i ekologiczne silniki PureTech 1.2 o mocy 83 KM (z 5-biegową, manualną skrzynią biegów) i 110 KM (z 6-biegową skrzynią manualną lub automatyczną przekładnią EAT6). Dostępny jest także silnik wysokoprężny BlueHDi o mocy 100 KM.

Nowy Citroën C3 jest dostępny w czterech wersjach wyposażenia: Live, Feel, Feel Pack i Shine. Ta pierwsza, dostępna już od 48.700 zł., zawiera m.in. tempomat z ogranicznikiem prędkości i systemem rozpoznawania znaków, asystenta ruszania

na wzniesieniu, lakierowane lusterka, sterowane elektrycznie szyby przednie, poduszki powietrzne czołowe, boczne i kurtynowe, system zapobiegania niezamierzonemu opuszczeniu pasa ruchu, regulowany fotel kierowcy, dzieloną tylną kanapę (1/3 – 2/3) oraz system audio z radiem cyfrowym DAB i czterema głośnikami.

Wersja Feel jest bogatsza m.in. o kierownicę ze sterowaniem radia, sterowane elektrycznie lusterka boczne, reflektory LED, klimatyzację manualną oraz lakierowany dekor na desce rozdzielczej – jest dostępna od 52.100 zł. Za C3 Feel Pack, wyposażonego m.in. w klimatyzację automatyczną, system audio z 7-calowym wyświetlaczem, radiem cyfrowym DAB i sześcioma głośnikami, reflektory przeciwmgłowe, panele Airbump® z kolorową ramką i 16-calowe felgi, trzeba będzie zapłacić 57.600 zł. Najwyższa wersja wyposażenia Shine będzie dostępna od 61.300 zł. W standardzie wyposażona jest m.in. w lusterka sterowane i składane elektrycznie, przednie wycieraczki z czujnikiem deszczu i automatycznie uruchamianą wycieraczkę tylną, dach w jednej z wersji kolorystycznych i 16-calowe felgi z aluminium.

Nowy Citroën C3 pojawi się w salonach marki w czerwcu i jest dostępny we Free2Move Lease już od 647 zł miesięcznie bez wpłaty własnej.



GALERIA MOTO



Audi RS 5 DTM

Zaprojektuj... wirtualnego Forda

Czy chciałbyś kiedykolwiek zaprojektować samochód wyścigowy? Ford oferuje graczom szansę udziału w tworzeniu najlepszej maszyny na tor wyścigowy.

Pierwszy zaprojektowany od podstaw wirtualny samochód wyścigowy Forda, który nie będzie oparty na istniejącym realnie modelu, połączy w nowy sposób producenta samochodów i społeczność wyścigową.

W zespole osób zaangażowanych w projektowanie pojazdu, ukrywającym się pod kryptonimem „Team Fordzilla P1”, znajdują się kapitanowie pięciu e-sportowych zespołów „Fordzilla”: z Francji, Niemiec, Włoch, Hiszpanii i Wielkiej Brytanii. Zespół projektowy Ford of Europe będzie również aktywnie zbierał informacje wśród przedstawicieli społeczności graczy.

- Stworzenie samochodu wyścigowego, który ma żyć w świecie wirtualnym jest możliwe, kiedy pozbywamy się uniformu, a zespół projektantów może naprawdę puścić wodze fantazji. Doświadczenie graczy ma kluczowe znaczenie dla wyglądu samochodu na starcie – powiedział Amko Leenarts, dyrektor ds. designu, Ford of Europe.

W fazie tworzenia założeń stylistycznych pomysłodawcy zakładają wyjątkową współpracę między ekspertami Forda, którzy tworzą we-

dług własnych wyobrażeń jedne z najbardziej pożądanym i popularnym samochodów na świecie oraz ekspertami, którzy są mistrzami w ściganiu się wirtualnymi odpowiednikami tych modeli.

Projektanci prześlą szerszej społeczności graczy kluczowe decyzje dotyczące stylu, uzyskane za pośrednictwem serii ankiet publikowanych na Twitterze na profilu @TeamFordzilla. Każda anketa określi kluczowe elementy projektu, wybierane przez graczy - od silnika po kształt kokpitu.

Prace nad projektem rozpoczęły się w połowie marca i można je śledzić na profilach @TeamFordzilla w Twitterze i Instagramie.

- Uwielbiamy ścigać się w naszych wymarzonych samochodach, ale są one ostatecznym efektem zmuszonego odtwarzania cech pojazdów, które istnieją w realnym świecie – powiedział Angelo Bülow, kapitan niemieckiego zespołu Fordzilla. - Pierwszy start za kierownicą #TeamFordzillaP1 będzie ekscytujący, ze świadomością, że nie tylko pomogliśmy stworzyć ten pojazd, ale też że nikt wcześniej go nie prowadził.

Wirtualny salon Škody

Od dwóch lat Wirtualny Salon ŠKODY umożliwia wszystkim klientom zapoznanie się podczas transmisji na żywo z najnowszymi modelami dostępnymi w ofercie marki. Doradcy ŠKODY prezentują online zalety i najciekawsze informacje o najnowszych modelach, pomagając tym samym w wyborze odpowiedniego auta dla każdego klienta.

Po transmisji istnieje możliwość indywidualnej rozmowy oraz rozmowy online z doradcą, podczas której odpowiada on na wszystkie pytania.

Aby nawiązać połączenie z Wirtualnym Salonem ŠKODY wystarczy wejść na stronę internetową importera i kliknąć w widget Wirtualnego Salonu. Można również dodatkowo podać numer telefonu, na który po zakończeniu prezentacji oddzwoni doradca w celu przeprowadzenia rozmowy indywidualnej.

Rozmowa odbywa się przez telefon, a równoczesna transmisja na żywo z salonu widoczna jest na ekranie komputera lub smartfona.

Połączenie z Wirtualnym Salonem i Interaktywną Akademią ŠKODY jest bezpłatne, dostępne dla wszystkich systemów i przeglądarek internetowych, bez konieczności instalowania dodatkowych aplikacji.

STRONY MOTORYZACYJNE: TOMASZ MAŃKOWSKI

FORD PUMA



FORD PUMA

JUŻ OD 595 PLN NETTO/MIES.*

W FORD LEASING OPCJE

Z PAKIETEM KORZYŚCI DLA FIRM DO 7 010 PLN**



Bemo Motors, 61-044 Poznań
ul. Mogileńska 50, tel. (61) 8 100 100
www.bemo-motors.pl

Bemo Motors, 60-838 Poznań
ul. Bukowska 146, tel. (61) 8 900 900
www.bemo-motors.pl

*Wyliczenia dla Forda Puma w wersji Titanium, 1.0 EcoBoost 125 KM, M6, FWD. Oferta uwzględnia wpłatę własną 14,4%, 23 raty miesięczne oraz 40 tys. km przebiegu w okresie finansowania pojazdu. Propozycja skierowana jest do przedsiębiorców. Nie jest ofertą w rozumieniu Kodeksu cywilnego i może ulec zmianie m.in. z uwagi na kondycję ekonomiczną Korzystającego lub warunki dostawy samochodu. Propozycja obowiązuje dla umów leasingu zawartych w ramach programu Ford Leasing Opcje prowadzonego wspólnie z Santander Leasing S.A. Wysokość raty w Ford Leasing Opcje jest kwotą netto.

Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów pojazdów.

**Na korzyść finansową składa się: Pakiet Winter (w cenie 2 640 PLN) bez dopłaty, w standardzie; Pakiet Driver Assistance (w cenie 5 500 PLN) w specjalnej cenie 3 140 PLN, korzyść dla Klienta 2 360 PLN; Ford Protect (w cenie 900 PLN) bez dopłaty, w standardzie; Pakiet przeglądów (w cenie 2 210 PLN) w specjalnej cenie 1 100 PLN, korzyść dla Klienta 1 110 PLN. Podane ceny są kwotami brutto.

Zużycie paliwa i emisja CO₂ określone na podstawie pomiarów w cyklu WLTP (Światowa zharmonizowana procedura badań pojazdów lekkich) dla Forda Puma 1.0 EcoBoost 125 KM, M6, FWD, Euro 6.2: 5.4-6.2 l/100 km, 123-141 g/km.

Na zdjęciu Ford Puma w wersji ST-Line z wyposażeniem opcjonalnym. Dowiedz się więcej na ford.pl

Nowa Kia Sorento

19 marca – wyjątkowo za pośrednictwem prezentacji transmitowanej przez Internet – zadebiutowała nowa Kia Sorento. Premiera odbyła się o godzinie 12:30 na profilu Kia Motors Worldwide <https://www.facebook.com/Kiamotorsworldwide/videos/2589406991318473/>



Nowe Sorento stoi na szczycie gamy SUV-ów oferowanych w Europie przez markę Kia. W różnych segmentach rynku i w różnych regionach świata Kia oferuje w sumie aż 5 samochodów typu SUV – Seltos, Stonic, Telluride, Sportage oraz Sorento. Sorento czwartej generacji oferuje jeszcze większą przestrzeń wnętrza, lepsze osiągi i nowocześniejszą technologię niż model dotychczasowy. Mocną, dynamiczną i wszechstronną czwartą generację flagowego SUV-a marki Kia zaprojektowano z myślą o tym, aby mogła sprostać różnym wyzwaniom.

Nowa stylistyka Sorento – z ostrzejszymi liniami, stylowymi detalami i nowymi proporcjami, które optycznie wydłużają nadwozie – sprawia, że samochód prezentuje się nowocześnie. Jeśli chodzi o design, równie atrakcyjna jest kabina, którą wykonano z materiałów wysokiej jakości i która oferuje dostęp do najnowocześniejszych systemów multimedialnych.

Nowe Sorento jest pierwszym samochodem skonstruowanym w oparciu o nową platformę podłogową, przeznaczoną dla nowej generacji średniej wielkości SUV-ów marki Kia. Dzięki niej Sorento czwartej generacji dysponuje nie tylko większym nadwoziem, które zapewnia przestrzenniejsze wnętrze i większy bagażnik, ale jest również jed-

nym z najbardziej wszechstronnych i przestronnych SUV-ów dostępnych z trzema rzędami siedzeń.

Co więcej, nowa platforma podłogowa umożliwia zastosowanie nowych zelektryfikowanych układów napędowych. Po raz pierwszy w historii Sorento jest oferowane jako hybryda, a w przyszłości pojawi się również w wersji hybrydowej typu plug-in. Nowy model oferuje większą oszczędność paliwa, niższą emisję spalin i większą wydajność niż jego poprzednicy.

Nowe Sorento jest najnowocześniejszym samochodem w historii marki Kia nie tylko za sprawą zaawansowanej łączności ze światem zewnętrznym, ale również dzięki systemom wspomagającym kierowcę i multimedialnym. Dwa intuicyjne pod względem obsługi wyświetlacze oferują zaawansowaną grafikę, nowe funkcje i łączność ze smartfonem.

Sorento od zawsze stanowi podstawę oferty marki Kia na świecie – od czasu premiery w 2002 roku na świecie sprzedano ponad trzy miliony egzemplarzy tego modelu, z tego około 300.000 sztuk w Europie.

Proporcje Sorento sprawiają, że z profilu auto wydaje się dłuższe niż jest w rzeczywistości. Nowy model jest o tylko 10 mm dłuższy niż jego poprzednik i mierzy 4.810 mm długości, ale ma krótsze zwisy z przodu i z tyłu. Dzięki nowej platformie

podłogowej o 35 mm zwiększył się rozstaw osi Sorento, który teraz mierzy 2.815 mm. Nowe Sorento wygląda nie tylko na dłuższe, ale również na niższe niż poprzedni model, mimo że jest od niego o 10 mm wyższe. Optycznie wydłuża je też długa pokrywa silnika, którą uzyskano między innymi przez przesunięcie przedniego słupka o 30 mm dalej od przedniej osi. Krawędź pokrywy silnika płynnie przechodzi na błotniki i dalej w krawędź, która ciągnie się wzdłuż nadwozia aż do tylnych światła.

Nowe Sorento będzie dostępne w Europie z 10 lakierami nadwozia oraz z 17-, 18-, 19- lub – po raz pierwszy w ofercie – nawet 20-calowymi obręczami kół z lekkich stopów do wyboru.

W hybrydowym Sorento akumulator znajduje się pod podłogą kabiny. Dzięki temu duży SUV ma ogromną kabinę dla maksymalnie siedmiu pasażerów oraz jeden z największych w klasie bagażników, który – w zależności od wersji Sorento – liczy 821 litrów pojemności (w modelu siedmioosobowym) lub 910 litrów (w aucie dla 5 osób). Oznacza to, że flagowy SUV marki Kia może wygodnie pomieścić pięć dorosłych osób i spory bagaż.

Flagowy SUV marki Kia po raz pierwszy będzie oferowany ze zelektryfikowanymi układami napędowy-

mi. Do wyboru będą wersje hybrydowa i hybrydowa typu plug-in.

Hybrydowy układ napędowy Sorento składa się z 1,6-litrowej jednostki napędowej T-GDi (turbodoładowanej z bezpośrednim wtryskiem benzyny), silnika elektrycznego o mocy 44,2 kW i litowo-jonowego akumulatora o pojemności 1,49 kWh. Akumulator znajduje się pod podłogą i nie ogranicza ani przestrzeni w kabinie, ani pojemności bagażnika.

Maksymalna moc hybrydowego układu napędowego wynosi 230 KM, a maksymalny moment obrotowy – 350 Nm, co zapewnia świetne osiągi przy bardzo niskim zapotrzebowaniu na paliwo i niskiej emisji dwutlenku węgla. Nowy 1,6-litrowy silnik T-GDi jest wyposażony w nowatorską technologię CVVD (Continuous Variable Valve Duration), dzięki której czas otwarcia zaworów może być zmienny i zależy od warunków jazdy. Zasługą systemu CVVD są lepsze osiągi silnika szczególnie w zakresie niskich i średnich prędkości obrotowych wału korbowego oraz niższe zużycie paliwa.

W chwili rozpoczęcia sprzedaży hybrydowe Sorento będzie oferowane na wybranych rynkach w Europie. Później, do końca 2020 roku, dołączą pozostałe kraje. Do końca tego roku oferta poszerzy się o Sorento w wersji hybrydowej typu plug-in.

W chwili rynkowego debiutu nowego Sorento nabywcy w Europie do wyboru będą mieli również wersję napędzaną nowym czterocylindrowym silnikiem wysokoprężnym o pojemności 2,2 litra, który należy do rodziny „Smartstream”. Ta jednostka napędowa dysponuje maksymalną mocą 202 KM i maksymalnym momentem obrotowym wynoszącym 441 Nm. Silnik 2.2 CRDi seryjnie współpracuje z nową 8-stopniową przekładnią o dwóch sprzęgłach (8DCT), które pracują w kąpielii olejowej. Nowa skrzynia biegów zapewnia tak samo płynną zmianę przełożeń, jak klasyczne przekładnie automatyczne, ale daje lepszy efekt jeśli chodzi o zmniejszenie zużycia paliwa niż 8-stopniowe automatyczne skrzynie biegów.

Premiera Hyundai ELANTRA



Najlepiej sprzedający się na świecie model marki Hyundai powraca do swoich sportowych korzeni w nadwoziu typu sedan.

Ponad 13,8 miliona modeli Hyundai ELANTRA, znanej na niektórych rynkach także jako Hyundai AVANTE, zostało sprzedanych od czasu wprowadzenia samochodu na rynek w 1990 roku. Dzięki nowej platformie, samochód ma wygląd sportowego, czterodrzwiowego coupe, o dłuższych, niższych i szerszych niż kiedykolwiek wcześniej proporcjach. Konferencja prasowa towarzysząca premierze modelu odbyła się 17 marca w Lot Studios w West Hollywood w Kalifornii i była transmitowana na żywo na cały świat.

Hyundai ujawnił pierwsze zdjęcia pokazujące model Hyundai ELANTRA Nowej Generacji. Nadchodząca, już 7. generacja modelu ELANTRA cechuje się wyrazistym i agresywnym designem o interesujących kształtach i powierzchniach, które oddają nową kierunek filozofii projektowania marki Hyundai.

Design modelu ELANTRA Nowej Generacji podkreśla jej progresywny i egzotyczny charakter. Dzięki zastosowaniu najnowocześniejszych rozwiązań w projektowaniu samochodu nabrał geometrycznego wyglądu. Taki design nowego modelu ELANTRA to śmiałe posunięcie, do tej pory rzadko spotykane w projektach samochodów.

Wnętrze także jest całkowicie nowe. Niskie i szerokie powierzchnie łączą drzwi ze środkową konsolą, podczas gdy duży interfejs składający się z dwóch połączonych ze sobą ekranów podkreśla charakter wnętrza inspirowany samochodami wyścigowymi.



Pomagamy od 1993 roku!

AUTO-MOTO Wojciech Pawłowski

Sklep motoryzacyjny – tanie oleje, akcesoria, części

AKUMULATORY: HURT - DETAL - SERWIS

62-002 Suchy Las, ul. Szkolna 5



od pn.-pt. w godz. 8-19 sob. w godz. 8-12

tel. 605-345-908 mail: auto288@wp.pl

USI Spółdzielnia
Wielobranżowa

USI AUTO-MYJNIA



Adres:
Os. Piastowskie 117
61-166 Poznań
tel: 607 335 951
www.usi.com.pl

Czynne:
poniedziałek - piątek
7:00 - 21:00
sobota
9:00 - 16:00