

Już dziś specjalny dodatek **ŚWIĄTECZNE GWIAZDECZKI**

● A w nim wielki album pełny dziecięcych uśmiechów z naszego regionu

Środa,
3.12.2025
Wydanie 1
Nr 280 (24.862)

www.gloswielkopolski.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS 8 LAT WIELKOPOLSKI

Odzyskujemy zagrabione dzieła sztuki, Poznań walczy o powrót pięciu kolejnych str. 2



Zabytkowy mur zniszczony, urzędnicy nie spieszyli się z reakcją str. 2

Do sanatorium szybciej i także za darmo. Kiedy ZUS zapłaci za turnus? str. 12



POZNAŃ

Najstarsza zajezdnia ma tętnić życiem. Po 15 latach zacznie się remont str. 5



POZNAŃ MIASTO MOŻE STAĆ SIĘ WŁAŚCICIELEM ŚWIETLICY

Osiedle Maltańskie w ręce miasta?

Paweł Antuchowski
pawel.antuchowski@polskapress.pl

Według likwidatora Stowarzyszenia Osiedle Maltańskie i mieszkańców walczących o pozostanie na osiedlu, miasto może starać się o zasiedzenie budynku świetlicy. Według nich świetlica została wybudowana za pieniądze miejskie.

Nowym wątkiem w walce o osiedle Maltańskie jest możliwość włączenia się miasta w batalię o zasiedzenie terenu. O stwierdzenie zasiedzenia, a co za tym idzie, przejęcie działki na własność, stara się kilkanaście rodzin zamieszkujących na osiedlu. Tymczasem okazuje się, że w sprawę zasiedze-

nia może włączyć się także samo miasto Poznań.

Według likwidatora Stowarzyszenia Osiedle Maltańskie i Wielkopolskiego Stowarzyszenia Lokatorów istnieją dowody na to, że miasto i tylko miasto zajmowało się świetlicą przez ponad 30 lat. Co więcej, prawdopodobnie świetlica została wybudowana z miejskich pieniędzy.

- Ten wątek pojawił się niedawno i składałam interpelację w tej sprawie, na którą nie otrzymałam konkretnej odpowiedzi, jak wyglądają sprawy łżenia pieniędzy na świetlicę - mówi radna Małgorzata Woźniak z KO. - Miasto akurat nie posiada wszystkich materiałów. Jako miasto powinniśmy zwrócić się do likwidatora stowarzy-

szenia o przekazanie nam tych dokumentów. To jest dla nas kluczowe, bo chodzi o pieniądze, które mogą należeć się miastu - zauważa radna.

Według relacji radnej miasto zostało już włączone do postępowania o zasiedzenie. O tym nie wiedział jeszcze wiceprezydent Jędrzej SolarSKI, ponieważ potencjalne zasiedzenie świetlicy to nowy wątek.

- Jest za wcześnie, żeby podjąć jakiegokolwiek decyzję. Taka informacja wypłynęła kilkanaście dni temu. Sprawdzamy ją i kiedy będziemy mieli informacje formalnoprawne, wtedy podejmiemy decyzję, czy rzeczywiście można złożyć wniosek o zasiedzenie - podkreśla SolarSKI.

Czytaj str. 3

Zabójstwo Ziętary. Sprawa wraca do sądu

Sąd Apelacyjny zakwestionował niewinność ochroniarzy Elektromisu. Uznał, że dowody w sprawie zniknięcia Jarosława Ziętary są dziś wystarczające do skazania str. 4

Nr ISSN 2353-6179

Nr indeksu 350-281



Koniec hodowli zwierząt na futra
Prezydent podpisał ustawę str. 3



Mieszkańcy chcieli utworzenia specjalnej komisji rady miasta, która zajmie się problemem osiedla

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Polski poeta, holenderski wojak i konkwistador Krzysztof Arciszewski to jedna z najciekawszych postaci w burzliwych dziejach dawnej Polski

Zamów prenumeratę

Głos Wielkopolski ☎ 61 333 22 60
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gloswielkopolski.pl

Zabytkowy mur obronny w Poznaniu z graffiti

Paweł Antuchowski
pawel.antuchowski@polskapress.pl

Fragment zabytkowego muru obronnego, który do XIX wieku okalał Poznań padł ofiarą graffitiarzy. Dopiero nasza interwencja wywołała reakcję urzędników.

Mury miejskie, które do XIX wieku okalały Poznań, zostały w znacznej części rozebrane. Kilka fragmentów zachowało się jednak do dziś, czego przykładem jest odcinek znajdujący się między ulicą Wrocławską, a wejściem do parku Chopina. Padł on jednak ofiarą graffitiarzy.

- Obawiam się, że po nich przyjdą inni i namalują kolejne tagi, bo głupków nie brakuje - zwraca uwagę czytelnik.

Zaledwie kilkaset metrów dalej znajduje się główna siedziba Urzędu Miasta Poznania. Zapytaliśmy urzędników, czy wiedzą o malunkach na murze.

- Miejski Konserwator Zabytków podejmie interwencję w zakresie namalowania graffiti na fragmencie muru - przekazała nam Joanna Bielawska-Palczyńska, dyrektorka biura MKZ. -Mur powinien zostać oczyszczony i zabezpieczony. Zgłosimy też ten akt wandalizmu na policję - dodała.



FOT. CZYTELNIK

REDAKTORZY DYŻURNI

Widziałeś/łaś coś ciekawego? Chcesz tym się z nami podzielić? Zadzwoń do redaktora dyżurnego w wybranym mieście lub wyślij e-mail na wydawca@glos.com

Poznań: Maciej Szymkowiak – 61 860 60 82
Piła: Martin Nowak – 797 607 926
Kalisz: Mariusz Kurzajczyk – 502 499 351
Leszno: Anna Maćkowiak – 502 499 724

Pogoda w regionie

Poznań



Dzień 4°C
Noc -1°C

Barometr 1019 hPa
Wiatr 14 km/godz.
Biomet korzystny

Kalisz



Dzień 4°C
Noc 0°C

Leszno



Dzień 5°C
Noc -1°C

Piła



Dzień 4°C
Noc 0°C

Jeszcze jutro będzie raczej słonecznie, w piątek możliwy deszcz

Polska odzyskuje zagrabione w trakcie wojny dzieła. Poznań walczy o 5 kolejnych

Marta Jarmuszcak
marta.jarmuszcak@polskapress.pl

Do Poznania trafiły już m.in. dwa obrazy i starodruk, a do Gołuchowa flamandzki gobelin. Los wielu dzieł, zrabowanych w trakcie wojny, nadal jest jednak nieznany, a część nie wróci do kraju.

Do Polski wracają 73 dokumenty pergaminowe ze zbiorów Archiwum Głównego Akt Dawnych w Warszawie, pochodzące z XIII-XV w. oraz głowa św. Jakuba starszego z kościoła NMP na Zamku Wysokim w Malborku. We wrześniu do Muzeum Narodowego w Poznaniu trafiły obrazy Wywiórskiego „Przedwiośnie” i „Autoportret w plenerze”. Do zamku w Gołuchowie przewieziono gobelin „Scena w ogrodzie”, a zbiory Biblioteki Uniwersyteckiej w Poznaniu zasilili starodruk autorstwa Johanna Albrechta Gesnera.

Na powrót do Poznania czeka jeszcze wiele dzieł. Jak tłumaczy nam dyrektor Muzeum Narodowego, toczy się pięć procesów restytucyjnych. Szczegóły jednak będą utajnione aż do momentu podpisania stosownych dokumentów, kiedy wiadome będzie na 100 procent, że przedmioty wrócą do Polski.

- Muzeum Narodowe, wówczas Muzeum Wielkopolskie zostało - jak wiele muzeów - brutalnie potraktowane przez okupanta niemieckiego i permanentnie, od wielu lat trwa proces restytucji. Specjalna ko-



FOT. ROBERT WOZNIAK

Do Poznania trafiły już dwa obrazy Michała Gorstki Wywiórskiego, starodruk Johanna Albrechta Gesnera z 1 poł. XVIII wieku.

mórka restytucji mienia w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Narodowego w wyniku swoich poszukiwań natrafi na prawdopodobny ślad dzieła z Poznania, to natychmiast, w sposób bardzo poufny się z nami kontaktuje. My dostarczamy pewne informacje, nie wiedząc jeszcze, gdzie i czy już to znaleziono. Nasze informacje pozwalają uszczegółowić cechy dzieła, żeby potwierdzić, że akurat ten egzemplarz został zrabowany z Muzeum Wielkopolskiego - mówił Tomasz Łęcki.

Nie wiadomo jednak co stało się z częścią z zaginionych dzieł.

- Są dwa tłumaczenia tych strat - zniszczenie w trakcie

bombardowań i bitwy o Poznań (1945) lub - co byłoby szczęśliwsze dla nas: grabież. Jest więc możliwość, że część tych obiektów nie przepadła bezpowrotnie, tylko znajduje się w prywatnych rękach czy w publicznych instytucjach, ale nieujawniona na przykład w archiwach, bibliotekach rosyjskich lub niemieckich. Poza ewentualnymi rozproszczeniami za granicą, musimy też brać pod uwagę rozproszenia na terenie w kraju - tłumaczy Jakub Łukaszewski z Biblioteki Uniwersyteckiej w Poznaniu.

Części z nich odzyskać w fizycznej postaci nie możemy. To jednak nie przeszkadza, aby je badać i katalogować.

- Mimo trudnego kontekstu zaborów czy grabieży wojennej, dobrym przykładem współpracy jest nasze partnerstwo z kolegami ze Szwecji, z Uppsali. Znajduje się tam znaczna część poznańskich zbiorów. Ze względu na ich historyczne losy są one dziś w Szwecji traktowane jako tamtejszy łup wojenny, zgodnie z prawem obowiązującym w czasie ich przejęcia. Nie ma więc realnych szans na ich restytucję. Nie stanowi to jednak przeszkody, by użytkować do nich dostęp, a także wspólnie je opracowywać, katalogować, udostępniać online i przede wszystkim digitalizować - mówił bibliotekarz.

POD POZNANIEM JEST DOM JAK Z BAJKI. ZDOBIĄ GO TYSIĄCE ŚWIATEŁ



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Choć do świąt zostało jeszcze kilka tygodni, niektórzy już zamontowali świąteczne dekoracje. W Suchym Lesie pod Poznaniem przy ul. Zielńskiego stoi dom, na który trudno jest nie zwrócić uwagi. Przyciąga wzrok już z daleka. A wszystko za sprawą setek światełek zawieszonych na budynku. W oczy rzucają się też świąteczne i zimowe ozdoby ustawione w różnych częściach ogrodu. Znajdziemy tu Mikołaja, bałwana, renifera. Nic dziwnego, że wiele osób przyjeżdża, by obejrzeć te dekoracje. AG

nasz REGION

www.gloswielkopolski.pl

KRÓTKO

POZNAŃ

Zwłoki przy spalonym aucie

Poznańscy policjanci o pożarze samochodu osobowego zostali powiadomieni we wtorek, 2 grudnia około godziny 12:30. Auto stało zaparkowane na parkingu przy ulicy Roboczej w Poznaniu. - Strażacy po przeprowadzonej akcji gaśniczej znaleźli przy pojeździe zwłoki mężczyzny.

Policyjna grupa śledcza pracowała na miejscu - przekazuje podkom. Łukasz Pater-ski. Na miejscu był prokurator oraz biegli z zakresu pożarnictwa i medycyny sądowej. - Na tę chwilę przyczyny pożaru są nieznane. Nadpaleniu uległy dwa sąsiednie pojazdy - dodaje policjant. ER

KRAJ

Koniec z hodowlą na futra

2 grudnia Prezydent Karol Nawrocki podpisał ustawę w sprawie zakazu hodowli zwierząt na futra.

Ustawa podpisana przez prezydenta przewiduje: natychmiastowy zakaz powstawania nowych ferm futrzarskich, 8-letni okres przejściowy, odszkodowania dla hodowców w systemie degre-

sywnym przez pierwsze 5 lat działania zakazu oraz odprawy dla pracowników ferm w wysokości 12-miesięcznego wynagrodzenia. Prezydent stwierdził uzasadniając decyzję, że „ponad dwie trzecie Polaków, w tym także mieszkańców wsi, popiera zakaz hodowli zwierząt na futra”. WB

POWIAT POZNAŃSKI

Kradli kable pod osłoną nocy. Straty liczone w tysiącach, cała miejscowość bez możliwości zadzwonienia czy korzystania z internetu. Poznańska policja w Szreniawie zatrzymała cztery osoby, które podejrzwane są o kradzież ponad 110 metrów podziemnych kabli telekomunikacyjnych. Zatrzymania dokonano na gorącym uczynku. Teraz grozi im 8 lat pozbawienia wolności. ER



FOT. KWP POZNAŃ

POZNAŃ

Powstanie łącznik ul. Krzywoustego ze Szwedzką. Miasto zakończyło projektowanie i uzyskało wszystkie niezbędne decyzje administracyjne dla budowy. Ta rozpocznie się w przyszłym roku, po uchwaleniu budżetu. ER

Radni monitorują Maltańskie. Mieszkańcy oskarżają zarządcę

Paweł Antuchowski
pawel.antuchowski@polskapress.pl

Spór o osiedle Maltańskie w Poznaniu wkracza w kolejny etap. Radni miejscy zapowiedzieli, że będą stale monitorować sytuację mieszkańców.

Podczas Sesji Rady Miasta Poznania głosowano nad obywatelskim projektem uchwały powołania komisji doradźczej, której zadaniem będzie „systemowe rozwiązanie kryzysu mieszkaniowego na Osiedlu Maltańskim”. Radni miejscy odrzucili tę propozycję, ponieważ stwierdzono, że komisja mieszkaniowa rady miasta posiada wystarczające kompetencje i wiedzę w kwestii osiedla, dlatego powołanie kolejnej komisji jest niepotrzebne.

- Zagwarantowaliśmy, że komisja mieszkaniowa będzie stale zajmować się sprawą osiedla Maltańskiego, bezterminowo - zapowiedziała przewodnicząca komisji Małgorzata Woźniak z KO. - Wysłuchujemy dwóch stron: parafii i mieszkańców, aby



FOT. PAWEŁ ANTUCHOWSKI

Mieszkańcy osiedla i wspierające ich organizacje chcą, aby miasto złożyło wniosek o zasiedzenie świetlicy

te problemy rozwiązać. Spółka Komandoria również na ostatniej komisji przedstawiła, w jaki sposób dochodzi do porozumienia z mieszkańcami. Około 100 rodzin podpisało porozumienia w sprawie dalszego zamieszkania na osiedlu - relacjonuje.

Mieszkańcy osiedla Maltańskiego i wspierające je organizacje przyjęły deklarację o sta-

łym monitorowaniu sytuacji za sukces. Jednocześnie jednak pojawiły się zarzuty o stosowanie przez zarządcę terenu, spółkę Komandoria, nieuczciwych praktyk, takich jak wyburzanie opuszczonych domów, rzekomo bez zezwolenia, a także kierowanie pism o uiszczenie zapłaty za bezumowne korzystanie z terenu.

- Cały czas zamieszkuje na osiedlu ponad 200 rodzin, które doznają działań czysto-cielskich - twierdzi Patrycja Bartoszevska, mieszkanka osiedla ze Stowarzyszenia Maltańskie Nasz Dom. - Dostajemy wezwania do zapłaty za bezumowne korzystanie z gruntu, które jest zaproszeniem do rozmowy. Na poprzedniej komisji mieszkaniowej nawet strona kościelna przyznała, że to są pisma zastraszające. Kiedy lokatorzy przychodzą, to w ramach „dobroczyńności” ten dług zostaje umorzony - relacjonuje.

Według wiceprezydenta Poznania przedstawione podczas sesji rady miasta zarzuty o rzekomo „czyścicielskich” metodach stosowanych przez zarządcę są nieuzasadnione.

- Mówimy o takich przypadkach, kiedy mieszkańcy się wyprowadzili, na przykład do mieszkań komunalnych - zwraca uwagę Jędrzej Solarski. - Wtedy rzeczywiście kuria, czyli właściciel tego gruntu, chce te byłe budynki zlikwidować, żeby tam nie przyszli bezdomni - zauważa.

Poznań dostępny dla osób z niepełnosprawnościami? Nie wszędzie

Sylvia Rycharska
sylvia.rycharska@polskapress.pl

Poznań od lat stawia na dostępność i w porównaniu z innymi miastami regionu wypada naprawdę dobrze. Ale nie wszystko działa jak powinno

Dzisiejszy Międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnościami to dobra okazja, by przyrzeć się ich sytuacji w Poznaniu. w związku z tym postanowiliśmy sprawdzić sytuację

tych osób w Poznaniu. Dorota Borowska ze Stowarzyszenia Na Tak, Adam Madejski z WTZ Przylesie i Jakub Czubak - osoba z niepełnosprawnością ruchową wskazują, że do ideału wciąż daleko.

Miasto chwalone jest przede wszystkim za szeroki system wsparcia: mieszkania wspomagane, usługi asystenckie czy duże projekty unijne, których w mniejszych gminach często w ogóle nie ma. Nowe budynki publiczne, jak Stadion Miejski czy przebudowana Filharmonia

Poznańska i Centrum Kultury Zamek, stawiane są za wzór - zaprojektowane tak, by były dostępne dla możliwie szerokiej grupy odbiorców.

Jednak codzienność osób z niepełnosprawnościami bywa bardziej skomplikowana. - W nowych obiektach standard jest świetny, ale w starszych zaczyna się schody - czasem dosłownie - mówi Jakub Czubak. Najbardziej symboliczny przykład to siedziba Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie, która nie ma ani windy, ani pod-

jazdu, a punkt obsługi osób z niepełnosprawnościami znajduje się... na zewnątrz budynku.

Ułatwień nie zawsze zapewnia też przestrzeń miejska. - Wystarczyłoby niewiele, żeby poprawić możliwość swobodnego poruszania. Na Grochowskiej czy ulicach wokół Rataj wysokości krawężników są kuriozalną barierą - podkreśla Czubak. Problemy zgłaszane są też w aptekach dyżurnych bez podjazdów czy przychodniach, w których drzwi otwierają się z trudem.

Transport miejski zmienił się na plus: niskopodłogowe pojazdy, komunikaty głosowe i czytelne tablice są dziś standardem. Jednak - jak zauważa Czubak - wystarczy wyjechać poza centrum, by trafić na starszy tabor i mniej dostosowane przystanki. Organizacje zwracają też uwagę, że komunikacja nie uwzględnia potrzeb wszystkich - to, co pomaga osobom niewidomym, bywa trudne dla osób w spektrum autyzmu czy z epilepsją.

Poznań wyróżnia się także ogromną liczbą organizacji dzia-

lających na rzecz osób z niepełnosprawnościami, co daje to szeroki wybór usług.

Mimo trudności rozmówcy podkreślają, że w Poznaniu łatwiej o życzliwość niż obojętność. Pomagają kierowcy, urzędnicy i zwykli mieszkańcy.

Poznań jest więc miastem przyjaznym, ale nie idealnym. Nowe inwestycje pokazują, że kierunek jest dobry, jednak to właśnie drobne bariery i brak spójności wciąż decydują o jakości życia osób z niepełnosprawnościami.

AKCJA CHARYTATYWNA

0111434801



SĄD APELACYJNY UCHYLIŁ UNIEWINNIEŃ OCHRONIARZY ELEKTROMISU. „DOWODY WYSTARCZAJĄ DO SKAZANIA”

Przełomowy wyrok ws. Ziętary

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

**Sąd Apelacyjny w Poznaniu
uchylił uniewinnienie
dwóch byłych ochroniarzy
Elektromisu ws. zaginięcia
Jarosława Ziętary, uznając
dowody za wystarczające
do skazania.**

Sąd Apelacyjny w Poznaniu uchylił uniewinnienie Mirosława R. i Dariusza L., byłych ochroniarki Elektromisu, oskarżonych o pomocnictwo w zabójstwie Jarosława Zietyry. Uznał, że prawidłowo oceniony, całościowy materiał dowodowy jest wystarczający do skazania, choć z powodów proceduralnych sam nie mógł orzec winy i musi przekazać sprawę ponownie do Sądu Okręgowego.

Ziętara zginął 1 września 1992 r., gdy wychodził z mieszkania przy ul. Kolejowej do redakcji „Gazety Poznańskiej”. Jego ciała nigdy nie odnaleziono. Sędzia Maciej Świergosz przypominał, że dziennikarz „zginął, bo był dziennikarzem”, a motyw jego pracy został przez sąd pierwszej



EOT ARCHIVIM BB

Ziętara zginął 1 września 1992 r., gdy wychodził z mieszkania przy ul. Kolejowej do redakcji „Gazety Poznańskiej”. Jego ciała nigdy nie odnaleziono

instancji niesłusznie pominięty. Ziętara badał działalność Elektromisu, m.in. nieprawidłowości celne i handel alkoholem, co mogło uderzać w interesy wpływowych osób początku lat 90.

Sąd odwoławczy skrytykował sąd pierwszej instancji za wybiórczą ocenę dowodów i pominięcie kluczowego kon-

tekstu. Wskazał również na poważne błędy organów ścigania w pierwszych miesiącach po zaginięciu. Policja koncentrowała się na hipotezach samobójstwa lub wyjazdu za granicę, nie zabezpieczono śladów możliwych dziś do analizy DNA, nie przesłuchano osób mogących rzucić światło na sprawę. W tle poja-

wiają się także zastrzeżenia do działania UOP, który przez lata zaprzeczał, że posiada jakiegokolwiek materiałów dotyczące Ziętarek.

W ocenie Sądu Apelacyjnego kluczowe znaczenie mają zeznania trzech byłych ludzi Elektromisu: Jerzego U., Marka Z. i Macieja B. Choć niejednolite i mo-

mentami sprzeczne, w wielu fragmentach znajdują potwierdzenie w innych dokumentach i relacjach. Sąd podkreślił, że świadkowie pochodzący ze środowisk przestępczych często manipulują, dlatego ich słowa trzeba weryfikować, ale nie odrzucać automatycznie.

Przełom przyniosła nowa świadek, Anna Dolska. Zgłosiła się po latach, a jej relacja - wynikająca z rozmów z Ryszardem B. - dopełnia mechanizm wprowadzenia Ziętary. Sąd uznał ją za wiarygodną, ponieważ nie była powiązana z Elektromisem ani przestępczym środowiskiem i nie oczekiwała korzyści procesowych. Jej zeznanie, określone przez sąd jako „game changer”, potwierdza wersję aktu oskarżenia, wskazując na udział obu ochroniarzy w wprowadzeniu dziennikarza.

Sąd apelacyjny odrzucił także argument, że Ziętara był zbyt młody, by dysponować wiedzą zagrażającą komukolwiek. Z zachowanych notatek wynika, że miał informacje o imporcie alkoholu, wartości ładunków, możliwych uszczupleniach skarbo-

wych i powiązaniach gospodarczych. Wcześniejsze pobicie i najście na jego mieszkanie są dziś interpretowane jako próby zastraszania. Według części świadków w Elektromisie odbyła się narada, podczas której omawiano „problem” Ziętary i nieskuteczność wcześniejszych działań. Tam miała zapaść decyzja o jego ostatecznym „uciszeniu”.

Sprawa została podzielona na dwa procesy. W pierwszym - dotyczącym podżegania do zabójstwa - były senator Aleksander Gawronik został prawomocnie uniewinniony, a w 2024 r. Sąd Najwyższy oddalił kasację prokuratury. Ten wątek jest zamknięty.

Drugi proces dotyczy wprowadzenia i pomocnictwa w zabójstwie dziennikarza. Uniewinnienie ochroniarzy było nieprawnomocne. Po wzoraszszej decyzji Sądu Apelacyjnego wyrok ten przestaje istnieć, a sprawa wraca do ponownego rozpoznania. Sąd odwoławczy wyraźnie zasugerował, że przy kompleksowej analizie dowodów możliwe jest wydanie wyroku skazującego.

AUTOREKLAMA

111432728

KARMA WRACA!

PRZYNIEŚ **KARME, GRYZAKI, KOCE LUB RĘCZNIKI**
dla zwierzaków ze schroniska i **odbierz** świąteczną
roślinę - **GWIAZDĘ BETLEJEMSKĄ!**

NAJMNIEJSZY GEST MA ZNACZENIE!

SOBOTA, 6 GRUDNIA

FACTORY POZNAŃ

Dębiecka 1, Luboń

od 11:00 do wyczerpania kwiatów lub do 16:00

ROZDAMY

150
kwiatów

NR ZBIÓRKI
2025/4588/OR

Szczegóły na **gloswielkopolski.pl/karmawraca**

ORGANIZATOR
AKCJI

GŁOS
WIELKOPOLSKI.PL

ORGANIZATOR
ZBIÓRKIPARTNER
LOKALIZACYJNY

FACTORY

PARTNER

α tour
z nami podziwiał świat

Wielki remont zacznie się na Jeźyczach. Ma przywrócić życie historycznej zajezdni

Chrystian Ufa
chrystian.ufa@polskapress.pl

Najstarsza zajezdnia tramwajowa w Poznaniu ma odzyskać życie. Opuszczone i zniszczone budynki będą wyremontowane. Wokół historycznego miejsca powstaną budynki mieszkalne.

Wybudowane w XIX wieku historyczne budowle zajezdni przy ulicy Gajowej w Poznaniu pamiętają lepsze i gorsze czasy. Na samym początku na terenie znajdowała się m.in. stajnia na 80 koni, kuźnia oraz wozownia. Wówczas działały tramwaje konne. Później po elektryfikacji tramwajów miejsce stopniowo rozwijano do czasu przeniesienia się dyrekcji tramwajarzy na ulicę Głogowską. Wówczas zajezdnia zaczęła służyć m.in. jako zakład remontowy.

28 grudnia 2010 roku zajezdnia tramwajowa przy ulicy Gajowej przestała działać. Mimo zmieniających się właścicieli i wielu koncepcji, budynki nie zostały jednak wyremontowane. 15 lat od zamknięcia w zabytkowym miejscu ma ruszyć remont.

Deweloper Eiffage Immobilier Polska planuje, by miejsce tętniło życiem już w 2029 roku. Grupa Eiffage, do której należy Immobilier odpowiadała m.in. za budowę szklanej piramidy w Luwrze czy budynku Opery w Sydney.

Wcześniej niż 2029 roku, bo już za dwa lata otwarty ma zostać pierwszy z dwóch budynków mieszkalnych od strony ulicy Zwierzynieckiej - Bimba. Otwarcie drugiego z budynków nazwanego Pestką, związane jest częściowo z remontem historycznej zajezdni. Łącznie ma powstać 131 nowych mieszkań. Natomiast według planów częściowo nad zajezdnią znaleźć ma się nadbudowa, w której mogą powstać biura.

- Na dziś mamy, faktycznie zatwierdzone pozwolenie konserwatorskie i pozwolenie na nadbudowę - mówi Magdalena Pawlenka, project manager. - Tu były projektowane i planowane powierzchnie biurowe, natomiast to jeszcze jest dyskusyjne, czy ta nadbudowa w takim kształcie powstanie.

Na przestrzeni 5300 mkw. w starej hali tramwajowej mają znaleźć się lokale usługowe, gastronomiczne oraz handlowe. Ostatecznie, o tym jakie lokale i usługi znajdą się w historycznej hali zadecyduje jej zarządca, który nie został jeszcze wyłoniony.

- Chcemy pamiętać o tym wątku kulturalnym dla użytku Jeźycz, żeby było to miejsce możliwych spotkań i wydarzeń kulturalnych - dodaje Magdalena Pawlenka.

Podczas dnia otwartego dla mediów, pierwszy raz od dawna była możliwość, by zajrzeć z aparatami do wnętrza zabytkowego miejsca. Jego wygląd ma się jednak niebawem drastycznie zmienić.

- Jeżeli chodzi o część zabytkową, no to mamy willę z łącznikiem - starą oficynę. Tu są planowane usługi szeroko rozumiane, bo tu mogą być gabinety medyczne i wszelkiego rodzaju biura. Plan zezwala na usługi i handel - tłumaczy project manager.

Były plany współpracy dewelopera z MPK Poznań, jednak na planach się skończyło. Tak samo jak w przypadku pomysłu, by tramwaj wjeżdżał na teren wyremontowanej zajezdni. Pozostaną za to tory tramwajowe, które według koncepcji dewelopera zostaną zdjęte na etapie budowy, by następnie powrócić na plac po zakończeniu prac.

Pierwsze prace budowlane mają ruszyć w pierwszej połowie 2026 roku.

Na Śródkę nadal w korkach na jednym pasie

Grzegorz Okoński
grzegorz.okonski@polskapress.pl

Zakorkowany codziennie Most Chrobrego jest najsłabszym ogniwem drogi z centrum na Śródkę: miał mieć zmienioną organizację ruchu, ale ten plan przełożono.

Od wczoraj na ul. Wyszyńskiego na wysokości ul. Wieżowej miała być wprowadzona nowa organizacja ruchu, jednak przesunięto ją, nie precyzując daty. Ruch w stronę

Śródkę nadal odbywa się jednym pasem poprowadzonym przez torowisko tramwajowe, trwają wciąż prace związane z kanalizacją deszczową.

- Planowana zmiana dotyczyć będzie jezdni ul. Estkowskiego prowadzącej w stronę ronda Śródka - informuje Zarząd Dróg Miejskich. - Na wysokości ul. Chwaliszewo przejazd możliwy będzie jednym pasem, który wyznaczony zostanie na torowisku tramwajowym z wykorzystaniem przygotowanej wcześniej prze-

wiązki. Na tym etapie zachowany zostanie wjazd z ul. Estkowskiego w ul. Chwaliszewo, a także wyjazd z ul. Chwaliszewo w kierunku Śródkę. Prędkość zostanie ograniczona do 30 km/h.

Po wprowadzeniu tej zmiany ekipy remontowe będą mogły pracować nad kanalizacją deszczową na skrzyżowaniu ul. Estkowskiego i Chwaliszewo. W kolejnej fazie konieczne będzie ograniczenie wyjazdu z ul. Chwaliszewo w kierunku Śródkę.

Przebudowa mostu Chrobrego rozpoczęła się w listopadzie i potrwa przez trzy lata. Tramwaje nie kursują między Śródką a Garbarami, a ruch samochodowy w stronę Śródkę odbywa się za pośrednictwem tzw. przewiązki przez torowisko: korki w godzinach większego natężenia ruchu rozpoczynają się na wysokości rejonu Wolnica - Małe Garbary. Prace są prowadzone tak, by zachować możliwość przejazdu w każdą ze stron po jednym pasie ruchu.

REKLAMA

0011436252

KFS Krajowy Fundusz Szkoleniowy

WIELKOPOLSKA

WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W POZNANIU

PRZEDSIĘBIORCO!

KRAJOWY FUNDUSZ SZKOLENIOWY TO PIENIĄDZE DLA TWOJEJ FIRMY



PROWADZISZ JEDNOOSOBOWĄ FIRMĘ?

OD 2026 ROKU KFS JEST DOSTĘPNY RÓWNIEŻ DLA CIEBIE!

SPRAWDŹ, CO ZMIENIA SIĘ W KFS OD 2026 ROKU!

Szczegółowych informacji udziela WUP w Poznaniu oraz powiatowe urzędy pracy w Wielkopolsce

INFORMACJE
wuppozn.praca.gov.pl



FOT. WALDEMAR WYLEGAŁSKI

Kiedyś przyjeżdżały tu tramwaje. Dziś opuszczona zajezdnia stoi przed szansą na drugie życie

KRÓTKO

EDUKACJA

Rząd chce chronić małe szkoły

Małe szkoły będą mogły służyć też lokalnej społeczności, np. jako miejsce realizacji polityki senioralnej - zakłada projekt nowej ustawy Prawo oświatowe, którym we wtorek ma się zająć rząd. To odpowiedź na zmiany demograficzne. Przepisy mają być alternatywą dla likwidacji małych szkół podstawowych. Mają pozwolić na dostosowanie edukacji na poziomie szkół podstawowych do zmian demograficznych, chroniąc przy tym - tam, gdzie jest to możliwe - usytuowane blisko domu rodzinnego, bezpieczne miejsca edu-

kacji dzieci - szkoły podstawowe.

Resort zwrócił uwagę w uzasadnieniu do proponowanych zmian, że - jak wskazuje prognoza ludności Głównego Urzędu Statystycznego na lata 2023-2060 - liczba ludności Polski będzie systematycznie spadać. Do 2060 r. ma się ona zmniejszyć się do 30,9 miliona, co oznacza ubytek o 6,7 miliona ludzi (około 22 proc.). Kluczowym powodem tego stanu jest ujemny przyrost naturalny oraz starzenie się polskiego społeczeństwa. PAP

DRAMAT

Zginął w tragicznym wypadku



FOT. FACEBOOK

Nie żyje Nikodem Marecki - młodzieńcy 11-letni aktor znany z filmów „Biała odwaga”, „Zółta” oraz serialu „Szpital św. Anny”. O jego śmierci poinformował w poniedziałek reżyser Marcin Koszałka. 11-letni chłopiec zginął w wyniku potrącenia przez samochód, gdy wysiadł z autobusu szkolnego i wbiegł na jezdnię

GOSPODARKA

- Rada Polityki Pieniężnej na grudniowym posiedzeniu obniży stopy procentowe o 25 pkt bazowych - powiedział PAP ekonomista ING Banku Śląskiego Adam Antoniak. Dodał, że kolejna obniżka może nastąpić już w styczniu. - Mielśmy taką prognozę już wcześniej, ale po danych o inflacji w listopadzie zauważyłem, że obecnie zdecydowana większość banków prognozuje obniżkę stóp w grudniu - dodał

„
Uczniowie zapewne przeżyją szok związany z tym, że to, czego dawniej się uczyli, jest już nieaktualne

Paulina Mikuła popularyzatorka wiedzy o języku polskim, twórczyni profilu „Mówiąc inaczej”

Tusk i Merz: Nowa deklaracja współpracy Polski i Niemiec

Oprac. Karolina Wrońska
Berlin

Bezpieczeństwo, infrastruktura, polityka pamięci oraz wsparcie dla Ukrainy zdominowały polsko-niemieckie konsultacje międzyrządowe w Berlinie.

W poniedziałek w Berlinie odbyły się 17. polsko-niemieckie konsultacje międzyrządowe z udziałem premiera RP Donalda Tuska, kanclerza RFN Friedricha Merza oraz szefów kilku najważniejszych resortów obu państw.

Premier Tusk poinformował, że kwestia Ukrainy była pierwszą poruszoną w trakcie jego rozmów z kanclerzem Niemiec. Merz oświadczył z kolei podczas konferencji prasowej, że Niemcy niewzruszenie stoją po stronie Polski.

Merz podkreślił, że nowa, wspólna, polsko-niemiecka deklaracja, która będzie fundamentem współpracy na kolejne miesiące i lata, obejmuje trzy priorytety: bezpieczeństwo i obronę, usieciowienie i infrastrukturę oraz pamięć i upamiętnienie.

Szef niemieckiego rządu wypowiedział się też o upamiętnieniu. - Nie możemy i nie chcemy unikać przeszłości, musimy podtrzymywać pamięć, także tę bolesną pamięć. (...) Dzisiaj dajemy impuls do utworzenia trwałego pomnika polskich obywateli, ofiar II wojny światowej i niemieckiej tyranii 1939-45. Niebawem zostaną one po niemieckiej stronie odpowiednio przetargi - oznajmił Merz.

Przekazał również, że znaczną część rozmowy z Tuskiem zdominował temat Ukrainy. - Stoiśmy tutaj ramię w ramię - zadeklarował. Podkreślił w tym kontekście m.in. konieczność utrzymania spójności wspólnoty transatlantyckiej.



FOT. PAP/EPA

Kanclerz Niemiec Friedrich Merz i polski premier Donald Tusk podają sobie ręce po konferencji prasowej

Kanclerz RFN powiedział, że nie może dojść do żadnej decyzji bez udziału Ukrainy i Polski. Uznał także, że celem jest utrzymanie jedności Europy, przestrzegając przed próbami wbicia klina między Polskę i Niemcy. Wskazał na konieczności wywierania presji na Rosję, a także podkreślił, że należy doprowadzić do wykorzystania zamrożonych rosyjskich aktywów na rzecz wsparcia Ukrainy.

Premier Tusk podkreślił z kolei wagę współpracy z Niemcami w sprawie zabezpieczenia wschodniej granicy Polski, która jest też wschodnią granicą UE i NATO.

Szef polskiego rządu wyraził zadowolenie, że w sprawach kluczowych takich, jak bezpieczeństwo, inwestycje w infrastrukt-

ture oraz wsparcie Ukrainy, Polska i Niemcy idą „ręka w rękę”.

Premier podziękował Merzowi za zaangażowanie na rzecz powstania w Berlinie stałego pomnika upamiętniającego polskie ofiary niemieckiej agresji i okupacji.

Tusk był też pytany, czy Polska nie czuje się wykluczona z rozmów na temat zakończenia wojny w Ukrainie. Premier odparł, że europejscy liderzy nie mają wątpliwości co do potrzeby obecności Polski w najważniejszych formatach ds. pokoju na Ukrainie.

Tusk poinformował, że konsultacjom międzyrządowym towarzyszy deklaracja, w której Polska i Niemcy mówią jednym głosem o potrzebie uniezależnienia w 100 proc. swoich krajów,

a także całej Europy od dostaw surowców energetycznych z Rosji.

Premier zapewnił, że Polska jest gotowa rozmawiać o konkretnych przedsięwzięciach dotyczących infrastruktury drogowej, kolejowej czy sieci energetycznych. Jak dodał, chodzi m.in. o nowe ropociagi, które mogą zabezpieczyć Polskę na wypadek ataku Rosji czy nowe połączenia drogowe i mosty na Odrze.

Konsultacjom obu rządów towarzyszyło przekazanie Polsce przez Niemcy polsko-krzyżackich archiwów zrabowanych podczas II wojny światowej oraz głowy świętego Jakuba Starszego - fragmentu rzeźby z XIV w. - skradzionej po wojnie.

PAP

AKCJA CHARYTATYWNA

0011434794



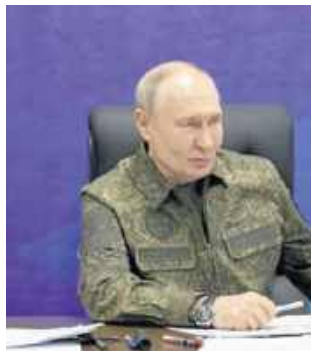
Witkoff z nowym planem na Kremlu. Co powie Putin?

Marcin Koziestański
Rosja

Negocjacje pokojowe w Ukrainie zbliżają się do decydującego momentu. Wczoraj specjalny przedstawiciel Donalda Trumpa Steve Witkoff spotkał się w Moskwie z Władimirem Putinem.

Witkoff spotkał się z Putinem we wtorek po południu. Rzecznik Kremla Dmitrij Pieskow wcześniej przekazał, że na poniedziałek Putin miał zaplanowanych „kilka niepublicznych spotkań w ramach przygotowań do kontaktów rosyjsko-amerykańskich”.

Po wtorkowym spotkaniu strony mogą wydać wspólne oświadczenie – powiedział Pieskow. Do Moskwy wraz z Witkoffem poleciał również zięć Trumpa Jared Kushner, który aktywnie uczestniczył w opracowaniu 28-punktowego planu pokojowego, a wcześniej w negocjacjach dotyczących zawieszenia broni w Strefie Gazy. Pieskow nie powiedział jednak nic na temat udziału Kushnera w spotka-



FOT. PAP/EP

Jakie stanowisko zajmie Putin w rozmowach ze specjalnym przedstawicielem Trumpa – Witkoffem?

niu z Putinem. W niedzielę ukraińska delegacja pod przewodnictwem sekretarza Rady Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony Rustema Umerowa przeprowadziła rozmowy z Witkoffem, Kushnerem i sekretarzem stanu Marco Rubio. Negocjacje odbyły się w klubie golfowym Witkoffa w Miami. Strony próbowały uzgodnić punkty pozostałe po poprzedniej rundzie rozmów w Genewie, ale w rzeczywistości

omawiano tylko kwestię powojennych granic – pisze Axios.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiedział później, że kwestia terytorialna była omawiana przez 6,5 godziny. W poniedziałek po południu Zełenski rozmawiał z Witkoffem w towarzystwie liderów europejskiej „koalicji chętnych” – Emmanuela Macrona i Keira Starmera. Szczegółów rozmów nie podano.

Oficjalnie zarówno Amerykanie, jak i Ukraińcy nazywają negocjacje sukcesem. Rzeczniczka Trumpa Karoline Leavitt oświadczyła, że w Białym Domu panuje optymizm, a Zełenski napisał kolejny, wyraźnie uprzejmy post z podziękowaniami dla Trumpa.

Nieoficjalnie ukraińscy urzędnicy mówią, że negocjacje „były intensywne, ale nie zakończyły się niepowodzeniem”. – Naszym stanowiskiem jest zrobić wszystko, aby przyczynić się do sukcesu USA [w negocjacjach], ale nie stracić naszego kraju i zapobiec nowej agresji – wyjaśnił Axios jeden z ukraiń-

skich urzędników po spotkaniu. Źródło ABC powiedziało, że Ukraińcy nadal odmawiają oddania zajętych przez Rosję terytoriów, co zresztą było do przewidzenia.

Mowa o około 20% terytorium obwodu donieckiego z umocnionymi obszarami wokół Słowiańska i Kramatorska, które do tej pory nie zostały zajęte przez armię rosyjską. W zeszłym tygodniu podczas wizyty w Kirgistanie Władimir Putin oświadczył, że jego główny warunek zakończenia działań wojennych pozostaje niezmienny: ukraińskie wojska muszą „wycofać się z okupowanych terytoriów”.

Formalnie może to oznaczać terytoria wszystkich czterech obwodów, które Rosja uważa za swoje – przynajmniej takie są oficjalne żądania Putina, sformułowane jeszcze rok temu. Jednak na poprzednim etapie negocjacji – latem tego roku – Kreml dał do zrozumienia Witkoffowi, że zadowolili się Donbasem, a pozostałe powojenne granice mogą przebiegać wzdłuż linii kontaktu. PAP

Papież zakończył wizytę w Bejrucie. Apelował o pokój dla Bliskiego Wschodu

Oprac. Anna Nagel
Liban

Papież Leon XIV zakończył we wtorek wizytę w Libanie. Na lotnisku w Bejrucie pożegnali go prezydent kraju Joseph Aoun i premier Nawaf Salam.

Wyjazd jest trudniejszy od przyjazdu. Byliśmy razem, a w Libanie bycie razem jest „zaraźliwe”: spotkałem tu ludzi, którzy nie lubią odosobnienia, ale lubią spotkanie – wyznał papież podczas pożegnania na bejruckim lotnisku. – Mam nadzieję, że w ducha braterstwa i poświęcenia dla pokoju zaangażujemy cały Bliski Wschód, nawet tych, którzy dziś uważają się za wrogów – podkreślił Leon XIV. Dodał, że poruszyła go wizyta w miejscu katastrofalnej eksplozji w Bejrucie z 2020 roku. – Modliłem się za wszystkie ofiary i noszę w sercu ból oraz pragnienie prawdy i sprawiedliwości wielu rodzin, jak i całego kraju – zapewnił. Wcześniej na zakończenie mszy papież zaapelował



FOT. PAP/EP

Papież Leon XIV przed przylotem do Libanu przebywał kilka dni w Turcji

o pokój, pojednanie i odrzucenie przemocy na Bliskim Wschodzie, by pokonać polityczne, społeczne i religijne różnice. Podkreślił, że to ziemia naznaczona przez niestabilność, wojny i cierpienie.

Podczas całej trzydniowej wizyty w Libanie Leona XIV pozdrawiały wszędzie na drogach i ulicach tysiące ludzi. PAP

Australijska policja rozbiła siatkę pedofili w Sydney. Satanizm i okultyzm w filmach

Grzegorz Kuczyński
Australia

Australijska policja postawiła zarzuty czterem mężczyznom z przedmieść Sydney. Chodzi o rozpowszechnianie zdjęć przedstawiających wykorzystywanie seksualne dzieci z motywami satanistycznymi.

Detektywi poinformowali, że 27 listopada przeprowadzili sześć przeszukań w Waterloo, Ultimo i Malabar. Według szefa wydziału ds. przestępstw seksualnych policji Nowej Południowej Walii (NSW) czterech mężczyzn komunikowało się ze sobą i udostępniało „wyraźne” materiały przedstawiające wykorzystywanie dzieci za pośrednictwem międzynarodowej strony internetowej. Wszystkim czterem mężczyznom odmówiono zwol-



FOT. POLICJA NOWEJ POŁUDNIOWEJ WALII

Na czele grupy pedofili-satanistów stał 26-latek

nienia za kaucją. Pod adresem w Waterloo policja aresztowała 26-letniego mężczyznę, który według policji odgrywał wiodącą rolę w grupie. Został on oskarżony o kilka przestępstw, w tym udostępnianie materiałów przedstawiających wykorzystywanie dzieci i posiadanie takich materiałów. Został również

oskarżony o rozpowszechnianie i posiadanie materiałów przedstawiających zoofilię, poinformowała policja.

Trzech mężczyzn w wieku 46, 42 i 39 lat zostało aresztowanych w związku z tą samą siecią wykorzystywania dzieci. Zostały im postawione zarzuty związane z posiadaniem lub rozpowszechnianiem materiałów przedstawiających wykorzystywanie dzieci. Detektyw nadinspektor Jayne Doherty, szefowa oddziału ds. przestępstw seksualnych w Nowej Południowej Walii, powiedziała, że czterech mężczyzn rzekomo udostępniało „odrażające” treści w międzynarodowej sieci, przedstawiające dzieci w wieku od niemowląt do 12 lat, a także zwierzęta. Doherty stwierdziła, że policja skonfiskowała wiele urządzeń elektronicznych, odkrywając tysiące filmów.

Policja będzie twierdzić w sądzie, że ta międzynarodowa grupa prowadziła rozmowy i udostępniała materiały przedstawiające wykorzystywanie i torturowanie dzieci, zawierające symbole i rytuały związane z satanizmem i okultyzmem – powiedziała. – Wśród tych obrazów znalazły się również filmy przedstawiające wykorzystywanie seksualne zwierząt – dodała.

Sledztwo zostało przeprowadzone przez wydział ds. przestępstw seksualnych policji stanu Nowa Południowa Walia w ramach operacji Strike Force Constantine, rozpoczętej w kwietniu, której celem jest zbadanie internetowej dystrybucji materiałów przedstawiających wykorzystywanie seksualne dzieci o charakterze rytualnym lub satanistycznym. W listopadzie policja dowiedziała się o grupie mężczyzn

Rośnie liczba ofiar śmiertelnych na Sumatrze

Oprac. Anna Nagel
Indonezja

Bilans ofiar śmiertelnych powodzi i osunięć ziemi na indonezyjskiej Sumatrze wzrósł do 631 osób – poinformowała we wtorek krajowa agencja ds. katastrof.

Ewakuowano około miliona mieszkańców. Indonezja jest krajem najbardziej dotkniętym przez kataklizmy, który w całej Azji Południowo-Wschodniej pochłonął już blisko 1,2 tys. ofiar.

Poprzedni bilans mówił o 502 ofiarach śmiertelnych.

Skala zniszczeń w Indonezji jest ogromna. W trzech prowincjach Sumatry za zaginione nadal uznaje się 472 osoby, a ponad 2,6 tys. zostało rannych. Według oficjalnych danych żywioł dotknął bezpośrednio ponad 3,3

mln mieszkańców. Rząd Indonezji ogłosił wysłanie do najbardziej zniszczonych regionów 34 tys. ton ryżu i 6,8 mln litrów oleju.

Trwa wyścig z czasem, by dostarczyć pomoc humanitarną do odizolowanych rejonów, do których można dotrzeć tylko drogą morską lub powietrzną. Organizacje pomocowe ostrzegają przed ryzykiem głodu w prowincji Aceh z powodu przerwanych łańcuchów dostaw i gwałtownie rosnących cen żywności.

Katastrofa, wywołana przez deszcze monsunowe i cyklony tropikalne, zdewastowała również Sri Lankę, gdzie zginęło co najmniej 390 osób, a 352 są uważane za zaginione – podała agencja AFP. Powodzie na mniejszą skalę odnotowano także w Tajlandii i Malesji. PAP

AKCJA CHARYTATYWNA

0211437813



Karpie już na ostatniej prostej

Jacek Drost

jacek.dorst@polskapress.pl

Początek grudnia to najlepszy moment, żeby zadać fundamentalne pytanie: czy karpie nie zabraknie na naszych wigilijnych stołach? Odpowiedź jest jednoznaczna, ale...

Karpie zostały odłowione i trafiły do specjalnych magazynów, tzw. płuczek z czystą wodą, gdzie czekają na swoją ostatnią drogę - na wigilijny stół. Produkcji ryb zastanawiają się, czy wszystkie odłowione ryby uda się sprzedać, czy będzie zysk, czy strata. Po drugiej stronie barykady/lustra (niepotrzebne skreślić) są konsumenci, którzy stoją przed strategiczną decyzją: karp czy inna ryba na wigilijnym stole, a jeśli karp, to czy go starczy i w jakiej będzie cenie? To są teraz pytania, obok których nie sposób przejść obojętnie.

Wszystko przez te ości

- Karpia starczy. W ostatnich latach nie brakowało go. Odłowów w całej Polsce są na stabilnym poziomie. Mogą być lokalne braki, ale na większą skalę nie powinno być z rybą problemu - rozwiewa wątpliwości Roman Kamiński, prezes Gospodarstwa Rybackiego w Pogórze na Śląsku Cieszyńskim.

Bartłomiej Huculak, który prowadzi hodowlę w Międzyrzeczu Dolnym, potwierdza, że karpie nie powinno zabraknąć. W ostatnich dwóch latach hodowcom nie udało się w okresie przedświątecznym wszystkich sprzedać. - Czy tak będzie w tym roku? Nie wiem - zastanawia się pan Bartłomiej.

Hodowcy o ilość karpia w sklepach są spokojni. Bardziej spędza im sen z powiek to, czy konsumenci akurat zdecydowali się na zakup tej ryby. W ostatnich latach zmieniają się bowiem kulinarne upodobania Polaków. Karp nie jest już taką oczywistą rybą na wigilijnym stole, jak za czasów PRL-u. Coraz częściej wypierają go inne gatunki: słodkowodne drapieżniki - pstrągi, szczupaki, jesiotry, sandacze czy sumy, a także słonowodne - dorsze, dorady, łososie i tuzin innych dość egzotycznych gatunków.



Na stawach hodowlanych zakończyły się już przedświąteczne odłowów ryb. Hodowców martwi raczej malejący popyt

- W każdej rodzinie przynajmniej jeden karp powinien być na wigilijnym stole z racji naszej tradycji. Wtedy byłoby dobrze dla nas, hodowców, ale wydaje mi się, że stopniowo coraz mniej tej ryby ludzie jedzą. Karpie zastępują inne ryby, te, które mają mniej ości, bo konsumenci wolą spokojnie zjeść rybę niż się trochę pomęczyć, choć przecież teraz karpia można spokojnie filetować i myśleć, że to jest jego przyszłość. Jeśli chcemy myśleć o jego sprzedaży, to właśnie w takiej postaci - dzieli się swoimi spostrzeżeniami Bartłomiej Huculak.

Podbeskidzie Karpiowym Zagłębiem

Południe województwa śląskiego i zachodniej części Małopolski, głównie rejon Zatora, to Karpiove Zagłębie.

- Pod względem rybackości (wskaźnik nasycenia danego obszaru działalnością rybacką i liczbą osób z nią związanych - red.) województwo śląskie na czele z Lokalną Grupą Rybacką Bielska Kraina plasuje się na zaszczytnym piątym miejscu w skali kraju, a biorąc pod uwagę działalność pozostałych Rybackich Lokalnych Grup Działania, LGR Bielska Kraina zajmuje pierwsze miejsce z grup śródlądowych - informuje Barbara Stepek, dyrektor Lokalnej Grupy Rybackiej „Bielska Kraina”.

Kiedy się przyjrzymy konkretnym liczbom, to łączna powierzchnia lustra wody w samym rejonie Bielska-Białej wynosi ponad 1200 hektarów, a produkcja osiąga średnio 800 ton ryb, w tym głównie karpia, ale także amura, tołpygi, szczupaka, jesiotra, a w śladowych ilościach także lina, okonia, karasia i suma. Podbeskidzie to skupisko małych gospodarstw - na terenie samej „Bielskiej Krainy” dominują gospodarstwa o powierzchni 1-5 hektarów (50 procent). Jedyne 8 proc. gospodarstw to stawy wielkopowierzchniowe powyżej 40 ha.

- Zdecydowanie jesteśmy karpiową potęgą, nie tylko jeśli chodzi o województwo śląskie, ale także cały kraj - podkreśla dyrektor Stepek. - Mamy bardzo dużą ilość gospodarstw rybackich na terenie powiatu bielskiego. Tylko w gminach Bestwina, Czechowice-Dziedzice, Jasienica, Jaworze i Wilamowice działa około 140 gospodarstw.

Roman Kamiński zwraca uwagę, że na terenie Śląska Cieszyńskiego, ziemi bielskiej czy ziemi oświęcimskiej można zaobserwować nie tylko duże zagęszczenie stawów, ale są

one także jednymi z najstarszych w Polsce.

Karpie słynne na cały świat

Od dziesięcioleci hodowane są w nich ryby, których doskonały smak wyszedł daleko poza granice regionu. Wystarczy wspomnieć choćby historię słynnego karpia królewskiego z podbielskiej wsi Kaniów. Za to kulinarne cudo (kto nie wierzy na słowo, niech koniecznie spróbuje przy najbliższej okazji) odpowiada żyjący na przełomie XIX i XX wieku Adolf Gasch, ambitny i wykształcony (ukończył prestiżowy wydział rolniczy na uniwersytecie w Hohenheim) dzierżawca stawów i folwarku w Kaniowie. Gdy obejmował te włości, miał 33 lata i pomysł, jak rozwinąć hodowlę ryb.

„Adolf Gasch, opierając się na metodzie »przesadkowania« Tomasza Dubisza (stopniowego przesadzania ryb do innych stawów ze zmianą ich zagęszczenia) oraz nabytej wiedzy, wykształcił w ciągu kilku lat karpia, który charakteryzował się nieznanym dotąd wyglądem: miał małą głowę, pysk z wąsami i dobrze umięśnione ciało. Wyróżniał się też średnim wygrzebieniem i owalnym



Ryby trafiły do specjalnych magazynów, tzw. płuczek

przekrojem, ale w dotyku był mięsisty i jędrny” - pisał kilka lat temu. - „Dążyłem do uzyskania ryby, w której znajduje się więcej mięsa, mającej dobrze wykształcone ciało - nie tylko przez zwiększenie wagi, lecz przede wszystkim proporcji między bardziej a mniej cennymi częściami karpia” - pisał Adolf Gasch w jednej ze swoich prac.

I z takimi właśnie rybami - karpiami wyhodowanymi w kaniowskich stawach - Adolf Gasch wybrał się w 1880 roku do Berlina na wielką wystawę rolniczą. Tam ryby spotkały się z dużym uznaniem - mimo innego wyglądu (miały jednak małe głowy), charakteryzowały się dobrym mięsnym. W efekcie Gasch dostał złoty medal, a wyhodowany przez niego karp zyskał miano

karpia królewskiego. Warto dodać, że ryba z kaniowskich stawów święciła triumfy także w Hamburgu, Wiedniu i Mediolanie.

Po ile ten karp?

Na koniec, kiedy już wiemy, że karpie w sklepach nie braknie i do tego będą one wyjątkowo smaczne, bo produkowane w regionie z wieloletnią tradycją, zazwyczaj w stawach zasilanych górką wodą, a także odpowiednio karmione, to należy zadać fundamentalne pytanie: Po ile ten karp?

Roman Kamiński zapewnia, że ceny utrzymują się na ubiegłorocznym poziomie.

Bartłomiej Huculak jest podobnego zdania. - Obstawiam, że będzie to od 20 do 24 zł za kilogram żywego karpia - mówi.

AKCJA CHARYTATYWNA

0011439955

Farmapol

ZDZ
ZAKŁAD
DOSKONALENIA
ZAWODOWEGO
POZNAŃ

Fiberhost.

**MIEJSCE NA
TWOJE LOGO**

**DOŁĄCZ
DO NAS!**

KONTAKT:
 502 499 758

Na potęgę łykamy suplementy i mity o superżywności

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Polacy są lekomanami i suplementomanami, a do tego chętnie łykają mity o superfoods; im bardziej egzotyczne, tym „lepiej”. A tymczasem pod ręką mamy to, co zdrowe, lokalne i dużo tańsze

W okresie jesienno-zimowym wielu z nas na hurra postanawia zbudować odporność. Łatwiej iść na skróty, więc od listopada rzucamy się na suplementy i rozmaite superfoods (superżywność) z wiarą, że szybko zbudujemy tarczę ochronną przed grypmi, przeziębieniami, wirusami.

Trzeźwiące nasze zapędy głosy lekarzy i dietetyków, przypominających, że zdrowie to kwestia codziennych wyborów i nawyków, tradycyjnie puszczamy mimo uszu. Kto się z tego cieszy? Cała branża sprzedająca suplementy oraz marketingowo wypromowane superfoods. O tej porze roku ma prawdziwe żniwa...

Suplementy i mity o superżywności

– To jest naprawdę ogromny biznes, bo Polacy są lekomanami i suplementomanami – mówił niedawno PAP dr Jerzy Kosikowski z Naczelnej Izby Lekarskiej.

Słowa te padły w kontekście pseudomedycznej działalności, którą w Polsce prowadzi od kilku do kilkunastu tysięcy osób lub podmiotów, i związanej z tym potrzeby ustanowienia tzw. lex szarlatan. Znajdują odzwierciedlenie w danych, które od lat pokazują zamiłowanie rodaków do samodzielnego aplikowania sobie leków i suplementów.

Polacy na suplementy diety wydają niemal 8 mld zł rocznie. Regularnie sięga po nie aż trzy czwarte dorosłych. Tymczasem, zdaniem ekspertów, nie tylko nadmiar leków jest szkodliwy, ale i nadmiar suplementów, zwłaszcza tych niepotrzebnych i przyjmowanych w niekontrolowany sposób.

Z analiz rynku wynika, że 40 proc. Polaków przyjmuje suplementy diety codziennie, a 35 proc. stosuje równocześnie kilka rodzajów. To oznacza, że po takie środki regularnie sięga aż trzy czwarte dorosłych rodaków. Wielu bez żadnych konsultacji z lekarzem czy farmaceutą; bez wiedzy o ich skutkach ubocz-



Przy swoim stoisku Filip Malinowski, założyciel Fundacji Zdrowego Życia w Toruniu, organizator Wolnego Jarmarku Toruńskiego, warsztatów zielarskich, szef „Chwast Prast Vegetarian Bistro”

nych, granicy przedawkowania, możliwych interakcjach.

Na potęgę łykamy także mity o zagranicznych superfoods. Jagody camu-camu, miechunka peruwiańska, acerola, maca peruwiańska, baobab, spirulina, chlorella – takie egzotyczne i drogie produkty wydają się wielu Polakom sekretem zdrowia. Pół biedy, jeśli majątek wydajemy na takie cuda dobrego pochodzenia. Nierzadko jednak dajemy się nabrać...

Tu warto wyjaśnić, że termin superfoods to hasło wypromowane marketingowo. Generalnie dotyczy produktów o tzw. wysokiej gęstości odżywczej, bogatych w witaminy, antyoksydanty, minerały. I chociaż topłista superfoods zmienia się wraz z trendami, łączy je wspólny mianownik: wysokie

stężenie składników odżywczych i przypisywane im korzyści zdrowotne, często większe, niż wynikałoby to z samego składu.

Taka kombinacja naukowych badań, chwytliwego marketingu i błyskawicznego rozprzestrzeniania informacji sprawia, że co chwila modny staje się nowy „cudowny” produkt. A my lubimy wierzyć, że np. łykając przez dwa tygodnie codziennie jagody camu-camu rodem z Brazylii, reklamowane jako owoce z cudownie wysokim stężeniem witaminy C, budujemy odporność na zimę...

Na pochwałę buraka i miodu, czyli zdrowie mamy pod ręką

A tymczasem nać zielonej pietruszki, czarna porzeczka, papryka czy dzika róża, czyli

nasze polskie produkty, to identyczne bomby witaminy C, co promowane superfoods zza oceanów. Kiszona kapusta czy ogórki, z dobrego źródła, więcej dobrego uczynią nam swoimi probiotycznymi właściwościami niż modne teraz koreańskie kimchi zamknięte w słoiku z terminem ważności na sto lat.

Jak budować odporność z tego, co lokalne, zdrowe i niedrogie? Filip Malinowski, założyciel Fundacji Zdrowego Życia w Toruniu, organizator Wolnego Jarmarku Toruńskiego, szef swojego „Chwast Prast Vegetarian Bistro” i chodząca wegeencyklopedia, ma kilka typów na jesień i przedzim

– Po pierwsze miody, np. takie jak oferowane na toruńskim Wolnym Jarmarku przez gospodarstwo „Pasieki Miody Jakubowe”. Ten wystawca ma 400 uli, a miody zróżnicowane. Zna ich właściwości jak mało kto, a zawsze służy radą. W ofercie ma też znany od XII w. zbiteń, czyli wschodniosłowiański napój na bazie gotowanego miodu, wody i przypraw korzennych. Ceniony jest od wieków za swoje właściwości rozgrzewające, wspomagające walkę z przeziębieniem i gripą. Profilaktycznie natomiast – kiedy jesteśmy zdrowi – zaleca się spożywanie miodu surowego, nieprzegrzewanego – mówi Filip Malinowski.

Wybitnie odporność w listopadzie podnieść nam mogą także zakwasy. Organizator jarmarku na swoim stoisku w ofercie ma zakwasy z chili oraz buraczany. Pierwszy łączy w sobie rozgrzewające i obniżające cholesterol cenne właściwości kapsaicyny z probiotycznym działaniem żywego, niepasteryzowanego napoju.

– Zakwas z buraków natomiast ceniony jest za poprawianie parametrów krwi (żelazo). Nasz jest żywy, niepasteryzowany, a zatem ma pełną gamę właściwości – podkreśla Malinowski.

Oczywiście, kiszonki, miody, zbiteń, zakwas z buraków i inne lokalne produkty budujące naszą odporność najlepiej włączyć na stałe do diety. Koniecznie też zwracać trzeba uwagę na to, kto i jak produkt wytworzył. – Wspomniany choćby zakwas buraczany, sprzedawany w niektórych sklepach, jest pasteryzowany. To pozbawia go części cennych wartości odżywczych i warto mieć tego świadomość. Generalnie źródło pochodzenia każdej żywności po prostu jest ważne – podkreśla Malinowski.

Gdzie szukać tego dobra?

Zorientowani odwiedzają na targowiskach ulubionych dostawców i tam zaopatrują się w warzywa, owoce, miody, przyprawy. Dobrym miejscem są też stragany czy (już na wymarciu, ale istniejące) tradycyjne sklepy, tzw. warzywniaki.

W Toruniu lokalnych wystawców i klientów przyciąga m.in. istniejący od dekady Wolny Jarmark Toruński. Odbywa się przez okrągły rok, także zimą, co dwa tygodnie. Zawsze w niedzielę, na Rynku Nowomiejskim, w godz. 10.00 – 15.00. Najbliższy – 7.12.

W Bydgoszczy bardzo popularny jest Frymark. To targ regionalnych produktów eko i rękodzieła, zaprasza w każdą niedzielę. Smaczne i zdrowe handlowanie odbywa się

przy ul. Gdańskiej na tyłach „Rywala”.

We Włocławku natomiast mnóstwo zdrowia i smaku oferuje BioJarmark. Ten ekotarg rolny swoją najbliższą edycję będzie miał 30.11. „Łączymy naszych lokalnych producentów i zachęcamy do kupowania od sąsiada! Oferujemy swoje produkty pochodzące z własnych gospodarstw i manufaktur” – podkreślają organizatorzy. I zapraszają na Stary Rynek.

A kto woli zakupy przez internet, temu z czystym sumieniem polecić można Naszelokalne.pl. To miejsce, gdzie można kupić produkty prosto od rolników i wytwórców z woj. kujawsko-pomorskiego. Zarówno warzywa i owoce, jak i sery, przetwory czy wędliny są produkowane od początku do końca z surowców pochodzących z ich hodowli, upraw lub zaprzyjaźnionych gospodarstw. Dostawy od rolników realizowane są dla mieszkańców co 2 tygodnie. Całość działa pod skrzydłami spółki z udziałem marszałka województwa – Regionalnego Ośrodka Zrównoważonego Rozwoju w Przysieku. ©©

WARTO WIEDZIEĆ

Jesteśmy zapatrzeni w celebrytów. A oni na tym zarabiają

Dużą rolę w promowaniu suplementów diety odgrywają celebryci i influencerzy. O tym, że tylko dzięki diecie i suplementacji zaleczyła Hashimoto (przewlekłą chorobę autoimmunologiczną) przekonywała w maju br. swoich fanów Doda. Główny Inspektor Farmaceutyczny zdecydował się wówczas złożyć zawiadomienie do prokuratury o możliwości popełnienia przestępstwa.

– Ta kula śniegowa toczy się od dawna, bo suplementy są sprzedawane przez celebrytki od lat, a teraz się po prostu okazało, że to jest naprawdę ogromny biznes – komentował dr Jerzy Kosikowski z Naczelnej Izby Lekarskiej (dla: PAP). Akcja wokalistki towarzyszyła promowaniu przez nią jej autorskiej serii suplementów. Oczywiście to tylko przykład – podobnie sprzedają „zdrowie” także inni celebryci.



Kiszona kapusta czy ogórki więcej dobra uczynią nam swoimi probiotycznymi właściwościami niż modne koreańskie kimchi w słoiku, z terminem ważności na sto lat

W NUMERZE: Bezpłatny pobyt w sanatorium

Pobyt w sanatorium może być całkowicie darmowy. Są sytuacje, w których Zakład Ubezpieczeń Społecznych zapłaci za wszystkie koszty leczenia,

zakwaterowania i wyżywienia, a także zwróci koszty dojazdu do i z ośrodka rehabilitacyjnego. Czas pobytu w sanatorium z ZUS to 24 dni. Kwalifikacja do sanatorium w tym przypadku odbywa się szybciej niż w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia.

ZA TYDZIEŃ:

- Tym osobom herbata może zaszkodzić. Kto powinien jej unikać?
- Pobudza krążenie i wzmacnia odporność. Teraz jest idealny moment na morsowanie.



FOT. 123RF

Masz kalendarz adwentowy z czekoladkami? Unikaj tego błędu

Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia.pl

Szczotkowanie zębów natychmiast po zjedzeniu czekolady to błąd - ostrzegają eksperci.

Codziennie otwieranie kolejnego okienka w kalendarzu adwentowym umila i osładza czas oczekiwania na Boże Narodzenie. Jednak ten słodki rytuał odliczania dni adwentu niesie ze sobą też niebezpieczeństwa. Ekspert mówi, jaki jest największy błąd i podpowiada, jak cieszyć się świątecznymi smakołykami bez uszkodzania zębów.

Kalendarz adwentowy może szkodzić twoim zębom

Jeżeli jesteś jedną z tych osób, które przedświąteczny czas umilają sobie czekoladkami z kalendarza adwentowego, to ten tekst jest dla Ciebie. Okazuje się, że te niewinne słodkie maleństwa mogą uszkodzić twoje zęby. Jak uniknąć błędów? Radzi ekspert stomatologiczny Barty Walsh z Ordo.

Ekspert ostrzega, że największym problemem związanym z jedzeniem czekoladowego kalendarza adwentowego jest... mycie zębów tuż po spożyciu czekoladki.

- Należy odczekać co najmniej pół godziny przed szczotkowaniem zębów po zjedzeniu czegokolwiek zawierającego kwasy lub cukier, aby zachować mocne szkliwo - mówi specjalista dla dziennika „Mirror”.

Szczotkowanie zębów natychmiast po zjedzeniu czekolady może uszkodzić szkliwo, które jest tymczasowo zmiękczane przez kwasy pochodzące z cukru.

Jaki kalendarz adwentowy wybrać?

Ekspert zaleca też odpowiedni wybór kalendarza adwentowego. Ten, na jaki najlepiej się zdecydować, powinien być z ciemną czekoladą. W porównaniu z czekoladą



Czekoladki z kalendarza adwentowego mogą szkodzić naszym zębom. Dentyści radzą, jakich błędów unikać

mleczną ma ona więcej korzyści zdrowotnych.

- Pomaga również zwalczać bakterie, które powodują, że cukry zamieniają się w kwas, i zawiera silne środki przeciwbakteryjne - dodaje ekspert. - Im ciemniejsza, tym lepsza, jeśli chodzi o wybór ciemnej czekolady, a nawet pomaga zapobiegać nieświeżemu oddechowi, więc jest to wszechstronny ulubiony przysmak dentyстів - dodaje.

Specjalista odradza też kupowanie czekolad z dodatkową zawartością cukru, takich jak karmel. Zamiast tego poleca wybierać składniki, które mogą korzystnie wpłynąć na zęby, takie jak orzechy i mięta.

- Nie zapominaj o picu dużej ilości wody, aby wypłukać jamę ustną - dodaje. - Przestrzeganie tych prostych rutyn

nowych kroków oznacza, że możesz oddać się świątecznej tradycji i zachować zdrowe zęby.

Jak podaje National Health Service (NHS), dzieci w wieku od 4 do 6 lat mogą spożywać maksymalnie pięć kostek cukru (19 g) dziennie, podczas gdy dzieci w wieku od 7 do 10 lat mogą spożywać do 24 g cukru. Typowa czekoladka z kalendarza adwentowego zawiera 2,1 g, więc można włączyć ten słodki przysmak bez powodowania szkód dla zdrowia, ale pamiętaj o umiarze.

Zdaniem eksperta największym problemem w jedzeniu czekolady jest mycie zębów tuż po jej zjedzeniu

Co sprawia, że czekolada tak bardzo nam smakuje?

Na to, jak odbieramy smak czekolady, wpływa kilka czynników. Zależy to zarówno od jej składników, jak i składu naszej śliny oraz sposobu, w jaki słodycz rozpuszcza się w naszych ustach.

Kluczową rolę na początku tego procesu odgrywa tłuszcz, który znajduje się w czekoladzie.

Kiedy bierzemy do ust kostkę, pokrywa ona wnętrze jamy ustnej tłustym filmem. Następnie pierwsze skrzypce grają cząsteczki kakao.

Do takich wniosków doszli naukowcy z Uniwersytetu w Leeds. Wyniki ich badań zostały opublikowane w czasopiśmie naukowym „ACS Applied Materials and Interface”. Badacze przeprowadzili testy

z użyciem luksusowej marki ciemnej czekolady na sztucznej powierzchni 3D przypominającej ludzki język.

Naukowcy wykorzystali techniki analityczne z dziedziny inżynierii zwanej trybologią. Bada ona interakcje powierzchni i płynów, poziomów tarcia między nimi i roli właściwości smarnych. Wszystkie te procesy odbywają się w naszych ustach, gdy sięgamy po kostkę czekolady.

Anwesha Sarkar, profesor ze School of Food Science and Nutrition w Leeds, mówi, że nauka o właściwościach smarnych daje wgląd w to, jak faktycznie odbieramy smak żywności.

- Można wykorzystać tę wiedzę do projektowania żywności o lepszym smaku, konsystencji lub o większych

korzyściach zdrowotnych - tłumaczy. - Nie ma znaczenia, czy czekolada ma 5 proc. tłuszczu, czy 50 proc., ponieważ nadal będzie zachowywać się w ustach tak samo. Znaczenie ma natomiast lokalizacja tłuszczu. Wyniki naszych badań pokazują, że musi się on znajdować w zewnętrznej warstwie czekolady - dodaje.

Naukowcy mają nadzieję, że dzięki swoim badaniom doprowadzą do opracowania nowej generacji luksusowych czekoladek, które będą miały taką samą teksturę i podobne walory smakowe, ale będą zdrowsze.

- Nasze badania otwierają nowe możliwości. Producenci mogą dzięki nim projektować ciemną czekoladę tak, aby zmniejszyć w niej zawartość tłuszczu - mówi naukowiec.

Ś W I Ą T E C Z N E GWIAZDECZKI

Świąteczne Gwiazdeczki to dla nas zawsze wyjątkowa akcja. Z radością obserwujemy, jak rodziny dzielą się z nami opowieściami, radością i zdjęciami maluchów, na których ich oczka błyszczą bardziej niż wszystkie światełka na choince. Możemy wszyscy być blisko tych wzruszeń. Bo tu nie chodzi tylko o plebiscyt, a o rodzinne ciepło. O chwile, które łączą. O momenty, które składają się na to, co najpiękniejsze. Poznajcie uczestników tegorocznych Świątecznych Gwiazdeczek i czytajcie o akcji na gloswielkopolski.pl/gwiazdeczki



Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Adam Bizior WGM.608



Adrianna Sobolewska WGM.438



Alicja Kowalczyk WGM.287



Aniela Kalach WGM.1



Benjamin Kasprzak WGM.348



Blanka Czajowska WGM.2



Jan Borkowski WGM.3



Julia Czerniewicz WGM.248



Julia Kowalska WGM.350



Julia Murawińska WGM.399



Laura Sajnaj WGM.658



Laura Włodarek WGM.351



Lena Jurek WGM.184



Liliana Męcel WGM.554



Marcelina Adamczyk WGM.4



Melania Tulacz WGM.624



Nikodem Jarzębski WGM.659



Nikodem Tulacz WGM.660



Nikodem Wywijas WGM.458



Nikodem Zawodnik WGM.122



Oliwia Cuper WGM.250



Oliwier Jarentowski WGM.345



Oliwier Skalski WGM.719



Stanisław Kirijczuk WGM.288



Wiktor Galuba WGM.5



Wojtuś Janczarek WGM.689



Zofia Leszka WGM.289



Adam Cierlacyk WGD.266



Amelka Fleischer WGD.56



Anastasiia Terechenko WGD.248



Antonina Matuszak WGD.204



Danusia Adamczyk WGD.1



Emilia Konfederat WGD.519



Franciszek Brudzeński WGD.567



Gabrysia Plotek WGD.579



Klaudia Rabenda WGD.267



Laura Sobolewska WGD.416



Laura Wędewska WGD.474



Lena Durman WGD.464



Lenka Adamczyk WGD.2



Leon Wędewski WGD.442



Maja Drogoś WGD.330



Marcel Tataara WGD.425



Marcelina Mazur WGD.149



Matwii Terechenko WGD.124

Aby oddać głos
wyślij na nr **7303** SMS
o treści
wskazanej
przy nazwisku dziecka
(koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)



Nadia Lajs WGD.106



Nikola Kubicka WGD.125



Oliwia Mikula WGD.205



Oliwier Galant WGD.331



Paweł Stanisławski WGD.107



Sandra Wolniak WGD.3



Szymon Adamczyk WGD.4



Wiktor Leszka WGD.373



Wiktoria Kowalczyk WGM.5



Yeva Konfederat WGM.520



Zuzanna Jurek WGD.91



Adam Stanisławski WGM.725



Aleksander Michalski WGM.252



Aleksander Paruchała WGM.577



Alicja Szatkowska WGM.441



Anastazja Grzelak WGM.446



Antonina Czapska WGM.405



Antonina Wolicja WGM.555



Edward Fabjański WGM.290



Elena Olejniczak WGM.352



Filip Zbierski WGM.459



Hanna Gładkowska WGM.6



Hanna Michalewska WGM.720



Jagna Burda WGM.674



Laura Szanecka WGM.206



Leon Błaszak WGM.291



Liliana Rozpędowska WGM.347



Lucjan Bagrowski WGM.578



Maja Budkiewicz WGM.353



Maja Grzybowska WGM.681



Natan Goński WGM.437



Natan Pawłowski WGM.285



Nela Staszak WGM.207



Nikodem Frontczak WGM.556



Nikodem Szczepaniak WGM.163



Nikodem Walkowski WGM.8



Nikola Maciaszek WGM.448



Nikola Malikowska WGM.292



Oliwia Miedzińska WGM.9



Oskar Dorenda WGM.661



Rafał Wiśniewski WGM.682



Sofi Tonicka WGM.721



Stanisław Woźniak WGM.253



Zofia Wojciechowska WGM.662



Aleksy Kropidłowski WGD.6



Aniela Sypniewska WGD.332



Filip Żelichowski WGD.525



Hanna Żelichowska WGD.526



Helena Burda WGD.521



Igor Pięciak WGD.8

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Laura Musiał WGD.206



Leon Błazyna WGD.527



Leon Szymczak WGD.445



Marta Drag WGD.365



Nikodem Wawrowski WGD.268



Nikola Graczyk WGD.556



Oliwia Błazyna WGD.529



Oliwia Kaszuba WGD.9



Pola Szatkowska WGD.420



Adam Nowacki WGM.627



Anastazja Chudzińska WGM.588



Damian Lipka WGM.609



Emilia Karolak WGM.92



Emilia Nowacka WGM.10



Kacper Kasperczak WGM.533



Kornelia Grzesik WGM.557



Maria Gendera WGM.354



Nena Stepień WGM.186



Nina Chuda WGM.208



Olga Karolczak WGM.124



Oliwier Ratajczak WGM.406



Oliwier Szulc WGM.293



Sophie Jager WGM.294



Teodor Lis WGM.571



Antonina Sienkiewicz WGD.10



Brayan Błaszczyk WGD.333



Emil Stachowiak WGD.374



Helena Cichoszewska WGD.334



Ines Nedzarek WGD.126



Jessica Krawczyk-Kantorowicz WGD.236



Julia Idczak WGD.150



Karlos Włodarczyk WGD.207



Leo Wiszowaty WGD.269



Leon Jaśkowiak WGD.71



Likeriia Pryladyшева WGD.262



Maksym Polishchuk WGD.361



Mark Goral WGD.504



Matvii Krokmalna WGD.440



Mia Hoła WGD.72



Mikołaj Kiciński WGD.478



Natalia Kicińska WGD.151



Nela Krawczyk-Kantorowicz WGD.73



Oliwia Banaszcak WGD.11



Patrycja Bartkowiak WGD.127



Pola Piotrowska WGD.335



Tobiasz Budziński WGD.237



Tymuś Budziński WGD.238



Yulian Pryladyшев WGD.263



Aleks Karcz WGM.254



Aleks Owsian WGM.187



Aleksander Trzybiński WGM.295



Aleksandra Koch WGM.125



Amelia Świątek WGM.188



Amelka Aleksandra Mielke WGM.296



Anna Chojnacka WGM.683



Antoni Kudliński WGM.710



Antoni Przybylski WGM.11



Antoni Szczaniecki WGM.407



Arian Góra WGM.633



Arkadiusz Asiaiev WGM.501



Artur Mularczyk WGM.356

Aby oddać głos
wyślij na nr **7303** SMS
o treści
wskazanej
przy nazwisku dziecka
(koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)



Cezary Dziewoński WGM.12



Cezary Piotr WGM.126



Damian Paul WGM.164



Daniela Chupryna WGM.580



Darian Demski WGM.298



David Pariiev WGM.93



Dominik Piekuta WGM.663



Emilia Kudrych WGM.503



Franciszek Damazyn WGM.489



Franciszek Kotusiewicz WGM.127



Franciszek Walter WGM.408



Gabriel Michalski-Matuszczak WGM.233



Gabriel Tomaszewski WGM.589



Gabrysia Tumilowicz WGM.504



Hanna Kufel WGM.651



Hubert Baranowski WGM.13



Iga Skorupska WGM.558



Ignacy Jan Busza WGM.128



Jakub Bartkowiak WGM.495



Jakub Buszka WGM.572



Jakub Saievych WGM.581



Julia Majchrzak WGM.442



Kacper Dratwiński WGM.129



Kacper Gruska WGM.569



Kacper Majchrzak WGM.443



Karolina Drahomatsa WGM.628



Kornel Sobkowiak WGM.722



Kornelia Kaczmarek WGM.505



Kuba Rychter WGM.542



Laura Danielak WGM.728



Laura Kwaśna WGM.14



Lena Gaied WGM.94



Lena Sawicka WGM.711



Lena Zachciał WGM.678

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Leon Kulpa WGM.232



Leon Szymański WGM.610



Leonard Kopa WGM.409



Leonardo Spychała WGM.15



Maja Miller WGM.209



Maja Szkudlarek WGM.397



Maja Walczak WGM.357



Maja Zawal WGM.16



Marcel Głuchowski WGM.17



Marcel Konieczny WGM.96



Marcel Majewski WGM.97



Marcelina Sawczak WGM.19



Maria Hajduk WGM.132



Maria Szambelan WGM.133



Maria Wieczorek WGM.445



Marianna Gostynska WGM.358



Marianna Jóźwiak WGM.134



Marysia Wieczorek WGM.299



Mia Krawczyk WGM.590



Mia Matysiak WGM.715



Michalina Stępień WGM.98



Mikołaj Narojczyk WGM.99



Natan Jeżyk WGM.135



Natan Matuszewski WGM.559



Natan Toruński WGM.189



Nicola Lewandowska WGM.20



Nikodem Czubiński WGM.591



Nikola Milek WGM.167



Noel Bartosik WGM.100



Ofelia Kuchna WGM.210



Olimpia Kubicka WGM.101



Olivia Krymava WGM.507



Rafał Kowalski WGM.168



Rita Girus WGM.508



Staś Błażewicz WGM.102



Szymon Stachecki WGM.506



Szymon Tymek WGM.190



Taisiya Lushpihan WGM.564



Tymoteusz Rodwald WGM.690



Viktor Vapnichnyi WGM.410



Wanda Fortuna WGM.137



Wiktoria Czajka WGM.509



Wiktoria Szymańska WGM.23



Wojciech Antkowiak WGM.300



Zlata Suslova WGM.560



Zofia Burlaga WGM.484



Zofia Hamerlińska WGM.510



Zofia Masternak WGM.191



Zofia Wróbel WGM.460



Zoya Hypka WGM.230



Adelina Kalabishka WGD.376



Albert Siniecki WGD.152



Aleksander Kmiec WGD.208



Aleksander Wojtuszek WGD.109



Alex Yuriev WGD.375



Alicja Maria Markiewicz WGD.455



Andrii Dudarev WGD.398



Aniela Sadowska WGD.209



Bartłomiej Romanowski WGD.264



Blanka Budzisz WGD.148



Borys Gabriel Krysztoforski WGD.13



Daniel Paul WGD.81



Dante Wittig WGD.505



Eryk Żok WGD.270



Fabian Rychter WGD.531



Filip Buchwald WGD.336



Gabriela Andrzejewska WGD.271



Gabriela Górna WGD.210



Gabriela Pawlicka WGD.14



Gabriela Wielgus WGD.337



Gabrysia Plewa WGD.74



Hanna Gniffke WGD.272



Ignacy Kordziński WGD.211



Jakub Czurak WGD.15



Jakub Kasperski WGD.477



Jan Dawidowicz WGD.16



Jan Romanowski WGD.305



Julia Helena Markiewicz WGD.454



Julia Kasperska WGD.476



Kaja Góra WGD.491



Kamil Marczak WGD.362



Laura Gajda WGD.153



Lena Krupińska WGD.441



Leon Białkowski WGD.273



Leon Małycha WGD.507



Leon Wiśniewski WGD.274



Maciej Krzyżanowski WGD.128



Maja Glazer WGD.309



Maksym Hraiko WGD.212



Maksymilian Różański WGD.472



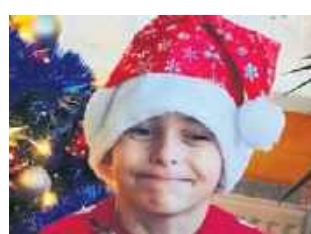
Marcelina Tritt WGD.18



Mark Zhmurko WGD.57



Marysia Tucholska WGD.20



Michał Padiasek WGD.428



Michalina Koboжек WGD.82



Mikołaj Shishkin WGD.429

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Mikolaj Stelmaszyk WGD.509



Mikolaj Vogt WGD.154



Mykyta Dudarev WGD.397



Nina Olkowicz WGD.377



Oleksandr Bilous WGD.378



Oliwia Wyszyńska WGD.430



Oliwier Dembinski WGD.155



Pavlo Teliatynskyi WGD.275



Piotr Glazer WGD.308



Pola Lewandowska WGD.380



Róża Hemler Nowacka WGD.495



Sofia Dudareva WGD.396



Stanisław Józwiak WGD.201



Violetta Fedolyak WGD.506



Wiktoria Mielke WGD.180



Zosia Girus WGD.379



Antoni Glowacki WGM.664



Bianka Kubacka WGM.211



Franciszka Kupidura WGM.282



Helena Nojman WGM.301



Igor Wleczyk WGM.638



Jan Stramowski WGM.611



Kazimierz Słodowicz WGM.665



Laura Rychlewska WGM.359



Łucja Tyczyńska WGM.593



Marcel Kuchta WGM.245



Marcelek Majewski WGM.592

Aby oddać głos
wyślij na nr **7303** SMS
o treści
wskazanej
przy nazwisku dziecka
(koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)



Nina Łukaszewska WGM.360



Stanisław Stramowski WGM.606



Stanisław Szynfeld WGM.212



Amelia Rabinek WGD.338



Anastazia Tomczyk WGD.553



Ignacy Kończak WGD.381



Julia Preczewska WGD.533



Pola i Julia Kręcidło WGD.561



Pola Siemienievska WGD.580



Wiktoria Andrzejczak WGD.421



Zofia Baran WGD.156



Alicja Michalek WGM.344



Bruno Smykowski WGM.24



Helena Białasik WGM.491



Jagoda Mucha WGM.302



Jaśmina Szczepańska WGM.25



Julian Sparniuk WGM.139



Laura Jaskiewicz WGM.26



Leon Dobkowski WGM.639



Maja Arend WGM.702



Maja Myszkowska WGM.461



Maksymilian Helak WGM.666



Milan Nowak WGM.27



Nadia Rykaczewska WGM.723



Nikodem Przybylski WGM.303



Róża Sell WGM.623



Stanisław Błasiak WGM.304



Tymon Nebelski WGM.404



Zosia Wojtkowiak WGM.673



Adela Pierzchała WGD.213



Bruno Białasik WGD.448



Franciszek Wojtalewicz WGD.276



Gabriel Rychlik WGD.576



Kornel Łęczyński WGD.157



Kornelia Wujec WGD.485



Lena Benkowska WGD.415



Marcel Milewski WGD.534



Maria Zielińska WGD.214



Oliwia Brodziak WGD.92



Olivier Grzewka WGD.583



Szymon Banaś WGD.129



Zuzanna Ratajczak WGD.277



Aleksander Wojdyło WGM.411



Amelia Śrama WGM.104



Angelina Sydorczuk WGM.561



Aurelia Piwońska WGM.192



Bruno Smulek WGM.256



Eliza Pankowska WGM.30



Gabriel Jaworski WGM.284



Hania Kowalska WGM.511



Hanna Kwarta WGM.512



Helena Perek WGM.716



Ignacy Słomka WGM.462



Julian Biernat WGM.305



Ksawery Karpiński WGM.612



Laura Szostak WGM.213



Marcelina Śniegowska WGM.31



Maria Wielicka WGM.463



Maximilian Salaciński WGM.32



Mikołaj Skoneczny WGM.105



Nikodem Olejniczak WGM.34



Nikodem Wesołowski WGM.258



Olivier Czarnecki WGM.35



Stanisław Melewski WGM.464



Tymon Petrusiewicz WGM.513



Wojciech Frątczak WGM.361



Zofia Kaczmarek WGM.36



Zosia Wilczyńska WGM.457

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Blanka Lisiecka WGD.130



Gabriela Gibala WGD.158



Gabriela Wiśniewska WGD.471



Inez Andziulewicz WGD.159



Jan Pauszek WGD.367



Jan Wiśniewski WGD.510



Julia Antczak WGD.419



Lenka Wilczyńska WGD.424



Leon Chrośniak WGD.431



Leon Woźniak WGD.58



Marianna Stupczyńska WGD.278



Mikołaj Szulc WGD.279



Nela Chlebowska WGD.535



Nicola Schubert WGD.160



Nikodem Groblewski WGD.339



Oliwia Nowak WGD.320



Weronika Gawlytta WGD.84



Wiktoria Polus WGD.21



Amelia Srocza WGM.724



Antoni Mroczyk WGM.709



Emil Moryson WGM.701



Kaja Mielecka WGM.691



Ksawery Wielebiński WGM.362



Leon Wiśniewski WGM.706



Maria Stachowska WGM.307



Maria Wytrzyszczak WGM.615



Michał Laferski WGM.514



Nikita Kushnir WGM.515



Amelka Eltmann WGD.131



Anastazja Stachowiak WGD.552



Bartosz Kosmałski WGD.280



Blanka Tomaszewska WGD.511



Hubert Eltmann WGD.490



Jan Wytrzyszczak WGD.503



Jonasz Tryler WGD.22



Lena Kalemba WGD.111



Lialia Kushnir WGD.432



Maja Skrzypczak WGD.364



Maksymilian Skrzypczak WGD.412



Marcelina Bartków WGD.112



Michalina Szwałek WGD.161



Mikołaj Skrzypczak WGD.93



Mikołaj Skrzypczak WGD.227



Pawełek Ratajczak WGD.340



Stanisław Jakubiak WGD.132



Tymoteusz Skrzypczak WGD.413



Vanessa Rzepka WGD.470



Wiktor Rzepka WGD.460



Wiktor Sipura-Sarbinowski WGD.281



Aleks Wieczorek WGM.308



Antoni Musiał WGM.465



Blanka Ciesielska WGM.37



Diana Drzymala WGM.700



Gabriela Rucińska WGM.38



Hanna Bączkowska WGM.39



Igor Łupicki WGM.498



Jan Matras WGM.562



Kornelia Szwed WGM.466



Maria Szczepankiewicz WGM.260



Nikodem Przywecki WGM.543



Oskar Griesche WGM.692



Pola Jankowiak WGM.640



Tymoteusz Mania WGM.693



Wiktor Kącki WGM.516



Zuzanna Kasperkowiak WGM.193



Zuzanna Małuśka WGM.309



Aleksander Andrzejewski WGD.341



Antonina Konieczna WGD.342



Arina Kawalka WGD.343



Barbara Kącka WGD.372



Dorian Kasperkowiak WGD.94



Gabriela Szczepankiewicz WGD.133



Igor Hoffmann WGD.344



Kajetan Jokiel WGD.459



Karolina Dudek WGD.282



Lena Barańska WGD.283



Leon Klingsporn WGD.59



Maja Antonina Patalas WGD.215



Maja Neumann WGD.162



Marcel Janicki WGD.23



Amanda Oleśków WGM.40



Amelia Barańska WGM.310



Franciszek Pawlaczek WGM.41



Gabriela Tomczyk WGM.626



Iga Bem WGM.42



Kamil Zaradniak WGM.261



Lilianna Świdurska WGM.614



Liwia Andrzejewska WGM.194



Maksymilian Abramowicz WGM.236



Michalina Walczak WGM.311



Natan Rynowiecki WGM.106



Olga Derwich WGM.45



Oliwia Kajdan WGM.312



Oliwier Wojtasiak WGM.46



Tymon Roszak WGM.169



Wojtuś Gościński WGM.727



Zofia Zgorszczak WGM.412



Ada Jasińska WGD.163



Adam Padrok WGD.24



Adrianna Padrok WGD.25



Iga Sipurzyńska WGD.345



Laura Urbaniak WGD.492



Michalina Olejnik WGD.26



Mikołaj Bem WGD.27



Nikodem Hyżorek WGD.28



Zofia Kołodziejczyk WGD.516



Ariel Wolski WGM.413



Dominika Stężala WGM.363



Filip Gralak WGM.195



Hania Zakreła WGM.170



Jan Nijak WGM.517



Liwia Śniegowska WGM.47



Luiza Bączkowska WGM.518



Miłosz Głodkowski WGM.140



Olivier Stasiak WGM.262



Paweł Baranek WGM.440



Pola Głodkowska WGM.141



Roksana Łuczak WGM.694



Rozalia Róża Podczarska WGM.196



Zuzanna Gomolla WGM.313



Alicja Lewandowska WGD.164



Antoni Atlas WGD.252



Franciszek Atlas WGD.251

Aby oddać głos
wyślij na nr **7303** SMS
o treści
wskazanej
przy nazwisku dziecka
(koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)



Gabriela Budna WGD.382



Lilianna Junkiert WGD.467



Maximilian Baranek WGD.395



Mikołaj Przekoradzki WGD.555



Nadia Paduch WGD.466



Nikodem Górski WGD.585



Olivier Junkiert WGD.468



Szymon Paduch WGD.465



Antoni Matuszak WGM.263



Franciszek Kromarek WGM.672



Franciszek Pokrzywniak WGM.214



Julia Kaźmierczak WGM.314



Julia Zaremba WGM.315



Kuba Pralat WGM.573



Liam Drzyzga WGM.364



Liliana Botsora WGM.467



Liliana Cyłka WGM.641



Liliana Piątek WGM.48



Łucja Duda WGM.49



Michał Leonarczyk WGM.365



Michalina Dorsz WGM.712



Nadia Mikołajczak-Pawlaczyk WGM.497



Piotrek Jakubowski WGM.652



Teodor Dymarski WGM.142



Vincent Coyne WGM.366



Wojciech Łuczak WGM.718



Wojciech Węgierski WGM.215



Wojtek Panok WGM.316



Alicja Dworczak WGD.284



Amelia Frąckowiak WGD.29



Artur Bajoncza WGD.493



Bartosz Lorych WGD.165



Blanka Michalak WGD.134



Ewa Jakubowska WGD.31



Leon Wleki WGD.285



Maja Wojciechowska WGD.462



Mikołaj Neyder WGD.114



Mikołaj Witomski WGD.566



Nikodem Jagodziński WGD.135



Nikola Podleśna WGD.473



Oliwia Witomska WGD.565



Wiktoria Cichoszewska WGD.461



Alicja Fruhmack WGM.535



Amelka i Franek Laseccy WGM.536



Franciszek Trame WGM.317



Gustaw Idaszek WGM.414



Malwina Markiewicz WGM.264



Stanisław Szymański WGM.368



Wiktoria Chmiel WGM.415



Zofia Sobczak WGM.318



Franciszek Huczek WGD.95



Gabriela Nawrocka WGD.136



Jowitka Gawlik WGD.410



Lilianna Fruhmack WGD.316



Lilianna Kozłowska WGD.96



Maja Władkowska WGD.317



Mia Idaszek WGD.287



Nazar Buhai WGD.216



Piotr Gawlik WGD.411



Stanisław Kuświk WGD.288



Wiktoria Gawlik WGD.409



Amelia Borowiak WGM.634



Franciszek Zieliński WGM.369



Gabriela Kluczyńska WGM.708



Jan Rak WGM.54



Łucja Klajn WGM.319



Mia Trieskina WGM.545



Michalina Nowakowska WGM.402



Milena Jabłońska WGM.55



Nela Ludwiczak WGM.216



Nicol Rewaj WGM.594



Nikodem Sztuka WGM.143



Tymoteusz Nowakowski WGM.403



Urszula Eksterowicz WGM.240



Wiktoria Michalska WGM.198



Wojciech Gomułka WGM.370



Aurelia Dykzak WGD.360



Hania Figiel WGD.447



Igor Górzński WGD.217



Julia Piechowiak WGD.483



Lidia Szymczak WGD.32



Lilianna Pogorzelszyk WGD.569



Marcel Cieślak WGD.169



Nadia Minge WGD.500



Natan Przybylski WGD.228



Natan Zarzycki WGD.501



Nela Storczyk WGD.218



Oliwia Napierała WGD.137



Paulina Zarzycka WGD.502



Ryszard Komischke WGD.346



Amelia Królik WGM.371



Antoni Ziętek WGM.320



Antonina Nawrot WGM.680



Cezary Tarkawian WGM.108



Franciszek Adamczak WGM.521



Ignacy Rabiega WGM.684



Igor Feliś WGM.144



Ksawery Musiański WGM.522



Kuba Dudziak WGM.56



Malwina Gucia WGM.199



Martyna Królik WGM.449



Melania Wojtaszek WGM.469



Mia Rogalczyk WGM.416



Michał Huchwajda WGM.417



Nadia i Grajan Chodkowski WGM.493



Nikodem Marchewka WGM.699



Tymon Hoffman WGM.200



Gabriel Bezdel WGD.170



Gabriela Zerbst WGD.171



Grażyna Konicka WGD.138



Lena Kunecka WGD.570



Leon Chodkowski WGD.172



Maja Adamczak WGD.571



Milena Marciniak WGD.122



Olivier Ceglarek WGD.76



Patryk Marciniak WGD.60



Szymon Kaminski WGM.324



Antoni Jęsko WGM.707



Elwira Pacholska WGM.582



Fryderyk Bogacz WGM.58



Hanna Domagalska WGM.470



Kacper Zieliński WGM.372



Klara Młynarek WGM.171



Liliana Popiela WGM.642



Maksymilian Furtak WGM.172



Maksymilian Pillach WGM.496



Miguel Czarnota WGM.321



Nikodem Nadworny WGM.643



Nikoś Kubiak WGM.59



Nina Pietrzak WGM.616



Przemysław Pilarski WGM.60



Tomasz Wojtkowiak WGM.373



Zofia Łopuszańska WGM.173



Borys i Alex Mączyński WGD.444



Emilia Rodak WGD.289



Fabian Danihel WGD.290



Ignacy Młynarek WGD.85



Liliana Sygnea WGD.77



Mikołaj Sztuba WGD.347



Milan Sękowski WGD.536



Olaf Nowak WGD.139



Oliwia Michalska WGD.582



Oliwia Wieczkowska WGD.33



Sofia Fernandez WGD.140



Sofia Stetsiuk WGD.34



Szymon Maćkowiak WGD.173



Antoni Michalski WGM.418



Antoni Setecki WGM.109



Bartosz Kaliński WGM.145



Blanka Lebek WGM.419



Franciszek Łonczek WGM.174



Iga Gądzia WGM.595



Igor Jędrzejak WGM.322



Iwona Sztukowska WGM.323



Julia Nawrocka WGM.523



Kacper Adamczak WGM.677



Klaudia Rosolek WGM.625



Kuba Halaba WGM.546



Leon Suski WGM.398



Leon Zastupenko WGM.537



Liam Michałak WGM.146



Marysia Siegmund WGM.547



Mia Jóźwiak WGM.447



Oliwier Sośnicki WGM.61

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Tymon Jaszczyński WGM.201



Wojciech Janicki WGM.111



Aleksander Dybół WGD.174



Aleksander Kolany WGD.232



Amelia Marek Korbas WGD.35



Dawid Rosolek WGD.537



Emilia Korycińska WGD.175



Emilia Setecka WGD.61



Filip Tamoiev WGD.451



Gracjan Podejma WGD.259



Inez Toško WGD.422



Jagoda Falis WGD.258



Kubuś Nowak WGD.62



Maja Brzozowska WGD.348



Nadia Janicka WGD.64



Nadia Marek Korbas WGD.36



Nela Skowrońska WGD.310



Olga Szczepaniak WGD.141



Oliwier Wróbel WGD.539



Zuzia Korbalska WGD.349



Zuzia Olczak WGD.291



Emilia Wiktoria Mądra WGM.324



Iga Sternal WGM.147



Julia Mądra WGM.485



Lena Pawlak WGM.286



Nikodem Kociński WGM.242



Dawid Przybyłek WGD.563



Ernest Gagatek WGD.37



Klara Chlasta WGD.142



Maja Soroko WGD.312



Oliwia Soroko WGD.311



Paweł Przybyłek WGD.562



Piotr Wojtaszczyk WGD.319



Pola Gagatek WGD.38



Zuzanna Sternal WGD.394



Aleksander Jackowiak WGM.265



Aleksander Moszkowicz WGM.472



Alex Morozowski WGM.420



Amelia Maliszewska WGM.243



Amina Crivogyz WGM.471



Antoni Grön WGM.374



Aurelia Zatt WGM.62



Borys Gruntkowski WGM.490



Damian Ćwik WGM.422



Irena Bochyńska WGM.325



Kacper Chrząszcz WGM.63



Kajetan Dobski WGM.524



Krystian Płaczek WGM.64



Laura Ziembikiewicz WGM.525



Lena Marciniak WGM.667



Leon Fonferek WGM.574



Leon Gapa WGM.65



Lilianna Majczyna WGM.148



Luiza Radwańska WGM.266



Mia Mańka WGM.421



Michał Rusek WGM.66



Nikodem Tomasz Sidorowicz WGM.326



Pola Matczyńska WGM.526



Wiktoria Dziemianko WGM.203



Wojciech Sobczak WGM.473



Adam Staniewski WGD.292



Aleksander Wicher WGD.176



Aleksander Woś WGD.572



Anastazja Wilickiewicz WGD.219



Antoni Popik WGD.371



Bartłomiej Tykwiński WGD.322



Brajan Marciniak WGD.512



Franciszek Rybacki WGD.540



Gabrys Juskowiak WGD.177



Hubert Gudowski WGD.496



Kaja Wachowiak WGD.97



Katarzyna Misińska WGD.98



Lilia Domańska WGD.178



Maciej Wawrzekiewicz WGD.384



Maja Rusek WGD.39



Maja Spiliszevska WGD.541



Maksym Grzelak WGD.293



Maksymilian Zywert WGD.453



Marcelina Kieruj WGD.294



Mia Zywert WGD.452



Nela Burbulis WGD.368



Sebastian Nadolny-Malinowski WGD.40



Stanisław Bochyński WGD.179



Tymoteusz Boruta WGD.181



Wiktoria Bartosz WGD.557



Zofia Maliszewska WGD.65



Aleksandra Szuba WGM.229



Amelia Ignasiak WGM.255



Antonina Kubiak WGM.375



Bartosz Banaszak WGM.151



Bianka Borysiak WGM.327



Dawid Pryimak WGM.267



Dominika Matuszak WGM.548



Dorota Gabriel WGM.393



Franciszek Mądrozzyk WGM.527



Gabriela Kowalik WGM.67

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Gracjan Paczkowski WGM.68



Jakub Krupa WGM.268



Jakub Palicki WGM.112



Jan Dubowik WGM.328



Jeremi Jankowski WGM.679



Joachim Staniszewski WGM.69



Kornel Napora Kortus WGM.549



Leon Fręsko WGM.329



Leon Speier WGM.597



Leon Wieczorek WGM.474



Leon Żal WGM.113



Leonard Stasiak WGM.475



Lili Wagner WGM.176



Luiza Siwiec WGM.217



Maja Konieczka WGM.528



Maksymilian Lisiecki WGM.476



Marcelina Frąckowiak WGM.617



Marcelina Wiese WGM.204



Maria Orzechowska WGM.695



Mateusz Dudycz WGM.330



Nikodem Ingłot WGM.376



Olgierd Sharuk WGM.377



Oliwia Kołacka WGM.72



Tymon Olszewski WGM.73



Tymoteusz Tomczak WGM.331



Wiktor Podbylski WGM.550



Aleksander Muszyński WGD.182



Amelia Nawrocka WGD.385



Anastazja Okupniak WGD.66



Anastazja Włodarczyk WGD.41



Antoni Antczak WGD.42



Antonina Dykban WGD.351



Bartosz Chatlas WGD.433



Borys Siwiec WGD.417

Aby oddać głos
wyślij na nr **7303** SMS
o treści
wskazanej
przy nazwisku dziecka
(koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)



Gaja Kobos WGD.295



Iga Noster WGD.120



Jeremiasz Kamiński WGD.399



Julia Grudzińska WGD.434



Kacper Kaczmarek WGD.352



Kalina Antczak WGD.44



Katarzyna Mikołajczak WGD.515



Kornelia Rabsch WGD.386



Krzysztof Kamiński WGD.400



Livia Nowacka WGD.475



Luiza Młynkowiak WGD.183



Maja Gawryś WGD.369



Maja Majchrowska WGD.542



Maria Jankowska WGD.387



Maria Przybylska WGD.143



Mariia Tkachenko WGD.508



Martyna Karpinska WGD.435



Mikołaj Gruszczyński WGD.45



Milana Kolesnikova WGD.67



Nadia Łuczak WGD.99



Natalia Walus WGD.388



Nikola Gomułka WGD.389



Oliwia Bartkowiak WGD.105



Oliwia Jasińska WGD.457



Oliwia Pytel WGD.235



Oliwier Górnjak WGD.363



Wiktoria Mikołajczak WGD.247



Wojciech Mańczak WGD.184



Wojciech Zieliński WGD.456



Zofia Białasik WGD.436



Zuzanna Górecka WGD.353



Antoni Staniszewski WGM.566



Dawid Isaiev WGM.423



Gabriela Kończak WGM.234



Hanna Szenajch WGM.218



Julia Nowacka WGM.378



Lena Pytlík WGM.394



Liliana Woźniak WGM.379



Maja Barteczka WGM.152



Maksymilian Elias WGM.332



Michalina Krystek WGM.153



Mikołaj Konieczny WGM.283



Pola Kowalewicz WGM.333



Przemysław Janowicz WGM.668



Stanisław Walkiewicz WGM.334



Tymon Mikołajewski WGM.632



Wojtek Krzysko WGM.696



Aleksandra Muzyka WGD.46



Alicja Ratajczak WGD.47



Borys Dutkowiak WGD.246



Filip Barteczka WGD.575



Hanna Jelinowska WGD.443



Jakub Jankowski WGD.558



Kacper Konieczny WGD.185



Lilianna Mosiek WGD.220



Maja Nicola Łasiz WGD.403



Marcel Graczyk WGD.186



Nicolas Łasiz WGD.402



Olaf Dutkowiak WGD.245



Oliwia Łasiz WGD.401



Wojciech Bacior WGD.313

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Zosia Trz WGM.61



Zuzanna Stankowska WGM.144



Adam Turek WGM.269



Alex Michalak WGM.114



Antoni Walkowiak WGM.74



Antoś Walkowiak WGM.75



Borys Ryżek WGM.424



Cezary Trela WGM.575



Emil Czekala WGM.156



Franciszek Stefaniak WGM.76



Franciszek Til WGM.380



Helena Przybylak WGM.534



Jagoda Bełtowska WGM.618



Jasiu Horloza WGM.381



Klara Kozłowska WGM.425



Kornelia Głaz WGM.226



Kornelka Kaczmarek WGM.602



Leon Danielczak WGM.605



Martyna Grygier WGM.697



Michalina Fornalik WGM.382



Mikołaj Mysiura WGM.629



Nela Anna Przewoźna WGM.180



Nela Przewoźna WGM.583



Nell Rzemienieć WGM.644



Nikodem Góral WGM.477



Nikodem Lemański WGM.227



Nikodem Paroń WGM.426



Paweł Krzyżaniak WGM.584



Rozalia Sobańska WGM.219



Teodor Aleksander Perz WGM.383



Tymon Cebernik WGM.181



Urszula Rosiak WGM.427



Zofia Krawiec WGM.486



Zosia Bączkowska WGM.220



Amelia Krych WGD.50



Amelka Pawlak WGD.296



Antoni Przybylak WGD.231



Barbara Mucha WGD.52



Emilia Bączkowska WGD.242



Ewelina Diak WGD.187



Gabriela Rosiak WGD.297



Gaja Walotek WGD.327



Iga Kumar WGD.355



Igor Młodziński WGD.370



Jagoda Lewandowska WGD.543



Jan Rysiak WGD.559



Lilianna Miner WGD.253



Maciej Kabat WGD.241



Marcel Cebernik WGD.100



Marcelina Czepczor WGD.188



Max Walotek WGD.329



Milan Miner WGD.254



Nadia Krych WGD.390



Nikola Krych WGD.393



Tymon Walotek WGD.328



Zofia Bedońska WGD.414



Anastazja Maria Lach WGM.160



Antonina Gorzelana WGM.585



Blanka Mańkowska WGM.77



Blanka Sypniewska WGM.384



Filip Igelski WGM.499



Florian Marchlewicz WGM.270



Franciszek Gospodarek WGM.704



Helena Wawrzyniak WGM.401



Ignacy Brzeziński WGM.271



Ignacy Roszak WGM.500



Julia Jarolewska WGM.488



Julia Kotkowska WGM.619



Liliana Skrobska WGM.478



Maja Furgala WGM.221



Marcelina i Nikodem Kukulscy WGM.717



Nikodem Karpiński WGM.579



Nikodem Polatyński WGM.645



Tymon Sobień WGM.272



Zuzanna Marszałek WGM.541



Zuzanna Tomczak WGM.385



Alan Sroka WGD.446



Aleksander Miłos WGD.487



Ignacy Marszałek WGD.544



Jaś Hejna WGD.499



Kaja Fibich WGD.450



Lilianna Sroczyńska WGD.437



Melania Jana Zimna WGD.221



Nikodem Głogowski WGD.486



Zuzanna Reszkiewicz WGD.298



Arian Wojtkowiak WGM.396



Eliza Bukowiecka WGM.479



Gabriela Okońska WGM.529



Julianna Szafoni WGM.646



Leon Rzyśko WGM.335



Melania i Mieszko Siepka WGM.494



Nikodem Kasprzak WGM.115



Nikodem Stefaniak WGM.598



Oskar Lewandowski WGM.635



Antonina Iwaniak WGD.560



Cezary Majewski WGD.439

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Franciszek Brzózka WGD.189



Gabriel Paterkiewicz WGD.190



Hanna Lutsenko WGD.497



Hanna Walaszek WGD.469



Karolina Gajor WGD.356



Krzysztof Stusek WGD.522



Marcel Witkowski WGD.357



Aleksander Hojnowski WGM.428



Aleksander Jan Żyndul WGM.273



Antonina Klecha WGM.480



Edward Górny WGM.481



Filip Gorszkowiak WGM.274



Hanna Matysik WGM.386



Joachim Pauch WGM.336



Kornel Grygiel WGM.275



Lucjan Hołowacz WGM.78



Maksymilian Muńko WGM.238



Maksymilian Żok WGM.687



Nina Kulus WGM.429



Nina Olejniczak WGM.79



Pola Piechota WGM.241



Rozalia Bielicka WGM.116



Zuzanna Odważna WGM.239



Anastazja Mendus WGD.517



Antoni Frąckowiak WGD.568



Filip Skowron WGD.115



Jan Frąckowiak WGD.564



Janka Bielicka WGD.68



Kaja Muńko WGD.123



Kornelia Skrzypczak WGD.449



Leon Gorszkowiak WGD.145



Leon Młynkowiak WGD.121



Maksymilian Rybicki WGD.146



Mikołaj Nocek WGD.116



Nikodem Biernatowski WGD.147



Staś Łaskarzewski WGD.554



Albert Lester WGM.80



Antoni Nowacki WGM.387



Antoni Żymny-Skrzydlewski WGM.430



Dominik Grześkiewicz WGM.688



Dominik Kaczmarek WGM.530



Hubert Mielcarzewicz WGM.81



Kacper Nowak WGM.117



Kornelia Nowak WGM.118



Kuba Trzeciak WGM.653



Leo Migacz WGM.337



Leon Hildebrański WGM.531



Maja Małek WGM.685



Mia Kwapiszewska WGM.705



Nikodem Koster WGM.82



Nikodem Łuczak WGM.338



Nikodem Setny WGM.431



Oliwia Ostajewska WGM.395



Tymon Pawlak WGM.539



Antoni Słomian WGD.513



Bartosz Pawlak WGD.546



Fabian Kotecki WGD.191



Igor Nowak WGD.69



Klaudia Trzeciak WGD.547



Kuba Grząślewicz WGD.480



Liwia Ostenda WGD.438



Maja Setna WGD.192



Mikołaj Jabłoński WGD.494



Tymofii Matvienko WGD.79



Alan Foiński WGM.119



Antoni Starszak WGM.432



Aron Zbytek WGM.599



Emilia Nowicka WGM.120



Gabriel Nowak WGM.647



Iga Leszczynska WGM.620



Ignacy Gwiżdż WGM.538



Inez Nowak WGM.669



Jagna Mądra WGM.178



Kordian Chudziński WGM.83



Larysa Kotara WGM.433



Laura Durys WGM.482



Maciej Iskra WGM.600



Maksymilian Andrzejewski WGM.388



Maksymilian Błachowiak WGM.84



Nikodem Ciesielski WGM.655



Noemi Ślot WGM.648



Oliwia Nadia Adamczyk WGM.339



Pola Tondel WGM.340



Tymon Sikorski WGM.576



Tymon Wekwert WGM.649



Zuzanna Lehmann WGM.389



Amelia Owsianna WGD.548



Bohdan Shchepanskyi WGD.194



Bolesław Gwiżdż WGD.482



Helena Paliszewska WGD.101



Jan Krzemiński WGD.87



Julia Gałczyńska WGD.70



Konrad Samulski WGD.222



Kuba Fronda WGD.299



Marcel Artymowicz WGD.479



Marcelina Kantorska WGD.193

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Michał Lipiński WGD.102



Natan Przybylski WGD.117



Norbert Grybowicz WGD.514



Oliwia Warzyńska WGD.549



Oskar Jakubowski WGD.581



Stanisław Kramer WGD.118



Antonina Malarska WGM.182



Emilia Shliashko WGM.121



Gabriel Stelter WGM.450



Liliana Dygas WGM.183



Liwia Kubiak WGM.434



Maciej Jasnoch WGM.341



Maja Kwiecińska WGM.540



Maja Stalewska WGM.276



Nikodem Wasylyk WGM.277



Oliwia Kowalska WGM.686



Zoja Staniec WGM.607



Aleksander Burda WGD.358



Alicja Piechowska WGD.223



Ignacy Potapowicz WGD.195



Jagna i Helena Zbierskie WGD.224



Katrina Czechowska WGD.261



Kevin Czechowski WGD.260



Lea Stelter WGD.518



Lena Jasnoch WGD.196



Marcel Schuelke WGD.550



Mia Brzezinska WGD.300



Mia Serafin WGD.404



Nadia Szumlak WGD.323



Rozalia Kowalska WGD.484



Tymon Mejer WGD.302



Tymoteusz Stelter WGD.405



Zuzanna Kwiecińska WGD.551



Antoni Kuberacki WGM.278



Antonina i Aleksandra Nowak WGM.436



Antonina Strojna WGM.86



Blanka Wysocka WGM.247



Emilia Mikołajczak WGM.87



Emir Haytjanov WGM.392



Gabriel Surdyk WGM.179



Gabriela Burdelak WGM.622



Gabriela Nowakowska WGM.342



Helena Delestowicz WGM.343



Helena Kuźmińska WGM.222



Jan i Stanisław Maźwa WGM.224



Lena Benedykczak WGM.698



Lena Chmiel WGM.88



Maja Kurzyńska WGM.435



Maksymilian Krygier WGM.455



Marcelina Wieczorek WGM.279



Mariusz Zagawa WGM.89



Matylda Ciolek WGM.225



Mia Doga WGM.400



Milan Zalewski WGM.567



Olivier Zalewski WGM.570



Pola Łyskawa WGM.439



Stanisław Gawroński WGM.630



Wiktoria Purcel WGM.280



Yasmina Pylypenko WGM.390



Abigail Paillard WGD.392



Aleksandra Buchta WGD.89



Antoni Kłopocki WGD.80



Barbara Paszek WGD.103



Cyprian Spychaj WGD.256



Dawid Buchta WGD.90



Helena Mażwa WGD.203



Igor Purcel WGD.315



Konstancja Spychaj WGD.255



Ksawery Józwiak WGD.244



Kuba Woźniak WGD.463



Leon Spychaj WGD.257



Lilianna Molińska WGD.197



Liwia Duda WGD.321



Luiza Pawłowska WGD.489



Maja Krygier WGD.423



Marcel Leśny WGD.240



Maria Purcel WGD.243



Matylda Leśna WGD.239



Milan Boiko WGD.225



Nadia Pietrala WGD.359



Oliwia Fintz WGD.418



Oliwier Pawłowski WGD.488



Tristan Paillard WGD.391



Adam Belamri WGM.586



Aleksander Bogdanowicz WGM.90



Aniela Skrzypczak WGM.281



Eliza Rozalia Kuczkowska WGM.551



Emilia Gubańska WGM.726



Franciszek Dolata WGM.162



Helena Suchecka WGM.391



Jan Demblewski WGM.565



Jaśmina Szymczak WGM.552



Jeremiasz Włodarczak WGM.91



Klara Grzeskowiak WGM.237



Łucja Turowska WGM.714



Maja Zghoba WGM.631

Aby zagłosować, wyślij na nr **7303** SMS o treści podanej przy nazwisku dziecka (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Głos Wielkopolski
Środa, 3.12.2025



Maksymilian Wojtkowski WGM.623



Marcelina Jaskiewicz WGM.601



Marcelina Stachowiak WGM.670



Maria Płonczak WGM.657



Michalina Dutkiewicz WGM.636



Oliwier Halaburda WGM.654



Pola Tomaszewska WGM.671



Stanisław Laferski WGM.587



Tobiasz Jurga WGM.454



Wiktoria Sadowczyk WGM.713



Wojciech Kosmala WGM.553



Wojciech Matuszczak WGM.621



Zofia Pietraszak WGM.656



Amelia Dura WGD.498



Anastazja Jurga WGD.406



Anastazja Porzucek WGD.55



Antoni Zawada WGD.307



Igor Sędziak WGD.198



Jan Tomczak WGD.199



Julia Kokocińska WGD.202



Julia Stefaniak WGD.200



Lena Zawada WGD.306



Marcelina Łabęda WGD.586



Martyna Ratajczak WGD.226



Nadia Chlebowska WGD.104



Wiktoria Jurga WGD.407



Anna Młynarczyk WGM.51



Emil Zygmianiak WGM.52



Emilia Urbańska WGM.175



Jan Tuszyński WGM.53



Kaya Borys WGM.519



Łukasz Rogowicz WGM.468



Maria Krakowska WGM.502



Michalina Szymańska WGM.107



Nadia Jóskowiak WGM.544



Nikodem Kandzierski WGM.197



Tymoteusz Gajewski WGM.703



Wiktor Krwaczyk WGM.246



Wiktoria Pakulska WGM.596



Zuzanna Kaczmarek WGM.532



Antoni Włodarski WGD.166



Emilka Andrzejewska WGD.383



Filip Tysiak WGD.578



Gabriela Obecna WGD.350



Igor Stolarski WGD.584



Ismena Jencz WGD.326



Jan Kaczmarek WGD.574



Jan Roszak WGD.250



Kyle Krakowska WGD.314



Leon Trawiński WGD.167



Lidia Jencz WGD.325



Maja Kotecka WGD.168



Marcel Nowak WGD.286



Michalina Roszak WGD.249



Mikolaj Kolenda WGD.318



Nikola Kolenda WGD.229



Piotrek Joachimiak WGD.577



Teodor Glapinski-Pieton WGD.426



Wiktoria Krystek WGD.366



Zuzanna Młynarczyk WGD.573



Nadia Chrzanowska WGM.743



Adam Szczepaniak WGD.590



Lena Kołodziejczak WGD.601



Brayan Woźniak WGM.732



Celina Wojtkowiak WGM.733



Idalia Spychała WGM.729



Katalaya Kaliszan-Garay WGM.730



Maria Zajac WGM.736



Wiktoria Muszyńska WGM.737



Yasmina Yankivska WGM.745



Julia Urbanek WGD.604



Kasjan Wiśniewski WGD.591



Oliwia Greber WGD.588



Olivier Lewandowski WGD.605



Liliana Kotyla WGD.606



Magdalena Piątek WGD.612



Mateusz Piątek WGD.613



Nikola Piątek WGD.607



Marcelina Osikowska WGM.731



Lena Centka WGD.602



Anastazia Sucharska WGM.735



Rozalia Lozano Jurado WGM.752



Staś Remisz WGD.589



Joanna Maziarz WGM.753



Jakub Dzielski WGM.751



Julia Kleszcz WGM.740



Nel Tórz WGM.756



Tadeusz Kołacki-Gawroński WGM.754



Teodor Burkiak WGM.755



Borys Budziński WGD.608



Gabrysia Adamczak WGD.609



Mia Tórz WGD.610



Nel Głowacka WGD.615



Olivier Tórz WGD.611



Zofia Kleszcz WGD.603



Liliana Jankowiak WGM.749



Emilia Wysocka WGD.592



Aleksander Kocański WGM.750



Anastazia Rewers WGM.742



Alan Szymkowiak WGD.587



Matylda Nowicka WGD.614



Aleksander Ratajczak WGM.738



Szymon Wesolek WGM.739



Michalina Brudzeńska WGD.427



Blanka Kamińska WGM.297



Nikola Andrzejczak WGM.444



Gabriela Baranek WGD.113



Franciszek Jaromirski WGD.43

AUTOREKLAMA

Q504816546A

O KOBIETACH
I DLA KOBIET
stronakobiet.pl



strona
KOBIET

Lepiej wiedzieć, leczyć i żyć normalnie. Test na HIV jest dostępny bez skierowania

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Główną drogą zakażenia HIV są kontakty seksualne. Potencjalne ryzyko stanowi też transfuzja krwi.

Co najmniej połowa osób z HIV w Polsce zaczyna leczenie zbyt późno, a 16 procent nie rozpoczyna go wcale. Zakażenie prowadzi do AIDS i jest śmiertelne, podczas gdy z wirusem można żyć równie długo, co bez niego. Te liczby powinny skłonić do wykonania testu, który jest darmowy, anonimowy i bez skierowania.

Po czym poznać, że ktoś ma HIV?

Zarażenie wirusem HIV można rozpoznać tylko i wyłącznie na podstawie testu z krwi, który w wielu miejscach można wykonać nieodpłatnie. Warto mieć pewność, że jest się wolnym od wirusa, zwłaszcza w przypadku ryzykownych zachowań. W takiej sytuacji ze zrobieniem badania zaleca się poczekać co najmniej 6 tygodni.

W niektórych miejscach można jednocześnie wykonać test w kierunku WZW-C, czyli wirusa HCV, a także bakterii kiły.

- Jeśli jeszcze nigdy wcześniej nie robiłeś/nie robiłaś sobie badania w kierunku HIV, warto o tym pomyśleć. W Polsce takie testy można zrobić bezpłatnie i anonimowo - jest to możliwe w tzw. punktach konsultacyjno-diagnostycznych (PKD), które znajdują się w ponad 20 największych miastach. Na badanie nie trzeba



Test wykonywany w punkcie konsultacyjno-diagnostycznym poprzedza rozmowa

przychodzić na czczo, niepotrzebne jest skierowanie ani dokument tożsamości - mówi Robert Łukasik z PKD w Warszawie.

Badanie w kierunku obecności wirusa HIV (nabytego niedoboru odporności) powinna wykonać każda osoba, która:

- miała co najmniej jeden kontakt seksualny niezabezpieczony prezerwatywą,
- nawet raz korzystała z niesterylnych igieł i/lub strzykawek,
- miała bezpośredni kontakt z krwią innej osoby.

- Podczas badania pobierana jest krew żylna, zwykle ze zgięcia w ramieniu. Wynik jest do odbioru najczęściej na drugi dzień roboczy po badaniu, ewentualnie kilka dni później - mówi prowadzący PKD. - W niektórych punktach wykonuje się tzw. szybkie testy. Krew pobierana jest z palca, zakrapla się nią specjalną płytkę i wynik jest po 15 minutach.

Szybkie testy dają wiarygodną informację po 12 tygodniach od ryzyka.

Gdzie zrobić badanie na HIV za darmo?

- Test na HIV wykonywany w PKD poprzedzony jest rozmową, która ma na celu oszacowanie ryzyka zakażenia i określenie, czy badanie można już wykonać - wyjaśnia Łukasik. - Rozmowa dotyczyć będzie możliwych dróg zakażenia - czyli życia seksualnego i/lub używania substancji psy-

choaktywnych (narkotyków). W jej trakcie można zadawać pytania dotyczące HIV, samego badania, profilaktyki, miejsc, gdzie można otrzymać pomoc i wsparcie.

Test na HIV można też wykonać prywatnie. Jest dostępny w każdym laboratorium diagnostycznym, ale nie anonimowy. Cena wynosi od 50-60 złotych.

Niestety, choć zagrożenie wirusem HIV rośnie, wciąż niewiele osób chce w ogóle dowiedzieć się, czy jest zakażonym (czyli seropozytywnym), czy nie.

- Informacja o zakażeniu jest jedną z tych, które wywracają świat do góry nogami. Wszystko jest inne, niż do tej pory. Pojawia się masa pytań, mnóstwo niepokoju, często lęku - tłumaczy ekspert. - Jest kilka rzeczy, o których warto wiedzieć, bo one pomogą przemyśleć ważne kwestie i zadbać o siebie najbardziej, jak to jest możliwe. Ważne jest, aby jak najszybciej zgłosić się do poradni leczenia zaburzeń odporności. Dzięki badaniom i konsultacjom zakażenie będzie „pod kontrolą”.

Gdzie zrobić badanie na HIV za darmo?

Psychologiczną przeszkodą w wykonaniu testu na HIV jest najczęściej lęk przed chorobą. Rzeczywiście, nieleczone zakażenie HIV prowadzi do wyniszczającego AIDS i śmierci. Trzeba jednak wiedzieć, że nowoczesne i bardzo sku-

teczne leki przeciw HIV są dostępne w Polsce bezpłatnie.

- Zakażenie HIV i choroba AIDS wciąż kojarzy się negatywnie. To zrozumiałe - każda choroba, zwłaszcza przewlekła, niepokoi i martwi. Ale trzeba pamiętać o tym, że zakażenie HIV nie jest dziś śmiertelne, ma charakter przewlekły - to znaczy, że można z nim żyć i realizować się w różnych sferach życia: rodzinnej i rodzinie, zawodowej, seksualnej - mówi Robert Łukasik, który prowadzi Punkt Konsultacyjno-Diagnostyczny w Warszawie.

Wsparcie dla osób z HIV

Wiele osób zastanawia się, co będzie, jeżeli otrzymają pozytywny wynik badania.

- Gdy wynik w kierunku HIV wyszedł dodatni, a badanie było zrobione w PKD, to można je odkodować - to znaczy oznaczyć badanie anonimowe danymi osoby, do której wynik należy - wyjaśnia prowadzący PKD. - Doradca dysponuje specjalnym dokumentem, na którym wpisze dane z paszportu bądź dowodu osobistego i na tej podstawie będzie można szybko zgłosić się do poradni. Doradca powie także, gdzie się należy zgłosić i wyjaśni, jak wygląda leczenie.

Jest też wiele organizacji, osób i instytucji, które wspierają ludzi zakażonych. Są grupy wsparcia, zajęcia rozwojowe, pomoc psychologiczna - warto z tego korzystać.



Jak powinno wyglądać jesienne pływanie bez podrażnień? Skorzystaj z tych rad

Korzystasz z basenów jesienią? Mamy kilka rad

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Kontakt z wodą chlorowaną może wysuszać i podrażniać skórę. Jak chronić mikrobiom skóry i uniknąć nieprzyjemnych skutków? Wyjaśnia kosmolog Dorota Łogin.

Do ich skutecznego usunięcia, potrzebne są odpowiednie preparaty, które jednocześnie odbudowują warstwę lipidową. Warto wybierać kosmetyki zawierające aloes, prowitaminę B5 czy rumianek, bo składniki te koją, nawilżają i wspomagają regenerację skóry po kąpielach.

3. Użyj odpowiednich kosmetyków

Skóra po basenie potrzebuje oczyszczenia, ale przede wszystkim odbudowy bariery ochronnej. To kluczowy etap, który często pomijamy. Jest to bardzo istotne, ponieważ oprócz poczucia czystości i podstawowej higieny, zmywamy ze skóry związki chloru. Aby zapewnić sobie pełen komfort i skuteczność, warto sięgnąć po kosmetyki, które neutralizują chlor i jego zapach. Dzięki nim skutecznie usuwamy drażniące substancje, a jednocześnie pielęgnujemy i odżywiamy skórę oraz włosy.

Te proste rytuały po wyjściu z basenu to skuteczna tarcza przed podrażnieniami, przesuszeniem oraz osłabieniem mikrobiomu skóry, a więc również przed spadkiem odporności. To właśnie naruszenie bariery ochronnej naskórka, a nie „wyziębiecie po basenie” bywa przyczyną powtarzających się infekcji po pływananiu.

1. Uważaj na chlor

Chlor odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu czystości wody i ochronie użytkowników basenu. Skutecznie neutralizuje bakterie oraz wirusy, dzięki czemu pływanie odbywa się w bezpiecznych warunkach.

Kłopot zaczyna się dopiero wtedy, gdy reaguje z lipidami i białkami obecnymi w skórze, tworząc tzw. chloraminy, substancje o właściwościach drażniących. Osłabiają one naturalną warstwę hydrolipidową i mikrobiom skóry, co może skutkować mikrouszkodzeniami, zaczerwienieniem i swędzeniem.

2. Weź prysznic po kąpielach

Prysznic po wyjściu z basenu to nie tylko element higieny, ale też klucz do zachowania zdrowej skóry. Sama woda czy zwykłe mydło nie zneutralizują pozostałości chloru i chloramin.



Kontakt z wodą chlorowaną może podrażniać i wysuszać skórę

WARTO WIEDZIEĆ

Nieleczone zakażenie HIV może doprowadzić do rozwoju AIDS

HIV to wirus nabytego niedoboru odporności, który niszczy układ immunologiczny, a zakażenie może prowadzić do rozwoju AIDS.

Wirus przenosi się przez kontakty seksualne bez zabezpieczenia, a także zakażoną krew. Zakażenie może przebiegać bezobjawowo przez wiele lat, ale dzięki nowoczesnym lekom antyretrowirusowym można je kontrolować i prowadzić długie, zdrowe życie.

Pobyć w sanatorium może być za darmo. Kiedy to ZUS zapłaci za twój turnus?



ZUS zapłaci za wszystkie koszty leczenia, zakwaterowania i wyżywienia, a także zwróci wydatki na dojazd najtańszym środkiem komunikacji publicznej z miejsca zamieszkania do sanatorium

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Do sanatorium możesz wyjechać nie tylko w ramach świadczenia z NFZ. Z ZUS będzie szybciej i za darmo, ale musisz spełnić określone warunki.

Z sanatorium możesz skorzystać w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Leczenie uzdrowiskowe jest wtedy kontynuacją leczenia szpitalnego lub ambulatoryjnego. Aby skorzystać z sanatorium, musisz otrzymać skierowanie od swojego lekarza na taki pobyć.

Dla kogo sanatorium w ramach ZUS?

Możesz skorzystać także z sanatorium opłaconego przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych. W tym przypadku ma na celu rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej. Może więc z niego skorzystać osoba ubezpieczona, której z powodów zdrowotnych grozi częściowa lub całkowita niezdolność do pracy. Musi jednak istnieć szansa na powrót do zdrowia i aktywności zawodowej po rehabilitacji.

Taki wyjazd nie jest więc dla każdego i możesz z niego skorzystać pod warunkiem, że:

- jesteś ubezpieczony w ZUS (pracujesz zawodowo),
- pobierasz rentę okresową z tytułu niezdolności do pracy,

- pobierasz zasiłek chorobowy lub świadczenie rehabilitacyjne,
- starasz się o świadczenie rehabilitacyjne lub rentę,
- jesteś osobą, u której lekarz orzecznik podczas kontroli zwolnienia lekarskiego stwierdził taką potrzebę.

Pobyć w sanatorium z ZUS jest darmowy

Sanatorium na NFZ przysługuje osobom ubezpieczonym raz na 18 miesięcy. Pobyć trwa nie mniej niż 21 dni. Odbывается w ramach urlopu wypoczynkowego i jest częściowo odpłatny. NFZ płaci za opiekę lekarską i wybrane rodzaje zabiegów. Ty natomiast dopłacasz do kosztów zakwaterowania, wyżywienia, dodatkowych zabiegów (jeśli z takich chcesz skorzystać) oraz podróży do i z sanatorium. Koszty zależne są od sezonu, a najdrożej jest w okresie letnim, czyli od maja do września.

Natomiast z leczenia rehabilitacyjnego w sanatorium skorzystasz zupełnie za darmo. ZUS zapłaci za wszystkie koszty leczenia, zakwaterowania i wyżywienia, a także zwróci koszty dojazdu najtańszym środkiem komunikacji publicznej z miejsca, w którym mieszkasz, do i z ośrodka rehabilitacyjnego. Czas pobytu w sanatorium z ZUS to 24 dni. W zależności od postępów rehabilitacji lub ich braku i pogarszania się stanu zdrowia może on być skrócony lub wydłużony.

Ile czeka się na sanatorium i jak złożyć wniosek?

Kwalifikacja do sanatorium z ZUS odbywa się szybciej niż na NFZ. Po otrzymaniu skierowania od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej i wypełnieniu przez niego wniosku o rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS (wniosek PR-4) wnioski należy złożyć w dowolnej placówce ZUS. Lekarz może go także złożyć w formie elektronicznej.

Następnie wyznaczany jest termin badania u lekarza orzecznika. Pamiętaj, żeby na wizytę zabrać ze sobą dokumentację z leczenia. Na rozpatrzenie decyzji i przyznanie wyjazdu do sanatorium z ZUS czeka się 1-2 miesiące.

Następnie wyznaczany jest termin badania u lekarza orzecznika. Pamiętaj, żeby na wizytę zabrać ze sobą dokumentację z leczenia. Na rozpatrzenie decyzji i przyznanie wyjazdu do sanatorium z ZUS czeka się 1-2 miesiące.

WARTO WIEDZIEĆ

Uzdrowiska w Polsce

W kraju mamy 47 miejscowości, które mogą poślugać się mianem „uzdrowisko”. Aby używać tego określenia, trzeba spełniać określone warunki. Najważniejszym z nich jest posiadanie złóż naturalnych surowców leczniczych oraz klimat o potwierdzonych właściwościach prozdrowotnych.

Według danych za 2024 r. polskie sanatoria przyjęły ponad 884 tys. kuracjuszy, w tym 799 tys. leczonych stacjonarnie. Najwięcej osób korzysta z placówek na terenie województwa zachodniopomorskiego (ponad 210 tys. osób), woj. kujawsko-pomorskiego (blisko 166 tys. osób), dolnośląskiego (ok. 95 tys.).

Jakie choroby kwalifikują się do sanatorium z ZUS?

Warto wiedzieć, że nie każda choroba kwalifikuje do skorzystania z takiej formy rehabilitacji. Wyjazd do sanatorium z ZUS otrzymasz w przypadku schorzeń:

- narządu ruchu (także po wypadku),
- układu oddechowego,
- układu krążenia,
- psychosomatycznych,
- onkologicznych po operacji raka piersi
- narządu głosu.

Pacjent nie ma wpływu na to, do którego sanatorium pojedzie.

To orzecznik ZUS, który kwalifikuje do leczenia uzdrowiskowego, wybiera miejsce leczenia.

Lekarz orzecznik może skierować na rehabilitację w systemie stacjonarnym (z pobytem całodobowym) albo ambulatoryjnym, wymagającym codziennych dojazdów.

Nie musisz płacić za poradę czy jadłospis. Jak umówić się na darmową wizytę u dietetyka?

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Z bezpłatnych konsultacji w Centrum Dietetycznym Online mogą skorzystać zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Centrum finansowane jest ze środków Narodowego Programu Zdrowia.

Centrum Dietetyczne Online (DCO) to internetowa poradnia, która oferuje konsultacje dietetyczne dostępne dla dorosłych oraz całych rodzin. Wystarczy dostęp do Internetu, by skorzystać z usług, które oferuje poradnia dietetyczna online. Inicjatywa realizowana jest ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025.

Zespół konsultantów Centrum Dietetycznego Online składa się z wykwalifikowanych dietetyków oraz psychologa-psychodietetyka.

Dzięki temu pacjenci mogą liczyć na kompleksowe wsparcie nie tylko w zakresie doboru odpowiedniej diety, ale także w kontekście psychologicznym, co jest kluczowe dla trwałego wprowadzenia zdrowych nawyków żywieniowych.

Aby umówić się z dietetykiem z Centrum Dietetycznego Online, wykonaj poniższe kroki:

- Załóż konto na platformie CDO.
 - Zarejestruj się na stronie cdo.pzh.gov.pl. Rejestracja jest szybka i wymaga podania podstawowych danych.
 - Wypełnij ankietę.
- Po zalogowaniu wypełnij prostą ankietę, w której podasz informacje o swoich nawykach żywieniowych, aktywności fizycznej i stanie zdrowia.

- Wybierz dogodny termin konsultacji.
- W kalendarzu na swoim profilu wybierz dzień i godzinę, które ci odpowiadają. Terminy są przystępne, więc kon-

sultację możesz umówić nawet na drugi dzień (w zależności od porady, jakiej potrzebujesz: z dietetykiem, psychodietetykiem czy dotyczącej aktywności fizycznej).

- Rozpocznij rozmowę. W dniu konsultacji kliknij przycisk „Połącz”, aby rozpocząć rozmowę online z dietetykiem.

Zarówno pierwsze, jak i kolejne spotkania z ekspertami są całkowicie bezpłatne. To doskonała okazja, by uzyskać fachową pomoc bez konieczności ponoszenia kosztów, co jest istotnym wsparciem dla osób chcących zadbać o swoje zdrowie.

Tym bardziej że wizyta u dietetyka w prywatnym gabinecie może kosztować ponad 250 zł, a sporządzenie jadłospisu nawet 500 złotych.

Pacjenci mogą skorzystać z pomocy specjalistów w komfortowych warunkach, bez konieczności wychodzenia z domu.

To wygodne rozwiązanie pozwala na łatwiejszy dostęp do opieki zdrowotnej, zwłaszcza w przypadku osób o ograniczonej mobilności.

Konsultacje online to wygodna opcja, która zapewnia dostępność porad dietetycznych o dowolnej porze i z dowolnego miejsca.

W dzisiejszym zabieganym świecie zdrowe odżywianie często schodzi na dalszy plan. Centrum Dietetyczne Online zapewnia szeroki zakres usług, które wspierają pacjentów w osiąganiu ich celów zdrowotnych i żywieniowych.

Osoby zainteresowane mogą liczyć na profesjonalne wsparcie ze strony dietetyków, psychodietetyków oraz ekspertów zajmujących się aktywnością fizyczną.

W ramach konsultacji otrzymasz praktyczne wskazówki żywieniowe, które pomogą wprowadzić zdrowsze nawyki i wspierać redukcję masy ciała.



Do dietetyka możesz się umówić przez internet i to za darmo. Sprawdź Centrum Dietetyczne Online

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DZIŚ O TŁUSZCZACH

Czy tłuszcze mogą być zdrowe?

Zdrowe tłuszcze to kluczowe składniki odżywcze, których organizm potrzebuje do prawidłowego funkcjonowania. Tłuszcze dzielimy na nienasycone (zdrowe tłuszcze) i nasycone kwasy tłuszczowe.

W przypadku tych pierwszych mowa o jednonienasyconych i wielonienasyconych kwasach tłuszczowych. Tłuszcze jednonienasycone nasz organizm jest w stanie sam produkować. Tego rodzaju tłuszcze występują m.in. w oliwie z oliwek czy w oleju rzepakowym. Wielonienasycone kwasy tłuszczowe należy z kolei dostarczyć organizmowi wraz z dietą lub wspomóc codzienne odżywianie odpowiednią suplementacją.

Do tego typu kwasów tłuszczowych, które nazywane są również niezbędnymi nienasyconymi kwasami tłuszczowymi (NNKT), zaliczamy kwasy z grupy omega-3, omega-6, kwasy tłuszczowe CLA.

Jak wprowadzić zdrowe tłuszcze do codziennej diety?

Na początku zacznij od małych zmian. Zamiast smażyć na głębokim tłuszczu – wybierz duszenie, pieczenie lub gotowanie na parze. Tradycyjne masło zamieniaj stopniowo na oliwę z oliwek lub olej rzepakowy. Dodawaj tłuszcze roślinne w naturalnej postaci, a garść orzechów wrzuć do sałatki lub owsianki. Siemię lniane lub chia dodawaj do jogurtu, koktajli czy zup. Staraj się jeść ryby minimum dwa razy w tygo-

dniu. To najlepsze źródło naturalnych omega-3. Od czasu do czasu sięgaj po awokado. Pokrojone do sałatki, jako pasta na kanapkę, a nawet element smotherie to solidna dawka jednonienasyconych kwasów tłuszczowych. Pamiętaj, żeby nie usuwać tłuszczu całkowicie z diety, ale wybierać go świadomie i w najmniej przetworzonej formie.

Czym są tłuszcze nasycone?

Tłuszcze nasycone występują głównie w produktach zwierzęcych: maśle, serach i tłustym mięsie. Narodowe Centrum Edukacji Żywności podkreśla, że tłuszcze nasycone powinny być spo-

żywane w umiarkowanych ilościach, jako element urozmaiconej diety.

Ogólnie przyjęte zalecenia dietetyczne dotyczące spożycia tłuszczów nasyconych w roku 2024 wynoszą do 10 procent dziennej dawki kalorii.

Zaleca się, aby nie więcej niż 25-30 proc. dziennej dawki kalorii pochodziło z tłuszczów ogółem. Zatem średnie dzienne spożycie nasyconych kwasów tłuszczowych odpowiada: dla mężczyzn – nie więcej niż 30 gramów tłuszczów nasyconych dziennie, a dla kobiet – nie więcej niż 20 gramów tłuszczów nasyconych dziennie.



Ile tłuszczu powinno się spożywać codziennie?

Podaż tłuszczu w codziennej diecie jest mocno uzależniona od indywidualnych potrzeb. Przeciętnie w diecie na masę dobową ilość spożywanego tłuszczu powinna wynosić od 25 do 30% całkowitego bilansu energetycznego.

Natomiast w trakcie odchudzania zazwyczaj jest to od 15 do 20%. Niemniej jednak są to orientacyjne ilości, które w praktyce mogą być zgoła odmienne w określonych przypadkach. Zbilansowana dieta powinna zawierać zdrowe kwasy tłuszczowe.

To obok białka i węglowodanów kluczowe makroskładniki, których rola w utrzymaniu optymalnego stanu zdrowia jest nieoceniona. To właśnie zdrowe tłuszcze od-

powiadają za prawidłową pracą serca, wspierają w prawidłowym funkcjonowaniu mózgu oraz pomagają w utrzymaniu prawidłowego widzenia.

Jak może wyglądać menu ze zdrowym tłuszczem?

Zacznij od śniadania w postaci owsianki z orzechami włoskimi i łyżeczką siemienia lnianego. Na drugie śniadanie zjadaj sałatkę z awokado i oliwą z oliwek. Na obiad podaj pieczonego łososia z warzywami. Na kolację zjedz kanapki z pełnoziarnistego pieczywa z pastą z ciecierzycy i oliwą. W ramach przekąski zjedz kilka migdałów. Zdrowe tłuszcze mogą wzmacniać organizm, poprawiać koncentrację, poprawiać odporność i chronić układ krążenia.

Kawa, która doda energii i urody

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Kawa z tym dodatkiem zadba o urodę, młody wygląd, a nawet zdrowie kości i stawów. Kawa z kolagenem to prosty sposób, żeby przemyścić ten suplement do swojej diety.

Kolagen stał się ostatnio bardzo modnym suplementem diety szczególnie w postaci sproszkowanej. Wystarczy więc wymieszać kolagen w proszku z wodą, sokiem, mlekiem, jogurtem czy koktajlem, aby otrzymać napój, który wzmacnia nasze kości, skórę i stawy. Niektóre osoby dodają go także do porannej kawy. To łatwy i wygodny sposób, pozwalający pamiętać o zażywaniu go każdego dnia, bo tylko regularnie i długotrwale stosowany zapewnia wiele cennych dla zdrowia korzyści.

Kolagen połączony z kawą

Kolagen można bezpiecznie łączyć z kawą. W badaniach nie wykazano negatywnego wpływu kofeiny zawartej w kawie na wiązania białkowe w kolagenie.

To prawda, że niszczy je wysoka temperatura, ale musi ona przekraczać co najmniej 150 st. C, w takiej temperaturze kolagen rozpada się i staje się bezużyteczny. Jednak temperatura nawet świeżo zaparzonej kawy nie przekracza 100 st. C, więc nie wpływa ona na działanie suplementu.



Dodanie proszku kolagenowego do kawy to łatwy i szybki sposób na regularne przyjmowanie tego suplementu. Tylko długotrwale i regularne stosowanie go daje zamierzone efekty

Aby przygotować kawę z kolagenem, wystarczy do swojej kawy zaparzonej tak jak lubisz (w ekspresie, po turecku czy w kawiarni) dosypać 20 g bezsmakowego kolagenu w proszku i dokładnie wymieszać. Temperatura wody podczas parzenia kawy nie powinna przekraczać 90 st. C.

Dodanie proszku kolagenowego do kawy to łatwy i szybki sposób na regularne przyjmowanie tego suplementu, ponieważ tylko długotrwale stosowanie go daje zamierzone

efekty. Kolagen do picia przyjmowany raz na jakiś czas nic nie da. Należy go przyjmować minimum 1-2 miesiące, aby zacząć zauważać pozytywne efekty suplementacji, a najlepiej 4-5 miesięcy.

Korzyści z picia kawy z kolagenem

Dodanie kolagenu do porannej kawy sprawi, że będziesz o nim pamiętać codziennie. Taka kawa dodaje energii, poprawia pamięć i koncentrację, wzmacnia

uwagę, a także usprawnia trawienie i reguluje pracę serca. Natomiast regularne picie kawy z kolagenem to korzyści takie jak:

- poprawa zdrowia kości i stawów – przyjmowanie suplementów kolagenowych może zwiększyć gęstość kości, poprawia też ruchomość stawów oraz łagodzi ich ból i sztywność, zwiększa ich wytrzymałość i ułatwia regenerację,
- odmłodzenie i poprawa wyglądu skóry – przyjmowanie kolagenu poprawia wygląd

skóry i hamuje procesy starzenia. Przywraca więc młody, piękny wygląd skóry, paznokci i włosów. Spłyca zmarszczki, zwiększa elastyczność i jędrność skóry, zmniejsza łamliwość paznokci i włosów,

- wsparcie układu krążenia – kolagen wzmacnia ściany żył i tętnic, obniża ciśnienie krwi oraz reguluje przepływ krwi, rozluźniając naczynia krwionośne i rozszerzając tętnice,
- poprawa pracy jelit – kolagen buduje tkankę łączną jelit, dzięki temu zapewnia uszczelnienie ścian jelit. Wspiera więc układ trawienny i poprawia działanie jelit,
- pomaga w odchudzaniu – zawarta w kolagenie arginina usprawnia przemianę materii, dzięki czemu przyspiesza trawienie, zapobiega zaparciom i ułatwia wypróżnianie. Szybsze i sprawniejsze trawienie wspiera także utratę zbędnych kilogramów i zadbanie o zgrabną sylwetkę.

Te osoby powinny unikać kawy z kolagenem

Kawy z kolagenem nie powinni natomiast pić:

- alergicy,
- kobiety w ciąży i karmiące piersią,
- osoby chorujące na łuszczycę i tocznię rumieniowatą układową,
- osoby chorujące na zapalenia stawów i naczyń krwionośnych.

Naturalne źródła kolagenu w diecie to głównie produkty

pochodzenia zwierzęcego, takie jak mięso, a szczególnie wieprzowina, wołowina, ryby, a także owoce morza.

Aby naturalnie zwiększyć produkcję kolagenu w organizmie, warto sięgać po zielone warzywa liściaste, cytrusy, jajka, jagody, pomidory, kapustę, pestki dyni, awokado czy czosnek. Produkcję kolagenu oraz wchłanianie się białek kolagenowych z diety wspiera również witamina C. Pijąc kawę, pamiętaj o picu wody.

WAŻNE

Czym jest kolagen?

Kolagen to białko, które jest głównym budulcem tkanki łącznej, a nasz organizm składa się z niego w aż 30 procentach. Znajduje się on w naszych kościach, skórze, chrząstkach, stawach, narządach, rogówce oka i włosach. Z czasem jego produkcja w organizmie maleje, a dzieje się to już po mniej więcej 25. roku życia. Spadek produkcji kolagenu sprawia, że nasze stawy nie pracują tak sprawnie jak wcześniej, kości stają się słabsze, włosy i paznokcie bardziej łamliwe, a skóra wiotczejsza, staje się cienka i widać na niej zmarszczki. Utrata kolagenu wraz z wiekiem sprawia więc, że się starzejemy.

Czuliśmy się, jakby ktoś nas wykopał z pędzącego pociągu

Agnieszka Kaczorowska w Radiu Złote Przeboje o swoim udziale w „Tańcu z gwiazdami” Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 186

Katarzyna Zillman lubi wyzwania

Polska wioślarka była w pięcioletnim związku z Julią Walczak. Niedawno sportsmenka rozstała się z partnerką i wyprowadziła do osobnego mieszkania. – Potrzebuję nowych inspiracji. Wiem, że nie będzie łatwo. (...) To jest ogromne wyzwanie. A ja lubię wyzwania – powiedziała w nagraniu na Instagramie.

Paweł Deląg ubrał się podobnie

Popularny aktor zakochał się w psychoterapeutce i coraz chętniej pokazuje ją swoim fanom. Ostatnio para, którą dzieli 20 lat różnicy, wybrała się w niedzielę na miasto. Nie obyło się bez pamiątkowych fotek. Zakochani pokusili się o „partner look” – szare płaszcze i fikuśne nakrycia głowy.

Natalia Kukulska pochwaliła się sukcesem

Córka słynnej piosenkarki, Anna, ma 20 lat i w ubiegłym roku rozpoczęła studia musicalowe w Londynie. Ostatnio wzięła udział w Ogólnopolskim Festiwalu Wokalnym im. Marii Stankowej, który przyciąga uczniów szkół muzycznych z całego kraju. Anna, reprezentując Zespół Państwowych Szkół Muzycznych im. F. Chopina w Warszawie, zdobyła pierwsze miejsce. Sławna mama początkującej artystki pochwaliła się na Instagramie sukcesem córki. „Zuch dziewczyna” – napisała Kukulska. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



Reagan

Canal+ Premium, 18:25

Pełna humoru i słynnych anegdot, jednocześnie bardzo poważna opowieść o zmaganiu dobra ze złem w globalnej skali. To także inspirująca historia człowieka, który miał siłę zrealizować jasno wytyczony wielki cel.

Noc, której obudził się Laurier

Ale Kino+ HD, 20:15

W niewielkim miasteczku kanadyjskiego Quebecu umiera nestorka rodziny Larouche. A nad rodziną wisi widmo ponurych zdarzeń sprzed lat, które wstrząsnęły lokalną społecznością.

Jackie

TVP Historia, 21:05

Fabula koncentruje się wokół przeżyć Jacqueline Kennedy po zamachu na jej męża Johna F. Kennedy'ego w 1963 roku. W głównej roli Natalie Portman.

Na wodach północy

TVP Kultura, 21:45

Były chirurg wojskowy okrutuje się na statku wielorybniczym i staje się członkiem wyprawy do Arktyki. Poznaj tam harpunnika, z którym – kiedy stanie się jasne, co jest prawdziwym celem wyprawy – stanie do konfrontacji.

Ten inny Bond

Planete+ HD, 21:50

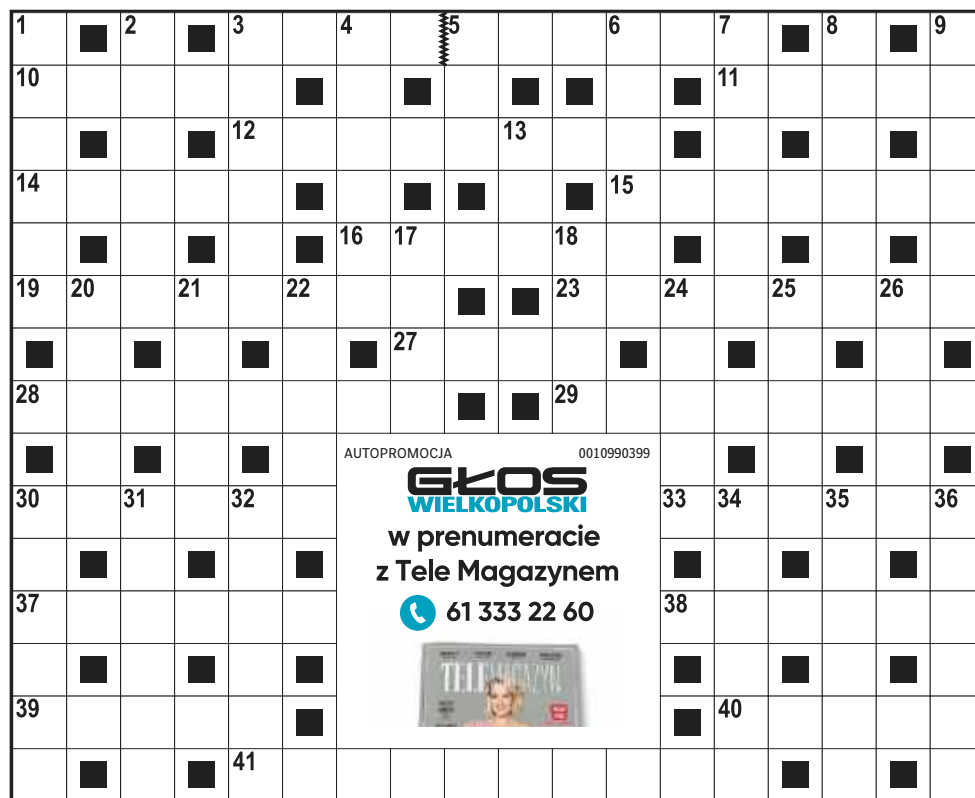
Film ukazuje fenomen postaci Jamesa Bonda na przykładzie ludzi nazywających się tak samo jak fikcyjny as wywiadu. Co czują mężczyźni noszący to samo imię i nazwisko?

Poziomo:

- 3) powieść Gustave'a Flauberta,
- 10) zwój tapety lub filmu,
- 11) porozumienie stron, układ,
- 12) staropolska zupa z krwi zwierzęcej,
- 14) plakat na słupie ogłoszeniowym,
- 15) stużłotowy – z portretem króla Władysława II Jagiełły,
- 16) część maszyny włókienniczej,
- 19) kolor ciemnoczerwony, szkarłat,
- 23) marynarka plus spodnie,
- 27) druga co do wielkości rzeka w Polsce,
- 28) bohater francuskiej komedii kryminalnej,
- 29) krótka laseczka używana przez oficerów,
- 30) rzut wojska na tyły wroga,
- 33) „... większa niż życie”,
- 37) żartobliwe o zdradzonym mężu,
- 38) opłata za postój nierozładowanego wagonu,
- 39) „Ostatni ... filmowy”,
- 40) jeden z rodzajów literackich,
- 41) polski dramat historyczny w reżyserii Filipa Bajona.

Pionowo:

- 1) przenikliwy, głośny krzyk,
- 2) afrykańska stolica nad Morzem Śródziemnym,
- 3) dostarczana przez kuriera,
- 4) dramat Leona Kruczkowskiego,
- 5) kupon na deficytowy towar,
- 6) mieszkanka Ammanu lub Damaszku,



- 7) „herbaciana” prowincja Chin,
- 8) nakrycie głowy zakonnic,
- 9) punkt wymiany walut,
- 13) niewiadoma w równaniu,
- 17) zbaczanie statku z kursu,
- 18) kamień, którego dwubarwną odmianą jest opal,
- 20) ucztą pierwszych chrześcijan,
- 21) oznaka godności biskupiej,
- 22) zakłócenie porządku, zamieszanie,

- 24) nieduża mała wąskonos,
- 25) wyspa w Balearach jak auto,
- 26) pionowa ściana grani,
- 30) kary koń z domieszką białych włosów,
- 31) umowny gest informacyjny,
- 32) presja wywierana na kogoś,
- 34) opiekacz do grzanek,
- 35) surowiec na szczotki i pędzle,
- 36) dawniej dokument, załącznik.

ROZWIĄZANIE NR 185

A	A	H	O	T	E	L	G	R	A	N	D	T	B
M	A	N	T	A	O	A	D	R	Z	E	P	A	
E	D	N	O	W	Y	D	W	O	R	E	O	Z	
R	A	R	O	G	A	A	O	I	N	T	E	R	N
Y	U	A	A	R	A	S	Z	K	A	W	I	N	
K	A	S	P	R	Z	Y	K	A	N	G	A	Z	A
P	R	Z	Y	N	E	T	A	D	E	Z	E	R	C
J	A												
O	T	B											
A	N	T	A	B	A								
L	R	A	A										
B	E	A	G	L	E								
E	U	A											
R	E	M	U	S									
T	A												

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś znajdziesz odwagę do dynamicznego działania. Horoskop dzienny zapowiada, że postanowisz zrobić krok, który wiele zmieni.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój poprowadzi Cię właściwą drogą, a małe gesty dadzą wielki efekt. Horoskop na dziś wróży, że dostarczy Ci to mnóstwo satysfakcji. **Baran (21.03 - 19.04)** Pojawi się szansa na ciekawą rozmowę, która otworzy nowe możliwości. Horoskop dzienny na środę radzi do niej przygotować.

Byk (20.04 - 20.05)

Domowa atmosfera doda Ci siły, a wsparcie bliskich pomoże uporządkować myśli. Horoskop dzienny zapowiada, że czeka Cię udany dzień. **Bliznięta (21.05 - 21.06)** Twoja pewność siebie rozświecili dzień i przyciągnie ludzi gotowych współpracować. Horoskop na dziś mówi, że razem sporo osiągniecie. **Rak (22.06 - 22.07)** Intuicja podpowie Ci najlepsze rozwiązanie; zaufaj jej odważnie niż zwykle. Horoskop dzienny na środę mówi, że dobrze na tym wyjdiesz.

Lew (23.07 - 22.08)

Drobny porządek w planach ułatwi skupienie i pozwoli ruszyć we właściwym rytmie. Horoskop dzienny mówi, że nie brakuje Ci determinacji. **Panna (23.08 - 22.09)** Twoje rozmowy przyniosą oczekiwane efekty. Horoskop na dziś wróży, że łatwo znajdziesz wspólny język z innymi osobami. **Waga (23.09 - 22.10)** Dzień sprzyja odkrywaniu nowości i krótkim, spontanicznym decyzjom. Horoskop dzienny na środę mówi, że sporo osiągniesz.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie postęp. Horoskop dzienny radzi trzymać się przyjętego planu - szybko zauważysz efekty swoich działań. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Kreatywne pomysły pojawiają się spontanicznie. Horoskop na dziś to wskazówka, by je zapamiętać i wykorzystać w późniejszym terminie. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Nie bierz dzisiaj na swoje barki dodatkowych obowiązków. Horoskop dzienny na środę ostrzega, że nie będziesz w najwyższej formie...

REKLAMA

0011441159



Działając na podstawie przepisów ustawy z dnia 19 października 1991 roku o gospodarowaniu nieruchomościami rolnymi Skarbu Państwa /tekst jednolity z 22 czerwca 2015 r., Dz.U. poz. 1014 z późn. zm./, rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 30 kwietnia 2012 r. „w sprawie szczegółowego trybu sprzedaży nieruchomości Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa i ich części składowych, warunków obniżenia ceny sprzedaży nieruchomości wpisanej do rejestru zabytków oraz stawek szacunkowych gruntów” /Dz.U. poz. 540/ oraz rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 14 stycznia 2009 r. „w sprawie szczegółowego trybu przeprowadzania przetargów na dzierżawę nieruchomości Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa /tekst jednolity Dz.U. 2013 r., poz. 1142/ informuje, że ogłasza przetargi na sprzedaż i dzierżawę nieruchomości wchodzących w skład Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa oraz wykazy nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży lub dzierżawy.

Zgodnie z Ustawą z dnia 10.02.2017 r. Przepisy wprowadzające ustawę o Krajowym Ośrodku Wsparcia Rolnictwa (Dz.U. z dnia 23.03.2017 r.):

- art. 45 ust. 1 z dniem 31 sierpnia 2017 r. znosi się Agencję Nieruchomości Rolnych
- art. 45 ust. 2 z dniem 1 września 2017 r. tworzy się Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa
- art. 46 ust. 1 Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa z dniem 1 września 2017 r. z mocy prawa wstępuje w ogół praw i obowiązków znoszonej Agencji Nieruchomości Rolnych (...)

REKLAMA

0011441160

ZSI.POZ.WKUR.4240.5274.1.5274.2025.HJR

ODDZIAŁ TERENOWY W POZNANIU

podaje do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości rolnej przeznaczonej do sprzedaży
położonej w województwie wielkopolskim



Przedmiotem sprzedaży będą nieruchomości gruntowe niezabudowane położone w powiecie gnieźnieńskim, gminie Witkowo, obrębie Jaworowo stanowiąca kompleks o łącznej pow. 9,9500 ha składający się z działek gruntu nr ewid. 31 o pow. 1,6500 ha (w tym: RIIIA-1,6500 ha), nr ewid. 32 o pow. 0,8300 ha (w tym: RIIIA-0,8100 ha, RIIIB-0,0200 ha), nr ewid. 33 o pow. 1,2700 ha (w tym: RIIIA-1,1600 ha, RIIIB-0,1100 ha), nr ewid. 34 o pow. 0,6200 ha (w tym: RIIIA-0,5400 ha, RIIIB-0,0800 ha), nr ewid. 35 o pow. 2,0500 ha (w tym: RIIIB-0,3800 ha, RIIIA-1,6700 ha), nr ewid. 36 o pow. 0,8400 ha (w tym: RIIIA-0,6300 ha, RIIIB-0,2100 ha), nr ewid. 37 o pow. 2,6900 ha (w tym: RIIIB-0,6000 ha, RIIIA-2,0900 ha).

Działka gruntu nr ewid. 31 zapisana jest w Księdze Wieczystej nr KNIS/00029351/2, działki gruntu nr ewid. 32, 33, 34, 35, 36, 37 zapisane są w Księdze Wieczystej nr KNIS/00028197/7 prowadzonych przez Sąd Rejonowy w Słupcy.

W Dziale I-SP Księgi Wieczystej nr KNIS/00029351/2 – spis praw związanych z własnością wpis o treści:

PRAWO ZWIĄZANE Z WŁASNOŚCIĄ INNEJ NIERUCHOMOŚCI

NIEODPŁATNA I NA CZAS NIEOZNACZONY SŁUŻEBNOŚĆ GRUNTOWA POLEGAJĄCA NA PRAWIE PRZEJAZDU I PRZECHODU PO NIERUCHOMOŚCI OBCIĄŻONEJ PASAMI DRÓG ŁĄCZĄCYMI DZIAŁKI GRUNTU NR 44/1 I 46/2 Z DROGĄ PUBLICZNĄ NA RZECZ KAŻDOCZESNEGO WŁAŚCICIELA DZIAŁKI NR 46/2.

Działy III Księg Wieczystych nr KNIS/00029351/2 i KNIS/00028197/7 wolne od wpisów.

Działki gruntu o dość regularnym, trapezoidalnym kształcie i dość płaskiej powierzchni. Teren jest nieogrodzony i użytkowany rolniczo.

Działki gruntu sąsiadują bezpośrednio z drogą gminną wewnętrzną (dz. nr ewid. 124 obręb Jaworowo), dodatkowo działka o numerze 37 jest w bezpośrednim sąsiedztwie z drogą gminną wewnętrzną (dz. nr ewid. 128, obręb Jaworowo). Położenie działki gruntu nawet bezpośrednio przy drodze publicznej oraz faktyczny dostęp do drogi publicznej w terenie, nie jest jednoznaczny z możliwością zjazdu z danej działki na drogę publiczną. Możliwość ustalenia takiego zjazdu leży wyłącznie w gestii Zarządcy drogi, z którym należy ten fakt uzgodnić.

Zgodnie z pismem z Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie z dnia 2 stycznia 2025r. przedmiotowe działki gruntu znajdują się w zasięgu działania systemów drenarskich.

Dla działek gruntu nr ewid. 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37 położonych w obrębie Jaworowo brak miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. W studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego Gminy Witkowo przyjętym Uchwałą nr XXI/299/2014 Rady Miejskiej w Witkowie z dnia 21 lutego 2014 roku, dla działek gruntu nr ewid. 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37 położonych w obrębie Jaworowo wyznaczono funkcję: tereny rolnicze w zasięgu powierzchni ograniczających wysokości zabudowy od lotniska wojskowego Powidz, z przebiegającą linią elektroenergetyczną 210 kV ze strefą.

Gmina przystąpiła do opracowania planu ogólnego i obecnie trwa procedura jego uchwalania.

Dla ww. działek gruntu nie zostały zgłoszone wnioski o zmianę przeznaczenia oraz nie podjęto uchwały o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania i zmiany studium odnośnie ww. działek.

Dla ww. działek gruntu oraz działek bezpośrednio z nimi sąsiadującymi nie ustalono warunków zabudowy i nie wydano decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego.

Cena nieruchomości wynosi: 1.007.500,00 zł brutto.

Działka gruntu obciążona jest umową dzierżawy zawartą do dnia 6.11.2026 r.

Cena zawiera koszty przygotowania nieruchomości do sprzedaży. Cena podlega zapłacie nie później niż w dniu zawarcia umowy sprzedaży.

Nieruchomość zostanie sprzedana w trybie bezprzetargowym na rzecz dzierżawcy nieruchomości na podstawie art. 29 ust. 1 pkt. 3 ustawy z dnia 19 października 1991 r. o gospodarowaniu nieruchomościami rolnymi Skarbu Państwa [Dz.U. z 2025 r. poz. 826 j.t.].

Pełna treść wykazu została wywieszona na okres 14 dni na tablicy ogłoszeń: w siedzibie KOWR OT w Poznaniu, we właściwym miejscowo Urzędzie Gminy, w właściwym miejscowo sołectwie, we właściwej miejscowo Izbie Rolniczej oraz opublikowany na stronie internetowej www.gov.pl/web/kowr oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej KOWR.

Szczegółowe informacje można uzyskać w siedzibie Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy w Poznaniu, 61-701 Poznań, ul. Fredry 12, tel. 61 85 60 717.

www.kowr.gov.pl

AUTOREKLAMA

0011430402



Jesień

to dobry czas na odkrywanie



- Podróż po miastach
- Smaki kulinarne regionu
- Weekend w SPA i termach
- Aktywny wypoczynek
- Jeszcze jedna historia



stronapodrozy.pl/przewodnik

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800 472 852, 61 86 94 143 Faxem: 61 623 25 28

Przez internet: ibo.polskapress.pl E-mail: drobne@glos.com

Biuro Ogłoszeń: ul. Grunwaldzka 19, 60-782 Poznań

tel. 61 869 41 43, 502 499 742,

e-mail: drobne@glos.com; pon.-pt. w godz. 8.00-16.00, sob. nieczynne

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

INNE

KUPIĘ mieszkanie - Poznań

698 238 139

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

DWUPOKOJOWE

BLĄŻEJA nieumeblowane 693901952

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

GRUNTY ROLNE

KUPIĘ działkę rolną (min. klasa IV), o wymiarach co najmniej 100 x 250 m, z przeznaczeniem pod budynki inwentarskie.

Preferencje- min. 500 m od zabudowań mieszkalnych, - dojazd do działki, - blisko linii średniego napięcia - brak MPZP mile widziany

Lokalizacja: woj. łódzkie, wielkopolskie - do 50 km od Łodzi, Kalisza lub Sieradza.

Kontakt: +48 538 818 540, +48 662 114 422

Motoryzacja

SAMOCHODY OSOBOWE- KUPIĘ

AUTO kupię 2005-2020; 609-16-22-66

Zdrowie

ZABIEGI

MASAŻ wszystko!! Tel. 781-661-758.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINA lakier układ 509395990

Cyklinowanie bezpył. 602582486

Dachy 781-098-740

DEKARZ. 501-473-242, 61/872-18-89

MONTAŻOWE

ROLETY zewnętrzne, materiałowe, moskitiery. serwisy 605 091 545

PORZĄDKOWE

MYCIE okien 602-511-358

Rolnicze

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI nioski z jajem dowóz 600539790

AUTOREKLAMA

nasze

komunikaty.pl

0011443766

REKLAMA

0011443766

OBWIESZCZENIE STAROSTY POZNAŃSKIEGO

Z dnia 1 grudnia 2025 r.

Działając na podstawie art. 11a ust. 1, art. 11d ust. 5 i ust. 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311 t.j.), oraz na podstawie art. 49 i art. 61 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r. poz. 572 z późn. zm.)

zawiadamiam

że na wniosek Pana Łukasza Ochli, Pełnomocnika Burmistrza Miasta i Gminy Swarzędz z dnia 24.09.2025 r. (data wpływu), uzupełniony w dniu 25.11.2025 r. (data wpływu), zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Budowa ulicy Cybińskiej w Swarzędzu” o: (znak sprawy: WD.6740.69.2025.MA).
Oznaczenie nieruchomości lub ich części, objętych wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji drogowej:
- przed nawiasem podano nr działki ulegającej podziałowi;
- w nawiasie podano nr działek powstałych po podziale;
- pogrubionym drukiem zaznaczono działki niezbędne dla realizacji inwestycji.
Objęte projektowanymi liniami rozgraniczającymi teren:
Gmina Swarzędz
Jednostka ewidencyjna: 302116_4, Swarzędz
Obręb: 0001 Swarzędz
ark. 4, dz. o nr ewid. **158, 3218, 3220, 157 (157/1, 157/2), 159/1 (159/3, 159/4), 187 (187/1, 187/2),**
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zostanie przeprowadzona budowa/ przebudowa sieci uzbrojenia terenu (przebudowa sieci elektroenergetycznej, wodociągowej) i w przypadku których nie następuje zmiana właściciela:
Gmina Swarzędz
Jednostka ewidencyjna: 302116_4, Swarzędz
Obręb: 0001 Swarzędz
ark. 4, dz. o nr ewid. **147/5, 149/2, 150/5, 152/3, 155/1, 159/2, 167/2, 172, 174/1, 174/2, 176/1, 176/3**
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zostanie przeprowadzona przebudowa innych dróg publicznych - ul. Słowackiego w przypadku których nie następuje zmiana właściciela:
Gmina Swarzędz
Jednostka ewidencyjna: 302116_4, Swarzędz
Obręb: 0001 Swarzędz
ark. 4, dz. o nr ewid. **145**
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zostanie przeprowadzona budowa/ przebudowa zjazdów (poza liniami rozgraniczającymi dróg), w przypadku których nie następuje zmiana właściciela:
Gmina Swarzędz
Jednostka ewidencyjna: 302116_4, Swarzędz
Obręb: 0001 Swarzędz
ark. 4, dz. o nr ewid. **3216/14**
Decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej będzie zatwierdzać projekt zagospodarowania terenu i projekt architektoniczno-budowlany i zatwierdzać podział nieruchomości.
Z dniem zawiadomienia, nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa bądź jednostek samorządu terytorialnego, objęte wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, nie mogą być przedmiotem obrotu w rozumieniu przepisów ustawy o gospodarce nieruchomościami.
W związku z powyższym informuję, że zgodnie z art.49 k.p.a., zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie czterech dni od dnia **3.12.2025 r.**, tj. od dnia publicznego ogłoszenia poprzez obwieszczenie na tablicy ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Poznaniu, urzędu gminy właściwego ze względu na przebieg drogi oraz w urzędowym publikatorze teleinformatycznym – Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów oraz w prasie lokalnej.
W toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić Starostę Poznańskiego o każdej zmianie swojego adresu.
Strony niniejszego postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wydziale Dróg i Gospodarki Przestrzennej Starostwa Powiatowego w Poznaniu, ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań (IV piętro, pokój 406, tel.61-8410-562), w godzinach pracy Urzędu.
Z aktami sprawy można zapoznać się po wcześniejszym kontakcie w celu ustalenia wizyty: telefonicznie lub za pośrednictwem e-mail: zrid@powiat.poznan.pl.
Ewentualne wnioski, uwagi można składać w Kancelarii Starostwa Powiatowego w Poznaniu, pocztą tradycyjną bądź elektronicznie za pośrednictwem platformy ePUAP lub e-doręczeń do dnia **18.12.2025 r.**

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej gazecie

przez Internetowe

Biuro Ogłoszeń.

Bez wychodzenia

z domu.

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011443551

OGŁOSZENIE

Burmistrza Obornik

Burmistrz Obornik informuje, że przeznaczone zostaną do oddania w dzierżawę nieruchomości położone na terenie miasta i gminy Oborniki. Wykazy ze szczegółowym opisem nieruchomości zostaną umieszczone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Obornikach oraz na stronie internetowej bip.umoborniki.nv.pl od dnia 1 grudnia 2025 roku do 31 grudnia 2025 roku.

REKLAMA

0011443510

OBWIESZCZENIE

WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO

z dnia 1 grudnia 2025 r.

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311), zwanej dalej: specustawą, w związku z art. 72 ust. 6 i 6a ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.),

zawiadamiam,

że 6 października 2025 r. została wydana decyzja nr 24/2025 [znak: IR-III.7820.8.2024.KPW (IR-III.7820.8.2022.3)] o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla zadania pn. „Rozbudowa pasa drogi wojewódzkiej nr 308 Nowy Tomysł – Grodzisk Wlkp. - Kościan - Kunowo na odc. Grodzisk Wlkp. - Lasówki - Biała Wieś o ścieżkę pieszo-rowerową”, której nadano rygor natychmiastowej wykonalności.
Strony postępowania lub ich przedstawiciele i pełnomocnicy mogą zapoznać się z treścią decyzji w siedzibie Wielkopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Poznaniu, Wydział Infrastruktury, al. Niepodległości 16/18, bud. C, pok. 305 (tel.: 61 854 1467; e-mail: [kwasik@poznan.uw.gov.pl](mailto: kwasik@poznan.uw.gov.pl)), w godzinach obsługi klientów (poniedziałek, środa, piątek od 8:30 do 15:00; wtorek, czwartek od 12:00 do 15:00). Treść decyzji udostępniona została także w BIP WUW w Poznaniu pod adresem: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia / Obwieszczenia od **3 grudnia 2025 r.** Po upływie 14 dni od dnia zamieszczenia obwieszczenia zostanie ono automatycznie przeniesione do zakładki Ogłoszenia / Obwieszczenia / Archiwum obwieszczeń / 2025.
Od decyzji służy odwołanie do Ministra Finansów i Gospodarki za pośrednictwem Wojewody Wielkopolskiego, w terminie 14 dni od dnia otrzymania decyzji przez wnioskodawcę lub zawiadomienia pozostałych stron o jej wydaniu. Zgodnie z art. 11f ust. 3 specustawy i art. 49 § 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r. poz. 572 ze zm.) zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od **3 grudnia 2025 r.**, tj. dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu oraz w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, w urzędowych publikatorach teleinformatycznych - Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów, a także w prasie lokalnej.
W trakcie biegu terminu do wniesienia odwołania stronom przysługuje prawo do zrzeczenia się odwołania. Z dniem doręczenia Wojewodzie Wielkopolskiemu oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna. Zrzeczenie się prawa do wniesienia odwołania skutkuje brakiem możliwości odwołania od decyzji oraz jej zaskarżenia do wojewódzkiego sądu administracyjnego. Ponadto, jeżeli wszystkie strony zrzekły się prawa do wniesienia odwołania, przedmiotowa decyzja podlega wykonaniu przed terminem do wniesienia odwołania.

REKLAMA

0010703171

POGOTOWIE

Wypadki

999, 112

WAŻNE TELEFONY

Policja

997

Straż Pożarna

998

Straż Miejska

986

Pogotowie Energetyczne

991

Pogotowie Gazowe

992

Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne

994

Pogotowie Ciepłownicze

993

UM Poznań

Informacje ważne dla mieszkańców miasta

tel. 61 834 61 26

Gospodarka Odpadami Aglomeracji Poznańskiej

tel. 61 624 22 22

MPK Poznań,

ul. Głogowska 131, 60-224 Poznań,

tel. 19 445

Informacja PKP

tel. 19 757

Informacja – Dworzec Główny Poznań

tel. 61 63 31 659

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich,

aleja Solidarności 77, 00-090 Warszawa,

tel. 22 551 77 00

Bezpłatna Infolinia Obywatelska

800 676 676

Federacja Konsumentów Klub Poznański,

ul. 27 Grudnia 17/19, 61-737 Poznań,

tel. 61 851 61 52

Powiatowy Rzecznik Konsumentów

Marek Radwański,

ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań,

tel. 61 841 88 30

Miejski Rzecznik Konsumentów

(dla Poznania) dr Marek Janczyk,

ul. Libelta 16/20, Poznań,

tel. 61 878 58 70

ZUS Centrum Obsługi Telefonicznej

tel. 22 560 16 00

Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

„Niebieska Linia”

(czynny 24 godziny)

tel. 61 814 17 17

Zgłoszenia przemocy w rodzinie:

niebieska.skrzynka@poznan.policja.gov.pl

Katolicki Telefon Zaufania, Poznań

tel. 61 865 10 00

Telefon zaufania dla osób z problemem

alkoholowym i ich rodzin

(czynny 24 godziny)

tel. 61 843 01 01

Anonimowi Alkoholicy

(czynny w godz. 18-22)

tel. 61 853 16 16

MONAR Poznań

tel. 61 868 72 27

(czynny pon.-pt. w godzinach 9-15)

Infolinia WOW NFZ Poznań

800 190 590

(czynna pon.-pt. w godzinach 8-16)

Krajowa Informacja Skarbowa

801 055 055

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji

Handlowej w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 09 77

Polubowny sąd konsumencki w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 35 07

Wojewódzki Inspektorat Farmaceutyczny,

ul. Szwajcarska 5, 61-285 Poznań,

tel. 61 875 95 75

Wojewódzki Inspektorat Weterynarii,

ul. Grunwaldzka 250, 60-166 Poznań,

tel. 61 868 93 47

Całodobowa infolinia w sprawach

kwarantanny i zdrowia - Sanepid

tel. 222 500 115

eprasa.pl b281b38622

0011444901

Dnia 30.11.2025 r.
zmarł w wieku 89 lat
mój kochany Tata

Zbigniew Śliwiński

Pogrzeb odbędzie się w czwartek,
dnia 4.12.2025 r. o godzinie 11.00
na cmentarzu przy ul. Nowina w Poznaniu.

W smutku pogrążona

Córka z rodziną



0011444606

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 28 listopada 2025 roku
odszedł od nas w wieku 77 lat

ŚP.

Prof. dr hab.

Witold Pazdrowski

emerytowany nauczyciel akademicki
Wydziału Leśnego i Technologii Drewna
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu,
Kierownik Katedry Użytkowania Lasu w latach 2006-2013,
Prodziekan Wydziału Leśnego w latach 1996-1999.

W osobie Pana Profesora Uczelnia straciła
wybitnego uczonego z zakresu nauki o drewnie,
zasłużonego pedagoga i organizatora,
wychowawcę wielu pokoleń leśników,
pracowników naukowych i studentów,
przyjaciela młodzieży.

Za działalność naukową i dydaktyczną został odznaczony
między innymi Złotym Krzyżem Zasługi.

Pogrzeb Pana Profesora
odbędzie się 4 grudnia 2025 r. o godz. 12.00
na Cmentarzu Parafialnym w Opatówku (k. Wrześni).

Rodzinie i Bliskim Zmarłego Profesora

wyrazy współczucia
składają

*Rektor i Senat,
Dziekan Wydziału Leśnego i Technologii Drewna
oraz Pracownicy i Studenci
Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu*

0011444722

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 29 listopada 2025 roku zmarła
nasza ukochana Mama, Siostra, Babcia, Teściowa, Ciocia

Ś † P

Eleonora Abdułach-Popko

żyła lat 83

Msza święta pogrzebowa zostanie odprawiona
w dniu 06 grudnia 2025 roku o godz. 11.00
w kościele parafialnym pw. Matki Bożej Różańcowej
Poznań Zieliniec, ul. Warpińska 22.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia o godz. 12.00
na cmentarzu komunalnym Swarzędz, Gortatowo,
ul. Cmentarna.

Prosimy, zamiast kwiatów, o wsparcie Hospicjum Palium
w Poznaniu (hospicjum-palium.pl) lub przygarnięcie
Motylków podczas ceremonii pogrzebowej.

W smutku pogrążona

Rodzina

0011444755

Nasza ukochana Mama, Teściowa,
Babcia, Prababcia i Siostra

Ś † P

Kazimiera Zielińska

odeszła 30 listopada 2025 roku.

Uroczystości pogrzebowe odbędą się
5 grudnia 2025 roku o godz. 12.00
na cmentarzu Miłostowo od ulicy Warszawskiej.

Wdzięczna za miłość, dobro, troskę i oddanie

Rodzina

AUTOPROMOCJA



Wspomnienia. Te najważniejsze...

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na
nekrologi.net i gloswielkopolski.pl/nekrologi

AUTOPROMOCJA

gloswielkopolski.pl/nekrologi

Nekrologi, kondolencje

przyjmowane są:

- bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń,
Poznań, ul. Grunwaldzka 19,
czynne **pn. - pt. 8.00 - 16.00**
tel. **61 866 66 81, 502 499 742**
- drogą mailową: nekrologi@glos.com
- poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl
- w zakładach pogrzebowych
współpracujących z „Głosem Wielkopolskim”



www.nekrologi.net

PLEBISCYT SPORTOWY. W każdej historii ukryte są talent, radość, ambicja i przykład, który może zachwycić

Trwa Plebiscyt Sportowy - pełen dobrych emocji, radości i wielkiej pasji. Poznawanie historii uczestników to jak otwieranie kolejnych okienek w adwentowym kalendarzu. Za każdym kryje się wyjątkowa historia!

W ramach akcji wspólnie z naszymi Czytelnikami nagrodzimy sportowców z pasją, trenerów z wizją, drużyny z charakterem i młode talenty, o których wkrótce może usłyszeć cała Polska. Głosowanie trwa, rankingi zmieniają się dynamicznie, rywalizacja bywa na

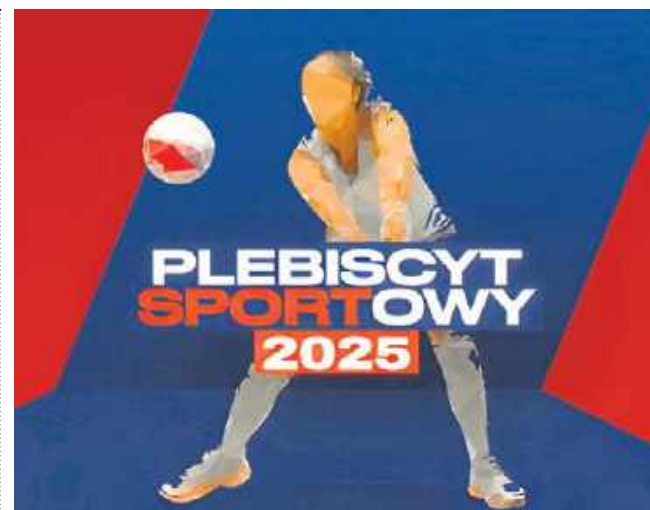
prawdę bardzo, bardzo zacięta. Nie każdy może ją wygrać, ale każdy jest naszym lokalnym bohaterem - wartym pochwały, uwagi, a także napisania o nim. Za każdym uczestnikiem naszego Plebiscytu Sportowego kryje się bowiem jego wyjątkowa opowieść. Są to historie z różnymi dyscyplinami w roli głównej, ale zawsze są wypełnione codzienną wyteżoną pracą, zaangażowaniem i ogromnym sercem wkładanym w to, co się robi.

Bohaterowie plebiscytu mogą inspirować innych, dlatego chcemy pokazywać ich

naszym Czytelnikom - a szczególnie młode talenty, które mogły się jeszcze nie dać poznać tak szerokiej publiczności, jak dorośli.

To dlatego dziś znów możecie poznać bliżej jednego młodego uczestnika Plebiscytu Sportowego, który ma w sobie sportową magię. A już wkrótce na naszej stronie internetowej znajdziecie sylwetki innych młodych zawodników i zawodniczek, którzy dopiero zaczynają swoje sportowe przygody, ale już sprawiają, że świat chce im kibicować. To dzieci, które biegną szybciej, skaczą

wyżej, walczą odważnie nie dlatego, że muszą, lecz dlatego, że kochają to robić! Poznać ich pasję - iskrę w oku, kiedy opowiadają o swojej dyscyplinie. Poznać ich zaangażowanie - codzienne treningi, podczas których uczą się również wytrwałości. Czasami poznać również ich marzenia - te wielkie jak olimpijski medal i te małe, jak kolejny udany występ. Warto więc zaglądać na naszą stronę - również po to, by poznać aktualne wyniki w Plebiscycie Sportowym i wspierać uczestników swoimi głosami.



PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO



POZNAJ LIDERÓW

Oto liderzy w miastach i powiatach naszego regionu w pozostałych kategoriach plebiscytu

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY

1. **Julia Gładysz**, tenis stołowy, LKTS Luvena Luboń, powiat poznański
2. **Polina Manerkina**, hokej na trawie, AZS Politechnika Poznańska, Poznań
3. **Lidia Wajszczak**, biegi, Drużyna WU. oraz GB Wielkopolscy Biegacze, powiat gostyński
4. **Dajana Pawlicka**, Jeździectwo, KJ Agro Handel Śrem, powiat śremski
5. **Anna Kaźmierska**, nordic walking, powiat chodzieski

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI

1. **Krzysztof Galas**, piłka nożna, LZS Otorowo, powiat szamotulski
2. **Maksymilian Witkowski**, kajakerstwo, UKS Zalew Jerzykowo, powiat poznański
3. **Adam Warte**, dwubój olimpijski, podnoszenie ciężarów, UKS Copal Trzcianka, powiat czarnkowsko-trzcianecki
4. **Antoni Kozubal**, piłka nożna, Lech Poznań, Poznań
5. **Majkel Leśniewski**, triathlon, Mlt, powiat rawicki

TRENER ROKU

1. **Wojciech Kozłowski**, Piłka nożna, Kotwica Kórnik, powiat poznański
2. **Patryk Wesołowski**, piłka nożna, Olympique Poznań, Poznań
3. **Rafał Warte**, Podnoszenie Ciężarów, UKS COPAL Trzcianka, powiat czarnkowsko-trzcianecki
4. **Mieszko Dąbrowski**, jeździectwo-skoki przez przeszkody, KJ Stajnia Dąbrowscy, powiat gostyński
5. **Seweryn Łuczak**, piłka nożna, GSP Sątopy, powiat nowotomyski

DRUŻYNA ROKU

1. **APR Lampart Stęszew**, piłka nożna, powiat poznański
2. **Lech Future Poznań - Strzeszyn**, piłka nożna, Poznań
3. **Ostrowia 1909 Ostrów Wielkopolski - Młodziczki/Juniorki**, piłka nożna, powiat ostrowski
4. **KS Promień Opalenica**, piłka nożna, powiat nowotomyski
5. **KS KŁOS GARZYN**, piłka nożna, Leszno i powiat leszczyński

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na stronie:
www.gloswielkopolski.pl/plebiscyt-sportowy

SPORTOWY TALENT ROKU

Cały świat Kingi opiera się teraz tylko na koszykowie

Kiedy po raz pierwszy dało się zauważyć sportową pasję Kingi Sibińskiej (koszykowie, playbasket Kraszewice)? Czy był jakiś moment, który pokazał, że sport to będzie coś więcej niż tylko zabawa? - Zmienił się nauczyciel wychowania fizycznego, który jest trenerem koszykówek. Po kilku lekcjach zauważył, że świetnie sobie radzi. Od razu była zapisana do ligowej drużyny i jest najlepszą zawodniczką w swojej drużynie -

opowiada Agata Sibińska. Cały świat jej córki teraz opiera się tylko na koszykowie, nawet wybiera się do szkoły sportowej. Kinga jest dzieckiem przede wszystkim cały czas uśmiechniętym. Jest bardzo zaangażowana w to, co robi. Nie opuszcza żadnego treningu, a nawet gra jako pomoc w starszej lidze. Co weekend ma mecz. Motywacją do nauki jest trening. Uczy się i wie, że za 2 godziny jedzie na zajęcia, które



sprawiają jej ogromną radość. Cieszy ją już samo bycie na boisku, ubranie się w strój. Jest waleczna na boisku. Opowiada, ile trafiła do kosza; co by chciała jeszcze poprawić, niekiedy są łzy szczęścia. Mimo że dobrze gra w kosza, odniosła ogromny sukces w tym roku w zawodach piłki ręcznej. Jej drużyna zajęła III miejsce w województwie.

Kinga to jest bardzo ambitna dziewczyna. Wszystko stara się robić dokładnie.

SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY



Paula Mrówczyńska, triathlon, Konińska Akademia Triathlonu, Konin i powiat koniński



Weronika Fedorowicz, kulturystyka - bikini fitness, Wolver Team, powiat wrzesiński



Wiktoria Haegenbarth, koszykowie, Enea AZS Politechnika Poznań, powiat nowotomyski

SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI



Jan Kanty Dąbrowski, jeździectwo, KJ Stajnia Dąbrowscy, powiat gostyński



Krzysztof Fibner, triathlon, KS Polonia Środa Wielkopolska, powiat średzki



Majkel Leśniewski, triathlon, Mlt, powiat rawicki

TRENER ROKU



Artur Makoła, karate shotokan, Leszczyński Klub Karate Inari, Leszno i powiat leszczyński



Bolesław Borowiak, piłka nożna, APR Lampart Kalisz, Kalisz i powiat kaliski



Seweryn Łuczak, piłka nożna, GSP Sątopy, powiat nowotomyski

Panie mają ambitny, ale realny cel na MŚ. Czy Kamil Syprzak wróci do męskiej kadry?

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA RĘCZNA. Rozmawiamy ze Sławomirem Szmalem, prezesem Związku Piłki Ręcznej w Polsce, byłym wybitnym bramkarzem reprezentacji Polski.

Na parkietach w Holandii i Niemczech trwają mistrzostwa świata kobiet w piłce ręcznej. Jaki cel został postawiony przed naszymi szczyptornikami?
Chcielibyśmy, aby dziewczyny awansowały do ćwierćfinału, ale zdajemy sobie sprawę, że to będzie trudne zadanie. W pierwszej fazie mierzyliśmy się z niżej notowanymi Chinami i Tunezją, ale też z Francją, która jest aktualnym mistrzem świata i jednym z głównych faworytów do wywalczenia kolejnego medalu. Ważne będzie, na kogo trafimy w drugiej fazie. Prawdopodobnie zmierzymy się w niej z gospodarzami Holenderkami. One może aktualnie nie są w gronie trzech najlepszych zespołów na świecie, ale to jest absolutna czołówka. W sporcie można zrobić bardzo dużo wiarą i chęciami, więc liczę, że w drugiej fazie zaprezentujemy się dobrze. Przed zespołem założyliśmy realny cel, zajęcie miejsca od dziesiątego do dwudziestego.



Prezes Związku Piłki Ręcznej w Polsce Sławomir Szmal, były wybitny bramkarz reprezentacji Polski

W marcu tego roku do sztabu reprezentacji Polski dołączyła ikona światowej piłki ręcznej, jedna z najlepszych obrotników w historii dyscypliny Heidi Loke. Norweżka spełnia wasze oczekiwania?

W kadrze kobiet jest naprawdę bardzo dobry team spirit. Po rozmowach z zawodniczkami wiem, że jest drużynie jak najbardziej potrzebna. Jest inspiratorką, która buduje dobre relacje, ale też dzięki ogromnemu doświadczeniu daje niezbędne rady. I tego nie możemy burzyć. W sporcie najważniejsze są zaangażowanie oraz dobra atmosfera.

Przejdźmy do reprezentacji mężczyzn, bo już za nieco po-

nad miesiąc polska kadra zagra na mistrzostwach Europy, które rozegrane zostaną w Danii, Norwegii i Szwecji. Czy na Euro wystąpi Kamil Syprzak odsunięty od reprezentacji podczas ostatnich mistrzostw świata, jeszcze przez poprzedniego selekcjonera Marcina Lijewskiego?

To jest pytanie do trenera Joty Gonzaleza. To on będzie decydował o powołaniach do reprezentacji i o tym, który zawodnik jest mu potrzebny. Ze strony związku nie ma żadnych sugestii, czy Kamil ma grać, czy nie na Euro 2026 i w ogóle w kadrze. Chciałbym to wyraźnie podkreślić. Wszystkie karty w ręku ma selekcjoner.

A związek i pan jako prezes próbujecie rozmawiać z Syprzakiem na ten temat?

Rozmawiałem z Kamilem jeszcze w czasie gdy ten konflikt wybuchł i wtedy nie zgadzał się z karą na niego nałożoną. Natomiast Jota Gonzalez sam zwrócił się do nas z zapytaniem, jak wygląda sytuacja z Kamilem i powtarzam jeszcze raz, to będzie tylko i wyłącznie decyzja trenera.

Na poprzednim mundialu i Euro, ale też w wielu w ostatnim czasie meczach eliminacji mistrzostw świata czy Europy, reprezentacja Polski z różnych przyczyn nie gra w najmocniejszym składzie. W czym leży problem?

Piłka ręczna to sport bardzo kontaktowy, nierzadko zdarzają się kontuzje. I dlatego też, to wielka niewiadoma, w jakim składzie zagramy na najbliższym Euro. Sezon trwa, zarówno w Orlen Superlidze, jak i Lidze Mistrzów. Będą jeszcze mecze sparingowe kadry i wiele może się jeszcze wydarzyć.

Wydaje się, że gdyby zebrać naprawdę wszystkich najlepszych piłkarzy z polskich i europejskich klubów, siła Białoczerwonych byłaby znacznie większa.

Ważne też jest też, aby na kadrze przyjeżdżali zawodnicy, którzy naprawdę chcą dla niej

grać, dając z siebie na boisku we wszystkich spotkaniach sto procent.

Może pan zadeklarować, że na mistrzostwach Europy zobaczymy naprawdę najmocniejszą reprezentację, na jaką Polskę stać? Czy może jednak to niektórzy zawodnicy będą decydować, czy chcą grać z Orzełkiem na piersi, czy nie, a związek będzie taką sytuację tolerował?

Na ostatnim zgrupowaniu nie pojawiło się dwóch zawodników, bo mieli kontuzje. Nie rzucam żadnych obietnic, gdyż jak mówiłem, nie ja o tym decyduję. Ja zawsze przyjeżdżałem na kadrę, bo to było dla mnie duże wyróżnienie. I mam nadzieję, że takie samo podejście mają aktualni reprezentanci. I że w tej kwestii nic się nie zmieniło.

W Lidze Mistrzów więcej niż dobrze spisuje się mistrz kraju Orlen Wisła Płock, trochę gorzej wicemistrz Industria Kielce. Awans do Final Four jednej z polskich drużyn jest realnym celem w tym sezonie?

Przyzwyczailiśmy się do tego, że mamy duże oczekiwania wobec polskich zespołów z Lidze Mistrzów, a musimy zdawać sobie sprawę, że to jest bardzo trudne zadanie. Piłka ręczna to sport bardzo popularny w Europie. W Niemczech, Francji, Hiszpanii,

w krajach Skandynawii ona jest na bardzo wysokim poziomie. Uważam, że same już występy polskich drużyn w Champions League są dużym osiągnięciem. Dla mnie ważne jest, aby w naszych zespołach grało jak najwięcej Polaków. To podstawa, abyśmy mogli się rozwijać i aby zdobyte w Europie doświadczenie przekładać potem na występy chociażby właśnie w reprezentacji.

Minał rok, od kiedy jest pan sternikiem Związku Piłki Ręcznej w Polsce. Z czego jest pan najbardziej zadowolony, jeśli chodzi o dotychczasowe dokonania?

Bardzo dużo spraw zostało, że tak powiem ruszonych. Zostały zmienione chociażby zasady gry w piłkę ręczną wśród najmłodszych. Informacje, które do nas docierają, są takie, że te zmiany mają pozytywny wpływ na rozwój dyscypliny w kraju. Zmiany zostały wprowadzone po obserwacjach w innych krajach, gdzie one już weszły w życie wcześniej. Drugi ważny ruch, to utworzenie Akademii Piłki Ręcznej wspólnie z Ministerstwem Sportu. Uważam, że to jest znaczący krok, dzięki któremu w najbliższych trzech latach będziemy w stanie znacznie zwiększyć liczbę zespołów w wieku juniora i juniora młodszego w Polsce. ©P

Eliminacje koszykarzy. Nasz zespół pokazał niesamowity charakter

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Polscy koszykarze pokonali w Hadze Holandię 85:83 w 2. kolejce grupy F pierwszego etapu kwalifikacji mistrzostw świata Katar 2027. To było drugie zwycięstwo Białoczerwonych.

W 15. pojedynku z Holendrami o punkty Polacy zanotowali 11. wygraną, w tym czwartą z rzędu, odnosząc sukces w niesamowitych okolicznościach i po wielkich emocjach. Prowadzili w spotkaniu w Hadze tylko dwa razy - w pierwszej (3:2) i ostatniej minucie, w sumie 83 sekundy. Wcześniej, w trzeciej kwarcie Polska przegrywała nawet 21 punktami, co oznacza, że mecz w Hadze przejdzie do historii polskiej koszykówki jako jeden z najbardziej spektakularnych „powrotów” drużyny narodowej.

Teraz pora na trochę uśmiechu

- Chciałbym podziękować kibicom, którzy przyjechali z Polski. Gratulacje dla trenera Holandii Johanna Roijakera za przygotowanie drużyny do tego okienka. Dużo szacunku należy się moim zawodnikom za to, że udało im się znaleźć energię w czwartej kwarcie, w całej drugiej połowie. Oczywiście, popełniliśmy sporo błędów, rywale mieli za dużo zbiórek w ofensywie - to nie może się powtórzyć. Na koniec liczy się jednak wynik. Dzięki wielkiej energii i zaangażowaniu w obronie mieliśmy trochę łatwiejszych akcji w ataku. To było bardzo ważne spotkanie dla nas. Nie tylko dla tego etapu kwalifikacji, ale miejmy nadzieję, że dla kolejnych faz kwalifikacji także. Jesteśmy szczęśliwi z wyniku 2-0. Teraz pora na trochę uśmiechu. Czekamy na luty! - powie-



Zawodnicy reprezentacji Polski cieszą się po wygranym meczu mistrzostw świata koszykarzy z Holandią w Hadze

dział po spotkaniu na konferencji prasowej trener Polaków Igor Milicić.

Nie szło nam przez cały mecz

Największy wkład w zwycięstwo mieli spisujący się znakomicie w decydujących momentach czwartej kwarty

Przemysław Żołnierewicz i kapitan Mateusz Ponitka, który był bliski double-double - miał 22 punkty i 9 zbiórek oraz cztery asysty i pięć strat oraz Michał Sokołowski, który uzyskał ostatnie pięć punktów dla reprezentacji, mimo niepowodzeń w poprzednich akcjach.

- Cóż to było za spotkanie! Nie szło nam przez cały mecz, nie trzymaliśmy się naszych podstaw. Koledzy z drużyny pokazali jednak mnóstwo odporności na takie sytuacje. Walczyliśmy do końca. Wiedzieliśmy, że jak dalej będziemy walczyć, to w końcu doprowadzimy do wyrównanej sytuacji. To się udało. Jestem niesamowicie dumny z tej drużyny. Wszyscy zostawili mnóstwo serca - podsumował mecz w Hadze Jerriek Harding, dziesiąty naturalizowany Amerykanin w polskiej reprezentacji w historii.

Udało się zrobić coś naprawdę fajnego

Polska ma na swoim koncie po pierwszym okienku eliminacji mistrzostw świata dwa zwycięstwa po tym, jak w piątek pokonała w Gdyni Austrię 90:78. Na przełomie lutego i marca 2026 roku czekają

Białoczerwonych dwa mecze z Łotwą.

- Zespół pokazał niesamowity charakter, wolę walki, ducha. Cały czas mówimy, że najważniejsze jest to, by utrzymać atmosferę w zespole, tę atmosferę rodziny, zdrowej rodziny. Myślę, że udało nam się dzisiaj naprawdę zrobić coś fajnego. Zobaczymy, jaka będzie sytuacja w lutym, kto będzie gotów, żeby nam pomóc. Dziś na pewno brakowało nam kilku zawodników, którzy stanowią o sile zespołu. Liczymy, że wrócą w lutym i będą grali z Łotwą. Holendrzy ją pokonali. Myślę, że Łotysze mają teraz trudny moment, bo zmienili trenera. Taktycznie też muszą się przyzwyczaić, a w okienkach nie ma czasu na ćwiczenia sposobów gry. My będziemy przygotowani - powiedział PAP kapitan polskiej kadry Mateusz Ponitka. ©P

SPORT

www.sportowy24.pl

Następca Wojdata łapie doświadczenie i chce złamać barierę 15 minut

Opr. Radosław Patroniak
r.patroniak@glos.com

We wtorek w Lublinie zaczęły się pływackie ME na krótkim basenie. W zawodach startuje 26-osobowa kadra Polski. W tym gronie jest 17-letni kraulista AZS Poznań, Mikołaj Litoborski.

W ostatniej edycji mistrzostw Europy na krótkim basenie w 2023 roku Polacy nie zdobyli medalu.

Teraz na początku grudnia w Lublinie o lepszy rezultat walczy 26 zawodników z Polski. Wśród nich jest dwukrotny wicemistrz świata na 200 m st. motylkowym Krzysztof Chmielewski. Jeden z najlepszych obecnie polskich pływaków nie ma jeszcze w swoim dorobku medalu z ME na krótkim basenie.

W Lublinie wystartuje także liderka polskiej kadry, doświadczona Katarzyna Wasick. Na basenie 25-metrowym zdobyła do tej pory sześć krążków ME i trzy MŚ.

Kadrowicze do zawodów przygotowywali się w poznańskich Termach Maltańskich. Do Lublina większość z nich dotarła w piątek. Trener polskiej reprezentacji Bartosz Kizierowski powiedział PAP, że będzie to niezwykle prestiżowa impreza dla jego podopiecznych.



Trener AZS Poznań, Andrzej Olszewski i jego podopieczny Mikołaj Litoborski mają z Lublina dobre wspomnienia

- Te zawody będą bardzo ważne, bo rozgrywane są w Polsce. Wszyscy nasi reprezentanci, bez względu na to, gdzie się przygotowywali, szykują się na te mistrzostwa. Dla nich to jest często jedyna okazja w karierze, żeby na imprezie takiej rangi wystąpić przed swoją publicznością - tłumaczył trener kadry.

Na dystansie 1500 m kraulem w czwartek wystartuje podwójny mistrz Polski seniorów sprzed kilku miesięcy, czyli Mikołaj Litoborski. - Pewnie, że chciałbym wpłynąć do finału, ale dla mnie celem nr 1 będzie złamanie bariery 15 minut. Przyszanam szczerze, że wolę długi basen, ale przy mocnej konkurencji i dopingu naszych kibiców jestem w stanie popłynąć na rekord życiowy - przyznał poznański pływak.

Jego trener, Andrzej Olszewski nie krył zaskoczenia, że Mikołaj znalazł się w kadrze na ME.

- Przyszłościowo ten chłopak może pójść w ślady Artura Wojdata. W tym roku awansem na zawody w Lublinie jednak mnie mocno zaskoczył. Mam nadzieję, że skorzysta z okazji do łapania doświadczenia i za rok będzie się bił o medal na ME juniorów - podkreślił trener AZS Poznań.

W sztafetach zobaczymy też dwoje zawodników Włókniarza Kalisza, Julię Maik i Piotra Ludwiczaka. (PAP)

ENEA AZS POLITECHNIKA KONTRA „CZARNE KOSZULE”
Koszykarki Enei AZS Politechniki Poznań zmierzą się dziś o godz. 18 w hali PP na Piotrowie z niżej notowaną ekipą Polonii Warszawa. Akademicki będą faworytem tego spotkania. Trener Wojciech Szawarski w sprzyjających okolicznościach da z pewnością pograć swojej młodzieży. W ostatnim pojedynku ze Śląską Wrocław świetnie spisała się 18-letnia środkowa, Wiktorina Haegenbarth (na zdjęciu z prawej), która zdobyła 11 punktów i tym samym ustanowiła swój rekord punktowy w OBLK. **PAT**



FOT. KONRAD CZAPRAK/AZS

ENERGETYK WICELIDEREM
Siatkarze Enei Energetyka Poznań zakończyli maraton ligowo-pucharowy.

W II lidze pokonali u siebie Stoczniońca Gdańsk i Treff II Gdańsk 3:0 i 3:1. Wicelider II ligi odpadł z PP, przegrywając u siebie ze Stalą Nysa 0:2. **PAT**

Lech gra pucharowy mecz z Piastem – wóz albo przewóz



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Niels Frederiksen doskonale zdaje sobie sprawę ze stawki meczu z Piastem Gliwice. Kolejorz ostatni Puchar Polski zdobył w 2009 roku

Maciej Lehmann
sport@glos.com

W środę o 20.30 w meczu 1/8 finału Pucharu Polski, Lech Poznań zmierzy się w Gliwicach z Piastem. W tych rozgrywkach nie ma drugiej szansy. Albo wygrasz, albo odpadasz...

Mecze z Piastem Gliwice dwukrotnie decydowały o tym, że Lech Poznań mógł cieszyć się ze zdobycia mistrzostwa Polski.

W 2022 roku gol Mikaela Ishaka w samej końcówce meczu, sprawił, że na dwie kolejki przed zakończeniem rozgrywek podopieczni Macieja Skorzy odzyskali fotel lidera i wjechali na autostradę do tytułu.

Piast postawił się Kolejorzowi także w ostatnim meczu poprzedniego sezonu. Lechici musieli wygrać, by cieszyć się z 9 mistrzostwa, prowadzili 1:0 od 39 minuty po голу Afonso Sousy, ale w ostatnich minutach, cudem uratowali się przed stratą gola. To była prawdziwa nerwówka i naprawdę niewiele brakowało, by skończyła się katastrofą.

W środę znów czekają nas duże emocje, bo Piast, po przyści nowego trenera Dawida

Myśliwca, złapał drugi oddech i choć nadal okupuje ostatnie miejsce w tabeli, mógł poszczycić się zdobyciem 7 punktów w trzech meczach. Tę dobrą serię w piątek co prawda przerwał Widzew, ale można założyć, że do starcia z mistrzem Polski, gliwiczanie przystąpią bez kompleksów.

Czego spodziewa się w Gliwicach trener Lecha Niels Frederiksen?

- Mocno się ostatnio poprawili. Zmienili trenera, oczywiście mają swoje problemy, są w lidze w końcówce stawki, ale moim zdaniem mają większą jakość niż wskazuje to ich miejsce w tabeli. Myślę, że ten śródowy mecz może wyglądać podobnie do starcia w Płocku. To my będziemy częściej w posiadaniu piłki. W Płocku wykreowaliśmy sobie kilka okazji, ale nie mieliśmy wystarczającej jakości, by ją wykończyć. Ale to już historia. Przed nami nowe wyzwanie - powiedział Duńczyk przed wyjazdem na Górny Śląsk.

Albo wygrasz, albo odpadasz

Trener Frederiksen oczywiście zdaje sobie sprawę ze stawki śródowego pojedynku.

- Mówiłem już przed startem sezonu, że chcemy zdobyć Puchar Polski i z tego się nie wycofuję. Wiem, że Lech Poznań czeka wiele lat na zdobycie tego trofeum, więc jest to jeden z celów na ten sezon. W tych rozgrywkach nie dostajesz drugiej szansy. Albo przechodzisz rywala, albo odpadasz i tym one różnią się od gier w Europie czy w lidze. Chcemy więc mecz w Gliwicach rozstrzygnąć na swoją korzyść i wiosną grać dalej. Fizycznie wyglądamy nieźle, parametry choćby przebiegniętych kilometrów w ostatnim meczu, należały do najlepszych w sezonie, więc nie obawiamy się, że rywale pod tym względem i także mentalnym mogą mieć przewagę - stwierdził.

Pytany czy liczy się z tym, że o awansie może zadecydować dogrywka lub karne, przyznał, że jego podopieczni nie trenowali strzelania „11”.

- Jest to prawdopodobne, ale nie chcemy ryzykować gry w dodatkowym czasie i zrobimy wszystko, by mecz rozstrzygnąć w 90 minutach. Im dłużej będzie trwał ten mecz, tym murawa będzie cięższa i będzie nam trudniej zadać zwycięski cios. Mam przecz-

cie, że jak zagramy na takim poziomie jak w Płocku, to uda nam się wygrać bez dodatkowych emocji.

Bez Milicia

Lech Poznań pojedzie do Gliwic bez Antonio Milicia.

- Nie jest groźna kontuzja, ale nie będzie z nami ani w Gliwicach ani w Krakowie. Ma problemy mięśniowe, więc musimy uważać, by się one nie powiększyły, dlatego nie będzie w tych meczach do naszej dyspozycji. Ouma jest gotowy - stwierdził trener.

Zapytaliśmy Frederiksena jeszcze o Taofeeka Ismaheela. Nigeryjczyk był bohaterem meczu z Lausanne, strzelił gola, dołączył asystę, a w Płocku nie podniósł się nawet z ławki rezerwowych. Jakże były tego powody?

- Nie był w 100 procentach gotowy, miał małe problemy z plecami. Mógł wejść na 10-15 minut, była taka możliwość, ale widząc jak przeważamy w końcówce i spychamy rywala do obrony, nie zdecydowałem się na tę zmianę. W Gliwicach na pewno będzie mógł zagrać - odpowiedział szkoleniowiec Lecha Poznań.

Mecz transmituje TVP Sport. Sędziuje Szymon Marciniak.

PRZEWODNIK **świąteczny**



**Coraz bliżej święta,
a w ten wyjątkowy
nastrój wprowadzają
nas liczne imprezy.
Przedświąteczny
„rozkład jazdy”
jest bardzo bogaty.**

**U NAS DOWIESZ SIĘ, KTO WYSTĄPI
NA JARMARKACH. A GWIAZD NIE
ZABRAKNIE.**

**MIKOŁAJA SPOTKACIE W....?
WSZYSTKIE SZCZEGÓŁY ZDRADZAMY
W NASZYM DODATKU.**

**KIERMASZE, KOROWODY I INNE
ATRAKCJE. PRZEDSTAWIAMY
DOKŁADNY PLAN WYDARZEŃ.**

Koncert Andrzeja Piasecznego i moc świątecznych atrakcji

Nowy Tomyśl. 6 grudnia Plac Niepodległości zamieni się w prawdziwie świąteczne miasteczko. Pod hasłem „Profilaktyka, zdrowie, relacje – wyłącz ekran, włącz rodzinę”, organizatorzy przygotowali bogaty program atrakcji dla mieszkańców w każdym wieku.

Dominika Kapalka

Tegoroczny Jarmark Świąteczny w Nowym Tomyślu rozpocznie się o 13:30 przejazdem MotoMikołajów. A o godz. 14 zaplanowano oficjalne otwarcie oraz wyjątkowy mikołajkowy blok taneczny. Na scenie zaprezentują się dzieci z Przedszkola nr 1 „Misia Uszatka”, Przedszkola nr 2 „Plastusiowego Osiedla”, Przedszkola z oddziałami integracyjnymi „Śmiałka Umiałka”, Przedszkola nr 4 „Bolka i Lolka” oraz przedszkola nr 5

„Słoneczka”. Uczestnicy będą mogli podziwiać przygotowane przez najmłodszych układy taneczne i krótkie popisy artystyczne, które zawsze wprowadzą w klimat grudniowych świąt. Barwne stroje, radosna muzyka i dziecięcy entuzjazm to zapowiedź tego, że początek jarmarku już tradycyjnie będzie bardzo energetyczny i pełen wzruszeń. O godzinie 15:30 na scenie pojawi się Teatr Fuzja, który zaprezentuje spektakl pt. „Takich świąt jeszcze nie było”. To widowisko rodzinne,

łąjące humor z wartościami bliskimi idei jarmarku – budowaniem relacji, wspólnoty i dbaniem o czas spędzony razem. Następnie, o godzinie 16:30, mieszkańcy wspólnie rozświetlą miejską choinkę oraz świąteczne iluminacje. Ten moment jest jednym z najbardziej symbolicznych podczas jarmarku – to wtedy miasto oficjalnie wchodzi w świąteczny nastrój. Kilka minut później, o 16:40, Teatr Fuzja poprowadzi świąteczne animacje i zaprosi najmłodszych na spotkanie ze św. Mikołajem. Dzieci będą mogły porozmawiać z gościem z Laponii, zrobić zdjęcie i przekazać swoje świąteczne marzenia.

Wieczorny program i koncert Andrzeja Piasecznego
Po południu na scenie wystąpi zespół OJEJ (godz. 17), a o 18 odbędzie się spotkanie z cyklu „Opowiadaj Mii!”, podczas którego będzie można



FOT. DOMINIKA KAPALKA

Zdjęcie z jarmarku świątecznego, który odbył się w Nowym Tomyślu w ubiegłym roku

posłuchać świątecznych historii i legend. Koncert Andrzeja Piasecznego z zespołem zaplanowany został na godz. 19:30. Popularny artysta wprowadzi publiczność w bożonarodzeniowy klimat, wykonując swoje największe przeboje oraz nastrojowe świąteczne utwory. Jego koncerty zawsze przyciągają tłumy, dlatego organizatorzy spodziewają się dużej frekwencji. W trakcie jarmarku odbędą się także liczne działania towarzyszące. W godzinach 14-17 czynna będzie Retro Fotobudka, gdzie mieszkańcy będą mogli wykonać pamiątkowe zdjęcia w świątecznej scenografii. Uczestnicy otrzymają specjalne wydanie strony gazety z własną fotografią – to atrakcyjna propo-

zycja zarówno dla dzieci, jak i dorosłych. Od godz. 14 do 15:30 zaplanowano także warsztaty artystyczne dla rodzin pod hasłem „Łańcuch dobrych życzeń łączący pokolenia”. Wspólnie wykonany łańcuch zostanie później zawieszony na miejskiej choince. W tym samym czasie odbędą się warsztaty „Wiklinowe gwiazdki”, podczas których uczestnicy nauczą się tworzyć własnoręczne świąteczne ozdoby z wikliny. Przez cały czas trwania jarmarku dostępny będzie również kiemmasz handlowo-gastronomiczny, stoiska profilaktyczne i promocyjne, a także punkty z lokalnymi wyrobami i rękodziełem, ulokowane na ul. Mickiewicza i Placu Niepodległości.

WYDAWCA: Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 222014000, DRUK: Drukarnia Prasowa Polska Press O/Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229, BIURO REKLAM: tel. 698-635-705, 502-499-744

REKLAMA

0011439856

Z okazji nadchodzących
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
składamy Państwu serdeczne życzenia
wszelkiej pomyślności, niepowtarzalnej atmosfery,
ciepła oraz obfitości wszelkich dóbr.
Niech radość i pokój Świąt Bożego Narodzenia dają
poczucie prywatnego i zawodowego spełnienia
oraz towarzyszą Państwu przez cały Nowy Rok.

Przewodniczący
Rady Gminy Przemęt
/-/ Monika Maćkowiak

Wójt
Gminy Przemęt
/-/ Janusz Frąckowiak





REKLAMA

0011439863



**Instytut Kosmetologii Estetycznej
Mirosława Nowinka**
ul. Żwirowa 31, Grodzisk Wlkp.,
tel. 504-559-224



krem nawilżający
Nowinka
Zapraszamy do zakupu

Policealna Szkoła Kosmetyczna
oraz Instytut Kosmetologii Estetycznej
Mirosława Nowinka
składają Państwu życzenia
zdrowych, spokojnych i wesołych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz Szczęśliwego Nowego Roku.



Burmistrz Opalenicy oraz Centrum Kultury i Biblioteka zapraszają na:

X Jarmark Świąteczny

6 - 7 grudnia na Rynku w Opalenicy

sobota, 6 grudnia

- 14.00 Występ dzieci z Przedszkola nr 1.
- 14.30 Występ dzieci z Przedszkola Dziecięce ABC.
- 15.00 Występ dzieci z Przedszkola nr 2.
- 15.30 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Urbanowie.
- 16.00 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Porążynie.
- 16.30 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Rudnikach.
- 17.00 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Wojnowicach.
- 17.30 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Opalenicy.
- 18.00 **Uroczyste otwarcie 10. Jarmarku Świątecznego.**
Przyjazd MotoMikołaja i pokaz Teatru Ognia.
- 18.20 Koncert zespołu W samo południe.
- 19.00 Koncert Kingi Dankowskiej.
- 19.20 Koncert Opalenickiej Grupy Wokalnej.
- 20.30 Muzyczna gwiazda wieczoru:



atrakcje towarzyszące w CKiB

sobota

- 10.00 Mikołajkowy turniej szachowy
- 10.00 Wspólne ubieranie choinki
- 11.00 Warsztaty robienia świątecznych stroików
(NA WYDARZENIA OBOWIĄZUJĄ ZAPISY W SEKRETARIACIE CKiB)

niedziela

- Mikołajkowe seanse w Kinie za Rogiem
- 10.30 „Mikołaj i spółka”
- 12.30 „Renifer Niko i zaginione sanie Mikołaja”
(BEZPŁATNE WEJŚCIÓWKI DO ODBIORU W SEKRETARIACIE CKiB)

niedziela, 7 grudnia

- 14.00 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Dakowach Mokrych.
- 14.20 Występ Zespołu Szkół w Opalenicy.
- 14.40 Występ dzieci ze Szkoły Podstawowej w Kopankach.
- 15.10 Koncert Wesołych Seniorów.
- 15.30 Występ UKS BRAWO Opalenica.
- 16.00 Spektakl Teatru Kurtynka „Świąteczny kurier”.
- 17.00 Występ Opalenica Dance Studio.
- 17.30 Koncert zespołu Man'yhand.
- 18.20 Koncert zespołu Modestia.
- 19.00 Koncert Opalenickiej Orkiestry Dętej.
- 20.00 Muzyczna gwiazda wieczoru:



W czasie trwania jarmarku na stoiskach handlowych zaprezentują się szkoły, przedszkola, stowarzyszenia i Koła Gospodyń Wiejskich z Gminy Opalenica! Zapraszamy także do odwiedzenia komercyjnych punktów handlowych z jedzeniem, napojami, zabawkami, rękodziełem i bumper cars!

ZBIÓRKA PIENIĘDZY NA LECZENIE MAŁEJ IGI OPAŁA ponadto:

sobota

- 9.00 Bieg „Mikołajkowa 5” teren przy pałacu w Porążynie,
- 13.00 Bieg „Pogoń za Mikołajem” bieżnia przy OSiR,

Organizatorem powyższych wydarzeń jest Opalenicki Klub Biegacza.

Sławomir i zespół Feel gwiazdami tegorocznej, jubileuszowej edycji

Opalenica. W dniach 6–7 grudnia, Rynek w centrum miasta zamieni się w tętniący życiem jarmark pełen muzyki, pokazów, warsztatów i atrakcji. Nie zabraknie też gwiazd. Pierwszy dzień zwieńczy koncert Sławomira, a niedzielę występ zespołu Feel.

Dominika Kapalka

Sobota, 6 grudnia, to dzień w całości poświęcony lokalnym talentom, rodzinnej integracji oraz wprowadzeniu mieszkańców w świąteczny nastrój. Program rozpocznie się o godzinie 14 występem dzieci z Przedszkola nr 1. Następnie, zgodnie z harmonogramem, na scenie zaprezentują się kolejne grupy – o 14:30 dzieci z Przedszkola Dziecięcego ABC, a o 15 podopieczni Przedszkola nr 2. W późniejszych godzinach na scenie pojawią się uczniowie lokalnych szkół z Urbanowa, Rudnik, Wojnowic, Opalenicy, czy Porążyna. Ta część wydarzenia co roku przyciąga tłumy rodziców, dziadków i mieszkańców, którzy z dumą podziwiają występy najmłodszych.

O godzinie 18 odbędzie się oficjalne otwarcie jubileuszowego, X Jarmarku Świątecznego. Chwilę później Rynek rozświetli pokaz Teatru Ognia pt. „Magiczna Gwiazdka”. Widowisko pełne efektów wizualnych

jest jednym z najbardziej wyczekiwanych punktów programu. Zanim na scenę wkroczy główna gwiazda wieczoru, publiczność będzie mogła posłuchać jeszcze koncertów: o 18:20 – zespołu „W samo południe”, o 19 – Kingi Dankowskiej, a o 19:20 – Opalenickiej Grupy Wokalnej.

Sławomir gwiazdą soboty

Kulminacją pierwszego dnia X Jarmarku Świątecznego będzie koncert Sławomira, który rozpocznie się o godzinie 20:30. Artysta, znany z przebojów takich jak „Miłość w Zakopanem”, „Ni mom hektara”, czy też „Megiera”, słynie z żywiołowych występów i wyjątkowej więzi z publicznością. Jego charakterystyczny styl rock polo oraz humor sceniczny sprawiają, że każdy koncert zamienia się w widowisko pełne energii.

Organizatorzy przewidują, że sobotni wieczór przyciągnie rekordową liczbę uczestników. Występ Sławo-

mira będzie okazją nie tylko do wspólnego śpiewania, ale też do rozpoczęcia świątecznego sezonu w wyjątkowo radosnej atmosferze. Jarmark w Opalenicy jest jednym z nielicznych wydarzeń w regionie, które oferują koncert gwiazdy takiego formatu w otwartej, miejskiej przestrzeni.

Niedzielne atrakcje – lokalne talenty i wielki finał z Feel

Drugi dzień jarmarku, zaplanowany na niedzielę 7 grudnia, rozpocznie się o 14 występem dzieci ze Szkoły Podstawowej w Dakowach Mokrych. Chwilę później, o 14:20, na scenie pojawią się uczniowie Zespołu Szkół w Opalenicy, a o 14:40 – uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Kopankach.

Program niedzieli utrzymany jest w duchu różnorodności – o 15:10 wystąpią Wesołe Seniorki, a o 15:30 swoje umiejętności zaprezentuje UKS BRAWO Opalenica. O godzinie 16 Teatr Kurtyna odegra spektakl „Świąteczny kurier”. Kolejnym punktem będzie występ Opalenica Dance Studio o 17, a o 17:30 koncert zespołu Man'yhand.

Wieczorne granie zapoczątkuje Modesta o 18:20, a tuż po nim – o 19 wystąpi Opalenicka Orkiestra Dęta. Po tych występach nadejdzie czas na długo wyczekiwany finał jarmarku.

Ostatnim akcentem dwudniowego wydarzenia będzie koncert zespołu Feel, który rozpocznie się o go-



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Tegoroczny jubileuszowy jarmark w Opalenicy zapowiada się bardzo atrakcyjnie. Gwiazd nie zabraknie

dzinie 20. Grupa, znana z hitów takich jak m.in. „Jak anioła głos”, od lat cieszy się ogromną popularnością i potrafi stworzyć wyjątkową atmosferę podczas swoich występów.

Jak podkreśla Centrum Kultury i Biblioteki, tegoroczna edycja znów przyniesie wszystko to, co mieszkańcy kochają najbardziej: „Uroczę przedszkolaki, pełna energii szkolna młodzież, nasi niezastąpieni seniorzy, którzy udowodnią, że scena nie ma wieku!”. Na uczestników czekać będą koncerty, spektakle oraz spotkania ze św. Mikołajem, a jarmarkowe alejki wypełnią się prezentami, rękodziełem i aromatycznymi smakołykami przygotowanymi przez Koła Gospodyń Wiejskich, szkoły, stowarzyszenia i wystawców.

– Każdy znajdzie coś dla siebie – wystarczy przyjść, pospacerować,

posłuchać i posmakować! – zachęca CKiB.

Świątecznemu świętowaniu towarzyszyć będzie także bogaty pakiet dodatkowych atrakcji przygotowanych przez CKiB, jak Mikołajkowy turniej szachowy, wspólne ubieranie choinki, warsztaty robienia świątecznych stroików, a także mikołajkowe seanse filmowe. Sportowych emocji również nie zabraknie podczas Biegu „Mikołajkowa 5” w Porążynie i Biegu „Pogoń za Mikołajem” przy OsIRze.

Na stoiskach handlowych natomiast zaprezentują się szkoły, przedszkola, lokalne stowarzyszenia, Koła Gospodyń Wiejskich oraz liczni wystawcy z gminy Opalenica. W czasie trwania jarmarku prowadzona będzie również zbiórka pieniędzy na leczenie małej Igi Opały.

Jarmark świąteczny w Grodzisku Wielkopolskim już niebawem. Co przygotowują organizatorzy?

Aleksandra Glapa

W sobotę, 13 grudnia, Stary Rynek w Grodzisku Wielkopolskim wypełni się świąteczną atmosferą, muzyką i blaskiem iluminacji. Tego dnia odbędzie się Grodziski Jarmark Bożonarodzeniowy, jedno z najbardziej wyczekiwanych wydarzeń podczas okresu świątecznego, które od lat gromadzi lokalnych wystawców i wszystkich miłośników wyjątkowego świątecznego klimatu.

Stoiska, występy i spotkanie z Mikołajem

Od godziny 10 dla odwiedzających dostępne będą stoiska handlowe i gastronomiczne, warsztaty świąteczne oraz liczne animacje. Natomiast od 13 na scenie zaplanowano występy artystyczne przygotowane przez dzieci i młodzież z SP Kąkolowo, Grąblewo, Ptaszkowo, CK Rondo, Przedszkola Chatka Pu-



FOT. ANNA BĄDZIŃSKA

Tegoroczny jarmark potrwa od godz. 10 do 19. Tak świątecznie i kolorowo było rok temu

chatka, SP1, SP2, SP4, Liceum Ogólnokształcącego, Przedszkola imienia Krasnala Hałabały oraz Szkoły Niepublicznej. Podczas wydarzenia odbędzie się także spektakl iluzji „Magia świąt” w wykonaniu Piotra Szumnego, świąteczny koncert Grodziskiej Orkiestry Dętej oraz

uroczyste rozświetlenie choinki, a najmłodsi uczestnicy będą mogli spotkać się z Mikołajem. Jarmark tradycyjnie potrwa do godziny 19.

Szlachetny cel

Tegoroczna edycja wydarzenia ma szczególny wymiar, ponieważ połą-

czona jest ze zbiórką pieniędzy na rehabilitację dziewięcioletniego Szymona Branickiego. Szymon to chłopiec, który od pierwszych chwil życia udowadnia, czym jest prawdziwa siła, wytrwałość i ogromna wola walki. Urodził się jako skrajnie wcześniak, w zaledwie 26. tygodniu ciąży, i już od pierwszych dni musiał mierzyć się z poważnymi komplikacjami zdrowotnymi. Zmaga się z mózgowym porażeniem dziecięcym oraz padaczką, co znacząco wpływa na jego codzienne życie i wymaga intensywnej, systematycznej rehabilitacji.

Prawdziwy przełom w życiu Szymona nastąpił w chwili, gdy trafił pod opiekę rodziny zastępczej. To właśnie ona obdarzyła go bezwarunkową miłością, troską i pełnym wsparciem, zapewniając mu stabilność i poczucie bezpieczeństwa. Dzięki ich zaangażowaniu rozpoczęła się ogromna walka nie

tylko o zdrowie, lecz także o przyszłość chłopca. Każdy dzień Szymona to nieustanna praca: ćwiczenia ruchowe, zajęcia ogólnorozwojowe oraz nauka komunikacji alternatywnej. To wymagająca droga, która kosztuje wiele wysiłku, ale także wiąże się ze znacznymi kosztami finansowymi.

Dlatego właśnie podczas tegorocznego jarmarku każdy będzie mógł wesprzeć Szymona i pomóc mu w dalszej rehabilitacji. Na miejscu dostępna będzie specjalna skarbonka, do której można wrzucić dobrowolny datek.

Dodatkowo przygotowana zostanie wyjątkowa atrakcja, możliwość zrobienia pamiątkowego zdjęcia przy zabytkowym samochodzie w świątecznej oprawie, co pozwoli połączyć pomaganie z dobrą zabawą.

Udział w wydarzeniu to nie tylko okazja do cieszenia się wyjątkową atmosferą, lecz także szansa, by podarować Szymonowi coś bezcennego, możliwość kontynuowania leczenia i dalszego rozwoju. Wspólnie możemy sprawić, że te święta będą dla niego jeszcze bardziej wyjątkowe.

ŻYWY KARP

i inne ryby oraz duży wybór filetów mrożonych

WIELKA POMOCJA !!! 4-6 GRUDNIA !!!

● FILET Z MIRUNY B/S – ~~31,90~~ zł/kg **25,90** zł/kg

35-letnie
DOŚWIADCZENIE



ATRAKCYJNE
CENY

CHOINKI

ŚWIERKI RÓŻNE ODMIANY, JODŁY KAUKASKIE
CIĘTE I W DONICACH
POCHODZĄCE Z NASZEJ PLANTACJI!!!

ZAPRASZAMY CODZIENNIE

Poniedziałek - sobota 9:00 - 19:00, Niedziela 9:00 - 15:00

GRODZISK, UL. NOWOTOMYSKA 23

TEL. 790 400 744, 694 105 477

Mikołajki w Słocinie z paradą motocyklistów

Anna Badzińska

Sołtys Słocina wraz z radą sołectwa oraz Ochotniczą Strażą Pożarną w Słocinie zapraszają wszystkich mieszkańców i sympatyków na wyjątkowe mikołajki, które odbędą się 6 grudnia.

Motocyklowa Parada Mikołajów
Mikołajki w Słocinie rozpoczną się o godzinie 18. Jednym z najbardziej efektownych punktów tegorocznego wydarzenia będzie Motocyklowa Pa-



FOT. ANNA BADZIŃSKA

Na zdj. Moto-Mikołaje w Łąkiem. Podobnie będzie teraz w Słocinie

rada Mikołajów, która przyciągnie uwagę zarówno najmłodszych, jak i dorosłych. Motocykle ozdobione świątecznymi dekoracjami, dźwięk silników i kolorowe stroje stworzą wyjątkowy klimat i zapewnią świetny początek wieczoru. Uwaga! Motocykliści, którzy chcą wziąć udział w tej części programu, proszeni są o wcześniejszy kontakt z organizatorami pod numerem 512 788 348.

W ramach mikołajek w Słocinie nie zabraknie również muzycznej niespodzianki, która wprowadzi wszystkich w magiczny, grudniowy nastrój. Chwilę później uczestnicy wspólnie odliczą moment do jednego z najpiękniejszych punktów programu – uroczystego zapalenia lampek na choince.

Szczególne emocje z pewnością wzbudzą odwiedziny tajemniczego gościa – kto to będzie i co przygotuje, organizatorzy trzymają jeszcze w sekrecie. Dzieci mogą jednak przygotować się na uśmiechy, zabawę i prawdopodobnie... drobne upominki.

Wokół wydarzenia działać będzie również strefa gastronomiczna, w której będzie można ogrzać się ciepłym napojem i spróbować smakołyków. Tego samego dnia w sali wiejskiej odbędą się warsztaty świąteczne, podczas których dzieci będą przygotowywać ozdoby choinkowe. Obowiązują wcześniejsze zapisy (w sklepie GS w Słocinie, koszt to 10 zł).

Rozbłyśnie iluminacja i zawita wyjątkowy gość

Siedlec. Już 5 grudnia w Pszczelej Alei na najmłodszych i ich rodziców czeka niezwykle wydarzenie pełne świątecznej atmosfery. Organizatorzy zapraszają na mikołajkową zabawę, podczas której nie zabraknie animacji i spotkania z Mikołajem.



FOT. GOK SIEDLEC

Tak było rok temu podczas mikołajek w Siedlcu. To idealna okazja, by wspólnie poczuć nadchodzącą magię świąt

Aleksandra Glapa

W programie przewidziano wiele niespodzianek, które wprowadzą wszystkich w świąteczny nastrój. Odpalone zostaną iluminacje świąteczne, które rozświetlą alejkę i stworzą bajkową scenę.

Na dzieci czekać będą słodkie upominki, a dla wszystkich uczestników przygotowane zostaną animacje, zabawy oraz możliwość ogrzania się przy ognisku. Nie zabraknie również gorącej czekolady i aromatycznej świątecznej herbaty, dzięki którym nawet zimowy wieczór stanie się przyjemny.

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny, jednak obowiązuje wcześniejsza rezerwacja wejściówki. Można jej dokonać poprzez formularz dostępny na stronie organizatora: goksiedlec.pl.

Mikołajkowe spotkanie w Pszczelej Alei to doskonały sposób na rozpoczęcie grudniowego świętowania. Święty Mikołaj już czeka na wszystkie dzieci, warto więc zarezerwować miejsce i przeżyć tę magiczną chwilę razem! Nie może was tam zabraknąć.

REKLAMA

0011440009

AUTO-SERWIS

✉ tomkowiak.mhi@interia.eu

🌐 chlodnictwotransportowe.pl

Mechanika pojazdowa • Diagnostyka komputerowa

Zawieszenia - Hamulce • Filtry - Oleje wymiana

Klimatyzacja • Ogrzewanie postojowe

**PN-PT
8-18**

Naprawa
powyżej 1tys.
rejestrator jazdy
W GRATISIE



660 003 792

Grodzisk Wlkp., ul. Zdrojowa 5

📍 naprzeciwko stacji INTER-MARCHE

Świąteczny korowód znów odwiedzi mieszkańców

Granowo. Po niezwykle ciepłym przyjęciu ubiegłorocznej, pierwszej edycji korowodu, Św. Mikołaj wraz ze swoim orszakiem ponownie wyruszy w podróż po gminie! Kolorowe sanie, rozśpiewane elfy i radosny Mikołaj stworzą wyjątkową atmosferę.



W zeszłym roku orszak wywołał ogromne poruszenie i mnóstwo radości. Barwna parada dotarła do każdej wioski

Anna Badzińska

Przez cały nadchodzący weekend 6 i 7 grudnia każdy będzie miał okazję spotkać niecodziennych gości, którzy w świątecznej atmosferze obdarują uśmiechem, dobrym słowem i magią Bożego Narodzenia. 6 grudnia orszak pojawi się w miejscowościach: Januszewice - godz. 14:30, Bielawy - godz. 15:05, Separowo - godz. 15:50, Kotowo - godz. 16:30, Kąkolewo - godz. 17:15 i Granowo - godz. 18:00. W niedzielę, 7 grudnia w wioskach: Dalekie - godz. 14:30, Granówko - godz. 15:05, Zemsko - godz. 15:55, Niemierzyce - godz. 16:30, Drużyn - godz. 17 i Kubiczyn - godz. 17:35.

Za organizację wydarzenia odpowiadają Komisja ds. Kultury, Oświaty i Spraw Społecznych Rady Gminy Granowo oraz Koło Teatralne Maska. Dzięki ich zaangażowaniu mieszkańcy będą mogli wspólnie zanurzyć się w świątecznym klimacie, poczuć wspólnotę i stworzyć kolejne piękne wspomnienia.

Przygotujcie aparaty, ciepłe ubrania i przede wszystkim dobry humor – Święty Mikołaj lada moment wyruszy w drogę!

„Wygodna Stacja” zaprasza na kiermasz

Anna Badzińska

Środowiskowy Dom Samopomocy „Wygodna Stacja” w Wielichowie zaprasza na pełen świątecznego ciepła kiermasz, podczas którego każdy będzie mógł kupić piękne rękodzieło i wesprzeć integrację uczestników placówki.

Będzie można zakupić ręcznie wykonane ozdoby

ŚDP „Wygodna Stacja” w Wielichowie jest placówką wsparcia dziennego dla osób psychicznie chorych, niepełnosprawnych intelektualnie, ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi, wymagającymi wsparcia i rehabilitacji. Już niebawem przy budynku ŚDS (ul. Kościelna 2) odbędzie się wyjątkowy kiermasz świąteczny. Wydarzenie zaplanowano na czwartek, 4 grudnia.

Od godziny 10 czekać będzie pełna życzliwości, zimowego nastroju i serdecznych uśmiechów przestrzeń, w której każdy znajdzie coś dla siebie.

Na kiermaszu będzie można zakupić ręcznie wykonane ozdoby świąteczne, przygotowane z ogromnym sercem przez uczestników, a także skosztować domowych wypieków i rozgrzać się zimową herbatą. Nie zabraknie też mikołajko-



To ozdoby od serca, wykonane przez uczestników

wych niespodzianek i świątecznej muzyki, która wprowadzi wszystkich w wyjątkowy nastrój nadchodzących świąt.

To nie tylko okazja, by nabyć piękne dekoracje czy smakołyki, ale przede wszystkim - by okazać wsparcie osobom, które tworzą „Wygodną Stację”. Cały dochód z kiermaszu zostanie bowiem przeznaczony na integrację uczestników, pomagając im rozwijać swoje pasje, umiejętności i budować relacje.

REKLAMA

0011438194

POLMLEK
GRUPA POLMLEK
RODZINNYCH
I CIEPŁYCH
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA



Tu poczujesz magię świąt. Zapraszamy na Jarmark Bożonarodzeniowy

Lwówek. Świąteczny klimat, lokalni artyści, aromat pierników oraz moc atrakcji dla całych rodzin — tak zapowiada się tegoroczny Jarmark Bożonarodzeniowy. Wydarzenie odbędzie się w niedzielę, 14 grudnia, na Rynku.

Dominika Kapalka

Lwówecki jarmark rozpocznie się punktualnie o godz. 15. Wtedy nastąpi oficjalne otwarcie wydarzenia oraz przekazanie przez harcerzy z ZHP Lwówek Betlejemskiego Światła Pokoju — symbolu braterstwa, pojednania i nadchodzących świąt.

Już chwilę później na scenie pojawią się najmłodszy artyści. O godz. 15:15 wystąpią przedszkolaki ze Lwówka, a o 15:35 — dzieci z przedszkola w Brodach. Mali wykonawcy co roku przyciągają na Rynek wielu

mieszkańców, a ich występy tradycyjnie wprowadzają publiczność w świąteczny nastrój.

Spektakl i koncerty

O godz. 16 zaplanowano pokaz zespołów tanecznych Błyskotki, które znane są z energicznych choreografii i barwnych wystąpień.

Następnie, o 16:20, dzieci będą mogły obejrzeć świąteczny spektakl przygotowany przez Teatr Mozaika. To propozycja pełna humoru i interakcji, idealna dla całych rodzin. O godz. 17 na scenie pojawi się Witold Żuromski z koncertem „Świąt Weso-

łych Życzę Wam”. Chwilę później — o godz. 18 — wystąpią uczestnicy warsztatów wokalnych w MGOK Lwówek (lista wykonawców zostanie potwierdzona w najbliższych dniach).

Wieczór zakończy koncert zespołu Lwówianki, który rozpocznie się o godz. 18:30 i potrwa do zamknięcia jarmarku o godz. 19.

Świąteczne atrakcje

Poza programem artystycznym na mieszkańców i gości będzie czekać cała strefa atrakcji, a w niej: stoiska z produktami świątecznymi i lokalnym rękodziełem, sprzedaż choinek, tradycyjny barszcz, pierogi, grzane wino, spotkanie z Gwiazdorem, świąteczna kolejka, przejażdżki bryczką konną, klimatyczne ognisko, fotobudka z zimowymi dekoracjami.

Jarmark potrwa cztery godziny, ale jak zapewniają organizatorzy — atrakcji wystarczy, by każdy, niezależnie od wieku, znalazł coś dla siebie.



Na uczestników czekać będzie bogaty program artystyczny, tradycyjne stoiska i wyjątkowe świąteczne niespodzianki



W Lwówku dzieci z pewnością nie będą się nudzić. Atrakcji dla całych rodzin nie zabraknie

REKLAMA

0011439149



Tradycja ze smakiem...

Życzymy Wszystkim Wesołych Świąt

WALDI

ZAKŁADY MIĘSNE



➤ *Nasze wyroby produkowane są wg. starych receptur i tradycji na bazie naturalnych przypraw i specjalnie wyselekcjonowanych mieszanek przyprawowych.*

➤ *Świeże mięso pozyskujemy z własnej ubojni.*

➤ *Bułczanka grodziska, salceson ozorowy grodziski, pasztetowa grodziska i kielbasa grodziska - po zatwierdzeniu przez MRiRW, zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych.*

Na listę wpisywane są produkty, których jakość lub wyjątkowe cechy i właściwości wynikają ze stosowania tradycyjnych metod produkcji od ponad 30 lat.

ZAPRASZAMY DO NASZYCH SKLEPÓW

- Sklep firmowy nr 1 - ul. Powst. Chocieszyńskich 97, Grodzisk Wlkp.
- Sklep firmowy nr 2 - ul. Powst. Chocieszyńskich 11, Grodzisk Wlkp.
- Sklep firmowy nr 3 - os. Wojska Polskiego (butiki), Grodzisk Wlkp.
- Sklep firmowy nr 4 - plac Powst. Wielkopolskich 30, Rakoniewice
- Sklep firmowy nr 5 - ul. Poznańska 25, Nowy Tomyśl
- Sklep firmowy nr 6 - ul. Ogrodowa 1, Grodzisk Wlkp.
- Sklep firmowy nr 7 - ul. Dworcowa 2, Kargowa
- Sklep firmowy nr 8 - ul. Swoboda 21, Poznań
- Sklep firmowy nr 9 - ul. Głogowska 13, Świebodzin
- Sklep firmowy nr 10 - ul. Targowisko, Świebodzin
- Sklep firmowy nr 11 - ul. Mostowa 4b, Zbąszyń
- Sklep firmowy nr 12 - ul. Poznańska 13, Trzciel
- Sklep firmowy nr 13 - ul. Sienkiewicza 27, Opalenica
- Sklep firmowy nr 14 - ul. Słowackiego 9C/2, Wolsztyn
- Sklep firmowy nr 15 - ul. Rakoniewicka 2A, Wielichowo
- Sklep firmowy nr 16 - ul. Poczтовая 2E, Pniewy
- Sklep firmowy nr 17 - ul. Niegolewskich 13, Poznań
- Sklep firmowy nr 18 - ul. Batorowska 56, Skórzewo
- Sklep firmowy nr 19 - ul. Grotkowska 2, Poznań
- Sklep firmowy nr 20 - ul. 1 Maja 10, Sulechów



Od listopada 2017 r. Zakład posiada Unijny Certyfikat ChOG (Chronione Oznaczenie Geograficzne) dla Kielbasy Białej Parzonej Wielkopolskiej

OD PONAD 30 LAT

GWARANTOWANA TRADYCYJNA SPECJALNOŚĆ

WALDI Zakłady Mięsne, Ptaszkowo 1A, 62-065 Grodzisk Wielkopolski

tel./fax +48 61 44 21 172, e-mail: biuro@waldigrodzisk.com

Warto się wybrać i wesprzeć szczytny cel

Boruja Kościelna. 5, 7 i 9 grudnia w Wiejskim Domu Kultury odbędą się m.in. pieczenie pierników i spotkanie z Mikołajem, świąteczny kiermasz oraz Pchli Targ, a także warsztaty makramy dla najmłodszych. Wydarzenia połączone są z akcją charytatywną na rzecz Igi.



FOT. DOMINIKA KAPKA

Dominika Kapka

Świąteczny kiermasz w Borui Kościelnej odbędzie się 7 grudnia, w godzinach 13-17. To doskonała okazja, by poczuć magię nadchodzących świąt i zaopatrzyć się w wyjątkowe prezenty. Na odwiedzających czekać będzie też Pchli Targ, na którym będzie można znaleźć oryginalne upominki, zabawki, przedmioty użytkowe oraz inne drobiazgi z duszą. Osoby zainteresowane wystawieniem swojego stoiska proszone są o kontakt pod numerem telefonu 600 247 117 (do 3 grudnia).

Wydarzenia połączone są z akcją charytatywną na rzecz Igi, dzięki czemu świąteczna radość idzie w parze z pomocą innym

Podczas wydarzenia działać będzie słodka kawiarenka z domowymi wypiekami, przygotowanymi specjalnie na tę okazję, a także niespodzianka - zupa przygotowana przez Szymona

Siude, znanego w regionie z wyjątkowego podejścia do kuchni.

W trakcie kiermaszu wystąpi zespół „W Samo Południe”. Organizatorzy przewidzieli także zbiórkę dla Igi Opały, na jej leczenie i rehabilitację.

To jednak nie wszystkie atrakcje, które czekają na mieszkańców na początku grudnia. 5 grudnia o godzinie 17 odbędzie się coroczne pieczenie pierników i spotkanie z Mikołajem. Program obejmuje pieczenie i dekorowanie pierników, tworzenie papierowych ozdób, ubieranie choinki oraz spotkanie z Mikołajem. Uczestnicy powinni zabrać ze sobą wałek, foremki, fartuszek i ozdoby do pierników. Udział jest bezpłatny, można jednak przekazać datkę dla Igi Opały. Zapisy przyjmowane są do 3 grudnia pod numerem telefonu 510 410 345.

Natomiast 9 grudnia o godzinie 17 w Wiejskim Domu Kultury odbędą się warsztaty świąteczne z makramy dla dzieci do lat 7. Prowadząca - pani Emilia - przyjmie maksymalnie 15 uczestników. Koszt warsztatów wynosi 25 zł, które zostaną wrzucone do puszek dla chorej Igi z zespołem Retta. Zapisy również pod numerem telefonu 600 247 117.

W Starym Widzimiu uroczyste zapalą choinkę

Aleksandra Glapa

Mikołajki w Starym Widzimiu zapowiadają się wyjątkowo radośnie i świątecznie. Rada Rodziców Szkoły Podstawowej w Starym Widzimiu wraz z OSP, KGW oraz sołectwo zapraszają wszystkich mieszkańców na rodzinne wydarzenie, które odbędzie się 7 grudnia w sali wiejskiej. Organizatorzy przygotowali bogaty program, w którym każdy znajdzie coś dla siebie.

Kiermasze i nie tylko

W godzinach od 12 do 17 na uczestników czekać będą trzy świąteczne kiermasze: ozdób, ciast oraz książek o tematyce bożonarodzeniowej i nie tylko. To doskonała okazja, aby zakupić wyjątkowe dekoracje, spróbować domowych wypieków i znaleźć ciekawą lekturę, a jednocześnie wesprzeć lokalną społeczność. O godzinie 13 na scenie pojawią się przedszkolaki, które zaprezentują swoje świąteczne występy przygotowane specjalnie na tę okazję. Natomiast o 15:30 publiczność obejrzy występy uczniów klas I-III.

Najbardziej wyczekiwany moment dnia będzie wizyta Świętego Mikołaja, zaplanowana od 14 do 15:30. Mikołaj wręczy dzieciom drobne upominki, a animacje prowadzone przez Fabrykę Zabawy dodatkowo umiłą wspólny czas.



FOT. PIXABAY

Do Starego Widzimia przyjedzie też Mikołaj (zdj. ilustracyjne)

Kulminacyjnym punktem wydarzenia stanie się uroczyste zapalenie choinki oraz świątecznych iluminacji przy sali wiejskiej. Akcja rozpocznie się o 16:30 i potrwa do 17, wprowadzając wszystkich w prawdziwie bożonarodzeniowy nastrój. Pięknie udekorowane drzewko i świetlne ozdoby stworzą idealną przestrzeń do wspólnych zdjęć.

Dodatkowe atrakcje, takie jak dekorowanie pierników, popcorn i wata cukrowa, będą dostępne przez całe popołudnie.

REKLAMA 0011438871

Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia oraz zbliżającego się Nowego Roku składamy Państwu najserdeczniejsze życzenia spokoju, radości i wzajemnej życzliwości. Niech ten wyjątkowy czas będzie okazją do odpoczynku oraz spotkań w gronie najbliższych, a Nowy Rok przyniesie pomyślność, zdrowie i możliwość realizacji wszystkich planów.

Przewodniczący Rady Powiatu Grodzkiego
/-/ Sebastian Skrzypczak

Starosta Grodzki
/-/ Mariusz Zgaiński

Boże Narodzenie 2025

REKLAMA 0011438866

Z okazji

ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA

życzymy Państwu

zdrowia, spokoju i rodzinnego ciepła.
Niech Nowy Rok przyniesie pomyślność i siłę do wspólnego budowania naszej społeczności. Myślami jesteśmy przy osobach samotnych i tych, którzy te Święta spędzają z dala od rodzinnych stron, życząc im troski ze strony sąsiadów, przyjaciół, a także pokoju, nadziei i poczucia bliskości.

Przewodnicząca Rady Miejskiej
/-/ Anna Koza

Burmistrz Grodziska Wielkopolskiego
/-/ Piotr Hojan

REKLAMA

0011437838

SALA BANKIETOWA www.pasja-krzemieniewo.pl

Pasja

**CATERING ✦ KOMUNIE ✦
WESELA OSIEMNASTKI
I INNE IMPREZY
OKOLICZNOŚCIOWE**

SALA BANKIETOWA DO 120 OSÓB
I KAMERALNA DO 40 OSÓB
DUŻY NAMIOT BANKIETOWY
W OGRODZIE DO 120 OSÓB
ORAZ BISTRO DO 30 OSÓB

ul. Dworcowa 102, Krzemieniewo
☎ 608 710 987
✉ biuro@pasjakrzemieniewo.pl
f [SalaBankietowaPasja](https://www.facebook.com/SalaBankietowaPasja)

Wesołych Świąt

REKLAMA

0011438602

*Najserdeczniejsze życzenia
szczęśliwych i radosnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz wszelkiej pomyślności i sukcesów
w nadchodzącym roku
wraz z podziękowaniami
za dotychczasową współpracę
składają*

właściciele firmy

WOGA®

64-200 Wolsztyn, Niałek Wielki 128
Oddział Nowe Kramsko, ul. Przy lotnisku 9
www.woga.pl

REKLAMA

0011438401

KOMA – CENTRUM OGRODNICZE MARIA KOTECKA

**polecamy JODŁY I CHOINKI
ŻYWE I SZTUCZNE,
CIĘTE I W DONICY**

Ozdoby świąteczne :

Stroiki, Lamety, Girlandy, Bombki, Lampki choinkowe, stojaki do choinek

Artykuły świąteczne • Dodatki do stroików

**Proponujemy również artykuły
dla zwierząt oraz wędkarskie**

**Zapraszamy:
PN-PT 9.00-18.00
SOB 8.00-14.00, ND handlowe 9.00-15.00**



CENTRUM OGRODNICZE

Opalenica, ul. Zamkowa 33, tel: 61 44 77 645

Mikołaje znów przemaszczą ulicami. Będzie się działo!

Bukowiec. Świąteczne spotkanie z mieszkańcami oraz IV Marsz Mikołajów zapowiadają się jako jedno z bardziej nastrojowych wydarzeń w regionie. Barwny korowód, pełne emocji występy, wspólne kolędowanie już 13 grudnia.

Dominika Kapalka

Impreza rozpocznie się o godzinie 14 barwnym Marszem Mikołajów, który wyruszy sprzed Wiejskiego Domu Kultury. Organizatorzy zachęcają do przebrania się za Świętego Mikołaja lub założenia czerwonej mikołajkowej czapki oraz udekorowania domów znajdujących się przy trasie przejścia korowodu, aby cała wieś rozbłysła świątecznym światłem i podkreśliła wyjątkowy klimat marszu. Wydarzenie uświetnią szczudlarze, kapela oraz inni goście.

Świąteczne spotkanie z mieszkańcami

Po zakończeniu marszu uczestnicy przeniosą się na Świąteczne spotkanie z mieszkańcami. Program wydarzenia obejmuje liczne atrakcje skierowane do osób w każdym wieku. W Bukowcu pojawi się Święty Mikołaj, który tradycyjnie spotka się z dziećmi i wręczy im upominki.

Na scenie zaprezentują się dzieci i młodzież z Bukowca, przygotowując świąteczne widowiska muzyczne i artystyczne. Nie zabraknie również tradycyjnych elementów takich jak wspólne dzielenie się opłatkiem

oraz uroczyste odpalenie świątecznej choinki.

Swoje stoiska przygotują Koło Gospodyń Wiejskich oraz Szkoła Podstawowa w Bukowcu. Mieszkańcy będą mogli zakupić ręcznie wykonywane ozdoby świąteczne, a także skosztować przygotowanych przez organizatorów potraw. Dla wszystkich uczestników przewidziano gorącą czekoladę, barszcz wigilijny i ciasto.

W ramach wydarzenia odbędą się również trzy koncerty i widowiska. Zaprezentuje się zespół OJEJ, będzie można zobaczyć jasełka w wykonaniu Koła Gospodyń Wiejskich „Ach te Baby!” i posłuchać kapeli podwórkowej „Z Kopyta”.

Dodatkową atrakcją będzie oferta przygotowana przez Frakcję Leszy, która zaprosi chętnych do udziału w aktywnościach na strzelnicy sportowej.

Warto dodać, że wydarzenie jest współfinansowane z budżetu gminy Nowy Tomysl.



FOT. AMELIA MAZUREK

W tym roku tradycja jest kontynuowana jako Świąteczne spotkanie z mieszkańcami połączone z IV Marszem Mikołajów

REKLAMA

0011439166



BIFOCAL
OPTYK DYPLOMOWANY

Niedowidzisz?

BEZPŁATNE

BADANIE WZROKU

ul. 5 stycznia 38; Wolsztyn; 68 347 08 49

Naszym Klientom oraz Partnerom z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku pragniemy życzyć wielu radosnych i ciepłych chwil spędzonych w gronie Najbliższych. Niech czas Świąt przyniesie ukojenie oraz pozwoli z nadzieją spojrzeć w przyszły Rok.

Optyk Bifocal

GUCCI

PRADA

Chloé



MARKOWE OKULARY

BURBERRY BOTTEGA VENETA

Alexander McQUEEN

EMPORIO ARMANI

YVES SAINT LAURENT

DOLCE & GABBANA

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

REKLAMA

0011438195

OFERTA SPECJALNA

w sklepach firmowych

POLMLEK **FORTUNA** **LACPOL®**

Ulubione produkty z Polmleku, Fortuny i wolsztyńskiego Lacpolu

SUPER NISKA CENA!

0,99 zł / szt.

Mus Kids Fortuna 4 smaki

0,99 zł / szt.

Nektar Karotka banan 300ml

2,99 zł / szt.

syrop malinowy z nutą korzenną Fortuna 440 ml

Oferta ważna do wyczerpania zapasów

3,85 zł / szt.

Twaróg półtłusty kostka formowany

8,99 zł / szt.

Twaróg Sernikowy Polmlek 1 kg

3,39 zł / szt.

Mleko świeże 2%

3,59 zł / szt.

Mleko świeże 3,2%

Promocyjne ceny!

12,99 zł / szt.

Ser Gouda w plastrach 500g

Polecamy również szeroką gamę serów: dojrzewających, smażonych, pleśniowych.

Zapraszamy do współpracy wszystkie podmioty prowadzące działalność gospodarczą (sklepy, restauracje, kawiarnie itp.) Szczegółowy cennik hurtowy w Sklepie Firmowym nr 5, ul. Żeromskiego 16, 64-200 Wolsztyn.

**TU
JESTEŚMY!**

Adresy placówek, w których obowiązuje oferta:

- Sklep nr 1 ul. Mossego 9 w Grodzisku Wlkp.
- Sklep nr 2 ul. Wawrzyniaka 12 w Grodzisku Wlkp.
- Sklep nr 5 ul. Żeromskiego 16 w Wolsztynie
- Sklep nr 8 ul. 3 Maja 10 w Opalenicy

JOGURTY Z POLMLEKU

3,49 zł / szt.

Jogurty z musli Polmlek 210 g różne smaki

Mikołajki połączone ze zbiórką dla dzieci

Wielichowo. W niedzielę, 7 grudnia, na Rynku odbędzie się doroczne „Spotkanie z Mikołajem”. Jak co roku przygotowano wiele atrakcji, zwłaszcza dla najmłodszych. Podczas wydarzenia odbędzie się również zbiórka na rzecz domów dziecka w Lipnicy i Otorowie.

Anna Badzińska

Święta Bożego Narodzenia to bez wątpienia najbardziej magiczny czas w roku. Towarzyszą mu liczne tradycje, rodzinne spotkania oraz niezwykle nastroj, który wypełnia miasta i nasze domy. Ulice rozświetlają się wtedy tysiącami świateł, a grudniowy chłód przynosi ze sobą atmosferę oczekiwania.

W tym roku świąteczny klimat pojawi się w Wielichowie już 7 grudnia, kiedy to tradycyjnie odbędzie się spotkanie ze Świętym Mikołajem.

Mikołajkowe atrakcje rozpoczną się punktualnie o godzinie 15. Na Rynku stanie świąteczny kiermasz, pełen rękodzieła i lokalnych wyrobów, od ozdób choinkowych, przez dekoracje stołów, po drobne upominki.

O godzinie 16 rozbrzmi świąteczna iluminacja. Na scenie zaprezentują się m.in. cheerleaderki – energiczne grupy taneczne działające przy Centrum Kultury w Wielichowie. Wystąpi także zespół GroBrass, który zadba o muzyczną oprawę wydarzenia.



Mikołajkowe atrakcje w Wielichowie rozpoczną się punktualnie o godzinie 15

nia i wprowadzi publiczność w jeszcze bardziej radosny nastrój.

Kulminacyjnym punktem programu będzie wizyta Św. Mikołaja, zaplanowana na godz. 17. Najważniejszy gość tego dnia z pewnością nie przyjdzie z pustymi rękami – tradycyjnie obdaruje najmłodszych słodkimi upominkami. Dodatkowo na wszystkich uczestników wydarzenia czekać będą kawa, herbata oraz gorąca czekolada.

Podczas wydarzenia odbędzie się również zbiórka na rzecz domów dziecka w Lipnicy i Otorowie. W specjalnie przygotowanym namiocie OSP Zielęcina, w godz. od 15 do 18, będzie można pozostawić słodkie oraz środki czystości.

„Bajkowa Kraina” zaprasza na jarmark

Anna Badzińska

Zbliża się Boże Narodzenie, a wraz z nim tradycyjne kiermasze pełne rękodzieła, świątecznych ozdób i domowych smakołyków. Przedszkole „Bajkowa Kraina” w Granowie serdecznie zaprasza wszystkich mieszkańców na Jarmark Bożonarodzeniowy, który odbędzie się w niedzielę, 7 grudnia, w sali gimnastycznej Zespołu Szkolno-Przedszkolnego.

Świąteczne stoiska

Na stoiskach przygotowanych przez dzieci, rodziców i nauczycieli będzie można znaleźć przepiękne, ręcznie wykonane ozdoby, bombki, stroiki oraz wiele innych wyjątkowych produktów, które mogą stać się niepowtarzalną dekoracją każdego domu. Zakup tych wyjątkowych rzeczy to nie tylko szansa na znalezienie oryginalnych prezentów, ale także możliwość bezpośredniego wsparcia działalności przedszkola i jego codziennych potrzeb.

Podczas jarmarku nie zabraknie także pysznych, domowych wypieków i innych świątecznych przysmaków, które pozwolą poczuć wyjątkowy smak nadchodzących świąt.

Najmłodsi uczestnicy wydarzenia będą mogli w pełni cieszyć się świąteczną atmosferą. Organizatorzy przygotowali dla dzieci tematyczne



Impreza, organizowana przez przedszkole, to już tradycja

animacje, zabawy oraz spotkanie z Mikołajem. Dodatkową atrakcją będzie przedstawienie teatralne, które wprowadzi wszystkich w bożonarodzeniowy nastrój. Jarmark będzie trwał od godziny 10 do 13.

Zaplanowano też jasełka

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Granowie już dziś zaprasza także wszystkich mieszkańców na jasełka, które zostaną wystawione w sali gimnastycznej 5 stycznia. Początek o godzinie 16.

REKLAMA

0011433991

Dąbex
WYTWÓRNIA PARKIETÓW

Z okazji nadchodzących Świąt życzymy Państwu, aby czas Bożego Narodzenia upłynął w zdrowiu, radości oraz ciepłej, rodzinnej atmosferze. Niech nadchodzący 2026 rok przyniesie spokój, pomyślność i spełnienie marzeń.

zyczą właściciele oraz zespół
Dąbex

REKLAMA

0011437401

Przychodnia Lekarzy Rodzinnych i Specjalistów „HIPOKRATES”
Barbara Szymańska i Partnerzy
Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przychodnia prowadzi wszystkie usługi POZ, w szczególności nw. świadczenia:

1. **Lekarze POZ** – od 8.00-18.00 wg określonego harmonogramu

- Barbara Szymańska – spec. medycyny rodzinnej lekarz internista
- Joanna Szymańska – spec. medycyny rodzinnej
- Laureatka tytułu „Lekarz Rodzinny Roku 2017” w Powiecie Nowotomyskim w Plebiscycie Hipokrates Wielkopolski Głosu Wknp.**
- Andrzej Śmiałek – specjalista pediatrii
- Paula Lewicka – specjalista medycyny rodzinnej
- Magdalena Hołubiec – pediatra
- Natalia Stróżyk – specjalista medycyny rodzinnej

– Ewa Kupś-Kaczmarek – lekarz rodzinny

2. **Pielęgniarki POZ / środowiskowo-rodzinne:** Iwona Bartkowiak, Grażyna Kańduła, Romualda Śmierchalska, Stefania Szydłowska

3. **Położne POZ / środowiskowo-położne:** Marzena Garczarek, Danuta Żarna

4. **Pielęgniarki higieny szkolnej** – 4 pielęgniarki

5. **Poradnia dzieci zdrowych** – 3 pielęgniarki

6. **Gabinet zabiegowy POZ** – 3 pielęgniarki

7. **Pielęgniarki opieki długoterminowej** – 2 pielęgniarki

8. **Rejestracja POZ** - tel. 614 476 650, 508 876 873

9. **Prowadzimy przychodnię filialną POZ w Dakowach Mokrych**

Zapisy na szczepienia HPV pod nr tel. 530 510 171

Prowadzimy edukację przedporodową szkoła rodzenia, tel. 693 250 171

Wykonujemy szczepienia zalecane i obowiązkowe, profilaktycznie wraz z zapewnieniem szczepionek.

Ambulatoryjna Opieka Specjalistyczna

Poradnie Specjalistyczne w ramach NFZ – położnictwo i ginekologia, dermatologia i wenerologia, otolaryngologia, urologia, neurologia, chirurgia ogólna, ortopedia, we współpracy ze „ZDROWIE” poradnia okulistyczna, pracownia radiologiczna – rtg, **tel. 601 575 606**

Poradnie specjalistyczne komercyjne: kardiologiczna, położnictwa i ginekologii, dermatologiczna chirurgii ogólnej, ortopedii, **tel. 614 476 947**; urologii, **tel. 693 250 171**; okulistyki, **tel. 507 179 607** neurologii, diabetologiczna, **tel. 614 476 947**

Należymy do placówek medycznych o jak najwyższych nakładach na badania profilaktyczne i diagnostyczne.
Deklaracje przyjmuje rejestracja.

- System zarządzania jakością 9001-2008;
- Najbardziej Przyjazna Przychodnia – II miejsce w Wielkopolsce za 2015 r.;
- Profesjonalnie prowadzona poradnia dzieci zdrowych wraz z doskonałymi warunkami infrastruktury;
- Bardzo doświadczony personel
- Wokół przychodni liczne miejsca parkingowe.

REKLAMA

0011439467



NAJWIĘKSZY OGRÓD WYSTAWOWY W WIELKOPOLSCE

Przesła, Bramy, Furtki

Kostka ogród wystawowy o pow. 500 m²



Budmat.

JONIEC

DREWBET
WYKONANIE ZŁOŻEŃ Z DREWNA

Projekt gratis od 150 m²

zps Kaczmarek
SPRZEDAŻ I MONTAŻ

Projekt gratis od 120 m²

BRUK-BET

Polbruk

PROMOCJA ŚWIĄTECZNA DO 24.12.2025 na wszystkie pustaki ogrodzeniowe -10%

- ➔ **USŁUGI TRANSPORTOWE WYWROTKĄ**
- ➔ **SPRZEDAŻ BETONU, ŻWIRU I PIASKU W KONKURENCYJNYCH CENACH Z TRANSPORTEM**
- ➔ **WIZUALIZACJE 3D OGRODZENIA ZA DARMO**
- ➔ **PROFESJONALNE USŁUGI BRUKARSKIE WRAZ Z DORADZTWE**

Z okazji świąt **Bożego Narodzenia** oraz zbliżającego się **Nowego Roku** pragniemy złożyć
Naszym Klientom i Przyjaciołom serdeczne życzenia, dużo sukcesów, radości, uśmiechów.



BETON
TOWAROWY



USŁUGI
TRANSPORTOWE
WYWROTKĄ



MARKET „TADOS” STĘSZEW, ul. Dąbrowskiego 5
tel. 61 819 56 00, kom. 507 077 757; market@tados.info.pl

ZAPEWNIAMY:

- doradztwo
- sprzedaż ratalną

- transport i rozładunek HDS
- płatność kartami płatniczymi

- miłą obsługę

REKLAMA

0011440430



PHU Przemysław Szyszka
Sprzedaż węgla / Transport materiałów sypkich

Zajmujemy się sprzedażą detaliczną jak i hurtową.

Orzech Polski 1600 zł
Orzech Import 1150 zł
Groszek Plus 1150 zł

Dowóz przy zakupie 1 tony gratis do 15km
Przy zakupie 2t do 30km gratis

Świeże dostawy węgla co tydzień z polskich kopalni

Na życzenie klienta jest możliwość zaworkowania towaru.

W OFERCIE
brykiet torfowy i pellet drzewny

FIRMA GODNA ZAUFANIA 2020
FIRMA GODNA ZAUFANIA GOLD 2020
FIRMA GODNA ZAUFANIA 2021
FIRMA GODNA ZAUFANIA 2021

Zapewniamy ciągłość dostaw. Prowadzimy również sprzedaż hurtową - zapraszamy do współpracy. Prowadzimy bezpośredni transport towarów zakupionych w e-sklepie PGG

603 199 033
65 549 83 71

Bucz, ul. Kościelna 18
64-234 Przemęt

fb.com/PHUSzyszka
phuszyszka18@wp.pl

Kamienie ozdobne do ogrodu

Grys Zielony	Kora Kamienna
Grys Kora Kamienna	Kamień Janowicki
Grys Różowy	Grys Granitowy
Grys Bazaltowy	Grys Biała Marianna
Szpilki / Płyty Gnejs	Otoczak Zielony

Na specjalne życzenie możemy sprowadzić inne kamienie ozdobne

REKLAMA

0011440295

Życzenia radosnych Świąt Bożego Narodzenia, odpoczynku w rodzinnym gronie oraz pasma sukcesów i spełnienia najskrytszych marzeń w nadchodzącym Nowym Roku składa

METALSKUP Sp

Stary Widzim 28A
64-200 Wolsztyn





Wspólne strojenie choinki i darmowy seans w Bolewicach

Dominika Kapałka

Już 6 grudnia w Bolewicach odbędzie się wyjątkowe wydarzenie, które z pewnością doskonale wprowadzi najmłodszych mieszkańców w świąteczny nastrój. Sołtys oraz Rada Sołecka zapraszają dzieci na mikołajki pełne atrakcji. W programie: spotkanie ze Świętym Mikołajem, wspólne ubieranie choinki oraz bezpłatny seans w „Kinie za Rogiem”. To idealna okazja, aby rozpocząć grudniowe przygotowania do świąt w atmosferze radości i wspólnej zabawy.

Przyniesienie ozdoby

Mikołajki to jedno z najbardziej wyczekiwanych wydarzeń w roku, szczególnie przez dzieci. W tym roku w Bolewicach odbędą się one 6 grudnia o godzinie 16. Zbiórka zaplanowana została przed salą wiejską, skąd najmłodsi uczestnicy wyruszą na spotkanie pełne niespodzianek i świątecznej magii.

Organizatorzy - sołtys i Rada Sołecka - zadbali o to, aby program wydarzenia był atrakcyjny i angażujący dla wszystkich dzieci. Centralnym punktem będzie oczywiście spotkanie ze Świętym Mikołajem, który tradycyjnie odwiedzi najmłodszych. To doskonała okazja, aby zrobić pamiątkowe zdjęcie i poczuć magię grudniowych świąt.

Jednym z najciekawszych elementów wydarzenia będzie wspólne strojenie świątecznej choinki. Organizatorzy zachęcają, aby dzieci przyniosły własne ozdoby - ręcznie robione bombki, papierowe łańcuchy czy inne dekoracje przygotowane w domu lub szkole. Po spotkaniu z Mikołajem i udekorowaniu choinki dzieci zostaną za-



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI/POLSKA PRESS GRUPA

Wspólne ubieranie choinki to także świetna okazja, aby spędzić czas razem

proszone na specjalny, darmowy seans filmowy w „Kinie za Rogiem” w Bolewicach.

To prezent od organizatorów, którzy chcą, by mikołajkowy dzień zakończył się dla dzieci w wyjątkowy sposób - spokojnie, radośnie i w gronie rówieśników. Projekcja będzie dopasowana do wieku najmłodszych widzów, co dodatkowo podkreśli rodzinny charakter wydarzenia.

Wydarzenie jest otwarte dla wszystkich dzieci, a udział w nim jest całkowicie bezpłatny. Mikołajki w Bolewicach organizowane są przy współpracy z Lasami Państwowymi oraz „Kinem za Rogiem”, które od lat wspiera lokalne inicjatywy.

REKLAMA

0011440207

Życzymy Wam zdrowych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.

Niech ten czas spędzony w gronie najbliższych
napełni Wasze serca spokojem i radością.
Niech błogosławieństwo Bożego Dzieciątka
towarzyszy Wam przez całe Wasze życie,
a szczerze i najpiękniejsze
Bożonarodzeniowe życzenia
spełniają się w każdym momencie.

życzy

Z.W. LINDA

64-200 Wolsztyn
ul. Asnyka 11
tel. 729 880 677



III Charytatywny Bieg Mikołajkowy dla Blanki i wiele innych propozycji

Wroniawy. 6 grudnia przed remizą OSP odbędzie się tegoroczna edycja mikołajek, której bohaterką będzie 3-letnia Blanka Olszewska. Całodniowe wydarzenie połączone jest ze zbiórką środków na jej leczenie i rehabilitację.

Aleksandra Glapa

Sportowe emocje rozpoczyna się na Stadionie KS Sokół Wroniawy, gdzie odbędzie się III Charytatywny Bieg Mikołajkowy dla Blanki. Biuro zawodów zostanie otwarte o 12, a start biegu zaplanowano na 13. Na uczestników czekają różne kategorie wiekowe i dystanse: dzieci do 6 lat - 150 m, 7-9 lat - 250 m, 10-14 lat - 600 m, open - 3 km, nordic walking - 3 km.

Mile widziane świąteczne przebrania, im więcej Mikołajów na starcie, tym lepiej!

Opłata startowa wynosi 20 zł dla dzieci do 14 lat oraz 50 zł dla pozostałych uczestników. Całość zasilą zbiórkę dla Blanki. Każdy biegacz otrzyma pamiątkowy medal i drobny upominek. Zapisy dostępne są na stronie www.ospwroniawy.pl.

Na godzinę 16 zaplanowano uroczyste odpalenie choinki!

Tradycyjnym punktem mikołajek będzie wspólne rozświetlenie choinki przed remizą OSP. To moment, który co roku gromadzi mieszkańców i wprowadza wszystkich

w świąteczny nastrój. Po odpaleniu choinki uczestnicy przeniosą się do sali wiejskiej, gdzie czekać będzie moc propozycji dla dzieci i dorosłych: książka-niespodzianka od Biblioteki Publicznej, animacje dla najmłodszych, spotkanie ze Świętym Mikołajem, licytacje i cegiełki na rzecz Blanki, fotobudka i świąteczna ścianka zdjęciowa, warsztaty kreatywne, koncert Kapeli Grobrass, bogaty bufet, w którym serwowane będą: pierogi, ciasta, pierniki, kawa, grzane wino i ciepłe posiłki.

Rodzinna atmosfera, muzyka na żywo i wspólna pomoc to wszystko stworzy wyjątkowy klimat tej lokalnej tradycji.

Możesz pomóc jeszcze bardziej!

Organizatorzy przyjmują nowe, nieużywane przedmioty na licytację i cegiełki. Można je przekazywać w każdą środę od 19:30 w remizie OSP Wroniawy lub po wcześniejszym kontakcie telefonicznym: +48 667 182 228.



FOT. PIXABAY

Po odpaleniu choinki uczestnicy przeniosą się do sali wiejskiej, gdzie czekać będzie m.in. spotkanie z Mikołajem (zdj. ilustracyjne)

Wroniawy, Biblioteka Publiczno-Szkolna, Koło Gospodyń Wiejskich, KS Sokół Wroniawy, Rada Rodziców, Rada Sołecka oraz Sołtys Lucyna Lisowska.

szym kontakcie telefonicznym: +48 667 182 228. W organizację wydarzenia zaangażowały się liczne lokalne instytucje, w tym Aktywne Wroniawy, SP

REKLAMA

0011439449



visionoptyk®

Blżej Ciebie

TNIEMY CENY NA PÓŁ

*szczegóły w wybranych salonach VisionOptyk

BADANIE WZROKU W CENIE

NOWY TOMYŚL
MICKIEWICZA 7
tel. 782 222 777

GRODZISK WLKP.
SZEROKA 2
tel. 726 677 222

OPALENICA
RYNEK 23
tel. 697 777 766

Doskonała szansa na przekazanie marzeń

Rakoniewice. Już 6 grudnia najmłodszych mieszkańców czeka spotkanie ze Św. Mikołajem w Hali Widowiskowo-Sportowej. W programie mnóstwo świątecznych zabaw, animacji i możliwość osobistej rozmowy z wyjątkowym gościem.



Organizatorzy serdecznie zapraszają wszystkie dzieci wraz z rodzicami do udziału w świątecznym spotkaniu

Anna Badzińska

Grudzień to wyjątkowy miesiąc w roku, pełen przygotowań, świątecznych dekoracji i rodzinnej atmosfery. W całym powiecie grodzkim odbędą się wiele imprez świątecznych, a mieszkańcy Rakoniewic już 6 grudnia będą mogli wziąć udział w specjalnym wydarzeniu - spotkaniu ze Świętym Mikołajem.

Impreza odbędzie się w Hali Widowiskowo-Sportowej, w godz. od 16 do 18. Podczas wydarzenia najmłodszy będą mogli uczestniczyć w animacjach i tańcach, spróbować szczęścia przy mikołajkowym kole fortuny, a także wykazać się kreatywnością podczas tworzenia własnych ozdób świątecznych. Dzieci będą mogły pomalować twarze, zrobić brokatowe tatusze zimowe oraz skręcać kolorowe baloniki. Nie zabraknie również fotobudki oraz dmuchańców, które zapewnią dodatkową radość i zabawę. Każdy maluch będzie miał także okazję napisać list do Świętego Mikołaja i osobiście przekazać swoje marzenia wyjątkowemu gościowi. Z pewnością znajdzie czas na rozmowę z każdym. Nie zabraknie też okazji do wspólnych zdjęć.

Mikołajki w Kamieńcu i Święto Choinki w Kotuszu

Anna Badzińska

Świąteczna atmosfera zagości w Kamieńcu już 5 grudnia. Z kolei 14 grudnia na terenie bazy noclegowej w Kotuszu odbędzie się kolejne Święto Choinki.

Mikołajki w Chacie Biesiadnej

Do wspólnej zabawy wszystkie dzieci zaprasza załoga Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej, sołectwo Kamieniec i miejscowe Koło Gospodyń Wiejskich. W tym roku czeka spektakl teatralny pod tytułem „Święty Mikołaj - historia prawdziwa” w wykonaniu Teatru z Uśmiechem. Podczas widowiska poznamy dwoje przyjaciół z sąsiedztwa - grzeczną i zawsze uśmiechniętą Jadzię oraz Wojtkę, który do psot ma prawdziwy talent. Oboje z ogromną ciekawością przygotowują się do świąt, choć każde w zupełnie inny sposób. Gdy w miasteczku rusza barwny Jarmark Bożonarodzeniowy, rozpoczyna się seria niezwykłych zdarzeń.

Spektakl w ciepły i przystępny sposób opowiada o sile dobra, wartości przyjaźni i o tym, że każdy zasługuje na drugą szansę. To historia, która pokazuje, że nawet największe urwisy mogą odnaleźć w sobie dobro - a świąteczna magia naprawdę potrafi zdziałać cuda.

Na spotkanie z dziećmi przybędzie też Święty Mikołaj, który przywiezie



FOT. ROBERT WOŹNIAK

Będzie można kupić drzewko prosto z lasu (zdj. ilustracyjne)

upominki. Mikołajki odbędą się w Chacie Biesiadnej w Kamieńcu. Początek o godzinie 16. Zapisy przyjmowane są pod numerem 61 44 304 55.

Kup drzewko

14 grudnia na terenie bazy noclegowej w Kotuszu odbędzie się kolejne już Święto Choinki. W tym dniu, w godzinach od 9 do 16 (lub do wyczerpania zapasów), w atrakcyjnej cenie będzie można kupić drzewko prosto z lasu. Na zakupy zapraszają CKiBP w Kamieńcu i Nadleśnictwo Kościan.

REKLAMA

0011439218

REKLAMA

0011440470

WEGMAR

Kwalifikowany Dostawca Węgla PGG S.A.

NIAŁEK WIELKI 84

(była baza STW)

64-200 Wolsztyn



POLSKA GRUPA
GÓRNICZA

**KWALIFIKOWANY
DOSTAWCA
WĘGLA PGG S.A.**

Tylko Polski Węgiel Węgiel Kostka, Orzech, Groszek

Tel.: 68 384 21 14, 604 618 359

sklep.pgg.pl

kolanczak.pl



LARGO

GRODZISK WIELKOPOLSKI
ul. Kąkolewska 13c

■ MAMMOGRAFIA KOMPLEKSOWA

z badaniem ultrasonograficznym
i poradą lekarską

■ USG (pełen zakres badań)

RADIOLODZY:

lek. Krzysztof Lamch

lek. Tetiana Franchuk

■ RENTGEN

■ ELASTOGRAFIA WĄTROBY

Zapraszamy Panie w wieku
od 45 do 74 roku życia

na bezpłatne badanie mammograficzne
w ramach Programu Profilaktyki

Raka Piersi NFZ*

*badanie przysługuje co 2 lata

Zarejestruj się na badanie:

tel. 61 448 13 84

Rejestracja czynna pon.- pt.: 8.00-18.00

www.largo-mammografia.pl

Catering wigilijny

Gotujemy zdrowo i domowo

**Zamówienia od 300 zł
do 15 GRUDNIA
nagradzamy pysznymi
pierniczkami!!**

**Do zamówień powyżej 500 zł
smaczne WINO
w prezencie.**

Cała oferta dostępna w aplikacji,
w której łatwo złożysz zamówienie

**SZYBKO. PROSTO.
PRZEZ APLIKACJĘ**



Google Play



App Store

☎ 607 682 800

www.opalenicarestauracja.pl

Grodziski Jarmark Bożonarodzeniowy

NA SCENIE OD 13:00

- ŚWIĄTECZNE ANIMACJE
- ŚWIĄTECZNE WYSTĘPY:

SP KĄKOLEWO, SP GRĄBLEWO, SP PTASZKOWO, CK RONDO,
PRZEDSZKOLE CHATKA PUCHATKA, SP1, SP2, SP4, L0,
PRZEDSZKOLE KRASNALA HAŁABAŁY, SZKOŁA NIEPUBLICZNA

- UROCZyste ROZŚWIECENIE CHOINKI
- SPOTKANIE Z MIKOŁAJEM
- SPEKTAKL ILUZJI:

MAGIA ŚWIĄT - PIOTR SZUMNY

- ŚWIĄTECZNY KONCERT:

GRODZISKA ORKIESTRA DĘTA

PONADTO:

STOISKA HANDLOWE
STOISKA GASTRONOMICZNE
ŚWIĄTECZNE WARSZTATY
ANIMACJE

13 GRUDNIA 2025

10.00 - 19.00 Stary Rynek



CENTRUM KULTURY
RONDO
W GRODZISKU WIELKOPOLSKIM

