

# T Twój TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI

Najchętniej czytany  
w WIELKOPOLSCE

Ukazuje się od 15 maja 2002 roku

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

**Dzięki  
Tobie świat  
się nie  
kończy!**

strona 3

Rok XXII Numer 3-4 (548-549) 26 lutego 2025 ISSN 1734-5294 www.twojtydzien.pl e-mail: twoj-tydzien@wp.pl GAZETA BEZPŁATNA

# Robot-koszykarz

strona 11



**FELIETON  
- TAK MYŚLĘ**

Tomasz Mańkowski

**Nie  
handlujmy  
ludzkim  
cierpieniem**

strona 4

**BYŁO W TTW**

**Z Krasnojarska  
do Koziegłów**

strona 5

**SUCHY LAS**

**Sportowcy  
i trenerzy  
wyróżnieni**

strona 7

**WARTO  
WIEDZIEĆ**

**Czy kot  
bywa  
szczęśliwy?**

strona 9

**MOTO**

**Nowa marka  
w Pol-Carze**

strona 15

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



## CIEKAWOSTKI KOSMETYCZNE

### Gwiazdorska pielęgnacja



Rihanna jest ucieleśnieniem Fenty Hair, marki, która ma być rewolucją w naprawie włosów prostych i falowanych. We wszystkich produktach Fenty Hair zastosowano technologię odbudowy Replenico-5. W perfumerych **SEPHORA** znajdziemy pełen **Zestaw do pielęgnacji włosów FENTY HAIR** (format podróży) **The Maintenance Crew** (249 zł, 2 x 90 ml + 100 ml + 60 ml). Zawiera: **szampon** The Rich One Moisture Repair Shampoo Mini (90 ml), **maskę** The Richer One Moisture Repair Deep Conditioner Mini (100 ml), **kurację odbudowującą** The Comeback Kid Instant Damage Treatment Mini (60 ml) i  **krem termoochronny** do 230°C The Protective Type 5 in 1 Styling Creme Mini (90 ml). To niezbędne kosmetyki do regeneracji, wzmocnienia i odżywienia wszystkich rodzajów i tekstur włosów, zapewniające pełne polysylnie rezultaty redukcji łamliwości, regeneracji końcówek i wzmocnienia włosów. Włosy są miękkie, elastyczne i lśniące. Zapach charakterystyczny Fenty Hair to ciepły, ambrozy zapach kwiatowy z nutami yuzu, złotej ambry, kojących kwiatów, smakowitej wanilii i kremowego drzewa sandałowego. Produkty wegańskie. Wygładzają, modelują i utrwala kontury również dzięki mocno utrwalamu **żelowi do stylizacji Controlling Type FENTY HAIR** (105 zł).



### Wegański demakijaż

**AA LAAB Clear Skin Solution Hydrofilowy olejek do demakijażu** normalizująco-łagodzący (200 ml, 39,99 zł) zapewni skórze oczyszczenie bez uczucia ściągnięcia, ochronę bariery hydrolipidowej, nawilżenie i wygładzenie. Usuwa makijaż (w tym wodoodporny) oraz kosmetyki z filtrami SPF. Formuła z olejami winogronowym i jojoba w połączeniu z wodą tworzy jedwabistą, łatwą do spłukania emulsję. Bazuje na przeciwzapalnej herbacie matcha, odbudowujących ceramidach oraz złuszczającym kwasie azelainowym. Przebadany klinicznie. W pełni wegańska receptura bez zapachu.



### Odżywienie z natury

Stres, zanieczyszczenie powietrza, zmęczenie odbija się na wyglądzie cery, ale także skóry głowy. Staje się sucha, swędzi lub szybko się przetłuszcza. Nowością od **Yves Rocher** to **Serum przywracające równowagę skóry głowy** (99 zł/50 ml). Formuła wegańska (96% składników pochodzenia naturalnego) opiera się na wyciągach z ośmiu organicznych roślin pochodzących z Bretanii. To kojące ekstrakty z malwy, nasturcji, rumianku, nagietka, werbeny, mięty pieprzowej, melisy oraz bławatka. Serum zawiera także opatentowany kompleks sacharydowy, czyli mieszanek naturalnych cukrów, które nawilżają i wzmocniają barierę ochronną skóry głowy. Od razu po nałożeniu, serum ma działanie łagodzące i zmniejsza dyskomfort. Zwiększa nawilżenie skóry głowy i sprawia, że włosy są bardziej lśniące. Zabieg najlepiej powtarzać dwie godziny przed myciem włosów lub zostawić na całą noc, jeśli myjemy głowę rano.



### Kultowe zapachy

W **Yves Rocher** każdy zapach powstaje z miłości do natury oraz pasji tworzenia. Wszystkie kompozycje z kultowej linii **Evidence** od **Yves Rocher** łączą wyjątkową trwałość z bogactwem składników, a do ich produkcji wykorzystuje się alkohol pochodzenia roślinnego. **Woda perfumowana L'Evidence** (229 zł/50 ml) to kobieca i elegancka kompozycja stworzona przez Marion Costero i Sonię Constant, autorkę m.in. Luminous Orchid Alexandra McQueena oraz Eternity Eau Fresh Calvina Kleina. To zapach dla osób tęskniących za wiosną, które chcą przywrócić energię. Na początku wyczuwalne są w nim nuty brzoskwini i świeżej bergamotki. Po chwili pojawia się woń kwitnącej magnolii i szlachetnej róży damasceńskiej, a na koniec akord drzewnej paczuli, która w aromaterapii jest stosowana do poprawy nastroju. Kultowa **woda perfumowana Comme une Evidence** (239 zł/50 ml) to dzieło Annick Menardo, twórczyni zapachowych ikon, takich jak Hypnotic Poison Dior czy Hypnôse Lancôme. Zapach łączy aromatyczny, lekko cytrusowy olejek eteryczny z bergamotki z nutą delikatnej róży damasceńskiej. Głębi dodaje drzewny akord paczuli. Całość tworzy niezwykle elegancką i harmonijną kompozycję, która otula i pozwala poczuć się wyjątkowo. Dla bardziej intensywnych doznań Annick Menardo przygotowała wersję **Intense** (249 zł/50 ml). Tu róża damasceńska występuje w towarzystwie nut jaśminu i białego drewna. **Mon Evidence** (239 zł/50 ml) to hołd dla współczesnych kobiet, poszukujących równowagi w codziennym pędzie. Annick Menardo wraz z Olivierem Crespem (twórcą Light Blue Dolce&Gabbana) stworzyli zapach pełen życia, gdzie róża damasceńska współgra z ekstraktem ze skórki mandarynki, wanilią i paczulą. To kompozycja, która relaksuje, dodaje energii i przypomina o radości z małych chwil.



### Maska dla objętości



**L'biotica Biovax Glamour Volumetric Treatment** (200 ml, 34,99 zł) **Nawilżająca Maska Zwiększająca Objętość** unosi włosy u nasady zapewniając długotrwałą objętość, nawet na długich włosach. Ułatwia stylizację zachowując naturalną elastyczność. Zawartość oleju ze słodkich migdałów oraz roślinnych protein wzmocnia i regeneruje. Kwas hialuronowy - humektant wnika we włókna, aby były nawilżone. Zmysłowy zapach długo utrzymuje się na włosach i sprawia, że codzienna pielęgnacja staje się przyjemnością.

### Zdrowa skóra głowy



W pielęgnacji włosów coraz częściej podkreśla się znaczenie zdrowej skóry głowy, gdzie zaczyna się regeneracja i wzrost włosów. Stosowanie wcierek skutecznie odżywia cebulki, wpływa na poprawę struktury włosa. Najlepiej stosować je przed każdym myciem głowy. W ofercie **Anwen** pojawiły się dwie nowe wcierki **AWARE SCALP CARE**, stworzone z myślą o osłabionych włosach ze skłonnością do wypadania. **Wcierka chłodząca z mentolem** – 34,99 zł/100 ml i **Wcierka rozgrzewająca z pieprzem syczańskim** – 34,99 zł/100 ml. Są w 97% oparte na składnikach pochodzenia naturalnego, a ich regularne użycie pomaga zagęścić włosy, ogranicza ich utratę i przyspiesza wzrost.

### Włosy w formie



**PEH** To skrót od trzech składników, niezbędnych dla lepszej kondycji włosów: Protein, Emolientów i Humektantów. **PROTEINY** (keratyna, jedwab, proteiny mleczne i pszeniczne) odbudowują, uzupełniają mikrouszkodzenia. **EMOLIENTY**, głównie oleje oraz masło shea i oliwa z oliwek jako otoczka włosa zapobiegają utracie wilgoci. **HUMEKTANTY** (aloes, kwas hialuronowy, pantenol) zapewniają odpowiednie nawilżenie. Włosy potrzebują tych składników w odpowiednio dobranych proporcjach. Zapewnią to dwie nowości **Anwen WISH ME PEH**. Mamy **odżywkę zbalansowaną do wysokiej porowatości** WISH ME PEH (32,99 zł/200 ml), która zawiera proteiny z nasion Moringa i z drożdży piwarskich. Skrobia kukurydziana, ekstrakt z korzenia buraka



oraz polisacharydy zapewnią głębokie nawilżenie włosów. Za to oleje (rycynowy, brokułowy i makadamia) wygładzają, dodają blasku i zapobiegają puszeniu. Ceramid NG dodatkowo wzmacnia. Druga jest **odżywką zbalansowaną do średniej porowatości**.

### Kolor gładkich ust

**AA WINGS OF COLOR Star Secrets Maska do ust pielęgnacyjna** (6,5 ml, 34,99 zł) zmniejsza uczucie suchości, napięcia i szorstkość. Zawiera masło kakaowe i ma wygodny aplikator. Pozostawia usta nawilżone, odżywione oraz pełne blasku i koloru. Testowana klinicznie z udziałem alergików. **Lip Care Glow Oil Pielęgnujący olejek do ust** (4,5 ml, 39,99 zł) to połączenie blasku, nawilżenia i komfortu oraz przyjemnie lekka, nieklejąca się formuła. Każdy kolor o innym owocowym zapachu: Cherry, Exotic, Raspberry, Peach. **Pomadka do ust AA WINGS OF COLOR Star Secrets** (3,6 g, 49,99 zł) w eleganckim opakowaniu z magnetycznym zamknięciem ozdobiona jest efektownym tłoczonym na sztyfcie. Pomadka semi-matte mocno kryjąca o satynowym wykończeniu podkreśla usta intensywnym i trwałym kolorem. Kremowa konsystencja łatwo się rozprowadza. Zawiera nawilżający kwas hialuronowy, skwalan oraz odżywcze olejki: słonecznikowy, rycynowy i masło shea. **Kryjący błyszczyk AA WINGS OF COLOR Star Secrets** (7 ml, 33,99 zł) to połączenie koloru, nawilżenia i pielęgnacji ust. Bogata konsystencja o mocnej pigmentacji daje intensywny kolor oraz efekt mokrych i soczystych ust. Są nawilżone, wygładzone i odporne na pierzchnięcie. Ma poziomkowy zapach. **AA Aloes Pink Multi-nawilżający balsam do ust - glossy pink** (10 g, 16,99 zł) pielęgnuje suche usta. Zawiera ekstrakt z różowego aloesu, ekstrakt z malin i masło shea. Zapewnia długotrwałe nawilżone usta z różowym połyskiem.



STRONĘ PRZYGOTOWAŁA MONIKA MAŃKOWSKA

# Dzięki Tobie świat się nie kończy!

**30 szkół z Wielkopolski działa w 17. edycji kampanii społecznej Fresenius Medical Care „Drugie życie”. W naszym kraju wykonano prawie 2200 transplantacji w 2024 roku – podaje Poltransplant. To polski rekord liczby przeszczepień. Ale... 2000 osób nadal czeka na przeszczepienie narządu. Często to jedyna metoda ratowania życia.**

## MŁODZI Z MISJĄ – RAZEM DLA DRUGIEJ SZANSY NA ŻYCIE!

Kampania Drugie życie, organizowana przez Fresenius Medical Care Polska, to nie tylko wyjątkowa inicjatywa społeczna ratująca życie, ale także przestrzeń, w której młodzi ludzie pokazują swoją kreatywność i pasję. W tym roku, z okazji Ogólnopolskiego Dnia Transplantacji, uczniowie przygotowali wiele inspirujących projektów – od multimedialnych prezentacji, po symboliczne filmy i plakaty, które w przejmujący sposób opowiadają o sile decyzji o dawstwie narządów.

Hasło „Dzięki Tobie świat się nie kończy – podpisz oświadczenie woli” stało się symbolem tegorocznej kampanii, inspirując młodzież do działań pełnych pasji i zaangażowania. Symboliczne projekty, takie jak filmy przekazujące iskrę życia czy wiersze, przypominają, że każde podpisane oświadczenie woli może realnie zmienić życie osób czekających na przeszczep. **Młodzi ludzie, dzięki swoim inicjatywom, pokazują, że świadome dawstwo narządów to piękny gest, który może sprawić, że świat dla kogoś się nie kończy, lecz zaczyna na nowo.**

## 26 STYCZANIA – ŚWIĘTO POLSKIEJ TRANSPLANTOLOGII

Ogólnopolski Dzień Transplantacji obchodzony był 26 stycznia. Upamiętnia on przełomowy moment w historii polskiej medycyny – pierwszy udany przeszczep nerki, przeprowadzony w 1966 roku w I Klinice Chirurgicznej Akademii Medycznej w Warszawie.

Od 2005 roku dzień ten służy nie tylko przypomnieniu o sukcesach transplantologii, ale także podkreśleniu jej znaczenia dla ratowania ludzkiego życia. To wyjątkowa oka-

za, by szerzyć świadomość o możliwościach, jakie daje współczesna medycyna i zachęcać społeczeństwo do rozmów o świadomym dawstwie narządów.

## TRANSPLANTACJA – DAR ŻYCIA I NADZIEI

Przeszczepianie narządów to często jedyna skuteczna metoda ratowania życia osób zmagających się z niewydolnością serca, płuc, wątroby czy szpiku kostnego. Transplantologia, będąca jedną z najbardziej zaawansowanych i wymagających dziedzin medycyny, opiera się na solidarności i współpracy społecznej. Bez akceptacji i wsparcia ze strony społeczeństwa, rozwój tej dziedziny byłby niemożliwy.

Każdy dawca może ocalić życie nawet czterem osobom, a kolejnym czterem znacząco poprawić jego jakość. To pokazuje, jak ogromne znaczenie ma każda decyzja o dawstwie narządów – decyzja, która pozwala podarować drugie życie.

Lekarze podkreślają, że o idei transplantacji trzeba mówić nie tylko w medycznych kręgach, ale również w codziennych rozmowach z bliskimi.

- Rozmowy o świadomym przekazaniu narządów to klucz do zwiększenia społecznej świadomości, a młodzież jest doskonałym ambasadorem tej idei – zaznacza dr hab. n. med. Maciej Głyda, Konsultant Wojewódzki w Dziedzinie Transplantologii Klinicznej.

Statystyki pokazują, że w Polsce rośnie liczba przeprowadzanych przeszczepień – w 2023 roku dokonano 1805 zabiegów, a kolejny rok przyniósł rekordowy wzrost o blisko 400 przeszczepów. W minionym roku udało się przeszczepić 2197 narządów, które otrzymało 2151 pacjentów. Jednak, jak podkreślają eksperci, nie chodzi o rekordy, lecz o utrzymanie stałego wzrostu i uświadamianie, że dzięki każdemu z nas czyjeś życie może trwać dalej. Świadoma decyzja o dawstwie narządów to gest solidarności i nadziei, który może odmienić przyszłość wielu chorych i ich rodzin. **Ponad 2000 osób w Polsce nadal czeka na transplantację. Często tylko ona może uratować im życie.**

## 16 LAT KAMPANII

Kampania społeczna „Drugie życie” w roku szkolnym 2024/2025 odbywa się po raz 17. Pierwsza edycja wystartowała w roku szkolnym 2008/2009 w Wielkopolsce. Od tamtej pory do akcji promują-



cej rozmowę o oświadczeniach woli i świadomym dawstwie narządów przystąpiło kolejne 8 województw (małopolskie, lubuskie, warmińsko-mazurskie, kujawsko-pomorskie, łódzkie, śląskie, dolnośląskie i podkarpackie).

Przez wszystkie lata, prawie 500 tysięcy zaangażowanych w kampanię uczniów z ponad 1000 szkół średnich rozdało ponad 1.600.000 oświadczeń woli. Szkoły, które zorganizowały najciekawsze akcje, otrzymały w nagrodę czeki charytatywne, którymi wsparły kilkudziesięciu osób i instytucji. Od 2010 roku kampania „Drugie życie” jest częścią ogólnopolskiego programu rozwoju przeszczepiania narządów „Partnerstwo dla Transplantacji” uruchomionego przez Polską Unię Medycyny Transplantacyjnej. W każdej edycji, kampanii patronują najważniejsze instytucje państwowe, regionalne oraz organizacje i stowarzyszenia wspierające transplantacje.

**W tym roku do udziału w kam-**

**panii zakwalifikowało się 30 szkół średnich z województwa wielkopolskiego.** Uczniowie wzięli udział w warsztatach, które dostarczyły im niezbędnej wiedzy na temat medycznych, prawnych i etycznych

aspektów transplantacji. Zdobyte informacje służą im do przygotowania i realizacji szkolnych akcji informacyjno-promocyjnych, mających na celu szerzenie świadomości na temat donacji narządów. **(rob)**



**DZIĘKI TOBIE ŚWIAT SIĘ NIE KOŃCZY.**

WYRAŻAM ZGODĘ, BY PO ŚMIERCI MOJE ORGANY I TKANKI ZOSTAŁY UŻYTE DO TRANSPLANTACJI- RATOWANIA ŻYCIA INNYCH LUDZI.

IMIĘ

NAZWISKO

DATA URODZENIA

PESEL

ADRES

DATA

PODPIS

**PODPISZ OŚWIADCZENIE WOLI.**



## KARYKATURA SHOW

„Jeden z najszybszych karykaturzystów świata”

Cata Polska ...Europa, USA, Australia

www.karykatURY.com • karykatURY@onet.pl

Firmowe eventy, konferencje, targi, wesela...



## KUPIMY ANTYKI ORAZ SZTUKĘ UŻYTKOWĄ PRL-U

- Dzieła sztuki polskich malarzy, obrazy, sztukę nowoczesną i awangardę;
- Militaria, medale, odznaczenia, szable, bagnety, mundury;
- Biżuterię srebrną, złotą, autorską i artystyczną ORNO, Warmet, srebra, platery;
- Rzeźby figury, zegary, zegarki, kolekcje, monety, pamiątki sportowe;
- Szkło kolorowe, wazony, formy artystyczne, szkło dawnych nut,
- Figurki z porcelany, new look, Picassiaki, serwisy, zastawy, ceramika artystyczna;

Bezpłatna wycena dojazd do klienta, płatne gotówka.

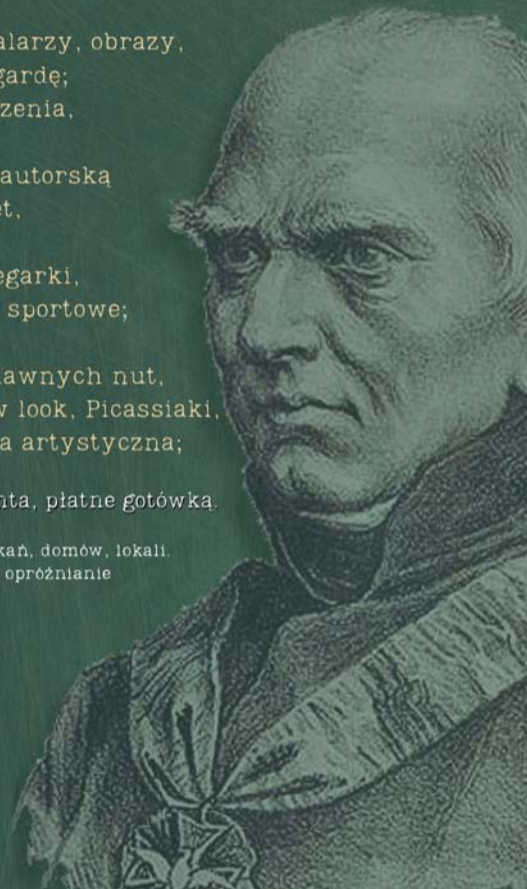
Oferujemy pomoc przy likwidacji mieszkań, domów, lokali. Organizujemy wywóz mebli, utylizację i opróżnianie mieszkań, domów piwnic i poddaszy.

Zapraszamy stacjonarnie:  
Poznań, ul. Półwiejska 20/5

603 350 305

www.galeriastazica.pl

GALERIA STAZICA



# Nie handlujmy ludzkim cierpieniem

FELIETON  
– TAK MYŚLĘ



W kwietniu 2022 roku opublikowałem na łamach „Twojego TYGODNIA WIELKOPOLSKIEGO” felieton pod wiele mówiącym tytułem: „To się NIGDY nie powinno wydarzyć”. Oto jego fragment:

„Zwłoki. Wszędzie zwłoki. Na ulicy, na chodniku, w postrzelanym i wypalonym samochodzie, w ogródku tuż przy furtce, w piwnicy, w sklepie, w nie do końca zasypnym masowym grobie albo rozgrzebanym przez psy, w piwnicy przerobionej na schron zawalonej gruzem, w pobliskich krzakach, na miejskim skwerze, w parku... Często zwłoki ze śladami tortur. Ze związanymi z tyłu rękami, z przestrzelonymi kolanami by pojmany nie mógł uciekać, wreszcie z otworem po kuli w tyle głowy.

Zwłoki kobiet, dzieci i... mężczyzn ze śladami masowych gwałtów, z poderżniętymi gardłami, z obrażeniami uniemożliwiającymi rozpoznanie twarzy... Zwłoki bezbronnych cywilów, starców, ludzi którzy poszli na chwilę do sklepu po kilogram ziemniaków i kaszę. Wszędzie zwłoki leżące na ulicach od wielu, wielu dni... A dookoła ten charakterystyczny zapach spalenizny, zapach rozkładających się ciał, zapach krwi, zapach strachu i śmierci. Nad głowami stada wron, a niedaleko, w zasięgu wzroku grupy bezdomnych psów ogłupionych wojną, wybuchami, spadającymi bombami. Psy – tak jak wrony – rozglądają się za jedzeniem...

To nie – niestety – makabryczny sen, widać postapokaliptycznej rzeczywistości w bliżej nieokreślonej przyszłości, produkt chorej wyobraźni grafomana piszącego powieść o zmiernych ludzkości. To obrazy, które zarejestrowano w podkijowskich miejscowościach, gdy wojska rosyjskich morderców wycofały się i zostały wyparte z tych terenów po prawie miesięcznej ich okupacji. To filmy, zdjęcia, relacje bezpośrednich świadków o tym, co wydarzyło się tu i teraz, kilkaset kilometrów od Poznania, w XXI wieku, nieomal w środku Europy. To nieme, przerażające świadectwa czynów, których dopuścili się na bezbronnych cywilach bandyci ubrani w rosyjskie wojskowe mundury. Tak, bandyci, a nie żołnierze.

Świat widząc te obrazy wstrzymał oddech. I nie może dojść do siebie, bo każdego dnia docierają do nas nowe informacje, nowe przykłady barbarzyńskich praktyk bandytów w rosyjskich mundurach. Z Hostomela, Borodzianki, Buczy, Czernihowa, Mariupola, Charkowa, Makarowa, Irpienia i wielu, wielu innych ukraińskich miast, osiedli i miasteczek.”

Co się zmieniło od tamtego czasu? Co się zmieniło w ciągu tych trzech już lat okrutnej wojny rosyjsko-ukraińskiej? Wiele, dużo, nie-

kiedy za dużo. Czasami aż trudno w to uwierzyć...

W okresie ostatnich trzech wojennych lat zapełniły się cmentarze, ukraińska ziemia napuchła od przelanej ludzkiej krwi, amputowano zbyt dużo rąk i nóg, przelano morze łez, zrównano z ziemią, wieś, miasteczka i miasta, zburzono domy, fabryki, bloki mieszkalne, ostrzelano szpitale, szkoły, przedszkola, obiekty sportowe i handlowe, porwano i nie wiadomo gdzie wywieziono tysiące ukraińskich dzieci, rosyjscy bandyci w wojskowych mundurach torturowali ukraińskich jeńców ze zwierzęcym okrucieństwem, gwałcono ukraińskie kobiety i mężczyzn, głodzono jeńców, odmawiano im pomocy lekarskiej, zmuszono do ucieczki z ojcowizny dziesiątki tysięcy osób, które nawet gdyby mogły, to nie mają dzisiaj gdzie wracać. No bo gdzie? Do zoranej pociskami ziemi? Do zrównanych z ziemią domów? Do podwórka z bezimiennymi grobami? Do wsi i miasteczek, w których już nic nie ma oprócz ruin, szczurów i beznamiętnych psów? Rozpacz. Rozpacz. Jest wszędzie, jest wszechobecna, jest w oczach każdego i każdej, jest w sercu tych, którzy widzieli tę wojnę, przekonali się na własnej skórze jaka jest naprawdę. Bo śmierć zawsze boli, ale czasami jest lepsza, bo kończy tę mękę. Jest lepsza od tego cierpienia, trwania w trwodze, jest lepsza od życia dalej z piętnem tego, co się widziało i przeżyło.

To dlaczego – pytam się publicznie – są dzisiaj tacy (tu i tam, w Warszawie, Brukseli i w Białym Domu), którzy rozmawiają ze zbrodniarzem Putinem, podaje mu rękę, popijają z nim herbatkę, uśmiechają się, poklepują go po ramionach i marzą o tym, by robić z nim wspólne interesy? Nie rozumiem tego i nigdy nie zrozumie. Mój przyjaciel z Los Angeles pisze do mnie, że Trump zrobi wszystko, co każe mu jego szef – Putin. Czas zacząć się bać.

Gdy słucham niektórych wypowiedzi niektórych polityków, to dochodzę do wniosku, że coś z nimi jest nie tak. Ukraińców nie trzeba kochać, by im współczuć, trzeba być tylko przyzwoitym człowiekiem. Oni dzisiaj walczą, giną, cierpią, krwawią. Fakt, korzystają z międzynarodowej pomocy finansowej, ale to oni krwawią, oni są torturowani i gwałceni, oni w jednym momencie tracą cały dorobek życia, gdy wystrzelona nie wiadomo skąd i nie wiadomo przez kogo rakietą zrównuje z ziemią ich dom. A ci co dają im te pieniądze nie giną, nie cierpią, nie krwawią. Bo dlatego właśnie płacą, by ich synowie, ich mężowie i ojcowie nie musieli w okopach mocniej zaciskać pasa, bo właśnie odłamkiem dostali w brzuch i ich wnętrzności...

Wojna jest zła, okrutna. Trzeba ją skończyć. Jak najszybciej. Jestem pierwszy, który z takim transparentem wyjdzie na ulicę w Warszawie, Berlinie, czy Waszyngtonie. Ale nie kosztem Ukraińców. Nie kosztem tych napadniętych, którzy dzisiaj płacą najwyższą cenę za putińskie imperialne zachcianki. Nie kosztem tych bez rąk i nóg, tych którzy stracili wszyst-

kich bliskich, którzy musieli się przyglądać, gdy ich matka, siostra czy żona były bestialsko gwałcone ze związanymi z tyłu drutem rękami, nie kosztem tych, którzy dzisiaj po tych trzech latach częściej płaczą niż się uśmiechają, którzy od trzech lat nie mogą spać z przerażenia, którzy wciąż nie mogą prawie oddychać bo widzieli... Nie ich kosztem, bo to po prostu nie-moralne i nieludzkie...

Nie handlujmy ludzkim cierpieniem. Bo przecież – jeśli Putin się nie zatrzyma – my też kiedyś możemy...

TOMASZ  
MAŃKOWSKI



Bucha 2022

## Wydawnictwo i Reklama MAŃKOWSKI

- badania rynkowe
- opracowanie strategii i prowadzenie kampanii reklamowych
- opracowanie strategii i prowadzenie kampanii wyborczych
- projekty graficzne reklam, ogłoszeń, plakatów, banerów, ulotek itp.
- opracowanie i wydawanie 4-stronicowej jednodniówki (czasopismo) i innych wydawnictw okolicznościowych
- organizacja i prowadzenie konferencji prasowych
- przygotowanie materiałów na konferencje prasowe
- przygotowanie materiałów reklamowych i promocyjnych
- dokumentacja fotograficzna eventów, uroczystości, jubileuszy
- konferansjerka
- doradztwo marketingowe

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

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.

**CZERWONAK**

# Z Krasnojarska do Kozięglów

Krasnojarsk – miasto nad Jenisejem, sam środek Syberii, około miliona mieszkańców, centrum Kraju Krasnojarskiego składającego się z Ewenkijskiego Okręgu Autonomicznego i Chakasji. Okręg to ponad dwa miliony kilometrów kwadratowych!

JACEK KORNASZEWSKI



**I** tam właśnie – 9 stycznia minęło dwadzieścia dziewięć lat! – na syberyjskiej ziemi pobrali się Natalia i Bronisław. On, potomek Polaków z Lubelszczyzny

(nie żyjący od sześciu lat ojciec nie bardzo chciał opowiadać o rodzinnych, tragicznych przeżyciach), ona prawie nie mówiąca po polsku - ale też mająca polskie

korzenie - ciepła, bardzo sympatyczna kobieta.

Zdecydowali się przyjechać do Polski. Pokonać prawie siedem tysięcy kilometrów i wylądować w „kraju nieznanym”. Dlaczego? Po co? Z jakimi oczekiwaniami? – niech opowiedzą o tym sami.

– Wykorzystałem chwilę, gdy jeszcze w czasach byłego ZSRR, zaistniała możliwość tworzenia organizacji polonijnych – mówi Bronisław. Bronisław Zawadzki, żeby nie było żadnych wątpliwości co do jego polskich korzeni. – Powstało Stowarzyszenie „Dom Polski”, jego prezesem był Włodzimierz Ossowski, ja zostałem następcą po jego wyjeździe do Legnicy. Wtedy zacząłem dbać o przyszłość moich córek: u nas brakowało pieniędzy na kształcenie, a tu, w Polsce, była dla nich ogromna szansa. Julia skończyła już Akademię Ekonomiczną we Wrocławiu, młodsza Krystyna studiuje też na Uniwersytecie Wrocławskim – filologię angielską. Jest po szkole muzycznej, ma muzyczny słuch, to i język polski łatwo jej przychodzi.

– Julia, będąc już w Polsce – kontynuuje pan Bronisław – zaczęła wysyłać listy do różnych gmin. Z pytaniem, czy w ślad za nią nie mogą przyjechać tu, osiedlić się, uczciwie pracować i zarabiać, również jej rodzice. Obowiązywała już ustawa repatriacyjna, ale na – tak liczę – osiemdziesiąt pism, odpowiedzi przyszło kilka; z większości z nich dowiedzieliśmy się, że owszem, że pomagają, ale zaangażowano już tyle sił w pomoc Polakom z Kazachstanu, że...

Natalia właściwie się nie odzywa. Wyraźnie cieszy się gdy powiedziałem, że w czasach swojej młodości poznałem na tyle język rosyjski, że bez trudu mogę zrozumieć treść krasnojarskich dyplomów, z których wynika, że jako lekarz-neurolog pomagała ludziom w szpitalu kolejowym w całym Kraju Krasnojarskim, że była cenioną lekarką.

Zdecydowała się jednak pozostawić Na Syberii najbliższych, siostrę, przyjaciół. W imię czego?

– To przez Julię – twierdzi Bronisław Zawadzki. – To na jej pismo odpowiedziała podpoznańska gmina Czerwonak. To było przed czterema laty – dostaliśmy list, że proponują nam osiedlenie w podpoznańskich Kozięglówach, ofiarowują pomoc, ale trzeba zebrać całą niezbędną dokumentację, uwiarygodnić ją, przesłać... Obiecano nam pięćdziesięciometrowe mieszkanie. Dwa lata zbierałem dokumenty, nie skompletowałem jeszcze wszystkich. „Nasz” blok już oddano do użytku, a my jeszcze czekaliśmy na potrzebne potwierdzenia.

Udało się jednak i w lipcu minionego roku nasz rodak z za „siedmiu gór” wprowadził się do lokalu (w domu tuż obok obiecanego wcześniej) na osiedlu Leśnym w Kozięglówach. Przez trzydzieści lat pracował w Krasnojarsku – był tam między innymi tokarzem i ślusarzem w firmie produkującej kombajny zbożowe. „Pierestrojka” w Kraju

Rad zaproponowała mu – od roku 1994 – zajęcie w przedsiębiorstwie handlującym owocami i artykułami spożywczymi.

– Chociaż na naszym rynku były też firmy „makaroniarskie” z Włoch, to jednak co tydzień odbieraliśmy jeden wagon, czterdzieści ton makaronu z Malborka, z tamtejszej „Malmy”. Kupowaliśmy też soki, przetwory i owoce z „Hortexu”. Syberyjski rynek był i jest nie do zapelnienia – mówi Bronisław.

Jego żona przyjechała do Polski dopiero niedawno – tuż przed ostatnią Wigilią, dokładnie – 16 grudnia minionego roku. Czeką na potwierdzenie obywatelstwa, przyznanie i odebranie osobistych dokumentów, na zarejestrowanie w Powiatowym Urzędzie Pracy i pozytywne rozpatrzenie prośby o skierowanie na kurs językowy w poznańskim UAM. Bez znajomości polskiego ani rusz – a ona jest przecież lekarzem specjalistą i w takim zawodzie chciałaby pracować. W zawodzie, w którym w Krasnojarsku przepracowała już 33 lata.

– Starsza córka, kiedy już tu studiowała – przypomina Natalia Zawadzka – zawsze mówiła: przyjeżdżajcie koniecznie, tu są czyste chodniki, czyste podwórka pełne zieleni, dobrzy ludzie. Nie mogłam się zdecydować. Ale stwierdziłam, że skoro nie chcę widywać się z moim dzieckiem tylko raz na rok, może rzadziej, to muszę być blisko. I to zaważyło na mojej decyzji.

Teraz żona Bronisława (który dzięki pomocy Gminy Czerwonak od początku pobytu na jej terenie pracuje jako konserwator urządzeń technicznych w nowej pływalni „DELFIN” w Kozięglówach) marzy, by jak najszybciej – najlepiej od końca lutego – rozpocząć naukę polskiego pod okiem fachowców od tajników naszego języka. Na razie stosuje się do rady córki Julii, która zawsze jej powtarzała: „mamo, nie ucz się polskiego od taty, bo będziesz powtarzała jego błędy; musisz tu, na miejscu, się osłuchiwać i przyswajać język od profesjonalnych nauczycieli!”

Finansowo jakoś sobie państwo Zawadzcy radzą dzięki pracy Bronisława. Zapytany o to, czy nie doskwiera drożyzna, czy na wszystko wystarcza odpowiada:

– Bywało gorzej zwłaszcza w okresie, gdy Julia już studiowała w Polsce i na naukę tutaj namówiła też Krystynę. Ta – skuszona opowieściami siostry – zdała odpowiednie egzaminy w polskiej ambasadzie w Moskwie i pewnego dnia otrzymała wiadomość, że ma przyjeżdżać. Wtedy trzeba było odłożyć na ich wizyty w Krasnojarsku, na to, żeby mogły wrócić do Wrocławia i po jakimś czasie znowu nas odwiedzić. Wtedy rzeczywiście było ciężko. Ale od początku naszego małżeństwa wyznajemy filozofię, dzięki której nigdy nie mieliśmy długów: masz sto złotych, to rób wszystko tak, by ci wystarczyło. Masz tylko dziesięć złotych? To żyj skromniej, nie kupuj wszystkiego, na co masz ochotę – i też wystarczy.

Dwupokojowe mieszkanie państwa Zawadzkich w Kozięglówach jest skromnie, ale gustownie wyposażone. Po przyjeździe do Polski Natalia – jak to kobieta – trochę w nim poszalała, bo znać było rękę kilkumiesięcznej działalności męskiego gospodarza.

– Ale rewolucji nie było – zastrzega.

Brakuje im ulubionego sportu: jazdy na nartach. Na Syberii nie było z tym kłopotów, w Polsce trafili od razu na zimę, jaka zdarza się raz na wiele lat. Cyli na jej brak. Ale może dzięki tym pogodowym anomaliom mają okazję dłużej spoglądać na zieleni, której niedostatek tam, prawie siedem tysięcy kilometrów od Poznania, tak bardzo im doskwierał.

W czwartek, w przedostatnim dniu grudnia minionego roku, Natalia została pełnoprawną mieszkanką gminy Czerwonak, co podczas sesji potwierdzili radni oraz szef Rady Gminy Zbigniew Zieliński i wójt Mariusz Poznański. Państwo Zawadzcy dostali od nich okolicznościowe prezenty, wysłuchali też życzeń, by w nowym miejscu wiodło się im jak najlepiej. By nigdy nie żalowali trudnej, życiowej decyzji.

Natalia Zawadzka nie będzie żalowała swojej decyzji. Pod warunkiem, że roczna nauka języka polskiego – roczna, bo tak sobie zaplanowała – zaowocuje powrotem do ukochanego zawodu lekarza neurologa.

– Musi tak być – stwierdza...



**Wójt zarobił 18 mln zł** Szczegóły strona 9

DUSZNIKI • CZERWONAK • KĄZMIERZ • OBRZYCKO • OSTRORÓG • PNIEWY • ROKIETNICA  
• SUCHY LAS • SWARZEDZ • SZAMOTULY • TARNOWO PODGÓRNE • WRONKI

**TWOJ TYDZIEŃ WIELKOPOLSKI** Tylko 1,50 zł

60-184 Poznań, ul. Żołnierska 85  
tel. 602-44-44-1, fax 602-44-00-00

**AUTORYZOWANA STACJA OBSŁUGI SAMOCHODÓW POWYPADKOWYCH WSZYSTKICH MAREK**

KOMPLEKSOWE NAPRAWY SAMOCHODÓW OSOBOWYCH I DOSTAWCZYCH SPECJALIZACJA SAMOCHODY FRANCUSKIE

AUTO ZASTĘPCZE ROZLICZENIA BEZGOTÓWKOWE ISO 9001:2000

---

Rok IV Numer 172 12 stycznia 2005 ISSN 1643-9856 www.twojtydzien.grom.pl e-mail: twojtydzien@wp.pl Nr indeksu 373001 CENA 1,50 zł (z VAT 1,65 zł)

**Jednostka GROM najlepszy z najlepszych** strona 3-4

**W NUMERZE**

CEKAWOSTKI KOSMETYCZNE str. 2

Królewicz pełen skarbów str. 5

FELIETON Posel za kratkami str. 6

Wiści z Pniew str. 7

Z Syberii do Kozięglów str. 8

FELIETON SATYRYKA Borrell – główny euroczek str. 14

Toledo z rabatem 4000 zł str. 16

**Do kina za darmo** z... „Twoim TYGODNIEM” Szczegóły na stronie 11

Następny numer ukazuje się w środę 26 stycznia

General Sławomir Petelicki, twórca Jednostki Specjalnej GROM

Ten numer „TTW” ukazał się 12 stycznia 2005 r.

## Audi Franowo Cave Triathlon

**Audi Franowo Cave Triathlon Czerwonak 2025, to zawody w wymiarze realnym i wirtualnym. Trwają zapisy na wyjątkową imprezę Indoor Triathlonową w randze Mistrzostw Polski. Zawody Audi Franowo Cave Triathlon Czerwonak 2025 odbędą się 5 i 6 kwietnia 2025 r. w Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach w gminie Czerwonak koło Poznania. Sponsorem tytularnym zawodów jest Audi Franowo, a współorganizatorem CRKF AKWEN.**



### CO WYRÓŻNIA IMPREZĘ?

Zawody będą rozgrywane w tradycyjnej formule triathlonowej, z wykorzystaniem trenerów typu SMART na etapie rowerowym oraz bieżni lukowych na etapie biegowym. Dzięki zdobyciom technologicznym zawodnicy przeniosą się w wirtualny świat rywalizacji. Każdy uczestnik będzie miał przypisanego avatara w aplikacji Zwift, dzięki czemu oprócz stacjonarnej rywalizacji na rowerach i bieżniach będzie można śledzić jego zmagania na animowanych trasach z realnym przełożeniem prędkości i dystansu.

### RYWALIZACJA

W ramach zawodów Audi Franowo Cave Triathlon Czerwonak 2025 odbędą się:

- MISTRZOSTWA POLSKI W INDOOR TRIATHLONIE AGE GROUP (Amatorzy) – dystans 0,4km–8km–2km

- MISTRZOSTWA POLSKI W INDOOR TRIATHLONIE ELITA (ELITA/U23/JUNIOR)
- KWALIFIKACJE: 2 x 0,2km–4km–1km, FINAŁY: 2 x 0,2km–4km–1km
- TURNIEJ NADZIEI OLIMPIJSKICH W INDOOR TRIATHLONIE MŁODZICY I JUNIORZY MŁODSI: KWALIFIKACJE: 0,2km–4km–1km, FINAŁY: 0,2km–4km–1km

### DLACZEGO TO WYJĄTKOWE WYDARZENIE?

- Na zawodach Audi Franowo Cave Triathlon Czerwonak każdy zawodnik ma równe szanse. Co to oznacza w praktyce? Wszyscy triathloniści ścigać się będą na identycznym sprzęcie sportowym! Przygotowane zostaną bieżnie lukowe, samo napędzane Bodytone ZROT4, oraz najnowsze i najwyższej jakości trenerzy Tacx NEO 3M od marki Garmin. Dla każdego zawodnika dokładnie ten sam sprzęt.
- To kolejny raz w kraju kiedy zarówno zawodnicy Age Group, jak i Elita będą mogli ścigać się na poziomie Mistrzostw Polski.
- W wyścigu uczestnikom pomagać będzie aplikacja Zwift, dzięki

ki której rywalizacja będzie się toczyć równoległe w świecie realnym i wirtualnym.

- Niedzielne zmagania Elity oraz zawodników startujących w ramach Turnieju Nadziei Olimpijskich będą transmitowane na żywo! Wyścigi pod dachem dają możliwość śledzenia rywalizacji w każdej sekundzie jej trwania, co w połączeniu z Streamingiem Live w sieci pozwoli dotrzeć do szerokiej publiczności i dostarczy jej mnóstwo sportowych emocji, a stosunkowo krótkie dystanse zapewnią niesamowitą dynamikę całym zawodom.
- Wyjątkowe miejsce rozgrywania zawodów – Areną zmagania będą obiekty Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach w gminie Czerwonak. Zlokalizowana tuż obok pływalni sala widowiskowa pozwala stworzyć niesamowity klimat dla zawodników i arcyciekawe widowisko dla kibiców, którzy oprócz obserwowania rywalizacji na żywo będą mogli oglądać również zmagania na aplikacji Zwift wyświetlone na dużym ekranie za plecami zawodników.

Audi Franowo Cave Triathlon Czerwonak 2025 „pain CAVE” nabra nowego znaczenia!

**Szczegóły rywalizacji oraz zapisy: [www.cavetriathlon.pl](http://www.cavetriathlon.pl)  
Zgłoszenia przez Internet przyjmowane będą do dnia 27.03.2025.**

## Babskie Granie - Kasia Popowska

GOK Sokół zaprasza na drugą edycję projektu Babskie Granie, czyli muzyczną propozycję na Dzień Kobiet.

W ramach wydarzenia wystąpi Kasia Popowska - wokalistka, autorka tekstów i kompozytorka. Była pierwszą Polką, która założyła na YouTube własny kanał poświęcony własnym wersjom znanych piosenek. Jej covery doczekały się, jeszcze przed jej oficjalnym debiutem, blisko 13 milionów wyświetleń i były popularne zarówno w Polsce jak i za granicą.

Popularność przyniosł jej utwór *Przyjdzie taki dzień* - piosenka, która w ciągu roku od premiery zdobyła ponad 13 milionów wyświetleń na YouTube i dotarła na szczyt listy 20 najczęściej granych utworów w polskich rozgłośniach radiowych. Utwór doprowadził ją m.in. na sceny festiwalu: Sopot Polsat Festival i Ogólnopolski Festiwal Piosenki Polskiej w Opolu. Została również nominowana w kategorii Najlepsza Artystka na Eska Music Awards 2015. Jest laureatką nagrody dziennikarzy na Festiwalu w Opolu 2015. W 2017 roku zwyciężyła VII. edycję programu *Twoja Twarz Brzmi Znajomo* w Polsce.

Wydała trzy płyty: *Tlen* (2014), *Dryfy* (2017) i *Toast* (2020).

**Koncert odbędzie się 8 marca o godzinie 19:00 w sali widowiskowej w CKiR w Koziegłowach.**

**Bilety w cenie 80,00 zł będą dostępne są w biurach GOK Sokół w Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach oraz na [bilety24.pl](http://bilety24.pl).**

**LIDIA PLUDRA-PRZEWOŻNA**



### MUZYKA

## Wardruna „Birna” (2025) Nordyckie przebudzenie niedźwiedzicy



Na płycie nr 6 w dyskografii Norwegowie kontynuują swoją muzyczną wizję świata za pomocą pierwotnych dźwięków, w bardzo typowym dla Wardruny stylu. Niedźwiedzie futro zdobi okładkę, ponieważ tym razem motywem przewodnim jest Birna, czyli po norwesku niedźwiedzica - symbol dzikiej i niepokornionej przez człowieka natury oraz koła życia - śmierci i odrodzenia, którego wszyscy jesteśmy częścią, niezależnie od tego, czy mieszkamy w zatłoczonych miastach, czy też na odludziu.

Einar Selvik, grający kiedyś w black metalowej hordzie Gorgoroth i serialu Wikingowie - obecnie główny sprawca i animator projektu Wardruna znowu sięgnął po nietypowe i nieoczywiste instrumentarium, używa zwierzęcych rogów, fletów z kory wierzby, głęboko rezonującej plemienniej perkusji z rozciągniętych skór i innych dziwnych kościanych rzeczy brzmiących w kontraście do przestrzennych, rozbudowanych chórów w tłach.

Birna to album, który zachwyca swoją głębią, dbałością o detale i chwytliwymi melodiami przywołującymi obrazy ze wspomnianego serialu.

Podobnie jak w przypadku poprzedniej płyty Kvitravn, muzyka jest przesiąknięta historią i nordyckim folkem, ożywia naturalne, etno doznania, od dotyku kory i zapachu starych drzew po odczuwanie rezonującej potężnej kosmicznej energii.

Taka szamańska mieszanka to znak firmowy Einara, który w tym stylu czuje się tak dobrze jak lososie w norweskich fiordach.

Birna wywołuje ciarki na skórze, energetyzuje duszę pierwotną, nieskażoną cywilizacją energią, afirmuje potężne siły natury, przy których człowiek jest pyłkiem na wietrze.

Kolejny raz Wardruna wyprodukowała norweski folk najwyższej próby, do słuchania o każdej porze. (9/10)

KUBA „THORN” MALENDOWSKI

### WIELKOPOLSKA

## Miliony na nieoznakowane auta

5 radiowozów wyposażonych w wideorejestratory oraz jeden pojazd profilaktyczny zakupi wielkopolska policja dzięki wsparciu Samorządu Województwa Wielkopolskiego. Policyjne działania z wykorzystaniem aut mają wpłynąć na poprawę bezpieczeństwa na drogach w regionie. W środę 12 lutego w siedzibie Urzędu Marszałkowskiego w Poznaniu Marek Woźniak, Marszałek Województwa Wielkopolskiego oraz nadinsp. Tomasz Olczyk, Komendant Wojewódzkiej Policji w Poznaniu podpisali w tej sprawie umowę.

Samorząd Województwa Wielkopolskiego przekaże 2,25 mln zł na Fundusz Wsparcia Policji. Kwota ta pozwoli wielkopolskim funkcjonariuszom na zakup nieoznakowanych radiowozów wyposażonych w wideorejestratory, sygnalizację uprzywilejowania w ruchu drogowym oraz system łączności, które trafią do specjalistycznej grupy SPEED. Obecnie wielkopolska policja posiada 15 takich pojazdów, a dzięki podpisanej umowie uda się zakupić 5 kolejnych.

– Co roku oceniamy jako Wojewódzka Rada Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego stan bezpieczeństwa na drogach Wielkopolski. Nie jest on zadowalający, to nadal jest problem dla naszego regionu, dlatego staramy się wspomagać policję w tym zakresie. Wyposażenie, zwłaszcza takie jak samochody, to zawsze jest bolączka wynikająca z niedoborów budżetowych. Auta z wideorejestratorami będą monitorowały wszelkie negatywne zachowania kierowców na drogach, co w konsekwencji doprowadzi do ich ukarania. Mam nadzieję, że ten ruch znacząco wzmocni siły policji i pozwoli na wyłapanie negatywnych zjawisk tego typu – powiedział Marek Woźniak, Marszałek Województwa Wielkopolskiego.

Zakupione radiowozy mają wpłynąć na poprawę bezpieczeństwa w ruchu drogowym na terenie województwa wielkopolskiego. Liczba wypadków w naszym regionie w ostatnich latach sukcesywnie spada, jednak w ubiegłym roku nastąpił ich wzrost względem roku poprzedniego (w 2024 roku zarejestrowano o 156 wypadków więcej względem 2023 roku).

**Przełożyło się to również na wzrost ofiar śmiertelnych (w 2024 roku zarejestrowano o 27 ofiar śmiertelnych więcej względem 2023 roku).** Dwa ostatnie lata to również wzrost liczby osób rannych w wypadkach oraz liczby kolizji na wielkopolskich drogach.

– Dzięki samochodom wyposażonym w wideorejestratory będziemy mogli lepiej reagować na sytuacje niepożądane na drogach, z którymi borykamy się w naszej codziennej pracy. Analizujemy wszystkie wypadki drogowe, a w szczególności te ze skutkiem śmiertelnym. Jednocześnie szukamy cały czas rozwiązań, żeby ograniczyć zakres ne-

gatywnych zdarzeń. W ubiegłym roku udało się nam wdrożyć tryb przyspieszony w stosunku do kierowców, na których już ciążył zakaz kierowania pojazdami. Świadczy już o tym wiele decyzji sądów, gdzie ten tryb okazał się być skutecznym – podkreślił nadinsp. Tomasz Olczyk, Komendant Wojewódzkiej Policji w Poznaniu.

– Za stan bezpieczeństwa na wielkopolskich drogach odpowiedzialny jest również sprzęt i środki, jakimi dysponuje policja. Zakup dodatkowych pięciu pojazdów mocno nas wesprze – tłumaczył mł. insp. Karol Sekula, Naczelnik Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Wojewódzkiej Policji w Poznaniu.

W ramach podpisanej umowy policja planuje również wyposażyć się w pojazd do celów profilaktycznych, tzw. Pyrkwóz. Postać Sierżanta Pyrka jest motywem przewodnim policyjnych działań, które mają zwiększać świadomość i bezpieczeństwo na drodze najmłodszych Wielkopolan.

Samorząd Województwa Wielkopolskiego nieustannie wspiera wielkopolską policję w działaniach na rzecz poprawy bezpieczeństwa w ruchu drogowym – w 2024 roku dzięki środkom marszałkowskim udało się zakupić zaawansowane urządzenia do pomiaru zawartości alkoholu w wydychanym powietrzu oraz do pomiaru hałasu wytwarzanego przez pojazd. (rob)

**Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama**

Tel. +48 602 638 409, e-mail: [twój-tydzień@wp.pl](mailto:twój-tydzień@wp.pl)

# Sportowcy i trenerzy wyróżnieni

**Utytułowani sportowcy i ich trenerzy, goście, czerwony dywan i wyjątkowa atmosfera. W poniedziałek 10 lutego w sali widowiskowej Centrum Kultury w suchym Lesie odbyła się Gala Sportu, podczas której Wójt Gminy Suchy Las Grzegorz Wojtera wręczył wyróżniającym się zawodnikom stypendia, nagrody sportowe oraz uhonorował trenerów, którzy aktywnie działają na rzecz sportu w gminie Suchy Las.**

Nagrody i wyróżnienia sportowe za osiągnięcia w dziedzinie kultury fizycznej i sportu za miniony rok w gminie Suchy Las przyznawane są co roku przez wójta, po zaopiniowaniu przez Gminną Radę Sportu wniosków złożonych przez zainteresowanych.

W tym roku zmieniła się jego konwencja i przybrało ono formę Gali Sportu, która została zorganizowana przez Referat Oświaty, Sportu i Zdrowia Urzędu Gminy Suchy Las, za przygotowanie tego wydarzenia odpowiedzialna była Anna Rybarczyk z Referatu Oświaty.

– W ten sposób chcieliśmy podkreślić wagę tego wydarzenia, dodatkowo docenić osoby, które osiągają wybitne wyniki i fantastycznie promują naszą gminę na arenie sportowej – zaznacza Violetta Pałacz, kierownik Referatu Oświaty.

– Cieszymy się w, że w naszej gminie sport ma charakter powszechny. Dzisiaj spotykamy się żeby nagrodzić tych najlepszych, którzy w poszczególnych dyscyplinach uzyskują świetne rezultaty i co ważne przynoszą splendor naszej gminie. Jest to świetny element marketingu, wspólnoty lokalnej – zaznaczył podczas Gali wójt Grzegorz Wojtera. – To właśnie poprzez sport wyrabiane są u dzieci od najmłodszych lat pewne nawyki, cechy takie jak systematyczność, świadomość konieczności włożenia wkładu pracy, zaangażowania swojego czasu, które później procentują nie tylko w tym obszarze edukacyjnym, późnoszkolnym,

naukowym, ale również w życiu zawodowym. Mając tego świadomość, my jako samorząd lokalny przykładamy do tego ogromną wagę i staramy się zapewniać warunki, by edukacja, wychowanie, w tym i sport mogły doskonale funkcjonować. Cieszy też ogromnie, że ci najbardziej utalentowani, ci najlepsi z najlepszych chcą dalej kontynuować karierę sportową.

Wójt wspominał także o ważnej roli rodziców i opiekunów, na co dzień wspierających osoby uprawiające sport, którzy także uczestniczyli w Gali. Wszystkich przybyłych – w tym gości honorowego – piłkarską legendę Andrzeja Juszkowiaka, Przewodniczącą Rady Gminy Suchy Las Joannę Pałacz, Przewodniczącą Komisji Oświaty, Kultury, Sportu i Spraw Społecznych Rady Gminy Joannę Radzię, Dyrektora Gminnego Ośrodka Sportu w Suchym Lesie Katarzynę Kustoń, przedstawicieli Gminnej Rady Sportu – jej przewodniczącego Piotra Drygasa i zastępcę przewodniczącego Mariusza Rembickiego, dyrektorów i pracowników placówek oświatowych, przedstawicieli stowarzyszeń i klubów sportowych – powitała Anna Helfojer, prezes Fundacji Pomocny Projekt.

Zanim jednak nagrodzono zawodników, przy pomocy prezentacji multimedialnej przedstawionych zostało 12 klubów sportowych działających na terenie gminy, czyli: Basket Team Suchy Las, Sucholeskie Stowarzyszenie Sportowe Fighter, GKS Gołęcz-

wo, Stowarzyszenie Kultury Fizycznej Red Box, Suchary Suchy Las, Sucholeskie Stowarzyszenie Taekwondo, UKS Dąb Suchy Las, UKS Delfin Biedrusko, UKS Gimnazjon Suchy Las, UKS Rekord Chludowo, UKS Octopus Suchy Las, UKS Złoci Złotkowo. Zaprezentowani zostali także wszyscy nagrodzeni, którzy trenują nie tylko w gminnych klubach. Wójt Gminy stypendiami uhonorował następujących sportowców: **Lenę Brzustowską** – Organizacja Środowiskowa Akademickiego Związku Sportowego w Poznaniu (koszykówka), **Jana Nowickiego**, **Szymona Buczkowskiego** i **Jakuba Kolodzińskiego** – Stowarzyszenie Koszykarskie Klub Sportowy Basket Poznań (koszykówka).

Nagrody w kategorii młodzik do 14 lat przyznano: **Adamowi Prokopowi**, **Marcinowi Borowskiemu**, **Katarzynie Rewers** – Klub Wioślarski 1904 Poznań (wioślarstwo), **Darii Lisiek** – UKS Gimnazjon Suchy Las (judo).

W kategorii junior młodszy do 16 lat nagrody otrzymali: **Emilia Reich** – Klub Sportowy Sobieski Poznań (zapasy), **Jakub Haupt** – UKS Sokół Krzywiń (sporty siłowe), **Maciej Muszyński** – Organizacja Środowiskowa Akademickiego Związku Sportowego w Poznaniu (koszykówka), **Julia Sikora** – KU AZS UAM Triathlon Poznań (triathlon), **Fabian Józefiak**, **Martyna Narożnowska** – UKS Gimnazjon Suchy Las (judo).

W kategorii junior starszy do lat



19 uhonorowana została **Julia Brzustowska** – Klub Sportów Walki Kuzi Sport Paczkowo (karate) i **Alicja Rewers** – Klub Wioślarski 1904 Poznań (wioślarstwo), w kategorii młodzieżowiec – **Grzegorz Hoffman** reprezentujący Klub Wioślarski 1904 Poznań (wioślarstwo).

Gratulacje nagrodzonym złożył także gość honorowy Andrzej Juszkowiak, piłkarz, reprezentant kraju, trener, działacz i komentator piłkarski.

– Gmina Suchy Las jest bardzo dobrym przykładem, jeżeli chodzi o organizację wielu dyscyplin sportowych. Nie każdy może, nie każdy chce i nadaje się, by grać w piłkę. Dlatego trzeba poszukiwać innych możliwości. W tej chwili nikogo nie trzeba przekonywać, że sport to zdrowie, ale trzeba i warto zachęcać młodych ludzi do tego, żeby się „ruszali” – podkreślił były piłkarz. – Ja jestem przykładem tego, że pochodząc z małego

miasta można osiągnąć sukces i grać na wielkich stadionach, być częścią rodziny olimpijskiej.

Andrzej Juszkowiak wspominał również o niezwykle ważnej roli trenerów w sportowej drodze na szczyt.

– Społeczna rola gmin czy miast powinna polegać także na tym, żeby organizować, wspomagać ludzi, którzy mają tę pasję i zaangażowanie i chcą spędzać dużo czasu na boiskach czy salach żeby nauczać, pomagać, wspierać młodych adeptów sportu i żeby oni też mogli się rozwijać – dodał gość honorowy Gali.

Gmina Suchy Las oczywiście nie zapomina o trenerach, działaczach, osobach wyróżniających się w działalności sportowej na rzecz gminy. Za ubiegłoroczne osiągnięcia nagrody z rąk wójta otrzymali: **Patryk Kusza** (judo) i **Jolanta Kusza** (nordic walking) z UKS Gimnazjon Suchy Las. **(na)**

Wojsko informuje, że w lutym 2025 r. na poligonie Biedrusko odbywać się będą strzelania i ćwiczenia z użyciem amunicji bojowej, środków minerskich oraz pozoracji pola walki.

Strzelania i ćwiczenia zaplanowane zostały od poniedziałku do soboty w godz. 7:00-15:00 i 18:00-24:00.

Ponadto na poligonie Biedrusko realizowane są całoroczne polowania indywidualne i zbiorowe na terenie obwodów łowieckich nr 116, 181 i 186 kół łowieckich nr 79 „Orzeł”, nr 81 „Drop” i nr 86 „Sokół”. W ciągu całego miesiąca swoją działalność na terenie poligonu prowadzić będą saperzy realizujący interwencyjną neutralizację

## Strzelają i zakazują

przedmiotów wybuchowych i niebezpiecznych różnego pochodzenia.

Przebywanie na terenie poligonu Biedrusko w trakcie strzelań i ćwiczeń wojskowych stwarza realne zagrożenie dla życia i zdrowia

Ze względów bezpieczeństwa – przypomnijmy - poligon wojskowy Biedrusko jest objęty całkowitym zakazem wstępu dla osób nieuprawnionych, w tym dla ruchu pieszo-ego, rowerowego, samochodowego, a także dla wszelkich form turystyki i rekreacji. Na poligonie obowiązuje zakaz zbierania runa leśnego i lo-

wienia ryb. Zakaz ten obowiązuje 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu – również, gdy nie ma strzelań na poligonie.

Nieuprawnione przebywanie na terenie wojskowym, czy to w ramach „turystyki poligonowej”, czy ze zwykłej chęci oglądania ćwiczeń wojskowych, stanowi wykroczenie w myśl art. 79 Ustawy z dnia 22 czerwca 1995 r. o Zakwaterowaniu Sił Zbrojnych RP.

Wykroczenie popełniają również osoby wjeżdżające pojazdami (w tym rowerami) na teren poligonu, łamiąc zakaz ruchu w obydwu kierunkach

(znak drogowy B-1) lub pojazdem silnikowym do lasu, wyprowadzające psa bez możliwości jego kontroli (smyczy), a także dokonujące rejestracji obrazu i dźwięku. Powyższe postępowanie może skutkować nałożeniem kary grzywny w wysokości do 5.000 zł.

Na poligonie nie są wytyczone żadne drogi publiczne, drogi leśne dopuszczone do ruchu publicznego, drogi/ścieżki rowerowe, szlaki turystyczne, trasy edukacyjne, itp., a wszelkie formy rekreacji i turystyki są zabronione.

Odcinek „Pierścienia rowerowego dookoła Poznania” przebiegający po drodze asfaltowej Złotniki-Biedrusko uległ likwidacji 22.12.2018 r., a przemieszanie się tą trasą jest traktowane jak wykroczenie.

Osobną kwestią pozostaje dostęp turystów do Rezerwatu Przyrody „Śnieżycowy Jar”, który znajduje się na poligonie Biedrusko. Rejon rezerwatu znajduje się w strefie bezpieczeństwa strzelnicy, czyli w rzeczywistości w strefie upadku pocisków, przez co z oczywistych względów dostęp do niego jest bardzo ograniczony.

Na przełomie lutego i marca dostęp do rezerwatu planowany jest w wybrane weekendy, jednak szczegółowe terminy będą przedmiotem bieżących

## Szkoła zgodna z prawem...

...to tytuł, jaki otrzymała Szkoła Podstawowa nr 1 w Suchym Lesie. Oznacza to, że szkoła posiada statut zgodny z polskim prawem i szanuje prawa uczniowskie. Tytuł ten został nadany „jedynce” przez Fundację Varia Posnania i zarówno dla szkoły, jak i Fundacji był to historyczny moment.

– Varia Posnania, która od wielu lat walczy z brakiem praworządności i łamaniem prawa przez szkoły, nadaje pierwszy historyczny tytuł „Szkoły zgodnej z prawem”. Nadajemy ten tytuł trzem placówkom – podkreślił podczas spotkania Kacper Nowicki, prezes Fundacji. – Jest to rozpoczęcie projektu, którego celem jest naprawa wszystkich statutów szkół. Najpierw w Poznaniu, potem w Wielkopolsce, a następnie w całej Polsce. Chcemy pokazać, że nie jest kluczem walka ze szkołami. Tylko pokazujemy, że współpracujemy, że możemy porozmawiać, zmienić statut, naprawić to, co nie działa, możemy doprowadzić do tego, że szkoła daje przykład. Tak jest w SPI, gdzie z inicjatywy właśnie szkoły zostaliśmy poproszeni o to, żeby statut przejrzeć, naprawić, zasugerować kilka zmian.

– Jest mi niezmiernie miło, że udało nam się osiągnąć taki sukces, który tak naprawdę jest naszym wspólnym – mówiła **Maria Antas**, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 1 w Suchym Lesie. – To jest sukces uczniów, rodziców, jak również kadry pedagogicznej. Wspólnymi siłami udało nam się wspólnie z Fundacją osiągnąć to, że mamy statut zgodny z prawem, co niezmiernie nas cieszy. Cały ten czas dążymy do tego, żeby nasza szkoła spełniała oczekiwania uczniów.

Statut szkoły został przeanalizowany, a kwestie budzące wątpliwości wyjaśnione. Chodzi między innymi o te dotyczące wystawiania ocen z przedmiotów, czy z zachowania. **(na)**

## W liceum

Technologia zmienia sposób, w jaki się uczymy i odkrywamy świat. W Publicznym Liceum im. Romka Strzałkowskiego w Suchym Lesie otwarto nowoczesne laboratorium naukowe, które z kolei stwarza uczniom zupełnie nowe możliwości eksperymentowania i zdobywania wiedzy.

Laboratorium będzie uzupełniane o sprzęty, które zostaną zakupione w zależności od potrzeb projektowych.

Laboratorium to powstało dzięki funduszmom unijnym w ramach programu ERASMUS+ i będzie służyć realizacji projektów, tworzonych przez uczniów, które w realny sposób mają wpłynąć na polepszenie stanu środowiska w naszym otoczeniu. Jak zdradzi

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

**GALERIA SUCHOLESKA**

**www.galeriasucholeska.pl**  
**https://pl-pl.facebook.com/galeriasucholeska/**

## Łona x Konieczny x Krupa

Łona x Konieczny x Krupa to kooperacja szczecińskiego rapera z Andrzejem Koniecznym i Kacprem Krupą — muzykami ze składu Siema Ziemia. Ich debiutancki materiał „TAXI” opowiada o świecie widzianym zza szyby taksówki i jest zapisem transformacji kulturowej ostatnich trzech dekad.

Łona przygląda się społecznym nastrojom z uważnością dokumentalisty; w tekstach sięga po autentyczne historie taksówkarzy, taksówkarek i ich pasażerów. Są tu więc elementy reportażu, jest osobista refleksja o świecie ukryta w taksówkowym uniwersum, jest wreszcie poetyka nocy obecna w intrygującej muzyce Koniecznego i Krupy.

Początek projektu sięga 2020 roku i festiwalu sztuk społecznych OFF Opera. Wówczas Łona razem z Zużą Głowacką przeprowadzili serię wywiadów z poznańskimi taksówkarzami i taksówkarkami. Rozmowy te — czasami powierzchowne, czasem głębokie — stały się punktem wyjścia dla conceptualnego albumu.

**Łona x Konieczny x Krupa**

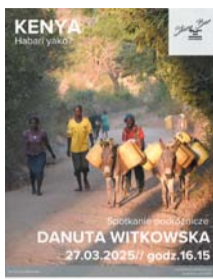
**12 kwietnia 2025r., godz. 19:00 – koncert stojący**

**Sala widowiskowa**

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

**Bilety: 120 zł/90 zł (N/U) do nabycia na [www.bilety24.pl](http://www.bilety24.pl) oraz w sekretariacie CKiBP**

## Danuta Witkowska – spotkanie podróżnicze KENYA Habari yako?



Danuta Witkowska pochodzi z Pomorza Zachodniego, dokładnie z Białogardu. Na poznańskim UAM-ie skończyła fizykę oraz fotografię na ASP. Współpracowała między innymi z Caritas Archidiecezji Poznańskiej oraz Wydawnictwem Hlondianum w Poznaniu.

Zajmuje się również dydaktyką fotografii. Jest autorką licznych publikacji wydawniczych. W dorobku artystycznym ma wiele wystaw fotograficznych indywidualnych, jak i zbiorowych.

Fotografowanie jest dla niej przede wszystkim pasją. Dobrze czuje się w każdej dziedzinie fotografii, zwłaszcza tam, gdzie możliwa jest kreacja artystyczna. Za ulubiony temat uważa jednak ludzi. Wiele podróżuje z aparatem fotograficznym zbierając materiały do kolejnych opowieści. Obecnie mieszka i pracuje w stolicy Wielkopolski.

Stary Bar w Chłudowie serdecznie zaprasza wszystkich na **spotkanie podróżnicze po Kenii z Danutą Witkowską**, które odbędzie się **27 marca 2025 o godzinie 16:15**. Wstęp wolny.

## Bajeczny poranek z Anią Robaczek i dzielnym motylkiem

Poznajcie Anię Robaczek, małą miłośniczkę stworzonek latających i pełzających. Ania mieszka w wielkim, pełnym gwaru mieście, ale pała przeogromną sympatią do dżdżownic, biedronek, stonóg, pomrowów, pszczoł, motyli i tak dalej, i tak dalej...

Na Bajecnym Poranku wraz z naszą bohaterką wkroczymy w świat jej niepozornych przyjaciół i poznamy historię pewnego naprawdę niezwykle dzielnego motylka...

Zatem zapraszamy wszystkie dzieci w wieku od 3 do 5 lat wraz z opiekunami **8 marca 2025 r. na godzinę 11:00** do biblioteki w Suchym Lesie. **Wstęp jest wolny i nie trzeba się zapisywać!**

Prowadzenie: Izabela Majewska. Czas trwania: ok. 30 minut

Zajęcia inspirowane książką Catherine Jacob i Lucy Fleming *Ania Robaczek i dzielny motylek*, Wydawnictwo Wilga – Grupa Wydawnicza Foksal 2024.



**16:30**

**HERBACIANA SANSARA  
POD HIMALAJAMI**  
FOTOOPowieści z DEGUSTACJĄ  
NEPALESKICH HERBAT  
ZAPISY

DZIEŃ  
Kobiet

08/03/2025

**18:00**

**KAPIEL W DŹWIEKACH**  
KONCERT MISI GONGÓW  
(ZABIERZ ZE SOBĄ MATĘ DO JOGI | KOC)  
BEZPŁATNE WEJŚCIÓWKI

Stary Bar w Chłudowie [www.osrodekukultury.pl](http://www.osrodekukultury.pl)  
ul. Poznańska 11  
62-401 Chłudowo

facebook.com/StaryBarWChłudowie  
T. 612-500-430  
E. starybar@osrodekukultury.pl

## Wiosenny Festyn Przyrodniczy

Wiosną, jak co roku w Centrum Kultury i Bibliotece Publicznej, spotkamy się na Wiosennym Festynie Przyrodniczym, w którym tym razem przeniesiemy się na łąkę. Nasze spotkanie, które odbędzie się **22 marca godz. 10:00-14:00**, ma służyć nie tylko wspólnemu świętowaniu nadejścia wiosny, ale również refleksji, nad otaczającą nas przyrodą.

Będzie to wspaniała okazja, żeby przyjrzeć się rosnącym na łąkach roślinom, a także zajrzeć pod ich liście i poznać zamieszkuje tam stworzenia.

Jakie atrakcje czekają nas tego dnia w Sali widowiskowej?

Na początek (o godz. 10:00) wspólnie z teatrem Teatryle poznamy bohatera spektaklu *Skok na księżyc*, który jest szybszy od ślimaka, ale wolniejszy od ryby, odważniejszy od szczura lądowego, ale bardzo boi się samotności. Kto jest naszym bohaterem? Zapraszamy na widowieństwo na wspólną teatralną podróż.

Nieco później (godz. 11:30) Aneta Cruz-Kąciak – opowiadaczka historii i Roman Mendez – multiinstrumentalista z Veracruz w Meksyku przeniosą nas w świat wiosennych historii – *Primavera wiosenne opowieści z Meksyku (i nie tylko)*. Tym razem spotkamy się tkając czułe opowieści o wiosnie z różnych stron świata.

Mikrokosmos łąki pokaże nam prof. UAM dr hab. Szymon Konwerski w Sali widowiskowej w godz. 12:30-14:00. W trakcie spotkania będziemy mieli okazję zobaczyć zbiory przyrodnicze Wydziału Biologii UAM. Poznamy niezwykle zwyczajne owadów, które napotkać możemy w naszym najbliższym otoczeniu. Przyjrzymy się straszliwym (choć małutkim) drapieżnikom, dowiemy się także co robią owady, aby nie dać się zjeść. Zastanowimy się wspólnie, czy świat mógłby istnieć bez owadów. Będzie też możliwość, żeby przyjrzeć się owadom z bliska... bardzo bliska.

**W salach zajęciowych i bibliotece tradycyjnie będą na Was czekały liczne warsztaty, przybliżające fascynujący świat przyrody. Na wszystkie warsztaty obowiązują zapisy pod numerem 612 500 401/402!**

Będą to warsztaty:

- „Kij w mrowisku” warsztaty animacyjno-plastyczne, godz. 11:00-12:30, wiek 7+
- „Nie taki straszny straszny – spotkania z owadami” Prof. Pytalski, godz. 10:00-11:00, 11:15-12:15, 12:30-13:30
- „Bomby kwietne”, warsztaty rodzinne, godz. 13:00-13:45
- „Świece z węzy pszczelej”, warsztaty rodzinne, godz. 11:00-11:45
- „Odpady na owady”, 6-8 lat godz. 11:00-12:00, 9-12 lat godz. 12:30-13:30
- „Suszona łąka – obrazy kwiatowe”, Zielone wykroje, dla dzieci 8-13 lat z rodzicem, godz. 11:00-12:00 i 12:30-13:30
- „Uszyj sobie łąkę” Loulala Fabryka Szycia, wiek 7+ (młodsze dzieci z rodzicem), godz. 10:00-11:00, 11:15-12:15, 12:30-13:30
- „Zapachowe tabliczki woskowe”, warsztaty rodzinne, godz. 11:00-11:45, 12:00-12:45, 13:00-13:45
- „Bączki na łące – warsztaty muzyczne dla najmłodszych z rodzicami”, 0-2 lat godz. 11:00-11:45, 2-4 lata 12:00-12:45
- „Zapachowe tabliczki woskowe”, warsztaty rodzinne, 11:00-11:45, 12:00-12:45, 13:00-13:45

Szczegółowy opis warsztatów na stronie:

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

Przypominamy o konieczności zapisów na warsztaty! W holu będzie stoisko, na którym możecie dowiedzieć się wiele ciekawostek o pszczołach, spróbować miodów, stworzyć hotel dla owadów oraz odbić roślinne motywy techniką linorytu.

Wszelkie owadzie i kwiatowe stroje mile widziane!

## Spotkanie autorskie z Cezarym Łazarewiczem



SPOTKANIE AUTORSKIE  
**CEZARY  
ŁAZAREWICZ**  
03.04.2025 // godz. 18.00

**Cezary Łazarewicz** dziennikarz prasowy, publicysta, pisarz, laureat wielu nagród. Ukończył Ze-

sół Szkół Morskich w Darłowie. Jako nastolatek zaangażował się w działalność pacyfistycznego i opozycyjnego Ruchu Wolność i Pokój. W późniejszych latach pochłonęło go dziennikarstwo. Zaczynał od tworzenia prasy podziemnej, a dokładniej takich tytułów, jak *Ucho* czy też *Rewers*. Z kolei później zaangażował się w wydawanie *Gazety Obywatelskiej*. Dołączył także do Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich. Kolejne jego teksty ukazywały się w czołowych polskich tytułach prasowych, między innymi *Gazecie Wyborczej*, *Przekroju*, *Polityce*.

Cezary Łazarewicz obecnie zajmuje się przede wszystkim pisaniem książek reporterskich. Do jego najgłośniejszych tytułów można zaliczyć *Kafkę z Mroźkiem*, *Reportaże pomorskie*, *Sześć pięter luksusu*, *Przerwana historia Domu Braci Jabłkowski*, *Eleganckiego mordercę*, *Na Szewskiej*, *Spawa Stanisława Pyjasa* czy też *Żeby nie było śladów*. Ostatnia z nich opowiada o sprawie Grzegorza Przemyska, zamordowanego przez milicję maturzysty, którą w latach 80. żyła cała Polska. Za tę książkę autor otrzymał w 2017 roku Nagrodę Literacką Nike. Tytuł ten został również nominowany do Nagrody Historycznej im. Kazimierza Moczarskiego. Zaś w 2021 roku do kin wszedł film na podstawie reportażu Łazarewicza o tym samym tytule. Wyreżyserował go Jan P. Matuszyński.

Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las serdecznie wszystkich zaprasza na **spotkanie autorskie z Cezarym Łazarewiczem**, które odbędzie się **3 kwietnia 2025 o godzinie 18:00**. Poprowadzi je dr Ilona Starosta. Wstęp na spotkanie jest bezpłatny. Wejściówki są dostępne w Bibliotece Publicznej w Suchym Lesie, filii bibliotecznej w Złotnikach i Chłudowie.

*Twórcą wykorzystanej do promocji wydarzenia fotografii autora jest Adam Tuchliński.*

## Harmonogram wydarzeń CKiBP

nazwa	data	miejsce
Wystawa <i>Suchy Las to...</i> czyli zdjęcia z albumów mieszkańców	<b>wystawa stała</b>	CKiBP Suchy Las Korytarz na 1. piętrze wstęp wolny
<b>BAJECZNE PORANKI dla dzieci 3-5 lat z opiekunem, Ania Robaczek i dzielny motylek</b>	<b>8.03.2025 r., godz. 11:00</b>	CKiBP Suchy Las Biblioteka wstęp wolny
<b>NATALIA PRZYBYSZ koncert</b>	<b>8.03.2025 r., godz. 19:00</b>	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa bilety: 120/90 zł
<b>DZIEŃ KOBIEC.</b> Herbaciana sansara pod Himalajami - fotoopowieści z degustacją nepalskich herbat / Koncert relaksacyjny – misy i gongi tybetański	<b>8.03.2025 r., godz. 16:30</b>	Stary Bar w Chłudowie zapisy i wejściówki w Starym Barze
<b>WYSTAWA z okazji 30-LECIA TMS SUCHARY SUCHY LAS</b>	<b>11.03-7.04.2025 r.</b>	CKiBP Suchy Las hol wstęp wolny
<b>BAJANIE NA DYWANIE dla dzieci 3-5 lat z opiekunem Najlepsza zupa na świecie</b>	<b>14.03.2025 r., godz. 16:00</b>	CKiBP Suchy Las biblioteka zapisy: 612 500 401
<b>Wiosenne Przebudzenie XXIV Gminny Konkurs Recytatorski</b>	<b>4.03.2025 r., godz. 17:00</b>	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa wstęp wolny
<b>CEZARY ŁAZAREWICZ spotkanie autorskie</b>	<b>3.04.2025 r., godz. 18:00</b>	CKiBP Suchy Las, sala widowiskowa, wejściówki do odbioru w bibliotekach
<b>WIOSENNY FESTYN PRZYRODNICZY teatr dla dzieci, spotkania, warsztaty itp.</b>	<b>22.03.2025 r., godz. 10:00-14:00</b>	CKiBP Suchy Las Szczegółowe informacje: <a href="http://www.osrodekukultury.pl">www.osrodekukultury.pl</a> / zapisy na warsztaty: 612500401/402
<b>KONCERT WIOSENNY</b>	<b>22.03.2025 r., godz. 16:00</b>	Stary Bar w Chłudowie sala widowiskowa wstęp wolny
<b>MONTOWNIA WYOBRAŹNI warsztaty plastyczne dla dzieci 7-10 lat</b>	<b>24.03.2025 r., godz. 16:00</b>	CKiBP Suchy Las biblioteka zapisy: 612 500 401
<b>DANUTA WITKOWSKA spotkanie podróżnicze</b>	<b>27.03.2025 r., godz. 16:15</b>	Stary Bar w Chłudowie wstęp wolny
<b>KSIĄŻKOŁAZY warsztaty dla dzieci 6-8 lat Superhipermegaważna misja</b>	<b>28.03.2025 r., godz. 16:00</b>	CKiBP Suchy Las biblioteka zapisy: 612 500 401
<b>WARSZTATY HAFTU dla początkujących</b>	<b>29.03.2025 r., godz. 10:00-14:00</b>	CKiBP Suchy Las sala konferencyjna bilety wyprzedane
<b>ŁONA x KONIECZY x KRUPA koncert</b>	<b>12.04.2025 r., godz. 19:00</b>	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa bilety: 120/90 zł
<b>ROBERT MAŁECKI spotkanie autorskie</b>	<b>24.04.2025 r., godz. 18:00</b>	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa wejściówki do odbioru w bibliotekach

WIĘCEJ INFORMACJI:

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

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

Zastrzegamy prawo zmian w programie



# Co sędzimy o współczesnych seniorach?

Starzenie się jest trudnym procesem pełnym lęku i poczucia osamotnienia. Potrzebę wsparcia emocjonalnego i bliskich relacji międzyludzkich są kluczowe na tym etapie życia. Współcześnie seniorzy stają się coraz bardziej aktywnymi członkami społeczności lokalnych, angażując się w wolontariat oraz pomagając w wychowaniu wnuków. Dają ciepło oraz bliskość emocjonalną, co przyczynia się do rozwoju międzypokoleniowych relacji.

JAKUB NOWACKI



## ZRÓŻNICOWANY PROFIL WSPÓŁCZESNEGO SENIORA

W badaniu „Co sędzimy o współczesnych seniorach” na próbie 1318 respondentów serwisu Prezentmarzeń, uczestniczyło 60% kobiet i 40% mężczyzn. Wśród różnych grup wiekowych dominują osoby młodsze. Najwięcej respondentów to osoby w wieku 25-34 lat (36%). Młodsza perspektywa pokazuje nową rolę seniorów w społeczeństwie. Nie jest już ona ograniczona stereotypami, a raczej docenia ich wkład w życie rodzinne i lokalne.

## STARZENIE SIĘ: WYZWANIA CZY MOŻLIWOŚCI?

58% badanych wskazuje, że starzenie się jest trudnym procesem. Jednak coraz więcej osób docenia pozytywne aspekty tego etapu w życiu. Odpowiadając na pytanie, od jakiego wieku zaczyna się seniorski etap życia, 41% wskazuje na przedział 75-80 lat, co sugeruje, że seniorzy są postrzegani jako osoby z doświadczeniem, które wciąż mają wiele do zaoferowania.

## Emocje towarzyszące starzeniu się

Seniorzy i seniorzy często doświadczają lęku (31%) oraz poczucia osamotnienia (40%). Te emocje wskazują na potrzebę wsparcia emocjonalnego i bliskich relacji międzyludzkich.

Respondenci uważają, że seniorzy potrafią odnaleźć radość w życiu, pielęgnując relacje (31%) oraz angażując się w hobby (24%) i aktywności na świeżym powietrzu (29%).

## STEREOTYPY I PRZEMIANY W SPOŁECZEŃSTWIE

Mimo, że stereotypy dotyczące seniorów, takie jak słabość fizyczna (40%) czy technologiczna niekompetencja (22%), wciąż są obecne następuje zwiększenie świadomości na temat procesów starzenia się oraz większą akceptacją technologii (21%), co otwiera nowe możliwości osobom starszym.

## ROLA SENIORÓW W SPOŁECZNOŚCI

Seniorzy stają się coraz bardziej aktywnymi członkami społeczności lokalnych, angażując się w wolontariat (27%) oraz pomagając w wychowaniu wnuków (37%). Dają ciepło oraz bliskość emocjonalną, co przyczynia się do rozwoju międzypokoleniowych relacji. Społeczeństwo dostrzega ich rolę jako strażników tradycji i wartości lokalnych.

## NOWE WARTOŚCI I PREFERENCJE PREZENTOWE

Co ciekawe, z okazji Dnia Bab-

ci i Dziadka, preferencje prezentowe ukazują zmiany w myśleniu o tym, co może być cenne dla seniorów. Wraz z czekoladkami i kwiatami (40%), niestandardowe podarunki, takie jak portret rodzinny (48%) czy voucher do salonu SPA (24%), stają się coraz bardziej popularne.

Wyniki badania pokazują, że zmienia się postrzeganie współczesnych seniorów. Coraz częściej są oni widziani jako osoby aktywne, posiadające zarówno potrzeby emocjonalne, jak i społeczne. Te zmiany pomagają w przezwyciężeniu negatywnych stereotypów na temat starszego pokolenia. W miarę jak społeczeństwo się rozwija, wzrasta świadomość, że seniorzy zasługują na uwagę i szacunek jako pełnoprawni członkowie społeczności. Ta zmiana perspektywy jest kluczowa w budowaniu integracji międzypokoleniowej.

(Badanie „Co sędzimy o współczesnych seniorach?” zostało zrealizowane przez serwis Prezentmarzeń na próbie 1318 respondentów w formie ankiety online i stacjonarnie w styczniu 2025.)

## WARTO WIEDZIEĆ

# Czy kot bywa szczęśliwy?

Przypadający na 17 lutego Światowy Dzień Kota to doskonała okazja do poszerzenia naszej wiedzy na temat tych czworonożnych towarzyszy. Jako opiekunowie zawsze chcemy mieć pewność, że nasze koty są szczęśliwe. Jak poznać, czy nasz pupil jest zadowolony z życia? Podpowiadamy – oto 7 oznak, że nasz kot jest szczęśliwy.



Chociaż każdy kot ma swoją własną, wyjątkową osobowość i wyraża radość na swój własny sposób, istnieją pewne zachowania i sygnały, które mogą pomóc dowiedzieć się, jak czuje się nasz pupil. Koty komunikują się przede wszystkim za pomocą mowy ciała, więc uważajmy na te oznaki nastroju. Zwróćmy też uwagę na to, w jaki sposób nasz czworonożny przyjaciel wchodzi w interakcję z nami i otoczeniem. Koty potrafią swoim zachowaniem dać wyraz uczuciom, jakimi obdarzają opiekunów. Dlatego też nauczenie się i zrozumienie mowy ciała czworonoga jest tak ważne w budowaniu bliskiej relacji.

Oto 7 oznak, że mamy szczęśliwego kota:

### JĘZYK DŹWIĘKÓW

Shczęśliwe koty często są głośne i lubią komunikować się ze swoimi opiekunami. Mruczenie to jedna z tych najłatwiejszych do rozpoznania oznak kocich emocji. Jeżeli kot mruczy, gdy jest z nami, to możemy śmiało założyć, że czuje się nie

tylko szczęśliwy i zrelaksowany, ale też bezpieczny.

Chociaż mruczenie bardzo często interpretuje się jako miłość lub zadowolenie, należy pamiętać, że koty wydają tego rodzaju dźwięki również w obliczu stresu bądź bólu (np. samicom zdarza się mruścić podczas porodu). Dlatego dokładna obserwacja jest kluczem do właściwej interpretacji. Jeśli Twój kot wygląda na zrelaksowanego, ma na wpół przymknięte oczy, a ogon trzyma przeważnie nieruchomo, to można przyjąć, że mruczenie wynika z jego dobrego nastroju. Jeśli łączy mruczenie z miauczeniem, to często sygnał, że jest głodny i domaga się jedzenia.

Kocięta mruczą, żeby dać znać mamom, gdzie są i że wszystko w porządku, a kotki wykorzystują mruczenie jako kołysankę. Natomiast zdarzają się też przypadki kotów mrujących, gdy są ranne lub cierpią – mruczenie jest sposobem na samouspokojenie, a także, jak uważają eksperci, może pomóc w szybszym powrocie do zdrowia, gdyż mruczenie

o niskiej częstotliwości powoduje wibracje wewnątrz ciała, które mogą leczyć kości i rany, wspierać budowanie i naprawę ścięgien, ułatwiać oddychanie oraz zmniejszać ból i obrzęk.



### ZRELAKSOWANA MOWA CIAŁA I Ogon W GÓRZE

Postawa kota wiele mówi o jego stanie umysłu. Gdy jest zrelaksowany to często leży z podwiniętymi pod ciało łapami, co wskazuje, że czuje się bezpiecznie. Jeśli kot wyprostuje nogi i unosi sierść na grzbiecie, prawdopodobnie jest rozdrażniony lub przestraszony. Szczęśliwy kot skurczy się, aby wyglądać na małego i niegroźnego, a witając ludzi i inne zwierzęta, które uważa za przyjaciół, ogon będzie miał prosty, ułożony do góry z lekko zakrzywionym czubkiem.

Gdy kot podnosi swój ogon do góry, tworząc nim kształt pyłajnika, jest to zwykle znak, że czworonóg czuje się komfortowo i nic mu nie dolega; można to również potraktować jako zaproszenie do interakcji, np. wspólnej zabawy.

### ZDROWA I LŚNIĄCE FUTRO

Zdrowa, zadbane sierść to oznaka szczęśliwego i zdrowego kota. Koty, które czują się dobrze i bezpiecznie, spędzają odpowiednio dużo czasu na dbaniu o siebie, czyli wylizywaniu sierści. Nadmierne

lizanie, które jest objawem stresu, daje widoczne efekty – przerzedzoną sierść i kota, który po pielęgnacji jest nadal zestresowany. Ponadto, jeśli nasz kot liże inne koty, a nawet swojego opiekuna, okazuje w ten sposób zaufanie i uczucie.

### WYRAZ OCZU I USZU

Oczy i uszy kota są oknami do jego duszy. Rozszerzone źrenice mogą być oznaką nieżytowej radości lub podekscytowania. Uszy skierowane do przodu lub lekko odchylone do tyłu wskazują, że nasz kot czuje się komfortowo i jest ciekawy.

### DOBRY APETYT

Zdrowy apetyt jest ważnym znakiem szczęśliwego i zdrowego kota. Szczęśliwe koty będą entuzjastycznie podchodzić do miski z jedzeniem, a nawet mogą ocierać się o nogi opiekuna lub miauczeć, aby zwrócić naszą uwagę.

### NAWYKI ZWIĄZANE ZE SNEM

Miejsce, w którym śpi nasz kot, również może wiele powiedzieć o jego szczęściu. Miejsca wybierane przez nie do snu są bowiem ich szczęśliwym azylem. Koty, które śpią razem z innymi kotami lub leżą blisko swoich opiekunów, czują się bezpiecznie i pewnie. To zachowanie wskazuje na silną, pozytywną więź i poczucie satysfakcji.

### ZABAWA I FIGLE

Zabawa jest wyraźnym wskaźnikiem szczęśliwego kota. Niezależnie od tego, czy są to dzikie gry w pogoń, zabawne walki zapaśnicze, czy po prostu delikatne stuknięcie zabawki, te czynności pokazują, że nasz kot czuje się dobrze. Zabawa jest nie tylko oznaką szczęścia, ale jest także niezbędna dla zdrowia psychicznego i fizycznego naszego kota.

Każdy pragnie szczęśliwego kota mrużącego i zwinętego na kolanach. Wiele zachowań, a także sama mowa ciała kota może świadczyć

o odczuwaniu miłości względem opiekuna, np. mruczenie, ocieranie się o nogi czy chętnie przebywanie w tym samym miejscu. Warto zwracać uwagę na te subtelne gesty, ponieważ są dowodem na to, że pupil czuje się bezpiecznie i komfortowo, a wspólne spędzanie czasu jest dla niego przyjemnością. Zabawa z kocim przyjacielem to jedna z największych radości bycia jego opiekunem. Pamiętajmy też, że aktywny kot to szczęśliwy kot. Dlatego najlepszym prezentem, jaki możemy sprawić swojemu pupilowi to spędzić z nim czas na takiej zabawie, która zapewni odpowiednią dawkę stymulacji i ruchu tak potrzebnych do kociego szczęścia.

Aby kot był szczęśliwy, bardzo ważne jest, aby zapewnić mu odpowiednią opiekę każdego dnia, zaspokajając jego potrzeby behawioralne m.in. poczucie bezpieczeństwa, pozytywną relację z opiekunem, dostęp do właściwego pokarmu i wody, możliwość drapania i realizacji instynktu łowieckiego, aktywność fizyczną oraz odpowiednią przestrzeń do życia. Odpowiedzialną opieką odwiedzamy się zwierzętom za radość, którą wnoszą do naszego życia. (beb)



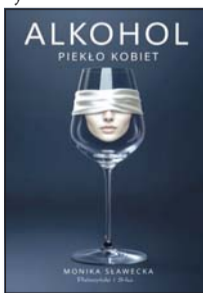


**Stolik dla dwojga** Amor Towles, przełożyła Aleksandra Kamińska, cena 59,99 zł, Wydawnictwo Znak Literanova.

Zbiór opowiadań autora Dżentelmena w Moskwie. Autor ma w Stanach status celebryty – doceniany przez najważniejszych krytyków i zapraszany do telewizji. Opowiadania z pierwszej części łączy Nowy Jork, a w drugiej części postać Evelyn – bohaterki znanej z powieści Dobre wychowanie. Znudzony fałszerz, zuchwały koneser sztuki, kobieta próbująca odkryć sekret ojczyzny, i Evelyn, która ma dokończyć swoją historię. Co się stanie, gdy ktoś nie wysiadzie z pociągu, czyjs lot zostanie odwołany, a ktoś inny otrzyma propozycję nie do odrzucenia? W książce Nowy Jork i Los Angeles przeglądają się w sobie niczym w lustrze jak ambicje i lęki mieszkańców tętniących życiem miast. A wczesny i późny kapitalizm niczym się od siebie nie różnią – władza, wyszysk, blichtr, upokorzenie to pojęcia, których nie zmienia czas.



**Pudełko pełne starych spraw** Anna Janiak, cena 47 zł, Prószyński i S-ka. Powieść obyczajowa z odrobiną romantyzmu i komedii. Olga ma poczucie, że jej życie to pasmo porażek. Tuż przed czterdziestką nie ma pracy, a zamiast nowego stanowiska dostaje... kontakt do tarocistki. Ta ocenia, że wszystkimu winna jest rodzinna klątwa, i sugeruje wyjazd na Kaszuby. W starociach babci Olga znajduje stary klucz i dziwną notatkę, które zaprowadzą ją do pensjonatu jej przyjaciółki. Tam na Olę czekają zagadkowe wydarzenia, intrygi, nowe znajomości i odkrycia, które pozwolą wyjaśnić rodzinne sekrety i zrozumieć, co w życiu jest ważne.



**Alkohol. Piekło kobiet** Monika Sławecka, literatura faktu, cena 45 zł, Prószyński i S-ka.

Statystyki są zastraszające: codziennie w Polsce sprzedawane są trzy miliony tak zwa-

nych małek, a Polacy piją więcej niż w okresie PRL-u. Książka ukazuje portret Polek, które zmagają się z chorobą alkoholową. Są wśród nich kobiety znane i nieznanne, aktorki i pielęgniarki, dyplomatkę i sprzedawczynię. Łączy je jedno: uzależnienie. Intymny świat doświadczeń kobiet dotkniętych nałogiem i tych, które próbują im pomóc – przeżyć i trudnych emocji, które bywają zarówno przyczynami alkoholizmu, jak i jego konsekwencjami.



**Motylki i Mrówki** tekst i ilustracje Pija Lindenbaum, tłumaczenie Katarzyna Skalska, wiek 3+, cena 42,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Dwie grupy dzieci, Motylki i Mrówki, żyją pod czujnym okiem Kierowniczkę w świecie ograniczonym przez białą linię. To świat jasnych, choć niekoniecznie zrozumiałych, zasad i mających zapewnić bezpieczeństwo reguł. Ale czy na pewno wszyscy czują się w nim dobrze i mają te same prawa? Dzieci wymyślają ciekawy eksperyment, który pozwoli to sprawdzić. Jest to książka o odwadze wyjścia poza schemat i potrzebie wolności.



**Biuro Detektywistyczne Lassego i Mai: Tajemnica kościoła** tom 32. Martin Widmark, ilustracje Helena Willis, tłumaczenie Barbara Gawryluk, wiek 6+ cena 34,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

Po wielu latach pracy pastor z Valleby ma przejść na emeryturę. Jednak podczas uroczystości przekazania parafii w kościele dzieją się dziwne rzeczy. Czy to tylko głupie żarty, czy może ktoś dopuścił się sabotażu? Sprawa staje się poważna, gdy z zakrystii znika pewien drogienny przedmiot. Lasse i Maia nie mają łatwego zadania! Do każdego egzemplarza zakupionego przed dniem premiery (do 11 marca) wyjątkowy plakat kolekcjonerski z Ivą Ross i Karlem Filipem!



**Gdzie się schował piesek? Gdzie się schował króliczek?** Akademia Mądrego Dziecka. Zabawa w chowanego Ingela

P Arrhenius, ilustracje Ingela P Arrhenius, tłumaczenie Katarzyna Moga, Cena: 29,99 zł, Wydawnictwo HarperCollins.



**Akademia Mądrego Dziecka** to opracowana przez polskich ekspertów nowoczesna seria edukacyjna wspierająca kompleksowy rozwój dzieci. Kartonowe książeczki w serii **Zabawa w chowanego** mają duże, filcowe i wytrzymałe klapki, odporne na ciągnięcia małych rączek. Na każdej stronie zadajemy maluszkowi pytanie: gdzie się schował jednorozec, kurczaczek, samochód, piesek, króliczek czy kotek. Za każdym razem maluszek otwiera dużą, filcową klapkę i znajduje postać. Na ostatniej stronie jest pytanie: „A gdzie ty jesteś?” Pod ostatnią klapką znajdziemy lusterko: - „Tutaj jesteś!”



**Zасыпianie. Dzień dobry, ptaszku!** Akademia mądrego dziecka. Pierwsze bajeczki, Nathalie Choux, ilustracje Nathalie Choux, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 29,99 zł, HarperCollins.



Seria „Pierwsze bajeczki” uczy i bawi jednocześnie. Dzięki wysokiej jakości ruchoмым elementom, dziecko przesuwa elementy. W **Dzień dobry, ptaszku!** nasz czytelnik dowie się jak ptasia mama przygotowuje się do roli mamy. Zakłada gniazdo na gałęzi drzewa, w którym składa jaja. Następnie dokarmia wyklute pisklaki oraz uczy je latać. Książka **Zасыпianie** na kolorowych stronach pokazuje, jakie czynności należy zrobić przed pójściem spać. Najpierw przyściemniamy pokój czyli zaślamyśmy zasłony, zakładamy piżamkę oraz słuchamy ulubionej bajki czytanej przez rodziców. Następnie przytulamy się do pluszowego misia lub lalki i zasypiamy w łóżeczku na wygodnej podusi.



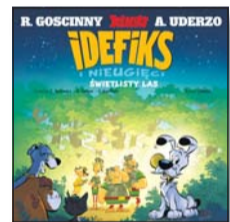
**Dom. Las. Akademia mądrego**

go dziecka. **Moja książeczka z okienkami** Marion Cocklico, ilustracje Marion Cocklico, tłumaczenie Katarzyna Grzyb, cena 29,99 zł, HarperCollins.



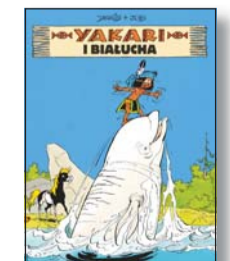
**Moja książeczka z okienkami** skierowana jest do małych czytelników, którzy znają już kartonowe książeczki **Pierwsze słowa** i **Pierwsze bajeczki**. Oprócz wiedzy, zawierają mnóstwo okienek. Książka **Dom** przedstawia przedmioty w domu. Poznajemy sprzęty kuchenne. Uczymy się, do czego służy zlew, co można włożyć do garnka i co robi kucharka. Następnie poznajemy salon, gdzie jedni się bawią, a inni czytają. Dowiadujemy się, że w łazience można leżeć w wannie lub kąpać się pod prysznicem. Książka **Las** pokazuje różne drzewa oraz rośliny. Król lasu to ogromne drzewo. Dowiadujemy się, jak jest zbudowane, do czego służą korzenie i na czym rosną liście. Kolejne strony pokazują zwierzęta mieszkające wśród drzew. Przyglądamy się wiewiórce, lisowi czy sarnie, gdzie rosną orzechy laskowe czy żołędzie oraz gdzie szukać chrabąszczy i grzybów.

#### KOMIKSY EGMONT

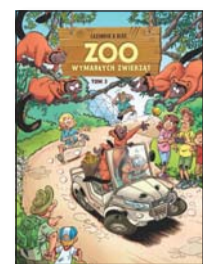


**Idefiks i Nieugięci: Świetlisty las**, tom 6, Scenariusz: Olivier Jean-Marie, Matthieu Choquet, Cédric Bacconnier, Rysunki: Jean Bastide, Przekład: Marek Puszczewicz, francuski komiks humor Cena: 27,99 zł.

Rok 52 p.n.e. Cała Lutecja jest podbita przez Rzymian... Cała? Nie! Grupa zwierząt dowodzona przez Idefiksa opiera się najeźdźcy! Rzymianie rozpoczynają budowę drogi ekspresowej do Rzymu „Roma-Express”. Mają wyciąć wiele drzew. Nieugięci chcą zapobiec temu niecnemu procederowi. Druid Amneziks sporządza magiczny wywar, aby przeprędzić intruzów z lasu. Do akcji przyłącza się ambitny puchacz Nocolotiks.



**Yakari. Yakari i białucha,**



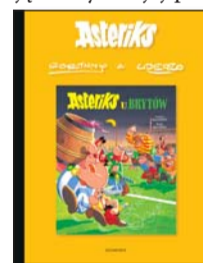
**ZOO wymarłych zwierząt**, tom 3, Scenariusz: Christophe Cazenove, Rysunki: Bloz, Przekład: Maria Mosiewicz, francuski komiks humor, Cena: 34,99 zł.

Weterynarka Debora jest szczęśliwa, że pracuje w zoo wymarłych zwierząt. Pozna je kolejne niezwykle gatunki, które zniknęły albo są zagrożone wyginięciem. Zachwyca się kolorami ropuchy złotej, podziwia lwa jaskiniowego, szaleje ze szczęścia leżąc leniwcą Jeffersona... Wyrusza też do dżungli na Borneo na pomoc dla orangutanów i dzioborożców. Walcząc o ochronę dzikich zwierząt należy z humorem i nadzieją pa-



**Kumpelki. Beast Friends Forever**, tom 9, Scenariusz: Christophe Cazenove, Rysunki: Philippe Fenech, Przekład: Adam Tomczak, francuski komiks humor, Cena: 34,99 zł.

Jessica i jej kumpelki wciąż stają przed nowymi wyzwaniem – w co się dziś ubrać, z którym chłopakiem się umówić, co kupić kumpelce na urodziny... Nadchodzi też czas decyzji kim chciałyby zostać w przyszłości – pomóc im w tym mogą Dni Karier, na których przedstawiciele poszczególnych zawodów prezentują zalety swojej pracy.



**Asteriks u Brytów**, tom 8, Scenariusz: René Goscinny, Rysunki: Albert Uderzo, Przekład: Jarosław Kilian, Marek Puszczewicz, francuski komiks humor, Cena: 59,99 zł.

Juliusz Cezar zdecydował się poszerzyć granice imperium i podbić Brytanię. Wykorzystując zwyczaj Brytów i atakując ich podczas weekendowego wypoczynku, udało mu się to bez przeszkód. Jednak pewna wioska w Cantium wciąż stawia opór najeźdźcom... Tam Brytowie pod wodzą Zebiggossa niezłomnie odpierają ataki, ale przychodzi dzień, kiedy i oni przed Rzymianami nie zdołają już bronić się sami. Ratunkiem jest słynny magiczny wywar, który Asteriks i Obeliks próbują przetransportować w beczce do Brytanii...

tom 21, Scenariusz: Job, Rysunki: Derib, Przekład: Maria Mosiewicz, francuski komiks humor, Cena: 34,99.

Opowieść dla dzieci o znającym język zwierząt małym Indianinie Yakarim i jego dzielnym koniku Małym Piorunie. Ulewne deszcze powodują na prerii powódź. Kłopoty mają bobry i pieski preriowe. Dwaj przyjaciele daleko od wioski Siuksów napotyka tajemniczego wielkiego stwora uwięzionego w małym stawie. W jaki sposób tak duża istota się tam znalazła? Bohaterowie dowiedzą się ciekawych rzeczy o nieznanym zwierzęciu, a potem próbują je uratować!



**Sledztwa Enoli Holmes. Brawurowa ucieczka**, tom 8, Scenariusz i rysunki: Lucie Arnoux, Przekład: Maria Mosiewicz, francuski komiks kryminał, Cena: 44,99.

Graficzna adaptacja serii powieści Nancy Springer o młodszej siostrze słynnego detektywa Sherlocka. Komiksowa saga o Enoli szybko stała się bestsellerem. Na podstawie pierwszych tomów książki nakręcono także dwa widowiskowe filmy. Enola po raz kolejny pomaga nastoletniej lady Cecyli Alistair. Dziewczyna nie tylko ma kłopoty z ojcem tyranem, ale także cierpi na poważną chorobę psychiczną. Czy detektywce uda się wyjaśnić, co dręczy umysł Cecyli, i znaleźć argumenty, dzięki którym zmusi jej ojca do godnego traktowania własnej rodziny?



**Las Czasu. Podróż na południe**, tom 3, Scenariusz: Tristan Roulot, Rysunki: Mateo Guerrero, Przekład: Maria Mosiewicz, francuski komiks fantasy, Cena: 44,99.

Igranie z czasem jest nie tylko niebezpieczne, ale też ma nieprzewidywalne konsekwencje. Dzieci, które wyruszyły w pościg za złodziejką fragmentu Kamienia Czasu, wróciły do punktu wyjścia: miasta w chwili stłuczenia kryształu. Nie pamiętają, co przeżyły, więc znowu chcą odnaleźć złodziejkę! Czy wszystko zacznie się od nowa? A może jest rozwiązanie, aby przerwać krąg powtarzających się zdarzeń i ocalić miasto?

# Tak to się można uczyć!

**W Lusówku, po feriach, uczniowie klas 4-8 rozpoczęli naukę w nowym miejscu. Czekal na nich imponujący budynek Szkoły Podstawowej im. Kawalerów Orderu Uśmiechu i Hali Widowiskowo-Sportowej.**



Wójt Tarnowa Podgórnego Tadeusz Czajka (z lewej) przekazał Dyrektorowi Krzysztofowi Kujawie symboliczny klucz do szkoły.

**O**biekt szkolny to dwa trzykondygnacyjne skrzydła, mieszczące 24 sale lekcyjne oraz stółkę z zapleczem cateringowym, świetlicę i bibliotekę. Natomiast w Hali Widowiskowo-Sportowej znajduje się pełnowymiarowa sala sportowa z zapleczem, a ponadto sale ćwiczeń, szatnie, siłownia, sala

gier i pomieszczenia odnowy biologicznej. Na zewnątrz powstały wiaty rowerowe, parking, plac zabaw, boisko do siatkówki plażowej, kort tenisowy, boisko wielofunkcyjne, a także miasteczko ruchu drogowego. Teren jest oświetlony i zagospodarowany zielenią.

Uroczyste otwarcie odbyło się

21 lutego. W samo południe, w Hali Widowiskowo-Sportowej zgromadziła się cała społeczność szkolna z dyrektorem Krzysztofem Kujawą na czele, a także zaproszeni goście – wśród nich Wicekurator Oświaty Izabela Liebert-Jędruszkowiak, Przewodnicząca Rady Gminy Krystyna Semba z radnymi, sołtysi i dyrektorzy placówek oświatowych Gminy Tarnowo Podgórne, gminnych spółek i jednostek. Zebranych powitał Wójt Tarnowa Podgórnego Tadeusz Czajka, który przypominając historię powstania obiektu podziękował wszystkim zaangażowanym w realizację inwestycji. Słowa wdzięczności za tak nowoczesną placówkę wygłosił również jej dyrektor Krzysztof Kujawa.

Nie zabrakło, gorąco oklaskiwanych, dziecięcych prezentacji – tanecznych, wokalnych i muzycznych. Na scenie wystąpił też chór uczniowsko-nauczycielski, wykonując piosenkę Marka Grechuty „Świecie nasz”. Uroczystość zakończyło przecięcie wstęgi oraz zaproszenie dzieci na ogromny tort.

Tego dnia, po południu, szkołę każdy mógł zobaczyć od środka – po swoim obiekcie oprowadzali uczniowie i nauczyciele. A wieczorem odbył się pierwszy pod lusóweckim dachem koncert Młodzieżowej Orkiestry Dętej Gminy Tarnowo Podgórne – z jej towarzyszeniem zaśpiewały Julia Mróz oraz wokalistki Studia Piosenki GOK SEZAM: Martyna Sadalska i Zuzanna Stodolna.



I jeszcze kilka liczb: powierzchnia użytkowa Szkoły wynosi 5.331,93 m<sup>2</sup>, a Hali – 2.966,88 m<sup>2</sup>. Koszt budowy kompleksu 73.231.308,89 zł i

w całości został pokryty z budżetu Gminy Tarnowo Podgórne – to największa inwestycja oświatowa tej Gminy. **(ARz)**



## TO CIEKAWIE

# Drugi rekord Guinnessa robota-koszykarza Toyoty

**Robotyczny koszykarz Toyoty po raz drugi wpisał się do Księgi Rekordów Guinnessa. Najnowsza generacja CUE trafiła do kosza z blisko 25 metrów, co było możliwe dzięki kolejnym postępom w rozwoju algorytmów sztucznej inteligencji oraz dopracowaniu konstrukcji robota.**

MAREK CISNOWSKI



**C**UE to seria wyposażonych w sztuczną inteligencję robotów do gry w koszykówkę, których opracowaniem inżynierowie Toyoty zajęli się w 2017 roku jako pobocznym projektem realizowanym po godzinach. Kolejne ewolucje robota przyciągnęły uwagę prasy na świecie, a władze Toyoty już w 2018 ro-

ku włączyły projekt do oficjalnych działań firmy.

Inżynierowie stale pracują nad poprawą algorytmów AI odpowiadających za uczenie się nowych umiejętności, udoskonalają konstrukcję i poruszanie się robota, a także poszerzają zakres pracy rąk i dłoni, by CUE jeszcze lepiej pano-



wał nad piłką. Postępy kolejnych generacji są imponujące.

W 2019 roku dopracowany robot trzeciej generacji zapisał się w Księdze Rekordów Guinnessa, trafiąc 20 rzutów do kosza z rzędu. CUE4 wystartował w konkursie three-point shootout przed Meczem Gwiazd japońskiej B. League i zaliczył 11 trafień z pięciu różnych pozycji, a kolejna generacja zaprezentowała swoje umiejętności w trakcie igrzysk olimpijskich w Tokio.



W 2022 roku zadebiutował CUE6, który - tak jak jego poprzednicy - został włączony do koszykarskiego zespołu Alvarc Tokyo. Pod koniec 2024 roku robot-koszykarz Toyoty ustanowił nowy rekord Guinnessa. Ubrany w koszulkę z numerem 96 w barwach swojej drużyny trafił do kosza z odległości 24,55 metra, czyli przerzucił niemal całe boisko do koszykówki – jego długość wynosi 28 metrów (zgodnie z przepisami FIBA). CUE6 rekord dla humanoidalnych robotów ustanowił już w drugiej próbie.

- Chcąc pobić rekord, postawiliśmy sobie za cel trafienie ze znacz-

nie większej odległości niż dotychczas. Chcieliśmy, by CUE rzucał w podobny sposób jak ludzie, ale on przy pomocy sztucznej inteligencji wypracował własny sposób, który okazał się skuteczny – powiedział Tomohiro Nomi, lider projektu CUE w Toyota Motor Corporation.

Próba pobicia rekordu Guinnessa okazała się udana nie tylko dzięki zdolności sztucznej inteligencji robota do uczenia się, ale także za sprawą poprawek konstrukcyjnych. Inżynierowie zainstalowali 350 dodatkowych przewodów, zwiększyli siłę prawego ramienia oraz wprowadzili kilka ulepszeń w algorytmach odpowiedzialnych za oddanie rzutu.



## ZDROWIE

*Dotleń się!*  
...w Komorze Normobarycznej

**Korzyści terapii Normobarycznej:**

- Poprawa wydajności
- Wsparcie w leczeniu chorób
- Regeneracja organizmu

Komfortowa terapia tlenowa w Poznaniu

508074444

www.normobaria.net  
recepca@normobaria.net  
ul. Obornicka 8A, Suchy Las

**NORMOBARIA**  
Suchy Las

**Słodki problem****NO-sweet® spray**

to innowacyjne rozwiązanie, które działa błyskawicznie – już po 5-10 sekundach! Dzięki blokowaniu kubków smakowych na słodki smak przez 30-40 minut, pomaga zmniejszyć chęć sięgania po słodkie przekąski. Gymnema (gurmar) tłumi odczucie słodkiego smaku, by kontrolować apetyt, gdy nie uruchamia się „mechanizm nagrody” w mózgu. To pomaga też w regulacji poziomu glukozy we krwi oraz ograniczeniu spożywanego kalorii. Mięta nadaje zapach i poczucie świeżości w ustach. Na czas 66 dni potrzebny na wykształcenie nowego nawyku można spróbować **NO-sweet®**. Cena: 239,00 zł, 30 ml.

**Na przeziębienie**

Sposobem na zwiększenie odporno-

ści i skrócenie czasu trwania choroby może być zastosowanie już przy pierwszych objawach wirusowych infekcji górnych dróg oddechowych produktu leczniczego zwiększającego odporność **Groprinosin®** lub **Groprinosin® Forte** w syropie lub w tabletkach. Pomocny jest też w leczeniu opryszczki warg i skóry twarzy wywołanych przez wirusa opryszczki pospolitej (Herpes simplex). **NOWOŚĆ** to **Groprinosin Forte 1000 mg, granulaty do sporządzania roztworu doustnego** 10 saszetek – około 21 zł, 30 saszetek – około 42 zł.

**Konieczne w ciąży**

**Kwas foliowy** to jedna z witamin z grupy B ważna zwłaszcza dla zdrowia nienarodzonego dziecka i prawidłowego przebiegu ciąży. Badania wykazały, że kwas foliowy pomaga we właściwym rozwoju kręgosłupa i znacznie obniża możliwość urodzenia dziecka z wadą cewy nerwowej. Przyjmowanie kwasu foliowego w ciąży chroni też przed odklejeniem łożyska, przedwczesnym porodem i małą masą urodzeniową dziecka, a przyszłą mamę przed niedokrwistością. Rutynowe stosowanie preparatów wielowitaminowych u wszystkich ciężarnych nie jest zalecane, ale dotyczy to **kwasu foliowego**, który trudno zapewnić w diecie. **FOLIK** (Acidum folicum) - 1 tabletkę zawiera 0,4 mg kwasu foliowego.

**Bez nudności**

**Efektan Max** zapobiega chorobie lokomocyjnej. W saszetkach jest przezroczysty, gotowy roztwór o zapachu i smaku czarnej porzeczki. Wystarczy go wypić pół godziny przed podróżą. Jedna saszetka zawiera 50 mg dimenhidraminy o właściwościach przeciwwymiotnych i przeciwcukienkowych. Dodatkowo łagodnie uspokaja. Lek działa od 3-6 godzin, może być przyjmowany przez dzieci od 6 roku życia. Cena: 15.90 zł

**REKLAMA**

Chcesz się zareklamować w „Twoim TYGODNIU”?

Napisz e-maila

(twoj-tydzien@wp.pl)

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

**NIE UZALEŻNIAJ SIĘ OD UZALEŻNIEŃ****Niechlubne rekordy... w promilach**

Gdy stężenie alkoholu we krwi wynosi 4-5 promili, uznawane jest to już za dawkę śmiertelną. Jednak co jakiś czas w mediach pojawiają się informacje o ludziach, którzy przeżyli mimo ogromnej liczby 12, a nawet 14 promili alkoholu we krwi. Toksykologowie tłumaczą, że tak właśnie działa długotrwałe uzależnienie.

Promile są znane jako skrót oznaczające stężenie alkoholu we krwi, gdzie 1 promille odpowiada 1 gramowi alkoholu na litr krwi. Jak długo alkohol utrzymuje się w organizmie zależy od wieku, wagi, płci (kobiety spalają alkohol wolniej niż mężczyźni), posiłku zjedzonego przed spożyciem alkoholu. 80% wypitego alkoholu trafia do układu pokarmowego i z jelita cienkiego do krwioobiegu, ale 20% od razu trafia do układu krwionośnego i mózgu. Alkohol może być wykrywany przez około 24 godzin. Natomiast w moczu pozostaje przez 12 do nawet 48 godzin.

Czas w jakim alkohol jest metabolizowany zależy od trunku. Na przykład po 4 piwach wypitych w ciągu 2 godzin, po 3 godzinie będzie 1,28 promila we krwi, a 0,0 promila po kolejnych 9-10 godzinach. Wypijając butelkę wódki i lampkę wina przez 6 godzin, po następnej godzinie we krwi będzie 2,2 promila, a 0,0 promila po co najmniej 17 godzinach. Mały kieliszek wódki trawi się przez godzinę, pół litra piwa - dwie godziny, duży kieliszek wina - trzy

godziny, a drinki - ponad trzy godziny. Dorosły mężczyzna (180 cm wzrostu, 80 kg) po kieliszku wódki, będzie miał 0,27 promila po godzinie, a po piwie 0,38 promila. 3 kieliszki wódki w ciągu godziny dadzą 0,69 promila po następnej godzinie, a 0,0 promila około 5-6 godzinach. Do całkowitego usunięcia alkoholu organizm potrzebuje od 24 do 48 godzin.

Lepiej nie łączyć z alkoholem napojów energetycznych, które pobudzają i podrażniają błędnik. Kofeina też neutralizuje działanie alkoholu, powodując złudzenie trzeźwości. Ale napoje z kofeiną wcale nie przyspieszają pozbycia się alkoholu z organizmu, podobnie jak tłuste i ciężkostrawne posiłki. Jest to dodatkowe obciążenie dla wątroby, która musi strawić alkohol i będzie go dłużej metabolizowała. Kac wtedy może być bardziej męczący.

Alkohol od wieków jest używany przez ludzi, aby wprowadzić się w euforyczny stan. Jednak wpływa na cały organizm. 0,3 promila we krwi powoduje rozproszenie uwagi, 0,8 zmniejsza kry-

tyczym, zwiększa pobudliwość i upośledza koordynację ruchowo-wzrokową, a 1,5 promila już wywołuje zaburzenia równowagi, opóźnioną reakcję, brawurę, agresywność i błędy w logicznym myśleniu. Przy 2 promilach pojawia się senność, problemy z poruszaniem się i zaburzenia mowy. 4 promile już powodują śpiączkę, a zatrucie 4-5 promili może zakończyć się śmiercią.

Alkohol można oznaczać metodą niespecyficzną. W tym przypadku laborant lub diagnosta patrzy i ocenia kolor próbki i według wzorca ustala stężenie. Ta metoda jest obciążona ryzykiem błędów, bo każdy może nieco inaczej ocenić kolor. Oznaczenie przez aparat metodą specyficzną eliminuje ryzyko błędów.

Alkoholizm zaczyna się od pierwszego razu. Spróbowałismy alkoholu i coraz częściej po niego sięgamy, również bez okazji. Potem już bez tego nie możemy funkcjonować i pijemy co-

dziennie. Ciągi alkoholowe są już ostatnią fazą uzależnienia. Jednocześnie rozwija się tolerancja na alkohol, stężenie alkoholu znacznie szybciej spada. A wysoka tolerancja alkoholu już wskazuje na uzależnienie. Gdy ktoś toleruje dawkę 5 promili oznaczonych nawet metodą niespecyficzną, to jest tylko jedno wytłumaczenie. Jest uzależniony. Jeśli ktoś pijąc okazjonalnie nie wykształca takiej tolerancji na alkohol, która jest cechą uzależnienia, to takiej dawki nie wytrzyma. Pojawiają się zaburzenia oddechu, może zachłyśnięcie, a nawet zatrzymanie krążenia i zgon. Dawka śmiertelna jest orientacyjna i zdarzało się, że ktoś przeżył o wiele większe stężenia. W 2009 roku mając 12,3 promila alkoholu we krwi 45-letni mieszkaniec Makowa-Kolonii trafił do szpitala po potrąceniu przez samochód. W 2013 roku 30-letni mieszkaniec Alfredówki pod Sandomierzem przeżył z 13,74 promila alkoholu we krwi. Straż miejska znalazła go pijanego w rowie. Ojciec dwójki dzieci nieprzytomny i sinobiał był umierający. W specjalistycznym szpitalu w Rzeszowie udało się go uratować. Obiecał, że już wódki do ust nie weźmie. Niechlubny rekord odnotowano, gdy kierowca w 2012 roku w Do-

brołęce w śmiertelnym wypadku drogowym wjechał wprost pod tira i miał we krwi 22,3 promile alkoholu. Jednak w tym przypadku było duże prawdopodobieństwo zanieczyszczenia próbki, bo krew pobrano nie z żyły, a z rany mężczyzny. Najwyższy oficjalny poziom alkoholu we krwi w Polsce to 14,8 promili, odnotowany u kierowcy po wypadku. Lekarze kilkakrotnie powtarzali badanie. Rekord Polski u kobiety to 11 promili. Pijana niewiele pamiętała, gdy ocknęła się w szpitalu w Goleniowie. W 2011 roku w Chojnicach 33-letni rowerzysta miał w organizmie prawie dwa promile alkoholu. A kierowanie wszelkimi pojazdami w stanie nietrzeźwości jest przestępstwem, za które grozi kara pozbawienia wolności do dwóch lat.

To chyba niezbyt dobra wiadomość, gdy chwalimy się przed przyjaciółmi, że dzisiaj możemy wypić więcej niż rok temu, bo...

- ...to oznacza, że zwiększyła się nam tolerancja. A to jeden z objawów uzależnienia. - mówi **Agata Pakuza**, terapeuta uzależnień i psychoterapeuta z Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chłudowie (Gmina Suchy Las). - *Wzrost tolerancji sam z siebie nie jest objawem tej choroby, ale to jak czerwonemu dywan do rozwoju choroby. Zwiększoną tolerancję możemy potraktować więc jak rodzaj sygnału ostrzegawczego. Warto wówczas skonsultować się z terapeutą uzależnień i zobaczyć czy moje używanie alkoholu jest bezpieczne. W gminie Suchy Las możecie taką bezpłatną konsultację odbyć Państwo w naszym Punkcie Konsultacyjnym w Chłudowie. Serdecznie zapraszam. (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.

TURYSTYKA

# Turyści idą na rekord

W 2024 roku aż 841 tysięcy polskich turystów przenocowało w Czechach, ustanawiając nowy rekord. To o 11% więcej niż w 2023 roku, łączna liczba noclegów wyniosła 1,658 mln. Szczególnie dynamiczny wzrost nastąpił w ostatnim kwartale, kiedy intensywne działania promocyjne Czech przyczyniły się do skoku o 17%.



Loket.

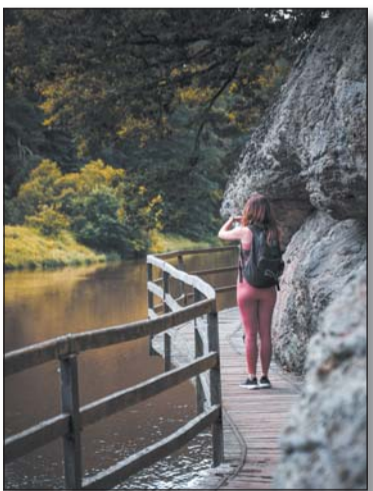
FOT. LUBOMÍR STIBŮREK

Polacy pozostają trzecią najliczniejszą grupą zagranicznych turystów w Czechach, zaraz po Niemcach i Słowakach. Co więcej, coraz chętniej odkrywają nie tylko Pragę, ale także mniej znane czeskie regiony.

W nowej kampanii Czech Tourism każdy z 14 regionów Czech spełnia jedno marzenie (wskazane poniżej wielkimi literami w nawiasach), a każdy z nich odnotował wzrost liczby polskich turystów.

Największy wzrost zanotowano w kraju hradeckim, trzecim najpopularniejszym regionie wśród Polaków - liczba noclegów wzrosła tu aż o 29% (RÓWNOWAGA: Karkonosze, Czeski Raj, Broumov). Na Wysoczyźnie, na południowo-zachodnich Morawach, wzrost wyniósł 23% (WĘDRÓWKA: Telcz, Třebíč, Jihlava), a w Południowych Czechach 17% (DBAŁOŚĆ: Czeski Krumlow, Budziejowice, Tabor).

Coraz większą popularnością cieszą się Morawy Południowe, gdzie turystyka winiarska przyciąga coraz więcej gości. Region odnotował wyraźny wzrost liczby polskich turystów (UŚMIECH: Brno, Morawski Kras, Mikulov, Znojmo), umacniając swoją pozycję jako drugie najczęściej odwiedzane miejsce w Czechach.



Lužnice.

FOT. JCCR

Niekwestionowanym liderem pozostaje Praga (ZACHWYT), choć jej udział w polskich noclegach spadł z 45% do 42%, mimo wzrostu o 5%.

## WIĘCEJ POLSKOJĘZYCZNYCH UDOGODNIENI

- Bardzo nas cieszy, że Polacy coraz chętniej odwiedzają Czechy i odkrywają ich różnorodność. Nasze kraje świetnie się uzupełniają - oferujemy wspaniałe zabytki, doskonałe wino, przepiękne góry z rozwiniętą infrastrukturą do turystyki pieszej i rowerowej oraz miejsca, które dla Polaków mogą być zupełnie inne, a nawet egzotyczne - mówi **Tomáš Zukał**, dyrektor polskiego przedstawicielstwa Czech Tourism. - My, Czesi, zakochaliśmy się w Polsce, a Polacy są u nas niezwykle mile widziani i do-



FOT. LIBOR SVÁČEK\_VYDAVATELSTVÍ MCU Pařak Litomyšl.

ceniani. Coraz więcej atrakcji, zabytków oraz punktów usługowych oferuje informacje w języku polskim.

Mimo to wciąż znamy się za mało! Statystycznie sąsiednie kraje Europy Zachodniej odwiedzają się nawzajem 5-10 razy częściej niż Polacy i Czesi - to zaskakujące. Jeśli podzielimy liczbę noclegów przez liczbę mieszkańców danego kraju, Polacy plasują się dopiero na 13. miejscu pod względem prawdopodobieństwa pobytu w Czechach. Karlowe Wary czy Pilzno to wciąż niemal nieodkryte kierunki dla polskich turystów.

- Chcemy to zmienić! Serdecznie zapraszamy do odwiedzenia Czech - a na początek na polską wersję [visitczechia.com](http://visitczechia.com), gdzie znajdziecie szczegółowe informacje o trasach marzeń i miesięczny Anofajny newsletter - dodaje **Zukał**. (na)



Michael Schumacher mistrz Formuły 1



Janusz Gajos aktor, profesor sztuki teatralnej



Piotr Machalica aktor



Jan Machulski aktor



Zbigniew Wodecki muzyk



Małgorzata Foremniak aktorka



Krzysztof Zanussi reżyser i scenarzysta filmowy



Zbigniew Hołdys muzyk



Książd Tadeusz Isakowicz-Zaleski



Kazimierz Górski trener legenda



Zbigniew Zamachowski aktor



U2

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

## Podziemne laboratorium SS (2)

## Karkonoski epizod hitlerowskiej broni jądrowej?

Heinrich Himmler i jego SS dość późno włączyli się do gry, której stawką była broń jądrowa dla Trzeciej Rzeszy. Ale szybko uzyskali jeśli nie przewagę, to przynajmniej znaczącą pozycję wśród zespołów pracujących nad „brunatną” bombą. Ślady prac uczonych w mundurach SS prowadzą także w polskie dziś Karkonosze, pod Śnieżkę.

LESZEK ADAMCZEWSKI

SENSACJE  
Z  
PRZESZŁOŚCI

„Ślady prowadzą między innymi do Schmiedeburgu na Dolnym Śląsku, gdzie w sztolniach przygotowywano obiekt do prac związanych z doświadczeniami jądrowymi” – czytamy w wydanej w 2005 roku (w Polsce w roku następnym) książce Rainera Karlscha „Atomowa bomba Hitlera”.

Dawny Schmiedeberg to dzisiaj Kowary koło Jeleniej Góry, gdzie przez długie lata powojenne funkcjonowały supertajne Zakłady Przemysłowe R-1, które w Sudetach eksploatowały rudę uranu na potrzeby Związku Radzieckiego.

W ujawnionych pod koniec XX wieku spisach tajnych obiektów przemysłowych Trzeciej Rzeszy pojawia się obiekt ukryty pod kryptonimem „Sylvinit”, który miał znajdować się właśnie w Schmiedeburgu. Lowcy tajemnic wojennych wskazują, że może tu chodzić o hitlerowski zakład zbrojeniowy, zlokalizowany na zachodnich peryferiach dzisiejszych Kowar, na osiedlu zwanym Krzaczyń.

Nie przesądzając tej sprawy, warto jednak zwrócić uwagę, że kryptonim „Sylvinit” przypisano do Schmiedeburgu, gdy tymczasem podczas wojny Krzaczyńa była samodzielną miejscowością. Nazywała się Buschverwerk i ją by w owym spisie tajnych obiektów odnotowali pedantyczni Niemcy, być

może z dodatkiem „bei [koło] Schmiedeburg”.

Wyberzmy się zatem do Kowar-Krzaczyń, by szukać tam śladów podziemnego laboratorium SS. Ktoś może powiedzieć, że to daremny trud, że ta hipoteza to najczystszej wody fantazja, a jednak...

Oto rozkładówka tygodnika „Nowiny Jeleniogórskie” z 21 września 1967 roku. Zamieszczono tam obszerny artykuł Henryka Szymczaka, który szczegółowo opisał pobyt w Kowarach-Krzaczyńie dziennikarza z Luksemburga Ewy Friedricha. Po dwudziestu dwóch latach Friedrich wrócił do miejsca, gdzie wraz z żoną, matką i małym synkiem spędził prawie półtora roku wojennej zsyłki.

Do Buschverwerku trafił on z najbliższymi oraz grupą Luksemburczyków 22 grudnia 1943 roku. Skierowano go do pracy w rozbudowywanych zakładach zbrojeniowych „Wilhelm Schmidding”, które wcześniej były filią kowarskiej przędzalni. Ze względu na bardzo dobrą znajomość języka niemieckiego, Friedricha zatrudniono jako tłumacza dla grupy przymusowych robotników francuskich, belgijskich i luksemburskich. Na pracę więc specjalnie nie narzekał. Jak napisał Szymczak, wypełniał jakieś druki, prowadził ewidencję i wykonywał inne prace zlecane doraźnie przez administrację zakładów.

„Fabryka w Krzaczyńie – czytamy w jeleniogórskim tygodniku z 1967 roku słowa Ewy Friedricha – była ośrodkiem rozbudowywanym, a jed-

nocześnie pełnym tajemnic – obszarów, do których wejście było zakazane pod karą śmierci. Wznoszone na pozór zwykłe hale produkcyjne nie mówiły o niczym, ale odizolowany obóz jeńców rosyjskich, a także tajemnicze transporty szczelnie zapakowanych samochodów i wreszcie głuche detonacje mówiły o czymś więcej...

Zakłady „Wilhelm Schmidding” nie zostały rozbudowane z myślą o wykorzystaniu ich w niemieckim programie uranowym. To były typowe zakłady przemysłu zbrojeniowego, które podczas swej kilkuletniej działalności podczas wojny zmieniły profil produkcji. Wiele wskazuje, że na początku zajmowały się demontażem uszkodzonych samolotów i regeneracją odzyskanych w ten sposób części, w tym silników. W Buschverwerku najprawdopodobniej produkowano także części łącznie z silnikami do zdalnie sterowanych pocisków rakietowych Henschel 293 i jego zmodyfikowanej wersji oznaczonej literą D. Te ostatnie pociski, sterowane przez telewizję, były szczytowym osiągnięciem niemieckiej nauki i przemysłu i znacznie wyprzedzały swój czas.

Dopiero w 1944 roku, a więc w ostatniej fazie wojny, w zbczu przylegającego do zakładów „Wilhelm Schmidding” wzgórze więźniowie filii obozu koncentracyjnego Gross-Rosen w Landeshut (Kamiennej Górze) wykuli sztolnię. Z leżącej po wschodniej stronie Przełęczy Kowarskiej Kamiennej Góry więźniów codziennie do Krzaczyń przywoził i odwoził specjalny pociąg.

Jeśli wierzyć Ewy Friedrichowi, budowę podziemnej części zakładów w Buschverwerku ukończono i – jak powiedział on Henrykowi Szymczakowi – w sztolniach urządzono tajne laboratoria do przero-



Na terenie dawnych zakładów „Wilhelm Schmidding” w Kowarach-Krzaczyńie zachowały się różne dziwne obiekty, jak tajemniczy basen (na zdjęciu), czy hamownia.

bu rudy uranu. Czyżby trafiła tam jedna z ultrawirówek z Kandern?

– Do tej części fabryki – mówił Friedrich – obowiązywał surowy zakaz wejścia. Nie znaleźliśmy więc dokładnego przeznaczenia tuneli. Ale w Krzaczyńie pojawiała się coraz więcej inżynierów, którym – upoważniony przez dyrekcję – musiałem szukać mieszkań w domach okolicznych wsi. Kadra ta, zachowująca się niezwykle tajemniczo, podlegała jakiemuś instytutowi we Frankfurcie nad Menem. W podziemnych tunelach dokonywali oni prób. Często słychać było wybuchy.

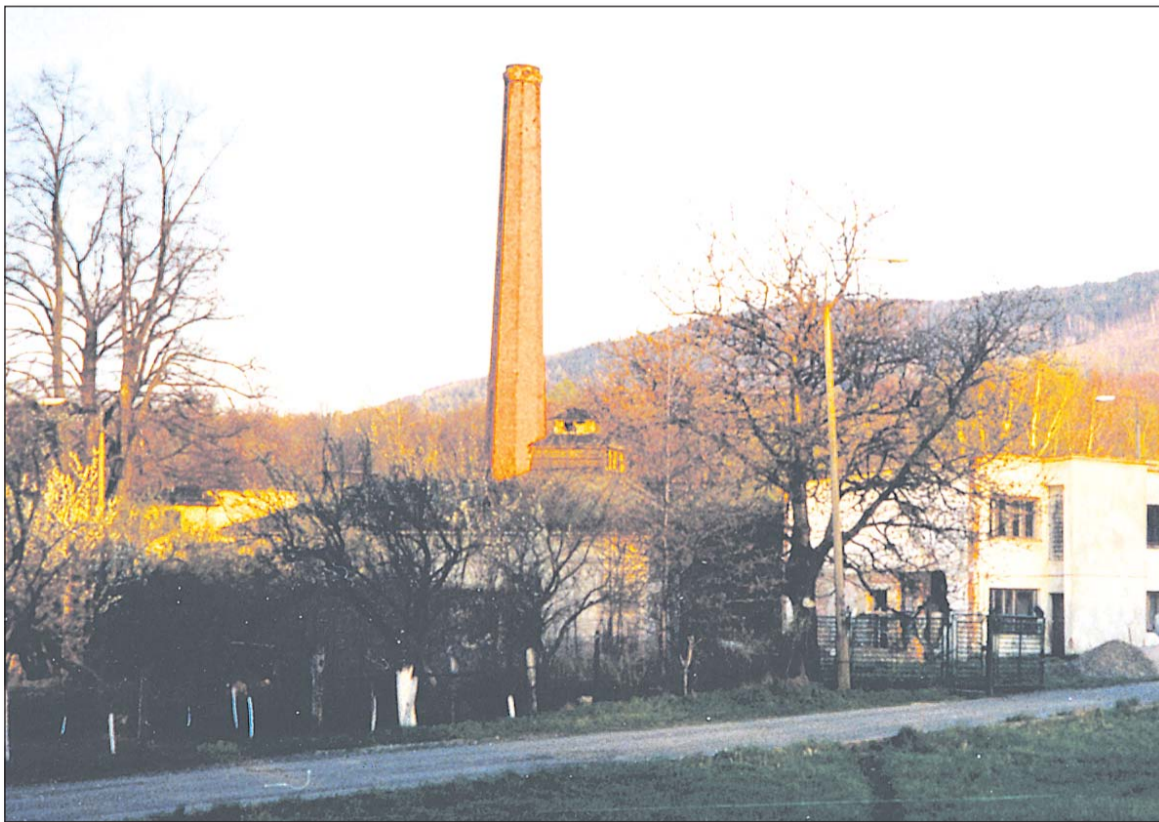
A więc bingo? Nie, to tylko hipoteza, że jeden z tajnych obiektów, gdzie naukowcy pracujący dla SS przygotowywali się lub wręcz już prowadzili doświadczenia jądrowe, znajdował się w Buschverwerku koło Schmiedeburgu. Dziś nie da się bowiem zweryfikować słów Ewy Friedricha z 1967 roku.

8 maja 1945 roku uciekający stąd Niemcy wysadzili w powietrze część podziemi krzaczyńskich. Tak w każdym razie w 1974 roku wspominała na łamach tych samych „Nowin Jeleniogórskich” pochodząca z wielkopolskiego Jarocina Maria Sopałowicz, robotnica przymusowa pracująca w leżącym niedaleko Krzaczyńy Karpaczu (wtedy Krummhübel). Ewy Friedrich – dodajmy – mówił tylko, że pozostawione przez Niemców podziemia intrygowały co dopiero uwolnio-

nych robotników przymusowych, którzy jednocześnie i chcieli odkryć ich tajemnicę, i się bali, że sztolnie mogą być zaminowane. Ponoć nie zaryzykowali wyprawy w głąb podziemi.

Dzisiaj w Kowarach-Krzaczyńie żadnych podziemi się nie znajduje. Zawalili je sami Polacy w latach 50. minionego wieku, pod grubą warstwą skal i ziemi grzebiąc tajemnicę – być może – karkonoskiego ośrodka hitlerowskiej broni atomowej.

Schmiedeberg z pobliskim Buschverwerkiem miały nad innymi miejscowościami niemieckimi, gdzie pracowano nad bombą atomową, jedną przewagę. Długo były poza zasięgiem lotnictwa bombowego aliantów, a gdy stało się to możliwe, alianci aż do końca wojny oszczędzali region Sudetów. Byłoby dziwne, gdyby w Berlinie na ten fakt nie zwrócili uwagi ci, których zadaniem było wyszukiwanie miejsc, gdzie uczeni mogliby spokojnie pracować nad bombą atomową. Autostrada z Berlina do Wrocławia i dalej w kierunku Górnego Śląska z dobrą siecią niezłych dróg lokalnych i zelektryfikowanych linii kolejowych (leżący niedaleko Krzaczyńy Karpacz miał bezpośrednie połączenia kolejowe z Berlinem) dawały możliwości szybkiego przemieszczania się, co szczególnie ważne było dla tych naukowców, którzy nadzorowali prace w różnych miejscach Rzeszy.



FOT. (2X) – LESZEK ADAMCZEWSKI

Widok na zabudowania dawnej niemieckiej fabryki zbrojeniowej w Kowarach-Krzaczyńie. W jej bezpośrednim sąsiedztwie mają znajdować się zawalone sztolnie

# Nowa marka w Pol-Carze

Przedsiębiorstwo Motoryzacyjne POL-CAR to firma z wieloletnią tradycją. To jeden z największych sprzedawców samochodów osobowych w kraju, wyróżniany za profesjonalizm, jakość obsługi i wyniki sprzedaży samochodów serią prestiżowych tytułów i nagród. To autoryzowany dealer marki SEAT, CUPRA, KIA, Fiat, Jeep, Alfa Romeo, Fiat Professional, IVECO. A od niedawna... samochodów Leapmotor.



**G**łówna siedziba Pol-Caru mieści się w Poznaniu przy ul. Gorzysława 9, firma ma także salon w Ostrowie Wielkopolskim (auta używane) oraz w Suchym Lesie przy ul. Obornickiej 150, gdzie znajduje się salon i serwis Seata oraz Cupry, a tuż obok spory plac na ponad 60 samochodów, gdzie znaleźć można interesujące używane auta. Samochody marki Leapmotor „zaparkowały” w salonie przy ul. Gorzysława 9 w Poznaniu.

- Jesteśmy dealerem koncernu motoryzacyjnego Stellantis powstałego kilka lat temu z połączenia Fiat Chrysler Automobiles i Grupy PSA – mówi **Maciej Garstecki, prezes Pol-Caru** – i firma ta wprowadza na rynek europejski samochody Leapmotor jako kolejną swoją markę. Co to za marka? Młoda, bo istnieje od 2015 roku, ale oferująca najwyższą jakość i technologię. Mamy na razie w ofercie dwa modele, ale są to w stu procentach innowacyjne autorskie rozwiązania konstruktorów Leapmotor. Mają swoje płyty podłogowe i inteligentną architekturę. To nie są „kalki” jakiś innych modeli, czy „składaki” z innych aut – tylko przemyślane produkty łączące przystępność cenową z ekologicznymi rozwiązaniami. Model C10 szczył się także 5-gwiazdkowym wynikiem jaki uzyskał w testach bezpieczeństwa EuroNCAP przeprowadzonych w grudniu. Moim zdaniem ta marka sporo namiesza, w pozytywnym tego słowa znaczeniu, na polskim rynku motoryzacyjnym. Acha, jeszcze jeden atut, o którym warto wspomnieć – model T03 składany jest w Polsce w fabryce Fiata w Tychach.

Fakt, z zainteresowaniem obejrzałem te auta – na jazdy próbne przyjdzie jeszcze czas – i... coś w nich rzeczywiście jest. Są to samochody elektryczne, ten mniejszy (T03) idealnie nadaje się do miasta, przypomina trochę Mini albo Smarta. Ten większy (C10) to średniej wielkości elektryczny SUV. Samochód ten od połowy tego roku będzie oferowany także z silnikiem spalinowym, który jednak nie będzie służył do napędu tylko do ładowania akumulatorów. Oznacza to, że auto będzie miało zasięg jak hybryda.

Lista wyposażenia podstawowego tych samochodów jest imponująca i dotyczy to także tego auta ma-

tego, miejskiego. Model T03 ma akumulator o pojemności 37,3 kWh, moc 95 KM i kosztuje 84.900 zł, co oznacza, że przy obowiązkujących obecnie rządowych dopłatach jest to bardzo, ale to bardzo, atrakcyjna oferta, bo wyniesie ona 54.900 zł. Samochód oferowany jest w trzech wersjach wyposażenia, ma 15-calowe felgi aluminiowe, tapicerkę materiałową (elegancką, która nie przypomina „firanek w cioci”), siedzenia kubełkowe, 5 drzwi. To auto mierzy 3620 mm długości, 1652 mm szerokości i 1577 mm wysokości, rozpędza się maksymalnie do 130 km/h, pojemność bagażnika wynosi 210 litrów (po złożeniu tylnych siedzeń po dach - 880 litrów), zasięg w cyklu mieszanym to 265 kilometrów.

Model C10 ma akumulator o pojemności 69,9 kWh, moc 218 KM i kosztuje 163.200 zł. W tym przypadku także można liczyć na atrakcyjne dopłaty rządowe i wtedy ta cena spada do 133.200 złotych. Auto oferowane jest w 5 kolorach nadwozia, 2 kolorach wnętrza, 2 wzorach felg aluminiowych 18 lub 20-calowych. Wyposażenie nawet w wersji podstawowej jest imponujące, samochód mierzy 4739 mm długości, 1900 mm szerokości i 1680 mm wysokości, osiąga prędkość maksymalną 180 km/h, do setki przyspiesza w 7,5 sekundy, pojemność bagażnika wynosi 435 litrów (po złożeniu tylnych siedzeń pod dach – 1410 li-

trów), zasięg w cyklu mieszanym to 424 kilometry.

- Model T03 – dodaje **Maciej Garstecki, prezes Pol-Caru** – objęty jest 3-letnią gwarancją z limitem do 100.000 kilometrów, a C10 – 4-letnią gwarancją z limitem do 100.000 kilometrów. Akumulatory w obu modelach mają gwarancję na 8 lat lub 160.000 kilometrów. T03 jest obecnie najtańszym samochodem elektrycznym na rynku i moim zdaniem to bardzo dobra alternatywa dla miejskich aut spalinowych.

### JAK ZA DARMO

No to na koniec jeszcze dopowiem, że przykładowe rozwiązania finansowe pozwalają na użytkowanie modelu T03 w abonamencie dla firm (jednoosobowa działalność gospodarcza) z miesięczną ratą na poziomie nawet 99 zł netto. Model C10 w tym samym abonamencie może wiązać się z miesięcznym kosztem 890 zł netto. Szczegółowe informacje na temat warunków dostępnych form finansowania znaleźć można na stronie producenta oraz w oficjalnych cennikach. Szczegóły dotyczące zamówień i jazd testowych uzyskają Państwo natomiast w jednym



salonie w Poznaniu, mieszczącym się przy ul. Gorzysława 9.

Czy auto elektryczne to dobry pomysł? Do miasta na pewno tak. Jak ktoś dużo jeździ i dużo parkuje w strefie płatnego parkowania, to wie o czym mówię. Auta elektryczne parkują w strefie za darmo i mogą korzystać z bus pasów. Mój znajomy podliczył, że miesięcznie za parkowanie w strefie wydaje kilkaset złotych i już pobiegł dowiedzieć się, kiedy będzie mógł się przesiąść do auta Leapmotor model T03, który – jak pisałem – może kosztować 99 złotych miesięcznie...

**TOMASZ MAŃKOWSKI**



Wnętrze modelu C10

# Lewandowski i Szczęsny testują samochody CUPRA

Drużyna FC Barcelony, w tym Robert Lewandowski, Wojciech Szczęsny oraz trener Hansi Flick, mieli okazję przetestować całą gamę modeli CUPRA. Wśród ulubionych modeli piłkarzy znalazły się nowa CUPRA Terramar, CUPRA Tavascan oraz CUPRA Formentor. Podczas testów Polacy postawili na CUPRĘ Terramar VZ e-HYBRID.



**P**iłkarze FC Barcelona wypróbowali swoje nowe modele CUPRA podczas emocjonujących testów na legendarnym torze Terramar. Zarówno zawodnicy, jak i sztab szkoleniowy mieli okazję poznać całą gamę samochodów CUPRA. Każdy z piłkarzy mógł wybrać swój ulubiony model i dostosować go do własnych preferencji.

Tor Terramar, gdzie w 2018 roku narodziła się marka CUPRA, gościł trenera FC Barcelona Hansiego Flicka oraz 22 zawodników, w tym ambasadora marki CUPRA Marca ter Stegena. W wydarzeniu wzięli udział kapitanowie drużyny: Ronald Araújo, Frenkie de Jong, Raphinha i Pedri, a także młode talenty nowego pokolenia, takie jak Gavi, Alejandro Balde, Fermín López i Marc Casadó. Nie zabrakło również polskich gwiazd – Wojciecha Szczęsnego i Roberta Lewandowskiego.

Piłkarze FC Barcelona mieli okazję z bliska poznać markę CUPRA, personalizując swoje nowe samochody. Następnie zasiedli za kierownicą, aby doświadczyć emocji związanych z jazdą CUPRĄ, testując moc i osiągi modeli spalinowych, hybryd plug-in oraz w pełni elektrycznych w sportowych wersjach VZ na torze Terramar. Test obejmował próby przyspieszenia, jazdę po nachyleniach toru oraz sprawdzanie zwinności samochodów na torze slalomowym.

Każdy z zawodników spersonalizował samochód, wybierając spośród różnych modeli i wersji oraz dostosowując detale, takie jak kolory nadwozia, felgi, wykończenie wnętrza czy dodatkowe wyposażenie. Wśród najpopularniejszych wyborów znalazły się CUPRA Formentor, nowy CUPRA Terramar oraz pierwszy w pełni elektryczny SUV coupe marki – CUPRA Tavascan.

Robert Lewandowski i Wojciech Szczęsny zgodnie wybrali model



CUPRA Terramar VZ eHYBRID, gwarantujący sportowe emocje i nietuzinkowy design z mocnym napedem hybrydowym.

CUPRA niedawno przedłużyła swoją współpracę z FC Barcelona do 2029 roku, rozszerzając sponsoring na wszystkie profesjonalne drużyny sportowe klubu jako Oficjalny Partner Motoryzacyjny i Mobilności oraz Oficjalny Samochód.

Po spersonalizowaniu samochodów CUPRA w ciągu najbliższych tygodni dostarczy zawodnikom FC Barcelona wybrane przez nich modele. **(nik)**



NOWOŚĆ

# Samochody UŻYWANE

NOWY PLAC! NOWA LOKALIZACJA!

## Bezpieczny Zakup Auta.



Skorzystaj z programów dostępnych w POL-CAR Suchy Las:

### SEAT CERTYFIKOWANE UŻYWANE

SEAT Certyfikowane używane to program odkupu i sprzedaży osobowych samochodów używanych. Celem tej usługi jest ułatwienie sprzedaży oraz zakupu najlepszych, sprawdzonych pojazdów.

### CUPRA APPROVED

Celem programu jest sprzedaż najlepszych samochodów używanych, których historia, przebieg i stan techniczny zostały szczegółowo sprawdzone w rygorystycznym, 117-etapowym teście kontrolnym.

### POL-CAR UŻYWANE

Samochody ze sprawdzoną historią, przebiegiem i stanem technicznym. Każdy z samochodów, które znajdują się na naszym placu, przechodzi szczegółową kontrolę, abyś nie musiał martwić się o stan auta.



## POL-CAR



Zadzwoń  
61 87 32 284

Suchy Las : Obornicka 150



Odwiedź naszą stronę  
[www.uzywane.pol-car.pl](http://www.uzywane.pol-car.pl)