

Otwarte Drzwi

nr 1/2018

Kwartalnik leszczyńskich seniorów.



Wydawnictwo finansowane przez
Urząd Miasta Leszna



Działka to moje życie

str. 7



Fot. E. Baldys

Szanowni czytelnicy, dzień dobry!



Witam Państwa na stronach nowego informatora dedykowanego leszczyńskim seniorom.

Dojrzały Leszczynianie stanowią coraz liczniejszą grupę mieszkańców naszego miasta. Z myślą o nich samorząd od wielu lat realizuje i finansuje liczne przedsięwzięcia, które - jak ufam - są znakomitą odpowiedzią na potrzeby seniorów. Bardzo duże zainteresowanie wspomnianymi programami i żywy odbiór, jakim cie-

szy się skierowana do Państwa oferta naszego miasta, motywują do dalszego działania i inspirować do podejmowania nowych, twórczych inicjatyw.

Oddany właśnie w Państwa ręce kwartalnik będzie służył jeszcze lepszej prezentacji tego, co Leszno ma do zaproponowania. Będzie w nim także miejsce na Państwa aktywność i kreatywność. Jestem przekonany, że możemy na nie liczyć.

Wierzę, że nowa gazeta będzie ulubionym sposobem pozyskiwania informacji oraz znakomitą wizytówką Państwa aktywności, a zawarte w niej treści posłużą aktywizacji osób, które jeszcze nie zdecydowały się skorzystać z różnorodnej leszczyńskiej oferty.

**Z wyrazami szacunku
Prezydent Miasta Leszna
Lukasz Borowiak**



Rozpoczynamy działalność wydawniczą. Teoretycznie „do” i „o” seniorach, ale przecież nie można wyjąć części społeczeństwa z całości, wszak problemy są wspólne.

Miasto Leszno jest przyjazne seniorom, to jest faktem. Chcemy w zarysie przedstawić problematykę wieku senioralnego, który sam w sobie nie jest jednolity. Wszak seniorzy to zarówno ludzie o pełnej sprawności psychofizycznej, wypełniający ławy Uniwersytetów Trzeciego Wieku, a po przeciwnym biegunie ludzie wymagający pomocy opiekuńczo - pielęgnacyjnej.

Między nimi są Ci, którzy wypełniają tę przestrzeń. Można to porównać do rzeki, mającej ograniczenia brzegowe, zróżnicowany nurt i różną głębokość.

Nie jestem mistrzem pióra i nie silę się na psychosocjologiczny opis dużej i zróż-

nicowanej części społeczeństwa, w różnorodnym fragmencie ludzkiego życia. Marzenia, potrzeby i możliwości są różne, a przy tym różnorodnie przeżywane. Patrząc perspektywnie nie widzę narastające trudności w uzyskaniu świadczeń rehabilitacyjno - usprawniających. Przyczyn jest wiele, ale jest zasada, że gdzie powstają potrzeby, rodzi się myśl rozwiązania problemu.

Jestem zdania, że należy rozbudować bazę rehabilitacyjną w związku z narastającym wyżem demograficznym seniorów. Moją propozycją jest aby utworzyć Miejski Zakład Rehabilitacji, wszak sąsiednie powiaty utrzymują szpitale. Nie ma tu konfliktu interesu między władzami miasta a społeczeństwem. Pokolenie senioralne pracując stworzyło fundament do aktualnego rozwoju gospodarczego i aktualnie w ramach solidarności międzypokoleniowej oczekuje pomocy w zaspokajaniu ich potrzeb.

Życie rodzi problemy, ludzie mądrzy je rozwiązują, bez tego nie byłoby postępu cywilizacyjnego. Tą myślą kończę. Do następnego spotkania, problemów jest wiele.

**Bolesław Szudejko,
przewodniczący Leszczyńskiej
Rady Seniorów**

Unia ma 80 lat!

Unia Leszno - najbardziej utytułowany klub żużlowy w Polsce - obchodzi w tym roku 80-lecie istnienia. Z tej okazji organizowane są różne imprezy uświetniające okrągły jubileusz.

W klubowe święto mocno włączyły się Archiwum Państwowe w Lesznie i Miejska Biblioteka Publiczna. Obie instytucje przygotowały okolicznościowe wystawy. Część z bogatych zbiorów została najpierw zaprezentowana w bibliotece na dworcu kolejowym w Lesznie, a następnie w siedzibie Archiwum Państwowego przy ulicy Solskiego.

- *Jestem pod wrażeniem ilości zgromadzonych zdjęć. Dobrze, że to jest pielęgnowane i przechowywane w Archiwum* - powiedział nam Zbigniew Jąder, były zawodnik leszczyńskiego klubu, który sam przekazał część swoich zbiorów na wystawę.

- *Czas upływa bardzo szybko, wiele faktów już się pozapominało, dobrze więc, że przy okazji takich jubileuszowych wystaw można sobie odświeżyć pamięć* - dodał Zdzisław Dobrucki inny z byłych żużlowców Unii.

- *Materiały były gromadzone latami, pierwsze trafiły do nas w latach siedemdziesiątych* - zdradza Elżbieta Olender, dyrektor Archiwum Państwowego w Lesznie. - *Przekazał je wtedy ówczesny kierownik drużyny Jan Nowicki. Później swoje cegiełki dokładali następni: Stanisław Przybylski, Zbigniew Jąder, Józef Dworakowski, Jan Gim-*

ziński. Oprócz materiałów z klubu docieraliśmy też do ludzi związanych z leszczyńskim żużlem.

Wystawę w Archiwum Państwowym można oglądać do 30 czerwca.

Z kolei w Miejskiej Bibliotece Publicznej przy ulicy Bolesława Chrobrego uruchomiono pierwszą w świecie cyfrową bibliotekę żużlową. Jej otwarcie zbiegło się z wystawą „80-lecie sportu żużlowego w Lesznie”, na której zaprezentowane zostały prace trzech leszczyńskich fotoreporterów: Edwarda Baldysa,

Piotra Markowiaka i Rafała Paszka. Jest ona czynna do 11 czerwca.

Jubileuszowy charakter miała 68. edycja Memoriału Alfreda Smoczyka, a w specjalny sposób uczcili 80-latków kibice zrzeszeni w kilku organizacjach: Stowarzyszeniu Sympatyków Klubu Unia Leszno, Ultras Unia Leszno, Leszczyńskich Patriotach. Na stadionie odpalili 80 rac na 80-lecie.

Swoje dokładają też żużlowcy popularnych „Byków”, którzy póki co pewnie zmiernają po obronę mistrzowskiej korony. (ceg)



Fot. E. Baldys

▲ Wystawę w Archiwum Państwowym można oglądać do 30 czerwca.

Wiatrak zostanie przeniesiony

Jeszcze w tym roku zabytkowy wiatrak przy ul. Strumykowej w Lesznie zostanie przeniesiony w nowe miejsce. Stanie przy ścieżce rowerowej prowadzącej z Leszna na Grzybów, na terenie Pracowni Ćwiczeń Praktycznych Zespołu Szkół Rolniczo-Budowlanych. Będzie tętnił życiem i przypominał, jak dawniej mielono zboże, z którego potem wypiekano chleb.

Według danych z rejestru zabytków koźlak pochodzi z roku 1705. Taka data widnieje na jednym z zastrzałów wiatraka. Do Leszna trafił ze Sławy najprawdopodobniej na prze-

łomie XIX i XX wieku. Był użytkowany do połowy lat 80. W środku wciąż są urządzenia, z których korzystali młynarze. W większości są też sprawne, choć wymagają napraw

i konserwacji. Oryginalne jest poszycie wiatraka, wykonane z szerokich desek. Ale śmigły i schody zostały całkowicie zniszczone przez upływ czasu, mrozy i deszcze.

Co ciekawe na kole palecznym wiatraka widoczna jest data 1728, a na wale napędzającym górny kamień młyński widnieje rok 1896.

Wiatrak należał do rodziny, której nie było stać na to, aby go odnowić i przywrócić do życia. Dlatego przejął go samorząd. Przeniesienie koźlaka w nowe miejsce, jego remont i przygotowanie do tego, aby mógł służyć do celów edukacyjnych kosztować będą 760.000 zł. Miasto z własnego budżetu wyłoży jedynie 160.000 zł, bo 600.000 zł udało się pozyskać z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Firma, która będzie koźlaka przenosić zostanie wybrana w przetargu. Jesienią wiatrak powinien już być gotowy do swojej nowej roli.

Prezydent Łukasz Borowiak zapowiada, że przy wiatraku postawiona zostanie tablica informacyjna, na której będzie przedstawiona historia obiektu i jego dawni właściciele. Im



Fot. L. Matuszewska

▲ Wiatrak przy ul. Strumykowej zostanie przeniesiony na Grzybów.

Co dalej z Pływalnią Akwawit?

Pływalnia Akwawit w Lesznie została zamknięta 31 grudnia 2017 roku. Taką decyzję podjęli prywatni właściciele obiektu. A właśnie teraz - 29 maja - mija 25 lat od uruchomienia obiektu, dzięki któremu nasze miasto było znane w całej Polsce.

Przypomnijmy kilka faktów z historii pływalni. Motorem jej powstania był dr Stefan Grys, ówczesny dyrektor państwowego Przedsiębiorstwa Przemysłu Fermentacyjnego Akwawit. Budowa trwała 20 miesięcy, uczestniczyło w niej około 40 firm.

Otwarcie Pływalni Akwawit, 29 maja 1993 roku, relacjonowały media lokalne i ogólnopolskie. To był obiekt, jakiego zazdrościli Lesznu inne, nawet dużo większe miasta w Polsce. Największą atrakcją była oczywiście zjeżdżalnia o długości 52 metrów, jedyna taka w kraju. Poza tym goście zachwycali się pięknym wystrojem, zielenią, czystą wodą, która zachęcała do pływania i kąpiele. Na uwagę zasługują też ceny wstępu na pływalnię. Tuż po uruchomieniu obiektu za godzinę pobytu osoba dorosła płaćła 24.000 zł, a dziecko do lat 15 - 12.000 zł. Zamiast biletów goście dostawali karty magnetyczne - to była kolejna nowość, jakiej nie było na żadnym innym sportowym obiekcie.

Warto też dodać, że po 27 dniach od uruchomienia pływalni, wpływy ze sprzedaży wejściówek osiągnęły... uwaga... miliard złotych!

Takie to były pieniądze i takie to były czasy.

Teraz obiekt stoi pusty. I przykro na niego patrzeć.

Jeszcze zanim pływalnia została zamknięta samorząd Leszna oferował jej pomoc w postaci zwolnień od podatku od nieruchomości

i wykupu zajęć na basenie dla dzieci, młodzieży i seniorów. Ale spółka Centrum Konferencji i Rekreacji „Akwawit”, do której należy basen i hotel, z tego wsparcia nie skorzystała. Oczekiwała od miasta większego zaangażowania finansowego. Ostatecznie więc pływalnia została zamknięta.

Co będzie dalej?

W styczniu 2018 roku Rada Miejska Leszna powołała specjalną komisję, która ma zbadać m.in. okoliczności zamknięcia pływalni. Przewodniczącym zespołu został radny Adam Kośmider z PiS. W skład komisji weszli także radni: Marek Goryniak z klubu PiS, Hanka Kotomska z PL 18, Tomasz Malepszy z Lewicy oraz Krystian Maćkowiak - radny, który nie należy do żadnego ugrupowania. Raport komisji ma być znany za kilka miesięcy.

W kwietniu 2018 zmienił się prezes CKiR „Akwawit”. Została nim Edyta Kulka, która jest spoza Leszna i ma ogromne doświadczenie w prowadzeniu hoteli nie tylko w naszym kraju.

Prezydent Leszna Łukasz Borowiak prowadzi rozmowy z właścicielami pływalni. I być może doprowadzą one do ponownego otwarcia obiektu. Na pewno w Lesznie brakuje drugiego basenu. Miasto rozważa także budowę hali widowisko-sportowej przy ul. Geodetów, niedaleko Galerii Leszna. Przy hali miałyby też powstać miejski basen. Im

Pociągi wrócą

Pamiętamy czasy, kiedy pociąg do Poznania ciągnęła parowa lokomotywa. Tak właśnie było. A za dwa lata pojedziemy tą samą trasą z prędkością aż 160 km na godzinę.

Trwają intensywne prace modernizacyjne na całym wielkopolskim odcinku linii kolejowej nr E59

od Czempinia do granicy z województwem dolnośląskim. Odcinki od Czempinia do Poznania i od Ko-



▲ Z leszczyńskich peronów kolejowych zniknęły zabytkowe wiaty. Ale spokojnie. Wrócą na swoje miejsce po renowacji.

Droga świętego Jakuba

Radni Leszna zdecydowali, że alejka pieszo-rowerowa za osiedlem Wieniawa nosi nazwę Droga św. Jakuba. Dlaczego właśnie tak? Już wyjaśniamy.

Jeśli spacerując po Lesznie dostrzeżecie niewielkie niebieskie naklejki z białą muszlą i czerwonym krzyżem, to znaczy, że znajdujecie się na Wielkopolskim Szlaku św. Jakuba. W naszym regionie biegnie on od Opactwa Benedyktynów w Lubiniu, przez Osieczkę, Leszno, Wschowę i Głogów aż do miejscowości Jakubów, oddalonej od Leszna o około 55 km. Z kolei Wielkopolski Szlak św. Jakuba jest częścią Europejskiej Drogi św. Jakuba, która prowadzi na zachodni kraniec Hiszpanii - do miasta Santiago de Compostela, gdzie znajduje się grób apostoła i katedra, której jest patronem.

W Lesznie część tego szlaku to alejka za osiedlem Wieniawa. To ciąg pieszo-rowerowy, który niedawno został utwardzony i oświetlony. To jedno z najpopularniejszych w mieście miejsc do spacerów, biegania, jazdy na rolkach czy rowerze - ładne i bezpieczne. Alejka nazywana była potocznie lipową - od drzew, które przy niej rosną. Teraz nosi już oficjalną nazwę Droga św. Jakuba. A wnioskowali o to mieszkańcy, którzy złożyli petycję do Rady Miejskiej Leszna, podpisaną przez 341 osób. Inicjatywa wyszła z redakcji Gazety „ABC”. Niebawem przy Drodze św. Jakuba pojawią się nowe oznaczenia i tablica informacyjna.

« »

Jakub był uczniem Jezusa i jednym z jego dwunastu apostołów. Nazywany jest Jakubem Większym, Starszym lub Pielgrzymem. Mówiono, że był „synem gromu”, ze względu na swój nieco porywczy charakter. Był biskupem Jerozolimy. Zginął w roku 43 lub 44, jako pierwszy z apostołów, podczas pierwszych prześladowań chrześcijan. Tradycja głosi, że przed śmiercią ucałował kata, który ściął mu potem głowę. Wzruszony kat nawró-



◀ Symbolem szlaku św. Jakuba jest muszla. Takie naklejki można zauważyć w Lesznie w kilku miejscach. Są umieszczone na słupkach znaków drogowych.



▲ Alejka pieszo-spacerowa za osiedlem Wieniawa nosi nazwę Droga św. Jakuba. Przebiega tutaj Wielkopolski Szlak św. Jakuba. *Fot. L. Matuszewska*

cił się na chrześcijaństwo i jakiś czas później też umarł za wiarę.

Według legendy, ciało Jakuba trafiło do Hiszpanii w łodzi bez wiosł. Obecnie jego szczątki znajdują się w katedrze w Santiago de Compostela. To jedno z trzech najbardziej popularnych miejsc pielgrzymowania ludzi z całego świata - po Jerozolimie i Rzymie. Pielgrzymi chodzą do grobu św. Jakuba już ponad tysiąc lat.

A jest ich coraz więcej od czasu pontyfikatu Papieża Jana Pawła II, który bardzo do tych wypraw zachęcał. Do Santiago de Compostela idzie się samemu lub w bardzo małej grupie. Do św. Jakuba zanoszą swoje troski i radości. A znakiem pielgrzymów są muszle przyczepiane do plecaków. Św. Jakub jest patronem m.in. pielgrzymów i aptekarzy.

Im

Proboszczowie żegnają się z Leszmem

Arcybiskup metropolita poznański Stanisław Gądecki podjął kilka decyzji dotyczących pracy w parafiach. W Lesznie zmieni się dużo. Aż trzy parafie pożegnają swoich proboszczów.

Zmiany wchodzi w życie już od 1 lipca.

Nowe miejsca posługi kapłańskiej otrzymali ksiądz Grzegorz Robaczyk, proboszcz parafii św. Kazimierza, ksiądz Maciej Grześ kierujący parafią św. Antoniego i ksiądz Zbigniew Rzeźnik z kościoła św. Krzyża w Lesznie.

Ten ostatni zostanie w Lesznie i zastąpi ks. Grzegorza Robaczyka na stanowisku proboszcza parafii przy osiedlu Rejtana. Ten z kolei przejmie nowe obowiązki proboszczowskie w Gostyniu, gdzie będzie kierował parafią pw. św. Małgorzaty. Ks. Maciej Grześ został mianowany proboszczem parafii pw. Narodzenia NMP w Lubaszku koło Czarnkowa.

Posługę duszpasterską w leszczyńskiej parafii Świętego Krzyża podejmą księża salezjanie. Ma to związek z planami utworzenia w Lesznie szkoły salezjańskiej, która ma się znajdować właśnie przy placu Metziga, w budynku obecnej Szkoły Podstawowej nr 3. Pierwszy dzwonek w nowej placówce powinien zabrzmieć 1 września 2019.

Nie sposób pominąć zasług odchodzących z Leszna kapła-

nów. Są prawie rówieśnikami.

Ks. Maciej Grześ urodził się w 1961 r., święcenia przyjął w 1987. Leszczyńską parafię objął 10 stycznia 2004 r. Już jesienią tego samego roku kościół zyskał trzy dzwony, poświęcone przez arcybiskupa Stanisława Gądeckiego. Rok później odsłonięto przed kościołem pomnik papieża Jana Pawła II, a kolejnej jesieni wierni doczekali się ogrzewania świątyni. Ks. Maciej jest także kapłanem leszczyńskiej policji, a z pasji - myśliwym.

Ks. Grzegorz Robaczyk pochodzi z Krotoszyna, gdzie urodził się w 1958 r. Święcenia kapłańskie otrzymał w 1985 r. 1 lipca 1993 roku objął nowo utworzoną parafię św. Kazimierza w Lesznie. Podjął się trudu wybudowania dla wiernych nowej świątyni. Budowa ruszyła w 1998 r. i trwała do 2003 r. Cztery lata później kościół był już ogrzewany.

Ks. Robaczyk jest pierwszym proboszczem tej młodej parafii, utworzonej dla mieszkańców osiedli Rejtana, Zamenhofs i Przylesie. W latach 1996 - 2002 pełnił także funkcję dziekana dekanatu leszczyńskiego. (kin)

Trasa ekspresowa połączy Leszno z Europą

Po wielu latach starań, Leszno będzie wreszcie miało połączenie z europejską siecią autostrad i dróg ekspresowych. Otwarcie „leszczyńskich” odcinków już we wrześniu.

O dobrą drogę łączącą Poznań z Wrocławiem i biegnącą przez Leszno zabiegano od przynajmniej 20 lat. Leszno rywalizowało w tym względzie z Kaliszem, który usilnie starał się o budowę drogi ekspresowej z Poznania do Katowic. Obydwa miasta - Leszno i Kalisz - zdawały sobie sprawę z tego, jak ważna jest droga szybkiego ruchu dla rozwoju regionalnej gospodarki. Rywalizację tę wygrało Leszno. W zasadzie przez przypadek - strajki i blokady w Bojanowie, na dawnej szosie do Wrocławia, skłoniły władze do budowy 40-kilometrowego odcinka drogi ekspresowej S5 z obwodnicami Bojanowa i Rawicza. A potem już był argument - lepiej dokończyć drogę, której jeden odcinek jest już zbudowany, niż rozpocząć budowę drogi następnej. Leszno i cały nasz region wygrały, jak na loterii. Dzięki pieniądзом z Unii Europejskiej budowa drogi ekspresowej S5 potoczyła się w szybkim tempie. Zbudowano już wszystkie odcinki w kierunku Wrocławia. We wrześniu tego roku

oddane zostaną dwa odcinki stanowiące obwodnicę Leszna, od Kaczkowa do Radomicka. W budowie są wszystkie inne odcinki aż do Poznania. Za dwa lata i one będą gotowe. Zarówno do Poznania, jak i do Wrocławia pojedziemy w warunkach

identycznych jak na autostradzie.

Droga ma aż 70 m szerokości, dwie jezdnie ruchu, każda po dwa pasy. Wszystkie skrzyżowania są bezkolizyjne, nie ma żadnych czerwonych świateł, ani innej konieczności zatrzymywania się. Ekspresówka

okala Leszno od południa, za Zaborowem i Strzyżewicami.

Przewidziano kilka wyjazdów z Leszna na „autostradę”. Pierwszy prowadzi od szosy rydzyskiej do węzła Leszno-Południe położonego za Zaborowem. Drugi wyjazd prowadzi ulicą 1 Maja przez Zaborowo w kierunku Góry, również do węzła Leszno-Południe. Kolejny zjazd wiedzie ulicą Szybowników do węzła Leszno-Zachód położonego w pobliżu elewatora zbożowego w Lasocicach. Cztery zjazdy zostaną zbudowane poprzez nową drogę łączącą rondo Gronowo przez Marzęwicę z węzłem Święciechowa. Ostatni wyjazd z Leszna na drogę ekspresową będzie możliwy poprzez starą szosę poznańską, która doprowadzi kierowców do węzła Lipno w okolicy Radomicka.

Odcinki stanowiące obwodnicę Leszna zostaną oddane we wrześniu tego roku. Tysiące ciężarówek będą omijały Leszno. Miasto odetchnie czystym powietrzem.

(a)



▲ Droga ekspresowa S5 w okolicach Leszna jest już w ostatnim stadium budowy.

do Łask

rzeńska do Wrocławia zostały już zmodernizowane. Po zakończeniu tej inwestycji, na całej trasie między Poznaniem a Wrocławiem pociągi pasażerskie będą mogły jeździć z prędkością 160 km na godzinę, a pociągi towarowe z prędkością 120 km na godzinę.

To ogromna inwestycja. Kosztuje półtora miliarda złotych, przy czym większość pieniędzy dała na ten cel Unia Europejska.

Wymieniana jest cała podbudowa torowisk, podkłady, szyny, remontowane są dworce. Między Czempiniem a granicą województwa dolnośląskiego zmodernizowane będą 24 przejazdy kolejowo-drogowe, powstanie 7 nowych wiaduktów, 5 przejść podziemnych. Zamontowane zostaną nowoczesne systemy sterowania ruchem pociągów.

Modernizacja trasy kolejowej Poznań-Wrocław zakończy się w 2020 roku. Czas najbardziej interesującego nas przejazdu z Leszna do Poznania skróci się o ponad 20 minut. Możliwe będą również szybkie połączenia z Warszawą.

(a)

Teleopieka - przycisk życia

Teleopieka jest programem skierowanym do osób starszych, które są schorowane i mieszkają samotnie, albo rodzina nie jest w stanie zapewnić im całodobowej opieki. Są one wyposażone w bransoletki z przyciskiem, który ma być uruchamiany w momencie, gdy senior poczuje się źle. Urządzenie wyśle sygnał do stacji monitorowania, a informacja zostanie natychmiast zweryfikowana.

Leszczyńska Teleopieka jest usługą dającą możliwość całodobowego wezwania pomocy w przypadku zagrożenia życia, zdrowia czy bezpieczeństwa (upadek, zasłabnięcie).

Jest to zestaw składający się z opaski przypominającej zegarek i telefonu. Usługa jest idealnym rozwiązaniem dla osób w podeszłym wieku oraz osób niepełnosprawnych, przewlekle lub cza-

sowo chorych, które wymagają stałego dozoru, a także osób niesamodzielnych oraz samotnych.

Najważniejszy jest tu „Przycisk życia”, którego wciśnięcie włącza alarm odbierany w Centrum Alarmowym. Podejmuje ono stosowną interwencję - nawiązuje kontakt z osobą wzywającą pomocy, ustala powód, powiadamia osoby bliskie celem sprawdzenia sytuacji na miejscu. W przypadku braku kontaktu głosowego, Centrum Alarmowe wzywa odpowiednie służby: pogotowie ratunkowe, straż pożarną i policję.

Ważne jest również to, że operator Teleopieki posiada szczegółowe dane o osobie, która wzywa pomocy, np. kontakt do bliskich, dane o stanie zdrowia, przyjmowanych lekach, najkrótsza droga dojazdowa do miejsca zamieszkania.

Informacji dotyczących Przycisku Życia udziela:

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Lesznie,
 Dział ds. Programów i Organizacji Pozarządowych
 ul. Narutowicza 73
 tel. 661 213 131

w godzinach: pon. 8:00 - 16:30,
 wt. -śr. 8:00 - 15:00, pt. 8:00 - 13:30

PRZYCISK ŻYCIA



TELEOPIEKA 24h/7
 na terenie Miasta Leszna

Warto korzystać

Miasto Leszno zachęca mieszkańców do udziału w bezpłatnych badaniach profilaktycznych.

PROGRAM WYKRYWANIA BORELIOZY

Informujemy o możliwości skorzystania przez mieszkańców z „Programu wykrywania boreliozy”.

Można bezpłatnie skorzystać z badań laboratoryjnych w celu wykrycia boreliozy (test ELISA). Z programu mogą skorzystać osoby zameldowane na pobyt stały lub tymczasowy na terenie Leszna, bez względu na wiek. Program w całości finansowany jest z budżetu miasta.

Czym jest borelioza? Nazywana również chorobą z Lyme, przenoszona jest na człowieka i inne zwierzęta przez kleszcze z rodzaju Ixodes. Zakażenie następuje poprzez ślinę lub wymiociny kleszcza. Borelioza jest najczęstszą chorobą odkleszczową, która dotyka człowieka. Jest to wieloukładowa choroba zakaźna, którą wywołują bakterie należące do krętków. Po raz pierwszy borelioza została zdiagnozowana w USA, w mieście Lyme w 1975 roku. Choroba jest roznoszona przez ok. 30% kleszczy.

Ugryzienie przez kleszcza jest dla człowieka bezbolesne, ponieważ wydziela on substancję znieczulającą skórę.

Niektóre objawy boreliozy mają mało charakterystyczny przebieg i pojawiają się nieco później od ugryzienia przez kleszcza. Utrudnia to bardzo ich rozpoznanie i odpowiednio wczesne wdrożenie leczenia. Nie ma też wyraźnej granicy podczas występowania boreliozy wczesnej, rozsianej czy późnej. Diagnostykę serologiczną boreliozy rozpoczyna się od poszukiwania w krwi

badanego swoistych dla krętka przeciwciał IgM i IgG metodą immunoenzymatyczną, określaną często jako metoda ELISA. Obecność przeciwciał świadczy o kontakcie z antygenami krętka.

Pobranie krwi oraz badanie wykonuje Centrum Medyczne MEDEOR, ul. Jana Kiepury 10 w Lesznie. Punkt pobrań krwi do badań czynny jest od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 - 17:00. Informacje o badaniach można uzyskać pod numerem telefonu 65 526 58 68. Badanie nie wymaga wcześniejszej rejestracji.

PROGRAM PROFILAKTYKI ZAKAŻEŃ HCV

Informujemy o możliwości skorzystania przez dorosłych mieszkańców z Programu profilaktyki zakażeń HCV. Obejmuje wykonanie badania krwi w kierunku obecności przeciwciał anti-HCV. Program w całości finansowany jest z budżetu miasta Leszna.

Wirusowe zapalenie wątroby typu C (WZW C) jest chorobą wywołaną przez wirus zapalenia wątroby typu C (Hepatitis C Virus- HCV). WZW C nazywane jest cichym zabójcą, gdyż zakażenie przebiega bezobjawowo lub objawy są niecharakterystyczne, co powoduje, że choroba często rozpoznana zostaje po wielu latach w okresie poważnych zmian chorobowych w wątrobie. Zakażenie wirusem HCV może mieć

postać ostrą lub przewlekłą. U 20% chorych ostre zakażenie ustępuje spontanicznie i nie przechodzi w stan przewlekły, natomiast u pozostałych wirus pozostaje w organizmie dłużej niż 6 miesięcy i przechodzi w stan przewlekły, w którym objawy nadal nie sugerują choroby wątroby - mogą to być np. nudności, bóle stawów, mięśni, uczucie zmęczenia. Dowodem utrzymującego się przewlekłe czynnego zakażenia HCV jest obecność zarówno przeciwciał anti-HCV, jak i kwasów nukleinowych wirusa w surowicy krwi. Zagrożenie ze strony HCV wynika z dużego rozprzestrzeniania się wirusa i braku czynnej profilaktyki - do tej pory nie została wynaleziona szczepionka przeciw wirusowi.

Wczesne wykrycie zakażenia wirusem HCV zwiększa szanse na skuteczne leczenie przeciwwirusowe.

Pobranie krwi oraz badanie wykonuje Leszczyńskie Centrum Medyczne Ventrivulus, ul. Słowiańska 41 tel. 65 529-78-22 Punkt pobrań czynny jest codziennie w godz. od 7:00 do 15:00. Dodatkowo od 7 maja, w środy punkt pobrań jest czynny w godz. od 7:00 do 17:00. Nie ma potrzeby wcześniejszej rejestracji.

Raz w miesiącu

Fot. J. Rutecka-Siadek
 ◀ W maju dyżur pełnił Andrzej Maćkowiak, członek Leszczyńskiej Rady Seniorów.



Raz w miesiącu, w każdy pierwszy poniedziałek miesiąca, odbywają się dyżury Leszczyńskiej Rady Seniorów.

Dla przypomnienia, LRS opiniuje, konsultuje rozwiązania dedykowane leszczyńskim seniorom oraz wychodzi z własnymi inicjatywami. Dyżury adresowane do starszego pokolenia leszczyń-

czynian są jednym z pomysłów rady.

Dyżury zaczęły się w tym roku. Odbywają się w Stacji Biznes, która mieści się w budynku na rogu Pl. Metziga i ulicy Słowiańskiej. Dyżury trwają w godz. od 13:00 do 14:00.

W czerwcu dyżur odbędzie się 4 czerwca. (jrs)

Dla kogo usługi opiekuńcze

Odpowiadamy na pytanie komu przysługują usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze?

Komu przysługują usługi opiekuńcze?

Osobie samotnej, która z powodu wieku, choroby lub innych przyczyn wymaga pomocy, a jest jej pozbawiona. Usługi mogą być przyznane także osobie, która wymaga pomocy innych, a rodzina, również wspólnie zamieszkujący małżonek, wstępni (rodzice, dziadkowie, pradiadkowie) i zstępni (dzieci, wnuki, prawnuki) nie mogą takiej pomocy zapewnić.

Usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze mogą obejmować:

- pomoc w codziennych zajęciach, takich jak robienie zakupów, sprzątanie, gotowanie, załatwianie spraw w urzędach, zgłaszanie wizyt lekarskich,

- mycie, kąpanie, ubieranie, pomoc w zachowaniu higieny osobistej, dostarczanie gotowych posiłków z barów, stołówek, karmienie podopiecznego, w miarę możliwości zapewnienie kontaktów z rodziną i otoczeniem,

- specjalistyczne usługi opiekuńcze są szczególnie rodzaje usług opiekuńczych dostosowanych do rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności. Są świadczone przez osoby ze specjalistycznym przygotowaniem np. fizjoterapeutów i rehabilitantów.

Jak uzyskać pomoc?

O pomoc w formie usług opiekuńczych (także specjalistycznych usług opiekuńczych) należy zwrócić się do Działu Pomocy Osobom Starszym i Niepełnosprawnym, pok. 23 w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie w Lesznie przy ul. Janusza Korczaka 5.

Informacje można uzyskać telefonicznie pod numerami 65 520 97 48 lub 533 303 171.

Podczas rozmowy zostanie do-

kładnie wyjaśniona procedura przyznania pomocy w formie usług opiekuńczych lub specjalistycznych.

Dział Pomocy Osobom Starszym i Niepełnosprawnym zajmuje się:

- świadczeniem usług opiekuńczych u osób starszych, chorych, samotnych i niepełnosprawnych, jak również u osób posiadających rodzinę, która nie może takiej pomocy zapewnić, w formie:

a) zaspokajania codziennych potrzeb życiowych,
 b) pielęgnacji zleconej przez lekarza,
 c) opieki higienicznej,
 d) zapewnienia kontaktów z otoczeniem,
 e) zapewnienia poczucia bezpieczeństwa.

- w ramach usług opiekuńczych świadczone są usługi specjalistyczne dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

- kwalifikowaniem osób starszych i niepełnosprawnych do uzyskania pomocy w formie pomocy instytucjonalnej (dienne domy pomocy, domy pomocy społecznej, środowiskowe domy samopomocy), w szczególności:

a) przyjmowaniem wniosków dotyczących umieszczenia w domach pomocy społecznej,
 b) przeprowadzaniem wywiadów rodzinnych (środowiskowych) oraz kompletowanie dokumentacji na potrzeby prowadzonych postępowań administracyjnych,
 c) opracowywaniem decyzji kierujących i ustalających odpłatność,
 d) opracowywaniem decyzji umieszczających,
 e) sporządzaniem umów dotyczących odpłatności za pobyt w domach pomocy społecznej oraz aneksów do umów,
 f) rozliczaniem faktur za pobyt w domach pomocy społecznej.

Rowerzysto pamiętaj!

Wiosna sprzyja przejazdkom rowerowym. Rower stanowi najtańszy środek lokomocji i jest szczególnie wygodny w obciążonym ruchu ulicznym mieście. Zwolennicy jednośladów jeżdżą również dla zdrowia, przyjemności i relaksu. Oddając się przyjemności jazdy rowerem pamiętać należy przede wszystkim o bezpieczeństwie.

Rowerzyści w starciu z rozpędzonym pojazdem są całkowicie bezbronni. Podczas zderzenia narażeni są na dotkliwe obrażenia, zagrażające nawet utratą życia.

Poprawa bezpieczeństwa na drogach jest priorytetową sprawą leszczyńskich policjantów, dlatego przypominają kilka ważnych zasad wpływających na zwiększenie bezpieczeństwa.

Kto może poruszać się po drodze dla rowerów?

Jest - jak sama nazwa mówi - dla kierujących rowerami. Dlatego w myśl prawa nie mogą poruszać się po niej piesi, wrotkarze, rolkarze oraz użytkownicy hulajnóg i deskorolek. Póki co wymienione pojazdy nie funkcjonują w prawie o ruchu drogowym. Takie osoby traktowane są jak piesi i winni korzystać z chodnika.



▲ Znak C-13 + C-16: droga dla pieszych i rowerów

W jaki sposób i gdzie może poruszać się dziecko na rowerze?

Dziecko do 10 roku życia na rowerze porusza się w towarzystwie

osoby dorosłej po chodniku. Od 10 do 18 roku życia rowerzysta korzysta z dróg publicznych (w tym dróg dla rowerów), dodatkowo wyposażony w kartę rowerową, którą wydają dyrektorzy szkół. Dorosli mogą poruszać się na rowerze bez uprawnień, jednak powinni posiadać przy sobie dowód osobisty lub prawo jazdy.

Kiedy rowerzysta może poruszać się po chodniku?

W myśl przepisów prawa, rowerzysta winien korzystać z drogi dla rowerów, kiedy jej nie ma powinien poruszać się po drodze publicznej. Tylko i wyłącznie w 3 przypadkach rowerzysta może poruszać się po chodniku:

gdy szerokość chodnika wynosi co najmniej 2 metry, a na przyległej drodze samochody mogą jeździć z prędkością większą niż 50 km/h, w sytuacji pogorszonych warunków atmosferycznych, przy gęstej mgle, silnym wietrze, opadach deszczu lub śniegu znacznie ograniczających widoczność,

kiedy dorosły rowerzysta ma pod opieką dziecko jadące na rowerze w wieku do 10 lat.

Czy można przejeżdżać na rowerze przez przejście dla pieszych?

Jest to zabronione. Rowerzysta zobowiązany jest zsiąść z roweru i przeprowadzić pojazd na drugą stronę jezdni. Jazda po chodniku oraz po przejściu dla pieszych jest wykroczeniem zagrożonym mandatem w wysokości 100 zł.

Co w sytuacji, kiedy bezprawnie poruszamy się po drodze dla rowerów?

Poruszanie się po drodze dla rowerów innym pojazdem niż rower jest zabronione, za co grozi mandat w wysokości 100 zł. Jednak w sytuacji, kiedy na tej drodze dojdzie do zderzenia rowerzysty np. z rolkarzem takie zdarzenie traktowane jest jako kolizja lub wypadek i osoba na rolkach, będąca ewentualnie sprawcą zderzenia mo-



Fot. J. Witczak

▲ Rowerzysta jak inni użytkownicy dróg, jest zobowiązany do przestrzegania przepisów o ruchu drogowym.



▲ Oznaczenie drogi dla rowerów - znak C-13

głaby usłyszeć zarzuty nieuprawnionego poruszania się na drodze rowerowej lub spowodowania wypadku.

Jak należy zachować się na skrzyżowaniu m.in. z drogą dla rowerów?

Należy pamiętać, że samochód zbliżający się do skrzyżowania z drogą dla rowerów ma obowiązek ustąpić pierwszeństwa przejazdu kierującemu rowerem. Podobnie jest w czasie skrętu kierowcy samochodu w prawo przez ścieżkę rowerową. Obie strony powinny zachować ostrożność szczególnie w przypadku natężonego ruchu ulicznego. Niebezpiecznym manewrem jest dla rowerzystów skręt w lewo. Dojeżdżając do skrzyżowania należy odpowiednio wcześniej zasygnalizować chęć zmiany kierunku jazdy. Także skręcający w lewo kierowca samochodu powinien zwrócić uwagę, czy nie mijają rowerzyści. Zbyt mocne odbicie samochodu w prawo może spowodować, że kierowca jednoślada nie będzie miał gdzie zjechać, próbując uniknąć kolizji.

Przestrzeganie przepisów o ruchu drogowym, troska o dobrą widoczność (stosowanie elementów odblaskowych nie tylko po zmierzchu i poza terenem zabudowanym), używanie kasków ochronnych, obowiązkowe wyposażenie jednoślada, a także ostrożność oraz

ograniczone zaufanie do kierowców i pieszych, to najważniejsze elementy, które sprawiają, że jazda rowerem będzie bezpieczna.

Przypomnienie znaczenia wybranych znaków drogowych Droga dla rowerów - C-13

Oznacza początek lub kontynuację drogi przeznaczonej tylko dla rowerzystów. Istnieją jednak odstępstwa - pieszy może korzystać z drogi dla rowerów w przypadku braku chodnika lub pobocza oraz niemożliwości korzystania z nich. Pieszy (z wyjątkiem osoby niepełnosprawnej) jest zobowiązany ustąpić miejsca rowerzyście.

Zakaz ruchu w obu kierunkach, który nie dotyczy rowerzystów B-1 + T-22. Znak zakazuje ruchu na drodze wszelkich pojazdów i kolumn pieszych. Tabliczka „Nie dotyczy rowerzystów” wskazuje, że znak nie dotyczy rowerów jednośladowych.

Kontrapas

Kontrapas znajdujący się na wyznaczonej części jezdni jednokierunkowej (np. ul. Szkolna). Ruch rowerów odbywa się w przeciwnym kierunku do ruchu samochodowego. „Z prądem” należy jechać wraz z pozostałymi pojazdami, przy prawej krawędzi jezdni.

sierż. Kinga Sobiak, Wydział Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Lesznie

Nieodpłatna pomoc prawna

Mieszkańcy Leszna mogą korzystać z darmowej pomocy prawnej.

Mogą ją otrzymać: osoby do 26. roku życia, osoby fizyczne, którym w okresie roku poprzedzającego zostało przyznane świadczenie z pomocy społecznej na podstawie ustawy o pomocy społecznej, mieszkańcy, którzy ukończyli 65. lat, osoby posiadające Kartę Dużej Rodziny, kombataneci, weterani oraz zagrożeni lub uszkodzeni katastrofą naturalną, klęską żywiołową lub awarią techniczną.

Udzielona pomoc prawna będzie polegała na poinformowaniu osoby uprawnionej o obowiązującym stanie prawnym, przysługujących jej uprawnieniach lub spoczywających na niej obowiązkach; wskazaniu osobie uprawnionej sposobu rozwiązania dotyczącego jej problemu prawnego; pomocy w sporządzeniu wymagającego wiedzy prawniczej projektu pisma w zakresie niezbędnym do udzielenia pomocy, z wyłączeniem pism procesowych w postępowaniach przygotowawczych lub sądowych i pism w postępowaniu sądowo-administracyjnym; sporządzeniu projektu

pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub o ustanowienie pełnomocnika z urzędu.

Uprawnieni będą mogli uzyskać informacje w zakresie: prawa pracy, przygotowania do rozpoczęcia



działalności gospodarczej, prawa cywilnego, spraw karnych i administracyjnych, ubezpieczenia społecznego, spraw rodzinnych oraz prawa podatkowego z wyłączeniem spraw podatkowych związanych z prowadzeniem działalności gospodarczej.

Pomoc nie będzie obejmowała spraw z zakresu prawa celnego, dewizowego, handlowego i działalności gospodarczej, z wyjątkiem przygotowywania do jej rozpoczęcia.

W Lesznie punkty nieodpłatnej pomocy prawnej znajdują się:

RADCY PRAWNI: Szkoła Podstawowa nr 13, ul. Tadeusza Rejtana 1, od poniedziałku do piątku w godz. 15 - 19.

ADWOKACI: Szkoła Podstawowa nr 1, Al. Zygmunta Krasińskiego 2, od poniedziałku do piątku w godz. 15 - 19.

Punkt nieodpłatnej pomocy prawnej prowadzony przez organizację pozarządową Fundację Honestie Vivere - budynek dla organizacji pozarządowych w Lesznie, ul. Jana Dąbrowskiego 45a. Punkt jest czynny w poniedziałki i środy w godz. 13-17 oraz we wtorki, czwartki i piątki w godz. 8-12.

We wszystkich punktach nieodpłatna pomoc prawna jest świadczona przez adwokata lub radcę prawnego.

Książka na telefon

Miejska Biblioteka Publiczna w Lesznie oferuje Książkę na telefon.

Z usługi mogą korzystać osoby niepełnosprawne, chore oraz seniorzy - wszyscy ci, którzy z różnych przyczyn mają utrudniony dostęp do biblioteki. Mogą wypożyczać książki i audiobooki.

Zamówienia mogą składać mailowo - biblioteka@mbplesno.pl lub telefonicz-

nie - 65 520 53 55 wew. 33 w godzinach otwarcia placówki.

Dostawa i odbiór książek oraz audiobooków jest bezpłatna. Zamówienia są dostarczane raz w tygodniu. Bibliotekarze chętnie doradzą w wyborze literatury. Zachęcają do korzystania z katalogu na stronie internetowej MBP.

(jrs)

Kobieta z energią

- Nie mam czasu na siedzenie i zawsze taka byłam. Chęć do działania i pracy wyniosłam z domu rodzinnego - mocno akcentuje Zofia Miler z Leszna.

Nielatwo opowiedzieć kilkadziesiąt lat życia i pracy zawodowej w telegraficznym skrócie, ale spróbujemy.

Moim życiem szkoła i muzyka

Zofia Miler z wykształcenia jest nauczycielem. Pierwsze 10 lat życia zawodowego związała ze Szkołą Podstawową w Osiecznej.

Nie czuję napływających lat, chociaż gdzieś coś skrzypi czy zaboli. Nie narzekam, a jeśli już to kiedy nikt nie widzi... Lepiej zająć się realizacją życiowych zadań...

- To właśnie tam założyłam drużynę harcerską przy Hufcu ZHP Leszno i razem z mężem prowadziłam nieobozową akcję letnią dla dzieci wiejskich z powiatu leszczyńskiego - wspomina. - Z harcerstwem byłam związana od dziecka. W rodzinnym mieście, w Ponięcu, należałam do gromady zuchowej. W Lesznie, w szkole podstawowej i pięcioletnim Liceum Pedagogicznym byłam harcerką.

Nie tylko ZHP było najważniejsze. W Osiecznej Z. Miler prowadziła chór i założyła małą orkiestrę dziecięcą.

- W międzyczasie podjęłam naukę w trybie zaocznym w Studium Nauczycielskim w Poznaniu na kierunku wychowanie muzyczne, ale zgodę na to wydaną przez Inspektorat Oświaty, dostałam dopiero po 2 latach pracy zawodowej. Wówczas takie były przepisy.

Kolejnym etapem kształcenia były studia w Państwowej Wyższej Szkole Muzycznej w Poznaniu na kierunku wychowanie muzyczne.

Panią Zofię pochłaniała nauka i praca, a także rodzina.

Do przejścia na emeryturę pani Zofia pracowała jeszcze jako zastępca dyrektora w Szkole Podstawowej nr 4 w Wągrowcu. Od podstaw budowała przedszkole w Wiatrowie, którego została dyrektorem.

- Zawsze byłam wobec siebie wymagająca, dlatego chciałam się dokształcać decydując się na studia podyplomowe.

Z. Miler wspomina również o ważnym dla niej etapie prowadzenia wspólnie z mężem zespołów artystycznych przy Stacji Hodowli Roślin w Wiatrowie, który nazwano Łubinek i przy PGR w Żabicy, stąd nazwa grupy Żabicyńki.

Z. Miler wspomina również o ważnym dla niej etapie prowadzenia wspólnie z mężem zespołów artystycznych przy Stacji Hodowli Roślin w Wiatrowie, który nazwano Łubinek i przy PGR w Żabicy, stąd nazwa grupy Żabicyńki.

Wulkan energii

Po 44 latach pani Zofia i mąż wrócili do Leszna. Zaczęli od remontu domu rodzinnego. Ciężko pracowali, na każdym kroku wspierając się wzajemnie.

- Od przejścia na emeryturę nie miałam dnia odpoczynku - z uśmiechem na twarzy zapewnia Z. Miler. - W moim życiu musi się coś dziać. Za cenny uważam kontakt z ludźmi, potrzebuję go tak samo jak powietrza. Jestem uzależniona od ciągłego działania, co mnie nie męczy, wręcz przeciwnie, przynosi radość. Mam w sobie życiową energię, która nie pozwa-

- Wysłałam za męża i urodziłam dwóch synów.

Po 10 latach w Osiecznej, młode małżeństwo przeniosło się do Wągrowca.

- Otrzymaliśmy tam mieszkanie i pracę w Zasadniczej Szkole Zawodowej. Byliśmy także wychowawcami w internacie. Obok tego było harcerstwo.

W życiu Z. Miler ważne miejsce zawsze zajmowała muzyka.

- Dlatego chętnie podjęłam dodatkową pracę w Ognisku Muzycznym, a potem podjęłam się prowadzenia chóru i zajęć umuzykalniających w nowo powstałym Państwowej Szkole Muzycznej I stopnia. W szkole podstawowej w Wągrowcu prowadziłam zespoły, mąż instrumentalny, a ja wokalny.



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Zofia Miler w swoim domu stworzyła miejsce spotkań zuchów z Gromady Wędrownie Ptaki.

la mi siedzieć bezczynnie, zawsze mam coś do zrobienia. Wielką przyjemność sprawia mi obcowanie z książką.

Dla Z. Miler wiek nie jest żadnym ograniczeniem.

- Nie czuję napływających lat, chociaż gdzieś coś skrzypi czy zaboli. Nie narzekam, a jeśli już to kiedy nikt nie widzi. Nie rozmawiam o chorobach i nie marnuję czasu w kolejkach do lekarza. Lepiej zająć się realizacją życiowych zadań, myśleć jak sobie pomóc i jeszcze zrobić coś dla innych.

W jej życiu ważny rozdział stanowi harcerstwo.

- Jak wspominałam w Osiecznej razem z mężem prowadziliśmy nieobozową akcję letnią, organizowało się koncerty, teatryki i wycieczki. Zawsze

uważałam, że warto robić coś dla ludzi, zwłaszcza dzieci. Wspólne działania uczy jedności.

I to pani Zofia zaszczebia w dzieciach, które przychodzą na zajęcia Gromady Zuchowej Wędrownie Ptaki, która działa na Zatorzu. Miejsce spotkań stworzyła we własnym domu. W piwnicy jest zuchówka - dziupla, miejsce przytulne za sprawą mnóstwa zdjęć, które są świadectwem działań gromady.

- Cieszę się każdą chwilą, pracą i spotkaniami z dziećmi. Biorę co daje mi życie. I nie robię wielkich planów, bo los może napisać inny scenariusz niż zakładałam. Wiarę w Boga wyniosłam z domu rodzinnego i ona daje mi najwięcej. (jrs)

Sama, ale nie samotna

- Wypisałam się z partii osób narzekających. Nie planuję niczego na kilka dni do przodu, bo nie wiadomo co przyniesie los. Uśmiecham się do siebie i innych - to sposób na życie polecany przez Urszulę Michalską.

Pani Urszula pochodzi z Poznania. Absolwentka Politechniki Poznańskiej, na studiach poznała męża. Kiedy ten otrzymał mieszkanie w Lesznie, swoje dalsze życie związała z tym miastem. Tu urodziła im się córka, a pani Urszula rozpoczęła pracę w szkole odzieżowej. Mając 32 lata poświęciła się jednak rodzinie.

- Jako młoda osoba opiekowałam się mamą i wujostwem, a żadne z nich nie mieszkało w Lesznie. Poświęciłam się również opiece nad przyjaciółką z Legnicy, która śmiertelnie zachorowała. Przeżyła te spowodowały, że dzisiaj nic mnie nie przestraszy.

Pani Urszula ma problemy z chodzeniem i od pewnego czasu nie opuszcza mieszkania, ale nie uznaje tego za problem.

- Mama nauczyła mnie jak zająć się sobą. Nie czuję się samotna, bo mam siebie - podkreśla. - Wiek dojrzały jest najbogatszym i najpiękniejszym czasem w życiu człowieka, kiedy dzieci i wnuki są odchowane. Teraz jest dobry czas na wspomnienia. Lubię zaglądać do zdjęć, które wywołują radość.

Pani Urszula zawsze ma zajęcie. Píše listy do bliskich i znajomych, sporo czyta. Lubi się też czasem ponudzić.

- To ważne dla zdrowia - radzi. - W ciągu dnia warto znaleźć 15 minut na ponudzenie się. Ja w takich chwilach lubię popatrzeć przez okno,

a widok mam na przepiękną brzozę.

Sama gotuje i sprząta.

- Co pewien czas coś poprzestawiam, by zmienić przestrzeń wokół siebie. Za poradą córki nie gromadzę rzeczy. Przy każdym przeglądzie szaf, zawsze znajdę coś do usunięcia.

Ważną umiejętnością jest radzenie sobie z trudnościami, a każde doświadczenie jest lekcją życia.

- Czerpię z rad rodziców, którzy uważali, że trzeba mieć różne umiejętności. Kiedy więc mąż coś napraw-

iał, prosiłam żeby pokazał mi jak to robi, uznając że kiedyś mi się to przyda. Mama nauczyła mnie szyć i akurat kilka dni temu córka poprosiła mnie o przerobienie jej sukienki. Usiadłam do maszyny do szycia i zrobiłam to.

Pani Urszula ma bliskich poza Leszmem, ale jest z nimi w stałym kontakcie.

- Zięć telefonuje do mnie codziennie o tej samej porze. Wtedy padają niekiedy humorystyczne, a czasami poważne zdania. Telefon komórko-

wy jest moją opaską alarmową. Nigdy się z nim nie rozstaję, na wypadek gdybym potrzebowała pomocy.

Słowo pomoc ma w tej rozmowie szczególnie wymiar.

- Kiedy jeszcze chodziłam na zakupy, w rozmowie z jedną z sąsiadek mówiłam o potrzebie znalezienia osoby, która mogłaby mi pomóc zrobić zakupy.

Wiadomo, drogą od jednej pani do drugiej, dotarła do Wioletty Kałmuczak z bloku, w którym mieszka pani Urszula. Sąsiadki dzielą dwie klatki.

- To mój anioł, który ukrył skrzydła - z radością wyznaje. - Umówiłyśmy się, że ja jestem dla niej ciocią, a Wioletta jest dla mnie kimś bliskim. Jesteśmy sobie wzajemnie potrzebne, z naszej przyjaźni każda czerpie coś dla siebie. Uważam, że trzeba propagować taką pomoc, którą ja dostaję. Sąsiad jest za ścianą, zna mnie a ja jego, wie czego mogę potrzebować i co ja mogę zrobić dla niego. To również ważne dla osób, którym doskwiera samotność, bo seniorów mamy różnych - młodych, sprawnych i takich, którzy najchętniej ogłosiliby w gazecie, że zamienią mieszkanie na cele dwuosobowe, by tylko mieć współtowarzysza.

- Przyjaźnimy się od 6 lat. U pani Urszuli jestem codziennie, zawsze rano i wieczorem - wymienia życzliwa sąsiadka.

U. Michalska po śmierci męża nie zdecydowała się na zmianę miejsca zamieszkania. Nie chciała przenieść się do córki.

- Dlatego ma ona teraz komfort, bo wie, że na co dzień jestem pod dobrą opieką.

To za namową pani Wioletty, nasza rozmówczyni ma dodatkowe zajęcia. Píše artykuły do gazety parafialnej. Podkreśla, że te artykuły nie mają wydźwięku religijnego.

Pani Urszula mówi, że wypisała się z grona osób narzekających. Nie traci czasu na zgorzkniałość, nie przepada za rozmowami o tym, co kogo boli.

- Lekarz Antoni Kępiński jest autorem książki, z której wylapałam przydatne zdanie: narzekanie jeszcze nikomu nie pomogło. Zamiast tego warto pomyśleć o tym jak rozwiązać problem.

Pani Urszula znajduje radość życia w zwykłych rzeczach: cieszy się widząc kota podchodzącego pod okno, by dostać coś smacznego. Uśmiecha się do sąsiada i wspomnień o osobach, które potrafiły ją rozbawić.

- Sprawia mi radość kiedy coś robię i robota idzie do przodu. Cieszę się ze spotkań z dziećmi, wnukami i prawnukami. Lubię uśmiechać się do siebie. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Urszulę Michalską codziennie odwiedza sąsiadka Wioletta Kałmuczak.

Działka to moje życie

Stanisława Benysek jest chyba najbardziej rozpoznawalną osobą na Rodzinnych Ogrodach Działkowych Kolejarz w Lesznie.

I nic w tym dziwnego, ponieważ od 60 lat uprawia tutaj swój ogródek. Chociaż w tym roku kończy 92 lata, nadal na działkę przy szóstej alejce, dojeżdża wysłużonym rowerem. I to w takim tempie, że tylko pozazdrościć.

Swoją przygodę działkowca rozpoczęła pod koniec lat 50-tych, kiedy to mężowi, który był kolejarzem, przydzielono na peryferiach miasta działkę pracowniczą.

- Urodziłam się w Dłużynie i zanim przywędrowałam pod koniec lat pięćdziesiątych do Leszna, poznałam co to jest praca na roli. Rodzice mi powtarzali, że jeśli będziesz kochać ziemię ona ci się złotem odplaci. Mogłam się o tym szybko przekonać. Los sprawił, że wkrótce nasza rodzina powiększyła się o pięć córek, które trzeba było wyżywić. Dzięki działce, w domu były świeże ziemniaki, owoce, jajka i niedzielny rosół z kury. Ona też stała się dla mnie miejscem, do którego mogłam uciec z dziećmi, przed wiecznie awanturującym się mężem.

Z opowieści, które pani Stanisława snuła przy stole stojącym w kąci rekreacyjnej działki, życie nie było dla niej łaskawe.

- Mąż wszczynał awantury o byle co. Często o to, że wiecznie brakuje w domu pieniędzy. Dlatego postanowiłam iść do pracy. Nikt jednak nie chciał zatrudnić osoby będącej w zaawansowanej ciąży. Kiedy kolejny raz odprawiono mnie z kwitkiem, zdenerwowałam się i napisałam list do samego Bieruta. Odpowiedź przysła z Warszawy po dwóch tygodniach. Wezwano mnie do Urzędu Pracy i dostałam skierowanie do fabryki cukierków Rywał. W tej fabryce przepracowałam do emerytury, aż 32 lata.

Z uwagi na dzieci, które niemal

codziennie musiały uczestniczyć w domowych awanturach, wystąpiła o rozwód. Dzięki niemu odzyskała spokój, ale też straciła ukochaną działkę, która jako pracowniczka należała do męża. Ale los się do niej uśmiechnął. Na imieninach koleżanki poznała Czesława, z którym po okresie znajomości, postanowiła związać się węzłem małżeńskim.

- Tak się złożyło, że Czesław też

Działka to całe moje życie. Tutaj mieszkam od wiosny do jesieni. Budzi mnie śpiew ptaków i chociaż mój ukochany ogródek znajduje się niemal w centrum miasta, tutaj jest cisza i spokój.

był kolejarzem i miał ogródek... dwie alejki dalej niż moja wcześniejsza działka. Wspólnie uprawialiśmy nasze poletko. Żeby mieć wczesne pomidory wybudowaliśmy małą szklarnię. Mąż hodował też na działce kury i modne wówczas nutrie. Mieliśmy swoje warzywa i owoce. Wody w studni było tyle, że starczało do podlewania, umycia się i do gotowania. Do czasu kiedy

uruchomiono żwirownię w Zabornie. Wtedy woda się skończyła. Ale było nam dobrze. Tutaj spędzaliśmy czas od wczesnej wiosny do późnej jesieni. Niestety teraz jestem sama. W międzyczasie pochowałam też dwie córki. Obecnie moją ostoją są córki, Ludwika u której mieszkam i z którą uprawiam działkę oraz Genia. Ta druga ma działkę niedaleko mojej i codziennie do mnie zagląda.

macje o różnych inwestycjach i zakupach. Można się z nich dowiedzieć, że w 1997 altanka otrzymała nowy dach i została otynkowana. W 2001 roku powiększona została o nowy taras, a w 2003 roku na działce zamontowany został hydrant. Działka to całe moje życie. Tutaj mieszkam od wiosny do jesieni. Budzi mnie śpiew ptaków i chociaż mój ukochany ogródek znaj-

zwać straż pożarną do palącej się u sąsiada altanki. Często też prowadziłam przez nie rozmowy z kierowcami ciężarówek przejeżdżających przez Leszno. Wywoływali mnie... Babcia Działkowa zgłosił się! Zazwyczaj pytali jak dojechać pod wskazany adres.

Zadbany ogródek pani Stasi docenia zarząd ROD Kolejarz, wyróżniając dyplomem i nagrodą na



▲ Pani Stasia od lat na działkę dojeżdża rowerem.

Fot. E. Baldys

Pani Stasia przerywa rozmowę, idzie do altanki i przynosi gruby zeszyt.

- Coś panu pokażę. W tym zeszycie od lat zapisuje wszystkie wydatki związane z działką. Dla przykładu, w 2016 roku utrzymanie działki kosztowało mnie 1185 zł, a w 2017 roku nieco mniej, bo 960 zł. W zeszycie tym są też infor-

duje się niemal w centrum miasta, tutaj jest cisza i spokój. Uprawiam swoje warzywka, doglądam jak dojrzewają maliny, jeżyny, winogrono i odpoczywam pod parasolem przy kwitającym skalniaku. Kiedy telefony komórkowe nie były jeszcze tak powszechne, miałam CB radio. Korzystałam z niego kiedy trzeba było np. zapisać się do lekarza czy we-

corocznych Dożynkach Działkowca. Każde pojawienie się jej na dożynkach, nagradzane jest gromkami oklaskami. Za każdym razem zachwyca wszystkich nie tylko talentem wokalnym, ale również kondycją taneczną.

- Lubię tańczyć z młodymi, bo oni nie sapią przy rock'n`rollu.

(ed)

Wiek nie jest barierą



Fot. (JAC)

▲ Henryk Jakubiak bardzo często odbiera na imprezach biegowych nagrody dla najstarszego uczestnika.

Henryk Jakubiak z Leszna jest jednym z najstarszych biegaczy w naszym regionie. W Sylwestra obchodzić będzie 82 urodziny i jak mówi ma jeszcze długie lata biegania przed sobą. Wie jednak jak uprawiać ten sport, aby nadmiernie nie obciążać organizmu.

- Biegać zacząłem dopiero w wieku 54 lat. Wcześniej pasjonowała mnie piłka nożna i tenis stołowy w zakładowej drużynie Metalplastu - wspomina Henryk Jakubiak. - Zaczynałem biegać od bardzo krótkich dystansów, dwu - czterokilometrowych i po 8 miesiącach treningu postanowiłem wystartować w moim pierwszym biegu w Turwi na dystansie 10 km. Bieganie mocno mnie pochłonęło. Wtedy było zdecydowanie mniej imprez niż obecnie, dlatego możliwości startu szukałem jeżdżąc po całej Polsce. Forma rosła. Zaliczyłem wiele biegów na dystansie 10 km, gdzie wynikiem szedłem poniżej 40 minut.

Nic jednak nie przychodzi za darmo. Na wynik trzeba solidnie zapracować. Ulubioną trasą treningu pana Henryka jest droga z Leszna w kierunku Nowej

Wsi, od kilku lat bogatsza o ścieżkę pieszo-rowerową.

- Dawniej biegałem na treningu 10-12 kilometrów, a teraz wystarczy mi 8 kilometrów - zdradza maratończyk. - Biegam 4-5 razy w tygodniu, ale już bardzo spokojnie, aby tylko trochę się zmęczyć, wziąć prysznic i rewelacyjnie czuć się przez resztę dnia. W biegach uczestniczę już rzadziej, z reguły tylko w tych, które mają wspaniałą atmosferę i zorganizowane są w okolicy.

Kiedy pan Henryk pojawi się na starcie, uzyskuje zawsze wielkie owacje od publiczności, bo najczęściej jest najstarszym uczestnikiem imprezy. O 2 lata starszym biegaczem w naszym regionie jest jedynie jego serdeczny kolega Michał Szkudlarek z Przysieki Polskiej.

- Biegać można przez długie lata,

nawet kiedy zaczyna się przygodę z tym sportem po 50-tce lub później - przyznaje pan Henryk. - Trzeba jednak zachować umiar i trzymać na wodzy nadmierne ambicje. Uważać też trzeba z pokonywaniem zbyt długich dystansów, aby skrajnie nie wyczerpać organizmu.

Biorąc pod uwagę doświadczenie Henryka Jakubiaka, można poradzić 60-latkom rozpoczynającym treningi biegowe, aby bardzo delikatnie zwiększali pokonywane dystanse, pozostawiając lepiej pewien niedosyt niż uczucie skrajnego zmęczenia. Przed rozpoczęciem treningów warto uregulować wagę ciała. Jeżeli jest ona zbyt duża, lepiej rozpocząć budowanie formy od jazdy rowerowej i nordic walkingu.

(JAC)

Moje Zatorze

Tory kolejowe od zawsze dzieliły miasto na zasadnicze Leszno i Zatorze. Dziś Leszno ma trzy dzielnice peryferyjne: Zaborowo, Gronowo i Zatorze, ale kilkadziesiąt lat temu Gronowo i Zaborowo nie wchodziły w obręb miasta, były odrębnymi miejscowościami, a Zatorze tak.

Klimat Zatorza był inny, niż miasta. Miał trochę z charakteru wsi. Zatorze to miejsce ludzi niezwykle pracowitych. Jednorodzinne domy budowano tu głównie od lat pięćdziesiątych. Powstawały w zasadzie z niczego i bez jakichkolwiek podstaw finansowych. Dom moich rodziców przy ul. Szymanowskiego jest tego przykładem. Dziadek namówił ich na kupno działki i pożyczył na ten cel pieniądze. Rodzice kupili cegłę rozbiórkową pochodzącą ze zburzonych w czasie wojny kamienic Głogowa. Mama, choć miała pięcioro małych dzieci, prymitywnymi narzędziami cegłę oczyściła. Wykopaliśmy dół na wapno, przywieziono je w szarych bryłach i w tym dole zlasowano. Ta czynność dziś już nie jest znana. Umówieni murarze postawili ściany, stropy i dach. Po paru latach dom był gotowy do zamieszkania, choć pomieszczenie na łazienkę czekało na urządzenie jeszcze wiele lat.

Co było w tych budowlach charakterystyczne? Sąsiedzka pomoc. Do każdej większej pracy przychodzili sąsiedzi i po prostu pomagali. Nie za pieniądze, ale z sąsiedzkiej powinności. I był to zwyczaj zupełnie naturalny.

Zatorze, to była dzielnica kolejarzy. Jednorodzinne domy posadowiono na dużych ogrodach, które stały się naturalnym miejscem dodatkowego zarobku. Na ogrodach pracowały całe rodziny. Uprawiano warzywa, które potem sprzedawano na targowisku lub odstawiano do Spółdzielni Ogrodniczo-Pszczelarskiej przy ul. Święciechowskiej, gdzie potem był burdel, a teraz Biedronka. Te pęczki pietruszki, szczypiorku i rzodkiewki, zrywane i wiązane wczesnym rankiem były dość istotnym dochodem wielodzietnych najczęściej rodzin, nic więc dziwnego, że ogrody były starannie zagospodarowane do ostatniego metra.

Podobnie z hodowlą, choć ona była prowadzona nie na sprzedaż, ale na potrzeby własne. Czymś naturalnym w latach 60. były świny, kury, gęsi i króliki trzymane w pomieszczeniach gospodarczych, które były w obrębie każdego domu.

Ale mieszkańcy Zatorza byli też ludźmi zaradnymi i myślącymi. W latach 60 rozwinęły się tam większe plantacje truskawek, potem powszechnie hodowano nutrie, a jeszcze później powstawały nie-

wielkie, ale bardzo dochodowe pieczarkarnie. Ludzie uczyli się jeden od drugiego, wymieniali się doświadczeniami i starali się zarabiać, a nie narzekać. W pewnym czasie Zatorze stało się prawdziwym zagłębiem hodowlanym nutrii, na każdym niemal ogrodzie stało kilka murowanych klatek, a dorosłe sztuki sprzedawało się w skupie na skrzyżowaniu ul. Święciechowskiej i Szczepanowskiego, na podwórzu domu, gdzie od frontu funkcjonował nieśmiertelny fryzjer, a obok niego szewc.

Na Zatorzu wszystko było przyjmowane w sposób naturalny. Kiedy na mojej ulicy wodociągi postanowiły założyć wodę, każdy przed swoją posesją wykopał odpowiedniej głębokości rów. Kiedy na ul. Okrzei postanowiono zbudować niewielki sklep spożywczy, pomagali w budowie wszyscy.

Wielu charakterystycznych miejsc na Zatorzu już nie ma. Nie ma „koziwego rynku” i placu cięcia pni sosnowych, które ogromnymi samochodami były przywożone z lasu, cięte na „kopalniaki” i wysyłane wagonami na Śląsk. Plac ten, ulubione miejsce zabaw znajdował się przy dzisiejszej ul. Spółdzielczej. Nie ma Fabryki Farb i Lakierów, która znajdowała się tam, gdzie później fabryka głośników Tonsil, której też zresztą już nie ma. Nie ma także kolejowego ogrodnictwa, które znajdowało się tam, gdzie dzisiejsza skateplaza. Nie ma wielkiej stodoły z czerwonej cegły, stojącej przy ulicy Dembińskiego. Przed stodołą znajdował się stary kierat, którym ostatni raz młócono zboże gdzieś w 65 roku.

Szkoła Podstawowa nr 9 ożywiła całą dzielnicę. Oddana do użytku w 1966 roku, na tysiąclecie Państwa Polskiego, od razu zaznaczyła się dobrymi kartami na edukacyjnej mapie Leszna. Przyjęła dzieci z całego Zatorza, także tych, którzy naukę rozpoczęli w SP 3 na Placu Jana Metziga i od 4. klasy dzieci ze Strzyżewic, bo tamtejsza szkołka uczyła tylko najmłodszych. Nauczyciele „Dziewiątki”, to byli solidni pedagodzy, każdy ze swoim przewidywaniem, wymagający i potrafiący nauczyć. Pamiętam rok, kiedy na powiatowych zawodach matematycznych, uczniowie tej szkoły zajęli wszystkie cztery pierwsze miejsca. Wiem, bo zajmłem wów-

czas trzecie miejsce, choć piątkowym uczniem wcale nie byłem.

Szkoła żyła także popołudniami. Mnóstwo uczniów uczęszczało na zajęcia sportowe, kółko matematyczne, majsterkowały w bardzo dobrze wyposażonej pracowni prac ręcznych, chodzili na wiele innych kół zainteresowań. Na sali gimnastycznej między innymi trenowali późniejsi mistrzowie Polski w badmintonie Lech Woźny i Jerzy Przybylski znany w regionie lekkoatleta, późniejszy harcmistrz Roman Grabianowski.

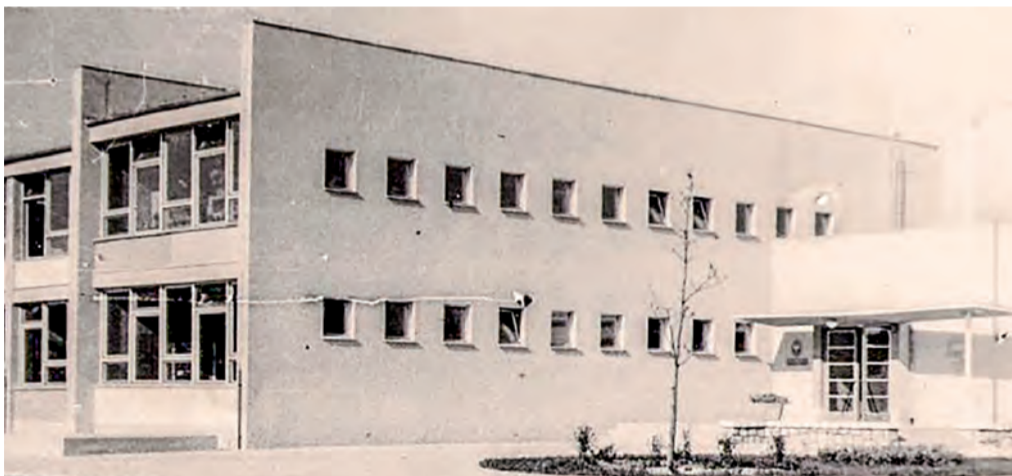
W „dziewiątce” rozpoczęto zupełnie eksperymentalną naukę języka niemieckiego, bodaj już od 4 klasy, metodą trochę „łopatologiczną” przez głośne powtarzanie zdań i słówek, ale dzięki temu absolwenci nie mieli jakichkolwiek trudności w szkołach średnich i na studiach.

Mówiąc o szkołach średnich i studiach, trzeba powiedzieć, że tylko nieliczni kończyli studia. Świadomość rodziców pod tym względem nie była duża. Większość chłopców po podstawówce szła do zasadniczej szkoły kolejowej, którą uruchomiono w systemie popołudniowym w siedzibie SP 9. Już w pierwszej klasie otrzymywali kolejarские mundury i skromne wynagrodzenie, mieli pewność pracy na PKP, rodzice byli więc zadowoleni. „Kolejówka” miała także klasy zaocznego technikum. Była to jedna z bardziej znaczących szkół ponadpodstawowych w mieście.

W połowie lat 70 miasto z urzędu podzieliło wielkie ogrody na mniejsze działki i rozpoczęła się intensywne rozbudowa Zatorza. Dzielnica bezpowrotnie zatraciła swój wiejsko-miejski charakter.

ANTONI NECZYŃSKI

Artykuł jest jednym z rozdziałów książki o dawnym Lesznie. Książka ta, w odróżnieniu od innych publikacji, nie jest zapisem faktów historycznych. Poszczególne teksty do niej napisali starsi mieszkańcy Leszna, którzy pamiętają obraz miasta lat 50., 60. i 70. ubiegłego wieku. Książka jest przygotowywana do druku i będzie ją można przeczytać jesienią br.



▲ Szkołę Podstawową nr 9 - "Tysiąclatkę" zbudowano na dawnym "Kozim Rynku".



▲ Zawody latawcowe na lotnisku były wydarzeniem każdej jesieni. Na zdjęciu twórcy latawców zmiernają do Strzyżewic ulicą Szybowników.



▲ Wiejski charakter ulicy Krzyckiego. Zdjęcia udostępnił Paweł Prałat, twórca profilu LESZNO W CZASACH PRL na portalu facebook.

Zbieram ślady ludzi, których już nie ma

O swojej pracy antykwariusza opowiada Janusz Skrzypczak, który ma swoją niezwykłą wystawę przy ul. Różanej w Lesznie. - Praca antykwariusza daje dużo satysfakcji jeżeli jest pasją i działaniem w celu zachowania przeszłości dla przyszłości - mówi.

Jako regionalista leszczyński lubię słuchać opowieści starszych mieszkańców naszego miasta. Bardzo często kupując różnorakie starocie dostaję w paczeczce ich historie z dołączonymi gratis życiorysami poprzednich właścicieli. Znając realia i fakty z przeszłości Leszna mogę prowadzić rozmowy ze starszą generacją leszczyńców. O życiu codziennym w przedwojennym Lesznie.

W swojej pracy antykwariusza często mam do czynienia z dokumentami osobistymi ludzi którzy odeszli, a pozostała ich spuścizna. Najciekawsze są dokumenty wojskowe, ale nawet cywilne, jeżeli obejmują komplety od świadectwa urodzenia poprzez szkolne i zawodowe, a zakończone aktem zgonu. Życiorysy odręcznie pisane często mają nanoszone nowe dane, a niektóre akapity są wykreślane. Często właśnie te wykreślane są dla mnie najciekawsze. Stare dokumenty, dowody osobiste, legitymacje i zaświadczenia dają obraz człowieka i czasów w których żył. Czytanie starej korespondencji jest jak podglądanie drugiej osoby bez jej wiedzy i przyzwolenia, a ja jestem ciekawy przeszłości. Mam czasami okazję penetrować porzucone strychowe skarby, pośród których znajdują stare zepsute zabawki, dziecięce rysunki i laurki oraz szkolne zeszyty. Stare szopy i garaże są źródłem części zamiennych do rekonstrukcji rowerów i innych pojazdów mechanicznych. Przedmioty zdekompletowane są dawcami podzespołów dla innych restaurowanych zabytków. Kompletny i czynny radioodbiornik lampowy jest często składnikiem z paru tych samych modeli. We wczesnej młodości wiele ciekawych dokumentów pozyskiwałem na punktach skupu makulatury, gdzie musiałem na wymianę dostarczyć wagowo stare gazety. Penetrowanie opuszczonego mieszkania lub strychu daje interesujący kontekst dla pozyskiwanych starych szpargałów, które zasilają moją kolekcję.

Od wielu lat gromadzę przedmioty związane z historią kupiectwa, a szczególnie interesują mnie losy firm działających w Lesznie i okolicy. Zbieram wyposażenie starych kantorów kupieckich, magazynów, a szczególnie stare reklamy. Mój pierwszy szyld reklamowy zakupiłem ze skupu złomu w Śmiglu i mam go do dnia dzisiejszego. Reklamuje on MARGIEGO artykuły zupne.

Jestem potomkiem kupca branży że-

łaźnianej i aptekarza, co pozwoliło mi z odziedziczonych przedmiotów kupieckich stworzyć zaczątki kolekcji. Ponad czterdzieści lat uzupełniania zbioru daje możliwość prezentacji go w całej i prawie kompletnej odsłonie. Sklep żelazny i aptekę z wyposażeniem mogę urządzić w całości. Posiadam również kompletne wyposażenie sklepu kolonialnego, które składa się z przedmiotów pochodzących z nie istniejących firm z Leszna, Ponieca, Miejskiej Górki, Bojanowa i Wolsztyna. Niektóre szyldy reklamowe otrzymałem w prezencie od spadko-

jęciach trudnił się też robieniem reklam. Reklamy zostały profesjonalnie zakonserwowane, a jedna poddana specjalistycznej renowacji. Te właśnie szyldy reklamowe w roku 2012, jako ambasadorzy leszczyńskiego przedwojennego kupiectwa, były prezentowane w Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie. Leszczyńskich reklam z mojego zbioru było tam prawie pięćdziesiąt, obejrzało je wiele osób, a wystawę otwierała prezydent miasta Warszawa pani Hanna Gronkiewicz-Waltz. Swoją zbior reklam w roku 2009 prezentowałem również w Telewi-

cie, a chciałbym wiedzieć. Może któryś z czytelników pomoże mi odkryć tę tajemnicę. Mam w tym względzie cztery hipotezy:

- W dniach 1 do 8 maja 1921 roku miała miejsce wystawa zorganizowana przez miejscowych artystów malarzy pt. „Sztuka malarska w Lesznie”. Organizatorami i wystawcami byli między innymi Wilhelm Ballarin i Jadwiga Moczyńska.

- W roku 1926 Leszczyńskie Towarzystwo Czytelni Ludowych zainicjowało powstanie muzeum z kolekcji nauczyciela Jana Hałasa. Wystawa prezen-



▲ Kto wie, co przedstawia fotografia opisana w artykule?

bierców rodzin kupieckich i rzemieślniczych, którzy mieli świadomość, że mój zbiór je wyeksponuje i tam będą prezentowane następnym pokoleniom z rzeczowym komentarzem. Pani, która jest córką znanego i szanowanego leszczyńskiego krawca podarowała mi przedwojenny szyld reklamowy z pracowni krawieckiej mając przeświadczenie, że w mych zbiorach zobaczy go dużo ludzi i w przyszłości nie zaginie. Wiele lat temu nabyłem szyldy reklamowe przedsiębiorcy z branży oponiarskiej, który był przedstawicielem poznańskiego STOMILA na Leszno. Szyldy były namalowane na szkle w negatywie przez mistrza Leona Rozpendowskiego, który w licznych swych za-

ziji TVN w niedzielnym porannym programie Dzień dobry TVN na zaproszenie redaktorów prowadzących pani Kingi Rusin i pana Bartosza Węglarczyka. Widzom całego kraju opowiadałem o dawnych leszczyńskich kupcach, ich sklepach i warsztatach.

Wiedząc, że dzięki temu tekstowi będę mógł dotrzeć do szerokiego grona odbiorców, mam serdeczną prośbę o pomoc. Dawno temu, jeden z kolekcjonerów pamiątek ukazujących stare Leszno użyczył mi do zeskanowania bardzo ciekawą fotografię.

Zdjęcie przedstawia dostojne wnętrza, gdzie wyeksponowano zbiór kolekcjonerskich przedmiotów. Są tam obrazy olejne i chyba akwarele oraz sporo patriotycznych symboli na różnych ozdobnych tarczkach i tkaninach, najprawdopodobniej haftowanych. Widać na froncie pod bardzo okazałym narożnikowym piecem kaflowym dorodny wieniec łosia oraz poroże rogacza. Zastanawiające jest, że na niektórych obrazach są przymocowane jakieś małe karteczki, może numery, a może ceny? Przy stoliku przykrytym białym obrusem, na którym jest tajemnicza skrzyneczka, siedzą dwie panie, a trzecia stoi. Panie są elegancko ubrane i wyraźnie pozują do zdjęcia. Symetrycznie do pieca stoi elegancki mężczyzna, któremu towarzyszy chłopiec trzymający w ręce czapkę.

Nie wiem, co przedstawia to zdję-

cie, a chciałbym wiedzieć. Może któryś z czytelników pomoże mi odkryć tę tajemnicę. Mam w tym względzie cztery hipotezy:

- W roku 1928 z okazji Powszechnej Wystawy Krajowej w Lesznie na terenie Powiatowej Szkoły była wystawa malarstwa.

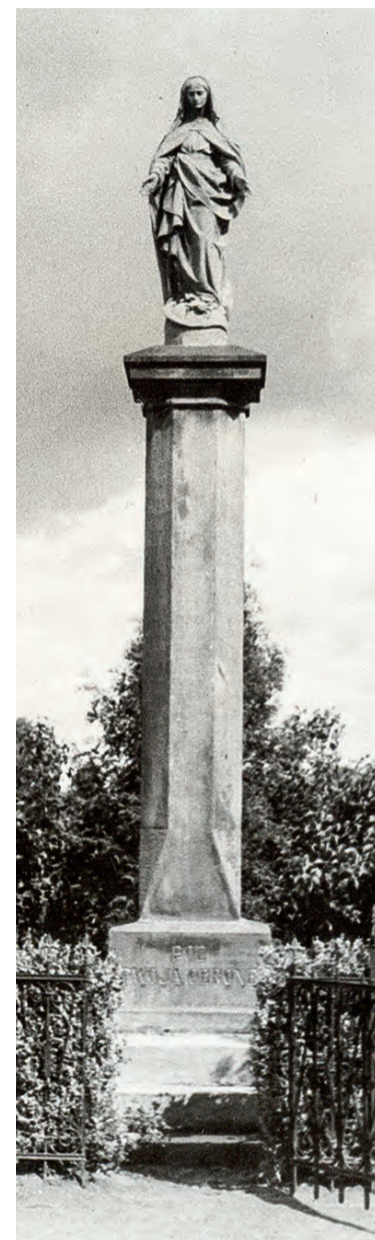
- 1 października 1932 w pomieszczeniach Sądu na Placu Kościuszki była wystawa dzieł sztuki ze zbiorów mieszkańców miasta i okolicznych ziemian.

Jestem przekonany że w albumach rodzinnych leszczyńców mogą być podobne fotografie zawierające istotne opisy lub w przekazie ustnym może tkwić informacja, która pozwoli rozwiązać moim zdaniem ciekawą zagadkę. Dopuszczam również fakt, że ktoś zna i wie dokładnie, co przedstawia fotografia i podzieli się swoją wiedzą.

Kończąc swoją opowieść proszę o zapamiętanie istotnych sugestii, które uważam, że są warte stosowania. Wiedza osób starszych dotycząca przeszłości jest bezcennym źródłem informacji dla rodziny, historyków i regionalistów.

Pamiętajmy że też kiedyś będziemy starsi i będziemy chcieli, aby okazywano nam należny szacunek. Opiszmy wszelkimi możliwymi informacjami fotografie bieżące i te które mamy z przeszłości, a wymagają opisania.

Ciągłe żądny nowych informacji regionalista. Janusz Skrzypczak



▲ Widocznej na fotografii figury Matki Boskiej już w krajobrazie Leszna nie ma. W pierwszych miesiącach drugiej wojny światowej zniszczona została przez Niemców. Ufundował ją mój pradziadek po mieczu Stanisław Perek, leszczyński spedytor i hurtowy sprzedawca węgla z ulicy Łaziebnej 20. Figura została postawiona jako podziękowanie, że trzech synów i zięć szczęśliwie powrócili z pierwszej wojny. Spedytor Perek po zakończeniu działań wojennych i po powrocie Leszna do Polski dogadał sprawę z właścicielami majątku Antoniny i w pobliżu skrzyżowania obecnych ulic Narutowicza i Opałskich postawił okazałą wysoką figurę ogrodzoną metalowym kutym płotkiem. Na cokole był napis - POD TWOJĄ OBRONĘ. W czasie corocznych pielgrzymek parafian leszczyńskich z kościoła farnego do Górki Duchownej, właśnie do tej figury były odprowadzane pielgrzymki w asyście sztandarów i proboszcza, który następnie przesiadał się do samochodu. Zieleni, ogrodzenie i sam cokół z Matką Boską był pielęgnowany przez rodzinę Perków, a młodsza siostra ojca Felina opowiadała o częstych wizytach celem utrzymania całości w schludnym stanie. Niemcy chcąc usunąć miejsca kultu Maryjnego oraz miejsca do wspólnej modlitwy miejscowych Polaków, z całą bezwzględnością niszczyli figury i krzyże. Mimo że na wojskowych kłamrach od pasów mieli napisane - „Bóg z nami”.



▲ Najstarsza fotografia domu na ulicy Łaziebnej pod numerem 20, gdzie był skład węgla mojego pradziadka.

Można pisać o wszystkim

Stanisław Woźniczak napisał około pół tysiąca wierszy, które póki co skrywa w szufladzie. Przyznaje, że pisanie sprawia mu radość. Chętnie przelewa na papier nie tylko własne myśli, bo pan Stanisław w strofach zawiera także wykłady i referaty.

„Od kiedy jestem na emeryturze, zwróciłem się ku literaturze. W poezji znalazłem własne zrozumienie. Sens przekazu i ukojenie”.

- Na emeryturę przeszedłem w 2016 roku i zacząłem mieć więcej wolnego czasu, dlatego zwróciłem się w stronę poezji, wierszem zapisując także wykłady i referaty naukowe. Nie wiedziałem, że tak piękna może być na przykład poezja ekonomiczna, czy medyczna - mówi Stanisław Woźniczak, słuchacz Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Lesznie. - Pisząc wykład wierszem, jest on co najwyżej jego uzupełnieniem. Robię duży skrót i wyluskuję najistotniejsze jego elementy. Często są to okruczności i radości ze spotkanych przykrości. To nie jest proste, bo wymaga dużego skupienia i sporego dystansu do życia. Zgadzałem się z tym co w 2006 roku powiedziała Hanna Banaszak, że poezja zawiera w sobie najwięcej prawdy. Bo proza może być fikcją, od początku do końca, a poezja jest zapisem emocji. To prawda. Przez jej anegdotyczność, sentencję i moralną można z humorem przekazać niejedną prawdę o życiu.

S. Woźniczak jest autorem około 100 wierszy medycznych. W strofach, w formie piosenki, opisał leki przepisane mu przez lekarza. Ulotka dołączona do leku też była inspiracją. Bo długi tekst o tym na co i jak go stosować można skrócić w wierszu. Obecnie pracuje nad wierszami o leszczyńskich ulicach. Z humorem podchodzi do tematów politycznych. Wśród kilkuset utworów znalazły się także teksty dedykowane dzieciom, były to bajki i wiersze edukacyjne. Sporo wierszyków było dedykowanych Przedzszkolu Miejskiemu nr 10.

Pan Stanisław inspiracje znajduje na każdym kroku i wynika ona z obserwacji.

- Spacerując po lesie lubię zbierać myśli, tworzyć w głowie szkic wiersza, a potem w domu przelać go na papier. Zresztą każde miejsce i przedmiot mogą być inspiracją do pisania.

Większość wierszy trafia do szuflady. Niektóre mają jednak swoich słuchaczy.

- Było mi miło kiedy jako pacjent przebywałem w szpitalu w Poznaniu, a lekarze dopytywali czy napisałem coś nowego.

Pisanie poezji sprawia radość.

- Uczy myślenia i szacunku dla słowa, pozwala też spotkać się z drugim człowiekiem.

S. Woźniczak chętnie zagląda do starszych wierszy i zdarzy mu się niektóre poprawiać. Przyznaje, że to błąd. - Pierwsza wersja wynika z jakiejś koncentracji, uchwycona jest najbardziej wartościowa. Inne są już tylko kopia. Przerobione wiersze tracą pierwotny sens, urok i humor przekazu.

Każdy może pisać wiersze, zachęca pan Stanisław, i nie potrzeba do tego szczególnych umiejętności. Wystarczy uwierzyć we własne możliwości.

- Zachęcam każdego, bo im więcej ludzi piszących w społeczeństwie, tym jest ono silniejsze duchowo, zasobniejsze w środki wyrazu, bliższe postępowi - puentuje Stanisław Woźniczak.

Jego wiersze są na stronie internetowej UTW Leszno, w Kąciku Poetyckim.

Tańczowała Insulina z Cukrem

Tańczowała Insulina z Cukrem
Samochwała, bo zwał się też Lukrem?
Insulina była nim oczarowana i zauroczona.
Tak, że, nie zauważyła, że słodczy jej może być słona.

Cukier, co rusz ją dosładzał.
Insulinie tańczyć niby doradzał.
Cukier w płasy - Insulina ledwie nadąga
Pokarzę fiądrze, myśli Cukier nie mądrze.
Cukier ma coś z czorta i drania.
Sprawdzi czy woda jest w kolanach.
Chociażby dla sportu, wiezie do tortu.
A, ten że importu, zajrzy też do dekoltu.
Z cellulitem się sprzeniewierzy.
Teraz wszystko poszerzy.
Aż udreżone nasze ciało.
Będzie o pomstę wołało.
Ma wielką władzę
Lubuje się w nadwadze,
Kochliwy Cukier zdrowiu szkodzi.
Przekonali się o tym seniorzy i młodzi.
Insulina tańca już nie wytrzyma.
Kiedy on na wyższe obroty wskakuje?
Jak tak dalej, to trzustkę mi zlamuje?
Jednak Cukier wcale tym się nie przejmie
Insulina miała pewność nieodpartą.
Że, tańczyć Cukrem zawsze warto.
Ale każde z tym czortem się zadawanie.
Jest niebezpieczne, bo to z losem igranie.
Na pełnym przygod życia dobroci.
Insulina nie czeka się przeprosin.
Nagle złamać się jest gotowa
Za to, co jej los zgotował.
Moral:
Cukier i Insulina tak długo tańcowali.
Aż cukrzyce zautoryzowali. I się doigrali.

Dwa rodzaje starości

Starość, starości nie równa.
Jedna jest radosna.
Ta druga, paskudna.
Wybór należy do Ciebie.
Kiedy będziesz w potrzebie?
Aniłowicie tam w niebie,
A musisz powiedzieć szczerze.
Żyłem długo i szczęśliwie.
Wówczas nagroda Cię nie ominie.
To starość z perspektywy całego życia.
To radość tworzenia i zachwytu.

Gdy nasze marzenia za przyjaciół miały
Zdrowie i szczęście i szacunku zaznały.
Natomiast starość po staremu.
Nie służy niczemu dobremu.
Swym ciężarem przygniata każdego.
Człowieka zwykłego i tego majątnego.
Człowiek starszy powinien kreatywnie żyć!
Niepowtarzalną, godną osobowość mieć!
Zajęcia banalne zamieniać na intelektualne.
Przed zawalem na własnych nogach uciekać.
Wrodzony talent rozwijać i nigdy nie narzekać!

Motylki

Narysuj główkę oraz tułów i odwiozłek motylka.
Zaznacz miejsce gdzie wyrastają skrzydełka.
Narysuj teraz jego skrzydełka, arcydziełka.
Pamiętaj! Są piękne jak zwierciadła.
Namalować je to sztuka wielka.
Na główce ma czułki dwa.
Parę oczu motylek też ma.
Ssawkę i odnóża ma w sam raz.
I już małego motylka masz.
Motylku! Jesteś ozdoba tego świata.
Lubimy patrzeć jak lataasz.
Twój urok nas zachwyca.
Kwiatów jesteś zdobywcą.
Są takie piękne życia chwile,
Kiedy podziwiać możemy motyle?
Motylek leci Uśmiechają się dzieci
Motylek delikatny i ładny,
W locie paradny.
Lata zuchwale.
Dla zabawy i ku chwale.
Jest nadzieją marzeń
Macha skrzydełkami jak wachlarzem
Cudowny z natury
Wymaga od ludzi ekologicznej kultury

(jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Stanisław Woźniczak poezją zajął się w 2016 roku. Od tego czasu napisał kilkaset wierszy.

Dom - nasza ostoja

Dom - w nim wszystko się zaczęło, to dobre i to złe.

„Obojętność jest jak lód polarny na biegunach. Zabija wszystko.”

Honoré Balzac

Każdy, kto w swoim domu czuje się kochany i bezpieczny powie „Wszędzie dobrze, ale w domu najlepiej”.

Dom dla każdego jest miejscem wyjątkowym. Jest azylem, miejscem zapewniającym spokój i dającym poczucie bezpieczeństwa. Symbolizuje trwałość i schronienie. Dom jest też ojczyzną i bożą świątynią. Z tworzącymi go domownikami i wartościami jest naszą przestrzenią najbardziej intymnych przeżyć i relacji międzyludzkich. Zdarza się i tak, że nie zawsze dom jest wartością pozytywną, bo bywa, że oddziałuje destrukcyjnie na człowieka.

Dom dla każdego jest miejscem wyjątkowym, silnie związanym z nim samym i jego emocjami. W nim powinno się mieć poczucie spokoju, bezpieczeństwa i samowystarczalności. Dlatego tak ważne jest pozostawienie seniora w środowisku zamieszkania jak najdłużej, jeżeli tego sobie życzy i jest to możliwe. Zmiana zamieszkania z powodu niesamodzielności powinna być ostatecznością, do której sięga się po wyczerpaniu wszystkich dostępnych możliwości.

Nie zawsze rodzina jest w stanie zapewnić wsparcie osobie starszej. Dlatego tworzenie w środowiskach lokalnych odpowiednich miejsc dostosowanych do potrzeb seniora, winno być priorytetem, a nawet ko-

niecznością. Równoległe z tworzeniem domów opieki, instytucji całodobowych i pielęgnacyjnych trzeba podjąć szereg działań:

- zapewnić bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne podopiecznych,
- zadbać o jakość i potrzeby życia,
- zapewnić dostęp do profesjonalnych usług zdrowotnych i rehabilitacyjnych,
- prowadzić szkolenie i kształcenie opiekunów osób niesamodzielnych ze szczególnym uczuleniem ich na życie wrażliwymi i cierpliwymi.

My, jako osoby zdrowe i sprawne powinniśmy stworzyć nowe wspaniałe domy dla niesamodzielnych seniorów.

Krystyna Andrzejewska

Zapisałam się do UTW...

Już czas na emeryturę, usłyszeliśmy od naszego dyrektora w pracy. Cóż, chciał odmłodzić załogę i trochę zaoszczędzić grosza. Miałam czas do końca roku na zastanowienie się nad swoją przyszłością. Zrezygnowałam z pracy, a jednocześnie rozpoczęłam nowy etap życia.

W 2005 roku z koleżanką Haliną postanowiłyśmy zostać studentkami Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Lesznie. Posłaliśmy do biura, by wpisać się na listę, a tam spotkałyśmy znajomą Marię Cieślą. Radość w nas wstąpiła, że już kogoś znamy. Zapisałyśmy się i pełne optymizmu zaczęłyśmy uczęszczać na zajęcia.

Z ochotą chodziłam do muzeum na wykłady o historii sztuki. Przypominałam sobie wtedy lekcje języka polskiego, na których polonistka z entuzjazmem opowiadała o malarstwie i sztuce poszczególnych epok literackich.

W czasie 33 lat pracy zawodowej rzadko ćwiczyłam i cieszyłam się, że nareszcie mam czas na gimnastykę rehabilitacyjną na Pływalni Akwawit. Na zajęciach poznałam koleżanki i kolegów, a krąg znajomych się poszerzał.

Brałam udział w wycieczkach po regionie organizowanych przez Marię Zielony.

Wtedy plan zajęć Stowarzyszenia UTW był bardzo skromny, ale osoby które w nich uczestniczyły były wspaniałe i z radością przyjęły mnie do swojego grona.

Po kilku latach dostałam propozycję od Marii Zielony, która wtedy była wi-

ceprezesem UTW, bym wraz z ówczesnym Zarządem zorganizować 10-lecie naszego stowarzyszenia. Już w szkole podstawowej lubiłam pracować społecznie na rzecz innych. Z domu rodzinnego wyniosłam otwartość na drugiego człowieka, szacunek do starszych i ofiarowywanie pomocy tym, którzy jej potrzebują.

Po śmierci dr Wandy Strońskiej, prezes Stowarzyszenia UTW, pełniące obowiązki wiceprezesów Maria Zielony i Grażyna Fil, chciały by jubileusz wypadł tak jak ona go zaplanowała. Początek przygotowań był trudny, ale ochoczo zabraliśmy się do pracy. Wtedy poznałyśmy się lepiej, mogłyśmy realizować plan jubileuszu luźno zapisany na kartkach przez Wandę Strońską. Chciałyśmy w ten sposób uczcić jej pamięć i zaangażowanie w działania UTW.

Po jubileuszu, który był przygotowany perfekcyjnie, często wspomniany był przez reprezentantów UTW z regionu i Polski.

Krótko potem zostałam wybrana wiceprezesem do spraw organizacyjnych i funkcję sprawuje do teraz. Praca w Zarządzie daje mi dużo satysfakcji i zadowolenia. Lubię to co robię.

Barbara Szarszewska

To lekarstwo dla rąk

Renia Klupś prowadzi kroniki Stowarzyszenia Chorych na Choroby Reumatyczne w Lesznie, ale to nie jedyna jej pasja. W wolnych chwilach lubi zająć się różnymi technikami plastycznymi i jak twierdzi, to najlepsza gimnastyka dla rąk.

Stowarzyszenie Chorych na Choroby Reumatyczne niedawno świętowało 20-lecie działalności. Jubileusz był okazją, by wrócić wspomnieniami m.in. do początków organizacji, wycieczek i spotkań integracyjnych. Na uroczystości w telegraficznym skrócie zrobiła to Renia Klupś, od 20 lat prowadząca kroniki stowarzyszenia.

- Kiedy zajęłam się dokumentowaniem działalności stowarzyszenia bardzo dużo czasu zajmowało mi przygotowanie wpisów. Wracając z jakiegoś wyjazdu, moje koleżanki spały, a ja opisywałam wszystko co robiłyśmy. Czasami byłam tym tak zmęczona, że potem z trudem odczytywałam co napisałam - śmieje się pani Renia. - Teraz jest już mniej wpisów, za to w kronikach jest więcej zdjęć z naszych wycieczek, spotkań integracyjnych, jubileuszy i spotkań świątecznych. Wklejam ulotki, wycinki z gazet i foldery z konferencji czy wykładów, w których uczestniczymy jako członkinie stowarzyszenia. Dokumentuję nasze warsztaty, wykłady i zajęcia rehabilitacyjne.

Każda strona kroniki jest dopracowana. Pani Renia stara się, by książki były ciekawe dla oglądających



Fot. J. Rutecka-Siadek
▲ Renia Klupś wypoczywa tworząc kartki okolicznościowe czy ozdabiając najróżniejsze przedmioty.

cych i czytających. Dlatego na niektórych kartach są wykonane przez nią wycinanki.

- Należę do sekcji plastycznej w Miejskim Ośrodku Kultury, którą prowadzi Hanka Kuberkiewicz. Zajęcia mamy w Klubie Obok. Traktuję je jak gimnastykę dla rąk. Kiedyś sztydelkowałam i haftowałam, ale ręce nie mają tej sprawności co dawniej, dlatego przeczuciłam się na zajęcia plastyczne, które bardzo lubię.

Mieszkanie R. Klupś jest ozdobione jej pracami. W wazonach stoją kwiaty wykonane z papieru, półki wypełniają wazoniki, butelki, talerze i świeczniki, które ozdobiła techniką decoupage. To nie wszystko, bo pani Renia przygotowuje również okolicznościowe kartki. I to zajęcia lubi najbardziej.

- Wiele osób mnie pyta kiedy znajduję na to wszystko czas? Odpowiadam, że jak się lubi co się robi, to wolna chwila znajdzie się bez problemu. Wystarczy mieć chęci, nie potrzeba do tego dużego talentu. Prowadzenie kroniki i wykonywanie kartek czy ozdabianie przedmiotów traktuję jak formę wypoczynku, a najważniejsze, że sprawia mi to przyjemność. (jrs)

Poeta z Domu Seniora

Tadeusz Godlewski w tym roku skończy 90 lat. W ubiegłym roku córka Zosia wydała jego tomik poezji.

Pisze limeryki, fraszki, aforyzmy i inne utwory poetyckie.

- Zawsze miałem dość sprawną rękę do pisania, ale nigdy nie myślałem o wierszach, o rymowaniu. To zaczęło się kilka lat temu.

Pierwsze limeryki napisał w oparciu o realia Domu Seniora przy ul. Cichej w Lesznie, którego jest stałym bywalcem. Opisuje to, co dzieje się w stolówce, na parkiecie, w sercach. Wiele uczęszczających tam osób ma już utwory sobie dedykowane. Jego wiersze są wyłącznie humorystyczne, choć czasem kąśliwe i dosadne. Taki też jest on: bystry obserwator i świetny humorysta.

Od wielu lat mieszka w Lesznie, choć wywodzi się z innych stron.

- Pochodzę z Kurpiowszczyzny, z rodziny bardzo biednej. Wychowywałem się tylko z matką, bo ojciec wyjechał do Francji za pracę na dziewięć lat. Po wojnie byłem jednym z tych, którzy zwalczali analfabetyzm w Polsce.

Szybko porzucił pracę w oświacie. Skończył prawo administracyjne na Uniwersytecie Wrocławskim i przez wiele lat pracował w administracji państwowej. Pod koniec drogi zawodowej był prawą ręką wojewody legnickiego.

- Przez okres wojny nie chodziłem ani jednego dnia do szkoły. Później miałem poczucie, że jestem ze wszystkim do tyłu, że muszę nadrabiać. Więc nadrabiałem. Lubilem dużo czytać. Gdziekolwiek mieszkalem, zawsze byłem najbardziej aktywnym użytkownikiem biblioteki.

Przez wiele lat pisał też pamiętniki. Drobnym maczkiem ma wypełnionych sześć dużych, opasłych zeszytów. Tu dominuje zwięzły, kronikarski język.

- Pisałem je od lat siedemdziesiątych dość systematycznie. Opisałem wszystkie ważniejsze wydarzenia w moim życiu i w państwie, chociażby stan wojenny. Szukam kogoś, kto by się tym zainteresował. To kawał historii i zależy mi na tym, żeby te pamiętniki nie przepadły gdzieś na strychu.

Za poezję zabrał się pod wpływem Wisławy Szymborskiej.

- Ona mnie nauczyła, dla kogo pisze się poezję i jak się ją pisze. Na początku nie śmiałem nikomu pokazać swoich wierszy. Kiedyś przyniosłem je kierownicze Domu Seniora. Zachęciła mnie, bym je poczytał uczestnikom naszych spotkań.

A oto niektóre wiersze opisujące życie w leszczyńskim Domu Seniora.

Nasze hobby

Oj, co to by było, co by,
Gdyby nie te nasze hobby.
Takim mottem się podpieram
i za temat się zabieram.

Nasze hobby to nie rybki,
znaczki ani leśne grzybki.
Nie paciorek, nie różaniec,
Ale zwykły prosty taniec.

Solo, w grupie czy w duecie
Wirujemy po parkiecie.
Tak jest od zarania, człek
ma żytkę do skakania,
Do tupania, wirowania i nogami przebiegania.

Nawet ktoś poważnie głuchy

Też taneczne ma odruchy.
A gdy rusza do zabawy,
Nie boją go chore stawy.

Pozostawia kule z boku,
By w tańcu dotrzymać kroku.
Te podskoki i wybryki
Uprawiamy w takt muzyki.

Muza humor nam okrasza,
Do ruszania się zaprasza!
W Lesznie dość muzyków
o uznanej sławie,
Ale żaden nie śmie grać
przy Mieczysławie.
Gdy nasz pan Konieczny
siada za organy,
Gra całe powietrze,
ruszają się ściany.
W trakcie tej muzyki
nie usiedzisz bracie,
Ona zaczaruje, mocno
wplynie na Cię.

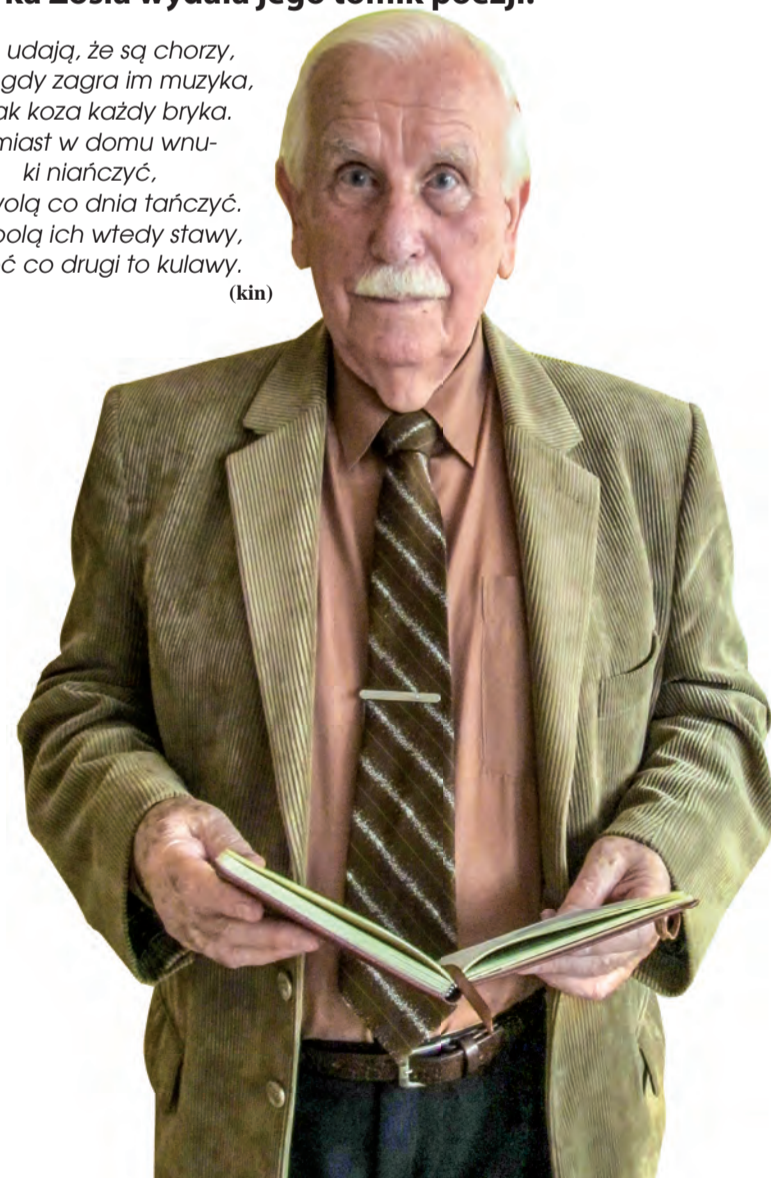
Uprawiamy nasze hobby,
Niech świat cały nam zazdrości.
Tańcząc co dzień, proszę
państwa,
Uciekamy od starości.

„Anonim” (fragment)

Wysoka władzo w mieście
Lesznie,
Proszę, reagujcie śpiesznie,
Bo przy Cichej Dom Seniora
To Sodoma i Gomora.
Wiecie Państwo, ci seniorzy,

To udają, że są chorzy,
Lecz gdy zagra im muzyka,
To jak koza każdy bryka.
Zamiast w domu wnuki
niańczyć,
Oni wolą co dnia tańczyć.
Nie boją ich wtedy stawy,
choć co drugi to kulawy.

(kin)



Fot. K. Zydorowicz

Pożegnaliśmy ich. Seniorów, mieszkańców Leszna

<p>Kaźmierczak Andrzej z ul. Prochownia Urodzony w 1919 r. Zmarł 4.02.2018 r. Żył 99 lat</p>	<p>Jankowski Bogdan Urodzony w 1920 r. Zmarł 16.01.2018 r. Żył 98 lat</p>	<p>Krengielczak Kazimierz Urodzony w 1920 r. Zmarł 25.01.2018 r. Żył 98 lat</p>
<p>Łuczewski Leon Urodzony w 1920 r. Zmarł 31.03.2018 r. Żył 98 lat</p>	<p>Wojciechowska Konstancja Urodzona w 1921 r. Zmarła 8.03.2018 r. Żyła 97 lat</p>	<p>Adamski Kazimierz Urodzony w 1923 r. Zmarł 23.12.2017 r. Żył 94 lata</p>
<p>Lubiński Józef Urodzony w 1924 r. Zmarł 10.01.2018 r. Żył 94 lata</p>	<p>Majorczyk Marianna Urodzona w 1924 r. Zmarła 2.02.2018 r. Żyła 94 lata</p>	<p>Jędrzejczak Teresa Urodzona w 1924 r. Zmarła 9.02.2018 r. Żyła 94 lata</p>
<p>Berus Irena z ul. Dożynkowej Urodzona w 1924 r. Zmarła 11.03.2018 r. Żyła 94 lata</p>	<p>Andersz Czesław z ul. Grodzkiej Urodzony w 1924 r. Zmarł 12.04.2018 r. Żył 94 lata</p>	<p>Czesław Sieniecki Urodzony w 1925 r. Zmarł 15.02.2018 r. Żył 93 lata</p>
<p>Papież Seweryna z ul. Jackowskiego Urodzona w 1925 r. Zmarła 5.04.2018 r. Żyła 93 lata</p>	<p>Siebner Maria Urodzona w 1926 r. Zmarła 6.01.2018 r. Żyła 92 lata</p>	<p>Dyba Władysława Urodzona w 1926 r. Zmarła 19.01.2018 r. Żyła 92 lata</p>
<p>Piotrowski Mieczysław z ul. 17 Stycznia Urodzony w 1926 r. Zmarł 5.04.2018 r. Żył 92 lata</p>	<p>Wanda Mocek Urodzona w 1927 r. Zmarła 12.02.2018 r. Żyła 91 lat</p>	<p>Stróżyk Marianna z ul. Lubuska Urodzona w 1927 r. Zmarła 15.03.2018 r. Żyła 91 lat</p>
<p>Piaszczyński Walenty z ul. Brata Alberta Urodzony w 1927 r. Zmarł 28.12.2017 r. Żył 90 lat</p>	<p>Juchimiuk Łucja z ul. Szybowników Urodzona w 1928 r. Zmarła 9.02.2018 r. Żyła 90 lat</p>	<p>Brunon Hoffmann Urodzony w 1928 r. Zmarł 13.02.2018 r. Żył 90 lat</p>
<p>Gajewska Marianna Urodzona w 1928 r. Zmarła 2.03.2018 r. Żyła 90 lat</p>	<p>Jankowski Jerzy z ul. Muśnickiego Urodzony w 1928 r. Zmarł 19.03.2018 r. Żył 90 lat</p>	<p>Olejniczak Urszula Urodzona w 1929 r. Zmarła 5.02.2018 r. Żyła 89 lat</p>
<p>Wleklik Jadwiga z ul. Podgórznej Urodzona w 1929 r. Zmarła 9.02.2018 r. Żyła 89 lat</p>	<p>Teresa Ringwalska Urodzona w 1929 r. Zmarła 12.02.2018 r. Żyła 89 lat</p>	<p>Gieruszczak Janusz Urodzony w 1930 r. Zmarł 7.02.2018 r. Żył 88 lat</p>
<p>Biedna Gertruda Urodzona w 1930 r. Zmarła 20.02.2018 r. Żyła 88 lat</p>	<p>Zachwieja Mieczysław Urodzony w 1930 r. Zmarł 6.03.2018 r. Żył 88 lat</p>	<p>Domagała Irena Urodzona w 1930 r. Zmarła 13.03.2018 r. Żyła 88 lat</p>
<p>Szczerbal Marta Urodzona w 1931 r. Zmarła 6.01.2018 r. Żyła 87 lat</p>	<p>Erzepki Aurelia Urodzona w 1931 r. Zmarła 26.01.2018 r. Żyła 87 lat</p>	<p>Dusza Stanisław Urodzony w 1931 r. Zmarł 17.02.2018 r. Żył 87 lat</p>

Pożegnaliśmy ich. Seniorów, mieszkańców Leszna

Jopp Olga

Urodzona w 1931 r. Zmarła 2.03.2018 r.
Żyła 87 lat

Tobółka Stanisława

z ul. 17 Stycznia
Urodzona w 1931 r. Zmarła 7.03.2018 r.
Żyła 87 lat

Laskowska Marianna

z ul. Opalińskich
Urodzona w 1931 r. Zmarła 12.04.2018 r.
Żyła 87 lat

Piotrowska Irena

z ul. Piastowskiej
Urodzona w 1931 r. Zmarła 27.12.2017 r.
Żyła 86 lat

Plewa Helena

Urodzona w 1932 r. Zmarła 02.01.2018 r.
Żyła 86 lat

Wojciechowska Zofia

z ul. Przejzdnej
Urodzona w 1932 r. Zmarła 15.01.2018 r.
Żyła 86 lat

Planz Bronisław

Urodzony w 1932 r. Zmarł 25.02.2018 r.
Żył 86 lat

Werno Bernard

z ul. Sułkowskiego
Urodzony w 1932 r. Zmarł 23.03.2018 r.
Żył 86 lat

Surdyk Katarzyna

Urodzona w 1932 r. Zmarła 30.03.2018 r.
Żyła 86 lat

Słodziński Władysław

Urodzony w 1933 r. Zmarł 1.02.2018 r.
Żył 85 lat

Ortyńska Franciszka

Urodzona w 1933 r. Zmarła 19.02.2018 r.
Żyła 85 lat

Misiak Jadwiga

z ul. Andrzejewskiego
Urodzona w 1933 r. Zmarła 24.02.2018 r.
Żyła 85 lat

Machowiak Ewa

Urodzona w 1933 r. Zmarła 8.04.2018 r.
Żyła 85 lat

Kiciński Edmund

Urodzony w 1934 r. Zmarł 12.01.2018 r.
Żył 84 lata

Ślotąła Jan

Urodzony w 1934 r. Zmarł 12.01.2018 r.
Żył 84 lata

Szczepańska Melania

Urodzona w 1934 r. Zmarła 4.02.2018 r.
Żyła 84 lata

Miedziarek Arkadiusz

Urodzony w 1934 r. Zmarł 3.03.2018 r.
Żył 84 lata

Norek Pelagia

Urodzona w 1934 r. Zmarła 6.03.2018 r.
Żyła 84 lata

Prałat Zofia

z ul. Wyszyńskiego
Urodzona w 1934 r. Zmarła 18.04.2018 r.
Żyła 84 lata

Szczepaniak Marian

z ul. 55 Pułku Piechoty
Urodzony w 1935 r. Zmarł 16.04.2018 r.
Żył 83 lata

Graś Teresa

z ul. Grunwaldzkiej
Urodzona w 1935 r. Zmarła 20.04.2018 r.
Żyła 83 lata

Stor Władysława

z ul. Powst. Wlkp
Urodzona w 1935 r. Zmarła 19.04.2018 r.
Żyła 83 lata

Górczak Kazimierz

z ul. Dąbrowskiego
Urodzony w 1935 r. Zmarł 28.02.2018 r.
Żył 83 lata

Korzeniowski Stanisław

Urodzony w 1935 r. Zmarł 7.03.2018 r.
Żył 83 lata

Szczepański Czesław

z ul. 17 Stycznia
Urodzony w 1935 r. Zmarł 23.01.2018 r.
Żył 83 lata

Moszak Edmund

z ul. Okrzei
Urodzony w 1936 r. Zmarł 13.01.2018 r.
Żył 82 lata

Hejdysz Adam

z ul. Muśnickiego
Urodzony w 1937 r. Zmarł 17.01.2018 r.
Żył 81 lat

Krystyna Olejnik

Urodzona w 1937 r. Zmarła 15.02.2018 r.
Żyła 81 lat

Grześkowiak Bogumiła

Urodzona w 1937 r. Zmarła 24.02.2018 r.
Żyła 81 lat

Zakrzewska Danuta

Urodzona w 1937 r. Zmarła 24.01.2018 r.
Żyła 81 lat

Gagavuzis Mitzios

Urodzony w 1937 r. Zmarł 18.03.2018 r.
Żył 81 lat

Biała Maria

z ul. Powst. Wlkp
Urodzona w 1937 r. Zmarła 13.04.2018 r.
Żyła 81 lata

Górska Barbara

z ul. Grunwaldzkiej
Urodzona w 1939 r. Zmarła 12.04.2018 r.
Żyła 79 lata

Nadmiar szkodzi zdrowiu

Nadmiar szkodzi, zwłaszcza jeśli chodzi o leki i preparaty witaminowe. Warto o tym pamiętać wybierając się do apteki po kolejne opakowanie farmaceutyków, do czego przekonuje lekarz rodzinny Ryszard Sudolski.

Nadmiar suplementów diety to problem ludzi młodych, seniorów i mam, które w trosce o dzieci podają im preparaty oferowane w aptekach, sklepach, a nawet na stacjach paliw.

- Do wyprodukowania takich preparatów wystarczy zgoda jednego członka nadzoru farmaceutycznego i jedna kontrola sanitarna. Potem można produkować suplementy, które nawet my lekarze nie do końca wiemy co zawierają. Niestety nie ma nad tym odpowiedniego nadzoru. Kiedy komuś coś się stanie, chociażby z powodu przedawkowania, dopiero wtedy służby dociekają co i jak - tłumaczy R. Sudolski. - Powołując się na własne doświadczenia lekarza praktyka, mogę powiedzieć, że pacjent otrzymuje receptę, idzie z nią do apteki, a tam okazuje się, że leki są dla niego dość drogie. Nie realizuje więc recepty w całości, jednak zostawia sobie trochę rezerwy finansową, by wykupić witaminy, preparaty białkowe i wzmacniające, które w połączeniu z innymi lekami albo w niektórych jednostkach chorobowych wcale nie są wskazane. Preparaty te nie pomagają w leczeniu, a raczej powodują kłopoty zdrowotne.

Powiedzenie - pacjencie lecz się sam, nie zawsze się sprawdza.

- Muszę pochwalić farmaceutów, bo chętnie odpowiadają na pytania dociekliwych klientów aptek, którzy chcą wiedzieć coś więcej o różnych preparatach czy lekach sprzedawanych bez recepty. Niestety prawa rynku są takie, że hurtownie, apteki lub stacje paliw zaopatrują się w preparaty, które nie są drogie, ale można ich sprzedać dużo. Dźwignią takiego handlu jest reklama. Wystarczy włączyć telewizor, a na każdym kanale pojawiają się reklamy środków bez recept, które mają pomóc na dole-

gliwości wieku senioralnego, poprawić urodę, mają być dobre dla serca czy stawów. Reklama mówi, posmarujesz 3 razy i będziesz mógł grać w tenisa.

Warto pamiętać, że leki leczą, ale mimo wszystko to „chemia”.

- Lekarze zapisują pewne elektrolity czy minerały, tylko że czasami pacjent, już nie na receptę, dokupuje kolejne dawki. Powinien jednak wiedzieć, że nadmiar odkłada się w narządach życiowo ważnych. Podam przykład, witamina D3 może się odłożyć w nerkach, wątrobie, szkodzi na śluzówkę żołądka i dwunastnicę. Groźne jest przedawkowanie magnezu i potasu, szkodząc sercu i nerkom. Jeśli poziom farmaceutycznej chemii jest wyższy o 30-40 proc. niż wymagana norma jest to bardzo niebezpieczne dla życia. Mówię o sytuacjach skrajnych, ale nie ma miesiąca, bym nie musiał komuś zwrócić na to uwagi.

Preparaty witaminowe można zastąpić zdrową dietą. Wspomnie ona również działania leków.

- Dieta bogata w warzywa i owoce jest dobra dla zdrowia. Smaczny koktajl będzie tańszy niż preparat z apteki. Polecam ten sposób, tym bardziej, że wiosna i lato sprzyja wprowadzeniu urozmaicenia w codziennym jadłospisie - zachęca lekarz Ryszard Sudolski. (jrs)

Niestety medycyna nie jest tak prosta. Farmaceutyci nam lekarzom przekazują informacje, że pacjenci przychodzą po preparaty, których skuteczność potwierdzono w bloku reklamowym. Wydają niemałe pieniądze na środki nie do końca im potrzebne.



▲ Ryszard Sudolski: - Warto pamiętać, że leki leczą, ale mimo wszystko to „chemia”.
Fot. J. Rutecka-Siadek



Z kuchni pani Marii

W sklepach roi się od gotowych polepszaczy smaków dań, a my chcemy polecić domową mieszankę warzyw i przypraw, która znakomicie poprawi smak zup i mięs. Przepis udostępniła pani Maria z Leszna.

Do wykonania domowej mieszanki do dań potrzeba niewielkiego selera, kilku sztuk marchewki i białej pietruszki. Można również dodać por. Warzywa ucieramy na tarce, a powstałe wiórki układamy na papierze, by dobrze wyschły.

- Można je włożyć do piekarnika rozgrzanego do 80 stopni i w ten sposób ususzyć, albo wystawić na działanie słońca. Ja wolę ten drugi sposób - radzi pani Maria. Dobrze wysuszone wiórki warzywne wkłada się do pojemnika, do którego dosypujemy przyprawy: lubczyk, kurkumę, szafran i sól. Całość miksujemy na drobno.

- Domową mieszankę wykorzystuję, by doprawić zupy. Stosuję ją także w trakcie smażenia mięsa. Od kiedy sama robię mieszankę z warzyw i przypraw zrezygnowałam z kupna gotowych dodatków do potraw. Uważam, że to co ja robię jest smaczniejsze i zdrowsze, tym bardziej, kiedy używam warzyw z mojej działki - dodaje pani Maria. (jrs)



▲ Pani Maria zrezygnowała z gotowych produktów, które mają polepszać smak potraw. Woli to co robi sama. Fot. J. Rutecka-Siadek

Pachnąca lodówka

Czasami z lodówki wydobywają się nieprzyjemne zapachy. Są jednak sposoby, by się ich pozbyć.

O lodówkę trzeba dbać, bo przechowujemy w niej produkty żywnościowe. Dlatego co jakiś czas należy zrobić przegląd zapasów. Produkty nieświeże i przeterminowane powinny być niezwłocznie wyrzucone.

Po takim przeglądzie warto umyć lodówkę. Polecamy to zrobić wodą z octem lub z sodą oczyszczoną. Można także zmieszać wodę z sokiem z cytryny.

Po włożeniu produktów z powrotem do lodówki, można skorzystać z domowych sposobów do neutralizowania nieprzyjemnych woni, które powodują różne produkty spożywcze.

Polecamy wstawienie miseczki ze zmieloną kawą. Ważne - po wyciągnię-

ciu jej z lodówki, kawa nie nadaje się do spożycia.

Sprawdzonym środkiem absorbującym zapachy jest cytryna, którą kroimy w plastry, ułożone na talerzyku wstawiamy do lodówki. Można zmieszać wodę z sokiem z cytryny lub na półce w lodówce ułożyć przekrojoną cytrynę z powbijanymi w nią goździkami.

Polecamy wypróbować żwirek dla kotów, który znakomicie pochłania przykre zapachy. Dostępnym odświeżaczem do lodówki może być także przekrojone jabłko.

Inny sposób to gąbka lekko nasączona wodą, na którą wlewamy niewielką ilość ekstraktu wanilii. (jrs)



Żywieniowe mity i prawdy

Głęboko w naszej świadomości tkwią pewne stereotypy dotyczące walorów zdrowotnych niektórych potraw. Nie zawsze jednak posiadane przez nas informacje pokrywają się z prawdą.

Szpinak dodaje sił

Tak i nie. Zawiera wprawdzie duże ilości żelaza i wapnia, ale są one wykorzystywane w niewielkim stopniu z powodu obecności kwasu szczawowego. Szpinak jest natomiast bogatym źródłem jodu, miedzi, witamin i kwasu foliowego.

Sól szkodzi

Tak i nie. Nadmiar podrażnia błonę śluzową żołądka, wywołując jej stany zapalne i może przyczynić się do raka żołądka. Spożywanie dużych ilości soli prowadzi do uszkodzenia naczyń krwionośnych i martwicy tkanki mózgowej. Sól stosowana jest jednak także jako lek przeciw kurczakom i katarowi, pomaga przy chorych zatokach i zapewnia prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Od ziemniaków i makaronu się tyje

Nieprawda. Jeśli nie są podawane z sosami, masłem lub wysokotłuszczową śmietaną. Wchodzące w skład potraw mącznych i ziemniaków węglo-

wodany są o połowę mniej tłuszczy od tłuszczów, a ich przemiana pochłania dodatkową ilość kilokalorii.

Czerwone wino jest dobre na serce

Tak. Wino, zwłaszcza czerwone i ziołowe, zawierające fosforany i żelazo, łagodzi stany wyczerpania i objawy nadmiernej nerwowości. Znajdujące się w winie naturalne przeciwutleniacze i zdolność do obniżenia złego cholesterolu we krwi sprawiają, że regularne spożywanie niewielkich ilości tego trunku znacznie zmniejsza ryzyko zawału serca, choroby wieńcowej i udaru mózgu.

Kawa ułatwia trawienie

Tak. Zawarta w niej kofeina pobudza żołądek do produkcji soków trawiennych. Dlatego wypita po skończonym posiłku filiżanka kawy przyspiesza i ułatwia trawienie. Nie poleca się jednak picia kawy między posiłkami.

Barbara Szarszewska

Czarna sól - zrób ją sam

Teresa Rękosiewicz, prezes Stowarzyszenia Wygraj Siebie poleca „czarną sól”, która powstaje z różnych przypraw i ziół.

Do jej zrobienia potrzeba ususzonych koperku i natki pietruszki oraz czosnku granulowanego. Do tego dodajemy gotowe przyprawy: bazylię, oregano, tymianek, rozmaryn, lubczyk i cząber. Wszystko razem mieszamy.

- Lubię dodać pieprz ziołowy, od

czasu do czasu dosypuję czarnuszkę. Niedawno robiąc „czarną sól” dodałam odrobinę lawendy - mówi T. Rękosiewicz.

Przyprawy w takim zestawie nadają się do każdej potrawy. Pani Teresa doprawia nimi zupy, dania mięsne czy sałatki. Każdy może zrobić autorską mieszankę, w zależności od smakowych i kulinarnych upodobań. (jrs)

Ze spaceru do kuchni

Wiosenny spacer wśród łąk, pól i pachnących żywicą lasów może mieć wspaniały finał w kuchni. Natura w dużej obfitości częstując nas tym co smaczne i zdrowe. W maju absolutnym hitem wydaje się być pokrzywa. Dojrzewać zaczyna także wiele ziół, z których zaparzyć można unikatową w smaku i działaniu herbatę.

Nie tylko parzy Pokrzywa może koić skórę, kiedy trzeba przedrzeć się podczas wędrówki przez zarośnięty teren. Warto jednak spojrzeć na tę roślinę, jako na źródło witamin i substancji odżywczych. Przygotowana w podobny sposób jak szpinak, rywalizuje z nim w sma-

ku i ponoć deklasuje go w wymiarze dobroczynności dla organizmu. Już samo poszukiwanie pokrzyw może okazać się wspaniałym celem wyjazdu za miasto. Odnalezienie w miejscu pięknym już leczą, jeżeli tylko rozpozczeliśmy mentalne chłonicie cudowności otaczającej nas natury. Zrywając tylko czubki (około 10 centymetrów),

najlepiej do lnianego lub innego przewiewnego worka, pozyskujemy to co w roślinie najlepsze. Z tej łodygi rośliny pozyskanie ich w czerwcu, a nawet lipcu, kiedy inne pokrzywy będą już przekwitnięte.

Wielu amatorów pokrzyw zrywa je bez rękawiczek, uznając parzenie za cenną terapię, gdyż zmusza to organizm do reakcji. Wychłostane pokrzywami nogi, czy ręce na pewno będą lepiej zaopatrywane w krew, a to może zmniejszyć dolegliwości wynikające z nieprawidłowego krążenia, bądź zalegania w stawach substancji niepożądanych dla organizmu. Stąd też przekonanie, że pokrzywa pomaga na choroby reumatyczne.

Witamina, mikroelementy i sole mineralne zawarte w pokrzywach posiadają dużą skuteczność w leczeniu m.in. kamicy nerkowej, dny moczanowej, reumatyzmu oraz niektórych schorzeniach skórnych, zwłaszcza tych występujących w wieku młodzieńczym. Sok ze świeżo zerwanych pokrzyw dodaje energii, a herbata przyrządzona z suszonej pokrzywy likwiduje napięcia spowodowane stresem. Pokrzywa skutecznie oczyszcza układ trawienny, poprzez usuwanie złożeń żółciowych, stwarza większy komfort trzustce i wątrobie. Poprawia też funkcjonowanie żołądka i jelit.

Przyniesione ze spaceru pokrzywy można wykorzystać w bardzo różno-



▲ Chabry zaczynają kwitnąć w maju. Zerwane na łące lub wśród zbóż mogą być pięknym bukietem. Zaparzyć z nich można smaczną herbatę, posiadającą także szerokie właściwości lecznicze.

rodny sposób. Najszybciej można zaparzyć ze świeżych pokrzyw herbatkę lub wycisnąć z nich sok i wymieszać z sokiem owocowym lub wypić z wodą. Liście pokrzywy bardzo szybko wysychają, dlatego bez problemu można zrobić sobie zapas na zimowe wieczory.

Pokrzywy mogą okazać się też rewelacyjnym posiłkiem. Wystarczy je sparzyć, zalewając wrzątkiem. Po kilku minutach ocedzić i pokroić na desce, a następnie usmażyć na oliwie dodając wyciśniętego czosnku i przypraw. Doskonale komponują się smakowo z sadzonym jajkiem lub wymieszane z serem typu feta. Waleriami zdrowotnymi przewyższają nawet szpinak.

Jak te z poligonu

Chyba największą popularność zdobyły dzięki piosence „Chabry z poligo-

nu”. Te piękne modrakowe kwiaty lubią właśnie dzikie tereny, jakie żołnierze wykorzystują do ćwiczeń swojej sprawności bojowej. Sporo chabry pojawi się niebawem w dorastających zbożach.

Herbatka ze świeżych lub suszonych kwiatów ma bardzo subtelny smak, którym można delectować się wspominając niedzielny spacer lub rowerową przejażdżkę.

W chabrach drzemią ponadto potężne właściwości lecznicze. Napary doskonale działają w przewlekłych schorzeniach nerek, pomagając odprowadzić z organizmu sól i wodę. Roślina działa przeciwzapalnie i przeciwbakteryjnie na błony śluzowe jamy ustnej i gardła oraz pomaga w oczyszczaniu organizmu. Obmycie twarzy naparem pomoże poprawić jędrność skóry i pomoże uporać się z trądzikiem. (JAC)



▲ Majowa pokrzywa jest przez zdecydowaną większość osób traktowana jako dostarczający bólu chwast. Warto jednak zaprzyjaźnić się z tą rośliną i zaparzyć z niej herbatkę, dodać do sałatki lub przygotować z niej smaczne danie.

Bądź bezpieczny na działce

Sezon na ogródkach działkowych trwa w najlepsze. Co robić, by wypoczynek był bezpieczny i w jaki sposób nie stać się ofiarą przestępców, radzi sierz. Kinga Sobiak z Wydziału Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Lesznie.

Bezpieczne ogródki działkowe

Ich właściciele prowadzą prace porządkowe, wystawiają meble ogrodowe i potrzebne na działce urządzenia. Zdarza się, że w słabo zabezpieczonych altankach pozostawione są radioodbiorniki, telewizory, grille, kuchenki i butle gazowe, a także droższy sprzęt agd i ogrodniczy, na przykład kosiarki i piły. Na takie okazje czekają złodzieje. Warto więc pamiętać o solidnym zabezpieczeniu tego, co przywozimy i zostawiamy na działkach.

Pamiętaj!

Altankę lub domek działkowy należy zabezpieczyć tak, jak własne mieszkanie.

Wartościowe urządzenia i narzędzia po użyciu najlepiej od razu schować. Stojący na działce sprzęt informuje złodzieja o zasobach właściciela działki.

Warto zwracać uwagę na osoby kręcące się bez celu w okolicy - może to być sposób zbierania informacji przez złodziei.

Do kradzieży dochodzi także podczas pobytu właściciela na działce, który jest zajęty pracą. Złodzieje wykorzystują jego nieuwagę, dokonując kradzieży z otwartych altan. Łupem są portfele, torebki i inne cenne przedmioty.

Przed opuszczeniem działki nale-

ży schować wszystko, co może stanowić wartość dla złodzieja.

Urządzenia - kosiarki, piły, sprzęt elektroniczny, jeżeli mamy taką możliwość, najlepiej zabrać za sobą i przechowywać w dobrze zabezpieczonym pomieszczeniu.

Pozostawione przedmioty warto oznaczyć w trwały i widoczny sposób, spisać numery identyfikacyjne i cechy szczególne. Dobrą praktyką jest sporządzenie dokumentacji fotograficznej. Zachowujmy także dokumenty gwarancyjne nowego sprzętu z numerami fabrycznymi. Taka dokumentacja może okazać się pomocna w przypadku kradzieży naszego mienia.

Pozostawione na działce wartościowe przedmioty nie powinny być widoczne z zewnątrz lub przez okna altanek.

O bezpieczeństwo warto zadbać wspólnie z właścicielami innych działek - poznaj sąsiadów, wymieńcie się numerami telefonów i zwracajcie uwagę na wasze działki i wszystkie niepokojące sytuacje.

Wszelkie zagrożenia, podejrzenia i niebezpieczne sytuacje w okolicy należy na bieżąco zgłaszać policji pod numerem alarmowym 997. Pomoc i radę można uzyskać także od dzielnicowego, opiekującego się rejonem, na którym mamy swoją działkę.

Leszczyński miód

W Lesznie, na terenie Pracowni Ćwiczeń Praktycznych Zespołu Szkół Rolniczo-Budowlanych na Grzybowie stanęło 10 uli. To pomysł Roberta Roszczaka z Fundacji Zdrowa Natura. - Interesuję się zdrowym i ekologicznym stylem życia, a pszczoły w mieście to fajny temat. Prezydent Łukasz Borowiak dał mu zielone światło.

Ule stoją i za kilka tygodni będzie z nich miód. Pracuje na niego pół miliona pszczoł. W każdym ulu jest po około 50.000 owadów.

- Królowe są rasy Kraińska, linia Niemka i pochodzą z Instytutu w Celle w Niemczech. Cechuje je m.in. wysoka miodność. Pszczoły są łagodne i miodne - wylicza R. Roszczak.

Pasieka miejska stanęła na terenie Pracowni Ćwiczeń Praktycznych Zespołu Szkół Rolniczo-Budowlanych. Miejsce nie jest przypadkowe. Ule są w otoczeniu pól i łąk, w pobliżu są lasy, ogrody działkowe i ogródki przy domach jednorodzinnych.

- Pszczoły, które mają zasięg oblotu średnio do 3 kilometrów, będą miały skąd czerpać pyłek i nektar, z których wyprodukują miód - tłumaczy R. Roszczak.

Pszczoły zaaklimatyzowały się w pasiece.

- Trzeba jednak zadbać by się nie nudziły. W tym celu w ulach są specjalne ramki z woskowymi wkładkami, na których owady produkują miód i składają jajeczka. Wyjaśnię, że w ulu panuje ściśle określona struktura społeczna. Jest matka i są robotnice oraz trutnie zapewniający zrównoważony rozwój rodziny pszczelej. Ważne jest aby nie

dopuszczać do tzw. wyrojenia. Jeżeli w ulu powstaną mateczniki z przyszłymi matkami, może się skończyć na tym, że królowa wyprowadzi rodzinę i stworzy gniazdo z dala od ula. Nie wolno do tego dopuścić, dlatego robi się przeglądy uli, sprawdzając czy pszczoły są zajęte produkcją miodu. Jeśli pojawią się dodatkowe jajka z potencjalnymi matkami, muszą być usunięte.

Pszczoła to bardzo pracowity owad, który w okresie wiosenno-letnim żyje około 38 dni. Przez ten czas wyprodukuje łyżeczkę miodu.

Pasieka służy ludziom i środowisku.

- Pszczoły poprzez zapylenie pogłębiają różnorodność roślinności. Są gatunki drzew, na przykład wiśnie i czereśnie, które bez nich nie będą miały owoców. Im lepiej zapyłone kwiaty, tym owoc będzie dorodniejszy, zdrowszy i mniej narażony na choroby - podkreśla R. Roszczak. - Ważne, by ludzie pamiętali, że opryski powinny być robione wczesnym rankiem lub wieczorem gdy pszczoły jeszcze nie wyleciały z ula lub gdy do niego wróciły.

Część wyprodukowanego miodu będzie rozdawana w formie gadżetu miejskiego, a część zоста-

nie przeznaczona do sprzedaży w Pracowni Ćwiczeń Praktycznych. Pozyskane pieniądze będą wydawane na wyposażenie pasieki w sprzęt, lekarstwa dla pszczoł i dokarmianie ich jesienią i zimą. Pieniądze będą również przeznaczane na kupno sadzonek miododajnych drzew i krzewów. Posadzą je mieszkańcy powiększając zielone płuca miasta. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Robert Roszczak z Fundacji Zdrowa Natura bardzo przejął się prowadzeniem pasieki miejskiej. Uli dogląda codziennie.

