

grudzień 2022
numer 6 (124)



Bezpłatny magazyn
samorządowy

ISSN: 2081-3384

PRZEGLĄD Powiatu nowotomyskiego

Wicestarosta nowotomyski Marcin Brambor, dyrektor SP ZOZ w Nowym Tomyślu Tomasz Przybylski wraz ze Świętym Mikołajem złożyli we wtorek, 6 grudnia radosną wizytę w nowotomyskim Szpitalu Powiatowym. Odwiedzili wszystkich pacjentów, zarówno tych dużych, jak i małych.

Mikołaj w Szpitalu Powiatowym



Bez wątpienia jednak największą radość wizyta przyniosła najmłodszym pacjentom. Serdecznie dziękujemy Świętemu Mikołajowi za wspaniały, płynący z głębi serca szlachetny gest.

• KD



POLECAMY:



**Starosta nowotomyski
wyróżniony**

czytaj na stronie 3



Być dobrym jak chleb

czytaj na stronie 5



Szkoły będą współpracować

czytaj na stronie 9

powiat
nowotomyski

Drodzy Mieszkańcy Powiatu Nowotomyskiego!

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia,
w tym szczególnym czasie radości i spokoju,
składamy Państwu najserdeczniejsze życzenia zdrowia,
szczęścia oraz wszelkiej pomyślności.

Niech chwile spędzone w gronie najbliższych upłyną
w atmosferze pełnej miłości i życzliwości,
a Nowy 2023 Rok obdaruje Państwa pomyślnością
i niegasnącym optymizmem.

/-/ Marcin Brambor
Wicestarosta Nowotomyski

/-/ Andrzej Wilkoński
Starosta Nowotomyski

/-/ Renata Gruszka
Przewodnicząca Rady
Powiatu Nowotomyskiego

W ubiegłym roku – 23 listopada – Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Andrzej Duda podpisał w Poznaniu ustawę ustanawiającą nowe święto państwowe. Ustawa ustanowiła 27 grudnia świętem państwowym – Narodowym Dniem Zwycięskiego Powstania Wielkopolskiego, dla upamiętnienia zrywu z lat 1918–1919 i złożenia hołdu jego bohaterskim uczestnikom, którzy wyzwolili Wielkopolskę spod panowania niemieckiego i przyłączyli ją do odrodzonej Rzeczypospolitej. W tym roku będziemy ją obchodzili po raz drugi.

Historyk nie ma wątpliwości, że funkcjonujące w obrębie różnych grup społecznych wyobrażenia o cechach charakteru członków innych zbiorowości odgrywają ważną rolę w dziedzinie nawiązywania i utrzymywania kontaktów politycznych, kulturalnych, ekonomicznych. Jednym z elementów świadomości każdego narodu jest pewien wzorzec odnoszony również do własnej grupy narodowej. Każde nowe pokolenie w procesie edukacji społeczno-politycznej musi ustosunkować się do tego wzorca: odrzucić go, zmodyfikować lub, co ma miejsce o wiele częściej, zaakceptować. W tym sensie treści świadomości narodowej spełniają funkcję jednego z poważniejszych czynników wychowawczych. Często było twierdzenie o stanowym – szlacheckim obliczu polskiego charakteru narodowego. Zdaniem wielu uczonych, szlachta – przez długie stulecia jedyny polityczny stan w kraju – przekazała swój styl życia, mentalność, obyczajowość chłopstwu stanowiącemu podstawowy element współczesnej masy narodowej. Pańskość stanu rolniczego znaczyła więc szlacheckimi rysami cały nasz charakter narodu. Charakterologiczny typ Polaka opatrywano cechami męstwa, szczodrości, prawości, odwagi, przysłówiowej wręcz gościnności, oddania dobrej sprawie. Idealizacją będącą wyrazem swoistej megalomanii narodowej. Zespół cech określanych mianem szlacheckości, a przypisywanych Polakom to rycerskość Polaków. Przez inne cechy określane kiedyś jako kobiecość rozumiano przede wszystkim pobudliwość uczuciową, impulsywność, zmienność nastrojów, brak wytrwałości.

Nieżyjący wybitny historyk Antoni Czubiński określał Powstanie Wielkopolskie jako plebejskie. Jego uczestnicy słabo władali piórem i w przeciwieństwie do legionistów Piłsudskiego nie stworzyli poezji powstańczej. Legenda Powstania Wielkopolskiego żyła krótko w pamięci rodzinnej. Stąd wydarzenie to nie znalazło szerszego odbicia w literaturze pięknej i sztuce. Słabo było też odnotowane w podręcznikach historii. Głoszono, że było to wydarzenie regionalne, bez większego znaczenia ogólnonarodowego. W powstaniu brały często całe wsie czego przykładem są niepełne zestawienia pochodzące ze składów danych kompanii. Jak stwierdził prof. Bogusław Polak: *Historykom czynu powstańczego niejako już z samej analizy struktury społecznej*

Dr Zdzisław Kościański, O Narodowym Dniu Zwycięskiego Powstania Wielkopolskiego słów kilka... w 104. rocznicę wybuchu Powstania Wielkopolskiego



społeczeństwa polskiego w Wielkopolsce nasuwał się pogląd o ludowym charakterze zrywu Wielkopolan. W praktyce jednak przez wiele lat badań takich nie prowadzono. Wprawdzie w kilku publikacjach ogłoszonych w latach międzywojennych ich autorzy podali strukturę zawodową kilku oddziałów powstańczych, nie wyciągali jednak żadnych wniosków z tych danych. Dopiero w 1939 r. mgr Andrzej Hanyż – historyk regionalista, w rozprawce o udziale społeczeństwa szamotuńskiego w powstaniu 1918–1919, dokonał analizy struktury społecznej tamtejszych oddziałów, stwierdzając: „Przełgądając materiał historyczny, nasuwają się ciekawe refleksje, mianowicie że powstańcy frontowi rekrutowali się w 42 proc. z robotników, 35 proc. z rolników, 18 proc. z rzemieślników; resztę stanowili: kupcy, studenci, pracownicy umysłowi”. Najprawdopodobniej te pionierskie badania uległyby zapomnieniu, gdyby na ich znaczenie uwagi nie zwrócił w 1948 r. dr Zdzisław Grot w artykule Powstanie Wielkopolskie w 30 rocznicę wybuchu. Niestety spopularyzowanie ustaleń Hanyża jakby zwolniło historyków z potrzeby i obowiązku dalszych badań. W konsekwencji w ogromnej liczbie publikacji, pisząc o strukturze społecznej oddziałów powstańczych, tak historycy, jak i publicyści przez wiele lat powielali dane Hanyża, zupełnie bezkrytycznie rozciągając je na cały region. Zapomniano, iż dotyczyły one niewielkiego obszaru Wielkopolski. Do problemu tego w 1967 r. wrócił dr Ludwik Gomołec. W oparciu o inspirowane przez siebie badania regionalne, prowadzone przez słuchaczy Studium Nauczycielskiego w Poznaniu, jak też wyrwykowe materiały zebrane w Archiwum Komisji Historycznej ZBoWiD w Poznaniu wyliczył, że wśród powstańców robotnicy rolni stanowili 22% ochotników, robotnicy miejscy – 10%, rzemieślnicy – 18%, kupcy – 5%, inteligencja – 7%”.

Pierwszy dowódca frontu zachodniego **Kazimierz Zenkteler** – urodził się na wsi w Wojnowicach [powiat grodzki] w rodzinie kupca Edwarda Zenkterera i Joanny z Szyfterów 24 stycznia 1884 roku. W domu rodzinnym panowała atmosfera patriotyczna. We wniosku o odznaczenie K. Zenkterera Orderem Virtuti Militari podkreślono jego

osobisty wkład w zorganizowanie powstania na zachodzie Wielkopolski. Stwierdzono, że „ciężko ranny w czasie I wojny światowej, prowadził jeszcze nie wyleczony, powstanie o kiju, do walki o Wolsztyn, Nowy Tomysł i Zbąszyń...”. Z tych też względów, rozkazem dziennym Dowództwa Głównego w Poznaniu z 7 stycznia 1919 r. otrzymał nominację na dowódcę V Okręgu Wojskowego w Grodzisku. Od 13 stycznia 1919 roku okręg ten obejmował faktycznie następujące powiaty: międzyrzecki, nowotomyski, grodzki i babimojski. Kazimierz Zenkteler, jako dowódca frontu zachodniego, przeprowadził do 10 stycznia 1919 roku szereg akcji zaczepnych, m.in. na Kopanicę i Zbąszyń. Po objęciu dowództwa frontu zachodniego przez pułkownika Michała pełnił od 17 kwietnia 1919 roku obowiązki komendanta okręgu.

Na froncie zachodnim oddziały powstańcze poszczególnych wsi odznaczyły się przy zdobywaniu Zbąszynia, Kopanic, Kargowy, Babimostu i innych miejscowości. W szczególności widzimy to, m.in. na przykładzie wsi pod zbąszyńskich, które mieszkańcy przyłączyli się do przybyłych tutaj kompanii w czasie walk na tym odcinku powstańczym – zestawienia Czesławy Donderskiej czy też osoby odznaczone Wielkopolskim Krzyżem Powstańczym lub złożyły kwestionariusze w Referacie Historycznym DOK nr VII. W walkach na odcinku zbąszyńskim frontu zachodniego walczył m. in. oddział powstańczy z Chrośnicy, liczący 41 ludzi; w tym było 24 robotników, 10 pochodzenia chłopskiego i 7 rzemieślników. Z miejscowości Leśne Domki poszło do Powstania 9 mieszkańców: 7 robotników i 2 rolników; z Łomnicy – 22, w tym 17 robotników, 4 rolników i 1 rzemieślnik; z Nowego Dworu – 13, w tym 7 robotników, 2 rolników i 4 rzemieślników; z Nowej Wsi – 13, w tym 3 robotników i po 5 rolników i rzemieślników; z Perzyna – 41, w tym 26 robotników, 11 rolników i 4 rzemieślników; z Stefanowa – 29, w tym 23 robotników, 2 rolników i 4 rzemieślników; z Zakrzewia – 30, w tym 10 robotników, 15 rolników, 4 rzemieślników i 1 kolejarz. Z kolei

ówczesna większość miast wielkopolskich to były małe miasteczka, które ze swoim najbardziej bliskim zapleczem stanowiły obok wsi chłopskich i folwarcznych główne źródło dopływu ludzi do szeregów powstańczych. Takim przykładem typowej struktury społecznej oddziału powstańczego zorganizowanego w małym miasteczku była, m.in. kompania bukowska, która w styczniu 1919 roku liczyła 159 ludzi, w tym 50 robotników, 46 rzemieślników, 41 rolników, 11 kupców, 8 urzędników i 3 nauczycieli. Podobny skład posiadała kompania opalenicka.

Z uwagi na braki w kadrze dowódczej przejmowali tę rolę chłopcy, którzy przeszli już doświadczenie bojowe podczas I wojny światowej, m.in. **Jan Rożek (1886–1940)**, dowódca kompanii lwóweckiej. Urodził się 6 października 1886 r. w Wąsowie (pow. nowotomyski), w rodzinie rolnika Jana i Marii z Pawlików. Kolejny chłopski dowódca to **Franciszek Szulc (1893–1940)**, komisarz Straży Granicznej, organizator powstania Wielkopolskiego w Dakotach Mokrych i Uścięcicach. Urodził się 16 IX 1893 r. w Dobrej (pow. Grodzki) w rodzinie Józefa i Józefy z domu Rybarczyk. Dzieciństwo spędził w Dakotach Suchych gdzie uczęszczał do szkoły powszechnej. Z domu rodzinnego wyniósł rozbudzone uczucia patriotyczne, które nie uległy osłabieniu przez całe jego życie. Także ze wsią był związany: **Wojciech Świerczyk (1898–1987)**, organizator patroli posadowskich i 16 Pułku Ułanów. Urodził się 21 kwietnia 1898 r. w Obłoku (pow. ostrowski), w rodzinie rolnika Józefa i Mariany z Banasiaków. Z kolei komendantem powstania na pow. nowotomyski był: **Dionizy Vogel (1896–1986)**, ppłk Wojska Polskiego. Urodził się 21 marca 1896 r. we wsi Troszczyń (pow. nowotomyski), w rodzinie rolnika Romana i Michaliny z Wojtkowiaków.

Ochotnicy frontu zachodniego do Powstania szli nie z przymusu lecz z wewnętrznego nakazu własnego sumienia i to przedstawiciele wszystkich zawodów i stanów. Dużą rolę odgrywała klasa ziemiańska oraz nieliczna inteligencja, nauczyciele oraz byli uczestnicy I wojny światowej. Odznaczeni się walecznością i odwagą. W trakcie działań uzupełniali przychodzące tutaj kompanie. Najwięcej z nich na odcinku zbąszyńskim zasililo, m.in. kompanię opalenicką. Z uwagi na rozeznanie terenu pełnili też rolę przewodników.

Na ziemi wielkopolskiej do godnego uczczenia kolejnych rocznic niepodległościowego zrywu Wielkopolan 1918/1919 przyczynia się zaangażowanie wielu mieszkańców. Także poza regionem mamy szereg działań, w szczególności na terenie województwa lubuskiego i kujawsko-pomorskiego. Zorganizowane przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego, Towarzystwo Pamięci Powstania Wielkopolskiego, instytucje oświatowe

– programy oraz akcje, skierowane do uczniów szkół podstawowych i gimnazjów, są próbą zaszczerpienia nawyku pielęgnowania polskiej tradycji niepodległościowej. Publikowane są książki historyczne, przypominające, m.in. encyklopedia, słowniki, biografie powstańców. W wielu wielkopolskich miejscowościach stanęły pomniki uwieczniające te postacie a w Poznaniu trwają prace nad budową Muzeum Powstania Wielkopolskiego. Odbywają się także pokazy i rekonstrukcje powstańczych walk. Otwierane są wystawy i inne wydarzenia cykliczne. Wydarzenia te są wyrazem wielkiego hołdu dla tego pokolenia Wielkopolan, którego patriotyzm i odwaga poddane zostały ciężkiej próbie w trudnej rzeczywistości zaborów, a współczesnym Wielkopolanom dają powód do dumy i poczucia wspólnoty podczas rocznicowych wydarzeń. Pragniemy, aby ta wspólnota była trwała i aby przy okazji każdej kolejnej rocznicy wybuchu powstania wielkopolskiego świadomość o znaczeniu Powstania Wielkopolskiego w dziejach naszego narodu stawała się silniejsza i zagościła w sercach wszystkich Polaków. Od blisko 40 lat tematyka ta jest wpisana w działania Towarzystwa Pamięci Powstania Wielkopolskiego 1918/1919 i innych instytucji. Jesteśmy przekonani, iż żeby spopularyzować powstańczą tradycję w wiadomości wszystkich Polaków trzeba jeszcze poświęcić jej jeszcze więcej uwagi. Znaczenie powstania zostało zawężone do wymiaru regionalnego, przy jednoczesnym pominięciu jego ponadregionalnego charakteru. Zachodzi zatem realne zagrożenie, że uczniowie innych regionów nie będą mieli szansy dostrzec roli, jaką to powstanie odegrało w odrodzeniu państwa polskiego i ukształtowaniu jego granic w okresie międzywojennym, a w skrajnych przypadkach nie będą posiadali żadnej wiedzy na jego temat. Doceniając walory współczesnej koncepcji nauczania, wyrażamy obawę o praktyczne możliwości kształcenia umiejętności w odniesieniu do Powstania Wielkopolskiego 1918–1919 (takich jak np. formułowanie wniosków, łączenie przyczyn ze skutkami, dokonywania jego oceny, doboru jednostek ludzkich w procesie lekcyjnym) w sytuacji tak znacznego ograniczenia obligatoryjnych treści z tym zagadnieniem związanych. Chodzi także o to, aby w podręcznikach znalazły się takie treści jak: wkład powstańców i żołnierzy Armii Wielkopolskiej w integrację terytorialną kraju, w wojnę polsko-bolszewicką, udział w powstaniach śląskich, wkład w odbudowę Polski po 123 latach zaborów i ich ofiarę w okresie okupacji niemieckiej i sowieckiej.

Zacierają się ślady Powstania Wielkopolskiego 1918/1919 po 104 latach od wybuchu Powstania Wielkopolskiego. Zapalmy znicze na grobach bohaterów i udekorujmy flagami nasze domy. Cześć i Chwała Bohaterom!

Starosta nowotomyski wyróżniony

Jakość, wiarygodność i rzetelność – to najczęściej wymieniane cechy laureatów Certyfikatów „Najlepsze w Polsce” przyznawanych podczas Gali Konsumenckiego Konkursu Jakości Produktów i Usług organizowanego przez Towarzystwo im. Hipolita Cegielskiego. XXXV edycja gali odbyła się 30 listopada w Sali Lubrańskiego UAM. W trakcie uroczystej gali uhonorowano również laureatów statuetek i medali, wśród których znalazł się także starosta nowotomyski Andrzej Wilkoński.



Włodarz powiatu nowotomyskiego znalazł się w gronie nagrodzonych Statuetką Honorowego Hipolita i Godnością „Lider Pracy Organicznej”. W tym gronie, prócz starosty Andrzeja Wilkońskiego znaleźli się: prof. Hanna Kostrzewska, Rektor Akademii Muzycznej imienia Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu; Andrzej Aumiller, działacz społeczny, Prezes

SITO; Iwona Kałużna, dyrektor Zespołu Szkół Usługowo-Gospodarczych w Pleszewie; prof. Krzysztof Szoszkiewicz, Rektor Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu; prof. Teofil Jesionowski, Rektor Politechniki Poznańskiej; Renata Tomaszewska, Prezes Zarządu MEGAWAT w Rogoźnie; inż. Boleśław Maćkowiak, Przewodniczący Rady Nadzorczej tego Przedsiębiorstwa; Maciej Bratborski, burmistrz miasta i gminy Koźmin Wielkopolski.

Na galę przybył także wybitny historyk, prof. Peter Raina, którego Towarzystwo im. H. Cegielskiego uhonorowało Statuetką Honorowego Hipolita i Godnością „Przyjaciel Polski i Polaków”.

W trakcie wydarzenia kapituła konkursu przyznała także 11 certyfikatów podmiotom gospodarczym, wręczono statuetki Pro Publico Bono, Medale Labor Omnia Vincit oraz Medale Młodego Pozytywisty.

• opr. MM

W czwartek, 1 grudnia w Nowotomyskim Ośrodku Kultury odbył się wykład miejscowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Słuchacze spotkali się z dr. Andrzejem Byrtem – Ambasadorem RP w Niemczech (1995–2001, 2002–2006) oraz we Francji (2015–2016), wiceministrem w resortach współpracy gospodarczej z zagranicą (1991–1995) oraz spraw zagranicznych (2001–2002), w latach 2009–2014 prezesem zarządu Międzynarodowych Targów Poznańskich.

O dyplomacji z przymrużeniem oka



Wiele o UTW Nowy Tomyśl

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nowym Tomyślu powołany został do życia w 2009 roku w ramach statutowej działalności Stowarzyszenia KOPERNIK NT. Celem działania UTW jest prowadzenie edukacji w różnych dziedzinach nauki, a w szczególności w zakresie profilaktyki zdrowia, nauk humanistycznych, nauk społecznych i ekonomicznych, nauk technicznych, kultury i sztuki, wychowania fizycznego, a także o ziemi i wszechświecie. Założyciele dążą do aktywizacji społecznej osób starszych i stwarzają warunki do kontynuowania aktywności intelektualnej i fizycznej. Podejmowane są działania zmierzające do utrzymania, nawiązywania i zacieśniania więzi i kontaktów osobistych między mieszkańcami regionu, a w szczególności między osobami starszymi i młodym pokoleniem. Do Uniwersytetu dołączyć może każdy, kto ceni dobre towarzystwo, aktywność i szuka sposobu na wartościowe zagospodarowanie wolnego czasu. Dyżur UTW odbywa się w każdy poniedziałek w godzinach 13-14 w Nowotomyskim Ośrodku Kultury.

• KD

Powstanie pierwsza w Polsce biogazownia produkująca biometan



W Brodach w gminie Lwówek, powstanie pierwsza w Polsce biogazownia wytwarzająca biometan, która nie będzie emitować uciążliwych zapachów. W czwartek, 29 listopada przedsięwzięcie było tematem konferencji w centrum badawczym Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu, w której wzięli m.in.: wicepremier, minister rolnictwa i rozwoju wsi Henryk Kowalczyk, starosta nowotomyski Andrzej Wilkoński oraz kierownik Wydziału Leśnictwa i Ochrony Środowiska Zofia Pacholak-Laskowska.

części produkowanego biogazu. Nowa technologia będzie służyła wytwarzaniu biometanu z wykorzystaniem substratów o charakterze odpadowym. Nie będzie ona wydzielala do środowiska uciążliwych dla człowieka zapachów, co powinno pozytywnie wpłynąć na odbiór społeczny.

Biogazowni nie trzeba się bać

– Realizowane przedsięwzięcie może być modelem do zastosowania na uczelniach. Pokazuje na przykładzie



Wiele o projekcie

W związku z realizacją przedsięwzięcia „Innowacyjna biogazownia” Narodowego Centrum Badań i Rozwoju (NCBR) od przełomu maja i czerwca br. już działa 6 eksperymentalnych mikrogazowni. Powstały one w centrum badawczym poznańskiego Uniwersytetu Przyrodniczego w Brodach Poznańskich.

Teraz planowane są opracowanie i budowa uniwersalnej biogazowni wytwarzającej biometan. NCBR w ramach konkursu „Innowacyjna biogazownia” wybrało już wykonawców, którzy opracują rozwiązania z zakresu technologii produkcji biogazu. Projekty już ruszyły.

Powstanie prototypowa instalacja, która będzie samowystarczająca pod kątem energii elektrycznej i ciepła dzięki wykorzystaniu

dzie po pierwsze, że biogazowni nie trzeba się bać, a po drugie, że przynosi ona znakomitą korzyść. Najlepsza motywacja to niska cena ciepła dla mieszkańców wsi – powiedział wicepremier Henryk Kowalczyk.

Zyski dla mieszkańców wsi

Minister rolnictwa i rozwoju wsi wskazał na wiele korzyści, które mogą przynieść biogazownie mieszkańcom wsi. Oprócz wspomnianej korzystnej ceny ciepła jest to sposób na wykorzystanie odpadów biodegradowalnych z rolnictwa. Wiąże się to z obniżeniem kosztów, bo ich utylizacja kosztuje. – Projekt wpisuje się w koncepcję samowystarczalności obszarów wiejskich – zauważył szef resortu rolnictwa.

• Materiał: Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Odsłonięcie tablicy upamiętniającej społeczność żydowską w Zbąszyniu

W ostatnim czasie, w 84. rocznicę Polenaktion – deportacji Żydów polskiego pochodzenia z III Rzeszy do Polski, odbyła się ważna dla społeczności Zbąszynia uroczystość odsłonięcia tablicy informacyjnej w miejscu cmentarza żydowskiego.

Uroczystość zgromadziła wielu uczestników. Władze miasta reprezentował Burmistrz, Tomasz Kurasieński. Znicze i wieńce złożyły delegacje z prawie wszystkich miejscowych szkół i przedszkoli. Obecni byli także przedstawiciele Gminy Wyznaniowej Żydowskiej w Poznaniu, a przewodnicząca Gminy, pani Alicja Kobus, podkreśliła w swoim przemówieniu, jaką wielką nadzieję na przyszłość daje obecność na uroczystości tylu młodych ludzi: uczniów miejscowych szkół, w tym podopiecznych Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego oraz uczestników Warsztatów Terapii Zajęciowej w Zbąszyniu. Udział w wydarzeniu wzięli też



uczestnicy gry miejskiej „Śladami Preludium Zagłady”: młodzież ze szkoły w Zbąszyniu, Chrośnicy i ZS nr 1. Honorową wartę przy pamiątkowej macewie pełnili harcerze z 1 ZDH „Tropiciele Żywiołów”. Bardzo poruszający był moment, gdy uczniowie, uczestnicy warsztatów o historii i kulturze zbąszczyńskich Żydów, składali przygotowane przez siebie kamienie z nazwiskami miejscowych Żydów zamordowanych podczas II wojny światowej.

Niezwykłą atmosferę tego jesiennego dnia zbudowała swoim wystąpieniem młoda skrzypaczka – Zuzanna Frącek, a całość dopełnił przepiękny występ zespołu wokalnego „Pauza”.

Powstanie tablicy sfinansowano z grantu otrzymanego przez Szkołę Podstawową im. Arkadego Fiedlera w Zbąszyniu od fundacji Forum Dialogu z Warszawy na projekt „Upamiętnienie żydowskiej społeczności Zbąszynia”.

• opr. KD

Nowe możliwości dla ekonomistów i informatyków

W piątek, 25 listopada w firmie Aesculap Chifa sp. z o. o. została podpisana trójstronna umowa patronacka pomiędzy przedstawicielami stron, tj. Tomaszem Wróblem – członkiem zarządu Aesculap Chifa sp. z o. o. i prezesem zarządu B. Braun Business Services Poland sp. o.o. oraz Łukaszem Frańskim – dyrektorem Zespołu Szkół nr 1 w Nowym Tomyślu.



Umowa wspiera działania edukacyjne, mając na celu podnoszenie efektów kształcenia oraz rozwoju praktycznych kompetencji uczniów klas technikum ekonomicznego oraz technikum informatycznego. Jak informuje dyrektor szkoły, dzięki podpisanej umowie, zostanie ustanowiona i rozszerzona współpraca z firmą. Zakres współpracy obejmuje następujące obszary: zajęcia/wykłady, udział w szkoleniach, wspieranie szkolnych inicjatyw, praktyki uczniowskie oraz płatne staże wakacyjne.

Zajęcia i wykłady realizowane są w ramach cyklu spotkań „Ekonomia i Zarządzanie w Praktyce”. W poprzednim roku dotyczyły one zagadnień, takich jak: automatyzacja i robotyzacja prac administracyjnych, rozwój pracowników po szkole średniej, planowanie

kariery zawodowej, przebieg rozmowy kwalifikacyjnej.

Szkolenia dla uczniów odbywają się od kilku lat w ramach „Klubu IT”. Tematyka zagadnień omawianych podczas zajęć pozwala uczniom poznawać podstawy tworzenia baz danych, programowania, a także przygotowywania nowoczesnych analiz biznesowych.

Kolejnymi aspektami podpisanej Umowy patronackiej będzie możliwość uczestniczenia uczniów w szkoleniach zawodowych, w praktykach uczniowskich, a także płatnych stażach wakacyjnych, podczas których będą oni mogli zdobywać cenne doświadczenie pracy w międzynarodowym środowisku Aesculap Chifa sp. z o. o. i B. Braun Business Services Poland sp. z o. o.

W spotkaniu uczestniczyli także: Marcin Brambor – wicestarosta nowotomyski, Jakub Szulc – członek zarządu B. Braun Business Services Poland sp. z o. o., Head of SSC IT EMEA, Estera Friedrich – przewodnicząca Rady Rodziców Zespołu Szkół nr 1, Anna Kozłowska – HR Business Partner, Head of local HR w B. Braun Business Services Poland sp. z o. o., Elżbieta Kondrat – nauczycielka przedmiotów ekonomicznych w Zespole Szkół nr 1 oraz koordynator współpracy, Sławomir Zerbst – koordynator współpracy w obszarze Finansów i IT ze Szkołami Średnimi, kierownik Kontrolingu Produkcyjnego w Aesculap Chifa sp. z o. o.

• Materiał: ZS nr 1

Wyjątkowa choinka w Starostwie



Wspaniale udekorowane drzewko świąteczne od poniedziałku, 5 grudnia zdobi hol Starostwa Powiatowego w Nowym Tomyślu. Choinkę, podobnie jak w latach poprzednich ubrali podopieczni Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowym Tomyślu.

Choinka kojarzy się z magiczną aurą, rodzinnym ciepłem i spotkaniami z najbliższymi. Czas umila też wszystkim, którzy odwiedzają

Starostwo Powiatowe w Nowym Tomyślu. Z niezwykłą dokładnością i starannością nasze drzewko ubrali podopieczni Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowym Tomyślu. Wykonane z koralików do zapraszania zawieszki robią ogromne wrażenie. Każdy, kto kiedykolwiek próbował ułożyć kompozycję z tych maleńkich kuleczek wie, że jest to bardzo trudne zadanie. Szczególnie zatem cenimy ogromny wkład pracy i od lat trwającą życzliwą atmosferę, jaką wprowadzają w nasze mury wyjątkowi goście z ŚDS Nowy Tomyśl.

• MM

Ważna lekcja samoobrony



W czwartek, 24 listopada Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Tomyślu zorganizowało dla pracowników socjalnych z terenu powiatu nowotomyskiego szkolenie podnoszące ich poziom bezpieczeństwa osobistego podczas wykonywania czynności zawodowych. Szkolenie, zorganizowane w Powiatowym Centrum Sportu odbyło się przy współpracy z Komendą Wojewódzką Policji.

Prowadzącymi byli nadkom. Szymon Witczak oraz Paweł Dobek z Centrum Szkoleń Specjalnych.

Spotkanie poszerzało nie tylko wiedzę teoretyczną pracowników socjalnych, ale przede wszystkim w praktyce uczyło, jak skutecznie dbać o swoje bezpieczeństwo i bronić się w sytuacji zagrożenia.

Uczestnicy szkolenia w hali PCS ćwiczyli bowiem w praktyce techniki samoobrony.

• PCPR

Warto kultywować tradycje naszych ojców. Ale gdy będziemy brali opłatek do ręki, niech nie przemawia tylko zwyczaj, bo tak wypada, ale niech za tym gestem idzie nasza postawa wobec drugiego: miłość, dobro, przebaczenie i jedność. Chrystus narodził się dla wszystkich! – o tradycji łamania się opłatkiem pisze specjalnie do świątecznego wydania Przeglądu Powiatu Nowotomyskiego ks. Krzysztof Ratajczak, proboszcz parafii pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Nowym Tomyślu, dziekan Dekanatu Lwóweckiego.

Trzeba być dobrym jak chleb, który dla wszystkich leży na stole, z którego każdy może kęs dla siebie ukroić i nakarmić się, jeśli jest głodny” – te słowa św. Brata Alberta przypominają mi się za każdym razem, gdy biorę do ręki biały opłatek. Jest on nieodłącznym elementem polskiej tradycji wigilijnej. Tak jak dzielimy się opłatkiem, tak mamy dzielić się chlebem z innymi. Nie wyobrażamy sobie Wigilii Bożego Narodzenia bez opłatka. Przypomina nam o rodzinnej miłości, przyjaźni, pojednaniu i przebaczeniu. Sprawia, że zapominamy o nieporozumieniach, kłótniach i waśniach.

Ten bardzo cienki biały płatek chlebowy, przasny (czyli niekwaszony i niesolony), wypiekany jest z białej mąki i wody bez dodatku drożdży. Tradycja dzielenia się opłatkiem pochodzi

Być dobrym jak chleb



z czasów pierwszych chrześcijan. W starożytnym Kościele Mszę Św. nazywano łamaniem chleba. Poza chlebem niekwaszonym, wypieczonym w formie hostii, który był przeznaczony do konsekracji w czasie Eucharystii i który wierni przyjmowali w czasie komunii, w ofierze składano także inne chleby, które celebrians jedynie błogosławił na koniec liturgii i które spożywano w czasie agapy lub zanoszono tym, którzy nie mogli uczestniczyć we Mszy Św., szczególnie wdowom, osobom chorym, sierotom bądź brano na zapas w podróży. Chleb taki nazywano eulogia (gr. eulogia to „dobre słowo”) i stosowano go także do specyficznego braterskiego pozdrowienia – posyłano go właśnie jako znak jedności. Dzielać się

współcześnie opłatkiem staramy się również wypowiedzieć przy tym dobre słowo, życzenia pomyślności i szczęścia.

Nazwa opłatek została zapożyczona od naszych południowych sąsiadów (oplatka), wywodzącą się z łacińskiego oblatatus – ofiara. Tak więc chleby pokładne, ofiarne, przasne to przodkowie naszego opłatka.

Istotę zwyczaju dzielenia się opłatkiem bardzo dobrze oddaje modlitwa, którą wypowiada kapłan podczas błogosławieństwa tego chleba: „Pobłogosław nas i te opłatki, którymi będziemy się dzielić zwyczajem naszych ojców i składać sobie wzajemnie świąteczne życzenia. Napelnij nasze serca życzliwością, miłością i pokojem, abyśmy codziennym postępowaniem potwierdzali

to, co wypowiadać będziemy ustami. Spraw, abyśmy byli dla siebie nawzajem dobrzy jak chleb i kiedyś zgromadzili się na braterskiej uczcie w Twoim królestwie”.

Dzielimy się opłatkiem w wieczór wigilijny i cieszymy się z przyjścia na świat Zbawiciela, Syna Bożego, który pod postacią chleba daje nam swoje Ciało jako pokarm, który możemy spożywać podczas każdej Eucharystii.

Łamanie się opłatkiem to w najgłębszej istocie – dzielenie się z drugim człowiekiem miłością, pokojem i przebaczeniem. Opłatek jest znakiem Jezusa, który narodził się w „domu chleba”, bo to dokładnie oznacza nazwa Betlejem – po narodzeniu został złożony w żłobie niby pokarm dla innych i który o sobie mówił, że jest prawdziwym chlebem.

Do tradycji łamania się opłatkiem, także w czasie trudów wojny, odwołuje się Artur Oppman w wierszu *List z opłatkiem*:

*”Z opłatkiem list ci posyłam mój synku
A kiedy kładłam opłatek do listu
To mi się zdało, że ci w upominku
Ślę coś od Boga, co pośród kul świstu
Będzie cię bronić, gdy przyjdzie pożoga
Bitwy... opłatek od matki i Boga...”*

Warto więc kultywować tradycje naszych ojców. Ale gdy będziemy brali opłatek do ręki, niech nie przemawia tylko zwyczaj, bo tak wypada, ale niech za tym gestem idzie nasza postawa wobec drugiego: miłość, dobro, przebaczenie i jedność. Chrystus narodził się dla wszystkich!

Okazją do dzielenia się dobrem i miłością jest m.in. akcja związana ze świecą Caritas. Od 29 lat Caritas Polska przygotowuje świece, które płoną na wigilijnych stołach. Wigilijne Dzieło Pomocy Dzieciom to nadzieja na lepszy los dla setek tysięcy dzieci z rodzin potrzebujących wsparcia. Z ubieranych funduszy podczas nabywania świec Caritas, finansowane są wakacyjne wyjazdy, posiłki, stypendia, wsparcie dzieci w rehabilitacji i leczeniu. O przeznaczeniu wpływów związanych z Wigilijnym Dziełem Pomocy Dzieciom decydują diecezjalne Caritas, uwzględniając lokalne potrzeby, a w tym roku 10 groszy, uzyskanych dzięki każdej z wigilijnych świec rozprowadzanych w parafiach, zostanie przeznaczone na dożywianie dzieci z krajów globalnego południa.

Wigilijne Dzieło Pomocy Dzieciom od blisko 20 lat ma charakter ekumeniczny. Obecnie akcja ta jest prowadzona przez Caritas wspólnie z Diakonią Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego oraz Prawosławnym Ośrodkiem Miłosierdzia Eleos. Od początku nawiązuje do idei pustego miejsca przy stole.

Często świeca Caritas zostaje zapalona płomieniem pochodzącym z Betlejemskiego Świątła Pokoju, które do naszych miejscowości dociera dzięki harcerzom.

Niech światło świecy Caritas, która zapłonie w Wigilię Bożego Narodzenia, przypomina nam dobro, które ofiarowaliśmy potrzebującym dzieciom.

Niech Święta Bożego Narodzenia wleją w nasze serca nadzieję, radość i miłość.

● ks. Krzysztof Ratajczak

Każdego roku w okolicach świąt Bożego Narodzenia harcerze z całej Polski biorą udział w sztafecie Betlejemskiego Świątła Pokoju. Symboliczny płomień z Groty Narodzenia Pańskiego trafia dzięki harcerzom z nowotomyskiego hufca także do mieszkańców powiatu nowotomyskiego, instytucji oraz kościołów...

Betlejemskie Światło Pokoju zorganizowano po raz pierwszy w 1986 roku w Linz, w Austrii, jako część bożonarodzeniowych działań charytatywnych. Akcja nosiła nazwę „Światło w ciemności” i była propagowana przez Austriackie Radio i Telewizję (ORF). Rok później patronat nad akcją objęli skautci austriaccy.

Każdego roku dziewczynka lub chłopiec, wybrani przez ORF odbierają Światło z Groty Narodzenia Pańskiego w Betlejem. Następnie Światło transportowane jest do Wiednia za pośrednictwem Austrian Airlines. W Wiedniu ma miejsce ekumeniczna uroczystość, podczas której Płomień jest przekazywany mieszkańcom miasta i przedstawicielom organizacji skautowych z wielu krajów europejskich.

Związek Harcerstwa Polskiego organizuje Betlejemskie Światło Pokoju od 1991 roku. Tradycją jest, iż ZHP otrzymuje Światło od słowackich

O idei Betlejemskiego Świątła Pokoju napisał dla naszych czytelników Komendant Hufca ZHP im. Emilii Szanieckiej w Nowym Tomyślu – pwd. Krystian Dybek

Ogień wojny zastąpmy Światłem Pokoju



● W niedzielę, 11 grudnia delegacja Hufca ZHP Nowy Tomyśl odebrała w Zakopanem Betlejemskie Światło Pokoju

skautów. Przekazanie Świątła odbywa się naprzemiennie raz na Słowacji raz w Polsce. Polska jest jednym z ogniw betlejemskiej sztafety.

Harcerki i harcerze przekazują Światło dalej na wschód: do Rosji, Litwy, Ukrainy i Białorusi, na zachód do Niemiec, a także na północ – do Szwecji.



● Każdego roku BŚP trafia do różnych instytucji, w tym także do Starostwa Powiatowego w Nowym Tomyślu

– Dziś potrzeba jak nigdy odważnych i rozsądnych młodych ludzi, aby ogień wojny zastępowali Światłem Pokoju. To dla nas harcerzy wyjątkowa możliwość, by poprzez służbę Bogu, Polsce i ludziom dawać innym nadzieję na pokój. Sami jednak musimy mieć pokój w sobie. Tak jak Światło: gdy je mamy, możemy dać je innemu. Dlatego

ważne jest, abyśmy mieli Światło w sobie. Dajmy to Światło drugiemu człowiekowi, a sami zobaczymy, że nam niczego nie ubędzie. Bo wartości takie jak wiara, nadzieja, miłość podobnie jak światło – gdy się nimi dzielisz, one się mnożą – Komendant Hufca ZHP im. Emilii Szanieckiej w Nowym Tomyślu – pwd. Krystian Dybek.

Każdego roku obiecujemy sobie powściągliwość i umiar w jedzeniu podczas świątecznego biesiadowania. O tym, jak „odchudzić” nasze potrawy, jak zamienić niektóre składniki na bardziej fit radzi dietetyk, Magdalena Waberska – Kaczmarek.

W Wigilię tradycja nakazuje post, co oznacza, że na większości polskich stołów mięso nie króluje. Czy to, że potrawy są postne, oznacza, że są jednocześnie mniejszym obciążeniem dla naszego żołądka? Możemy powiedzieć, że w Wigilię jemy lepiej niż zazwyczaj?

– To prawda, że zgodnie z tradycją potrawy stawiane na wigilijnym stole są przygotowane bez udziału produktów mięsnych, ale niestety nie jest to równoznaczne ze stwierdzeniem, że są to potrawy lekkostrawne. Na stole pojawia się m.in. smażony karp, bigos z grzybami, kapusta z grochem, które przygotowywane są z dodatkiem nie małej ilości tłuszczu. Zatem jest spore ryzyko, że nasz przewód pokarmowy na taką ilość potraw okraszanych tłuszczem lub z dodatkiem produktów zaliczanych do ciężkostrawnych (grzyby, kapusta, mak) może zareagować niekorzystnie i dać objawy dyspepsji, zwanej potocznie niestrawnością.

Również kolejne dni świąt to zazwyczaj czas wielkiego rodzinnego „obżarstwa”. Jakie ma Pani rady, by przetrwać ten czas bez nieprzyjemnych dolegliwości i zbędnych kilogramów.

– Po pierwsze warto zwrócić uwagę, aby jeszcze w Wigilię uniknąć całodziennego głodzenia przed wieczorną kolacją.

Najważniejszy jest umiar



jest przesiadywanie za stołem przez cały dzień. W mojej ocenie to jeden z większych problemów, dlatego warto zwrócić uwagę, aby robić przynajmniej dwie godzinne przerwy między posiłkami. Zamiast zjadania pierniczka i orzechów co pięć minut, dorzuć piernika lub kilka orzechów do posiłku, ale potem odczekaj minimum dwie godziny. Chciałabym szczególnie zwrócić uwagę na przekąski typu bakalie i orzechy, które są wysokokaloryczne.

Nie zapominajmy o nawodnieniu, w przeciwnym razie spore ilości wody zostaną zatrzymane w naszym organizmie co będzie miało przełożenie na wzrost wagi po świątach. Oczywiście najlepszym wyborem będzie czysta woda źródłana lub mineralna.

Warto również zastanowić się nad doбором alkoholu, który często towarzyszy rodzinnemu świętowaniu. Zdecydowaniem najlepszym wyborem są alkohole niskoprocentowe, czyli wina, szczególnie wytrawne lub półwytrawne, które dodatkowo są dobrym źródłem przeciwutleniaczy.

Czy zatem świąteczne dania można jakoś odchudzić?

Na co zwracać uwagę w czasie ich przygotowywania?

– Na wigilijnym stole królują głównie ryby, zatem można zacząć od doboru ryb i formy ich przygotowania. Zamiast obsmażania lub podgrzewania ryb na patelni z tłuszczem, korzystniej jest podać na stół rybę pieczoną w piekarniku lub przygotowaną w galarecie.

Przygotowując tradycyjną sałatkę jarzynową czy śledziową warto zmniejszyć dodatek majonezu na korzyść jogurtu greckiego.

Myszę, że metod odchudzania potraw jest naprawdę sporo. Pytanie czy nasz

wigilijny stół nie straci wtedy uroku? Bardziej zwróciłabym chyba uwagę na ilość przygotowywanych potraw. Nawet jeśli są przygotowane w tradycyjny sposób to zwróćmy uwagę czy nie będą zalegać nam w lodówce do Nowego Roku.

Gdy jednak już ulegniemy świątecznemu karpiovi, kapuście z grzybami, barszczykowi z uszkami....

– Po prostu odejdźmy od stołu. Równie miło możemy spędzić czas podczas rodzinnego spaceru. Aktywność fizyczna korzystnie wpłynie na wiele funkcji w naszym organizmie, w tym pracę przewodu pokarmowego, czyli zminimalizujemy ryzyko niestrawności, ale również wpłyniemy na gospodarkę węglowodanową, a dokładnie na wahania glukozy i insuliny. Ruch sprawi, że będziemy mniej odczuwać poposiłkowe konsekwencje, takie jak senność, zmęczenie, spadek koncentracji.

Umiar – słowo klucz?

– Zdecydowanie. Moim zdaniem to złota zasada w wielu dziedzinach naszego życia.

Chciałabym raz jeszcze podkreślić, że czas Świąt Bożego Narodzenia to czas, na który często długo czekamy. Założeniem świąt jest celebrowanie czasu z rodziną, dlatego uważam, że nie powinniśmy odbierać sobie radości z ucztowania. Ale zdroworozsądkowy umiar z pewnością nie zaszkodzi.

Na koniec muszę zapytać o noworoczne postanowienia wielu z nas, typu: będę odżywiać się zdrowo, będę chodzić na siłownię, schudnę. Jak sprawić, by w końcu się udało?

– Temat postanowień noworocznych wraca co roku jak bumerang. Przypuszczam, że większość z nas nie ma z nimi dobrego doświadczenia. W mojej opinii stawiamy sobie często zbyt wygórowane założenia, nierealne do wdrożenia w życia w kontekście długofalowym. Dlatego tak szybko pojawia się frustracja, gdy okazuje się, że nie udaje nam się realizować naszego wymyślonego wcześniej planu. Wraz z odstępstwami od diety pojawia się poczucie braku sprawczości, a za tym już lawina, czyli obniżenie samooceny i przede wszystkim motywacji do działania.

Co zatem należy zrobić?

– Obniżyć sobie poprzeczkę do swoich warunków i zasobów, którymi dysponujemy, czyli: czas, stan zdrowia, budżet itp. A przede wszystkim być dla siebie wyrozumiałym. W ten sposób w mniejszym stopniu będziemy wpędzać się w poczucie winy, która dodatkowo zmniejsza motywację.

Kupienie karnetu na siłownię to bardzo często odpowiedź moich podopiecznych na zadane przeze mnie pytanie: co zamierzasz zrobić, aby więcej się ruszać? Ja nie neguję takiego rozwiązania, ponieważ dla sporej grupy osób jest to bardzo akceptowana forma aktywności. Natomiast dla przeciętnego Kowalskiego korzystanie regularnie z siłowni może być mało dostępne. Uważam, że kluczem jest systematyczność, ale na poziomie dostosowanym dla siebie, np. 20–30 minut dziennie marszu, ale codziennie, zamiast dwa razy w tygodniu intensywny trening na siłowni.

Proces zmiany stylu życia, na który składa się: higiena snu, nawodnienie, aktywność fizyczna, regularność posiłków oraz jakość posiłków to często bardzo długi proces. W mojej praktyce mocno stawiam nacisk na zachowanie komfortu psychicznego w trakcie pracy nad nawykami.

● **Rozmawiał: Kamil Kałek**

W Miejskiej i Powiatowej Bibliotece Publicznej w Nowym Tomysku rozbłysła już barwna choinka, wprowadzając przyjemny, ciepły nastrój, zwiastując święta oraz schyłek kolejnego już roku.

Grudzień to niewątpliwie szczególnie czas refleksji i podsumowań. Zdecydowanie największym wyzwaniem z jakim zmierzyła się nowotomyska biblioteka w 2022 roku było zorganizowanie pomocy uchodźcom wojennym z Ukrainy. To nie tylko zaangażowanie się w pomoc rzeczową, ale również wsparcie psychiczne oraz zaoferowanie bezpłatnej nauki języka polskiego dla 150 osób, przy wsparciu 20 niezawodnych wolontariuszy, a także zajęć edukacyjnych dla dzieci.

Nowotomyska biblioteka nie tylko silnie integruje uchodźców ze społecznością lokalną, ale również wyciąga rękę do potomków Polaków w Santa Fe w Argentynie, wśród której promuje czytelnictwo w języku polskim wśród polonii argentyńskiej zrzeszonej w Domu Polskim w Santa Fe w Argentynie. Ponadto w 2022 roku biblioteka stała się spoiwem łączącym dwie szkoły, polska

Świątecznie w bibliotece



i argentyńska: ZSnr1 w Nowym Tomysku oraz El IPEM 277 z Marcos Juárez, organizując zajęcia polsko-argentyńskie z różnych dziedzin życia: ekonomii, ochrony środowiska czy praw człowieka.

Będąc niewątpliwym oknem na świat, nowotomyska ksiąznica również nieustannie odkrywa tajemnice lokalnego dziedzictwa poprzez spotkania autorskie, nawiązujące do historii regionu i wpisujące się w popularny cykl: Biblioteka Regionu.

Niezmiennie od lat dużym zainteresowaniem nowotomyszan cieszą

się klubowe, sprawdzone formy spotkań, takie jak: Dyskusyjny Klub Książki, Klub Rękodziela czy Podróżnika. Jeśli chodzi o książki, to zawsze w czasie przedświątecznym biblioteka dysponuje większą ilością nowości wydawniczych o różnorodnej tematyce, w tym świątecznych powieści obyczajowych. Poza tym dostępne są książki drukowane dużą czcionką; audiobooki, czyli książki do słuchania, którymi można sobie umilić czas podczas np. pieczenia pierników; e-booki, czyli książki elektroniczne

odczytywane za pomocą komputerów czy telefonów oraz czytników książek elektronicznych, które można wypożyczyć w Wypożyczalni dla Dorosłych. Z kolei w bibliotecznej Czytelnicy można się zaszyć, odseparować na chwilę od innych i przy aromatycznej kawie przejrzeć prasę, książki obcojęzyczne, publikacje regionalne lub też skorzystać z zasobów Biblioteki Narodowej poprzez system ACADEMICA czy po prostu z internetu.

Warto zaznaczyć, że w mijającym roku MiPBP otrzymała dofinansowania na realizację dwóch znaczących projektów: Bibli (o) gród, w ramach którego placówka wzbogaci się o plenerową przestrzeń na działania edukacyjno-artystyczne oraz OKolica sztuki w ramach programu Równać Szanse.

Natomiast w Strefie Koloru, czyli Oddziale dla Dzieci i Młodzieży, w okresie przedświątecznym z półek bardzo szybko znikają książki o świątecznej tematyce, chętnie wypożyczane przez małych czytelników, a kalendarz bibliotecznych wydarzeń wypełniają spotkania, których bohaterem jest Święty Mikołaj. Wszystko to nie pozostawia wątpliwości, że święta tuż tuż...

Już ponad stu przedszkolaków odwiedzających w grudniu Strefę

Koloru poznało fantastyczną książkę pt. „O Wilku, który nie lubił Świąt”. To zabawna opowieść o tym, że niechęć do wszystkiego, co wiąże się z Bożym Narodzeniem może całkowicie odmienić się za sprawą niezawodnych, troskliwych przyjaciół. Treść książki stanowiła świetny wstęp do wspólnego zastanowienia się, co przyjemnego można robić w Święta oraz sprawdzenia, jakie prezenty skrywają kolorowe, papierowe skarpetki. Kolejnych, wyjątkowych opowieści będzie można wysłuchać w przedświątecznym tygodniu, podczas popołudniowych zajęć przy choince, prowadzonych przez licealistki z Zespołu Szkół nr 1, które zaproponują małym uczestnikom wspólne zabawy i wyzwania plastyczne. Nie zabraknie również atrakcji dla miłośników przedstawień teatralnych. Grupa artystyczna Art Bonsai, 20 grudnia zaprezentuje się w spektaklu „Śnieżne Święta”. Dzień wcześniej w bibliotece wybrzmiały świąteczno-zimowe piosenki w wykonaniu zespołu Good Staff.

Serdecznie zachęcamy, by tym wyjątkowym, przedświątecznym czasie spędzić parę miłych chwil w nowotomyskiej bibliotece!

● **MIPBPN**

Pani Wanda Kałek, znana zwłaszcza w gminie Opalenica, pochodząca z miejscowości Rudniki to człowiek orkiestra. Niezwykle krewka, zaangażowana społecznie, członkini i szefowa zespołu Rudniczoki już od ponad 60 lat, zawsze w święta i w czasie je poprzedzającym dba o tradycje bożonarodzeniowe. Przez wspomnianych 60 lat, każdego roku, nawet w zaawansowanej ciąży zawsze przebierała się za Gwiazdora. I tak jest do dzisiaj. Na łamach naszej gazety Pani Wanda publikuje wspomnienia z lat minionych, opowiada o zwyczajach i tradycjach, jakie panowały na wsi. Nie mieści się to zapewne w głowie młodemu pokoleniu, które zamiast listu do Mikołaja wysyła listę prezentów za pomocą Messengera swoim rodzicom...

Zaczynało się od darcia pierza

Przygotowanie do świąt zaczynały się od adwentu. Takim niespotykanym dziś zwyczajem było darcie pierza. Traktowaliśmy to jako rodzaj wzajemnej pomocy. W domu, w którym trzeba było przygotować poduchy i pierzyny gromadziło się nieraz kilkanaście kobiet oraz dziewcząt i przez kolejne wieczory „darły” lub „skubały”. Tego rodzaju spotkania były sposobem na „zabicie” zimowej nudy. Tak przygotowana pierzyna wraz z poduchami była często posagiem, który młoda panna wynosiła do wspólnego majątku. Podczas wieczorów darcia pierza nigdy nikt nie narzekał, zawsze było wesoło. Nie brakowało też psot. Najczęściej chłopcy wpuszczali do izby wróble, które wiadomo, wprowadzały mnóstwo chaosu. Każdego dnia spotkania kończyły się podkurkiem, czyli skromnym poczęstunkiem. Jednak już końcowe zakończenie skubania pierza w danym domu kończyło się tzw. „piernym weselem”. Oj to dopiero była zabawa, były przyspiewki i suto zastawiony stół.

Choinkę stroili dzieci w dzień Wigilii

Przed samą Wigilią, podobnie jak dziś dokładnie sprzątano w domu, szorowano podłogi, prano firany i myto okna. Dzień przed wieczorą wigilijną ojciec przynosił do domu choinkę. Wigilijny poranek każdy domownik zaczynał od wypełnienia swoich codziennych obowiązków. Później przychodził czas na ubieranie choinki. Stroiliśmy ją my, dzieci w dzień Wigilii. Na drzewku wisały ręcznie robione łańcuchy, pierniki, orzechy i cukierki. Zamiast lampek zasilanych na prąd na gałązkach stawiano woskowe świece, które mocowano do gałęzi za pomocą specjalnych uchwytów. Trzeba było bardzo uważać. Do dziś pamiętam, jak podczas śpiewania wersetu znanej kolędy „cuda cuda ogłaszają” nasza choinka zapaliła się. Na szczęście udało się ją szybko ugasić.

Już ponad 60 lat kultywuje świąteczne tradycje

Gwiazdor z rudnickiego piekła



Młócenie zboża na szczęście

W mojej rodzinie był dodatkowo taki zwyczaj, że w dzień Wigilii, żeby dobrze się darzyło i nie zabrakło chleba, należało wymłócić trochę zboża, tak zwaną szczyftówką (maszyna, która przetrząsała zboże). Należało je później zgabić i przemłynkować. Tym zajmował się tata z braćmi, a ja najczęściej poganiałam konia, który ciągnął kierat (taką maszynę rolniczą).

Biały i kolorowy opłatek

Pod wigilijnym obrusem nie mogło zabraknąć sianka. Świąteczne potrawy zawsze przygotowywała mama w dniu wigilijnym. Po modlitwie, dzieliliśmy się białymi opłatkami. Dla zwierząt był przygotowany opłatek kolorowy. Wigilijne potrawy nie odbiegały zbyt od tych, które serwujemy dzisiaj, aczkolwiek było więcej różnego rodzaju potraw ze śledzia.



To już 61 lat jestem Gwiazdorem

Po Wigilii tradycyjnie przychodził Gwiazdor. Dziś już wiem, że był to mój najstarszy brat, od którego przejęłam tę tradycję i po dzień dzisiejszy ją kultywuję. To już 61 lat! Prezenty, które dostawałam były skromne. Zazwyczaj była to lalka zrobiona przez mamę. Gdy podrosłam prezentem, który najmiej wspominałam była harmonijka, na której zresztą gram do dzisiaj. Do dziś pamiętam też cudowny i wyjątkowy smak i zapach pomarańczy. Tymi

owocami mogłam się raczyć najczęściej tylko w święta. Po wizycie Gwiazdora wszyscy śpiewaliśmy kolędy.

Pacierz albo prezent

Tradycyjnie po wieczery grupki młodzieży, jak i osób starszych przebierały się za Gwiazdory, chodząc od domu do domu składano życzenia. W każdym domostwie przebierańcy byli przyjmowani z dużą radością, bo ich wizyta oznaczała urodzaj na cały rok. Gwiazdor zawsze nosił filcowe buty, białe kalesony, kozuch z owcy, maskę

i tak zwaną czapkę uszanke. Mimo iż w nocy mogło ich nie być widać, to jednak było słychać, gdyż ich przyjście zapowiadał donośny odgłos dzwonka. Obowiązkowo dzieci musiały powiedzieć paciorki, by dostać jakieś upominek. Najwięcej zabawy było, gdy w danym domu była panna na wydaniu. Krewcy młodzieńcy z reguły wymierzali lanie różgą. Muszę przyznać, że nie raz się zdarzyło, że taki Gwiazdor dostał w rewanżu z drewniaka. Bywało i tak, że grupki tak zwanych młodych Gwiazdorów spotkały się z Gwiazdorami weteranami. Śmiechu było co niemiara. Chodziło o to, kto pierwszy będzie mówił pacierz.

Teraz Gwiazdor najpierw umawia wizytę

Ja swoją przygodę z „gwiazdzeniem” rozpoczęłam w wieku 14 lat. W ten fach wprowadzał mnie mój brat. Do dnia dzisiejszego nieprzerwanie staram się utrzymywać tę tradycję. Nawet będąc w dwóch zaawansowanych ciążach (syn przyszedł na świat 26 grudnia, a córka na początku stycznia) Gwiazdor z rudnickiego piekła (potoczna nazwa części wsi Rudniki – przyp. red.) przychodził z nieba po drabinie i rozdzielał grzecznym prezentem, a niegrzecznym różgą. W stanie błogosławionym śmiałam się, że część prezentów mam w worku, a największy w brzuchu. Dziś w dobie technologii, Gwiazdor najpierw dzwoni do osób, które mają być obdarowane i zapowiada swoją wizytę. Tradycyjnie gości również na jarmarku bożonarodzeniowym w Opalenicy.

Nowy Rok to kulig z pochodniami

Pamiętam, że po wizytacjach Gwiazdorów wszyscy tłumnie wybierali się na pasterkę. Najczęściej pieszko poubierani w grube kozuchy i ciepłe buty, bo zimy były bardzo srogie. Po powrocie z pasterki biesiadowaliśmy w rodzinnym gronie, często do świtu. Rano trzeba było zrobić obrządek w obejściu. W pierwsze święto z reguły każdy spędzał w swoim rodzinnym domu. W drugie odwiedzaliśmy się wzajemnie. Czas świąteczny kończył Sylwester. Był to dzień pełen figli i psot. Najczęściej malowaliśmy wapnem lub sadzą okna sąsiadów i znajomych. Zdarzało się, że wynosiliśmy w pole furtki, czy drzwi od wychodków. Oczywiście nikt nie miał pretensji i wszyscy z pobłażliwością traktowali te żarty. Nowy Rok witało kuligiem z pochodniami.

Ten cudowny czas nigdy nie wróci

Muszę przyznać, że był to dla mnie okres wyjątkowy i niezapomniany, który już nigdy nie powróci. W obecnych czasach ludzie skupiają się na rzeczach materialnych, zapominając o prawdziwej magii świąt, którą jest przede wszystkim wspólnie spędzony czas z rodziną i przyjaciółmi. Życzę wszystkim czytelnikom Przeglądu Powiatu Nowotomyskiego, by w przedświątecznym kieracie choć na chwilę zapomnieli o gorących świątecznych zakupach i skupili się na tym, co naprawdę ważne.

● **Wspomnienia spisał:**
Kamil Kałek

Właśnie rozpoczyna się kolejny sezon na jakże modne ostatnio na naszym terenie morsowanie. Ma ono wielu zwolenników, przy tym gdy inni parzą na nich jak na szaleńców. Jak jednak twierdzą osoby morsujące, jest to dla nich mnóstwo adrenaliny i zdrowia. Między innymi o korzyściach morsowania oraz o tym, w jaki sposób do niego się przygotować opowiedział nam Błażej Lipiecki, mieszkaniec podnowotomyskiego Wytomyśla, radny Rady Miejskiej, zawodowo związany z ochroną zdrowia.

Od niedawna morsowanie stało się bardzo „modne” na terenie naszego powiatu. Mamy kalendarzową zimę i ponownie obserwujemy relacje ludzi, którzy zanurzają się w zimnej wodzie. Jak długo Pan morsuje i co skłoniło Pana do takiej aktywności? Nie jest tajemnicą przecież, że jest Pan osobą niezwykle zaangażowaną społecznie, sportowo i zawodowo, więc wygospodarowanie czasu na zimowy wypad do wody to faktycznie poświęcenie...

– Tak, to prawda. Od kilku lat morsowanie stało się bardzo popularne. Nie tylko na terenie naszego powiatu, ale całej Polski. Wcześniej też korzystano z lodowatych kąpiel, ale prawdziwy „boom” pojawił się w 2020 r. Główną przyczyną była oczywiście pandemia, a co z tym się wiązało – zamknięte kina, pływalnie, restauracje. Ludzie nie chcieli siedzieć zamknięci w domach, szukali jakiejś alternatywy. Jedni wybierali spacer z psem, bieganie, część pragnąc nowych doświadczeń zdecydowała się właśnie na morsowanie.

Osobiście morsuję już czwarty sezon. Zaczynałem sam, ale z biegiem czasu udało mi się zachęcić innych znajomych do spróbowania. Nie jest tajemnicą, że zawód który wykonuję

Śmiech to zdrowie... i morsowanie też



● Błażej Lipiecki morsuje już od czterech sezonów.
Fot. Archiwum B. Lipiecki



● Coraz częściej morsują też dzieci. Ich rodzice twierdzą, że tacy milusińscy nie chorują i zdecydowanie poprawia się ich odporność.
Fot. Archiwum B. Lipiecki

nieśie ze sobą stres, napięcie, nieregularny tryb życia. Ze znajomymi morsujemy przeważnie w niedziele, czasami udaje się także „wskoczyć” do wody w środku tygodnia.

Przyznam, że nawet w lecie mam problem z wejściem do naszego zimnego Bałtyku. Zawsze więc zastanawiam się, co skłania ludzi do wejścia bez żadnych oporów do wody, gdy temperatura wskazuje np. – 5

stopni.

– Problem z zimnym Bałtykiem latem wynika z tego, że nasze ciała na plaży bardzo mocno się nagrzewają. Nawet gdy woda w morzu będzie miała 20°C., a temp. powietrza 40°C, to będą to dość duże różnice temperatur. Z tego powodu może nam się wydawać, że woda jest zimna. Po chwili jednak to uczucie mija.

Z kolei jesienią i zimą woda jak i powietrze wychładzają się. Różnice temperatur nie są tak odczuwalne.



● Ubiegłoroczne powitanie Nowego Roku oczywiście miało miejsce w wodzie. Błażej Lipiecki na zdjęciu pierwszy z lewej.
Fot. Archiwum B. Lipiecki

Po wejściu do zimnej wody organizm człowieka, „włącza” mechanizmy obronne. Kurczą się naczynia krwionośne, by ciało wolniej oddawało ciepło. Zaczynają wydzielать się endorfiny, czyli tzw. hormony szczęścia. Nawet jeśli na morsowanie przyjechaliśmy zmęczeni, rozdrażnieni to już po kilku chwilach w wodzie czujemy się rozluźnieni, zrelaksowani, na twarzach pojawiają się uśmiechy. Po wyjściu z wody, naczynia krwionośne rozszerzają się, a organizm uruchamia swoje moce by ogrzać się. Przyspiesza metabolizm, zwiększa się nasze zapotrzebowanie na energię. Morsowanie ma nie tylko działanie prozdrowotne, ale także pozytywnie wpływa na urodę, w szczególności poprawia wygląd i jędrność skóry. Niepotrzebne są drogie zabiegi, skoro możemy to osiągnąć dzięki zimnej wodzie.

Zawodowo jest Pan związany z ochroną zdrowia. Ufam więc, że morsowanie jest zdrowe, ale czy gdyby ktoś chciał spróbować musi posiadać specjalne predyspozycje, uwarunkowania zdrowotne? Często widzimy, że morsują też dzieci. Wydawać mogłoby się, że to krok od przeziębienia czy zapalenia płuc.

– Morsowanie ma działanie prozdrowotne, dowiedziano tego badaniami naukowymi, ale potwierdzają to także same morsy. Do morsowania nie są wymagane specjalne predyspozycje. Jest za to kilka przeciwwskazań np. problemy kardiologiczne. Widok morsujących dzieci jest coraz częstszy. Rodzice zachęcający swoje pociechy do kąpiei, z własnego doświadczenia wiedzą, że to dla ich dobra i podniesienia odporności.

Założmy, że mnie Pan przekonał. Zatem gdybym tej zimy chciała zmierzyć

się z zimnem i spróbować morsowania, jak przygotować się do pierwszego wejścia do wody?

– Dobrze jest zacząć od codziennych chłodniejszych pryszniców, by stopniowo przyzwyczajać organizm do niższych temperatur. Pierwsze wejście do wody nie powinno być długie, góra 1–2 min., by sprawdzić reakcję organizmu. Z każdym kolejnym wejściem można ten czas wydłużać. Na morsowanie należy zabrać duży ręcznik, koc lub matę, ciepłe ubrania, ciepły napój w termosie. Na pewno nie powinniśmy spożywać alkoholu, bowiem rozszerza on naczynia krwionośne i nasz organizm szybciej odda ciepło.

Jak długo trwa sezon na morsowanie? Czy w lecie w wodzie też jest tak „przyjemnie”?

– Nie ma określonego początku sezonu na morsowanie. Część morsów rozpoczyna w październiku, część w listopadzie. Tak naprawdę każdy chłodniejszy miesiąc jest dobry na rozpoczęcie swojej przygody z zimną wodą.

Czy warto morsować w grupie czy lepiej w pojedynkę? Ma Pan wiedzę, czy na naszym terenie są sformalizowane grupy, czy to raczej spontanicznie „zwołani” znajomi?

– Zdecydowanie lepiej i bezpieczniej jest morsować w grupie, bo nigdy nie wiemy jak nasz organizm zareaguje. Nawet towarzysze na brzegu w razie konieczności może sprawnie wezwać pomoc. Mieszkańcy Powiatu Nowotomyskiego najczęściej morsują w Zbąszyniu, Kuźnicy Zbąskiej, Koninie oraz Niepruszewie. Zdarzają się także wspólne wyjazdy nad Morze Bałtyckie czy też do górskich potoków. Na pewno jest zorganizowana grupa w Zbąszyniu, co do innych miejscowości nie mam takiej wiedzy. W większości morsy spotykają się jako grupy przyjaciół, znajomych lub członków innych klubów czy stowarzyszeń.

Nowy Rok z pewnością powita Pan w wodzie...

– Z tym może być problem, ponieważ 1 stycznia mam dyżur w pogotowiu. Jeśli się uda i towarzysze dopiszą to prędzej w wodzie żegnać będziemy Stary Rok. Powitanie Nowego Roku pozostawię innym.

Czego życzy Pan mieszkańcom naszego powiatu w 2023 roku?

– Może to zabrzmieć banalnie, ale na pewno zdrowia. Bez niego trudno cokolwiek zrobić. Dbajmy o swoje zdrowie w każdy możliwy sposób, bo jak już go zabraknie wtedy ciężko będzie nam do niego wrócić. A z innych rzeczy, to żebyśmy byli życzliwi dla innych ludzi i częściej szczerze się uśmiechali. Jak mówi stare przysłowie: śmiech to zdrowie..... i morsowanie też.

Dziękuję za rozmowę.

● Marzena Matusiak



● Morsowanie w lodzie to prawdziwy „rarytas” dla naszych morsów. Fot. Archiwum B. Lipiecki

Gdańsk zimny, ale gościnny

W dniach 23–25 listopada, uczniowie z Zespołu Szkół nr 1 w Zbąszyniu wzięli udział w wycieczce do Gdańska w ramach programu „Poznaj Polskę”.

Podczas pobytu w Gdańsku licealiści odwiedzili Westerplatte, Muzeum II Wojny Światowej, Europejskie Centrum Solidarności, Stocznia Gdańską oraz słynną Salę BHP, gdzie toczyły się ważne dla naszego kraju rozmowy między ówczesną władzą, a strajkującymi stoczniovcami. Czując już świąteczny klimat nie zabrakło także czasu na uczestnictwo w Gdańskim Jarmarku Bożonarodzeniowym.

• KD



Urok zimowego Londynu



W poniedziałek, 28 listopada grupa licealistów z Zespołu Szkół nr 1 w Nowym Tomysłu wyruszyła w podróż do Londynu, by wziąć udział w warsztatach językowych, a także by zwiedzić jedną z najpiękniejszych europejskich stolic w zimowej scenerii.

Opiekę nad uczestnikami sprawowały panie: Aleksandra Sara, Małgorzata Handzewniak, Aneta Kaczmarek oraz Izabela Trzeciak. W czasie sześciodniowego pobytu w Londynie uczestnicy korzystali z noclegów w rodzinach goszczących, co było doskonałą okazją do poznania obyczajów i stylu życia Brytyjczyków. Jednocześnie młodzież ćwiczyła posługiwanie się językiem angielskim w naturalnym środowisku.

• ZS1

Szkoły będą współpracować



W piątek, 25 listopada w Trebnitz w Niemczech odbyło się podsumowanie międzynarodowego projektu młodzieży w ramach ERASMUS+. W wyjeździe udział wzięli uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Wąsowie oraz Zespołu Szkół nr 2 z Nowego Tomysła.

podpisali umowę w celu realizacji kolejnych działań. Ważnym momentem było także podpisanie partnerskiej umowy o współpracy pomiędzy Szkołą z Belzig, a Zespołem Szkół nr 2 z Nowego Tomysła.

Powiat Nowotomyski podczas uroczystości reprezentowali: starosta nowotomyski – Andrzej Wilkoński, dyrektor Powiatowego Centrum Usług Wspólnych – Marek Nyckowiak oraz dyrektor Zespołu Szkół nr 2 w Nowym Tomysłu – Elżbieta Helwing.

• KD

Nie zawahać się, ratować!



W piątek, 2 grudnia w Zespole Szkół Rolnicze Centrum Kształcenia Ustawicznego w Trzciance odbyły się szkolenia dla uczniów z zakresu udzielania pierwszej

pomocy przedmedycznej. Zajęcia prowadziło dwóch ratowników medycznych. Ich profesjonalizm, wiedza, a przede wszystkim doświadczenie sprawiły, że ćwiczenia związane z pierwszą

pomocą były dla uczestników próbą możliwości, ale i szansą na przełamanie bariery strachu w niesieniu pomocy poszkodowanym w różnych wypadkach.

• KD

Mikołajki na sportowo



W sobotę, 3 grudnia z okazji Międzynarodowego Dnia Osób z Niepełnosprawnościami w Powiatowym Centrum Sportu odbyły się „Mikołajki na sportowo” dla podopiecznych Stowarzyszenia KochaMy oraz Rodzinka.

Dzieci oraz dorośli wykonywali zadania sprawnościowe na stacjach, przy których czuwaliby wolontariusze z Zespołu Szkół nr 1 w Nowym Tomyszu wraz ze swoimi nauczycielami wychowania fizycznego. Był to czas na wspólne tańce oraz zmagania sportowe. Spotkanie zakończyła wizyta Świętego Mikołaja, który obdarował wszystkich upominkami.

● PCS



Zumba w PCS

Po raz kolejny w okresie Mikołajek w Powiatowym Centrum Sportu odbył się Maraton Zumbi. W niedzielę, 4 grudnia w świątecznych rytmach i mikołajkowym klimacie, blisko 150-osobowa grupa tańczyła przez trzy godziny. Prowadzącą maraton była Marita Piechowiak.

Wszystkie uczestniczki przywitał i życzył wytrwałości – dyrektor PCS Jakub Skrzypczak.

● PCS



W niedzielę, 4 grudnia w Powiatowym Centrum Sportu w Nowym Tomyszu odbyła się kolejna edycja Zenit Cup, otwartego turnieju tenisa stołowego.

Zenit Cup

Po kilku godzinach zmagania wyłoniono najlepszych, którym wręczono pamiątkowe statuetki i nagrody, które wręczali organizatorzy: prezes Zenit Wytomyśl, Błażej Lipiecki oraz dyrektor Powiatowego Centrum Sportu, Jakub Skrzypczak.

● PCS



Po rozegraniu blisko 80 pojedynków lista zwycięzców przedstawia się następująco:

Kat. dziewczyn 2009 i młodszych:

1. Oliwia Oborna, Kat. dziewczyn 2005–2008 1. Izabela Jakubowska
Kat. kobiet 18+ 1. Joanna Spychała. Panie z powodu braku konkurentek rozgrywały swoje pojedynki w męskich kategoriach.

Kat. chłopcy 2009 i młodszy

1. Patryk Galas, 2. Mateusz Świdorski, 3. Filip Pogorzalczyk, 4. Antoni Kurcewicz, 5. Jacek Czachor, 6. Franciszek Czachor. Kat. chłopcy 2005–2008: 1. Piotr Sobieraj, 2. Jan Woźny, 3. Błażej Heliasz. Kat. mężczyźni do 45 lat: 1. Łukasz Troszczyński, 2. Kajetan Szymczyk, 3. Maciej Nowacki, 4. Jakub Rozum, 5. Szymon Kosicki, 6. Przemysław Sarbinowski, 7. Cezary Jankowski, 8. Sławomir Mikołajczak, 9. Dawid Stroiwas, 10. Krzysztof Ludwiniak, 11. Robert Siedliński. Kat. mężczyźni 45+: 1. Andrzej Pigla, 2. Adam Matuszak, 3. Sławomir Chojan, 4. Sławomir Ciekański, 5. Dariusz Jankowski, 6. Wojciech Laskowski.



Powiatowe Centrum Sportu otwarte dla mieszkańców powiatu

Szeroka oferta zajęć, wydarzeń sportowo-rekreacyjnych czy miejsce do spotkań dla stowarzyszeń – to tylko niektóre z działań podejmowanych przez Powiatowe Centrum Sportu.

Hala centrum eksploatowana jest właściwie siedem dni w tygodniu, od poniedziałku do niedzieli odbywają się bowiem treningi grup młodzieżowych klubów takich jak choćby koszykarskie Gromy – wciąż rozwija się Akademia Koszykówki Młodzieżowej, którą powiat nowotomyski wspiera od początku jej istnienia. W PCS swoje zajęcia, a także ligowe spotkania, z sukcesami, odbywają dziewczęta z Dream Team. Centrum ściśle współpracuje także z LKS Budowlani – Kucera Nowy Tomyśl, której Młodzieżowe Centrum Podnoszenia Ciężarów stanowi jedną z najlepszych baz do uprawiania tej dyscypliny w kraju.

Dyrektor powiatowej jednostki – Jakub Skrzypczak, wśród dziesiątek imprez sportowych, które odbywały się w minionym czasie wymienia między innymi: ciężarowe Mistrzostwa Polski



seniorek i seniorów, rajdy nordic walking i rowerowe, szereg wydarzeń dla biegaczy – zimowe Grand Prix, Grand Prix w biegach ulicznych, imprezy siatkarskie i piłkarskie, gale sztuk walki, zawody wędkarskie, halowy turniej łuczniczy, maratony ZUMBY, zajęcia dla osób

z niepełnosprawnościami. To naprawdę wycinek pracy PCS, należy pamiętać także o tym, że Powiatowe Centrum Sportu sprawuje także rolę Powiatowego Organizatora Sportu.

To właśnie PCS, w każdym roku szkolnym, jest organizatorem blisko 60

imprez o tytuł Mistrza Powiatu Nowotomyskiego dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych w ramach rywalizacji SZS „Wielkopolska”.

Nowe możliwości dała także niedawna rozbudowa PCS między innymi o salę konferencyjną, która stała się także Powiatowym Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych, z której już skorzystało kilkadziesiąt stowarzyszeń, które

mogą liczyć na nieodpłatne udostępnienie pomieszczeń z aneksem kuchennym, dostęp do WI-FI, komputera, rzutnika czy sprzętu nagłaśniającego.

Szczegółowa oferta Powiatowego Centrum Sportu dostępna jest w mediach społecznościowych PCS – Facebooku i Instagramie oraz na stronie internetowej www.pcsnt.pl

• PCS



Powiatowe Centrum Wspierania
ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

Powiatowe Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych

MIEJSCE DLA KAŻDEJ ORGANIZACJI



WSPARCIE TECHNICZNE

Nieodpłatne udostępnianie pomieszczeń i sprzętu znajdującego się w sali Powiatowego Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych w Nowym Tomyślu z dostępem do aneksu kuchennego. Sala jednorazowo pomieści ok 25 osób. Do dyspozycji jest również dostęp do sieci WI-FI, rzutnik oraz sprzęt nagłaśniający.

DORADZTWO METODYCZNE

Porady "pierwszego kontaktu", indywidualne konsultacje dot. funkcjonowania organizacji pozarządowych, organizacja szkoleń.

WSPARCIE ORGANIZACYJNE

Wspieranie procesu powstania i inkubowania organizacji pozarządowych na terenie Powiatu Nowotomyskiego, kontaktowanie mieszkańców z poszczególnymi organizacjami.

TWOJA ORGANIZACJA POTRZEBUJE WSPARCIA?

- Szukasz miejsca na spotkanie twojej organizacji?
- Masz ciekawy pomysł na szkolenie dla organizacji?
- Chcesz poznać inne organizacje działające na terenie powiatu nowotomyskiego?
- Chcesz założyć stowarzyszenie?

TO MIEJSCE JEST WŁAŚNIE DLA CIEBIE

Skontaktuj się z nami i skorzystaj z oferowanych udogodnień kierowanych dla organizacji pozarządowych.



Powiatowe Centrum Sportu
w Nowym Tomyślu

ZIMOWE GRAND PRIX

Powiatu Nowotomyskiego
w biegach na 5 km
2022/2023



10 grudnia 2022 r. - **PORAŻYN**

7 stycznia 2023 r. - **KUŚLIN**

21 stycznia 2023 r. - **STRZYŻEWO**

4 lutego 2023 r. - **NOWY TOMYŚL**

25 lutego 2023 r. - **PRZYŁĘK**

18 marca 2023 r. - **LWÓWEK**

1 kwietnia 2023 r. - **CICHA GÓRA** - zakończenie Grand Prix

Regulamin: www.pcsnt.pl
f /centrum.sportu.nt







Sylwestrowy Rajd Rowerowy

SOBOTA
31 GRUDNIA

START - 10:00

TRASA
10 KM



Powiatowe Centrum Sportu
os. Północ 37

Zapisy: www.pcsnt.pl



Powiatowe Centrum Sportu
w Nowym Tomyślu



724 626 029



biuro@pcsnt.pl



Powiatowe Centrum Sportu
w Nowym Tomyślu
Północ 37

Mikołaje z Grońska



Świąteczne życzenia wraz z wykonanymi podczas zajęć stroikami na ręce starosty nowotomyskiego Andrzeja Wilkońskiego i wicestarosty Marcina Brambora przekazali we wtorek, 6 grudnia

podopieczni Warsztatów Terapii Zajęciowej w Grońsku.

Włodarze powiatu podziękowali za coroczne, przedświąteczne odwiedziny oraz przekazali życzenia dla całej załogi WTZ Grońsko.

• KK

Mikołajkowo w ŚDS w Nowym Tomyślu



We wtorek, 6 grudnia Święty Mikołaj odwiedził Środowiskowy Dom Samopomocy w Nowym Tomyślu oraz przekazał drobne upominki dla uczestników zajęć.

Inicjatorami akcji było Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Tomyślu oraz Polski Czerwony Krzyż – Oddział Rejonowy w Nowym Tomyślu.

• KD

Każdego roku wiele osób ma dylemat nad wyborem świątecznej choinki. Zastanawiamy się, jaką wybrać, sztuczną czy żywą. O tym, dlaczego warto kupować żywą choinkę opowiadają pracownicy Nadleśnictwa Bolewice.

Dla naszego zdrowia i samopoczucia lepsza jest oczywiście żywa choinka, która wydziela korzystne dla zdrowia olejki eteryczne i swoim zapachem tworzy świąteczną atmosferę. Jeśli kupimy drzewko niedługo po wycięciu i jeśli o nie zadbaćmy regularnie podlewając będzie nas cieszyć swoim wyglądem nawet przez kilka tygodni.

Kojące właściwości drzewek

Każdy gatunek ma nieco inne właściwości aromaterapeutyczne. Najczęściej wybieranymi gatunkami na drzewka świąteczne są świerki i jodły. Olejek świerkowy działa odprężająco, łagodzi też napięcie mięśni. Olejek jodłowy wykorzystywany jest w medycynie w preparatach odkażających gardło, rozgrzewających maściach. Z jodły syberyjskiej pozyskuje się olejek pichtowy, który zwalcza wirusy i grzyby i znajduje zastosowanie przy infekcjach górnych dróg oddechowych. Choinka jodłowa wydzielając swoje olejki złagodzi również bóle migrenowe głowy.

Pamiętajmy o ekologii

Choinki, które kupujemy pochodzą z wyspecjalizowanych plantacji, na których w miejsce każdego wyciętego drzewka sadzi się nowe. Za nim trafią do naszych domów na takiej plantacji spędzą około 10 lat i w ciągu tego czasu każda z nich absorbuje ok. 25 kg węgla. Nie ma też problemu co zrobić z drzewkiem po świętach. Można je przeznaczyć np. na kompost, gdzie się rozłoży.

Świąteczne drzewko – tylko żywe



Jak wybrać drzewko?

Dobrym rozwiązaniem jest kupowanie drzewka w doniczce i po świętach wysadzenie go do ogrodu. Przy kupowaniu takiej choinki trzeba jednak zwrócić uwagę na kondycję drzewka. Choinka, która wypada z pojemnika albo z donicy wystaje bryła korzeniowa, igły są przebarwione może wykazać się krótką żywotnością. Kiedy już kupimy odpowiednie drzewko musimy też zadbać o odpowiednie jego udekorowanie. Nie używamy do dekoracji sztucznego śniegu, brokatu, który utrudnia igłom fotosyntezę. Ozdoby nie mogą być zbyt ciężkie, a lampki powinny wydzielać jak najmniej ciepła.

Sztuczna choinka rozkłada się 500 lat!

Sztuczna choinka jest bardziej wygodna, nie ma przy niej tyle pracy. Może posłużyć przez kilka lat i nie wymaga sprzątania igieł. Powstaje jednak z tworzyw sztucznych, których produkcja powoduje zanieczyszczenie środowiska. Jeżeli nam się znudzi,

a w sklepie wpadnie nam w oko nowszy model to rodzi się problem z pozbyciem się starej. Materiał, z których powstają sztuczne choinki nie podlega recyklingowi. Rozkłada się przez około 500 lat.

Choinki jako prezent

W naszym nadleśnictwie nie prowadzimy sprzedaży choinek. Choinki z naszych małych plantacji przekazujemy nieodpłatnie do różnych instytucji: szkół, urzędów, ośrodków kultury, policji, straży, itp.

Mandat za kradzież drzewka z lasu

Kradzieże choinek zdarzają się sporadycznie czasami ludzie też pozyskują nielegalnie stroisz, czyli gałązki drzew iglastych okaleczając zdrowe drzewka. Mandat za takie zachowanie może wynosić 500 zł. Nie zapomnijmy również, że oprócz tego, jeżeli po lesie poruszamy się samochodem grozi nam również mandat za wjazd do lasu w takiej samej wysokości.

• opr. KD

Uwaga sportowcy!

Przez cały styczeń 2023 roku będzie trwał nabór wniosków o przyznanie nagrody, wyróżnienia dla zawodnika lub trenera za osiągnięte wysokie wyniki sportowe we współzawodnictwie międzynarodowym lub krajowym w 2022 roku.

Nagrody i wyróżnienia będą przyznawane przez Zarząd Powiatu Nowotomyskiego na podstawie regulaminu, który dostępny jest na stronie powiatu nowotomyskiego: https://powiatnowotomyski.pl/PL/893/Wydział_Komunikacji_Społecznej/



powiat
nowotomyski

Dyżury aptek w okresie świątecznym

24-30 grudnia
Apteka „Moderna 2” ul. Poznańska 12, 64-300 Nowy Tomyśl
tel.: 61 44 37 350

31 grudnia
Apteka „Prima” ul. Poznańska 40, 64-300 Nowy Tomyśl
tel.: 61 44 23 004
kom.: 690 535 671