



GAZETA  
MIESZKAŃCÓW  
PUSZCZYKOWA

# gazeta puszczykowska

43

12 LISTOPADA 1993

CENA 3500 ZŁ

## „ZA” I „PRZECIW” POWIATOM

Czy chcieliśmy reformy terytorialnej kraju, wprowadzenia powiatów i zmiany granic województw? Czy chcieli jej działacze i władze samorządowe? Czy akceptował ją zwykły obywatel?

Na te pytania odpowiedzi szukamy na stronie 4.

W numerze:

- ◆ Psycholog radzi
- ◆ Wspomnienia z rodzinnego domu
- ◆ Bezpieczeństwo osobiste
- ◆ Sport w Liceum



28 Presto



## IMPREZY W „DWÓJCE”

— kościół — salą koncertową  
— wystawa psów

na stronach 6 i 9

OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE \* OPINIE

### Piotr Buczkowski

marszałek Krajowego Sejmiku Samorządu Terytorialnego:

Reformy związane z rozwojem samorządności, z decentralizacją państwa są już tak bardzo zaawansowane, że trudno sobie wyobrazić, aby ten proces dało się zatrzymać. Jeśli można mieć zastrzeżenia do procesu prywatyzacji, do przekształceń strukturalnych w gospodarce, to powołanie samorządów, upodmiotowienie ich, przekazanie im środków finansowych sprawdziło się w praktyce. Gdyby więc lewicowy rząd chciał wykonać jakiś ruch blokujący ten kierunek przemian, świadczyłoby to o jego dużej odpowiedzialności politycznej. Naruszony zostałby bowiem jeden z istotnych elementów stabilizujących państwo.

### Michał Kulesza

pełnomocnik rządu ds. reformy administracji publicznej:

Stosunek do reformy samorządowej będzie papierkiem lakmusowym nowej władzy — zastopowanie przemian potwierdzi jej konserwatyzm i niechęć do demokratycznych przemian. Brak postępu w podziale obowiązków między państwo a samorząd oznacza obecnie regres, recydywę centralizmu.

Trudno jednak sobie wyobrazić władzę, która nie chciałaby profesjonalnej administracji. Jeśli więc nowy rząd zacznie blokować reformę administracji publicznej, oznaczać to będzie, że chce zgromadzić w swoich rękach maksimum władzy i decydować ze szkoda dla obywateli nawet o najdrobniejszych sprawach.

# Informacje

Apteka — ul. Poznańska 74A, tel. 133-201  
 Bank Spółdzielczy — ul. Poznańska 108A, tel. 133-182  
 Biblioteka — ul. Poznańska 2, tel. 122-273  
 Gminna Spółdzielnia Samopomoc Chłopska —  
 ul. Poznańska 57, tel. 133-181  
 Miejski Zespół Ekonomiczno-Administracyjny Szkół —  
 ul. Żupańskiego 2, tel. 133-257  
 Muzeum — Pracownia Arkadego Fiedlera —  
 ul. Słowackiego, tel. 133-794  
 Muzeum Wielkopolskiego Parku Narodowego —  
 ul. Dąbskiej, tel. 133-341  
 Ośrodek Szkoleniowo-Wypoczynkowy Lasów Państwowych —  
 ul. Wodczicki 3, tel. 133-471  
 Ośrodek Zdrowia — ul. Poznańska 36, tel. 133-203  
 Szpital Kolejowy — ul. Kraszewskiego 3, tel. 133-331  
 PKP Stacja Puszczykówko — tel. 132-935 wew. 460  
 Policja — ul. Poznańska 8, tel. 133-193

## Przedszkola:

ul. Przyszkolna 1, tel. 133-152  
 ul. Słoneczna 1, tel. 133-042  
 ul. Wysoka 2 tel. 133-052

## Szkoły:

nr 1, ul. Wysoka tel. 133-461  
 nr 2, ul. Kasprowicza, tel. 133-371

Liceum Ogólnokształcące — ul. Kasprowicza,  
 tel. 133-411

Urząd Miejski — ul. Podleśna 4, tel. 133-172, 133-241

Urząd Pocztowy — ul. Poznańska 111, tel. 133-033

Biuro Napraw Telefonicznych — tel. 133-004

Zakład Usług Komunalnych Eko-Rondo — ul. Posadzego 5,  
 tel. 133-015

## „ZA” I „PRZECIW” POWIATOM

Dokończenie ze strony 1

Wszelkie zmiany dotyczące reformy administracyjnej kraju mają głębokie znaczenie społeczne, polityczne i gospodarcze. Towarzyszące temu zmiany terytorialne wywołują często burzliwą debatę społeczną. Dziś, hasło: powiat budzi emocje zarówno wśród działaczy władz samorządowych jak i zwykłych obywateli, unikających normalnie kłótni politycznych.

Zwolennicy reformy powiatowej dowodzą, że nowy podział administracyjny i terytorialny jest niezbędny z uwagi na konieczność dostosowania ustroju administracyjnego do nowej sytuacji politycznej i gospodarczej kraju. Jest on koniecznym warunkiem procesu demokratyzacji państwa. Umożliwi odtworzenie wspólnot lokalnych, zlekceważonych przez rządy komunistyczne, bez których wszechstronny udział obywateli w życiu publicznym jest wykluczony. Przeciwnicy zmian twierdzą, że reforma administracyjna jest nam niepotrzebna. Nie zmieni ona bowiem w sposób zasad-

niczy obrazu naszego życia politycznego, przyniesie natomiast miliardowe koszty i dezorganizację państwa.

O opinię na temat konieczności zmian w podziale terytorialnym kraju zapytano 2 lata temu w ankiecie przeprowadzonej na 1500-osobowej próbie losowej dorosłej ludności Polski. 35 proc. osób uznało tę kwestię za mało ważną (choć nie zupełnie bez znaczenia) i postulowało odłożyć jej realizację na później. 27,1 proc. badanych twierdziło, że jest to sprawa ważna, ale trzeba ją rozpatrywać bez pośpiechu. Dla 7,3 proc. badanych był to w 1991 roku problem, który należałoby załatwić w pierwszej kolejności. Blisko jedna czwarta badanych (24,5 proc.) nie widziała konieczności zmian w podziale terytorialnym kraju w ogóle, 6,1 proc. badanych nie miała wyrobionego zdania. Odsetek osób, które nie wypowiedziały się w kwestii nowego podziału terytorialnego był bardzo mały.

Wynika z tego, że zdecydowana większość, bo aż 69,4 proc. badanych optowała za zmianami w podziale administracyjnym Polski. Ankietowani różnili się natomiast znacznie opinią w sprawie wagi tego problemu i czasu wprowa-

Dokończenie na stronie 4

# U NAS ⇨ DLA NAS ⇐ U WAS

Rada Miejska powołała dwóch swoich delegatów do spraw stałych kontaktów z Radą Wielkopolskiego Parku Narodowego. Są nimi:

- Krzysztof Paszkowski
- Andrzej Kędziora

Wybrani delegaci reprezentować będą stanowisko Rady Miejskiej Puszczykowa w sprawach dotyczących ochrony środowiska oraz interesów miasta wobec działań Wilkopolskiego Parku Narodowego.

\* \* \*

Przetarg na budowę gazociągu w Puszczykowie wygrała (spośród 12 firm) Firma Litz z Poznania. Za 16,150 mld zł wykona prace gazociągowe. Nadal nie jest uzgodniona forma partycypacji mieszkańców w tej inwestycji.

\* \* \*

Dzięki inicjatywie radnego p. Andrzeja Kędziory powstały prace magisterskie na temat:

- zawartości metali ciężkich w glebie na terenie miasta (z badań wynika, że najwyższe stężenie ołowiu nie przekracza nawet połowy przyjętej normy; nie ma więc podstaw do niepokoju);
- organizacji gospodarki odpadami w małych miastach na przykładzie Puszczykowa. Największy problem w zakresie odpadów, to ścieki z przydomowych szamb.

\* \* \*

Do dnia dzisiejszego Rada Miejska nie przyjęła programu działań w zakresie nabywania terenów prywatnych od lat niemalże dwudziestych naszego stulecia wykorzystywanych jako drogi a często jako ścieżki publiczne.

Oddanie terenu pod drogę było często warunkiem wyrażenia zgody na podział terenu na działki lub przeznaczenia pod budowę. Przez całe dziesięciolecia sprawy te nie zostały formalnie uregulowane. Zdarza się, że pas ziemi przeznaczony na drogę jest tak wąski, że nie przejedzie tam żaden samochód osobowy. Wątpliwości co do nabywania terenu w takich sytuacjach pozostają. Tym bardziej należałoby problem uregulować.

\* \* \*

4 i 5 listopada br. odbyła się w Puszczykowie konferencja naukowa nt. „Samorząd terytorialny drogą do demokracji”. Organizatorem Konferencji był Instytut Socjologii UAM oraz Krajowy Instytut Badań Samorządowych.

Uczestniczący w niej naukowcy z PAN, Uniwersytetów: Adama Mickiewicza, Warszawskiego, Wrocławskiego, Śląskiego, Szczecińskiego dokonali m.in. oceny zasięgu skuteczności unormowań prawnych w budowie samorządu terytorialnego, formy demokracji bezpośredniej w warunkach naszego samorządu a także zagadnienia świadomości reformy ustrojowej mieszkańców gmin. Dyskutowano także nad zagadnieniami dotyczącymi podziału kompetencji między administracją rządową i samorządową.

## „ZA” I „PRZECIW” POWIATOM

Dokończenie ze strony 1

zenia zmian. W czasie badań ustalono, że za dokonaniem nowego podziału administracyjnego opowiedziały się raczej osoby z wyższym wykształceniem lepiej oceniający swoją sytuację materialną, prywatni przedsiębiorcy, mieszkańcy wielkich aglomeracji, częściej zwolennicy SZZ „Solidarność” niż innych związków zawodowych. Do grupy osób przeciwnych wprowadzeniu zmian terytorialnych najczęściej należeli: mieszkańcy wsi, robotnicy i rolnicy, mający niskie dochody, należący do związków skupionych w OPZZ.

Gdyby zaś zdecydowano o reformie terytorialnej, to zdaniem 45,7 proc. ankietowanych należałoby wrócić do starego podziału na 17 województw i 350 powiatów. Według 38,9 proc. badanych opracować należałoby zupełnie nowy projekt, 15 proc. nie wyraziło opinii.

Od kwietnia do czerwca 1991 roku przeprowadzono również badania ankietowe przedstawicieli władz samorządowych z 800 gmin. Pytania dotyczyły problemów regionalizacji i reformy drugiego szczebla administracji samorządowej. Najwięcej zwolenników, aż 31 proc., uzyskał spośród różnych form szczebla pośredniego powiat. 10 proc. opowiedziało się za potrzebą istnienia województw w ich dotychczasowym kształcie. Inni badani (ponad 11 proc.) opowiedzieli się za tym, aby drugie szczebel administracji samorządowej stanowiły dobrowolnie związki gmin. 14 proc. ankietowanych wypowiedziało się przeciwko istnieniu drugiego szczebla administracji samorządowej, twierdząc, iż mniej ważny jest kształt ustrojowy i przestrzenny regionów i szczebli pośrednich, najistotniejsze zaś dobre funkcjonowanie szczebla podstawowego, spełniającego potrzeby obywateli. Zatem w dyskusji o reformie regionalnej większość badanych przedstawicieli władz lokalnych wypowiedziała się za istnieniem drugiego szczebla administracji samorządowej, przy czym najwięcej opowiedziało się za powiatem.

W obu omawianych badaniach opinii społecznej przeprowadzonych w 1991 roku wśród losowo wybranych obywateli, jak i władz samorządowych, ewidentnie ujawnia się tendencja do akceptacji reformy powiatowej jako nieuniknionej konsekwencji reformy ustrojowej całego państwa. Dający się wyczuć „konserwatyzm” zarówno w całkowitym odrzuceniu zmian, jak i postulowanie ostrożnego obchodzenia się z zagadnieniem oraz bliżej nie sprecyzowanego w czasie odłożenia realizacji reformy, wydaje się być w 1991 roku jeszcze silny. Być może zapowiadane przez pełnomocnika rządu ds. reformy administracji publicznej opublikowanie wyników konsultacji z ponad 2400 gminami w całej Polsce ostatecznie, odpowiadając na pytanie — kto za, kto przeciw? — przesądzi losy reformy powiatowej.

Nagłośniony problem reformy powiatowej zaczęły kwestionować gminy, twierdząc, że decyzje w sprawie zmian terytorialnych narzucono samorządom bez uprzedniej konsultacji. Wobec tego pełnomocnik Rządu ds. Reformy Administracji publicznej Michał Kulesza zwrócił się z prośbą do sejmików wojewódzkich o przeprowadzenie wśród gmin sondażu, których głównym celem byłoby ustalenie do jakiego powiatu chciałyby należeć.

Jarosław Urbański  
„Magazyn Samorządowy”



## Komisariat Policji słucham

W lipcu br. minęły dwa lata od chwili kiedy nowym szefem Komisariatu Policji w Puszczykowie został Pan Tadeusz Andrasz. Po dwóch latach należy powiedzieć bez cienia wątpliwości, że ta zmiana wyszła miastu na dobre.

Jednym z podstawowych kryteriów oceny każdego Komisariatu jest liczba dokonanych przestępstw na danym terenie oraz wskaźnik ich wykrywalności. W grupie 23 jednostek policji Puszczykowskiej Komisariat znajduje się na trzecim miejscu. Gratulujemy.

By zobrazować pracę sięgamy po statystyki, i tak wykrywalność przestępstw na przestrzeni ostatnich lat kształtowała się następująco:

1990 — 39%, 1991 — 48%, 1992 — 60% i za III kwartał 1993 — 70%.

Dla analogicznego okresu liczba wszczynanych dochodzeń wykazuje tendencję spadkową i wynosi: 1991 — 75 spraw, 1992 — 60, i półrocze 1993 — 30 spraw.

Wyniki te tym bardziej zasługują na uznanie, że osiągnięto je przy niepełnej obsadzie etatowej.

ZA pośrednictwem naszej gazety przekazujemy informację Komendanta Andrasza, że chętni do pracy w Policji spełniający następujące warunki:

- nie karani,
- z wykształceniem minimum średnim,
- w wieku do 25 lat proszeni są o osobiste zgłoszenie bezpośrednio w Komisariacie.

Policja przypomina: od 1 listopada przez cały dzień jeżdżymy na światłach mijania, sprawdź więc stan techniczny akumulatora. W ostatnim czasie zanotowano wzrost chuligańskich zachowań wśród młodzieży. W okresie letnim powtarzały się przypadki obrzucania kamieniami pociągów relacji Poznań-Wrocław.

Szaleństwo graffiti dotarło do Puszczykowa ze wzmoczoną siłą. Trzech młodych ludzi farbą w aerozolu zniszczyło ściany budynku dworca PKP w Puszczykowie, straty ok. 6 mln zł. Grupa młodzieży na ulicy Chrobrego zdewastowała samochód fiat 126p. Straty oszacowano na ok. 30 mln zł. Obie te sprawy znajdują swój epilog w Sądzie dla Nieletnich.

Puszczykowska młodzież chętnie korzysta z dyskotek odbywających się w MOSiR. Nikt nie neguje jej prawa do tanecznych harcy, lecz rodzice powinni wykazać trochę zainteresowania, o którejś pocięchy wracając do domu, a jeżeli jest bardzo późno, z kim spędzają czas po dyskotekę.

Dzięki finansowemu wsparciu p. Karola Wapniarskiego oraz Panów kierujących firmą Eko-Rondo funkcjonariusze Komisariatu przygotowali 100 uczniów do Szkoły Podstawowej nr 2 do egzaminów na kartę rowerową. Taka sama akcja 8 listopada br. rozpocznie się dla uczniów Szkoły Podst. nr 1.

Sponsorom dziękujemy w imieniu Komendanta, i jak sądzimy, wszystkich użytkowników dróg — młodzi ludzie będą się poruszać rozsądniej i bezpieczniej.

Lech Kamiński

*Nota res mala optima —  
Dobrze, gdy się zna zło*

rzymskie

KOMENDA WOJEWÓDZKA POLICJI  
W POZNANIU



**POLICJA  
PREWENCJI  
RADZI**

1993



# BEZPIECZEŃSTWO OSOBISTE



PIAMIĘTAJ O ŚRODKACH OSTROŻNOŚCI, BOWIEM NIE KAŻDY, KTO PUKA DO TWOICH DRZWI MA UCZCIWE ZAMIARY. OSZUŚCI PRZYCHODZĄ POD RÓŻNYMI POSTACIAMI:

## URZĘDNIK...

Zazwyczaj godny zaufania, elegancko ubrany. Może twierdzić, że jest inkasentem z zakładu energetycznego, gazowni itp. Jeżeli go nie znasz — żądaj legitymacji służbowej. Jeśli rzeczywiście reprezentuje jakiś urząd, nie zrazi go Twoja ostrożność i nieufność. W razie wątpliwości, umów się na inny termin, sprawdzając uprzednio w administracji osiedla lub odpowiedniej instytucji jego wiarygodność.

## KUPIEC...

Może przedstawić się jako obnośny sprzedawca. Oferuje sprzedaż różnych towarów lub proponuje kupno np. staroci, które mogą znajdować się w Twoim domu. Wszystko to może mieć na celu dostanie się do mieszkania, oszacowanie wartości znajdującego się w nim mienia oraz poznanie stanu zabezpieczenia. Jeżeli już masz zawierać transakcję w domu, umawiaj się na taki termin, w którym nie będziesz w domu sam.

## ROBOTNIK...

Może powiedzieć, że chce coś naprawić lub sprawdzić. Jego podstawowym celem jest poszukiwanie cennych przedmiotów i ich kradzież. Jeżeli odwiedzający oferuje Ci wykonanie usługi, zawsze pozostaw sobie czas na zastanowienie, aby sprawdzić wiarygodność firmy, której jest przedstawicielem. Zatelefonuj do jej właściciela. Zasięgnij informacji na temat jakości i cen świadczonych usług.

## SKŁADANA OFERTA NIE MUSI BYĆ WCALE NAJKORZYSTNIEJSZA.

Gdy zlecasz wykonanie usługi, staraj się zawsze spisać umowę wstępną na wykonanie określonych czynności — określając wysokość wpłaconego zadatku, górną granicę ceny za usługę oraz nieprzekraczalny termin jej wykonania.

## ZAPAMIĘTAJ:

PRZESTĘPCA MOŻE BYĆ MĘCZYZNĄ LUB KOBIETĄ —  
DZIAŁAĆ SAMODZIELNIE LUB W GRUPIE.  
ABY ZWIĘKSZYĆ SWĄ WIARYGODNOŚĆ  
CZĘSTO WYKORZYSTUJE DZIECI.

POZOSTAW GO NA ZEWNĄTRZ — WÓWCZAS CIĘ NIE OKRADNIE.



# Czworo- nogi na start



Pamiętając o udanej zeszłorocznej WYSTAWIE PSÓW, Uczniowska Rada Szkoły Podstawowej nr 2 w Puszczykowie postanowiła powtórzyć imprezę, wprowadzając jednak istotne innowacje.

Najpierw licznie zgromadzona publiczność przyglądała się wyborom najpiękniejszego psa, a demokratyczne jury (w składzie: uczniowie — **Agata Stecka i Michał Młynarczak**, nauczyciele — pani **Danuta Bukowska-Sidor** i pani **Dorota Knij** oraz przedstawiciel obsługi technicznej szkoły — pan **Kazimierz Dyzma**) miało niezwykle trudne zadanie. Zgromadziło się bowiem pokaźne grono czworonogów, a z racji, że okazy rasowe przeplatały się z podwórkowymi czempionami, o zwycięstwie mógł więc zdecydować „niemowlecy” wiek, czarujące spojrzenie, urok osobisty lub po prostu magnetyzm serca. Ostatecznie — po podliczeniu głosów okazało się,

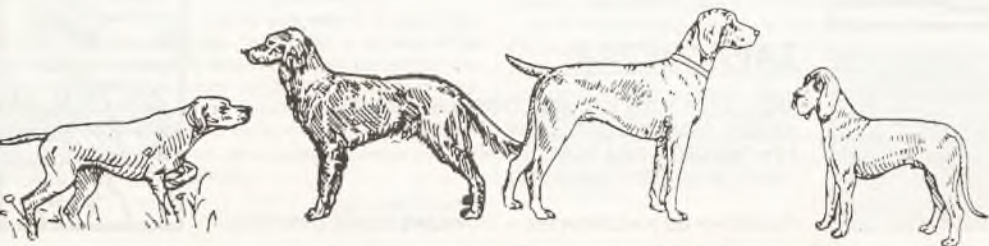
że jury przyznało trzy pierwsze miejsca psom: **Ani Łągiewki, Marty Pańskiej i Tomka Perdocha**. Właściciele zwycięzców otrzymali dyplomy, a czworonogi PEDIGREE PAL.

Drugą część imprezy można określić mianem zmagania z torem przeszkód. Ten punkt programu wzbudził szczególne emocje, i to nie tylko wśród „posiadaczy” psów, ale i wśród przybyłych — w charakterze widzów — uczniów i ich rodziców. Oklaskami nagradzano te zdolne czworonogi, które zdecydowały się — z reguły po usilnych perswazjach właścicieli na pokonanie przeszkody. Natomiast wybuchy śmiechu towarzyszyły sytuacjom, gdy pod baczny okiem ukochanych piesków — uczniowie próbowali z gracją wyrzucić swoje wygodne uparciuchy. Ostatecznie w sposób rewelacyjny pokonał przeszkodę wilczur **Dominiki Cieślak** — „Wa-

syl”. On też otrzymał ogromną kość, a właścicielka — z rąk przewodniczącej URS **Marty Steckiej** — dyplom. Natomiast dwa drugie miejsca zajęły psy — **Klary Machowicz i Magdy Palmowskiej**.

Zaintrosowanie uczniów i rodziców, a także towarzysząca imprezie atmosfera — utwierdziły Uczniowską Radę Szkoły w przekonaniu, że tego typu imprezy są potrzebne, a istotnym dopełnieniem okazała się akcja zbierania pieniędzy na lecznicę dla zwierząt. Pomysł podsunął program ANIMALS, jego realizacją zajęły się uczennice klasy VIb: **Emilia Czartoryska, Anita Kapiwąs i Sandra Osińska**, największe zrozumienie wykazały klasy poziomu I-III, a szczególnych przyjaciół zwierząt zgromadziła klasa Ib.

Dorota Knij



# Zdaniem szkolnego psychologa...

W czasie zeszlórocznego dyżuru psychologicznego, pełnionego w Szkole Podstawowej nr 2, miałam możliwość zapoznania się z problemami rodziców, wynikającymi z faktu uczęszczania dzieci do szkoły. W formie podsumowania chciałabym napisać o najczęściej sygnalizowanych trudnościach. Może ułatwi to rodzicom lepsze zrozumienie problemów dziecka, jego potrzeb, a także właściwości wieku w jakim się znajduje.

Niedawno rozpoczęli naukę w klasie pierwszej najmłodszy członekowie społeczności uczniowskiej. Skończył się dla nich czas swobody i beztrudnej zabawy, a rozpoczął czas systematycznej, codziennej nauki. Dzieci wkroczyły w bardzo trudny okres, porównywalny z podjęciem pierwszej pracy przez dorosłego człowieka. Siedmiolatek, przystosowując się do szkolnej rzeczywistości, musi poznać i zrozumieć wiele nowych sytuacji. Pierwsza klasa sprawa wrażenie monolitu — dziecięce buzie mające do opanowania identyczny program. Tymczasem grupa ta jest bardzo zróżnicowana, zarówno pod względem dojrzałości szkolnej, jak i dojrzałości analitycznej: wzrokowego, słuchowego, kinestetyczno-ruchowego, a także pod względem rozwoju społecznego i rozwoju funkcji poznawczych. Program szkolny nie jest też dostosowany poziomem wymagań do możliwości każdego ucznia.

Przez dojrzałość szkolną rozumiana jest dojrzałość: umysłowa, ruchowa, emocjonalno-społeczna, odporność psychiczna na rygory szkolne, jak również wyćwiczona uwaga. Poza tym różne jest tempo dojrzwania dzieci — tak jak różne jest tempo starzenia się dorosłego człowieka. W szczęśliwej sytuacji są rodzice dzieci, które osiągnęły dojrzałość szkolną w momencie rozpoczęcia nauki. Inni rodzice będą musieli poczekać dwa-trzy lata.

Następnym problemem, mogącym zniechęcić uczniów do nauki, a rodzicom dostarczyć wiele trudności, jest dojrzałość i sprawność analizatorów:

wzrokowego, słuchowego, kinestetyczno-ruchowego. Często — gdy tłumaczyłam rodzicom wadliwe interpretowanie przez dzieci litery przy pisaniu i czytaniu — reagowali uwagami: „przecież dobrze widzi i dobrze słyszy”. Tymczasem wadliwa praca analizatora słuchowego i wzrokowego dotyczy procesu w mózgu, a spostrzeganie słuchowe i wzrokowe może być zupełnie poprawne.

W pierwszym etapie nauczania początkowego ujawniają się u dzieci głównie trudności związane z obniżoną sprawnością analizatora wzrokowego i kinestetyczno-ruchowego (trudności w „odpoznanianiu” liter, odwzorowywaniu ich kształtu). Natomiast w drugiej połowie pierwszej klasy i w klasie drugiej pojawiają się kłopoty z analizatorem słuchowym. Ogólnie — trudności związane z czytaniem i pisaniem nazywają się dysleksją.

Dziecko rozpoczynające naukę w szkole jest na etapie dużej zależności emocjonalnej od rodziców i nauczycieli. Wiedza dziecka o sobie w znacznym stopniu zależy od informacji dostarczanych przez te autorytety. Dopiero w starszych klasach dziecko nauczy się tworzyć opinie o sobie również na podstawie własnego rozeznania, co zapewni mu większą niezależność i autonomię. Dlatego zarówno rodzice, jak i nauczyciele nauczania początkowego powinni pamiętać o silnej reakcji dziecka na krytykę! Uogólnianie i nieprzychylnie opinie mogą bowiem wpłynąć na zaburzenia procesu uczenia i na zmniejszenie pozytywnego stosunku emocjonalnego do nauki.

W czasie pełnionego dyżuru psychologicznego często rozmawiałam z matkami bardzo nerwowo reagującymi na trudności dziecka. Nerwowość rodziców pogłębia tylko problemy ucznia. W dziecku tworzy się bowiem — niezależnie od napięć związanych z trudnościami w nauce — silny konflikt wewnętrzny w wyniku rozbieżności między oczekiwaniami rodziców na sukces dziecka, a jego faktycznymi osiągnięciami w szkole. Nie można więc utożsamiać postępów dziecka w pierwszej klasie z ogólnym wyobrażeniem o jego możliwościach. Czasami dziecko uczące się przeciętnie w szkole podstawowej zdobywa silniejszą pozycję w szkole średniej i na studiach lub w sposób szczególny realizuje się w pracy. Znany kardiolog profesor Religa przyznał, że był słabym uczniem, dobrym studentem, a mogąc już samodzielnie pracować stał się wybitnym kardiologiem. Dobry mechanik to też bardzo dużo.

Rodzice i nauczyciele powinni urealnić wymagania, rozumiejąc trudności i możliwości dziecka — dostarczać mu przede wszystkim optymistycznych opinii, podkreślających zalety dziecka. Pierwszoklasiści potrzebują tego nade wszystko!

W następnym artykule zamierzam omówić skomplikowaną kwestię zaburzeń w czytaniu i pisaniu.

# WSPOMNIENIA Z RODZINNEGO DOMU

*Pan Sławomir Leitgeber na łamach Gazety Puszczkowskiej przybliżył nam ciekawe postaci i wydarzenia z dawnych lat. „Wspomnienia z rodzinnego domu” są bardzo osobiste. Pragniemy zachęcić naszych czytelników — Puszczkowiaków do podzielenia się wspomnieniami. Utrwalił one pamięć o rodzinnych domach, ludziach, którzy już odeszli, ale żyją w pamięci dzieci i wnuków.*

Redakcja

Nasz dom rodzinny w Puszczykówku, przy ul. Mickiewicza 1 powstał w 1931 r., a więc przed ponad 60 laty. Ta rocznica zbiegła się w czasie z dwoma innymi, to jest dwustu pięćdziesiątą rocznicą pobytu mojej rodziny na ziemi polskiej oraz inną, czterdziestą rocznicą mojego ślubu.

Oczywiście ścisła data przybycia Leitgeberów do Polski nie jest ustaloną z pełną dokładnością. Wiadomo jednak, że syn dwójga przybyszów z dalekiej Frankonii leżącej w południowych Niemczech, Andrzej i Marianny, Jan Leitgeber urodził się 1741 r. w Sarnowej koło Rawicza, tuż nad śląską granicą. Wkrótce jednak po tej dacie rodzice jego osiedli na stałe w Poznaniu. W Grodzie Przemysława rodzina mieszka więc już dwa i pół wieku.

Moi rodzice nie od razu po wybudowaniu w Puszczykówku willi przenieśli się tutaj z Poznania i nowy dom długo jeszcze pełnił funkcje jedynie letniej siedziby rodziny.

Ogród urządzony został według planów wybitnego specjalisty, dyrektora poznańskiego Ogrodów Miejskich, Marcjána. Niestety, bieg lat zmienił pierwotny wygląd ogrodu nie do poznania. Zniknęło z niego wiele unikalnych, rzadkich gatunków drzew i krzewów, które nie szczydząc kosztów kupował mój ojciec. Stojąca w ogrodzie przed frontem domu kamienna żardiniera jest dziełem nabytym jeszcze przez ojca mojej matki przed I wojną światową i pochodzi z pracowni kamieniarskiej Kusztelana w Poznaniu. Jest chyba już jedynym z niewielu ocalałym po II wojnie światowej dzieł Kusztelana.

Dom wypełniły z czasem przeniesione tu z naszej poznańskiej siedziby rodzinne pamiątki — stare, antyczne meble, rodzinne portrety oraz obrazy, głównie pędzla polskich malarzy. Nikt nie mógł wówczas przewidzieć, że zaledwie za lat kilka przyjdzie wojenna zawierucha, która wiele z tych tak bardzo przez rodziców cenionych relikwów rodzinnej przeszłości bezpowrotnie obróci w niwecz.

Wnętrze domu, dzięki zamilowaniu całych pokoleń do rzeczy pięknych i wartościowych, różniło się od większości znanych mi z tamtych lat domów puszczykowskich. Miał natomiast nasz dom wiele cech wspólnych z domem rektorstwa Stefanów Dąbrowskich w Starym Puszczykowie. Tu i tam wnętrza wypełniały antyki, a ze ścian spoglądały na gości portrety członków poprzednich generacji rodziny. Niestety, również z rodzinnych pamiątek w domu pani Zofii z Żółtowskich Dąbrowskiej prawie nic nie pozostało poza tym, co utrwalila nasza pamięć.

Mój ojciec szczęśliwym pietyzmem ocalał ładny garnitur mahoniowych mebli bidemeyerowskich, które pochodziły jeszcze z domu jego dziadków ze strony matki, tj. z Łukowca pod Nakłem, podobnie jak kilka wiszących w naszym domu wartościowych sztychów. Stamtąd, z łukowieckiego dworu

pochodził opatrzony czerwonymi pieczęciami pergaminowy dokument z pierwszej połowy XVII wieku. Był to akt nabycia przez jednego z antenatów ojca po kądzieli, Szkota z pochodzenia, Christiana Lawrence rycerskich dóbr Łukowiec od Jana z Łochocina Łochockiego, Kasztelanica ziemi dobrzyńskiej, dziedzica Słupowy, Łukowca i innych dóbr.

Antyków było w domu sporo, gdyż część z nich, podobnie zresztą jak niemalą część obrazów wniosła w wianie moja matka, córka zapalonego kolekcjonera obrazów i w ogóle rzeczy cennych i pięknych. Właśnie obrazy przykuwały do siebie uwagę każdego przybysza po raz pierwszy przekraczającego progi czy to naszego poznańskiego domu, czy też puszczykowskiej willi. Dla nich to właśnie II wojna światowa okazała się nielaskawa, tym bardziej więc trzeba tu o nich wspomnieć.

Mój ojciec szczególnie sobie cenil portrety rodzinne. Do najcenniejszych należały dwa dużych rozmiarów portrety jego pradiadków, tj. Antoniego (1770-1844) i Marii z Nowszewskich małżonków Leitgeberów, namalowane przez znakomitego poznańskiego malarza E. Gillerna w 1842 r. Powstały krótko przed śmiercią obojga. Okazję do uwiecznienia na płótnie wiekowej już pary małżeńskich stworzyła bez wątpienia przypadająca w 1842 r. pięćdziesiąta rocznica małżeństwa. W tym bowiem właśnie roku obchodzili tak zwane „złote gody małżeńskie”. Była to uroczystość urządzona z wielkim rozmachem, bez oglądania się na koszty. Poza wielkim rodzinnym obiadem, w czasie którego przemówienie na cześć dziadków wygłosił ich wnuk i wychowanek Kazimierz Kantak, późniejszy wybitny działacz polityczny i społeczny, znakomity mówca parlamentarny. Wieczorem odbyło się przyjęcie dla osób i rodzin zaprzyjaźnionych. Nie zabrakło wśród nich doktorów: Karola Marcinkowskiego i Ludwika Gąsiorowskiego, Karola Libelta i całego rodzinnego klanu Szumanów. Na tę uroczystość Antoni Leitgeber zamówił w jednej z firm złotniczych cały wielki komplet sztućców srebrnych z inicjałami obojga małżonków oraz datą jubileuszu. Wychodzący z przyjęcia otrzymywali po jednym komplecie (łyżka, nóż i widelec) na pamiątkę.

W salonie moich rodziców wisiał również portret ich syna, Józefa Napoleona Leitgebера, którego szlachetna sylwetka do złudzenia przypominała znany powszechnie portret Tytuśa Działyńskiego z Kórnika. Już nie tak znakomity jak Gillernem poznański malarz z późniejszej epoki, Szymt uwiecznił na płótnie postacie rodziców mego ojca, Bronisława i Wandy Leitgeberów. Ten sam malarz namalował także znajdujący się do dziś w posiadaniu rodziny portret mego dziadka Bronisława z Końcowego okresu jego życia, przedstawiającego starca z siwymi włosami, o żywym spojrzeniu rzucającym spod krzaczastych brwi, w mundurze powstańca z 1863/64 roku.



Dziadek mój, mając około 16 zaledwie lat uciekł na wieść o wybuchu powstania potajemnie z domu i u boku swego starszego brata Mieczysława walczył pod pułkownikiem Youngiem de Blankenheim w bitwach z Moskalami pod Nową Wsią i Brdowem. Ten dziadek był za młodu „złotym młodzieńcem”, typowym utracjuszem. Wcześniej objął zarząd rodzinnego majątku Czerleinko pod Kostrzynem Wlk., później dzierżawił majątki w powiecie poznańskim i postradał nie tylko małą schedę po rodzicach, lecz także duży posag mej babki, córki zamoznego ziemianina spod Nakła.

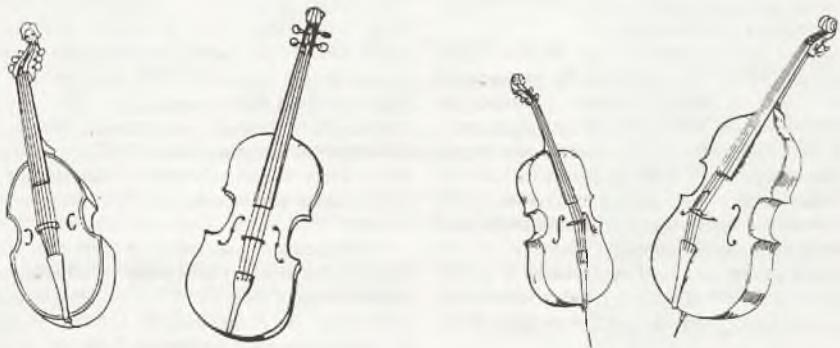
Portrety antenatów mojej matki, a ściślej członków rodziny mojej babki stanowiły także w atmosferze domu pewien specyficzny element. Były to przeważnie portrety z osiemnastego wieku nazywane sarmackimi. Wśród nich szczególną wagę przyciągał malowany w 1732 r. przez wrocławskiego malarza Jana Jakuba Eybelwissera portret Jerzego Karśnickiego, pułkownika Jego Królewskiej Mości, stolnika wieluńskiego, pana na Domaninie, przedstawiający postać o rycerskiej minie, w pancerzu z narzuconą nań czerwoną opończą. Dalej, portrety Józefa Wężyka, stolnika dobrzyń-

skiego, właściciela Myjomie oraz Jana E. Wężyka, pisarza ziemskiego wieluńskiego, wł. Mikorzyna z przyległościami, czy dużo już późniejszy portret typowego galanta z epoki Księstwa Warszawskiego we fraku, Adolfa Wężyka, wł. Rzetni, uczestnika powstania listopadowego. Surowość nadawaną wnętrzu domu przez te rycerskie po części postaci łagodziły jasne, pastelowe barwy obrazów pędzla Wodzinowskiego i profesora poznańskiej Akademii Sztuk Pięknych Gosienickiego.

W obszernej bibliotece ojca uwagę przykuwały piękne wydania albumowe lwowskie oraz wydawnictwa Rzepieckiego. Poza tym stanowiące prawdziwą pasję ojca pamiętniki polskie i obce. Wśród nich wspaniałe wydane wielotomowe pamiętniki kanclerza Rzeszy Bülowa i dzieła historyka antyku Mommsena oraz niemniej pasjonujące ojca dzieła filozoficzne Nietschego, Kanta i innych autorów. Bogato w bibliotece reprezentowane były dzieła historyków polskich i niemieckich.

Slawomir Leitgeber

# Kościół — salą koncertową



Podobnie jak przed rokiem, Kościół pod wezwaniem Świętego Józefa w Puszczykowie stał się salą koncertową dla uczniów klas IV — VIII Szkoły Podstawowej nr 2. Tym razem okazji było kilka. Ponieważ koncert odbył się pierwszego października, przypominał w ten sposób o Międzynarodowym Dniu Muzyki, poza tym zainaugurował drugi rok współpracy z Zespołem Szkół Muzycznych w Poznaniu i powstanie w DWÓJCE — Szkółki Muzycznej.

Występ młodzieżowej orkiestry prowadził pan Wojciech Michalski, który starał się wprowadzić uczniów w świat instrumentów, w tajemnicę składu orkiestry, a także przybliżyć prezentowane dzieła i ich autorów. Miejsce za pulpitem dyrygenta zajął — znany z zeszłorocznego koncertu — pan Wiesław Bednarek.

Orkiestra zaprezentowała wyłącznie utwory klasyków — pełną muzycznych barw — Uwerturę „Prometeusz” Ludwiga van Beethovena i Koncert waltorniowy Es-dur Wolfganga Amadeusa Mozarta, w którym orkiestra tworzyła tylko tło dla popisów solisty. Uczniowie usłyszeli również słynną „Legendę” Henryka Wieniawskiego — utwór na skrzypce i orkiestrę, przeniknięty do głębi polskością. Na zakończenie młodzi muzycy przedstawili pełną zmiennych nastrojów — Symfonię D-dur „Le Matin” Josepha Haydna.

Tego typu koncerty stają się dla uczniów okazją do pobytu w krainie dźwięków i jednocześnie są lekcją kultury. Natomiast liczne grono amatorów gry na różnych instrumentach skłania do optymistycznych prognoz.

Dorota Knij

## Puszczykowo na kartach...

# *Wielkopolskiego słownika biograficznego*

W społeczeństwie najlepiej (choć w zakresie dalekim od oczekiwań) znane są wydarzenia „wielkiej” historii, o której uczymy się w szkole, słyszymy w programach telewizyjnych, czytamy w gazetach (np. z okazji rocznic). Istnieje jednak jeszcze „mała” historia, dotycząca niewielkich obszarów czy pojedynczych miejscowości, będąca w szczegółach bardzo interesująca — o czym świadczy pasjonowanie się nią wcale niemałych kręgów historyków-amatorów. Jednym z ważniejszych elementów regionalnej tradycji historycznej jest pamięć o ludziach, którzy mieszkali i działali ongiś na danym terenie i pozostawili znaczący wkład w dzisiejszą rzeczywistość.

*Wielkopolski słownik biograficzny*, obszerne dzieło zawierające 1800 życiorysów osób zasłużonych dla regionu, jest ogromnym źródłem informacji historycznych. Również Puszczykowo jest reprezentowane na jego kartach. Dzieje miasta nie sięgają zbyt daleko w przeszłość, toteż w *Słowniku* nie znajdziemy związanych z nim postaci z dawnych wieków. W okresie międzywojennym zamieszkało tutaj jednak wiele osób ze świata nauki i kultury i to one spowodowały pojawienie się Puszczykowa w zamieszczonych biogramach. Niektórzy z nich znaleźli miejsce wiecznego spoczynku na puszczykowskim cmentarzu.

Spośród postaci opisanych w *Słowniku* najbardziej znany jest bez wątpienia pisarz i podróżnik **Arkady Fiedler** (1894-1985), w okresie wydawania książki jeszcze osoba żyjąca, obecnie spoczywający na tutejszym cmentarzu. Tam też znajduje się grób **Juliana Langego** (1873-1954), pułkownika i inżyniera, działacza „Sokoła”, w powstaniu wielkopolskim naczelnego komendanta Straży Ludowej. Pochowano tu też zmarłego w PuszczykóWKu **Bogdana Leitgebera** (1884-1950), kupca, w latach międzywojennych wielkiego mecenasa Teatru Polskiego.

Spośród związanych z Puszczykowem przedstawicieli nauki przede wszystkim należy wymienić **Jerzego Wojciecha Szulczewskiego** (1879-1969),

fizjografa, nauczyciela, a przede wszystkim badacza flory i fauny terenów dzisiejszego Wielkopolskiego Parku Narodowego. Puszczykowski cmentarz wymieniony jest też jako miejsce pochowania profesorów poznańskich: lekarza, fizjologa i biochemika **Stefana Dąbrowskiego** (1877-1947), geodety i melioranta **Zdzisława Manna** (1885-1975) oraz językoznawcy **Jana Otrębskiego** (1889-1971).

Spokój i klimat Puszczykowa spowodowały, że zamieszkało tu także wielu artystów. *Słownik* wymienia wywodzącego się ze Lwowa malarza i scenografa teatralnego **Stanisława Jarockiego** (1887-1966) oraz urodzonego nad Dniestrem śpiewaka-tenora Opery poznańskiej **Józefa Wolińskiego** (1890-1967), Z poznańskim Teatrem Polskim przez lata byli związani **Maksymilian Piotrowski** (1882-1949) — dyrektor teatru, który również występował jako aktor, oraz **Władysław Stoma** (1888-1968) — świetny aktor, który także był reżyserem i dyrektorem teatrów. Obaj zostali pochowani na cmentarzu w Puszczykowie.

W biogramach wspomina się również o prekursorskiej roli ekonomisty i bankowca **Władysława Tomaszewskiego** (1865-1914) dla rozwoju budownictwa willowego w Puszczykowie i PuszczykóWKu oraz o zaprojektowaniu tutejszego kościoła parafialnego przez znanego architekta i działacza politycznego **Adama Ballenstaeda** (1880-1942).

*Wielkopolski słownik biograficzny* ukazał się staraniem Państwowego Wydawnictwa Naukowego dwukrotnie — w latach 1981 i 1983, w łącznym nakładzie 16 tys. egzemplarzy. Na pewno posiada go każda większa biblioteka, jest też w wielu księgozbiorach prywatnych. Jeśli zainteresowały kogoś wspomniane wyżej postaci, nie powinien mieć trudności z poszerzeniem zawartych tu informacji.



# Zdzisław Zatorski

(1921-1993)

W październiku odszedł od nas długoletni, zasłużony mieszkaniec naszego miasta — mgr Zdzisław Zatorski.

Absolwent Wydziału Leśnego Uniwersytetu Poznańskiego całe życie zawodowe (1950-1981) poświęcił gospodarce leśnej i urządzaniu lasu, pracując w Biurze Urządzania Lasu i Geodezji Leśnej. Poza lasami na Mazurach urządził Nadleśnictwo Babki (Sasinowo, Komorniki, Rogalin), lasy Gołuchowa i Kórnik oraz lasy Wielkopolskiego Parku Narodowego. Mgr Zdzisław Zatorski w latach sześćdziesiątych brał udział w pracach Rady Naukowej WPN, prowadził szkolenia gleboznawcze, uzgadniał granice rezerwatów, opracowywał zagadnienia terenowe, gleboznawcze i geodezyjne WPN. Niewielką część spośród tych materiałów dotyczących zagadnień terenowych WPN publikowaliśmy na łamach naszej gazety, z którą Zmarły współpracował.

Mgr Zdzisław Zatorski był wielkim społecznikiem: w latach 1979-87 pełnił funkcję ławnika Sądu Rejonowego w Poznaniu, był radnym MRN w Puszczykowie. Działał w Stowarzyszeniu Inżynierów, Techników Leśnych i Drzewiarzy, w Polskim Towarzystwie Gleboznawczym. Aktywnie pracował w Komitecie Osiedlowym nr 1.

Jako leśnik i przyrodnik, rozumiejący odwieczne prawa często mawiał, iż rozwój postępu technicznego zgubi Ziemię szybciej, niż się to człowiekowi wydaje.

Bardzo silnie identyfikował się z częścią przyrody, która pojawia się na świecie, by w odpowiednim czasie odejść i zrobić miejsce następnym.

Odszedł człowiek niezwykle skromny i pogodny.

Redakcja

## Jesień

*Jesień do nas zawitała ze srebrnymi mgłami,  
zielone drzew korony pomalowała złotymi farbami.  
Na zapłotkach zapomniane jabłka się rumienią.  
Korale jarzębiny dojrzewając – czerwienieją!  
Jesień runo leśne nakryła złotym dywanem,  
z liści i igliwia utkanym.  
Gdzie spojrzą oczy Twoje – serce się raduje  
Nie tracąc czasu, idźmy pokłonić się Przyrodzie,  
na łące, w ogrodzie, lesie.*

Antonina Wiśniewska

**Pożegnaliśmy  
mgra Zdzisława Zatorskiego,  
członka i działacza  
b. Komitetu Osiedlowego nr 1  
w Puszczykowie. W latach  
1978-1990 pełnił w nim  
najpierw funkcję  
przewodniczącego Komisji  
Porządku Publicznego  
i Prawa, a następnie  
wiceprzewodniczącego.  
Służył także radą Komisji  
Zdrowia i Ochrony  
Środowiska.**

**Dzięki umiejętności  
współzycia z ludźmi,  
ogromnej kulturze  
osobistej, sposobowi bycia  
oraz autorytetowi, jakim się  
cieszył udało się  
Komitetowi Osiedlowemu  
pomóc wielu mieszkańcom  
Puszczykowa w ich  
żywotnych sprawach.  
Odszedł jeszcze jeden  
Mieszkaniec Puszczykowa,  
bezinteresownie  
poświęcający czas  
i zdrowie innym.**

Bożena Mocek

# SPORT W LICEUM

## SUWAŁKI 93

W dniach 11-12 września br. na stadionie lekkoatletycznym w Suwałkach rozegrane zostały Mistrzostwa Polskiego Szkolnego Związku Sportowego. Mistrzostwa przeprowadzone były w kategorii juniorów (rocznik 1974 i mł.). Każdy zawodnik miał prawo startu w dwóch konkurencjach indywidualnych i jednej sztafecie lub w jednej konkurencji indywidualnej i dwóch sztafetach. Nasz klub reprezentowany był przez skromną, bo zaledwie ośmioosobową grupę lekkoatletów w składzie: **Joanna Domagała, Renata Albrecht, Anna Burlinga, Anna Styza, Ewelina Zabańska, Marlena Robakowska, Artur Wróbel i Arkadiusz Trąbka**. Mistrzostwa rozpoczęły się 11 września (sobota) o godz. 10.00.

Już pierwsi zawodnicy, którzy stanęli na starcie dotkliwie odczuli skutki złych warunków atmosferycznych. Mimo to cała impreza od początku przebiegała bardzo sprawnie, a niezwykle doping licznie przybyłej publiczności sprawił, iż każdy zapomniał o chłodzie i całą uwagę skupiał na osiągnięciu jak najlepszego wyniku. Oficjalnie otwarcie mistrzostw odbyło się o godz. 15.00. Otwarcia dokonał burmistrz

Suwałk, który w krótkim przemówieniu życzył wszystkim startującym samych zwycięstw i rekordów, a kibicom wielkich emocji i wrażeń. Następnie wznowione zostały zmagania sportowców, które dostarczały coraz to większych emocji. Już pierwsze starty naszych lekkoatletów dowiodły, że są oni bardzo dobrze przygotowani. Efektem tego były dwa brązowe medale. Pierwszy w skoku wwyż zdobyty przez niezawodną jak zawsze „Zabę” czyli Ewelinę Zabańską. Drugi brązowy medal wywalczył niespodziewanie Arek Trąbka w skoku w dal. Bardzo bliska zdobycia medalu była również Ania Styza, która po bardzo pasjonującej walce zajęła, niestety, tylko IV miejsce. Pozostali nasi zawodnicy również spisali się bardzo dobrze, godnie reprezentując barwy naszego klubu, choć niekiedy brakowało po prostu szczęścia. Ogólnie nasz klub uzyskuje 22 punkty, sklasyfikowany został na dobrej XV pozycji. W porównaniu z rokiem ubiegłym jest to wynik lepszy, aż o siedem miejsc. Sądzę, że w przyszłym roku progresja wyników naszych lekkoatletów będzie równie wysoka jak w bieżącym.

Arek Trąbka

## „Z ekologią za pan brat”

Szacuje się, że około 50-70% fosforu w ściekach pochodzi z detergentowych środków do mycia i prania. Ścieki, trafiając do rzek i jezior stanowią najistotniejsze dla nich zagrożenie.

Badania instytutów naukowych wykazały, że rozpuszczenie 1 kg fosforu w wodzie przy dużym nasłonecznieniu słonecznym w okresie letnim powoduje powstanie aż 2 ton zielonej masy glonów.

Szerokim echem w mass mediach odbiła się groźba pozabawienia wody dla znacznej części Śląska z powodu zakwitnięcia glonów w Zbiorniku Goczałkowickim. Zagrożone także były ujęcia wody dla Łodzi i Katowic.

Zakaz stosowania polifosforanowych wypełniaczy w produkcji proszków do prania wprowadzono w Szwajcarii, Norwegii, Wenezueli i dziewięciu stanach USA obejmujących obszar Wielkich Jezior.

Dopuszczalną zawartość polifosforanów w środkach piorących określono w Kanadzie, Finlandii, Japonii, Włoszech, Niemczech, Austrii, Holandii, Szwecji, Francji oraz w USA.

W większości państw na zachodzie przy produkcji proszków do prania szkodliwy fosfor zastępuje się nieszkodliwym zeolitem. W Polsce ekologdy zabiegają o wprowadzenie norm określających zawartość fosforanów w artykułach chemii gospodarczej. Proponuje się także objęcie zakazem produkcji i importu proszków zawierających powyżej 5% czystego fosforu (niektóre polskie proszki zawierają od 12 do 40%).

Szeroka i jak mniemam skuteczna kampania reklamująca proszki przyνοι producentom nie małe zyski.

Dokonując zakupu pamiętaj o sprawdzeniu informacji o zawartości fosforanów. Zwróć uwagę na „Ariel” reklamowany z upodobaniem na szklanym ekranie. Jeden z nich zawiera fosforany (nie rozkładające się w ściekach), drugi jest bezfosforanowy.

## Parę rad nie tylko na jesienno-zimowe miesiące czyli zadbaj o zdrowie i sylwetkę nie czekając wiosny

Dla osób sprawnych, oprócz porannej gimnastyki sposobem na utrzymanie kondycji są codzienne spacer. W średnim wieku warunkiem zdrowia kobiety są codzienne sześcioro mężczyzny ośmiokilometrowe trasy.

W starszym wieku tak jednoznacznie określić się tego nie da. Dla jednego będzie to przejście dystansu 1,5 do 2 km, dla innych 6 km. Doskonałą formą ruchu jest także jazda na rowerze. Dobrą gimnastyką wspomagającą układ krążenia jest wchodzenie i schodzenie po schodach, np. gdy pogoda nie pozwala wybrać się na dłuższy spacer.

Codziennemu ruchowi musi towarzyszyć dieta.

W ciągu dwudziestu czterech godzin nie przemęczając się, nie trenując intensywnie wydatkujemy energetycznie 2000-3000 kcal. Jeśli chce się schudnąć, trzeba mniej jeść, więcej się ruszać, ograniczyć tłuszcze i stresy.

Pamiętać przy tym należy, że dieta winna być bogata w owoce i warzywa.

Kryśka

Wydawca: Towarzystwo Miłośników Puszczykowskiej i Wiołkopolskiego Parku Narodowego  
Redaguje zespół w składzie: Krystyna Szubian-Góral (tel. 233-976 po godz. 18.00 — red. naczelny), Przemysław Budziński (Komentarze sportowe), Arkadiusz Biedaszecki, Paweł Jechmiński (tel. 133-089), Lech Kamiński (tel. 133-818 po godz. 18.00), Sławomir Lejgubur, Maria Meszkowska (tel. 133-693 po godz. 18.00), Teresa Mazar (tel. 133-376 po godz. 18.00), Józef Mirowski, Izabela Stoliak-Ferek, Antonina Winińska, Barbara Zatorska-Gorzelańska, Łucjan Zawarowski  
Adres redakcji: Puszczykowo, ul. Brzozowej 17, Konto bankowe: Bank Spółdzielczy — Oddział w Puszczykowie, r.k. 7155-271-1.  
Fotokod: ZP Akapit, Poznań, ul. Czernichowska 4B, tel. 793-888.  
Druk: Zakład Poligraficzny „Intro-Druk”, Puszczykowo, ul. Kapernańska 73, tel. 193-982.