



Małgorzata i Piotr Piaseccy



Julia i Bartosz Rzepkowie



Julita Tomaszewska i Sebastian Śobczak



Katarzyna i Fryderyk Mikołajczakowie

NOWE MIASTO

Czarna Helena na średniowiecznym balu



„Bal z Czarną Heleną” - w klimacie średniowiecza zorganizowali młodzi członkowie Stowarzyszenia Miłośników Ziemi Nowomiejskiej.

„Młodzi” już po trzeci zajęli się przygotowaniem imprezy. - Mamy różne talenty w swym gronie. Nasz artysta - stolarz Fryderyk i jego mał-

żonka Katarzyna obmyślają scenografię, a potem realizujemy ich wizję - opowiada Julia Rzepka z SMZN. Podkreśla, że odpowiedni wystrój oraz przebrania sprawiają, że impreza nabiera wyjątkowego charakteru.

Na balu bawiło się prawie 90 osób. Jak zawsze pląsy trwały do

białego rana. Przygrywał zespół „Carat”, a rolę wodzireja, jak co roku, pełnił Przemysław Szeszula. Nie zabrakło celtyckich klimatów oraz tajemniczej Czarnej Heleny, w rolę której wcieliła się Dagmara Świerkowska. Dzięki temu goście poznali legendę o Czarnej Helenie z Kopca. - Było cudow-

nie i magicznie! Wielkie brawa dla wszystkich, a zwłaszcza dla organizatorów!” - chwalono po imprezie.

Dochód z balu zostanie przeznaczony na statutową działalność stowarzyszenia. - Przed nami kolejne wyzwania. Teraz skupiamy się na „Powitaniu wiosny”, które zorgani-

zujemy wraz z Folwarkiem Konnym Hermanów, by pomóc podopiecznym z Fundacji Ogród Marzeń. Fundacja wspiera bowiem także dzieci i młodzież z naszej gminy. A potem mamy Gardłoryki i Dni Ziemi Nowomiejskiej - dodaje Julia Rzepka.

(akf)

Zdjęcia Fryderyk Mikołajczak





Po kolędach gorąca herbata

Rzesza parafian wysłuchała świątecznego koncertu grupy wokalne „GAMA” z Zespołu Szkół w Krzykosach, która wystąpiła w kościele w Dębnie.

Wykonanie kolęd i pastorałek zachwycało wszystkich słuchaczy. „Leć kolędo po górach i dolinach”, „Oj, małuśki”, „Święta z bajki” to niektóre tytuły wykonanych utworów. Występ nagrodzono gromkimi brawami.

Ks. proboszcz Jacek Toś gorąco podziękował młodzieży i kieru-

jącej grupą Annie Beceli. Podkreślił także, że koncert mógł się odbyć dzięki pomocy technicznej Darka Podgajskiego i Sławka Mendyki. Radny Jacek Nyczke, dziękując młodemu śpiewakom, zachęcał do zwiedzania gminy Nowe Miasto. Wręczył każdemu książkę o walorach przyrodniczych Ziemi Nowomiejskiej. Po występie panie z Dębna zaprosiły zmarzniętych wykonawców do świetlicy nie tylko na gorącą herbatę.

(akf)

Wolontariusze z bardzo daleka w „dwójce”



Tracy z Australii, Yucellys z Kolumbii i Pranava z Nowej Zelandii byli gośćmi Szkoły Podstawowej nr 2 w Jarocinie.

Wizyta zorganizowana została w ramach innowacyjnego narodowego projektu edukacyjnego organizacji AIESEC Polska „Enjoy My Origin”. W czasie pobytu w szkole goście prowadzili zajęcia w różnych klasach w języku angielskim. tema-

tycznie związane z przyrodą, geografią, tradycjami, kulturą oraz historią swoich krajów. - Tracy nauczyła nas kilku słów po chińsku oraz jedzenia paleczkami, Yucellys zaprezentowała kroki salsy, a Pranav uczył nas języka Maori - opowiada Weronika Olek-Taszarek, nauczycielka języka angielskiego. - Wizyta wolontariuszy pozwoliła naszym uczniom sprawdzić swoje umiejętności językowe oraz dowiedzieć się

wielu ciekawych rzeczy o miejscach, z których pochodzą.

Goście zwiedzili Jarocin, byli w muzeum regionalnym w ratuszu, Muzeum Napoleońskim oraz Muzeum Star Wars w Pałacu w Witaszyczach. Praktykanci mieli również czas na odrobinę rozrywki: grali w kręgle, a nawet uczestniczyli w przyjęciu urodzinowym uczennicy, która gościła jedną z wolontariuszek. Oprac. (akf)

jarocinska.pl

► KAŻDEGO DNIA
NOWE INFORMACJE



Tadek Niejadek szedł do Betlejem

W ostatnią niedzielę stycznia w kościele franciszkanów w Jarocinie uczniowie kl. IIIa Szkoły Podstawowej nr 4 przedstawili jasełka pt. „Tadek Niejadek i przyjaciele idą do Betlejem”. - Dzieci pokazały, że zwalczając swoje wady, zbliżają się do Jezu-

sa. Swoją występowali śpiewem kolęd. Jedną z nich wykonała Ania Zielińska, uczennica kl. VI b. Pięknymi strojami, swoim zaangażowaniem uczniowie zakończyli cykl spotkań przy żłóbku - informuje szkoła.

Oprac. (nba)

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY



ZAPRASZA

WSZYSTKIE DZIECI NA

BALIK

niedziela, 23 lutego 2014 r.,

od 16.00 do 18.30

W SALI SPORTOWEJ

ZESPOŁU SZKÓŁ PONADGIMNAZJALNYCH NR 2

(UL. FRANCISZKAŃSKA)

MILE WIDZIANE PRZEBRANIA

(najładniejsze zostaną nagrodzone)

MNÓSTWO ATRAKCJI

WYSTĘPY TANCERZY, WOKALISTÓW, ŻONGLERA I MAGIKA, KONKURSY, MALOWANIE TWARZY...

WSTĘP WOLNY

PODCZAS IMPREZY BĘDZIEMY ZBIERAĆ
PIENIĄDZE NA POMOC PODOPIECZNYM FUNDACJI



► STUDNIÓWKI 2014

„Dwójka” na dwa polonezy

Tegoroczni maturzyści z Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych nr 2 w Jarocinie bawili się na studniówce w szkolnej sali sportowej. Bal, w którym uczestniczyło 280 osób, trwał do piątej nad ranem. Rozpoczął się aż dwoma polonezami - w jednym uczniowie zatańczyli z nauczycielami, a w drugim zaprezentowali się sami. Do tańca przygrywał zespół Nadir.

(ann)

Klasowe zdjęcia pamiątkowe uczniów ZSP nr 2 publikujemy na stronie obok ►



W pierwszej parze poloneza poprowadził dyrektor szkoły Witold Bierla z uczennicą liceum wojskowego Kingą Łokietek



Na parkiecie bawiło się prawie 300 osób



Fot. S. Dzielalski

Władysław Staśkiewicz z męską częścią swoich wychowanków

II PLEBISCYT NA NAJCIEKAWSZY FILM KLASOWY

Paintball, aquapark lub wypad do kawiarni dla całej klasy

Już po raz drugi „Gazeta Jarocińska” ogłasza konkurs dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych na najciekawszy film, przedstawiający daną klasę. Przed studniówkami maturzyści przygotowują kilkuminutowe prezentacje filmowe swoich klas. Takie prezentacje mogą posiadać także ich młodszy koledzy ze szkół powiatu jarocińskiego. Produkcja musi być zrealizowana w tym roku szkolnym (2013/2014).

Chcemy wyróżnić etiudy, które przypadną do gustu największej ilości naszych internautów. Wszystkie zakwalifikowane filmy udostępniemy na portalu www.jarocińska.pl, a głosowanie odbędzie się przez sms. W plebiscybie zwyciężyć mogą trzy klasy - mamy dla nich bardzo atrakcyjne nagrody: gra paintball z ognikiem, dwugodzinna wizyta w jarocińskim aquaparku (basen i sauna) oraz zaproszenie do Galeria Cafe. Ponadto najciekawszy film zostanie w całości wyświetlony w jarocińskim kinie podczas finału naszego plebiscytu w marcu.

Wystarczy przysłać lub przynieść do redakcji „Gazety Jarocińskiej” na płycie DVD albo na pendrive film o minimalnej rozdzielczości 640x480 pikseli (czas trwania do 30 minut) wraz z wypełnionym kuponem z „Gazety Jarocińskiej”. Zgłoszenia może dokonać tylko osoba pełnoletnia (uczeń lub wychowawca klasy). Na wasze produkcje czekamy do 21 lutego. Głosowanie odbywać się będzie od 24 lutego do 14 marca. Regulamin plebiscytu dostępny jest w siedzibie redakcji i na www.jarocińska.pl.

Sponsorami głównej nagrody wartości 2.500 zł są Aqua Sport Jakub Dalke i „Gazeta Jarocińska”.

(red)

SPONSORZY GŁÓWNI:

GAZETA
Jarocińska



ZGŁOSZENIE DO
„PLEBISCYTU
NA NAJFAJNIEJSZY
FILM KLASOWY”

Imię i nazwisko

Klasa, kierunek

Szkoła

adres zgłaszającego

telefon zgłaszającego

e-mail zgłaszającego

Oświadczam, że jestem autorem/współautorem/przedstawicielem grupy autorów* filmu i udzielam zgody/mam zgodę* na przesłanie filmu do serwisu YouTube.pl „Gazety Jarocińskiej” lub video.anyfiles.pl na potrzeby plebiscytu oraz nie będę z tego tytułu wnosił żadnych roszczeń, a także mam zgodę na publikację filmu osób biorących w nim w jakikolwiek sposób udział
*niepotrzebne skreślić

podpis

PARTNER AKCJI:

SPONSORZY:

JAROCIN XXI

AQUAPARK Jarocin

GALERIA cafe

GALERIA ANIA



Czerwona podwiązka była obowiązkowa



Grono pedagogiczne ZSP nr 2



klasa IV technikum hotelarskiego i elektronicznego



klasa IV technikum pojazdów samochodowych i elektronicznego



klasa IV technikum hotelarskiego



klasa III liceum ogólnokształcącego z rozszerzeniem wojskowym



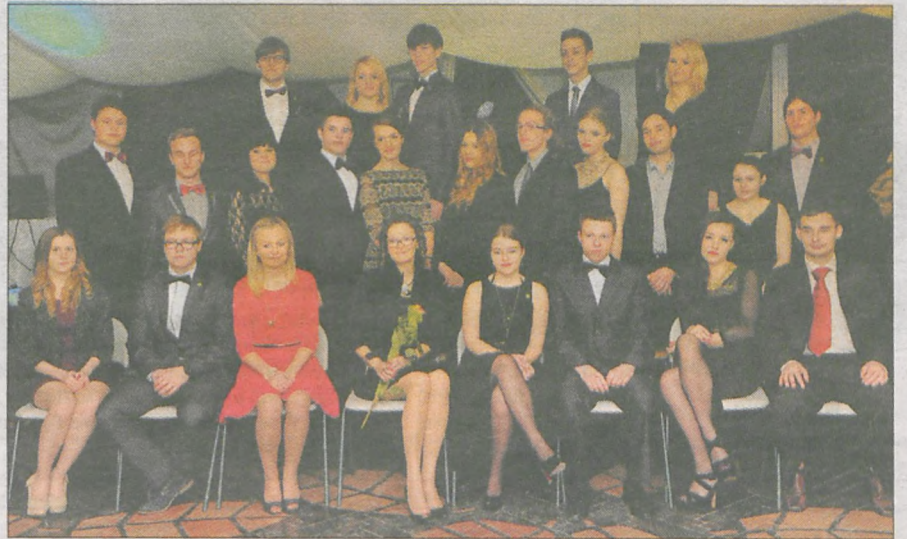
klasa III liceum ogólnokształcącego z rozszerzeniem policyjno-prawnym

Studniówka z rodzicami

Na studniówce tegorocznych maturzystów z liceum społecznego bawiło się około 60 osób. Tradycyjnie w balu uczestniczyli rodzice. Zabawa trwała do 3.30.



Maturzyści z gronem pedagogicznym...



...i osobami towarzyszącymi

OGŁOSZENIE

STUDIO
kreatywności

RUCHU
ARLETY
Piotrowskiej

NOWY
NABÓR!!!

taniec towarzyski,
latino solo dla Pań,
aerobik,
pilates,
mama i ja,
cheerleading
zumba



Karnawałowy
kurs tańca
towarzyskiego!!!
(dorośli oraz dzieci i młodzież)
czwartki 20.00 ul.
Wrocławska 114
Restauracja "Camea"

ZAPISY
tel. 602 873 187
studiokreatywnosci@gmail.com

► JAROCINIANKA W GRONIE WYBITNIE ZDOLNYCH

Stypendystka chce studiować architekturę

► Zuzanna Siwek z Jarocina została stypendystką Krajowego Funduszu na rzecz Dzieci. W 31. edycji pomocy wybitnie zdolnym znalazło się 519 uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych.



Laureaci Ogólnopolskiego Konkursu Malarskiego pt. „Gruzja - historia i kultura”. W górnym rzędzie czwarta od lewej Zuzanna Siwek



- Ja preferuję malarstwo akrylowe - wyjaśnia stypendystka

- Praktycznie od pierwszej klasy szkoły podstawowej chodziłam na zajęcia do Jarocińskiego Ośrodka Kultury. Początkowo prowadziła je pani Dorota Ludwiczak, a później Małgorzata Kruk - mówi Zuzanna Siwek, uczennica II klasy Liceum Ogólnokształcącego w Jarocinie. Stypendystka uczestniczyła również w projekcie plastycznym „(dla Więzi” realizowanym przez Sto-

warzyszenie Jarocin XXI. Jarocinianka, aby zakwalifikować się do programu, musiała złożyć około 30 prac. - Były to obrazy dużych rozmiarów, szybkie szkice z natury rysowane. Musiałam okazać dyplomy potwierdzające udział i zdobycie nagród w konkursach. - opowiada dziewczyna. Za pierwszym razem w 2012 r. nie udało jej się zakwalifikować, ale w ubiegłym roku znalazła się w gronie 519 osób wybitnie zdolnych. „Nasze stowarzyszenie nie udziela pomocy pieniężnej o charakterze socjalnym - nominacje Funduszu są przyznawane osobom, które mają znaczące osiągnięcia i chcą pracować nad swoim rozwojem” - czytamy na stronie Krajowego Funduszu na rzecz Dzieci.

Dzięki stypendium Zuzanna uczestniczyła w ostatni weekend stycznia w bezpłatnych zajęciach prowadzonych przez pracowników wyższych uczelni i instytutów Polskiej Akademii Nauk. Na luty zaplanowano w warszawskiej galerii Abakus wystawę prac stypendystów, a w okresie letnim dwutygodniowy obóz wielodyscyplinarny „Rzeczpospolita mniej znana” połączony z plenerem malarskim.

Uzdolniona jarocinianka zajęła drugie miejsce w ogólnopolskim konkursie o Gruzji. - Należało zapoznać się z historią Gruzji i wykonać na tej podstawie pracę plastyczną. Moja przedstawiała górski pejzaż, w oddali znajdowały się budynki, a na pierwszym planie wiejska droga z galopującą krową - wyjaśnia Zuzanna. Oprócz plastyki lubi matematykę i w przyszłości chciałaby studiować architekturę.

(era)

CHOCICZA

Rozmawiali o karierze z młodym profesjonalistą

Które zawody są najbardziej przyszłościowe? Gdzie się uczyć? Co studiować, aby w przyszłości mieć nie tylko pracę, ale i satysfakcję z tego, co się robi?

Odpowiedzi na te i wiele innych pytań związanych z planowaniem swojej kariery zawodowej szukali uczestnicy spotkania z Krzysztofem Arciszewskim - twórcą animacji, teledysków i filmów reklamowych. Warsztaty, zorganizowane przez filię biblioteczną w Chociczy, odbyły się w zespole szkół. Uczestniczyło w nich kilkudziesięciu

uczniów ostatniej klasy gimnazjum.

Krzysztof Arciszewski jest jednym z 30 profesjonalistów, którzy w całej Polsce odwiedzają biblioteki, szkoły i domy kultury. To młodzi ludzie mający ciekawą, przyszłościową pracę związaną z nowoczesnymi technologiami. Wszystkich łączy charyzma, pasja i ważne doświadczenia zawodowe, mogące być inspiracją dla młodzieży.

Uczniowie dowiedzieli się, jak wygląda dzień pracy Arciszewskiego, rozmawiali o nowych zawodach i zastanawiali się, które z nich są najbardziej przyszłościowe. Były quizy, pytania, wspólne ćwiczenia. - Krzysiek przekonał mnie do dążenia do tego, abym robił to, co lubię i co mnie fascynuje... - mówi jeden z uczestników zapytany o wrażenia.

Spotkanie w ramach drugiej edycji projektu „Link do przyszłości. Młodzi, Internet, Kariera”, w którym uczestniczy filia biblioteczna w Chociczy, odbyło się dla uczniów gimnazjum po raz drugi. Jest to przedsięwzięcie Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego, realizowane dzięki środkom firmy Microsoft i Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności, objęte patronatem Ministra Edukacji Narodowej oraz Ministra Pracy i Polityki Społecznej.

Oprac. (akf)



Fot. Organizatorzy

KOTLIN

Mistrzowie uczyli tańca w świetlicy



Michalina i Mikołaj (z lewej) wybrali łatwy układ, którego próbowali nauczyć młodzież z Kotliny

Michalina Lamprecht i Mikołaj Małgowski, tancerze szkoły JAST w Jarocinie, laureaci wielu konkursów, gościli w Świetlicy Środowiskowej przy Gimnazjum w Kotlinie.

Podczas spotkania z gimnazjalistami tancerze opowiadali o swojej

dotychczasowej karierze. Michalina i Mikołaj ćwiczą od sześciu lat. Przyznali, że trening zajmuje sporo czasu, ale udaje im się dobrze godzić pasję z nauką. Na swoim koncie mają sporo sukcesów. Największym z nich jest czwarte miejsce w Mistrzostwach Świata

w tańcu hip-hop i break-dance w duetach juniorów. Teraz rywalizują już z dorosłymi. Podczas spotkania zaprezentowali swoje umiejętności w duetach i układach solowych. Na zakończenie chętni mogli zatańczyć z mistrzami.

(pw)

**KRYSTIAN SOB CZAK Z JAROCINA**

Osiemnastoletni Krystian od urodzenia choruje na dziecięcę porażenie mózgowie czterokończynowe. Skutkiem schorzenia jest m.in. skolioza nerwowo-mięśniowa. Przeszedł operację stawu biodrowego i kręgosłupa. Dlatego potrzebuje wzmożonej rehabilitacji nie tylko w domu, ale również w specjalistycznych ośrodkach. Sytuacja rodziny nie pozwala na pokrycie wszystkich kosztów związanych z leczeniem, rehabilitacją, zakupem sprzętu i wyjazdami na kosztowne turnusy. Krystian jest podopiecznym Fundacji Dzieciom „Zdążyć z Pomocą”

▶ Nr KRS 000037904

Cel szczegółowy: 19345 Sobczak Krystian

**KAROLINA PRZYSTAŁA Z WOLI KSIĄŻĘCEJ**

Dziewięcioletnia Karolina jest uczennicą Zespołu Szkół Specjalnych w Jarocinie. Cztery lata temu zdiagnozowano u niej autyzm. Dziewczynka wymaga rehabilitacji i specjalistycznego leczenia. Korzysta między innymi z zajęć na basenie i hipoterapii. Jest podopieczną Fundacji na Rzecz Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym „Nowa Nadzieja” z Kalisza.

▶ Nr KRS 0000321541

Cel szczegółowy: Karolina Przystała

**MARYSIA PERA Z CHOĆCZY**

Marysia ma 14 lat. Urodziła się z porażeniem mózgowym czterokończynowym. Dziewczynka nie mówi i nie chodzi samodzielnie – porusza się z balkonikiem. Jest w rodzinie zastępczej. Jej opiekunom zależy na tym, żeby mogła pojechać na turnus rehabilitacyjny. Do sfinansowania pobytu potrzebuje wsparcia finansowego. Marysia jest pod opieką Fundacji Dzieciom „Zdążyć z pomocą”.

▶ Nr KRS 000037904

Cel szczegółowy: 19157 Pera Maria

**ANTONINA FORSZPANIĄK Z WITASZYC**

Tosia ma półtora roku. Urodziła się w 27. tygodniu ciąży. Zmagają się z szeregiem chorób – między innymi wodogłowie, wodonerczem prawej nerki oraz zanikiem nerwu wzrokowego, który nie leczony, prowadzi do ślepoty. Wymaga intensywnej rehabilitacji i opieki wielu specjalistów z różnych dziedzin. Rodzice dziewczynki starają się zapewnić córce wszystko, czego potrzebuje. Jednak ich możliwości finansowe są ograniczone, dlatego apelują o wsparcie i wpłatę 1% podatku. Antosia jest podopieczną Fundacji „Wcześniak Rodzice – Rodzicom”.

▶ Nr KRS 0000191989

Cel szczegółowy: Antonina Forszpaniak

**PRZEMYSŁAW WOJCIESZAK Z PRZYBYSŁAWIA**

Przemek ma 23 lata. Latem ubiegłego roku uległ nieszczeniowemu wypadkowi. Od tego czasu jest sparaliżowany. Ma złamany kręgosłup i uszkodzony rdzeń kręgowy. Nie oddycha sam, jest podłączony do respiratora. Wymaga całodobowej opieki i intensywnej rehabilitacji. Od września przebywa w ośrodku leczniczym w Konstancinie koło Warszawy. Pobyt jest częściowo odpłatny. Aby mógł wrócić do domu, rodzice muszą przybudować do swojego mieszkania specjalne pomieszczenie dla niego i wyposażyć je w specjalistyczny sprzęt. Dlatego apelują o wsparcie. Przemek jest podopiecznym Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: W/5 Wojcieszak Przemysław

**ANNA MARIA ANT CZAK Z JAROCINA**

Dwuletnia Ania choruje nieuleczalnie na mukowiscydozę. Wyniszcza ona jej organizm – płuca, serce, wątrobę. Do każdego posiłku musi mieć podawany sztuczny enzym. Wymaga codziennej rehabilitacji i leczenia. Dziewczynka pięć razy dziennie poddawana jest inhalacjom, oklepywaniu płuca oraz odsysaniu, co utrzymuje ją przy życiu. Ania jest pod opieką specjalistów z Kliniki Pneumonologii i Alergologii Dziecięcej w Poznaniu. Aby poprawić jej stan zdrowia, potrzebna jest specjalna kamizelka, w której dziecko jest oklepywane. Kosztuje ona 30 tys. zł i rodzice nie są w stanie sami uzbierać takiej kwoty. Dlatego proszą o wsparcie finansowe. Jest podopieczną Fundacji „Matio”.

▶ Nr KRS 000097900

Cel szczegółowy: Dla Anny Marii Antczak

**PIOTR GLAPA Z JAROCINA**

Piotr ma 20 lat i od dziecka choruje na niewydolność nerek. W wieku 12 lat miał przeszczep nerki. Od tego czasu przez długie leczenie dializami ma problemy z przewodem pokarmowym i musi być żywiony pozajelitowo. Bierze też leki zmniejszające odporność, przez co łatwo zapada na różne infekcje. Piotr potrzebuje wsparcia w finansowaniu zakupu leków oraz częstych wyjazdów i pobytów w szpitalu. Jest pod opieką Fundacji Dzieciom „Zdążyć z pomocą”.

▶ Nr KRS 000037904

Cel szczegółowy: 19125 Glapa Piotr

**KAROLINA ZALEWSKA Z ROSZKOWA**

Karolinka ma 2 lata. Urodziła się z wrodzonymi torbielami mózgu. Jest po operacji częściowego usunięcia dwóch torbieli pajęczynówki. Po trzech miesiącach od operacji z powodu objawów ostrego wodogłowie wszczepiono jej układ zastawkowy. Ciępi też na padaczkę lekooporną, czterokończynowy niedowład spastyczny oraz małoczęść z niedowidzeniem. Jest pod opieką wielu lekarzy specjalistów. Potrzebuje pomocy w leczeniu i rehabilitacji. Jest podopieczną Fundacji Dzieciom „Zdążyć z pomocą”.

▶ Nr KRS 000037904

Cel szczegółowy: 21704 Zalewska Karolina Roszków

**SEBASTIAN I BARTOSZ LIS Z NOWEGO MIASTA**

Sebastian ma 7 lat a Bartek 3 - są braćmi. Obaj chorują na dystrofię mięśniową Duchennea. Schorzenie ma podłoże genetyczne i jest nieuleczalne. Mięśnie chłopców stopniowo zanikają. Proces wyniszczenia organizmu jest ciągły i bezpowrotnie uniemożliwia normalne funkcjonowanie dzieci. Aby spowolnić chorobę, niezbędna jest codzienna intensywna rehabilitacja wszystkich mięśni, która jest bardzo kosztowna. Dlatego rodzice apelują o wsparcie. Chłopcy są podopiecznymi Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: I/1 Bartosz i Sebastian Lis

Chore dzieci czekają na naszą pomoc

Po raz kolejny apelujemy do naszych Czytelników o wpłatę 1% na rzecz potrzebujących dzieci z Ziemi Jarocińskiej. Z roku na rok jest ich coraz więcej. Wszystkie czekają na nasze wsparcie.

Na apel o pomoc może odpowiedzieć każdy. Wystarczy w rozliczeniu podatkowym za 2013 rok wpisać dane wybranego dziecka i wyrazić zgodę na przekazanie 1% podatku dochodowego. Resztę załatwi za nas urząd skarbowy.

Rodzice, którzy otrzymają pomoc z 1%, muszą się z niej dokładnie rozliczyć. Tego wymagają fundacje, które pośredniczą w przekazywaniu funduszy. Dlatego możemy być pewni, że nasza pomoc zostanie spożytkowana zgodnie z oczekiwaniami.

ANNA KONIECZNA
a.konieczna@jarocinska.pl



▶ Ze względu na rosnącą liczbę osób potrzebujących wsparcia z jednego procenta i próśb o publikację informacji w „Gazecie Jarocińskiej”, jesteśmy zmuszeni wprowadzić ograniczenie wiekowe. Będziemy nadal przyjmowali zgłoszenia, ale w „Gazecie” ukażą się informacje o nowych osobach tylko do 25. roku życia. Jeśli ktoś potrzebuje wsparcia, a przekroczył tę granicę wiekową, umieścimy jego apel o wpłatę 1% na portalu jarocinska.pl

▶ EMERYCIE, TY TEŻ MOŻESZ POMÓC!

Nasz apel kierujemy również do osób, które są na emeryturze. W tym przypadku, żeby przekazać 1% podatku, trzeba rozliczyć się samemu - niezależnie od tego, że rozlicza nas ZUS. Należy pobrać i wypełnić odpowiedni formularz PIT-u, wpisując dodatkowo dane fundacji i dziecka, któremu chcemy pomóc.

**STANISŁAW MARECKI Z JAROCINA**

Stas mam 10 lat. Zdiagnozowano u niego opóźnienie umysłowe w stopniu lekkim, niepełnosprawność ruchową oraz epilepsję. Ma zaburzoną koordynację wzrokowo-ruchową, opóźniony rozwój mowy i nieprawidłowości w procesie integracji sensorycznej, co powoduje problemy z nauką. Chłopiec potrzebuje na wszystko więcej czasu niż pozostałe dzieci. Żeby poprawić stan zdrowia, Stas wymaga dalszej terapii sensorycznej i rehabilitacji. Jest pod opieką Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: M/5 Marecki Stanisław

**KAMIL HAŁAJDA-OCZKOWSKI Z KADZIĄKA**

Czteroletni Kamil ma mózgowie porażenie dziecięce ruchowe. Jest pod opieką neurologa, ortopedy i okulisty. Wymaga intensywnej rehabilitacji. Częściowo ma ją zapewnioną w przedszkolu integracyjnym „Marcinek”, do którego uczęszcza. Potrzebne są jednak również turnusy rehabilitacyjne w specjalistycznych ośrodkach. Chłopiec używa też specjalnego obuwia ortopedycznego i okularów. Jest pod opieką Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: H/1 Hałajda-Oczkowski Kamil

**KONRAD GRUSZKA Z WOJCIECZNOVA**

U Konrada zdiagnozowano chorobę metaboliczną syropu klonowego. Ma opóźnienie psychoruchowe. Mimo 2,5 lat jeszcze nie chodzi. Potrzebuje ciągłej i intensywnej rehabilitacji ruchowej oraz logopedycznej. Jego leczenie opiera się na diecie niskobiałkowej. Chłopiec jest pod opieką Instytutu „Pomnik - Centrum Zdrowia Dziecka” oraz Kliniki Pediatrii, Żywnienia i Chorób Metabolicznych w Warszawie. Korzysta również z pomocy Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: G/2 Gruszka Konrad

**AGNIESZKA KUBIAK Z JAROCINA**

Agnieszka urodziła się w 26. tygodniu ciąży, co przeżyło się na jej silną krótkowzroczność. Potrzebuje specjalnych, bardzo drogich okularów oraz zaopatrzenia w sprzęt umożliwiający naukę w szkole. Dziewczynka jest pod opieką Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: K/6 Kubiak Agnieszka

**NATALIA SZYMCZAK Z CIELEGZA**

Natalia urodziła się w 1993 roku. Choruje na bardzo rzadki zespół genetyczny Cohena. Oprócz tego ma wiele innych dolegliwości – niedowład czterokończynowy, astmę i wadę serca. Jest pod opieką wielu specjalistów, między innymi ortopedy, kardiologa, neurologa i genetyka. Potrzebuje stałej i intensywnej rehabilitacji. Jest podopieczną Fundacji „Wspólnym krokiem”.

▶ Nr KRS 0000347949

Cel szczegółowy: S/6 Szymczak Natalia

**LENA MAĆKOWIAK Z JAROCINA**

Lena jest wcześniakiem. Urodziła się o 3 miesiące szybciej, niż powinna. Konsekwencją tego jest czterokończynowe mózgowie porażenie dziecięce. Od 4 lat Lenka codziennie poddawana jest rehabilitacji, nie tylko ruchowej, ale również takiej, która pomaga jej lepiej słyszeć, widzieć, jeść czy rysować. Przez patologiczny chód, Lena ma zwichnięte bioderka, które w późniejszym czasie będą wymagały operacji. W tym roku Lena przejdzie drugi już zabieg fibrotomii, likwidujący spastykę mięśni. - *Koszty rehabilitacji, terapii oraz leczenia operacyjnego są bardzo wysokie dlatego, dziękując za pomoc, prosimy o dalsze wsparcie w postaci 1%. Nieustannie walczymy o maksymalną sprawność naszej córeczki* - mówi mama dziewczynki. Lenka jest podopieczną Fundacji „Słoneczko”.

▶ Nr KRS 0000186434

Cel szczegółowy: ID 180/M Lena Maćkowiak

KRUCZYN

Bombonierki i wino dla seniorów

Takiej frekwencji jeszcze nie było - na imprezie z okazji Dnia Babci i Dziadka w Kruczynie bawiło się 90% zaproszonych seniorów.

Spotkanie zorganizowała rada sołecka. Swoim talentem miały okazję pochwalić się dzieci uczęszczające na zajęcia opiekuńczo-wychowawcze do świetlicy wiejskiej. Przygotowały cyrkowy występ - kłownów, tancerki na linie, iluzjonisty, siłaczy oraz mimów. Zaprezentowały też wiersze i piosenki. Babcie i dziadkowie zostali dodatkowo obdarowani - panie otrzymały bombonierki, a panów poczęstowano winem.

(akf)



Fot. Organizatorzy

„Misie poranne” babciom i dziadkom



Dzieci z Publicznego Przedszkola nr 5 „Marcinek” w Jarocinie zaprosiły babcie i dziadków na uroczyste spotkanie z okazji Dnia Babci i Dnia Dziadka.

Przedшкоlaki z oddziału „Misie poranne” przedstawiły

spektakl o zimie. Chłopcy ubrani byli w szaliki, czapki, rękawiczki i zimowe buty. Dziewczynki w białych strojach wyglądały jak śnieżynki. - Pięknie przedstawiły wierszyki i piosenki, wspólnie tańczyły z babciami i dziadkami

zostaną na długo w pamięci seniorów i wnucząt - opowiada Jacek Nyczka, dziadek Oliwii. Spotkanie zakończyła wspólna kawa i placki oraz życzenia stu lat dla zaproszonych gości.

Oprac. (akf)

Gwiazdor spóźnił się miesiąc

Z miesięcznym opóźnieniem do Góry dotarł Gwiazdor. Zanim pojawił się w sali wiejskiej, na scenie wystąpił

teatr z Leszna, który przedstawił baśń „Królowa Śnieżka”. - Po występie aktorów Gwiazdor obdarował licznie przybyłe dzie-

ci słodyczkami oraz zatańczył z nimi - relacjonuje Jolanta Jankowska, sołtyśka Góry.

Oprac. (igi)



Fot. Rada Sołectwa Góry

STĘGOSZ

Kolędy na orkiestrę i skrzypce

W nowo wyremontowanej sali wiejskiej w Stęgoszy odbyło się spotkanie oplatkowe dla seniorów.

Po krótkiej modlitwie, którą zainicjował ks. Piotr Dobak, proboszcz parafii w Radlinie, do której należy Stęgosz, wszyscy przelamali się oplatkiem

i złożyli sobie życzenia. Następnie zasiedli do słodkiego poczęstunku, który przygotowały mieszkanki Stęgoszy.

Spotkanie uświetniły orkiestra dęta Mickiewiczowskiego Centrum Turystycznego oraz skrzypaczka Izabela Bielarz.

Przy ich akompaniamencie wszyscy włączyli się w śpiew kolęd. Uczestników odwiedził też święty Mikołaj, który każdemu wręczył drobny upominek, a następnie - wraz z orkiestrą - zaprosił do odtączenia mazura.

(ann)



Mieszkańcy Stęgoszy chętnie skorzystali z zaproszenia na spotkanie oplatkowe do miejscowej sali wiejskiej

Fot. Organizatorzy

Z zasłoniętymi oczami rozpoznawali wnuki



Fot. Przedszkole w Jaraczewie

Liczne atrakcje czekały na babcie i dziadków z okazji ich święta w przedszkolu w Jaraczewie. Wierszyki oraz piosenki w wykonaniu maluchów były wstępem do wspólnych zabaw. Mnóstwo śmiechu wywołała konkurencja, podczas której dziadkowie mieli za-

kryte oczy i musieli rozpoznać swoje wnuki dotykając ich włosów i ramion. Inna zabawa polegała na obraniu jabłka w taki sposób, by skórka była jak najdłuższa. Balik zakończył się płasami w rytm ulubionych piosenek dzieci oraz słodką ucztą. Oprac. (igi)

Żywnienie w sporcie kluczem do sukcesu

WYBRANE PRZYKŁADOWE POSIŁKI SPORTOWCA

► **Śniadanie:**
2 szklanki płatków owsianych z mlekiem + 250 ml soku owocowego + 1 banan

► **II śniadanie:**
1 bułka z ziarnami + koktajl owocowy

► **Przekąska:**
170 g jogurtu smakowego + 200 ml soku owocowego

Sportowcy pragną lepszego przygotowania do startów, regeneracji po nich oraz zdrowia, ale najczęściej ten ostatni aspekt zostaje zignorowany, dopóki nie pojawią się dotkliwie konsekwencje przetrenowania. Zawsze podczas współzawodnictwa o zwycięstwo czy porażce decydują detale. Diabeł tkwi w szczegółach. Dieta i rodzaje produktów wybierane podczas treningów oraz w trakcie zawodów będą mieć wpływ na przygotowanie, gotowość fizyczną zawodnika oraz efekt końcowy czyli wynik.

Osiągnięcie sukcesów w uprawianym sporcie zależy nie tylko od czasu poświęconego na trening, ale również od innych czynników, spośród których właściwe żywienie jest kluczem do zwycięstwa. Prawidłowa dieta sportowca nie tylko umożliwia kontynuowanie treningu i utrzymanie jego intensywności, ale też jest najważniejszym czynnikiem w trakcie zawodów i regeneracji potreningowej.

Jak jeść? Warto wybierać żywność bogatą w węglowodany oraz dodawać inne produkty spożywcze do posiłków i przekąsek, aby zapewnić dobre źródło białka oraz innych, cennych składników odżywczych. Dlaczego? Substancje te mogą wspomagać inne procesy regeneracyjne, a w przypadku białek - sprzyjać dodatkowej regeneracji glikogenu, gdy spożycie węglowodanów kształtuje się poniżej poziomów docelowych lub gdy niemożliwe jest częste podjadanie. Produkty spożywcze węglowodanowe o umiarkowanym lub wysokim wskaźniku glikemicznym (GI) stanowią łatwo dostępne źródło węglowodanów do syntezy glikogenu i powinny być preferowane w posiłkach regeneracyjnych (np. dżem, miód, ryż, płatki owsiane śniadaniowe).

Co z tym białkiem? Białko natomiast ma na celu regenerację i zwolnienie tempa rozpadu białka zachodzącego w trakcie i po tre-

ningu oraz sprzyjanie przyrostowi, regeneracji i adaptacji mięśni poddanych bodźcowi treningowemu (np. 200 g jogurtu naturalnego, 2 szklanki ugotowanego makaronu, 300 ml mleka, 2 jajka).

Czy picie jest aż tak ważne? Odpowiednia podaż płynów wspomaga pracę mięśni, ale odgrywa też istotną rolę w procesie usuwania produktów przemiany materii, toksyn oraz stymulowania metabolizmu tłuszczów. Obok konieczności utrzymania równowagi pomiędzy wodą pobraną i utraconą przez organizm, nie należy zapominać o dostarczeniu elektrolitów, bo są potrzebne, by zapobiec obrzękom. Osoby aktywne fizycznie narażone są na nadmierną utratę sodu. Aby temu zapobiec, należy wzbogacić płyny w sód w ilości 30-50 mmol/l (1,7-2,9 g Na/l).



Dietetyk kliniczny, psychodietetyk
Agnieszka Straburzyńska
tel. 725 124 233, agnieszka.straburzynska@gmail.com

► DYŻURY APTEK

Dyżur (8.00 - 23.00)
oraz pogotowie pracy
(23.00 - 8.00)

► Od poniedziałku 3 lutego do niedzieli 9 lutego
APTEKA „CONVALLARIA”
Jarocin, ul. Wolności 7/9
tel. (62) 747-25-63

► Od poniedziałku 10 lutego do niedzieli 16 lutego
APTEKA „ASPIRYNKA”
Jarocin, ul. Hallera 14
tel. (62) 747-24-34

Od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 - 21.00,
w soboty w godz. 8.00 - 14.00
APTEKA „MEDIQ”
Jarocin, ul. Sienkiewicza 1a
tel. (62) 505-20-41

► WIECZORYNKA

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna („wieczorynka”) w Jarocinie Jarocin, ul. Szpitalna (główne wejście do szpitala)
tel. (62) 33-22-173

► TU POMAGAJĄ

► OŚRODEK TERAPII UZALEŻNIENI

w Jarocinie, ul. Kościuszki 18
tel. (62) 747-15-22
czynny od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 - 20.00
Terapia dla osób uzależnionych i członków ich rodzin. Interwencja kryzysowa dla ofiar przemocy.

► KLUB ABSTYNENTA

czynny od wtorku do piątku i w niedzielę w godz. 16.00 - 20.00 w Skarbczyku (Jarocin, Park 1)

► GRUPA AA „OAZA”

spotyka się w każdy wtorek w godz. 18.00 do 20.00 w Skarbczyku

► GRUPA AA „SERAFIN”

spotyka się w każdy czwartek w godz. 18.00 do 20.00 w klasztorze o.o. franciszkanów Jarocin, ul. Franciszkańska 3

► GRUPA AL-ANON

dla rodzin spotyka się w każdy wtorek w godz. 18.00 do 20.00 w Skarbczyku

► GRUPA AA „PROMYK”

w Jaraczewie, Rynek 5A w każdy poniedziałek, godz. 18.00

► KLUB ABSTYNENTA „FENIKS”

w Jaraczewie, pełni dyżur w każdy czwartek, w godz. 18.00 - 20.00

► PUNKT KONSULTACYJNY

dla rodziców oraz młodzieży eksperymentującej i uzależnionej od alkoholu i narkotyków działa w każdą sobotę na terenie Ośrodka Terapii Uzależnień w Jarocinie, ul. Kościuszki 18 w godz. 9.00 do 13.00 informacja telefoniczna (62) 747-15-22

► PUNKTY KONSULTACYJNE

dla osób z problemami alkoholowymi i członków ich rodzin:

KOTLIN

ul. Poznańska 22 (budynek biblioteki) punkt konsultacyjno-informacyjny dla osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków oraz ich rodzin, a także dla ofiar przemocy w rodzinie. Czynny jest w każdą pierwszą i trzecią środę miesiąca, w godz. od 15.30 do 17.00

ŻERKÓW

tel. (62) 740-20-42 punkt konsultacyjny ds. uzależnień ul. Mickiewicza 6 (1. piętro) czynny w środy, w godz. 17.00 - 19.00

JARACZEWO

tel. (62) 740-80-13 czynny w pierwszy i trzeci wtorek miesiąca, w godz. 17.00 - 19.00 ośrodek zdrowia w Jaraczewie

RUSKO

tel. (62) 740-02-60 czynny w drugi i czwarty czwartek miesiąca, w godz. 17.00 - 19.00 ośrodek zdrowia w Rusku

► TELEFON ZAUFANIA

(62) 747-01-90 W każdy piątek w godz. 16.00 - 18.00

Zadzwoń, jeśli sobie nie radzisz

Jeśli nie widzisz wyjścia z problemów, w które popadłeś, uważasz swoją sytuację za beznadziejną, w każdy piątek, od 16.00 do 18.00, możesz zadzwonić pod nr (62) 747-01-90, opowiedzieć o swoich kłopotach, poprosić o radę.

- Świadczymy doraźną pomoc, gwarantującą możliwość anonimowej wymiany myśli tym osobom, które przeżywają

trudności natury moralnej, społecznej lub psychologicznej i próbują pokonać własne osamotnienie, uzależnienia, depresje, poczucie beznadziejności itp. - opowiada osoba z jarocińskiego Telefonu Zaufania. - Kontakt z TZ może nawiązać każdy, zwłaszcza w chwilach kryzysu. Jest to szczególnie istotne dla ludzi rozważających możliwość popełnienia samobójstwa.

Telefon Zaufania stanowi oparcie dla wszystkich tych, którzy dotknięci są trudnymi, osobistymi problemami i nie chcą lub nie mogą się nimi podzielić z rodziną czy znajomymi. Na prośbę telefonującego, dyżurni kierują go do odpowiednich służb i instytucji oraz informują o istniejących możliwościach wyjścia z kryzysu. (akf)

OGŁOSZENIA

Poradnia Dr Elżbieta Konieczna DIELETYCZNA

- Dietoterapia otyłości dzieci, młodzieży i osób dorosłych
- Wspomaganie leczenia dietą chorób układu pokarmowego, krążenia i chorób metabolicznych
- Dopasowanie diety do trybu życia i stanu zdrowia
- Prowadzenie warsztatów i indywidualnych porad z zakresu zdrowego stylu życia oraz roli żywienia w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych
- Udzielanie wsparcia i wzbudzanie motywacji podczas kuracji dietetycznej



Bądźmy zdrowi i szczupli przez cały rok!!!
PORADY INDYWIDUALNE I ONLINE

JAROCIN, NZOZ "Medicus", ul. Magnoliowa 1 tel. 509-537-580



Agnieszka Straburzyńska
Dietetyk kliniczny i sportowy

Rejestracja: tel. 725 124 233
agnieszka.straburzynska@gmail.com
www.wylegarnia-zdrowia.pl
www.facebook.com/WylegarniaZdrowia



www.cardinox.pl

rezonans.ostrow@cardinox.pl

REZONANS MAGNETYCZNY
Ostrów Wielkopolski

ul. Limanowskiego 20/22
Budynek Przychodni Specjalistycznych

Najwyższa jakość badań

Rejestracja tel. 62 720 32 20

SOLENIZANCI: 4 wtorek: Andrzej, Józefa, 5 środa: Agaty, Izzydora, 6 czwartek: Pawła, Doroty, 7 piątek: Romualda, Ryszarda, 8 sobota: Jana, Piotra, 9 niedziela: Apolonii, Cyryla, 10 poniedziałek: Elwiry, Jacka

I TY MOŻESZ ZŁOŻYĆ ŻYCZENIA



ALBINOWI

„Już cztery dychy masz na karku, zaraz coś do picia wyjmemy z baru. Wnet się wszyscy uśmiejemy, Twoje zdrowie wypijemy.” Wszystkiego co najlepsze, w tym zdrowka i spełnienia marzeń w dniu urodzin życzą znajomi



TERESIE I MACIEJOWI BARANOWSKIM

Z okazji jakże pięknych 40. Godów życzymy Wam, abyście dalej szli przez życie, trzymając się mocno za ręce, zawsze uśmiechnięci, zawsze razem - Jacek z Agnieszką, Maciej z Majką



KUBUSIOWI STAŚKIEWICZOWI

Kolorowych snów, uśmiechu od ucha do ucha, pięknych bajek na dobranoc, co dzień nowych przygód, gwiazdki z nieba i wspólnych przyjaciół z okazji 6. urodzin życzą dziadkowie z prababcią z Wysogotówka

PROSTO I ZA DARMO: Zapraszamy naszych Czytelników do przyniesienia zdjęć z imprez rodzinnych, rocznic ślubu, imienin czy urodzin. Prosimy o zaznaczenie, kto obchodzi jakąś uroczystą okazję, np. rocznicę zawarcia związku małżeńskiego, kto postanowił zrobić jubilatowi niespodziankę. Prosimy o nieprzesyłanie życzeń pocztą.



LENA KUCHARZAK Z JAROCINA
ur. 31 stycznia o godz. 11.40
waży 3.700 g, mierzy 57 cm



ALEX RATAJCZAK Z ZAKRZEWA
ur. 3 lutego o godz. 2.55
waży 3.850 g, mierzy 56 cm



WOJCIECH SIERAŃSKI Z JAROCINA
ur. 31 stycznia o godz. 21.30
waży 3.840 g, mierzy 59 cm

NASI MILUSIŃSCY

Zdjęcia noworodków
prosimy odbierać od piątku



Foto - Piotr
Mikołajczak

63-200 Jarocin, ul. Śródmiejska 13
tel. (62) 747-22-06



JAN JĘDRZEJCZAK Z WYSOGOTÓWKA
ur. 1 lutego o godz. 1.25
waży 3.410 g, mierzy 57 cm



OLIWIER RATAJCZAK Z ZAKRZEWA
ur. 29 stycznia o godz. 11.29
waży 2.625 g, mierzy 49 cm



FABIAN RATAJCZAK Z ZAKRZEWA
ur. 29 stycznia o godz. 11.30
waży 2.305 g, mierzy 48 cm



ZUZANNA KORASIAK Z RADLINA
ur. 31 stycznia o godz. 2.10
waży 3.260 g, mierzy 56 cm



FILIP RATAJCZAK Z GOLINY
ur. 29 stycznia o godz. 9.18
waży 3.280 g, mierzy 56 cm

OGŁOSZENIE

SPINNING - jeden z 10-ciu najpopularniejszych programów fitness na świecie!!!!

Wielu osobom ta nazwa kojarzy się po prostu z wędkarstwem, a dokładniej ze spinningowaniem. Na pytanie, co to jest SPINNING i jakie korzyści daje nam ta forma aktywności fizycznej odpowiedzą nam instruktorzy prowadzący właśnie te zajęcia w ATLAS FITNESS CLUB JAROCIN I PLESZEW - Judyta Pasternak oraz Przemysław Matan.

A więc zadajmy pierwsze kluczowe pytanie, czym właściwie jest Spinning?

Judyta: To rytmiczna jazda na rowerze stacjonarnym przy muzyce pod dyktando instruktora. Intensywność jest kontrolowana za pomocą monitorów pracy serca. Natomiast trener narzuca tempo jazdy, obciążenia czy pozycje na rowerze. Prawidłowo przeprowadzony trening składa się z rozgrzewki, właściwego treningu oraz stretchingu z naciskiem na mięśnie łydek, ud, pośladków, ale także mięśnie pleców i karku. Spinning to forma ruchu bezpieczna a zarazem bardzo intensywna. Stanowi rozwiązanie dla tych, którzy nie radzą sobie z utrzymaniem rytmu oraz zapamiętaniem układów choreograficznych w różnych odmianach aerobiku.

Jak zaczęła się Wasza przygoda ze Spinningiem?

Przemek: Jazda na rowerze zawsze przynosiła mi ogromną radość dając przy tym ogromne korzyści dla zdrowia. Problemem był sezon zimowy w którym ciężko jest pogodzić rower z pogodą a Spinning to doskonała alternatywa nie tylko kiedy wieje i pada. Wtedy wybrałem się na zajęcia Spinningu w Poznaniu i pojechałem to od pierwszego treningu. Powtórzyłem to kilkakrotnie i postanowiłem zostać Instruktor. Przygoda ta już trwa ponad 3 lata gdzie począwszy od podstawowego szkolenia jakim jest Spinning Clinic podnosiłem swoje kwalifikacje poprzez kolejne etapy Spinning Heart Rate Training czy Spinning Cadence + Creative Coaching zagłębiałem się w charakterystyce tego treningu. Teraz latem, wiosną, jesienią i zimą nie wyobrażam sobie dbania o siebie bez spinningu

Jak wyglądają prowadzone przez Was treningi?

Judyta: Ogólna budowa każdej jednostki treningowej jest podobna i składa się z rozgrzewki którą z reguły jest jazda przy spokojnej muzyce i tempie (kadencji) z lekkim obciążeniem dającym nam poczucie jazdy po płaskiej drodze i trwa od 5 - 10 min. Część główna w której realizowane są główne założenia treningowe (biegi, sprinty, podjazdy w pozycjach stojących i siedzących...) 35-40 min, no i końcówka, która polega na wyciszeniu organizmu, uspokojeniu tętna, oddechu no i oczywiście stretchingu. Instruktor czuwa nad prawidłowym wykonywaniem ćwiczeń i motywuje uczestników zajęć

ZAWIESIĆ W SWOIM HOLEM GŁOS WWW.atlasfc.pl

WITALNOŚĆ
spinning
INTENSYWNOSĆ

SPINNING

TRENING
ZABAWA
ZDROWIE

poczuj muzykę
uwolnij rytm

JAROCIN tel. 62 747 53 93
PLESZEW tel. 513 360 015

Spinning. Dobiera również odpowiednią muzykę.

Przemek: Oferujemy 3 rodzaje treningu:

Wytrzymałościowy (Mega spalanie) - trening ten ma bardzo wysoki współczynnik spalania tkanki tłuszczowej, umiarkowany

wysilek w intensywności 65-80% tętna maksymalnego, dobry trening mentalny.

Siłowy (Górskie szlaki) - Większa intensywność 75-85%, łącząca w sobie wysoki współczynnik spalania tkanki tłuszczowej, rozwój siły mięśniowej oraz wzmocnienie układu sercowo-naczyniowego. Interwałowy (Zmienny teren) - charakteryzujący się bardzo dużą intensywnością 65-92% tętna maksymalnego, jest najlepszy do budowania wytrzymałości i kondycji spalając przy tym duże ilości kalorii. **A teraz pytanie o kalorie, jak dużo można ich spalić podczas takiej jazdy?**

Przemek: Te wartości są zróżnicowane i zależą od rodzaju treningu. Średnio spalamy 400-600 cal i przejeżdżamy w zależności od przygotowanej trasy od 25-40 km. Podczas bardzo intensywnej 60-cio min jazdy możemy spalić nawet do 1000 cal i jest to o wiele więcej niż gdy np. biegamy lub pływamy.

Jakie są korzyści z tego rodzaju aktywności fizycznej?

Judyta: Już od pierwszego naciśnięcia pedałów możecie Państwo dostrzymać krokowi innym, ponieważ sami wybieranie stosowne obciążenie oraz program. Jazdę na rowerze treningowym uprawia się po to, aby schudnąć, wzmocnić nogi i pośladki, poprawić kondycję, napięcie i jędrność skóry albo po prostu dlatego, że sprawia to niesamowitą przyjemność!

Jak często najlepiej trenować i czy wiek tutaj ma znaczenie?

Przed wszystkim musimy postawić na systematyczność, która jest kluczem do sukcesu w każdym treningu. Myślę, że dwie jazdy w tygodniu pozwolą nam uzyskać korzyści o których wcześniej wspominaliśmy a optymalnym rozwiązaniem byłby trening 3 razy w tygodniu. Przez podkreślanie indywidualnych potrzeb, bez względu na wiek, czy umiejętności, kładąc nacisk na wagę monitorowania tętna, program Spinning oferuje energię i koleżeństwo zajęć grupowych, bez współzawodnictwa i presji.

Mylicie o..... poprawieniu kondycji, wytrzymałości, spalaniu dodatkowych kalorii, czy polepszeniu wyglądu? Musicie wobec tego sprawdzić czym jest jazda na profesjonalnym rowerze treningowym! Gwarantujemy, że czegoś takiego jeszcze nie przeżyliście!

„BIREX” Firma Usługowo-Handlowa zatrudni:

Kierowców z kat. C+E

Wymagania: prawo jazdy kategorii C+E, wszystkie dokumenty wymagane w zawodzie kierowcy, mile widziana karta kierowcy.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt:
BIREX Firma Usługowo-Handlowa, ul. Poznańska 26, 63-200 Jarocin
w godz. 7.00 - 15.00, kontakt: 601-566-947



Burmistrz Jarocina

informuje, że w dniu 29.01.2014 r. na okres 21 dni został wywieszony na tablicy ogłoszeń w podcieniach Ratusza i w budynku Urzędu wykaz nieruchomości gruntowej położonej w Golinie przeznaczonej do oddania w dzierżawę na cele rolne.

ROLETY

MOSKITIERY - 25%

ŻALUZJE	ROLETY	MOSKITIERY	MARKIZY	VERTICALE
aluminowe drewniane plisowane perforowane	standardowe w kasetach rzymskie zewnętrzne	ramkowe rolowane przesuwne plisowane	balkonowe tarasowe koszowe	materiałowe aluminiowe PCV

MADOS ul. Wrocławska 34 (w bramie SEZAMU) JAROCIN
tel. 62 505 31 31 www.mados.com.pl

BIURO RACHUNKOWE

z wieloletnim doświadczeniem
Halina Sobczak
609-710-696

MOŻLIWOŚĆ DOJAZDU DO KLIENTA
ul. H. Sawickiej 12
63-210 Żerków
Tel. kom: 609-710-696
Tel. dom. (62) 740-33-20

ZAKŁAD KAMIENIARSKI

Z. Tomczak
Nowe Miasto n. Wartą
ul. Śremska 5
tel. (61) 287-44-61
tel. kom. 601/787-620

- oferuje:
- płyty granitowe z całego świata
 - nagrobki (granit, lastriko)
 - parapety, schody, blaty, płytki
 - liternictwo
 - tablice nagrobkowe
 - elementy granitowe wg własnego projektu
 - kostka granitowa



Gwarantujemy wysoką jakość i niskie ceny

KOTŁY C.O. USŁUGI ŚLUSARSKIE

PUPH STAL WŁAZ
Jarocin
ul. Św. Ducha 120
Tel. 503/670-611

usługi spawalnicze TIG

Możliwość współpracy z firmami
PŁOTY, BALUSTRADY, KRATY
Tel. 724 135 428

POTRZEBUJESZ ...
KIEROWNIKA BUDOWY ARCHITEKTA INSPEKTORA NADZORU CERTFIKATU ENERGETYCZNEGO



TEL. 665 404 129

SPRZEDAŻ BRYKIETU DĘBOWEGO



Możliwość spalania w kominkach, piecach kuchennych, kaflowych, C.O. Wygodne opakowanie 25 kg

SUPER CENA! ZAPRASZAMY
STANOS Sp. z o.o.
Al. Niepodległości 30 (plac GS), Jarocin
tel. 62/505 30 90 lub 697 915 073



DREWNO OPAŁOWE

- dębowe
- sosnowe (Z DOWOZEM)
NAJNIŻSZE CENY!!!

Jarocin, ul. Ceglana 1
tel. 608 405 256, 608 730 895

OGŁOSZENIE O PRZETARGU

Burmistrz Jarocina działając na podstawie art. 38, art. 39 ust. 2 i art. 40 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2010 r. Nr 102, poz. 651 ze zmianami) art. 5 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2004 r. Nr 54, poz. 535 ze zmianami) Uchwały Nr XLIII/709/2006 Rady Miejskiej w Jarocinie z dnia 28 września 2006 r. w sprawie wyrażenia zgody na zbycie nieruchomości położonych we wsi Mieszków

OGŁASZA TRZECI PRZETARG USTNY NIEOGRANICZONY na sprzedaż nieruchomości nie zabudowanej położonej we wsi Mieszków

Lp.	Numer działki	Pow. w ha	Księga wieczysta	Uzbrojenie- możliwość do podłączenia	Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania	- Cena w PLN - Wadium
1.	13/5	0,1384	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna	Zgodnie z Uchwałą Nr XII/179/2003 Rady Miejskiej w Jarocinie z dnia 31 października 2003 r. w sprawie miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego wsi Mieszków, gmina Jarocin dla działek nr 13/1 i nr 13/2 przeznaczone są pod zabudowę mieszkaniową jednorodziną	36.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 7.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
2.	13/6	0,1316	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		31.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 6.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
3.	13/7	0,1319	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		31.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 6.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
4.	13/8	0,1308	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		30.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 6.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
5.	13/9	0,1294	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		30.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 6.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
6.	13/10	0,1279	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		30.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 6.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
7.	13/11	0,1264	KZ1J/00029396/8	kanalizacja woda energia elektryczna		29.000,00 zł + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży - Wadium 5.000,00 złotych wnoszone w pieniądzu
Opis nieruchomości			Działki nie są zabudowane			
Położenie			Mieszków			

Nieruchomości nie są obciążone prawem na rzecz osób trzecich.
Pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości odbył się dnia 19 lipca 2013 r. o godz. 12-tej i zakończył wynikiem negatywnym.
Drugi przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości odbył się dnia 11 października 2013 r. o godz. 12-tej i zakończył wynikiem negatywnym.
Przetarg odbędzie się dnia 28 marca 2014 r. o godz. 1300 w Jarocinie w siedzibie Urzędu Miejskiego w Jarocinie Al. Niepodległości 10 - sala posiedzeń.
- Warunkiem uczestnictwa w przetargu na sprzedaż nieruchomości wymienionej w niniejszym ogłoszeniu jest wpłacenie wadium w gotówce w wysokości wyżej określonej na konto Urzędu Miejskiego w Jarocinie w BZ WBK S.A. I O/Jarocin Nr 91 1090 1131 0000 0000 1300 1942 w nieprzekraczalnym terminie do dnia 24 marca 2014 r.

Uwaga: Przez wniesienie wadium w terminie, rozumie się uznanie w dniu 24 marca 2014 r. rachunku bankowego Urzędu wymaganą kwotą wadium.
- Dowód wniesienia wadium przez uczestnika przetargu podlega przedłożeniu Komisji Przetargowej przed otwarciem przetargu.
- Wadium wpłacone przez osobę, która przetarg wygra zaliczone zostanie na poczet ceny nabycia nieruchomości.
- Pozostałym osobom wadium zostanie zwrócone nie później niż przed upływem 3 dni od dnia odpowiednio: odwołania przetargu, zamknięcia przetargu, unieważnienia przetargu lub zakończenia przetargu wynikiem negatywnym.
- Wadium ulega przepadkowi w razie uchylecia się uczestnika, który przetarg wygra, od zawarcia umowy notarialnej.

O wysokości postąpienia decydują uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych.
Cena nieruchomości osiągnięta w przetargu + podatek od towarów i usług obowiązujący w dacie sprzedaży podlega zaplaceniu przez Nabywcę nie później niż do dnia zawarcia umowy przenoszącej własność - uznanie rachunku bankowym Urzędu wymaganą kwotą.

Opłaty notarialne i sądowe związane z zawarciem umowy w formie aktu notarialnego oraz założeniem wpisem do księgi wieczystej w całości ponosi nabywca nieruchomości.

Korzystanie z wszelkich urządzeń infrastruktury komunalnej i technicznej wymaga uzgodnienia z dysponentami sieci i obciąża całkowicie nabywcę nieruchomości. Istniejące na nieruchomości urządzenia infrastruktury technicznej i komunalnej mogą być wykorzystywane przez nabywcę tylko i wyłącznie na warunkach określonych przez dysponenta tych urządzeń.

W przetargu mogą brać udział osoby fizyczne lub ich pełnomocnicy oraz osoby prawne działające przez ustanowionych w tym celu pełnomocników, jeżeli wpłacą wadium w wyznaczonym terminie.

Uczestnicy przetargu winni przed przystąpieniem do licytacji przedstawić Komisji Przetargowej:
osoby fizyczne - dowód potwierdzający tożsamość (dowód osobisty, paszport);
osoby prawne - aktualny wypis z właściwego rejestru oraz upoważnienie udzielone przez organ przedstawicielski;
pełnomocnicy - pełnomocnictwo notarialne.

Nabycie nieruchomości przez cudzoziemca następuje z uwzględnieniem przepisów ustawy z dnia 24 marca 1920 r. o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców (Dz. U. z 2004 r. Nr 167, poz. 1758 ze zmianami).

Burmistrz Jarocina zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny.

Szczegółowe informacje dotyczące w/w nieruchomości można uzyskać w Urzędzie Miejskim - Wydział Nieruchomości, Planowania i Ochrony Środowiska pokój nr 48 w Jarocinie Al. Niepodległości 10 telefon 749-95 52 od godz. 8⁰⁰ - 16⁰⁰.



TUCZ

KONTRAKTOWY



+48 669 19 11 11

BM Kobylin sp. z o.o. ul. 1-go Maja 3 63-760 Zduny
tel./fax: 62 725 22 45 e-mail: biuro@bmkobylin.pl

Najlepsza cena na rynku!

SPRZEDAŻ

JAŁOWIC CIELNYCH

- użytkowe
- hodowlane

Milk Poland 887 789 323



DANPOL
ZDZIECHOWA

KUPUJEMY

maciory i knury

Odbiór z gospodarstwa
Płatność gotówką
lub szybki przelew



tel. 608 439 125
609 218 648

Przedsiębiorstwo „BIS” skupuje

JAŁOWICE

HODOWLANE I UŻYTKOWE
od 7 miesięcy cielności
oraz
JAŁOWICE HODOWLANE
od 2 do 5 m-ca cielności

Zgłoszenia:
(65) 573-86-31, (65) 572-73-36
pon. - pt.: 8.00 - 16.00

SKUP

MACIOR
I KNURÓW



Płatne gotówką!
tel. 500 598 465

SKUP BYDŁA

W SŁABSZEJ KONDYCJI

- dogodne warunki płatności
- odbiór własnym transportem z gospodarstwa

Zapraszamy do współpracy 24 h
Tel. 722 014 600



KUPIĘ BYDŁO RZEŻNE

Płatność przelew 1 dzień



Jałówki hodowlane i użytkowe od 7 m-c cielności

tel. 508 223 035, (65) 575 18 48

SKUP

maciór, knurów, tuczników i bydła

ATRAKCYJNA CENA
gotówka, szybki przelew



Tel. 880 203 189

SKUP

bydła rzeźnego

Gotówka lub przelew

tel. 664 499 683



dht
t a r t a k

KUPUJEMY DREWNO TOPOŁOWE

tel. 505185508

MOŻLIWOŚĆ DOWOZU DO KLIENTA

OFERUJEMY:

- drewno opałowe dębowe
- trociny dębowe
- korę dębową zmieloną (idealną jako ściółka dla zwierząt)
- korę dębową niezmieloną

PRODUCENT DĘBOWYCH DESEK PODŁOGOWYCH

TARTAK KOSZKOWO
tel. 65 5716620, 515131606, czynne: pn.-pt. 7-16

Mir Mar

Skup

bydła

Gotówka!

Tel. 663 702 238
723 424 376

KUPIĘ

maciory, knury

SUPER CENA!

Odbieramy pojedyncze sztuki
Płatne z VAT-em przy odbiorze

Tel. 667 300 427

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

www.wiescirolnicze.pl



WIEŚCI ROLNICZE

Dobre wieści dla rolników!

- aktualności
- ceny artykułów rolnych
- informacje
- technika rolnicza

HOROSKOP

WODNIK (20 I - 18 II)

Przytyły kolosalnej energii! W optymalnym dla Ciebie położeniu astrologicznym możesz obecnie wykonać wszystko, co Ci się zamarzy. Podsumuj pierwszy miesiąc tego roku. Czy jesteś zadowolony ze swoich dokonań? Jeśli nie, masz świetną okazję, by nadrobić zaległości i podgonić pracę do przodu. W ten sposób pokonasz konkurencję, a swoich rywali zostawisz w tyle. Gdy sam przestaniesz się bać, przybędzie Ci odwagi.

BARAN (21 III - 19 IV)

Nowości, zmiany w sferze zawodowej. Osiągniesz taką pozycję, że wreszcie będziesz mógł spokojnie zająć się obowiązkami, a na dodatek wypłaty wystarczą na dłużej niż do pierwszego. Większą ilość wolnego czasu przeznacz na własny rozwój, na naukę tego, czego chciałbyś się nauczyć, na doskonalenie tych umiejętności, które już posiadasz. Staraj się dążyć do perfekcji.

BYK (20 IV - 20 V)

Wymarzony tydzień do przyspieszenia kariery zawodowej. Wiara we własne umiejętności doda Ci odwagi i pozwoli z sukcesem zrealizować każde, nawet najtrudniejsze zadanie. Obowiązków Ci teraz trochę przybędzie, lecz każdy wysiłek zapoczątkuje w przyszłości wymarzonymi sukcesami. Będzie awans, podwyżka i wielka satysfakcja. W miłości gwiazdy wróżą niesamowite szczęście.

BLIŹNIĘTA (21 V - 20 VI)

Osiągnąłeś pewną stabilizację w pracy zawodowej i harmonię w kręgu otaczających Cię ludzi. Możesz sobie pozwolić na kilka dni na zwolnionych obrotach. Intuicja znajduje się na dobrym poziomie i pozwoli Ci na przemyślenie i poustawianie we właściwej hierarchii dalsze działania w karierze zawodowej. Więcej czasu znajdziesz dla bliskich, a z nich dla najbliższej sercu osoby.

RAK (21 VI - 22 VII)

Wiele wydarzy się w sferze relacji z otoczeniem. Posiadasz umiejętności negocjacji, dzięki czemu potrafisz dojść do porozumienia z najtwardszym przeciwnikiem, kontrahentem. Godnie sprawdzisz się też w roli mediatora dla pogodzenia innych. Przyплыw gotówki pozwoli Ci wyruszyć na udane zakupy, ale nie szastaj zbyt wielko pieniędzmi. Niepotrzebne rzeczy od razu wykreśl z listy.

LEW (23 VII - 22 VIII)

W nadchodzącym tygodniu wykazesz się wyjątkową pomysłowością i przenikliwością. Z łatwością będziesz mógł manipulować ludźmi, ale nie wykorzystaj nadmiernie tych swoistych właściwości. Użyj je w firmie do przeforsowania swoich pomysłów. Nie wycofuj się z danej komuś obietnicy. Daj świadectwo, że Twoje słowa mają dużą wartość nie tylko dla Ciebie. Wówczas możesz dumnie głowę nosić.

PIANNA (23 VIII - 22 IX)

Może się okazać, że musisz poskromić swoje ambicje zawodowe. Zdaje się, że coś Cię przerosło. Czasem korzystniej dla wizerunku jest nieco spuścić z tonu i wykonać coś perfekcyjnie do końca niż po trosze pozacznąć, a nie doprowadzić żadnego projektu do wspaniałego finału. To nie ujmującego reputacji przyznać się, że nie udaje się czegoś wykonać, bo poprzeczkę zawiesiliśmy zbyt wysoko.

WAGA (23 IX - 22 X)

Spotka Cię niesamowity zbieg okoliczności, który pomoże Ci w karierze zawodowej. Od czasu do czasu zdarza się, że można sporo osiągnąć bez większego wysiłku. Tak będzie tym razem. Oby woda sodowa nie uderzyła Ci do głowy. Popracuj nad sobą, a przede wszystkim trzymaj nerwy na wodzy. W obecności szefa nie krytykuj jego metod ani decyzji. W ogóle powstrzymaj się przed ocenianiem kogokolwiek.

SKORPION (23 X - 21 XI)

Potrzebujesz dopływu świeżych sił i innowacyjnych pomysłów. Obecnie Twoja chłonność intelektualna nie jest na najwyższym poziomie i prochu nie wymyślisz. Lepiej wyjedź na zimowy wypoczynek, zrelaksuj się, przemyśl coś nowego. Dotleniony, wypoczęty umysł z pewnością pozwoli Ci na większą kreatywność i samodzielność przy podejmowaniu decyzji w pracy i tym podobnych sytuacjach.

STRZELEC (22 XI - 21 XII)

Skoncentruj uwagę na sferze zawodowej. Nie bagatelizuj żadnej ze spraw, którymi się zajmujesz. W końcu w większości z drobnych rzeczy składa się nasze życie. Kariere zawodową też można budować przy pomocy małych kroków, solidnym wypełnianiem codziennych obowiązków. Bądź cierpliwy, a nadejdzie Twój czas i zabyśniesz wspaniałymi projektami. Lecz to jeszcze nie teraz.

KOZIOROŻEC (22 XII - 19 I)

Za sprawą korzystnego układu planet oraz zabiegów z Twojej strony posypią się propozycje zawodowe i finansowe. Nic więc dziwnego, że pomyślne wieści przyniesie Merkury. Niedługo Twoje finanse mogą osiągnąć szczyt, o jakim nawet nie marzyłeś. Spośród ofert najlepiej wybieraj te, które wiążą się z długotrwałymi zobowiązaniami. Możesz liczyć na powodzenie tych prac, które rozpoczniesz teraz lub w niedalekiej przyszłości.

RYBY (19 I - 20 III)

Czy nie za dużo wzięłaś na swoje barki? Prognozy były i są pomyślne, lecz skrupulatne wypełnianie wszystkich punktów postanowień jest absorbujące i niebotycznie trudne. Zweryfikuj swoje plany. W pracy pojawiają się nowe możliwości, lecz nie licz na łatwy sukces. Sama też wszystkiemu nie poradzisz. Dyplomatycznie rozdziel obowiązki, którymi już dawno powinnaś się podzielić. Otoczenie będzie Cię szanowało za wiele innych rzeczy.



W przedszkolu „Marcinek” odbyło się „Wielkie Wierszykowanie”, które rozpoczęło uroczyste przecięcie wstęgi przez członków jury. Dzieci „przenieśli się” do krainy wierszy Juliana Tuwima, recytowały: „Zosie Samosię”, „Bambo”, „Kotka”, „Spóźnionego Słowika”, „Grzesia”, „Abecadło” i „Okulary”. Nie zabrakło ciekawych i pomysłowych rekwizytów, co uatrakcyjniło występy. Na zakończenie maluchy otrzymały dyplomy oraz słodką niespodziankę.

Oprac. (nba)

MIERY CIŚNIENIE ATMOSFER		ZWOLENNICZKA		NACZYNIĘ STAROZ GREKOW		MURZYŃ ZNAD DORZECHA KONGA		OZDOBA MESKIEJ SZY		JEDNOSTKA MONETARNA ROSI		JON D LADUNKU DODATNIM		MIEJSCE AKCJI „DZUMY” CAMUSA		OTWOR MIĘDZY DESKAMI PODŁOGI			
LORD		ROSYJSKA OGĘZARÓWK		24															
UŻYWANY DO WYROBU PAPY		HACKMAN, AKTOR		ZWYCZAJ WITAMIA WOSNY		PRACUJE NA CHENTARZU		12		POCHYŁOŚĆ DAECHU						9			
28				LECZNICZY ZABIEG PĘLJONY		4				ODCINEK DROGI		29							
DWUDZIEŚCI DRUGI U HELLERA		PARTNER MATERNY		16		IMIE HAŃSKIEJ, ZONY BALZAKA		1		17		19							
		5		3				22		DAMNIEJ PRETENSJA URAZA		PEŁZAK POSPOLITY		11		PO ORCE			
POKAZ AMERYK SSAK O CENNYM FUTRZE		STREFA		13						NIEMOWLE Z MACHEWKI		SZPIGOWS- KI NA ORBITCE		IDZIE, CHOCIAŻ PSY SZCZĘKAJA					
DAMNA MIARA OBJĘTOŚCI		WYNIĄCE SAMOLOTU		JAP SZYLKA UKŁADANIA KWIATÓW						STRACH, LĘK						26			
18		20						10		KRZYWA ZAMKNIĘTA		NEWTON, RZYW ANG		TH DLA CHEMIKA		25			
WC MALUCHA																25			
Z RODZ PSÓW		DAMNY TRUNEK		LI WSRÓD PIERWIASTKÓW												KREWNY W LINII ŻEŃSKIEJ LUB PO MALCE			
WIETRZNA LUB CZARNA				ZAMAD- NIENIE O NADEJŚCI PRZESYBK		AFRYKAŃSKA STOLICA								WYKONY- WAŁ WYROKI ŚMIERCI		MŁODZIE- NIEC W STAROZ GRECJI			
				7				15						LICZEN WOJSKOWY		21			
OKREJ SARMATY																			
GHODONKA W FABRYCE				RANKIEM NA TRAWIE				14		DO WYROBU ŚWIEC								30	
GHODONKA W FABRYCE												GAZ PALNY, WYSTĘPUJE W ROPIE NAFTOWEJ						2	
UROZCYSTIA PIESN POCHWALNA																		27	
SEKRETY ZAWODU										CYRKOWEC									

KRZYŻÓWKA nr 940

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu, od 1 do 30, utworzą rozwiązanie krzyżówki. Prosimy je przestać lub przynieść wraz z kuponem do biura ogłoszeń (Jarocin, ul. Rynek 21, wejście od ul. Mickiewicza) do 13 lutego. Dwóch autorów prawidłowych rozwiązań dostanie nagrodę: pizzę o wartości 30 zł, ufundowaną przez pizzerię „Stajenka” lub kubek.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI nr 939

„Nie doradzaj tego, co najprzyjemniejsze - lecz to, co najlepsze.”

NAGRODY OTRZYMUJĄ:

KINGA KRELL
Kotlin (pizza)

JANUSZ PLESIAK
Jarocin (kubek)

Po odbiór nagród prosimy się zgłosić: pizza - do redakcji (Jarocin, ul. Kasprzaka 1a), kubek - do biura ogłoszeń (Jarocin, ul. Rynek 21, wejście od ul. Mickiewicza) w ciągu dwóch tygodni.