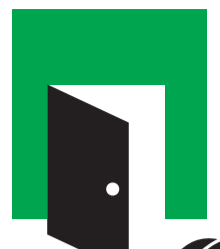


Otwarte Drzwi



nr 4(8)/2019

Kwartalnik leszczyńskich seniorów.



Wydawnictwo finansowane przez Urząd Miasta Leszna



17 stycznia 2020 roku minie sto lat od wydarzeń, które Lesznu przywróciły niepodległość. To święto miasta i jego mieszkańców. Dzielimy się tą radością z innymi, tak jak Bożena Kubiak i Ryszard Stanilewicz z Fundacji Jesienny Uśmiech.

Bądźmy EKO str. 3

Przeczytaj nim wynajmiesz mieszkanie str. 5

Czy jest lek na samotność? str. 7

„Jeżeli tak uroczymy obchodzimy narodzenie Jezusa,
czynimy to dlatego, aby dać świadectwo,
że każdy człowiek jest kimś jedynym i niepowtarzalnym”

Jan Paweł II

Wyjątkowych Świąt
Bożego Narodzenia,
piękną obecnością bliskich
i umiejętnością dzielenia się dobrem,
a w Nowym Roku wielu radosnych
chwil, zrealizowanych planów
i spełnionych marzeń

życzą

Lukasz Borowiak



Prezydent
Miasta Leszna

Tomasz Malepszy



Przewodniczący
Rady Miejskiej Leszna

Złota rączka - dobry kierunek?

Program Złotej Rączki to nowość w Lesznie. Został wprowadzony we wrześniu, zakończy się w grudniu. Sprawdziliśmy czy pilotażowy program to dobry kierunek.

Wprowadzenie programu Złota Rączka jest inicjatywą Leszczyńskiej Rady Seniorów, który zaczął funkcjonować dzięki decyzji Rady Miejskiej. Uruchomiono go z początkiem września. Usługi, na zlecenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie wykonuje Jacek Hebisz, dodajmy członek w Leszczyńskiej Rady Seniorów.

Od września próśb o wykonanie usług przez Złotą Rączkę było kilkanaście, przede wszystkim zgłaszanych przez samotnie mieszkające panie. Najwięcej zgłoszeń dotyczyło niesprawnie działających spłuczek toaletowych. Były również inne awarie.

- Dostałem zgłoszenie od pana w wieku około 80 lat, który miał kłopot z oknami. Zawiasy były wylamane i trzeba było je wymienić. Naprawę wykonałem - mówi Jacek Hebisz.

Usługa Złotej Rączki przysługuje seniorom z Leszna, powyżej 65. roku życia, którzy mieszkają samotnie lub

ze współmałżonkiem lub parterem, który również musi mieć ukończone 65 lat. Darmowy fachowiec pomaga seniorowi, który mieszkając samotnie ma dochód nie wyższy niż 1600 zł netto, a na dwójkę nie więcej niż 1250 zł netto na osobę. Zaznaczono także, że z usług Złotej Rączki senior może skorzystać 4 razy w roku.

- Zdarzyło się jednak, że byłem u pani, która zgłosiła naprawę ciekącego kranu, a na miejscu chciała wykonania czterech innych napraw - J. Hebisz przypomina jedną z sytuacji.

Złota Rączka to jednak nie tylko wykonywanie napraw.

- Osoby, od których miałem zgłoszenia były samotne i rozmawiając z nimi wyczuwałem wielką potrzebę kontaktu z drugim człowiekiem. Mam wrażenie, że czasami nie ta naprawa jest ważna, a rozmowa. Często przewijają się przez nią wspomnienia, a także tematy związane z obecnym życiem.

Dla mnie to poruszająca lekcja życia, która uświadamia jak bardzo brakuje międzypokoleniowych więzi. Ludzie starsi są samotni, wyobcowani i czują się niepotrzebni. Najbliżsi nie mają dla nich czasu.

Przypomnijmy: by skorzystać z usług Złotej Rączki należy zgłosić się do Zespołu ds. programów i organizacji pozarządowych w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie, który mieści się przy ul. Narutowicza 73/1. Należy wypełnić formularz, podając m.in. swoje imię, nazwisko, adres, status prawny mieszkania. To spowoduje, że senior będzie już w programie, a jeśli będzie potrzebował pomocy Złotej Rączki, może zatelefonować do Małgorzaty Nawrociak z MOPR, która przyjmie zgłoszenie (tel. 661 213 131). Informacja trafi do Jacka Hebisza, który ustali termin i godzinę wizyty. Usługa jest bezpłatna.

(jrs)

5 grudnia w Teatrze Miejskim w Lesznie odbyła się Gala Wolontariatu. Jej bohaterami były osoby wyjątkowe, które bezinteresownie, z potrzeby serca, nie dla poklasku i nagród, pomagają tym, którzy wsparcia potrzebują. Miło nam przekazać, że w piątej edycji Konkursu Leszczyński Wolontariusz Roku, w kategorii Wolontariat Senioralny, laureatem został Jerzy Pazoła. Działa w Stowarzyszeniu Leszczyński Bank Żywności, jest zaangażowany w zbiórki żywności w marketach, nadzoruje magazyn LBŻ oraz jest złotą rączką w stowarzyszeniu. Wyróżnienie otrzymał Zenon Bojek ze Stowarzyszenia Wygraj Siebie, który m.in. pomaga innym seniorom w robieniu zakupów i angażuje się w projekty promujące profilaktykę chorób nowotworowych. Uhonorowano także Czesławę Kasprzak - najstarszą wolontariuszkę zgłoszoną do konkursu. Pani Czesława działa w Stowarzyszeniu LBŻ, a także pomaga innej osobie starszej nosząc do niej obiady przygotowywane w Domu Seniora. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

Od 1 stycznia 2020 podrożeją śmieci

To nie jest dobra wiadomość. Od nowego roku mieszkańcy Leszna i gmin należących do Komunalnego Związku Gmin Regionu Leszczyńskiego zapłacą więcej za odbiór śmieci. Nowa stawka wynosi 24 zł od osoby co miesiąc.

Do tej pory opłata za odbiór śmieci segregowanych wynosiła 11,50 zł od osoby. Od 1 stycznia rośnie o ponad sto procent. Wpływ na to ma kilka czynników, m.in. zmiany w prawie przyjęte przez rząd i parlament, wzrost opłat za składowanie odpadów, wzrost cen usług transportowych.

Kolejna zmiana jest taka, że od 1 stycznia wszyscy będą mieli obowiązek segregować odpady, dlatego obowiązywać będzie tylko jedna opłata - 24 zł od osoby. Dla tych, którzy będą się uchylać od segregacji przewidziano „kary” finansowe - opłata wzrośnie wtedy z 24 do 48 zł od osoby. To, czy śmieci są segregowane czy nie kontrolować będzie fir-

ma odbierająca odpady. Jeśli stwierdzi, że nie, to zgłosi to do KZGRL, a ten wyda decyzję o podwojeniu stawki.

Od nowego roku dochodzi także inny obowiązek - segregacji odpadów biodegradowalnych. Dlatego każdy właściciel domu jednorodzinnego oraz zarządca spółdzielni czy wspólnoty mieszkaniowej musi wyposażyć swoją nieruchomość w dodatkowych brązowy pojemnik. Do tego kubła wrzucamy resztki jedzenia, ale tylko pochodzenia roślinnego (warzywa i owoce), skorupki od jajek, a także liście, gałęzie, trawę, kwiaty cięte i doniczkowe. Z posiadania brązowego pojemnika zwolnieni będą tylko ci właścicie-

le domów, którzy będą mieć na swoich posesjach kompostownik i tam będą składować bioodpady. Oni mogą też liczyć, że opłata za odbiór odpadów będzie dla nich niższa o kilka złotych, ale dokładnie nie wiadomo o ile.

Ważna zmiana dotyczy także nieruchomości niezamieszkałych, a więc firm, zakładów produkcyjnych, urzędów, instytucji, szkół, itd. One muszą same zawrzeć umowę z przedsiębiorcą, który od nowego roku będzie od nich odbierał śmieci. I same będą też negocjować stawkę tej usługi.

Dla przypomnienia podajemy, do jakich pojemników do segregacji wrzucamy jakie odpady.

Im



reklamówki i torby foliowe, plastikowe butelki i baniaki, plastikowe doniczki, plastikowe nakrętki, plastikowe opakowania po chemii gospodarczej i kosmetykach, plastikowe opakowania po żywności (słodyczach, makaronach, kawie), opakowania z folii aluminiowej, puszki po napojach, puszki stalowe, metalowe nakrętki kapsle. Ważne, aby opakowania były czyste i jeśli to możliwe zgniecione.



gazety, czasopisma, książki, zeszyty, czyste i suche kartony po napojach (Tetrapak), inne papierowe przedmioty, papier do pakowania, papier szkolny i biurowy, kartony, tektura.



czyste butelki, szklane opakowania po kosmetykach, słoiki, ale tylko ze szkła bezbarwnego.



czyste butelki, szklane opakowania po kosmetykach, słoiki - ze szkła kolorowego.



resztki jedzenia pochodzenia roślinnego, skorupki od jajek, liście i chwasty, skoszona trawa, kwiaty cięte i doniczkowe, drobne gałązki.

Do tych pojemników NIE WOLNO wrzucać szyb, lusterek, naczyń i przedmiotów ceramicznych, lamp, żarówek, świetlówek, zniczy, szkła okularowego, monitorów, termometrów.

Bądźmy odpowiedzialni! Bądźmy eko!

Współcześnie ekologia to problem i wyzwanie, przed którymi nie można uciec. Nie można, bo zagrożenia ekologiczne dotyczą nas coraz częściej, czy tego chcemy czy nie, poprzez zanieczyszczone powietrze, wodę, chemizację żywności, zdegradowane środowisko naturalne, zanikanie bioróżnorodności. Nie można, bo angażowanie się lub ustosunkowanie do zagadnień ekologicznych staje się obecnie naszym moralnym obowiązkiem.

Jeżeli chcemy, aby ludzkość rozwijała się dalej w pożądanym kierunku lub, aby w ogóle przetrwała, każdy z nas powinien mieć świadomość globalnych i lokalnych zagrożeń ekologicznych, źródeł ich powstawania, sposobów likwidacji i przeciwdziałania im, a także powinien umieć ocenić postępowanie własne, społeczności lokalnych oraz władz wszelkiego szczebla w kontekście problemów i zagrożeń ekologicznych. Nie chodzi tu oczywiście o to, aby wszyscy stali się nagle działaczami ekologicznymi. Jest jednak rzeczą niezmiernie ważną, aby każdy z nas wyrobił w sobie pewną wrażliwość, dzięki której będzie mógł na co dzień dokonywać odpowiednich wyborów i kształtować swoje postępowanie, aby każdy miał zakodowane niemal odruchowe zachowania prośrodowiskowe, przeciwdziałające nieświadomej czy wręcz bezmyślnej dewastacji przyrody. Chodzi więc o rozwijanie świadomości ekologicznej.

W tym celu, na listopadowej sesji Rady Miejskiej Leszna, przyjęto strategię wdro-

żenia możliwych, koniecznych i prawnie dopuszczalnych działań dążących do wyeliminowania ze stosowania na terenie Leszna jednorazowych opakowań, naczyń i sztuczków wykonanych z plastiku pn. „Leszno wolne od plastiku”. Ważnym elementem strategii jest edukacja, jak również prezentowanie mieszkańcom Leszna alternatyw dla jednorazowego plastiku. W tym celu powstała infografika, którą prezentujemy obok.

Zachęcamy do budowania własnej świadomości ekologicznej, do chwili refleksji przy codziennych wyborach. Nikt nie jest w stanie zrobić wszystkiego w dziedzinie ekologii, ale każdy jest w stanie zrobić „coś”.

Jesteśmy przekonani, że ograniczanie plastiku przyczyni się do poprawy jakości naszego środowiska, jak również podniesie jakość naszego życia.

Agnieszka Sochacka,
naczelnik Wydziału Organizacyjnego
Urzędu Miasta Leszna

Ekologiczne a.b.c.
Czyli jak uwolnić się od plastiku

#LESZNO
wolne od
PLASTIKU



Na zakupy
zabieraj
**bawełnianą
torbę**



Korzystaj z naczyń
wielorazowych



Kupuj odzież
**z naturalnych
materiałów**



Zrezygnuj z
**plastikowych
sztuczków**



Przechowuj
żywność
**w szklanych
pojemnikach**



Kupuj
zabawki
**dobrej
jakości**



Wybieraj
kosmetyki
**z naturalnych
składników**

Zaborowanie na swoim

Rok 2019 był udany dla Stowarzyszenia Zaborowianie. Organizacja otrzymała lokal. To kilka pomieszczeń w Przedszkolu Miejskim nr 12 w Zaborowie.

Udostępnienie lokalu było możliwe dzięki decyzji miasta, które ponadto przekazało pieniądze na wyremontowanie sal, którymi dysponuje Stowarzyszenie Zaborowianie.

23 listopada odbyła się uroczystość oficjalnego otwarcia siedziby.

- *Priorytetem dla nas jest integracja mieszkańców Zaborowa w wieku 60 plus - podkreśliła Danuta Sołtysik. - Uważamy, że nie trzeba zamykać się w swoich czterech ścianach, nie chcąc wiedzieć, co dzieje się wokół. Pozytywne nastawienie do świata to punkt wyjścia do budowania pozytywnych relacji z innymi ludźmi. Z tego zrodziła się potrzeba założenia naszego Stowarzyszenia w miejscu, gdzie żyjemy i mieszkamy.*

Prezes stowarzyszenia Walenty Janowski podziękował Markowi Pawełkiewiczowi, dyrektorowi Szkoły Podstawowej nr 4 oraz Krzysztofowi Adamczakowi, byłemu dyrektorowi „czwórki”, za życzliwość i wsparcie. Bo to szkoła przekazała stowarzy-



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Zaborowianie na scenie podczas otwarcia swojej siedziby.

szeniu meble i komputery, z których już nie korzystała. Ponadto w szkole, póki Zaborowianie nie mieli siedziby, organizowano ich spotkania.

Obecnie stowarzyszenie ma kilka pomieszczeń w budynku przy ul. Czarnoleskiej, w którym mieści się również Przedszkole Miejskie nr 12. Prezes Walenty Janowski dziękował za przychylność miasta.

- *Niech ta nowa siedziba będzie symbolem państwa zaangażo-*

owania i miejscem, do którego będziecie przychodzić z radością - napisał prezydent Łukasz Borowiak w liście gratulacyjnym, który odczytał radny Piotr Więckowiak.

Na otwarciu wystąpiły dzieci z Przedszkola Miejskiego nr 12, uczennice SP nr 4 oraz Zaborowianie. Gości otwarcia zaproszono na poczęstunek i wystawę zdjęć o Zaborowie, których autorem był Walenty Janowski.

(jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

Trzeci rok z rzędu Stowarzyszenie Pozytywka zorganizowało akcję Podziel Się Zniczem, w którą włączyły się głównie szkoły i przedszkola z Leszna oraz z Wilkowic, Kąkolewa i Święciechowy. Zebrano około 1000 zniczy i przekazano je seniorom, którzy z powodu skromnych budżetów mieli kłopot, aby kupić znicze na groby bliskich. Część otrzymali podopieczni Pozytywki oraz osoby starsze, które uczestniczyły w projektach stowarzyszenia, współfinansowanych przez miasto Leszno. Znicze otrzymały jeszcze dwie organizacje zrzeszające seniorów. Natomiast przed 1 listopada członkowie Stowarzyszenia Pozytywka, kilku mieszkańców oraz Anna Szymańska, Pełnomocnik ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi w Urzędzie Miasta Leszna, ułożyli znicze na zapomnianych grobach na dwóch leszczyńskich cmentarzach.

(jrs)

Bądźmy ostrożni w podróży!

Jakich zasad bezpieczeństwa należy przestrzegać podczas podróżowania, aby uniknąć nieprzyjemnych sytuacji albo nie stać się ofiarą złodzieja, czy innego przestępcy?

Podstawową zasadą podczas podróży powinna być ostrożność, wyobraźnia i przezorność.

- *Przestępcy wyszukują osób ufnych, łatwowiernych, nieostrożnych i samotnych, bo łatwiej je okraść, czy oszukać* - mówi Monika Żymelka, rzeczniczka leszczyńskiej policji. - *Pamiętajmy, aby w czasie podróży stosować zasadę ograniczonego zaufania wobec nieznajomych osób. Nie należy spuszczać z oka swojego bagażu. Torebkę najlepiej nosić z przodu lub pod ramieniem, z zamknięciem skierowanym do siebie. Na dworcach kolejowych czy autobusowych, na przystankach i w środkach komunikacji publicznej, ważne jest zachowanie ostrożności w miejscach zatłoczonych, bo w nich często grasują złodzieje kieszonkowi, którzy wykorzystują brak czujności podróżujących, na przykład podczas wsiadania do autobusu. Ulubionym miejscem takich złodziei są także zatłoczone pociągi.*

Przestępcą może okazać się z pozoru sympatyczny współpasażer. Należy pamiętać, aby wy-

chodząc nawet na chwilę z przedziału, nie zostawiać w nim torebki, portfela, drobnych, choć często wartościowych przedmiotów. Należy je mieć cały czas przy sobie. To ważne zwłaszcza podczas podróży nocą.

- *Okazja czyni złodzieja, więc w czasie podróży powinniśmy mieć przy sobie tylko niezbędną kwotę pieniędzy. Zamiast większej gotówki, weźmy ze sobą kartę płatniczą. Jeżeli już musimy mieć więcej pieniędzy, należy je podzielić i schować w różnych miejscach bagażu lub w kilku kieszeniach. Osobno należy trzymać pieniądze i dokumenty. Najlepiej w wewnętrznych kieszeniach ubrania. Nie należy chwalić się przed innymi pasażerami tym, co zabraliśmy z domu - większą gotówką, biżuterią, markowymi ubraniami, czy innymi wartościowymi przedmiotami. W miarę możliwości nie należy podróżować samotnie, natomiast nocą, choć to trudne na dłuższych trasach, starajmy się nie spać w przedziale. W pustych, czy mało zatłoczonych autobusach i pociągach*

lepiej wybrać miejsce blisko kierowcy lub konduktora. Unikajmy współpasażerów pijących alkohol, zachowanie takich osób może być nieprzewidywalne.

Zasada ograniczonego zaufania wobec nieznajomych osób dotyczy też tego, by nie przyjmować od nich żadnych poczęstunków, nawet zwykłych cukierków, bo mogą zawierać środek odurzający. Należy zachować szczególną ostrożność w stosunku do wyjątkowo atrakcyjnych propozycji współpracy, korzystnych ofert handlowych, kupna towarów po niskich cenach.

Jeśli dostrzeżliśmy podejrzaną zachowującą się osobę, należy o tym poinformować obsługę pociągu. Jeśli zostaną nam skradzione dokumenty, karty płatnicze, bagaż lub inne przedmioty, trzeba jak najszybciej zawiadomić policję. W każdej podróży przyda się więc telefon komórkowy z zapisanymi numerami alarmowymi.

Jakie metody kradzieży stosują złodzieje?

Na podwieszke - złodziej wieszka swoją kurtkę obok kurtki ofia-



Fot. J. Witczak

▲ Podstawową zasadą podczas podróży powinna być ostrożność, wyobraźnia i przezorność.

ry i po chwili wychodzi z portfelem pasażera. W tym samym czasie współnicy odgrywiają scenki np. udają kłótnię lub zachowują się w sposób przyciągający uwagę pasażerów.

Na sztuczny tłok - złodzieje typują ofiarę już na dworcu. Często działają w grupie lub w parze. Robią sztuczny tłok lub wywołują zamieszanie, które odciąga naszą uwagę. Wtedy łatwo paść ofiarą kradzieży kieszonkowej albo stracić bagaż. Złodzieje mogą też wsiąść za nami do pociągu i okraść podobną metodą.

Patrzmy więc, czy ktoś nas nie obserwuje.

Na śpiocha - złodzieje w nocy chodzą po pociągu i sprawdzają w przedziałach czy nie śpisz, np. świecąc latarką po oczach. Jeśli ktoś nie reaguje, jeden sprawca wchodzi do przedziału i dokonuje kradzieży, a pozostali go ochraniają, sprawdzając, czy nie ma kogoś w pobliżu. Może się nawet zdarzyć, że rozpylą w przedziale substancję usypiającą. Używają nożyczek, nożyków, czy skalpeli do rozcinania ubrań lub bagażu, a także przecinania biżuterii. J.W.

Lepiej samemu stać na straży własnego bezpieczeństwa

W późnojesiennym i zimowym okresie rośnie zagrożenie pożarowe, jeśli w mieszkaniach i domach nie dbamy o bezpieczne użytkowanie urządzeń grzewczych. Warto więc przypomnieć zasady korzystania z nich.

O bezpiecznym użytkowaniu urządzeń grzewczych i przestrzeganiu zasad przeciwpożarowych przypominają strażacy:

* nie ustawiać elektrycznych grzejników w pobliżu materiałów palnych, na przykład mebli, czy firanek,

* nie umieszczać łatwopalnych materiałów w pobliżu pieców, z których może wypaść żar,

* nie trzymać w pobliżu przewodów kominowych łatwopalnych materiałów (np. mebli, makułatury, kołder), bo w razie pożaru komin, gdy ogień wydobywa się przez jego szczeliny, może dojść do zapalenia się takich rzeczy,

* pamiętać o przeglądach technicznych urządzeń elektrycznych i gazowych.

Obowiązkiem jest okresowy przegląd i czyszczenie przewodów dymowych i spalinowych. W przypadku używania paliwa (opału) stałego (np. węgla, miazgi, brykietów, drewna) powinny być czyszczone przynajmniej raz na 3 miesiące w okresach ich użytkowania. W przypadku paliwa płynnego (olej opałowy) i gazowego - przynajmniej raz na 6 miesięcy. Z przewodów wentylacyjnych zanieczyszcze-

nia należy usuwać przynajmniej raz w roku.

O tym, jak ważny jest okresowy przegląd stanu technicznego przewodów kominowych świadczą pożary nagromadzonej w zbyt dużej ilości sadzy w kominach. Leszczyńscy strażacy co roku takich pożarów notują średnio ponad 50.

- *Do szybkiego gromadzenia się sadzy w kominach dochodzi m.in. na skutek palenia w piecach śmieciami, plastikami, kiepskiej jakości węglem albo wilgotnym opalem, w tym drewnem* - mówi Rafał Wypych, oficer prasowy komendanta miejskiego PSP w Lesznie. - *Wtedy, w związku z niepełnym spalaniem opału, sadza oblepia przewód kominowy.*

Niesprawny przewód może być przyczyną pożarów i podtrucia tlenkiem węgla, który szukając drogi ujścia przedostaje się przez szczeliny do mieszkania.

Straty spowodowane pożarem sadzy przeważnie są niewielkie, ale bywa, że dochodzi do uszkodzenia komin. Koszty udrożnienia przewodu i zamontowania nowego wkładu kominowego mogą sięgnąć kilku tysięcy złotych. Do popękania komin dochodzi na skutek palącej się w bardzo wy-

sokiej temperaturze sadzy. Jest to spowodowane właśnie małym prześwitem komin, wtedy temperatura może przekraczać 1000 stopni Celsjusza.

- *Przed i w trakcie sezonu grzewczego należy rzetelnie przeprowadzać kontrolę stanu technicznego przewodu kominowego, jego drożności, a także szczelności* - podkreśla R. Wypych. - *Nagromadzoną sadzę należy jak najszybciej usunąć oraz naprawić pęknięcia przewodu, jeśli takie występują. Najlepiej jest to zlecić mistrzowi kominarskiemu.*



Fot. J. Witczak

▲ Leszczyńscy strażacy każdego roku notują średnio ponad 50 pożarów sadzy w kominach.

* pamiętać o zamknięciu dopływu powietrza do pieca, zarówno od dołu, jak i od góry,

* nie gasić palącego się kominu wodą, bo gdy jest mocno nagrzanym i nagle oziębnym, może dojść do jego popękania lub nawet rozzerwania,

* nie pozbywać się sadzy z kominu poprzez jej podpalenie. To zabroniona i niebezpieczna metoda.

Warto zainwestować w dymowce czujki pożarowe i czujki czadu:

* takie urządzenia należy instalować na środku pomieszczenia, na suficie, w odległości nie większej niż 7 metrów od miejsca, w którym może wystąpić pożar. Jeśli montujemy kilka czujek, mogą być one połączone w sieć. Ich zakładaniem powinien zająć się specjalista.

Co należy zrobić w razie zacczadzenia?

* zapewnić dopływ świeżego powietrza do pomieszczenia, w którym zgromadził się tlenek węgla. Otworzyć okna i drzwi w pomieszczeniu,

* wynieść poszkodowanego na zewnątrz, udzielić mu pierwszej pomocy, wezwać pogotowie ratunkowe i straż pożarną.

J.W.

Przeczytaj nim wynajmiesz mieszkanie

Bywa, że seniorzy zmieniają adres zamieszkania przenosząc się do dzieci albo wnuków. Co z mieszkaniem? By nie stało puste, by jednak przynosiło jakiś zysk, można je wynająć. Jak to zrobić zgodnie z zachowaniem przepisów? Pytanie skierowaliśmy do Urzędu Skarbowego w Lesznie.

Najem prywatny - zasady opodatkowania

Najem lokalu można opodatkować na dwa sposoby. Jednym z nich jest wybór skali podatkowej tj. wg stawki 18 proc. lub 32 proc. (od nadwyżki powyżej 85.528 zł). Podstawą opodatkowania w tym przypadku jest uzyskany dochód, czyli przychód pomniejszony o koszty. Przychodem jest kwota umówionego czynszu, a kosztem są wydatki np. składki na ubezpieczenie mieszkania, wydatki na remont czy wydatki na wyposażenie.

Rozliczenie tak uzyskanego dochodu z najmu następuje poprzez złożenie do 30 kwietnia roku następującego po roku podatkowym zeznania podatkowego PIT-36.

Kolejnym sposobem opodatkowania najmu prywatnego jest wybór na zasadach ryczałtowanego podatku dochodowego. W przypadku ryczałtu podstawą opodatkowania stanowi przychód, który nie ulega pomniejszeniu o żadne koszty i podlega opodatkowaniu według stawki 8,5 proc.

Wybór metody ryczałtowej wiąże się z koniecznością złożenia zeznania podatkowego w terminie od 15 lutego do końca lutego roku następującego po roku podatkowym na druku PIT-28.

Wyboru formy opodatkowania dokonuje się poprzez dokonanie pierwszej wpłaty zaliczki na podatek dochodowy, a jeżeli pierwszy taki przychód podatnik osiągnął w grudniu roku podatkowego - poprzez złożenie zeznania rocznego (PIT-36 lub PIT-28).

Szczególne zasady opodatkowania przedmiotu najmu stanowiącego współwłasność małżeńską

Jeżeli mieszkanie jest współwłasnością małżeńską, każdy z małżonków zobowiązany jest do zapłaty podatku z najmu po połowie. Rozliczając najem prywatny indywidualnie, każdy z małżonków ma możliwość wyboru formy opodatkowania, tj. opodatkowania według skali podatkowej lub ryczałtu od przychodów ewidencjonowanych.

Ponadto istnieje możliwość opodatkowania całego dochodu powstałego z tego tytułu przez jednego z małżonków, pod warunkiem złożenia oświadczenia do urzędu skarbowego. Wskazane oświadczenie może być podpisane przez jednego z małżonków.

Oświadczenie należy złożyć do 20. dnia miesiąca następującego po miesiącu, w którym został osiągnięty pierwszy przychód lub do końca roku podatkowego, jeżeli pierwszy taki przychód zostanie otrzymany w grudniu.

Jaką umowę najlepiej podpisać z najemcą?

Warto zastanowić się nad najmem okazjonalnym.

Jeśli podpiszemy zwykłą umowę najmu lokalu, właściciel nie może wyrzucić z mieszkania lokatora, nawet jeśli ten nie płaci czynszu. Bardzo trudno też przeprowadzić eksmisję. Żeby to zrobić, właściciel musi zapewnić lokatorowi mieszkanie socjalne. W przypadku najmu okazjonalnego można łatwo dokonać eksmisji.

Najem okazjonalny - formalności

Różnica pomiędzy zwykłym najmem a najmem okazjonalnym polega na tym, że w tym drugim przypadku najemca musi wskazać lokal mieszkalny, do którego przeprowadzi się, kiedy umowa najmu okazjonalnego wygaśnie lub zostanie rozwiązana. Konieczne jest dostarczenie wynajmującemu oświadczenia podpisanego przez właściciela mieszkania zastępczego.



▲ Najem okazjonalny pomaga właścicielowi mieszkania uniknąć problemów z lokatorami, którzy nie chcą zapłacić i opuścić mieszkania.

Dokument ten nie musi być poświadczony notarialnie. Ważne, by zawierał dane mieszkania i właściciela, który wyraża zgodę na przyjęcie najemcy pod swój dach, gdy zajdzie taka konieczność. Dopiero wtedy obie strony mogą podpisać umowę, z którą najemca zgłasza się

do notariusza, aby sporządzić w formie aktu notarialnego oświadczenie o dobrowolnym poddaniu egzekucji. To na wypadek, gdyby do takiej sytuacji doszło.

W oświadczeniu najemca zobowiązuje się do opróżnienia i wydania lokalu w terminie wyznaczonym w żądaniu egzekucyjnym.

Komplet dokumentów musi trafić do wynajmującego, aby mógł on zgłosić zawarcie umowy najmu okazjonalnego do urzędu skarbowego. Ma na to 14 dni. Jeśli nie dotrzyma tego warunku, umowa zawarta pomiędzy stronami będzie zwykłą umową najmu, którą regulują przepisy Kodeksu cywilnego oraz Ustawy o ochronie praw lokatorów.

Mieszkanie na podstawie umowy o najem okazjonalny może zostać wynajęte na maksymalnie 10 lat. W umowie właściciel musi określić, na jak długo oddaje lokal do wynajęcia, zachowując oczywiście 10-letnie ograniczenie. Oczywiście po upływie wskazanego okresu można go przedłużyć.



▲ Renata Włodarczak

Fot. J. Rutecka-Siadek

lokalu. Także zaległości w czynszu przekraczające 3 miesiące lub sytuacja, w której gdy bez zgody właściciela lokator podnajął bądź wynajął mieszkanie lub jego część, mogą być powodem eksmisji. W każdym z tych przypadków wynajmujący może wezwać lokatora do naprawienia szkód i uregulowania zaległości i dopiero potem - jeśli na-

Warunek - trzeba dostarczyć wniosek i dołączyć do niego żądanie opróżnienia lokalu, dowód doręczenia go najemcy, dokument przysługujący właścicielowi tytuł prawny oraz potwierdzenie zgłoszenia umowy do naczelnika skarbowego.

Jeśli ta procedura zostanie dopełniona, zastępuje ona konieczność wszczynania sprawy o eksmisję lokatora, ponieważ najemca dobrowolnie poddał się egzekucji, co potwierdził notarialnie. Może zostać eksmitowany z lokalu również w miesiącach zimowych. Przed eksmisją nie są chronione osoby małoletnie ani ciężarne kobiety.

Korzyści dla wynajmującego i najemcy

Przed wszystkim, jeśli wynajmujący miał pecha i trafił na nieuczciwego lokatora, dzięki umowie najmu okazjonalnego może się go łatwo pozbyć. Nie obowiązują tu żadne okresy ochronne.

Przy zwykłej umowie najemca musi mieć zapewniony lokal socjalny, co powoduje częstą nieskuteczność wyroków eksmisyjnych. Jeśli zaś wszystko przebiega prawidłowo, wynajmujący może pobierać jedynie czynsz i określone w umowie opłaty za media. Czynsz wynajmu może zostać podwyższony tylko zgodnie z warunkami określonymi w umowie.

Najem okazjonalny daje szansę właścicielom mieszkania na to, by mogli lepiej chronić swoje prawa wobec lokatorów. Pomaga uniknąć problemów z lokatorami, którzy nie chcą zapłacić i opuścić mieszkania.

**Renata Włodarczak,
kierownik Działu Obsługi
Bezpośredniej w Urzędzie**

jemca nie zareaguje na wezwanie - wręczyć mu wypowiedzenie najmu.

Wypowiedzenie umowy najmu okazjonalnego

Czas na opuszczenie lokalu to z reguły 7 dni. Po upływie tego okresu, jeśli lokator nadal w nim przebywa, sprawa trafia do sądu, który na podstawie oświadczenia o dobrowolnym poddaniu się egzekucji przez najemcę, może uruchomić przyspieszoną procedurę uzyskania nakazu eksmisji.

Z umów najmu okazjonalnego mogą korzystać wyłącznie osoby prywatne i wyłącznie w odniesieniu do lokali mieszkalnych. Zalecą tej formy wynajmu jest fakt, że wynajmujący nie może bez powodu wypowiedzieć umowy i wyrzucić najemcy bez zachowania ustalonego terminu wypowiedzenia. Są jednak przypadki, kiedy może to zrobić. Powodem może być korzystanie z mieszkania w sposób, który jest niezgodny z umową, narusza domowy porządek lub niszczenie

Nie tylko w szpitalu, ale także w domu

Długoterminowa opieka medyczna to nie tylko świadczenia udzielane w szpitalach, poradniach i zakładach opiekuńczo-leczniczych. Są sytuacje, kiedy z takiej pomocy można skorzystać w domu.

Opieka długoterminowa przeznaczona jest dla osób, które trwałe lub czasowo nie są zdolne do samodzielnego funkcjonowania. Świadczenia gwarantowane przez NFZ, w ramach długoterminowej opieki domowej, są udzielane przez zespoły długoterminowej opieki domowej dla dorosłych, dzieci i młodzieży wentylowanych mechanicznie lub przez **pielęgniarską opiekę długoterminową domową**. Jest to opieka nad przewlekle chorymi przebywającymi w domu, którzy nie wymagają hospitalizacji w oddziałach lecznictwa stacjonarnego, a ze względu na istniejące problemy zdrowotne, wymagają systematycznej opieki pielęgnacyjnej udzielanej w warunkach domowych.

Do pielęgniarskiej opieki długoterminowej kwalifikowane mogą być:

- osoby przewlekle chore somatycznie i psychosomatycznie,
- psychicznie chorzy z wyłączeniem ostrej fazy choroby psychicznej.

Z opieki tej mogą skorzystać pacjenci, którzy w ocenie skali Barthel uzyskali od 0 do 40 punktów.

Skala Barthel to narzędzie pomagające określić stopień samodzielności pacjenta (pozwala ocenić stan chorego pod względem m.in. jego samodzielności przy wykonywaniu codziennych czynności takich jak: spożywanie posiłków, siadanie, przemieszczanie

się, ubieranie i rozbieranie, kontrolowanie potrzeb fizjologicznych, utrzymanie higieny osobistej, korzystanie z toalety).

Świadczenia gwarantowane realizowane przez pielęgniarską opiekę długoterminową domową obejmują:

- świadczenia udzielane przez pielęgniarkę,
- przygotowanie pacjenta i jego rodziny do samoopieki i samopielęgnacji, w tym kształtowanie umiejętności w zakresie radzenia sobie z niesprawnością,
- świadczenia pielęgnacyjne, zgodnie z procesem pielęgnowania,
- edukację zdrowotną pacjenta i jego rodziny,
- pomoc w rozwiązywaniu problemów zdrowotnych związanych z samodzielnym funkcjonowaniem w środowisku domowym,
- pomoc w pozyskiwaniu sprzętu medycznego i rehabilitacyjnego niezbędnego do właściwej pielęgnacji i rehabilitacji w domu.

Z pielęgniarskiej opieki długoterminowej domowej mogą skorzystać osoby:

- nieobjęte opieką przez hospicjum domowe,
- nieobjęte opieką przez inny zakład opiekuńczy udzielający świadczeń gwarantowanych w warunkach stacjonarnych,
- nieobjęte opieką przez zespół długoterminowej opieki domowej dla dorosłych, dzieci i młodzieży wentylowanych mechanicznie,



Fot. pixabay.com

- niepozostające w ostrej fazie choroby psychicznej.

Świadczenia gwarantowane realizowane przez pielęgniarską opiekę długoterminową domową są udzielane na podstawie skierowania lekarza posiadającego umowę z NFZ, do którego dołącza się kartę oceny pacjenta do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową domową.

Oceny tej dokonuje:

- w dniu skierowania do objęcia pielęgniarską opieką długoterminową domową lekarz ubezpieczenia zdrowotnego i pielęgniarka ubezpieczenia zdrowotnego,
- na koniec każdego miesiąca - pielęgniarka opieki długoterminowej domowej.

Pielęgniarka zapewnia wyroby medyczne zgodnie z wyposażeniem nesesera pielęgniarskiego. Pacjent lub jego rodzina albo opie-

kun faktyczny zapewnia środki higieniczne i opatrunkowe, leki i inne wyroby medyczne zlecone przez lekarza ubezpieczenia zdrowotnego.

W pielęgniarskiej opiece długoterminowej domowej pielęgniarka wykonuje, zgodnie z posiadanymi kompetencjami, czynności wynikające ze zleceń lekarskich oraz z ustalonego planu pielęgnacji. Po wykonaniu tych czynności, fakt ich zrealizowania zostaje odnotowany w karcie czynności wykonanych przez pielęgniarkę opieki długoterminowej domowej, wraz z określeniem daty ich wykonania, co zostaje potwierdzone podpisem pacjenta lub jego rodziny albo opiekuna faktycznego.

Lista czynności realizowanych przez pielęgniarkę opieki długoterminowej domowej jest długa. Dotyczy zarówno czynności me-

dycznych, jak i tych związanych z profilaktyką programów zdrowotnych i edukacją.

W świadczeniach diagnostycznych wymienionych w wykazie znalazły się m. in.:

- pomiar i ocena tętna, oddechu, ciśnienia tętniczego krwi, temperatury ciała, obrzęków,
- kontrola bilansu wodnego, dobowej zbiórki moczu,
- ocena stanu ogólnego pacjenta na podstawie badania fizykalnego, stanu świadomości i stanu psychicznego.

Nie każdy wie, że do zadań pielęgniarki należą także świadczenia pielęgnacyjno-higieniczne, które mogą być wykonywane u pacjenta przez rodzinę lub opiekuna na zlecenie i pod nadzorem pielęgniarki lub przez pielęgniarkę, w przypadku osób samotnych. Do tych czynności zalicza się m. in.: czesanie, golenie, obcięcie paznokci, pomoc w ubieraniu i rozbieraniu, toaleta jamy ustnej, toaleta ciała, pomoc w karmieniu i nawadnianiu, mycie głowy, kąpiel, zmiana pieluchomajtek, przesłanie łóżka.

Wizyty pielęgniarskie realizowane są **nie mniej niż 4 razy w tygodniu**.

Dostępność jest od poniedziałku do piątku w godz. od 8 do 20, a w soboty i dni ustawowo wolne od pracy, w medycznie uzasadnionych przypadkach.

Tekst przygotowany przez Narodowy Fundusz Zdrowia w Poznaniu

W Wielkopolsce rośnie liczba wniosków

Prawie 35 tysięcy osób w Wielkopolsce złożyło już wniosek do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych o świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji. Z szacunków ZUS wynika, że od października tego roku do marca przyszłego roku, wnioski o nowe świadczenie może złożyć nawet 70 tysięcy osób w naszym województwie.

Uzyskanie świadczenia uzupełniającego uzależnione jest od łącznego spełnienia kilku warunków. Po pierwsze, świadczenie to przeznaczone jest wyłącznie dla osób, które ukończyły 18 lat i są niezdolne do samodzielnej egzystencji.

Po drugie, świadczenie uzupełniające przysługuje osobom, które nie są uprawnione do świadczeń pieniężnych finansowanych ze środków publicznych lub też łączna wysokość brutto tych świadczeń, z kwotą wypłacaną przez zagraniczną instytucję właściwą do spraw emerytalno-rentowych, nie przekroczy 1600 zł.

O dodatek mogą się ubiegać także cudzoziemcy, w tym

obywatele państw członkowskich Unii Europejskiej, legalnie przebywający na terytorium RP.

Osoby, które nie mają orzeczenia o niezdolności do samodzielnej egzystencji, powinny do wniosku o świadczenie uzupełniające dołączyć dokumentację medyczną oraz inne dokumenty mające znaczenie dla wydania orzeczenia, np. kartę badania profilaktycznego, dokumentację rehabilitacji leczniczej lub zawodowej oraz zaświadczenie o stanie zdrowia. Warto też, żeby osoby posiadające orzeczenie o znacznym stopniu niepełności, dołączyły je także do wniosku.

Świadczenie uzupełniające dla osób niesamodzielnych przysługuje od miesiąca, w którym został zgłoszony wniosek, nie wcześniej jednak niż od 1 października br., tj. od daty wejścia w życie przepisów. W pierwszych dwóch miesiącach obowiązywania ustawy, ZUS ma nie 30, lecz 60 dni od wyjaśnienia ostatniej okoliczności, na rozpatrzenie wniosku i wydanie decyzji.

Nowe świadczenie przysługuje w wysokości nie wyższej niż 500 zł, przy czym łączna kwota tego świadczenia i innych świadczeń finansowanych ze środków publicznych, nie może przekroczyć 1600 zł. Zgodnie z tą zasadą uprawnio-

ne do świadczenia są również osoby, których suma świadczeń ze środków publicznych zawiera się w przedziale powyżej 1100 do 1600 zł. Przykładowo, jeżeli suma tych świadczeń wynosi 1200 zł, to świadczenie uzupełniające zostanie przyznane w kwocie 400 zł.

Do kryterium dochodowego są brane pod uwagę prawie wszystkie świadczenia stałe finansowane ze środków publicznych, m.in. emerytury, renty, świadczenia przedemerytalne, świadczenia z pomocy społecznej. Istotne są także świadczenia emerytalno-rentowe z zagranicy.

Przy obliczaniu docho-

du, nie są do niego wliczane świadczenia o charakterze jednorazowym, np. zasiłki socjalne lub zasiłek pogrzebowy, a także zasiłek pielęgnacyjny, ani dodatki (np. dodatek kombatancki), dochody z pracy, renty cywilnoprawne, a także - w niektórych przypadkach - renta rodzinna. Do dochodu nie jest wliczana renta rodzinna przyznana po zmarłym rodzicu osobom, które stały się całkowicie niezdolne do pracy przed ukończeniem 16 lat lub przed ukończeniem 25 lat w przypadku kontynuowania nauki.

Marlena Nowicka, regionalna rzeczniczka prasowa ZUS w Wielkopolsce

Młodość za nami, życie przed nami

Starość to nie jest temat popularny, choć ludzi w wieku sędziwym przybywa, a prognozy demograficzne wskazują, że sytuacja będzie się utrzymywać przez najbliższe lata.

To dlatego, że starzeć się będą ludzie urodzeni w okresie wyżu demograficznego, a średnia życia się wydłuża.

Według europejskich standardów, za osoby sędziwe uważa się ludzi, którzy osiągnęli 65. rok życia. Dla wielu ten wiek nie ma znaczenia, ponieważ pozostają aktywni zawodowo, społecznie i fizycznie.

W powszechnych odczuciu starzenie się to czas zmagania się z wieloma chorobami, izolacji, odrzucenia i często samotności. Wiek narzuca pewne ograniczenia, ale nie musi oznaczać wełnianych przydeptanych kapci, czy godzin spędzonych przed telewizorem.

Seniorzy stanowią bardzo zróżnicowaną grupę pod względem swoich potrzeb i problemów. Z kulturowego punktu widzenia można zaobserwować ambiwalentne postawy wobec ludzi starszych. Profesor Piotr Szukalski z Katedry Socjologii w Łodzi opowiada o zajęciach ze studentami, na których poprosił o podanie przymiotników kojarzących się ze starością. Owe przymiotniki wypadły mało przyjemnie: zniechęcały, zramolały, niedomyty, ubogi. Na następnych zajęciach poprosił o opisanie przymiotnikami

swoich dziadków, wtedy określenia były zupełnie inne. Wówczas profesor poprosił studentów, by przypomnieli sobie co napisali na poprzednich zajęciach. Odpowiedzi brzmiały: moi dziadkowie są wyjątkowi. Profesor tłumaczy to tym, że nie lubimy tego czego nie znamy, a starość naszych bliskich mamy oswojoną.

Marek Cynceron, rzymski filozof i polityk pisał: „Starość to korona życia, ostatni akt naszej sztuki”.

Starość to okres odpoczynku po aktywnie spędzonym życiu, ale dla zdrowia i dobrego samopoczucia ważna jest wszelaka aktywność, nie tylko fizyczna, ale myślę o społecznym zaangażowaniu w różnego rodzaju spotkania czy udział w lokalnych imprezach. Nie starzeje się ten, kto nie ma na to czasu. I tak aktywność wśród kobiet jest wyższa, widać to choćby na imprezach środowiskowych. Kobiety też częściej angażują się w wychowywanie wnuków czy pomoc młodym w prowadzeniu domów.

Czasami jesteśmy jak ślimak winniczek, chowamy się do środka swojej małej muszelki przed wielkim strasznym światem, boimy się nowych modeli telefonów, kart płatniczych i kont internetowych. Re-

zygnujemy z wielu szans po to, by tkwić w swoim ciepłku tego, co znane i bezpieczne.

Pomyśl seniorze gdzie byłeś kilka lat temu, czy dzisiaj jesteś lepszą mądrzejszą wersją samego siebie. Na pewno wiesz o wiele więcej, umiesz wiele nowych rzeczy, masz tysiąc nowych doświadczeń.

Najważniejsze pozostaje to, by pogodzić się ze starością, choćby się z nią czasem przekomarzać. Jesień życia pozwala spełnić marzenia, które czekały na zrealizowanie przez większość naszego życia. A każdy dzień to czas, byśmy mogli w pełni wydobyć pokłady energii w nas drzemiące i otworzyć się na ludzi. Seniorzy są jak znaczki pocztowe, nabierają wartości starzejąc się.

Noblistka Olga Tokarczuk w „Księgach Jakubowych” porusza problem starości: „Czy starość to niespodzianki naszej pamięci, która jest w stanie przywołać kolor sukienki na pierwszej randce, a przecież tak myślę - dojszcie do końca jest zebraniem wszystkiego w garść, ujęciem w jedną małą kolekcję chwil życia. Nie żadną stratą, a wręcz przeciwnie, odnalezieniem tego, co wydawało się pogubione”.

Przy okazji naszej noblistki przypomniałam sobie o Ernieście Hemingway, który pisał świetne aforyzmy o starości, to jedno z nich - „Starość nie jest wielkim nieszczęściem jeśli się weźmie pod uwagę tę drugą ewentualność”. Jego powieści były częściowo autobiograficzne, oparte o doświadczenia własne. Tak dawno żył, a tak mądrze pisał.

Hemingway stworzył postaci, które do dzisiaj służą jako wzór do naśladowania dla wielu pokoleń. Czytając „Stary człowiek i morze” chciałoby się być jak Santiago, niezależnie od wieku żyć w zgodzie ze sobą i otoczeniem, być cierpliwym, niezależnym, choć ciało zdobią głębokie zmarszczki, posiwiałe włosy, sylwetka jest przygarbiona, a ręce sfatygowane.

A nasza poprzednia noblista Wisława Szymborska o starości pisała tak: „To wiek, w którym człowiek może ze starością się polubić, a jak nie to przynajmniej podroczyć”.

Warto przeczytać jej „Ode do młodości”, która nawiązuje do klasycznej „Ody” Adama Mickiewicza. Czytając będziemy się uśmiechać pod nosem, coraz bardziej z każdą kolejną linią tekstu.

**Krystyna Andrzejewska,
Leszczyńska Rada Seniorów**

Oda do starości

Co to za życie bywa
w **MŁODOŚCI!**?

Nie czujesz serca...
wątroby... kości...

Śpisz jak zabity,
popijasz gładko...

i nawet głowa boli cię rzadko.

Dopiero człeku twój
wiek **DOJRZAŁ!**

Odsłania życia urok
wspaniały...

Gdy łyk powietrza,
z wysiłkiem łapiesz...

Rwie Cię w kolanach...

Na schodach sapiesz...

Serce jak głupie
szybko ci bije...

Lecz w każdej chwili
czujesz że **ŻYJESZ!**

Więc nie narzekaj
z byle powodu

Masz teraz wszystko,
czego za młodu
nie doświadczyłeś.

Ale **DOŻYŁEŚ!**

Więc chociaż

czasem w krzyżu cię lupie
Ciesz się dniem każdym!

Miej wszystko w **DUPIE!!!**

Ratunek przed samotnością

Samotność - czy można się przed nią obronić? Na ten temat rozmawiamy z Mirosławą Wieczorek-Stachowicz, psychologiem i psychoterapeutą.

- W Lesznie dużo się dzieje: są koncerty, wernisaże, można iść do kina i teatru. Są kluby seniora, działają fundacje i stowarzyszenia zrzeszające seniorów. Jak ktoś chce, ma co robić.

- Tylko pytanie czy ma to z kim dzielić? Przykład z życia, rodzic przeniósł się do dzieci, a w nowym miejscu nie ma znajomych, więc nie ma ochoty wychodzić z domu, a próby wyciągnięcia go są trudne. Tak zaczyna się marazm, który najczęściej dotyczy ludzi po 80. roku życia.

- To jak przekonać seniora do pójścia na wystawę, do teatru, wybrania się na kawę ze znajomymi?

- Senior musi zadać sobie pytanie, czy potrzebuje pogadania z kimś? Jeśli tak: to sprawdź gdzie w twojej okolicy jest wystawa czy koncert. Idź i zobacz kto na tym bywa, może ci się spodoba! Szukajmy informacji o tym, gdzie warto chodzić i niech to wejdzie w nawyk...Osoby szczególnie po 80., o pewnym imprezach nie wiedzą, bo nie korzy-

stają z internetu, a nie wychodząc z mieszkania, nie mają dostępu do gazet. Może poproszą sąsiada o podrzucenie lokalnej prasy. Lek na samotność można znaleźć, tylko trzeba chcieć. Nie czekaj aż znajomy zatelefonuje do ciebie, ty zadzwoń do niego i zapytaj co słyhać? Najwyżej dostaniesz odpowiedź: teraz nie mam czasu, zadzwoń innym razem. Ty odpowiedź: to jak będziesz się nudził tak jak ja teraz, zatelefonuj do mnie. Nie nastawiamy się na to, że tylko ci inni mają o mnie pamiętać.

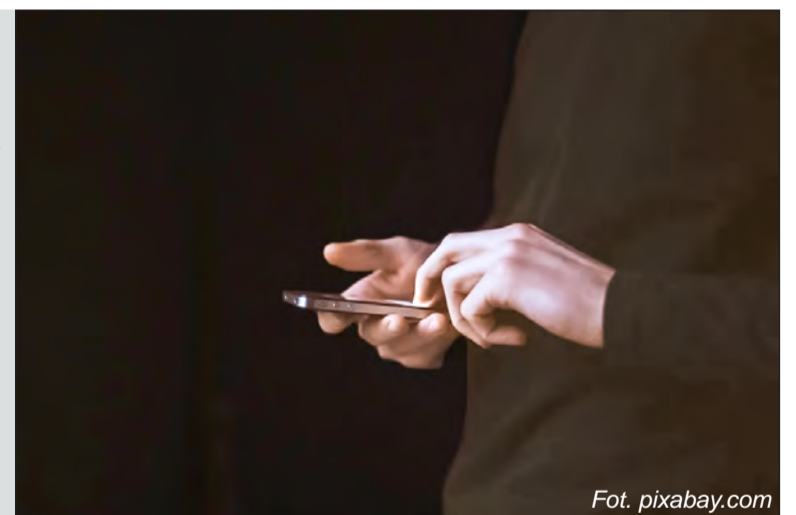
- Skąd bierze się samotność?

- Jedną z przyczyn osamotnienia jest przejście na emeryturę. Wpływa na to również śmierć współmałżonka, partnera lub partnerki. Jeżeli jeszcze nie ma bliskich więzi sąsiedzkich, nagle okazuje się, że wokół jest pusto. Stowarzyszenie mali bracia Ubogich wykonali badania, z których wynika, że trzech na dziesięciu seniorów odczuwa samotność. Głównym powodem jest utrata małżonka, w dalszej kolejności jest przejście na emeryturę. Pięc-

dziesiąt procent seniorów mieszka samotnie i odczuwa pełną samotność. Trzydzieści procent nie uczestniczy w spotkaniach towarzyskich, 20 procent nie ma z kim dzielić wolnego czasu, 10 procent nie ma z kim rozmawiać o codziennych sprawach. Jeden na dwadzieścia seniorów po 80. nie opuszcza mieszkania, 15 do 30 procent powyżej 65. roku życia odczuwa depresję. Z badań wynika, że tym co pomaga przetrwać samotność jest telefon. Zgoda, pod warunkiem, że senior umie obsługiwać takie funkcje, które umożliwią mu porozmawianie widząc rozmówcę, na przykład dzieci i wnuki, które są poza krajem. Albo ma komputer z wbudowaną kamerą, która umożliwi zobaczenie bliskich.

- A dorośli dzieci mają czas na takie rozmowy?

- Rodzice i dzieci mieszkają w tym samym mieście, a mają ze sobą rzadki kontakt. Dlatego jako dzieci wybierzmy dzień w tygodniu i dzwońmy do rodziców. Jeśli nie obchodzimy imienin i urodzin to nasza sprawa,



Fot. pixabay.com

wa, ale pamiętajmy o świętach rodziców. I najważniejsze, co z tego, że senior ma telefon, jeśli nie ma do kogo zatelefonować, a jeśli wyśle sms-a nie ma na niego odpowiedzi. Nie ma to nic wspólnego z brakiem miłości okazywanej przez dzieci. Osoba starsza jest kochana, ale pozostaje samotna.

- Co seniorom pomaga przetrwać samotność?

- Krzyżówki i seriale, znam osoby, które pod to układają grafik dnia. Jeśli ktoś mówi seniorowi, że ogląda ogłupiające filmy, jako psycholog radzę mu odpowiedzieć: to moja sprawa co mnie interesuje. Ale idźmy też raz w tygodniu gdzieś - na basen, gimnastykę, spotka-

nie stowarzyszenia, które skupia osoby w podobnym wieku i z podobnymi zainteresowaniami. To zmniejszy poziom samotności.

- Mając rodzinę można również być samotnym?

- Znam takie osoby i nie ma to nic wspólnego z miłością. Samotność wynika z braku rozmowy. A wystarczy telefon od wnuczka czy córki i już poczucie samotności się zmniejsza. Rozmowa może być o wszystkim i o niczym, dotyczyć codziennych spraw, bo właśnie to seniora zainteresuje. Zachęcam też dzieci, od czasu do czasu „porwijcie” rodzica, nie czekając aż on sam coś zaproponuje. (jrs)

Historia kościoła św. Jana Chrzciciela

W tym numerze „Otwartych Drzwi” przybliżamy fakty z historii parafii św. Jana Chrzciciela w Lesznie.

Na początku XVII wieku najliczniejszą i najbogatszą gminę religijną Leszna stanowili bracia czescy i kalwini, którzy przez lata użytkowali kościół św. Mikołaja. W 1652 roku bracia czescy przystąpili jednak do budowy kościoła św. Jana. Na ten cel pozyskali pieniądze ze zbiórek u współwyznawców, nawet spoza kraju. Kościół w stanie surowym, razem z wieżą, najwyższą w Lesznie, wzniesiono w 1654 roku.

Podczas najazdu szwedzkiego, 28 kwietnia 1656 roku Leszno spalono. Kościoły, w tym św. Jana, obróciły się w gruz. Świątynię odbudowano, ale 29 lipca 1707 roku miasto znów stanęło w płomieniach. Leszno ponownie dźwignęło się z ruin i 27 września tego samego roku, w kościele św. Jana odprawiono pierwsze nabożeństwo.

Po kolejnym wielkim pożarze miasta, 2 czerwca 1790 roku, kościół zachował się, choć spaliły się domy pastorów i pracowników kościelnych.

W roku 1863 zniesiono posadę polskiego kaznodziei z powodu znacznego zmniejszenia się polskiej gminy, a także skutek przeprowadzanej na ziemiach polskich germanizacji. I tak kościół św. Jana we władaniu i duszpasterstwie, niezbyt licznej w Lesznie i okolicy, niemieckiej gminy religijnej Jednoty Kalwińskiej pozostał do 1945 roku.

Budowniczym kościoła był Marcin Woide z Leszna, pochodził z rodziny bardzo zasłużonej dla kościoła i miasta.

Budynek świątyni jest orientowany, czyli zbudowany na linii wschód-zachód. Stąd też fasada kościoła nie jest prostopadła do ulicy Bolesława Chrobrego, lecz ustawiona do niej pod pewnym kątem. Dla chrześcijan Chrystus jest wschodzącym słońcem, dlatego przestrzeń prezbiterium umieszczano od strony wschodniej, a główne wejście od zachodu. Tak budowali kościoły katolicy i protestanci. Takie rozwiązanie przyjęli również bracia czescy w Lesznie i luteranie, którzy zbudowali kościół św. Krzyża.

Architektura kościoła św. Jana nawiązuje do późnego gotyku. Kościół jest budowlą jednonawową, która w części, gdzie znajduje się prezbiterium, została zamknięta pięciokątnie. Wysokie mury są wzmocnione uskokowymi przyporami, które pełnią ważną funkcję konstrukcyjną. Nie tylko podtrzymują i wzmacniają mury, ale także przyjmują na siebie siły rozporowe sklepienia.

Wnętrze kościoła odznacza się prostotą. Wystrój przypominający barok pochodzi z 1716 roku i przetrwał do naszych czasów. Na skle-

pieniu wspartym na profilowanym gzymsie wykonano stiukowe dekoracje.

W roku 1945 władze państwowe oddały kościół św. Jana do użytku parafii św. Mikołaja. Ówczesny administrator parafii, ks. Edmund Pernak poświęcił go i jako kościół przeznaczył na nabożeństwa dla młodzieży i wojska. Wnętrze świątyni dostosowano do potrzeb liturgii katolickiej, a władza duchowna przystąpiła do Leszna kilku księży prefektów, którzy przejęli nauczanie religii i pomogli w odprawianiu nabożeństw w kościele.

Jednym z tych księży był ks. Tadeusz Demel, kapłan Archidiecezji Lwowskiej, bardzo lubiany przez młodzież. Kiedy w 1959 roku, na własną prośbę opuszczał Leszno przenosząc się do Diecezji Wrocławskiej, był żegnany z żalem przez wiernych.

Serdecznie żegnany przez młodzież był również ks. Adam Szkulski, który przyciągał do kościoła żywymi kazaniem.

28 maja 1964 roku zmarł ks. prefekt Józef Kobza, katecheta. W pogrzebie, który odbył się 1 czerwca, udział wzięło około 180 księży i wielu wiernych, szczególnie dzieci i młodzieży.

W czerwcu 1947 roku powrócił do Leszna ks. Sylwester Marciniak, więzień obozu koncentracyjnego Dachau, który objął pracę w szkołach średnich i zapisał się w serdecznej pamięci swych uczniów.

Warunki pracy w kościele były trudne. Brakowało należytego ogrzewania i oświetlenia. Z biegiem czasu za ofiary zebrane podczas nabożeństw udało się wiele spraw naprawić.

Wojsko początkowo przychodziło na msze święte oficjalnie z orkiestrą i całym kompaniami. Od roku 1948, z powodu zakazu władz partyjnych, udział żołnierzy w nabożeństwach był coraz mniejszy. Natomiast pomnażała się liczba wiernych świeckich z całego miasta. Bardzo liczny był udział młodzieży zarówno podczas mszy szkolnych i popołudniowych. Nabożeństwa wzbogacone były przez udział młodzieżowego chóru mieszanego pod batutą ks. Tadeusza Demela.

W 1957 roku, pod nadzorem ks. proboszcza Teodora Korcza przeprowadzono gruntowny remont kościoła św. Jana. Stąd, od października do marca 1958 roku, młodzież uczęszczała na nabożeństwa do kościoła św. Mikołaja.

W 1966 roku przybył do Leszna ks. Leon Adamczyk (1918-1973) i został mianowany rektorem kościoła św. Jana oraz wikariuszem rezydentem nowo utworzonego ośrodka duszpasterskiego przy tym kościele. W latach 1958-1966 ks. Adamczyk pełnił funkcję proboszcza w nowo utworzonej parafii w Kaczkowie.

Po przybyciu do Leszna podjął intensywną pracę jako rektor kościoła św. Jana. Urządził biuro parafialne i zorganizował katechizację. W kościele przeprowadził nową elektryfikację i radiofonizację, umieścił nowe tabernakulum, a przede wszystkim postawił wielki 8-metrowy krzyż wykonany przez artystę Józefa Stasińskiego. W prezbiterium umieścił dwa nowoczesne witraże, naprawił wieże i rozpoczął prace nad ogrzewaniem kościoła. Ustawiony został nowy, granitowy ołtarz soborowy i położono posadzkę marmurową. Ks. Adamczyk usunął z kościoła stare ławki i zainicjował zakup nowych. Wykonane zostały cztery nowe konfesjonały.

Wszystkie prace prowadzone bardzo intensywnie, wpłynęły niewątpliwie na pogorszenie stanu zdrowia ks. rektora. W czerwcu 1970 roku miał rozległy paraliż, zmarł 7 marca 1973 roku.

Na miejsce ks. rektora Leona Adamczyka, władza duchowna powołała z dniem 15 czerwca 1971 roku, ks. Kazimierza Pietrzaka, który objął stanowisko wikariusza rezydenta i rektora.

1 stycznia 1972 roku dekretem ks. arcybiskupa Antoniego Baraniaka utworzona została parafia św. Jana Chrzciciela. 1 kwietnia tego samego roku, dotychczasowy rektor ks. Kazimierz Pietrzak został mianowany proboszczem nowo powstałej parafii.

Ks. Kazimierz Pietrzak urodził się 9 lutego 1927 roku w Ostrowie. Święcenia kapłańskie przyjął z rąk ks. arcybiskupa Walentego Dymka 30 maja 1953 roku. Na swoim obrazku prymicyjnym umieścił następujące słowa: „*Panie, Ty wszystko wiesz, Ty wiesz, że Cię miłuję*”.

Po święceniach pełnił posługę w parafiach w Odolanowie, Środzie Wielkopolskiej, Krotoszynie i Poznaniu. 1 lipca 1964 roku został proboszczem parafii i Sanktuarium Maryjnego w Górcie Duchownej,

a od 1 kwietnia 1972 roku proboszczem w parafii św. Jana Chrzciciela w Lesznie, gdzie jego posługa trwała 30 lat, do 2002 roku. Wtedy ks. K. Pietrzak przeszedł na emeryturę, ale nadal, przez wiele lat pełnił posługę duszpasterską przy ołtarzu i w konfesjonale. Ksiądz zmarł po długiej chorobie 24 sierpnia 2016 roku.

Kolejnym proboszczem został ks. Władysław Marzęcki, który objął parafię 1 lipca 2002 roku, uroczście wprowadzony przez ks. biskupa Zdzisława Fortuniaka.

Ks. Władysław Marzęcki urodził się 14 września 1955 roku w Słupi Kapitulnej. Maturę zdał w Liceum w Rawiczu, ukończył studia teologiczne w Seminarium Duchownym w Poznaniu. Święcenia kapłańskie przyjął 15 maja 1980 roku w Katedrze Poznańskiej z rąk ks. arcybiskupa Jerzego Stroby. Na swoim obrazku prymicyjnym umieścił następujące wezwanie: „*O Boże, nasz Panie, jak niepojęte jest Imię Twoje na całej ziemi*” (PS8).

Jako wikariusz pracował kolejno w parafiach: św. Mikołaja w Krzywiniu, św. Stanisława Biskupa i Męczennika w Ostrowie, św. Ducha w Kościanie i św. Jakuba w Poznaniu. 13 listopada 1993 roku został powołany na stanowisko proboszcza parafii św. Katarzyny w Dakowach Mokrych (dekanat bukowski), gdzie przez 9 lat pełnił posługę.

Od 17 lat ks. Władysław Marzęcki jako proboszcz parafii pod wezwaniem św. Jana Chrzciciela prowadzi różnego rodzaju prace remontowe w kościele i całym jego otoczeniu. Na terenie przykościelnym ustawione zostały dwie nowe figury, upiększając teren. I tak 16 października 2003 roku, w 25. rocznicę wyboru Jana Pawła II odbyło się poświęcenie fi-

gury Miłosierdzia Bożego. W maju 2004 roku, od strony ulicy Królowej Jadwigi została poświęcona figura Matki Bożej Niepokalanej.

Prawie 2 lata trwał remont budynku, w którym przez wiele lat mieściło się Archiwum Państwowe, a który został zakupiony przez parafię. 17 listopada 2010 roku ks. arcybiskup Stanisław Gądecki poświęcił obiekt. Po 65 latach księży mogli zamieszkać przy kościele, w budynku znalazło miejsce także na bibliotekę i biuro parafialne.

W 2015 roku sprzedano dawne zabudowania parafialne przy ul. Bolesława Chrobrego. W latach 2006-2008 wykonano remont dachu kościoła, pozornego sklepienia beczkowego i malowanie wnętrz. W 2017 roku wykonano prace związane z wymianą nawierzchni przy kościele. Położono prawie 1600 metrów kwadratowych kostki. W tym samym roku zakończono prace związane z iluminacją kościoła, co sfinansował Urząd Miasta Leszna. Obecnie największym wyzwaniem są generalny remont i modernizacja budynku dawnej pastorówki.

Tadeusz Kwapisz

Korzystałem z publikacji: „25-lecie parafii św. Jana Chrzciciela w Lesznie” ks. Kazimierza Pietrzaka; „Św. Jan znany i nieznan” ks. Władysława Marzęckiego; „Duchowieństwo Leszna” mojego autorstwa.



▲ Kościół św. Jana ma już ponad 350-letnią historię i należy do najstarszych budowli zabytkowych Leszna.

Z „Sokoła” do Olympique Marsylia

Czy transfer z niewielkiego klubu z Leszna do czołowego klubu piłkarskiego Europy jest możliwy? Historia pokazała, że marzenia mogą się spełniać. Dokonał tego Franciszek Olejniczak, przedwojenny działacz „Sokoła” w Lesznie i klubu Polonii Leszno.

Franciszek Olejniczak urodził się 5 września 1910 roku w Recklinghausen w Westfalii. Do Leszna przeniósł się najpewniej wraz z rodzicami po odzyskaniu przez Polskę niepodległości, jak wielu ówczesnych mieszkańców Leszna. Jako młody chłopak trafił do Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Lesznie, w którym rozpoczął swoją piłkarską karierę.

Co dzisiaj może wydawać się niewiarygodne, do jednego z najmocniejszych klubów ligi francuskiej trafił w sezonie 1930-1931 z Polonią Leszno.

Wcześniej grał jednak w TG „Sokół” w Lesznie, o czym z dumą wspomina „Głos Leszczyński”, największa przedwo-

jenna gazeta w Lesznie. Zresztą pojedynki obu drużyn z Leszna przed drugą wojną światową przyciągały tłumy kibiców. Był to jeden z powodów, dzięki któremu rywalizacja stała na wysokim poziomie. Drużyny walczyły o prymat w Lesznie, ponieważ obie miały swój rodowód w „Sokole”. W 1912 roku powstanie Polonii wspierali dawni działacze „Sokoła”, którzy na skutek szykan zaborców byli zmuszeni rozwiązać TG „Sokół”. Kilka lat później szukali innych możliwości działania, tak postanowili założyć klub piłkarski Polonia Leszno. Franciszek Olejniczak grał w nim w latach 1928-1930, skąd trafił do ligi francuskiej.

Jego największe sukcesy przypadają na drugą połowę lat 30. W sezonie 1936-1937 zdobył tytuł Mistrza Francji, a w sezonie 1937-1938 z Olympique Marsylia sięgnął po Puchar Francji. Puchar Francji zdobył jeszcze w sezonie 1942-1943, ale chwilowo nie grał wtedy dla Olympique Marsylia.

W zespole Olympique Marsylia (z krótką przerwą) grał przez 10 sezonów w latach 1936-1946. Jednak swoją przygodę z ligą francuską rozpoczął w sezonie 1930-1931 w drużynie Lens. W Ligue 1 (nazwa ligi francuskiej) tylko w barwach Olympique Marsylia rozegrał w sumie 147 meczów strzelając 8 bramek. Grał na pozycji środkowego pomocnika.



I. drużyna Oddziału Piłki Nożnej Tow. gimn. „Sokół” w Lesznie. (od lewej strony: Musielak, Jankowiak, Matysiak, Grzesiński, bramkarz Bobkiewicz, Wiśniewski, Muszkieta, Nowak, Maissner, Prządka, Karmoliński).

▲ Zdjęcie drużyny pochodzi z Ilustrowanego Dwutygodnika Gimnastyczno-Sportowego „Sokół” nr 2, który ukazał się w listopadzie 1928 roku.

W zespole nazywany był „Olej”, ze względu na trudne do wymówienia nazwisko Olejniczak. W 1936 roku naturalizował się, co oznacza, że przyjął obywatelstwo francuskie – mówi Ewelina Massuyès, na stałe mieszkająca w Tuluzie na południu Francji, która przetłumaczyła

informacje z języka francuskiego.

Na emeryturę przeszedł w roku 1947. Do końca życia mieszkał we Francji. Ostatnie lata życia spędził w Martigues. Zmarł 6 lipca 1991 roku.

Damian Małecki,
prezes Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” w Lesznie



Wybuch pierwszej wojny światowej przyniósł narodowi polskiemu nadzieję na wyzwolenie. Kiedy zakończono walki na froncie, układ pokojowy zawarty przez państwa zwycięskie z Niemcami w Wersalu 28 czerwca 1919 roku postanawiał, że Leszno wróci w granice państwa polskiego.

17 stycznia 1920 roku Leszno opuściły wojska niemieckie i rodziny niemieckich żołnierzy. To data kiedy miasto odzyskało niepodległość.

Dzień później, do miasta przybyli generał Józef Dowbor-Muśnicki, wojewoda poznański Witold Celichowski, przedstawiciele misji koalicyj-

nej z pułkownikiem Marquetem na czele. Pociąg z delegacją poprzedziły trzy samoloty nadlatujące od strony Poznania. Na dworcu generała i jego świtę witali Bronisław Świdorski, burmistrz Dombek i sędzia Adam Ruszczyński.

Generał Dowbor-Muśnicki ogłosił, że miasto i okolice prze-

chodzą pod opiekę wojska polskiego.

Datę odzyskania przez Leszno niepodległości upamiętniają różnymi wydarzeniami przedszkola, szkoły, stowarzyszenia, fundacje i wiele instytucji. Wspólnie oddają cześć pokoleniom, które o wolność zawalczyły. (jrs)

Biało-czerwone dla Leszna

Sto biało-czerwonych serc powstało w siedzibie Stowarzyszenia Wygraj Siebie. Wszystkie dla mieszkańców Leszna.

Z inicjatywą uszycia serc wyszedł prezydent Łukasz Borowiak. A że stowarzyszenie ma w tym zakresie doświadczenie, tym chętniej podjęło się zadania.

Bo przypomnijmy, że Stowarzyszenie Wygraj Siebie tworzy poduszki rehabilitacyjne dla amazoнок, właśnie w kształcie serc.

- Już uszyliśmy ich ponad pięćset - z dumą mówi Teresa Rękosiewicz, prezes Stowarzyszenia Wygraj Siebie. - Przekazujemy je do szpitala, poradni, bezpośrednio amazonkom, a także osobom, które się do nas zwrócą z prośbą o poduszki rehabilitacyjne.

Prace koordynuje Janina Nycz-

ka, która razem z Anną Zwierzyńską czuwała nad projektem związanym z 100. rocznicą odzyskania niepodległości przez Leszno.

- Kiedy prezydent zaproponował nam uszycie serc na stulecie chętnie podjęliśmy się zadania. Praca była dla każdego, także dla naszych pań - podkreśliła J. Nyczka. - Cieszymy się, że nasze poduszki możemy подарować mieszkańcom.

- Biało-czerwone poduszki będą pamiątką po tak ważnej rocznicy dla naszego miasta - dopowiedziała A. Zwierzyńska.

Na tym nie koniec szycia. Bo pomysł z biało-czerwonymi poduszkami będzie kontynuowany, chociaż w nieco innej formule.

- Będziemy szyli następne poduszki rehabilitacyjne z wzorzystych materiałów, ale pozostaniemy przy kolorach bieli i czerwieni - dodaje T. Rękosiewicz. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

Leszno dawniej i dziś



Fot. P. Piotrowski

▲ Sympozjum z okazji 100. rocznicy Odzyskania Niepodległości przez Leszno swoim występem uświetniła Ewa Śniady.

Sympozjum poświęcone 100. rocznicy Odzyskania Niepodległości przez Leszno zorganizowało Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Gościem spotkania był prezydent Łukasz Borowiak, który mówił o Lesznie dawnym i współczesnym. Wystąpienie zobrazowały archiwalne fotografie miejsc, które wyglądają zupełnie inaczej niż kilkadziesiąt lat temu. Był więc sentymentalny powrót między innymi do dawnego dworca kolejowego i parku Jonstona.

A jeśli chodzi o czasy obecne:

- Plany rewitalizacji są bardzo rozległe. Mam nadzieję, że większość z nich uda się zrealizować przy wsparciu

funduszy norweskich. Czekamy na odpowiedź na złożony wniosek - mówił prezydent Łukasz Borowiak.

Prelegentami sympozjum byli także dr Eugeniusz Śliwiński, który mówił o 100. rocznicy odzyskania niepodległości przez Leszno oraz mjr Krzysztof Handke, który wykład poświęcił garnizonowi leszczyńskiemu w okresie międzywojennym. W części artystycznej wystąpiła Ewa Śniady z Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Swoją obecność na scenie zaznaczył również Chór UTW. P.P

Z uśmiechem przez życie

Leszczynianka Stanisława Piotrowska niedawno obchodziła 91. urodziny. Jest w znakomitej formie, a nam zdradziła jaka jest na to recepta.

- *Przede wszystkim nigdy za bardzo się nie denerwowałam. Jestem z natury osobą spokojną i bardzo radosną - tak Stanisława Piotrowska podchodzi do życia. - Oczywiście, jak każdemu zdarza mi się zdenerwować, ale muszę przyznać, że w codziennym życiu z reguły nie miałam i nie mam stresów.*

Stanisława Piotrowska przepracowała 22 lata i przez cały czas w tym samym zawodzie.

- *Pracowałam w PSS Społem, początkowo byłam ekspedientką, po jakimś czasie uzyskiwałam awans i zostałam kierownikiem sklepu. Praca*

była odpowiedzialna, ale nigdy nie zdarzały się mocno stresujące sytuacje. Lubiałam swoją pracę, ale niestety z powodu rwy kulszowej, musiałam z niej zrezygnować. Przeszłam na rentę - wspomina.

Receptą na dobre samopoczucie są codziennie spacery.

- *Staram się robić jak najwięcej rzeczy na świeżym powietrzu. Mieszkam w centrum Leszna, więc często można mnie spotkać na Rynku czy w jego okolicy. Jeszcze pięć lat temu w sezonie wiosenno-letnim jeździłam rowerem, co sprawiało mi wiele frajdy. Pamiętam jak z rodziną jeździ-*

łam na wycieczki rowerowe. Robiliśmy naprawdę długie trasy. Niestety teraz nie jestem już w stanie wsiąść na rower, bo kończy się to dla mnie bólem kolan. Cieszę się jednak, że mogę chodzić na spacer. Taka aktywność w zupełności mi wystarcza.

Pani Stasia to osoba o pogodnym usposobieniu.

- *Jestem wesola i staram się jak najwięcej uśmiechać.*

Nasza rozmówczyni w zeszłym roku obchodziła 90. urodziny. Z tej okazji otrzymała dyplom z życzeniami od prezydenta Leszna Łukasza Borowiaka.



Fot. P. Piotrowski

▲ Stanisława Piotrowska życie przemierza uśmiechnięta. To jej sposób na zachowanie zdrowia.

- *Byłam zaskoczona, życzenia były niespodzianką, ale to był bardzo miły prezent. Nie spodziewałam się, że otrzymam takie życzenia i w dodatku od prezydenta.*

Zatem jaki jest klucz do sukcesu bycia w dobrej kondycji

mimo upływających lat?

Pani Stanisława zapewnia - najważniejsze jest pozytywne nastawienie do życia. A jeśli coś pójdzie nie tak, to mimo wszystkiego trzeba szukać dobrych stron.

P.P

70 lat pracy trenerskiej Mariana Misiaka

To postać znana nie tylko w leszczyńskim środowisku. Doktor nauk sportowych, wybitny trener, pracujący w sporcie już 70 lat. I to nadal czynnie.



Fot. (2x) D. Cegielski

▲ Dr Marian Misiak współpracował i nadal jeszcze współpracuje z wieloma żużlowcami. Jednym z nich jest Krzysztof Kasprzak.

Benefis Mariana Misiaka odbył się w Bibliotece Ratuszowej. Zgromadził liczną rzeszę jego wychowanków - koszykarzy i żużlowców, bo te dwie dyscypliny były i są największą miłością dostojnego jubilata.

- *Jest pan chyba jednym z najdłużej pracujących szkoleniowców na świecie - powiedział prezydent Leszna Łukasz Borowiak. - Ten benefis to podziękowanie za dotychczasowe pańskie osiągnięcia.*

Podczas trwającego ponad dwie godziny spotkania Marian Misiak opowiedział wiele ciekawych anegdot ze swojego barwnego życia, i to nie tylko tego sportowego.

Będąc młodym człowiekiem wcale nie myślał o tym, aby zostać szkoleniowcem.

- *Chciałem być lekarzem, ale nie udało się. Nie pozwolili na to „smutni panowie”, bo byłem niezbyt poprawny politycznie. Ostatecznie wylądowałem na wychowaniu fizycznym. A ponieważ ten kierunek był przy wy-*

dziale lekarskim, to choć w taki sposób zrekompensowałem sobie chęć bycia lekarzem - wspominał Marian Misiak.

Na drugim roku studiów, całkiem przypadkowo, znalazł się na treningu grającej wtedy w klasie B koszykarskiej drużyny Kolejarza Leszno. Tak zaczęła się jego przygoda z basketem i pracą szkoleniową.

Trafił na zdolnych chłopaków, z którymi awansował na kolejne szczeble sportowej rywalizacji, w tym do II ligi. Dwóch zawodników - Henryk Cegielski i Jacek Dolczewski - zrobiło wielką karierę. Obaj byli reprezentantami Polski, zaliczyli występy na igrzyskach olimpijskich - pierwszy w Meksyku (1964), drugi w Monachium (1972).

Żużel pojawił się w życiu Mariana Misiaka znacznie później. Było to na początku lat 70. i za namową głównie Józefa Olejniczka. Wtedy po raz

pierwszy znalazł się na zgrupowaniu kadry w Jaszowcu.

- *Wiele wtedy wyniosłem ze współpracy z takimi tuzami „czarnego sportu” jak Woryna, Mucha czy Jancarz. Oni przekazali mi wiele cennych uwag na temat panowania nad moto-*

tego bardzo niebezpieczna.

Z tego też powodu pan Marian bardziej przechyla się w swojej sportowej miłości do „czarnego sportu” niż koszykówki.

Zawodnicy, z którymi przez lata współpracował i wciąż jeszcze współpracuje (m.in. Krzysztof Kasprzak, Tobiasz Musielak, Rafał Dobrucki, Robert Miśkowiak, Piotr Świdorski, Dominik Kubera) zdobyli aż 14 złotych medali mistrzostw świata. Wielu z nich zasiadło osobiście w Bibliotece Ratuszowej, dziękując dr Misiakowi za współpracę i życząc jeszcze wielu lat w zdrowiu.

Jubilat zebrał też wiele innych gratulacji m.in. od delegacji koszykarzy, władz miasta, przedstawicieli delegatury Urzędu Wojewódzkiego, posła Jana Dziedziczaka, a także byłych uczniów i współpracowników.

Na zakończenie benefisu Marian Misiak poczęstował wszystkich okolicznościowym tortem. (ceg)



▲ Okolicznościowy tort z okazji 70-lecia pracy szkoleniowej Mariana Misiaka.

cyklem, które później wykorzystywałem w pracy z żużlowcami.

Jak szczerze przyznał nigdy nie siedział na motocyklu żużlowym, ale bardzo ceni sportowców, którzy uprawiają speedway.

- *To moim zdaniem jedna z najtrudniejszych dyscyplin i do*

Krzyżówka - laureaci

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI
Z SIÓDMEGO NUMERU KWARTALNIKA
„OTWARTE DRZWI” BRZMI:
ŻABA NA DNIĘ STUDNI NIGDY NIE
ZOBACZY MORSKICH FAL.
NAGRODY DOSTAJĄ TRZEJ AUTORZY
PRAWIDŁOWYCH ODPOWIEDZI:
ZOFIA JAŚKOWIAK
CECYLIA JAKIELCZYK
HALINA KOSMAŁA

Sędziowała mu medalistka ME

Pisaliśmy już o dobrych wynikach uzyskiwanych przez Adama Wójtowicza. 73-letni leszczyńszanin wciąż jednak imponuje wysoką formą.

Nie tak dawno sportowy weteran z Leszna wziął udział w dwóch imprezach w Warszawie.

Pierwszą z nich była 25. Sportowa Olimpiada Seniorów i Osób Niepełnosprawnych. Rozgrywana była w Centrum Nowolipie. Leszczyńszanin wywalczył w niej złoto w pchnięciu kulą i brąz w szachach.

Drugą z imprez była Warszawska Olimpiada Seniorów. I w niej Andrzej Wójtowicz stanął na podium. Zajął trzecie miejsce w pchnięciu kulą.

- *Ciekawostką jest fakt, że sędzią była zna-*

komita przed laty polska kulomiotka Ludwika Chewińska, srebrna medalistka mistrzostw Europy z 1973 roku z Rotterdamu, i wciąż aktualna rekordzistka kraju - powiedział nam Andrzej Wójtowicz.

Leszczyńszanin wystąpił jeszcze w pływaniu i skoku w dal z miejsca, ale w silnej stawce rywali nie udało mu się stanąć na podium.

I tak jednak gratulujemy!

(ceg)



Fot. D. Cegielski

Tylko zazdrościć talentu

O Jadwidze Basińskiej można powiedzieć, że ma talent w dłoniach, a przekonaliśmy się o tym składając jej wizytę. W mieszkaniu nie ma przypadkowych przedmiotów. Niektóre zwracają szczególną uwagę, bo są dziełem pani Jadwigi.

Rozmowa toczy się przy kawie. W mieszkaniu pachną świąteczne pierniki. Filiżanki stoją na serwecie, która jest dziełem Jadwigi Basińskiej.

- Zamiłowanie do prac ręcznych miałam zawsze. Przypominam sobie, że jako uczennica na zajęciach technicznych szyłam, wyszywałam i robiłam na drutach. Wszystko potrafiłam, nic nie sprawiało mi trudności.

W dorosłym życiu zamiłowanie do robótek nie minęło. Dzięki temu mieszkanie pani Jadwigi zawsze się wyróżniało. Nie ma w nim nic przypadkowego. Meble współgrają z kolorem ścian i dekoracjami.

- Z przyjemnością oglądam telewizyjne programy o urządzaniu mieszkań. Chętnie kupuję czasopisma, w których są zdjęcia różnych aranżacji wnętrz. Zawsze starałam się żeby własnego mieszkania nie

ozdabiać przedmiotami masowej produkcji, które charakteryzuje bylejakość. Odpowiednie ozdoby tworzą klimat mieszkania, dlatego wiele z nich sama robię. Choć mam kilka przedmiotów, które kupiłam czy dostałam w prezencie, ale one są wyjątkowe.

Do nich pani Jadwiga zalicza wyszywaną skarpetę ze świątecznym wzorem.

- Marzyłam o takiej i będąc z synem w Anglii zrobiłam sobie prezent.

Uwagę przykuwają poszewki poduszek z wełnianymi warstewkami, oczywiście dzieło pani Jadwigi. Stół ozdabia serweta zrobiona przez nią na szydełku. Trudno nie zachwycić się innymi ręcznie szytymi zajęczkami wielkanocnymi, a na grudniowe święta lalkami w zimowej stylizacji.

Warsztatem jest stół w kuchni, na którym są porozkładane gazety z pomysła-

mi na ozdoby, kolorowe materiały, wstążki, włóczki, szpilki, igły.

- Lubię kiedy na drzwiach wejściowych wisi zrobiony przeze mnie świąteczny wieniec, kiedy na choince i w różnych kątach mieszkania są moje własnoręcznie wykonane ozdoby. Wolę je od tych gotowych ze sklepów, które są kosztowne i nie zawsze ładne. Ale nie ukrywam, że zdarzy mi się podpatrzeć pomysł, który potem odtwarzam w domu.

Nas zachwyciły lalki z materiału uszyte specjalnie na Boże Narodzenie.

- Włosy zrobiłam z włóczki, a szalik wydzierałam na drutach - objaśnia pani Jadwiga.

- Ubranka szyję z tego czego nie noszę. Stary sweter przydał się do zrobienia bluzki dla wielkanocnego królika, a bluzka w paski na skarpety.

Szycie lalek to nie taka prosta sprawa jak się komuś wy-



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Jadwiga Basińska pokazała nam wykonane przez siebie ozdoby świąteczne. Na nas zrobiły wrażenie, szczególnie pomysłowość i staranność wykonania.

daje. To praca na przynajmniej kilka dni, tym bardziej, że to ręczna robota.

- Jeśli coś nie wychodzi tak jakbym chciała, będę tak długo poprawiać, aż będę w stu procentach zadowolona.

Pani Jadwiga w ciągu dnia zawsze znajdzie czas na swoje hobby.

- Kiedy pracowałam zawodowo, obiecywałam sobie, że na emeryturze będę oglądała filmy, na które nie miałam cza-

su. Kiedy przeszłam na emeryturę okazało się, że tych filmów nie puszczałam. Nie spędzam wielu godzin przed ekranem telewizora, wolę radio. Słuchając lubię poświęcić się przyjemności szycia ozdób.

Co roku dekoracje mieszkania są inne.

- Ich szykowanie sprawia mi ogromną przyjemność. Tak samo jeśli kogoś obdaruję moją pracą i wiem, że mu się podoba. (jrs)

„Skarby” pani Elżbiety

Najróżniejsze nakrycia głowy, apaszki i okulary w zabawnych oprawkach w swoich szafach skrywa Elżbieta Kowalińska. Każda z tych rzeczy może się przydać, czy to na występ na rodzinnym jubileuszu, czy na spotkaniu w gronie koleżanek.

Elżbieta Kowalińska przez 25 lat pracowała w administracji Przedszkola Miejskiego nr 21 w Lesznie.

- Poza moimi obowiązkami chętnie angażowałam się w organizację imprez dla dzieci. Nauczycielki dobrze wiedziały, że w moich domowych szafach mam różne dodatki i stroje, więc zwracały się do mnie z prośbami o pomoc w szykowaniu strojów dla przedszkolaków. Teraz kiedy jestem na emeryturze, od czasu do czasu pomagam synowej, która jest nauczycielką w przedszkolu.

W kolekcji pani Elżbiety chyba najwięcej jest nakryć głowy - eleganckie kapelusze, toczki, najróżniejsze czapki, także w zabawnej stylizacji. Do tego apaszki, okulary w kolorowych oprawkach. Wszystko może się przydać.

- Na każdą okazję coś znajdzie. Gdyby była potrzebna korona, mam - i na dowód tego pani Elżbieta sięga do szafy i wyciąga...koronę.

- Na coś w sklepie zwrócę uwagę i od razu to kupię z myślą, że kiedyś może mi się przydać.

Dla męża pani Elżbieta też ma stroje i oczywiście nakrycia głowy, w tym cylinder.

- Dzisiaj można kupić co się chce, ale pamiętam czasy kiedy nie można było niczego dostać. Wtedy było szycie - wspomina pani Elżbieta. - Zaczęło się od szycia dla synów. Teraz kiedy w przedszkolu jest bal dla dzieci, rodzice mają łatwiej, wypożyczają strój, ale kiedyś mamy musiały szyc stroje na imprezy. Na maszynie albo ręcznie, ale jaka to była satysfakcja. Byłam dumna sama z siebie, że najpierw wymyśliłam strój, a potem sama go przygotowałam. Szyłam zresztą nie tylko dla synów, dla dzieci z przedszkola też. Pamiętam te muchomorki, Czerwone Kapturki, królowny.

W szyciu pani Elżbieta jest samoukiem.

- Nauczyłam się szyc z potrzeby, bo były czasy kiedy w sklepach trudno było cokolwiek kupić. Stroje dla dzieci



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Elżbieta Kowalińska w swojej kolekcji ma sporo nakryć głowy. Nam zaprezentowała ulubiony kapelusz.

szyło się z ubrań, których już się nie nosiło. Szyło się z pieluch tetrowych, wcześniej farbowanych. Jakoś trzeba było sobie radzić. Potrzeba chwili była doradcą. Jak synom chciałam zrobić strój kowboj-

ski, stary płaszcz się przydał i frędzle z firanki.

Bogata kolekcja strojów i dodatków przydaje się na spotkania pań z osiedla Przyjaźni. Odbywają się co wtorek w Klubie Kwadrat. Dzięki

życzliwości Leszczyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej panie mają do dyspozycji miejsce z dużym stołem, przy którym spotykają się, by razem wypić kawę i porozmawiać. Ale nie tylko. Od czasu do czasu odbywają się spotkania tematyczne i wtedy „skarby” pani Elżbiety bardzo się przydają.

Na spotkania rodzinne również.

- Mam bardzo liczną rodzinę, która spotyka się na różnych imprezach, a ja staram się zawsze umilić jej czas programem artystycznym. Chętnie włącza się w to mój starszy syn. Zawsze występujemy w duecie. Na nasze występy przydają się moje stroje i dodatki, jeszcze się staram, by się nie powtarzały. Bo przecież za każdym razem chcemy z synem czymś zaskoczyć.

Pani Elżbieta wychodzi z założenia, że jeden od siebie coś daje, żeby drugi mógł się pośmiać.

(jrs)

NIM TRAFIMY DO LEKARZA

Nie każde złe samopoczucie i nie każda opuchlizna czy rana wymagają natychmiastowej wizyty u lekarza.

Tak będzie jeśli się uderzymy. Miejsce urazu boli, więc sięgnijmy po maść chłodzącą czy opatrunek hydrożelowy, które warto trzymać w domowej apteczce.

- *Chłodny okład zmniejszy dolegliwości bólowe i obrzęk. Zwiększaniu opuchlizny zapobiegnie bandaż elastyczny* - tłumaczy Kajetan Mituła, ratownik medyczny. - *Jeśli po jakimś czasie ból się nie zmniejszy, wtedy można zastosować maść rozgrzewającą, zadziała przeciwbólowo.*

Jeśli ból nie będzie mijał, a wręcz przeciwnie zacznie się nasilać, nie obędzie się bez konsultacji z lekarzem.

Przy podrażnieniu, zaczerwienieniu i opuchliznie oka zastosujemy chłodny okład, ale uwaga, nie lodowaty.

- *Nie przykładajmy kostek lodu, bo możemy tylko sobie zaszkodzić. Bardzo zimny okład, po pierwsze będzie bolesny, po drugie może poparzyć skórę.*

Przy niewielkich ranach można zastosować opatrunek uciskowy.

- *Który wykonamy z kompresu gazowego położonego bezpośrednio na ranę. Powinien być dodatkowo dociśnięty rolką bandażu. Całość związujemy bandażem elastycznym, który ustabilizuje cały opatrunek.*

Co robić, gdy ktoś poczuje się słabo?

- *Przed wszystkim nie wpadać w panikę, bo to najgorszy doradca. Otwórzmy okna, by dopuścić dopływ świeżego powietrza i rozluźnijmy ubranie. Ułożmy osobę w pozycji leżącej z nogami uniesionymi w górę. Położmy je na siedzisku krzesła lub oprzyjmy o łóżko. Zazwyczaj przy omdleniu, po około 30 sekundach już widać poprawę. Jeśli stan by się przedłużał oczywiście należy skonsultować się z lekarzem.*

Jeśli pojawiają się wymioty czy rozwolnienie konieczne jest nawadnianie organizmu, szczególnie w przypadku dzieci i osób starszych.

- *Ale nie brońmy się przed wizytą u lekarza, jeśli taki stan utrzymuje się dzień czy dwa,*

tym bardziej jeśli zlemu samopoczuciu towarzyszą dolegliwości bólowe, wtedy już na pewno nie ma co czekać z konsultacją.

Przy wymiotach czy rozwolnieniu lepiej odpuścić dnia z codziennego jadłospisu.

- *Nie polecam potraw smażonych i przyprawionych. Powinny być gotowane, delikatne w smaku i lekkostrawne.*

Odparzenia potrafią dokuczyć.

- *W takim przypadku polecam specjalne płyny do dezynfekcji skóry, które są do kupienia w aptekach. Odparzenia warto przykryć gazą, by dalej nie podrażniać skóry. Podczas mycia nie trzymamy skóry, tak samo przy jej osuszaniu. Trzeba również obserwować co dzieje się ze skórą, bo odparzona jest narażona na infekcję, a wtedy będzie potrzebna pomoc lekarska.*



Fot. J. Rutecka-Siadek

◀ - Nie każdy ból czy złe samopoczucie wymagają natychmiastowej pomocy lekarskiej, ale jeśli objawy nie przechodzą wtedy warto się skonsultować z lekarzem - radzi ratownik medyczny Kajetan Mituła.

Jesienno-zimowe pory roku sprzyjają „łapaniu” przeziębień.

- *Nawet przy dobrym samopoczuciu, po wcześniejszej konsultacji z lekarzem, warto profilaktycznie zażywać witaminę C, która wzmacnia organizm. Jeśli czujemy, że łapie nas przeziębienie, a dolegliwości nie są bardzo dokuczliwe, polecam rozpocząć leczenie od ciepłej herbaty i wy-*

grzania się pod kocem. Kiedy to nie pomaga, warto zażyć lek, najlepiej do rozpuszczania w wodzie, który dość szybko zacznie działać i dodatkowo nas rozgrzeje. Warto postawić na jeden lek o sprawdzonym działaniu, niż leczyć się wieloma naraz. Zmniejszy to ryzyko wystąpienia skutków ubocznych zażywanych substancji - radzi ratownik medyczny Kajetan Mituła. (jrs)

Jak niszczymy witaminy

Jemy różnie. Raz zdrowo, innym razem mniej. Zdarza się, że żyjemy w mylnym przekonaniu, że serwujemy sobie i najbliższym wartościowy posiłek, a w rzeczywistości „zabijamy” witaminy i mikroelementy. W takim razie jakie najczęstsze grzechy popełniane w kuchni?

Dodawanie miodu do gorącej herbaty:

- wrzątek zabija drogocenne właściwości miodu. Wszystkie jego dobrodziejstwa, w tym enzym antybakteryjny, giną w temperaturze powyżej 40 stopni.

Picie herbaty z cytryną:

- tym popularnym połączeniem leczymy przeziębienia i infekcje. Czarna herbata zawiera w sobie glin, który normalnie nie jest przyswajany przez nasz organizm. Jednak gdy do naparu dodamy cytrynę powstaje cytrynian glinu, jak najbardziej przyswajalny i oskarżany o szkodliwe działanie dla mózgu oraz przyczynia się do powstawania choroby Alzheimera.

Pomidor i ogórek:

- te dwa popularne i lubiane przez nas warzywa zdecydowanie powinny być konsumowane oddzielnie. Wszystkiemu winna askorbinoza zawarta w ogórkach, enzym utleniający witaminę C. Wystarczy dodanie kilku plasterków ogórka do sałatki greckiej, by całą jej miskę pozbawić tej witaminy. Jedna łyżeczka soku

z ogórka jest w stanie zniszczyć całą witaminę C.

Pomidory i biały ser:

- kwasy zawarte w pomidorze (cytrynowy, jabłkowy, chlorogenowy i kumarynowy) wchodzi w reakcję z wapniem i tworzą nierozpuszczalne kryształki, które odkładają się w stawach i mogą wywoływać ból podczas ruchu.

Zbyt drobne siekanie warzyw:

- pozbawia je cennych właściwości, a poza tym uwalnia gorzki smak, np. sałaty.

Przechowywanie warzyw w torebkach foliowych:

- to błąd niemal kardynalny. Większość warzyw nawożona jest azotanami, które uwięzione w foliowych torebkach wytwarzają szkodliwe nitrozoaminy, o udokumentowanym działaniu rakotwórczym. Ważne by warzyw nie kupować na zapas i spożywać tak szybko, jak to możliwe, a w lodówce przechowywać je lekko skropione wodą, zawinięte w papier lub ściereczkę.

**Barbara Szarszewska,
Leszczyńska Rada Seniorów**

Smacznego :)



Fot. J. Rutecka-Siadek

Polecamy zrobienie samemu słodkiej przekąski.

Do jej wykonania potrzebujemy szklankę daktyli, pół szklanki wiórków kokosowych, sporą garść orzechów, które lubimy. Do tego zestawu dobrze pasują orzechy laskowe i migdały.

Daktyle na kilkanaście minut wkładamy do letniej wody, to samo robimy z orzechami i migdałami.

Po odcedzeniu, wszystkie składniki wkładamy do blendera i miksujemy (możemy dolać odrobinę wody, która zostanie po namoczeniu daktyli, by łatwiej doprowadzić do złączenia składników).

Kiedy powstanie masa, przekładamy ją do miski.

Potem formujemy małe kulki, które obtaczamy w wiórkach kokosowych albo rozdronionych migdałach. Można również mieszać kakao z odrobiną startej czekolady.

Gotowe kulki przechowujemy w lodówce, nawet przez kilka dni. (jrs)

Polecamy! Do przeczytania

Miejska Biblioteka Publiczna w Lesznie poleca książkę „Britt-Marie tu była” Fredrika Backmana.

Po rewelacyjnej książce „Mężczyzna imieniem Ove” oraz „Pozdrawiam i przepraszam”, Fredrik Backman zaskakuje kolejną wspaniałą fabułą.

„To zabawna i pełna ciepła opowieść o tym, jak kobieta czeka całe życie, żeby zacząć swoje własne”.

Britt-Marie ma 63 lata, nie nawidzi brudu i bałaganu, okien na których

koszuli pachnącej obcą kobietą nie wrzuca do kosza z brudami. Jednak Britt-Marie na pewno ucieszy się z mopa parowego i będzie łatwiej jej myć podłogę, bo przecież to lubi. Kent ma gest!

40 lat życia nie swoim życiem. Jej świat to Kent, soda oczyszczona i faxin. Niespo-

To pełna optymizmu i poczucia humoru opowieść o tym, że każde życie ma punkty zwrotne. I chyba właśnie te przypadkowe zbiegi okoliczności dają nam siłę, żeby coś zmieniać.

Życie Britt-Marie dopiero startuje, choć sama bohaterka jeszcze w pełni sobie tego nie uświadamia. W poszukiwaniu pracy trafia do Borg. Małego, objętego kryzysem ekonomicznym miasteczka, gdzie jedyne co pozostało, to lokalna amatorska drużyna piłkarska. Kent w domu oglądał tylko mecze, dlatego Britt-Marie nie nawidzi piłki nożnej. Po przyjeździe do Borg pierwszy jej kontakt z piłką, to ten gdy dostaje ją mocno w głowę. Przewrotność zdarzeń sprawia, że bohaterka ma podjąć pracę w ośrodku rekreacyjnym, w którym działa drużyna. Chcąc nie chcąc staje się trenerem beznadziejnie grającej młodzieżówki. Zmienia się sama Britt-Marie i zmienia się otoczenie.

To opowieść o sile wiary i nadziei w to, że bycie wśród ludzi daje spełnienie. O odnajdywaniu mocnych stron, które pchają do działania. Książka napisana pięknym językiem. Genialne słodko-gorzkie połączenie humoru z dramatem. Wszystko bardzo bliskie, ludzkie, znane, że aż wydaje się czasem irracjonalne i niemożliwe. A przecież może zdarzyć się każdemu z nas. Britt-Marie jest „upierdliwa”, oj jest. Ha! Ale w tym jej cały urok, perfekcyjnie oddany przez Fredrika Backmana. Książka do ostatnich stron zachwyca nie tylko fabułą i postaciami, ale przede wszystkim zderzeniem różnych światów, groteską niektórych sytuacji, poczuciem humoru, który wciąga do końca potęgą optymizmu. Zapraszamy do poczytania przy zimowej herbatce i świątecznych piernikach.

**Barbara Halusek,
Miejska Biblioteka
Publiczna w Lesznie**



widzieć ślady odcisniętych dłoni, okruchów na stole, nieumytej podłogi... Właściwie podłoga ma być umyta i wytarta, bo Kent tak chce. Kent, mąż Britt-Marie jest specjalistą od spraw rynku i handlu, bardzo ciężko pracuje nad stosunkami z Niemcami, często wyjeżdża. Po powrocie,

dziewanie wszystko kończy się w chwili, kiedy pewnego dnia słyszy w słuchawce telefonu kobiety głos. Wydaje się, że to pomyłka... przecież przez całe życie dzwonił do niej tylko Kent. Ha! Tak naprawdę życie Britt-Marie dopiero się zaczyna!

Senior ma Facebooka

Fundacja Centrum Aktywności Twórczej w Lesznie zorganizowała szkolenie z obsługi Facebooka. To portal społecznościowy, którego użytkownikami są również seniorzy.

Temat szkolenia nasunęło samo życie.

- To, że szkolenie jest potrzebne wynikało z rozmów z seniorami, podczas działań w ramach projektów społecznych i z naszych obserwacji - wyjaśnia Monika Pawlak z Fundacji Centrum Aktywności Twórczej, prowadząca szkolenia dla seniorów. - Wokół nas widać rozwój technologii. Niekiedy sama zastanawiam się w jaki sposób skorzystać z konkretnej aplikacji? Z tego powodu uznaliśmy, że warto organizować szkolenia, tym bardziej dla seniorów, którzy są bardzo zainteresowani nowoczesnymi technologiami.

to w jakim celu? Albo dostajemy od znajomego wiadomość zachęcającą do otwarcia jakiegoś filmu, albo która przekieruje nas na inną stronę internetową. W takiej sytuacji lepiej skontaktować się ze znajomym i zapytać go czy cokolwiek nam przesyłał - tłumaczy M. Pawlak.

Zdaniem pomysłodawców szkolenia, seniorzy chcą również wiedzieć w jaki sposób bezpiecznie robić zakupy w internecie.

- Jeśli się na to decydują powinni wybierać sprawdzone źródła, typu Allegro - dodaje prowadząca zajęcia.

Seniorów zapytaliśmy co sądzą o takich szkoleniach.



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ W trakcie szkolenia seniorzy uczyli się jak korzystać z Facebooka zachowując bezpieczeństwo w sieci.

Korzystanie z internetu, a za jego pośrednictwem z portali społecznościowych, to krok w kierunku zapobiegania cyfrowemu wykluczeniu seniorów. Za pośrednictwem Facebooka seniorzy mogą nawiązać kontakt ze znajomymi, to także sposób na radzenie sobie z samotnością.

- Ważne jednak, by zachować zasady bezpieczeństwa, czego również dotyczy nasze szkolenie. Jeśli ktoś przesyła nam „łańcuszek” z prośbą o kliknięcie w link, może się za tym kryć groźny wirus, który pobierze wrażliwe dane z naszego komputera. Jeśli znajomy niespodziewanie prosi nas o podanie cyfr z karty kredytowej, to musi się nam zapalić lampka, że coś jest nie tak. Bo czy ktokolwiek prosiłby o coś takiego, jeśli tak

- Korzystamy z internetu, ale z Facebooka nie za bardzo, a chcemy się tego nauczyć, by komunikować się z innymi - mówi pani Elżbieta.

- Profil na Facebooku założyła mi córka, a potem sama próbowałam nauczyć się korzystania z portalu, ale stale napotykałam na różne trudności. Nie umiem sobie sama poradzić kiedy na przykład poszukuję konkretnej informacji albo nie wiem jak wstawić ogłoszenie. Liczę, że dzisiaj się tego nauczę - dodała pani Ewa.

W szkoleniu udział wzięła Hanka Hendrysiak, prezes Stowarzyszenia Echo.

- Stowarzyszenie prowadzi profil na Facebooku, ale chciałabym żeby lepiej funkcjonował. Przyszłam się tego nauczyć. (jrs)

Dietetyk radzi

Święta Bożego Narodzenia, zaraz potem Sylwester i karnawał, to czas większych kulinarnych „doznań”, ale nie zawsze dobry dla naszych żołądków.

Na ten temat rozmawiamy z dietetyk Martyną Marciniak.

- Czym grozi obżarstwo?

- Ma wiele konsekwencji. Wystarczy wymienić niestrawności i wahania poziomu glikemi. Nadmierne obciążanie żołądka jedzeniem grozi zapaleniem otrzewnej lub ostrym zapaleniem trzustki. Mogą wystąpić

bóle brzucha, zgaga, mdłości, wymioty i biegunka. Dla zdrowia i dobrego samopoczucia radzę w jedzeniu zachować umiar. Im mniej tłustych i ciężkostrawnych produktów, tym lepiej. Do tego samego zachęcam jeśli chodzi o ciasta.

- Co pomoże w lepszym trawieniu?

- Polecam napary z mięty, pokrzywy, kopru włoskiego, rumianku czy mniszka lekarskiego.

- Trzeba trzymać się zasady, że umiar jest najlepszy?

- Należy jeść racjonalnie, trzymać się regularnych posiłków, które nie będą dopuszczały do napadów głodu. Objadaniem się wyrządza-

my krzywdę swojemu organizmowi. Dlatego lepiej zjeść posiłek, poczekać trzy godziny i znów coś zjeść. Jeśli mimo wszystko zdarzy się nam przejeść, wtedy najlepiej iść na spacer i nie popełnić drugiego dnia tego samego błędu.

- Co z alkoholem?

- Jest bardzo kaloryczny. Na

przykład kieliszek czerwonego wina ma 102 kalorie, a białego wina 99, kieliszek wódki to 55 kalorii, koniaku - 160, ajerkoniaku - 140. Oczywiście nie popadajmy w skrajności, ale tak jak z jedzeniem, lepiej zachować umiar. Nasz organizm nam za to podziękuje. (jrs)



Plusy i minusy rozdzielności majątkowej

Z chwilą zawarcia małżeństwa powstaje między małżonkami, z mocy ustawy, wspólność majątkowa (wspólność ustawowa) obejmująca przedmioty majątkowe nabyte w czasie jej trwania przez oboje małżonków lub przez jednego z nich (majątek wspólny). Przedmioty majątkowe nieobjęte wspólnością ustawową należą do majątku osobistego każdego z małżonków.

WSPÓLNOŚĆ MAJĄTKOWA - PODSTAWOWE INFORMACJE

Do majątku wspólnego należą w szczególności:

- 1) pobrane wynagrodzenie za pracę i dochody z innej działalności zarobkowej każdego z małżonków,
- 2) dochody z majątku wspólnego, jak również z majątku osobistego każdego z małżonków,
- 3) środki zgromadzone na rachunku otwartego lub pracowniczego funduszu emerytalnego każdego z małżonków,
- 4) kwoty składek zewidencjonowanych na subkoncie, o którym mowa w art. 40a ustawy z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych.

Do majątku osobistego każdego z małżonków należą:

- 1) przedmioty majątkowe nabyte przed powstaniem wspólności ustawowej,
- 2) przedmioty majątkowe nabyte przez dziedziczenie, zapis lub darowiznę, chyba że spadkodawca lub darczyńca inaczej postanowił,
- 3) prawa majątkowe wynikające ze wspólności łącznej podlegającej odrębnym przepisom,
- 4) przedmioty majątkowe służące wyłącznie do zaspokajania osobistych potrzeb jednego z małżonków,
- 5) prawa niezbywalne, które mogą przysługiwać tylko jednej osobie,
- 6) przedmioty uzyskane z tytułu odszkodowania za uszkodzenie ciała lub wywołanie rozstroju zdrowia albo z tytułu zadośćuczynienia za doznaną krzywdę; nie dotyczy to jednak renty należnej poszkodowanemu małżonkowi z powodu całkowitej lub częściowej utraty zdolności do pracy zarobkowej albo z powodu zwiększenia się jego potrzeb lub zmniejszenia widoków powodzenia na przyszłość,
- 7) wierzytelności z tytułu wynagrodzenia za pracę lub z tytułu innej działalności zarobkowej jednego z małżonków,

8) przedmioty majątkowe uzyskane z tytułu nagrody za osobiste osiągnięcia jednego z małżonków,

9) prawa autorskie i prawa pokrewne, prawa własności przemysłowej oraz inne prawa twórcy,

10) przedmioty majątkowe nabyte w zamian za składniki majątku osobistego, chyba że przepis szczególny stanowi inaczej.

ku umowy ustroj rozdzielności majątkowej musimy ustanowić w umowie zawartej w formie aktu notarialnego. W takim wypadku należy zgłosić się do notariusza. Musimy jednak pamiętać, że umowa stanowi zgodne oświadczenie woli stron. Co oznacza, że oboje małżonków musi się zgadzać się na ustanowienie ustroju rozdzielności majątkowej.

ści majątkowej „z ważnych powodów”. Pojęcie to jest rozumiane w praktyce sądów. Wskazuje się na różne okoliczności:

- ważnym powodem uzasadniającym zniesienie sądowe małżeńskiej wspólności majątkowej jest w szczególności trwała separacja małżonków, uniemożliwiająca im współdziałanie w zarządzie majątkiem wspólnym,

SKUTKI USTANOWIENIA ROZDZIELNOŚCI

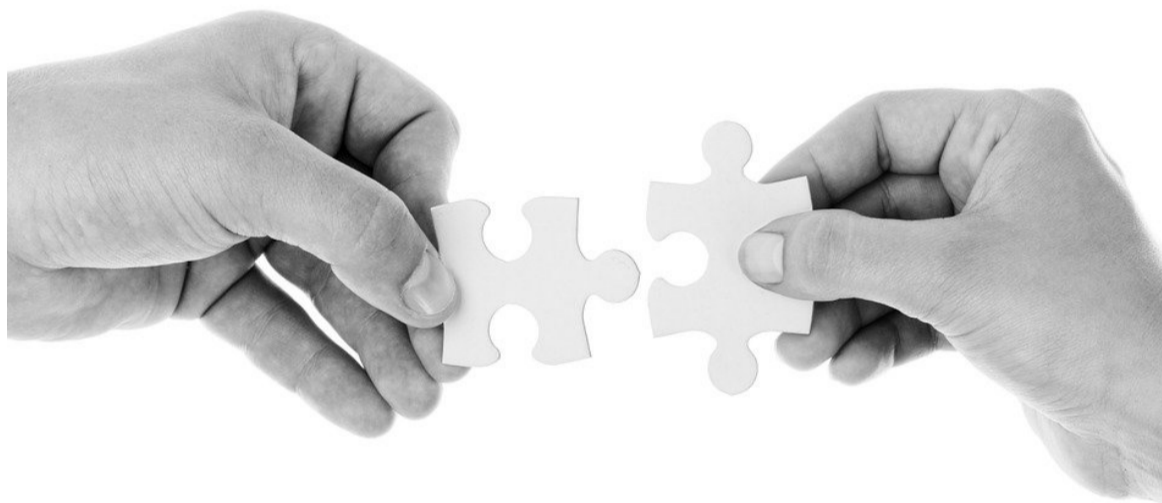
Zasadniczym skutkiem wprowadzenia ustroju rozdzielności majątkowej jest zlikwidowanie wspólności majątkowej oraz majątku wspólnego małżonków. Każdy z małżonków będzie posiadać 50 proc. udziału w przedmiotach, które były we wspólnym majątku małżonków. Poza tym, każdy z małżonków od chwili ustanowienia rozdzielności, samodzielnie zarządza swoim majątkiem i wszystko co od tego czasu nabędzie, także jego wynagrodzenie czy dochody z działalności gospodarczej, będzie zasilać jego majątek. Oprócz tego żaden z małżonków nie będzie odpowiadać za długi drugiego małżonka. Oczywiście należy pamiętać, że odpowiedzialność za długi małżonka nie działa wstecz. Powoduje to, że małżonek nie będzie odpowiadał za długi drugiego małżonka powstałe po ustanowieniu rozdzielności majątkowej. Ponadto warunkiem braku odpowiedzialności za te zobowiązania jest to, żeby wierzyciel jednego z małżonków wiedział o tym, że pozostaje on w ustroju rozdzielności majątkowej.

PLUSY I MINUSY

Niewątpliwą zaletą ustroju rozdzielności majątkowej jest fakt, że małżonkowie nie odpowiadają za długi drugiego zaciągnięte przez drugiego z nich.

Wadą rozdzielności majątkowej pomiędzy małżonkami jest to, że w zasadzie - w sensie majątkowym - stanowią one całkowicie oddzielne podmioty, które pracują i bogacą się każde na własny rachunek. W przypadku rozwodu, strona która więcej energii poświęcała utrzymaniu domu i wychowaniu dzieci, a mniej pracy zarobkowej i robieniu kariery, będzie z reguły pokrzywdzona, ponieważ po rozwodzie będzie mogła liczyć na otrzymanie tylko tego, co samodzielnie udało jej się zarobić.

Bartosz Rzeźniczak,
radca prawny w Urzędzie
Miasta Leszna



Fot. pixabay.com

Wyjaśnić przy tym należy, że współwłasność wynikająca ze stosunku małżeństwa jest współwłasnością łączną uprawniającą do współposiadania rzeczy wchodzących w skład majątku wspólnego, a w czasie jej trwania żaden z małżonków nie może żądać podziału majątku wspólnego. Współwłasność ta rodzi prawo do korzystania z rzeczy na równych zasadach przez każdego z małżonków, w tym pobierania pożytków i innych przychodów oraz ponoszenia wydatków i ciężarów związanych z rzeczą wspólną.

Należy mieć również na uwadze, że każdy z małżonków, niezależnie w jakim stopniu przyczynia się do powstawania majątku wspólnego, ma w nim taki sam udział.

Drugim sposobem jest ustanowienie rozdzielności majątkowej w drodze postępowania sądowego. Zwykle ten sposób jest wykorzystywany, gdy drugi ze współmałżonków postępuje niewłaściwie. Swoim postępowaniem nie powoduje przysporzenia w majątku wspólnym lub nie zajmuje się właściwie gospodarstwem domowym, np. trwoni pieniądze na hazard. Na podstawie art. 52 Kodeksu Rodzinnego i Opiekuńczego każdy z małżonków w takiej sytuacji może żądać ustanowienia przez sąd ustroju rozdzielności majątkowej. W przypadku, gdy sąd pozytywnie rozpatrzy pozew to zostanie ustanowiony ustroj rozdzielności majątkowej zgodnie z chwilą wskazaną w wyroku sądowym.

USTANOWIENIE ROZDZIELNOŚCI MAJĄTKOWEJ MIĘDZY MAŁŻONKAMI

Mamy do wyboru dwa sposoby na ustanowienie rozdzielności majątkowej: umowny oraz sądowy. W przypad-

„WAŻNE POWODY” UZASADNIAJĄCE ZNIESIENIE WSPÓLNOŚCI MAJĄTKOWEJ MAŁŻEŃSKIEJ

Zgodnie z Kodeksem rodzinnym i opiekuńczym, każdy z małżonków może żądać ustanowienia przez sąd rozdzielności

- ważnymi powodami, które mogą doprowadzić do zniesienia wspólności majątkowej małżonków, mogą być takie przejawy postępowania jednego z nich, które dowodzą jego rażącej nieodpowiedzialności i narażają na szwank dobro rodziny, np. trwonienie majątku, lekkomyślne zaciąganie znaczących długów,

- w wyjątkowych przypadkach możliwe jest uznanie za „ważny powód” uzasadniający zniesienie wspólności majątkowej małżeńskiej potrzeby ochrony małżonka przed egzekucją z majątku wspólnego.

W ocenie sądów niepowodzenia w prowadzonej działalności gospodarczej zasadniczo nie stanowią ważnych powodów uzasadniających zniesienie wspólności majątkowej małżeńskiej. Nie stanowi podstawy zniesienia wspólności zamiar uchronienia współmałżonka przed odpowiedzialnością za długi związane z prowadzoną przez drugiego działalnością gospodarczą lub zawodową, bowiem zniesienie wspólności małżeńskiej nie powinno prowadzić do pokrzywdzenia wierzycieli.

EDWARD BALDYS



Na kilka tygodni przed śmiercią Edzia, rozmawialiśmy o grudniowym wydaniu „Otwartych Drzwi”. Bo pisał do kwartalnika od pierwszego numeru. Obiecał, że zrobi wspominkowy fotoreportaż o zimach w Lesznie. Kto inny zrobiłby to lepiej. Rozmawialiśmy też o następnych tekstach, które miał napisać. I o zdjęciu na okładkę. Edziu obiecał, że je zrobi.

Edzia Baldysa znałam długo. Gdy została dziennikarzem spotykaliśmy się na materiałach, często przelotem. Ale Edziu zawsze miał czas żeby pogadać albo opowiedzieć żart.

Był „znakiem firmowym” Gazety „ABC”. Kiedy mówiłam w jakiej redakcji pracuję, pierwsze pytanie było o Edzia. Jakby nikt inni w tej gazecie nie pracował.

Mimo że na emeryturze, ciągle pracował. Prowadził wiele imprez rodzinnych i festynów, tempa nie zwalniał. Do redakcji wpadał pędem i zawsze na chwilę. Kiedy zbliżał się termin wydania „Otwartych drzwi” proponował o czym napisać. Szczególnie czekałam na teksty wspominkowe z jego młodych lat.

Edziu potrafił sobie zjednywać ludzi. Uśmiechnięty, życzliwy, taki „brat lata”.

Przypominam sobie nasz ostatni wyjazd na materiał do Smyczyny na jubileusz firmy, który odbywał się w stylu country. Edziu nagle zniknął mi z pola widzenia i niespodziewanie wkroczył w butach kowbojskich, kapeluszu i kurtce z frędzlami. Zrobiłam mu zdjęcie. Po raz ostatni. Teraz fotografia jest nad moim biurkiem w redakcji.

Myślę, że Edziu gdziekolwiek teraz jest, na pewno zgadał się z moimi rodzicami, dziennikarzami Elżbietą Szepecht-Rutecką i Andrzejem Ruteckim. W trójkę patrzą z góry i czuwają nad nami wszystkimi.

Edward Baldys zmarł 25 września, kilka dni po swoich 69. urodzinach. Żegnały go tummy - bliscy, przyjaciele, znajomi, ludzie, którym może zrobił zdjęcia, o których może napisał, którzy po prostu chcieli mu towarzyszyć w ostatniej podróży.

Justyna Rutecka-Siadek

WŁODZIMIERZ SIECIŃSKI

W październiku na cmentarzu przy ulicy Osieckiej w Lesznie najbliżsi, przyjaciele i znajomi pożegnali Włodzimierza Siecińskiego.

Do Leszna sprowadził się w 1975 roku, by rozpocząć pracę w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji, którego został wicedyrektorem.

- *Wtedy podlegały mu między innymi duże ośrodki wypoczynkowe w Boszkowie i Osiecznej, a także stadion, który przebudowano w 1977 roku. Pamiętam, że mąż był jednym z tych, którzy czuwali nad inwestycją. Przed słynnymi dożynkami wojewódzkimi, w pracy spędził trzy dni i trzy noce - tamten czas tak zapisał się w pamięci żony Haliny Siecińskiej.*

Kolejną pracę W. Sieciński podjął w Państwowej Inspekcji Handlowej w Lesznie, w któ-

rej był inspektorem. Potem przeszedł do Najwyższej Izby Kontroli z siedzibą w Zielonej Górze.

- *Ale Włodek pracował w Lesznie, do czasu istnienia województwa leszczyńskiego zajmował się kontrolami na tym terenie - wspomina Halina Siecińska. - Co roku kontrolował Urząd Wojewódzki i ościennne samorządy, sprawdzając wydawanie publicznych pieniędzy.*

Włodzimierz Sieciński w wieku 60 lat przeszedł na emeryturę.

- *Mieliśmy ogródek działkowy, na którym chętnie spędzaliśmy czas. Nasze wnuki były wtedy jeszcze małe, więc pomagaliśmy dzieciom w opiece nad nimi.*

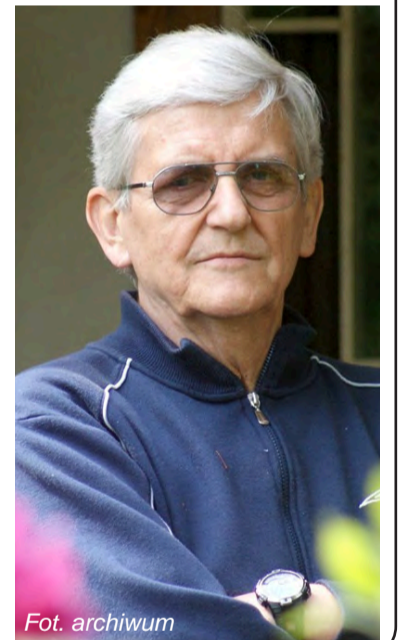
H. Siecińska pracowała zawodowo, dlatego mąż wiele domowych obowiązków przyjął na siebie.

- *Bardzo mi pomagał. Odciażał mnie jak mógł i chętnie to robił.*

Pan Włodzimierz należał do ludzi spokojnych.

- *Myślę, że w pamięci wielu osób dobrze się zapisał. Często, jeszcze wiele lat po przejściu męża na emeryturę, spotykaliśmy tych, którzy pamiętali go z czasów przeprowadzanych kontroli. Za każdym razem były to mile spotkania. Wspominali męża z życzliwością.*

Włodzimierz Sieciński zmarł 11 października. (jrs)



Fot. archiwum

HIERONIM DOMAGAŁA

Harcercz, gawędziarz, wędrowca, lekarz, wychowawca, przyjaciel młodzieży. Wspaniały człowiek o wielu pasjach.

Hieronim Domagała urodził się 21 września 1949 roku. Poznałam go ucząc się w I Liceum Ogólnokształcącym w Lesznie.

Po ukończeniu Akademii Medycznej we Wrocławiu został lekarzem anestezjologiem. Podjął pracę w leszczyńskim szpitalu, później w Szpitalu Wojskowym we Wrocławiu. Kierował Przychodnią Rehabilitacji Inwalidów „Start”. Oddany lekarz leszczyńskich żuźłowców oraz szef Poradni Lekarskiej MEDICUS.

W roku 1990 został leszczyńskim radnym. Był zdyscyplinowany, odpowiedzialnie podchodził do każdego zadania. Niesamowicie pracowity, niestrudzony naukowiec. Jego wielką pasją było harcerstwo. Przeszedł

wszelkie szczeble harcerskiej drabiny - od zwykłego skauta, aż do instruktorskich insygniów. Hirek kochał góry, szczególnie Bieszczady. Gdy w 1982 roku powołano 15. Leszczyńską Drużynę Harcerską „Sanitarną”, drużynowym mianowano dh H. Domagałę.

W tym okresie ożywiła się nasza przyjaźń, ponieważ moi synowie wspólnie z dh Hirkiem przemierzali górskie szlaki. Duży wkład w organizację wycieczek dla dzieci i młodzieży miała Krystyna Domagała, która z mężem zabezpieczała obozy pod względem medycznym.

Dla niego nic nie było problemem. Otwarty na świat i otaczających go ludzi. Człowiek wielkie-

go formatu, kompletnie nieskupiony na sobie, nakierowany na drugiego człowieka. Mimo ogromu pracy zawodowej, miał czas dla młodych. Rozmowa z nim była wychnieniem w zabieganym życiu. Potrafił zarazić spokojem, jednocześnie pobudzał do działania. Należał do ludzi troskliwych i opiekuńczych. Umiał i lubił śpiewać harcerskie piosenki. Za swoją działalność był wielokrotnie odznaczany.

W naszej pamięci pozostanie jako człowiek ambitny, pracowity, skromny i pełen życzliwości.

Hieronim Domagała zmarł 30 maja 2017 roku.

Danuta Soltysik



Fot. archiwum

2.10.2019

Wiesław Pieśniak (ur. 1949)

4.10.2019

Marzena Kmieć (ur. 1968)

5.10.2019

Marianna Pietrzak (ur. 1934)

Janusz Kawecki (ur. 1948)

Włodzimierz Godlewski (ur. 1953)

11.10.2019

Włodzimierz Sיעiński (ur. 1943)

Maria Berthold (ur. 1955)

12.10.2019

Józef Szmyt (ur. 1940)

Jarosław Schwarz (ur. 1950)

14.10.2019

Aleksander Stanek (ur. 1937)

Bogdan Gruszczyk (ur. 1944)

15.10.2019

Teresa Napieralska (ur. 1938)

Kazimierz Domagała (ur. 1940)

16.10.2019

Marta Okręt (ur. 1928)

17.10.2019

Lidia Pluta (ur. 1936)

Irena Janek (ur. 1947)

Ryszard Dworacki (ur. 1950)

19.10.2019

Danuta Makowska (ur. 1928)

20.10.2019

Anna Rzepka (ur. 1934)

24.10.2019

Teresa Kłaskała (ur. 1935)

25.10.2019

Zbigniew Kudelka (ur. 1931)

26.10.2019

Ludwika Król (ur. 1936)

27.10.2019

Janina Jaskuła (ur. 1932)

Wanda Świtalska (ur. 1952)

Ryszard Michalski (ur. 1956)

28.10.2019

Szczepan Machowiak (ur. 1937)

30.10.2019

Andrzej Sobczak (ur. 1949)

31.10.2019

Teresa Foralewska (ur. 1932)

Stanisława Tyczewska (ur. 1934)

2.11.2019

Helena Michalak (ur. 1929)

Grzegorz Kasztelan (ur. 1950)

3.11.2019

Maciej Wojciechowski (ur. 1947)

4.11.2019

Henryk Ławniczak (ur. 1922)

5.11.2019

Franciszka Gawrych (ur. 1922)

6.11.2019

Józef Adamski (ur. 1944)

8.11.2019

Józefa Przybylak (ur. 1930)

10.11.2019

Czesław Knopisz (ur. 1943)

Wioletta Dziemdziała (ur. 1955)

11.11.2019

Konstancja Miara (ur. 1929)

12.11.2019

Irena Zawada (ur. 1929)

13.11.2019

Cecylia Kędziora (ur. 1931)

Stanisława Płociniczak (ur. 1950)

16.11.2019

Ryszard Żarczyński (ur. 1952)

17.11.2019

Maria Kłos (ur. 1938)

19.11.2019

Stanisław Saleta (ur. 1953)

20.11.2019

Aurelia Banach (ur. 1934)

21.11.2019

Ewa Błachowiak (ur. 1944)

Jerzy Maćkowiak (ur. 1939)

Zamek w dolinie Prądnika	Powierzchnia ściany budynku	Zawodniczka, używa gogli	Najdłuższy lewy dopływ Obu	Belg. piosenkarka („Liber-tine“)	Miasto w Egipcie (Kanał ...)	Piaszczysty pagórek nadmorski	Miazga z kartofli	Część bielizny damskiej	Dramat wojenny R. Glińskiego	Ciupa, mamer, pudło	Budują żeremia	„Stano-wa” tkanina	Nieobsa-dzony stółek	Kocha swoje dziecko	
28				3					24						
Damski kostium plażowy	Rządy Iwana Groźnego				Imię Camp-bell, modelki	Dwie pepsi razem	Judasz wśród 12 aposto-łów			Najdłuż-sza rzeka Hiszpanii	Placzek, mazepa		Organ z komorami		
2		17					36					46	21		
W rodzinie Forda	Arabska, np. 5									Peter, aktor lub Feliks, reżyser	Szczyt w Tatrach Zach. (2248 m)				
Biurowo podróży (dawne)	Zdrowy jak ...	Zespół Nalepy		5		Ciepły, welniany pled	Dzielnica Gdańska lub tŁuszcz	Film z H. Gołębiew-skim (2002 r.)	Br dla chemika	Bóg wiatru zach. (mit. gr.)		Gatunek gruszy	Członek narodu żydow-skiego	Zamykał się za Gustli-kiem	
Słowo (np. obcy)						... Ono, żona J. Lennona									
Darth ... („Gwiezd-ne wojny“)				18		Preparat ziołowy z apteki			Stan upadku, zniszczenia		... pola, np. jęcz-mieniem				
						16									
Miał swój dzień u Forsytha						Pełen legend (geograficzny)	Frag-menty babiego lata		Góry w Europie, z Igłą Południa	Potęgi (mat.) lub czaszki (anat.)		Drzewo z rodziny brzozo-watych	... kulszowa (ból)	Ten, kto wchodzi na szczyt	
Pora na śniadanie	Pracował z toporem w ręku					Pikantna przypra-wa do potraw	Stan sąsiadu-jący z Idaho	Demon-iczna Marlena Dietrich		1000 gramów	Ciastko lub zamek	Donatan & Cleo	Facet z ciemną fryzurą	Paryski opryszek	Np. Ziemia Lub Jowisz
4						Marka lodów									
... FC, klub, w którym grał Pele	Lampa w postaci szklanej rury	OB (badanie)		23		Alina, aktorka („Skarb“)	Skokowy dolny lub wodny								
Rab-czewska (... Elek-troda)	Zbiór infor-macji w bazie	Denis, twórca Kubusia Fatalisty													
Gospo-dyń				9											
... Przybora, satyryk	Używana do transpor-tu cieczy	Tkanina dekor-acyjna na ścianie													
22															
Kij do bilardu	„Plane-tarny” pierwia-stek														
Złote drobinki na włosach															
8															
Budowla na przystan-ku	Piechota morska USA	Fale od epicen-trum		7											
Małe dziecko, niemow-łę	List elektro-niczny														
Powtórny egzamin	Kleks w zeszy-cie	Lipnicka, piosen-karka		15											
10															
Naleśnik z kuchni rosyjskiej															
Hit Kultu („Tak bar-dzo, bar-dzo...“)	Teatr operowy w Nowym Jorku														
„M” we wzorze E=mc ²															
13															

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 50 utworzą rozwiązanie - przysłowie.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50

Wśród osób, które do końca stycznia 2020 r. prześlą na adres redakcji „ABC” (ul. Słowiańska 63, 64-100 Leszno) prawidłowe rozwiązanie, rozlosujemy 3 nagrody ufundowane przez Urząd Miasta Leszno. Prosimy o podanie numeru telefonu.

OTWARTE DRZWI – kwartalnik skierowany do starszych mieszkańców Leszna. Wydawany na zlecenie Urzędu Miasta w Lesznie przez Leszczyńską Oficynę Wydawniczą – wydawcę tygodnika „ABC” (Leszno, ul. Słowiańska 63). Redaktor naczelny: Justyna Rutecka-Siadek (tel: 693-329-989 i 65 529-25-40). Nakład 2000 egzemplarzy.