

Otwarte Drzwi



nr 2(14)/2021

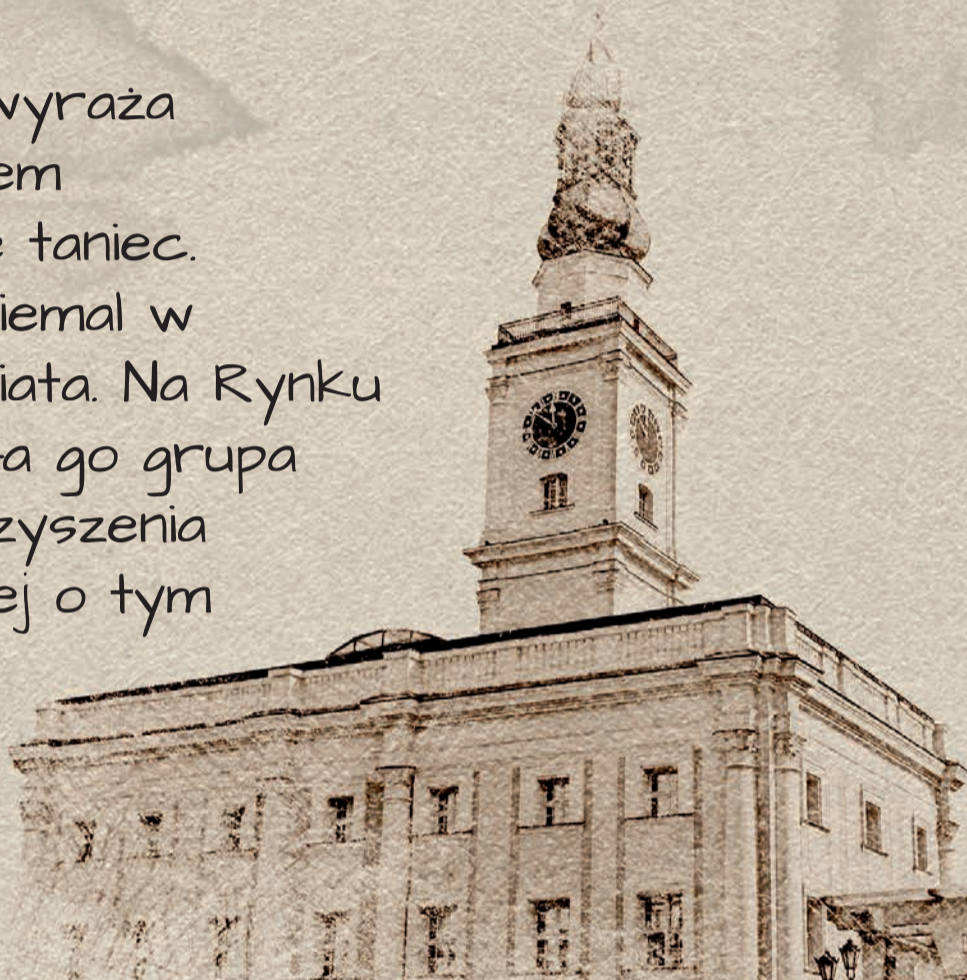
Kwartalnik leszczyńskich seniorów.



Wydawnictwo finansowane przez Urząd Miasta Leszna



Utwór Jerusalema wyraża potrzebę bycia razem i radości, którą daje taniec. Jest wykonywany niemal w każdym zakątku świata. Na Rynku w Lesznie zatańczyła go grupa Wygrani ze Stowarzyszenia Wygraj Siebie. Więcej o tym wydarzeniu piszemy na stronie 3.



Fot. L. Matuszewska

Zaproszenie na gimnastykę - str. 2

Receptą są właściwa dieta i ruch - str. 12

Spis powszechny: co warto wiedzieć - str. 14

Przeżyła obóz, była żoną kapitana

W maju na narożniku ulic Kiepur i Zamenhofa w Lesznie uroczystie otwarto Skwer im. Jadwigi Wicierzyńskiej, dawnej przewodniczącej Stowarzyszenia Rodzina Wojskowa, żony kapitana Władysława Wicierzyńskiego.

Jadwiga Wicierzyńska, z domu Mackiewicz, urodziła się 5 maja 1901 roku w Suwałkach. Do Leszna sprowadziła się w roku 1935, kiedy jej mąż został dowódcą 55. Poznańskiego Pułku Piechoty. Krótco potem pani Jadwiga została przewodniczącą miejscowego koła Stowarzyszenia Rodzina Wojskowa. Była nią do roku 1939, do wybuchu drugiej wojny światowej.

Wojna na 6 lat rozdzieliła rodzinę Wicierzyńskich. Pani Jadwiga została aresztowana przez Niemców i trafiła do obozu koncentracyjnego w Ravensbrück.

W maju 1945 roku, dzięki Międzynarodowemu Czerwonemu Krzyżowi, wyjechała na leczenie do Szwajcarii, a do Leszna wróciła dopiero w listopadzie. Mąż Władysław już tu był, po pobycie w obozie jenieckim.

Jadwiga Wicierzyńska angażowała się w życie Leszna, w działalność organizacji społecznych.

Zmarła 21 grudnia 1992 roku, w wieku 91 lat. Oboje z mężem, który odszedł w roku 1983, spoczywają na cmentarzu przy ul. Kąkolewskiej.

Skwer im. Jadwigi Wicierzyńskiej wzbogaci się o nowe nasadzenia zieleni i ławki.

Im



Fot. L. Matuszewska

▲ Na skwerze posadzono dąb, a przy nim zakopano skrzynię z kapsułą zawierającą pamiątki z działalności Stowarzyszenia Rodzina Wojskowa. To ta organizacja wystąpiła do Rady Miejskiej Leszna o uhonorowanie Jadwigi Wicierzyńskiej. Na zdjęciu drzewko wkopują (od lewej): Dariusz Lorych, prezes Miejskiego Zakładu Zieleni, wiceprezydent Leszna Adam Mytych i Barbara Mroczkowska, przewodnicząca SRW.

Mały jubileusz

Stowarzyszenie Katolickie Seniorów im. Jana Pawła II w Lesznie w tym roku obchodziło piątą rocznicę powstania. Jubileusz uświetnił przepiękny koncert w Bazylice Mniejszej, a członkowie organizacji spotkali się na pikniku.



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Prezes Aleksy Szymanowski w imieniu członków stowarzyszenia przyjął gratulacje od wiceprezydenta Piotra Józwiaka (pierwszy z prawej) oraz radnego Krystiana Maćkowiaka.

Inicjatywa powołania stowarzyszenia wyszła od mieszkańców osiedli Zamenhofa i Przylesie. Natomiast Aleksy Szymanowski przyjął na siebie obowiązki prezesa. W 2019 roku na łamach „Otwartych Drzwi” mówił, że członków organizacji łączy wiara i postać patrona papieża Jana Pawła II.

Jubileusz organizacji był obchodzony 23 maja. W Bazylice Mniejszej odprawiono mszę w intencji stowarzyszenia i jego członków. Po nabożeństwie w kościele zabrzmia-

ły utwory na Fletni Pana w przepięknym wykonaniu Artura Thomasa. Swoje wiersze poświęcone papieżowi Polakowi czytała poetka Krystyna Gryś.

Obchody jubileuszu świętowano jeszcze dzień później, podczas pikniku na Polanie Trzech Dębów na terenie Nadleśnictwa Karczna Borowa. Był tort i gratulacje.

Gośćmi specjalnymi spotkania byli uczniowie Szkoły Podstawowej nr 10, autorzy prac plastycznych o Janie Pawle II, wyróżnieni przez stowarzyszenie. (jrs)

Ćwiczmy co czwartek

W Parku Jonstona w Lesznie spotykają się seniorzy Fundacji Jesienny Uśmiech i ćwiczą. Do gimnastykowania się razem z nimi zachęcają swoich rówieśników.

Im jesteśmy starsi, tym ruchu mamy mniej i na pewnym etapie życia przechodzimy w tryb telewizyjno-kanapowy. Fundacja Jesienny Uśmiech zachęca, by powiedzieć sobie STOP i nieco się poruszać.

- Gimnastyka senioralna ma aktywizować mięśnie, które na co dzień nie są używane. Są to głównie mięśnie tułowi i okolicy bioder. Przy siedzącym trybie życia przestają być wydajne. To z kolei prowadzi do kontuzji - tłumaczy Paweł Palka, prowadzący za-

jęcia w Parku Jonstona. - Chodzi więc o rozruszanie mięśni i stawów. Ćwiczenia mają także poprawić wydolność.

Można to osiągnąć poprzez ćwiczenia oddechowe.

- W gimnastyce nie chodzi tylko o ciało. Z wiekiem usypia sprawność umysłowa, a nam zależy żeby ją aktywizować, dlatego podczas zajęć ćwiczenia fizyczne łączymy z tymi na pamięć i koordynację. Dotlenione ciało, to dotleniony i spokojny mózg. Jeśli wejdziemy w tryb spokojnej-

go oddechu, nawet w sytuacjach stresowych będzie można sobie poradzić.

Gimnastyka pomaga głowie.

- Z ciała, które choruje mogą wynikać problemy psychiczne i na odwrót. Ruch to najprostsze lekarstwo.

Inicjatywa organizowania gimnastyki dla seniorów w parkowej scenerii wyszła z Fundacji Jesienny Uśmiech.

- Wcześniej zajęcia organizowaliśmy w naszym Centrum Seniora, ale w pandemii musieliśmy z nich



▲ Pierwsze zajęcia odbyły się 10 czerwca. Fot. J. Rutecka-Siadek

zrezygnować. Znaleźliśmy rozwiązanie na to, by rozruszać naszych seniorów, ale na zajęcia zapraszamy także inne osoby - mówi Renata Muszyńska, animator w Fundacji Jesienny Uśmiech.

Zajęcia zaplanowano do października. Spotkania odbywają się co czwartek o godz. 16. Uczestnicy zbierają się przy fontannie. Gdyby zawiodła pogoda

informacje o zajęciach można znaleźć na Facebooku, na profilu Fundacji Jesienny Uśmiech. Można również skontaktować z organizatorami pod numerami telefonów: 530 211 615 lub 607 757 979.

Projekt jest realizowany w ramach Konkursu Mikrodotacji Inicjatywa dla Leszna.

(jrs)

Wygrani tańczą taniec znany na całym świecie

Grupa taneczna Wygrani ze Stowarzyszenia Wygraj Siebie zaprasza mieszkańców Leszna do nauki i wspólnego wykonywania tańca Jerusalema. To układ znany na całym świecie. W wakacje pewnie będzie tańczony na festynach, plażach, w parkach.

Jerusalema to utwór z roku 2019. Jego autorem jest artysta z Afryki Południowej. Pieśń opowiada o tęsknocie za domem w Jerozolimie. Układ taneczny do tej melodii zyskał popularność w roku 2020, gdy wybuchła pandemia koronawirusa. Stał się wyrazem potrzeby bycia razem i radości, którą daje taniec. Jest tańczony niemal w każdym zakątku globu, a wiele osób podejmuje wyzwanie jego wykonania, po czym nominuje do tego zadania swoich znajomych.

Seniorzy ze Stowarzyszenia Wygraj Siebie po raz pierwszy wykonali Jerusalema 29 maja na Rynku w Lesznie. I zaprosili do nauki tego tańca mieszkańców.

- To spontaniczna inicjatywa, poza projektami, które realizujemy w stowarzyszeniu. Od jesieni, przez całą zimę i także teraz, spotykamy się co środę w Parku Johan-



▲ Grupa Wygrani w tańcu Jerusalema.

Fot. L. Matuszewska

na Heermanna, na deskach zbudowanej tam sceny i gimnastykujemy się przy muzyce. I przy okazji tych naszych ćwiczeń wychodzą takie piękne rzeczy jak Jerusalema, której wykonanie jest pomysłem naszego nauczyciela i trenera Karola Solnickiego - mówi Teresa Rę-

kosiewicz, prezes Stowarzyszenia Wygraj Siebie.

- Taniec Jerusalema zaczęliśmy trenować od początku roku. Pomyśleliśmy, że skoro tańczą go ludzie na całym świecie, to dlaczego nie my? - mówi Karol Solnicki, tancerz i wiceprezes stowarzyszenia. Przekonu-

je, że układ jest prosty i każdy może się go nauczyć, nawet jeśli nie jest tak zaprawiony w tańcach i występach jak seniorzy z grupy Wygrani, którzy przynajmniej kilka razy w roku tańczą przed mieszkańcami Leszna.

Na początku układu tanecznego do utworu Jerusalema seniorzy ściągają maseczki z twarzy. To taki symbol końca trudnego okresu pandemii. Członkowie Wygraj Siebie, mimo koniecznej izolacji, starali się spędzać ten czas razem. Jeśli nie było możliwości na żywo, to łączyli się ze sobą wirtualnie.

- Dla nas, działających w zarządzie stowarzyszenia, najważniejsze było, aby nie zostawiać seniorów samych. Bardzo przydały się nam warsztaty komputerowe z uczniami II Liceum Ogólnokształcącego. Zwiększością seniorów mieliśmy kontakt przez Internet, z najstarszymi naszymi

mi członkiniami i członkami rozmawialiśmy często przez telefon i były to długie rozmowy. Po prostu nie daliśmy się koronawirusowi - zapewnia pani Teresa.

Wygraj Siebie od 7 lat prowadzi Klub Seniora Wrzosowy Zakątek przy ul. Leszczyńskich, do którego zaprasza chętnych mieszkańców Leszna.

- To miejsce dla każdego seniora, nie jest ważne czy ma lat 60 czy 88 - podkreśla prezes.

Grupa taneczna stowarzyszenia zaczęła już przygotowania do wykonania tańca dedykowanego służbie zdrowia. To mam być podziękowanie za walkę z pandemią. Prapremiera planowana jest pod koniec wakacji na festynie wiejskim w Wilkowicach, a premiera we wrześniu na pikniku Aktywne Obywatelskie Leszno.

Im

Ku chwale leszczyńskich ułanów

Stacjonowanie w Lesznie 17. Pułku Ułanów Wielkopolskich im. Króla Bolesława Chrobrego jest elementem historii, który niewątpliwie powinny poznawać kolejne pokolenia leszczynian. W tym roku okazja była i będzie szczególna.

Ułani z żółtymi otokami na czapkach, które są charakterystyczne dla leszczyńskich „Siedemnastaków”, jak zdarzało się w przeszłości określać kawalerzystów 17. pułku, pojawili się na ulicach Leszna 11 czerwca 2021 roku.

Uroczystość planowana była na 7 maja, gdyż tego dnia obchodzona jest roczni-

ca wjazdu ułanów w 1920 roku do Kijowa, jednak z uwagi na obostrzenia pandemiczne zdecydowano się na jej opóźnienie.

Mieszkańcy mieli okazję zobaczyć przejazd okazałego szwadronu zmierzającego z leszczyńskiego Gronowa na Rynek, gdzie odbył się



◀ W ułańskim szwadronie nie zabrakło Ferdynanda Kurpisza, miłośnika koni z leszczyńskiego Gronowa.

uroczysty apel i defilada. Następnie ułani stępem pojechali do koszar, gdzie przed pomnikiem upamiętniającym bohaterstwo ułanów złożono wiązanki kwiatów. Po uroczystości szwadron wrócił ulicami miasta na Gronowo, do gospodarstwa miłośnika koni, Ferdynanda Kurpisza. Tego dnia także założył ułański mundur, a parę swoich rześkich szronków zaprzęgnął do taczanki łącznościowej. W przejeździe zaprezentowana została również taczanka z ciężkim karabinem maszynowym, którą ciągnęła aż trójka koni.

Ułańskie tradycje leszczyńskiego pułku starają się pielęgnować pasjonaci ułańskiej historii, członkowie Polskiego Klubu Kawaleryjskiego, którzy odstawiają swoje codzienne obowiązki, aby poćwiczyć jazdę w szyku i w efekcie stworzyć wspaniałe widowisko. Tegoroczny przejazd mocno wsparł Paweł John, przedsiębiorca z Grotnik, który jest miłośnikiem koni i ułańskich tradycji.

W tym roku nastąpi jeszcze jedno wielkie wydarzenie pielęgnujące tradycje stacjonującego w Gnieźnie, a następnie w Lesznie 17. Pułku Ułanów Wielkopolskich im. Króla Bolesława Chrobrego. W listopadzie odbędzie się promocja bogato ilustrowanego albumu poświęconego jego historii.

(JAC)



▲ Defilada zakończyła uroczysty apel na leszczyńskim Rynku. Pod siodłem i w zaprzęgach wykorzystano prawie 30 koni.

Fot. (2x) J. Kuik

Pieszy chroniony już gdy wchodzi na przejście

Zakaz używania telefonu komórkowego na oznakowanym przejściu dla pieszych, pierwszeństwo pieszego dochodzącego do pasów, wyłącznie 50-tka w terenie zabudowanym i zakaz jazdy na zderzak - to zmiany w przepisach ruchu drogowego, które obowiązują od 1 czerwca.

Zmiany mają na celu zwiększenie bezpieczeństwa pieszych przekraczających jezdnię, ujednoczenie dopuszczalnych prędkości jazdy na obszarze zabudowanym niezależnie od pory doby, a także wprowadzenie konkretnego, dającego się wyznaczyć, minimalnego odstępu od poprzedzającego pojazdu podczas jazdy autostradą lub drogą ekspresową.

W znowelizowanej ustawie Prawo o ruchu drogowym zmian jest więcej niż wymienione we wstępie. Od 1 czerwca pieszy przechodzący przez jezdnię lub torowisko jest zobowiązany zachować szczególną ostrożność. Musi ją również zachować przed wejściem na oznakowane przejście.

Nowe przepisy zabraniają pieszemu korzystania z telefonu lub innego urządzenia elektronicznego podczas wchodzenia lub przechodzenia przez oznakowane przejście. Korzystanie z takiego urządzenia

(rozmawianie, pisanie wiadomości, słuchanie muzyki) pochłania uwagę, zaburza prawidłową percepcję, a wtedy łatwo o wypadek.

Zmiany dotyczą także kierowców. Kierujący pojazdem zbliżając się do przejścia dla pieszych jest zobowiązany zachować szczególną ostrożność, zmniejszyć prędkość jazdy tak, aby nie narazić na niebezpieczeństwo pieszego znajdującego się na tym przejściu albo na nie wchodzącego. Ponadto jest zobowiązany nie tylko ustąpić pierwszeństwa pieszemu znajdującemu się na przejściu, ale także wchodzącemu na przejście. Zatem po zmianie przepisów pieszy zyskuje pierwszeństwo przed pojazdem już w momencie wchodzenia na oznakowane przejście. Wyjątek od tej reguły stanowią tramwaje, bo pojazdy szynowe są zbyt ciężkie, aby mogły szybko i skutecznie zahamować i ustąpić pierwszeństwa pieszemu.



Fot. J. Witczak

▲ Zarówno pieszy wchodzący na jezdnię oraz przez nią przechodzący jest zobowiązany zachować szczególną ostrożność, jak też kierowca zbliżający się do oznakowanego przejścia, przed którym powinien zwolnić. Obecnie musi także ustąpić pierwszeństwa pieszemu wchodzącemu albo zamierzającemu wejść na przejście.

Kolejny, nowy przepis ma wyeliminować jazdę „na zderzak”. Kierujący pojazdem musi zachować już nie odpowiedni (takie określenie funkcjonowało do tej pory), ale minimalny odstęp od poprzedzającego

pojazdu na tym samym pasie ruchu, jednak na autostradzie i drodze ekspresowej. Odstęp ten wyrażony w metrach określać się będzie jako nie mniejszy niż połowa prędkości jazdy kierowcy pojazdu

znajdującego się z tyłu. Zatem, przy prędkości jazdy 100 km/h, minimalna odległość od poprzedzającego pojazdu wyniesie 50 metrów. Tego przepisu nie będzie się jednak stosować podczas manewru wyprzedzania.

Od czerwca, niezależnie od pory doby, na obszarze zabudowanym (określa go biała tablica z wizerunkiem zabudowań, a nie zielona tablica z nazwą miejscowości) dopuszczalna prędkość jazdy wynosi przez całą dobę maksymalnie 50 km/h (do tej pory w godz. od 23 do 5 - do 60 km/h). Wyjątek stanowić będzie strefa zamieszkania, gdzie prędkość dopuszczalna będzie nadal wynosić 20 km/h. Ujednoczenie, czy raczej ograniczenie dozwolonej prędkości jazdy do 50 km/h ma znaczenie w kontekście długości drogi hamowania pojazdu i skutków ewentualnego zderzenia z innym pojazdem, czy potrącenia pieszego. J.W.

DO LASU NA PEWNYCH ZASADACH



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Andrzej Szeremeta zachęca do spacerów po terenach nadleśnictwa, ale przypomina, że człowiek jest gościem w lesie.

Las to miejsce gdzie można wypocząć, ale w lesie trzeba umieć się zachować. Warunki stawia nie tylko Nadleśnictwo Karczma Borowa, ale przede wszystkim przyroda.

Z psem do lasu

- Jak najbardziej tak, ale pies musi być prowadzony na smyczy. Wtedy mamy nad nim kontrolę - zaznacza inżynier nadzoru Andrzej Szeremeta z Nadleśnictwa Karczma Borowa. - Spuszczony ze smyczy może ruszyć w stronę dzikiego zwierzęcia i wywołać jego agresję. Na pewno locha z małymi, broniąc potomstwa, może zaszarżować i zrobić krzywdę psu. Uczulam, należy zwracać uwagę co psy chwytają do pyska, bo to może być kał dzikiego zwierzęcia, który zawiera larwy tasiemca lisiego. Wywołuje bąblownicę wielojamową, która jest bardzo groźna dla człowieka.

Bez paniki

Jan Brzechwa pisał: „Dzik jest dziki, dzik jest zły, Dzik ma bardzo ostre kły. Kto spotyka w lesie dzika, Ten na drzewo szybko zmyka”.

- Dzik w dzień zalega w ostępach leśnych, nocą żeruje. Z re-

guly unika człowieka. Jeśli jednak dojdzie do przypadkowego spotkania apeluję o zachowanie spokoju. Nie zwracajmy na siebie niepotrzebnej uwagi. Odradzam zbliżanie się do zwierzęcia, które jeśli nie będzie niepokojone, oddali się. Locha z młodymi widząc człowieka nigdy nie zaatakuje od razu, będzie raczej próbowała odstraszyć intruza. Dlatego lepiej ze spokojem wycofajmy się.

Człowiek zagrożeniem

- Nie płoszymy zwierząt. Pogonione, w panicznej ucieczce, mogą zrobić krzywdę. Mogą też wybiec z lasu wprost na jezdnię. Konsekwencje mogą być tragiczne - uważa A. Szeremeta. - Napotyając w lesie młode osobniki nie podchodzimy do nich, absolutnie nie dotykamy ich i nie zabieramy ze sobą, bo to dla nich wyrok. Matka czując zapach człowieka może odrzucić potomstwo. Jeśli młode jest samo, na pewno jego rodzice są w pobliżu. Natomiast jeśli trafimy na ranne

zwierzę doradzam kontakt z nadleśnictwem czy lekarzem weterynarii. Można taką informację przekazać policji.

Na spacer

A. Szeremeta jak najbardziej zachęca do spacerów po lesie.

- Polecam wydeptane szlaki. Jeśli jednak ktoś straci orientację panika będzie najgorszym doradcą. Najlepiej poszukać słupka oddziałowego oznaczonego numerem i wtedy skontaktować się z nadleśnictwem, które dzięki temu od razu ustali naszą lokalizację. Jeśli idziemy do lasu to lepiej nie sami. Nie zaczynajmy spaceru mając świadomość, że może nas złapać noc. Koniecznie zabierzmy ze sobą naładowany telefon komórkowy, który umożliwi kontakt ze służbami ratunkowymi. Warto zainstalować w nim aplikację z interaktywną mapą, na której zaznaczone są stałe elementy infrastruktury i punkty ładu przestrzennego - doradza pracownik nadleśnictwa. (jrs)

Kluczem do naszych pieniędzy jest niebezpieczny link

Policja przestrzega przed oszustami i jednocześnie internetowymi złodziejami, którzy podszywają się pod firmy kurierskie, pracowników banków, czy pod popularny portal ogłoszeniowy. Najczęściej przesyłają linki, które po kliknięciu w nie instalują na komputerze lub smartfonie złośliwe oprogramowanie pozwalające przechwycić dane do logowania się na konto bankowe. Ale oszustom może chodzić też o zdobycie dostępu do karty płatniczej, czy danych do portali społecznościowych.

Niebezpieczny link

Czasy są takie, że seniorzy też korzystają z portalu ogłoszeniowego OLX, zatem warto wiedzieć, jak nie dać się oszukać przez cyberprzestępców podszywających się pod ten portal, wyłudających dane karty płatniczej. W ostatnim czasie ponad 20 takich przypadków zostało zgłoszonych rawickiej policji. Pokrzywdzeni stracili w sumie około 20.000 zł. Tyle pieniędzy z ich kart wypłacili sobie oszuści.

Oszukane zostały osoby, które na OLX-ie wystawiły na sprzedaż różnego rodzaju przedmioty. Zgłaszała się do nich potencjalny klient, w rzeczywistości oszust. Robił to poprzez komunikator społecznościowy, na przykład WhatsApp. Zapewniał, że wygodniej i bezpieczniej będzie jeśli sprzedawca skorzysta z linku, który pozwoli na finalizację transakcji i potwierdzenie zapłaty za towar poprzez przesłanie pieniędzy na jego kartę. Kliknięcie w link powodowało wyświetlenie strony udającej witrynę OLX. Osoba nieświadoma oszustwa wpisywała dane swojej karty, co umożliwiło przestępcy wyprowadzenie z niej pieniędzy poprzez dokonanie błyskawicznych zakupów „gdzieś” w Internecie.

Policyjne ostrzeżenia

Jak ustrzec się przed takimi oszustami albo przynajmniej zminimalizować ryzyko stania się ofiarą przestępców?

- *Dokładnie czytamy otrzymane wiadomości, nie klikamy automatycznie w linki, odnośniki i załączniki - mówi Monika Żymelka, rzeczniczka leszczyńskiej policji. - Nie podawamy swoich danych, zanim nie będziemy pewni, od kogo jest wiadomość. Gdy korzystamy z portali aukcyjnych, mamy ograniczone zaufanie do potencjalnych kontrahentów. Transakcje należy rozliczać bezpośrednio przez dany portal, a więc uważać na próby nawiązania kontaktu poza serwisem np. poprzez WhatsApp, czy Messengera. Czytamy instrukcje płatności zamieszczone na platformach sprzedażowych. Zwracamy uwagę na poprawność językową otrzymywanych wiadomości lub stron, na których podajemy dane swojego konta, czy karty płatniczej. Oszuści często piszą niedbale albo - jak w przypadku obcojęzycznych cyberprzestępców - korzystają z prostego tłumacza, który w automatycz-*

nym, niestarannym tłumaczeniu treści na język polski popełnia błędy stylistyczne, czy ortograficzne.

Przestrogi do klientów kieruje także serwis OLX. Podkreśla, że **transakcje powinny odbywać się wyłącznie na koncie użytkownika portalu, więc nie należy zbierać z tej ścieżki poprzez klikanie w linki otrzymane w korespondencji poza serwisem** (np. przez WhatsApp). Portal informuje, że podczas korzystania przez klienta z usługi Przesyłki OLX nie prosi o kod CVV/CVC karty płatniczej, ani o saldo konta użytkownika. Jedyną stroną, do której OLX przekierowuje przy płatności jest DotPay (adres tej strony zaczyna się od <https://ssl.dotpay.pl>). Należy też upewnić się, czy adres strony OLX, z której korzysta klient, jest poprawny i zaczyna się od: marketplace.olx.pl, delivery.olx.pl lub przesylki.olx.pl. Oszuści dodają bowiem przed wyrazem OLX jedną, czy dwie litery, które przez nieuwagę można przeoczyć, zwłaszcza, że na fałszywych stronach też znajduje się zielona kłódka, która ma zapewniać o bezpieczeństwie domeny. Jeśli ktoś padł ofiarą takiego oszustwa, najważniejsze jest jak najszybsze skontaktowanie się z bankiem w celu wyjaśnienia zaistniałej sytuacji.

Oszustwa na firmy kurierskie

Oszuści chcący wyłudzić dane bankowe coraz częściej podszywają się pod firmy kurierskie, informując sms-ami o wysłanej paczce i dołączając link. Ta metoda nie jest w zasadzie nowa, a raczej zmodyfikowana, bo w poprzednich latach przestępcy wysyłali sms-y o konieczności drobnej dopłaty do paczki, czy innej przesyłki, na którą czekamy albo do zamieszczonego ogłoszenia motoryzacyjnego. Zdarzały się też maile o wystawieniu faktury za jakiś towar, czy usługę. W takich wiadomościach zawsze znajdował się link z informacją, że klikając w niego można sprawdzić szczegóły faktury.

- *W wiadomościach dotyczących konieczności uiszczenia drobnej dopłaty za ogłoszenie umieszczone na portalu aukcyjnym, czy za przesyłkę, często znajdowało się ostrzeżenie, że w przypadku niezapłacenia tej należności paczka nie dojdzie, zniknie wystawione przez nas ogłoszenie albo nasze konto na portalu zostanie zablokowane - dodaje rzeczniczka policji.*

- *Kliknięcie w dołączony link powodowało zainstalowanie szkodliwego oprogramowania na komputerze, czy w smartfonie. Później, gdy ktoś chciał w internetowej bankowości dopłacić brakującą kwotę albo dokonać w jakimkolwiek czasie bieżących przelewów z konta, został przekierowany na fałszywą stronę bankową. To pozwalało oszustom poznać login i hasło do naszego konta.*

Policja przestrzega, aby pod żadnym pozorem nie otwierać linków znajdujących się w mailach czy sms-ach przesłanych z nieznanymi adresami, przez obce osoby. Nasza czujność powinna się zwiększyć, jeśli wiadomość zawiera błędy ortograficzne bądź stylistyczne lub gdy dotyczy transakcji, której nie inicjowaliśmy. W przypadku zaniepokojenia treścią otrzymanej wiadomości, należy z niej wyjść i ją usunąć.

Co jeszcze bardziej istotne, oszuści podszywający się pod firmę kurierską wysyłają - zdarza się, że kilka razy dziennie - sms-y z różnych numerów telefonów (zdarza się, że z zagranicy, o czym, świadczą numery kierunkowe +49 - Niemcy, +380 - Ukraina, czy +234 - Nigeria). Jeśli nie czekamy na żadną paczkę, możemy być pewni, że ktoś chce spowodować, abyśmy zaintrygowani takim sms-em weszli z ciekawości w dołączony link. Pod żadnym pozorem nie należy tego robić. W przypadku zaniepokojenia treścią otrzymanej wiadomości należy z niej wyjść i ją usunąć.

Jak jeszcze oszukują

Tego rodzaju sms-ami zajął się Wydział do Walki z Cyberprzestępczością KWP w Poznaniu. Na podstawie analizy kodów źródłowych wiadomości ustalił, że oszustom chodzi o wyłudzenie danych, czyli tak zwany phishing. Linki znajdujące się w sms-ach są ukierunkowane zwłaszcza na przechwycenie danych logowania się do bankowego systemu płatności elektronicznej. Może się też zdarzyć, że prowadzą do strony, która pozwoli przestępcy na wyłudzenie pieniędzy lub pozyskanie naszych danych wraz z numerem konta rachunku bankowego. Może być to strona zachęcająca do udziału w darmowej loterii, w której czeka na nas szybka wygrana. Pamiętajmy, że nikt nie daje nic za darmo.

Po kliknięciu w link znajdujący się w sms-ie możemy też znaleźć informację o uchodźcy politycznym z Afryki posiadającym miliony dolarów na zamrożonym koncie bankowym. Nadawca takiej wiadomości obiecuje, że za pomoc w odzyskaniu tych pieniędzy podzieli się nimi z nami. To tak zwane oszustwo nigeryjskie, bo najczęściej ten proceder uprawiają obywatele Nigerii.

Kolejna metoda oszustów polega na przesyłaniu maila lub sms-a z informacją, że pod wskazanym adresem są kompromitujące nas materiały, ale żeby tam się dostać musimy wysłać sms-a, aby otrzymać kod dostępu. To kosztowny sms, gdyż numer, na który go wysyłamy, jest zagraniczny, co kosztuje kilkadziesiąt złotych, a pod wskazanym adresem albo nic nie będzie albo - w gorszym przypadku - będzie on zawierał złośliwe oprogramowanie, którym możemy zainfekować nasz komputer.

Policja przestrzega też przed nieświadomym wmięszaniem się w pranie brudnych pieniędzy. Może tak się stać, gdy otrzymamy maila od jakiejś firmy z prośbą o pomoc, czyli pośrednictwo w przesłaniu pieniędzy np. od jej kontrahentów. Chodzi o to, aby nas zwerbować i abyśmy udostępnieli nasz rachunek bankowy do przelewu tych pieniędzy, które przeważnie mają trafić do firmy z siedzibą za wschodnią granicą Polski. Odbywa się to z wykorzystaniem transferu pieniężnego Western Union, natomiast pośrednikowi w takiej transakcji, czyli nam, oszuści oferują np. 5% prowizji od kwoty przelewu.

Kolejną metodą oszustów jest wysyłanie informacji o rzekomym zatrzymaniu paczki przez Służbę Celną. Informuje o tym portal Cert.pl (Cert Polska zajmuje się bezpieczeństwem komputerowym), który zaobserwował masową akcję phishingową podszywającą się pod firmę kurierską DHL. Jej celem jest instalowanie u nieświadomych tego użytkowników smartfonów z systemem Android szkodliwego oprogramowania FluBot. Aplikacja ta uzyskuje dostęp do danych kontaktowych znajdujących się

na zainfekowanym urządzeniu (dzięki temu ciągle powiększa się lista osób, do których docierają sms-y ze złośliwymi stronami) i przejmuje funkcje wysyłania i odbierania wiadomości sms. Główny schemat działania oszustów polega na masowym wysyłaniu sms-ów wraz z linkiem do pobrania rzekomej nowej wersji aplikacji. Po kliknięciu w link ukazuje się fałszywa strona firmy DHL z odnośnikiem do pobrania aplikacji.

Jak się bronić?

Co dzieje się, jeśli ktoś z rzędu kliknie w link z sms-a i wejdzie na fałszywą stronę, ale jeszcze nie pobierze aplikacji? Czy samo kliknięcie w link może mieć negatywne konsekwencje i co w tej sprawie doradza Cert Polska?

Jeśli ktoś tylko odczytał wiadomość, ale nie wszedł w link, jest bezpieczny i nic nie musi robić. Podobnie jest, jeśli ktoś wszedł na stronę, ale nie pobrał aplikacji. Jeśli aplikacja została pobrana, ale nie jest jeszcze zainstalowana, wystarczy usunąć pobrany plik. Jeśli ktoś zainstalował aplikację, Cert Polska zaleca włączenie w telefonie trybu samolotowego, dzięki temu złośliwa aplikacja nie będzie mogła wysyłać sms-ów i kontaktować się z serwerami przestępców. Należy sprawdzić swoje konto bankowe czy nie doszło na nim do nieuprawnionych operacji. Nie należy jednak do tego używać zainfekowanego telefonu. Jeśli doszło do kradzieży pieniędzy z konta, należy jak najszybciej skontaktować się z bankiem i zgłosić sprawę na policję. Ponadto należy utworzyć kopię danych z telefonu (zdjęć, filmów, pobranych dokumentów), można to zrobić np. przez kabel USB. Następnie należy przywrócić telefon do ustawień fabrycznych, co jednak spowoduje wykasowanie wszystkich danych z telefonu. Dlatego ważne jest - jak pisaliśmy wyżej - stworzenie kopii zapasowej danych. Po przywróceniu ustawień fabrycznych telefonu można przywrócić kopię plików. Należy jednak zmienić hasła do wszystkich kont, z których był dostęp na telefonie.

POWRÓT DO PRZESZŁOŚCI

Zdjęcia, których autorem jest Mieczysław Kampa to zapis historii Leszna.

Pan Mieczysław fotografem był przez całe zawodowe życie. Prowadził jeden z bardziej znanych zakładów fotograficznych w centrum Leszna. W kwietniu zdecydował, że czas odpocząć od pracy i przeszedł na emeryturę.

Jego zakład fotograficzny „Helios” najpierw był przy ul. Wolności 4. Potem aż na 27 lat zakotwiczył przy ul. Kościelnej, a niedawno przeniósł się na ul. Narutowicza.

W ciągu tylu lat pracy M. Kampa zgromadził niemałe archiwum.

- *Zdygitalizowałem czyli skopiowałem do komputera zdjęcia, które robiłem od 1990 roku. To samo zrobiłem z fotografiami z lat wcześniejszych, tymi, które uważałem za cenne. To jest zapis historii miasta. Kiedy leszczyńską farę odwiedził kardynał Józef Glemp robiłem zdjęcia na zamówienie księdza proboszcza Konrada Kaczmarka, który moim zdaniem bardzo dbał o ten kościół. Uwielbiał go fotografować i wszystkie uroczystości kościelne.*

W zbiorach pana Mieczysława, w katalogu z roku 1997 są zdjęcia prezydenta Aleksandra Kwaśniewskiego, który przyjechał na spotkanie z samorządowcami.

- *Miałem akredytację, mogłem dostać się blisko prezydenta, nie miałem żadnych ograniczeń.*

Zdjęcia zamówił Urząd Miasta.

- *Dla urzędu zdjęcia robiłem do momentu wprowadzenia aparatów cyfrowych. Wówczas Wydział Promocji dostał taki i stał się niezależny. Zresz-*

tą uważam, że początek fotografii cyfrowej był początkiem końca prawdziwej fotografii. Bo czy sztuką jest zrobić sto, dwieście, nawet tysiąc zdjęć, z których w końcu coś się wybierze i jeszcze w Photoshopie poprawi. Pytanie czy ulepszona fotografia jest prawdziwa? Zdjęcie musi zawierać prawdę

o człowieku i miejscu. Mamy takie czasy, że każdy może zostać fotografem, nawet ktoś kto nie ma żadnego warsztatu.

Zdjęcia Mieczysława Kampany pozwalają zachować wspomnienia o ludziach, miejscach i wydarzeniach. To właśnie jest cenne.

(jrs)

Mieczysław Kampa przyznaje, że lubi zdjęcia reportażowe. ▶



▲ Rok 2010. Wybory Miss Nastolatek w Miejskim Ośrodku Kultury w Lesznie.

Rok 2006 - Donald Tusk, wówczas przewodniczący Platformy Obywatelskiej pod ostrzałem fotoreporterów. ▶



Fot. (7x) Mieczysław Kampa
▲ Wizyta kardynała Józefa Glempe była dużym wydarzeniem w Lesznie w 1995 roku.



▲ W roku 1997 do Leszna przyjechał prezydent Aleksander Kwaśniewski. Spotkanie z nim odbyło się w Miejskim Ośrodku Kultury.



▲ Wigilijne spotkanie seniorów w MOK-u. Zdjęcie zostało zrobione w grudniu 2013 roku.



▲ Święto Niepodległości w 2012 roku.

Przeszłość i współczesność parafii na Zaborowie

W naszej wędrówce po parafiach i kościołach Leszna dotarliśmy na Zaborowo. Oto historia parafii oraz kościoła pod wezwaniem Najświętszej Maryi Panny Wniebowziętej.

Zaborowo, które od roku 1977 stało się częścią Leszna ma za sobą bogatą i piękną historię. Prawa miejskie otrzymało w roku 1644, wkrótce po napływie z pobliskiej Góry dużej fali uchodźców śląskich. W roku 1656 zostało ono jednak doszczętnie spalone. Właśnie pożar oraz silna konkurencja rozwijającego się prężnie Leszna spowodowały, że Zaborowo jako miasto już się nie rozwinęło. Znane było natomiast jako silny ośrodek sukienniczy. Kronikarze odnotowali, że w ostatnich latach dwudziestych osiemnastego wieku mieszkało w nim 96 sukienników.

HISTORIA KOŚCIOŁA

Obecny kościół pod wezwaniem Matki Boskiej Wniebowziętej na Zaborowie jest czwartym obiektem sakralnym jaki powstał w tej części Leszna. Poprzednie trzy spłonęły w wielkich pożarach. Ostatni, który strawił świątynię wybuchł 18 czerwca 1792 roku. Dzięki wydatnej pomocy materialnej ówczesnego właściciela Zaborowa Antoniego Sułkowskiego oraz wsparciu wielu gmin ewangelicznych ze Śląska i Wielkopolski, szybko ją odbudowano. Kościół zbudowany głównie z drewna i gliny poświęcono 9 października 1796 roku. Cała budowa została poddana gruntownej renowacji w 1868 roku. Wymieniono wówczas glinę na cegłę.

W następnych latach systematycznie spadała liczba ewangelików w Zaborowie, dlatego jeszcze w XIX wieku nastąpiło przyłączenie do gminy ewangelickiej św. Krzyża w Lesznie.

W czasie działań wojennych w latach 1939 - 1945 kościół nie doznał żadnych uszkodzeń.

15 lipca 1946 roku władze państwowe przekazały świątynię do użytku parafii rzymsko - katolickiej św. Mikołaja w Lesznie. Miesiąc później kościół został poświęcony. Najpierw był pod wezwaniem Matki Boskiej Królowej Polski, później Matki Boskiej Częstochowskiej, a w roku 1964 Najświętszej Marii Panny Wniebowziętej. W latach 1950 - 1985 kościół stopniowo przystosowano do nowych potrzeb liturgicznych i duszpasterskich oraz poddano kolejnym remontom zachowując jednak zabytkowy charakter budowli.

Kościół pod wezwaniem Matki Boskiej Wniebowziętej ma skromne wnętrza. Posadzka kościoła była wymieniana w 1984 roku i wykonana jest z płytek klinkierowych. Nieco wcześniej, bo w 1977 roku wymienione zostały wszystkie okna w kościele. Ołtarz wykonany jest z drewna i przyozdobiony złożonymi kolumnami i rzeźbami aniołków. W ołtarzu znajduje się obraz Matki Bożej Częstochowskiej pędzla Bolesława Thiela z Leszna. Okrywa go metalowa sukienka z koroną wykonana przez Emila Cieślika z Zaborowa. Poniżej widnieje napis: „Pod Twoją obronę uciekamy się”.

Po prawej stronie ołtarza umieszczono obraz Najświętszego Serca Jezusowego, namalowany przez księdza Józefa Pacynę, po lewej znajduje się kopia obrazu św. Józefa z Dzieciątkiem z fary leszczyńskiej. Na ścianach kościoła od 1957 roku są Stacje Drogi Krzyżowej i obraz św. Judy Tadeusza. Ławy w kościele pochodzą także z fary.

Wewnątrz świątyni znajduje się drewniana figura św. Antoniego.

Trójkątny dach wieży pokryty blachą wieńczy krzyż z chorągiewką, na której jest data podany ro 1975. Na terenie przykościelnym od strony wschodniej zawieszono były dwa dzwony kościelne z roku 1865 i 1904, które w 2012 roku zostały zawieszono na wyremontowanej wieży kościoła.

DZIEJE PARAFII

Starania o utworzenie parafii na Zaborowie podjęto w pierwszych latach powojennych. W każdą niedzielę i święto odprawiane były msze święte oraz inne nabożeństwa. Początkowo kapłan dojeżdżał z Leszna, a od 1957 roku zamieszkał już stałe na Zaborowie. Od tej pory msze odprawiano już codziennie. Pierwszym kapłanem, który zamieszkał na miejscu, był wikariusz parafii faryj z Leszna ksiądz Józef Nowak. Urodzony w 1916 roku święcenia kapłańskie otrzymał w 1946 roku w Gnieźnie.

Erygowanie parafii na Zaborowie odbyło się 1 lutego 1974 roku. Stosowny dekret podpisany został przez abp Antoniego Baraniaka.

PROBOSZCZOWIE

Ks. Bolesław Potrawiak był pierwszym proboszczem. Urodził się 11 października 1919 roku w Otuszu koło Nowego Tomysła. W 1925 roku wraz z rodzicami przeniósł się do Poznania. W 1936 roku podjął naukę w Małym Seminarium Duchownym Orionistów w Zduńskiej Woli. Chciał wtedy zostać misjonarzem, ale wojna zburzyła jego plany.

Po zdaniu matury w 1946 roku wstąpił do Seminarium Duchownego w Gnieźnie. Święcenia kapłańskie otrzymał z rąk ks. abp Walentego Dymka, a było to 7 czerwca 1952 roku w Poznaniu. Po 8 następnych latach, które jako wikariusz spędził w Pniewach i Sierakowie, trafił do Leszna i zamieszkał na Zaborowie.

W okresie poprzedzającym powstanie parafii odnowiono wnętrze kościoła, ołtarz główny, ambonę, organy, balkony i posadzkę. W ołtarzu głównym umieszczono obraz Matki Boskiej Częstochowskiej.

Podczas całego okresu swojej duszpasterskiej posługi na Zaborowie ksiądz Bolesław potrafił zjednać wokół siebie całą wspólnotę parafialną. Przyciągał ludzi skromnością i prostotą życia. Nigdy nie narzekał i nie skarżył się na nic. Nawet w najtrudniejszych chwilach potrafił się uśmiechać, co przychodziło mu tym łatwiej, gdyż miał duże poczucie humoru. Nigdy też nie zabiegał o cokolwiek dla siebie, do końca życia mieszkał w bardzo skromnych warunkach. Najważniejszym celem dla niego była zawsze służba Bogu i ludziom. Mimo ograniczonych funduszy wyposażył kościół w ogrzewanie elektryczne.

W pracy duszpasterskiej ks. proboszczowi pomagali dwaj wikariusze: ks. Krzysztof Sobkowiak (w latach 1992 - 1995) oraz ks. Roman Turoń (w latach 1995 - 1998).

Po 46 latach kapłańskiej posługi, w tym 38 latach spędzonych na Zaborowie, 30 czerwca 1998 roku ksiądz Bolesław przeszedł na emeryturę.

Kochał przyrodę i pielgrzymki, cenił ruch na świeżym powietrzu, a w zacisznym mieszkaniu miał zawsze akwarium.

W 2002 roku święcił złoty jubileusz kapłaństwa. Pod koniec 2004 roku stan jego zdrowia pogorszył się. Zmarł 29 kwietnia 2005 roku. Jest pierwszym księdzem pochowanym na cmentarzu parafialnym na Zaborowie. Uroczystościom pogrzebowym przewodniczył ks. abp Stanisław Gądecki.

Ks. Janusz Śmigiel pełnił posługę w latach 1998 - 2010.

Urodził się 17 października 1959 roku, święcenia kapłańskie otrzymał 24 maja 1984 roku. W latach 1994 - 1996 jako wikariusz pracował w parafii pod wezwaniem św. Mikołaja w Lesznie, w latach 1996 - 1998 kierował diecezjalnym ośrodkiem rekolekcyjnym w Zaborówcu. W 2006 roku z inicjatywy księdza proboszcza i przy wsparciu parafian oraz licznych instytucji rozpoczęła się budowa domu parafialnego. Zakończyła się w 2010 roku. Dom parafialny służy spotkaniom duszpasterskim i wspólnotowym. Znajduje się w nim także mieszkanie proboszcza.

Z dniem 1 lipca 2010 roku ksiądz Janusz Śmigiel, dekretem ks. abp Stanisława Gądeckiego przeniesiony został do Środy Wielkopolskiej, a tam objął funkcję proboszcza parafii kolegiackiej, będąc jednocześnie dziekanem dekanatu średzkiego oraz prepozytem kapituły.

Ks. Robert Kmieciak był proboszczem na Zaborowie w latach 2010 - 2020. Urodził się 30 maja 1967 roku w Wolsztynie. Święcenia kapłańskie przyjął w 1992 roku. Zmarł w Poznaniu 26 maja 2020 roku. Został pochowany na cmentarzu w Wolsztynie.

Ks. Arkadiusz Pałka jest proboszczem od 1 sierpnia 2020 roku. Urodził się

1 lipca 1972 roku w Obornikach. Święcenia kapłańskie otrzymał 19 maja 1999 roku. Jako wikariusz posługiwał w leszczyńskich parafiach św. Antoniego i św. Kazimierza. Był proboszczem w parafii pod wezwaniem św. Marcina w Długich Starych.

Z parafią jako pomoc duszpasterska związany jest ksiądz Adam Kalbarczyk.

POWOŁANIA KAPŁAŃSKIE Z PARAFII NA ZABOROWIE

Ks. Adam Kosmala urodzony w 1961 roku w Lesznie. Święcenia kapłańskie przyjął 20 maja 1988 roku w Poznaniu. Posługę pełni w diecezji kaliskiej. W latach 1997 - 2021 był proboszczem w parafii pod wezwaniem Narodzenia NMP w Kottowie. Obecnie jest proboszczem w konkatedrze pod wezwaniem św. Stanisława Biskupa i Męczennika w Ostrowie.

Ks. Arkadiusz Szady urodził się w 1983 roku w Lesznie. Święcenia kapłańskie przyjął 27 maja 2010 roku w Poznaniu. Jako wikariusz rozpoczął swoją pracę duszpasterską w parafii pod wezwaniem Chrystusa Zbawiciela w Swarzędzu. Obecnie posługę pełni w parafii pod wezwaniem Bożego Ciała w Poznaniu. Pełni także funkcję diecezjalnego duszpasterza młodzieży.

Ks. Dawid Głowacz urodził się w 1988 roku w Lesznie. Święcenia kapłańskie przyjął 21 maja 2015 roku w Poznaniu. W latach 2016 - 2020 studiował w Papieskim Instytucie Jana Pawła II w Rzymie. Jako wikariusz jest w parafii Narodzenia Pańskiego w Poznaniu.

Tadeusz Kwapisz



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Kościół pod wezwaniem Matki Boskiej Wniebowziętej na Zaborowie jest czwartym obiektem sakralnym jaki powstał w tej części Leszna. Poprzednie trzy spłonęły.



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Państwo Irena i Janusz Dzyr na działce wypoczywają jak nigdzie indziej.

Przy pracy najlepiej wypoczywamy

Irena i Janusza Dzyr mają ogródek działkowy, na którym uprawiają warzywa, owoce i kwiaty. Na brak zajęć nie narzekają, ale praca na grządkach czy przy drzewach sprawia im wyłącznie przyjemność.

Ich oaza spokoju znajduje się na terenie Rodzinnego Ogrodu Działkowego im. Króla Stanisława Leszczyńskiego w Lesznie.

- Działkę kupiliśmy w 1977 roku, a więc mamy ją od 44 lat - opowiada Janusz Dzyr. - Poprzedni właściciel hodował na niej kury i świnię. Miał rząd wysokich drzew owocowych. Pracy mieliśmy więc dużo nim działka stała się taką jaką chcieliśmy mieć.

Małżonkowie zdecydowali, że ich działka będzie miała charakter warzywno-owocowy i przez lata nic się nie zmieniło. Jest także kawałek trawnika, który wyznacza miejsce rekreacji.

- Pochodzę ze wsi na Polesiu Lubelskim, 40 kilometrów od Buga. Kiedyś to były piękne tereny z moczarami i bagnami. Wiosną podczas roztopów drogi były nieprzejezdne. Pamiętam, że było tam wtedy stada pięknych czapli i żurawi. Takich krajobrazów już nie ma - wspomina pan Janusz. - Mieszkałem tam do 14. roku życia, potem na wsi spędza-

łem wakacje. Nauczyło mnie to pracy z ziemią. Kiedy kupiliśmy działkę wiedziałem co trzeba robić, by zbierać plony.

Przy trójce dzieci warzywa i owoce z własnych grządek bardzo się przydawały.

- Nie używamy środków chemicznych, chociaż są tego efekty uboczne w postaci szkodników roślin. Radzimy sobie z nimi stosując metody naturalne - wyjaśnia gospodarz działki.

Pani Irena dopowiada, że na pozbycie się mszyc stosuje roztwór wody i octu jabłkowego. Poleca również wodę mydlną, którą można kupić w sklepie ogrodniczym. Co innego z turkuciem podjadkiem.

- Kapustę sadziłem 4 razy, bo za każdym razem mi ją ścinał. Oj, trzeba mieć mocne nerwy - śmieje się pan Janusz.

Działka wymaga doglądania, ale dzięki temu państwo Dzyr mają ruch.

- Kiedy pracowaliśmy zawodowo, a dzieci mieszkaly z nami, na działkę musieliśmy znajdować czas. Pracowaliśmy na niej

z doskoku. Dużo się zmieniło od kiedy jesteśmy na emeryturze, mąż od 1997 roku, a ja od 2004 roku - mówi pani Irena. - Bardzo lubimy naszą działkę. Nawet kiedy idziemy na spacer, zawsze kierujemy się na nią.

- Lekarz zalecił mi spacer, bo dobrze robią mojemu sercu. Żeby mieć ruch na działkę chętnie idziemy pieszo albo jedziemy rowerem. Uważam, że siedzenie przed telewizorem zabija czas.

Małżonkowie wspólnie podejmują decyzję co do upraw. Pracami się dzielą.

- Kopanie, grabienie, sianie i zbiory to moja działka. Lżejsze prace zostawiam żonie. Zdarza się, że kiedy jestem sam na działce nawet nie mam czasu usiąść. Co innego kiedy jestem z małżonką, zawsze zadba o to żebym mógł w spokoju wypić herbatę.

Państwo Dzyr przyznają, że działkę szczególnie docenili w najtrudniejszych momentach pandemii. Mogli na niej bezpiecznie wypoczywać, co zresztą robią od wspomnianych 44 lat. (jrs)

Rozmowa nie tylko o życiu

Izabela Streubel kolekcjonuje filiżanki. - Urzeka mnie ich delikatność - mówi nasza rozmówczyni.

NIE BYŁO ŁATWO

Pani Izabela za kilka miesięcy świętować będzie 87 urodziny. Jej dzieciństwo przypadło na czas drugiej wojny światowej.

- Wychowałam się w kamienicy przy ulicy Wolności 26 w Lesznie, którą kupił mój dziadek jako wiano dla mojej mamy. Podczas drugiej wojny światowej na parterze był sklep z flakami, w którym mama sprzedawała.

Rodzice I. Streubel pobrali się w 1922 roku, a ich córka urodziła się 12 lat później. Rodzinne szczęście nie trwało długo.

- Tata Stanisław Pietrzak był powstańcem wielkopolskim odznaczonym Orderem Virtuti Militari. Myślę, że to co przeżył odbiło się na jego zdrowiu. Przez kilka ostatnich lat życia był schorowany. Zmarł w 1937 roku. Niestety jego leczenie zadłużyło naszą rodzinę. Po śmierci ojca nie miałyśmy z mamą lekkiego życia.

Podczas wojny, na ul. Wolności bawiły się dzieciaki, a wśród nich mała Basia. Była Niemką urodzoną w Lesznie. Pięknie mówiła w języku polskim.

- Jej rodzice mieli farbiarnię i zakład czyszczenia odzieży. Kiedy skończyła się wojna, Basia z rodzicami trafiła do obozu na Gronowie. Wiele lat później miałyśmy kontakt. Barbara odezwała się do mnie z Niemiec. Zaprosiłam ją do siebie, ale nie chciała przyjechać ze względu na przykre wspomnienia.

Pani Izabela wspomina, że w czasie okupacji musiały z mamą opuścić swoje mieszkanie. Został im przydzielony pokój w mieszkaniu po żydowskiej rodzinie przy ul. Narutowicza. Po wojnie znów straciły dach nad głową. Wtedy zamieszkały w kamienicy przy ul. Bolesława Chrobrego, którą kupił dziadek pani Izabeli. Polityczne zawieruchy spowodowały, że dopiero w 1989 roku udało się odzyskać utraczone domy. Wiele lat wcześniej I. Streubel razem z mę-

żem dostała mieszkanie w bloku. Był rok 1968.

NA EMERYTURZE

- Skończyłam liceum handlowe i jako jego absolwentka dostałam nakaz pracy w Gminnej Spółdzielni Lipno. Pracowałam w niej od 1953 roku do emerytury. To było 37 lat. Praca wiązała się z dojazdami z Leszna, była wymagająca, szczególnie kiedy przez ostatnich kilka lat byłam wiceprezesem do spraw obrotu rolnego. Z perspektywy czasu uważam jednak, że to były wspaniałe lata.

Od 22 lat pani Izabela jest członkiem Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku. Należy do sekcji literackiej.

FILIŻANKI

- Mąż miał „bzika” na punkcie widokówek, ja natomiast zbierałam filiżanki. Wiele z nich jest dla mnie bardzo cennych.

Pani Izabela sięga po filiżankę w kolorze zielonym ze złotymi zdobieniami.

- Od niej zaczęła się moja kolekcja... To było już po wojnie.

Szłam z mamą ulicą Słowiańską. Tam gdzie obecnie znajduje się Informacja Turystyczna był sklep z porcelaną. Ta właśnie filiżanka stała w oknie wystawowym. Zobaczyłam ją i od razu mi się spodobała. Była po prostu piękna. Mama powiedziała, że mi ją kupi, a ja nie chciałam się na to zgodzić. Żyło nam się ciężko. Wiedziałam, że nas nie stać na taki wydatek, ale mama się uparła i kupiła mi tę właśnie filiżankę. Po mamie mam jeszcze jedną, którą bardzo lubię. Ze względu na kształt nazywa się ją cebulką. Podczas wojny mama ją schowała, by Niemcy nam jej nie odebrali.

Część kolekcji stanowią prezenty od znajomych.

- W antykwariacie pana Janusza Skrzypczaka kupiłam filiżankę, która była identyczna z tą, którą dostałam w prezencie od cioci. Różnią się tylko kolorem.

W sumie kolekcja pani Izabeli to ponad 200 filiżanek.

- Cieszę się nimi. Każdą się zachwygam. Są delikatne i mają niezwykły urok. Są jak małe dzieła sztuki. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ - Z każdą filiżanką są związane jakieś wspomnienia - mówi Izabela Streubel.

Życie emeryta jest super



Fot. J. Rutecka-Siadek
▲ Halina Dubiał i Andrzej Przewoźny lubią rowerowe wyprawy.

Tam gdzie Halina Dubiał i Maria Krzymińska, tam jest Andrzej Przewoźny. Żartobliwie mówi o sobie, że jest menadżerem Biegających Babć.

Najwierniejszy kibic

Andrzej Przewoźny nigdy nie miał duszy sportowca, a jednak ze sportem ma kontakt, nawet częsty. Bo kiedy jego koleżanki biegają, on zawsze im towarzyszy. Jest kierowcą dowożącym je na zawody.

- Andrzej jest najważniejszy - uważa Halina Dubiał. - Kiedy my z koleżankami biegamy albo morsujemy, on trzyma nasze torby czy kurtki, pilnuje telefonów i kluczyków do samochodów. Na leszczyńskim parkrunach jego samochód robi za szatnię.

- Córka twierdzi, że zamiast być „menadżerem” i fotografem, dobrze by było gdybym zaczął biegać, bo przecież chciałbym schudnąć, ale mi to nie wychodzi. Ale już mnie chwala, że jeżdżę rowerem i jestem tym, który zamyka peleton biegaczy na parkrunie - z uśmiechem stwierdza A. Przewoźny. - Do sportu mnie nigdy nie ciągnęło, za to lubię towarzystwo. Ten świat jest tak zapędzony, ludzie na nic nie mają czasu, więc trzeba rozmawiać, bo rozmowa jednoczy. Trzeba się uśmiechać i cieszyć każdym dniem. Kiedyś na spacerze wnuczek stwierdził: „dziadziuś, ty każdego znasz”. Ja mu na to: „zawsze mów dzień dobry i uśmiechnij się do ludzi”. Umiem się otworzyć, nawet na obcych. Kiedy jadę do sanatorium nie wiem jak to się dzieje, ale od razu ma liczne grono znajomych.

Praca na kolei

Pan Andrzej przez całe życie zawodowe był związany z koleją. Najpierw jako maszynista, potem dyspozytor w lokomotywni Leszno, w której przepracował 40 lat.

- Urodziłem się na kolei. Mój ojciec był zawiadowcą na stacji we Włostowie, między Krobią a Pępovem. Przejeżdżające pociągi kołysały mnie do snu. Idąc do szkoły średniej wybrałem technikum kolejowe w Ostrowie Wielkopolskim. Po wojsku trafiłem do pracy w Lesznie. Wtedy kolej była jak druga armia. Nie chodziło się do pra-

cy, tylko na służbę. Kiedy przyjeżdżał zwierzchnik meldowało się przed nim jak w wojsku. Takie to były czasy.

Praca na kolei była dobrą szkołą życia.

- Na pewno nauczyłem się punktualności. Jako dyspozytor zaczynałem pracę o godzinie 7, ale na stanowisku byłem zawsze 40 minut wcześniej - wspomina A. Przewoźny. - Praca wymagała odpowiedzialności. Była też bardzo stresująca.

Pan Andrzej jako maszynista pracował krótko i na szczęście nie miał żadnego wypadku, jednak jedno zdarzenie mocno utkwilo mu w pamięci.

- Było około piątej nad ranem. Ja i mój pomocnik zobaczyliśmy postać, która kręciła się na torowisku na Zaborowie. Pomyślałem wtedy, że to może być próba samobójcza i zacząłem zwalniać pociąg. W tym samym czasie dróżnik, który widział co się dzieje podbiegł z drugiej strony i ściągnął tamtą osobę z torów, okazało się młodego chłopaka. Nasz pociąg zatrzymał się kilka metrów od nich. Minęło tyle lat, a ja zamykam oczy i ciągle dobrze widzę tamto zdarzenie.

Życie emeryta jest super

- Mamy całe dni wypełnione - zapewnia pani Halina.

- Kiedy pracowałem miałem kilku kolegów na emeryturze i kiedy im proponowałem wspólną kawę mówili, że nie mają czasu. Dziwiłem się, bo ja zajęty zawodowo miałem dla nich czas, o oni dla mnie nie. Kiedy przeszedłem na emeryturę zrozumiałem co mieli na myśli. Mam tak samo jak moi koledzy - mówi emeryt Andrzej. Z panią Haliną mają liczne grono znajomych, z którymi lubią spędzać czas. Każde z nich ma wnuki, którymi chętnie się zajmują. H. Dubiał biega, a A. Przewoźny zawsze jej kibicuje. Nadmiaru wolnego nie mają, ale dla nich to wyłącznie powód do zadowolenia.

(jrs)

Łączy je przyjaźń i malarstwo

Znają się od... zawsze. Są z jednego rocznika. Urodziny obchodzą 5 kwietnia. Obie należą do Sekcji Leszczyńskich Plastyków przy Miejskim Ośrodku Kultury w Lesznie. Poznajcie Elżbietę Borowiak i Łucję Adamiak-Wiśniewską.

Znają się od czasów szkolnych. Potem w dorosłym życiu od czasu do czasu ich drogi się schodziły.

- Piętnaście lat temu zaczęłam chodzić na zajęcia do Sekcji Leszczyńskich Plastyków. Kiedy Lucyna do nas doszła bardzo się ucieszyłam - mówi Elżbieta Borowiak.

- O tym, że Ela maluje dowiedziałam się będąc klientką jej gabinetu kosmetycznego. Opowiadała mi, że namalowała obraz i wysłała go do Anglii. Wpadłam w podziw. Jeśli chodzi o mnie, nie miałam nic wspólnego z malowaniem obrazów. Było w tym coś niebotycznego. Wydało mi się, że to ekstremum sztuki malarstwa - wspomina Łucja Adamiak-Wiśniewska. Kiedy przeszła na wcześniejszą emeryturę pomyślała o malowaniu, a koleżanka z pracy utwierdziła ją w tym, by zapisała się do sekcji, ale najpierw w Uniwersytecie Trzeciego Wieku. - Wciągnęłam jeszcze siostrę, a Elę spotkałam na wspólnym plenerze naszej sekcji UTW i Sekcji Leszczyńskich Plastyków.

Po jakimś czasie pani Lucyna, a było to w roku 2007, zdecydowała się zmienić „barwy” i przeniosła się właśnie w miejsce, w którym E. Borowiak już była.

- Ja natomiast pasję malarską odkryłam w przedszkolu. Miejsce, w którym mieszkałam, oficyny Zamku w Rydzynie, miały wpływ na moją wrażliwość, postrzeganie piękna. Przez osiemnaście lat miałam bogaty kontakt z przyrodą i przestrzenią. To wszystko miało na mnie ogromny wpływ. Poza tym miałam uzdolnionych rodziców i wychowując mnie kierowali mnie na drogę artystyczną.

Malarstwo obu pań diametralnie się różni.

- Mam wrażenie, że na moich obrazach mam pozamiatane, że one są czyste i przejrzyste - tak swoje prace ocenia E. Borowiak. Jej akwarele są delikatne, stonowane w kolorach, a jednak kwiaty czy przedmioty są żywe.

Z kolei obrazu L. Adamiak-Wiśniewskiej wyróżnia intensywna kolorystyka.

- W obrazach Lucyny widzę dzikość i poszukiwanie, a to wynika z jej charakteru. Może nawet widzę w nich nieco niepokoju i jakiegoś szaleństwa. Moje obrazy z kolei są spokojne, zachowawcze, ale jeszcze dojdę do tego, by poszaleć w malarstwie - tak prace koleżanki ocenia E. Borowiak.

- Eli obrazy po prostu mi się podobają. Doceniam jej sposób malowania, szczególnie akwarelami, bo to wielka trudność - tak z kolei mówi L. Adamiak-Wiśniewska.

Obie dostrzegają, że lata spędzone w sekcji pozwoliły im się rozwinąć.

- Nasza instruktorka Zosia Skrzypczak-Czekajło nie pozwalałabyśmy stały w miejscu - uważa pani Ela.

- Zosia pozwala każdemu zachować swój charakter malowania - twierdzi pani Lucyna.

Malowanie obrazów pomaga zachować młodość i energię.



Fot. J. Rutecka-Siadek
▲ Elżbieta Borowiak i Łucja Adamiak-Wiśniewska znają się wiele lat, a od kilkunastu są razem w Sekcji Leszczyńskich Plastyków.

- Zdecydowanie tak! - zapewnia E. Borowiak. - W myślach ciągle tworzę, poszukuję inspiracji, kombinuję. Zawsze mówię, że te najpiękniejsze obrazy to te, które mam w głowie. Jeszcze nienamalowane. To wszystko nie pozwala mi rozmyślać o upływającym czasie czy gorszym samopoczuciu. To raczej pozytywnie nakręca,

tak, że chce się żyć... Żeby zacząć malować trzeba po prostu się obudzić. Nie chodzi nawet o talent, ale o to, by umieć przekazać własne emocje. By ten kto będzie oglądał obraz coś poczuł i zapamiętał to co zobaczył.

- Zwykła, prosta rzecz, może nawet brzydka, kiedy wyjdzie spod pędzla może stać się piękną - dopowiada pani Łucja. (jrs)

NASZYM CELEM JEST WSPARCIE

6 czerwca tego roku minęła 27 rocznica powołania Leszczyńskiego Stowarzyszenia Rehabilitacyjnego „Amazonka”. Kobiety, które tworzą organizację łączą przede wszystkim przyjaźń i świadomość, że trzeba o siebie walczyć.

Pierwszą prezes stowarzyszenia była Genowefa Michalska -Dąbrowska.

- Zachorowałam i trafiłam do lekarza onkolog Barbary Smereka-Gacek. W czasie jednej z naszych rozmów wspomniała o pomysłach utworzenia w Lesznie filii poznańskich Amazonek. Uważałam, że nie należało tworzyć filii, ale samodzielne stowarzyszenie - tak o początkach organizacji mówi pierwsza prezes.

piersi był tematem tabu. Z biegiem lat wiele się zmieniło, coraz więcej mówiło się o amazonkach, przybywało klubów. My w Lesznie byliśmy jednym z 20 w Polsce.

W 2011 roku zawiązano stowarzyszenie. Od 7 lat jego prezesem jest Mieczysława von Ossowska.

- Najważniejszym celem jest zapewnienie rehabilitacji, która pozwala kobietom powrócić do

spotkania, bo przy okazji mogą ze sobą pobyć, porozmawiać, wspólnie wypić kawę - wymienia prezes stowarzyszenia. - Przynajmniej raz w roku uczestniczymy w turnusie rehabilitacyjnym. Wyjeżdżamy na wycieczki, które są bliżej i dalej Leszna. W sierpniu tego roku zamierzamy zwiedzić Toruń, a tradycyjnie w październiku chcemy wziąć udział w pielgrzymce amazonek w Częstochowie. Przy okazji tego wyjazdu mamy w planach zwiedzić Kraków i Wieliczkę.

W historii leszczyńskich „Amazonek” zapisało się 15 Spartakiad Pływakich.

- Razem z Fundacją „Życie Cudem Jest” robimy Różowe Marszobiegi. Już teraz zapraszam na tegoroczną edycję 9 października w Karczmie Borowej. Przy okazji promujemy profilaktykę przeciwnowotworową. Rozdajemy cebulki żonkili i zachęcamy do ich wspólnego sadzenia na Polu Nadziei, które znajduje się na skwerze w sąsiedztwie Alei Jana Pawła II. W ten sposób podnosimy świadomość o zagrożeniu rakiem piersi i konieczności badania się. Nasz apel kierujemy także do ludzi młodych. Prowadzimy dla nich prelekcje w szkołach. Uważamy, że jak pomagamy innym, pomagamy sobie. W szpitalu spotykamy się z pacjentkami po operacjach, by przekazywać im potrzebne informacje, ale także powiedzieć o stowarzyszeniu.

Kobietom, które zachorowały czasami trudno zdecydować się na przyjęcie do stowarzyszenia.

- Szczególnie dotyczy to kobiet w starszym wieku. Ukrywają chorobę, a przecież to nie jest nic wstydliwego, na pewno nie tracą na swojej kobiecości.

Najtrudniejsze są momenty gdy ze stowarzyszenia kogoś ubywa. W ubiegłym roku panie pożegnały dwie członkinie, w pierwszym półroczu tego roku kolejne dwie.

- Bardzo to wszystkie przeżywamy.

Mimo trudnych doświadczeń, panie zachowują pogodę ducha.

- Naszym celem jest wsparcie. Kiedy ktoś do nas dołącza i widzi nasze pogodne twarze, dostrze-



Fot. Mieczysława von Ossowska

▲ Prezes stowarzyszenia Mieczysława von Ossowska uważa, że mimo trudnych doświadczeń związanych z chorobą trzeba się uśmiechać do życia. Amazonki właśnie to robią.

gamy w nim przemianę. Osoby te zaczynają pozytywnie myśleć, bo choroba nie musi być wyrokiem. Trzeba się spać, mimo operacji, stresu i ciężkich momentów, jednak normalnie żyć. My to widzimy, stres związany z chorobą zmienia nastawienie. Kobiety mówią - teraz my.

Obecnie Leszczyńskie Stowarzyszenie Rehabilitacyjne „Amazonka” liczy prawie 100 osób. Są to głównie panie z Leszna, ale są również mieszkanki powiatu leszczyńskiego i dalszych okolic.

- W naszym biurze dyżuruje w trzy pierwsze środy miesiąca w godzinach od 16 do 18. Można się z nami kontaktować telefonicznie i umówić termin spotkania w innym dniu. Zachęcamy do tego nie tylko panie, ale także panów, bo oni także chorują na raka piersi.

Leszczyńskie Stowarzyszenie Rehabilitacyjne „Amazonka” ma swoją siedzibę przy ul. Bolesława Chrobrego 37. Podajemy również numer telefonu - 601 808 075. (jrs)



Fot. archiwum

▲ Sadzenie żonkili na Polu Nadziei.

Za oficjalną datę powołania „Amazonek” w Lesznie przyjęto datę 6 czerwca 1994 roku. W tym dniu stowarzyszenie zostało zarejestrowane w Sądzie Wojewódzkim w Poznaniu.

- To były czasy kiedy ciężko było przekonać kobiety do naszej działalności - przypomina G. Michalska-Dąbrowska. - Rak

sprawności i utrzymać ją. Badania wskazują, że o 25 procent zmniejsza ona zachorowalność na raka piersi i nawroty choroby.

Każde zajęcia to również okazja do spotkania się.

- Mamy zajęcia na pływalni i w naszej siedzibie prowadzimy warsztaty rękodzieła. Dziewczyny chętnie przychodzą na te

Fot. archiwum

Stowarzyszenie zorganizowało 15 Spartakiad Pływakich. Na zdjęciu uczestniczki zawodów zorganizowanych w 2019 roku na Środowiskowej Pływalni Edukacyjnej. ▼



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ „Nie będzie nas, będzie las” to hasło przyświeca akcjom sadzenia lasu, które są organizowane razem z Nadleśnictwem Karczmą Borowa.

Fot. Stowarzyszenie „Amazonka”

Panie ze stowarzyszenia są ze sobą zaprzyjaźnione. ▼



Gdziekolwiek idziesz, zabierz ze sobą uśmiech

„Dzień bez uśmiechu dniem straconym” mawiał Charlie Chaplin. Śmiech jest uniwersalnym sposobem porozumiewania się ludzi na cały świecie. To język, który wszyscy znają i rozumieją, dlatego jest bardzo ważny w codziennym funkcjonowaniu.

Śmiech to zdrowie, bo dotlenia organizm, pozytywnie wpływa na pracę serca i inne organy naszego ciała. Wpływa na produkcję limfocytów T, których zadaniem jest niszczenie wirusów, co z kolei powoduje, że rzadziej się choruje. Nadto śmiech rozładuje stres i daje upust złości. Uśmiechnięte osoby łatwiej zjedną sobie ludzi ze względu na przyjazne nastawienie do świata.

Żeby takich ludzi było więcej powstała terapia leczenia śmiechem. Ma na celu wykształcenie umiejętności rozładowania napięcia, stresu i emocjonalnych frustracji, a także profilaktykę zdrowia. Śmiechoterapia jest nauką badającą zjawisko śmiechu i jego wpływ na psychikę człowieka. Nie ma już chyba wątpliwości, że śmiech jest potrzebny i na co pomaga.

Terapia może wydawać się dziwna, jak przed laty nordic walking, który był uważany za dziwactwo, a dzisiaj jest powszechny i nikogo nie dziwi. Być może tak będzie z ćwiczeniami jogi uśmiechu.

Śmiejemy się z okazji i bez okazji. Cieszymy się i śmiejemy dzisiaj, nie czekając na przyszłość, która ma przynieść coś lepszego, ciekawszego... a może prawdziwe szczęście przyszło właśnie teraz. Uśmiech daje szczęście, a co to jest szczęście? Myślę, że to radość widziana w wyrazie twarzy i w oczach. Szczęście to radość, a ono z kolei jest walką ze smutkiem. To wesołość, pogoda ducha, optymizm, poczucie zadowolenia, satysfakcja. Radość to też emocje, które z biegiem lat rzadziej się ujawniają. Stajemy się bardziej zamknięci, radość nie jest w nas już tak

naturalna, zbyt mocno kontrolujemy swoje emocje, czy to ze względów osobistych, czy reguł i zasad, które nas otaczają. Każdego co innego cieszy i powoduje radość, każdy z nas ma własny schemat radości. Należy więc robić rzeczy, które nas uszczęśliwiają.

„Po śmiechu można poznać ludzi, i jeśli przy pierwszym spotkaniu śmiech kogoś zupełnie nieznanego spodoba się wam, śmiało twierdźcie, że to człowiek dobry” - w książce „Wspomnienia z domu umarłych” pisał Fiodor Dostojewski.

Bez względu czy sami się śmiejemy czy słyszymy śmiech innych czerpiemy z niego same dobre rzeczy. Czasami słyszymy - nie śmieję się tyle, bo będziesz miał zmarszczki. Meryl Streep powiedziała: „Niech nikt nie zmywa moich zmarszczek



Fot. pixabay.com

▲ Śmieję się do siebie i innych. W kolejce, na spacerze, w pracy i w domu. Śmiech to najlepsza terapia na świecie.

wokół usta, które pokazują jak bardzo się śmiałam... Bo są moje i są piękne”. Słynny francuski komik Luis de Fine w swoim testamencie polecił, by na jego pogrzebie odtworzyć taśmy z jego śmiechem. I mawiał, że śmiech dla duszy jest tym, czym tlen dla płuc.

Czy świat mógłby istnieć bez śmiechu? Prawdopodobnie tak, ale byłby zdecydowanie smutniejszy, a dni trudniejsze do przeżycia.

Śmiech to lek dostępny bez recepty, wzmacniający zdrowie, a także wspomagający leczenie wielu schorzeń.

Śmiech pozytywnie wpływa na codzienność.

Anna German śpiewała: „Uśmiechaj się, do każdej chwili uśmiechaj, na dzień szczęśliwy nie czekaj, bo kresu nadejdzie czas, nim uśmiechniesz się chociaż raz”.

Krystyna Andrzejewska

KSIEGARZ - ZAWÓD GINĄCY

Przy ulicy Bohaterów Westerplatte w Lesznie jest Księgarnia Osiedlowa. Od ponad dziesięciu lat prowadzą ją Arleta i Roman Sobala, chociaż z księgarnią są związani o wiele dłużej.

W 1969 roku powstał w Lesznie Dom Książki. Przed rokiem 1982 miał aż cztery księgarnie. - Kiedy w 1982 roku zaczęłam pracować w Domu Książki pamiętam czasy kiedy towar schodził od razu po wyłożeniu na półki. Ludzie kupowali książki, czasami nawet nie wiedzieli jaki tytuł biorą. Panował niedosyt słowa pisanego - mówi Arleta Sobala. - Przypominam sobie jedną z historii - Dom Książki dostał encyklopedię. Nawet nie wpuszczono klientów do księgarni, tylko w drzwiach wejściowych została zamontowana lada i tak odbywała się sprzedaż. W godzinę zeszło wszystko do ostatniego egzemplarza.

Kiedy A. Sobala po urlopie wychowawczym wróciła do pracy nie zaczęła jej ponownie na Rynku, ale już w Domu Książki przy ul. Boha-

terów. Westerplatte. W 2014 roku punkt przejęli państwo Sobala i od tamtej pory jest to Księgarnia Osiedlowa.

- Teraz bardzo ciężko prowadzi się księgarnię - uważa R. Sobala. - Co jakiś czas dowiadujemy się, że ktoś z naszych znajomych zamknął księgarnię.

- Księgarnie umierają przez Internet, audiobooki, ale też spada czytelnictwo. Poza tym książki są drogie - takiego zdania jest pani Arleta. - Mimo tego wszystkiego mamy grono stałych czytelników. Mamy takich, którzy od nas odeszli, ale wrócili, bo nie interesują ich zakupy w sieciówkach.

Do księgarni trafiają klienci nie tylko z Leszna, ale także ościennych miejscowości.

- Dziennie ukazują się wiele nowości, nie możemy mieć każdej, ale zamawiamy konkretne tytuły na życzenie klientów - wyjaśnia pan Roman.

Obecnie największe wzięcie mają książki dla najmłodszych czytelników. Tendencję na pewno wywołała pandemia.

- Kiedyś podręcznikami księgarze nadrabiali gorsze miesiące. Od kiedy podręczniki dla uczniów klas młodszych są za darmo, sezon podręcznikowy nie istnieje.

Mimo wszystko książka to jeszcze ciągle dobry prezent.

- Są klienci, którzy proszą nas o radę. Liczą, że podsunie im jakiś pomysł. Potem często te osoby do nas wracają - przyznaje pani Arleta.

Można mówić o modach na autorów.

- Był okres kiedy sprzedawał się William Wharton albo Paulo Coelho. Kiedy Olga Tokarczuk otrzymała literackie-

go Nobla klienci byli zdziwieni, że jakiegoś tytułu nie mamy na półkach. O poezję Wisławy Szymborskiej nikt nie pytał dopóki nie dostała Nobla - kontynuują pani Arleta.

- Na popularność autorów ma telewizja. Padnie z niej tytuł i od razu klienci o niego pytają - dodaje pan Roman.

Państwo Sobala z księgarnią są związani nie tylko zawodowo. Zostawiają w niej serce. Po prostu nią żyją.

- Kiedy ktoś mnie pyta w jakim terminie jedziemy na urlop odpowiadam pytaniem, a co to jest urlop? Nie ma nas kto zastąpić. Księgarnię prowadzimy sami - podkreśla pani Arleta.

Razem z mężem są tego samego zdania, księgarz należy do kategorii ginących zawodów. Może więc w zapędzeniu, pośpiechu dnia codziennego warto od czasu do czasu wpaść do księgarni, poszperać po półkach i zabrać ze sobą książkę na wakacyjne leniuchowanie albo na długie wieczory. (jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

Rozwiązanie krzyżówki z poprzedniego numeru

"Lekarstwo pomaga zawsze, jak nie pacjentowi to aptekarzowi"

Nagrody dla zwycięzców przekazał Urząd Miasta Leszna.

Właściwa dieta, ruch i „zdrowa” głowa

Zaparcia powodują dyskomfort, szczególnie jeśli dolegliwość zwlekać z konsultacją u lekarza, ponieważ problem z wypróżnianiem

jest związana z bólem. Nie ma więc co może być objawem poważnej choroby.

DIETA

To co jemy ma bardzo ważny wpływ na stan zdrowia. Im więcej w diecie produktów przetworzonych, z konserwantami i tłustych, tym większa szansa na pojawienie się zaparcia. Alkohol i czekolada również nie są wskazane.

- *Kanon to dieta zbilansowana i bogatoresztkowa czyli bogata między innymi w warzywa i owoce. Ważne jest nawodnienie, a tu mam na myśli picie około dwóch litrów płynów na dobę, o ile lekarz ze względu na choroby współistniejące nie zaleci mniejszych ilości* - tłumaczy lekarz Sebastian Werner, prezes Stowarzyszenia Kolory Hospicjum Domowe. - *Organizm nawodnimy pijąc nie tylko wodę, ale także soki i niezbyt mocne herbaty, mogą być smakowe czy owocowe, najlepiej oparte o naturalne składniki. Dieta uwzględniająca większą ilość zup może także być pomocna w utrzymaniu prawidłowego bilansu płynowego. Pacjentom w starszym wieku zaleca się jak najwięcej produktów półpłynnych, ponieważ są łagodne dla żołądka, szybko ulegają strawieniu i wchłonięciu.*

Przy zaparciach można sięgać po suszone śliwki i morele oraz jo-

gurty i gotowane jabłka. Produkty bogatoziarniste będą wskazane dla perystaltyki jelit, ale nie wszystkie produkty bogate w ziarna będą dla wszystkich korzystne.

- *Część pacjentów uskarża się na stany zapalne jelita grubego związane z uchyłkami, dlatego nie zalecam w diecie ziaren, chyba że mielone.*

LEKI

Część ma działanie prozaparciowe, dlatego należy skontaktować się z lekarzem, by sprawdził, czy któryś z leków nie prowokuje problemu, a nawet go wzmacnia.

STAN PSYCHICZNY

- *Niestety młodzi pędzą za pracą, pieniędzmi i innymi obowiązkami, nie zawsze mając czas dla seniora. Pacjenci często nie przyznają się do samotności i tego, że czują się niezauważani i niedoceniani. U osób w starszym wieku bardzo często zaparcia są maską zaburzeń depresyjnych* - uważa S. Werner.



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Lekarz Sebastian Werner, prezes Stowarzyszenia Kolory Hospicjum Domowe w Lesznie.

RUCH

Im więcej się ruszamy, tym perystaltyka jelit lepiej funkcjonuje, ponieważ jest wspomagana mięśniami zewnętrznymi. Oczywiście ma być to aktywność dostosowana do możliwości seniora.

POWAŻNE PROBLEMY

- *Perystaltyka jelit z wiekiem jest gorsza, ale czasami pogorszenie może zwiastować chorobę onkologiczną. Objawy zaparcia należy skonsultować z lekarzem, który będzie mógł stwierdzić czy nie należy wdrożyć diagnostyki w kierunku choroby nowotworowej* - tłumaczy lekarz S. Werner. - *Jeśli zbagatelizujemy długo trwające zaparcia, a jeśli jeszcze pacjent będzie odwodniony, w konsekwencji mogą się wytworzyć kamienie kałowe. Jeżeli w porę nie uzyska się prawidłowej perystaltyki i drożności układu pokarmowego, może dojść do niedrożności, która może zakończyć się leczeniem operacyjnym. Usuwanie kamieni kałowych jest trudne, bolesne i niekomfortowe. Liczba wypróżnień w tygodniu jest istotna. Wydalanie stolca może być codziennie, ale jeśli będzie bolesne, niepełne i wymagało dużych sił, każdy z tych objawów budzi niepokój medyczny. Istotna jest jakość stolca, czy jest podłużny i wąski, a może jest w postaci małych kulek. Może komuś wydawać się, że to banalne, jednak dla stanu zdrowia ma to duże znaczenie. Dlatego istotna jest profilaktyka.*

(jrs)

Na naukę nigdy nie jest za późno

Nie każdy potrafi pływać, ale co stoi na przeszkodzie, by się tego nauczyć. Jeśli ktoś ma obawy związane z wejściem do basenu, na pewno z doświadczonym trenerem uda mu się je pokonać.

Różne mogą być powody braku umiejętności pływackich. Niekiedy lęk wywołują złe doświadczenia.

- *Jestem przekonany, że strach przed wodą można pokonać. Najlepsza będzie metoda małych kroków, bo na siłę niczego się nie*

działa - tłumaczy Grzegorz Kapitan, dyrektor Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego w Lesznie, któremu podlega Środowiskowa Pływalnia Edukacyjna.

Pierwsza lekcja z instruktorem polega na zapoznaniu uczestnika kursu z basenem.

- *W ten sposób buduje się poczucie bezpieczeństwa. Osoba ucząca się pływać musi wiedzieć, w którym miejscu woda będzie głębsza oraz gdzie i czego może się chwycić, gdy poczuje taką potrzebę. Na pewno podczas pierwszego wejścia do wody instruktor*

nie będzie wymagał pełnego zanurzenia się w wodzie. Uczący się pływać musi się z nią oswoić, najpierw spacerując po płytkim torze. Dopiero potem jest zanurzenie, ale nie od razu całego ciała. Robi się to stopniowo. Znowu sprawdzi się metoda małych kroków. Dalej

jest zdobycie umiejętności leżenia na wodzie, kolejnym elementem kursu są ćwiczenia technicznych. Bardzo pomocne są na przykład deski do pływania czy tak zwany makaron, które ułatwią utrzymanie się na wodzie i dadzą komfort bezpieczeństwa.

Ile zajmuje nauka pływania?

- *Porównuję ją do nauki języka obcego. To sprawa indywidualna. Dużo zależy od chęci i samozapararcia.*

Może się zdarzyć, że osoba, która potrafi pływać, ma obawy przed wejściem do jeziora lub morza.

- *Powodem jest lęk przestrzenny* - wyjaśnia G. Kapitan. - *Stykam się z tym na obozach studenckich. Młodzi ludzie swobodnie pływają w basenie, ale już kiedy wypływają w grupie na jezioro u niektórych zaczyna się płytki oddech i obawa, czy na pewno dopłyną do brzegu. Z tym również trzeba się oswoić.*

(jrs)



Fot. J. Rutecka-Siadek

▲ Panie z Leszczyńskiego Stowarzyszenia Rehabilitacyjnego „Amazonka” podczas zajęć na Środowiskowej Pływalni Edukacyjnej w Lesznie.

Dźwięki docierające do głębi ciała

Dźwięk mis i gongów tybetańskich posiada swoją wibrację, która może pozytywnie oddziaływać na komórki naszego ciała. Tym rodzajem relaksu zajmuje się Anna Piotrowska z Leszna. Koncertu w jej wykonaniu będzie można wysłuchać 18 lipca w Karczmie Borowej.

- Chcę pomagać ludziom w odnalezieniu spokoju i harmonii życia - mówi o oddziaływaniu dźwięków na organizm Anna Piotrowska. - Wibracjami płynącymi z mis i gongów staram się wspierać ciało, umysł i duszę, aby mogły odzyskać utraconą równowagę pomiędzy sobą.

Dźwięki mis tybetańskich są bardzo subtelne, dlatego miejsce koncertu musi mieć swój zaciszny klimat. Razem z dźwiękiem płyną subtelne wibracje, które oddziałują na całe ciało dając mu bardzo przyjemny relaks. Kiedy pani Anna wprawi w drżenie jeden z gongów wibracje są jeszcze bardziej odczuwalne.

Ważnym jest, aby przed takim nieco hipnotyzującym koncertem dokładnie upewnić się, że „żelazko zostało wyłączone”, gdyż wskazane jest odcięcie się na około godzinę od wszelkich problemów codzienności. Nie jest to bardzo trudne, gdyż subtelna wibracja dźwięków potrafi

zabrać człowieka w nieco inny świat. Stan relaksu objawia się w różny sposób, ludzie zapadają w płytszy lub głębszy trans, a niektórzy zasypiają. Zdarza się, że spod powiek wypłyną łzy, albo ktoś zacznie się spontanicznie uśmiechać. Koncert, który może trafniej należałoby nazwać seansem wymaga kameralnej widowni, maksymalnie kilkunastu osób. Najlepiej jeżeli warunki pozwalają na przyjęcie pozycji leżącej.

Wibracjom płynącym razem z dźwiękiem mis tybetańskich przypisywane są szerokie właściwości terapeutyczne, które wykorzystywane są podczas indywidualnych sesji. W trakcie zabiegów misy ustawiane są bezpośrednio na ciele osoby lub trzymane są nad ciałem.

- Organizm składa się w około 80 procentach z wody, a ten życiodajny płyn doskonale przewodzi płynące z mis fale dźwiękowe - wyjaśnia A. Piotrowska. - Wibracje w naturalny sposób docierają do komórek każdego



▲ Dźwięki mis i gongów tybetańskich wspaniale harmonizują z atmosferą leśnej polany.

narządu. Misa potrafi wydawać różny dźwięk, kiedy położę ją na ciele osoby biorącej udział w sesji. Dźwięk misy jest czasami nie-

ładny, co pozwala odczuć, że jakiś organ naszego ciała funkcjonuje nieprawidłowo. Zmienia się to w czasie, a wtedy pozytywne

zmiany następują również w organizmie. Wibracja dźwięku mis i gongów potrafi pobudzić krążenie płynów ustrojowych, zlikwidować niepożądane napięcia mięśni, wspomóc funkcjonowanie układu immunologicznego, czy nawet wzmocnić siły witalne. Powracająca do organizmu harmonia i energia sprawiają, że zaczyna on sobie radzić z wieloma dolegliwościami.

Osoby zainteresowane będą mogły zapoznać się z relaksującymi dźwiękami mis i gongów tybetańskich 18 lipca po godz. 18 na polanie w Karczmie Borowej. Jednak, aby seans na łonie natury miał sens, musi sprzyjać temu aura. Informacji na ten temat można oczekiwać na profilu Facebooka: @dharma.rozwoj.duszy lub na internetowej stronie Anny Piotrowskiej www.dharma.com.pl. Jak wibrują dźwięki mis i gongów można przekonać się także podczas sesji, które odbywają się w każdy piątek o godz. 19 w Chata Joga przy ul. Zielonej 14 w Lesznie. (JAC)

NIE WPADAJMY W PANIKĘ



Czym się różni krwotok od zwykłego zranienia? Kiedy wezwać pomoc? Na te i więcej pytań dotyczących krwotoków odpowiada ratownik medyczny Marcin Gbiorczyk z Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Lesznie.

Przy krwotoku plaster pomoże?

- Porównam to do pękniętego węża ogrodowego. Kiedy jest przerwany wypływa z niego woda. W pierwszym odruchu dziurę zatykamy palcem. Tak samo należy zrobić z raną, z której obficie wypływa krew. Trzeba przyłożyć opatrunek i mocno ucisnąć miejsce krwawienia. Najprościej zrobić to gazikiem, ale oczywiście w sytuacjach nagłych można wziąć kawałek czystego materiału. Należy go upchać w ranie, a miejsce ucisnąć, by zatamować krew.

Czy wezwać pomoc medyczną?

- Wszystko zależy od rodzaju rany i od tego jak intensywnie jest krwawienie. Nie należy wpadać w panikę, bo nie każde przecięcie wymaga wezwania pogotowia ratunkowego. Jeśli jednak nie potrafimy sobie poradzić z zatamowaniem krwi, nie wiemy co mamy robić, nie należy zwlekać z wykonaniem telefonu, by wezwać ratowników.

Krwotok może być niebezpieczny?

- Oczywiście, że tak. Może przecież dojść do zatrzymania krążenia, ale uspokoję, żeby to się wydarzyło, musi tej krwi naprawdę dużo wypłynąć. Zalecam, by osobę intensywnie krwawiącą obserwować czy nie zbladła albo nadmierne się nie spociła. Jeśli jednak tak się dzieje można wezwać pomoc. Bardzo często u seniorów mamy do czynienia z pękniętymi żyłkami podudzi, na skutek samoistnego pęknięcia czy niewielkiego urazu. Często osoby te przyjmują leki, które zmniejszają krzepliwość, co przedłuży krwawienie. Przy pękniętym żyłaku rana wcale nie musi być duża, to może być otwór wielkości szpilki, ale krew będzie intensywnie wypływać. Wtedy trzeba przyłożyć kawałek materiału i ucisnąć ranę. Z doświadczenia powiem, że problem robi się, gdy osoba krwawiąca jest sama, wtedy może być jej trudno zlokalizować miejsce krwawienia. Bywa, że taka osoba nie czuje, że żyłak pękł i z rany wypływa krew. To może stanowić zagrożenie.

Apteczka się przyda?

Należy w niej mieć gazy jałowe, bandaże elastyczne, chustę, nożyczki i plasty.

- Zalecam, by apteczkę przechowywać zawsze w tym samym miejscu. Powinni je znać wszyscy domownicy. W przypadku jeśli coś się wydarzy, nawet w zdenerwowaniu, każdy będzie wiedział gdzie znajduje apteczki.

Co robić w sytuacji krwotoku wewnętrznego?

- Mówiąc o krwotokach wewnętrznych najczęściej mówimy o krwawieniu do przewodu pokarmowego. Niepokojące sygnały to wymioty fioletowe czyli w wymiocinach znajduje się niestrawiona krew, co przypomina fusy od kawy. Jeśli jest ich znaczna ilość, pacjent jest osłabiony albo stracił przytomność należy wezwać Zespół Ratownictwa Medycznego. Smolisty i czarny stolec, albo podbarwiony krwią, takie objawy mogą sugerować, że w przewodzie pokarmowym doszło do krwawienia. Zalecam kontakt z lekarzem rodzinnym, który zweryfikuje objawy. (jrs)

▲ Miejsce krwawienia należy zabezpieczyć opatrunkiem i mocno ucisnąć, do ustąpienia krwawienia.

Fot. unsplash.com

Niezbędnik o spisie powszechnym

Od kwietnia w całej Polsce odbywa się Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań. Można dokonać elektronicznego samospisu, ale dla wielu starszych ludzi jest to techniczna bariera nie do pokonania. Dlatego do osób, które nie dokonają samodzielnego spisu, telefonują lub przychodzą do ich domów rachmistrzowie. Policja przestrzega, że pod tych specjalistów mogą podszywać się oszuści, aby wyłudzić dane osobowe oraz do logowania się w bankowości elektronicznej, czy numer karty płatniczej. Może zadzwonić nawet złodziej, aby dowiedzieć się, czy jesteśmy majętni i gdzie trzymamy pieniądze albo kosztowności. Dlatego bardzo ważne jest, aby zweryfikować, czy faktycznie telefonuje do nas i wypytuje nas rachmistrz.

Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań przeprowadzany jest przez Główny Urząd Statystyczny. Potrwa do końca września, a udział w nim jest obowiązkowy. Główną formą spisu jest samospis internetowy (interaktywny formularz dostępny na <https://spis.gov.pl>). Respondenci na własnych komputerach lub urządzeniach mobilnych wpisują wymagane dane w takim formularzu (aplikacja na bieżąco sygnalizuje, czy respondent właściwie wypełnia rubryki), a każda osoba dokonująca samodzielnego spisu jest uwierzytelnianą w systemie teleinformatycznym.

Po prawidłowym wypełnieniu wszystkich wymaganych kwestionariuszy osobowych i naciśnięciu przycisku „Dalej” następuje przejście do podsumowania samospisu. Pojawia się informacja, że formularz został poprawnie wypełniony oraz podziękowanie za udział w spisie. W przypadku, gdyby zaistniała konieczność poprawienia odpowiedzi na którekolwiek z pytań, należy nacisnąć przycisk „Wstecz”, co spowoduje powrót do listy kwestionariuszy osobowych. Można również skorzystać z rozwijalnego menu, dostępnego w lewym górnym rogu ekranu formularza i z dostępnej mapy badania wskazać tę część, w której znajduje się pytanie wymagające zmiany odpowiedzi. Na ekranie dostępny będzie również przycisk „Zakończ samospis”. Jego naciśnięcie spowoduje pojawienie się okna z prośbą o potwierdzenie zakończenia czynności. Wybór odpowiedzi „TAK” oznacza potwierdzenie, że wszystkie udzielone odpowiedzi na pytania są prawidłowe i zgodne ze stanem faktycznym. Skutkiem to będzie zakończeniem samospisu bez możliwości powrotu do formularza i modyfikacji danych. Wybór odpowiedzi „NIE” spowoduje zamknięcie tego okna i możliwe będzie skorygowanie wcześniej udzielonych odpowiedzi zgodnie z opisanymi powyżej krokami, ale do formularza można wrócić maksymalnie przez 14 dni.

Internetowy samospis jest rekomendowany w Narodowym Spisie Powszechnym, ale jeśli ktoś nie jest w stanie go dokonać metodą uzupełniającą jest spis telefoniczny dokonywany przez rachmistrza, który na podstawie zadanych pytań wypełni odpowiedni kwestionariusz. Warto zapamiętać, że rachmistrz może za telefonować tylko z dwóch numerów. Te numery to 22 82 88 888 i 22 279 99 99.

Zarówno w przypadku telefonu od osoby podającej się za rachmistrza, jak i bezpośredniej wizyty można sprawdzić, czy faktycznie mamy do czynienia z rachmistrzem. W razie wątpliwości należy spytać o jego imię, nazwisko i numer legitymacji albo poprosić go, aby zadzwonił do nas później, umawiając się na inny, konkretny termin.

Zanotowane dane można sprawdzić na stronie Narodowego Spisu Powszechnego (www.spis.gov.pl) w zakładce „Sprawdź rachmistrza” lub telefonując na infolinię spisową na numer 22 279 99 99 (od poniedziałku

do piątku w godz. od 8 do 18) lub w Gminnym Biurze Spisowym w Lesznie pod telefonami 65 529 81 68 i 65 529 81 69.

- *Telefonicznie rachmistrz dokonuje spisu tylko raz, nie dzwoni kilka razy* - mówi Agnieszka Sztor, koordynator Gminnego Biura Spisowego w Lesznie. - *Spisuje daną osobę lub ro-*



Fot. J. Witczak

▲ W Lesznie funkcjonują dwa punkty wyposażone w stanowiska komputerowe, w których można dokonać samospisu. Znajdują się w Centrum Informacji Turystycznej przy ul. Słowiańskiej oraz w siedzibie Gminnego Biura Spisowego przy ul. Wałowej 5.

dzinę tylko pod adresem jej zamieszkania, a nie zameldowania. Nie jest istotne, czy osoba jest pod danym adresem zameldowana na pobyt stały lub czasowy, czy mieszka bez zameldowania. Nie ma też znaczenia ile ktoś posiada mieszkań, nieruchomości.

Mieszkaniec może odmówić spisu telefonicznego i poprosić rachmistrza o przyjeździe w umówionym terminie do domu. Rachmistrzowie pracują, a więc także telefonują w godz. od 8 do 20.

W przypadku samodzielnego spisu może dokonać go w kilkuosobowej rodzinie zamieszkującej pod tym samym adresem tylko jeden jej członek. Wykaz pytań w kwestionariuszu umożliwia wpisanie danych pozostałych osób z rodziny. Nie ma potrzeby, aby każdy członek rodziny mieszkającej wspólnie dokonywał osobno samodzielnego spisu.

- *Osoba pełnoletnia podaje za inne osoby z tego samego gospodarstwa domowego informacje o mieszkaniu i wszystkich osobach w nim zamieszkałych, ustala skład osobowy mieszkania, określa relacje rodzinne pomiędzy osobami i udziela odpowiedzi na pytania zawarte w kwestionariuszu mieszkaniowym*

i osobowym - tłumaczy koordynator Gminnego Biura Spisowego.

W Lesznie funkcjonują dwa punkty wyposażone w stanowiska komputerowe, w których można dokonać samospisu, jeśli ktoś nie ma takich możliwości we własnym zakresie albo nie jest w stanie sobie z tym poradzić.

wane - nie wpuściły mężczyzny do mieszkania. Zadzwoniły do Gminnego Biura Spisowego, aby powiadomić o tej sytuacji. Urząd Miasta Leszna przekazał informację policji.

Policja przestrzega przed oszustami i apeluje o ostrożność. Ponadto zachęca do zapoznania się z zasadami i pytaniami obowiązującymi podczas spisu, bo dzięki temu będziemy wiedzieli jakich pytań spodziewać się ze strony rachmistrza, a na jakie nie powinniśmy odpowiadać. Jeśli pojawiają się pytania na przykład o numery kont bankowych, dane do logowania na konto, czy posiadane kosztowności, możemy być pewni, że mamy do czynienia z oszustem, bo takich pytań w formularzu spisowym nie ma.

- *Kontakty telefoniczne rachmistrza oznaczają tylko to, że taka osoba do nas zadzwoni* - mówi Monika Żymełka, rzeczniczka leszczyńskiej policji. - *Nie dochodzi do wysyłania SMS-ów czy maili z załącznikami, dlatego należy wystrzegać się ich otwierania, klikania w nie zweryfikowane pod względem bezpieczeństwa linki, czy inne pliki albo telefonowania na podany w wiadomości numer.*

Ale uczulamy również na telefoniczne czy bezpośrednie rozmowy z rachmistrzem, bo w spisie powszechnym nikt nie ma prawa domagać się od nas podania danych do konta, czy karty bankowej. Oszuści wykorzystują wszelkie możliwe sposoby, aby wyłudzić dane do konta bankowych. Gdy już natomiast dokonamy spisu, czy to samodzielnie, czy poprzez rachmistrza, nikt więcej w tej sprawie nie powinien się z nami kontaktować twierząc na przykład, że chodzi o uzupełnienie spisu albo dodatkowe informacje. Apelujemy o wzmożoną czujność, zwłaszcza do seniorów, których ufność mogą chcieć wykorzystać przestępcy.

J.W.

Sprawdź tożsamość rachmistrza

<https://rachmistrz.stat.gov.pl>

Liczymy się DLA POLSKI!

STANISŁAW PRZYBYLSKI I ZDZISŁAW DOBRUCKI

Ostatnie tygodnie przyniosły smutne informacje dotyczące leszczyńskiego żuźla. Najpierw pożegnaliśmy Włodzimierza Helińskiego, a nie tak dawno odeszli od nas dwaj nestorzy „czarnego sportu” - Stanisław Przybylski i Zdzisław Dobrucki.

Stanisław Przybylski przygodę z żużlem zaczynał jeszcze u boku legendarnego Alfreda Smoczyka. Najpierw w roli zawodnika, a następnie mecha-

nik. Później przez wiele lat interesował się „czarnym sportem”. Był prawdziwą kopalnią wiedzy o żużlu, zwłaszcza jego początkach. Do ostatnich dni swojego życia śledził wszystko to, co działo się wokół tej dys-

cypliny sportu. Szczególnie bliższy był mu oczywiście leszczyński klub.

Stanisław Przybylski 19 kwietnia tego roku obchodził 94. urodziny. Jego ostatnie po-

żegnanie odbyło się na cmentarzu parafialnym przy ul. Kąkolewskiej.

Zdzisław Dobrucki był znakomitym przed laty zawodnikiem, a później cennym szkoleniowcem. Barw Unii Leszno bronił nieprzerwanie przez 16 lat (1963-78). Był podporą drużyny, z którą trzykrotnie stawał na podium DMP (srebro w 1977 oraz brąz w 1975 i 1976 roku). Dwukrotnie wygrywał finały Młodzieżowych Indywidualnych Mi-

strzostw Polski (1968 i 1969). W gronie seniorów triumfował w finale IMP w Gorzowie Wielkopolskim w 1976 roku.

W swoim dorobku miał też brązowy krążek Drużynowych Mistrzostw Świata zdobyty w niemieckim Olching w 1972 roku, a także trzy zwycięstwa w prestiżowym Memoriale Alfreda Smoczyka (1969, 1971, 1976).

Po zakończeniu kariery zawodniczej był trenerem, prowadził m.in. Unię Leszno. Pomagał też w karierze synowi Rafałowi, obecnemu szkoleniowcowi kadry narodowej seniorów i juniorów. Doradzał mu oraz przygotowywał sprzęt, na którym popularny „Rafi” odnosił liczne sukcesy.



▲ Stanisław Przybylski.

Fot. archiwum



▲ Zdzisław Dobrucki z synem Rafałem.

Fot. Facebook R. Dobruckiego

Żywo interesował się sprawami „czarnego sportu”, często brał udział w spotkaniach z kibicami. Doczekał się swojej tablicy w Alei Gwiazd Żuźla przed leszczyńskim stadionem.

Pogrzeb Zdzisława Dobruckiego (w listopadzie skończyłby 77 lat) odbył się także na cmentarzu parafialnym w Lesznie. (ceg)

KAZIMIERZ WERWIŃSKI

Od 1 września 1985 roku przez kolejnych pięć lat dyrektorem ówczesnego Zespołu Szkół Technicznych w Lesznie był Kazimierz Werwiński. Zmarł w wieku 81 lat. Jego ostatnie pożegnanie odbyło się 17 czerwca tego roku.

Pracę zawodową zaczynał od szkół podstawowych w Tworzanicach i Rydzynie. Z Zespołem Szkół Technicznych był związany od 1963 roku jako nauczyciel fizyki. W 1978 roku, za kadencji dyrektora Alojzego Koniora, przyjął stanowisko wicedyrektora.

- Więcej robił niż mówił - tak Kazimierza Werwińskiego wspomina Andrzej Stężyła, wicedyrektor Zespołu Szkół Technicznych Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego. - Był małowówny i konkretny. Na jego lekcjach panowała kom-

pletna cisza. Nie podnosił głosu, ale wzrokiem elektryzował uczniów.

Pan Kazimierz od podstaw tworzył kółko fizyczne i pracownię fizyczną w ZST.

- Uczniowie po cichu nazywali go Kojakiem, a to ze względu na fryzurę, ale także „za plecami” mówili o nim sympatycznie Kaju Słoneczko - przypomina A. Stężyła. - Ulubionym powiedzeniem dyrektora było „Chopoku, ogarnij się”.

Po przejściu na emeryturę dyrektora Alojzego Koniora, 1 września 1985 roku K. Werwiński przyjął na siebie obowiązki dyrektora.

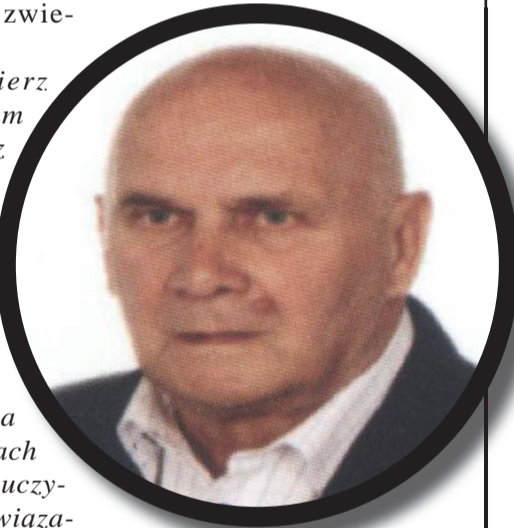
- Mieszkał blisko szkoły i w szkole był zawsze pierwszy.

Jego zasługą była rozbudowa szkoły. Budynek, w którym obecnie mieści się Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego został wybudowany pod zaplecze pływalni. Do budowy nie doszło. Obiekt przejęła szkoła, powstało w nim osiem klas. Do roku 2010 jeszcze odbywały się tam zajęcia.

A. Stężyła wspomina, że oczkiem w głowie dyrektora Werwińskiego był udział młodzieży w wyjazdach Ochotniczych Hufców Pracy. Była to okazja do wzbogacenia kie-

szonkowego, ale też zwiedzania.

- Mimo że Kazimierz Werwiński dyrektorem był tylko pięć lat, przez wszystkie lata spędzone w szkole oddawał jej serce. Już będąc na emeryturze uczył przez kolejnych kilka lat. Trzy lata temu był z nami na zakładowej wycieczce. Bywał na nauczycielskich Wigiliach i był gościem Dnia Nauczyciela. Z jego osobą związanym jest wiele wspaniałych wspomnień.



Fot. album „ZST 1965-2015”

(jrs)

ZYGMUNT ROSIŃSKI

28 kwietnia tego roku zmarł Zygmunt Rosiński. Był emerytowanym kierownikiem komunikacji miejskiej w Lesznie.

- Zygmunta Rosińskiego poznałem w 1982 roku, był jednym z najdłużej pracujących kierowników komunikacji miejskiej. Za kierownicą miejskiego autobusu spędził prawie 30 lat. Dał się poznać jako bardzo dobry pracownik i kolega - tak zmarłego wspomina Jacek Domagała, dyrektor Miejskiego Zakładu Komunikacji w Lesznie. - Młodzi kierownicy stawiali przy nim pierwsze kroki. Był dla nich

nie tylko starszym kolegą, ale i nauczycielem. Bardzo im pomagał. „Zyga” bo tak się do niego wszyscy zwracali, nawet po przejściu na emeryturę nie zerwał kontaktów z zakładem, który odwiedzał regularnie. Ostatni raz był w zajezdni MZK w marcu tego roku. Rozmawialiśmy o pandemii, o jej skutkach i o przyszłości.

Jako kierowca Z. Rosiński był:

- Solidny. Sumienny. Rzetelny. Bardzo punktualny w swojej pracy. Przestrzegał zasad bezpieczeństwa. Na Zygmunta zawsze można było liczyć. Na każdy telefon z pracy odpowiadał: „jestem do dyspozycji, jeśli trzeba będę w pracy”. Mówił to bardzo głośnym, stanowczym, aczkolwiek bardzo serdecznym głosem - wspomina dyrektor MZK. - Kilka razy odwiedziłem go w domu, zapra-

szal mnie do swojego ogrodu, którym się chwalił i któremu poświęcał wolny czas. Siadaliśmy zazwyczaj pod pięknym orzechem i wspominaliśmy „stare czasy”. Zygmunt miał wspaniałe cechy charakteru, był szczery, cierpliwy, gościnnie, uczciwy.



(jrs) Fot. MZK w Lesznie/Facebook

A 15x15 crossword puzzle grid with 15 numbered squares (1-15) indicating the start of words. The grid is partially filled with words and numbers. The words are:

- 1: Sanki sportowe
- 2: Do niego przybija się deski podłogi
- 3: Powolny ... to boston
- 4: Włoski samochód osobowy
- 5: Krewny czapli (... czczony)
- 6: Wsad do poduchy
- 7: Zna język migowy
- 8: Leży nad Sejmem (Rosja)
- 9: Miasto z Czerwonym Fortem
- 10: Auto z Ukrainy Oktawa + sekunda
- 11: Śpiewa o Joszku Brodzie
- 12: Może być asem
- 13: ... IV Szujski, car Rosji
- 14: Koreańskie auto (np. matiz)
- 15: Nimfa wodna
- 16: Słoik z kompotem Zasklepia się
- 17: Mała do siedzenia (i jeźdzenia)
- 18: Pavlović, w „Tańcu z gwiazdami”
- 19: Zdrowe warzywo
- 20: „Płoty” hokejowe
- 21: Opada lub podnosi się z łąk
- 22: Zna z hitu „I Should Be So Lucky”
- 23: Rodzaj japońskiej maty
- 24: ... Trefl, bije kara, piki i kiery
- 25: Wstęp do aktu prawnego: arenga
- 26: Ruch tłoka (w silniku)
- 27: Gromada bydła, owiec i kóz; stado
- 28: Coś do sprawnienia hultajowi
- 29: Ma około 4047 m² ... Stern, poeta
- 30: Zabieg u kosmetyczki
- 31: W tenisie: część seta
- 32: Język Arystotelesa
- 33: Pies pokojowy
- 34: Imię Rolskiej, piosenkarki
- 35: Np. brzozywo lasek
- 36: Ośle w książce
- 37: „Sześć” benedyktynów
- 38: Ustęp tekstu, od nowego wiersza
- 39: Placpek pieczony przez Żydów
- 40: Roślina zielna (lub z piasku)
- 41: Określenie pasujące do Pinokia
- 42: ... IV Szujski, car Rosji
- 43: Monika, postać z „Klanu”

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 43 utworzą rozwiązanie - przysłowie gruzińskie.

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	

Wśród osób, które do końca lipca 2021 r. prześlą na adres redakcji „ABC” (ul. Słowiańska 63, 64-100 Leszno) prawidłowe rozwiązanie, rozdamy 3 nagrody ufundowane przez Urząd Miasta Leszna. **Prosimy o podanie numeru telefonu.**

OTWARTE DRZWI – kwartalnik skierowany do starszych mieszkańców Leszna. Wydawany na zlecenie Urzędu Miasta w Lesznie przez Leszyńską 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.