

SENIORALNY POZNAŃ

www.poznan.pl

ISSN 2658-1272

WYDANIE CYFROWE

ISSN 2956-5545

TYTKA
SENIORA

wewnątrz numeru

www.centrumis.pl

nr 7(43) 2023

Serwis miejski

m.poznan.pl

MIESIĘCZNIK
DLA SENIOREK
I SENIORÓW
LIPIEC 2023

W uznaniu za...

Jak co roku Rada Miasta Poznania przyznała Honorowe Obywatelstwo oraz tytuły Zasłużony dla Miasta Poznania. Decyzje w tej sprawie zapadły jednogłośnie na sesji 6 czerwca.

Honorowe Obywatelstwo Miasta Poznania otrzymała Andżelika Borys, przewodnicząca Związku Polaków na Białorusi. Wyróżnienie przyznano za wieloletnią, pełną poświęceń pracę na rzecz obrony demokracji, praw człowieka i wolności słowa oraz działań podejmowanych w obronie kultury polskiej na Białorusi. W ostatnim czasie Andżelika Borys jest szczególnie prześladowana przez władze Białorusi, była aresztowana, później przebywała w areszcie domowym.

Tytuł Zasłużonego dla Miasta Poznania – za wieloletnie działania na rzecz obrony demokracji, promowania i popularyzowania kultury oraz rozwoju lokalnej społeczności – otrzymał Janusz Heller, nauczyciel, działacz opozycji w czasach PRL, zaangażowany również społecznie, m.in. w harcerstwie i PTTK. Przez wiele lat związany był z łazarskim Klubem Osiedlowym „Krağ”. Inicjator organizowania Dni Łazarza.

Iwona Jabłońska była w przeszłości koszykarką poznańskich klubów Olimpia i AZS, później pracowała jako trenerka, utworzyła Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy, z którym osiągnęła wiele sukcesów. Tytuł Zasłużonej dla Miasta Poznania jest wyrazem docenienia jej licznych osiągnięć sportowych,

jak i w dziedzinie kształcenia młodych sportowców oraz upowszechniania sportu wśród mieszkańców Poznania.

Kolejnym laureatem tytułu Zasłużony dla Miasta Poznania jest Lech Konopiński – literat, autor książek (w tym dla dzieci) oraz tekstów piosenek, z których wiele stało się znanymi do dziś przebojami (*Co ja w tobie widziałam, Najtrudniejszy pierwszy krok*). Laureat nagród literackich, zaangażowany w działalność Związku Polskich Autorów i Kompozytorów ZAKR oraz Związku Literatów Polskich.

Za wieloletnią pracę i osiągnięcia artystyczne tytuł Zasłużonej dla Miasta Poznania otrzymać ma również Urszula Sipińska, piosenkarka, kompozytorka, pianistka, architektka wnętrz, pisarka, publicystka. Odnosiła sukcesy na największych festiwalach krajowych (Opole, Sopot) oraz na wielu festiwalach za granicą. Za całokształt swojej pracy artystycznej została uhonorowana Złotą Płytą.

Wreszcie fundacja Redemptoris Missio – jedna z największych polskich organizacji pozarządowych świadczących pomoc humanitarną w krajach rozwijających się. Od czasu powstania w 1992 roku

objęła swoją działalnością misyjne szpitale, przychodnie oraz punkty medyczne w 50 krajach świata. Pomaga chorym w miejscach, o których świat wolałby zapomnieć.

Wręczenie zaszczytnych tytułów odbywa się zawsze podczas uroczystej sesji Rady Miasta 29 czerwca, w dniu patronów Poznania – Świętych Piotra i Pawła. *oprac. red.*



Honorowy Obywatel Miasta Poznania otrzymuje statuetkę,
a Zasłużeni dostają pamiątkowy medal

PROJEKT I WYKONANIE ROMAN KOSMALA

POZnań* KONTAKT
linia miasta

61 646 33 44

POZnań* KONTAKT
linia miasta

61 646 33 44

Cześć, Wiaruchna!

„Szczun z Łazarza, piewca gwary poznańskiej, legendarny dziennikarz radiowy, popularyzator historii Poznania, pasjonat sportu” – takie wspomnienie umieszczono na odsłoniętej niedawno w Poznaniu tablicy pamiątkowej. 25 czerwca minęła piąta rocznica śmierci Jacka Hałasika.

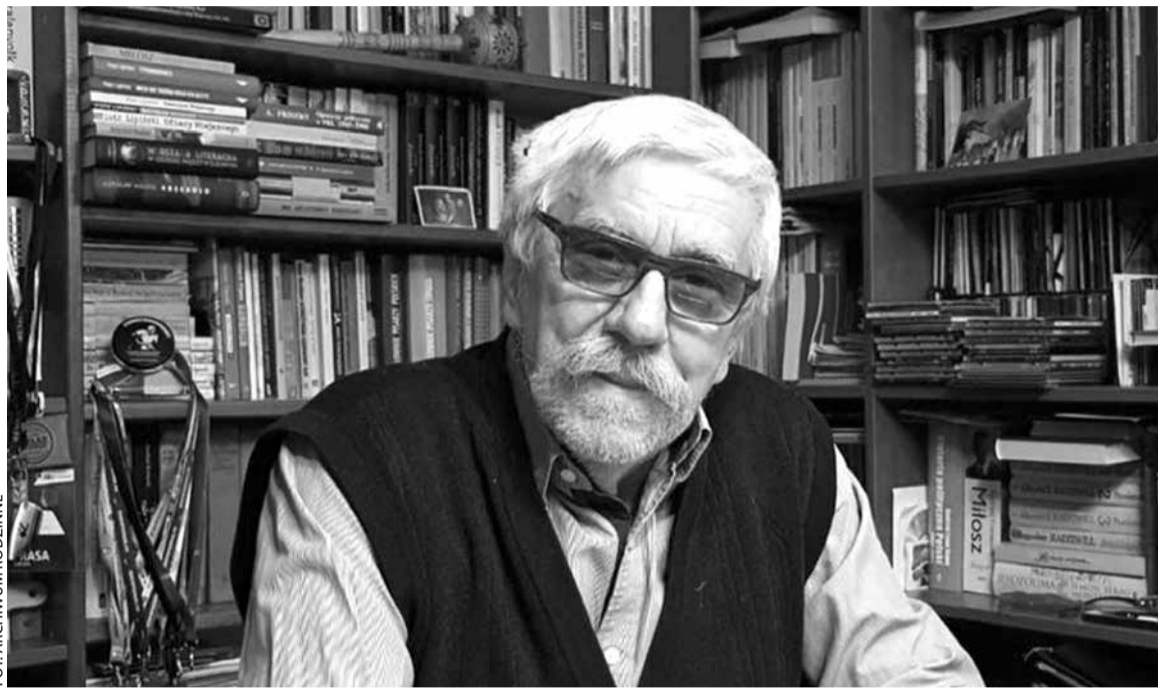
Urodził się 15 kwietnia 1944 roku w Poznaniu. Po ukończeniu Technikum Łączności trafił na praktyki do Radia Poznań, z którym związał się na całe życie. Tak drogę zawodową Jacka Hałasika wspomina Piotr Frydryszek, były prezes Radia Merkury (obecnie Radio Poznań): „Przez całe lata był jednym z techników poznańskiej rozgłośni. Takim od codziennych dyżurów, nagrań i pilnowania, żeby program szedł bez przeszkód. Pasjonował go sport, a szczególnie piłka nożna; historia, szczególnie Wielkopolski, i literatura z Sienkiewiczowską *Trylogią* na czele. I to za jej sprawą trafił do programu, prowadząc konkursy ze znajomości *Trylogii*. Ale sukces i popularność zdobył dzięki poznańskiej gwarze, którą jako szczun z Łazarza miał we krwi. Na antenie królował wtedy Stary Marych, ale mimo to Jackowi udało się przebić. Został ra-

diową postacią – Panem Jackiem od gwarowych konkursów”.

Jack Hałasik był nieustrudzonym popularyzatorem gwary poznańskiej. Swoje programy radiowe rozpoczynał rozpoznawalnym w całej Wielkopolsce powitaniem „Cześć, Wiaruchna!”. Często zwracano się do niego z prośbą o konsultację w kwestii poprawności użycia zwrotów gwarowych. Był niezastąpiony w roli prowadzącego rozmaite uroczystości, np. z okazji Święta Bambińskiego czy konkursu „Godejcie po naszymu”. Jeszcze przez wiele lat po przejściu na emeryturę pracował w radiu. We wtorki prowadził konkurs gwarowy.

Był żywą kroniką swojej dzielnicy, miasta oraz regionu. Przez wiele lat występował w popularnym programie telewizyjnym „Mój Poznań, Moja Wielkopolska”, w którym z dr. Markiem Rezlerem oprowadzał widzów po mieście, opowiadając historię ulic, placów, pomników i budynków, a przede wszystkim ludzi, którzy tutaj mieszkali.

Był niezwykle lubiany i popularny. Ci, którzy go znali osobiście, wspominają, że zawsze miał czas, by zatrzymać się na dłuższą chwilę i porozmawiać ze spotkanym znajomym o najnowszych wydarzeniach



Jacek Hałasik (1944–2018)

w Poznaniu, na Łazarzu, o sporcie, o Lechu.

W 1994 roku otrzymał tytuł Zasłużonego Działacza Kultury Fizycznej. W 2014 roku, w czasie 25. jubileuszowych Dni Łazarza, ogłoszono go Człowiekiem Roku Łazarza. W 2018 roku został laureatem przyznanego przez Miasto Poznań tytułu Superseniора Poznańskiego

Sportu. Zmarł 25 czerwca 2018 roku w wieku 74 lat. W tym roku obchodziliśmy piątą rocznicę jego śmierci. W maju, w czasie 33. Dni Łazarza, Klub Osiedlowy Krąg uhonorował go pamiątkową tablicą. W uroczystości poświęconej zmarłemu wziął udział syn Jacka – Grzegorz, który podtrzymuje tradycję rodzinną, pracując w redakcji sportowej Radia

Poznań i prowadząc m.in. transmisje z meczów Lecha Poznań. Jacek Hałasik jest pochowany na cmentarzu w podpoznańskim Baranowie.

Jest także szansa, że oprócz pamiątkowej tablicy jeszcze w tym roku w przestrzeni miejskiej pojawi się skwer im. Jacka Hałasika (przy ul. Hetmańskiej, w pobliżu ul. Protockiej).

oprac. szym

Spacerem przez Poznań

Miejscy przewodnicy zapraszają na spacer, podczas których można nie tylko miło spędzić czas, ale poznać też historię miasta i jego mieszkańców.

Koło Przewodników PTTK im. Marcelego Mottego (tel. 61 853 03 97; przewodnicy-pttk.org) zaprasza w lipcu na na pięć przechadzek tematycznych:

1 lipca (sobota) – *Kto zbudował Wildę?*, spacer prowadzi Aleksandra Nyka, zbiórka: g. 11, ul. Różana, przed szkołą podstawową;

2 lipca (niedziela) – *Powstanie Poznańskie 1956*, spacer prowadzi Małgorzata Wiśniewska i Renata Radomska-Krenz, zbiórka: g. 11, pl. Mickiewicza, przy pomniku Poznańskiego Czerwca '56;

9 lipca (niedziela) – *Gdzie się mury pięły w górę?*, spacer prowadzi Dorota Gąsiorowska, zbiórka: g. 11, zbieg ulic Garbary i Wielkiej;



Jedna z przechadzek organizowanych przez Koło Przewodników PTTK im. Marcelego Mottego

16 lipca (niedziela) – *Łazienki i nie tylko – letni spacer brzegiem Warty*; spacer prowadzi Ewa Tomaszewska, zbiórka: g. 11, zbieg ulic Królowej Jadwigi i Drogi Dębińskiej;

23 lipca (niedziela) – *Twarze spod znaku Eskulapa*, spacer prowadzi Dorota Gąsiorowska, zbiórka: g. 11, pl. Bernardyński (na przystanku tramwajowym).

Z kolei Wildecka Inicjatywa Lokalna WILDzianie zaprasza **30 lipca** (niedziela) o g. 11 na spacer śladami Marii Rataj. Będzie to przechadzka szlakiem biografii „Nikifora poznańskiej literatury” oraz miejsc opisanych w kultowej powieści *Grzeszne miasto*. Zbiórka na skwerze Marii Rataj (u zbiegu ulic Sychalskiego i Górna Wilda).

oprac. red.

Z notesu estradowca

„Byłem szczęśliwym uczestnikiem bądź świadkiem wielu poniższych anegdotek, inne usłyszałem od aktorów i reżyserów – gości Sceny na Piętrze w Poznaniu” – Piotr Żurowski, muzyk.

Występowaliśmy bez zapowiedzi konferansjera, sami pilnując kolejności. Marian Pogasz i Tadeusz Wojtych mieli wejść po moich dwóch (niezbyt długich) balladach. Zagadali się i spóźnili.

Wojtych dopadł do mnie:

– Pan śpiewasz nie ballady, a... fraszki!!!

*

Nowy pensjonariusz Skolimowa, niegdyś sławny amant, potrącony na korytarzu przez koleżankę-aktorkę, pyta:

– Pani wie, kim ja jestem?

Ona:

– Ja nie, ale pójdzie pan do dyżurki i tam panu powiedzą!

*

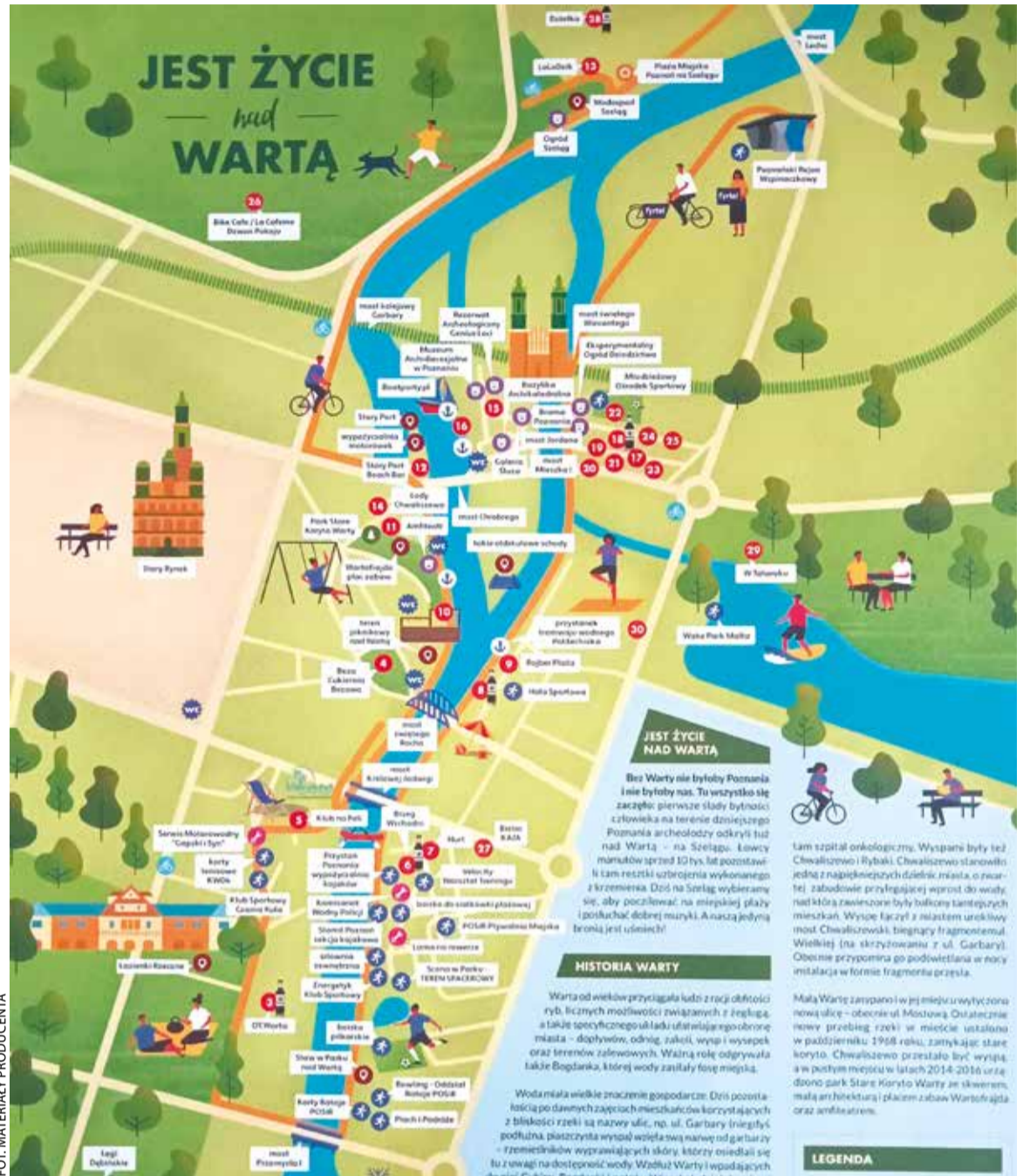
Noblista i gdańszczanin Günter Grass odwiedził kamienicę przy ul. Lelewela, w której mieszkał przed wojną. Zauważył, że lokatorzy nadal korzystają z jednej, wspólnej, zimnej ubikacji na korytarzu.

– Proszę, nie stawiajcie mi w Gdańsku ławeczki na moją cześć. Zróbcie ludziom porządną toaletę i... nazwijcie moim imieniem – powiedział pisarz miejskim urzędnikom.

Ciekawe jest życie nad Wartą

Ukazał się nietuzinkowy projekt pokazujący ciekawe inicjatywy i atrakcje wzdłuż Warty. „Jest Życie nad Wartą” to mapa, która została opracowana i wydana z inicjatywy poznańskiej agencji FlowerPower. Na mapie zebrane zostały wszystkie interesujące miejsca nad rzeką, które warto poznać i odwiedzić. Są to m.in. punkty widokowe, atrakcje sportowo-rekreacyjne i krajobrazowe, gastronomia, miejsca kultury i zabytki. Publikacja zawiera ponadto liczne ciekawe i mało znane informacje o wydarzeniach historycznych związanych z rzeką, o życiu fauny i flory, a także ludzi nad jej brzegami. Mapa została przygotowana w atrakcyjnej, kolorowej szacie graficznej, w nakładzie 10 tys. egz., w formacie A3. Dystrybuowana jest bezpłatnie w punktach gastronomicznych i wielu innych placówkach wzdłuż Warty, a za sprawą patronatu Wydawnictwa Miejskiego Poznania jest również udostępniana wszystkim zainteresowanym w Centrum Informacji Kulturalnej (ul. Ratajczaka

44, budynek Arkadii, wejście od pl. Wolności). – Liczymy, że w ten sposób nie tylko zachęcimy mieszkańców miasta do spędzania czasu nad Wartą, ale także przyczynimy się do wsparcia lokalnego biznesu rozmaitych branż – mówi Zofia Kwiatkowska z FlowerPower. – Warta ma w naszym przekonaniu ogromny potencjał i siłę przyciągania, a poznaniacy coraz chętniej, zwłaszcza w sezonie letnim, odwiedzają jej nabrzeża. Poprzez publikację mapy chcemy również dotrzeć z informacją do tej części mieszkańców miasta, którzy mają małą wiedzę na temat tego, jak wyglądają i co oferują tereny położone nad rzeką. „Jest Życie nad Wartą” wpisuje się w działania rewitalizacyjne promujące mało znany a bardzo szeroki wachlarz inwestycji i atrakcji zlokalizowanych właśnie wzdłuż rzeki. Projekt został sfinansowany dzięki wsparciu Urzędu Miasta Poznania oraz partnerów komercyjnych: Klubu na Fali, Fritz Koli, Fyrtel.Market oraz firmy Vastint Poland. *oprac. red.*



Fragment mapy „Jest życie nad Wartą”

Warto cieszyć się seksem

7 czerwca obchodziliśmy międzynarodowy dzień seksu. Święto radosne i przyjemne. Z tej okazji przyjrę się sześciu powodom, dlaczego warto cieszyć się życiem seksualnym.

1. Seks to czynność wielozadaniowa, która może zaspokoić wiele różnych potrzeb. Może być nie tylko zabawną i przyjemną formą spędzania czasu, ale także sposobem na okazywanie uczuć i wyrazem troski o samą/samego siebie. Badania wykazały także, że uprawianie seksu wiąże się z mniejszym poczuciem stresu następnego dnia. Czy wiedzieliście, że badacze odkryli 237 powodów, dlaczego jesteśmy aktywni seksualnie. Cieszymy się seksem, bo to świetna zabawa, sposób na odstresowanie się, przyjemność, bycie blisko z dru-

gą osobą, możliwość odkrywania i rozwijania własnej seksualności.

2. Częste uprawianie seksu wiąże się z lepszym zdrowiem – w kilku badaniach stwierdzono, że im częściej ludzie doświadczają orgazmu, tym lepsze jest ich zdrowie fizyczne. Ponadto inne badania wykazały, że częste uprawianie seksu wiąże się z niższym ryzykiem zawału serca. Z kolei inne badania dowodzą, że u mężczyzn regularne wytryski związane są z niższym ryzykiem zachorowania na raka gruczołu krokowego.
3. Seks to forma ćwiczeń fizycznych i ruchu. Czy wiedzieliście, że w czasie jednego, trwającego ok. 20 minut spotkania seksualnego spala się ok. 101 kcal?
4. Seks jest dobry nie tylko dla naszego ciała – wydaje się, że jest tak-

że dobry dla naszego mózgu. Częsta aktywność seksualna wiąże się z szybszym wzrostem neuronów. I nie ma znaczenia, czy jest to seks z partnerem/partnerką, czy samoimiłość.

5. Seks poprawia nasze zdrowie psychiczne i samopoczucie. W dniach, w których uprawiamy seks, odnotowujemy wzrost pozytywnego nastroju i spadek negatywnego nastroju następnego dnia. Czujemy też, że nasze życie ma większe znaczenie.
6. Seks nie ma daty ważności i można się nim cieszyć na każdym etapie naszego życia – czy jest się w związku, czy samej/samemu. Po 60., 70. 80. roku życia ciała się zmieniają – związane jest to z naturalnym procesem starzenia się organizmu, menopauzą i andropauzą czy wy-

stępowaniem chorób przewlekłych. To może utrudniać bycie aktywną/aktywnym seksualnie. Warto jednak szukać rozwiązań i pomysłów, aby cieszyć się życiem seksualnym. Wymieniłam zaledwie sześć powodów, dlaczego warto. A jaki jest Twój po-

wód? Czego potrzebujesz, aby wrócić do życia seksualnego? Masz pytanie? Chcesz, abym o czymś dla Ciebie ważnym napisała w kolejnym artykule? Napisz do mnie e-mail: klaudialatosik@gmail.com.

Klaudia Latosik



Klaudia Latosik jest seksuologką i terapeutką. Zajmuje się poradnictwem i wsparciem seksuologicznym. Pracuje z osobami indywidualnymi oraz parami w Poznaniu. Spotkania z nią odbywają się w przyjaznej i życzliwej atmosferze, gdzie zostaniesz wysłuchany, możesz zadawać pytania i pracować nad rozwojem własnej seksualności. Towarzyszy w drodze do odzyskiwania radości z życia seksualnego. Jest współzałożycielką Srebrnego Warkocza (srebrnywarkocz.pl).

Sto lat cioci Lusi

Pani Helena Jankowska, wieloletnia przewodnicząca po Poznaniu, poliglotka, tłumaczka i Honorowy Członek Towarzystwa Muzycznego im. Henryka Wieniawskiego, przed miesiącem skończyła 100 lat. Z dostojną jubilatką w dzień po jej urodzinach rozmawiała Alina Kurczewska, prezes Towarzystwa.

Proszę przyjąć nasze najserdeczniejsze życzenia.

Dziękuję bardzo.

Czy według Pani jest jakaś recepta na długowieczność?

Przed wszystkim trzeba żyć uczciwie i łapać z życia wszystko, co jest ciekawe.

Urodziła się Pani w Rumunii?

Tak, jestem Polką urodzoną w Czerniowcach. Wtedy to była Rumunia. Czerniowce to miasto o bardzo burzliwej historii. Przechodziło właściwie z rąk do rąk.

Oj tak. Kiedy rodziła się moja matka, Czerniowce były pod władzą austriacką, potem znalazły się na terenie Rumunii, następnie Związku Radzieckiego, a dziś są w Ukrainie. **Czy w Czerniowcach było wtedy dużo Polaków?**

Około dziesięciu procent, ale to była przede wszystkim społeczność międzynarodowa. Mieliśmy do dyspozycji Dom Polski i wszystkie stowarzyszenia sportowe i rzemieślnicze. Działało harcerstwo.

Jak wyglądało życie codzienne w takim wielonarodowym tyglu?

Wszyscy żyli bardzo zgodnie. Bawiliśmy się na podwórku z dziećmi z Ukrainy, Niemiec. Byli tam także Żydzi i dzieci rumuńskie. Jak na przykład dziecko żydowskie szło po coś do domu, to wtedy cała nasza paczka szła z nim, a tam jego matka częstowała wszystkich chlebem. Jedliśmy i słuchaliśmy rozmów po żydowsku. Do dziś rozumiem jidysz. Tak samo było, kiedy zszliśmy do mieszkania ukraińskiego, rumuńskiego czy niemieckiego. Jako dziecko znałam już pięć języków. Aktualnie znam siedem, ale bardzo trudno utrzymać biegle posługiwanie się nimi. Jak się nie używa języka, to się go gubi. Dlatego staram się, na przykład idąc ulicą, przetrzącać jakąś myśl z języka polskiego na inny język, który znam. I muszę powiedzieć, że cały czas przychodzi mi to z łatwością.

Szkoła była rumuńska czy polska?

Konsulat polski fundował nam przedszkole i szkołę podstawową.

Potem było gimnazjum fundowane przez państwo polskie, ale to były tylko cztery klasy, aż do tak zwanej małej matury. Działałam bardzo dużo w harcerstwie, od zucha począwszy. Po małej maturze musiałam przejść do szkoły rumuńskiej.

(Do rozmowy włącza się syn pani Heleny, Andrzej) Musiałś przejść do szkoły rumuńskiej, bo Twój brat poszedł dalej się uczyć, a za to trzeba było płacić. Rodzice zdecydowali, że nie pójdziesz do polskiej szkoły. Nie stać ich było na opłacanie dwojga dzieci.

(Pani Helena dodaje) Na rok musiałam zawiesić chodzenie do szkoły, zajęłam się harcerstwem.

Miała Pani rodzeństwo?

Starszego brata, był synem mamy. Mieliśmy różnych ojców. Studiował w Bukareszcie, gdzie poznał Polkę, która była oddelegowana z Warszawy.

(Andrzej Jankowski uzupełnia) W 1939 roku pojechałaś na zjazd harcerski, odwiedziłaś go i chciałaś zostać w Polsce, ale on powiedział Ci: „Uciekaj, bo tu jest niebezpiecznie, może wybuchnąć wojna”.

Gdzie spędziła Pani wojnę?

W Rumunii. W Czerniowcach, gdzie mieszkałam, bomba upadła jedynie na podmiejską cegielnię. Nie doświadczyłam wojny, ale pomagałam uciekinierom. Młodzi poświadcza wtedy dużo czasu uchodźcom z Polski. Byłam w tej grupie. Oni przyjeżdżali do Rumunii, nie znając języka. Zajmował się nimi Polski Związek. Po oficjalnym przekroczeniu granicy byli umieszczani w obozach przejściowych. Myśmy służyli im nie tylko jako tłumacze, ale także organizowaliśmy noclegi i wyżywienie.

W Czerniowcach była Pani do końca wojny?

Tak. Mimo młodego wieku byłam w grupie pomagających tym, którzy nie mieli dokumentów. Książdz zorganizował tę grupę. Przepisywaliśmy książki metrykalne. Polacy potrzebowali dokumentów, kombi-



Helena Jankowska

nowaliśmy razem z kolegami w drukarni i je wystawialiśmy. Jak weszli Rosjanie, to mnie aresztowali za pomoc uciekinierom i działalność w harcerstwie. Znalazłam się w więzieniu w Czerniowcach. Potem jak nas przewożono do innego więzienia, tata przyniósł mi na dworzec kołdrę. Spaliśmy na niej w cztery osoby, bo przecież łóżka w celi były drewniane. W celi z czterema łózkami siedziały 24 osoby. Za ubikację służyła parasza, czyli wiadro. Tylko rano pozwalano nam na korzystanie z umywalni. Potem znalazłam się w obozie w Szachtach. Komendant wezwał mnie i powiedział: „Ty młoda, durna, nie wiedziała, co robi. Wracaj, jesteś wolna”. W Czerniowcach lista na powrót do Polski była już zamknięta. Pod nieobecność rosyjskiego szefa pewien Polak kazał mi powiedzieć, że moja rodzina wyjechała i nie mam już gdzie mieszkać. Tak znalazłam się w transporcie osób opuszczających Czerniowce.

Jak to się stało, że trafiła Pani do Poznania?

Jechałam z pewną panią, która z mężem i synem jechała do Poznania. Tu dotarłam i tu zostałam. Brat mi pomagał trochę finansowo.

(Pan Andrzej uzupełnia) Mama studiowała, została przewodnicząca po Poznaniu. Wyszła za męża za inżyniera, urodziliśmy się z bratem. Na trzy dni przed wypadkami czerwcowymi w 1956 roku wprowadziliśmy się do mieszkania na Starym Rynku i tu mama mieszka do dziś.

Jest pani legendą, jeśli chodzi o poznańskich przewodników. Ile lat prowadziła pani wycieczki?

Od 1954 roku. Oprowadzałam mnóstwo ludzi zwykłych i niezwykłych, między innymi dwóch prezydentów. W latach 90. ubiegłego wieku odbywało się w Zakrzewie spotkanie intelektualistów pod przewodnictwem ówczesnego szefa Komisji Europejskiej Jacques'a Delors'a. Tłumaczyłam to spotkanie w trzech językach. Gospodarzem spotkania była profesor Ewa Łętowska, wtedy rzeczniczka praw obywatelskich. Otrzymałam od niej piękne podziękowania, Tadeusz Mazowiecki napisał „Dołączam się”, a ksiądz Józef Tischner dopisał „Szczęść Boże”.

Wśród wielu VIP-ów, z którymi miała Pani styczność, chyba szczególne miejsce zajmował Andrzej Wituski?

Jak był prezydentem, często byłam tłumaczem na spotkaniach z jego udziałem. Traktuję go jak starego znajomego, a nie prezydenta.

A Międzynarodowe Konkursy Skrzypcowe?

Byłam na nich nie tylko tłumaczem, ale i takim „portierem”. Stałam przy drzwiach i służyłam pomocą każdemu z zagranicznych uczestników, który czegoś potrzebował. Z każdym rozmawiałam w jego języku. To samo dotyczyło jurorów. W środowisku wieniawszczyków zyskałam bardzo miły dla mnie przydomek „Ciocia Lusią”.

No i dzięki konkursom zyskała Pani synową Japonkę. Została nią Asa Konishi, zdobywczyni wyróżnienia w 1977 roku.

Oprowadzaliśmy z synem Asę po Poznaniu. Jak odprowadziliśmy ją do hotelu, powiedziałam: „Jak będziesz miała problem, zadzwoń”.

(Asa Konishi uśmiecha się i wtrąca) Cały czas powtarzałam wtedy bardzo trudne dla mnie do wymówienia imię Andrzej. Korespondencja między mną i Andrzejem trwała dwa lata. W lutym 1979 roku wzięliśmy ślub w Japonii, a potem w Poznaniu. Mamy trójkę dzieci i pięcioro wnuków.

Poznałam Waszą córkę. Całkiem nieźle mówi po polsku.

(Andrzej Jankowski) Jak się urodził pierwszy syn, Asa jeszcze nie mówiła po polsku, najwięcej rozmawiała z córką. Ona mówi także po japońsku.

Zaczelismy od jubileuszu. Jak minął Pani urodzinowy dzień?

Wielką przyjemność sprawił mi ten wczorajszy dzień! Cała rodzina przyjechała. Nie brakowało nikogo i ze Szwajcarii, i z Polski. Będę musiała sobie to wszystko spisać. Dożyłam 100 lat, byłam znana, potrzebna i wiele pomagałam. Dostałam życzenia od premiera Mateusza Morawieckiego i prezydenta Poznania Jacka Jaśkowiaka. To znaczy, że człowieka doceniają i że coś udało mi się w życiu zrobić.

Punkt Opieki Farmaceutycznej 70+

Miasto ponownie uruchomiło Punkt Opieki Farmaceutycznej. Z bezpłatnych konsultacji z farmaceutą w ramach Punktu mogą korzystać osoby zmagające się z tzw. wielolekowością, czyli przyjmujące co najmniej 10 preparatów leczniczych lub suplementów diety.

Wsparcie dedykowane jest mieszkańcom Poznania w wieku 70+. Konsultacje są przeprowadzane indywidualnie po wcześniejszej rejestracji telefonicznej. Odbywają się one w jednym z budynków należących do Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu (Centrum Stomatologii, ul. Bukowska 70, pokój A010). W szczególnych wypadkach możliwe jest także umówienie konsultacji online.

Na pierwszą wizytę należy przygotować następujące dokumenty:

- dokument, w którym jest podany adres zamieszkania (np. dowód osobisty, rachunek za media, recepta lub wypis ze szpitala),
- listy wszystkich pobieranych preparatów (zarówno dostępnych na receptę, jak i bez),



FOT. MIASTO POZNAŃ

Miasto ponownie uruchomiło Punkt Opieki Farmaceutycznej

- dokumentację medyczną (aktualne wyniki badań, wyniki konsultacji specjalistycznych, wypisy ze szpitala).

Czas pierwszej wizyty to 30-60 minut. Podczas spotkania specjalista zbierze wywiad medyczny i farmakoterapeutyczny, założy stosowną dokumentację oraz wyda ewentualne pierwsze zalecenia. Następnie (poza wizytą) dokona dokładnego przeglądu przyjmowanych preparatów i opracuje szczegółowe zalecenia. Podczas drugiej wizyty

zostaną wydane opracowane szczegółowe zalecenia oraz ewentualny list skierowany do lekarza rodzinnego w tematyce farmakoterapii.

Aby umówić się na pierwszą wizytę w Punkcie, należy zadzwonić na Poznań Kontakt pod numer tel. 61 646 33 44 (od poniedziałku do piątku w g. 7.30-20) lub pod numer tel. 602 111 797 (można zadzwonić od poniedziałku do piątku w g. 9-15 lub wysłać SMS o treści „Zgłaszam się do POF”). Zgłoszenia może dokonać zarówno senior, jak i jego

opiekun, w przypadku jeśli senior nie będzie sam mógł dotrzeć do Punktu. Przyjmowane są również zgłoszenia od opiekunów seniorów przebywających w domach pomocy społecznej - w takim przypadku istnieje możliwość przeprowadzenia konsultacji farmaceutycznych w DPS.

Punkt Opieki Farmaceutycznej będzie działał od 19.12.2023 r. Projekt jest realizowany przez Poznański Oddział Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego.



Nowe limity

Przez czerwiec, lipiec i sierpień obowiązują nowe, wyższe limity dorabiania do wcześniejszych emerytur i rent. Kwoty graniczne przychodu zmieniają się co trzy miesiące. Powinny je monitorować osoby, które dostają renty oraz wcześniejsze emerytury. Po ich przekroczeniu ZUS może zmniejszyć lub zawiesić przyznane świadczenie.

Pracujący emeryci i renciści, którzy nie osiągnęli jeszcze powszechnego wieku emerytalnego, powinni pamiętać, że od czerwca zmieniła się kwota graniczna, którą można dorobić bez konieczności częściowego lub całkowitego zawieszenia świadczenia. Aby nie narazić się na zmniejszenie emerytury, przychód nie może przekroczyć 70 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia. Od 1 czerwca jest to kwota 4987 zł brutto miesięcznie. Przekroczenie 130 proc. przeciętnego wynagrodzenia, czyli 9261,60 zł brutto miesięcznie, spowoduje, że trzeba będzie zwrócić świadczenie po corocznym rozliczeniu tzw. zawieszalności. Emeryci, którzy osiągnęli powszechny wiek emerytalny, czyli kobiety 60, a mężczyźni 65 lat, nie muszą ograniczać się przy dorabianiu żadnymi limitami.

Dzienny Dom Opieki Medycznej

W ramach pobytu w DDOM, działającego w Poznaniu przy ul. Przemysłowej 15/17, pacjenci mogą korzystać z opieki lekarskiej, pielęgnacyjnej, opiekuńczej, usług rehabilitacyjnych oraz innych wspomagających usług medycznych i edukacyjnych, jeśli wymaga tego stan zdrowia podopiecznego. Korzystanie ze świadczeń DDOM pozwala przygotować pacjenta i jego opiekunów do życia z niepełnosprawnością i dalszego samodzielnego funkcjonowania w warunkach domowych.

Ze wsparcia mogą skorzystać mieszkanki i mieszkańcy Poznania bezpośrednio po przebytej hospitalizacji lub osoby, którym w okresie ostatnich 12 miesięcy udzielone zostały świadczenia zdrowotne z zakresu leczenia szpitalnego.

Pomoc dedykowana jest też osobom, których stan zdrowia wskazuje na niesamodzielność lub wymaga świadczeń pielęgnacyjnych, opiekuńczych i rehabilitacyjnych.

W ramach pobytu w DDOM pa-

cjenci mają zapewnioną opiekę lekarską, pielęgnarską i rehabilitacyjną, wsparcie geriatry, psychologa, logopedy oraz dietetyka, mogą korzystać też z zajęć terapeutycznych. DDOM działa w g. 8-16. Pacjenci mają zapewnione również wyżywienie oraz transport z miejsca zamieszkania.

Kontakt: Agnieszka Wilkołek, kierowniczka Dziennego Domu Opieki Medycznej, tel. 798 852 835. Projekt realizuje Stowarzyszenie Wzajemnej Pomocy „Flandria”. Szczegóły: pomagamy.flandria.pl.

Pogawędka z policjantem



Jak działają oszuści? Jak postępować w sytuacji zagrożenia? Gdzie szukać pomocy?

Policjanci z Komendy Wojewódzkiej Policji w Poznaniu prowadzą porady telefoniczne, w ramach których udzielają informacji na temat zagrożeń, z jakimi seniorzy mogą spotkać się w życiu codziennym. Dyżury odbywają się w każdy wto-

rek w g. 12-14, tel. 887 666 508. Istnieje również możliwość umówienia się na indywidualne spotkanie z policjantem w siedzibie Centrum Inicjatyw Senioralnych (ul. Mielżyńskiego 24) w godzinach wtorkowych dyżurów (wcześniej należy zarezerwować termin wizyty, dzwoniąc pod numer tel. 887 666 508 we wtorki w g. 12-14).

UWAGA! Informacje na temat inicjatyw, usług i wydarzeń zawarte w Tytce Seniora mogą okazać się nieaktualne z różnych powodów. Polecamy zaglądanie na strony i profile facebookowe instytucji i organizacji lub bezpośredni kontakt z organizatorami.

Wakacje w Muzeum Narodowym

Muzeum Narodowe w Poznaniu, Al. Marcinkowskiego 9, tel. 61 856 80 00, czynne: wt.-śr. w g. 10-16, czw. w g. 10-18, pt. w g. 10-20, sob.-niedz. w g. 10-17, bilety na wystawę stałą: 20/13 zł (we wtorki wstęp wolny na stałe wystawy).

Do 30.07 dostępna jest wystawa *Kenya Hara. Japońskie projektowanie graficzne* (bilety: 25/15 zł). Pierwsza w Polsce autorska wystawa jednego z najbardziej uznanych na świecie japońskich projektantów. 30.07 o g. 12 odbędzie się kuratorskie oprowadzanie po wystawie (koszt: bilet wstępu na wystawę).

Dodatkowo do 20.08 do muzeum można się też wybrać na wystawę *Zwierzę przede mną*, która jest efektem współpracy z Instytutem Historii Sztuki UAM, zaprezentowane na niej dzieła ukazują znaczenie zwierząt, ich funkcje w świecie, a także stosunek do człowieka (bilety: 10/6 zł). Oprowadzania kuratorskie po wystawie (koszt: bilet wstępu na wystawę): 2.07, g. 12, 16.07, g. 12, 28.07, g. 18. Wydarzenia towarzyszące wystawie: 1.07, g. 13 – *Rosa Bonheur: najślawniejsza malarza zwierząt i współczesne animal studies w historii sztuki* (wykład

będzie poświęcony francuskiej XIX-wiecznej malarce Rosie Bonheur, która jest jedną z najpopularniejszych artystek w historii sztuki zachodniej specjalizującej się w przedstawieniach zwierząt).

W muzeum dostępna jest cały czas wystawa *Idę w świat i trwam. Obrazy Jacka Malczewskiego z Lwowskiej Narodowej Galerii Sztuki im. Borysa Woźnickiego* (bilety: 20/13 zł). Oprowadzania kuratorskie po wystawie: 9.07, g. 11, 15.07, g. 13, 29.07, g. 11. Wystawa czynna do 1.10.

Muzeum Sztuk Użytkowych, Góra Przemysła 1, tel. 61 856 80 75, czynne: wt.-śr. w g. 10-16, czw. w g. 10-18, pt. w g. 10-20, sob.-niedz. w g. 10-17, bilety na wystawę stałą: 20/13 zł (we wtorki wstęp wolny na stałe wystawy).

Do 30.07 dostępna jest wystawa *Barbie – nieznanne oblicza* (bilety 7/5 zł), prezentująca wątki z ponad sześćdziesięcioletniego „życia” najsłynniejszej lalki świata. Jest też okazją do poznania historii kobiet, a zwłaszcza ich roli i znaczenia w społeczeństwie amerykańskim w 2. połowie XX i początkach XXI w. Wydarzenia towarzyszące



Józef Mehoffer, *Pegaz wśród kwiatów, 1901*

wystawie (koszt: bilet wstępu na wystawę): 1.07, g. 13 – *Ikony designu: XX* (wykład poświęcony historii, roli i znaczeniu wyjątkowych kobiet w społeczeństwie w 2. połowie XX i początkach XXI w., po wykładzie – oprowadzanie po wystawie, zapisy: tel. 61 856 80 75, start zapisów: 23.06), 7.07, g. 18 – oprowadzanie kuratorskie (zapisy: tel. 61 856 80 75), 21.07, g. 17.30 – *Barbie – historia zabawy. Oprowadzanie rodzinne* (zapisy: edukacja.msu@mntp.art.pl), 28.07, g. 18 – *Finisaż: oprowadzanie kuratorskie* (zapisy: tel. 61 85 68 075).

Wielkopolskie Muzeum Wojskowe, Stary Rynek 9, tel. 61 85 26 739, czynne: wt.-śr. w g. 10-16, czw. w g. 10-18, pt. w g. 10-20, sob.-niedz. w g. 10-17, bilety na wystawę stałą: 15/10 zł (we wtorki wstęp wolny na stałe wystawy).

Do 17.09 można oglądać militaria z kolekcji Wiesława Kaczmarka (mundury, oporządzenie wojskowe, fotografie, dokumenty i inne obiekty dotyczące jego służby wojskowej). Zbiór dokumentuje przemiany zachodzące w organizacji i symbolice wojskowej po 1989 roku.

Wydarzenia w oddziałach MNP poza Poznaniem

Muzeum Adama Mickiewicza w Śmiełowie (Śmiełów 1, tel. 62 740 31 64). Do 31.08 dostępna jest wystawa *Wódz Kaliskiego! Taczanowski* (Niedaleko Śmiełowa, w Wieczynie, urodził się gen. Edmund Taczanowski, dowódca powstania styczniowego na terenie województwa kaliskiego). Wybrane wydarzenia w muzeum (wstęp wolny): 2.07, g. 17 – *Maria Szymanowska – 200 lat od pierwszego koncertu w Poznaniu* (recital fortepianowy Karoliny Wahl), 16.07, g. 17 – *Park francuski, angielski – park śmiełowski...*, 22.07, g. 17 – koncert fortepianowy (w wykonaniu prof. Andrzeja Tatarskiego, który zaprezentuje *Suitę Śmiełów* oraz muzykę z epoki romantyzmu, w programie też prelekcja na temat Raula Koczalskiego).

Pałac w Rogalinie (ul. Arciszewskiego 2, Rogalin, tel. 61 813 88 00).

Do 30.11 dostępna jest wystawa *Raczyński osobiście. Prezydent, jakiego nie znacie*. 22.07 o g. 12 można wybrać się na spotkanie *Tajemnicze zakamarki pałacu*, które będzie okazją do zajrzenia w miejsca niedostępne na co dzień dla zwiedzających (koszt: 20 zł, zapisy: 61 813 88 29).

Na Zamek z latarkami!

W wakacje Centrum Kultury Zamek nie zwalnia tempa. W programie inspirujące koncerty i projekcje filmowe w ramach różnych cykli tematycznych, a zamkowe wnętrza będzie można zwiedzać na wiele sposobów i o każdej porze dnia.

KINO

Projekcje w ramach cyklu *Kino bez barier* (filmy z audiodeskrpcją i napisami, sala 2, bilety: 5 zł): 11.07, g. 11, 13.07, g. 18 – *Chora na siebie*, 25.07, g. 11, 27.07, g. 18 – *Wyrwa*. Projekcje w ramach cyklu *Wystawa na ekranie* (sala 2, bilety: 30/27 zł): 1.07, g. 14 – *Frida Kahlo: Ikoniczna artystka*, 2.07 i 8.07, g. 14 – *Młody Picasso*. Projekcje w ramach cyklu *100-lecie Warner Bros.* (sala 1, bilety: 21/18 zł): 9.07, g. 16 – *Wejście smoka*, 23.07, g. 17 – *Wszyscy ludzie prezydenta*. Projekcje w ramach cyklu *Krótką historią polskie-*

go kina (sala 1, bilety: 18 zł): 22.07, g. 18.30 – *Sanatorium pod klepsydrą*. Przegląd nowego kina włoskiego: 28.07, sala 1 i sala 2, bilety: 21/18 zł. Seanse na Dziedzińcu Zamkowym: 1.07–31.08, g. 21.30 (bilety: 16 zł).

TEATR

Transmisje na żywo spektakli teatralnych z Londynu: 1.07, g. 18.30; 20.07, g. 20.30 – National Theatre Live: *Fleabag* (sala 1, bilety: 25–45 zł).

KONCERTY

6.07, g. 21 – Gramy u siebie: *Niesamowita sprawa* (Dziedziniec Zamkowy, bilety: 30 zł – w dniu koncertu, 20 zł – przedsprzedaż), 13.07, g. 21 – *Gołębie* (Dziedziniec Zamkowy, bilety: 30 zł – w dniu koncertu, 20 zł – przedsprzedaż), 20.07, g. 21 – *Izzy and The Black Trees* (Dziedziniec Zamkowy, bilety: 30 zł – w dniu koncertu, 20 zł –

predsprzedaż), 25.07, g. 20 – *Krajobrazy: premiera płyty* (Sala Wielka, bilety: 30 zł – w dniu koncertu, 20 zł – przedsprzedaż), 28.07, g. 19 – *Kołysanki międzygatunkowe*: Anna Jurkiewicz, Olga Kozieł, Julia Biczysko (Sala Wystaw, wstęp wolny).

ZWIEDZANIE ZAMKU Z PRZEWODNIKIEM

(Hol Wielki, na wszystkie oprowadzania bilety: 15/12 zł, wyjątek: na *Zwiedzanie z OK Poznań* obowiązują bezpłatne wejściówki): 3, 10, 17, 31.07, g. 18 – klasyczne zwiedzanie, 4, 11, 18.07, g. 12 – zwiedzanie *Ze spokojem* (zwiedzanie w wolnym tempie), 5.07, g. 18 – *Zwiedzanie z OK Poznań* (darmowe wejściówki dla posiadaczy kart OK Poznań do odbioru w Kasie CK Zamek od 29.06), 6, 13, 20.07, g. 20 – *Zamek wieczorem*, 9, 16,



Zwiedzanie CK Zamek z przewodnikiem

23.07, g. 13.30 – zwiedzanie rodzinne, 12.07, g. 22 – zwiedzanie z latarkami.

POZOSTAŁE WYDARZENIA

8.07, g. 12 – plakatobranie w Sali Wielkiej (wstęp wolny), 29.07,

g. 12 – *Przesączenie, nasiąkanie, nasycenie*: warsztat głosu i dźwięku (Sala Wystaw, wstęp wolny, zapisy: j.domzalska@ckzamek.pl). Szczegóły: CK Zamek, ul. Św. Marcin 80/82, informacja: tel. 61 646 52 72, ckzamek.pl.

Mumia tajemniczej damy

Muzeum Archeologiczne w Poznaniu, pałac Górków, ul. Wodna 27, tel. 61 852 82 51, czynne: wt.-czw. w g. 9-16, pt. w g. 10-17, sob. w g. 11-18, niedz. w g. 12-16, bilety: 10/15 zł, szczegóły: nowa.muzarp.poznan.pl.

Bez rozwijania bandaży, nacinania tkanki miękkiej można dziś uzyskać wiele informacji o przeszłości. Muzeum zaprasza na wystawę *Mumia Tajemniczej Damy. Studia i perspektywy*, która prezentuje możliwości wykorzystania niektórych współcześnie stosowanych technik do nieinwazyjnych badań obiektów archeologicznych (dostępna do 31.12 na parterze pałacu Górków, wstęp po zakupie biletu do muzeum, część wystawy na dziedzińcu – bezpłatna).

Rezerwat Archeologiczny Genius Loci, ul. Posadzge 3, tel. 61

852 21 67, czynny: wt.-czw. w g. 10-16, pt.-sob. w g. 10-18, niedz. w g. 10-15, bilety: 10/15 zł, szczegóły: rezerwat.muzarp.poznan.pl. Rezerwat zachęca z kolei do tego, aby zaglądać do wnętrza kościoła NMP na Ostrowie Tumskim i eksplorować jego gotycką architekturę. Dostępna wystawa poświęcona jest historii świątyni w odniesieniu do jej poprzedniczki – kaplicy księżnej Dobrawy (potrwa do 31.12, wstęp wolny). Wczesnośredniowieczne ozdoby ze złota, odkryte w pracowni przy poznańskim palatium Mieszka I, to kolejny temat, którym rezerwat chce zainteresować swoich gości w czasie wakacji. Ekspozycja poświęcona temu tematowi dostępna jest do 31.08 (pasaż nad murami bp. Jana Lubrańskiego, wstęp po zakupie biletu wstępu do rezerwatu).



FOT. ARCHIWUM MUZEUM ŚLĄSKIEGO W KATOWICACH
Badania mumii

Chodźcie nad rzekę!

Lipiec z Poznańskim Centrum Dziedzictwa:

Brama Poznania (ul. Gdańska 2)

12.07, g. 16 – *Ostrów Tumski przez wieki* (zwiedzanie Bramy dedykowane seniorom, udział bezpłatny, zapisy: tel. 61 647 76 34), 22.07, g. 17 – *Prawy do lewego – przewodniczka na drugi brzeg* (oprowadzanie po ekspozycji Bramy w połączeniu z obszarem Śródki i Ostrowa Tumskiego, udział bezpłatny, zapisy: tel. 61 647 76 34), *Spotkania w Eksperymentalnym Ogrodzie Dziedzictwa* (dyżury w ogrodzie przy Bramie dla wszystkich zainteresowanych właściwościami roślin, terminy: 4.07, g. 17, 16.07, g. 14, 22.07, g. 11, 25.07, g. 17, wstęp wolny, kolejna odsłona cyklu *Rzeka Żywa*. Wybrane wydarzenia: 2.07, g. 11 – warsztaty wokalne-ziolowe *Pieśni roślinne* (uczestnicy nauczą się pieśni tradycyjnych, miejsce: Brama Poznania, zapisy: wydarzenia@bramapoznan.pl), g. 18 – koncert Kapeli Odloty (zespół gra polską muzykę tradycyjną, miejsce: amfiteatr Bramy Poznania, wstęp wolny), 15.07, g. 21.30 – kino plenerowe: *Nasze miejsce na Ziemi* (znany reżyser z żoną realizują marzenie o własnej farmie funkcjonującej w zgodzie z naturą, miejsce: Żygzak przed Bramą



FOT. AGATA NIEZKOWSKA (PCD)

Kino plenerowe przed Bramą Poznania w ramach projektu *Rzeka Żywa*

Poznania, wstęp wolny), 16.07, g. 12 – warsztat *Walka o wodę – manifest dla rzeki* (warsztaty w Eksperymentalnym Ogrodzie Dziedzictwa, uczestnicy stworzą transparent z hasłem związanym z ochroną rzeki, wstęp wolny), 29.07, g. 12 – spacer *Cybina warta poznania* (prezentacja biegu rzeki, a także roli w powstaniu grodu na Ostrowie Tumskim, start: most Biskupa Jordana, zapisy: wydarzenia@bramapoznan.pl), 30.07, g. 11 – warsztaty animacji poklatkowej *Relacje miejsko-rzeczne* (Brama Poznania, następnie spacer wzdłuż rzeki i zajęcia w sali,

zapisy: wydarzenia@bramapoznan.pl), *Rzeka rowerów: piknik rowerowy* (przejazd rowerowy przez ulice Poznania, który zakończy się piknikiem nad Cybiną, miejsce: przy Bramie Poznania, szczegóły na rowerowypoznan.pl). Szczegóły na temat wszystkich wydarzeń w Bramie Poznania: tel. 61 647 76 34, bramapoznan.pl.

Centrum Szyfrów Enigma (ul. Św. Marcin 78): 7.07, g. 17 – *Spacer śladami kryptologów* (oprowadzanie po otoczeniu CSE i Dzielnicy Zamkowej, ukazujące początki prac polskich kryptologów nad Enig-

mą, start: CSE, bezpłatne bilety do odbioru w kasie lub przez rezerwację), 25.07, g. 16 – *Szyfry przez wieki* (zwiedzanie dla seniorów ekspozycji CSE w towarzystwie przewodnika, bezpłatne bilety do odbioru w kasie lub przez rezerwację). Latem w holu głównym CSE można zobaczyć wystawę prezentującą inspirujące postacie prekursorów w dziedzinie nauk matematycznych, informatycznych czy kryptologii. Wstęp wolny, wystawa dostępna: wt.-pt., g. 9-18, sob.-niedz., g. 10-19). Szczegóły: tel. 61 888 45 12, csenigma.pl.

Galeria Śluza (ul. Dziekańska 2):

Przez osiem stuleci, jakie upłynęły od momentu lokacji Poznania, stał się on domem dla wielu ludzi. Galeria zaprasza na nową wystawę *Siła spotkania. O ludziach, którzy tworzyli Poznań*, która będzie formą uczczenia 770. rocznicy lokacji Poznania (dostępna w dniach 30.06-26.11, wt.-pt., g. 9-18, sob.-niedz., g. 10-19, wstęp wolny). Wydarzenia towarzyszące wystawie: 9.07, g. 11.30 – *Szlak Dziedzictwa Reformacji*: wycieczka tematyczna (Jak wyglądały początki poznańskiej reformacji? Czym wyróżniały się świątynie protestanckie? Start: kościół Wszystkich Świętych, ul. Grobla, wstęp wolny), 26.07, g. 16 – oprowadzanie po wystawie (wstęp wolny). Szczegóły: tel. 61 647 76 31, galeriasluza.pl.

Spacery na Trakcie Królewsko-

-Cesarskim: Przewodnicy PCD poprowadzą po najbardziej charakterystycznych, ale też mniej znanych miejscach w sercu Poznania (na wszystkie przechadzki wstęp wolny, z wyjątkiem spaceru *Katedra: instrukcja obsługi* – obowiązują bezpłatne wejściówki). Harmonogram spacerów: 1.07, g. 17 – *Zielone wyspy Poznania: Parki* (Skąd wzięły się parki w miastach? Start: park Chopina), 8.07, g. 17 – *Szlakiem Dziedzictwa Przemysłu i Techniki* (uczestnicy spaceru odkryją ślady wielkich zakładów działających w podwórzach kamienic, start: plac u zbiegu ulic Wenecjańskiej i Chwaliszewo), 14.07, g. 20 – *Katedra: instrukcja obsługi* (nocny spacer po gotyckich wnętrzach z użyciem latarek, start: plac przed katedrą, bezpłatne wejściówki do odbioru 30 min przed rozpoczęciem spaceru), 15.07, g. 17 – *Spacer po Trakcie: Ostrow Tumski* (start: przed Śluzą Katedralną, ul. Dziekańska), 22.07, g. 17 – *Spacer: Najważniejsza jest loka(liza)cja* (spojrzenie na budowę miasta jako na proces, który toczy się przez wieki, start: ul. Szewska/Dominikańska), 29.07, g. 17 – *Zielone wyspy Poznania: Rzeki* (uczestnicy spaceru prześlędzą relacje między przyrodą a człowiekiem, start: most Biskupa Jordana). Szczegóły: trakt.poznan.pl.

Filie pełne ciekawych spotkań



Gmach główny Biblioteki Raczyńskich na placu Wolności

Jakie tajemnice kryją poznańskie klatki schodowe? Jak żyją, bawią się i pracują dzieci z różnych zakątków świata? Co się stało ze stulatką, który wyskoczył przez okno i zniknął? Wakacje z Biblioteką Raczyńskich zapowiadają się bardzo ciekawie.

Program wydarzeń (wybranych): 4.07, g. 17.30 – Promocja albumu Zbigniewa Zachariasika *Klatki schodowe w Poznaniu*. W poznańskich kamienicach, instytucjach na Starym Mieście, Jeźcach i Łazarzu kryją się niezwykle klatki schodowe. Takich miejsc jest w naszym mieście bardzo dużo – poprzez subiektywny przewodnik autor chciałby zachęcić miłośników miasta do własnych poszukiwań unikatowych wnętrz. W albumie nie mogło też zabraknąć klatki schodowej w historycznym budynku Biblioteki Raczyńskich. Miejsce: Filia Sztuki BR, pl. Wolności 19;

10.07 – *Dzieci świata*: spotkanie z Jakubem Rybickim (prelekcja i pokaz zdjęć podróżnika na temat dzieci z różnych zakątków świata – jak żyją, bawią się, uczą i pracują), miejsce: Filia 35, ul. Druskiennicka 32, g. 11.30 oraz Filia 8/59, ul. Osinowa 14/16, g. 17; 21.07, g. 18 – Klub Książki u Raczyńskich: *Stulatak, który wyskoczył przez okno i zniknął*. A może ucieczka przed upalnymi dniami na chłodną Północ? W lipcu Klub Książki spotka się, aby wyruszyć do Szwecji wraz z powieścią Jonasa Jonassona. Miejsce: Filia Sztuki BR, pl. Wolności 19. Książka jest dostępna w poniższych filiach: F2, os. Oświecenia 59; F8, ul. Osinowa 14/16; F12/46, ul. Arciszewskiego 27; F14, os. Chrobrego „Dąbrówka”; F15, ul. Fabianowo 2; F26, ul. Błękitna 1/7; F36, ul. gen. S. Maczka 14; F38, ul. Świt 34/36; F42, os. Pod Lipami; F51, os. Lecha 15; FW/53, ul. Het-

mańska 91; F55, os. Zwycięstwa 125; FN Naramowicka, ul. Rubież 14a/37. 27.07, g. 18 – *Miła bestyjka*. Helena Hulewiczowa – fotografka amatorka. W środowisku amatorskim przełomu XIX i XX wieku kobiety były jak egzotyczne ptaki. Odchodziły, gdy pojawiały się dzieci i czas pożerały domowe czynności. Ale nie Helena. Zbliżała się do trzydziestki i była matką już piątki dzieci, gdy zażądała od męża aparatu fotograficznego. Miała na pewno talent do portretów. O Helenie i jej barwnym życiu od najmłodszych lat w oparciu o czytanie licznych fotografii z rodzinnych albumów i pewne materiały z Biblioteki Raczyńskich opowie Monika Piotrowska, historyk i krytyk sztuki z poznańskiej Fundacji Instytut Fotografii proFotografia. Miejsce: Filia Sztuki BR, pl. Wolności 19. Szczegóły: tel. 61 885 89 09, bracz.edu.pl.

Na studia artystyczne!

Uniwersytet Artystyczny Trzeciego Wieku działający w ramach Uniwersytetu Artystycznego im. Magdaleny Abakanowicz w Poznaniu zaprasza do udziału w zajęciach artystycznych i teoretycznych (wykładach z historii sztuki), które zaplanowano na rok akademicki 2023/2024. Zajęcia artystyczne będą się odbywać stacjonarnie, natomiast zajęcia teoretyczne w formule online. Uczestnikiem zajęć może zostać każda osoba, która

ukończyła 50 lat. Do wyboru następujące zajęcia: fotografia (opłata za semestr: 240 zł), ikonopisanie (opłata za semestr: 450 zł), malarstwo (opłata za semestr: 310 zł), rysunek (opłata za semestr: 310 zł), projektowanie ubioru (opłata za semestr: 310 zł), wykłady (opłata za semestr: 140 zł). Obowiązuje jednorazowa opłata rekrutacyjna (dla nowych członków) – 50 zł. Aby zarezerwować miejsce, należy wysłać wiadomość na adres:

uatw@uap.edu.pl, podając: imię, nazwisko, sekcję, grupę. Rozkłady i szczegółowe opisy zajęć, informacje o zapisach oraz opłatach dostępne są na stronie: uatw.uap.edu.pl. Zapisy są przyjmowane do 15.09.2023. O przyjęciu do UATW decyduje kolejność zgłoszeń. Więcej informacji: Sekretariat UATW, pl. Wielkopolski 9, pok. 401, budynek C, tel. 61 853 00 18 w. 119 (czynny: wtorki, g. 11–15), uatw@uap.edu.pl.

Nowe technologie i poezja

Lipcowe propozycje dla senierek i seniorów w ramach Projektu Fifna:

Bezpłatne konsultacje informatyczne. Spotkania dla osób mających problem z obsługą laptopa lub smartfona. Odbywają się one w formule „jeden na jeden”, prowadzący pomoże rozwiązać wątpliwości związane z nowoczesną technologią. Na spotkanie należy wcześniej się umówić i zabrać swój sprzęt wraz z ładowarką. Nie jest to kurs komputerowy, prowadzący nie udziela porad technicznych oraz związanych ze sprzętem Apple. **Twój Wieczór Literacki.** Spotkanie dla osób piszących amatorsko,

podczas którego można zaprezentować swój wiersz, opowiadanie lub inną formę literacką. Każdy z uczestników ma na prezentację 10 minut. Na spotkanie można przyjść z rodziną lub znajomymi. Wieczory Literackie odbywają się cyklicznie – w każdą pierwszą sobotę miesiąca.

Na konsultacje i spotkanie literackie obowiązują zapisy: Błażej, tel. 533 488 550, blazej.friedrich@serdecznik.pl. Wszystkie spotkania odbywają się w siedzibie Projektu Fifna, przy ul. Sienkiewicza 20a (wejście z ulicy). Lokal jest przystosowany dla osób z niepełnosprawnością ruchową (poza toaletą).

O gwarze żołnierskiej



Plakat zapowiadający wystawę *Rychtyg knary i maszynki*

Wielkopolskie Muzeum Niepodległości poleca seniorkom i seniorom najnowszą wystawę czasową *Rychtyg knary i maszynki*, na której prezentowane jest uzbrojenie Wojsk Wielkopolskich z lat 1919–1921.

11.07 o g. 11 odbędzie się specjalne oprowadzanie po wystawie dostępnej w Muzeum Uzbrojenia (al. Armii Poznań, Park Cytadela). Organizatorzy spotkania poświęcą uwagę nie tylko zgromadzonej na niej broni palnej: rewolwerom, pi-

stoletom, karabinom oraz ciężkim i lekkim karabinom maszynowym, ale także gwarze, którą posługiwali się żołnierze. Tytułowe „Rychtyg knary i maszynki” nie są przypadkowe.

Autorzy wystawy oprócz prezentacji uzbrojenia oraz mundurów uczestników walk skupili się również na formie żołnierskiej komunikacji na polu bitwy. Udział w oprowadzaniu jest bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 691 266 779, 61 851 72 89.

Powstanie na ekranie

28.07 o g. 15.30 w kinie Charlie Monroe (ul. Rybaki 6a, w ramach cyklu *Kino dla seniora*) odbędzie się kolejna projekcja fabularzowanego dokumentu *Zwycięstwo. Powstanie Wielkopolskie 1918–1919*.

Ceny biletów: pojedynczy (senioralny) – 17 zł, grupowy – 12 zł (grupa od 10 osób). Dla seniorów dostępne są seanse grupowe. Zgłoszenia: tel. 601 700 688.

Senioralni. Poznań 2023 zgłoszenia partnerów

Rozpoczynamy prace nad programem 13. edycji cyklu kulturalno-edukacyjnego dla seniork i seniorów pod hasłem „Senioralni. Poznań”. I jak zwykle mamy ogromną nadzieję, że wspólnie z partnerami uda nam się przygotować ciekawy program wydarzeń, w których ochoczo wezmą udział najstarsze mieszkanki i mieszkańcy naszego miasta.

Tegoroczna edycja „Senioralnych” zapowiada się bardzo zielono! Po raz kolejny chcemy udowodnić, że nasze miasto jest przyjazne seniorom pod względem oferty, ale też przestrzeni. W mieście jest sporo zielonych wysp, gdzie można wypocząć i świetnie się bawić, a oferta senioralna może być również proekologiczna.

Inaugurację „Senioralnych” zaplanowaliśmy na sobotę 23.09.



W tym roku łączymy siły z Poznańskim Centrum Dziedzictwa i na start zaprosimy wszystkich do Bramy Poznania na Śródkę, gdzie w przepięknych okolicznościach przyrody rozpoczniemy wielkie senioralne święto – więcej szczegółów wkrótce. A już dziś serdecznie zapraszamy miejskie instytucje, uniwersytety trzeciego wieku, organizacje pozarządowe do wzięcia udziału w 13. edycji naszego cyklu i włączenia swoich wydarzeń w program „Senioralnych”. Zachęcamy do organizowania spotkań, spektakli, pokazów czy warsztatów z myślą o osobach

senioralnych, w szczególności takich, które będą skupione wokół szeroko pojętych wątków proekologicznych czy związanych z przyrodą. Do programu zgłaszać można również wydarzenia, w których będą mogli wziąć udział seniorzy i seniorki z Ukrainy. Wydarzenia mogą odbywać się stacjonarnie (w pomieszczeniach lub na świeżym powietrzu) oraz w formule online. Zachęcamy do zorganizowania wydarzeń w ramach „Senioralnych” w dniach 1–29.10. Wstępną deklarację udziału należy przesłać do 28.07 na adres zuzanna.macko@centrumis.pl, na konkretne propozycje, zawierające pełne informacje na temat zgłaszanego wydarzenia (data i godzina, miejsce, zapisy, opłaty itp.), czekamy do 6.09.

CIS zaprasza

Czekamy codziennie, od pon. do pt. w g. 8–16, przy ul. Mielżyńskiego 24. Warto być z nami w kontakcie: tel. 61 847 21 11, warto też zaglądać na naszą stronę internetową: centrumis.pl oraz profil facebookowy.



Centrum Inicjatyw Senioralnych

Polecamy również zapisać się do naszego newslettera.

Pozbądź się kopciucha!

Wydział Klimatu i Środowiska UMP zachęca do skorzystania z miejskiego programu Kawka Bis, który daje możliwości pozyskania dofinansowania na zmianę sposobu ogrzewania z węglowego na inne, bardziej ekologiczne. Od przyszłego roku używanie pozaklasowych kopciuchów na terenie miasta Poznania będzie karane. W ramach programu uzyskać można nawet 100 proc. dofinansowania kosztów wymiany kopciucha. Nabór trwa do 31.07.2023 roku. Wnioski wraz z załącznikami można składać pocztą na adres: Wydział Klimatu

i Środowiska UMP, ul. Gronowa 22a, 61-655 Poznań, przez ePUAP lub osobiście w siedzibie Wydziału. Szczegóły i formularze wniosków dostępne są na stronie www.poznan.pl/kawka. Kontakt: tel. 61 878 40 61/62, 61 878 40 68, 61 878 50 71. 10.07 o g. 12 w siedzibie CIS (ul. Mielżyńskiego 24) odbędzie się spotkanie na temat programu, podczas którego urzędnicy przedstawiają możliwości pozyskania dofinansowania oraz pomogą wypełnić wniosek o dotację. Udział jest bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 61 847 21 11.

MIEJSCA PRZYJAZNE SENIOROM

Akcja Centrum Inicjatyw Senioralnych promuje miejsca (również te prywatne), które odpowiadają na potrzeby osób starszych poprzez oferowanie atrakcyjnych produktów i usług, zniżek i dostosowanie swojej architektury. Tym razem w ramach akcji polecamy:

Silver Optyk

W lipcowej ofercie Silver Optyk wiele opraw okularowych z rabatem do 50 proc. Doradcy pomogą znaleźć wygodne oprawy w przystępnej cenie. Dodatkowo przy zakupie okularów jest możliwość wykonania profesjonalnego badania wzroku. Szczegóły: Silver Optyk, ul. Warszawska 98A, tel. 574 063 117.

Grota Solna Galos

W grocie można się odprężyć i zrelaksować, przebywając w wyjątkowych dla organizmu warunkach. W lipcu seniorzy będą mogli skorzystać z seansów w promocyjnej cenie 10 zł – w poniedziałki, środy

i piątki o g. 11. Należy zabrać ze sobą skarpetki na zmianę, seanse trwają 50 min. Obowiązują zapisy: ul. Spychalskiego 34, tel. 530 752 982, joganasoli@gmail.com.

Akademia Podróży Wojażer

Oferta biura jest dostosowana do potrzeb osób starszych. Program najbliższych wycieczek: *Dolny Śląsk – Górne Łużyce* (8–11.07, cena 1000 zł, w programie: Zamek Kliczków, Henryków Lubański, Zamek Czocha, Bogatynia, Zgorzelec, Sulików z tradycyjnymi domami łużyckimi i Świeradów Zdrój), *Poznajemy Wielkopolskę – okolice Nowego Tomysła* (1.07, cena: 170 zł, z Poznańską Złotą kartą – 160 zł, w programie: Buk, Opalenica, Muzeum Gospodarki Mięsnej w Sielinku, Wąsowo: neogotycki pałac Hardta), *Ziemia Wałbrzyska – śladami Olgi Tokarczuk* (3–6.08, cena: 1150 zł, w programie: Legnica, Szczawno Zdrój, Jedlina, Sokołowsko,

Osówka, Nowa Ruda, Wałbrzych), *Poznajemy Wielkopolskę – śladami Raczyńskich* (22.07, cena: 170 zł, z Poznańską Złotą Kartą – 160 zł, w programie: Lubiąż: klasztor benedyktynów i barokowy kościół Narodzenia NMP, Rogalin: pałac, galeria obrazów i powozownia, Zaniemyśl: kościół św. Wawrzyńca, grobowiec hrabiego, spacer promenadą nad Wartą i Wyspa Edwarda na środku Jeziora Raczyńskiego, Kórnik: spacer promenadą, wizyta w domu, w którym urodziła się Wisława Szymborska). Szczegóły: Akademia Podróży Wojażer, ul. Święty Marcin 47 lok. 6 (Pasaż Różowy), tel. 61 662 84 03, 537 212 020, akademiawojazer.pl.

Med Polonia

W lipcu w placówce Med Polonia przy ul. Obornickiej 26 można skorzystać z 30 proc. rabatu na badanie słuchu przy użyciu audiometru (tel. 61 664 33 00). Dodatkowo we wszystkich placówkach Med Polo-



nia obowiązuje 20 proc. rabatu na badania laboratoryjne: morfologia, glukoza, kreatynina, TSH, CRP, cholesterol całkowity (promocja dostępna: ul. Obornicka 262, tel. 61 664 33 00, ul. Blacharska 2, tel. 61 664 33 34, ul. Starołęcka 42, tel. 61 227 58 10).

Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii

W ofercie WCF szereg badań USG. Seniorki i seniorzy mogą skorzystać z USG jamy brzusznej (ocena trzustki, aorty brzusznej, wątroby, dróg żółciowych wewnątrztrzewnych, przewodu żółciowego

wspólnego, pęcherzyka żółciowego, nerek oraz śledziony), USG narządu ruchu (staw ramienny, staw łokciowy, nadgarstek, staw kolano- wy oraz staw skokowy, kontrolnie oraz po urazach), USG tarczycy, badań Dopplera tętnic i żył kończyn dolnych oraz górnych, tętnic szyjnych i kręgowych. Szczegóły: Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii, ul. Łomżyńska 1, tel. 512 046 048, 573 004 242, wcf.com.pl/fizjoterapia.

Razem w formie

Gimnastyka w wodzie? Czemu nie! Zajęcia odbywają się we wtorki i czwartki o g. 9 i 10 na basenie w Galerii Poznania, przy ul. Pleśzewskiej 1. W ramach wejścia na pływalnię uczestnicy korzystają z zajęć z wykwalifikowanym instruktorem, sauny oraz kąpieli perełkowej. Po zajęciach jest zawsze czas na kawę w miłym towarzystwie. Koszt karnetu: 100 zł, karnet umożliwia 4 wejścia na basen. Zapisy: tel. 500 055 056.

Kobieta, która wytropiła „Bestię”

Skwer przy ul. Hetmańskiej nosi od niedawna imię Zofii Ścibor-Rylskiej, niezwykle odważnej i błyskotliwej agentki polskiego wywiadu z okresu II wojny światowej.

Urodziła się w 1918 roku w Berlinie. Była córką Bolesława Konieczki i Gertrudy z d. Skibickiej. Po odzyskaniu przez Polskę niepodległości rodzina wróciła do kraju i zamieszkała w Poznaniu. Tu Zofia uczyła się w Miejskim Koedukacyjnym Gimnazjum Kupieckim, w którym poznała swojego przyszłego męża – Janusza Rappa.



Niemiecki pancernik „Tirpitz” został zatopiony przez aliantów dzięki pracy wywiadowczej Zofii Ścibor-Rylskiej

Pierwsze zadania wywiadowcze

Po wybuchu II wojny światowej i włączeniu Wielkopolski do Rzeszy uciekli z Poznania do Warszawy, gdzie w 1940 roku wzięli ślub. Niestety ich szczęście nie trwało długo. Rapp zmarł na nowotwór. Zdesperowana i osamotniona poznanianka skontaktowała się z polskim podziemiem. Doskonale nadawała się do pracy w wywiadzie, mówiła bowiem świetnie po niemiecku, miała berliński akcent.

Została zaprzysiężona do pracy w konspiracji i wcielona do Referatu „Zachód” Wydziału Wywiadu Ofensywnego „Stragan”. Z pierwszą misją dowódca wysłał ją do Poznania, nie spodziewając się chyba większych sukcesów. Jednak spisała się doskonale.

Posługując się podrobionymi dokumentami, wykorzystując spryt i przebojowość, a także niebanalną urodę, dotarła nie tylko do Poznania, ale również do Berlina, gdzie mieszkała jej ciotka. Od września 1942 do maja 1943 roku kilkakrotnie jeździła do Berlina, Hamburga, Hanoweru, Ludwigshafen i Saarbrücken, gdzie prowadziła rozpoznanie obrony przeciwlotniczej, stoczni, fabryk i ośrodków przemysłowych.

Na tropie „Bestii”

W czasie jednej z wizyt w Berlinie zaliczyła wywiadowczy „strzał w dziesiątkę”. Spotkała tam swojego kuzyna, porucznika Kriegsmarine, pełniącego służbę na pancerniku „Tirpitz”, uważanym po zatopieniu „Bismarcka” za najgroźniejszy okręt III Rzeszy. Niemcy ukryli „Tirpitz” gdzieś na wodach północnych, by samą swoją obecnością stwarzał zagrożenie dla arktycznych konwojów. Winston Churchill, premier Wielkiej Brytanii, miał obsesję na punkcie „Tirpitz”, domagał się co-

dziennych raportów na jego temat, nazywał okręt „Bestią”. Kuzyn Zofii chętnie opowiadał o swojej służbie na okręcie, jego uzbrojeniu, wyposażeniu i załodze. Pokazał także fotografie z norweskiego fiordu, w którym ukryto okręt, a jedno zdjęcie nawet podarował, wypisując dedykację. Oprowadził też kuzynkę po Berlinie, dzieląc się uwagami na temat stanowisk obrony przeciwlotniczej.

Informacje przywiezione do Warszawy przez Zofię Rapp (używającą pseudonimu Marie Springer) trafiły do Londynu, gdzie przyjęto je z entuzjazmem. Brytyjczykom udało się ustalić miejsce cumowania „Tirpitz” i przeprowadzić na niego atak.

Ucieczka i narodziny syna

Opromieniona sukcesem Zofia działała nadal na szpiegowskich

szlakach. W czasie służby poznała swojego drugiego męża – Jana Kochańskiego, tzw. cichociemnego, wyszkolonego w Anglii skoczka spadochronowego. Wzięli ślub w marcu 1943 roku, ale znowu nie nacieszyli się szczęściem, bo w obliczu licznych aresztowań w strukturach warszawskiej Armii Krajowej musieli uciekać z miasta. Przenieśli się do Lwowa. Tam 1 listopada wpadli w ręce gestapo.

Zofia była wtedy w ósmym miesiącu ciąży. Nie złamała się w śledztwie, mimo że Niemcy wywieźli ją na rozstrzelanie, domagając się, by powiedziała, co wie. W śledztwie załamała się za to jej mąż, który wyjawiał fałszywe nazwisko swoje i żony, a także przyznał, że pracowała dla wywiadu angielskiego. Po konfrontacji z mężem Zofia wymyśliła bezpieczną dla

siebie wersję, twierdząc, że jeździła do Niemiec, by dostarczać kartki żywnościowe Polakom wysłanym na roboty.

Symulując zbliżający się poród, dostała się do szpitala więziennego, z którego cudem uciekła. Lwowska Armia Krajowa, wiedząc, że gestapo jej szuka, ewakuowała Zofię do Warszawy. Tutaj 4 stycznia 1944 roku urodziła syna – Maćka. W Warszawie ukrywała się do 1 sierpnia, gdy wybuchło powstanie. W czasie dwóch miesięcy walk służyła w oddziale sanitarnym „Bakcyl”. Po kapitulacji powstania wyszła z miasta z ludnością cywilną, niosąc na rękach ciężko chorego syna.

Marie Springer – to ja

Po zakończeniu wojny zamieszkała w Gdańsku, gdzie poznała swojego

trzeciego męża – Zbigniewa Ścibora-Rylskiego, pseudonim Motyl, w powstaniu warszawskim dowódcę kompanii w batalionie Czata 49. Wzięli ślub w 1948 roku, wspólnie wychowywali Maćka. Wyjechali do Poznania i tu zamieszkali u rodziny, na ul. Wrocławskiej. Dopiero w latach 60. wrócili do stolicy.

W 1991 roku Zofia Ścibor-Rylska wystąpiła w filmie dokumentalnym pt. *Marie Springer – to ja*, w którym opowiedziała swoją historię. Zmarła w 1999 roku. Jest pochowana na cmentarzu Powązkowskim w Warszawie.

Rada Miasta Poznania jednogłośnie przyjęła uchwałę ws. nazwania skweru jej imieniem na sesji 16 maja 2023 roku. Skwer mieści się przy ul. Hetmańskiej, między Rolną a Mielęckiego.

Szymon Mazur

Historia Wierzejewskich

Odegrali ważną rolę w drodze do niepodległości Polski. O Wincencie i Janie Wierzejewskich oraz ich siostrze Marii opowiada potomek zasłużonego rodu.

Wawrzyniec Wierzejewski jest wnukiem Jana Wierzejewskiego, współtwórcy skautingu w Polsce, organizatora Towarzystwa Samokształceniowego „Iskra”. W czasie powstania wielkopolskiego Jan należał do wydziału wywiadowczo-wykonawczego Polskiej Organizacji Wojskowej. Jego brat, Wincenty Wierzejewski, był jednym z organizatorów POW. Po wybuchu walk dowodził kompanią skautów, która zdołała oswobodzić z rąk niemieckich Bastion III Grolman w Poznaniu. Bracia



Wawrzyniec Wierzejewski

dokonałi też – 13 listopada 1918 – „zamachu na ratusz”, podczas którego przejęli z rąk Niemców władzę w Radzie Robotników i Żołnierzy. Siostra

Wincentego i Jana, Maria Wierzejewska, współtworzyła pierwsze żeńskie oddziały skautowe. Została później nauczycielką.

oprac. red.



Poznańskie Archiwum Historii Mówionej (historiamowiona.poznan.pl) to rozmowy z poznaniakami i Wielkopolanami, którzy opowiadają o swoich przeżyciach. Są wśród nich uczestnicy takich wydarzeń jak Czerwiec 1956, ale też osoby, które na przykład chcą podzielić się wspomnieniami o tym, jak się żyło na podpoznańskiej wsi po zakończeniu II wojny albo na Ratajach w latach 70. W ten sposób, w żywym słowie, utrwalana jest pamięć o historii najnowszej i życiu codziennym w Poznaniu i regionie.

Alarmowy 112

Policja	112, 997
Straż pożarna	112, 998
Pogotowie ratunkowe	112, 999
Straż Miejska	986, 606 986 986
Pogotowie energetyczne	991
Pogotowie gazowe	992
Pogotowie ciepłownicze	993
Pogotowie wodno-kanalizacyjne	994
Pogotowie techniczne MPM	61 639 72 38
Centrala Nadzoru Ruchu MPK	19 445
Schronisko dla zwierząt	61 868 10 86

CENTRUM INICJATYW SENIORALNYCH

ul. Mielżyńskiego 24
pon.-pt. g. 8-16
centrum@centrumis.pl
www.centrumis.pl
..... 61 847 21 11
..... 61 842 35 09

CENTRUM INFORMACJI Kulturalnej (CIK)

ul. Ratajczaka 44
(w budynku Arkadii)
pon.-pt. g. 10-18, sob. g. 10-17
www.cik.poznan.pl
..... 61 854 07 52
..... 61 854 07 53
..... 61 854 07 54

MIEJSKA RADA SENIORÓW

ul. 3 Maja 46
..... 885 960 352
..... 61 878 58 56

POZNAŃSKIE CENTRUM ŚWIADCZEŃ

Zajmuje się m.in. wypłatą zasiłków i innych świadczeń oraz wydawaniem Poznańskiej Złotej Karty.

ul. Wszystkich Świętych 1
swiadczenia@pcs-poznan.pl
..... 61 646 33 44

MIEJSKI OŚRODEK POMOCY RODZINIE

Jednostka miejska, w której można uzyskać pomoc usługową, finansową, rzeczową i inne świadczenia z zakresu pomocy społecznej oraz wsparcie socjalne, psychologiczne, pedagogiczne, terapeutyczne w trudnej sytuacji życiowej.

Siedziba główna:
ul. Cześćnikowska 18
sekretariat 61 878 17 00

Punkt Obsługi Klienta
..... 61 878 17 26
Filie MOPR-u:

Grunwald, ul. Matejki 50
Punkt Obsługi Klienta
..... 61 878 49 22

Jeżyce, ul. Sienkiewicza 22
Punkt Obsługi Klienta
..... 61 840 23 06

Nowe Miasto,
os. Piastowskie 81
Punkt Obsługi Klienta
..... 61 878 18 18

Stare Miasto,
ul. Kościuszki 103
Punkt Obsługi Klienta
..... 61 878 18 51

Wilda, ul. Opolska 58
..... 61 878 19 25

Sekcja ds. Domów Pomocy Społecznej
ul. Gronowa 22
..... 61 878 17 82

Sekcja ds. Rehabilitacji Społecznej Osób Niepełnosprawnych
ul. Cześćnikowska 18
..... 61 878 17 31

Dział Pomocy Osobom Bezdomnym
ul. Gronowa 22
Punkt Obsługi Klienta
..... 61 878 17 89 (91)

Dział Wspierania Specjalistycznego
ul. Matejki 50
..... 61 878 57 51

OFERTA MOPR dla seniorów: usługi opiekuńcze, teleopieka, jeden ciepły posiłek dziennie z dowozem do domu seniora, zapewnienie seniorom niesamodzielnym całodobowej pomocy w domach pomocy społecznej (skierowanie i umieszczenie).

WYDAWANIE ORZECZEŃ O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI I ŚWIADCZENIA

Starostwo Powiatowe w Poznaniu
ul. Słowackiego 8
Powiatowy Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności
..... 61 841 07 05
..... 61 841 07 06

Wojewódzki Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Województwie Wielkopolskim
ul. Kazimierza Wielkiego 24/26
..... 61 850 87 60

PAKIET POZNAŃ VIVA SENIOR

Poznańskie Pudełko Życia. Zawiera informacje o stanie zdrowia i osobach, które należy poinformować w nagłych wypadkach. Ma na celu usprawnienie niesienia pomocy w stanach zagrożenia zdrowia i życia. Dostępne w Centrum Inicjatyw Senioralnych przy ul. Mielżyńskiego 24. **Zgłoszenie: 61 847 21 11.**

Poznańska Złota Karta. Upoważnia do korzystania z szerokiej oferty ulg i rabatów w miejskich instytucjach kulturalnych, sportowych, edukacyjnych oraz w prywatnych firmach. Przysługuje osobom w wieku 60+. Wnioski o wydanie Poznańskiej Złotej Karty można składać w siedzibach Poznańskiego Centrum Świadczeń przy ul. Wszystkich Świętych 1 (róg ul. Za Bramką). Poznańskie Centrum Świadczeń obsługuje tylko umówionych klientów. Wizytę w PCS można umówić za pośrednictwem Poznań Kontakt: 61 646 33 44.

Książka dla Seniora. Wypożyczanie książek, audiobooków i filmów z Biblioteki Raczyńskich z dostawą do domu. Usługa skierowana jest do osób w wieku 60+. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

Porządkowanie nagrobków. Bezpłatne mycie nagrobków bliskich oraz czyszczenie terenu wokół nich na dwóch miejskich cmentarzach: Junikowie i Miłostowie, usługa skierowana do osób w wieku 80+. Wykonywana jest od pon. do pt. w g. 7-15, można z niej skorzystać raz w roku. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: tel. 61 646 33 44.**

Mycie okien. Bezpłatne mycie okien w miejscu zamieszkania seniora. Usługa skierowana do osób w wieku 80+, wykonywana jest od pon. do pt. w godz. 10-18, można z niej skorzystać jeden raz w ciągu roku. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: tel. 61 646 33 44.**

Złota Rączka dla Seniora. Pomoc przy drobnych domowych usterkach. Usługa skierowana do osób w wieku 65+. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

Taksówka dla Seniora. Usługi transportowe świadczone na rzecz osób mających trudności w samodzielnym poruszaniu się komunikacją publiczną. Przejazdy na terenie Poznania mogą odbywać się do urzędu, na cmentarz albo do placówki medycznej. Usługa skierowana jest do osób w wieku 80+ lub w wieku 70+, które mają problem z samodzielnym poruszaniem się. Przewozy odbywają się od pon. do pt. w g. 7-20. **Zgłoszenia: 22 43 900 50. Zgłoszenie przejazdu należy dokonać nie później niż 3 dni kalendarzowe do godz. 20.00 i maksymalnie 2 miesiące przed planowanym terminem przejazdu.**

Miejska wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego. W zasobach wypożyczalni są m.in.: łóżka rehabilitacyjne, wózki inwalidzkie, kule, laski, materace przeciwoślizgowe, balkoniki, chodziki, inhalatory. Z wypożyczalni mogą korzystać osoby w wieku 70+. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

Mobilna pielęgnacja paznokci u stóp seniorów. Usługa kosmetyczna polegająca na skróceniu i oszlifowaniu płytki paznokci stóp, skierowana do osób w wieku 75+. Wykonywana jest od pon. do pt. w g. 10-18. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

Transport seniorów na miejskich cmentarzach. Usługa dotyczy dwóch miejskich cmentarzy: Junikowa i Miłostowa i kosztuje 1 zł (płatność gotówką u przewoźnika). Skorzystać z niej mogą osoby w wieku 80+ lub 60+, które mają problem z samodzielnym poruszaniem się. Usługa jest realizowana od pon. do pt. w g. 7-15. **Zgłoszenia: Miłostowo - 577 099 400, Junikowo - 577 066 700.**



REDAKCJA



Zespół: Mateusz Malinowski (red. nac.), Szymon Mazur
Redaktor techniczny: Wojciech Szybisty

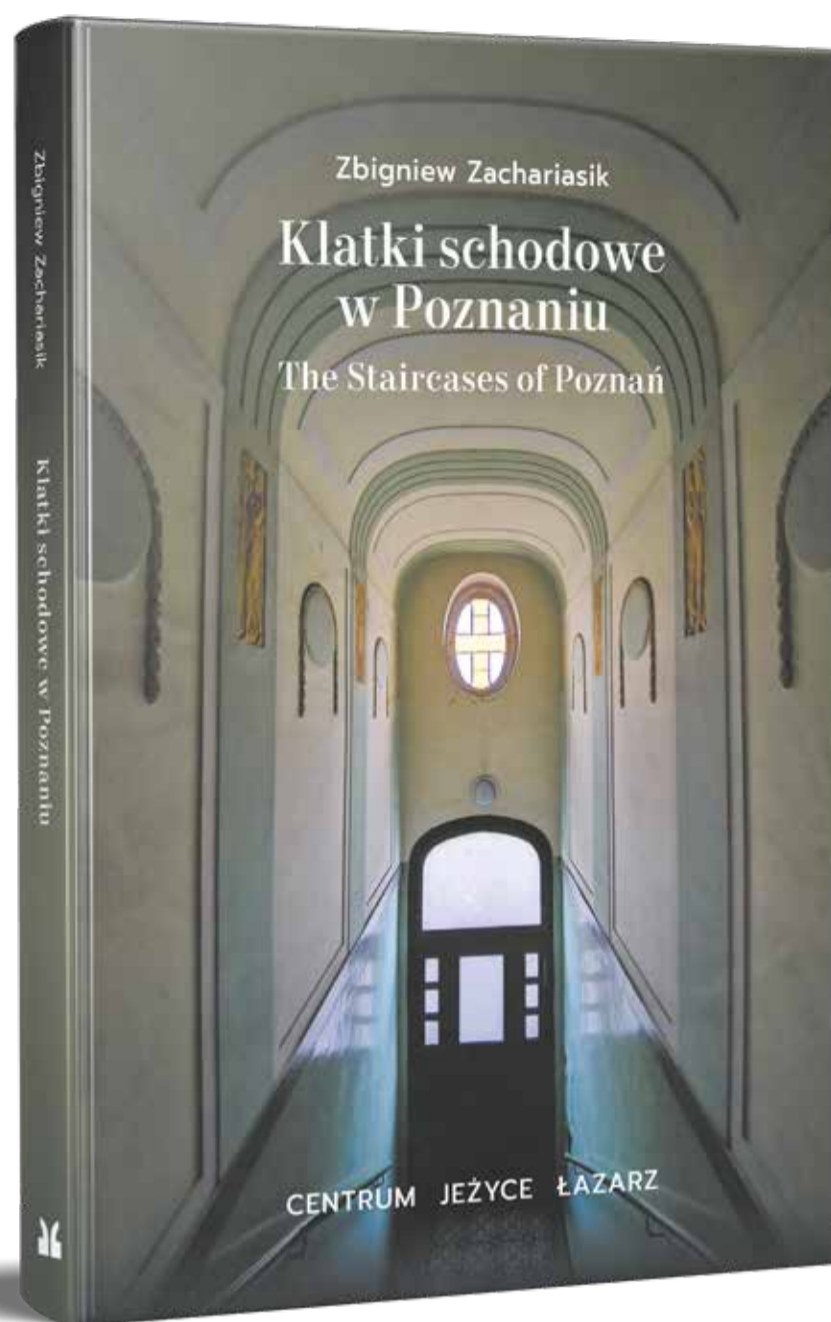
Korekta: Anna Nowotnik, **Współpraca:** Piotr Frydryszek

Tytka Seniora: Aleksandra Gracjasz (red. prowadząca),

Justyna Furmaniak, CIS, ul. Mielżyńskiego 24 (pon.-pt., w g. 8-16),
e-mail: aleksandra.gracjasz@wm.poznan.pl

Wydawca: Wydawnictwo Miejskie Poznań, ul. Ratajczaka 44, 61-728 Poznań,
www.wmposnania.pl, e-mail: informator@wm.poznan.pl, tel. 61 854 07 50

Partner: Centrum Inicjatyw Senioralnych, ul. Mielżyńskiego 24,
61-725 Poznań, www.centrumis.pl, e-mail: centrum@centrumis.pl,
tel. 61 847 21 11, 61 842 35 09



SPOTKANIE AUTORSKIE

4 lipca (wtorek), godz. 17.30

Biblioteka Raczyńskich, Sala 1
plac Wolności 19, Poznań

WSTĘP WOLNY

na gości spotkania czekają egzemplarze w cenie promocyjnej

WYDAWNICTWO
MIEJSKIE
POZNANIA

Biblioteka
Raczyńskich

POZNAŃ*



W lipcowym IKS-ie

Rozpoczynają się wakacje i sezon urlopowy. „IKS” podpowiada, jak lato można spędzić w mieście, a także poleca się jako lektura podczas wyjazdów. W lipcowym numerze znajdziecie m.in.:

Przegląd letnich wydarzeń dla najmłodszych, zapowiedzi muzycznych festiwali w Wielkopolsce – Jarocina

i Powidz Jam, cyklu *Lato z Estradą* i nowego festiwalu w kulturalnym kalendarzu Poznania – Czasu Letniego.

Recenzje wystaw i niedawno otwartego Muzeum Iluzji, Nauki i Sztuki.

Inspirujące rozmowy, w tym z: Anną Wakulik, laureatką Narodowego Stypendium im. Stanisława

Barańczaka, Agatą Szymczewską, nową prezeską zarządu Towarzystwa Wieniawskiego, i Piotrem Kruszczyńskim, dyrektorem Teatru Nowego.

Lokalne historie o Zofii Ścibor-Rylskiej i hokeju na trawie w ramach cyklu *Skwery i skwerki* oraz *Cyryl Wam pokaże*.

oprac. red.

Zapraszamy również na stronę kultura.poznan.pl