

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



Nagroda
Stowarzyszenia
Dziennikarzy
RP
Dziennikarskie
Koziołki 2007



FELIETON
– TAK MYŚLĘ

Tomasz Mańkowski

**Jak kraść
to
miliony...**

strona 4

BYŁO W TTW

**ADAM
GIEREK,
syn
Edwarda
Gierka**

strona 5

SAMORZĄD

**Jest kasa
do wzięcia**

strona 7

**WARTO
WIEDZIEĆ**

**Facet z...
botoksem**

strona 9

POZNAŃ

**Odkrywcza
podróż
w przeszłość**

strona 7

**Bez
marihuany
można
się obyć**

strona 13

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

Rok XXII Numer 5-6 (550-551) 26 marca 2025 ISSN 1734-5294 www.twojtydzien.pl e-mail: twoj-tydzien@wp.pl GAZETA BEZPŁATNA



Palmiarnia Poznańska - czas na przebudowę



strona 3 i 6



CIEKAWOSTKI KOSMETYCZNE



DERMEDIC przeciw starzeniu włosów

Mamy dla naszych Czytelników trzy zestawy CAPILARTE marki DERMEDIC, które zawierają: szampon (nowość antiageing) oraz serum kuracja stymulująca wzrost włosów. Prosimy o jak najszybsze przysłanie maila na adres nagrody.twoj.tydzien@wp.pl z hasłem Capilarte i odpowiedzią na pytanie: jak się nazywa opatentowany kompleks, który znaleźć można w serii DERMEDIC Capilarte.

Procesy starzenia, stres oksydacyjny oraz czynniki środowiskowe negatywnie wpływają na kondycję skóry głowy i włosów. W odpowiedzi na te wyzwania opracowano zestaw dermokosmetyków DERMEDIC CAPILARTE, obejmujący nowość szampon anti-ageing oraz serum stymulujące wzrost włosów. Oba preparaty

bazują na wodzie termalnej i zawierają opatentowany kompleks PILOTANTUM™. Ich synergiczne działanie pozwoli na utrzymanie skóry głowy i włosów w doskonałej kondycji.

DERMEDIC CAPILARTE Szampon anti-ageing (300 ml, ok. 46 zł) polecany jest dla poprawy struktury i ochrony włosów. Systematyczne stosowanie szamponu pozwala na znaczącą poprawę struktury łodygi włosa. Formuła opóźnia procesy starzenia mieszków włosowych, zmniejsza skutki stresu oksydacyjnego i ogranicza proces siwienia. Pomagają w tym takie składniki jak kofeina, ekstrakt z komórek macierzystych jabłka, ekstrakt z bazylii i owoców amli. Efektem jest dłuższe utrzymanie naturalnej pigmentacji oraz zwiększenie stosunku włosów ciemnych do jasnych.

DERMEDIC CAPILARTE Serum-kuracja stymulująca wzrost włosów (150 ml, 49 zł) to intensywna kuracja wzmacniająca, która zapewnia terapię regeneracyjną odżywiając komórki mieszków włosowych oraz wydłużając anagenową fazę cyklu wzrostu włosa. Zawiera Pilotantum, Procapil, kofeinę, sok z brzozy, d-panthenol i glicerynę. Preparat poprawia mikrokrążenie skóry głowy, co sprzyja zwiększeniu gęstości włosów oraz redukcji ich wypadania.



Na skórę głowy



Żelowa wcierka Ozon Grow od Anwen (39,99 zł/150 ml) to kuracja do skóry głowy, która wzmacnia cebulki i pobudza wzrost włosów. Ozonowana oliwa z oliwek ma właściwości przeciwgrzybicze i antibakteryjne, regeneruje, koi, wygładza i nawilża skórę, a Kompleks biologicznych ekstraktów: z kozieradki, czarnej rzepy, czerwonej cebuli oraz z żeń-szenia oraz hydrolizowane białko sojowe i witaminy z grupy B (w tym Biotyna) - ograniczają wypadanie włosów oraz pobudzają je do wzrostu. Do tego Niacynamid i Cynk PCA - regulują wydzielanie sebum, działają przeciwzapalnie i przeciwstarzeniowo, Kwas hialuronowy, Alginian i glukoza - nawilżają i uelastyczniają, a Pantenol - łagodzi podrażnienia. Aminokwasy: Ornityna, Arginina, Cytrulina, Glukozamina i eteryczny olejek miętowy działają stymulująco na cebulki włosów i pobudzają mikrokrążenie skóry głowy, co poprawia dotlenienie mieszków włosowych.

Dodają blasku



Primery Here Comes The Shine od Anwen pomogą utrzymać włosy w doskonałej kondycji. **Nabłyszczający primer do włosów wysokoporowatych Anwen** to rozwiązanie dla suchych, matowych włosów, które często się puszą. Naturalne humektanty: inulina, hydrolizowana skrobia kukurydziana i wyciąg z korzenia buraka zwyczajnego zatrzymują nawilżenie wewnątrz włosa. Ceramidy wzmacniają strukturę włosa zapobiegając łamaniu. Oleje makowy, z krokosza i nasion bawełny wygładzają. **Primer do włosów średnioporowatych Anwen** działa podobnie. Oleje makadamia, rycynowy i awokado nawilżają i regenerują włosy, zapobiegając puszeniu się i łamaniu. Niewielką ilość primera rozprowadź na dłoniach, a następnie na suchych włosach. Pozostaw na minimum 10 minut, a potem wmasuj dowolną odżywkę we włosy, spłucz całość i dopiero wtedy użyj szamponu. Cena: 34,99 zł/ 100 ml.

Dla odmłodzenia

Przeciwzmarszczkowa gama kosmetyków **LIFT PRO-COLLAGENE** to nowość marki **Yves Rocher**. Od ponad 65 lat Yves Rocher czerpie inspirację z natury, aby dostarczać kosmetyki, które swoją skuteczność zawdzięczają składnikom pochodzenia naturalnego. 12 lat badań doprowadziło do odkrycia niezwyklej właściwości Ice Plant, czyli Przypołudnika Kryształkowego — kluczowego składnika serii **Lift Pro-Collagene**. Roślina Życia, jak często nazywany jest ten składnik, od 2008 roku jest uprawiana na własnych polach marki we francuskiej wiosce La Gacilly, a swoje właściwości przeciwzmarszczkowe zachowuje dzięki procesom ekstrakcji na zimno w temperaturze -70 °C. Przypołudnik Kryształkowy stymuluje naturalną produkcję kwasu hialuronowego i kolagenu w skórze. To sprawia, że jest kluczowym składnikiem wzmacniającym mechanizmy młodości skóry. Dwa dodatkowe składniki aktywne to kolagen roślinny (stymuluje syntezę elastyny) i kwas hialuronowy pochodzenia naturalnego o wysokiej masie cząsteczkowej - tworzy na powierzchni skóry niewidzialną powłokę, co zatrzymuje w niej więcej wody i natychmiast ją wygładza. **Liftingujące serum przeciwzmarszczkowe** (189 zł/30 ml) zawiera wysokie, bo aż 4% stężenie przypołudnika kryształowego, a do tego kolagen botaniczny i kwas hialuronowy pochodzenia naturalnego. Dzięki właściwościom tych składników skutecznie spłyca zmarszczki i poprawia jędrność skóry. Serum ma przyjemną konsystencję i błyskawicznie się wchłania. **Przeciwzmarszczkowy krem niwelujący worki pod oczami** (139 zł/14 ml) zawiera także kofeinę i wyciąg z kasztanowca. Dzięki temu redukuje zmarszczki i drobne linie, zmniejsza opuchliznę i rozjaśnia cienie. Jest też **Krem ujędrniający na dzień** (169 zł/50 ml) i **Krem intensywnie przeciwzmarszczkowy Lift Pro-Collagene Yves Rocher** (209 zł/75 ml).



Spektakularne efekty

AA Technologia Wieku 5 Repair to program zaawansowanej pielęgnacji skóry dojrzałej o potwierdzonej skuteczności przeciwzmarszczkowej. **AA Technologia Wieku 60+ Serum liftingujące-ujędrniające** (30 ml, 35,99 zł) zapewnia silne ujędrnienie i lifting, rozświetlenie i blask, modelowanie konturu, wygładzenie i nawilżenie oraz poprawę sprężystości. Kompleks Golden Glow to rewitalizujące właściwości ekstraktów kwiatowych oraz bioceramidu. Dodają skórze blasku i zapewniają efekt wygładzenia. **Złoto 24 K** - pobudza dojrzałą skórę do regeneracji, poprawiając jej elastyczność i zmniejszając widoczność zmarszczek. Heksapeptyd skutecznie wygładza zmarszczki mimiczne i zapobiega powstawaniu nowych, a Aminokwasy zwiększają nawilżenie, wspomagają procesy regeneracyjne i poprawiają gęstość skóry.



Maska dla ukojenia



AA LAAB Centella B12 to zaawansowany program pielęgnacyjny nowej generacji dla skóry z uszkodzoną barierą hydrolipidową: odwodnionej, suchej oraz podatnej na podrażnienia (swędzenie, zaczerwienienie, pieczenie). Poprawia kondycję skóry i dba o jej wrażliwość. **Maska hydrożelowa AA LAAB Centella B12** (1 szt. 16,99 zł) zapewni intensywne nawilżenie i odżywienie. Po użyciu skóra będzie aksamitnie gładka oraz miękka w dotyku. Receptura maski wykorzystuje synergiczne działanie wądrotki azjatyckiej i witaminy B12. Moc kompleksu 100% Centella B12 wzmacnia kwas hialuronowy, który wiążąc wodę w naskórku zapobiega powstawaniu zmarszczek. Produkt przebadany klinicznie. W pełni wegańska receptura. Dopasuj maskę wokół oczu, na czole i policzkach, wokół ust. Wyciśnij z opakowania resztę esencji i wmasuj ją w szyję i dekolt.

Komfort dla ust

AA LAAB CENTELLA B12 to pielęgnacyjna maska nowej generacji, idealna do ust spierzchniętych, suchych, podatnych na podrażnienia. Nie trzeba wybierać między skutecznością a bezpieczeństwem. **AA LAAB maska do ust Puddin' formula Recovery & Moisture** (15 g 29,99 zł) gwarantuje przyjemność stosowania i maksymalny efekt. Nowoczesna puddin' formula z wądrotką azjatycką i witaminą B12 daje naturalny połysk, komfort, ukojenie podrażnień i uczucia spierzchnięcia, ochronę przed szkodliwymi czynnikami. Przekręć dolną, ruchomą część opakowania, aby wydobyć produkt (przed pierwszym użyciem przekręć ok. 7-10 razy). Stosuj w ciągu dnia lub jako pielęgnacyjną kurację na noc.



Naturalne nowości z SEPHORY



Marka **YEPODA** łączy koreańską wiedzę o pielęgnacji skóry z ekologicznymi rozwiązaniami. Produkty zawierają najlepsze naturalne, wegańskie i aktywne składniki. **The Depuff Eyespresso** to wygładzające **planki pod oczy** (60 x 90g, 119 zł). Te luksusowe planki z kofeiną, zieloną herbatą, aloesem i nagietkiem redukują opuchliznę i kurze łapki, nawilżając i kojąc delikatną skórę wokół oczu, co odświeża spojrzenie w kilka minut. Biodegradowalne planki z alg i naturalnej gumy zamknięte są w szklanym słoiczku. 60 planków to 2,5 miesiąca stosowania trzy razy w tygodniu. Produkt Clean Beauty: wolny

od silikonów - parabenów - PEG - mikroplastiku - olejów mineralnych - formaldehydu - sztucznych barwników - siarczanów - wysuszającego alkoholu. Testowany dermatologicznie i zatwierdzony dla wszystkich rodzajów skóry, w tym wrażliwej.

BEAUTY OF JOSEON to marka, która łączy Hanbang (tradycyjną koreańską medycynę roślinną) ze skutecznymi, modnymi składnikami, które skórę czynią zdrowszą i bardziej promienną. **Relief Sun Aqua-Fresh: Rice + B5 SPF50+** (50 ml, 85 zł) powstał dla lekkiego, świetlistego wykończenia bez utraty ochrony przeciwsłonecznej. Nawilżający i odświeżający krem chroni skórę przed szkodliwym promieniowaniem UV. Szybkie wchłanianie, świetliste wykończenie. Zawiera wodę z nasion ryżu (30%) bogatą w witaminy, minerały i antyoksydanty, które pomagają przywrócić naturalne zdrowie skóry, pozostawiając ją czystą i promienną.

Pantenol (witamina B5), znany z właściwości nawilżających i kojących, pomaga wzmocnić barierę nawilżającą skórę. To idealny balans między nawilżeniem i ochroną.

CHAMPO to wielokrotnie nagradzana marka kosmetyków do pielęgnacji włosów, która łączy starożytną ajurwedyjską mądrość z najnowocześniejszą wiedzą naukową na temat włosów. Jako pionier w dziedzinie gęstości i wzrostu włosów, tworzy skuteczne formuły oparte na naturalnych składnikach aktywnych, aby uzyskać gęstsze, pełniejsze i zdrowiej wyglądające włosy. Ciesz się pełniejszymi, grubszymi i mocniejszymi włosami dzięki temu delikatnemu **szamponowi zwiększającemu objętość do włosów cienkich Pitta volumising Shampoo** (260 ml, 119 zł) oraz **odżywcze zwiększającej objętość do włosów cienkich Pitta volumising Conditioner CHAMPO** (260 ml, 129 zł). Cienkie włosy mogą być podatne na przerzedzenie lub wypadanie. Trichologiczna formuła wzmacnia włosy i chroni je przed łamaniem. Produkty odpowiednie są do włosów farbowanych i poddanych zabiegom. Nie zawierają SLS i silikonów.



Palmiarnia Poznańska - czas na przebudowę

Unikatowy w skali kraju i Europy zbiór roślin w Palmiarni Poznańskiej od lat przyciąga wielu zwiedzających. Obiekt wymaga jednak przebudowy ze względu na zły stan techniczny. Poznań stara się o dofinansowanie tych prac, a spółka Poznańskie Inwestycje Miejskie ogłosiła przetarg na inżyniera kontraktu dla tego zadania.

- Obecnie trwają prace nad dokumentacją projektową wraz z uzyskaniem niezbędnych decyzji, w tym pozwolenia na budowę. Celem inwestycji jest zachowanie wyjątkowej kolekcji roślin i poprawa komfortu zwiedzania Palmiarni Poznańskiej. Projekt zakłada między innymi wymianę oszkleńcia fasad i poszycia dachów pawilonów w nowoczesnej technologii, a także przebudowę akwarium, kawiarni, budynku administracyjnego i zaplecza. Prace zostaną podzielone na etapy - zapowiada **Justyna Litka**, prezes spółki Poznańskie Inwestycje Miejskie.

Miasto Poznań stara się obecnie o pożyczkę na inwestycję w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO). Gdy pieniądze zostaną zabezpieczone, ogłoszony zostanie przetarg na wykonanie prac budowlanych.

ZIELONY ZABYTEK

Palmiarnia Poznańska jest niezwykle cennym obiektem, który zasługuje na odpowiednią troskę. To

zabytek istniejący od 1911 roku. Po wojennych zniszczeniach udało się podtrzymać kolekcję dzięki ofiarności prywatnych właścicieli. Obecnie liczy ona 1100 gatunków roślin egzotycznych zebranych w 10 pawilonach odpowiadającym różnym strefom klimatycznym świata. Wśród nich są okazy, które w naturalnych siedliskach są narażone na wyginiecie.

Najdłużej rosnącej w palmiarni jest posadzona w latach międzywojennych oliwka europejska, przetrwała II wojnę światową. Najstarszym w kolekcji, liczącym około 400 lat okazem jest sagowiec australijski. Bardzo cenna jest też wiktoria królewska - największa w Polsce pływająca roślina z liśćmi o średnicy 2 metrów, mogącymi unieść nawet kilkadziesiąt kilogramów.

Ponadto palmiarnia ma od 15 lat status Ogrodu Botanicznego, co pozwala na wykorzystywanie kolekcji nie tylko do celów wystawienniczych, ale także naukowych i dy-



daktycznych. Powierzchnia obiektu to blisko 5,5 tys. metrów kwadratowych. Palmiarnia stanowi także dziedzictwo kulturowe, wpisane w zabytkowy układ urbanistyczny Łazarza - wraz z parkiem Wilsona jest w rejestrze zabytków. Z tego względu rozwiązania w zakresie obszaru zabudowy, konstrukcji i elewacji, a także zagospodarowania terenu, konsultowane są z biurem Miejskiego Konserwatora Zabytków.

CZAS NA PRZEBUDOWĘ

Na przestrzeni lat palmiarnia była rozbudowywana i modernizowa-

na, ale ostatni gruntowny remont zrealizowano w latach 1982-1992. Po ponad trzydziestu latach przebudowa jest już konieczna - stan techniczny obiektów uległ ponownej degradacji. Modernizacja pozwoli zachować istniejące, unikatowe i trudno odnawialne ekosystemy roślinne.

Przewidziane jest dostosowanie palmiarni do obecnie funkcjonujących przepisów oraz technologii i standardów stosowanych w podobnych tego typu komple-

Dokończenie na stronie 6

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 CRAZ 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 gotówką.

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.galeriastaszica.pl

GALERIA STASZICA

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

Jak kraść to miliony...

FELIETON
– TAK MYŚLĘ



Jest takie powiedzenie, że „jak kraść to miliony” i trudno jego autorowi nie przyznać racji. Przemysłał sprawę, skubany, i stworzył drogowskaz dla wielu. Ostatnie osiem lat rządów partyjnych koleś z PiS-u skłania mnie do sugestii, by do tego powiedzenia dopisać jeszcze „a najlepiej z partyjną legitymacją”. Wtedy, jak pokazują czasy nam współczesne, ta zasada nabiera całkiem nowego sensu.

Okazuje się bowiem, że prawo w naszym kraju wcale nie jest równe dla wszystkich, bo szaraki za batonik o wartości 3,5 zł ukradziony w sklepie mają najczęściej naprawdę poważne kłopoty z wymiarem sprawiedliwości, a partyjniacy kradną miliony publicznych pieniędzy, zatrudniają się za miliony w spółkach skarbu państwa (potem zatrudniają w tych spółkach swoje żony, kochanki, swoich synów i synowe, babcie, prababce i bóg wie kogo jeszcze z rodziny), szastają milionami naszych pieniędzy wydając je na prawo i lewo, bez opamiętania.

Dlaczego złodzieje-politycy są bezkarni? Zaraz to wyjaśnię. Najpierw jednak podkreślę, że naprawdę są bezkarni. Przykład? Kto dzisiaj siedzi i ponosi karę za swoje złodziejstwo z partyjnych kręgów PiS-u, choć od półtora roku rządzą już inni, którzy – zresztą – obiecali w kampanii wyborczej szybko i sprawiedliwie rozliczyć tych swoich pazernych poprzedników. Mijają jednak tygodnie i miesiące, a partyjni złodzieje chodzą sobie uśmiechnięci po ulicach naszych (i nie tylko naszych) miast, z politowaniem jak na mrówkę patrzą na tych, co pracują normalnie i z pensji niewiele im zostaje do kolejnej wypłaty.

Ale, obiecałem, to wyjaśniam – dlaczego politycy są bezkarni? Bo śledztwa ciągną się latami, bo mają jakieś tam immunitety, kolegę prezydenta, który w razie czego ułaskawi, bo zawsze mogą dać nogę na przykład na zaprzyjaźnione Węgry i tam sobie spokojnie patrzeć jak inni tyrają za marne grosze. Ta strategia wbrew pozorom ma głęboki sens. Weźmy, na przykład, takiego Romanowskiego. Powinien siedzieć? Powinien. Siedzi w więzieniu? Nie. A co robi? Na koszt państwa – z Sejmu nadal dostaje kasę, choć pracy poselskiej raczej nie wykonuje – ma długie wakacje u Orbana. Jak długie? Do kolejnych, albo jeszcze następnych, wyborów. Do czasu, gdy jego partia znowu będzie miała większość, utworzy rząd i wymiar sprawiedliwości będzie miała pod swoim butem. Czyli, za kilka lat Romanowski wróci do Polski, partyjni koledzy go obronią i nigdy nie poniesie odpowiedniej kary za swoje złodziej-

stwo. A te miliony zakopane w beczce w ogródku (fakt, dawał innym, ale przecież nie po to, by tylko oni coś z tego mieli) jak wróci to sobie odkopie i zainwestuje. I będzie ustawiony on i jego rodzina do trzeciego pokolenia w przód. Warto było? Warto, jak się okazuje.

Romanowski to nie wyjątek, to tylko przykład. Bo przecież codziennie teraz docierają do nas informacje kto, gdzie i ile beczelnie kradł w okresie ośmiu lat panowania PiS-u. I jest tego sporo. W spółkach skarbu państwa, w lasach państwowych, w ministerstwach, w instytucjach państwowych opanowanych przez PiS, w bankach z partyjną nomenklaturą itd. Wszędzie, gdzie tylko się dało kładziono partyjne łapy na publicznych pieniądzach. Czyli... partyjne złodziejstwo było zjawiskiem powszechnym (tak naprawdę, to tylko niezależne media próbowały z tym procederem walczyć i go ujawniać), ale – jak już pisałem – w pierdlu tłoku nie ma od partyjnych cwaniaków. Czyli... pomysł jest.

No dobrze, tylko jak się na te miliony załapać? Najpierw trzeba wstąpić do partii, najlepiej takiej, w której prawo i sprawiedliwość to pojęcia abstrakcyjne bardzo. Potem przez jakiś czas trzeba partyjnemu prezesikowi wiążać rano sznurowadła przy brudnych butach, otrząpywać mu marynarkę kiedyś czarną z łupieżu, od czasu do czasu usunąć mu włosy sterczące z nosa i niekiedy pomagać mu wciągnąć kalesony na sflaczały prezesowski tyłek. Jednym słowem – trzeba się zasłużyć. Następnie warto donieść na partyjnego kolegę, że nie chodzi do kościoła, że lubi panów a nie panie, można też prezesowi ugotować jakiś obiadek, powiedzieć, że jest przystojny, mądry i że Piłsudski przy nim to niewiele warta postać historyczna.

Jak już się człowiek upora z tymi sznurowadłami, łupieżem, włosami w nosie i kalesonami, to przychodzi czas na załatwienie sobie jakiejś fajnej posady, czyli. A potem można już kraść. Ile dusza zapagnie. I to bezkarnie. Bo immunitet, bo koledzy obronią jak będą mieli większość w Sejmie, bo trzeba będzie przecieć tylko przeciągnąć sprawę do kolejnych – tych wygranych przez macierzystą partię – wyborów.

Przerażający obraz, prawda? Jak to pisałem, to aż się zgarbiłem od tej niewiary w lepsze jutro. Cóż, PiS stworzył standardy i mechanizmy, które właśnie powodują, że partyjni złodzieje są bezkarni. Odkręcenie tego bajzlu nie będzie wcale łatwe i są tacy, którzy twierdzą, że chyba jest to nawet niemożliwe. Bo jak jednym się udało (to znaczy ukradli, a w pierdlu nie siedzieli, nie siedzą, i nie będą siedzieć), to pokusa dla tych drugich też jest. I koło może się zamykać. Oby nie.

Co więc robić? Hm, nie wiem. Będę wiedział, gdy zobaczę za kratkami polityków-złodziei z owych oślawionych ośmiu piśowskich lat. Ale, czy kiedykolwiek zobaczę...

TOMASZ MAŃKOWSKI

GALERIA TTW



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.

ADAM GIEREK,

syn Edwarda Gierka – I sekretarza KC PZPR w latach 1970-1980, naukowiec

1. Urodziłem się... w Belgii w rodzinie górniczej. Było to jeszcze przed wojną, w 1938 roku poprzedniego wieku.

2. Jestem spod znaku... Barana.

3. Moja pierwsza praca... Najpierw pracowałem jako pracownik naukowy na Politechnice Śląskiej, potem jako aspirant pojechałem do Moskwy. Oczywiście, w czasie studiów pracowałem w ramach studenckich praktyk. Było to w byłym NRD w roku 1961. Byłem szefem siedmiuosobowej grupy, bo dobrze znałem język niemiecki. Jechaliśmy w obie strony przez Berlin i jak jechaliśmy na praktyki to było jeszcze wszystko normalnie, gdy wracaliśmy Mur Berliński już stał. Pracowaliśmy w odlewni w miejscowości Altenburg. Nie była to łatwa praca.

4. Pierwsze zarobione pieniądze przeznaczyłem na... swoje zakupy, ale starczyło także na prezent dla mamy. Były to modne wówczas koronki.

5. Gdybym miał zbędny milion złotych... Część tych pieniędzy przeznaczyłbym na podróże, na zwiedzanie świata. Resztę na działalność społeczną. Wspierałbym na pewno stowarzyszenie imienia mojego ojca, które działa w Sosnowcu. Jego celem jest pomaganie młodzieży, współorganizujemy obozy harcerskie, uroczystości związane z Bożym Narodzeniem adresowane do dzieci itp.

6. Moim ulubionym filmem jest... myślę, że „Sami swoi”, a

właściwie cały cykl o rodzinach Pawlaków i Kargulów.

7. Mój ulubiony aktor to... Lubię raczej aktorów starszego pokolenia. Na pewno w tej grupie jest Tadeusz Łomnicki, Jan Świdorski, a z aktorek cenię Jadwigę Barańską.

8. Z prasy czytam regularnie... „Dziennik Katowicki”. Jest to gazeta, która powstała po połączeniu „Dziennika Wieczornego” i „Trybuny Robotniczej”.

9. Najchętniej słucham muzyki... Dzięki synowi byłem na koncercie The Rolling Stones i zauroczyła mnie ta niezwykła energia bijąca ze sceny. Ja lubię słuchać także na przykład piosenek Ireny Santor.

10. Jeżdżę samochodem... Toyota Avensis z silnikiem o pojemności 2 litrów, jest to auto z roku 2005.

11. Marzę o nowym samochodzie... Tak, Avensis trochę dużo mi pali. Myślę więc o zamianie tego auta na bardziej oszczędne.

12. Jeżdżę... bezpiecznie, choć mam na swoim koncie wiele przejechanych kilometrów. Proszę pamiętać, że przez siedem lat pracowałem w Niemczech i często wtedy przyjeżdżałem do Polski.

13. Najmilej spędzam wolny czas... na wsi, na łonie przyrody, na grzybobraniu. Niestety, w tym roku jeszcze nie udało mi się wybrać na grzyby do lasu.

14. Najdalej podróżowałem... Trudno powiedzieć, bo właściwie objechałem świat dookoła, były to

Adam Gierek (ur. 17 kwietnia 1938 w Zwartberg, prowincja Limburgia, Belgia), polityk polski, działacz Unii Pracy, senator RP, poseł do Parlamentu Europejskiego, specjalista inżynierii materiałowej, syn I sekretarza KC PZPR Edwarda Gierka.

Urodzony w Belgii, w 1947 przyjechał do kraju. W 1961 ukończył studia na Wydziale Mechanicznym-Technologicznym Politechniki Śląskiej w Gliwicach. W latach 1962-1965 odbył staż aspirancki w Moskiewskiej Wyższej Szkole Samochodowo-Mechanicznej (MAMI), który zakończył obroną rozprawy doktorskiej (kandydackiej) poświęconej problematyce opracowania racjonalnych podstaw projektowania automatycznych linii odlewniczych. Kolejne stopnie kariery naukowej: stopień doktora habilitowanego w 1968, tytuł profesora nadzwyczajnego w 1972 i profesora zwyczajnego w 1979 - zdobył na Politechnice Śląskiej. Od ukończenia studiów pracuje na tej uczelni. Od 1972 był organizatorem Instytutu Inżynierii Materiałowej na Wydziale Metalurgii Politechniki Śląskiej (Filia w Katowicach).

W trakcie kilkuletniego urlopu bezpłatnego w latach osiemdziesiątych został zatrudniony jako profesor-gość na Uniwersytecie Technicznym w Dreźnie. Po powrocie, od 1989 do 1991 kierował Zakładem Materiałoznawstwa i Technologii Materiałów w Instytucie Inżynierii Materiałowej Politechniki Śląskiej, a od 1991 jest kierownikiem Katedry Technologii Stopów Metali i Kompozytów.

Jest autorem ponad 200 publikacji naukowych oraz autorem lub współautorem ponad 80 patentów. Był dotychczas promotorem 26 zakończonych rozpraw doktorskich. Od 1973 jest członkiem-korespondentem PAN. Należy do Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Odlewników.

Polityk Unii Pracy, od lipca 2004 wiceprzewodniczący Rady Krajowej. We wrześniu 2001 wybrany senatorem. W czerwcu 2004 wybrany do Parlamentu Europejskiego, w którym jest członkiem Komisji Przemysłu, Badań i Energii (ITRE), z ramienia której wiosną 2007 roku jest sprawozdawcą rezolucji Parlamentu Europejskiego w sprawie wykorzystania wiedzy w praktyce i szeroko zakrojonej strategii innowacyjnej UE.

najczęściej wyjazdy służbowe. Byłem na Alasce... Nie byłem jeszcze na półkuli południowej.

15. Chciałbym pojechać do... Miałem takie marzenie i udało mi się je spełnić. Bardzo chciałem pojechać do Islandii. Do dzisiaj jestem pod wrażeniem tego krajobrazu jakby przeniesionego z Księżyca. Islandia ma elektrownie oparte nieomal w stu procentach na odnawialnych źródłach energii. Mieszka tam 300 tysięcy osób, a w kraju tym produkuje się tyle energii, że można by pokryć nią zapotrzebowanie około 6 milionów ludzi.

16. Moim ulubionym kolorem jest... niebieski.

17. Potrafię ugotować... Tak, potrafię. Gdy przebywałem jako polski naukowiec w Rosji mieszkałem w jednym pokoju z Chińczykiem i mieszkańcem Syberii. Nawzajem uczyliśmy się gotować. Moją specjalnością jest zupa ANTOPF. Od kilku lat namawiam żonę, że ugotuję gęś w duszonej kapuście, ale jakoś nie daje się namówić.

18. Drink, który mi najbardziej mi smakuje, to... Preferuję czerwone wytrawne wino francuskie lub hiszpańskie, może też być rumuńskie. Nie gustuję w mocnych trunkach.

19. U ludzi denerwuje mnie... sporo, na przykład niekonsekwencja i pieniaństwo, z którymi to cechami – niestety – także dzisiaj spotykamy się w życiu publicznym, politycznym.

20. Przyjaciele mówią do mnie... Adaś.

21. Najbardziej cenię u partnerów w pracy... punktualność, systematyczność. Jak

partner w pracy jest systematyczny to więcej zrobi od tego, który ulega szarpaninie.

22. W kasynie lubię grać w... Nie byłem jeszcze w prawdziwym kasynie.

23. Telefon komórkowy to dla mnie... bardzo ważna rzecz, niezwykle przydatna w mojej pracy. Telefon komórkowy ułatwia mi kontakt z Polską, bo przecież jako eurodeputowany często wyjeżdżam z kraju.

24. Internet uważam za... narzędzie, które całkowicie odmieniło

Dokończenie na stronie 7



ZAPRASZAMY do serwisu
RENALIT
AUTODIAP
SERWIS MECHANICZNY
BIAŁOBRZĄDZKI
CZĘŚCI ZAMIERNE
Asystent: 24h 0802 250-558
zgłoszenie
11.10.2007 10:00

Twoj
TYDZIEŃ
WIELKOPOLSKI

Najchętniej czytany
w WIELKOPOLSCIE

Poznań, ul. Złotowska 45
Serwis: 061 41 41 41
061 41 41 41
061 41 41 41

Redakcja: 10 Października 2007 ISSN 1734-5294 www.twojtydzien.pl e-mail: twojtydzien@wp.pl Nr indeksu 77001 CENA 1,50 zł (zaw. VAT)

Jak dziennikarz straci twarz, to przegra

strona 3

ROMAN MŁODKOWSKI,
dziennikarz ekonomiczny TVN

Jesteśmy laureatem nagrody
Business
Centre Club
Ostre Pióro
2006

Ukazujemy się
w POZNANIU
Powiecie
Poznańskim,
Powiecie
Szamotulskim
i we Wrześni

Jesteśmy
oklamiwani
porozami
prawdy

Horacy

Następny
numer
ukaze się
w środę
24 października

W NUMERZE
ZNANI O SOBIE
Adam Gierek, syn
Edwarda Gierka
str. 4 i 9

TAJEMNICE
II WOJNY
ŚWIATOWEJ str. 5
Rota w rytmach
disco str. 6

TAK MYŚLĘ
Zagłosuj 21
października,
życie masz tylko
jedno str. 6

Dzisiaj liczą się
zdrowe włosy
Rozmowa
z Remigiem Blandzi
str. 7

Zobaczyć Kresy,
Lwów... str. 8
ZDROWIE str. 8

KULTURA str. 12
ROZRYWKA
Bank nie z tej ziemi
str. 13

MOTORYZACJA
Str. 14

Schwabenhaus,
czyli dom
w 3,5 dnia str. 16

Wójt Gminy Suchy Las ogłasza przetarg na sprzedaż nieruchomości położonych w Suchym Lesie i Zielątkowie

MIEJSCOWOŚĆ – SUCHY LAS

Ulica – Wojciecha Bogusławskiego
 Arkusz mapy – 8
 Obręb – Suchy Las
 KW – PO1P/00090293/1
 Działki – 1103/1, 1104
 Powierzchnia łącznie – 1060 m²
 Cena wywoławcza – 699.000,00 zł
 Wysokość wadium – 70.000,00 zł



OPIS NIERUCHOMOŚCI

- Nieruchomość stanowiąca działki nr 1103/1 i 1104 położona jest w północnej części miejscowości Suchy Las.
- Nieruchomość przylega do ulicy Bogusławskiego, która jest drogą publiczną lokalną, o nawierzchni asfaltowej.
- Na działce nr 1104 zlokalizowany jest budynek mieszkalny wolnostojący, wybudowany w technologii żelbetowo-murowanej w kondygnacji piwnicznej i parteru oraz technologii prefabrykowanej z elementów drewnopochodnych w kondygnacji piętra.
- Ściany zawilgocone, ze znacznymi ubytkami tynku, dach częściowo zdekompletowany, uszkodzony. Z uwagi na trwałe zawilgocenie drewniane elementy konstrukcyjne i wykończeniowe budynku uległy trwałemu uszkodzeniu. Budynek w bardzo złym stanie technicznym, zdewastowany, nieużytkowany od wielu lat, w stanie do rozbiórki.
- W tylnej części obie działki nr 1103/1 i 1104 zabudowane są murowanym budynkiem pawilonu, parterowym z poddaszem i garażem.
- Budynek niewykończony w stanie surowym otwartym, stan zaawansowania robót ok. 40%, zużycie wynikające z długotrwałego stanu otwartego na poziomie 50%.
- W sąsiedztwie znajdują się zabudowania mieszkalne jednorodzinne, po przeciwnej stronie ulicy drobne usługi.
- W odległości 1,5 km znajdują się szkoły, kościół, urząd gminy, sklepy oraz punkty usługowe. Przy nieruchomości zlokalizowany jest przystanek komunikacji gminnej.
- Nieruchomość ma dostęp z ulicy do uzbrojenia w prąd, wodę, gaz, kanalizację.
- Przez teren nieruchomości przebiegają przyłącza wodociągowe.
- W części frontowej nieruchomości znajduje się zbiornik bezodpływowy na nieczystości.

Przetarg odbędzie się w dniu 7 maja 2025 r. (środa) o godz. 11.00 w sali 105 (I piętro) Urzędu Gminy Suchy Las przy ulicy Szkolnej 13.

MIEJSCOWOŚĆ – ZIELĄTKOWO

Ulica – Leśna
 Arkusz mapy – 1
 KW – PO1P/00343561/0
 działka – 206/4
 Powierzchnia – 1217 m²
 Cena wywoławcza – 230.000,00 zł (netto) Podatek VAT – 23%
 Wysokość wadium – 28.000,00 zł



OPIS NIERUCHOMOŚCI

- Nieruchomość stanowiąca działkę nr 206/4 położona jest w centralnej części miejscowości Zielątkowo.
- Działka przylega do ulicy Leśnej, która jest drogą publiczną kategorii drogi powiatowej, o nawierzchni asfaltowej.
- Nieruchomość ma kształt regularny, prostokątny.
- W sąsiedztwie znajduje się luźna zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna oraz działki niezabudowane, od północnej strony w sąsiedztwie działki znajduje się plac zabaw dla dzieci.
- Teren działki jest niezabudowany, niezagospodarowany, nieogrodzony.
- Działka nr 206/4 ma dostęp z ulicy do uzbrojenia w prąd, wodę, gaz, kanalizację.
- Przez teren nieruchomości w jej części frontowej przebiega sieć wodociągowa wraz z przyłączem wodociągowym.
- Przy frontowej granicy działki przebiega napowietrzna linia energetyczna, ze słupem na działce.

Przetarg odbędzie się dnia 14 kwietnia 2025 r. (poniedziałek) o godz. 13.00 w sali 105 (I piętro) Urzędu Gminy Suchy Las przy ulicy Szkolnej 13.

Treść ogłoszeń dostępna jest na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej: bip.suchylas.pl → Nieruchomości przeznaczone do sprzedaży i dzierżawy → Ogłoszenia o przetargach, oraz na stronie internetowej www.suchylas.pl.

Dodatkowych informacji udziela: Urząd Gminy Suchy Las, Wydział Nieruchomości i Planowania Przestrzennego: pok. 107 – tel. (61) 8926 296, pok. 108 – tel. (61) 8926 291.

Palmiarnia Poznańska...

Dokończenie ze strony 3

sach w Polsce i Europie, co poprawi atrakcyjność całego obiektu dla mieszkańców i turystów. Uwzględnione zostaną także wymogi dostępności dla osób z niepełnosprawnościami.

Wymiana oszklenia pawilonów wystawienniczych poprawi dostęp światła naturalnego, przy jednoczesnym zmniejszeniu energochłonności budynku, co z kolei przełoży się na oszczędności w kosztach utrzymania. Ponadto plan zmian obejmuje przebudowę wejścia głównego, a także rozbiórkę i budowę na nowo kawiarni oraz budynku akwarium z wielkokubaturowymi zbiornikami, w których możliwe będzie eksponowanie między innymi

dużych ryb rzecznych z Ameryki Południowej. Przewiduje się również rewitalizację zieleni wokół palmiarni. Istotne będą rozwiązania z zakresu tak zwanej błękitno-zielonej infrastruktury, czyli sprzyjające retencji poprzez odpowiedni dobór roślin i posadzenie ich w gruncie o zwiększonej przepuszczalności.

Ważne będą też prace dotyczące sieci infrastruktury, gdyż konieczna jest przebudowa uzbrojenia terenu, modernizacja instalacji centralnego ogrzewania, niezwykle ważnego dla egzotycznych roślin, wprowadzenie automatycznych systemów sterujących dotyczących wentrowania, cieniowania, oświetlenia, multimediiów itp. **(rob)**

(źródło – PIM)



WARTO WIEDZIEĆ

Sprawdź swój PIT

Według danych Ministerstwa Finansów za ubiegły rok, ponad 6 milionów podatników w Polsce nie zweryfikowało swojego zeznania podatkowego w systemie Twój e-PIT, rozliczając podatek za 2023 rok. Jakie są tego konsekwencje? Przede wszystkim automatyczne rozliczenie sprawia, że podatnicy tracą możliwość skorzystania z ulg, a także przeznaczenia 1,5% swojego podatku na wybraną organizację pożytku publicznego (OPP).



BARBARA MODRA
mld złotych, a średnia kwota wsparcia wyniosła 165,88 zł.

Po wskazaniu organizacji pożytku publicznego, na którą ma być przekazany 1,5% podatku, odpowiednia kwota zostanie przekazana z budżetu państwa na jej działalność społeczną. Podatnicy sami mogą zdecydować, na jaki cel trafi część ich podatków. Warto wykorzystać tę możliwość wsparcia – przejrzanie rozliczenia zajmie zaledwie chwilę, a przekazanie 1,5% nie wiąże się z żadnym dodatkowym obciążeniem.

ZWERYFIKUJ, ROZLICZ I OTRZYMAJ ZWROT SZYBCIEJ

Samodzielne przygotowanie zeznania PIT nie zajmuje wiele czasu. Bezpłatne programy, takie jak e-pity.pl, krok po kroku prowadzą przez formularz i wyczerpująco podpowiadają, jak go uzupełnić. Choć termin złożenia deklaracji mija dopiero 30 kwietnia, wcześniejsza weryfikacja i samodzielne złożenie PIT-a przed automatycznym rozliczeniem może przyspieszyć zwrot nadpłaconego podatku. Według danych Ministerstwa Finansów z zeszłego roku, średni czas zwrotu wyniósł 15 dni, przy czym najszybsze zwroty odnotowano już po jednym dniu.

Zwrot podatku następuje w ciągu maksymalnie 45 dni w przypadku złożenia elektronicznej deklaracji. Jeśli podatnik samodzielnie nie zaakceptuje ani nie prześle e-deklaracji, odliczanie tego terminu rozpocznie się dopiero 1 maja. Oznacza to, że zwrot może nastąpić nawet 15 czerwca. Samodzielne rozliczenie PIT-a nie jest trudne, a pozwala na szybszy zwrot nadpłaconego podatku – warto skorzystać z tej możliwości.

6,2 MLN PODATNIKÓW ZDECYDOWAŁO SIĘ NA AUTOMATYCZNE ROZLICZENIE

W 2024 roku aż 23 miliony polskich podatników złożyło swoje deklaracje PIT w formie elektronicznej, co potwierdza rosnącą popularność cyfrowych rozwiązań. Choć 7,6 miliona osób aktywnie zaakceptowało swoje PIT-y w rządowym programie Twój e-PIT, liczba deklaracji, które zostały przyjęte automatycznie, jest niewiele niższa – było ich 6,2 miliona. Oznacza to, że nie zostały one poddane jakiegokolwiek weryfikacji ze strony podatników.

Automatyczna akceptacja deklaracji PIT to wygodne rozwiązanie, które jednak może prowadzić do pominięcia istotnych ulg czy braku możliwości wyboru przekazania

1,5% podatku na konkretną organizację pożytku publicznego.

CO MOŻESZ STRACIĆ, JEŚLI NIE SPRAWDZISZ SWOJEGO PIT-A?

Brak weryfikacji PIT-a sprawia, że wielu podatników nie uwzględni przysługujących im ulg.

Tymczasem katalog odliczeń jest dość szeroki i przy odpowiednim udokumentowaniu pozwoli na obniżenie podstawy opodatkowania. Ogólną listę ulg i odliczeń można sprawdzić na stronie <https://www.e-pity.pl/ulgi-odliczenia/>.

Niezweryfikowanie PIT-a oznacza również, że 1,5% podatku może nie trafić do świadomie wybranej organizacji pożytku publicznego. A to znaczące kwoty – jak wskazuje Ministerstwo Finansów, w ubiegłym roku podatnicy przekazali OPP aż 1,9

Jest kasa do wzięcia

Nowe kryte pływalnie, hale sportowe, boiska czy korty tenisowe będą mogły wkrótce powstać w Wielkopolsce. Inwestycje gmin i powiatów z naszego regionu dofinansują wspólnie Ministerstwo Sportu i Turystyki oraz samorząd województwa wielkopolskiego.



Na zdjęciu przykład infrastruktury sportowej, która powstała przy wsparciu Samorządu Województwa Wielkopolskiego: pływalnia Oceanik w Ostrzeszowie.

SAMORZĄD

Budowa infrastruktury sportowej jest niezbędna w wielu rejonach, gminne samorządy borykają się z brakiem możliwości pozyskania odpowiedniego wsparcia finansowego w tym zakresie. Teraz to się ma zmienić – samorząd województwa wielkopolskiego oraz Ministerstwo Sportu i Turystyki dołożą się do zadań, które są najbardziej potrzebne w konkretnych gminach i powiatach w regionie.

To współfinansowanie będzie na poziomie 30 procent po stronie zarówno samorządu, jak i ministerstwa. Priorytetowo będą traktowane budowy hal sportowych oraz pływali. Samorząd województwa na ten cel w budżecie zabezpieczył 18,5

mln zł, taką samą kwotę zabezpiecza ministerstwo.

Największe dofinansowanie będzie można uzyskać do budowy krytej pływalni, po 5 milionów złotych z ministerstwa i urzędu marszałkowskiego. Z kolei przy realizacji pełnowymiarowej hali sportowej, czyli takiej o wymiarach 44 x 22 m., wsparcie wynosić będzie maksymalnie po 3 miliony złotych z tych dwóch źródeł.

Uchwała w sprawie naboru wniosków w ramach Programu Rozwoju Infrastruktury Sportowej w Województwie Wielkopolskim została przyjęta przez Zarząd Województwa Wielkopolskiego 6 marca 2025 roku. Termin składania zgłoszeń upływa 11 kwietnia tego roku.

Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama
e-mail: twoj-tydzien@wp.pl

ADAM GIEREK...

Dokończenie ze strony 5

nasze widzenie świata. Internet ułatwia przepływ informacji, zakupy, rezerwację miejsc hotelowych, biletów lotniczych lub kolejowych.

25. Zakupy to... Czasami chodzę, jestem zbyt rozsądny, by puszczać żonę samą na zakupy.

26. Gdy myją szybę w moim aucie na skrzyżowaniu... niekiedy się to zdarza. Pozwalam na to, a potem płacę kilka złotych. Zawsze wtedy jest mi przykro, że młodzi, inteligentni ludzie muszą wykonywać taką pracę.

27. Chciałbym zjeść kolację z... Zawsze z kimś, kto miałby mi coś do powiedzenia. Z osób już niezujących, chciałbym zjeść taką kolację z ojcem, który zabrał do grobu sporo tajemnic.

28. Najdziwniejszą potrawą jaką jadłem, byli... Było to w Japonii, gdzie podano mi surowe ryby i słodzone mięso.

29. Nienawidzę... Raczej jest mi obce to uczucie, staram się być przyjazny do ludzi.

30. Moja pierwsza miłość, to... Było to dawno i była to pomyłka.

31. Mój najtrudniejszy moment w życiu, to... O, trochę ich było. Każdy wybór, który odbija się na późniejszym życiu jest trudny. Studia, pierwsza praca. Szczególnie trudny był dla mnie tak zwany okres „Solidarności”. Byłem wówczas atakowany ze wszystkich stron, dosłownie ze wszystkich. Nie było wtedy dla mnie miejsca w Polsce, wyjechałem więc na siedem lat do NRD, gdzie pracowałem.

32. Najbardziej cenię u kobiet... opiekuńczość i konkretne podejście do życia.

33. Najbardziej nie lubię u kobiet... przedkładania kariery zawodowej nad dobro rodziny. Żona i matka zajęta karierą nie potrafi zaopiekować się ogniskiem domowym.

34. Mój największy sukces, to... na szczęście kariera naukowa, a nie polityczna.

35. Chciałbym jeszcze zrobić... dokonać czegoś przełomowego w mojej dziedzinie, a także kontynuować to, co rozpocząłem w Parlamencie Europejskim. (tam)

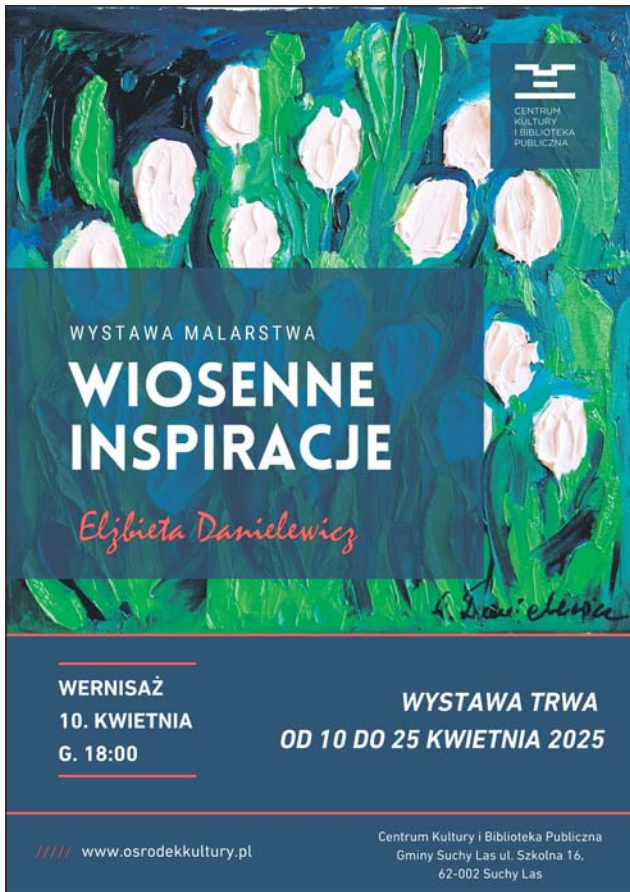
**ZAPRASZAMY
od poniedziałku do soboty
i w niedziele handlowe**



www.galeriasucholeska.pl

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

**GALERIA
SUCHOLESKA**



Wiosenne Inspiracje

10 kwietnia o godzinie 18:00 odbędzie się wernisaż wystawy *Wiosenne Inspiracje* Elżbiety Danielewicz.

Elżbieta Danielewicz jest poznańską artystką absolwentką Państwowej Wyższej Szkoły Sztuk Plastycznych w Poznaniu.

Artystka sama mówi o sobie i swojej sztuce tak: *Maluję obrazy olejne na płótnie techniką szpachlową i akwarele na bawełnie. Kocham kwiaty. To bodziec emocjonalny posiadający różne symbole. Kwiaty w moich obrazach są zawsze jako znak i przesłanie. Możliwość malowania to wielka radość. A radość to wielki dar istnienia. Z radością zapraszam na wystawę.*

Bransoletka z mosiądzu Warsztaty tworzenia biżuterii



Zapraszamy do twórczego świata, w którym to Ty staniesz się kreatorem! Na warsztatach samodzielnie wykonasz unikalną bransoletkę z mosiądzu jubilerskiego. Nadasz jej dowolny kształt i fakturę, wyszlifujesz ją, a gotowy projekt zabierzesz ze sobą do domu. Nie musisz posiadać żadnego doświadczenia – wszystkiego się nauczysz! Wystarczy, że zabierzesz ze sobą odrobinę chęci i dobry humor.

CO CIĘ CZEKA NA WARSZTATACH?

Spotkanie w kameralnej grupie (maksymalnie 8 osób). Indywidualna pomoc i wskazówki od doświadczonej projektantki i twórczyni MaM. Pełne zanurzenie w procesie ręcznego tworzenia biżuterii. Zapoznanie się z narzędziami i technikami wybijania wzorów w metalu. Szlifowanie oraz nadawanie ostatecznego wyglądu bransoletce. Możliwość stworzenia unikatowej, własnoręcznie wykonanej ozdoby.

CO ZAPEWNIAMY?

- Wszystkie niezbędne materiały i narzędzia:
- przygotowany fragment mosiądzu,
- młotki i wybijaki do tworzenia wzorów,
- papiery ściernie do wykończenia projektu,
- maseczki ochronne i akcesoria warsztatowe.

JAK PRZEBIEGA WARSZTAT?

Warsztaty trwają ok. 2 godzin. Na początku prowadząca zaprezentuje możliwości wybijania wzorów w metalu na konkretnych próbkach. Po krótkiej demonstracji przystąpimy do działania – będziesz mógł/mogła nadać kształt swojej bransoletce i w pełni ją wykończyć.

CO MUSISZ MIEĆ ZE SOBĄ?

Jedyne, co musisz przygotować, to strój, który może się nieco przybrudzić. Unikaj jasnych bluzek i eleganckich spodni – to spotkanie na luzie, a praca jubiera do najczystszych nie należy. Przyjdź i przekonaj się, jak satysfakcjonujące może być ręczne tworzenie biżuterii!

Bilety w cenie 260 zł dostępne w sekretariacie CKiBP oraz na stronie www.bilety24.pl.

Breaking School Battle 10!

Po raz kolejny najlepsi tancerze Breakingu z całej Polski zawitają do Suchego Lasu! To wyjątkowe wydarzenie, które przyciągnie pasjonatów tańca i nie tylko! Wspaniała okazja, by zobaczyć niesamowite występy w duchu szacunku i zdrowej rywalizacji.

Nie musisz być tancerzem, by się świetnie bawić – atmosfera, muzyka i emocje będą na najwyższym poziomie! Wpadnij, by dopingować naszych reprezentantów w drodze po Mistrzostwo Polski i poczuć tę energię na żywo!

Wstęp **BEZPŁATNY!** Widzimy się na parkiecie.

26 kwietnia 2025r., godz. 10:00 sala widowiskowa Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las, ul. Szkolna 16 w Suchym Lesie.



Spotkanie autorskie z Robertem Małeckim



Robert Małecki - politolog, filozof i dziennikarz, a także nauczyciel kreatywnego pisania i - co najważniejsze - autor bestsellerowych powieści kryminalnych. Uznawany za jednego z najlepszych polskich specjalistów w tej branży. Jest laureatem Nagrody Wielkiego Kalibru i nagrody Kryminalnej Piły oraz zdobywcą „Złotej Karety” w kategorii Kultura, przyznawanej przez toruński Dziennik „Nowości”.

Skąd to pisanie? Małecki od wielu lat jest miłośnikiem kryminałów i thrillerów, od kilku – entuzjastą czytelnika e-booków. Zawsze wydawało mu się, że skoro inni mogą pisać, to czemu nie on? Autor zdaje sobie sprawę z tego, że to strasznie arogancka postawa. Mimo wszystko uważa, że lepsza taka motywacja, niż żadna.

Prywatnie w kontekście literackim wyznaje miłości Harlanowi Cobenowi i Arnaldurowi Indridasonowi, a także Peterowi May'owi i Bernardowi Minierowi. To przede wszystkim Ci twórcy towarzyszą mu przy własnym pisaniu. Jednocześnie przyznaje, że czyta również powieści polskich autorów. Których?

Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna Gminy Suchy Las serdecznie wszystkich zaprasza na **spotkanie autorskie z Robertem Małeckim**, które odbędzie się **24 kwietnia 2025 o godzinie 18.00**. Wstęp na spotkanie jest bezpłatny. Wejściówki dostępne będą w Bibliotece Publicznej w Suchym Lesie, filii bibliotecznej w Złotnikach i Chłudowie od 3 marca 2025 r.

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 uwagą 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 Zuzą Głowacką przeprowadzili serię wywiadów z poznańskimi taksówkarzami i taksówkarkami. Rozmowy te – czasami powierzchowne, czasem głębokie – stały się punktem wyjścia dla conceptualnego albumu.

Bajeczny poranek

Uprawiamy fasolkę z Kastorem

Kiedy dzień jest dłuższy, gdy na dworze robi się ciepło, wszędzie z ziemi zaczynają wyrastać zielone kiełki. Jakaś siła każe nasionkom otwierać się, pchać w górę, przemieniać z kiełków w dorosłe rośliny. Czego potrzeba, żeby to się stało? Czy potrafimy to zrobić?

Bóbr Kastor podpowie nam jak – krok po kroku! Na Bajeczny poranek zapraszamy wszystkie dzieci w wieku od 3 do 5 lat wraz z opiekunami **12 kwietnia 2025 r. na godzinę 11:00** do biblioteki w Suchym Lesie.

Wstęp jest wolny i nie trzeba się zapisywać!

Prowadzenie: Alicja Szyguła. Czas trwania: ok. 30-40 minut.

(Zajęcia inspirowane są książką Lars Klinting „Kastor uprawia fasolkę”, Wydawnictwo Media Rodzina 2015. Autor ilustracji: Lars Klinting.)



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 oraz w sekretariacie CKiBP

Harmonogram wydarzeń CKiBP

nazwa	data	miejsce
Wystawa <i>Suchy Las to...</i> czyli zdjęcia z albumów mieszkańców	wystawa stała	CKiBP Suchy Las Korytarz na 1. piętrze wstęp wolny
KENYA Habari jako? spotkanie podróżnicze z DANUTĄ WITKOWSKĄ	27.03.2025 r., godz. 16:15	Stary Bar w Chłudowie wstęp wolny
KSIAŻKOŁAZY warsztaty dla dzieci 6-8 lat Superhipermegaważna misja	28.03.2025 r., godz. 16:00	CKiBP Suchy Las biblioteka zapisy: 612 500 401
WARSZTATY HAFTU dla początkujących	29.03.2025 r., godz. 10:00-14:00	CKiBP Suchy Las sala konferencyjna bilety wyprzedane
CEZARY ŁAZAREWICZ spotkanie autorskie	3.04.2025 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa wejściówki do odbioru w bibliotekach
WYSTAWA <i>WIOSENNE INSPIRACJE</i> , malarstwo Elżbiety Danielewicz	10.04.2025 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las hol wstęp wolny
BAJECZNY PORANEK Uprawiamy fasolkę z Kastorem	12.04.2025 r., godz. 11:00	CKiBP Suchy Las biblioteka wstęp wolny
WARSZTATY KALIGRAFICZNE dla początkujących	12.04.2025 r., godz. 11:00-13:00	CKiBP Suchy Las sala konferencyjna koszt: 120 zł
ŁONA x KONIECZNY x KRUPA koncert	12.04.2025 r., godz. 19:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa bilety: 120/90 zł
ROBERT MAŁECKI spotkanie autorskie	24.04.2025 r., godz. 18:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa wejściówki do odbioru w bibliotekach
BREAKING SCHOOL BATTLE vol. 10	26.04.2025 r., godz. 10:00	CKiBP Suchy Las sala widowiskowa wstęp wolny
BRANSOLETKA Z MOSIĄDZU, warsztaty tworzenia biżuterii	24.05.2025 r., godz. 11:00-13:00	CKiBP Suchy Las sala plastyczna koszt: 260 zł

WIĘCEJ INFORMACJI:

www.osrodekukultury.pl

www.facebook.pl/CKiBP

Zastrzegamy prawo zmian w programie

Facet z... botoksem

W Polsce mieszka około 18 mln mężczyzn i coraz więcej z nich decyduje się na inwestycję w swój wygląd nie tylko poprzez wizyty na siłowni. Jak wynika z danych, w 2024 roku liczba panów korzystających z zabiegów medycyny estetycznej wzrosła o 24% w porównaniu do roku poprzedniego. Mężczyźni nie tylko częściej odwiedzają kliniki, ale także przeznaczają na zabiegi średnio o 20% więcej pieniędzy niż w poprzednim roku. Dbanie o wygląd przestało być domeną wyłącznie kobiet, a panowie coraz śmielej sięgają po rozwiązania, które pozwalają im czuć się i wyglądać lepiej.

WARTO WIEDZIEĆ O PANACH

Wzrost zainteresowania mężczyzn medycyną estetyczną to efekt kilku czynników. Z jednej strony coraz więcej panów trafia do specjalistycznych klinik dzięki rekomendacjom kobiet – to często żony, partnerki czy nawet matki za-

chęcając ich do skorzystania z zabiegów. Z drugiej strony, nie można ignorować wpływu mediów społecznościowych. Platformy takie jak Instagram czy TikTok kreują nowe standardy męskiego piękna, a mężczyźni chcą im sprostać. Dodatkowo, medycyna estetyczna przestaje być postrzegana jako domena kobiet – dziś to po prostu element dbania o siebie, także w aspekcie zdrowot-

nym, na który decydują się mężczyźni w każdym wieku.

Liczba mężczyzn decydujących się na zabiegi medycyny estetycznej zwiększyła się o niemal jedną czwartą (+24%) w porównaniu do roku poprzedniego, wynika z najnowszych danych. To przełożyło się na nieco wyższy udział mężczyzn w strukturze klientów klinik medycyny estetycznej – w 2024 roku wyniósł on już 22% (w 2023 – 20%).

To wyraźny sygnał, że panowie coraz śmielej sięgają po rozwiązania, które pomagają im zadbać o wygląd i samopoczucie. Co ciekawe, nie tylko rośnie liczba klientów, ale także ich wydatki. Średnio każdy mężczyzna w ubiegłym roku wydał w klinice o jedną piątą więcej niż w 2023 roku. To wskazuje, że panowie nie tylko częściej korzystają z usług, ale też wybierają

bardziej zaawansowane lub dodatkowe zabiegi.

Medycyna estetyczna przestaje być domeną starszych mężczyzn. Choć największą grupę klientów stanowią panowie w wieku 41-50 lat (30%), to już co czwarty pacjent ma mniej niż 30 lat (24%). To wyraźny sygnał, że coraz młodszy mężczyźni chcą „coś poprawić” lub „naprawić” w swoim wyglądzie, często zanim pojawią się pierwsze oznaki starzenia.

Biorąc pod lupę najpopularniejsze zabiegi, mężczyźni najczęściej decydują się na leczenie dermatologiczne, takie jak lasery naczyniowe, które pomagają w walce z trądzikiem różowatym czy zaczerwienieniami skóry. Dużym zainteresowaniem cieszy się również toksyna botulinowa, która skutecznie redukuje zmarszczki mimiczne. Podium najpopularniejszych

zabiegów zamyka laseroterapia, która poprawia kondycję skóry. Nie można zapomnieć o zabiegach wzmacniających włosy, które są szczególnie popularne wśród mężczyzn borykających się z problemem łysienia.

Trend wzrostowy wśród mężczyzn korzystających z medycyny estetycznej jest wyraźny i stabilny. W 2021 roku panowie stanowili 16% klientów takich klinik, w 2022 roku – 18%, a w 2023 roku już 20%. Ta tendencja pokazuje, że medycyna estetyczna przestaje być męskim tematem tabu.

Specjaliści spodziewają się, że w kolejnych latach odsetek takich mężczyzn będzie nadal rósł, a zabiegi takie jak mezoterapia skóry głowy, botoks czy laseroterapia będą cieszyć się jeszcze większą popularnością. (rob)

Zdrowy styl życia jako hobby

Czas wolny Polek jest skoncentrowany na osobistym rozwoju, relaksie oraz dążeniu do równowagi w życiu. Wolne chwile kobiety poświęcają na relaks, wybierając różne formy wellness, medytację czy aktywność fizyczną. Aż 50% respondentów podkreśla, że obecnie najbardziej popularnym hobby jest zdrowy styl życia. Co trzecia osoba ceni sobie możliwość skorzystania z masażu.

WARTO WIEDZIEĆ O PANIACH

Jak wynika z badania „Świat współczesnych Polek” współczesne kobiety są silne i niezależne, co zauważa 35% respondentów. Dążą do samodzielności zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym. Według 20% badanych kobiety wykazują większą odwagę, podejmując ryzykowne decyzje oraz stawiając czoła wyzwaniom. 25% ankietowanych opisuje płęć piękną jako osoby pewne siebie, które w skuteczny sposób realizują swoje cele i ambicje zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym. 20% respondentów

twierdzi, że współczesne kobiety są coraz bardziej samoświadome i rozumieją swoje potrzeby, pragnienia oraz granice.

40% respondentów zauważa, że kobiety stają się liderkami. Obecność kobiet na wysokich stanowiskach jest inspiracją dla młodszych pokoleń – 25% osób wskazuje, że kobiety na czołowych pozycjach motywują młodsze pokolenia do realizowania ambicji zawodowych, a ich kompetencje miękkie stały się kluczowe w efektywnym przywództwie.

Stereotypy, które przez lata ograniczały kobiety do tradycyjnych ról, zaczynają ustępować miejsca nowym rolom. Kiedy młodsze dziewczyny widzą koleżanki na wysokich stano-

wiskach, zaczynają wierzyć, że same również mogą osiągnąć takie cele. To naśladownictwo siły i ambicji kobiet staje się istotnym narzędziem w walce z normami kulturowymi, które jeszcze niedawno stawiały przeszkody na drodze do kariery.

Dlatego też czas wolny Polek jest skoncentrowany na osobistym rozwoju, relaksie oraz dążeniu do równowagi w życiu. Kobiety poszukują aktywności, które pozwalają im nie tylko odpocząć, ale także rozwijać swoje pasje i zaangażowanie społeczne.

W wolnych chwilach 28% respondentów wskazuje, że kobiety cenią sobie czas na relaks, wybierając różne formy wellness (28%),



Piwnie SPA.

takie jak spa, medytację czy aktywność fizyczną, aby zregenerować siły i zadbać o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne. Aż 50% Polek podkreśla, że obecnie dla pań najbardziej popularnym hobby jest fitness i zdrowy styl życia. Aktywności fizyczne, takie jak jogging, joga czy treningi na siłowni, zyskują na znaczeniu. Kobiety rozwijają również swoje pasje poprzez sporty ekstremalne (25%), takie jak wspinaczkę czy surfowanie. Te drugie aktywności przyciągają osoby, które szukają adrenaliny i niesamowitych doświadczeń.

45% respondentów wskazuje, że najlepszym upominkiem dla pań jest relaksujący pobyt w SPA. Co trzecia osoba marzy o zorganizowaniu wyjazdu, aby zrelaksować się w naturalnym środowisku, korzystając z dobrodziejstw spa czy glampingu. Tego typu podarunek pozwala na odstressowanie się i zadbanie o swoje samopoczucie. Co trzecia Polka ceni sobie możliwość skorzystania z masażu, takiego jak na przykład relaksujący masaż Kobido, który nie tylko przynosi ulgę, ale także poprawia kondycję skóry.

20% osób wskazuje, że kobiety

poświęcają swój wolny czas na naukę i rozwijanie nowych umiejętności, co sprzyja ich osobistemu i zawodowemu wzrostowi. Uwielbiają podróżować (18%), co pozwala im na poznawanie nowych kultur i poszerzanie horyzontów oraz angażują się w aktywności związane z kulturą (14%), takie jak koncerty, wystawy czy festiwale, co wzbogaca ich życie społeczne. 20% osób wskazuje, że poświęcają czas na wolontariat, angażując się w różnorodne działania na rzecz społeczności, co przynosi im satysfakcję i poczucie spełnienia.

Wyniki badania pokazują, że miejsca, w których chcą żyć kobiety, odzwierciedlają ich wartości oraz potrzeby. Co trzeci respondent deklaruje, że panie wolą żyć w miastach, które oferują możliwości zawodowe i edukacyjne, a także bogate życie kulturalne. 30% osób podkreśla, jednak że kobiety decydują się także na życie na wsi, ceniąc spokój, kontakt z naturą oraz możliwość prowadzenia zdrowszego stylu życia. (rob)

(Badanie „Świat współczesnych kobiet” zostało zrealizowane przez serwis Prezentmarzeń na próbie 1025 respondentów, metodą CAWI w lutym 2025).



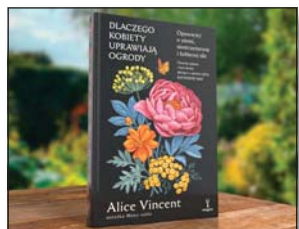
Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama

Tel. +48 602 638 409, e-mail: twoj-tydzien@wp.pl



Burn Book. Technologia i ja: historia miłosna Kara Swisher, tłumaczenie Michał Strąk, biografia, cena 54,99 zł, Wydawnictwo Insignis.

Wywiady z największymi graczami branży nowych technologii - na przykład Steve'em Jobsem, Billem Gatesem, Elonem Muskem, Markiem Zuckenbergiem. Dziennikarze to legendarne postaci: Kara Swisher i Walt Mossberg. Książka Kary Swisher to wspomnienia wydarzeń związanych z najpotężniejszymi graczami technologicznymi przy największym boomer bogactwa w historii. Jacy naprawdę są Musk, Zuckerberg i inni? Kto jest największym rozczarowaniem Kary, a kto - według niej - jest najporządniejszą osobą w branży? Jacy są miliarderzy i czy ich celem jest faktycznie zmienianie świata na lepsze? Przeczytamy o zagrożeniach związanych z technologią i tym, czym kończy się oddawanie nieograniczonej władzy nad rządem dusz w ręce technokratów. Historia związku Kary Swisher z technologią, który ją pochłonął, ale zaczęło pojawiać się rozczarowanie. Pozostaje jednak optymistka.



Dlaczego kobiety uprawiają ogrody. Opowieści o uprawie roślin, sióstrzeństwie i kobiecej sile - Alice Vincent, tłumaczenie Izabela Stankiewicz, literatura faktu, publicystyka, cena 49,99 zł Wydawnictwo Insignis.

Co sprawia, że kobiety uprawiają ziemię, sieją nasiona i opiekują się nimi, choć mają przecież tak wiele innych obowiązków? W jaki sposób praca z tym, co wzrasta, jest pracą na własnym wzroście, szansą na przepracowanie straty i żalu, możliwością okrycia własnej kreatywności. Powrót do korzeni jest dla wielu szansą powrotu do samych siebie, a opowiadanie własnej historii oraz wysłuchanie historii innych może przyczynić się do odzyskania gruntu pod stopami.



Śledzik czeka na dzidziusia, Śledzik idzie do szkoły Anna Ehling, ilustracje Moa Graaf,

tłumaczenie Agnieszka Stróżyk, wiek 6+, cena 29,90 zł, Wydawnictwo Zakamarki.

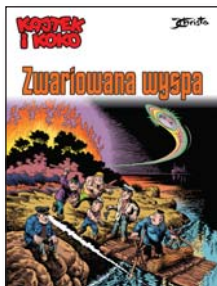
Hubert Rask, zwany Śledzikiem, ma sześć lat. Śledzik nie za bardzo lubi nowe rzeczy i nowe sytuacje. Poznajemy go w momencie, kiedy jego życie diametralnie się zmienia. Bo czy świat nie staje na głowie, kiedy w domu pojawia się młodsze rodzeństwo i kiedy w dodatku rozpoczyna się pierwszy klasę?

Śledzik czeka na dzidziusia Jest wczesny ranek i zapowiada się strasznie długi dzień. Śledzik chwilowo mieszka u dziadka, a towarzysztwa dotrzymuje im kosa Matylda. Czekają, aż mama z tatą wróci ze szpitala. Bo Śledzik będzie miał rodzeństwo. Ale wygląda na to, że dzidziusiowi się nie spieszy. Trzeba więc wypełnić czymś czas i przegonić niepokój. Już za chwilę nic nie będzie tak jak dawniej. Tylko jak?



Śledzik idzie do szkoły Śledzik ma od niedawna malutkiego brata, który umie jedynie chwytac za palec i płakać. Śledzik też właśnie rozpoczyna szkołę! Nowe miejsce, nowe twarze i nowe emocje - czuje się dość zagubiony. Na szczęście w klasie jest Hela. Dzięki niej wszystko od razu staje się łatwiejsze. W dodatku Hela rymuje się z... „makrela”!

KLUB ŚWIATA KOMIKSU EGMONT



Kajtek i Koko. Zwariowana wyspa Scenariusz: Janusz Christa, Rysunki: Janusz Christa, komiks polski humor, Cena: 49,99 zł.

Nowa kolorowa edycja przygód Kajtka i Koka! Przygodowa-fantastyczna historia przedstawiająca perypetie załogi statku. Na pokładzie parowca „Kakaryka” nagle zaczynają się dziać dziwne rzeczy. Psuje się dosłownie wszystko: od zegarków przez busole aż po radio i ginie komplet map. Cała nadzieja w polinezyjskiej wulkanicznej wyspie Mohoanaha. Kiedy Kajtek i Koko z załogą dopływają na „zwariowaną” wyspę, mają do czynienia z pomieszaniem czasu i halucynacjami - efektem zbiorowej hipnozy zafundowanej przez istoty niekoniecznie z naszej planety.



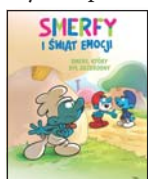
Magiczny świat Disneya w komiksie. W głowie się nie mieści Scenariusz: Alessandro Ferrari, Rysunki: Massimiliano Narciso (makieta), Arianna Rea, Andrea Greppi, Andrea Scopetta, Federico Mancuso, Przekład: Maria Bialek, komiks amerykański przygodowy, Cena: 34,99 zł.

Bajecznie kolorowa komiksowa adaptacja zachwycającej filmowej opowieści „W głowie się nie mieści”. Riley to ciekawa świata jedenastolatka, którą kieruje pięć emocji: Radość, Strach, Odraza, Gniew i Smutek. Radość doskonale wie, co robić, żeby w centrali w mózgu dziewczynki wszystko działało sprawnie i harmonijnie. Wydaje się, że nic nie może jej zaskoczyć.



Czarodziejki W.I.T.C.H. Nowe historie. Serce żywiołów Scenariusz: Alessandro Ferrari, Rysunki: Giulia Adragna, Przekład: Jacek Drewnowski, komiks włoski fantasy, Cena: 59,99 zł.

Znane bohaterki w nowej odsłonie! W Heatherfield mieszka pięć przyjaciółek obdarzonych magicznymi mocami. W szkole Will, Irmy, Taranee, Corneli i Hay Lin pojawia się nowy uczeń - Arthur, którego zachowanie wzbudza niepokój czarodziejek. Skąd pochodzi i jaką tajemnicę skrywa? To wróg czy przyjaciel? Czy dziewczynom uda się zachować kontrolę nad swoimi mocami, kiedy będą musiały stawić czoła zaborczej cesarzowej Charu? Dzięki sile połączonych serc mogą pokonać wszystkie przeciwności!



Smerfy i świat emocji. Smerf, który był zazdrosny, tom 14, Scenariusz: Falzar, Thierry Culliford, Rysunki: Antonello Dalena, Przekład: Maria Mosiewicz, komiks francuski humor, Cena: 24,99 zł.

Seria pomagająca najmłodszym czytelnikom w przezwyciężeniu lęków. Każdy album jest uzupełniony poradami psychologicznymi dla dzieci i rodziców. Papa Smerf jest bardzo zajęty, więc zleca Listonoszowi nietypowe zadanie, co powoduje lawinę nieprzewidzianych wydarzeń. Przy okazji dowiemy się, czy Papa Smerf woli potrawę ratatuj czy... fajerkwerki! Dzięki komiksowi zrozumiesz, że często nie ma podstaw, aby być zazdrosnym.



Asteriks i Normanowie, tom 9 Scenariusz: René Goscinny, Rysunki: Albert Uderzo, Przekład: Jarosław Kilian, Marek Puszczewicz, komiks francuski humor, Cena: 59,99 zł.

Nieznający strachu ludzie północy Normanowie wyruszają na południe, gdzie chcą nauczyć się, jak należy trząść się ze strachu jak osiki. Trafiają jednak pod najgorszy adres - do osady dzielnych Galów, którzy nie wiedzą, co to strach. Sytuację ratuje pojawienie się w wiosce kuzyna wodza Asparanoiksa - tchórzliwego Skandaliksa. Przybysze, pragnąc zrozumieć „strach”, postanawiają porwać Skandaliksa, a Asteriks i Obeliks oczywiście podejmują się wyswobodzenia go...



Frnck. Apokalipsa, tom 9 Scenariusz: Olivier Bocquet, Rysunki: Brice Cossu, Przekład: Agata Cieślak, komiks francuski humor, Cena: 34,99 zł.

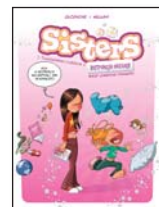
Dalsze przygody Francka - nastolatka, który przeniósł się do prehistorii. Do Ziemi zbliża się meteoryt, który - wiadomo z historii - spowoduje zniknięcie dinozaurów. Franck, jego prehistoryczni przyjaciele, ocaleni z katastrofy samolotu i plemię ludożerców chcą uciec przed kataklizmem by wrócić do XXI wieku podziemną rzeką pod wulkanem. Po drodze muszą uniknąć stratowania przez zwierzęta, i sforsować rzekę. W grupie są też Izaak Kraus i Chi-polata, którzy, po tym, czego dopuścili się w prehistorii, w XXI wieku mogą liczyć wyłącznie na więzienie. Wyjściem jest dla nich powrót do teraźniejszości...



Sami. Machina odumarcia, tom 10, Scenariusz: Fabien Vehlmann, Rysunki: Bruno Gazzotti, Przekład: Agata Cieślak, komiks francuski fantasy/horror, Cena: 34,99 zł.

Kolejny, trzymający w napięciu tom serii o grupie dzieci, które pewnego dnia obudziły się w dziwnym świecie bez dorosłych, za to z dzikimi zwierzętami i innymi dziećmi zamienionymi w zombi. W czasie ucieczki przed ścigającymi ich oddziałami z Neosalem nasi bohaterowie musieli się rozdzielić i ratować na własną rękę. Długo wpadł w ręce Szalonego Pana, ranna Leila, Nożownik i Terry uciekli razem w jedną stronę,

Yvan samotnie w drugą, a Zoe i Ajza zostały w chacie w górach. Członkowie każdej z tych grup muszą ratować się SAMI...



Sisters. Podobieństwo rodzinne + Instrukcja obsługi Scenariusz: Christine Frassetto, Christophe Cazenove, Rysunki: William, Przekład: Maria Mosiewicz, komiks francuski humor, Cena: 49,99 zł.

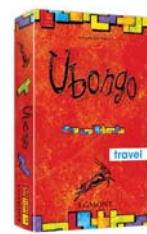
Wyjątkowy album w serii - tom pierwszy Sisters oraz instrukcja obsługi siostry! Szalony i zabawny poradnik, jak radzić sobie z młodszą siostrą, która chce tobą rządzić; jak zdobyć koleżanki i jak postępować z chłopakami; jak w szkole i w życiu pozostać sobą; jak wybrać zwierzątko domowe; jak unikać kłopotów w Internecie i jak zmiekczać rodziców. I mnóstwo śmiesznych rysunkowych gagów autorów bestsellerowych „Sisters”!

GRY PLANSZOWE



Kolorowe Trójkąty - baw się matematyką! Joanna Bednarczyk, dla 2-4 graczy 6+, czas gry 30 minut, elementy gry: 6 kafli startowych, 2 komplety trójkątnych kafelków i 4 ściągawki z punktacją, cena 59,99 zł, Wydawnictwo EGMONT.

Gra, która łączy dynamiczną zabawę z rozwijaniem kluczowych umiejętności matematycznych dzięki połączeniu elementów logicznych i strategicznych. Celem gry jest umiejętność dokładanie do siebie kolejnych kafelków w kształcie trójkątów. Dokładany kafelek musi pasować całym bokiem do boku kafelka na stole w taki sposób, żeby na kafelkach, które się stykają pasowały wszystkie kolory. Choć zasady wydają się proste, każda kolejna decyzja wymaga uwagi i przemyślenia. Gra ma dwa warianty rozgrywek. „Tylko kolory” są dla początkujących graczy, a punkty za wszystkie kolorowe trójkąciaki ze „spójnych” jednokolorowych obszarów. Wariant „Kolory i trójkąty” oferuje bardziej zaawansowaną rozgrywkę, w której dodatkowo punkty przyznawane są za tworzenie większych, geometrycznych struktur.



Ubongo Travel Grzegorz Rej-

chtman, gra dla 1-4 graczy 7+, czas gry 20 minut, elementy: 32 planszeczki z 64 różnymi zadaniami i 4 komplety po 8 kafelków, cena 59,99 zł, Wydawnictwo EGMONT.

Zupełnie nowa wersja bestsellerowej gry „Ubongo”! **Ubongo Travel** to propozycja dla fanów logicznych wyzwań i błyskawicznych rozgrywek. Wciąga już od pierwszej rundy, a kompaktowe pudełko można zabrać wszędzie. Gracze muszą samodzielnie odkrywać, które kafelki najlepiej pasują do wybranej planszeczki - brak odpowiedzi to wyzwanie. Każdy stara się jak najszybciej zakryć jasne pola na swojej planszeczce, by jako pierwszy zawołać „Ubongo!” i zdobyć punkt. Gra oferuje dwa poziomy trudności - dla początkujących i zaawansowanych, więc nadaje się zarówno dla dzieci, jak i dorosłych. Choć zadania mają określoną strukturę, każde z nich oferuje kilka rozwiązań.

GRY KOMPUTEROWE



Two Point Museum - Edycja Odkrywców, producent Two Point Studios, wersja językowa angielska, polska (napisy), gra PC, cena ok. 159 zł, Cenega.

Wciel się w rolę początkującego kustosa i podejmij się zadania utworzenia oraz rozwoju własnych muzeów, które utrafią w gusta nawet najbardziej zblazowanych gości! Koordynuj działania specjalistów podczas ich dalekich podróży w poszukiwaniu nowych okazów. Wzbudź zainteresowanie głodnych wiedzy gości. Zabezpieczaj posiadane na stanie okazy, dbaj o czystość pomieszczeń oraz dobrostan personelu... i trzymaj dzieci z dala od szkieletów dinozaurów. Jako kustosz masz za zadanie zarządzać powierzonym ci muzeum oraz dbać o jego rozwój. Wysyłaj zespoły przeszkolonych specjalistów na wyprawy w poszukiwaniu rzadkich i jako tako zachowanych artefaktów. Daj się ponieść kreatywności i stwórz rozkład pomieszczeń muzeum odpowiadający twoim oczekiwaniom! Dekoruj wnętrza budynku, tworząc obszary tematyczne. Maluj ściany, rozwijaj dywany i ustawiaj każdy szkielet dinozaura. Opracuj ścieżki zwiedzania dla wycieczek. By podtrzymać ich entuzjazm, pokazuj im okazy budzące największą ciekawość. Uzupełnione o obszerną informację i pięknie udekorowane, z pewnością chwycą za serca sponsorów. Goście spodziewają się czystych sal, niezacinających się automatów z przekąskami, sprawnych spłuczek i sklepu z pamiątkami.

Umowy podpisane - czekamy na wydarzenia!

Wójt Tarnowa Podgórnego Tadeusz Czajka spotkał się z pomysłodawcami projektów, które uzyskały najwięcej głosów mieszkańców w I edycji Budżetu Inicjatyw Społecznych 2025 (BIS).



Wójt Tadeusz Czajka i pomysłodawczyni jednej ze zwycięskich inicjatyw, sołtys Lusowa Karolina Nowak.

Każda z tych zwycięskich inicjatyw otrzyma z gminnego budżetu 8.000 zł na realizację (to maksymalne dofinansowanie). Są to:

- „Wielka Kolacja pod gwiazdami na plaży w Lusówku z pływającą sceną muzyczną” Adama Retkowskiego,
- „Rozśpiewane Przeźmierowo” Małgorzaty Raciborskiej,

- „Weselne poprawiny w Wysogotowie” Tomasa Bardabusza,
- „Noc Świętojańska” Karoliny Nowak.

Gmina Tarnowo Podgórne przygotowuje już głosowanie projektów zgłoszonych w ramach II edycji BIS. Obecnie trwa weryfikacja formalna zgłoszonych propozycji. Głosowanie – które od tego roku odbywa się wyłącznie elektronicznie – potrwa od 21 kwietnia do 5 maja. (ARz)

Wiosenna akcja w Społecznym Parku

Dwa lata temu mieszkańcy Gminy Tarnowo Podgórne posadzili wspólnie blisko 120 tys. sadzonek drzew, tworząc Społeczny Park Tarnowo Podgórne. Dziś czas na wiosenne porządki. Akcja potrwa do 31 marca.



Jak można się włączyć do wspólnego działania? Wystarczy zebrać grupę znajomych, przyjaciół lub/i sąsiadów, a następnie ustalić termin działania z Wydziałem Infrastruktury Kubaturowej i Ochrony Środowiska – najlepiej z p. Andrzejem Korpikiem, tel. 509-237-798. Potem przyjechać (polecamy rowerem!) lub przyjść w umówionym terminie do Społecznego Parku, najlepiej z własnym sprzętem typu łopata.

– Uczestników akcji prosimy o sprawdzenie sadzonek i tam, gdzie to potrzebne, dosadzenie nowych drzewek – wyjaśnia Andrzej Korpik. – Sadzonki będą przygotowane na miejscu, będzie też krótka instrukcja jak sadzić „zielonym do góry”.

Na terenie Społecznego Parku jest wiata grillowa i miejsce na ognisko, można zatem tę wiosenną akcję połączyć z integracją na świeżym powietrzu. (ARz)

Zostań młodzieżowym radnym!

26 kwietnia odbędą się wybory do Młodzieżowej Rady Gminy I kadencji. Jeżeli masz od 13 do 19 lat, na stałe mieszkasz na terenie Gminy i chcesz reprezentować interesy młodzieży, konsultować ważne sprawy z władzami oraz współpracować z młodzieżą z innych gmin, to zgłoś swoją kandydaturę!

Formularz zgłoszeniowy dostępny jest w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Tarnowo Podgórne (w zakładce Organy Władzy – Organy pomocnicze – Młodzieżowa Rada Gminy albo skorzystaj z kodu QR) oraz Wydziale Obsługi Klienta w Urzędzie Gminy Tarnowo Podgórne i Filii Urzędu Gminy w Przeźmierowie.

Wypełniony formularz wraz z listą minimum 10 podpisów osób popierających prosimy złożyć do 28 marca w Wydziale Obsługi Klienta w Urzędzie Gminy Tarnowo Podgórne lub w Filii Urzędu Gminy w Przeźmierowie, w godzinach pracy Urzędu.

KALENDARZ WYBORCZY

- do 28 marca – zgłaszanie kandydatów do Młodzieżowej Rady Gminy Tarnowo Podgórne
- do 2 kwietnia – ogłoszenie listy kandydatów
- 26 kwietnia w godz. 10.00-15.00 – głosowanie
- do 2 maja 2025 r. – ogłoszenie składu Młodzieżowej Rady Gminy Tarnowo Podgórne. (ARz)

Odkrywcza podróż w przeszłość

„NajntisyForever!” – nowa wystawa czasowa w Centrum Kultury ZAMEK w Poznaniu przenosi nas do lat 90 minionego wieku.

POZNAŃ – KULTURA



Kasety VHS, komiksy z kiosku, automaty do gier – to wszystko (i więcej!) można oglądać na nowej wystawie czasowej „NajntisyForever! Popkultura w Polsce lat 90.” Od 22 marca do 27 lipca 2025 roku Centrum Kultury ZAMEK w Poznaniu będzie przypominać dekadę, która ukształtowała współczesną popkulturę. Wystawa jest skierowana zarówno do tych, którzy wspominają tamte czasy, jak i do młodszych, dla których ekspozycja stanie się odkrywczą podróżą w przeszłość. To także okazja do refleksji nad fenomenem nostalgii i jej wpływem na naszą pamięć.

Polska lat 90. Ubiegłego wieku to czasy transformacji ustrojowej i ekonomicznej, ale także prawdzi-

JAROSŁAW MATUSZEWSKIwej rewolucji w kulturze popularnej. Dzięki zachodnim wpływom na ulicach pojawiły się kolorowe reklamy, w domach zawisły masowo anteny satelitarne, a na półkach pojawiły się pierwsze edycje gier komputerowych i kaset magnetofonowych. „NajntisyForever!” to wystawa, która docenia codzienne praktyki tamtego okresu – nieelitarne, masowe, a jednocześnie wyjątkowe dla pokolenia, które dorastało w tej dekadzie.

– Dyskusja na temat lat 90. XX wieku przeżywa dziś swój renesans – to dekada, którą pamiętam jako pełną kolorów, dźwięków i obrazów, ale też moment intensywnej przemiany. W tamtym czasie dzieci i młodzież w Polsce nie tylko obserwowały zachodnią popkulturę, ale aktywnie ją przeżywały – przez filmy VHS, komiksy, gry komputerowe, gazety młodzieżowe i komiksy. Wystawa nie jest nostalgiczną rekonstrukcją, lecz zaproszeniem do refleksji nad popkulturowym krajobrazem tamtych lat. „NajntisyForever!” to próba uchwycenia doświadczeń – pokazania, jak wyglądało dorastanie w rzeczywistości, w której kultura popularna



była zarówno oknem na świat, jak i przestrzenią twórczej adaptacji – mówi kurator wystawy, Tomasz Żaglewski.



DOTKNIJ, POSŁUCHAJ, ZAGRAJ

W Sali Wystaw CK ZAMEK pojawiły się eksponaty, które nie tylko można oglądać, ale także używać. Na odwiedzających(-e) czekać będą projekcje odtwarzane z kaset VHS, walkmany z muzyką, automaty do gier, pierwsze polskie edycje „Supermana” i kultowe zabawki – Lego, Transformersy i Barbie.

To przestrzeń, w której będzie można zanurzyć się w atmosferze lat 90. XX wieku, przypo-

mnąć sobie zapomniane rytuały popkultury i skonfrontować własne wspomnienia z rzeczywistością tamtych czasów.

Wystawa i towarzyszące jej wydarzenia skierowane są do wszystkich pokoleń – od tych, którzy dorastali w latach 90. Ubiegłego wieku, przez młodszych, ciekawych technologii i trendów sprzed ponad dwóch dekad, aż po dzieci i młodzież, dla których ekspozycja będzie edukacyjnym spotkaniem z historią.

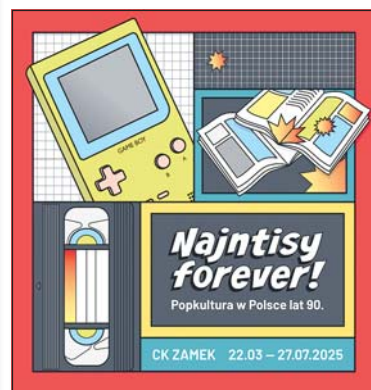
NIE TYLKO WYSTAWA

Wystawie „NajntisyForever!” towarzyszy rozbudowany program edukacyjny i kulturalny, który pozwoli jeszcze głębiej zanurzyć się w realia tamtych lat. Zaplanowano spotkania tematyczne, warsztaty, pokazy filmowe i działania li-



terackie, które będą dobrą okazją do podzielenia się wspólnymi doświadczeniami, osobistymi wspomnieniami, a także do refleksji nad tym, jak lata 90. XX wieku odcisnęły się w naszym języku i wyobraźni.

Spotkania na wystawie pozwolą lepiej zrozumieć Internet z początkowych lat, pierwsze przedruki zachodnich komiksów, kolekcjonowanie figurek, gry oraz fenomen kaset magnetofonowych i VHS. Już teraz Zamek zaprasza na Noc Muzeów i „Najntisowy Dzień Dziecka” w wiecznie żywym klimacie lat 90. XX wieku.



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

Reklama ♦ Reklama
e-mail: twoj-tydzien@wp.pl

To jeszcze nie koniec grypy

Sezon zimowy 2024/2025 przyniósł gwałtowny wzrost zachorowań na infekcje dróg oddechowych — luty był kolejnym miesiącem zwiększonej liczby przypadków, głównie o podłożu wirusowym, w tym grypy. Ferie zimowe, łagodna pogoda i niski poziom wyszczepialności tylko pogłębiły ten trend. W ostatnich dniach liczba zakażeń zmniejsza się, ale końca epidemii grypy jeszcze ogłosić nie możemy.

Luty był kolejnym miesiącem wzmożonej zachorowalności na infekcje dróg oddechowych, przede wszystkim o etiologii wirusowej, w tym wywołanych wirusami grypy, co potwierdzały wyniki testów antygenowych. Dodatkowo, sezon ferii, zimowisk czy półkolonii sprzyjał spotkaniom rówieśniczym wśród dzieci oraz młodzieży i ułatwiał rozprzestrzenianie zakażeń przenoszonych drogą kropelkową, co trwało również w pierwszych tygodniach po powrocie do szkół. Łagodna zima, duża wilgotność powietrza i temperatury rzadko spadające istotnie poniżej 0 st. C także wspomagały rozwój fali zakażeń grypowych i grypopodobnych.

Jak podaje Główny Inspektor Sanitarny w sezonie zimowym 2024/2025 odnotowano 3 razy więcej infekcji grypowych niż w latach ubiegłych. Ponad 25 tysięcy osób trafiło do szpitali z rozpoznaniem grypy, a około tysiąc osób zmarło. Czasowe braki leków przeciwgrypowych również utrudniały szybkie wdrażanie leczenia przyczynowego i zapobieganie rozwojowi zakażenia i jego powikłań przede wszystkim u pacjentów z obniżoną odpornością czy z wielochorobowością.

TO JESZCZE NIE KONIEC

Szczyt zachorowań na gripę w Polsce przypadał typowo na okres styczeń-marzec. Od czasu pandemii obserwujemy zmiany tej cykliczności. W obecnym se-

zonie fala infekcji grypowych rozpoczęła się już w listopadzie, ze szczytem zachorowań na przełomie stycznia i lutego. W ostatnich 2 tygodniach liczba zakażeń zaczyna się zmniejszać, ale wieloletnie obserwacje epidemiologiczne wskazują na możliwość wystąpienia drugiej fali infekcji, więc końca epidemii grypy jeszcze z całą stanowczością ogłosić nie możemy.

SZCZEPIENIA MAJĄ SENS

Niestety nadal borykamy się z bardzo niskim poziomem wyszczepialności przeciw grypie. Dla całej populacji wyniósł on około 6%, a wśród osób powyżej 60 roku życia, szczególnie narażonych na cięższy przebieg zakażenia i wystąpienie powikłań, sięgnął zaledwie 17%.

Aktualny sezon infekcyjny przyniósł również znacząco większą liczbę zachorowań wywołanych krztuścem i RSV. Tutaj również podstawą profilaktyki są szczepienia ochronne. W przypadku krztuśca wykonywane wśród dzieci i młodzieży w ramach programu szczepień ochronnych, wśród dorosłych - w ramach szczepień zalecanych, powtarzanych co 5-10 lat.

Od niedawna dysponujemy również szczepionką przeciw RSV – do stosowania u kobiet ciężarnych jako forma zabezpieczenia przed zachorowaniem noworodków i niemowląt oraz do stosowania u wszystkich dorosłych po 60 roku życia, a u osób z czynnikami ryzyka ciężkiego przebiegu zakażenia RSV od 50 roku życia. (mar)

Porodówka najlepsza w Wielkopolsce

SZAMOTUŁY

Oddział Ginekologiczno-Położniczy Szpitala Powiatowego w Szamotułach zajął pierwsze miejsce w województwie wielkopolskim w plebiscycie „Gdzie Rodzić po Ludzku” w podsumowaniu 2024 roku. Oddział został oceniony najwyżej spośród innych placówek i otrzymał 77.108 punktów.

To wyjątkowe wyróżnienie, ponieważ ranking powstaje wyłącznie na podstawie anonimowych ankiet wypełnianych przez pacjentki po porodzie. Szamotulska Porodówka cyklicznie znajduje się w pierwszej trójce każdej edycji co kwartał od początku 2023 roku.

- Ten tytuł to dla nas ogromna duma i potwierdzenie, że nasza praca naprawdę ma sens. Każda rodzica jest dla nas wyjątkowa i dokładamy wszelkich starań, by czuła się bezpiecznie i komfortowo – mówi Marzena Skalska-Spychała, położna oddziałowa szpitala. (tab)

WIELKOPOLSKIE	
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej Szamotuły	77.108
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej w Mieście Kalisz	76.521
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej w Mieście Gnieźno	76.234
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej w Mieście Konin	75.987
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej w Mieście Leszno	75.742
LUBUSKIE	
Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrotowej Zielona Góra	74.821

NIE UZALEŻNIAJ SIĘ OD UZALEŻNIEŃ

Bez marihuany można się obyć

Marihuana uznawana za miękki narkotyk i wykorzystywana w medycynie leczniczej ma zarówno zwolenników jak i przeciwników. Jako substancja psychoaktywna może jednak prowadzić do uzależnienia.

W kilkunastu państwach Europy palenie lub przyjmowanie określonych ilości i postaci marihuany („na własne potrzeby”) jest dopuszczalne. W Polsce medyczna marihuana została dopuszczona do użytku, jednak jest ona właściwie pozbawiona THC.

Marihuana zaliczana do środków odurzających to wysuszone kwiatostany żeńskich roślin konopi indyjskich lub konopi siewnych. W składzie mają najwięcej substancji psychoaktywnej THC (tetrahydrokanabinol) powodującej stan odurzenia. To popularny narkotyk wśród młodzieży: jak mówią jego zwolennicy - relaksuje, wyostża zmysły, wprowadza w euforię lub wycisza, czasem powoduje wybuchy śmiechu.

Szacuje się, że ponad połowa młodych ludzi od 18-29 lat co najmniej raz sięgnęła po marihuanę. Długotrwałe stosowanie tej substancji (szczególnie w okresie dojrzewania) prowadzi jednak do trwałego upośledzenia funkcji poznawczych. Objawia się to gorszymi wynikami w nauce, obniżonym nastrojem oraz ryzykiem zaburzeń psychicznych. Przy częstym stosowaniu tego narkotyku zachodzą zmiany w mózgu, które upośledzają proces uczenia się i zapamiętywania informacji.

Marihuana nie uzależnia fizycznie, jak ciężkie narkotyki, lecz psychicznie. Powstaje ciągła chęć wprowadzania się w stan pod wpływem kanabinoidu THC. Palenie marihuany może też wywołać nieprzyjemne objawy: drażliwość, nerwowość, pobudliwość, wrażliwość na światło, osłabioną pamięć i koncentrację, pogorszony refleks i koordynację ruchową, choroby gardła, krtani, kaszel, zaburzenia snu, przekrwione oczy i bóle głowy. Palenie marihuany może być przyczyną stanów zapalnych, a nawet nowotworów układu oddechowego, ale jest to efekt nie kanabinoli, a substancji zawartych w dymie.

Kto pali bardzo długo, może mieć problemy z logicznym myśleniem, odczuwać niechęć do spotkań towarzyskich, ograniczać kontakty z ludźmi. Może wystąpić apatia, lęk, chwiejność emocjonalna, a nawet beczność, zubożenie i zanik zainteresowań.

Przy tej okazji trzeba wspomnieć o marihuanie syntetycznej czyli dopalaczach, które mogą być śmiertelnie groźne. Pojawiają się syntetyczne kanabinoidy w postaci dodatków do suszu zwykłych roślin. Dopalaćce mają dużo silniejsze działanie niż marihuana

i mogą wywołać: podwyższone ciśnienie, palpitacje serca, pobudzenie, panikę, niepokój, lęk, tolerancję na ból, drgawki, wymioty i halucynacje.

Niektórzy interpretują stosowanie marihuany jako świadomy wybór.

Nie jest jednak prawdą, że marihuana nie uzależnia i że jej użytkownicy rzadko trafiają do lecznictwa. 16% wszystkich leczonych z powodu uzależnień objętych jest terapią właśnie z powodu marihuany (trzęsie miejsce po alkoholu i opioidach). Bycie pod wpływem kanabinoli zwiększa ryzyko wypadków w ruchu drogowym i ryzyko wystąpienia zaburzeń lękowych oraz depresyjnych. Jednak bardzo częste jest współwystępowanie zaburzeń psychicznych.

U uzależnionych od kanabinoli mogą występować zespoły abstynencyjne. Pojawiają się po kilku dniach po odstawieniu marihuany i mają łagodny przebieg. Kanabinoidy kumulują

się w tkance tłuszczowej i uwalniają się z niej przez wiele dni, co łagodzi objawy abstynencyjne, ale mogą się one utrzymywać od kilkunastu do kilkudziesięciu dni. Są to: silna chęć bycia pod wpływem kanabinoli, zaburzenia lękowe i trudność odprężenia się, drażliwość, bezsenność, zmiana apetytu, zmęczenie, a czasem: drżenie, wzmożona potliwość, przyspieszenie czynności serca, nudności, wymioty, biegunka, zmiany popędu płciowego. Pacjenci często wtedy sięgają po alkohol. Zespół abstynencyjny jest jednym z objawów uzależnienia. Inne objawy mniej dokuczliwe są przyczyną bagatelizowania problemu.

Wizyta u terapeuty uzależnień czasem może okazać się niezbędna. Leczenie uzależnienia najczęściej poprzedza rozmowa. Większa świadomość zagrożeń płynących z nadużywania substancji psychoaktywnych. Dostrzegając negatywne skutki palenia marihuany, przestaje się je ignorować. Program psychoterapeutyczny jest kombinacją różnych metod: zwiększanie motywacji, metody poznawczo-behawioralne, nagradzanie zachowań pozytywnych, odbieranie przywilejów w przypadku nawrotu. Caudis to krótkoterminowy program terapii oparty na 10 spotkaniach z terapeutą trwają-

cych po półtorej godziny. Mogą w nim uczestniczyć osoby, które ukończyły 16 lat. W trakcie 10 sesji uczestnik buduje motywację (indywidualną) do zmiany zachowania (abstynencja lub ograniczenie używania marihuany czy przetworów konopi) i nabywa umiejętności ułatwiających ich utrzymanie, radzenie sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi, komunikowanie się i utrwalanie pozytywnych zachowań. Pomoc może spędzanie więcej czasu z bliskimi i rozwijanie pasji, nieszkodliwych dla zdrowia, które wywołują pozytywne emocje, np. sport.

Palenie marihuany. To dzisiaj zjawisko często spotykane wśród polskiej młodzieży?

- Niestety marihuana cały czas jest atrakcyjna i cieszy się popularnością nie tylko wśród młodzieży, ale także wśród osób dorosłych - mówi Agata Pakuza, terapeuta uzależnień i psychoterapeuta z Punktu Informacyjno-Konsultacyjnego dla Osób Uzależnionych i Ich Rodzin w Chludowie (Gmina Suchy Las). - Trudno jednak nazwać ją dziś narkotykiem miękkim, bo często użytkownicy marihuany nie do końca wiedzą, co właściwie palą. Bardzo wierzą swoim dilerom, żyją w przekonaniu, że nie są narkomanami, że używają czegoś co im służy. Ale to tylko zwykłe mechanizmy tej choroby. Realnie izolują ich od rzeczywistości, od bliskości, zatrzymują rozwój a także nie rzadko powodują problemy, z którymi trafiają na oddziały psychiatryczne np. zespoły paranoidalne. Czasem u takich pacjentów rozpoznaje się schizofrenię. Oczywiście wiele czynników ma na to wpływ. A marihuana ma negatywny wpływ na wszystkie obszary życia, ze zdrowiem psychicznym na czele. I jest to tak samo destrukcyjne uzależnienie jak każde inne. (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.

Zapraszamy na wspólny spacer z zagadkami

6 kwietnia rusza trzecia WIOSENNA GRA TERENOWA! Gra rozpocznie się o godz. 14:00 przy remizie OSP w Promnicach. Na trasie o długości około 2,5 km do rozwiązania będą zadania-zagadki (grupowo lub indywidualnie). Na zakończenie zapraszamy na ognisko! Gwarantujemy gorącą herbatę i kawę. Jedzenie prosimy zabrać we własnym zakresie.



Wiosenna GRA TERENOWA



Vol. 3

06/04/2025, godz. 14.00-16.00

> Gdzie?
Promnice

> Zbiórka?
przy remizie OSP

> Trasa?
ok. 2,5 km

> Atrakcje?
zagadki (rozwiązanie indywidualnie lub grupowo)

> Na zakończenie?
Ognisko: zapewniamy gorącą herbatę i kawę, reszta we własnym zakresie



Wydarzenie bezpłatne!





www.akwenczerwonak.pl

Mariusz Kałamaga Stand Up



GOK Sokół zaprasza do Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowych 3 kwietnia na godzinę 19.00 na Stand Up. Na scenie

zaprezentuje się Mariusz Kałamaga.

Mariusz Kałamaga - na co dzień budzi ludzi w RMF FM - i tam go

tylko słycać. Wieczorami wychodzi ze swojej żeremi i budzi ludzi ze sceny - i tam go widać.

Program Mamo! Papier się kończy! to zestaw spostrzeżeń, przemysłów, doświadczeń komika, które odpowiada myśli: Czyń BOBRO i miej dystans. Papier się kończy a wraz z nim pewna era. Nadchodzi sztuczna inteligencja i prawdziwa głupota. Bo człowiek, by nie myśleć wymyślił robota.

Widzów czeka duża dawka energii i próba pozytywnego spojrzenia na żywot człowieka, miejmy nadzieję, jeszcze pocziwego. Bilety w cenie 80,00 zł do nabycia w biurach GOK Sokół w Czerwonaku i Koziegłowych oraz na bilety24.pl.



KONCERT

CKiR KOZIEGŁOWY

26/04/2025
godz. 19:00



MUZYKA

Lady Gaga „Mayhem” (2025) Królowa jest tylko jedna



Lady Gaga po pięciu latach powraca z siódmym albumem studyjnym „Mayhem”, który stanowi ukłon w stronę jej korzeni popowych, jednocześnie nie rezygnując z bogactwa nowoczesnych brzmień. Słuchać wyraźnie dojrzałość artystyczną zdobytą na przestrzeni lat, artystka swobodnie miksuje style, bawiąc się różnymi konwencjami, soczyste bity krzyżuje z funky i typową parkietową nawałnicą. Puszcza oko do słuchacza mówiąc „jestem królową pop i mogę wszystko”, oczywiście z pewną dawką autoironii.

Wprawne ucho wychwyci nawiązania do Prince, Davida Bowie, The Cure, rytmów disco rodem z lat 90/2000, czy znanych ciągłówek Lady Gagi do rockowych brzmień w utworze „Perfect Celebrity”. Poza tym album zawiera masę energetycznych nut i nieskrępowanej niczym możliwości do eksperymentowania z różnorodnymi brzmieniami.

Już od pierwszych utworów, takich jak „Disease” i „Abracadabra”, słuchacze zostają wciągnięci w świat pulsujących rytmów i chwytliwych melodii, które przywołują przeboje z czasów „Born This Way”. Dysponująca nadal fenomenalnymi zdolnościami wokalnymi (wokalistka posiada trzy oktawy głosu) i wyjątkowym talentem do pisania hitów Lady Gaga pokazuje kto jest dzisiaj numerem jeden w dark popie.

Sam tytuł płyty jest przewrotny, „Mayhem” to chaos, a tutaj wszystkie klocki idealnie pasują do siebie tworząc różnorodną paletę barw i stylów. Wyciąłbym tylko trzy ostatnie smętne ballady, smutne jak nie powiem co, nie nie wnoszą ciekawego, raczej usypiają. Wisienka na torcie to produkcja płyty – dopieszczona tak, że bardziej się nie da, każde przesłuchanie pozwala wychwycić coś nowego. Lady Gaga po tylu latach na muzycznym topie dalej potrafi zaskoczyć. (9/10)

KUBA „THORN” MALENDOWSKI

WARTO WIEDZIEĆ

Panie wożą... panie

Liczba kobiet za kierownicą taksówki rośnie w Polsce najszybciej w Europie. Według danych w porównaniu z ubiegłym rokiem, z platformy korzysta aż 433% więcej pań za kierownicą. Dlatego Uber wprowadza swoją usługę Uber by Women - przejazdy realizowane przez kobiety i dla kobiet - do kolejnych miast. Po sukcesie wdrożenia usługi łączącej pasażerkę z paniami za kierownicą w Warszawie i Krakowie, czas na stolice województw: dolnośląskiego, wielkopolskiego oraz lubelskiego.

MAREK TARNOWSKI



Uber by Women, czyli usługa umożliwiająca zamawianie przejazdów realizowanych wyłącznie przez panie - jest dostępna w Polsce od 2023 roku. Produkt zadebiutował w Warszawie, rok później trafił do Krakowa. Już od 8 marca

2025 roku dostępny także dla użytkowników aplikacji w Lublinie, Poznaniu i Wrocławiu.

Uber by Women cieszy się zainteresowaniem szczególnie chętnie wieczorami i nocą w piątki oraz soboty. Pasażer-

ka-rekordzistka z zamówiła ponad 800 przejazdów. Z kolei pani za kierownicą z rekordową liczbą kursów wykonała ich już ponad 2500.

Polska była pierwszym krajem na świecie, w którym wprowadziliśmy usługę tylko dla pasażerek. Od tego czasu Uber by Women pojawił się także w kolejnych krajach takich jak Indie czy Francja. To odpowiedź nie tylko na potrzeby pasażerek, ale także samych pań kierujących. W porównaniu z ubiegłym rokiem, w Polsce, ich liczba na platformie wzrosła aż czterokrotnie.

Uber by Women wspiera aktywizację zawodową kobiet - taksówkarek, które cenią sobie możliwość elastycznych godzin pracy, co pozwala na łączenie pracy z różnego rodzaju obowiązkami oraz pasjami.

Usługa jest widoczna dla wszystkich użytkowników, dlatego umożliwia kobietom zamawianie przejazdów dla siebie, ale także mężczyznom (korzystając z opcji „zmień pasażera”) - dla znajomej, siostry, kuzynki czy koleżanki.

Rozszerzeniu Uber by Women na kolejne miasta towarzyszyć będzie promocja -50% na pojedynczy przejazd do kwoty 15 zł za kurs w ramach tej usługi. Obejmuje ona nowo-dołączające aglomeracje: Poznań, Wrocław i Lublin, jak i dotychczasowe: Warszawę i Kraków.

Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama ♦ Reklama

Tel. +48 602 638 409, e-mail: twoj-tydzien@wp.pl

Skarby w piwnicznej skrytce

Liczyli na odzyskanie starego albumu z rodzinnymi zdjęciami, a przyczynili się do odnalezienia kościelnych skarbów, ukrytych na krótko przed krwawymi walkami o Nysę w drugiej połowie marca 1945 roku.

SENSACJE Z PRZESZŁOŚCI

Wojna trzydziestoletnia (1618-1648) spowodowała upadek Nysy, zwanej „śląskim Rzymem”. Miasto to już nigdy nie miało się z tego podnieść, tym bardziej że gdy w 1741 roku znalazło się pod panowaniem Prus, Niemcy przekształcili go w twierdzę. Nysa, a właściwie Neisse, musiała swój rozwój dostosować do ograniczeń wynikających z budowy miejskich fortyfikacji. Zdały one jednak egzamin podczas obrony miasta przed wojskami Napoleona.

W 204 roku pruskich tu rządów Neisse znowu przekształcono w twierdzę. Tym razem nyski garnizon miał bronić miasta przed Armią Czerwoną, która 12 stycznia 1945 roku rozpoczęła swój błyskawiczny rajd w kierunku Trzeciej Rzeszy. Wojska 1. Frontu Ukraińskiego, dowodzonego przez marszałka ZSRR Iwana Koniewa, spod okupacji hitlerowskiej wyzwoliły Kraków i wkroczyły na Śląsk.

Wielu ówczesnych mieszkańców Nysy dobrze zdawało sobie sprawę z tego, co czeka miasto w najbliższych tygodniach. Wiekowych budowli sakralnych i świeckich nie da się uratować – rozumowali – ale najcenniejsze skarby kultury można wywieźć lub schować.

Gdy w lutym władze hitlerowskie ewakuowały cywilnych mieszkańców Neisse, proboszcz kościoła pod wezwaniem świętego Jakuba i świętej Agnieszki ksiądz doktor Karl Wawra rozpoczął przygotowania do wywieżenia najcenniejszych skarbów katedralnych. Na początku marca wikariusz, ksiądz Herbert Schlenzog, zawiózł do czeskiego Javornika – dawnej letniej siedziby bi-

LESZEK ADAMCZEWSKI skupów wrocławskich – obraz Hansa Dürera (brata słynnego Albrechta Dürera) „Matka Boża i 14 Wspomożycieli”, srebrną nastawę ołtarzową z figurą świętej Anny i inne dzieła sztuki zdobiące świątynię.

Na zorganizowanie kolejnego transportu nie było już ani czasu, ani możliwości. Pozostałe skarby katedralne proboszcz Wawra postanowił zatem ukryć w samym kościele. W sprawę tę wtajemniczył kierownika nyskiego muzeum Franza Bombę, a ten swego zaufanego pracownika. 21 kielichów mszalnych, relikwiarze i lichtarze zamurowano w piwnicze pod prezbiterium kościoła.

Tymczasem 15 marca Rosjanie – w ramach opolskiej operacji zaczepnej – siłami dwóch zgrupowań wojsk wykonali uderzenie na Neustadt (Prudnik), przełamując silną obronę niemiecką i ponosząc bardzo duże straty. Krwawe boje trwały do końca miesiąca. Podczas tych walk 24 marca zajęto Neisse. Kilka dni wcześniej radzieckie bomby i pociski artyleryjskie dokonały potwornych zniszczeń na nyskiej Starówce. Runęła najwyższa w mieście, 94-metrowa wieża ratusza, płonęły kościoły i budynki mieszkalne. Później obliczono, że zniszczeniu uległo około 80 procent zabudowy miasta.

Minęły lata. Polska znowu Nysa podnosiła się z gruzów. Wiosną 1958 roku miasto odwiedził operator „Polskiej Kroniki Filmowej”. W wydaniu 19A/58 tego magazynu filmowego pokazano archiwalne zdjęcia z 1945 roku i te wykonane trzynaście lat później. Obrazom towarzyszy następujący komentarz:

„Tak wyglądała Nysa, gdy wróciła do Polski. To wszystko, co zostało po zabytkowych średniowiecznych kamienicach i kościołach. Przez kilka lat całe miasto traktowano jak wielką kopalnię cegieł. Wreszcie skończyła się rabunkowa



FOT. – LESZEK ADAMCZEWSKI

Kościół świętego Jakuba i świętej Agnieszki w Nysie, która w latach 1342-1810 była stolicą księstwa biskupów wrocławskich.

rozbiórka, a zaczęła odbudowa. Oto pierwsze jej rezultaty. Fragment Staroego Miasta z fontanną. Podczas kopania fundamentów natrafiono na zabytki z XIII wieku. Teraz za każdą koparką kroczą archeolodzy jak wrony za plugiem. Badanie warstw ziemi gęsto przetykanej skorupami i szczątkami dawnego życia. Czasami udaje się nawet znaleźć doskonale zachowany garnek. Można by go używać i dzisiaj. Muzeum w Nysie wzbogaci się o dalsze, nieraz bardzo piękne eksponaty”.

Mniej więcej w tym samym czasie, gdy w polskich kinach wyświetlano kronikę z materiałem z

Nysy, ksiądz prałat Józef Kadziółka, proboszcz odbudowanej katedry nyskiej, otrzymał sensacyjną informację. Ktoś zdradził mu miejsce ukrycia kościelnych skarbów. Tych, które zamurowano pod prezbiterium. Być może inicjatorem przekazania prałatowi Kadziółce tej informacji był Franz Bomba, który pozostał w powojennej Nysie. Ówczesny proboszcz milczał na ten temat, a obecny – ksiądz prałat Mikołaj Mróz – o całej sprawie dowiedział się dopiero pod koniec lat osiemdziesiątych minionego wieku od przypadkowo spotkanego człowieka. Jedno jest tylko pewne. Zachowało się zdjęcie prałata Kadziółki z 1959 roku z naczyniami liturgicznymi, które znajdowały się w skrytce pod prezbiterium. Wcześniej w katedrze używano naczyń wypożyczonych z innych nyskich kościołów.

Dobiegł końca XX i rozpoczął się XXI wiek. Na początku lipca 2003 roku do Nysy przyjechały dwa starsze małżeństwa spod Hamburga. Panowie, jako kilkunastoletni chłopcy, mieszkali z rodzicami i jeszcze jedną rodziną w budynku, gdzie obecnie znajduje się plebania katedralna. Na krótko przed ewakuacją ludności cywilnej chłopcy byli świadkami zamurowania w piwnicy sprzętu domowego, porcelany i naczyń liturgicznych. Była to – zdaniem gości z Niemiec – inicjatywa refendarza finansowego katolickiej parafii w Neisse.

Zdradzając lokalizację skrytki, starsi panowie liczyli tylko na odzyskanie albumu z rodzinnymi zdjęciami. Ale prałat Mróz się nie spieszył. Wskazany mur zburzono dopiero po wyjeździe obu małżeństw z Nysy. Poszukiwaczom ukazała się nieknięta przez ludzi skrytka, a w niej między innymi zastawy stołowe: srebrna i porcelanowa oraz 30 okolicznościowych monet.

Wśród wyciągniętych z piwnicznej skrytki naczyń liturgicz-

nych, większość pochodziła z początku XX wieku, ale były też trzy rarytasy: srebrne, złożone cyborium (puszka na komunikanty) autorstwa znanego osiemnastowiecznego złotnika nyskiego Martina Vogelhunda; późnobarokowa monstrancja wysadzana licznymi półszlachetnymi kamieniami oraz bogato rzeźbione, srebrne okładki do mszału z medalionem świętego Jakuba na stronie przedniej i świętej Agnieszki na stronie tylnej, rokiem powstania 1766 oraz nazwiskiem fundatora, niejakiego Rosencrantza.

Niemcy spod Hamburga mieli pecha. Album ze zdjęciami, podobnie zresztą jak wiele innych złożonych w skrytce przedmiotów codziennego użytku, uległy zniszczeniu podczas pamiętnej powodzi w 1997 roku, gdy 8 lipca Nysa znalazła się pod wodą. Wdarła się ona też do piwnicy plebanii. Kartonowy album nie przetrzymał tej próby.

O innym śladzie skarbów ukrytych w Neisse na początku 1945 roku napisał Włodzimierz Antkowiak w wydanej w 2004 roku książce „Skarby, poszukiwania i poszukiwacze”.

„W nieznanych dziś tunelach, które mają wychodzić spod tutejszych fortów – pisał Antkowiak – ukryto podobno pod koniec wojny jakieś dobra, najprawdopodobniej muzealia.

Tuneli poszukiwano w latach dziewięćdziesiątych [XX wieku] co najmniej dwukrotnie, prowadząc tu bardzo poważne, kosztowne badania magnetometryczne i radarowe. Wyniki uzyskane przez geofizyków były niejednoznaczne i prywatni inwestorzy nie zdecydowali się na wystąpienie do władz o zgodę na podjęcie prac wykopaliskowych”.

Wiele wskazuje, że ziemia pod Nysą kryje jeszcze немало skarbów. I tych z dawnych wieków, i tych z 1945 roku.



FOT. – ARCHIWUM AUTORA

„Tak wyglądała Nysa, gdy wróciła do Polski” – słyhać z głośników podczas wyświetlania „Polskiej Kroniki Filmowej” ze zdjęciami zniszczonego miasta.

Nowa CUPRA Leon



CUPRA Leon od momentu debiutu w 2020 roku zdobyła uznanie kierowców ceniących dynamiczną jazdę i nowoczesny design. W 2024 roku CUPRA Leon przeszła lifting, zyskując drapieżny wygląd i sportowy charakter dzięki wzmocnionym osiągom. Wnętrze zyskało nowy system multimedialny z 12,9-calowym wyświetlaczem i wyjątkowe nagłośnienie marki Sennheiser. W najnowszych cennikach ceny CUPRY Leon w ofercie specjalnej bez specjalnego finansowania zaczynają się od 112.600 zł. Dostępna jest również mocniejsza wersja CUPRA Leon VZ z jeszcze lepszym silnikiem 2.0 TSI 300 KM DSG – od 171.700 zł. Dla rocznika 2024 wprowadzono także ofertę specjalną z rabatem do 23 000 zł.

CUPRA Leon został oficjalnie zaprezentowany jako osobny model w 2020 roku, kontynuując sportowe dziedzictwo Leona w nowym, bardziej dynamicznym wydaniu. Łączy w sobie wyrazisty design, nowoczes-

ne technologie zapewniające komfort i bezpieczeństwo oraz emocjonujące osiągi, które definiują markę CUPRA.

Odświeżona CUPRA Leon wyróżnia się agresywną linią nadwozia, muskularnymi nadkolami i charakterystycznym przednim grillem z logo CUPRA, które podkreślają jego wyścigowy rodowód. Smukłe reflektory LED i aerodynamiczne detale nadają mu nowoczesny i zarazem sportowy wygląd. Jednak to nie tylko design czyni go wyjątkowym – CUPRA Leon oferuje także doskonale prowadzenie, precyzyjny układ kierowniczy i zawieszenie dostrójone do dynamicznej jazdy.

W najnowszych cennikach ceny CUPRY Leon rozpoczynają się już od 112.600 zł. To propozycja dla tych, którzy oczekują sportowych emocji i niepowtarzalnego stylu w codziennej jeździe. CUPRA Leon dostępna jest w różnych wersjach wyposażenia, pozwalając dopasować samochód do indywidualnych potrzeb kierowcy. Klienci mogą wybierać również spośród jednostek napędowych – samochód jest dostępny w wersji benzynowej, diesel, hybrydowej mHEV i Plug-in. Trwają również wyprzedaże rocznika 2024, w ramach których samochód można kupić z rabatem nawet do 23.000 zł.

Dla miłośników sportowych emocji CUPRA przygotowała wersję Leon VZ, która oferuje silnik 2.0 TSI o mocy 300 KM z automatyczną skrzynią DSG. Dzięki tej konfiguracji CUPRA Leon VZ gwarantuje imponującą dynamikę i niezapomniane wrażenia z jazdy. Cena tej wersji rozpoczyna się od 171.700 zł.

CUPRA to niekonwencjonalna marka, łącząca emocje, elektryfikację i sportowe osiągi, która zadebiutowała na rynku w 2018 roku modelem Formentor. Od tamtej pory stała się jedną z najszybciej rozwijających się marek samochodowych w Europie.

Kolejny Leapmotor

Już wkrótce w salonach sprzedaży marki Leapmotor na europejskich rynkach pojawi się nowy model – Leapmotor C10 REEV. Debiut rynkowy poprzedzą rozpoczynające się właśnie prezentacje tego modelu wraz z pierwszymi jazdami testowymi zorganizowanymi dla mediów.



Oferujący łączny zasięg do 970 kilometrów, C10 REEV łączy w sobie ekscytujące wrażenia z jazdy samochodem elektrycznym, imponujący zasięg oraz przyjazność dla klimatu. Model C10 REEV jest już dostępny w sprzedaży w wybranych krajach, gdzie od początku roku można składać na niego zamówienia. Wkrótce również zostanie wprowadzony do sprzedaży w Polsce, dołączając do już oferowanych modeli – kompaktowego T03 i SUV-a C10 EV (o tych modelach pisaliśmy obszernie w lutym numerze „TTW”).

C10 REEV wyposażony jest w silnik benzynowy pełniący funkcję generatora i osiągający wydajność na poziomie 96,5%. Dzięki temu konstrukcja pojazdu jest lżejsza o 8

kg, a zużycie paliwa oraz konwersja energii zostały zoptymalizowane. Ponadto podczas projektowania samochodu położono duży nacisk na osiągi w obszarze NVH (hałasu, wibracji i uciążliwości), dzięki innowacjom takim jak pierścienie tłokowe pokryte specjalną powłoką z węglem o strukturze diamentu oraz zoptymalizowane średnice łożysk, co przekłada się na płynną i cichą jazdę.

Model C10 REEV to ważne dopełnienie gamy produktów marki Leapmotor, która dynamicznie rozwija się na całym świecie. Marka stawia na technologię zwiększonego zasięgu (range extender), odnosząc w tej dziedzinie duże sukcesy.

Nie jest to zaskoczeniem, ponieważ technologia range extender łączy zalety samochodów elektrycznych i tradycyjnych modeli spalinowych, oferując hybrydowe rozwiązanie najlepiej odpowiadające zróżnicowanym potrzebom klientów. Koła są zawsze napędzane elektrycznie, a dodatkowy silnik spalinowy ładuje akumulator w razie potrzeby.

Nowy Maxus e-Deliver 5

Producent dostawczych i osobowych vanów, pick-upów oraz SUV-ów Maxus wprowadza na polski rynek model e-Deliver 5: - van średniej wielkości. e-Deliver 5 łączy największą ładowność w klasie, zasięg sięgający 489 km (wg normy WLTP) oraz ceny zaczynające się już od promocyjnej oferty 155.900 zł (bez uwzględnienia programów dopłat).



Obecna na polskim rynku od 2022 r. marka Maxus to specjalista od dostawczych i osobowych vanów z napędem elektrycznym: dysponuje najszerszą gamą modeli tego typu w całej Europie.

Po bardzo udanym otwarciu roku na polskim rynku (wzrost rejestracji w styczniu o 150% rok do roku) Maxus rozpoczyna największą w swojej historii ofensywę modelową. Jej pierwszym elementem jest e-Deliver 5: elektryczny van średniej wielkości, który łączy wyróżniający się na ulicy design, dużą przestrzeń ładunkową, wydajny napęd elektryczny i najnowocześniejsze systemy bezpieczeństwa.

Nowy e-Deliver 5 uzupełnia kompleksową gamę Maxusa w segmencie elektrycznych vanów pomiędzy obecnymi już na polskim rynku e-Deliver 3 a e-Deliver 7. Mierzy do 5250 mm długości, 1874 mm szerokości i do 1960 mm wysokości. Wszechstronna gama wariantów zabudowy oferuje przestrzeń ładunkową o pojemności 6,6 lub 7,7 m³.

Model został zaprojektowany od podstaw jako elektryczny, przez co architektura napędu w żaden sposób

nie ogranicza ładowności i funkcjonalności przestrzeni ładunkowej. Jej szerokość pomiędzy nadkolami wynosi 1250 mm, co gwarantuje wygodny przewóz europalet i innych dużych ładunków. Drzwi przesuwne z obydwu stron dają możliwość łatwego załadunku i rozładunku niezależnie od warunków. Tylne drzwi otwierają się pod kątem 180 stopni. Niezależnie od niego w kabinie pasażerskiej znajdują się trzy miejsca siedzące w standardzie.

Modelu e-Deliver 5 nie dotyczą utożsamiany zwykle z elektrycznymi samochodami dostawczymi problem ograniczonej ładowności - w jego przypadku wynosi ona aż 1,2 tony, co w połączeniu z możliwością ciągnięcia przyczep do 1,5 tony i mocnym silnikiem o mocy 163 KM pozwala wykorzystywać go również do transportu ciężkich materiałów.

Elektryczne samochody dostawcze mogą liczyć w miastach na szereg przywilejów, które w kolejnych latach - w miarę wprowadzania kolejnych Stref Czystego Transportu - będą się tylko zwiększały. Wzbudzający sympatię, odważny design e-Deliver 5 wyróżnia go na ulicy, dzięki czemu

może stać się na miejskich arteriach wizytówką firmy i stanowić dodatkowy atut biznesowy.

Jego aerodynamiczny kształt zapewnia jednak duży zasięg również poza terenem zabudowanym. Model e-Deliver 5 został wsparty na nowej płycie podłogowej MILA (Modular Intelligent Lightweight Architecture). Autorska konstrukcja Maxusa wyznacza nowe standardy w wymiarach efektywności, niskiej masy i wydajności gospodarowania energią dla elektrycznych samochodów dostawczych.

Z optymalnie wyskalowanym akumulatorem o pojemności 64 kWh e-Deliver 5 oferuje zasięg do 489 km w cyklu miejskim, ale również aż 335 km jazdy bez lokalnej emisji spalin w cyklu mieszanym (pomiar wg normy WLTP). Dzięki maksymalnej mocy ładowania 70 kW ponowne uzupełnienie energii do 80% akumulatora trwa zaledwie 45 minut. W codziennej eksploatacji najlepiej sprawdzi się ładowanie przez noc przez wallboxa AC z mocą 11 kW, którego można zamontować w domu lub w firmie.

Samochód objęty jest gwarancją na 5 lat lub 100 tys. km, ale jego akumulator trakcyjny jest objęty wydłużoną ochroną na 8 lat lub 200 tys. km, co daje pewność długotrwałej eksploatacji bez obaw o ograniczanie parametrów napędu.

Maxus odpowiada na potrzeby odbiorców biznesowych, którzy dbają o najwyższy poziom bezpieczeństwa swoich pracowników. Model e-Deliver 5 gwarantuje pewność prowadzenia we wszystkich warunkach drogowych oraz maksymalną ochronę w razie kolizji. Potwierdzają to wyniki testów niezależnej europejskiej instytucji Euro NCAP, która przyznała nowemu modelowi Maxusa najwyższą ocenę: platynową odznakę.

Obecne testy Euro NCAP sprawdzają nie tylko zachowanie konstrukcji samochodu podczas zderzenia, ale również wiele innych aspektów wpływających na bezpieczeństwo podczas jazdy, w tym zapobieganie kolizjom. Docenione zostało kompleksowe wyposażenie Maxusa e-Deliver 5 w tym zakresie, obejmujące już w standardzie między innymi adaptacyjny tempomat, inteligentne światła drogowe, czujniki parkowania z tyłu oraz systemy utrzymania pasa ruchu, rozpoznawania znaków drogowych, ostrzegania przed kolizją i automatycznego hamowania awaryjnego.



Kokpit Maxusa e-Deliver 5 zapewnia komfortowe i funkcjonalne środowisko pracy. Nowocześnie zaprojektowana przestrzeń wyposażona jest w trzy miejsca siedzące, regulowany fotel kierowcy z podłokietnikami i funkcją podgrzewania siedziska oraz dotykowy ekran o przekątnej 12,3" obsługujący kamerę 360 stopni i bezprzewodowe aplikacje Apple CarPlay/Android Auto, gwarantujące zwiększoną wydajność oraz rozrywkę przez cały dzień pracy.

Tak kompletnie wyposażony van średniej wielkości z elektrycznym napędem debiutuje na polskim ry-



ku z promocyjną ceną 155.900 zł netto (nie uwzględniając dopłat z programów rządowych), co stanowi wartość nieodbiegającą od oferty samochodów dostawczych tej wielkości z napędami spalinowymi. Konkurencyjność e-Deliver 5 dodatkowo wzmacniają korzystne narzędzia finansowania samochodów przygotowane wspólnie z Santander Consumer Bank. Więcej informacji na ich temat dostępnych jest w salonach marki Maxus, gdzie pierwsze egzemplarze nowego Maxusa e-Deliver 5 dotrą już przed końcem marca br.

IVECO
Podążaj drogą zmian

133 000 zł*

IVECO Daily, pewny gracz na rynku!

DAILY

**GWARANCJA
DO 5 LAT***

*Promocja obejmuje nowe pojazdy IVECO Daily furgon o pojemności 12 m³ (modele 35S16H V i 35S18 V) z silnikami spalinowymi z rocznika modelowego MY24. Sugerowana cena zakupu wynosząca 133 000 PLN jest jedynie niewiążącą rekomendacją importera, a ostateczna cena sprzedaży jest każdorazowo ustalana przez Dealera. Pojazdy zakupione w ramach tej promocji będą objęte podstawową gwarancją producenta przez pierwsze 2 lata, z możliwością jej rozszerzenia o gwarancję Extended Life Plus obejmującą układy napędowe, oczyszczania spalin, elektryczny oraz osprzęt silnika (rozrusznik i alternator) nawet o okres do 3 lat, w zależności od zadeklarowanego rocznego przebiegu pojazdu. Szczegóły w pliku PDF dostępnym na stronie promocje.iveco.pl/daily-z-gwarancja. Dodatkowe informacje można uzyskać u Autoryzowanych Dealerów IVECO Poland. Niniejszy materiał jest skierowany wyłącznie do przedsiębiorców i nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów kodeksu cywilnego. Promocja trwa do 31.03.2025 r. lub do wyczerpania zapasów.

POL-CAR
pol-car.iveco.pl

IVECO
DRIVER
PAL ✓

IVECO
Easy Daily

just ask
alexa