

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

**Nowe  
szczepionki  
– szansa na  
zdrowie**

strona 3

**FELIETON**

**Tomasz  
Mańkowski  
Zwycięzimy...**

strona 4

**JUBILEUSZ TTW**

**Robert Kubica  
Nie mam  
wrogów  
na torze**

strona 5 i 15

**SUCHY LAS**

**Szkoła  
pełna  
półprawd...**

strona 6 i 12

**MOTO**

**Centralna  
poduszka  
powietrzna**

strona 15

**Twój TYDZIEŃ  
WIELKOPOLSKI  
w WERSJI  
ELEKTRONICZNEJ NA  
[www.twojtydzien.pl](http://www.twojtydzien.pl)**

**Czytaj dodatek Z SUCHEGO LASU**

# Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI

Najchętniej czytany  
w WIELKOPOLSCE

Ukazuje się od 15 maja 2002 roku

ATRAKCYJNE  
CENY!



**RENAULT**

AUTO DRAP  
SERWIS GWARANCYJNY  
I POGWARANCYJNY

TEL. 61 868-44-61  
POZNAŃ-ŁAWICA,  
UL. ŻŁOTOWSKA 83/85  
[WWW.AUTODRAP.PL](http://WWW.AUTODRAP.PL)

Rok XXI

Numer 11-12 (508-509)

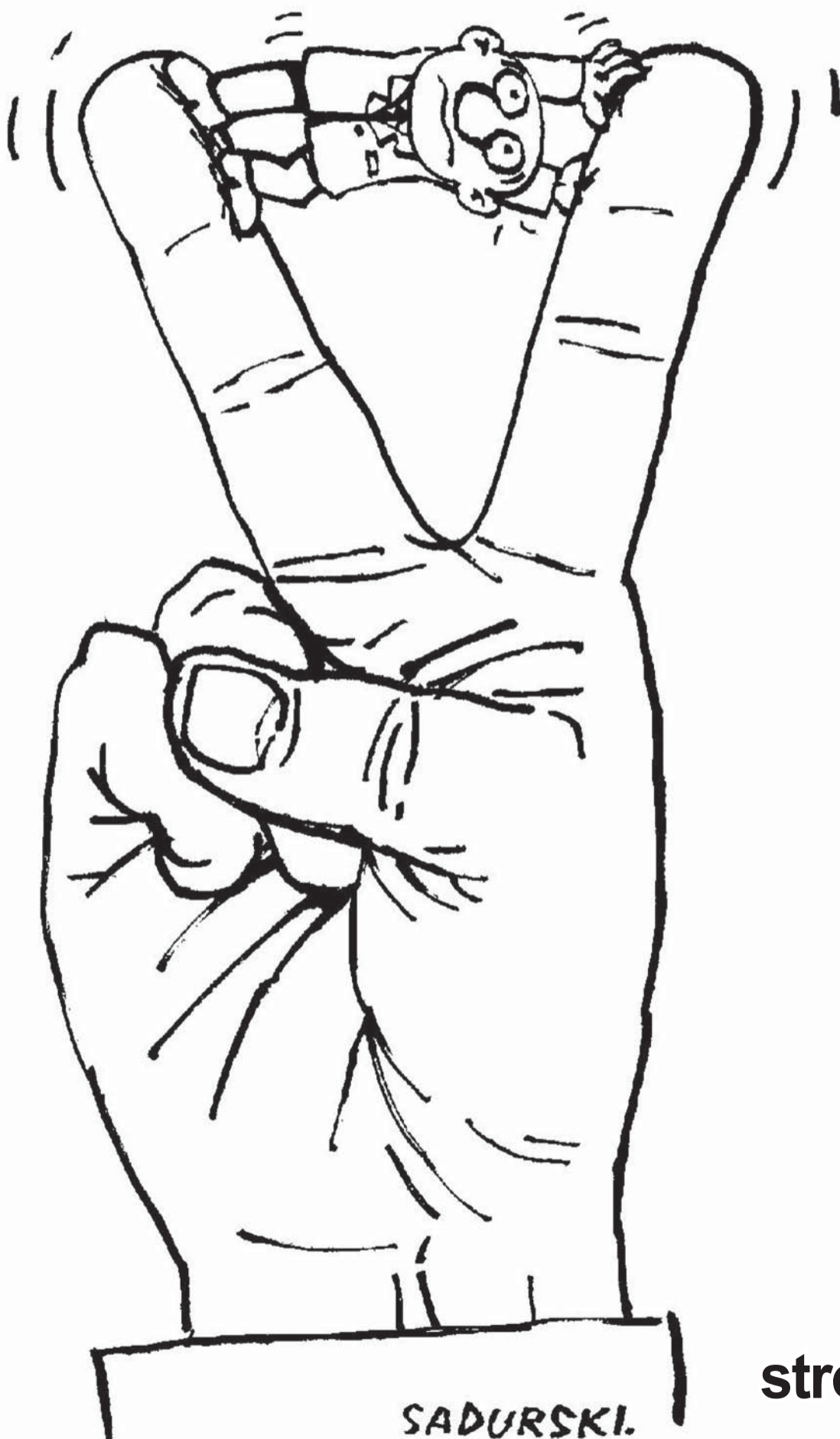
7 czerwca 2023

ISSN 1734-5294

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

e-mail: [twoj-tydzien@wp.pl](mailto:twoj-tydzien@wp.pl)

GAZETA BEZPŁATNA



strona 3



## CIEKAWOSTKI KOSMETYCZNE

# Charlotte Tilbury perfumerii Sephora

Kultowa, brytyjska marka kosmetyczna – Charlotte Tilbury Beauty – założona przez Charlotte Tilbury wizażystkę gwiazd i MBE (laureatkę najwyższego Orderu Imperium Brytyjskiego) to wielokrotnie nagradzana marka luksusowych kosmetyków do makijażu i pielęgnacji skóry. Rozszerzyła właśnie współpracę z siecią perfumerii SEPHORA. Produkty marki kupić można już od 2021 roku na [www.sephora.pl](http://www.sephora.pl), a teraz kosmetyki Charlotte Tilbury Beauty dostępne są na wyłączność w perfumeriach stacjonarnych Sephora w całej Polsce.

Charlotte Tilbury jest jedną z najbardziej znanych na świecie kobiet-przedsiębiorców i artystek makijażu. W swojej 30-letniej karierze wyróżniła się jako kreatywna wizjonerka. Zrewolucjonizowała oblicze światowego przemysłu kosmetycznego, przekuwając swoją wiedzę artystyczną w łatwe w użyciu porady i triki. Charlotte wierzy, że każdy, niezależnie od wieku, zasługuje na to, by czuć się i wyglądać jak najpiękniejsza wersja siebie.

- Cieszę się, że mogę podzielić się wszystkimi moimi sekretami piękna z klientami Sephora Polska! Zapraszam do odrywania mojej magicznej marki makijażowej i dającej natychmiastowe efekty odżywienia skóry, linii pielęgnacyjnej, w Waszej ulubionej perfumerii Sephora – powiedziała Charlotte Tilbury MBE. Kosmetyki Charlotte Tilbury Beauty mają upiększać przy użyciu składników najwyższej jakości prezentowanych w charakterystycznych luksusowych opakowaniach.

**Matowa, aksamitna pomadka** (odcień Pillow Talk) sprawia, że usta wyglądają na młodsze i zdrowsze. Wyciąg z drzewa szminkowego (antyoksydacyjny) i łagodzący ekstrakt z orchidei, zmiękcza, chronią i nawilżają usta. Odbijające światło pigmenty 3D tworzą iluzję rozświetlonych od środka ust. Cena: 169 zł. **Konturówka do ust Lip Cheat** (odcień Pillow Talk) tworzy super gładką kreskę. Dzięki wodoodpornej formule, kolor nie wyciera się i pozostaje na miejscu, by makijaż ust był perfekcyjny przez cały dzień. Cena: 125 zł.

**Airbrush Bronzer Charlotte Tilbury to Matowy bronzer do twarzy i ciała** (cena: 255 zł), który dzięki zastosowaniu kwasu hialuronowego zapewnia efekt wygładzenia skóry. Ma takie same właściwości upiększające jak **Puder matujący Airbrush Flawless Finish**, dzięki lekkim, bardzo drobno zmielonym pigmentom, które redukują widoczność porów i wygładzają skórę. Dodatkowo puder zapobiega nadmiernej produkcji sebum i nadaje cerze rozświetlony wygląd. Mini Airbrush Flawless (format podróżny) - cena: 119 zł. **Lekki, matowy podkład do twarzy** to połączenie pielęgnacji i kosmetyku do makijażu. Lekka, lecz kryjąca formuła, daje efekt naturalnego matowego wykończenia przez cały dzień. Podkład zawiera kompozycję magicznych składników Charlotte Tilbury: kompleks REPLEXIUM®, który zmniejsza widoczność zmarszczek, MossCellTec™ nr 1 - wzmacnia nawilżenie skóry i AirCool™ - zapewnia natychmiastowe uczucie świeżości! Podkład dostępny jest w aż 44 odcieniach. Wodoodporna formuła odporna jest na pot, wilgoć oraz ścieranie. Cena: 235 zł

**Wydłużający tusz do rzęs** zapewnia rzęsom długotrwałą objętość i wydłużenie, dzięki unikalnym składnikom. Polimer z drzewa modrzewiowego pomaga uzyskać magiczny efekt podniesienia rzęs. Naturalne woski – wosk Carnauba i wosk mikrokrystaliczny wzbogacają formułę dla efektu sztucznych rzęs. Składniki stylizujące – tworzą iluzję elastyczności i wydłużenia, zapewniając rzęsom większą objętość i efekt podniesienia. Biomimetyczna keratyna – zapewnia intensywny efekt odżywienia pojedynczych włókien włosa, aby rzęsy zyskały jeszcze większą objętość. Cena: 155 zł.

**Rozświetlacz z aplikatorem Beauty Light Wand od Charlotte Tilbury** to najpiękniejszy rozświetlacz inspirowany cyfrowymi sztuczkami prosto z Hollywood! Pięknie odbija światło, zapewniając rozmyty blask w stylu soft-focus, który sprawia, że promieniejsz szczęściem. Aplikator - miękka poduszczyca równomiernie rozprowadza produkt na kościach policzkowych. Szybko zastyga, ale efekt mokrego rozświetlenia utrzymuje się przez cały dzień! Rozjaśniające pigmenty zapewniają transparentne i promienne wykończenie. Cena: 189 zł

**Krem do twarzy na dzień Charlotte's Magic Cream** wielokrotnie nagradzany ultra-nawilżacz do codziennego użytku jest legendą za kulisami. Charlotte po raz pierwszy użyła **Magic Cream**, aby nawilżyć matową, zmęczoną skórę modelek na tygodniach mody. Dzięki unikalnej, złożonej kombinacji olejków i składników aktywnych, ten luksusowy krem nawilżający nawadnia, łagodzi i natychmiast zmiękcza skórę. Cena: 325 zł / 30 ml.

## Delikatna higiena

**AA Intymna for Girls Pure Pastelle Delikatna emulsja do higieny intymnej** (300 ml - 14,99 zł) dzięki minimalistycznej formule wspiera naturalną mikroflorę. Emulsja łagodnie myje zapewniając komfort i długotrwałe uczucie świeżości. Co ją wyróżnia? Badania kliniczne – testy dermatologiczne z udziałem osób z alergicznymi chorobami skóry, formuła z kwasem mlekowym dla odpowiedniego pH miejsc intymnych, łagodne, bezpieczne substancje myjące, ochrona mikroflory dzięki zawartości probiotyków i prebiotyków i brak substancji zapachowych i barwników. **AA Pure Pastelle Delikatne** chusteczki do higieny intymnej (7,99 zł - 15 szt.) zapewniają łagodne wsparcie naturalnej mikroflory oraz przywracają uczucie świeżości. Używaj zawsze, kiedy potrzebujesz - w domu, w pracy, w szkole, po wysiłku fizycznym, w trakcie menstruacji. Formuła z kwasem mlekowym, zawartość prebiotyku, brak substancji zapachowych i barwników.



## ZIAJA na lato

**BALTIC HOME SPA fit Lekki krem nawilżająco-dotleniający do twarzy** (wegański, 95% składników pochodzenia naturalnego) zawiera algę oceaniczną dla ochrony skóry przed: wolnymi rodnikami, stresem oksydacyjnym, niebieskim światłem (HEV Light). Odświeża i tonizuje, nawilża i wygładza zmarszczki, poprawia koloryt cery (50 ml, 12,68 zł). **BALTIC HOME SPA witalizacja** wegański Cu-



**krowo-solny peeling do ciała** z efektem wygładzenia **Morela ume** to średnioziarnisty peeling o nasyconej i przyjemnej konsystencji. Wygładza szorstki naskórek, pielęgnuje skórę i pozostawia ją przyjemnie pachnącą. (300 ml, 24,53 zł).

**Liście Zielonej Oliwki peeling drobnoziarnisty** na twarz, dłonie i ciało w delikatnym i pachnącym żelu do każdego rodzaju skóry (95% składników naturalnych). Wygładza i odświeża, usuwa martwe komórki naskórka. Esencja z liści zielonej oliwki zawiera oleuropeinę - naturalny przeciwutleniacz i substancję łagodzącą. Mikrogranulki łatwo oczyszczają skórę i zapobiegają powstawaniu zaskórników (200 ml, ok. 13,23 zł). **ANANAS Antyperspirant kontrol** niezawodnie chroni przed poceniem. Szybko wysycha, nie brudząc ubrań. Ma świeży i przyjemny zapach. (60 ml, ok. 9,18 zł) **ANANAS Energetyzująco-nawilżająca mgiełka do ciała z kofeiną** (98% składników pochodzenia naturalnego) to świeże i odprężające nawilżenie oraz przyjemny zapach (200 ml, ok. 9,61 zł). **Seria Pomarańczowa Żel pod prysznic** (wegański) przywraca uczucie świeżości i komfortu. Zawiera delikatne roślinne składniki myjące, nie wysusza i nie powoduje podrażnień (500 ml, 9,78 zł).

**ZIAJA** poleca też słoneczne nowości. **Sopot Sun Emulsja do twarzy i ciała fotostabilna wodoodporna SPF 30** (wegańska) poza UVA i UVB chroni również przed światłem niebieskim HEV i podczerwoną IR. Sprawdza się w trakcie aktywności sportowych. Zawiera masło Thea, roślinną glicerynę i biodegradowalne filtry UV bezpieczne dla ekosystemów wodnych (100 ml, 23,99 zł). **ZIAJKA** wegański **Krem do twarzy SPF 30 wodoodporny dla dzieci powyżej 3 miesiąca życia** to wysoka ochrona UVA i przed światłem widzialnym HEV. Ma biodegradowalne filtry UV bez wpływu na stan raf koralowych. Zawiera masło shea, mleczko czufa i witaminę E, które pielęgnują skórę (50 ml, 16,30 zł). Kosmetyki są dostępne na [ziaja.com](http://ziaja.com).

**ZIAJA** poleca też słoneczne nowości. **Sopot Sun Emulsja do twarzy i ciała fotostabilna wodoodporna SPF 30** (wegańska) poza UVA i UVB chroni również przed światłem niebieskim HEV i podczerwoną IR. Sprawdza się w trakcie aktywności sportowych. Zawiera masło Thea, roślinną glicerynę i biodegradowalne filtry UV bezpieczne dla ekosystemów wodnych (100 ml, 23,99 zł). **ZIAJKA** wegański **Krem do twarzy SPF 30 wodoodporny dla dzieci powyżej 3 miesiąca życia** to wysoka ochrona UVA i przed światłem widzialnym HEV. Ma biodegradowalne filtry UV bez wpływu na stan raf koralowych. Zawiera masło shea, mleczko czufa i witaminę E, które pielęgnują skórę (50 ml, 16,30 zł). Kosmetyki są dostępne na [ziaja.com](http://ziaja.com).

## Poczuj moc roślin!



Wyjątkowe połączenie bogatej konsystencji oraz kwiatowych nut zapachowych serii **Power of Plants Opuncja LIRENE** zapewnia niezwykłą przyjemność stosowania. **Power of Plants Hydrolat z opuncji** (24,99 zł, 100 ml) to naturalna woda z opuncji, która powstała w procesie destylacji świeżych roślin parą wodną. Zawarte w nim cenne substancje (w tym olejek eteryczny) wygładzają i nawilżają, pozostawiając skórę miękką i odświeżoną. **Wygładzająca pianka myjąca Opuncja** (18,99 zł, 150 ml) usuwa z twarzy wszelkie zanieczyszczenia i makijaż, pozostawiając ją miękką i nawilżoną. Zawarty w niej 100% hydrolat z opuncji nawilża i wygładza, a witamina C chroni skórę. **Power of Plants Wygładzający olejkowy żel pod prysznic Opuncja** (19,99 zł, 200 ml) nawilża i hamuje utratę wody, chroniąc przed wysuszeniem. **Wygładzający balsam do ciała Opuncja** (25,99 zł, 200 ml) ujędnia i poprawia kondycję skóry ze skłonnością do cellulitu i rozstępów. Jego składniki aktywne to: witamina E, masło Shea, olej z winogron i ekstrakt z opuncji. Szybko się wchłania, pozostawiając skórę gładką i aksamitną z kwiatowym zapachem.

## Nawilżenie już w 5 sekund

Zapewnij skórze głębokie i błyskawiczne nawilżenie dzięki kosmetykom serii **Lirene AQUA BUBBLES**. **Nawadniający hydrożel** (26,99 zł, 50 ml) o ultra lekkiej formule doda energii skórze. 4 formy kwasu hialuronowego, nawadniają i utrzymują nawilżenie. Żelowa konsystencja zapewnia szybkie wchłanianie. Witaminowe mikrokapsułki uwalniają witaminy. **Głęboko nawilżający hydrokrem** (26,99 zł, 50 ml) z bogatą w składniki i lekką formułą gwarantuje ekspresowe wchłanianie i regenerację skóry. **AQUA BUBBLES Głęboko nawilżające hydroserum** (29,99 zł, 30 ml) innowacyjny preparat z kwasem hialuronowym, wodą morską i mikrokapsułkami witaminowymi zadba o nawilżenie i odżywienie. Witamina E (tokoferol), cynk i miedź (Copper Acetylenation) spowalniają procesy starzenia się skóry. **Nawadniająca pianka do mycia twarzy** (19,99 zł, 150 ml) odżywia i nawadnia skórę, przywracając jej zdrowy wygląd. Lekki, nawadniający **tonik do twarzy** wzbogacony jest wodą morską, elektrolitami i kwasem hialuronowym (18,99 zł, 200 ml). **Nawilżający żel myjący** (18,99 zł, 150 ml) dzięki zawartości kapsulek witaminowych, elektrolitów i aloesu nawilży i oczyści skórę.



STRONĘ PRZYGOTOWAŁA MONIKA MAŃKOWSKA



# Nowe szczepionki – szansa na zdrowie

Rozmowa z prof. dr hab. n. med. **LESZKIEM SZENBORNEM** – kierownikiem Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych Uniwersytetu Medycznego i Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu, wiceprzewodniczącym Polskiego Towarzystwa Wakcynologii



pasiec wędruje w naszym ciele do skóry i objawia się jako zmiany w postaci rumienia, wysypki pęcherzykowej czy owrzodzenia. Można go wtedy łatwo rozpoznać: występuje po jednej stronie ciała w postaci zgrupowania zlewających się pęcherzyków na rumieniowym podłożu. Jednak już w czasie tej wędrówki wirusa, jeszcze zanim lekarz może postawić rozpoznanie, pacjenci często przez kilka tygodni skarżą się na przeczulicę: odczuwają pewien dziwny rodzaj dokuczliwego bólu przy dotyku czy nawet zmianie temperatury. Przewlekłym powikłaniem choroby często jest dotkliwy nerwoból, ale także obniżone czucie. W przypadku rogówki oka może to być bardzo niebezpieczne, bo pacjent nie czuje na przykład jej podrażnienia przez ciało obce.

**- Z badań wynika, że ryzyko zachorowania wzrasta gwałtownie po 50 roku życia. Dlaczego tak się dzieje?**

- Rzeczywiście tak jest, choć półpasiec zdarza się też u tych dzieci, które zakażenie wirusem ospy wietrznej przeżyły w życiu płodowym albo we wczesnym dzieciństwie. Natomiast po 50 roku życia wskaźniki zapadalności wzrastają wielokrotnie. Cztery z

pięciu wszystkich przypadków półpaśca we wszystkich krajach świata, niezależnie od rasy, to właśnie ludzie po pięćdziesiątce. Więcej chorych jest w krajach o wyższej przeżywalności. Im starsze społeczeństwo, tym więcej przypadków półpaśca.

**- Od czego zależy intensywność choroby?**

- Z reguły tego nie wiemy. Natomiast możemy podejrzewać bardzo ciężki przebieg półpaśca u osób z zaburzoną odpornością komórkową. To na przykład pacjenci zakażeni wirusem HIV czy po przeszczepach. O ciężkości półpaśca stanowi jednak nie tylko samo zakażenie i

wysypka, ale też jego lokalizacja. Półpasiec na nodze, jeśli nie występują nerwobóle, nie jest tak wielkim problemem jak półpasiec na głowie. Chodzi szczególnie o postać oczną czy uszną, które nie dość, że powodują ból i nas okaleczają, to jeszcze na dodatek trwale oszpecają.

**- Ból towarzyszy pacjentowi zarówno w samym zaostrzeniu choroby, jak i bardzo często długo po zakażeniu.**

- Mamy aż trzy fazy bólu związanego z półpasćcem. Pierwsza to przeczulica, gdy pacjent nawet jeszcze nie wie, że ból jest spowodowany wędrówką wirusa, a sama choroba dopiero się pojawi. Później występuje utrzymujący się około miesiąca, bardzo dotkliwy ból ostry. I w końcu u części pacjentów występuje neuralgia popółpaścowa, rozpoznawana w sytuacji, gdy ból utrzymuje się powyżej 90 dni. Występowanie tego poważnego powikłania może być nawet przyczyną samobójstw. Wśród starszych Amerykanów to piąta przyczyna śmierci samobójczej.

**- Występowanie neuralgii zależne jest też od wieku, występuje ona aż u połowy chorych powyżej 70 roku życia.**

- Zatrzymajmy się jeszcze na moment przy powikłaniach popółpaścowych, bo tak naprawdę to one są dla pacjenta najbardziej dokuczliwe... Podsumujmy zatem: często występujące powikłania to niebezpieczna lokalizacja, ból ostry, ból przewlekły i neuralgia popółpaścowa. Zdarzają się też rzadkie powikłania w postaci zapalenia naczyń. Jeżeli do tego zapalenia dochodzi w ośrodkowym układzie nerwowym, to jego efektem może być udar. Udowodniono, że zakażenie wirusem półpaśca stwarza dwa razy wyższe ryzyko udarów, które z kolei w przypadku półpaśca ocnego wzrasta nawet do czterech i pół raza. Ważne jest też to, że do udaru wcale nie dochodzi bezpośrednio po chorobie, ale z opóźnieniem.

**- Czy osoba z półpasćcem jest zaraźliwa dla otoczenia?**

- Niestety, tak. To jest przecież osoba, która aktywnie wydalą wirusy. W przypadku półpaśca ta zaraźliwość jest ograniczona i związana z lokalizacją. Półpasiec zlokalizowany na oku lub na śluzówkach jamy ustnej będzie bardziej zaraźliwy niż zmiany zlokalizowane pod ubraniami.

W sytuacji, kiedy dochodzi do kontaktu osoby chorej na półpasiec z osobą, która dotychczas nie chorowała na ospę wietrzną, istnieje ryzyko przeniesienia wirusa na osobę

wrażliwą i rozwoju u tej osoby ospy wietrznej.

**- Półpasiec to poważna choroba, na którą prawdopodobnie większość z nas zachoruje. Jednocześnie to choroba, przed którą łatwo możemy się chronić.**

- Tak, ale tę możliwość mamy dopiero od niedawna. Dostępna jest tak zwana szczepionka zabita, która może być stosowana nawet u osób z wysokim ryzykiem wystąpienia półpaśca, czyli u osób z chorobami współistniejącymi i z zaburzoną odpornością. Badania potwierdzają, że jest ona bezpieczna i pozostawia odporność na dłuższy czas. W celu uzyskania optymalnej ochrony istnieje konieczność przyjęcia dwóch dawek szczepionki.

**- Kto powinien pomyśleć o tym szczepieniu?**

- W Polsce rekomendujemy je wszystkim osobom po 50 roku życia i tym po skończeniu lat 18, które są obciążone dodatkowymi czynnikami ryzyka. Szczepionka nie nadaje się do profilaktyki ospy wietrznej.

**- Jakie są dodatkowe czynniki ryzyka, które trzeba wziąć pod uwagę podejmując decyzję o szczepieniu?**

- Szczepionkę należy proponować pacjentom poradni onkologicznych, pacjentom po przeszczepach narządów litych, a także szpiku, chorym z wirusem HIV i pacjentom z tak zwanymi chorobami reumatologicznymi. W wielu chorobach stosuje się obecnie leczenie biologiczne, które jest często związane z przejściowym upośledzeniem odporności i będzie zwiększało ryzyko zachorowania na półpasiec. Myślę, że lekarze szybko dowiedzą się o możliwości pomocy tym pacjentom, bo szczepionka jest sprawdzona i nie wywołuje zaostrzeń choroby podstawowej. Jestem pewien, że będzie chętnie stosowana.

**- Szczepionka przeciw półpaścowi to absolutna nowość w Polsce. A co jeszcze mamy na horyzoncie?**

- Najbliższe są teraz metody zapobiegania skutkom zakażeń wirusem RS (RSV) – szczepionki i specyficzne przeciwciała. Zawirowania post pandemiczne doprowadziły do kumulacji zachorowań wywołanych zakażeniami i w ostatnich dwóch sezonach było ich naprawdę wiele. Ci, którzy się nie zarazili, nie mają odporności. Wbrew temu, co się często słyszy, przyjmowanie witamin i suplementów diety nie ma zasadniczego znaczenia w kształtowaniu odporności na wirusy. Odporność nabywa się tylko na dwa sposoby:

*Dokończenie na stronie 12*

- Prawie każdy z nas w dzieciństwie przechodził ospę wietrzną. Jednak niewiele osób wie, że wiąże się z nią inna choroba, na którą zapaść możemy w każdym momencie naszego życia.

- Mowa o półpasćcu, który jest drugą, wtórną postacią zakażenia wirusem ospy wietrznej. Rzeczywiście, nie wszyscy o tym wiedzą.

- Ocenia się, że jedna na trzy osoby zachoruje na półpasiec w ciągu życia. Gdzie i jak w organizmie ten wirus czeka, żeby potem, często w najmniej odpowiednim momencie, zmanifestować się chorobą?

- Wirus, o którym mówimy, potrafi przetrwać w komórkach układu nerwowego, zwojach przykręgosłupowych czy zwojach nerwów czaszkowych i jest tam nieśmiertelny. Nie wiąże się z jądrem komórek, czeka sobie spokojnie, aby potem się reaktywować. Wcale nie musi to być moment ciężkich zaburzeń odporności, dlatego nie jesteśmy w stanie przewidzieć ani kiedy, ani w jakim miejscu dojdzie do ujawnienia się drugiego oblicza zakażenia tym wirusem. A właśnie od tego miejsca zależy poziom złośliwości choroby. Drogą nerwów czuciowych, w których pierwotnie przetrwał, pół-



## KARYKATURA SHOW

„Jeden z najszybszych karykaturzystów świata”

Cata Polska ...Europa, USA, Australia

www.karykatury.com • karykatury@onet.pl



Firmowe eventy, konferencje, targi, wesela...



## UŚMIECHNIJ SIĘ

Skazali gościa na śmierć  
Jednak był tak gruby, że się nie mieścił na krześle elektrycznym. Zarządzili dietę. Po tygodniu o chlebie i wodzie - koleś zamiast schudnąć, przytył 10 kilo. Na krześło nijak się nie mieści. Zarządzili tylko wodę - znów przytył 10 kg. Postanowili nic mu nie dawać. Koleś zamiast chudnąć, poprawił się o 10 kg.  
- Co jest, czemu nie chudniejesz?  
- Jakoś... nie mam motywacji...

★★★★

Skoczyli w przepaść - optymista i pesymista.

- Spadam! - mruczy pesymista.  
- Lecę! - krzyczy optymista.

★★★★

Na skrzyżowaniu na czerwonym

świecie spotykają się dwie koleżanki siedzące za kierownicami swoich aut.

- Jaki ładny kolor!

Zapala się pomarańczowe.

- O, ten jeszcze ładniejszy!

Zapala się zielone.

- Spójrz! Ten kolor też jest niezły!

Znów zapala się czerwone.

- Ten już widziałyśmy. Możemy jechać!

★★★★

Przed koncertem nowej symfonii Feliksa Mendelssohna jakiś meloman dopisał na afiszu: „Haydn, Mozart, Beethoven bardziej mi się podobają”.

Ten sam meloman, po koncercie

spozregł na afiszu jeszcze jeden dopisek: „Mnie także! Feliks Mendelssohn”.

★★★★

Humor z zeszytów szkolnych  
- August II był elektronem Saksonii.

- Powstanie Listopadowe było w listopadzie, a Rewolucja Październikowa też.

- Cesarz Klaudiusz był nieśmiały, więc nie odważył się zabić swojej żony.

- Barbarzyńcy byli bardzo miłymi i uprzejmymi ludźmi.

- Wars i Sawa zbudowali Warszawę z jednej i z drugiej strony stolicy.

## Zwycięzimy...

FELIETON  
- TAK MYŚLĘ

Dzisiaj nie mam całego życia to walka o demokrację, praworządność, wolne media, godność wszystkich ludzi, szacunek, podstawowe standardy, bezpieczeństwo dla nas wszystkich, eliminację z życia codziennego chamstwa, złodziejstwa, kłamstwa itp. O to wszystko trzeba walczyć z determinacją i zaangażowaniem, podobnie jak o przyjaźń, miłość, nawet koleżeństwo. Nic nigdy

dzi, mówili uczestnicy marszu, bo niszczy nasze państwo, naszą przyszłość, przyszłość naszych dzieci i wnuków. Jak rak. Bo ta władza jest rakiem – jak trafnie stwierdził profesor Marcin Matczak (polski prawnik, radca prawny, profesor nauk społecznych w dyscyplinie nauki prawne, specjalista w zakresie teorii i filozofii prawa, profesor na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Warszawskiego) – zderającym polską duszę.

„8 lat w cyrku wystarczy”. „Idziemy po demokrację”. „Idziemy dla naszych wnuków”. „Mam marzenie – Polska wolna od PiS”. „Życie staje się prostsze, gdy potrafimy odróżnić prawdę od kłamstwa i dobro od zła”. „Szczęśliwej Polski już czas!” Same te hasła są dowodem na to, że 4 czerw-

## GALERIA TTW



Aż chce się latać...

## GALERIA SADURSKIEGO



RYS. – SZCZEPAN SADURSKI

## Co może zrobić PiS, żeby uratować powagę wyborów?



nie jest dane raz na zawsze. To już na pewno wiem.

No, ale czasami bywa tak, że zaspimy na jawie, lekceważymy wstępne znaki ostrzegawcze, bagatelizujemy fakty, wrzuszamy ramionami i mówimy „a co ja mogę” i wierzymy – choć nie bardzo mamy tę wiarę – że jutro będzie lepiej, bo przecież musi być lepiej, bo tak dłużej się nie da, tak dłużej nie może być, tak dłużej nie można żyć. Złudna wiara, omamy. Samo się nic nie robi. Dlatego warto przemyśleć w tym momencie słowa Donalda Tuska, który na zakończenie warszawskiego marszu w obronie demokracji powiedział „ich nadzieją był brak w nas nadziei, ich siłą była nasza bezsilność”. Ale tak wcale nie musi być. I nie będzie.

W niedzielnym warszawskim marszu według organizatorów wzięło udział około pół miliona osób. Z różnych części kraju, z dużych miast, tych mniejszych i tych zupełnie małych, wyznających różne sympatie polityczne, ale uśmiechniętych, życzliwych dla innych, których połączyła niezgoda na to, by nadal Polskę niszczyła tak zwana Zjednoczona Prawica, by upokorzyć myślących inaczej, by bezczelnie kraść w biały dzień publiczne miliony i miliardy, by kłamać w żywe oczy i wmawiać wszystkim, że białe jest czarne, a czarne jest białe. Jednym słowem, ludzi tych zjednoczyła tęsknota za normalnością, państwem, które dba o swoich obywateli, a nie tylko o miłośników partii akurat teraz rządzącej, za poczuciem bezpieczeństwa, stabilizacją, za prawdą we wszystkich mediach, za piętnowaniem bezczelnego kłamstwa, wszechobecnego chamstwa (patrz np. minister Czarnek). Można by tak wymieniać jeszcze przez tydzień, ale wiadomo o co chodzi – PiS trzeba odsunąć od wła-

ca na warszawskich ulicach Polacy przebudzili się z koszmarnego snu. Ze zareagowali. Ze chcą. Ze wierzą w to, że warto, że tak trzeba, że innego wyjścia nie ma, że nasz kraj i my sami nie wytrzymamy trzeciej kadencji Zjednoczonej Prawicy, że reagować trzeba dzisiaj, bo jutro może być już za późno.

Warszawski marsz nieprzypadkowo zorganizowano 4 czerwca. 34 lat temu tego dnia właśnie odbyły się w Polsce pierwsze wolne wybory (do Senatu). Od tego dnia zaczęła się bezkrwawa wędrówka Polski do demokracji, Unii Europejskiej i NATO. Pamiętam tamten dzień, pamiętam tamte wybory, pamiętam napięcie czy się uda, czy damy radę, czy opozycja komunistyczna zwycięży i czy władza komunistyczna uzna to zwycięstwo. Wątpliwości było sporo, bo w Polsce stacjonowały przecież wtedy rosyjskie wojska, a na tronie i sekretarza na Kremlu zasiadał Breżniew, który twardą ręką bronił socjalizmu. Ale wtedy udało się i wierzę, że dzisiaj, a właściwie w październiku przy urnach wyborczych też się uda. Wtedy zrzucaliśmy z karku sowiecki but, dzisiaj brudne i popękane lakieryk pisowskich notabli. Historia, w co wierzę, lubi się powtarzać.

Wtedy jednak – w co dzisiaj trudno uwierzyć – między zwolennikami komunistów i opozycji demokratycznej nie było jednak takiej przepaści jaką dzieli dzisiaj wiele polskich rodzin, jaką PiS wykopał między wieloma z nas przez osiem lat szczywania, poniżania innych, łapania i kupowania ludzi, niszczenia demokracji i praworządności. Dlatego trzeba i warto z tym skończyć. Przy urnie wyborczej. Bo... szczęśliwej Polski już czas!

TOMASZ MAŃKOWSKI

## STRACH SIĘ BAĆ

- Jeśli Podkarpacie graniczy ze Słowacją od południa... To z kim oni graniczą rano?

NIEZWYKLE RZADKIE ZDJĘCIE  
PREMIERA MATEUSZA MORAWIECKIEGO



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.

# Nie mam wrogów na torze

Rozmowa z **ROBERTEM KUBICĄ**, kierowcą wyścigowym Renault Formuły 1

- Miał pan dzisiaj (17 lipca 2010 roku) okazję przejechać się po Torze Poznań. Wspominał pan, że jest to tor bezpieczny, ale czy pana zdaniem można go porównać z torami Formuły 1?

- Mam odpowiedzieć szczerze? **Bardzo proszę.**

- Nie, nie można w żaden sposób porównać poznańskiego toru z profesjonalnymi torami Formuły 1. Niestety, czasami realia nie są zbyt pozytywne, czasami prawda boli, ale ja staram się odpowiadać szczerze. Łatwiej byłoby powiedzieć, co jeszcze trzeba zrobić, by poznański tor zbliżył się do tych, po których my się ścigamy. Na szczęście dla nas, a na nieszczęście dla właścicieli i gospodarzy Toru Poznań, wymogi bezpieczeństwa dla torów Formuły 1 są bardzo wysokie i rygorystycznie przestrzegane. I nieustannie ta poprzeczka jest podnoszona. Tor, który dziesięć lat temu uznawany był za najbezpieczniejszy, dzisiaj przez organizatorów wyścigów Formuły 1 nie jest akceptowany właśnie dlatego, że nie spełnia dzisiejszych standardów bezpieczeństwa.

- To jaką przyszłość ma Tor Poznań?

- Myślę, że na ten temat trzeba rozmawiać w innych kategoriach. Pamiętajmy, że jest to jedyny taki obiekt w Polsce i dobrze, że w ogóle jest. Gdyby nie było Toru Poznań, polski sport samochodowy już dawno przestałby istnieć. Dzięki temu, że jest, ci pasjonaci – inaczej tych kierowców nie moż-

na nazwać – sportu samochodowego mogą gdzieś się ścigać i rozwijać swoje umiejętności. Startują w rozmaitych zawodach, w Mistrzostwach Polski w różnych kategoriach, bo są to ludzie z pasją. Polski sport samochodowy istnieje dzięki tym ludziom, którzy często do tego swojego hobby sporo dopłacają. Dla mnie to jest praca, a oni dopłacają. Takie są polskie realia.

- A jeździł pan wcześniej po naszym torze?

- Dzisiejszy dzień jest dla mnie powrotem do korzeni, taką swoistą podróżą w przeszłość. Startowałem na tym torze w roku 1995 w wyścigu kartingowym, dzisiaj natomiast pojechałem bolidem Formuły 1. Okazuje się więc, że wszystko jest możliwe.

- Czy wystartuje pan w Race Of Champions. W roku 2008 w imprezie tej uczestniczyli między innymi Sebastian Vettel i Michael Schumacher.

- Nie.

- A dlaczego?

- Nie wiem, dlaczego. Co roku jestem zapraszany na Race Of Champions, ale jakoś ten wyścig nie wzbudza we mnie żadnych pozytywnych emocji.

- Czy jest pan zadowolony ze swoich osiągnięć w tegorocznych wyścigach Formuły 1?

- Zadowolony do końca i w pełni na pewno nie jestem. Można być zadowolonym, gdy się wygrywa. Trzeba patrzeć realistycznie i twardo stąpać po ziemi. Powiedzmy so-



bie szczerze – dzisiaj nie jesteśmy w stanie wygrywać, choć zawsze jesteśmy w pierwszej dziesiątce, co nie udaje się wszystkim kierowcom, także tym utytułowanym. W pewnych wyścigach udało nam się wykorzystać swoją szansę, jak na przykład w Australii. Niekiedy pogoda nie sprzyja osiąganiu dobrych rezultatów, niekiedy zawodzi technika, niekiedy człowiek. Po raz pierwszy w Silverstone mieliśmy kłopoty techniczne. Tak bywa. Początek sezonu był dobry, potem zaczęło się układać trochę gorzej. Podsumowując, dotychczasowe wyścigi w tym sezonie można powiedzieć, że jesteśmy zadowoleni z naszej pracy.

- A wszystko zaczęło się od cartingu...

- Tak, ale to że jestem dzisiaj jedynym Polakiem startującym w wyścigach Formuły 1, to nie jest wyłącznie zasługa cartingu. Ten epizod sportowy był dla mnie bardzo ważny, ale przecież człowiek uczy się całe życie. Carting uczy podstaw jeżdżenia, uczy ryzyka i unikania tego ryzyka, uczy wygrywania i przegrywania, uczy czucia pojazdu. To tylko pozornie tak wygląda, że gokart to taka zabawka dla dzieci. Dobrze, że w Polsce można się ści-

gać na gokartach, że są ludzie, którzy w cartingu wkładają całe swoje serce. Ale od cartingu do Formuły 1 prowadzi długa droga i nie wszystkim udaje się ją przebyć. Ba, tylko nielicznym.

- Kierowcy Formuły 1 powinni propagować bezpieczeństwo na drogach?

- Wszyscy związani z motoryzacją powinni to robić. Kierowcy Formuły 1, są rzadko uczestnikami jakiś kolizji drogowych. Gdy zbierzemy wszystkich, jest nas około trzydziestu sześciu, razem z kierowcami testowymi. To nie jest grupa, która mogłaby zagrazać bezpieczeństwu na drogach publicznych. Jest nas za... mało.

- Czy jest szansa, że Formuła 1 zawita do Polski?

- Szanse zawsze są, dlatego nigdy nie należy mówić, że nie. Ale... trzeba sobie zdawać sprawę z faktu, że nie jest to takie proste. Na pewno fanów i miłośników Formuły 1 w Polsce nie brakuje, ale potrzebny jest profesjonalny tor wyścigowy, który trzeba by wybudować. Dzień nas od tego momentu zapewne daleka i bardzo kręta droga. Bardzo chętnie zobaczyłbym w Polsce, jak i wielu kibiców tego sportu, taki wyścig...

- „Zobaczył”?

- Tak, mówię tak zupełnie świadomie, bowiem jest cień szansy, że taki wyścig w Polsce zobaczą, ale jako kibic. Jako kierowca Formuły 1 z pewnością tego dnia nie doczekam, niestety. Wątpię, by mogło być inaczej. No... chyba żebym jeździł do „czterdziestki”, ale nie myślę, by tak się stało.

- Gdyby wszyscy kierowcy jechali jednym bolidem, na przykład bolidem Renault, to który z nich stanąłby na podium? Chodzi o to, kto byłby najlepszy z obecnie ścigających się kierowców Formuły 1, gdyby wszyscy dysponowali takim samym sprzętem?

- Na tak postawione pytanie nie da się odpowiedzieć. O wyniku w naszej dyscyplinie sportu decyduje wiele czynników, które nie sposób przewidzieć, a nawet dokładnie określić. Sporo zależy od pogody. Pogoda ma spore znaczenie jeśli chodzi o ustawienie bolidu, o prowadzenie pojazdu, o zużycie opon. Może się więc tak zdarzyć, że o godzinie 10 rano kierowca X będzie najszybszy, a o godzinie 11.30 już inny, ponieważ temperatura toru wzrosła w tym czasie o 2 stopnie co ma ogromne znaczenie. Za dużo technicznych niuansów i technicznych czynników decyduje o osiągniętych wynikach, by jednoznacznie powiedzieć, że w tym roku kierowca Y jest najlepszy, czyli najszybszy.

- Czy bolid Renault jest dobrze przygotowany do tegorocznych wyścigów?

- Tak, choć zawsze może być przygotowany lepiej. I ja i cały nasz zespół staramy się do każdego wyścigu przygotować bolid jak najlepiej zgodnie z naszą wiedzą i doświadczeniem. Ale nikt nie zna tak zwanego „złotego środka”, czyli czegoś co sprawi, że pojazd będzie szybszy choćby o 1 sekundę na okrążeniu. Te najbardziej optymal-



**Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI**

Najchętniej czytany w WIELKOPOLSCIE

Rok VIII Numer 15-16 (2010) 18 sierpnia 2010 ISSN 1734-5294 www.twojtydzien.pl e-mail: twojtydzien@wp.pl Nr indeksu 37381 Cena 2,20 zł (zaw. 10%)

**Rozmowa z ROBERTEM KUBICĄ, kierowcą wyścigowym Renault Formuły 1**

**Nie mam wrogów na torze**

strona 3, 5, 12

**Jesteśmy laureatem nagrody Business Centre Club Ostrze Pióro 2006**

**Jesteśmy laureatem nagrody Stowarzyszenia Dziennikarzy RP Dziennikarskie Koziołki 2007**

**Mogę przez jakiś czas nie pracować**

Rozmowa z KATARZYŃĄ BUJAKIEWICZ, aktorką strona 4

**TAK MYŚLĘ**

Tomasz Marikowski Jaraku! Dziękujemy!!! strona 6

**Twój TYDZIEŃ** w formacie elektronicznym zamówienia: 602 636-409

Następny numer ukazuje się w środę 22 września 2010

9 771 734 02 930 04 33

Ten numer „TTW” ukazał się 18 sierpnia 2010 roku.

Dokończenie na stronie 15



# Twój TYDZIEŃ Z SUCHEGO LASU

CZEKAMY NA WASZE MAILE

ttw.suchylas@wp.pl

Grzegorz Wojtera – 3 razy niewinny <sup>(3)</sup>

## Szkoła pełna półprawd...

29 marca o godzinie 14 w Sądzie Okręgowym w Poznaniu ogłoszono wyrok w CAŁOŚCI uniewinniający Grzegorza Wojterę wójta Suchego Lasu, któremu prokuratura zarzucała „narażenie majątku gminy na stratę ogromnej wartości”. Zdaniem Sądu proces, który trwał 15 miesięcy dowiódł, że zaskarżone przez Prokuraturę decyzje wójta - a wcześniej zakwestionowane przez Centralne Biuro Antykorupcyjne - były słuszne i optymalne. Pani Sędzia Karolina Siwierska podkreśliła także, że decyzje te podejmowane były zawsze w interesie mieszkańców gminy, że wójt nie działał na szkodę gminy i że należycie dbał o wydawanie publicznych pieniędzy. Decyzją Sądu Skarb Państwa został zobowiązany do pokrycia kosztów procesowych.



Akt oskarżenia – przypomnijmy – składał się z trzech zarzutów, a wszystkie dotyczyły, zdaniem prokuratora, niegospodarności wójta i podejmowania przez G. Wojterę decyzji niekorzystnych dla budżetu Gminy. Wójt podobno w ten sposób naraził Gminę na „stratę ogromnej wartości”. Prokurator domagał się kary więzienia (w zawieszeniu) dla oskarżonego oraz grzywny na rzecz Gminy w wysokości ponad 18 milionów złotych. O tym, jak się to wszystko zaczęło (w czasie samorządowej kampanii wyborczej w 2018 roku) napisałem 26 kwietnia na łamach „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO” (patrz [www.twojtydzien.pl](http://www.twojtydzien.pl), zakładka „ARCHIWUM”, potem „Archiwum 2023”, następnie należy kliknąć na okładkę kwietniowego numeru). Drugi odcinek z tego cyklu ukazał się na łamach „TTW” 17 maja ([www.twojtydzien.pl](http://www.twojtydzien.pl), zakładka „ARCHIWUM 2023”, następnie należy kliknąć na okładkę majowego numeru).

Z owych trzech zarzutów ten dotyczący szkoły przy ulicy Konwaliowej był najważniejszy. Mówiono o zmarnowanych milionach złotych, kwestionowano przyjęte przez wójta rozwiązania. Sporo uwag i opinii niekorzystnych dla wójta pojawiło się na ten temat w przestrzeni publicznej, w mediach społecznościowych i na łamach jednej z gminnych gazet także w kampanii samorządowej w 2018 roku. Ale proces wykazał jednoznacznie, że były to najczęściej półprawdy i pomówienia.

Pierwsza (z dziesięciu) rozprawa odbyła się 21 grudnia 2021 roku. Wtedy odczytano akt oskarżenia i przez prawie osiem godzin wójt Grzegorz Wojtera przedstawiał swój punkt widzenia na zawarte w nim zarzuty i składał szczegółowe wyjaśnienia. Już pod koniec tej pierwszej rozprawy sprawa przestała być tak oczywista i jednoznaczna jak niektórzy sugerowali, jak sugerował to akt oskarżenia. Okazało się, że wyjaśnienia wójta wiele... wyjaśniły. I wypada tylko żałować, że innego zdania byli agenci CBA, pracownicy prokuratury i biegła sądowa, bo do tego procesu w ogóle nie powinno dojść. Dzien-

nikarze, którzy uczestniczyli w tej pierwszej rozprawie już w przerwie wychodzili z sali, a na drugiej i wszystkich kolejnych (na wszystkich był tylko przedstawiciel „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO”) już się nie pojawili. Oni zrozumieli to, co wójt miał do powiedzenia.

Przypomnijmy - 21 grudnia 2018 roku Centralne Biuro Antykorupcyjne skierowało do Prokuratury Regionalnej w Poznaniu „Zawiadomienie o uzasadnionym podejrzeniu popełnienia przestępstwa” przez Grzegorza Wojterę Wójta Gminy Suchy Las (wątpliwości dotyczą cały czas Szkoły przy ulicy Konwaliowej). 22 stycznia 2019 roku Krystyna Kasprzak – prokurator Prokuratury Okręgowej w Koninie postanowiła „wszcząć śledztwo w sprawie przekroczenia uprawnień w okresie od 10 lutego 2014 roku do 12 maja 2014 roku przez Wójta Gminy Suchy Las poprzez zawarcie ze spółką MHA Invest Sp. z o.o. trzech niekorzystnych umów, tj. umowy o oddaniu gruntu w wieczyste użytkowanie, umowy dzierżawy oraz przedwstępnej umowy sprzedaży, których postanowienia przewidują obowiązek zapłaty przez Gminę Suchy Las w czasie obowiązywania umowy czynszu dzierżawnego w kwocie 26.559.249,00 zł, tj. kwocie wyższej niż została przeznaczona na realizację...”. W tym samym dniu prokurator Krystyna Kasprzak zarządziła o powierzeniu śledztwa w tej sprawie w całości Centralnemu Biuru Antykorupcyjnemu w Poznaniu.

### PO CO NOWA SZKOŁA?

Dyskusję o konieczności budowy nowej szkoły w gminie Suchy Las wywołał dynamiczny wzrost demograficzny – systematycznie zwiększała się i ciągle zresztą zwiększa liczba mieszkańców. To spowodowało zapotrzebowanie na nową bazę oświatową i sportową. Lata szkolne 2011/2012 i 2012/2013 pokazały wyraźnie, że dotychczasowe pomieszczenia szkolne już nie wystarczały i nie zapewniały standardów nauki na miarę XXI wieku. Z powodu braku nowej szkoły dzieci w edukacji wczesnoszkolnej tj. nauczaniu początkowym chodziły wtedy do szkoły na 2,5 zmiany, kończyły więc zajęcia około godziny 16.00. Niektóre jeszcze później.

Wtedy pojawił się pomysł zmniejszenia liczby dzieci w szkole zmieniając obwód sucholeńskiej podstawówki. Na takie przesunięcie Złotkowa do Chłudowa nie zgodziła się jednak ówczesna Rada Gminy.

Ale wójt nadal szukał jakiegoś rozwiązania.

Między innymi w 2013 roku podjęto próbę ulokowania sześciu klas w nowym Centrum Kultury, lecz... okazało się to niemożliwe ze względu na przepisy BHP.

Jedną z możliwości rozwiązania tych problemów był pomysł rozbudowy istniejącej Szkoły Podstawowej przy ul. Szkolnej w Suchym Lesie. Jednak konieczna byłaby wtedy likwidacja dwóch boisk ze sztuczną nawierzchnią, na co nie wyraziła zgody Rada Gminy. Nie było również możliwe umiejscowienie na tej działce sali gimnastycznej. Ten pomysł nie był dobry i szybko z niego zrezygnowano.

Jakby tego było mało, politycy sprawujący władzę w Polsce – nie bacząc na problemy gmin związane z przepełnieniem szkół - we wrześniu 2013 roku wprowadzili obowiązek szkolny dla 6-latków (poprzednio można było w tym wieku rozpocząć edukację, ale nie trzeba było). To dodatkowo znacznie zwiększyło liczbę uczniów w klasach 1-3. Tak było też w gminie Suchy Las, w której i tak brakowało miejsca w szkołach.

O tych problemach wielu mieszkańców dyskutowało nie tylko w Urzędzie, ale w wielu domach w Gminie Suchy Las. Na sesji Rady Gminy 30 stycznia 2014 roku przewodnicząca Zarządu Osiedle Suchy Las-Wschód w wolnych wnioskach, po informacji wójta o postępowaniu w sprawie budowy szkoły przy ulicy Konwaliowej powiedziała „super, że nie będzie trzeba chodzić na 3 zmiany”. Dodała także, że nie należy zwlekać jeszcze rok. Ta szkoła jest niezbędna i „proszę mi wierzyć, że rodzice czekają – nie tylko ci, co odbierają dzieci o 16.15, ale również ci, którzy mają dzieci w przedszkolach i słyszą, że mają dziecko zdolne, które mogłoby iść do pierwszej klasy, ale nie zostanie przyjęte (...)”.

Nie było więc na co czekać – została podjęta

decyzja o konieczności powstania nowej szkoły podstawowej w 2014 roku.

### DLACZEGO NIE ZA KREDYT?

Tego typu inwestycje najczęściej finansuje się z funduszy własnych i/lub kredytów bankowych. To zrozumiałe i oczywiste, sytuacja się jednak komplikuje, gdy... na kredyt nie można sobie pozwolić, a perspektywa nauki do godziny 20 w przepełnionej szkole jest jak najbardziej realna.

Ale..., dlaczego na kredyt nie mogła sobie pozwolić wówczas Gmina Suchy Las? Od 2011 roku gmina odnotowywała przekroczenie maksymalnych wskaźników zadłużenia (relacja kwoty długu do dochodów), czyli powyżej 60%. Wtedy w gminie Suchy Las było prowadzonych bardzo dużo ważnych inwestycji i gmina nie miała już zdolności kredytowej. Nie można było więc zaciągnąć kolejnego kredytu.

Tak głoszą przepisy. Zgodnie z art. 91 ust. 2 Ustawy o finansach publicznych oraz art. 13 pkt 1 Ustawy o regionalnych izbach obrachunkowych. Zaciągnięcie przez jednostkę samorządu terytorialnego zobowiązania z tytułu między innymi kredytu lub pożyczki wymaga uzyskania przez zarząd jednostki samorządu terytorialnego opinii Regionalnej Izby Obrachunkowej o możliwości spłaty zobowiązania.

Zgody takiej – wójt mówił o tym wielokrotnie, także w trakcie procesu - wówczas Gmina Suchy Las nie uzyskałaby bo poziom długu na koniec roku budżetowego 2012 wyniósł 66,72%, a na koniec 2013 roku - 62,48%. Zgodnie z obowiązującym wówczas prawem - art. 170 Ustawy z 30 czerwca 2005 roku o finansach publicznych, poziom długu jednostki samorządu terytorialnego nie mógł przekroczyć 60% dochodów budżetu jednostki. A więc

Dokończenie na stronie 12

**ZAPRASZAMY**  
od poniedziałku do soboty  
i w niedziele handlowe

**GALERIA**  
SUCHOLESKA

[www.galeriasucholeska.pl](http://www.galeriasucholeska.pl)  
<https://pl-pl.facebook.com/galeriasucholeska/>



# 17 czerwca Dni Gminy Suchy Las

**W 1999 roku Gminie Suchy Las uroczyste nadano herb, flagę i pieczęć – jak co roku będziemy świętować to ważne wydarzenie podczas imprezy z okazji Dni Gminy Suchy Las. W tym roku zapraszamy 17 czerwca (sobota) na Teren Aktywnej Edukacji i Sportu w Suchym Lesie, przy ul. Bogusławskiego (przy pętli autobusowej), gdzie odbędzie się wyjątkowa impreza o charakterze festynu rodzinnego w stylu country. Szykujcie zatem swoje „wozy”, podkujcie obuwie i przybywajcie, bo na wschodzie Suchego Lasu będzie prawdziwy Dzik Zachód!**

**Muzyka, taniec i wspólne gotowanie**

Zaczynamy o godzinie 16. Na festyn zapraszamy całe rodziny. Atrakcji nie zabraknie dla dorosłych oraz najmłodszych mieszkańców gminy. Każdy znajdzie coś ciekawego dla siebie! Centralnym punktem imprezy będzie namiot ze sceną, gdzie będzie „rządzić” DJ, prowadzący imprezę i zespół Electric Cowboyz, który wystąpi w kilku odsłonach. W tym miejscu będzie można też potańczyć – do czego już teraz serdecznie zachęcamy, a pomiędzy występami zapraszamy na naukę tzw. Line Dance, czyli układów tanecznych do muzyki country, którą poprowadzą profesjonalne nauczycielki tańca.

– Przed namiotem – sceną zostanie ustawiona „wyspa” do wspólnego gotowania potraw, a jakże, rodem z Dzikiego Zachodu. Począwszy od godziny 16 do wspólnego gotowania zapraszamy grupy po 20 osób, przy czym pierwszą grupą będą przedstawiciele gminnych sołectw i osiedli. W repertuarze kulinarnym chili con carne, a dla wegetarian i wegan chili sin carne, a wszystko pod okiem zawodowych kucharzy z Impresariatu Kulinarnego, współpracującego między innymi z Robertem Makłowiczem czy Janem Kuroniem. Do gotowania chcielibyśmy także zaprosić oficjalnych gości imprezy, czyli przede wszystkim przedstawicieli gmin partnerskich – mówi dyrektor CKiBP Andrzej Ogórkiewicz, jednocześnie przewodniczący Komitetu Organizacyjnego Dni Gminy Suchy Las.

**Będzie się działo!**

– Oprócz urzędów do zabaw i rekreacji, które są zawsze dostępne na tym terenie, proponujemy te nawiązujące do realiów Dzikiego Zachodu, a więc dmuchane zjeżdżalnie, byka rodeo (prawdziwe wyzwanie dla cowbojów), krowę do dojenia czy stoisko do rzutu podkową – dodaje Andrzej Ogórkiewicz.

**Szykujcie się na super imprezę**

Na festynie z okazji Dni Gminy Suchy Las tradycyjnie pojawią się liczne stoiska: z zabawkami, rękodziełem, balonami, watą, popcornem, z lodami, goframi, oraz te gastronomiczne i promocyjne z najróżniejszymi atrakcjami, konkursami, zabawkami – firm, Urzędu Gminy, gminnych jednostek oraz spółek. Już teraz zapowiadamy obecność jednostek pomocniczych – wsi i osiedli, Promocji Gminy, Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej, Zakładu Gospodarki Komunalnej, Zakładu Komunikacji Publicznej czy Ośrodka Pomocy Społecznej oraz Przedszkola Kompetencyjnego UL ze Złotnik.

Dla wszystkich, którzy już teraz szykują się na gminną imprezę mamy podpowiedź. Przygotujcie na ten dzień „stylowe wdzianka” nawiązujące do tematyki festynu, ponieważ najlepiej ubranym cowbojkom i cowbojom zostaną wręczone nagrody!

**A ZKP dowiedzie Was na festyn!**

W związku z brakiem bezpośredniego połączenia komunikacji publicznej z Biedruską do Suchego Lasu, dla mieszkańców tej miejscowości zo-

stanie uruchomiony bezpłatny autobus. Odjazd autobusu ZKP planowany jest o godz. 15.30 z przystanku Biedrusko/Park. Natomiast powrotny kurs do Biedruska o godz. 22.00 z przystanku Suchy Las/Teren Aktywnej Edukacji i Sportu.

Dodatkowo autobus ZKP od godz. 15.40 do ok. godz. 22.00 będzie kursował co 20 minut z parkingu Parku Wodnego Octopus w Suchym Le-

sie, ul. Szkolna 18, na pętli przy ul. Bogusławskiego – przystanek Suchy Las / Teren Aktywnej Edukacji i Sportu.

Czekamy na Was. Do zobaczenia 17 czerwca na Terenie Aktywnej Edukacji i Sportu w Suchym Lesie. Przybywajcie!

**Komitet Organizacyjny Dni Gminy Suchy Las**

**DNI GMINY SUCHY LAS**

**17 czerwca 2023**

**ELECTRIC COWBOYZ // POTAŃCÓWKA COUNTRY // DJ // WSPÓLNE GOTOWANIE // LINE DANCE FOODTRUCK // BYK RODEO // ZABAWY I ATRAKCJE DLA MAŁYCH I DUŻYCH COWGIRLS I COWBOYS**

**IMPREZY TOWARZYSZĄCE:**

**17 czerwca godz. 9:00 / Turniej Piłki Nożnej III Memoriał Piotra Koperskiego / Suchy Las, boisko przy ul. Poziomkowej**

**18 czerwca godz. 10:00 / Msza św. w intencji mieszkańców / Suchy Las, Parafia pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa**

**24 czerwca / Wianki w Golęczewie**

więcej informacji na stronach:  
[www.osrodekкультury.pl](http://www.osrodekкультury.pl)  
oraz [www.suchylas.pl](http://www.suchylas.pl)

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w harmonogramie



# Wójt, harmonijka i... ,

**W tym roku przypada 15-lecie Klubu Seniora „Dębowy Liść” w Suchym Lesie i w ramach obchodów tego jubileuszu wójt Grzegorz Wojtera zaprosił sucholeskich Seniorów w niedzielne popołudnie, 28 maja, do... wspólnej zabawy.**

**W** Hali Sportowej Gminnego Ośrodka Sportu w Suchym Lesie po XLIII Turnieju Sportowego Tańca Towarzyskiego, który odbył się 27 maja, został parkiet ułożony dla profesjonalistów, na którym dzień później tłumnie stawili się sucholescy Seniorzy. Według skromnych szacunków w spotkaniu i zabawie uczestniczyło około 246 osób z Suchego Lasu (120), Biedruska (50), Złotnik (12), osiedla Grzybowe (25) i Chłudowa (39 osób).

Spotkanie rozpoczęło się od życzeń złożonych Seniorom przez wójtę Grzegorza Wojterę i Sylwię Malendowską – dyrektora Ośrodka Pomocy Społecznej w Suchym Lesie. A potem, zupełnie niespodziewanie, wójt wyjął z kieszeni marynarki harmonijkę ustną i całkiem profesjonalnie zagrał dla wszystkich Seniorów „Sto lat”. Zaskoczenie było duże, podobnie jak brawa po tym występie.

Następnie złożono podziękowanie Seniorom, którzy pracowali w Zarządzie Klubu w okresie owych 15 lat. Wśród wyróżnionych znaleźli się: **Zofia Iwińska, Janina Pawlak, Wiesława Klęk- Łabuzińska, Zyg-**

**munt Jędrzejewski, Ewa Stanisławska, Bogdan Harłoczyński, Krystyna Jurgowiak, Halina Stańczyk oraz aktualnie pracujący w Zarządzie: Zenon Czaczyk, Celina Ossowska Grażyna Jaworska.**

A potem przyszedł już czas na pamiątkowe zdjęcia i wspólną zabawę, która trwała kilka godzin, a do tańca grał zespół „Na Wypasie”. Klubowicze bawili się znakomicie, a wójt Grzegorz Wojtera nie schodził praktycznie z parkietu i opuścił halę sportową prawie jako ostatni. Seniorzy wykazali się tego dnia sporymi umiejętnościami tanecznymi, świetnie się także bawili w czasie animacji prowadzonych przez Julię Paluch i Krystynę Dybę.

*- Przygotowanie spotkania dla tak dużej liczby osób – mówi Sylwia Malendowska, dyrektor OPS w Suchym Lesie – byłoby bardzo trudne, gdyby nie wsparcie 35 wolontariuszy ze Szkoły Podstawowej nr 1 i 2 w Suchym Lesie, Szkoły Podstawowej nr 38 w Poznaniu oraz z Publicznego Liceum Romka Strzałkowskiego w Suchym Lesie. Wszystkim za pomoc bardzo dziękuję. (tom)*



Wójt zagrał Seniorom na harmonijce „Sto lat”



**Cały fotoreportaż (140 zdjęć) z niedzielnej zabawy Seniorów znajdziecie Państwo na stronie facebookowej „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO” dzień po kolportażu gazety drukowanej, czyli 8 czerwca.**

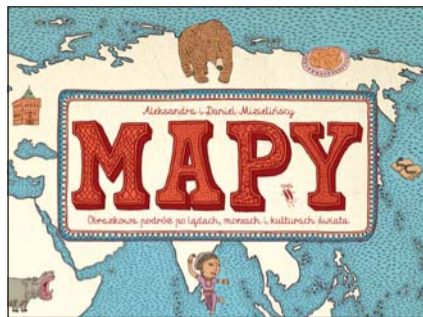


# „Sto lat” dla Seniorów





## MAPY – wystawa ilustracji



Zachęcamy wszystkich gorąco do obejrzenia wystawy ilustracji do książki **MAPY. Obrazkowa podróż po lądach, morzach i kulturach świata** autorstwa Aleksandry i Daniela Mizielnińskich.

Aleksandra i Daniel Mizielnińscy to cieszący się międzynarodowym uznaniem graficy, twórcy książek, gier i stron internetowych. Absolwenci Wydziału Grafiki warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych. Laureaci licznych nagród i wyróżnień, w tym prestiżowego międzynarodowego wyróżnienia Bologna Ragazzi Award 2010 za książkę *Co z ciebie wyrosnie?* oraz francuskiej Prix Sorcières 2013 i włoskiej

Premio Andersen 2013 za *Mapy* właśnie.

Ich edukacyjny album komiksowy *Którędy do Yellowstone? Dzika podróż po parkach narodowych* zdobył wyróżnienie w konkursie Bologna Ragazzi Award 2020, został wpisany na listę White Ravens i trafił na listę lektur szkolnych. Z kolei *Wielka podróż dziadka Eustachego* została wpisana na listę 100 wybitnych książek obrazkowych Braw Amazing Award i znalazła się w finale Bologna Ragazzi Award 2022. Ich książki zostały przetłumaczone na ponad 40 języków, jak dotąd doczekały się aż 225 wydań.

Prezentowane w Centrum Kultury i Bibliotece Publicznej w Suchym Lesie mapy to zbiór 16 plansz wybranych stron z imponującego atlasu w stylu map dawnych podróżników, które przeniesione zostały na wielkoformatowe płótno, dzięki czemu stały się one niepowtarzalnym zestawem map ściennych! Mapy zabiorą Was w niezwykłą podróż dookoła świata! Zobaczycie gejzery w Islandii, karawany na egipskiej pustyni i miasta Majów w Meksyku. W Anglii zagracie w krykieta, w Indiach poćwiczyć jogę, a w Chinach skosztujecie stuletnich jaj. W Australii zadziwi was dziobak, w Finlandii – noc polarna, a na Madagaskarze – ogromny baobab. Odkryjecie najciekawsze zakątki świata i zachwycicie się jego różnorodnością.

Na każdej z map znajdziecie niezliczone ilustracje, szczegóły i ciekawostki, które przeniosą was w wyjątkowe miejsca i sprawią, że zapragniecie dowiedzieć się jeszcze więcej. Zatem udanej podróży!

Wystawę można oglądać w holu CKiBP do 28 czerwca 2023 r.  
(Źródło informacji i fotografii: [www.wydawnictwodwiesiostry.pl](http://www.wydawnictwodwiesiostry.pl))

## 100 lat Wisławy Szymborskiej

Wisława Szymborska to poetka i eseistka uhonorowana nagrodą Nobla w dziedzinie literatury w 1996 roku. Dorobek poetycki Szymborskiej zawsze znajdował uznanie krytyki i czytelników.

Kto jeszcze nie miał okazji, koniecznie musi zajrzeć na biblioteczną półkę i zapoznać się z jej twórczością. Szymborska nie lubiła rozmów o literaturze czy tajnikach poetyckiego warsztatu, wychodząc z założenia, że autor powinien się wypowiadać wyłącznie w swoich utworach. A nie brakowało nich poczucia humoru, które towarzyszyło jej na co dzień. Przejawiało się to w różnorodny sposób. Przyjaciół i znajomych zwykła obdarowywać własnoręcznie przygotowywanymi kartkami z dowcipnymi *wyklejankami*. Jako pamiętki z wyjazdów przywoziła zdjęcia z tablicami drogowymi z ciekawymi nazwami mijanych miejscowości. Zapraszającym gościom proponowała *loteryjki* czyli losowanie drobnych fantów... najczęściej kiczowatych.

W tym roku przypada 100. rocznica urodzin Wisławy Szymborskiej, z tej okazji chcemy zachęcić Was do wspólnych obchodów i dobrej zabawy. Wisławę Szymborską uczymy w trzech odsłonach.

Żebyście w czasie wakacyjnych podróży pamiętali o Szymborskiej, zapraszamy do udziału w konkursie fotograficznym. Na naszym profilu na Facebooku jest przypięty post z informacją o konkursie i regulaminie. Każdy kto w komentarzu do tego posta wrzuci swoje zdjęcie z wakacyjnych wojaży z tablicą z zabawną nazwą miejscowości, weźmie udział w *loteryjce*. Czekają na Was niespodzianki związane z poezją i oczywiście Wisławą Szymborską. Jest to nietypowy konkurs, w którym wszyscy wygrywają. Konkurs trwa od 1 lipca do 3 września.

3 lipca, w ramach kolejnej odsłony 100-lecia, zapraszamy na warsztaty robienia kolaży, które poprowadzi Tomasz Bukowski. Każdy z uczestników będzie mógł wykonać własny kolaż, inspirowany *wyklejankami* Szymborskiej. Być może z powstałych kolaży uda nam się stworzyć wystawę? Wstęp wolny – zapraszamy! Szczegółowe informacje na stronie [www.osrodek-kultury.pl](http://www.osrodek-kultury.pl).

W naszym planie nie mogło też zabraknąć poezji, dlatego w najbardziej poetyckim miesiącu w roku, jakim jest październik, odbędzie się tradycyjny konkurs recytatorski *W jesieni tyle skrzypiec...*, który zostanie poświęcony Wisławie Szymborskiej.

Jak pisała Wisława Szymborska w jednym z najbardziej znanych wierszy *Nic dwa razy się nie zdarza i nie zdarzy...*, więc tak zacny jubileusz jak 100. urodziny możecie z nami uczcić tylko ten jeden raz.

## Swingujący Stary Bar



Już niebawem w Starym Barze w Chludowie, odbędzie się kolejna potańcówka. Wcześniej miłośnicy tańca mieli okazję do uczestniczenia w potańcówkach: ludowej, latino, rock&roll, a tym razem wybierzemy się wspólnie w świat przyjemnej odmiany muzyki jazzowej, jaką jest swing.

Wydarzenie będzie tym atrakcyjniejsze, że potańcówka odbywać będzie się przy granej na żywo muzyce w wykonaniu zespołu Dixie Company.

Serdecznie zapraszamy już 22 czerwca na godz. 19:00. Wstęp wolny!

## Wakacje Matyldy – bajanie na dywanie

Na przedwakacyjnym „Bajaniu...” spotkamy się z Krową Matyldą, która wybiera się na wakacje. Wybierze się w podróż pociągiem, czy samolotem, a może pójdzie piechotą? Dokąd nogi poniosą Krowę Matyldę? Czy będzie się opalać na plaży, a może uda się w góry?

Przekonajmy się o tym wspólnie już 23 czerwca 2023 roku o godz. 16:00 w sucholeskiej bibliotece publicznej. Zapraszamy dzieci od 2 do 4 lat wraz z rodzicami. Uczestnicy poznają również wspaniałe książki na wakacje.

Zapisy pod numerem: 61 25-00-401.

**ZABIERZ TATĘ DO BIBLIOTEKI!**  
21.06.2023 // GODZ. 16:00

Wspólne czytanie i zabawy  
Zapraszamy dzieci od 5-7 lat

Zapisy w bibliotece  
lub telefonicznie: 61 25 00 401

Więcej informacji na:  
[www.osrodek-kultury.pl](http://www.osrodek-kultury.pl)  
[www.facebook.com/CKiBP](https://www.facebook.com/CKiBP)  
kontakt@osrodek-kultury.pl

CENTRUM KULTURY I BIBLIOTEKA PUBLICZNA  
Gminy Suchy Las  
ul. Szkolna 16  
62-002 Suchy Las

## Harmonogram wydarzeń CKiBP

nazwa	data	miejsce
Niesamowita podróż Kazimierza Nowaka przez Afrykę wystawa fotografii	3.06-30.06.2023	CKiBP Suchy Las, korytarz na 1. piętrze
Koncert uczniów zajęć: ŚPIEW, instruktorki: Katarzyny Hybiak	12.06.2023 r., godz. 18:30	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
Koncert uczniów zajęć: SKRZYPCE, instruktorki: Anna Machowska-Czachor, Natalia Trojanowska	13.06.2023 r., godz. 19:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
Pokaz grupy teatralnej NIE RÓB SCEN instruktorka: Antonina Tosiek	14.06.2023 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
Gala baletowa uczniów zajęć: TANIEC KLASYCZNY, instruktor: Jakub Grzelak	15.06.2023 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
<b>Country na pumtrucku – DNI GMINY SUCHY LAS</b>	17.06.2023 r., godz. 16:00-23:00	Teren Aktywnej Edukacji i Sportu przy ul. Bogusławskiego w Suchym Lesie
Pokaz uczestników zajęć: TANIEC TOWARZYSKI I LATINO SOLO, instruktorka: Zuzanna Rakoniewska	18.06.2023 r., godz. 16:00	Stary Bar w Chludowie
<b>MONTOWNIA WYOBRAŹNI</b> warsztaty plastyczne dla dzieci 7-9 lat	19.06.2023 r., godz. 16:00-17:00	CKiBP Suchy Las, biblioteka zapisy: 612 500 401
Pokaz uczestników zajęć: TEATR RUCHU I TAŃCA, instruktor: Dawid Mularczyk z muzyką na żywo zagrana przez uczniów zajęć: PERKUSJA I PIANINO, instruktor: Łukasz Wicenciak, uczniów zajęć: GITARA, instruktor: Maciej Karnowski oraz gościnnie uczniowie szkoły Mi muzyq	19.06.2023 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
Pokaz grupy teatralnej PRACOWNIA, instruktorka: Antonina Tosiek	20.06.2023 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
<b>ZABIERZ TATĘ DO BIBLIOTEKI</b> warsztaty dla dzieci 5-7 lat	21.06.2023 r., godz. 16:00-17:00	CKiBP Suchy Las, biblioteka zapisy: 612 500 401
Koncerty uczniów zajęć: ŚPIEW i GITARA, instruktor: Przemysław Kosmowski	21.06.2023 r., godz. 17:00 i 19:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa
<b>POTAŃCÓWKA SWINGOWA</b> z muzyką na żywo w wykonaniu zespołu DIXIE COMPANY	22.06.2023 r., godz. 19:00	Stary Bar w Chludowie wstęp wolny
<b>BAJANIE NA DYWANIE</b> warsztaty dla dzieci 2-4 lat	23.06.2023 r., godz. 16:00	CKiBP Suchy Las, biblioteka zapisy: 612 500 401
Pokaz uczestników zajęć ZABAWA W TEATR, instruktor: Arkadiusz Kos	23.06.2023 r., godz. 17:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa

[www.osrodek-kultury.pl](http://www.osrodek-kultury.pl)  
Zastrzegamy prawo zmian w programie

WIĘCEJ INFORMACJI:

[www.facebook.pl/CKiBP](https://www.facebook.pl/CKiBP)



# Po kiepskim roku czas na lepszy...

## Rozmowa z MIKOŁAJEM ŚWIERKOWSKIM, prezesem ZGK Suchy Las Sp. z o.o.

- 31 maja minęło pół roku od momentu, gdy Rada Nadzorcza powierzyła panu stanowisko prezesa spółki gminnej ZGK Suchy Las. To dobry moment, by zrobić takie pierwsze podsumowanie...

- Zaczniemy od roku 2022. Wprawdzie wtedy tylko w grudniu byłem prezesem, ale wypada chyba ocenić cały ten rok.

- **Spróbujmy.**

- Miniony rok dla nas wszystkich, osób prywatnych, ale także firm, spółek, rozmaitych przedsiębiorstw był rokiem bardzo trudnym. Gdy trzeba się było podnieść po pandemii koronawirusa za naszą wschodnią granicą wybuchła regularna wojna. Świat się przewrócił niemal jednego dnia do góry nogami. Świat i gospodarka. To był trudny rok, także dla naszej Spółki. Rynek energetyczny całkowicie się rozregulował, ceny poszybowały w górę, inflacja dopełniła reszty. W takich warunkach bardzo trudno cokolwiek planować, prowadzić biznes. Założenia i kalkulacje z wczoraj dzisiaj mogą być już nieaktualne. I takie były.

- **Jak spółka poradziła sobie w tych trudnych, nieprzewidywalnych warunkach?**

- Jeśli chodzi o naszą podstawową działalność związaną z odbiorem i zagospodarowaniem odpadów komunalnych, to tutaj zrealizowaliśmy wszystko na sto procent. Zgodnie z harmonogramem i założeniami z początku roku. Co ciekawe, w zeszłym roku wyraźnie zmniejszyła się liczba ton odbieranych przez nas odpadów. To tendencja ogólnokrajowa, ale zadawaliśmy sobie pytanie, co było tego przyczyną. Moim zdaniem to rezultat ograniczonej konsumpcji i być może – nikogo za rękę nie złapałem – część odpadów komunalnych trafiła w minionym roku do pieców ogrzewających domy i firmy. Jeśli dodamy to tego drastycznie wzrastające ceny paliw, to opłacalność naszej działalności się obniża. Umowę na paliwo podpisujemy na rok i zakładaliśmy całoroczny wydatek na paliwa w wysokości około 690 tysięcy, a rok 2022 zamknęliśmy kwotą ponad 920 tysięcy złotych, przy – uwaga – zmniejszonym zużyciu paliwa o ponad 10 tysięcy litrów. Czyli koszty wzrosły, a liczba ton odpadów zmalała. Zakładaliśmy na przykład, że w roku 2022 dostarczymy do poznańskiej Spalarni Śmieci 4 tysiące ton, a po podsumowaniu okazało się, że było o 500 ton mniej. Dla jasności należy dodać, że wartość usługi liczona jest „od tony” odebranych odpadów. Usługa ta sama, kilometr przejechane te same, czas poświęcony na tę usługę ten sam, liczba ludzi w to zaangażowana taka sama, czyli zysk spółki mniejszy, a koszty takie same, a nawet – o czym już wspominałem – większe.

- **Czyli rok 2022 dla spółki ZGK Suchy Las był raczej kiepski?**

- Jak i dla wielu innych firm nie tylko zresztą z naszej branży. Rok 2022 zamknęliśmy stratą w wysokości 270 tysięcy złotych. Uważam,



że biorąc pod uwagę specyfikę tego minionego roku – wojnę, szaleństwo cenowe także w branży paliwowej i energetycznej, postępującą z miesiąca na miesiąc inflację – ten wynik nie jest wcale taki zły, mógł być dużo gorszy.

- **ZGK Suchy Las dba także o zimowe utrzymanie dróg. Tu też były wyższe koszty?**

- Wyższe koszty z powodów o których mówiłem wcześniej były w każdej działalności. Nasza spółka dba o zimowe utrzymanie dróg gminnych, ale także powiatowych, które są na terenie naszej gminy, bo... wygraliśmy przetarg wraz ze spółką z Rokietnicy. Pyta pan o ceny? O paliwie już mówiłem, a proszę sobie wyobrazić, że i ceny soli drogowej w 2022 roku poszybowały w górę. Ponad 30 procent soli wykorzystywanej do zimowego utrzymania dróg w Polsce przed wybuchem wojny w Ukrainie pochodziło właśnie z tego kraju. A gdy zaczęło brakować tego surowca jego ceny zaczęły rosnąć. Czyli równocześnie rosły nasze koszty, a zysk nie z naszej winy malował.

- **Wróćmy jeszcze na chwilę do systemu odbioru i zagospodarowania odpadów komunalnych. Mówi pan „ceny rosną, nasze koszty rosną”, czy mimo to mieszkańcy gminy Suchy Las mogą spać spokojnie?**

- Jak najbardziej. Zapewniam. Ta część naszej działalności mimo wzrastających kosztów jest stabilna i deklaruję, że nadal będziemy odbierać odpady komunalne zgodnie z obowiązującym harmonogramem. To nasza podstawowa działalność, po to spółka powstała.

- **Rok 2022 zakończył się stratą w wysokości 270 tysięcy...**

- ...warto dodać, że w historii Spółki takie straty także się zdarzały. Wzrost kosztów połączony ze zmniejszoną liczbą ton odpadów dostarczonych do instalacji to około 400 tysięcy złotych mniej na koncie spółki. W tym kontekście strata 270 tysięcy złotych nie wygląda już tak źle. Przy obrocie rocznym wynoszącym około 15 milionów złotych strata w tej wysokości nie powinna nikogo niepokoić. Po prostu w zeszłym roku był splot kilku niekorzystnych i równocześnie niezależnych od nas czynników, a strata w wysokości tylko 270 tysięcy złotych to rezultat podejmowanych przez Zarząd działań oszczędnościowych. A rezultatem tych inicjatyw jest pierwszy kwartał tego roku, który wypadł lepiej. Będziemy dalej działać w tym kierunku, choć trzeba pamiętać, że nie wszystko od nas i od naszych pracowników zależy. Na przykład ceny energii i paliw. Na pewne rzeczy i mechanizmy rynkowe wpływu nie mamy.

- **Mówi pan, że pierwszy kwartał 2023 roku jest lepszy. Proszę o szczegóły.**

- Od początku 2023 roku działamy w oparciu o nową dwuletnią umowę na odbiór odpadów, którą podpisaliśmy z Urzędem Gminy w Suchym Lesie. Obowiązuje ona do końca 2024 roku. Staramy się rozszerzać naszą działalność, co pozwoli nam z optymizmem patrzeć w przyszłość. Obsługujemy na przykład w wyniku wygranego przetargu oczyszczalnie ścieków na zlecenie Aquanetu. Znamy się

na tym, mamy bardzo doświadczonych pracowników. Mamy kilka zleceń od firm z branży budowlanej, mamy zlecenia od firm na odbiór odpadów komunalnych. Pierwszy kwartał zamknęliśmy z zyskiem. Niewielkim, ale jednak zyskiem. Za wcześniej jeszcze na szczegóły, ale to dobra prognoza na cały rok.

- **A jaki będzie cały 2023 rok?**

- Prosi pan trochę o wróżenie z fusów. Jeśli nie wydarzy się nic niedobrego, nic nadzwyczajnego, a ciągle musimy pamiętać o rozpętanej okrutnej wojnie za naszą wschodnią granicą, która ma wpływ na całą gospodarkę światową, to zakładamy roczny zysk.

- **Ilu ma pan pracowników, ilu odbiorców Spółka obsługuje w gminie Suchy Las?**

- W ZGK Suchy Las mamy 50 pracowników, obsługujemy ponad 5 tysięcy nieruchomości zamieszkałych i ponad 500 nieruchomości niezamieszkałych, czyli firm.

- **Przejdźmy do dnia dzisiejszego.**

- Pogoda nam sprzyja. Zajmujemy się już sprzątaniem dróg, bo to co rozsypaliśmy w zimie by było bezpiecznie teraz trzeba usunąć. Skończył się maj i my kończymy z zamykaniem dróg. Te prace są już praktycznie skończone. Kolejną rzeczą do wykazania poboczy dróg i do pierwszej połowy czerwca powinniśmy się z tym uporać. Zakończyliśmy też utwardzanie po zimie ciężkim sprzętem dróg gruntowych na terenie naszej gminy. Jesteśmy już po pierwszej zbiórce elektrośmieci i odpadów niebezpiecznych, którą przeprowadzamy zawsze w maju, a drugą w miesiącach jesiennych. Szykujemy się do zbiórki odpadów wielkogabarytowych, która zaplanowana jest na czerwiec.

- **Dużo jest tego typu odpadów?**

- W poprzednich latach zbieraliśmy w czerwcu od 60 do 100 ton odpadów wielkogabarytowych. W 2021 roku było to około 100 ton, a w zeszłym roku... 24 tony. Ciekawe co się stało z resztą? Przy okazji... zachęcam mieszkańców naszej gminy do przeglądania naszej strony internetowej. Tam łatwo się między innymi dowiedzieć, że można na przykład zamówić u nas koszenie prywatnej działki profesjonalnym sprzętem. Mamy już kilka takich stałych zleceń, ale chętnie podejmiemy się nowych wyzwań.

- **Czerwiec to miesiąc wielu imprez, od Dnia Dziecka do Dni Gminy. Z tego co wiemy, ZGK w takich wydarzeniach też uczestniczy?**

- Jesteśmy spółką gminną, tu pracujemy i tu żyjemy, tu żyją nasze rodziny. Tego typu imprezy generują odpady, głównie związane z gastronomią, dlatego dostarczanie i odbiór zapełnionych pojemników bierzemy na swoje barki. Pomagamy często także w inny sposób.

- **Pomówmy teraz o planach na przyszłość.**

- O, jest tego naprawdę sporo.

- **Na przykład?**

- Myślimy o odnawialnych źródłach energii, o zapowiadanych w naszym kraju systemie kaucyj-

nym, o butelkach. System ten ma dotyczyć butelek plastikowych do 3 litrów, szklanych do 1,5 litra, puszek metalowych do pojemności litra. Czekamy tylko na ostateczne przepisy i wprowadzenie tego systemu. Nasza gmina ma wypracowany, stabilny system odbioru odpadów od naszych mieszkańców, dlatego wierzę, że także z systemem kaucyjnym damy sobie radę.

- **A pan jak długo pracuje w tej Spółce?**

- Już prawie 14 lat, a więc mam swój wkład w opracowanie i wdrożenie systemu odbioru odpadów komunalnych od naszych mieszkańców. Moja praca w ZGK Suchy Las rozpoczęła się od umowy-zlecenia na wykaszanie poboczy, a umowę tę podpisywał ze mną jeszcze prezes Władysław Dolata. W 2009 roku zaproponowano mi stanowisko dyspozytora w naszym punkcie odbioru elektrośmieci w Chłudowie, obecnie jest tam Punkt Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych, w skrócie PSZOK. W latach późniejszych aktywnie uczestniczyłem w „rewolucji śmieciowej”. Przypominamy, że przepisy „rewolucji śmieciowej” weszły w życie 1 stycznia 2012 roku i dotyczyły zmian wdrażanych w naszej gminie w 2013 roku. Był to okres wielu wyzwań, wtedy bowiem samorządy przejęły gospodarkę odpadami komunalnymi. A ja w ZGK byłem dyspozytorem, operatorem rozmaitych maszyn, brałem udział w zbiórkach różnych odpadów. Po roku 2013 zostałem mianowany przez prezesa Dolatę kierownikiem Działu Gospodarki Odpadami, przejąłem też część obowiązków Działu Marketingu. W maju 2022 roku spełniając wszystkie wymogi określone w przepisach, powierzono mi stanowisko wiceprezesa, a prezesem zostałem 29 listopada na mocy decyzji Rady Nadzorczej, a było to związane z przejściem dotychczasowego prezesa ZGK Suchy Las na emeryturę. Pracowałem w ZGK i równocześnie studiowałem - w październiku 2012 roku ukończyłem studia na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu.

- **To znaczy, że nie jest pan „spadochroniarzem”, człowiekiem z zewnątrz, ba, że jest pan tym, który zaczynał w Spółce prace od najniższych stanowisk i dzięki temu zna pan tę firmę bardzo dobrze, co znacznie ułatwia panu dzisiaj jej zarządzanie?**

- Takie są fakty. Znam ludzi, wiem czym się zajmujemy. To się w pracy przydaje. Mam także, liczone już latami, kontakt z instalacjami, które przetwarzają nasze odpady komunalne, znam kolegów z innych tego typu spółek gminnych, znam naszą branżę, co się przydaje każdego dnia. To doświadczenie – jestem przekonany – zaprocentuje w przyszłości, bo sytuacja jest dynamiczna, czekają nas spore zmiany, choćby – o czym już wspominałem – po wprowadzeniu w naszym kraju systemu kaucyjnego. Mamy profesjonalną i zaangażowaną załogę. Nie jesteśmy nowicjuszami i nie boimy się nowych wyzwań.

**Rozmawiał  
TOMASZ MAŃKOWSKI**



## Grzegorz Wojtera – 3 razy niewinny <sup>(3)</sup> Szkoła pełna półprawd...

Dokończenie ze strony 6

poziom długu gminy jednoznacznie wskazywał na niemożność uzyskania zgody Regionalnej Izby Obrachunkowej na zaciągnięcie nowego zobowiązania na budowę szkoły. To nie oznacza, że gmina była wówczas w jakiejś zapaści finansowej, ale tak liczone wtedy zadłużenie i takie były wtedy przepisy.

Czyli... jest poważny problem. Budżet gminy nie udźwignie tak dużej inwestycji, a na kredyt nie ma szans. To spory kłopot, bo przecież była konieczność szybkiego podjęcia ostatecznej decyzji dotyczącej sposobu powstania nowej szkoły, by mogła ona rozpocząć swoją działalność od września 2014 roku.

### WOJT ZACZĄŁ DZIAŁAĆ

Po konsultacji z dwiema renomowanymi kancelariami prawniczymi wójt Grzegorz Wojtera – po rozstrzygnięciu przetargu - zawarł w 2014 roku trzy umowy ze spółką MHA Invest na budowę filii Szkoły Podstawowej w Suchym Lesie przy ul. Konwaliowej. Umowy dotyczyły wybudowania szkoły, sali gimnastycznej, dzierżawy tych budynków oraz dalszych wykupu.

Wójt zdecydował się na takie rozwiązanie, bo chciał jak najszybciej rozwiązać problem przepełnienia w szkołach i przygotować się na przyjęcie do szkoły 6-latków.

Warto także podkreślić, że dzięki zapisom zawartej umowy gmina przez całe 15 lat dzierżawy nie ponosi kosztów malowania szkoły, przeglądów okresowych urządzeń, ubezpieczenia, napraw, a przede wszystkim ryzyka budowlanego. Koszty wszelkich koniecznych poważnych awarii budynku ponosi firma prywatna wydzierżawiająca szkołę. To jest rozwiązanie bardzo korzystne dla gminy, a – jak się okazało – niezbyt korzystne dla prywatnego inwestora, którego przedstawiciel przyznał to otwarcie w sali sądowej.

A dodatkowo jeszcze po 15-letniej dzierżawie (czyli już w 2029 roku) gmina może wykupić szkołę za... 1 grosz. I tak zrobi.

### PODSUMOWANIE

W tym przypadku proste dodawanie 2 + 2 = 4 nie jest uprawnione. A tak właśnie biegła sądowa (szczegóły w kolejnym odcinku „Biegła nie taka biegła”) wyliczyła stratę na jaką podobno Grzegorz Wojtera podejmując te decyzje naraził budżet gminy. Oczywiście, także nie bez znaczenia jest kontekst powrotu do szkół 6-latków, wyżu demograficznego, braku możliwości zaciągnięcia kredytu itp. Gdy to wszystko weźmie się pod uwagę, okazuje się dzisiaj, że tamte decyzje wójta były najlepsze, podejmowane w interesie gminy i jej mieszkańców, transparentne i jedyne jakie wówczas można było podjąć. Alternatywy nie było? Była! Tej nowej szkoły mogło po prostu nie być...

W sprawie wójta gminy Suchy Las przesłuchano 57 świadków i biegłą. Pierwsza rozprawa odbyła się w grudniu 2021, a ostatnia 29 marca 2023 roku, gdy ogłoszono wyrok uniewinniający. Wśród owych 57 świadków, byli świadkowie obrony i oskarżenia. Ci drudzy nie do końca zgadzali się z argumentami wójta, ale prawie nikt nie kwestionował, że w 2014 roku w gminie Suchy Las nowa szkoła była potrzebna. Prawie, bo świadek Małgorzata Salwa-Hajbach (stawiła się w sądzie na jednej z ostatnich rozpraw po kilkakrotnych wezwaniach), która w latach 2014-2018 była przewodniczącą Rady Gminy Suchy Las z namaszczenia Koalicji Gmina Razem – Inicjatywa Mieszkańców (koalicji opozycyjnej w stosunku do wójta) zeznając w sądzie powiedziała, że jej zdaniem nie było żadnego społecznego uzasadnienia, by nowa szkoła musiała powstać w Suchym Lesie w roku 2014... Bez komentarza!

TOMASZ MAŃKOWSKI

(ciąg dalszy nastąpi)

## Nowe szczepionki – szansa na zdrowie

Rozmowa z prof. dr hab. n. med. LESZKIEM SZENBORNEM – kierownikiem Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych Uniwersytetu Medycznego i Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu, wiceprzewodniczącym Polskiego Towarzystwa Wakcynologii

albo się zachoruje, albo się zaszczepi. Rozwój technologii sprawił, że mamy preparaty, których jednokrotne podanie domięśniowe daje dziecku lub osobie dorosłej ochronę na cały sezon zakażenia wirusem. Prace nad szczepionkami są w końcowej fazie badań. Mamy więc szansę na pokonanie wirusa, który jest jedną z najczęstszych przyczyn hospitalizacji dzieci w naszym kraju.

- Czy osoby starsze, osoby z chorobami współistniejącymi także skorzystają ze szczepienia przeciwko RSV?

- Tak, jak najbardziej. Rola wirusów RS w patologii chorób dorosłych jest w Polsce niedostatecznie znana, ale wirusy te, podobnie jak wirusy grypy, są szczególnie groźne dla najmłodszych dzieci i seniorów 60+, którzy z powodu zakażeń trafiają do szpitala. Zakażenia u zdrowych dorosłych przebiegają bezobjawowo albo z niecharakterystycznymi objawami. Jednak tacy dorośli z katarem są zaraźliwi dla otoczenia, a choroba przenosi się przede wszystkim drogą „brudnych rąk”. Możliwość zaszczepienia się będzie mieć również znaczenie dla ciężarnych i oczekiwanego przez nie potomstwa. Zaszczepiona w odpowiednim czasie matka przekaze swojemu potomstwu przeciwciała, które powstaną w jej organizmie po szczepieniu. Dzięki tym przeciwciałom ich nowo narodzone dzieci

bezpiecznie przeżyją swój pierwszy w życiu jesienno-zimowy sezon zakażeń RSV.

- Czy czekamy na jeszcze inne preparaty?

- Trwają również prace, które będą dawały możliwość podania jednej szczepionki uodporniającej przeciwko wszystkim 5 rodzajom meningokoków. To będzie wielka wyгода! Szczególnie się z tego cieszę, ponieważ przez całe swoje zawodowe życie opiekowałem się wieloma pacjentami, którzy trafiali do kliniki z sepsą i zapaleniem opon mózgowo-rdzeniowych. Pomimo leczenia, u wielu pacjentów choroba była przyczyną trwałego uszczerbku na zdrowiu, kalectw i śmierci. Wreszcie doczekałem się skutecznych szczepień, które – jeśli będą stosowane – zapobiegną następstwom większości groźnych chorób zakaźnych.

- Aby dzieci mogły żyć zdrowo i aby dorośli mogli dożywać późnej starości – musimy się szczepić.

- Trzeba przekonywać wszystkich, że warto korzystać z tej sprawdzonej – skutecznej i bezpiecznej – metody profilaktyki. Szczepienie jest jedną z łatwiejszych rzeczy, które można zrobić, aby zapewnić sobie szansę na zdrowsze i szczęśliwsze życie. Pamiętajmy, że szczepionka nie podana, jest nieskuteczna w stu procentach! (mon)

### MUZYKA

## Wardruna - „Kvittravn - First Flight of the White Raven” (2022)



„Kvittravn - First Flight of the White Raven” to ubiegłoroczne koncertowe wydawnictwo norweskiego zespołu Wardruna, który jest znany ze swojego unikatowego podejścia do muzyki folkowej inspirowanej skandynawską mitologią. Ta płyta, jak można się spodziewać, nie rozczarowuje i przynosi nam kolejną porcję magicznych dźwięków, które wprowadzają nas w świat skandynawskich legend i tradycji.

Album „Kvittravn” jest muzyczną opowieścią, która zabiera nas w podróż przez dziką i tajemniczą scenę północy. Płyta jest nasycona atmosferą i bogactwem dźwięków, które potrafią wywołać emocje i wzbudzić wyobraźnię słuchacza. Za pomocą tradycyjnych instrumentów skandynawskich, takich jak harfy, liry, bębny oraz charakterystyczny wokal

Einar'a Selvik'a, Wardruna tworzy autentyczną i pełną siły muzykę.

„First Flight of the White Raven” to kompozycje pełne dynamiki i różnorodności. Płyta łączy w sobie zarówno energetyczne utwory, które wprawiają w ruch, jak i spokojniejsze, medytacyjne momenty, które pozwalają na kontemplację i wewnętrzne rozważania. Teksty, opowiadające o naturze, nordyckich mitach, napisane są w językach islandzkim i staroangielskim, co dodaje im dodatkowego uroku i autentyczności.

Produkcja płyty znacząco przyczynia się do atmosfery, którą chce stworzyć zespół. Czyście brzmienie instrumentów, dbałość o detale

i precyzja w nagraniach sprawiają, że każdy dźwięk jest doskonale słyszalny i oddaje głębię kompozycji. To prawdziwa uczta dla zmysłów, która odślania różnorodność i piękno skandynawskiej muzyki folkowej.

„Kvittravn - First Flight of the White Raven” to album, który skradnie serca fanów Wardruny. To muzyczne dzieło przenosi słuchaczy w inny świat, pełen magii, historii i mistycyzmu. Niezależnie od tego, czy jesteś fanem folkowej muzyki nordyckiej, czy po prostu ciekawy eksplorowania różnych gatunków muzycznych, ta płyta z pewnością dostarczy słuchaczom wielu niezapomnianych doznań dźwiękowych.

Wardruna po raz kolejny udowadnia, że są mistrzami w tworzeniu atmosferycznych, etnicznych dźwięków. Płyta dla fanów wikingów, ale nie tylko. (10/10)

KUBA „THORN” MALENDOWSKI

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

ZŁOTNIKI PARK

zlotnikipark.pl (+48) 883 204 205 BGR DEVELOPER

**OUTLET SKLEP**

**AGD**

Pralki  
Suszarki  
Lodówki  
Zmywarki  
Piekarniki  
Płyty grzewcze  
i inne

Polska dystrybucja  
Gwarancja 24m-ce  
Faktura Vat 23%

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

**www.wgniecione.pl**

Reklama ♦ Tel. +48 602 638 409, ♦ Reklama



# Poznaj program Dni Gminy Tarnowo Podgórne 2023

**Już 17 i 18 czerwca spotkamy się w Parku 700-lecia w Tarnowie Podgórnym na wspólnym świętowaniu. Tym razem Dni Gminy to również Festiwal Smaków Food Trucków, który wzbogaci swoją ofertą strefę gastronomiczną. Nie zabraknie też strefy rozrywki.**

## Poznajcie szczegółowy program.

### 17 czerwca (sobota)

- 16.30 Otwarcie Dni Gminy Tarnowo Podgórne
- 16.35 Szkoła Tańca Woman's Art z Lusowa
- 17.00 Wujek Ogórek – koncert dla całych rodzin
- 17.55 Dziecięcy Zespół Pieśni i Tańca Ludowego Modraki
- 18.20 Zumba Kids z Dajaną
- 18.40 Senior Dance Stars – pokaz taneczny seniorów z Fundacji Nigdy nie jest za późno
- 19.05 Tadeusz Pięta – Finalista YouCan Dance. Nowa Generacja 2
- 19.30 Zespół Pieśni i Tańca Luso-wiaci
- 20.00 Julia Stolpe z zespołem – Pół-finalistka 12. edycji The Voice od Poland
- 21.00 Przemówienie Wójta Tadeusza Czajki
- 21.30 ZAKOPOWER**
- 22.50 Pokaz laserowy
- 23.00 DJ Jeremi

### 18 czerwca (niedziela)

- 12.00 Zagroda artystyczna GOK SEZAM i Fundacji Mój Mount Everest

- 13.45 Młodzieżowa Orkiestra Dęta Gminy Tarnowo Podgórne i Mażoretki na dobry początek
- 14.15 Leon Olek i Studio Piosenki GOK SEZAM – Finalista 6. edycji The Voice Kids
- 15.00 DAWID KWIATKOWSKI**
- 16.45 Blok koncertowy lokalnych artystów. Rafał „Panicz” Pielucha, Veronika, Joanna

- Sabo, Jan Gałach i Joanna Pi-larska, Jessica Mikina
- 18.00 Mitochondrium – koncert
- 19.00 SKALDOWIE**
- A co w ramach wydarzeń towarzyszących tegorocznym? W programie między innymi Lotto 3x3 Quest, czyli turniej kwalifikacyjny do Mistrzostw Polski w koszykówce 3x3, Puchar Polski w kolarstwie

szosowym, zawody deskorolkowe, Finał Grand Prix Gminy Tarnowo Podgórne w siatkówce plażowej. W ramach Dni Gminy Tarnowo Podgórne odbędzie się także I Festiwal Smaków Food Trucków. Przez dwa dni będzie można spróbować dań z różnych zakątków świata. Zapowiada się weekend pełen atrakcji i smaku! (GTP)



## NIE UZALEŻNIAJ SIĘ OD UZALEŻNIEŃ

# Gdy jedzenie wywołuje lęk

**A**noreksja jest zaburzeniem odżywiania i pewnym uzależnieniem od niejedzenia. To takie nałogowe zachowanie jedzeniowe. Chory swoją uwagę kieruje na sylwetkę, ciało, wagę, a więc jedzenie i sposoby redukcji przyjmowanych kalorii. Uzależnienie to wiąże się też ze zmniejszeniem napięcia psychicznego wynikającego z problemów (brak satysfakcji z własnych osiągnięć, słabe relacje z ludźmi, brak bezpieczeństwa, niska samoocena...), gdy nie można sobie poradzić inaczej ze zmniejszeniem napięcia.

Niejedzenie może zapewniać choremu pozorne korzyści: poczucie wy-



jątkowości (coś, czego wiele osób nie umie dokonać), satysfakcja (spadek wagi jako dowód na własną skuteczność i kompetencje). Przyczyną uzależnienia od niejedzenia może być też uczucie, że nie ma się sobą nic do zaoferowania, poza atrakcyjnym wyglądem, ucieczka w dietę przed lękami i

stresem (odwlekanie pewnych spraw „aż osiągnę odpowiednią wagę”, lęk przed porażką w rozwiązaniu problemów), spełnianie potrzeby bycia idealnym w każdym obszarze życia, oczekiwanie, że niższa waga spowoduje wzrost atrakcyjności towarzyskiej, powodzenia, sukcesów w pracy.

Gdy ten efekt nie nastąpi, chory sądzi, że może wciąż waży za dużo. Przyczyna takiego zachowania to też chęć spełniania wymagań społecznych. W naszej kulturze czasem określa się osobę wychudzoną, jako mającą silną samokontrolę, ambitną, dążącą do perfekcji, kompetentną. Anoreksja to może być sposób na regulowanie stosunków rodzinnych za pomocą jedzenia (skierowanie uwagi na siebie lub zmniejszenie konfliktów w rodzinie poprzez bycie chorym) lub dawać poczucie kontroli (np. gdy nie ma się wpływu na niekorzystny bieg zdarzeń) i możliwość decydowania o sobie (choć o tym, co się je i jak się wygląda). Może być to także reakcja na wykorzystanie seksualne.

W przypadku anoreksji choroba zaczyna się od myśli: „chcę schudnąć” lub od naśladowania innych. Ponieważ w naszej kulturze dążenie do szczupłej sylwetki jest nagradzane, wraz z chud-

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

nięciem zyskuje się szacunek u innych osób oraz wiele pozytywnych uczuć. To zachęca do kontynuowania odchudzania. I podobnie jak z używkami, których bierzemy coraz więcej, w tym przypadku czujemy coraz większą potrzebę utraty kolejnych kilogramów. Odstawia się nie tylko słodczyce, ale w ogóle redukuje się ilość jedzenia do minimum.

Problem jest już w momencie, gdy pojawiają się uwagi ze strony zaniepokojonych bliskich, którzy widzą znaczną utratę wagi osoby odchudzającej się: „za bardzo schudłaś, źle wyglądasz...”, „powinnaś przytyć, bo teraz już jesteś za chuda...”. Osoba ta jednak już nie słucha i zaczyna stronić od ludzi, aby uniknąć niewygodnych uwag na temat

jej wyglądu i odchudzania. Spotkania z bliskimi zaczynają jej się kojarzyć z utratą nagrody i niszczeniem całego planu odchudzania, na przykład nieplanowanym jedzeniem ciasta czy pizzy. Kolejnym etapem jest pogłębianie izolacji, coraz większe zaprzeczanie chorobie i powolne wyniszczenie organizmu fizyczne i emocjonalne. Apatia wywołana wygodzeniem nie pozwala na odczuwanie emocji, a pozytywne uczucia wywołuje jedynie utrata kolejnych kilogramów. To jest nałóg, ponieważ poczucie szczęścia daje „narkotyk”, czyli w tym przypadku chudnięcie.

Osoba cierpiąca na zaburzenia takienienia ma zaburzony obraz samej siebie i uważa, że panuje nad sytuacją i jeśli zechce przestać się odchudzać, to może to zrobić.

Anoreksja jest albo restrykcyjna (ograniczenie spożywania pokarmów) i bulimiczna (naprzemiennie okresy niejedzenia i napadów kompulsywnego objadania się).

W rodzinach, w których występuje problem anoreksji czasem panuje

„zimny klimat” - jej członkowie mają problemy z okazywaniem uczuć i wyrażaniem emocji, ale czasem nadmiernie ingerują w życie innych członków rodziny. W przypadku rodzin, gdzie ktoś zapada na bulimię zdarza się natomiast, że widać tam chaos, ponieważ zasady w nich panujące stale się zmieniają. Jednego dnia rodzice każą uważać na to, ile się je, żeby nie przytyć, a drugiego – stawiają na stole trzydaniowy obiad i każą zjeść, „bo mama się napracowała”. Osoba z bulimią próbuje spełnić skrajne wymagania, czyli jeść, ale nie przytyć i jeszcze mieć własny świat, w który nikt nie ingeruje. Pochłania dużo jedzenia, aby się uspokoić i wymiotuje, aby nie przytyć.

Zarówno anoreksja, jak i bulimia są chorobami na tle nerwicowym. Jedzenie wywołuje lęk, podobnie jak w przypadku ludzi, którzy na przykład boją się brudu czy otwartej przestrzeni. Dlatego też terapia zaburzeń odżywiania jest podobna do leczenia zaburzeń lękowych. Podejmowane są próby dotarcia do tego, co wywołuje lęk przed jedzeniem i przepracowania wszystkich emocji związanych z tym problemem.

Niejedzenie to choroba, czy uzależnienie? Niejedzenie da się wyleczyć?

- Według najnowszej Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych rozróżniamy kilka rodzajów zaburzeń odżywiania, które powinny być zdiagnozowane przez lekarza psychiatrę, a następnie leczone psychoterapeutycznie - mówi Agata Pakuza, terapeuta uzależnień i psychoterapeuta z Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chłudowie. (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.**





**Pożegnanie dobrej zmiany** Jacek Dubois, cena 39,90 zł, Wydawnictwo Purple Book.

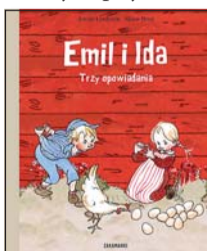
„Tamci kradli i ci też kradną, ale ci przynajmniej chodzą do kościoła”. Wiele osób tak ocenia polską politykę i głosuje na partię Prezesa nie dlatego, że oni są wspaniali, ale dlatego, że inni są jeszcze gorsi. „Ci przynajmniej robią coś dla ludzi, a nie tylko dla siebie”. Tak mówi nie tylko mój tata. Tak mówią rodzice wielu z nas. Ale jeśli nawet nie kochają PiS, to na pewno kochają Prezesa... Cztery kaśliwe, ironiczne, pełne czarnego humoru opowiadania, w których autor – znany ze swojego ciętego i błyskotliwego języka adwokat Jacek Dubois – rozprawia się z obecnym światem „wielkiej” polskiej polityki. Przedstawia nam ten świat w krzywym zwierciadle, nie zostawiając suchej nitki na nikim. Czas pożegnać „dobrą zmianę”. Tom opowiadań opatrzył Wstępem znany komik – Robert Górski.

Mamy dla naszych Czytelników 3 egzemplarze książki **Pożegnanie dobrej zmiany**. Prosimy o jak najszybsze przysłanie SMS-a na adres nagrody.tydzien@wp.pl z hasłem Pożegnanie dobrej zmiany.



**Bieszczady. Przewodnik dla małych i dużych odkrywców** Adrian Markowski, ilustracje Agata Dobkowska, cena 59,90 zł, Prószyński i S-ka.

Chcesz przeżyć prawdziwą przygodę? Jeżeli tak, ten przewodnik po Bieszczadach jest dla Ciebie! Przeczytasz w niej nie tylko o pięknych górskich szlakach. Dowiesz się, jakie zwierzęta można spotkać w tym niezwykłym zakątku Polski i jakie miejsca dostarczą niezapomnianych wrażeń. W przewodniku jest wszystko, co potrzebne do odkrywania gór i dzikiej przyrody Bieszczad. Zapragniesz do nich wracać, i poznawać je lepiej.



**Emil i Ida. Trzy opowiadania** Astrid Lindgren, ilustracje Björn Berg, tłumaczenie, Anna Wegleńska, wiek 3+,

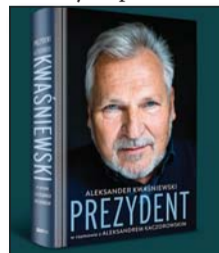
cena 59,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Emil wie, że psot się nie myśla. One robią się same. Nie chciał złapać taty w pułapkę na myszy... ani wypuścić z pastwiska barana Blarena. Emil to dobry chłopak. I wcale nie jest skąpy. Na pewno nie w dawaniu całusów! Nawet siostrzyczka Emila Ida marzy, by przytrafiła jej się jakaś psota, żeby za karę posiedzieć sobie w stolarni. W sobotni wieczór Emil siedzi w stolarni i struga setnego drewnianego ludzika. Nie tak wyobrażał sobie ten jubileusz! Alfred, zamiast świętować z Emilem, czuli się z Liną. Emil ma już tego dość. Pokaże wszystkim, że nie wolno go tak traktować! Innym razem tatuś nie tylko nie zamknął go za karę w stolarni, ale jeszcze pochwalił! Było to niedługo po Bożym Narodzeniu, kiedy w Katthult odbywało się doroczne przyjęcie dla sąsiadów. Jego przebieg był nieoczekiwany, bo nauczycielka postanowiła rozruszać gości zabawami w śnieżki i w... całowanie! Tom zawiera trzy opowiadania o Emilu i Idzie: **Emil i ciasto na kluski**, **Skąpy nie jestem, powiedział Emil**, **Mała Ida też chce psocić**. Björna Berga do stworzenia wizerunku Emila wybrała sama Astrid Lindgren.



**KAMPEREM PRZEZ ŚWIAT** Poradnik Karawaniogowy Aldona i Daniel Sagan, cena 89,90 zł, Wydawnictwo Purple Book.

To pierwszy profesjonalny poradnik dla zaczynających swoją przygodę z domem na kółkach. Wszystkie informacje, by spełnić marzenia o wyprawach w najbardziej fascynujące zakątki świata. Aldona i Daniel Saganowie podróżują kamperem wszędzie. Książkę kończyli pisać w Indiach. Próbowali wszystkiego: od samolotu, po samochód osobowy i namiot. Korzystali z wycieczek all inclusive w luksusowych hotelach, ale też samodzielnie organizowali wyjazdy w spartańskich warunkach. Ostatecznie zamieszkali w kamperze na stałe i od lat są w nieprzerwanej podróży po świecie. Poradnik to ich historia oraz ewolucja sposobu podróży, którą przeszli. Podzielił się swoją wiedzą, wieloletnim doświadczeniem i podróżniczymi patentami.



**Prezydent. Aleksander Kwaśniewski w rozmowie z Aleksandrem Kaczorowskim** cena 59,99 zł, Wydawnictwo Znak Literanova.

Gdy wybrano go w 1995

roku, Polska przecierała oczy ze zdumienia. Drugą kadencję kończył jako jeden z najbardziej cenionych i lubianych polityków w kraju. W międzyczasie współtworzył Konstytucję oraz wprowadził Polskę do NATO i Unii Europejskiej. Dziś jest bardziej dyplomatą niż politykiem, co pozwala mu spojrzeć z dystansem nie tylko na własną drogę, ale też na zmiany, przez które przeszła Polska i świat. Aleksander Kwaśniewski w rozmowie z biografem Václava Havla Aleksandrem Kaczorowskim po raz pierwszy tak otwarcie mówi o prezydenturze, rodzinie i o sobie. Opowiada o początkach w polityce i o wstrząsającym wydarzeniu, przez które prawie wystąpił z PZPR. Przybliży kulisy przemian po 1989 roku orazowości przyjaźni łączącej go z Millerem, Oleksym i Michnikiem. Zdradza, jak to jest być jednocześnie prezydentem i ojcem nastolatki, oraz jaki ma

## Centrum wszechświata według Kopernika



2023 rok został przez Senat RP ogłoszony Rokiem Mikołaja Kopernika, gdy przypada 550 rocznica urodzin i 480 rocznica śmierci wielkiego astronoma. Z tej okazji wydawnictwo Egmont przygotowało w serii **Najwybitniejsi Naukowcy** album **Kopernik. Centrum wszechświata**. Komiks powstał na zamówienie wydawnictwa i w Polsce będzie miał swoją światową premierę. Cena 24,99 zł.

Album przedstawia życie Mikołaja Kopernika, jego zainteresowania i drogę, która doprowadziła do dokonania jednego z największych odkryć astronomicznych w dziejach. Twórcą komiksów z serii **Najwybitniejsi Naukowcy** jest hiszpański scenarzysta i rysownik Jordi Bayarri.

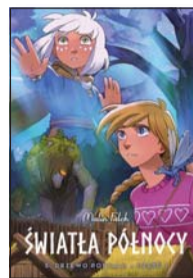
Kopernik znany jest jako ten, który „wstrzymał Słońce, ruszył Ziemię”, niewiele osób jednak wie, że był również lekarzem, prawnikiem, dyplomatą, a nawet strategiem wojuskim. Prowadzenie badań, obserwacji i pomiarów wymagało od niego pracowitości i mądrości, ale napisanie książki ze swoimi poglądami wymagało... odwagi.

I taki właśnie był Mikołaj Kopernik - pracowity, mądry i odważny. Kilka lat temu napisał książkę, która wyrwała go do góry nogami wszystko to, o czym mówili naukowcy, teologowie i filozofowie. Także ci, których szczerze podziwiał i z których prac się uczył - pisał w posłowie do albumu dr Tomasz Rożek.

Kopernik sam wymyślał przyrządy, konstruował je, szkicował mapy i obliczał odległo-

ści. A nade wszystko myślał. Po wielu latach pracy był gotów przedstawić światu swoje wnioski, które były prawdziwą rewolucją. Kopernik wiedział, że nawet jego koledzy naukowcy mogą mu nie uwierzyć i że będzie miał wrogów. Dlatego skrupulatnie wszystko opisał i narysował. Nie mógł sobie pozwolić na żadne błędy. Niestety nie do końca mu się udało. Ale co do zasady miał rację. To nie Ziemia jest centrum Układu Słonecznego i nie wokół Ziemi wszystko krąży. Tym środkiem jest Słońce. Dzisiaj to wiemy - właśnie dzięki Kopernikowi.

**NOWOŚCI KOMIKSOWE WYDAWNICTWA EGMONT**



**Świąta Północy. Drzewo portalu** - część I, tom 5, scenariusz i rysunki Malin Falch, przekład Mateusz Lis, norweski komiks fantasy cena 49,99 zł.

Nadchodzi czas ostateczne-

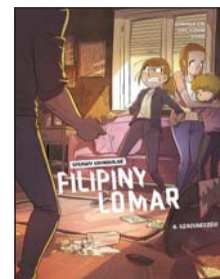
go starcia! W ostatnim odcinku podróży Sonji do Jotundale napięcie sięga zenitu! Wikingowie i gang Espena stają naprzeciw siebie w bitwie, w której nie ma wygranych. Komiks z gatunku portal fantasy pełnymi garściami czerpie z norweskiego folkloru. Seria zdobyła liczne prestiżowe nagrody i trafiła na półki księgarń w aż ośmiu krajach!



**Supersi. Home sweet home** tom 3, scenariusz Frédéric Maupomé, rysunki Dawid, przekład Marek Puszczewicz, francuski komiks science fiction/przygodowy, cena 39,99 zł.

Troje dzieci z innej planety - Mat, Lili i Benji mają supermoce i wspomaga ich robot Al. Są rozdarte między chęć prowadzenia normalnego życia wśród ludzi a lękiem przed odkryciem, kim są. W serii autorzy podejmują takie tematy, jak poszukiwanie tożsamości, rodziny, samotności i odmienności pod przykrywką opowieści o superbohaterach. W

trzecim tomie rodzeństwo znalazło się w policyjnym potrzasku. Dzieci są ścigane, więc muszą opuścić swój dom i znaleźć nowe schronienie...



**Sprawy kryminalne Filipiny Lomar. Szacumeczek!** tom 4, scenariusz Dominique Zay, rysunki Greg Blondin, przekład Nika Sztorc, komiks francuski humor, cena 34,99 zł.

Czwarty tom niezwykłych, czasem zabawnych lub niebezpiecznych przygód 13-letniej prywatnej detektywki Filipiny Lomar. W trakcie wyprawy na ryby z przyjacielem Gégé, Filipina spotyka Rosę - dziewczynkę, która uciekła z domu. Okazuje się, że ona i jej mama są gnębione przez Marka, uroczego na zewnątrz, ale brutalnego w domowym zaciszu. Filipina - z pomocą starych i nowych przyjaciół - postanawia im pomóc. Musi wykazać się sprytem i przebiegłością większą niż zwykle!

## GRY

### Gra LEGO 2K DRIVE już w sklepach



Cenega, oficjalny partner firmy 2K z przyjemnością informuje, że w sprzedaży dostępna jest gra LEGO 2K Drive. Tytuł w wersji pudełkowej ukazał się na PlayStation 5, PlayStation 4, Xbox Series X/Xbox One oraz Nintendo Switch w pełnej polskiej wersji językowej z dubbingiem w dwóch edycjach Standard oraz Awesome Edition z dodatkową zawartością.

Gra LEGO 2K Drive została stworzona przez niesamowity zespół Visual Concepts i łączy w sobie najlepsze elementy jazdy w otwartym świecie, dynamiczne wyścigi, a także zróżnicowany system dostosowywania pojazdów. Pozwala grać samemu lub wspólnie, oferując rozbudowaną kooperację i ekscytującą rywalizację w trybach wieloosobowych. Gracze mogą skorzystać również z rozgrywki międzyplatformowej na PlayStation 5, PlayStation 4, Xbox Series X|S, Xbox One i PC za pośrednictwem Steam i Epic Games Store. Tryb wieloosobowy, kooperacji oraz lokalnej gry bezprzewodowej dostępny jest również na Nintendo Switch.

- *Nadszedł pierwszy krok w wielotytułowej współpracy między 2K a LEGO Group i nie możemy być bardziej podekscytowani - powiedziała Tina Walsh, szefowa marketingu LEGO GAME. - Visual Concepts oraz 2K rozwinęli w ekscytujący sposób doświadczenia płynące z gier LEGO, które fani znają i kochają. Dzięki temu w LEGO 2K Drive odnajdą się zarówno obecni, jak i nowi odbiorcy LEGO.*

- *Dla naszego zespołu Visual Concepts LEGO 2K Drive to wymarzony projekt, ponieważ pasjonuje nas motoryzacja oraz gry z otwartym światem - powiedział Greg Thomas, prezes Visual Concepts. - Niezależnie od obranego stylu gry w Klockolandii jest bardzo dużo do odkrycia. Nie możemy się już doczekać, aż fani doświadczą naszego spojrzenia na świat możliwy dzięki magii LEGO.*

Grupa Cenega jest najdynamiczniej rozwijającą się firmą w sektorze gier komputerowych w Europie Środkowo-Wschodniej. Jako jedyna firma z regionu oferuje usługi dystrybucyjne w więcej niż jednym kraju. Zakres działalności obejmuje tłumaczenie, promowanie i wprowadzanie na rynek gier na komputery osobiste (PC) oraz konsole Sony PlayStation4 (PS4), PlayStation 5 (PS5), Microsoft Xbox One, Microsoft Xbox Series X, Nintendo Switch.



# Nie mam wrogów na torze

Rozmowa z **ROBERTEM KUBICĄ**, kierowcą wyścigowym Renault Formuły 1

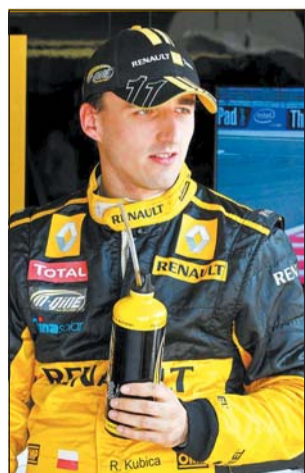


Dokończenie ze strony 5

ne rozwiązania i ustawienia trzeba znaleźć, co nie zawsze i nie wszystkim się udaje. Nad tego typu sprawami pracuje wiele osób, także daleko od torów wyścigowych, w fabrykach. Nie wszyscy kibice oglądając Grand Prix Formuły 1 zdaje sobie z tego sprawę. Rezultat na mecie to wypadkowa ciężkiej pracy całej armii ludzi. Przy przygotowaniach do każdego wyścigu pracuje w Renault 500 osób i są one bardzo ważne. Dlatego zwycięstwo w takim wyścigu nigdy nie jest sukcesem jednego człowieka. My się ścigamy na torze, a oni „ścigają” się przez cały rok w fabrykach, instytutach badawczych, laboratoriach.

- W Formule 1 jeździ pan już kilka lat. Czy ma pan przyjaciół wśród innych kierowców holidów? Czy spotyka się pan z nimi towarzysko już poza torrem?

- Przyjaciół i dobrych kolegów mam kilku i to spoza światka Formuły 1. Czy mam przyjaciół wśród kierowców holidów – tę wiedzę zostawię sobie... Czasami organizujemy wspólne wypadki, na przykład w ubiegłym roku pojeździliśmy sobie gokartami w



grupie ośmiu kierowców. Był to taki wypad koleżeński, na co dzień jednak z innymi kierowcami się nie spotykam, ponieważ sezon jest bardzo długi i bardzo wyczerpujący i gdy mam wolną chwilę bardziej koncentruję się nad formą fizyczną i zregenerowaniem się na kolejny wyścig. Taki mam charakter. Z większością kierowców Formuły 1 mam dobre układy, nie sadzę, bym miał wrogów na torze.

- Gdy został pan kierowcą Formuły 1 okazało się, że tak wyobrażał pan sobie ten świat, czy też może coś pana zaskoczyło, a może nawet rozczarowało?

- Wchodząc do Formuły 1 niczego się nie spodziewałem, bo nie znałem tego świata. W rzeczywistości jest jednak zupełnie inaczej niż wyglądało to na telewizyjnym ekranie. Oprócz torów i bolidów wszystko poza tym jest zupełnie inne... Zresztą, tak jest w każdym sporcie. W przypadku Formuły 1 nie sposób zaobserwować wszystkich niuansów, bo jest to sport bardzo techniczny, bardzo rozwinięty technologicznie, w którym ta technologia właśnie ma ogromny wpływ na końcowy sukces lub porażkę.

- Podobno w Bułgarii powstaje tor podgrzewany, o stałej temperaturze nawierzchni. Co pan na to?

- Powiem szczerze, że pierwszy raz o tym słyszę, ale byłoby to bardzo ciekawe przedsięwzięcie. Stała temperatura nawierzchni spowodowałaby, że po takim torze jeździłoby się dużo łatwiej, bo warunki dla wszystkich byłyby przez cały czas równe i przewidywalne. Taki tor ułatwiłby nam na pewno życie...

**TOMASZ MAŃKOWSKI**

## MOTORYZACJA

# Centralna poduszka powietrzna

Samochody Škody od dawna należą do najwyżej ocenianych w testach Euro NCAP. Celem utrzymania tego standardu, marka stale udoskonala funkcje bezpieczeństwa w swoich pojazdach. Teraz Škoda wprowadza centralną poduszkę powietrzną jako integralną część nowych modeli.



W trosce o bezpieczeństwo Škoda stosuje aktywne systemy wykorzystujące kamery, radary i czujniki do zapobiegania wypadkom, a także funkcje pasywne, mające na celu minimalizowanie skutków wypadków poprzez optymalnie zaprojektowane nadwozie i zaawansowane systemy bezpieczeństwa. Teraz obejmują one także centralną poduszkę powietrzną, dostępną w najnowszej generacji Škody Octavia oraz w modelach Enyaq i Enyaq Coupé.

### JAK DZIAŁA CENTRALNA PODUSZKA POWIETRZNA?

Jeśli jednostka sterująca wykryje zderzenie boczne lub kombinację uderzeń podczas wypadku, centralna poduszka powietrzna zostanie wywołana w ciągu kilku milisekund. Poduszka powietrzna jest wystrzeliwana i napełniana gazem w przestrzeni między przednimi fotelami oraz nad konsolą środkową.

Jej zadaniem jest spowolnienie ruchu pasażerów siedzących z przodu i zapobieganie bezpośredniemu zderzeniu ich głów (oraz ewentualnie ramion). Jeśli dojdzie do wypadku po stronie pasażera, a kierowca jest sam w

samochodzie, centralna poduszka powietrzna zamortyzuje jego ruch i zmniejszy potencjalne obrażenia (np. uszkodzenia żeber, ramion czy szyi).

### UMIEJSCOWIENIE PODUSZKI

Centralna poduszka powietrzna znajduje się w okolicach podłokietnika fotela kierowcy. O jej obecności informuje materiałowa etykieta z napisem „Airbag” umieszczona nad konsolą środkową z boku podłokietnika. Poduszka zapobiega zderzeniu głów kierowcy i pasażera, dlatego jest najbardziej skuteczną w przypadku kolizji bocznych.

### RYGORYSTYCZNIE TESTOWANE

Projekt centralnej poduszki powietrznej uwzględnia odmiennie ułożenie przednich foteli względem siebie, a także różne typy ludzkich sylwetek. W związku z tym, producent przeprowadził statyczne i dynamiczne testy z wykorzystaniem manekinów. Badania weryfi-

kują funkcjonalność mechanizmu przed zatwierdzeniem go do produkcji seryjnej, a także sprawdzają prawidłowy proces rozwijania się poduszki z fotela w niskich i wysokich temperaturach.

Poduszka powietrzna przechodzi również program symulacji starzenia się materiału, który trwa do 12 tygodni. Część jest testowana w komorze klimatycznej pod wpływem wstrząsów, dużych wahań temperatury, słonej mgły i pyłu. Testy dynamiczne, znane jako zderzeniowe, oferują bardzo dokładną i realistyczną symulację rzeczywistych kolizji samochodowych. W testach tych poduszka powietrzna musi spełniać swoją funkcję powstrzymującą. Następnie oceniane są różne kryteria, takie jak pokrycie potencjalnego obszaru uderzenia głową, wartości biomechaniczne mierzone na manekinach oraz terminowe i prawidłowe odpalenie poduszki powietrznej.



**NISSAN**  
INTELLIGENT MOBILITY

**Nissan Townstar Van**  
100% elektryczny

**5** lat  
lub 100 000 km  
rozszerzonej  
gwarancji

### Nissan Polody

Przeźmierowo, ul. Rynkowa 160 — tel.: 61 814 21 55  
Poznań, ul. Tymienieckiego 38 — tel.: 61 825 50 96  
pon. — pt.: 08.00–18.00, sob.: 08.00–14.00

[www.nissan.polody.pl](http://www.nissan.polody.pl)

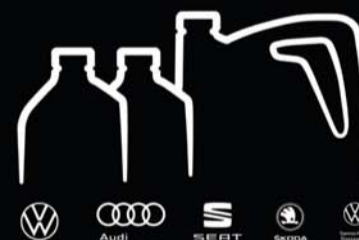
Wszelkie prezentowane informacje, zdjęcia, specyfikacje, opisy, ilustracje lub parametry techniczne służą wyłącznie celom informacyjnym, nie stanowią potwierdzenia dostępności poszczególnych modeli pojazdów, wersji wyposażenia, wersji napędów i nie stanowią zapewnienia w rozumieniu art. 556(1)§2 Kodeksu cywilnego oraz nie są wiążące. Elektryczny Nissan Townstar Van - zużycie energii w cyklu mieszanym WLTP (Wh/km): 177-189; emisja CO<sub>2</sub> w cyklu mieszanym WLTP (g/km): 0. Nissan Townstar Van - zużycie paliwa w cyklu mieszanym WLTP (l/km): 6,7-6,8; emisja CO<sub>2</sub> w cyklu mieszanym WLTP (g/km): 151-154. Zużycie paliwa i emisje CO<sub>2</sub> podane zgodnie z obowiązującymi przepisami europejskimi. Przedstawione dane techniczne są zgodne z nową procedurą testową WLTP (Worldwide Harmonized Test Procedure for light vehicles) stosowaną do obliczania zużycia paliwa oraz emisji CO<sub>2</sub>. Dane testowanych samochodów, porównywane są wyłącznie według tych samych procedur. Rzeczywiste wyniki mogą różnić się w zależności od czynników takich jak warunki pogodowe, styl jazdy, obciążenie pojazdu lub wszelkie akcesoria zamontowane po rejestracji pojazdu. Rozszerzona Gwarancja Nissana jest produktem ubezpieczeniowym, oferowanym przez Nissan International Insurance Ltd. Oferowane dodatkowo 2 lata rozszerzonej gwarancji jest ważne dla limitu 100 000 km (oprócz 3-letniej gwarancji producenta oferowany produkt rozszerzonej gwarancji obejmuje dodatkowo 2 lata lub łączny przebieg 100 000 km w okresie 5 lat, w zależności od tego, co nastąpi wcześniej). Informacja nie jest kompletna. Produkt jest zgodny z Ogólnymi Warunkami Ubezpieczenia. W celu uzyskania bliższych informacji prosimy skontaktować się z autoryzowanym dealerm Nissana.



# Nowa Generacja Oryginalnych Olejów Silnikowych.



Oryginalny  
olej silnikowy



**Dedykowane dla Twojego silnika.**

**POL-CAR**, Suchy Las, ul. Obornicka 150 | T. 61 87 32 295 | [www.pol-car.seat-auto.pl](http://www.pol-car.seat-auto.pl)