

**Czytaj dodatek Z SUCHEGO LASU**

**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**



# Twoj 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 XX Numer 13-14 (486-487) 20 lipca 2022 ISSN 1734-5294 www.twojtydzien.pl e-mail: twoj-tydzien@wp.pl GAZETA BEZPŁATNA

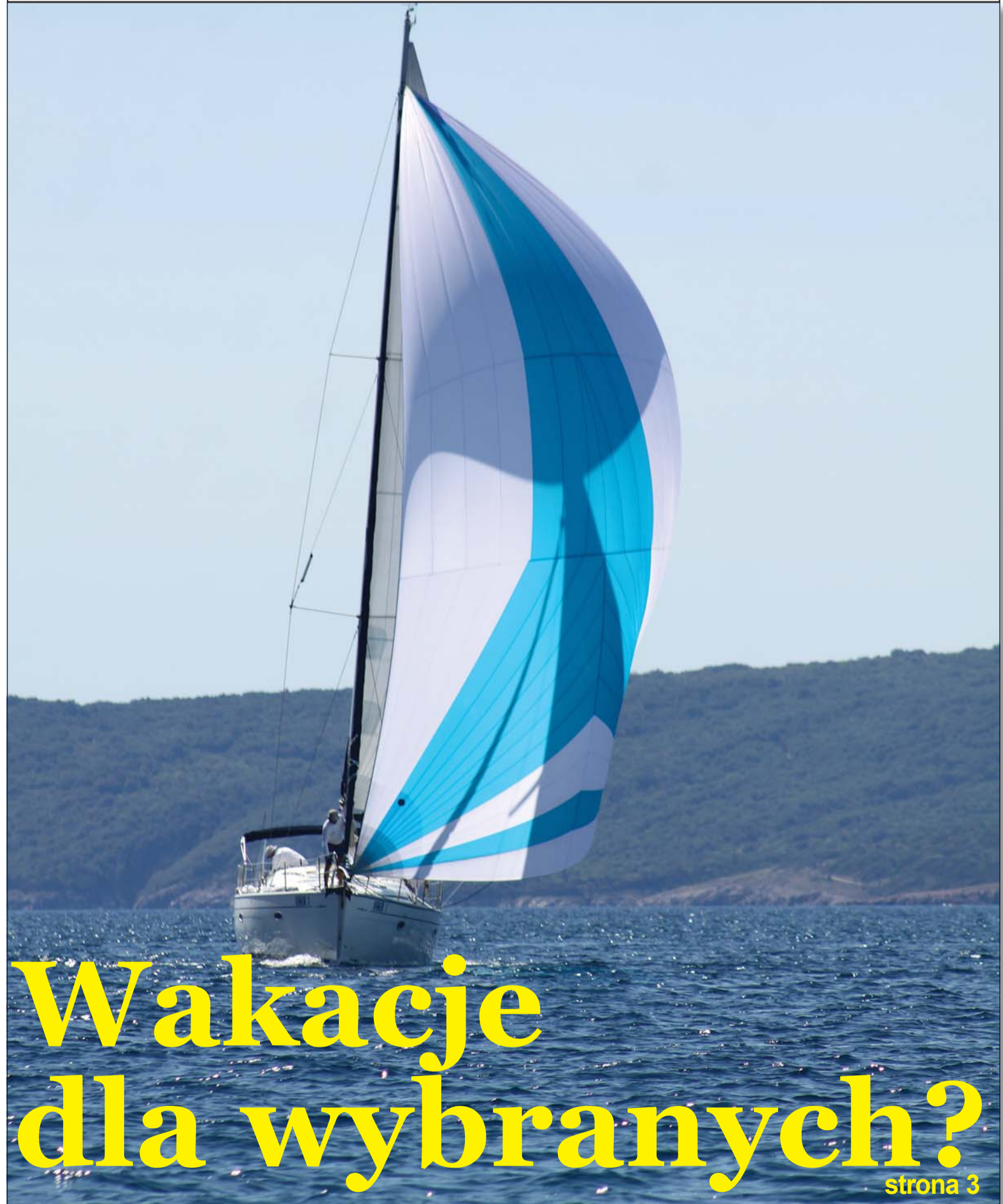
**FELIETON**  
 Tomasz Mańkowski  
**Jastrząb czy indor?**  
 strona 4

**JUBILEUSZ TTW**  
 MARIUSZ SZCZYGIEŁ:  
**Udało mi się odkryć anatomie tego szaleństwa**  
 strona 5

**SUCHY LAS**  
**Gmina w stanie...**  
 Rozmowa z GRZEGORZEM WOJTERĄ, wójtem gminy Suchy Las  
 strona 6

**MOTO**  
**Upał za kierownicą**  
 strona 15

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



**Wakacje dla wybranych?**  
 strona 3





CIEKAWOSTKI  
KOSMETYCZNE

## Ziaja na słońce



Oferta kosmetyków słonecznych **ZIAJA Sopot Sun** jest bogata, każdy może wybrać coś dla siebie. **Ziaja Med** to preparaty dla skóry łatwo ulegającej poparzeniom słonecznym oraz reakcjom fotouczulającym, ze zmianami barwnikowymi. Do stosowania przy dużym nasłonecznieniu. **Matujący krem do twarzy SPF 50+** polubi skóra tłusta, mieszana, skłonna do trądziku. **Tonujący krem do twarzy SPF 50+ Ziaja Med** z wysoką ochroną wyrównuje koloryt i kryje niedoskonałości. **Wodoodporna Emulsja do opalania SPF 25, 30 i 50+** nawilża skórę dzieci i dorosłych. Oprócz filtrów organicznych zawiera masło Shea, witaminę E i prowitaminę B5. **Słoneczna emulsja SPF 30 dla dzieci i niemowląt** już od 1 dnia życia tworzy na skórze wodoodporną warstwę ochronną, nawilża, nie podrażnia. **Wodoodporna emulsja dla dzieci SPF 50+** to bardzo wysoka ochrona powyżej 6 miesiąca życia. Delikatne **Mleczko wodoodporne SPF 30 dla dzieci** (powyżej 12 miesiąca życia) zawiera fotostabilne filtry UVA i UVB oraz prowitaminę B5, witaminę E i ekstrakt z aloesu. Łatwo się rozprowadza. **Mleczko dla dzieci po opalaniu** zapewnia ulgę podrażnionej słońcem skórze. Zawiera mleczko czufa, D-panthenol i przeciwświądowy syrop kukurydziany. **Zel łagodzący po opalaniu Ziaja** koji powierzchnię podrażnionej skóry. Przyda się specjalny **preparat na usta i znamiona SPF30** w poręcznej tubce i **krem przeciwzmarszczkowy do twarzy SPF30**. Polecam też wygodne **mleczka w spray'u ZIAJA** do opalania i po opalaniu. **Wodoodporne, suche olejki w żelu SPF 15 i SPF 20** o szerokim spektrum ochrony UVA i UVB wygodnie się rozprowadzają. Utrudniają przyleganie piasku do skóry. Dają aksamitne, przyjemne uczucie. Mogą być stosowane na mokrą i suchą skórę.

## Najwyższa ochrona

**Pharmaceris S DERMOPEDIATRIC Mineralny spray ochronny do twarzy i ciała SPF 50+** (54.90 zł, 100 ml - w aptekach) dobry jest do skóry wrażliwej, alergicznej i skłonnej do atopii, a także podatnej na alergię na filtry chemiczne i formuły perfumowane. Zapewnia bardzo wysoką ochronę przed intensywnym nasłonecznieniem delikatnej, wrażliwej skóry niemowląt od 1 dnia życia, dzieci i dorosłych. Tworzy ekran ochronny na szkodliwe promieniowanie UVA i UVB. Preparat zostawia na skórze mleczno-białą warstwę ochronną, minimalizując ryzyko powstania poparzeń, odczynów alergicznych, wyprysków posłonecznych oraz zmian barwnikowych. Emulsja z witaminą

E ma właściwości zmiękczające, odbudowuje naturalną barierę lipidową i zwiększa nawilżenie skóry. Oparta na 100% filtrach mineralnych wygodna spray-mgiewka to lekka, bezwodna emulsja bez efektu lepkości, do stosowania na mokrą i suchą skórę, jest wodoodporna.

**Pharmaceris S SENSI PROTECT Codzienna emulsja ochronna z kwasem hialuronowym do twarzy i okolic oczu SPF 50+** (45.90 zł, 50 ml) o bardzo lekkiej zapewnia bardzo wysoką ochronę przed szerokim spektrum szkodliwego promieniowania słonecznego oraz optymalne nawilżenie. Formuła polecana dla skóry wrażliwej i alergicznej, mieszanej z tendencją do przetłuszczenia się, idealna dla osób aktywnych na świeżym powietrzu, jest dobrze tolerowana w okolicach oczu. Lekka formuła szybko się wchłania zostawiając skórę suchą w dotyku. Kwas hialuronowy nawilża i poprawia jędrność skóry. Antileu-DNAprotect wzmacnia barierę immunologiczną skóry oraz ochronę DNA komórek przed uszkodzeniami. Witamina E i alantoina przyspiesza regenerację.



## Efekt opalenizny

**Pianka samoopalająca do ciała SEPHORA COLLECTION** (69 zł, 150ml) ma 98% składników naturalnego pochodzenia (bez składników odzwierzęcych). Pozostałe 2% to substancje, które zapewniają przyjemne wrażenia i trwałość produktu. Pianka nadaje skórze piękny i naturalny złocisty odcień. Jest wzbogacona w aloe i kwas DHA, łatwa w nakładaniu i szybko wysycha, odślaniając jednolitą opaleniznę po 8 godzinach. Nie pozostawia lepkiej warstwy i nie wymaga spłukiwania. Nadaje skórze przyjemny zapach i pozostawia ją gładką i nawilżoną przez cały dzień. Odpowiednia do cery normalnej i suchej. Butelka składa się w 33% z bioplastiku z trzciny cukrowej.



STRONĘ PRZYGOTOWAŁA MONIKA MAŃKOWSKA

## Nawilża i regeneruje

Ochrona przed promieniowaniem słonecznym jest kluczowa dla zachowania zdrowej skóry. **Ochronna emulsja do twarzy z aloesem SPF 50 LIRENE** (25.99 zł, 50 ml) ma wodoodporną formułę na bazie wody aloesowej (nawilża i łagodzi podrażnienia posłoneczne) wzbogaconą w 100% ekstrakt ze złotej algi (odnawia i regeneruje komórki skóry). Zapewnia szerokopasmową ochronę przed poparzeniem słonecznym przez system stabilnych filtrów na promieniowanie UVA i UVB, a także HEV i IR. Konsystencja jest lekka i delikatna, pozwala skórze swobodnie oddychać i nadaje się pod makijaż.



## Włosy na słońcu

Włosy także mogą ulec słonecznemu oparzeniu. Krople wody po kąpielach działają jak soczewki skupiające promienie słoneczne. Wysoka temperatura ścina białka włosów (głównie keratynę) i sprawia, że stają się łamliwe oraz tracą połysk. UV rozbija także cząsteczki pigmentów – naturalnej melaniny oraz kolor farbowania. Aby chronić włosy przed promieniami stosujemy filtry UV. Najlepiej rozpylić na nich delikatną, wodno-olejową mgiewkę. Spray rozprowadza się równomiernie, nie obciąża włosów, poprawia ich wygląd i ułatwia modelowanie palcami na plaży. Doskonałą ochronę zapewni włosom **nawilżająca mgiewka Summer Protect marki Anwen**. Ma fotostabilne filtry UVA i UVB SPF 10. Naturalne oleje z pestek malin i kielków pszenicy wygładzają i odżywiają włosy. Sok z aloesu i panthenol poprawiają ich elastyczność, a witamina E zwalcza wolne rodniki. Mgiewka też nawilża włosy. Innowacyjny składnik Hyaloveil-P® wbudowuje się w ich strukturę i je nawadnia. Jest to pochodna kwasu hialuronowego wyższej klasy, która wnika w głąb włosów i utrzymuje się w nich dłużej. Każda cząsteczka kwasu hialuronowego może związać nawet 250 cząsteczek wody.



## Szampon w kostce

W perfumeriach **SEPHORA** formuły GOOD FOR YOU zawierają minimum 90% składników naturalnego pochodzenia, oznaczenie GOOD FOR A BETTER PLANET to ekologiczne opakowanie i/lub składniki pozyskiwane w sposób zrównoważony, GOOD FOR VEGAN to produkty przyjazne weganom, bez składników pochodzenia zwierzęcego. Ekologiczny **Szampon w kostce Respire Shampooing Solide** (39 zł, 75 g) wyprodukowany we Francji jest w 94% pochodzenia naturalnego, ponadto został wzbogacony 3 olejami roślinnymi. Zawiera organiczny olejek ze słodkich migdałów, który głęboko odżywia włosy, olej lniany zapewnia włosom miękkość, a olej owsiany nawilża włosy. Szampon o przyjemnym zapachu mleka migdałowego świetnie zmywa wszystkie zanieczyszczenia. Najlepiej spienić szampon w dłoniach i nanosić pianę na włosy, a następnie spłukać. Dostępny jest też nowy **Szampon w kostce Respire**, który ma naturalny brzoskwiński zapach oraz odżywkę w kostce.



## Zapomnij o włosach bez objętości!

Chcesz dodać włosom objętości i odbić je u nasady wypróbuj szampon od **Anwen – HAIR ME MORE!** Zawiera składniki delikatnie myjące i oczyszczające skórę głowy, usuwa zanieczyszczenia, pozostałości kosmetyków i nadmiar sebum z włosów. W recepturze połączono sok z liści aloesu, proteiny ryżu, składniki aktywne amarantusa, glicerynę, ekstrakt z nasion szarłatki zwisłego. Hydrolizowane proteiny ryżowe zwiększają objętość włosów od nasady, dzięki oddziaływaniu elektrostatycznym pomiędzy ujemnie naładowanymi aminokwasami, a ładunkami ujemnymi na powierzchni włosa. Biomimetyczne składniki aktywne z Amarantusa zamknięte są w matrycy pochodzenia naturalnego, która tworzy ochronny film na łodygach włosów i dodaje im objętości. Matryca pozostaje na powierzchni włosa i uwalnia peptydy oraz polisacharydy, które poprawiają kondycję włosów. Sok z aloesu i gliceryny zapewnia nawilżenie. Pochodna lukrecji, zapobiega nadmiernemu wydzielaniu sebum i działa łagodząco, zmniejszając swędzenie. Składniki roślinne zwiększają objętość włosów od nasady, pozostawiają nawilżone włosy oraz zapobiegają wydzieleniu sebum. Cena 34,99 zł/200 ml.



## Jeszcze przed opaleniem

**Aktywator opalania z tyrozyną i masłem kakaowym ZIAJA** stymuluje produkcję melaniny i aktywuje naturalny proces opalania. Tyrozyna przyczynia się do równomiernej opalenizny i pobudza skórę do własnej naturalnej ochrony przed promieniowaniem UV. Kosmetyk ma więc bezpośredni związek z melaniną (barwnikiem, który odpowiada za kolor naszej skóry i chroni DNA jej komórek przed uszkodzeniem pod wpływem promieniowania UV). Aktywator opalania polecany jest dla każdego rodzaju skóry przed opaleniem, również w solarium. Przyspiesza proces pojawiania się opalenizny pod wpływem promieni słonecznych. Intensywnie nawilża oraz zapobiega nadmiernej utracie wody. Skóra szybko uzyskuje naturalny, brązowy odcień. Jest odżywką i elastyczna. 150 l, ok. 12 zł - dostępny na ziaja.com





# Wakacje dla wybranych?

Po dwóch latach covidowych ograniczeń Polacy chcieli tłumnie wyruszyć na urlopy, a światowa turystyka miała ponownie rozkwitnąć. Jednak drastyczny wzrost cen i wojna w Ukrainie okazały się trudniejszą przeszkodą niż pandemia - na dłuższy wakacyjny wyjazd, z powodu braku pieniędzy, nie może sobie dziś pozwolić 31 proc. osób, wobec 19 proc. w 2021 roku.

MATEUSZ BANDARSKI



źródeł energii, inflację i w końcu wojnę, nie da się ukryć, że wpłynęły one na niemal każdy aspekt życia Polaków. Również na plany urlopowe większości z nas - mówi o tym aż 75 proc. ankietowanych

Dłuższy wyjazd wakacyjny planuje w tym roku ponad połowa Polaków (52 proc.). Niemal 15 proc. z nich chce wyjechać nawet więcej niż raz. 40 proc. turystów dysponuje jednak skromniejszym niż w poprzednim roku budżetem na letni urlop. Dlatego też co piąty zapowiada, że będzie oszczędzał na atrakcjach i jedzeniu, ewentualnie skróci wyjazd. Pewnym pocieszeniem, dla rodzimego biznesu turystycznego, może być jedynie fakt, że utrzymuje się wysoka popularność wypoczynku w kraju

Wśród ankietowanych w wieku między 18 a 64 rokiem życia, wyjeżdża większość, bo 57 proc., ale już wśród seniorów, jedynie 38 proc. osób. Grupą, która w tym roku najliczniej wybiera się na wakacje poza domem (63 proc.) są mieszkańcy średnich i dużych miast. Z kolei z aglomeracji ponad połowa deklaruje, że planuje letni wypoczynek. Zaskoczeniem nie są odpowiedzi mieszkańców wsi i małych miasteczek, gdzie do wyjazdu przygotowuje się najmniej, bo 44 proc. badanych. Z jednej strony może to wynikać z faktu, że lato to na wsiach czas zbierania plonów, czyli okres wzmożonej pracy, ale z drugiej sprzyjające warunki do odpoczynku, jeśli ktoś akurat ma wolne.

Planom urlopowym zdecydowanie sprzyja wyższe wykształcenie i dobra sytuacja materialna. Ponad 60 proc. osób legitymujących się wyższym wykształceniem jest zdecydo-



wana na wyjazd. Dla porównania, w grupie osób z wykształceniem zawodowym lub niższym wyjeżdża jedynie 30 proc. respondentów.

Oczywistym jest jednak, że przede wszystkim znaczenie mają tu finanse. I szanse na wyjazd wakacyjny wznoszą się wraz ze statusem materialnym. Gdyby, więc wszystkich było stać na dłuższy letni wypoczynek, to patrząc na deklaracje osób uznających się za zamożne, można wywnioskować, że nad morze czy jeziora udałoby się na dłużej niemal 80 proc. rodaków. Jednak w grupie, której nie stać na większe wydatki, jest to już mniej niż połowa. 60 proc. Polaków finansuje swoje urlopy m.in. z regularnych oszczędności, a 44 proc. z bieżących dochodów. O pożyczaniu na ten cel w bankach czy firmach pożyczkowych, przy obecnym oprocentowaniu, nie ma mowy. Łącznie jest 1,5 proc. zainteresowanych taką opcją.

Prędzej już w grę wchodzi pomoc rodziny lub sprzedaż jakiś przedmiotów - 2,5 proc. deklaracji, albo przełożenie płatności rachunków - 2 proc.

75 proc. osób na swój najważniejszy w wakacje wyjazd wybiera się do Polski, za granicę pojedzie co czwarty. Jednak uwzględniając również inne planowane w to lato wypady, wygląda na to, że nad Bałtykiem, na Mazurach czy w rodzimych górach będzie wypoczywało 80 proc. osób planujących w tym roku wypoczynek. Największą popularnością będą cieszyć się w kraju prywatne domki i apartamenty. Wybiera się tam ponad 30 proc. respondentów, ale niewiele mniej chętnie rezerwowane są pensjonaty i obiekty agroturystyczne (29 proc.) oraz hotele (28 proc.). Ponad jedną piątą turystów (22 proc.), czyli dokładnie tak samo jak przed rokiem, w zorganizowaniu urlopu pomogą biura podróży.



Dla branży turystycznej, hoteli, pensjonatów i ośrodków kolonijnych, tegoroczny sezon wakacyjny, miał być szansą na odrobienie strat z okresu pandemii i spłatę przynajmniej części przeterminowanych zobowiązań u kontrahentów i instytucji finansowych. Według danych zgromadzonych branża turystyczna miała na koniec kwietnia 78 mln zł zaległości, a branża noclegowa ponad 921 mln zł. Problemy z rozliczeniami dotyczyły odpowiednio 930 firm turystycznych i 1908 oferujących noclegi (aktywnych, zawieszonych i zamkniętych).

Tymczasem, jak wynika z badań co trzeci Polak ze względu na brak pieniędzy deklaruje, że na dłuższy wakacyjny urlop tego lata w ogóle nie wyjedzie. To o połowę więcej

niż przed rokiem, gdy finanse nie pozwoliły na wypoczynek 19 proc. ankietowanym. Jakby tego było mało, odrabianie przez biznes nastawiony na turystów, miesięcy, a nawet lat straconych w pandemii, utrudniają też cieńsze portfele gości.

Najczęściej wymienianą przyczyną pozostania w wakacje w domu jest zła sytuacja materialna. Właśnie finansami uzasadniło brak planów aż 44 proc. osób. Kolejnym istotnym powodem jest konieczność oszczędzania wynikająca z niepewności jutra. Wskazało na to niemal 20 proc. respondentów. A 10 proc. badanych nie planuje wypoczywać, ponieważ uważają, że okoliczności nie sprzyjają wakacyjnemu nastrojowi.

Sytuacja faktycznie jest trudna. Wyliczając po kolei - wzrost cen

## KARYKATURA SHOW

„Jeden z najszybszych karykaturzystów świata”

Cata Polska ...Europa, USA, Australia

www.karykaty.com • karykaty@onet.pl

Firmowe eventy  
konferencje,  
targi,  
wesela...





## GALERIA TTW



FOT. – INTERNET

## KRÓTKO

## CZWARTA DAWKA

- Moim zdaniem najpóźniej w sierpniu powinny być dostępne czwarte dawki szczepionki dla osób młodszych niż 80 lat. Dobrze, że 80-latkowie i osoby z obniżoną odpornością już tę czwartą dawkę przypominającą mogą przyjąć. Żebyśmy się wszyscy nie obudzili z ręką w nocniku na jesieni, to najpóźniej na przełomie sierpnia i września jak największą liczbę osób powinno przyjąć czwartą dawkę przypominającą – mówił dr Marek Posobkiewicz, były Główny Inspektor Sanitarny.

Zdaniem dr Posobkiewicza nie warto czekać na nową szczepionkę, dostosowaną do kolejnych wariantów wirusa. „Jeżeli skorzystamy z tych szczepionek, które są, to one będą nas chronić” - zaznaczył ekspert.

## ZIEMNIAK RARYTASEM

Rolnictwo jest takim sektorem, które jest najbardziej narażone na negatywne skutki zmian klimatu, bo wszystkie czynniki produkcji rolnej, czyli ilość opadów, długość okresu wegetacyjnego, maksymalne i minimalne temperatury - to są wszystko czynniki, które są modyfikowane przez zmiany klimatu. W tej chwili mamy rolnictwo dostosowane do klimatu, który w Polsce występował od kilkuset lat. Te zmiany, które następują teraz, są dla niektórych upraw zabójcze. Uprawą, która jest najbardziej zagrożona, są ziemniaki. Mówi się o tym, że w ciągu 15 lat plony ziemniaków w Polsce będą mniejsze o 70 procent. A to nie tylko kuchnia, ale cały sektor przemysłu przetwórczego, bo na przykład Polska jest potęgą w produkcji chipsów ziemniaczanych.

## INFLACJA I NBP

- Jednym z najpoważniejszych grzechów Narodowego Banku Polskiego jest to, że nie ma jasnego przekazu. Trzeba też powiedzieć, że jasny przekaz jest utrudniany przez działania rządu. Decyzje takie trochę ad hoc o przesuwanie obowiązywania tarcz antyinflacyjnych o jeszcze kolejne miesiące powodują, że prognozowanie inflacji staje się jeszcze trudniejsze. Ja uważam, że są dwa czynniki, które mogą osłabić tempo inflacji: po pierwsze to zmieniająca się na lepsze sytuacja na rynkach surowców energetycznych. Drugi to jest osłabienie koniunktury gospodarczej. Bo raczej nie spodziewam się takiej pełnokrwistej recesji” - mówił Marek Belka, europoseł, były premier i były prezes NBP.

- Spodziewałem się – powiedział dalej

Belka - że inflacja może sięgnąć ok 18 procent i gdzieś po wakacjach spowolni z jednoczesnym drastycznym spowolnieniem gospodarczym. To jest oczywiście najbardziej nieprzyjemny scenariusz. Boimy się przecież tego spowolnienia, chociaż sytuacja na rynku pracy jest taka, że nie powinniśmy mieć wzrostu bezrobocia do jakichś takich zupełnie nieakceptowalnych poziomów.

## PIJANY ANTYTERRORYSTA

Udało się w końcu postawić zarzuty byłemu szefowi jednej z sekcji elitarniej policyjnej jednostki kontrterrorystycznej BOA. Chodzi o zdarzenie z października zeszłego roku, gdy - jak wynika z ustaleń prokuratury - pijany oficer spowodował po pijanemu kolizję drogową w okolicach Mińska Mazowieckiego.

## CZY TEGO CHCĄ POLACY?

Ponad połowa Polaków nie chce ustawowych, maksymalnych cen na podstawowe produkty spożywcze - wynika z sondażu United Surveys. Nieco mniejszy sprzeciw jest wobec regulowania cen paliw na stacjach benzynowych. Największe poparcie dla takich rozwiązań jest wśród najstarszych osób.

## TESTY, TESTY...

W Polsce wykonujemy ponad 5 tysięcy testów na koronawirusa dziennie, Niemcy - pół miliona.

- Od wiosny 2020 nie mamy wakacji od koronawirusa. Pandemia stale z nami jest, nigdy nie wygasła na tyle, żeby powiedzieć o zamknięciu tego etapu” - powiedziała dr Grażyna Cholewińska-Szymańska.

- W Polsce wykonujemy 5.300 testów na koronawirusa dziennie, Niemcy - pół miliona. To z tego nasi sąsiedzi stwierdzają ponad 100 tysięcy pozytywnych wyników” - podkreśliła specjalistka chorób zakaźnych.

Ekspertka zaznaczyła jeszcze, że „wirus nie zna formalnych granic w związku z tym należy się liczyć z tym, że ta ogromna fala z Europy Zachodniej dotrze do Polski”... „Ona już właściwie dotarła. Za chwilę będziemy mieć do czynienia ze zwiększoną liczbą hospitalizacji, a także zgonów z tego powodu” - przyznała dr Cholewińska-Szymańska.

Ordynator w Wojewódzkim Szpitalu Zakaźnym w Warszawie jest zdania, że „powszechność i dostępność bezpłatnych badań testowych w kierunku koronawirusa powinna być utrzymana”. (na)

## Jastrząb czy indor?

## FELIETON – TAK MYŚLĘ



Pytanie, przyznacie drodzy Czytelnicy, frapujące. Zanim jednak spróbuję na nie odpowiedzieć krótkie wyjaśnienie – kilka ostatnich felietonów w „TTW” poświęciłem bestialskiej wojnie prowadzonej przez Rosję w Ukrainie. Dzisiaj będzie felieton o sprawach polskich, wewnętrznych, ale to nie oznacza, że zapomniałem o Ukraincach i Ukrainie. Nie, nie zapomniałem i mam nadzieję, że ta wojna, to okrucieństwo okupanta, to cierpienie napadniętych i okrutnie mordowanych cywilów, ta rzeka krwi nam nie spowszednieje, że nie przyzwyczaimy się do tego co się dzieje za naszą wschodnią granicą, że nie uodpornimy się na kolejne doniesienia korespondentów wojennych z Ukrainy. Bo na tym właśnie zależy Putinowi.

No to wracam do pytania – jastrząb czy indor? Wiem, wiem, odpowiedź jest łatwa jak budowa cepa – na trzysta procent indor. Kto? Wiadomo, miłośniczynie nam panujący prezes Narodowego Banku Polskiego – Adam Glapiński.

Gdy jakiś czas temu Donald Tusk powiedział, że nie powierzyłby Adamowi Glapińskiemu Szkolnej Kasy Oszczędnościowej (SKO), to przez chwilę pomyślałem, że to mocna, dramatycznie mocna ocena niekompetencji głównego bankiera Polski. Dzisiaj wiem, że w tej wypowiedzi lider PO starał się być delikatny i wyrozumiały, bo to co wyznacza prezes NBP nie jest już nawet śmieszne, a jego wypowiedzi publiczne ocierają się o teksty kabaretowe pisane przez grafomana odurzonego butaprenem, który dodatkowo jeszcze ma kłopoty z poprawną polszczyzną. Wprawdzie prezes nie mówi jeszcze „jak szłem do banku”, ale wierzę w niego, jeszcze wszystko przed nami.

By napisać śmieszny (momentami także przerażający) felieton o Adamie Glapińskim nie trzeba się specjalnie wysilać. Wystarczy, na przykład, zacytować kilka jego wypowiedzi i już... majty ze śmiechu mogą być mokre. Wystarczy przytoczyć – dbając o staranność wypowiedzi – kilka jego prognoz finansowych i przewidywań ekonomicznych, by wpaść w osłupienie i stanąć nieruchomo na jakiś czas jak choćby żona Lota (kto nie wie, co to za niewiasta, niech sprawdzi w Internecie). Stanąć i podumać nad okropieństwem tego świata.

Nie, nie pójdę tym tropem – kto chce niech sobie sam sprawdzi co prezes Adam Glapiński wygadawał i wygaduje, a jak w to nie uwierzy, to niech to sprawdzi jeszcze raz i jeszcze raz. Dorosły facet pieprzy takie

farmazony? I to bezkarnie? Dokładnie. Świat jednak chyba zwariował...

Dzisiaj wielu z naszych Rodaków płacze i narzeka, bo dali się namówić, wzięli kredyty w złotówkach i nikt ich nie uprzedził, że ktoś taki jak Adam Glapiński może zostać prezesem NBP. A powinien uprzedzić ktoś kogoś, bo to jedno z największych ryzyk kredytowych. Pandemia koronawirusa, wojna w Ukrainie – to wszystko pikus w porównaniu z tym, że mamy takiego jakiego mamy prezesa NBP.

Ludzie, którzy dzisiaj płacą ratę kredytu w wysokości 3600 złotych, a jeszcze nie tak dawno płacili 1800 złotych rwą włosy z głowy (jeśli jeszcze coś mają do rwania) i zalewają się rzewnymi łzami zastanawiając się, co będzie za miesiąc, dwa miesiące, za pół roku. Może wtedy rata miesięczna ich kredytu wyniesie 4850 zł, albo 5900 zł, albo 7200 zł?

Moi drodzy, kochani kredytobiorcy – trzeba było myśleć gdy był na to czas, czyli w czasie ostatnich wyborów parlamentarnych. Trzeba było się zastanowić, czy to naprawdę dobry pomysł, by głosować na tych, a nie na tamtych lub jeszcze innych. Trzeba było się zastanowić jakich kto ma w najbliższym otoczeniu kumpi, kierowców, kuzynów, przyjaciół, przydupasów, lizusów, klakierów, potakiwaczy i zwyczajnych (ci są zresztą najgorsi) karierowiczów. Jakie ma gosposie domowe, ciotki i kuzynki, o żonach nie wspominając. Bo było bardzo prawdopodobne, że właśnie ci lizusi, klakierzy, potakiwacze, że właśnie te gosposie, kuzynki i niekiedy żony po wygranych wyborach przez tego albo tamtego będą prezesami, ministrami, dyrektorami lub prezeskami itp.. Że oni/one właśnie dostaną w swoje łapy władzę, której nie potrafią wykorzystać dla naszego dobra, że oni/one właśnie korzystając z swojej megalomańskiej niewiedzy będą po wyborach podejmować decyzje, które będą miały na nas bezpośredni wpływ, które zamienią nasze życie w ekonomiczny koszmar, które sprawią, że będziemy coraz gorzej czuć się w naszym kraju, że będą systematycznie ograniczane nasze prawa, że demokracja stanie się prawie pustym słowem, że taki Glapiński ogłosi publicznie z uśmiechem na twarzy iż „fizycznej gotówki mamy nieprzebrane ilości”, gdy zwykli ludzie tracą każdego dnia z powodu galopującej inflacji swoje oszczędności, bankrutują, popadają w skrajne ubóstwo, choć ciężko od lat pracują.

Pamiętajmy, głosując na przykład na PiS i Kaczyńskiego głosujemy też, by taki – chyba jednak nie jastrząb, a żałosny indor – Glapiński mógł w przyszłości zostać prezesem Narodowego Banku Polskiego. Po co nam to? Po co?

TOMASZ MAŃKOWSKI



RYS. – SZCZEPAN SADURSKI



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.

# Udało mi się odkryć anatomie tego szaleństwa

**Rozmowa z MARIUSZEM SZCZYGŁEM, zastępcą kierownika Działu Reportażu w „Dużym formacie”, cotygodniowym dodatku „Gazety Wyborczej”**

- Przez siedem lat prowadził pan talk-show „Na każdy temat”. Gromadził pan przed telewizorami miliony Polaków. Co stało się z programem?

- Odszedłem z telewizji na własną prośbę bo uznałem, że już zarobiłem tyle ile powinienem. Uzbierałem na mieszkanie i nie musiałem już więcej dorabiać. Talk-show był dla mnie dodatkowym zajęciem, bo od dwudziestu lat pracuję jako reporter w „Gazecie Wyborczej”, więc telewizja była tylko przygodą.

- Przygodą, która trwała siedem lat...

- Tak, do tego ta przygoda podwyższyła mi ciśnienie, którego nie mogę zbić do dzisiaj. Praca w telewizji była wielkim stresem. Poza tym nie byłem tam zależny od siebie samego, na efekt końcowy musiała pracować cała ekipa, a to tworzyło wzajemne zależności. Przeszkadzało mi to, że nie mogę brać w pełni odpowiedzialności za to co mówię, a moja praca jest wypadkową pracy innych ludzi. Reporter w gazecie jest zależny tylko od siebie i swojego bohatera. Siada przed kartką i pokazuje świat po swoim. To komfortowa praca i nigdy nie zamieniłbym jej

na żadną inną. A już na pewno nie wrócę do pracy w telewizji.

- A czy teraz w polskiej telewizji są dobre programy typu talk-show?

- Nie potrafię powiedzieć, dlatego że telewizji nie oglądam już w ogóle, poza filmami na odtwarzaczu DVD. Zawsze jak włączę odbiornik to wydaje mi się, że jest głupiej niż za moich czasów, a już wtedy wydawało mi się, że telewizja jest bardzo głupia.

- Jest pan jednym z najlepszych polskich reportażyistów. Zasłynął pan nie tylko w Polsce ale i za granicą. W jakiej kondycji jest dzisiaj polski reportaż prasowy?

- W dobrej. Wciąż ujawnia się wielu utalentowanych autorów, którzy potrafią wychwycić ważne szczegóły, mają dobre pomysły na tematy. Szkoda tylko, że redakcje nie mają pieniędzy na to, żeby to drukować. Reportaż jest najdroższym gatunkiem dziennikarskim. Dla przykładu Jacek Hugo-Bader przez dwa miesiące zbierał materiał do reportażu o byłych zomowcach, którzy strzelali w kopalni „Wujek”. Jak zebrał materiał to przez miesiąc wszystko opisywał. W konsekwen-



taż ma się dobrze, są jednak redakcje, które po prostu – „kopia” ten gatunek. Zwykle jednak redakcje boją się reportażu bo nie mają na niego pieniędzy. Poza tym często go nie doceniają.

- Zdarza się, że reporter przeinacza fakty na swoje potrzeby albo dla własnej wygody?

- Przeinaczanie to kłamstwo. Reporter musi pisać uczciwie, ale nie nudzić. Jednak wiadomo, że każdy to samo zdarzenie opisałby inaczej. Każdy ma swoje oczy, uszy, swoją wrażliwość i doświadczenie. Nie istnieje obiektywny reportaż, bo to niemożliwe. Na przykład, dzisiaj w nocy położyłem się spać o trzeciej i jestem teraz mocno zmęczony, przez co rzeczywistość mogę odbierać w inny sposób. Gdybym pisał teraz reportaż pewnie wyglądałby on inaczej niż pisany przez wypoczętego faceta, ale to nie znaczy, że byłby on nieuczciwy.

- Proszę opowiedzieć mi o swoim najlepszym reportażu.

- To bardzo trudne... Kiedyś napisałem taki reportaż, który bardzo lubię, a dotyczył on korporacji „Amway”. W połowie lat dziewięćdziesiątych jako postać telewizyjna prowadziłem razem z Grażyną Torbicką zjazd dla pracowników tej firmy w Sali Kongresowej. Bałem się, że nie poprowadzę tej imprezy należycie. Dyrektor firmy nie wiedział, że poza prezydentem telewizyjnym jestem również reporterem. Mogłem dostać się w miejsca gdzie ludzie postronni nie mieli dostępu, dzięki czemu udało mi się wydobyc to co najciekawsze. Odkryć jak to się dzieje, że ludzie zaczynają wierzyć w produkty tej firmy jak w Boga. Lubię ten reportaż bo udało mi się odkryć anatomie tego szaleństwa.

- Co stanie się z reportażem w przypadku śmierci prasy?

- Zostanie literaturą faktu...

- Ale grono odbiorców będzie już wtedy bardzo ograniczone.

- To prawda. Na szczęście reportaż powinien poradzić sobie w Internecie bo pomimo tego, że reportaż Hugo-Badera, czy Tochmana nie są krótkie to wiem, że ludzie je czytają do samego końca.

Rozmawiał  
MICHAŁ SKOWROŃSKI  
FOT. – MICHAŁ SKOWROŃSKI

cji przez trzy miesiące był wyłączony z życia redakcji, to bardzo kosztowne.

- Czyli książka „Gottland” była bardzo kosztowna.

- Gdyby nie moja praca w telewizji, nie napisałbym tej książki. Nawet tak bogatą spółkę jak „Agora” jest stać na to, żeby wysłać mnie na jeden temat do Czech na tydzień, góra półtora. Natomiast opracowanie wielu szczegółów wiązało się z tym, że musiałem tam przebywać nawet przez miesiąc. Musiałem wziąć urlop i samemu pokrywać koszty. Chęć do biblioteki czy archiwum w Pradze chodzić tyle razy, ile mi potrzeba, a nie spieszyć się, bo nie mam pieniędzy. Jedno jest za to pewne – autorzy chcą pisać reportaże, a ludzie chcą je czytać.

- Rozumiem, że adepci reportażu dają nadzieję na podtrzymanie dobrej jakości tego gatunku?

- Jak najbardziej. Wielu młodych zgłasza się do nas do „Dużego formatu” bądź piszą przez moją stronę internetową z prośbą czy mógłbym ocenić ich reportaż. Nie mam czasu i możliwości, żeby to wszystko przeczytać. Jednak widzę, że wielu z tych ludzi ma jedną

wspólną, bardzo ważną cechę. Otóż ci kandydaci na reporterów nie mają skłonności do oceniania innych, do ferowania wyroków... Bardziej są skłonni do zadawania pytań. Bo reporter to ten kto zadaje pytania i szuka odpowiedzi. Dla reportera świat nie jest albo czarny albo biały. Reporter to człowiek, który dostrzega odcienie.

- Reportaż dobrze sprzedaje się w prasie?

- W „Gazecie Wyborczej” czytelnicy kochają reportaże. Na gazeta.pl to one są najczęściej czytane. Na pięćdziesiąt hitów 2009 o największym wyczytaniu – 27 to nasze reportaże. Ludzie pragną prawdziwych historii i obcowania z drugim człowiekiem. Dlatego u nas repor-

**„Polskie piekielko” w strukturach europejskich**  
Rozmowa z SIDONIA JĘDRZEJEWSKĄ, poznańską posłanką do Parlamentu Europejskiego z Platformy Obywatelskiej strona 4 i 9

**TWOJ TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI**  
Najchętniej czytany w WIELKOPOLSCIE

**TAK MYŚLĘ**  
Tomasz Mańkowski  
Oglądając tv można ogłuchnąć strona 6

**SENSACJE Z PRZESZŁOŚCI**  
Leszek Adamczewski  
Skarby z „Wilhelma Gustloffa” strona 5

Zagrajmy w golfa w środku Poznania strona 12

**TWOJ TYDZIEŃ**  
WYDAWANA ELEKTRONICZNIE  
zamówienia: 602 638409

Następny numer ukazuje się w środę 10 lutego 2010

**Udało mi się odkryć anatomie tego szaleństwa**  
Rozmowa z MARIUSZEM SZCZYGŁEM, zastępcą szefa dodatku „Duży Format” i zastępcą kierownika działu reportażu „Gazety Wyborczej” strona 3 i 11

Ten numer „TTW” ukazał się 27 stycznia 2010 roku



# Twój TYDZIEŃ Z SUCHEGO LASU

CZEKAMY NA WASZE  
MAILE

ttw.suchylas@wp.pl

## Gmina w stanie...

Rozmowa z GRZEGORZEM WOJTERĄ, wójtem gminy Suchy Las



- Ukazał się „Raport o stanie gminy Suchy Las w 2021 roku”. Co wynika z tego dokumentu? Jest dobrze, a może nawet bardzo dobrze, czy może jest źle, bardzo źle?

- Z „Raportu” wynika, że w 2021 roku gmina Suchy Las rozwijała się dobrze, choć da się zauważyć, że w minionym roku gmina rozwijała się wolniej niż poprzednio. Wbrew pozorom nie jest to zła informacja, ponieważ zbyt dynamiczny rozwój gminy – to też wynika z tego dokumentu – wprowadza niekiedy elementy chaosu. Rozwój gminy w sensie urbanistycznym w ostatnich trzech latach trochę zwolnił, uważam to jednak za korzystne zjawisko dla gminy jako całości.

Jednocześnie poprawiają się cały czas parametry jeśli chodzi o zapewnienie szeroko rozumianego bezpieczeństwa. Komunikacyjnego, oświatowego, bazy sportowej itp. Krótko mówiąc warunki życia w gminie Suchy Las w roku 2021 w ocenie autorów „Raportu” się poprawiają.

- Czyli co? Jest super?

- Jesteśmy świadomi oczywiście, że w tym dokumencie zostało podkreślone, że potrzeby cywilizacyjne w naszej gminie nadal są spore. Jeszcze wiele, wiele pracy przed sucholskim samorządem.

- Tym bardziej chyba, że rok 2021 był rokiem trudnym dla polskich samorządów?

- 2021 rok to trudny czas dla nas wszystkich. Pandemia koronawirusa i związane z tym ograniczenia, zmiany w finansowaniu niektórych obszarów samorządowych, spadek dochodów własnych wielu gmin, zatory płatnicze itp. – to obraz minionych dwunastu miesięcy. Było trudno, było inaczej, a mimo to w naszym przypadku ten rok możemy dobrze oceniać.

- Jak to możliwe?

- W miarę łagodne przejście przez rok 2021 to skutek dobrych lub bardzo dobrych lat poprzednich. Samorząd nie rozwija się od 1 stycznia do 31 grudnia...

- Po co powstał ten raport?

- Na pewno nie po to, by tłumaczyć się z jakichś niepowodzeń, często od nas niezależnych. „Raport” jest dla naszych mieszkańców. Mówimy im „to się udało zrobić, a to – niestety – nie” i staramy się wytłumaczyć, dlaczego się nie udało. I okazuje się, że najczęściej przyczyną była pandemia koronawirusa, która – przypomnijmy – w pewnym momencie wręcz sparaliżowała cały kraj.

Problemem dla polskich samorządów są także eksperymenty rządzących. Tak zwany „Polski ład” nie był żadną reformą, tylko eksperymentem, który dzisiaj, nie wiem już który raz, jest korygowany i naprawiany. Ale, co korekta, to jeszcze gorzej dla samorządów... Przecież w pewnym momencie dowiedzieliśmy się, że w budżecie gminy Suchy Las będziemy mieć 17 milionów złotych mniej, czyli... problem był poważny. Ostatecznie okazało się, że skutki tego eksperymentu nie są tak dramatyczne, ale kilka milionów z powodu tych pomysłów rządzących jesteśmy do tyłu.

- Opracowanie tego dokumentu kosztowało. To są na pewno dobrze wydane złotówki?

- Dobrze. Warto zawsze poddać się ocenie zewnętrznej. Warto także tę ocenę upublicznić. Informowanie mieszkańców o tym co ich bezpośrednio dotyczy jest bardzo ważne. „Raport” został opracowany przez fachowców, pod kierownictwem byłego prezydenta Poznania Ryszarda Grobelnego, który przedstawiał ten raport na sesji Rady Gminy Suchy Las. To moim zdaniem rzetelnie opracowany, uczciwy i obiektywny dokument.

- Co jeszcze wynika z tego „Raportu”? Czym trzeba się zająć w pierwszej kolejności?

- Piątą achillesową ciągłą jest komunikacja, zwłaszcza do i z Poznania. To utrudnia codzienne życie naszym mieszkańcom. Dokument ten sugeruje konieczność przeprowadzenia inwestycji drogowych, ale także zachęca do zainteresowania naszych mieszkańców korzystaniem z komunikacji zbiorowej. Mówi także o koniecznym zaangażowaniu gminy w poprawianie i rozwijanie tej komunikacji zbiorowej. „Raport” przydaje się w naszej codziennej pracy. Zawiera dla nas, samorządowców, istotne drogowskazy...

- Jakie jest zainteresowanie mieszkańców tym dokumentem?

- Jest on swobodnie dostępny między innymi w Internecie, mieszkańcy coraz chętniej zaglądają na tę stronę i czytają. Zachęcam do tego gorąco, „Raport” jest przede wszystkim dla nich. To dokument o nas samych, dla nas samych – mieszkańców gminy Suchy Las. (mat)

ZAPRASZAMY  
od poniedziałku do soboty  
i w niedziele handlowe



[www.galeriasucholeska.pl](http://www.galeriasucholeska.pl)

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



GALERIA  
SUCHOLESKA



1 lipca na cmentarzu w Suchym Lesie  
spoczął

## dr inż. Marian Nickel

wybitny przedsiębiorca,  
człowiek z wizją i pasją,  
angażujący się w szereg inicjatyw społecznych,  
także o charakterze lokalnym.

**Rodzinie i Bliskim**  
**wyrazy szczerego współczucia**

składają  
Wójt Gminy Suchy Las  
Grzegorz Wojtera

Przewodniczący Rady Gminy Suchy Las  
Radosław Banaszak z Radnymi



## Zakład Gospodarki Komunalnej Suchy Las sp. z o.o.

zaprasza do korzystania z usług.

### Oferujemy:

- Koszenie poboczy (kosiarką bijakową tylną lub tylnoboczną)
- Usługa ciągnikiem rolniczym z ładowaczem czołowym
- Zamiatanie placów i dróg
- Usługa koparko-ładowarką
- Usługa równiarką drogową
- Usługa walcem drogowym 10t
- Równanie i utwardzanie dróg z kruszywem lub bez
- Układanie płyt drogowych – betonowych
- Układanie kostki chodnikowej
- Usługi transportowe

Więcej informacji na naszej stronie [www.zgksuchylas.eu](http://www.zgksuchylas.eu)  
lub pod nr tel. 61 8 125 160 .

**ZGK**  
SUCHY LAS

## Winnica krwawi...

Ukraińska gmina Hniwań, z którą współpracuje gmina Suchy Las, oddalona jest od Winnicy 31 kilometrów. To partnerstwo trwa już kilka lat, powstało w tym czasie sporo znajomości i przyjaźni. Dlatego niedawne doniesienia z Ukrainy tak bardzo wstrząsnęły mieszkańcami gminy Suchy Las.



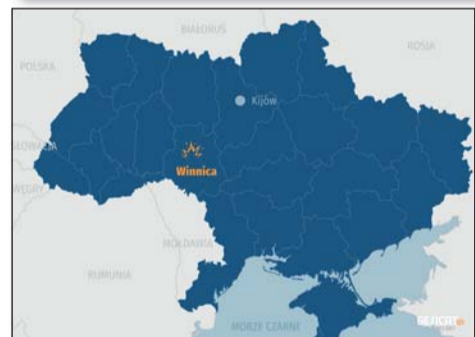
Według ukraińskiej policji trzy rosyjskie pociski najpierw trafiły w budynek, w którym znajdowały się biura, a kolejne cztery rakietki zostały zestrzelone przez obronę przeciwlotniczą. Trafiony został również Dom Oficerów oraz pobliskie budynki mieszkalne.

W rejonie ataku raketowego wybuchł pożar, który rozprzestrzenił się na parking. Zapaliło się tam około 50 samochodów.

W ataku tym zginęła między innymi czteroletnia Liza, która tego dnia wracała z mamą od logopedy. Jej mama jest w ciężkim stanie i została hospitalizowana. Oderwało jej nogę.

Na wydarzenia w Winnicy zareagowali też w mediach społecznościowych Rosjanie. Ich wpisy są jednak przerażające. „Takie ataki powinny zdarzać się co godzinę”, „och, jak cudownie”, „otworzę butelkę szampana”, „to nasza zemsta za Nową Kachówkę (Ukraińcy atakowali tam rosyjskie składy amunicji - przyp. red.)”, „chwała Putinowi” - mieli pisać Rosjanie w reakcji na atak w Winnicy i śmierć dziewczynki.

Ten atak raketowy dowodzi – niestety – że dzisiaj w Ukrainie nigdzie nie jest bezpiecznie.



Co najmniej 23 osoby, w tym troje dzieci, zginęły w czwartek (14 lipca) w rosyjskim ataku raketowym na centrum Winnicy; pięcioro rannych jest w stanie krytycznym – poinformowała Państwowa Służba ds. Sytuacji Nadzwyczajnych Ukrainy. Do szpitali trafiły 64 osoby, w tym dwoje dzieci. W stanie ciężkim są 34 osoby, a pięć w stanie krytycznym – napisano w komunikacie.

Jak podkreślono, nadal trwają poszukiwania 42 osób, z którymi została utracona łączność.

W wyniku ataku zniszczonych zostało 55 budynków. Według ratowników najprawdopodobniej nie ma szans, by ktoś pod gruzami trafionych budynków ocalał.





ZŁOTNIKI  
PARK

**3 etap już w sprzedaży**  
SUCHY LAS / Złotniki



[zlotnikipark.pl](http://zlotnikipark.pl)

(+48) 883 204 205

**BGR**  
DEVELOPER

**sklep  
OUTLET**

**AGD**

**Pralki  
Lodówki  
Zmywarki  
Kuchnie  
Płyty grzewcze  
i inne**

**Polska dystrybucja  
Gwarancja 24 miesiące  
Tylko NOWY sprzęt**

**www.wgniecione.pl**

**Sucholeska 1, 62-002 Suchy Las, tel. 782 781 792**



## E-biblioteka – o krok dalej...

Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna wychodzą naprzeciw potrzebom czytelników. Od czerwca nasz katalog zbiorów bibliotecznych zaczął funkcjonować w obrębie aplikacji Sowa MOBI. Od tej chwili nasi czytelnicy mogą wybierać książki ze swojego smartfona. Wystarczy zainstalować u siebie w telefonie aplikację, dzięki której czytelnik sam w bardzo intuicyjny sposób będzie mógł zarządzać własnym kontem w naszej Bibliotece.

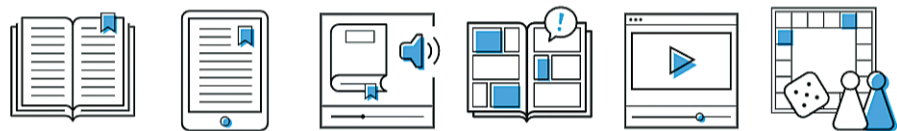
Sowa MOBI to przede wszystkim oszczędność czasu w szukaniu, rezerwowaniu, zamawianiu i wypożyczaniu zbiorów. Co jeszcze daje funkcjonowanie w obrębie aplikacji? Znacznie szybszą możliwość przedłużania terminu zwrotu danych tytułów, przeglądania dostępnych nowości, otrzymywania powiadomień o zwrotach w aplikacji, śledzenia historii swoich wypożyczeń i rozliczeń za nieterminowe oddawanie zbiorów. Aplikacja jest bardzo prosta w obsłudze, intuicyjna i bezpłatna.

Ciągle ulepszamy dla Was jakość naszych usług. Dodatkowo nasz katalog online został wyposażony w system szybkiego wyszukiwania zbiorów za pomocą graficznych symboli rodzajów dokumentów - piktogramów. Teraz o wiele łatwiej będzie Wam znaleźć konkretny tytuł wśród książek, e-booków, filmów czy audiobooków.

**Od 1 lipca Biblioteka Publiczna w Suchym Lesie rozpoczęła również współpracę z Empik Go.** Prócz dotychczas funkcjonujących w naszej bibliotece kodów dostępu do e-booków na platformie Legimi czytelnicy będą mogli skorzystać także z drugiej opcji, która pozwoli im na korzystanie przede wszystkim z audiobooków, znajdujących się w zasobach Empiku. Liczba miesięcznych kodów jest ograniczona.

Aby móc otrzymać kod należy być aktywnym czytelnikiem naszej biblioteki. Pierwszy krok to pobranie aplikacji Empik Go na swoje urządzenie. Następnie należy założyć własne konto. Od nieograniczonej możliwości słuchania i czytania wówczas dzieli czytelnika już tylko dystans do biblioteki po odbiór empikowego kodu i to wszystko.

**Od tego momentu czytacie i słuchacie jak chcecie, kiedy i gdzie chcecie online.**



## Przyjaciel jak malowany

Do końca lipca zapraszamy na niezwykłą wystawę malarstwa w holu CKiBP. Autorką prac jest **Joanna Grzybowska – mieszkanka Chludowa**, która jak sama mówi: - tutaj znalazłam czas i miejsce na realizację mojej pasji jaką jest malarstwo.

Wystawa obejmuje kilkanaście portretów psów, stworzonych zarówno technikami tradycyjnego malarstwa jak i cyfrowo. Portrety **najlepszych przyjaciół człowieka** pokazują ich osobowość, ich piękno i bliskość z człowiekiem. Poruszają kolorystyką i charakterem.

Autorka wybór tematyki tłumaczy: - *kąsiś czas temu spełniło się moje kolejne marzenie - zamieszkałymi z psem. Luska pokazała mi jak wspaniałym towarzyszem życia potrafi być pies i to ona wpłynęła na wybór tematu moich obrazów.*

Wystawę można oglądać w holu Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej Gminy Suchy Las przy ul. Szkolnej 16 do końca lipca. Wstęp wolny.

## Klasyka gatunku podana we współczesnej formie

**Quintet Wojtka Mazolewskiego** – jeden z najlepszych zespołów jazzowych w Polsce zaprasza na wspólną podróż po świecie improwizacji. W swojej twórczości Wojtek Mazolewski Quintet **eksperymentuje, wzbudza skrajne emocje** i udowadnia, że muzyka jazzowa ma **potencjał burzenia muzycznych schematów**. Jazzu w wydaniu Wojtek Mazolewski Quintet słuchają wszyscy, od fanów kameralnych przestrzeni domowego zacisza, po entuzjastów wielkich koncertów kończących się owacjami na stojąco.

**Wojciech Mazolewski:** basista, kompozytor, autor muzyki do audiobooków, spektakli teatralnych i filmów, współtwórca polskiego yassu. Ze swoim kwintetem od 2011 roku przesuwa granice muzycznych interpretacji i prezentuje słuchaczom nowy sposób postrzegania muzyki jazzowej. Twórczość kwintetu to nieoczywiste aranżacje i energetyczne połączenie tradycji z nowoczesnością, które inspiruje i porusza amatorów (nie tylko) jazzu – w kraju i za granicą.

Wojtek Mazolewski definiuje muzykę na swój własny sposób, jednocześnie podkreśla jej uniwersalną moc:

*- Muzyka to abstrakcyjne przesłanie, pełne energii i siły, które możesz interpretować według własnego uznania. Z tego przesłania weź wszystko, co Ci odpowiada.*

Wojtek Mazolewski Quintet od lat reprezentuje polski jazz na arenie międzynarodowej. Zespół wystąpił między innymi we Francji, Japonii, Chinach, Meksyku, Kolumbii, Peru, Niemczech, Indiach i Brazylii.

Światowa edycja albumu: *Polka – Worldwide Deluxe Edition* wydana w 2019 roku nakładem brytyjskiej wytwórni Whirlwind Recordings okazała się światowym sukcesem i zebrała rewelacyjne recenzje krytyków. Prestiżowy amerykański magazyn DownBeat uznał album za **jedną z pięciu najlepszych jazzowych płyt roku**. To pierwsze takie wyróżnienie przyznane polskiemu albumowi w historii ukazującego się od 1932 roku najstarszego magazynu jazzowego na świecie. Angielski portal Kind of Jazz uznał album za **kandydata do tytułu Płyta roku**, a amerykański portal All About Jazz dostrzegł w płycie znamiona geniuszu. Concerto Magazine, największy jazzowy magazyn w Austrii napisał: *Po*

*odejściu Tomasza Stańki Polska potrzebuje nowego światła jazzu. Po wysłuchaniu Polki zaczyna błyszczeć autorytet basisty Wojtka Mazolewskiego. W 2017 utwór Theme de YoYo z singla London (wydany przez Lanquidity Records) został wybrany przez legendę brytyjskiego radia BBC, Gillesa Petersona, do **pięćdziesiątki najlepszych utworów roku**.*

**Jako pierwszy zespół jazzowy** Wojtek Mazolewski Quintet dotarł na Listę Przebojów Programu Trzeciego, a za swój premierowy album *Smells Like Tape Spirit* otrzymał **Nagrodę Muzyczną Programu Trzeciego** Mateusza 2011. W tym samym roku ukazała się kolejna płyta kwintetu *Wojtek w Czechosłowacji*, która spotkała się z entuzjastycznym przyjęciem słuchaczy i szturmem zdobyła listy przebojów. Album *Polka* (2014) uzyskał **status Platynowej Płyty**, a grupa zaprezentowała materiał na 200 koncertach, które odbyły się w 21 krajach.

Kolejnym albumem WMQ w światowej dystrybucji wydanym w brytyjskiej WWR jest *WAF - When Angels Fall* (2020) poświęcony twórczości Krzysztofa Komedy, najsłynniejszego polskiego muzyka jazzowego, pianisty i kompozytora. Impulsem do nagrania tego albumu kwintetu był koncert w Londynie podczas prestiżowej serii Church of Sound, gdzie zespół zaprezentował prócz autorskich kompozycji projekt Polish Jazz poświęcony legendom polskiego jazzu. Inspiracją do nagrania materiału były także filmy wybitnych reżyserów: Romana Polańskiego (*Rosemar's Baby, Nóż w wodzie*), czy Jerzego Skolimowskiego (*Bariera*), do których Komeda skomponował muzykę. Płyta *When Angels Fall* to autorskie aranżacje przedstawione w charakterystycznym dla kwintetu współczesnym ujęciu, uzupełnione o elementy własnej wrażliwości i połączonych doświadczeń.

**Wojciech Mazolewski o płycie:**

*- Przygotowując się do tej płyty, czytałem nuty Komedy, książki i wspomnienia o nim, spotykałem się z ludźmi, którzy go znali i odwiedzili miejsca, gdzie mieszkał – od Poznania po Los Angeles. Chciałem poczuć, kim był i jak żył Krzysztof Komeda. Wszystko to wzbogaciło projekt o świadomość, uczucia oraz emocje i powoli*

## Zaproś nas do siebie

**Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las w 2021 roku brało udział w programie Narodowego Centrum Kultury Zaproś nas do siebie. W ramach programu braliśmy udział w spotkaniach, szkoleniach i wizytach studyjnych w Łodzi i Lidzbarku Warmińskim, gdzie podglądaliśmy funkcjonowanie modelowych domów kultury i poszerzaliśmy nasze kulturalne horyzonty.**

W tym roku role się odwróciły i to my, CKiBP, gościliśmy u nas na wizycie studyjnej uczestników tegorocznej edycji Zaproś. 14 osób z bardzo różnych ośrodków kultury z całej Polski przyjechało do nas na 3 dni, żeby inspirować się i poznawać.

Spędzenie pierwszego dnia zaproponowaliśmy naszym gościom w Poznaniu, gdzie poza spacerem i opowieściami o historii miasta, odwiedziliśmy Bramę Poznania oraz Stowarzyszenie Łąga Poznańska. Mieliśmy tam okazję do rozmów z ludźmi prowadzącymi te miejsca oraz poznania szczegółów na temat ich szerokiej działalności.

Wszystkie kolejne atrakcje odbyły się już na terenie naszej gminy, dzięki czemu pochwaliliśmy się m.in. naszymi nowymi filiami w Chludowie i Złotnikach.

Zamiast typowego zwiedzania budynku CKiBP zaprosiliśmy naszych gości do gry terenowej, do której inspiracją był Wojciech Bogusławski oraz przybliżyliśmy im sucholeskie legendy w formie teatryku kamishibai. Uczestnicy Zaprośia brali też udział w warsztatach tańca z Zespołem Pieśni i Tańca Chludowianie, szyli torby ze starych banerów w związku z bliską nam ideą zero waste oraz dowiedzieli się jak rozmawiać z młodzieżą podczas szkolenia *Ok boomer!*

Przybliżyliśmy im też współpracę z innymi jednostkami gminnymi na przykładzie sucholeskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, z którym kilka lat temu realizowaliśmy wydarzenie *Nad brzegami Balatonu w Chludowie*. Niezapomnianą atrakcją, zarówno dla gości, jak i organizatorów, było spotkanie z Gołęczewiankami, które niesamowicie nas ugościły, a także oprowadziły nocą z pochodniami pokazując piękno Gołęczewa.

Poza tym napiętym grafikiem wizyty studyjnej po prostu dużo rozmawialiśmy, wymienialiśmy doświadczenia, śmialiśmy się i dobrze bawiliśmy.

Mamy nadzieję, że tegoroczni Zaprośie będą miło wspominać spędzony u nas czas i zacierpną inspiracji do wielu kolejnych tworzonych wydarzeń, a nawiązane w tym czasie znajomości przetrwają w trwałą kulturalną współpracę. (MJ)



*przynosiło efekty – aby stworzyć oryginalny materiał WMQ, pracowaliśmy z zespołem trzy lata.*

Okładkę płyty zaprojektował Rosław Szaybo – wieloletni przyjaciel Krzysztofa Komedy, który stworzył okładkę do jednego z pierwszych albumów kompozytora *Astigmatic*, zaś ostatnią dla WMQ, co stanowi swoistą artystyczną klamrę dla tego unikatowego projektu.

Wojtek Mazolewski podsumowuje ostatni album kwintetu:

*- To płyta o życiu i śmierci, o przemijaniu i nietrwałości wszystkich rzeczy, a jednocześnie o radości i pięknie świata.*

Wojtek Mazolewski Quintet interpretuje jazz na swój unikalny, dekadentki a zarazem nostalgiczny sposób. Odzwierciedleniem energii scenicznej i charyzmy zespołu są wyprzedane koncerty i uznanie publiczności z najróżniejszych rejonów muzycznego świata. Czy muzyka kwintetu rzeczywiście ma taką moc? O tym będzie miała okazję przekonać się sucholeska publiczność już 11 września 2022 roku.

**Wojtek Mazolewski Quintet**

**11 września 2022 r., godz. 19:00**

**sala widowiskowa Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las, ul. Szkolna 16**

**Bilety: 70/50 zł do nabycia w sekretariacie CKiBP oraz na [www.bilety24.pl](http://www.bilety24.pl).**





# Selektywna zbiórka odpadów komunalnych Вибірковий збір міського сміття

## PAPIER / ПАПІР

niebieskie: worki (zabudowa jednorodzinna) i pojemniki (zabudowa wielorodzinna) / синій: мішки (приватний будинок) та контейнер (багатоквартирна будівля)

### TAK należy wrzucać / Сортувати за такою схемою:

papier piśmienny • gazety, czasopisma, gazetki reklamowe • ulotki, katalogi • książki, zeszyty • opakowania tekturowe • kartony, tekturę falistą • ścinki papierowe • gilzy papierowe • koperty bez okienek;

папір канцелярський • газети, журнали, рекламні • буклети, katalogi, gazetki • книжки, зошити • kartonna opakowka • karton, гофрокартон • шматочки паперу • паперові туби • конверти bez plastikowych віконць.

## ODPADY BIO (w tym i ZIELONE) / СМІТТЯ BIO

brązowe pojemniki (zabudowa jednorodzinna i wielorodzinna) / Коричневий контейнер (приватний та багатоквартирний будинки)

### TAK należy wrzucać (lużem, bez worków) / Сортування за такою схемою (васпати без упаковок і мішків):

trawę, liście, kwiaty, chwasty, rozdrobnione gałęzie • owoce i warzywa oraz ich obierki, fusy po kawie i herbacie, przeterminowaną żywność (i resztki żywności) bez mięsa i kości;

trawa, liścia, квіти, гілки, бур'яни • фрукти овочі та їхні шкарлупки, кавова та чайна гуща, зіпсовані продукти (та рештки продуктів) bez м'яса і кісток.

## METALE I TWORZYWA SZTUCZNE / МЕТАЛИ ТА ШТУЧНІ МАТЕРІАЛИ

żółte: worki (zabudowa jednorodzinna) i pojemniki (zabudowa wielorodzinna) / Жовті: мішки (приватний будинок) та бак (багатоквартирна будівля)

### TAK należy wrzucać / Сортувати за такою схемою:

zgniecione i puste butelki po napojach (bez nakrętek) • zgniecione i puste butelki po chemii gospodarczej (bez nakrętek) • plastikowe nakrętki, kapsle • aluminiowe puszkę po napojach i konserwach • metale, opakowania z metali • worki, reklamówki • koszyczki po owocach • metalowe zakrętki od słoików • drobne metale • czyste doniczki, skrzynki, wiaderka (nie po farbach) • niezanieczyszczoną folię: stretch, białą, kolorową • czyste opakowania po jogurtach,

śmietanie, margarynie i maśle • rozdrobnione (połamane) mieszczące się w worku plastikowe meble ogrodowe bez elementów metalowych, obić materiałowych itp. • taśmy: bandówki • kartony po mleku, soku, śmietanie i innych napojach;

пам'яті та порожні пляшки від напоїв (bez кришок) • пам'яті та порожні пляшки від побутової хімії (bez кришок) • plastikowi кришки, korki • aluminiowe банки від напоїв та концерт, metal, metalowa tара • мішки, пакетики • упаковка від owoców • metaliczne кришки від banok • дрібний metal • чисті горщики, ящики, відра (ne від farb) • незабруднена стреч-плівка біла, kolorowa • czyste opakowki від йогуртів сметани маргарину і масла • rozdrobnieni (polamani) які зміщується в пакетику plastikowi вуличні меблі bez elementów metalowych tam bez obivki metalowej itd. • плівка пакувальна • kartonna opakowka від молока, соку сметани та інших напоїв.

## SZKŁO KOLOROWE / СКЛО КОЛЬОРОВЕ

zielone: worki (zabudowa jednorodzinna) i pojemniki (zabudowa wielorodzinna) / Зелений: мішки (приватний будинок) та контейнер (багатоквартирна будівля)

### TAK należy wrzucać / Сортувати за такою схемою:

• butelki ze szkła barwionego po napojach (bez nakrętek) • słoiki ze szkła barwionego bez nakrętek, zacisków, a także gumowych uszczelek;

пляшки z szkła kolorowego від напоїв (bez кришки) • банки z szkła kolorowego (bez кришки також bez elementów metalicznych чи gumowych) lo kolorowe.

## SZKŁO BEZBARWNE / СКЛО БЕЗБАРВНЕ

białe worki (zabudowa jednorodzinna) i zielone pojemniki z oznaczeniem/opisem na białym tle (zabudowa wielorodzinna) / Білий: мішки (приватний будинок), zielony контейнер z poznaczką/opisem na białym fonie (багатоквартирна будівля)

### TAK należy wrzucać / Сортувати за такою схемою:

butelki ze szkła bezbarwnego po napojach (bez nakrętek) • słoiki ze szkła bezbarwnego (bez nakrętek, zacisków, a także gumowych uszczelek);

скляні прозорі пляшки від напоїв (bez кришки) • банка скляна prozora (bez кришки, також bez elementów metalicznych чи gumowych).

## OD 1 WRZEŚNIA 2022 NOWA STAWKA OPŁATY

W GMINIE SUCHY LAS ZA GOSPODAROWANIE ODPADAMI KOMUNALNYMI  
DLA NIERUCHOMOŚCI, NA KTÓRYCH ZAMIESZKUJĄ MIESZKAŃCY!



### Co musisz wiedzieć

Miesięczna stawka opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi zbieranymi i odbieranymi w sposób selektywny od 1 września 2022 wynosić będzie 33 zł od osoby.

Jeżeli właściciel nieruchomości nie wypełnia obowiązku zbierania odpadów komunalnych w sposób selektywny stawka opłaty podwyższonej za gospodarowanie odpadami komunalnymi będzie wynosić 132 zł od osoby.

NIE MUSISZ KORYGOWAĆ / SKŁADAĆ NOWEJ DEKLARACJI.

Z URZĘDU GMINY SUCHY LAS DLA TWOJEJ NIERUCHOMOŚCI OTRZYMASZ ZAWIADOMIENIE O WYSOKOŚCI MIESIĘCZNEJ OPŁATY ZA GOSPODAROWANIE ODPADAMI KOMUNALNYMI WG NOWEJ STAWKI.

OPŁATĘ W NOWEJ STAWCE NALEŻY WPŁACAĆ NA DOTYCHCZASOWE KONTO (NUMER KONTA NIE ULEGA ZMIANIE).



### MOŻESZ PŁAĆ MNIJ

Właścicielom nieruchomości zabudowanych budynkami mieszkalnymi jednorodzinnymi, kompostującym bioodpady w kompostowniku przydomowym przysługuje **zwolnienie w wysokości 2 zł** od stawki miesięcznej opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi od każdego mieszkańca zamieszkującego nieruchomość.

Ważne! W przypadku korzystania z ww. zwolnienia właścicielowi nieruchomości **nie przysługuje** pojemnik na bioodpady.



### JAK OBLICZANA JEST OPŁATA

Opłata za gospodarowanie odpadami komunalnymi stanowi **iloczyn liczby mieszkańców** zamieszkujących daną nieruchomość **oraz stawki opłaty**.



### TERMINY PŁATNOŚCI

Opłatę za gospodarowanie odpadami komunalnymi uiszcza się na wskazany, indywidualny rachunek bankowy Urzędu Gminy Suchy Las co dwa miesiące - do:

- 28 LUTEGO
- 30 KWIEŃNIA
- 30 CZERWCA
- 31 SIERPNI
- 31 PAŹDZIERNIKA
- 31 GRUDNIA





**Dzień, w którym umarł Kapuściński** Ramón Lobo, tłumaczenie Małgorzata Kolankowska, Aleksandra Wiktorowska, cena 45 zł, Prószyński i S-ka.

Oparta na faktach opowieść o ginącym świecie reporterów, których relacje z konfliktów wojennych śledził cały świat. Roberto Mayo, reporter w czasie kariery dziennikarskiej był na wszystkich najważniejszych frontach świata. Razem z Tobiassem Hope'em – fotografem i przyjacielem – z bliska obserwowali wydarzenia, które zmieniały bieg historii. Jako jeden z ostatnich korespondentów wojennych należących do starej szkoły reporterskiej Mayo reprezentuje Kapuścińskich na wygnaniu, których codzienność to „życie na krawędzi”.



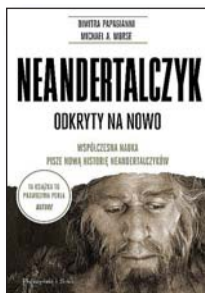
**Liczby nie kłamią 71 rzeczy, które trzeba wiedzieć o świecie**, Vaclav Smil, cena 44,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Czy podróżowanie samotnie jest bezpieczne? Ile waży wszystkie krowy na świecie? Co sprawia, że ludzie czują się szczęśliwi? O mieszkańcach Ziemi, pożywieniu i paliwach, które dostarczają energii, o transporcie i wynalazkach, a także o tym, jak wszystko wpływa na naszą planetę. Dowiemy się, ilu ludzi potrzebnych było do zbudowania piramidy Cheopsa, dlaczego szczepionki ratują życie, ale są też opłacalną inwestycją, a samochody elektryczne nie są (jeszcze) tak dobrym rozwiązaniem, jak nam się wydaje.



**Nie ma jak przyszłość** Michael J. Fox, cena 44,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Michael J. Fox znany jest jako Marty McFly, pomocnik doktora Browna z „Powrotu do przyszłości”. Ten bardzo lubiany i słynny z optymizmu aktor dzieli się z czytelnikami osobistymi historiami i spostrzeżeniami na temat zdrowia i choroby, starzenia się i siły, jaką dają rodzina i przyjaciele. Pokazuje, jak podejście do własnej śmiertelności zmienia się z czasem. Płynąca z serca, poruszająca książka stanowi rodzaj wehikułu, który pomoże czytelnikom przywrócić się życiu: temu, co kochamy i co utraciliśmy.



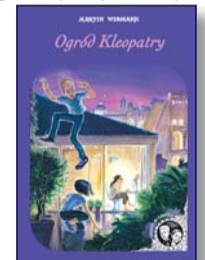
**Neandertalczycy. Odkryty na nowo. Współczesna nauka pisze nową historię neandertalczyków** Michael A. Morse, Dimitra Papagianni, tłumacz Bartosz Sałbut, cena 55 zł, Prószyński i S-ka.

Nasze postrzeganie neandertalczyków dzięki nowym odkryciom nauki stale się zmienia. Okazuje się, że neandertalczycy wykazywali zachowania zaskakująco podobne do współczesnych ludzi: chowali swoich zmarłych, dbali o chorych, polowali na duże zwierzęta, pozyskiwali owoce morza i porozumiewali się za pomocą mowy. Nie byli wcale istotami prymitywnymi. Dlaczego wymarli, a przetrwał Homo sapiens?



**Między nami ząbkami** Hongbing Wu, seria Akademia mądrego dziecka, cena 44,99 zł, Wydawnictwo Harper Collins.

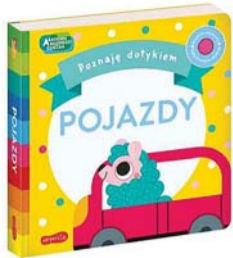
Zapraszamy do buzi - miasteczka pełnego ząbków. Rodzina Ząbkowickich żegna pierwszego mleczaka. W szkole w Ząbkowicach ząbki przygotowują się do swoich ról. W fabryce, rozdrabniają podczas kąpieli i wizyty u dentysty; zobaczymy jak walczą z zarazkami i jak możemy im pomóc, by służyły nam jak najdłużej. Duża kartonowa książka z okienkami i scenką pop up oswaja z higieną jamy ustnej.



**Ogród Kleopatry Dawid i Larisa** tom 6, Martin Widmark, ilustracje Katarina Strömberg, tłumaczenie Barbara Gawryluk, wiek 3+, cena 34,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Dawid i Larisa przyjechali do Rzymu, by wysłuchać wykładu o odkryciach archeologicznych. Odnaleziono fragmenty starożytnej mapy z nieznaną wcześniej lokalizacją letniej willi Cezara. Podobno Kleopatra kazała tam zakopać ogromne ilości złota. Ktoś jednak chce dotrzeć do skarbu przed naukowcami. Seria to świetnie skonstruowane, trzymające w napięciu historie, z wątkiem detektywistyczno-przygodowym i

refleksją nad współczesnym światem.



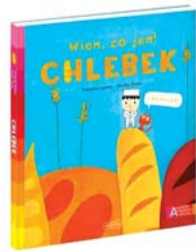
**Zwierzęta. Pojazdy. Akademia Mądrego Dziecka. Poznaję dotykami** Becky Weerasekera, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 34,99 zł, Wydawnictwo Harper Collins.

Poznaję świat to nowa seria filmowych, kolorowych książeczek zachęcających małych czytelników do oglądania, dotykania i wspólnego czytania. W książce Zwierzęta mała pszczółka spotyka różne, ciekawe zwierzątka. W książce Pojazdy mała lama wybiera się w podróż i pokazuje różne pojazdy. Na każdej stronie znajdują się elementy filmowe do dotykania.



**Spinacz. Akademia mądrego dziecka. Przygody z nauką** Cecile Jugla, Jack Guichard, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 22,99 zł, Harper Collins Polska.

Jak połączyć dwa spinacze bez dotykania? Dlaczego magnes przyciąga stal? Czym jest rdza? Jak działa katapulta? Czemu metal przykleja się do lodu? Książeczka dla starszaków i uczniów pierwszych klas szkoły podstawowej. Bez skomplikowanych wyjaśnień seria 10 eksperymentów ze spinaczami i przedmiotami codziennego użytku. Poznaj napięcie powierzchniowe utrzymujące spinacze na powierzchni wody i zjawisko przekazywania energii, robiąc wahadło, stwórz magnes, wahadło i katapultę, wyhoduj rdzę, zapal spinaczem żarówkę! Dzieci powinny eksperymentować pod opieką dorosłych.



**Chlebek. Akademia mądrego dziecka. Wiem, co jem!** Françoise Laurent, ilustrator Nicolas Gouny, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 24,99 zł, wiek 3-7 lat, Harper Collins.

Dzieci jedzą to co lubią, a lubią to co znają. Natura zapewnia talerze wspaniałymi produktami. Skąd się biorą i jak trafią do kuchni? Jak wybierać najlepsze? Mąka, woda, odrobina soli... niewiele potrzeba do

upieczenia chleba. Ale skąd się bierze mąka? Jak kiedyś uprawiano zboże, a jak dziś? Jak ze zbóż robi się mąkę i jakie są jej typy? Jak są rodzaje pieczywa i które są zdrowsze? Dlaczego trzeba unikać konserwantów? Jak pieczywo je się w różnych zakątkach świata?



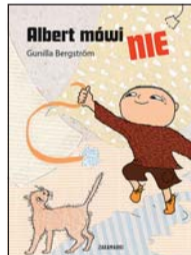
**Dom Knuta** Barbro Lindgren, ilustracje Emma Adbage, tłumaczenie Katarzyna Skalska, wiek 3+, 32,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Mama Knuta ciągle czegoś od niego chce. Knut nie ma już siły tego słuchać. Pewnego dnia wyprowadza się do innego domu. Nareszcie ma spokój. Nagle pojawia się kot. Potem przychodzi: pies, świnia, koń i inne zwierzęta. Wszyscy chcą mieszkać u Knuta...



**Kolorowy nocnik. Akademia mądrego dziecka. Mój świat**, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 34,99 zł, Wydawnictwo Harper Collins.

Nowa seria uczy dzieci codziennych czynności i pokazuje świat. Książeczki mają ruchome elementy, grube kartonowe strony i bezpieczne zaokrąglone rogi. Książka ma zachęcić dziecko do korzystania z nocnika. Pokazuje do czego służy nocnik i oswaja z nim w wesoły sposób.



**Albert mówi NIE** tekst i ilustracje Gunilla Bergström, tłumaczenie Katarzyna Skalska, wiek 3+, cena 29,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Nie, Albert nie ma czasu! Nie przerwie zabawy tylko dlatego, że tata jest głodny. Albert jest uparty i nie ustąpi. Nie chce jeść, chce się bawić! Dzieci rozpoznają w Albercie swoje zachowania i emocje. Książki o Albercie, tłumaczone na 35 rozeszły się w niemal 10-milionowym nakładzie.

**MŁODZIEŻOWY ŚWIAT WAŻNYCH SPRAW** Pierwsza miłość, złamane serce, poszukiwanie swojego miejsca w świecie i relacje z rówieśnikami i rodzicami. To tematy przewodnie książek Ewy Nowak – terapeutki i pedagożki, która od dwudziestu lat pisze dla młodych ludzi. Jej powieści są ponad-

czasowe – autorka porusza w nich ważne kwestie dla nastolatków. Nawet najtrudniejsze, jak depresja, toksyczne relacje czy samobójstwa.

Nakładem wydawnictwa HarperCollins Polska ukazały się cztery powieści Ewy Nowak: *Nie do pary*, *Zerwij z nią*, *Dzień wszystkiego* oraz *Błahostka i kamyk*. W każdej z nich czytelnicy i czytelnicy spotkają bohaterów, którzy przeżywają podobne do ich własnych radości i rozterki w drodze ku dorosłości. Autorka zapytana, dla kogo pisze swoje powieści zdradza, że zawsze ma przed oczami kogoś konkretnego.

- Często jestem to ja sama w wieku nastu lat - mówi Ewa Nowak. - Ostatnio, gdy zabieram się do pisania, myślę sobie, że piszę powieść dla kogoś, kto lubi czytać i chce razem ze mną powędrować po niedostępnych w normalnym życiu zakamarkach świata.

Zapytana o inspiracje podkreśla, że jej życie jest jej najwierniejszą z muz, ale nie tylko.

- Czerpię także historie od innych ludzi - dodaje. - Spośród osób, które zetknęły się już z moim pisarstwem, chętnie opowiada mi o sobie. Czasem wręcz zwabia na herbatę i prosi, żeby z jakiejś historii zrobić literaturę. Idę tym tropem. Przesłałam wymyślać historie - biorę to, co mi świat akurat ześle... i jest obficie. Wartość terapeutyczną powieści poznaje się po możliwości przeżycia katharsis. Moje powieści spełniają to kryterium. Ja - czytelniczka, na końcu powieści chcę doznać oczyszczenia, uwolnić się od napięcia, zajrzeć mojemu problemowi w oczy, ale z odwagą, więc tak też staram się pisać.



Narratorem i głównym bohaterem powieści *Nie do pary* jest 16-letni Alek, który przeżywa okres buntu. Szuka potwierdzenia własnej wartości w oczach płci przeciwnej, w kontaktach z wieloma dziewczynami. W końcu chłopak całkowicie się gubi w swoich uczuciach. Alek jest bohaterem, który budzi emocje - z jednej strony można mu kibicować i współczuć podczas niezręcznych sytuacji, w które się wplątuje, z drugiej - może irytować czytelników. „Polecam tę powieść wszystkim dziewczynom, którym ktoś złamał serce - podkreśla Ewa Nowak. - Chcę, żeby zobaczyły, co kryje się pozornie za podrywaniem, zainteresowaniem, randkowaniem. Nie każde chodzenie jest idylliczne i wiele dziewczyn już o tym wie”. Tłem do „wybryków” Alka jest jego rozpadająca się rodzina i brak poczucia bezpieczeństwa, co wpływa na to, jak się zachowuje zanim zrozumie, co jest najważniejsze w życiu.

*Zerwij z nią* to książka

dla tych, którzy nie mogą zapomnieć, jak świat próbował rozdzielić ich z ukochaną osobą lub chcą dowiedzieć się, jak to jest cierpieć z powodu rozstania. Jacek to nieśmiały i wrażliwy, ale też zadziorny chłopak. Emilia jest oczkiem w głowie rodziców, ma kontynuować rodzinną tradycję. Chłopak i dziewczyna spragnieni ciepła zakochują się w sobie od pierwszego wejrzenia... Niestety rodzice Emilki nie akceptują wyboru córki. Gdy tylko nadarza się okazja, zabraniają jej kontaktów z Jakiem powtarzając, że to chłopak nie dla niej. Zakochani pochodzą z dwóch różnych światów, ale nie tylko Jacek, którego ojciec jest alkoholikiem, a mama ma nową rodzinę, mierzy się z problemami brakiem akceptacji. Emilia, dziewczyna z „dobrego domu” również nie czuje wsparcia rodziców.

W książce *Dzień wszystkiego* Ewa Nowak porusza tematykę ochrony praw zwierząt. Główna bohaterka, 14-letnia Majka chorobliwie się zdręzcza. Mimo, że unika wszystkiego, co niebezpieczne, przypadkowo zostaje dotkliwie pogryziona przez pracującą w cyrku małpkę. Majka już nie odzyska pełnej sprawności dłoni, w dodatku utraciła radość życia i zaufanie do zwierząt. Szczęściem w nieszczęściu spotyka swoje alter ego - dziewczynę, którą chciałaby być, tylko brakuje jej odwagi... „Chciałam, żeby po tej powieści sięgali osoby, które rozumieją słowa: ludzie i inne zwierzęta. Świat to całość. Niepotrzebnie szatkujemy go na gatunki - podkreśla Ewa Nowak. - To lekтура dla osób, które kochają zwierzęta, przemijają się ich losem”. Autorka obnaża kulisy negatywnej tury i okrutnej sytuacji zwierząt w cyrku. A młodzi ludzie zafascynowani zawodem weterynarza znajdują sporo informacji, jak taka praca wygląda na co dzień.

*Błahostka i kamyk* to powieść o poszukiwaniu swojego miejsca w świecie. Marlena straciła rodziców, gdy była dzieckiem, a jej rodzina toczyła długi spór o to, kto powinien ją wychowywać. Sąd wydał wyrok, ale rodzina podzieliła się opieką po swojemu. Marlena żyje w rozdarcie: połowa jej serca jest w Polsce, przy ukochanym dziadku, połowa w Kanadzie - u wujków. Strata rodziców odcisnęła piętno na jej życiu w postaci cierpienia, które nie ma końca. Dziewczyna nie potrafi dostrzec pozytywnych zdarzeń. By zamaskować lż, często przyrządza jadowitą jak chlorowodor cebulę dormo. W książce autorka stara się przekazać, że mamy wpływ na to, jak podchodzimy do życia. Możemy przełgnąć cierpienie i iść przez życie w jego cieniu albo otworzyć się na to, co dobre i pozytywne. Warto dostrzec, że inni ludzie również mają problemy i wartościowanie tego, kto cierpi bardziej, nie ma sensu.



# „Katastrofa”, której nie było?

## Rozmowa z Prezesem Zarządu Tarnowskiej Gospodarki Komunalnej TP-KOM WALDEMAREM NOWAKIEM

- Kilka tygodni temu żeglarze, wędkarze i rybacy zwrócili uwagę na możliwość zanieczyszczenia Jeziora Kierskiego. Pojawiły się nawet głosy, że doszło do katastrofy ekologicznej, za którą odpowiedzialna jest Tarnowska Gospodarka Komunalna TP-KOM. Czy zgadza się Pan z tą opinią?

- Absolutnie nie! Takiej tezy nie potwierdzają żadne wyniki badań, przeprowadzanych przez uprawnione do tego instytucje. Przypomnę, że 20 kwietnia próbki wody z Jeziora Kierskiego pobrał Wojewódzki Inspektorat Ochrony Środowiska w Poznaniu. Po przeprowadzeniu badań laboratoryjnych stwierdzono, że żadne wartości wskaźników zanieczyszczeń nie są wyższe niż wartości analogicznych zanieczyszczeń badanych w podobnych okresach w latach poprzednich (w marcu 2017 r. i w marcu 2020 r.). Dodatkowo próbki wody z kwietnia 2022 r. poddano analizie mikroskopowej – w żadnej nie wykryto zakwitu glonów.

Jakość wody badał także Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny, który stwierdził, że woda w Jeziorze Kierskim, na kąpieliskach w Krzyżownikach i Kiekrzu, jest przydatna do kąpeli i zezwolił na rozpoczęcie z dniem 11 czerwca sezonu kąpielowego.

- Skąd zatem wzięły się ścieki z TP-KOM w Jeziorze Kierskim?

- Po opuszczeniu obiektów TP-KOM oczyszczone ścieki płyną podziemną rurą, która ma swoje ujście do Kanału Przybrodzkiego, i dalej w kierunku północnym, do Warty. Za utrzymanie Kanału Przybrodzkiego odpowiada Państwowe Gospodarstwo Wodne Wody Polskie (TP-KOM nie może samodzielnie go wykaszać, ani pogłębiać, ponieważ nie wolno

- Za jakość ścieków odpowiada Tarnowska Gospodarka Komunalna TP-KOM.

- Tak, oczywiście. Dlatego w naszej oczyszczalni prowadzimy stały monitoring procesu oczyszczania, a wychodzące ścieki spełniają wyznaczone normy. Niestety, na przełomie kwietnia i maja tego roku nastąpiło zatrucie oczyszczalni

parametrów oczyszczania nie były znaczące. Co ważne – ujście do rowu melioracyjnego było już wówczas zabezpieczone i zanieczyszczenia, o których mowa, nie przedostały się do Jeziora Kierskiego.

Taka sytuacja miała miejsce pierwszy raz w historii naszego przedsiębiorstwa, ale podjęliśmy już działania minimalizujące ryzyko wystąpienia podobnych zdarzeń w przyszłości. Znacząco zwiększyliśmy częstotliwość kontroli parametrów przyjmowanych ścieków. Co tydzień badamy kolejną firmę, która do produkcji wykorzystuje wodę, pod kątem zrzucanych przez nią ścieków.

Ponadto nawiązaliśmy stałą współpracę z Wydziałem Inżynierii Środowiska Politechniki Poznańskiej, który prowadzi nadzór merytoryczny na prowadzonych przez nas działaniach.

Jestem przekonany, że znaczącą poprawę przyniesie zakończenie rozbudowy tarnowskiej oczyszczalni – realizacja tej inwestycji jest już na finiszu. Podwoi się wówczas przepustowość naszej oczyszczalni, zostaną uruchomione nowoczesne technologie oczyszczania ścieków i mechanizmy lepszej kontroli całego procesu. Jestem przekonany, że, że zastosowane rozwiązania pomogą nam jeszcze bardziej dbać o środowisko naturalne.

**Poznański Sanepid, po zbadaniu jakości wody w Jeziorze Kierskim, zezwolił na uruchomienie kąpielisk w Kiekrzu i Krzyżownikach.**

nam działać na cudzej własności). Ale TP-KOM płaci za korzystanie z Kanału i to niemało – w ciągu ostatnich 4 lat był to ponad milion złotych. Środki te powinny być przeznaczone na konserwację Kanału – utrzymanie jego drożności, właściwego spadku i separacji wododziału, oddzielającego Kanał od rowu melioracyjnego. Niestety, w ostatnich latach Kanał nie był wystarczająco dobrze utrzymywany i część płynącej nim wody znalazła sobie inną drogę – właśnie rów melioracyjny, prowadzący do Jeziora Kierskiego.

przez ścieki przemysłowe. Jednego dnia przyjęliśmy bardzo dużo bardzo mocno zanieczyszczonych ścieków, które po przejściu procesu oczyszczania nadal „na wyjściu” nie były całkowicie oczyszczone i takie musiały zostać odprowadzone do Kanału Przybrodzkiego. Niestety, kiedy dochodzi do awarii, to oczyszczalni nie da się zatrzymać. Mamy możliwość powstrzymania ścieków jedynie na około 6 godzin, a potem musimy je zrzucić, nawet nie w pełni oczyszczone. Taki stan trwał krótko, a przekroczenia niektórych

### NIE UZALEŻNIAJ SIĘ OD UZALEŻNIEŃ

# Życie puszczane z... dymem

Dwadzieścia lat temu wiedza o tym, jak bardzo szkodliwe jest palenie tytoniu nie była powszechna, a koncerny tytoniowe skutecznie blokowały przedostanie się tych informacji do przestrzeni publicznej. Dzisiaj jest inaczej, dzisiaj nawet na opakowaniach papierosów informuje się o tym i drukuje drastyczne zdjęcia np. zniszczonych płuc nałogowego palacza. Dlaczego więc ludzie ciągle sięgają po papierosy. Seniorzy, w średnim wieku, coraz młodsi. Bo są... uzależnieni.

Palące są mniej widoczni w polskiej przestrzeni publicznej, odkąd w 2010 roku w życie weszła ustawa antynikotynowa, czyli zakaz palenia w miejscach publicznych. To zmniejszyło też przyzwolenie na obecność osób palących w naszym otoczeniu. Jednak dziś nadal po papierosa sięga jedna trzecia mężczyzn i ponad jedna piąta kobiet. Spadła przede wszystkim liczba palących mężczyzn. 10 lat temu paliło 40% mężczyzn i 23% kobiet. Dziś jest to 31% mężczyzn i 21% kobiet.

W Polsce co prawda z roku na rok jest mniej aktywnych palaczy, ale nadal jest to około jedna czwarta społeczeństwa i znacznie częściej są to mężczyźni niż kobiety. Statystyki pokazują, że najczęściej osób, które sięgają po papierosy ma 40-49 lat (około 40% mężczyzn i 22% kobiet). Nałogowych palaczy jest wielu w

wieku 50-59 lat, ale są znów różnice między mężczyznami (36%) a kobietami (21%). Panie palą papierosy najchętniej w wieku 30-39 lat (aż 31%). Właśnie w tej grupie wiekowej prześcigają mężczyzn o 4%.

Palenie najmniej popularne jest w wieku 18-24 lata. Średnia wieku, w którym pierwszy raz sięga się po papierosa, wynosi 17 lat. Jednak warto podkreślić, że na uzależnienie od nikotyny są bardziej podatni młodzi ludzie mający skłonność do depresji oraz agresji. W większości przypadków ich rodzice palili papierosy w przeszłości lub nadal są wieloletnimi palaczami. Palenie ułatwia też powszechna dostępność wyrobów tytoniowych w Polsce.

Popularność palenia zależna jest od wykształcenia. Najczęściej palą ludzie z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (34%) i zasadniczym zawodowym (33%). Wśród osób z wykształceniem wyższym trudniej spotkać palących (ok. 17%). Najwięcej palaczy jest wśród robotników niewykwalifikowanych (49%) i wśród bezrobotnych (45%),

a najmniej wśród uczniów i studentów. Do uzależnienia wśród kadry kierowniczej i specjalistów przynajmniej się około 15%. Palą najczęściej osoby o niskich dochodach lub oceniające swoje warunki materialne jako złe, a wraz ze wzrostem zamożności spada procent palaczy.

Według statystyk w całej Unii Europejskiej regularnie pali około 30% społeczeństwa. Najniższy wskaźnik palaczy notuje Szwecja (11%) i Finlandia (19%), a najwyższy Grecja (38%), a za nią Bułgaria (35%). Męska część polskiego społeczeństwa znajduje się na 3 miejscu w rankingu nałogowych palaczy (41%) w czym wyprzedzają nas jedynie Grecy i Hiszpanie. Uzależnienie od nikotyny dotyka około 22% Polek, co daje nam 4 miejsce w Europie razem z Belgijkami i Francuzkami. Najwięcej palaczek występuje w Grecji, Bułgarii, Chorwacji, Czarnogórze i Macedonii.

Przez minione 10 lat zmalał odsetek ludzi tolerujących palaczy, a przybyło tych, którzy nie lubią przebywać w ich otoczeniu. Jednak na-

dal połowa mężczyzn i 34% kobiet nie ma nic przeciwko przebywaniu w obecności palących. Zależnie od wieku, im młodsza osoba, tym jest bardziej tolerancyjna dla palaczy w swoim otoczeniu.

Wielką część wszystkich odpadów na świecie to papierosy. Zawierają około 4 tysięcy różnych składników chemicznych, które zagrażają środowisku. Wśród nich są silnie rakotwórcze związki, np.: hydroazyna, nitrozoaminy, katechol, fenol czy węglowodory.

Palenie tytoniu zabija średnio 700.000 osób rocznie w samej Unii Europejskiej. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) szacuje, że uzależnienie od tytoniu dotyczy około 1,3 mld ludzi na świecie, czyli 1/4 populacji. Jest to jednocześnie jedyna przyczyna zgonów, której można uniknąć po prostu przez porzucenie nałogu. Trend palenia tytoniu na świecie co roku spada o około 2%. To niby niewiele, ale tendencja jest dobra. Co roku na szczęście wzrasta też liczba Polek i Polaków, którzy

deklarują, że jeszcze nigdy nie sięgnęli po papierosa.

**Czy nałóg palenia tytoniu należy do uzależnień, z którymi można skutecznie walczyć?**

- Oczywiście, że tak - mówi Agata Pakuza, terapeuta uzależnień i psychoterapeuta z Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chłudowie. - *Jak przy walce z każdym uzależnieniem najważniejsza jest decyzja pacjenta: tak, chcę z tym skończyć. Później rozpoczyna się praca, która nigdy nie jest łatwa. Przy walce z każdym uzależnieniem ważna jest terapia, która daje zrozumienie jak doszło do uzależnienia, do czego potrzebny mi nałóg, w jaki konstruktywny sposób mogę sobie radzić. Tego nie nauczą tabletki ani tak zwane wszzywki, które nie są żadną formą leczenia. (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.

**Punkt Informacyjno-Konsultacyjny dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chłudowie**  
Agata Pakuza  
Terapeuta uzależnień, psychoterapeuta  
Zapisy drogą mailową: [agatapakuza@gmail.com](mailto:agatapakuza@gmail.com)  
lub sms-owo 606 259 333  
lub przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Suchym Lesie



# Bóle kostno-stawowe udreńką Polek

Nie tylko dojrzałe, ale także młode Polki skarżą się na bóle kości i stawów. To efekt złych nawyków, siedzącego stylu życia, niedoboru ruchu, nadmiernej masy ciała, a także stresu. Tylko co czwarta Polka (26%) nie odczuwa dolegliwości kostno-stawowych – wynika z badania „Profilaktyka zdrowia kobiet” zrealizowanego wiosną 2022 roku dla Gedeon Richter Polska.

– Bóle kostno-stawowe są najczęstszą przyczyną wizyt u lekarzy POZ – przyznaje dr Paweł Olszewski, ortopeda i traumatolog. – Ich przyczyną jest zwykle niewłaściwe użytkowanie narządu ruchu, czyli przeciążenia związane z niewłaściwą pozycją podczas pracy, nieumiejętnym podnoszeniem ciężkich przedmiotów, czy uprawianiem sportu bez rozgrzewki, co znacząco zwiększa ryzyko kontuzji. Problemem jest także zbyt mała aktywność fizyczna niezbędna dla utrzymania narządu ruchu w dobrej kondycji i nadmierna masa ciała, która powoduje przeciążenie stawów i przyspiesza ich zużycie.

Polkom najczęściej doskwierają bóle kręgosłupa (22%), co zwiększa się wraz

z wiekiem badanych. Na bóle kręgosłupa narzeka aż 58% kobiet powyżej 54 roku życia, ale też 14% najmłodszych (18-24 lata).

– W badaniach obrazowych kręgosłupa u większości 30-latków widać zmiany zwyrodnieniowe – mówi ortopeda. – Na początku mogą nie powodować żadnych dolegliwości, ale z czasem pojawi się ból i sztywność, a następnie ucisk na nerwy, co nierazko wymaga operacji neurochirurgicznej. Nawracające bóle kręgosłupa to sygnał, że popełniamy błąd w jego użytkowaniu. Może jest to niewłaściwa pozycja podczas pracy przy biurku, brak przerw podczas pracy, schylenie się przy podnoszeniu ciężkich przedmiotów czy dźwiganie zakupów w jednej

ręce. Przyczyną bólów kręgosłupa, szczególnie w odcinku szyjnym może być stres. Pod wpływem stresu dochodzi do nadmiernego napięcia mięśni i powięzi, co może powodować stan zapalny oraz ból.

Natura zaprojektowała ludzki organizm do ruchu, tymczasem z raportu „Profilaktyka zdrowia kobiet” wynika, że kobiety większość czasu w ciągu dnia spędzają w pozycji siedzącej. Około 30% kobiet siedzi przez 7-8 godzin, a 27% przez 4-6 godzin dziennie. Przez 7-8 godzin w ciągu doby siedzi 33% respondentek w wieku 18-24 lat i 36% w wieku 25-34 lat.

Długotrwałe siedzenie sprzyja degeneracji chrząstki stawowej, która jest najsłabszym elementem w kola-

nie, biodrze czy kręgosłupie. Chrząstka stawowa czerpie substancje odżywcze z płynu stawowego, który dociera do niej wyłącznie podczas ruchu. Długotrwały bezruch sprzyja zwyrodnieniowej chorobie stawów i negatywnie wpływa na kondycję tkanek miękkich wokół stawu. Choroba zwyrodnieniowa stawów ma charakter przewlekły. Nie da się jej wyleczyć, ale można spowolnić jej rozwój poprawiając styl życia.

Osoby pracujące przy biurku mają szansę uniknąć dolegliwości kostno-stawowych lub je złagodzić dzięki codziennej umiarkowanej aktywności fizycznej. Z raportu wynika, że zdaje sobie z tego sprawę tylko część respondentek. Większość kobiet powyżej 54 lat (92%) preferuje spacer, natomiast najmłodsze respondentki (18-24 lata) najczęściej praktykują ćwiczenia rozciągające i wzmacniające mięśnie kręgosłupa (40%).

– Znacznie lepiej niż spacer działa aktywność fizyczna, które angażuje wiele odcinków ciała i jednocześnie nie powodują dużych przeciążeń stawów np. pływanie, aqua aerobic, nordic walking, narty biegowe, a także joga, pilates – wymienia dr Olszewski. – Bardzo dobrym rozwiązaniem jest też codzienne wykonywanie zestawu ćwiczeń skierowanych na wzmocnienie i uelastycznienie konkretnych grup mięśni, najlepiej dobranych dla danego pacjenta przez fizjoterapeutę. Optymalna dawka ruchu to 20-30 minut dziennie. Z punktu widzenia układu kostno-stawowego korzystniej jest ćwiczyć często z umiarkowaną intensywnością niż tylko od czasu do czasu, ale bardzo intensywnie.

Okazjonalne dolegliwości kostno-stawowe można złagodzić zażywając leki przeciwbólowe. Jednak, gdy ból nie mija, nasila się lub utrzymuje

przez kilka dni, trzeba skontaktować się z lekarzem. Bóle kostno-stawowe mogą być objawem choroby zakaźnej, zapalnej czy autoimmunologicznej, albo urazu, który wymaga zbadania przez ortopedę. Przewlekłe zażywanie leków przeciwbólowych tylko opóźni postawienie diagnozy i leczenie. Jeśli przyczyną bólów kostno-stawowych okaże się choroba zwyrodnieniowa, bezpiecznie jest ją leczyć pod okiem lekarza, który przepisze odpowiednie leki i skieruje na rehabilitację, aby poprawić funkcję stawów i jakość życia. Ważne w profilaktyce choroby zwyrodnieniowej i jej leczeniu jest także zachowanie odpowiedniej diety, pozwalającej utrzymać właściwą masę ciała. Nigdy nie jest za późno by wyeliminować szkodliwe przyzwyczajenia i zacząć dbać o aktywność fizyczną oraz dietę. (na)

## DLA DRÓG MOCZOWYCH



Chcesz skutecznie pokonać zakażenie układu moczowego - zapytaj o FEMANNOSE® N w aptece. Może być stosowane od 14 roku życia. Zawiera 2g D-mannozy, która zapobiega przywieraniu bakterii Escherichia Coli do błon śluzowych dróg moczowych. Bakterie zostają wypłukane, znika więc przyczyna infekcji. D-mannoza to substancja też naturalnie produkowana przez nasz organizm i nie powoduje skutków ubocznych.

## KONIECZNIE W CIĄŻY



Kwas foliowy to jedna z witamin z grupy B ważna zwłaszcza dla zdrowia nienarodzonego dziecka i prawidłowego przebiegu ciąży. Badania wykazały, że kwas foliowy pomaga we właściwym rozwoju kręgosłupa i znacznie ob-

niz możliwość urodzenia dziecka z wadą cewy nerwowej. Przyjmowanie kwasu foliowego w ciąży chroni też przed odklejeniem łożyska, przedwczesnym porodem i małą masą urodzeniową dziecka, a przyszłą mamę przed niedokrwistością. Rutynowe stosowanie preparatów wielowitaminowych u wszystkich ciężarnych nie jest zalecane bez wskazań medycznych. Nie dotyczy to jednak kwasu foliowego, którego odpowiednią ilość trudno zapewnić w diecie. FOLIK (Acidum folicum) - 1 tabletkę zawiera 0,4 mg kwasu foliowego.

## SKRACA CHOROWANIE



Zdrowa dieta (bogata w owoce, warzywa, kisonki), ruch na świeżym powietrzu czy odpowiednia ilość snu to bardzo dobre sposoby na poprawę odporności, ale czasem niewystarczające. Latem utrapieniem może być opryszczka na ustach. Warto wtedy sięgnąć już przy pierwszych objawach infekcji po preparat zwiększający odporność Groprinosin Forte® (1000 mg) w postaci tabletek pomocny w leczeniu opryszczki warg i skóry twarzy wywołanych przez wirusa opryszczki pospolitej (Herpes simplex). Groprinosin Forte opakowanie 40 tabl. – około 40 zł.

## REGENERUJĄCY SEN



Szybciej zasypiać i budzić się wypoczętym? OYONO® NOC o trójfazowym działaniu wspomaga zdrowy sen. Składniki uwalniane w pierwszej fazie natychmiast pomagają się odprężyć i szybciej zasnąć. Witamina B6

pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i przyczynia się do regulacji aktywności hormonalnej. Melatonina skraca czas zasypiania. Składniki OYONO® NOC uwalniane w fazie ciągłej wspomagają spokojny, regenerujący sen: melisa lekarska wspomaga zasypianie, wspiera stan relaksacji oraz nieprzerwany, zdrowy sen, glóg zmniejsza niepokój. Składniki uwalniane w trzeciej fazie pomagają przespać całą noc bez wybudzeń, dzięki czemu sen jest lepszy. Kozłek lekarski (waleriana) wspomaga zasypianie i odpozynek, męczennica cielista (passiflora) pomaga w odprężeniu i wspiera spokojny sen. Cena 25,90 zł.

## Furazydyna, druga strona medalu

Preparaty z furazydyną to jedne z najczęściej przyjmowanych leków przeciwdrobnoustrojowych przy infekcjach dróg moczowych. Furazydyna to chemioterapeutyk, czyli substancja wytworzona syntetycznie o działaniu zbliżonym do antybiotyków. Jej powszechność w Polsce to zasługa jej długiej obecności na rynku, skuteczność oraz niska cena. Preparaty z furazydyną są od 2012 roku w Polsce dostępne bez recepty.

O ile jednak siła antybiotyki i chemioterapeutyki zazwyczaj przepisywane są przez lekarza na receptę i pod jego kontrolą stosowane, furazydynę można kupić i brać na własną rękę. Schemat stosowania powinien być bardzo dokładnie przestrzegany – dawkowanie zgodnie z ulotką przez cały zalecany okres. Niestety furazydyna w Polsce traktowana jest jak lek działający na objawy, a kuracja kończona średnio w 3 dniu stosowania. Połowa farmaceutów uważa, że pacjenci nie stosują się do zaleceń z

ulotki. Przez takie zachowanie w Polsce mamy jedną z najwyższych oporności na bakterie na świecie.

Oporność bakterii E. coli na furazydynę może sięgać już 30-40%, podczas gdy w Europie oporność na nitrofurantoinę (zblizoną substancję pochodną stosowaną poza Polską) jest znikoma. Dodatkowo furazydyna bywa nawet stosowana profilaktycznie – a wtedy wybija pożyteczne bakterie, co jeszcze pogarsza pracę mikrobiomu. Musimy też pamiętać, że furazydyna nie powinna być stosowana w 1 oraz 3 trymestrze ciąży. Naukowcy alarmują, że konsekwencje powstania „superbakterii” mogą być naprawdę groźne. Chorzy już przegrywają z bakteriami, które jeszcze niedawno dawało się zwalczać. Dlatego zawsze należy zapoznać się z ulotką przed zastosowaniem leku i sumiennie jej przestrzegać. Warto sięgnąć po przebadane i bezpieczne substancje, które nie przyczyniają się do wytworzenia lekooporności.

### DR N. MED.

#### TADEUSZ GROCHOWINA

Specjalista pediatra, pulmonolog i medycyny rodzinnej

Aeroterapia,  
Diagnostyka alergologiczna  
Diagnostyka nawracających  
infekcji dróg oddechowych

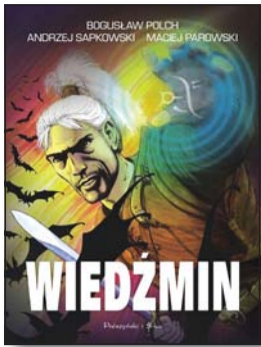
Gabinet Pediatryczny  
i Pracownia Aeroterapii  
Swarzędz os. Raczyńskiego 3/27 (domki)  
Przyjęcia po rejestracji telefonicznej

tel. 61 818-60-57  
tel. kom. 602-693-199

„MEDICAL”  
Swarzędzkie  
Centrum  
Stomatologii

Pełen 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

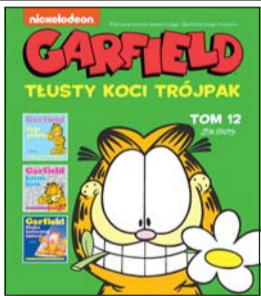




**Wiedźmin. Wydanie kolekcjonerskie** scenariusz Maciej Parowski, Andrzej Sapkowski, rysunki Bogusław Polch, 312 stron, format 220 x 296mm, cena 99,99 zł, Prószyński i S-ka.

Dawno niedostępna klasyka komiksu polskiego zostaje wznowiona. Kultowy komiks w integralu. Bogusława Polcha ceni się za niemal obsesyjną dbałość o szczegóły i precyzyjną kreskę. Wiedźmina przedstawiać nie trzeba - postać stworzona przez Andrzeja Sapkowskiego to fenomen polskiej popkultury. Jednak zanim Geralt z Rivii stał się bohaterem filmów, gier komputerowych, fabularnych i karcianych, wystąpił w wyjątkowym komiksie. Wydawany w latach 1993-1995 cykl komiksów o Wiedźminie wyprzedził czasy i zapowiedział nardziny megawiazdy. Scenariusz Andrzeja Sapkowskiego i Macieja Parowskiego bravurowo zilustrowany przez Bogusława Polcha to lektura obowiązkowa dla miłośników wiedźmińskiego uniwersum oraz fanów dobrego komiksu. Kolekcjonerskie wydanie łączy w jednym tomie sześć powstałych w latach 90-tych rysunkowych opowieści. Wraz z wcześniejszymi, jednotomowymi edycjami „Funky Kowala” i „Ekspedycji” tworzy niezwykłą trylogię jednego z największych mistrzów polskiego komiksu, Bogusława Polcha.

**NOWOŚCI EGMONT**



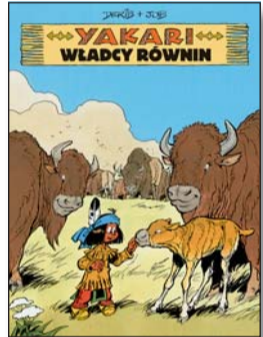
**Garfield. Tłusty koci trójpak**, tom 12, scenariusz i rysunki Jim Davis, przekład Piotr W. Cholewa, 288 stron, format 200x223 mm, cena 89,99 zł.

Garfield nigdy nie odkłada na jutro tego, co może zjeść dzisiaj. Korpulentny kot lubi lazanie, anchois, i bekon. Przekąski pożera na pełny etat, wciąż jednak potrafi w ciasny rozkład dnia wcisnąć jedną czy drugą maratońską drzemkę. Czy kiedykolwiek się zmieni? Oczywiście, jeśli tylko Jon umówi się na randkę z supermodelką, a Odie dostanie Nagrodę Nobla. Kolekcja komiksowych pasków zebranych w nowym kolorowym wydaniu. Dużo szaleńczej radości z nienasyconym kotem.



**Czarolina. Zmora tom 4**, scenariusz Sylvia Douyé, Rysunki Paola Antista, przekład Maria Mosiewicz, cena 39,99 zł.

Na wyspie Vorn fantastykologdy badają stwory z mitów, legend i baśni! Uczestników kursu czeka wiele niebezpiecznych wyzwań. Jak pomóc Czarolinie, która utkwiała między światami snu i jawy? Kim jest przybysz w postaci szkieletu? Jak odegnąć złowróbnego Zwiastuna? Kto zmienia istoty żywe w szklane posągi? Jaka jest prawdziwa natura Madame C i profesora Balzara? Więcej prawdy o dziwnej wyspie!



**Yakari. Władcy równin tom 13**, scenariusz Job, rysunki Derib, przekład Maria Mosiewicz, cena 24,99 zł.

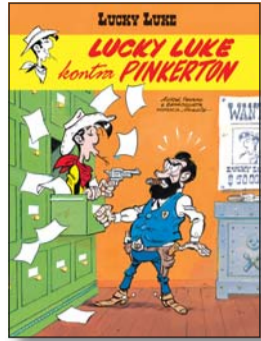
Trzynasty tom opowieści o znającym język zwierząt małym Indianinie, który wraz z dzielnym koniem i przyjaciółmi przeżywa wspaniałe przygody. Indianie polują na bizona, ale jednocześnie szanują te stworzenia i uważają je za dar od duchów opiekuńczych. Yakari postanawia bliżej poznać majestatyczne zwierzęta przemierzające w stadach Wielkie Równiny Ameryki.



**Lulu i Nelson. Kierunek Afryka**, tom 1, scenariusz Charlotte Girard, Jean-Marie Omont, rysunki Aurélie Neyret, przekład Maria Mosiewicz, cena 44,99 zł.

Rodzice Lulu są cyrkowymi trenerami lwów. Wraz z córką kochają swoje zwierzęta. Niestety ginie matka dziewczynki i cyrkowe drapieżniki... Lulu wyrusza do Afryki po nowe lwy do oswojenia. Ale czy dziesięciolatka sprosta takiemu zadaniu? I czy lwy lubią żyć w niewoli? Także ludzie pragną wolności, co Lulu sobie uświado-

mi, gdy dotrze do Afryki Południowej i pozna prawdę o segregacji rasowej.



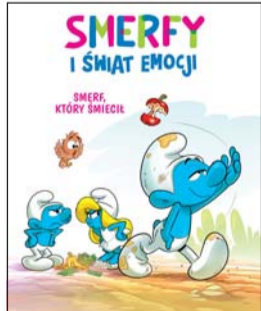
**Lucky Luke. Lucky Luke kontra Pinkerton tom 74**, scenariusz Tonino Benacquista, rysunki Daniel Pennac, Achdéd, przekład Maria Mosiewicz, cena 29,99 zł.

Lucky Luke jest legendą Dzikiego Zachodu... do czasu, gdy pojawia się Allan Pinkerton. Jego agencja detektywistyczna tropi przestępców - od drobnych oszustów po krwawych desperados. Pinkerton dostępuje zaszczytu utworzenia ochrony osobistej prezydenta Lincoln. Czy Samotny Kowboj jest jeszcze potrzebny? Chyba jednak nie wszyscy są zadowoleni z nowych porządków, na pewno nie Daltonowie!



**Pozytywka. Zagadkowe zniknięcie**, tom 4, scenariusz Carbone, rysunki Gijé, przekład Maria Mosiewicz, cena 39,99 zł.

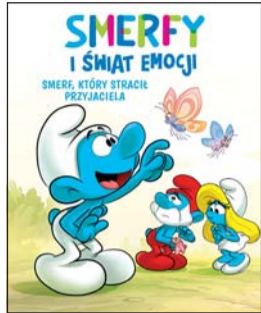
Ośmioletnia Nola odziedziczyła po matce funkcję obrończyni Pandorii, świata, do którego przechodzi się przez magiczną pozytywkę. Dziewczynka znajduje tajemniczy klucz, a jego zagadkę wyjaśni tylko w Pandorii. Wplątuje się w w kłopoty, ale nie waha się stanąć w obronie istot pragnących po prostu miłości. Czy odwaga Noli wystarczy, aby zmienić niesprawiedliwe prawo?



**Smerfy i świat emocji. Smerf, który śmiecił**, tom 8, scenariusz Falzar, Thierry Culliford, rysunki Antonello Dalena, przekład Maria Mosiewicz, cena 19,99 zł.

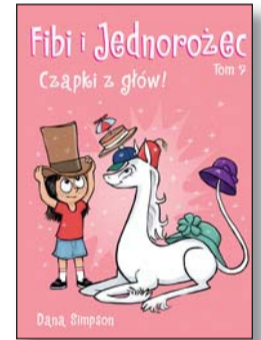
Seria przybliży problemy współczesnego świata, jak ekologia. Każdy album uzupełniają wskazówki dla dzieci i rodziców na temat codziennych kłopotów emocjonalnych. Smerfy lubią zabawy

na łonie natury, ale jeden z nich wszędzie śmieci, brudzi i wyrzuca niebezpieczne przedmioty. Szybko się przekonano, do czego to może doprowadzić... Komiks wyjaśnia, dlaczego trzeba dbać o przyrodę!



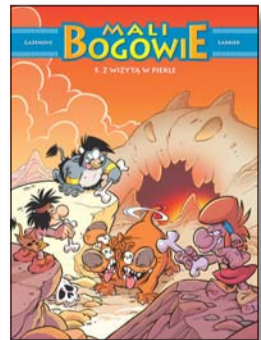
**Smerfy i świat emocji. Smerf, który stracił przyjaciela**, tom 9, scenariusz Falzar, Thierry Culliford, rysunki Antonello Dalena, przekład Maria Mosiewicz, cena 19,99 zł.

Seria pomaga najmłodszym w przezwyciężeniu lęków. Smerf Wędkarz uwielbia łowić ryby, ale zaraz potem je wypuszcza. Pewnego dnia poznaje pięknego motylka. Zostają przyjaciółmi i wszystko robią razem. Uwielbiają się bawić, a każda chwila jest przyjemnością. Niestety nic nie trwa wiecznie... Komiks pomaga radzić sobie ze śmiercią bliskiej osoby.



**Fibi i jednorożec - Czapki z głów!** tom 7, scenariusz i rysunki Dana Simpson, przekład Mateusz Lis, cena 39,99 zł.

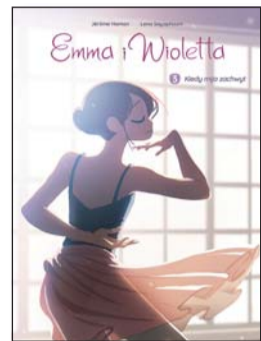
Przyjaciółką Fibi jest jednorożcowa piękność Mari-gold Niebiańskie Chrapy. To istota o magicznych zdolnościach, ale też autorka publikacji naukowych, jak pracy o wyższości migotania nad połyskiwaniem! Za pomocą jej rogu można połączyć się z internetem. Czapki z głów! Zobaczmy, jak bohaterki zostały szkolnymi szychami, jakie kostiumy założyły na przyjęcie halloweenowe i jak jeszcze bardziej doceniły siłę przyjaźni.



**Mali Bogowie. Z wizytą w piekle**, tom 5, scenariusz Christophe Cazenove, rysunki Philippe Larbier, przekład Maria Mosiewicz, cena 29,99 zł.

Piąty album przygód kandydatów na bogów i herosów.

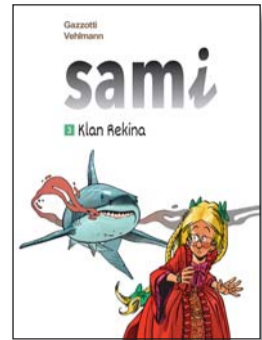
Orfeusz postanawia uwolnić swoją kumpelę Eurydykę z piekła. Niestety okazuje się nieco gamoniowaty... Pojawia się też nowa postać - Tezeusz, który ma misję zgładzenia wszystkich potworów świata. Bohaterowie zmierzają się z gniewem Posejdon, zmasowanym szturmem komarów i atakami szaleństwa Dionizosa.



**Emma i Wioletta. Kiedy mi ja zachwyty**, tom 3, scenariusz Jérôme Hamon, rysunki Lena Sayaphoum, przekład Maria Mosiewicz, cena 29,99 zł.

Jedna z sióstr chce zostać primabaleriną, a druga widzi swoją przyszłość w tańcu nowoczesnym. Wioletta przygotowuje się do spektaklu Opery Paryskiej w Londynie, ale dziewczyna nie jest pewna swoich możliwości. Tymczasem Emma ciężko ćwiczy, aby z zespołem hip-hopowym wziąć udział

w castingu do teledysku. Robi postępy, ale kierujący grupą taneczną Jake wciąż nie jest zadowolony z jej stylu.

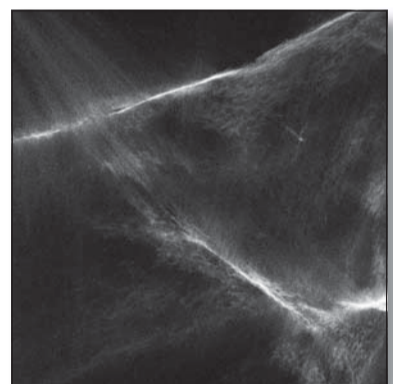


**Sami. Klan Rekina**, tom 3, scenariusz Fabien Vehlmann, rysunki Bruno Gazzotti, przekład Agata Cieślak, cena 29,99 zł.

Cieszący się we Francji niezwykłą popularnością komiks fantasy o piątce dzieci, które pewnego poranka zostały w mieście całkiem same. Opuszczają Fortville, aby sprawdzić, czy w innych miastach również wszyscy zniknęli. Natykają się na inne dzieci, które mieszkają w opuszczonym parku rozrywki i nazywają się Klanem Rekina. Na ich czele stoi jedenastoletni Saul, który czuje się zagrożony przybyciem nowych mieszkańców. Czy uda im się zaaklimatyzować i odkryć tajemnicę Zniknięcia?

**MUZYKA**

**Final Light „Final Light” 2022**



Final Light to dosyć zaskakujący na pierwszy rzut ucha projekt Jamesa Kenta z Perturbator i Johannes Persona z Cult of Luna. Panowie spotkali się jeszcze przed pandemią Cov-19 na festiwalu w Sztokholmie, gdzie koncertował Perturbator i stwierdzili, że warto być coś nagranych wspólnie. Mimo, że pochodzą z dwóch różnych muzycznych światów - francuski Perturbator gra synth wave/dark wave, a szwedzki Cult of Luna to ciężki post-metal, zaryzykowali współpracę, czego rezultatem jest debiut Final Light. To dosyć karkołomne przedsięwzięcie w postaci mixu dalekich od siebie stylów dało bardzo satysfakcjonujący efekt.

Przekraczanie granic gatunkowych umożliwiło swobodę odkrywania bogatej palety dźwięków i stworzenia czegoś wyjątkowego - czegoś, co mogło powstać dopiero dzięki temu konkretnemu spotkaniu dwóch wybitnych muzyków.

Mroczna elektronika, dołączające syntezatory produkujące w tle dźwięki żywcem wyjęte z horrorów lat 80-tych przytłaczają ponurą, miazdząco piękną i monumentalną muzyką utrzymaną w dość wolnych tempach. Grobowy wokal Johannes Persona niczym z czeluści piekiel dodaje jeszcze większego ciężaru i mocy tej płycie potęgując złowieszczy nastrój.

Mam nadzieję, że nie jest to jednorazowa współpraca, ale pierwsza z wielu nadchodzących płyt. Synth wave i post-metal, elektronika i ostry wokal - to połączenie w przypadku Final Light znakomicie się sprawdziło. Okładka idealnie pokazuje czarną otchłań tej płyty. Udany eksperyment. (9/10)

KUBA „THORN” MALENDOWSKI

**Chcesz się zareklamować w „Twoim TYGODNIU”?  
Napisz e-maila  
(twoj-tydzien@wp.pl)  
lub zadzwoń (602 638 409)**



## Radziecka brygada trofiejna w Gdańsku (4)

# Pan z widelcem w sianie

**Ta historia nie ma zakończenia i pewnie nigdy nie będzie miała. Wojenne losy skarbów kultury, w tym także tych z Gdańska, to nadal sprawa aktualna. Tysiące nierzadko bezcennych zabytków nie wróciło na swe dawne miejsca – do muzeów, świątyni i właścicieli kolekcji prywatnych. I nieprędko wróca. Tułaczka „ostatnich jeńców drugiej wojny światowej”, jak często nazywa się zagrabione skarby, trwa...**

LESZEK ADAMCZEWSKI

Inie chwalił się, że jest podwładnym Denisowa.

Współpracy z Polakami odmówili natomiast gdańscy Niemcy, w tym dyrektor Stadtmuseum, profesor Willy Drost. Oficjalnie twierdził on, że nie wie, dokąd wywieziono ewakuowane z miasta skarby. Gdy jednak skończyła się opieka Rosjan i przed wysiedleniem były dyrektor trafił do więzienia, towarzyszy z celi powiedział, że studnia Neptuna ukryta jest w jednej ze stodół w Hopowie. Informacja ta dotarła do Kilarńskiego.

– Proszę pana – usłyszał profesor od kilkuletniego szkraba, gdy ekipa Kilarńskiego przyjechała do Hopowa – a tam jest ten pan z widelcem...

I wskazał na pobliską stodołę, gdzie pod sianem ukryty był posąg boga morza.

To nie był jedyny sukces. W samym Gdańsku oraz jego bliźszych i dalszych okolicach znaleziono wiele ewakuowanych z miasta skarbów, chociaż najcenniejsze z nich wpadły w ręce Rosjan. Także w takich oto okolicznościach.

Zmierzchało, gdy do jednej z wiosek na Kociewiu zjechał samochód wojskowy. Radziecki. Kilku ludzi w mundurach i jakiś cywil weszło do rozwalonej stodoły opuszczonego gospodarstwa. Przez szparę w zasłonie okna stodołę uważnie obserwowali sąsiedzi. Przybysze przebywali w niej kilka godzin. Odjechali późną nocą. Gdy tylko uciął warkot silnika samochodu, sąsiedzi pobiegli do stodoły. W świetle lampy naftowej zauważyli wykopany dół. A obok leżały trzy masywne, dębowe kufry. Ich zamki były nie naruszone, ale miały wyrwane dna. Kufry były puste...

Profesor Willy Drost podzielił los niemieckiej ludności Gdańska. Ci, którzy nie zdążyli uciec z miasta na początku 1945 roku, zostali z niego wysiedleni w latach 1946-1947. Ponoć dopiero wtedy do opuszczonego mieszkania dyrektora Stadtmuseum wkroczyła ekipa profesora Kilarńskiego. I okazało się, że Drost kłamał. W jego mieszkaniu znaleziono dobrze ukrytą dokumentację ewakuacji skarbów gdańskich do centralnych rejonów Niemiec. Polacy dowiedzieli się z niej, że pierwszy transport wyrobów rzemiosła

artystycznego ze srebra wysłano w okolice Halle już w październiku 1943 roku. Były też spisy ewakuacyjne dzieł sztuki, które na przełomie lat 1944/45 wysłano do zamku Reinhardsbrunn w Turynii. Na tej podstawie sporządzono „Wykaz dzieł sztuki wywiezionych z Muzeum Gdańskiego do Rzeszy”, który stanowił ważny materiał do Biura Rewindykacji i Odszkodowań, działającego przy Ministerstwie Kultury i Sztuki.

W latach 1947-1948 udało się odzyskać dobra kultury, które odnaleziono w zachodnich strefach okupacyjnych Niemiec. Ze strefy brytyjskiej wróciły głównie archiwalia, a z amerykańskiej – sześć skrzyń eksponatów ze Stadtmuseum, w tym wyroby ze złota, srebra i porcelany.

Na skarby kultury, zagrabione przez Rosjan, trzeba było czekać do końca 1956 roku. Wśród zwróconych wtedy dzieł sztuki był między innymi tryptyk Hansa Memlinga „Sąd Ostateczny”, który w latach 1473-1935 (z krótkimi przerwami) zdobił gdański kościół Mariacki, po czym został przekazany do Stadtmuseum i wraz z innymi eksponatami ewakuowany do Turynii, gdzie wpadł w ręce Rosjan. Do Polski wrócił z magazynów Ermitażu w ówczesnym Leningradzie.

Jednak wiele gdańskich skarbów, uznanych przez Rosjan za zdobyte mienie niemieckie, nadal leży w magazynach muzealnych w Moskwie i Petersburgu. Inne zostały zniszczone podczas działań wojennych lub wkrótce po wojnie. A jeszcze inne nie zostały dotychczas odnalezione.

A szuka się ich między innymi w miasteczku Skarszewy na Kociewiu, gdzie – jak twierdzą w Gdańsku – ukryto dwa skarby. I do dziś nie ma żadnych pewnych informacji o ich dalszym losie.

Gdzieś w okolicach Skarszew ma leżeć przede wszystkim fortuna Wernera Modrowa, właściciela majątku ziemskiego w Bolesławowie. Był to – zdaniem zarówno miejscowych Polaków, jak i Niemców – wyjątkowo porządny człowiek, w odróżnieniu od swego stryjecznego brata Ernsta Günthera, zażartego nazisty, który po wkroczeniu Niemców do powiatu kościerskiego na początku września 1939 roku został kreisleiterem NSDAP (szefem powiatowej instancji partii hitlerowskiej). Był organizatorem wysiedleń i masowych egzekucji Polaków z tegoż powiatu. Ponoć wkrótce po wojnie zmarł w alianckim więzieniu.

Natomiast Werner Modrow na przełomie lutego i marca 1945 roku,



FOT. – LESZEK ADAMCZEWSKI

Studnię Neptuna, ozdobę gdańskiego Głównego Miasta, po wojnie znaleziono ukrytą w jednej stodół w Hopowie.

gdy znaczna część Pomorza Gdańskiego opanowana była już przez Rosjan, w kilku bankach na mleko schował rodzinie kosztowności, z pomocą stangreta załadował je na bryczkę i samotnie wyjechał gdzieś w stronę pobliskiego jeziora. Wrócił po kilku godzinach. Bryczka była pusta...

W nocy z 7 na 8 marca Werner przygotował wypłatę dla pracowników swego majątku. Do kopert z od ręcznie wypisanymi nazwiskami (w tym również zatrudnionych w majątku jeńców wojennych, których traktował jak zwykłych pracowników) włożył po 50 marek. Potem poszedł do sypialni. Najpierw zastrzelił śpią-

cą żonę, sekundę później kilkuletniego syna Rudigera, a następnie sam sobie strzelił w głowę. Ocalała tylko starsza córka Marie-Luise, która w tym czasie przebywała w Berlinie.

W pobliże majątku Wernera Modrowa miał też trafić jeden z transportów ewakuacyjnych ze zbiorami gdańskiego Landesmuseum. Z kilku tysięcy przechowywanych tam eksponatów po wojnie udało się odzyskać zaledwie pojedyncze egzemplarze.

Czy reszta trafiła w ręce ludzi Denisowa? A może skarby z Landesmuseum nadal leżą ukryte gdzieś w okolicach Skarszew?...

### SENSACJE Z PRZESZŁOŚCI



**D**awny klasztor franciszkański, gdzie do 1945 roku znajdowało się gdańskie Stadtmuseum, był zniszczony. Spłonął dach oraz wszystkie sa-

le wystawowe na piętrze. Piwnice zalała woda. Jak ustalono, z dzieł sztuki, które pozostały w tym Muzeum Miejskim, większość strawił ogień. Zniszczony był także gmach Archiwum Gdańskiego, za to ocalał sąsiadujący z nim budynek Biblioteki Miejskiej, chociaż został on splądrowany i zdewastowany. W Oliwie spłonął nowy pałac opata, gdzie od 1927 roku mieściło się Staatliches Landesmuseum für Danziger Geschichte, które zajmowało się dokumentowaniem i eksponowaniem pamiątek obrazujących historię i kulturę Gdańska. Jednak eksponaty muzealne zostały kilka miesięcy wcześniej zapakowane do skrzyń i ukryte w różnych miejscach Gdańska oraz w okolicznych miejscowościach, a sam pałac opata zamieniono na magazyn.

Takie widoki zastał w zniszczonym Gdańsku profesor Jan Kilarński – jeden z członków polskiej grupy operacyjnej, która wiosną 1945 roku przyjechała nad Motławę. Przed wojną profesor był autorem książki o Gdańsku i dobrze znał jego historię, więc do tej grupy delegowało go Ministerstwo Kultury i Sztuki RP. Miał on ratować to, co jeszcze da się uratować.

Nigdy się nie dowiemy, czy profesor Kilarński wiedział o poszukiwaniach gdańskich skarbów przez brygadę trofiejną Komitetu do spraw Sztuki przy Radzie Komisarzy Ludowych ZSRR, dowodzoną przez podpułkownika Leontija Denisowa, chociaż rabunku dóbr kultury przez Rosjan nie mógł nie zauważyć. Na pewno współpracował ze znanym nam już majorem Lwem Charko, który jednak tę współpracę traktował jako jedno ze źródeł zdobywania informacji o ukrytych skarbach.

Ogłaszaj się w **TWOIM TYGODNIU**  
[twoj-tydzien@wp.pl](mailto:twoj-tydzien@wp.pl)  
**602 638 409**



# Twój TYDZIEŃ MOTORYZACJA

www.twojtydzien.pl

## GALERIA MOTO



# Upał za kierownicą



**Drażliwość, uczucie zmęczenia, utrata koncentracji i związany z tym opóźniony czas reakcji – to tylko niektóre z konsekwencji wpływu upału na kierowcę. Pomóc może rozsądnie używana klimatyzacja, odpowiedni ubiór i nawodnienie. Ale nie tylko o tym należy pamiętać, gdy wsiadamy za kierownicę w gorące dni.**

Pogoda może wpływać na po-

wstawanie niebezpiecznych sytuacji na drodze oraz na liczbę wypadków. Częściowo determinuje ona warunki panujące na drodze, a także niejednokrotnie sprawia, że zmienia się zachowanie kierowców. Wiele badań dotyczących zależności między pogodą a bezpieczeństwem ruchu drogowego uwzględnia sytuację na drodze podczas opadów deszczu. **Jednak wysokie temperatury pa-**

**nujące latem mogą również mocno dać się we znaki kierującym i nie należy ich lekceważyć.**

Upalna pogoda może wpływać zarówno na emocje, jak i na fizjologiczne reakcje kierującego. Wysokie temperatury sprzyjają zwiększonej drażliwości za kierownicą, uczuciu senności i utracie koncentracji. Wiąże się to ze zdolnością do prowadzenia samochodu i ma wpływ chociaż-

by na czas reakcji, który może być znacznie wydłużony. Podczas fali upałów zaczynamy planować jazdę o innych, czasem nietypowych dla nas porach dnia, co w połączeniu z krótszym i mniej głębokim snem spowodowanym wysokimi temperaturami w nocy skutkuje o wiele większym zmęczeniem, gdy wyjeżdżamy na drogę.

Nie jesteśmy w stanie zmienić pogody, możemy jednak ograniczyć negatywny wpływ i skutki upałów, gdy prowadzimy.

W czasie upalnych dni zachowanie optymalnej temperatury w wnętrzu pojazdu umożliwi klimatyzacja czy nawiew. Uważajmy jednak, aby różnica temperatur wewnątrz auta i na zewnątrz nie była zbyt duża, ponieważ może to negatywnie wpłynąć na nasze zdrowie.

Gdy na zewnątrz jest gorąco, wsiadamy za kierownicę w przewiewnych ubraniach z naturalnych tkanin i w jasnych kolorach. Nie zapominajmy o nawodnieniu i pamiętajmy o tym, by wychodząc z samochodu, nie zostawiać butelki z wodą na słońcu, na przykład na desce rozdzielczej.

Zwróćmy uwagę, aby parkować samochód w cieniu. Może przydać nam się mata i zasłonki przeciw-

słoneczne. Opuszczając auto, weźmy pod uwagę, że w czasie upału temperatura wewnątrz zamkniętego pojazdu jest o wiele wyższa niż na zewnątrz. Dlatego **nigdy nie pozostawiamy w nim dziecka, wychodząc z auta nawet na kilka minut.** Zaparkowanie w cieniu czy uchylenie szyby może nieco obniżyć temperaturę w samochodzie, ale to w takiej sytuacji zdecydowanie nie wystarczy – choćby krótki pobyt małego dziecka w zamkniętym pojeździe grozi tragedią. Takie warunki są również bardzo niebezpieczne dla zwierząt domowych.

W upalne dni dobrze działająca klimatyzacja to podstawa, dlatego warto sprawdzić jej stan podczas rutynowego przeglądu, a także przed wyjazdem na wakacje.

Dopilnujmy również właściwego stanu płynów w samochodzie i ciśnienia w oponach. Jazda na niedopompowanych oponach wiąże się z większym zużyciem paliwa i nierównomiernym zużyciem bieżnika. Nie brakuje kierowców, którzy w lecie poruszają się na zimowym ogumieniu, jednak pamiętajmy, że opony zimowe zużywają się wtedy o wiele szybciej, nadmiernie się nagrzewają i tracą swoje parametry.

**Gdy nadchodzi lato, kierowcy tracą czujność – błędnie zakładając, że w upalne dni akumulatorom nic nie zagraża. Tymczasem wysokie temperatury mają niekorzystny wpływ na ich kondycję. By uniknąć nieprzyjemnych zdarzeń na drodze i nie dopuścić do samorozładowania, wystarczy wdrożyć kilka nieskomplikowanych zasad.**

Wyjeżdżasz i zostawiasz auto na parkingu pod chmurką, gdzie stoi w pełnym słońcu? Po powrocie możesz się spodziewać przykrych niespodzianek w postaci rozładowanego akumulatora. Dlaczego? Odpowiedź jest łatwa. Podczas upałów rośnie temperatura pod maską samochodu, a reakcje chemiczne zachodzą szybciej. Gdy temperatura powietrza osiąga 30°C lub więcej, w nieużywanym samochodzie następuje dużo szybsze samorozładowanie. Gdy jeździmy autem codziennie, akumulator jest systematycznie doładowywany podczas jazdy. Wystarczy kilka dni na parkingu, by

## Akumulator latem

poziom jego naładowania spadł. Jak uniknąć przymusowego postoju i konieczności użycia kabli rozruchowych?

### 1. Sprawdzaj stan naładowania akumulatora

Napięcie w prawidłowo naładowanym akumulatorze wynosi 12,7 V lub więcej. Gdy jego wartość spadnie poniżej 12,5 V, to sygnał, że zaczął się rozładowywać. Aby nie dopuścić do jego samorozładowania, kontroluj systematycznie te wartości. Możesz to zrobić samodzielnie lub korzystając z pomocy sprawdzonego mechanika, dysponującego testerem nowej generacji. Przy jego udziale można sprawdzić akumulatory: EFB, AGM, GEL, a także klasyczne kwasowo-ołowiowe. Ocenę poziomu naładowania akumulatora można także wykonać samodzielnie przy pomocy woltomierza, podłączonego do gniazda zapalniczki samochodu.

**RADA:** Używając woltomierza, pamiętaj, że rzetelny wynik otrzy-

masz mierząc napięcie postojowe, co najmniej pół godziny po zakończeniu jazdy. Inaczej jego wartość będzie zawyżona.

### 2. Stosuj ładowanie zachowawcze

Jeśli latem nie korzystasz z pojazdu przez kilka dni, staraj się nie dopuścić do rozładowania akumulatora, stosując ładowanie zachowawcze. Pozwoli to zminimalizować skutki samorozładowania spowodowanego przez upał.

W tym celu możesz użyć inteligentnego prostownika, dzięki któremu w prosty sposób naładujesz swój akumulator. Urządzenie nie wymaga od użytkownika kontroli. Nie tylko ustala parametry i czas ładowania, ale również samo przerywa ładowanie, nie dopuszczając do przeładowania akumulatora.

**RADA:** Gdy do ładowania akumulatora używasz urządzenia starszej generacji, nie zapominaj o kontrolowaniu tego procesu, który w tym przypadku nie jest zautomaty-

zowany. Przeładowanie może doprowadzić do niekontrolowanego wzrostu temperatury elektrolitu i uszkodzenia akumulatora.

### 3. Zadbaj o czystość

Podczas eksploatacji akumulatora na jego obudowie, czy też pomiędzy biegunami, gromadzą się zanieczyszczenia: brud (np. pozostałości po oleju) i kurz. Nieczyszczone systematycznie klemy z czasem śniedzieją, a to skutkuje ograniczeniami w przepływie prądu. Brudny akumulator może ulec szybszemu samorozładowaniu.

Aby temu zapobiec, wystarczy zadbać o niego – czyszcząc go regularnie przy pomocy ściereczki i specjalnej szczoteczki do klem, która poradzi sobie także z zaśniedziałymi lub zabrudzonymi zaciskami.

**RADA:** Przy okazji czyszczenia klem sprawdź, czy nie są poluzowane i w razie potrzeby dobrze je dokręć. Luźne klemy mogą utrudniać przepływ prądu i powodować kłopoty z uruchomieniem pojazdu.

Niestabilne mocowanie może nawet skutkować szybkim rozładowaniem akumulatora.

### 4. Parkuj w cieniu i kontroluj poziom płynów

Jeśli chcesz uchronić akumulator przed rozładowaniem i przedłużyć jego żywotność, nie pozostawiaj go latem przez dłuższy czas w pełnym słońcu. Działanie promieni słonecznych na akumulatory jest tak znaczące, że producenci zalecają ich kontrolowanie już po ekspozycji słonecznej przy 20°C, ponieważ każde 10°C powyżej tej granicy przyspiesza zjawisko samorozładowania i to nawet dwukrotnie.

Przegrzanie silnika też może mieć niekorzystny wpływ na działanie auta. Aby tego uniknąć, dobrze jest kontrolować poziom oleju oraz uzupełniać płyn chłodzący w układzie chłodzenia.

**RADA:** W przypadku posiadania starszego typu akumulatora kwasowo-ołowiowego z dostępem do ogniw – należy sprawdzić poziom elektrolitu w każdym ogniwie. Jeśli jest go zbyt mało, konieczne jest uzupełnienie płynu wodą destylowaną.



# Autobus wodorowy

Hiszpański prywatny przewoźnik autobusowy Alsa nawiązał współpracę z Toyotą, by wspólnie zrealizować ambitny projekt wprowadzenia wodorowych autobusów do transportu miejskiego i międzymiastowego w Hiszpanii. Dzięki tej współpracy stolica kraju zyskała pierwszy autobus miejski z bezemisyjnym napędem wodorowym. CaetanoBus H2.CityGold z elektrycznym napędem na ogniwa paliwowe Toyoty obsługuje dwie regularne linie autobusowe w miejscowości Torrejón de Ardoz pod Madrytem, pokonując dziennie około 200-250 km. Drugi pojazd porusza się między hiszpańskimi miastami, aby zaprezentować mieszkańcom możliwości bezemisyjnego autobusu zasilanego wodorem.



Alsa to prywatny operator, który w Hiszpanii współtworzy system transportu publicznego. Spółka należąca do grupy National Express Alsa posiada około 4400 autobusów, które przewożą ponad 392 miliony pasażerów rocznie. W metropolii Madrytu autobusy Alsy obsługują wiele linii miejskich i międzymiastowych. Firma planuje do 2030 roku wymienić całą flotę na pojazdy bezemisyjne, w tym wodorowe.

## OSIEM WODOROWYCH AUTOBUSÓW W BARCELONIE

H2.CityGold trafił już także do użytku w Barcelonie, gdzie miejskie przedsiębiorstwo transportu TMB zamówiło osiem takich pojazdów. CaetanoBus dostarczyło pierwszy pojazd w marcu tego roku. Bezemisyjne autobusy będą pokonywać po kilkaset kilometrów dziennie, a do ich tankowania powstał w Strefie Wolnego Handlu w Barcelonie pierwszy w Hiszpanii zakład produkcji zielonego wodoru.

## BEZEMISYJNY AUTOBUS NA WODÓR

H2.CityGold to efekt współpracy Toyoty z portugalskim producentem autobusów CaetanoBus, którego Toyota jest współwłaścicielem od 2020 roku. Autobus H2.City Gold to pierwszy produkowany w Europie pojazd, który otrzymał technologię wodorową Toyoty. Ogniwa paliwowe o mocy 60 kW dostarczają prąd do silnika elektrycznego 245 KM. Autobus otrzymał 5 kompozytowych, 312-litrowych zbiorników, które łącznie mieszczą do 37,5 kg wodoru pod ciśnieniem 350 barów. Zatkanowanie ich do pełna trwa 9 minut. Pojazd zużywa około 6 kg na 100 km, a jego średni zasięg wynosi 400 km. W 12-metrowym autobusie mieści się do 87 pasażerów.

## WODOROWE INWESTYCJE TOYOTY W EUROPIE

Współpraca z hiszpańskimi przewoźnikami to kolejny przykład zaangażowania Toyoty w rozwój rynku wodorowego w Europie. W 2015 roku marka wprowadziła do salonów wodorowego sedana Mirai, którego druga generacja weszła do sprzedaży w Europie, w tym w Polsce w 2021 roku. W maju tego roku razem z Air Liquide i CaetanoBus Toyota rozpoczęła wspólne prace nad jednoczesną rozbudową infrastruktury wodorowej i flot pojazdów.

Aby włączyć w rozwój wodorowego transportu jak największą liczbę partnerów, firma uruchomiła w Brukseli produkcję modułów ogniwa paliwowych drugiej generacji, które mogą być łatwo wykorzystywane przez producentów z różnych branż. Jednym z pierwszych zastosowań jest prototypowy pociąg elektryczno-wodorowy FCH2RAIL, zdolny do bezemisyjnej jazdy zarówno gdy jest podłączony do trzyci elektrycznej, jak i na trasach, na których zwykle korzysta się z lokomotyw spalinowych. Jest to wspólne przedsięwzięcie firm i instytucji z Belgii, Niemiec, Hiszpanii i Portugalii, w tym hiszpańskiego centrum badań nad wodorem Centro Nacional de Hidrogeno (CNH2), producenta pociągów CAF, hiszpańskiej kolei państwowej Renfe oraz Toyota Motor Europe.

Toyota jest także strategicznym udziałowcem francuskiej firmy EODEV, produkującej generatory oparte na ogniwach paliwowych z Mirai drugiej generacji. W ofercie EODEV znajdują się generatory stacjonarne i do stosowania w morskich jachtach.

# Tajemnicze nazwy modeli CUPRA



## CUPRA ATECA – SAMOCHÓD ZE SŁONECZNĄ DUSZĄ

Nazwa dynamicznego SUV'a manifestuje hiszpański rodowód CUPRY. Ateca to słoneczna, wzgórzysta miejscowość w regionie Aragonii, która jest miejscem chętnie odwiedzianym przez mieszkańców Madrytu oraz Saragossy wybierających się na odpoczynek za miastem.

Producenci marki wybrali tę nazwę, by oddać energiczny temperament samochodu oraz podkreślić jego SUV'owy charakter, który pozwala na komfortową jazdę na pozamiejskich, malowniczych drogach występujących w terenie Ateki.

Samochód łączy w sobie finezję hiszpańskich projektantów ze sportowym duchem. Szczególnie dynamiczny jest design auta: 19-calowe aluminiowe felgi, silnie zarysowana linia samochodu, wyprofilowana maska oraz pełne światła LED nadają niepowtarzalnego wyglądu. Całość dopełniają aluminiowe detale w miedzianym kolorze.

## CUPRA LEON – AUTO ZE SPORTOWYM ZACIĘCIEM

Leon to sportowe auto stworzone z myślą o jeździe w mieście. Inspiracją dla zespołu projektantów CUPRY stała się hiszpańska miejscowość León, której określenie wywodzi się od łacińskich słów Legio Septima Gemina, oznaczających nazwę legionu rzymskiego, któremu przypisuje się założenie tej aglomeracji. Wybór nazewnictwa nie był przypadkowy, urbanistyczny krajobraz miejsca łączy w sobie klasykę, którą uzupełniają nowoczesne budynki.

Efektowny i sportowy design tego pojazdu podkreślają ekspresyjne linie nadwozia oraz charakterystyczne dla stylistyki CUPRY miedziane obudowy lusterek. Zamontowane hamulce Brembo zapewniają zwiększoną moc hamowania, a sportowe siedzenia zaprojektowane z wlotami powietrza nadają oryginalny styl oraz charakter temu miejskiemu autu ze sportowym zacięciem.

## CUPRA – NOWE ODSŁONY

Terramar, Tavascan oraz UrbanRebel – to trzy nowe modele CUPRY, które zostały zaprezentowane na czerwcowym wydarzeniu Unstoppable Impulse w Barcelonie.

Elektryczny SUV Terramar zawdzięcza swoją nazwę torowi wyścigowemu Automodromo de Stiges-Terremar, zbudowanemu w latach 20. pod Barceloną. To nawiązanie nie tylko podkreśla hiszpańskie pochodzenie CUPRY, ale jest także ważnym aspektem w historii marki - właśnie w tym miejscu zainaugurowano jej powstanie.

Z kolei długo wyczekiwana CUPRA Tavascan swoją nazwę zawdzięcza urokliwej, niewielkiej miejscowości położonej w prowincji Lleida w Katalonii. Niezwykle malownicze miejsce, w którym krajobraz Pirenejów przeplata się z rozległymi dolinami, dostarczył projektantom CUPRY inspiracji. Tavascan wyróżnia się swoim ekspresyjnym designem, który według twórców odzwierciedla wizję przyszłości motoryzacji.

Ostatni z zaprezentowanych modeli to koncept UrbanRebel – buntownicza wersja miejskiego samochodu elektrycznego. Jaką nazwę produkcyjną nadadzą mu Hiszpanie? Tego dowiemy się w 2025 roku.

Projektanci motoryzacyjni, wybierając odpowiednią nazwę dla samochodów, inspirowali się wieloma dziedzinami. Od najprostszych skojarzeń, jakimi są nazwiska twórców pojazdów, po astronomię, cyfry czy kody numeryczne. Motywacją dla designerów CUPRY przy wyborze określeń poszczególnych pojazdów stała się inspiracja krainami geograficznymi, miastami oraz klimatycznymi miejscami w Hiszpanii. Unikalną strategią marki jest także konsekwentne unikanie oznaczeń nazwy konkretnego modelu na karoserii samochodu.

Formentor, Born, Ateca, Leon - nazwy modeli marki CUPRA odnoszą się do ich hiszpańskiego rodowodu i nawiązują do terenów zlokalizowanych na mapie Półwyspu Iberyjskiego. Ten wybór nie był przypadkowy, konotacje z określeniami konkretnych miejsc odnoszą się do historii marki i dodatkowo oddają jej temperament.

Zespół CUPRY przy wyborze nazewnictwa pojazdów postawił na oryginalność, tym samym zrezygnował z prostych skojarzeń, jakimi są cyfry bądź nazwiska twórców poszczególnych marek samochodowych. Producent zdecydował się też na nietypowe rozwiązanie – żaden z samochodów marki nie został oznaczony swoją nazwą na klapie bagażnika pojazdu.

## CUPRA FORMENTOR – AUTO RZEźBIONE PRZEZ NATURĘ

Formentor to autorski model CUPRY, którego wyróżnia ekspresyjny i sportowy design. Nazwa modelu wywodzi się od północnego przylądka Majorki Cap de Formentor. Wybór tego określenia nie był przypadkowy. Projekt poszczególnych elementów nadwozia auta nawiązuje do surowego klifowego krajobrazu wyspy. Mocno zarysowana linia, boczne wyraziste wypukłości, 19-calowe felgi w miedzianym kolorze podkreślają zdecydowany i dynamiczny charakter crossovera.

Samochód dostępny jest w dedykowanych barwach: matowym odcieniu Petrol Blue Matt, Magnetic Tech Matt oraz Graphen Gray. Oryginalny design auta został doceniony przez światowych ekspertów, którzy przyznali mu prestiżową nagrodę Red Dot Award w 2021 roku.

## CUPRA BORN – MARIAŻ ELEKTRYCZNYCH EMOCJI

Najmodniejsze kawiarnie, restauracje, luksusowe butik, wielkomiejski klimat połączony z architekturą wywodzącą się ze średniowiecza – tak prezentuje się tętniąca życiem dzielnica el Born w Barcelonie. Nazwa pierwszego elektrycznego modelu CUPRY została zainspirowana tą klimatyczną częścią hiszpańskiego miasta.

Bezemisyjny samochód oferowany jest w wersji silnikowej o mocy nawet do 231 KM i maksymalnym momencie obrotowym 310 Nm. Dodatkowo, auto jest napędzane na tylną oś i można je doładować w zaledwie 7 minut, aby wydłużyć o kolejne 100 km.

Borna wyróżnia także jego wnętrze. Kubełkowe fotele obszyte materiałem SEAQUAL YARN, tkaniną z włókien polimerowych, pozyskiwanych z recyklingu plastiku wylowionego z mórz i oceanów.

**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](mailto:auto288@wp.pl)