

KOLEJ *na* *Wielkopolskie*



 Pracownicy kolei
pod ochroną

 Konkurs
„Pociąg do sztuki”

 Przed pierwszym
dzwonkiem

WSPÓLNY BILET SAMORZĄDOWY

Wygodne podróże po Wielkopolsce!

Odkryj możliwości
Wspólnego Biletu Samorządowego!
To bilet kolejowy, umożliwiający
nieograniczoną liczbę przejazdów
pociągami oraz uzyskanie zniżki
do wybranych instytucji kultury.



NIEOGRANICZONE PRZEJAZDY

wszystko to za jedyne 49 zł!



ZNIŻKI

dotatkowo otrzymasz zniżki na
zakup biletów w instytucjach
kultury i atrakcjach turystycznych
w całej Wielkopolsce



WAŻNY 24H

bilet jest ważny przez 24 godziny od
daty i godziny zakupu lub wskazany
przez nabywcę

Sprawdź aktualną listę obiektów
i instytucji na naszej stronie
internetowej.



*"Zapraszam do podróży Kolejami
Wielkopolskimi i skorzystania
z ofert naszych instytucji kultury"*

WOJCIECH JANKOWIAK

Wicemarszałek

Województwa Wielkopolskiego

Kolej na wstęp

**DARIUSZ KASZYŃSKI**

Redaktor naczelny
Naczelnik Wydziału Promocji
i Marketingu Kolei Wielkopolskich

Pprzed nami ostatnie tygodnie wakacji. Część z nas zdążyła wrócić z urlopów, niektórzy wyjazd mają jeszcze przed sobą. Niezależnie od tego, w której grupie jesteśmy, zachęcam do aktywnego wykorzystania ostatnich dni wakacji i zwiedzania Wielkopolski. Tym razem prezentujemy jej południową część. Kalisz to idealne miasto na letni *city break*, miasto andrutów, które przedstawiamy na łamach sierpniowego wydania naszego magazynu. Zapraszamy również do Jarocina, który kojarzy się z festiwalem muzycznym, ale do zaoferowania ma znacznie więcej.

Pozostając w klimacie wakacyjnym, zachęcam również do powrotu do wydarzeń, które już za nami, m.in. Antidotum Airshow Leszno czy też Piknik na Fest, zorganizowany przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego z okazji 25-lecia samorządu. Warsztaty artystyczne, spotkania z ciekawymi ludźmi, konkursy z nagrodami, koncerty i symulator pojazdu trakcyjnego, pozwalający się wcielić w rolę maszynisty na stanowisku promocyjnym Kolei Wielkopolskich to tylko część z atrakcji, które czekały 10 czerwca na odwiedzających poznańską Cytadelę.

16 września świętujemy Europejski Dzień Maszynisty. Z tej okazji zachęcam do przeczytania rozmowy z Rafałem Zielińskim, który opowiada o kulisach szkolenia i pracy maszynisty. Ponadto w rozmowie z Dawidem Licheniakim z Wydziału Eksploatacji, wyjaśniamy pojęcie wprowadzanego w naszej spółce eco-drivingu.

Zachęcam również do lektury wywiadu z Martą Peplińską – artystką, malarką, która zasłynęła z realizacji niestandardowych prac, a jednocześnie zasiada w jury naszego konkursu „Pociąg do sztuki”. Przypomnijmy, że tegorocznym zadaniem konkursowym było przygotowanie plakatu nawiązującego do tematu „Widoki z podróży Kolejami Wielkopolskimi”.

Przyjemnej lektury!

Kolej na rozmowę

- 4** Praca maszynisty
to przyjemność

Kolej na porady

- 7** Pod szczególną ochroną

Kolej na Wielkopolskie

- 8** Dumni z Wielkopolski

Kolej na sport

- 10** Gooooo!

Kolej na kulturę

- 11** Siła spotkania,
czyli wielokulturowy Poznań

Kolej na konkurs

- 12** Wymalowana praca

Kolej na EKO

- 14** Optymalna jazda

Kolej na podróż

- 16** Nocne odkrywanie
Wielkopolski

- 17** Skorzystaj z leśnych kąpiel

Kolej na zdrowie

- 18** Leśny filar diety
przeciwwzapalnej

Kolej na kryminalne historie

- 20** Cel uświęca środki

Kolej na relaks

- 22** Andrutry kaliskie
23 Spichlerz Polskiego Rocka

Kolej na ciekawostki

- 24** Zanim zabrzmi pierwszy
dzwonek

Kolej na relacje

- 26** Krajowe Dni Pola w Sielinku
oraz Antidotum Airshow
Leszno

Kolej na wiedzę

- 27** Wagony przyszłości



Zdjęcie na okładce:
Sławomir Brandt



Praca maszynisty to przyjemność

Już samo prowadzenie pociągu to jest coś niebywałego, chyba tylko pilot samolotu ma lepiej. Liczy się umiejętność podejmowania prawidłowych decyzji i współpraca z innymi – mówi **RAFAŁ ZIELIŃSKI**, który jako maszynista pracuje od prawie 27 lat.

Rozmawia: NATALIA NOWACKA zdjęcie: MICHAŁ KALET

Jak to się stało, że został Pan maszynistą?

– Fascynacja pociągami pojawiła się u mnie już w najmłodszych latach. Mieszkalem bardzo blisko torów kolejowych i uwielbiałem patrzeć na przejeżdżające pociągi. Dodatkowo dziadek był maszynistą parowozów, a i tata pracował na kolei. Kropką nad „i” okazała się przedszkolna wycieczka na dworzec kolejowy w Wągrowcu, gdzie pozwolono nam wejść na lokomotywę. Już wtedy wiedziałem, że to jest to, co będę chciał robić w swoim dorosłym życiu.

W takim razie jak wygląda typowy dzień w pracy?

– Praca maszynisty to nie tylko prowadzenie pociągu na trasie, ale także manewry, czyli podstawianie składów na odpowiedni peron, oględziny pojazdów przed rozpoczęciem pracy oraz po jej zakończeniu. Typowy dzień rozpoczyna się na dyspozyturze, w której pobiera się rozkłady, a dyspozytor informuje, jakimi pojazdami będziemy prowadzić pociągi. Maszynista musi zapoznać się z obowiązującymi zarządzeniami, sprawdzić dokumenty. Jeśli przyjmuje pojazd z torów postojowych, to musi się do niego udać, dokonać oględzin i sprawdzić, czy wszystko z pojazdem jest w porządku. Sprawdza się urzą-

dzenia automatyki bezpieczeństwa pociągu, sprawność drzwi, syren, oświetlenia itp., ale w szczegóły techniczne nie będziemy wchodzić (śmiejch). Po podstawieniu składu na peron i po przybyciu kierownika pociągu sprawdza się hamulce. A później prowadzi się pociąg zgodnie z rozkładem jazdy. Po zakończonej pracy maszynista udaje się do dyspozytora, gdzie zdaje kartę pracy i wraca się do domu. To tak w wielkim skrócie.

To nie jest praca od 8.00 do 16.00.

– To prawda. Na koniec miesiąca maszynista otrzymuje grafik służb na kolejny miesiąc. Służby rozpoczynają się różnie, czasami jest to godzina 2.00 w nocy, czasami 8.00 rano. Wszystko zależy od tego, jakie maszynista będzie prowadził pociągi. Najdłuższe służby mają po 12 godzin. W trakcie jednej przejeżdża się około 400–500 km. Czasami jedną trasę, np. z Poznania do Gniezna, wykonuje się podczas służby dwa, trzy razy. Ale taka jazda to przyjemność.

Jakie umiejętności i cechy powinien posiadać maszynista?

– Na pewno spokój i opanowanie, umiejętność radzenia sobie w sytuacjach stresogennych. 

Ważne jest skupienie, żeby bezpiecznie i planowo doprowadzić pociąg do celu. Liczy się też umiejętność podejmowania prawidłowych decyzji, zgodnych z obowiązującymi przepisami. Bardzo ważna jest również współpraca z dyżurnymi ruchu, drużynami konduktorskimi, dyspozyturą itp.

Na jakie wyzwania w codziennej pracy musi być Pan przygotowany?

– Myślę, że każdy maszynista najbardziej obawia się tego, że wydarzy się coś nietypowego: dojdzie do awarii, kolizji ze zwierzyną, zerwania sieci trakcyjnej, wypadku itp. Na szczęście 99 proc. służb przebiega bezproblemowo.

Co Pan sobie najbardziej ceni w tej pracy?

– W sumie dała mi Pani teraz do myślenia (śmiech). Jako maszynista pracuję już prawie 27 lat. Pracę rozpocząłem w PKP CARGO i przepracowałem tam 11 lat, później 4 lata w PKP PR, a od 2012 r. pracuję w Kolejach Wielkopolskich. Od 5 lat jestem też instruktorem. Pewnie każdy maszynista powie, że już samo prowadzenie pociągu to jest coś niebywałego, chyba tylko pilot samolotu ma lepiej (śmiech). Ale dla mnie najlepsze w tej pracy są widoki: wschody i zachody słońca, obserwowanie jak zmienia się w ciągu roku krajobraz – latem ta sama trasa wygląda zupełnie inaczej niż zimą. 15 lat temu jechałem przez pola, dzisiaj widzę, że pobudowały się tam osiedla...

Uważa Pan, że to praca wyczerpująca czy raczej spokojna?

– Może to nie jest praca ciężka fizycznie, ale wymagająca całkowitego skupienia i przewidywania tego, co może się stać. Często po 12-godzinnej służbie jesteśmy zmęczeni nie fizycznie, lecz psychicznie. Z reguły większość naszych służb przebiega kompletnie bezstresowo, ale są takie dni kiedy naprawdę jest trudno. Miałem taką sytuację, gdy prowadziłem pociąg z Poznania do Wągrowca. Nagle wyskakuje na tory zwierzyzna

i niestety doszło do uderzenia. Zrobiłem oględziny, sprawdziłem hamulce, na szczęście nic się nie stało. Ruszyłem i nie ujechałem dalej niż kilometr, bo znowu z lasu wyskoczyła zwierzyzna, no i powtórka z rozrywki...

Rozmawiamy w Wągrowcu, gdzie znajduje się symulator prowadzenia pociągu. Jak on działa?

– Dla osób postronnych nie jest on dostępny, ale organizowane są wycieczki, podczas których można go zobaczyć, a nawet się na nim przejechać. Symulator jest odpowiednikiem jednego z naszych pojazdów. Szkolenie na nim wygląda tak, jak praca maszynisty podczas prowadzenia pociągu. Chcemy w ten sposób przygotować maszynistów na nietypowe sytuacje. Stwarzamy takie i obserwujemy, czy postępuje prawidłowo, czy działa zgodnie z przepisami itp. Każdy z naszych maszynistów przechodzi takie cykliczne szkolenia.

Jakie ma Pan rady dla osób, które myślą o tej ścieżce kariery?

– Przede wszystkim się nie poddawać, tylko starać się dostać do tej pracy. U nas gdyby ktoś chciał zostać maszynistą, to przede wszystkim trzeba mieć wykształcenie średnie, nie być karanym, a reszta to już zależy od zdrowia. Ale najważniejsze to nie poddawać się, aplikować i próbować.

A jakie są perspektywy rozwoju zawodowego?

– Rynek maszynistów w Polsce jest otwarty. Tak jak wszędzie i w zawodzie maszynisty następuje rotacja. Zmienia się pracodawców i stanowiska. Większość z nas to osoby, które kochają to, co robią. Przychodząc do pracy nie myślimy, aby w niej awansować, ponieważ wiąże się to z tym, iż przestaniemy prowadzić pociągi. Jeśli ktoś się dobrze sprawdza, jest naprawdę dobrym maszynistą, współpracuje z innymi, to może awansować na przykład na instruktora. Ten awans nie jest jednoznaczny z rezygnacją z jazdy, ponieważ jako instruktorzy również prowadzimy pociągi.



**Może to nie jest praca
ciężka fizycznie,
ale wymagająca
całkowitego
skupienia
i przewidywania tego,
co może się stać**

Pod szczególną ochroną

Obsługa pociągu wykonująca przewóz osób w publicznym transporcie kolejowym została objęta ochroną należną funkcjonariuszom publicznym.

tekst i grafika: BEATA WAGNER

Nowelizacja, ustawy z dnia 14 kwietnia 2023 r. o zmianie ustawy o transporcie kolejowym oraz ustawy o publicznym transporcie zbiorowym, która weszła w życie 9 czerwca br., zapewnia szczególną ochronę m.in.: maszynistom i drużynom konduktorskim. Dzięki wprowadzonym zmianom zostanie podniesiony poziom bezpieczeństwa pracowników związanych z transportem publicznym. – Jest to bardzo ważna zmiana, którą promujemy nie tylko na łamach naszego magazynu pokładowego, ale także rozpoczęliśmy akcję informacyjną w naszych pociągach – mówi Mikołaj Grzyb, Członek Zarządu Spółki Koleje Wielkopolskie – Powstały plakaty i ulotki, na których zamieściliśmy najważniejsze informacje o zmianie przepisów. Chcemy tym samym podkreślić, że poczucie bezpieczeństwa w pociągach Kolei Wielkopolskich jest dla nas najwyższym standardem – dodaje.

Dzięki zmianie przepisów została zaostrzona odpowiedzialność karna osób, które dopuszczają się naruszenia nietykalności, czynnej napaści czy znieważenia osób wykonujących przewozy w publicznym transporcie zbiorowym.

W praktyce oznacza to, że przedmiotem szczególnej ochrony stała się na przykład: nietykalność cielesna oraz godność osobista podczas wykonywania obowiązków służbowych. Zmiany mają ograniczyć ataki zarówno fizyczne, jak i werbalne. – Dopełnieniem promocji tej ustawy jest także nasza akcja „savoir-vivre” na pokładach pociągów Kolei Wielkopolskich – mówi

Mikołaj Grzyb – Chcemy w przystępny, a czasem nawet humorystyczny sposób, zwrócić uwagę, że przestrzeganie zasad dobrego wychowania, to podstawa zarówno dla naszych pracowników, jak i pasażerów.



Od 9 czerwca 2023 r.

maszyniści, drużyna konduktorska,
rewidenci taboru, pracownicy obsługi
technicznej i utrzymania porządku

**SĄ OBJĘCI OCHRONĄ NALEŻNĄ
FUNKCJONARIUSZOM PUBLICZNYM.**



Podstawa prawna:
Ustawa z dnia 14.04.2023 r. o zmianie ustawy
o transporcie kolejowym oraz ustawy
o publicznym transporcie zbiorowym
(Dz.U. 2023, poz. 1003).

Dumni z Wielkopolski

W tym roku Samorząd Województwa Wielkopolskiego obchodzi jubileusz 25-lecia istnienia. 5 czerwca 1998 r. Sejm RP uchwalił ustawę o utworzeniu najpierw 12 nowych województw, a następnie w lipcu tego samego roku została podjęta decyzja o nowym podziale administracyjnym na 16 województw.

tekst: URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO
zdjęcia: UMWW i KOLEJE WIELKOPOLSKIE

Przez ćwierćwiecze Wielkopolska stała się jednym z najlepiej i najprężniej rozwijających się regionów w naszym kraju. Z tej okazji na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich odbyła się uroczysta gala „Dumni z Wielkopolski”, na którą zostali zaproszeni samorządowcy z całego regionu. Wydarzenie było nie tylko okazją do świętowania, ale także podsumowania ostatniego ćwierćwiecza. – Cieszę się, że Wielkopolska jest jednym z najlepiej rozwijających się regionów w Polsce. To nasz zbiorowy sukces – mówił podczas wydarzenia Marek Woźniak, Marszałek Województwa Wielkopolskiego i gospodarz wydarzenia.

Marszałek zaprezentował najważniejsze osiągnięcia Samorządu Województwa Wielkopolskiego, w tym duże inwestycje infrastrukturalne, budowę Wielkopolskiego Centrum Pediatrii, czy podjęte działania chroniące klimat. – Wielkopolska jest europejskim regionem aktywnych ludzi. Wszyscy chcielibyśmy żyć w regionie, którego mieszkańcy będą przekonani, że to dobre miejsce do życia – mówił Marek Woźniak.

WSPÓLNE ŚWIĘTOWANIE

W ramach obchodów 25-lecia Samorządu Województwa Wielkopolskiego Marszałek Marek Woźniak zaprosił wszystkich Wielkopolan na wydarzenie PIKNIK NA FEST!, które odbyło się



w sobotę 10 czerwca w Parku Cytadela w Poznaniu. Około 20 tys. Wielkopolan świętowało razem 25-lecie Samorządu Województwa Wielkopolskiego. Wspólnie pokazaliśmy, że jesteśmy dumni z Wielkopolski!

Marek Woźniak powitał wszystkich Wielkopolan zgromadzonych na poznańskiej Cytadeli. – 25 lat Samorządu Województwa Wielkopolskiego to okres co najmniej jednego pokolenia. Dlatego uznaliśmy, że to najwyższy czas, aby nas lepiej poznać, zaprzyjaźnić się z nami i przy tej jubileuszowej okazji po prostu się spotkać. Cieszę się, że przyjęliście Państwo nasze zaproszenie, i że wspólnie spędzimy miłe popołudnie i wieczór. Pamiętajcie o nas, poznajcie nas, bo wszyscy razem tworzymy samorząd województwa, a naszą rolą jest tylko gospodarzyć tą naszą wspólnotą, które obejmuje cały region i wszystkich jego mieszkańców – powiedział Marszałek.

W trakcie wydarzenia PIKNIK NA FEST! można było m.in.: skorzystać z konsultacji ze specjalistami i badań RTG, USG oraz odwiedzić mam-mobus i cytobus. Na odwiedzających czekała szeroka oferta warsztatów, w tym florystycznych i fryzjerskich, porad kosmetycznych czy pokazów makijażu. Nie zabrakło gier i zabaw dla dzieci. Pojawiły się dmuchańce i bańki mydlane, tor skimboardowy i kolejka Pecna. Były też warsztaty plastyczne, teatralne i sportowe, liczenie motyli oraz malowanie twarzy. Na Cytadeli znalazło się także duże stoisko Kolei Wielkopolskich, które cieszyło się ogromnym zainteresowaniem.

Kulturalnie można było uczestniczyć w warsztatach wyklejanki z Szymborskiej, spotkaniach z twórcami piszącymi o Wielkopolsce, zrobić profesjonalny makijaż sceniczny, czy wybrać się na spacer edukacyjny po Cytadeli z udziałem przewodnika z Wielkopolskiego Muzeum Niepodległości. Zaprezentowano replikę Fokkera – samolotu zdobytego przez Powstańców Wielkopolskich oraz miasteczko powstańcze. Na Cytadeli dla mieszkańców wystąpiły gwiazdy: Mezo, Bibobit, Organek i Agnieszka Chylińska.

Przed koncertem Agnieszki Chylińskiej Marszałek podziękował blisko 10 tys. zgromadzonym na pikniku Wielkopolanom i wykonano rodzinne zdjęcie Wielkopolan z drona. – To święto nas wszystkich, naszej wspólnoty. Będziemy się od teraz spotykać co roku – zapowiedział Marszałek.



Gooooo!



Drużyna Kolei Wielkopolskich wzięła udział w dwóch piłkarskich turniejach. Najpierw ekipa złożona z utalentowanych chłopaków pracujących jako kierownicy pociągów, dyspozytorzy, pracownicy biurowi oraz techniczni, stanęła do rywalizacji w turnieju XII Mistrzostw Polski w Piłce Nożnej Branży Kolejowej o Puchar Polskiej Izby Producentów Urządzeń i Usług na Rzecz Kolei w Bydgoszczy. Później zegrali w XXIV Turnieju Piłki Nożnej

o Puchar Prezesa PKP S.A. i Prezydenta ZZM w Bornym Sulimowie. W każdym z turniejów zespół otrzymał gorący doping od naszego Działu Marketingu.

– Cieszymy się, że nasza spółka nas wspiera w sportowych działaniach – mówi Marian Łatański, kierownik drużyny. – Ma to dla nas ogromne znaczenie i mobilizuje nas do jeszcze lepszej gry i godnego reprezentowania Kolei Wielkopolskich – dodaje.



Siła spotkania, czyli wielokulturowy Poznań

770. rocznica założenia Poznania zachęca do zadawania pytań o to, skąd pochodzili ludzie, którzy tworzyli miasto. O tym, że była to nie tylko rodzima ludność opowiada nowa wystawa *Siła spotkania. O ludziach, którzy tworzyli Poznań* w Galerii Śluza.

tekst i zdjęcie: GALERIA ŚLUZA

Gdy w 1253 r. książęta Przemysław i Bolesław zdecydowali założyć miasto nad Wartą, dysponowali ziemią i osadami otaczającymi piastowski gród. Brakowało jednak fachowców potrafiących organizować średniowieczne miasta. W założeniu miasta pomogli obeznani z prawem magdeburskim osadnicy ze Śląska i Saksonii pod wodzą Tomasza z Gubina. Mieszkańcami Poznania od początku była więc zarówno ludność lokalna, jak i przybysze. Wystawa pokazuje, że takich spotkań w historii miasta było więcej, a dzięki nim rozwijał się poznański handel, architektura, nauka i kultura.

Na długo przed epoką Targów Poznańskich, na poznańskim rynku wymieniano lokalne dobra na egzotyczne towary, a wielu cudzoziemskich kupców – Niemców, Greków, Ormian czy Szkotów osiadło tutaj na stałe. Podobnie poznańska architektura to dzieło spotkania: najpiękniejsze zabytki (w tym ratusz i liczne kościoły) to projekty włoskich architektów, dia-

lających na zlecenie lokalnych mecenasów. Spotkaniom z cudzoziemcami Poznań zawdzięcza także liczne zapożyczenia kulinarne (sprowadzenie ziemniaków) czy językowe (zwłaszcza niemieckie i żydowskie).

Wystawa przypomina, że Poznań powstawał dzięki spotkaniom ludności lokalnej i przybyłej, a spotkania te zachodziły od początku jego istnienia aż do dziś. To wspólnotowe i wielokulturowe ujęcie jest nie tylko zgodne z prawdą historyczną, ale także szczególnie potrzebne w czasach dotkniętych doświadczeniem wojny i migracji. Wystawa jest dostępna w języku polskim, angielskim i ukraińskim. Nie brakuje na niej również interaktywnych nośników rodzinnych.

Siła spotkania. O ludziach, którzy tworzyli Poznań

Galeria Śluza, ul. Dziekańska 2
wystawa czynna do 26 listopada
wstęp wolny



Wymalowana praca

Swój pierwszy konkurs plastyczny wygrała jeszcze w przedszkolu. **MARTA PEPLIŃSKA** poczuła miłość do sztuki podczas zajęć plenerowych w Złotowie. Dzisiaj zasiada w jury konkursu „Pociąg do sztuki” Kolei Wielkopolskich i bez malarstwa nie wyobraża sobie życia.

rozmawia: KLAUDYNA BOGURSKA-MATYS



Kiedy odkryłaś w sobie talent do tworzenia?

– Pamiętam doskonale, że trzydniowe zajęcia w plenerze uzmysłowiły mi, jak dobrze czuję się na zajęciach plastycznych. Odnalazłam się doskonale w krajobrazach. W Złotowie mamy wiele pięknych miejsc, które uwieczniłam na swoich pracach. Usłyszałam mnóstwo miłych słów uznania i to zachęciło mnie do obrania tej ścieżki rozwoju.

Co daje Ci malowanie?

– Połączyłam pasję z pracą. Wiele osób do tego dąży. Cieszę się, że mi się to udało. Nie ma nic piękniejszego niż robienie tego, co się kocha. Czuję się spełniona, a praca mnie nie męczy. Jasne, że bywają ciężkie zamówienia na obrazy, ale do każdego zlecenia podchodzę z ogromnym zapałem. Dodatkowo lubię w swojej pracy to, że się rozwijam. Widzę, że z każdym rokiem jestem lepsza.

A nie kształciłaś się w tym kierunku?

– Planowałam pójść na studia ze scenografii. Przed egzaminami jeździłam na zajęcia do Piły i tam brałam profesjonalne lekcje rysunku. To był jedyny okres w moim życiu, kiedy uczyłam się malarstwa, rysunku, proporcji.

I co z tymi studiami? Udało się?

– Nie udało się. Pamiętam, że podczas egzaminów musiałam zrobić... makietę. To była pierwsza makietka w moim życiu. Jak się okazało była najlepiej oceniona ze wszystkich moich prac. Jednak konkurencja była bardzo duża. I tak oto skończyłam wzornictwo przemysłowe na Politechnice w Koszalinie. Tata podpowiedział mi ten kierunek.

A jak to jest u Ciebie w rodzinie? Kto ma jeszcze taki talent?

– Moja babcia, Marta Peplińska, też jest bardzo uzdolniona plastycznie. Myślę, że to po niej mam ten gen artystki.

Namalowałaś plakat zapowiadający konkurs „Pociąg do sztuki”. Widać, to natura dalej jest Tobie najbliższa.

– W tym się czuję najlepiej: przyroda, emocje, ludzie. Dlatego cieszę się, że miałam wolną rękę zarówno w malowaniu samego plakatu, jak i zaproponowaniu tematu konkursu – „Widoki z podróży Kolejami Wielkopolskimi”.

Wiem, że Twoim ukochanym obrazem jest „Pocałunek” Klimta.

– Kiedyś przeczytałam interpretację tego obrazu, która do mnie bardzo przemówiła. Dodatkowo odpowiadają mi kolory wykorzystane w tym obrazie. Lubię przepych i dlatego kolor żółty i złoty sama często stosuję. Wpisują się idealnie w moją estetykę.

Jesteś w stanie powiedzieć, ile obrazów już namalowałaś?

– Oj, trudno by było (śmiech).

Jakie masz marzenia związane z dalszą karierą?

– Chciałabym mieć swoją galerię. Nie tylko po to, by pokazywać swoje prace, ale by dawać szansę pokazania się innym. Wiem, że jest wielu domorosłych artystów, którzy potrafią tworzyć prawdziwe cuda.

I właśnie dla nich taki konkurs jak nasz jest szansą na pokazanie swojej pracy szerszemu gronu.

– Dokładnie tak. Dlatego się cieszę, że mogę być częścią zespołu, który czuwa nad konkursem „Pociąg do sztuki”. To świetnie, że Koleje Wielkopolskie już po raz trzeci organizują konkurs artystyczny.

A jakieś porady dla artystów? Bo konkurs jeszcze trwa.

– Żeby poszaleli! Nawet jeśli jest temat, który na pozór zamyka tematykę w określonych ramach, to żeby się tego nie bali.

A technika?

– Technika jest dowolna. Może to być grafika, akwarela, akryl, ołówek, węgiel. Można nas też zaskoczyć i użyć czegoś bardzo niekonwencjonalnego. Czekamy na wasze prace.

CZAS TRWANIA KONURSU

26 czerwca – 20 sierpnia 2023 r.

KTO MOŻE WZIĄĆ UDZIAŁ

Każdy, kto ma ukończone 13 lat oraz mieszka lub uczy się na terenie Wielkopolski.

NAGRODY

1 miejsce: Tablet graficzny HUION Kamvas Pro 16
wyróżnienie: Drukarka do zdjęć FUJIFILM Link Wide

www.koleje-wielkopolskie.com.pl

Optymalna jazda

Maszyniści Kolei Wielkopolskich testują platformę informatyczną, która wspiera optymalizację prowadzenia pojazdu kolejowego.

DAWID LICHENIAK, Młodszy Specjalista Wydziału Eksploatacji w spółce Koleje Wielkopolskie, opowiada czym jest eco-driving.

rozmawia: KLAUDYNA BOGURSKA-MATYS
zdjęcie: MICHAŁ KALET



Eco-driving, czyli ekonomiczne prowadzenie pojazdu szynowego jest niezwykle istotne dla branży kolejowej i podniesienia jej efektywności. Wypracowanie rozwiązania informatycznego dostarczającego wskazówek optymalnego prowadzenia pojazdu kolejowego w czasie rzeczywistym jest ambitnym celem. Takie rozwiązanie może wygenerować oszczędności wynoszące nawet około 15 proc. całkowitego rocznego zużycia energii elektrycznej w spółce Koleje Wielkopolskie. Sukces tego projektu wymaga zaangażowania szerokiego grona przewoźników kolejowych. Od dwóch miesięcy maszyniści Kolei Wielkopolskich testują nowoczesną aplikację Sensus.

Co to za nowoczesne narzędzie, które może zoptymalizować jazdę pojazdów kolejowych?

– Sensus to specjalna aplikacja, która doradza maszynistom ekonomiczne i ekologiczne prowadzenie pojazdu. Dzięki tej aplikacji pociąg jedzie bardziej płynnie, nie ma gwałtownego przyspieszenia ani hamowania. To z kolei umożliwia obniżenie całkowitego zużycia energii.

Trochę jak automatyczna skrzynia biegów w samochodzie. Dobre porównanie?

– Może być (śmiech). Tym bardziej, że większość osób, która słyszy hasło „eco-driving” ma przed oczami samochód. A tu oczywiście mówimy o pojazdach Kolei Wielkopolskich.

Pewnie sama aplikacja jest nowością na rynku kolejowym w Polsce?

– Tak. Jest to pierwsza taka aplikacja. Za granicą takie rozwiązania już funkcjonują. Oczywiście należy powiedzieć, że jest ona w fazie testowej. Nie jest jeszcze dostępna w sprzedaży.

Pewnie w obliczu podwyżek cen energii elektrycznej będzie to za jakiś czas standard.

– Zdecydowanie tak. Od trzech lat zainteresowanie eco-drivingiem, poszukiwaniem najlepszych rozwiązań ekonomicznych i ekologicznych w transporcie kolejowym, jest bardzo wysokie. Realia, w których żyjemy w ostatnich latach tylko nas do tego bardziej mobilizują.

Kiedy rozpoczęły się testy?

– Testy ruszyły już w maju i potrwać do końca października. Później będzie czas na przeana-

lizowanie wszystkich wskaźników. Ocenimy jak bardzo aplikacja poprawiła wyniki zużycia energii.

Jak długo maszyniści uczyli się aplikacji?

– Samo szkolenie było bardzo szybkie. Narzędzie jest bardzo intuicyjne i dlatego wszyscy sobie z nim poradzili. Wystarczy w kabinie maszynisty włączyć tablet, zalogować się, wpisać numer obsługiwanego pociągu i możemy ruszać w trasę. Oczywiście z instrukcjami wyświetlanymi na przeznaczonym do tego celu tablecie.

Czyli aplikacja podaje rekomendacje...

– ...a o wszystkim i tak decyduje maszynista, gdyż najważniejsze jest zawsze bezpieczeństwo podróżnych. Oszczędzanie energii jest swego rodzaju dodatkiem, wisienką na torcie. Etap testów aplikacji pozwala również maszynistom, aby mogli sami ocenić, czy wskazówki przekazywane przez system są przydatne, czy interfejs aplikacji jest zrozumiały i przejrzysty, czy wprowadzone dane o ograniczeniach prędkości, lokalizacjach peronów są poprawne. Jak to zawsze bywa z nowościami, podejście do tej aplikacji początkowo było sceptyczne. Maszyniści jednak szybko zmienili swój stosunek, przekazują nam swoje opinie, uwagi na temat działania aplikacji. Bardzo nas to cieszy i motywuje do dalszych działań.

Ilu maszynistów Kolei Wielkopolskich testuje już tę nowość?

– Około 20 maszynistów już testowało aplikację. Cały czas zgłaszają się kolejni. Tablety z wgraną aplikacją zamontowane są na dwóch pojazdach najliczniejszej serii w Spółce EN76 – są to pojazdy EN76-036 i EN76-037.

Jakie oczekiwania w stosunku do tej aplikacji ma spółka?

– Spółka chciałaby zredukować roczne zużycie energii trakcyjnej o nawet 10 proc. w skali roku. To bardzo ambitny cel, dlatego w listopadzie musimy dokładnie przeanalizować wyniki. Dodatkowo chcielibyśmy, aby aplikacja była ułatwieniem dla maszynistów podczas prowadzenia pociągu. Maszyniści wykonują bardzo odpowiedzialne zadania, a takie narzędzie niewątpliwie ułatwi im codzienną pracę. Wierzymy, że wyniki będą pozytywne i imponujące.

Nocne odkrywanie Wielkopolski

Astroturystyka zyskuje na popularności. Ta forma obcowania z naturą sprawdzi się zarówno w przypadku amatorów, jak i osób bardziej rozeznanych w temacie. Każdy z nas może podnieść głowę i spojrzeć w gwiazdy. Jednak najlepiej robić to świadomie i w miejscach, w których są do tego najlepsze warunki.

tekst: DARIA WAŚKOWIAK zdjęcie: MARIUSZ MALINOWSKI

Przestrzeni przyjaznych obserwacji nocnego nieba na mapie naszego kraju przybywa. Potencjał w tej formie rekreacji dostrzega coraz więcej miast, które wspierają inicjatywy, służące poznawaniu nie tylko miejsc na Ziemi, ale również tych na niebie. W Wielkopolsce astroturystyka odważnie wchodzi do kolejnych przewodników i wzbudza coraz większe zainteresowanie.

Wśród lokalizacji, które warto tutaj polecić, znajduje się Planetarium w Potarzycy niedaleko Jarocina. To jedyne tego typu miejsce w Polsce, gdzie planetarium zostało zbudowane przy szkole i jest profesjonalnym wsparciem w nauczaniu astronomii, fizyki, czy geografii.

Kolejnym unikatowym miejscem w Wielkopolsce, gdzie niebo jest prawnie chronione, jest Ostoja Ciemnego Nieba w Izdebnie oraz w Chalinie.

Od 2014 r. można korzystać z możliwości, jakie oferuje obserwatorium astronomiczne w Kościańskiej Wieży Ciśnień, gdzie prowadzone są teleskopowe obserwacje nieba, wykłady popularnonaukowe, tematyczne warsztaty, a także lekcje dla dzieci i młodzieży.

Ciekawostką w temacie badań kosmosu jest Obserwatorium Astrogeodynamiczne w Borówcu pod Poznaniem, które jest częścią Centrum Badań Kosmicznych PAN. Obiekt wyposażony jest m.in. w stację laserową, laboratorium czasu oraz częstotliwości. To jedyny obiekt w Polsce odpowiedzialny za współtworzenie europejskiego systemu lokalizacyjnego Galileo.

Zielone zakątki puszczy w okolicach Obornik to wspaniałe miejsce, gdzie można uciec od sztucznego światła, rozłożyć sprzęt do obserwacji i w skupieniu patrzeć w niebo. Tam poza obserwacją kosmicznych atrakcji można również podziwiać i podsłuchiwać nocne życie zwierząt: nietoperzy, lisów, ale przede wszystkim sów, których na terenie puszczy jest kilkanaście gatunków.

Zagłębiając się w kosmiczne zagadnienia, warto pamiętać, że rok 2023 został ustanowiony rokiem Mikołaja Kopernika (z uwagi na 550. rocznicę urodzin i 480. rocznicę śmierci). To właśnie dzięki Kopernikowi ludzie zrozumieli, że cały wszechświat nie kręci się wokół Ziemi, tylko Ziemia, jak i inne planety, poruszają się wokół Słońca.

Zachęcam wszystkich do wakacyjnych eksploracji nieba, nie tylko podczas sierpniowego deszczu Perseidów, ale przez cały rok.



Skorzystaj z leśnych kąpiel

Od wieków ludzie intensywnie korzystają z dobrodziejstw lasu. Dawniej szukali tam schronienia i pożywienia, a teraz często wybierają go jako miejsce turystycznych wypraw. O jednej z zalet lasu pewnie jeszcze wielu z nas nie wie. To kąpiele leśne, w Japonii znane jako shinrin-yoku.

tekst: DARIA WAŚKOWIAK zdjęcie: MARIUSZ MALINOWSKI

Shinrin-yoku po raz pierwszy pojawiło się w latach 80. XX wieku w Japonii. Ta idea miała promować spacerowanie leśne, które były naturalnym wsparciem leczenia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym. W tym celu przeprowadzono szereg badań naukowych, udowadniając, że to doskonałe lekarstwo na stres. Dowiedziono, że spacer leśnymi ścieżkami zmniejsza poziom adrenaliny, kortyzolu oraz ciśnienie tętnicze, ale że to również doskonałe narzędzie terapeutyczne dostępne od ręki, za darmo i dla każdego.

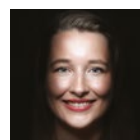
Co zrobić, by zamienić zwykły spacer po lesie na prawdziwą leśną kąpiel, która pomoże nam się zrelaksować? W pierwszej kolejności należy odłożyć na bok telefon, słuchawki czy aparat i zacząć odczuwać las zmysłami. Warto wsłuchać się w skrzypienie runa pod nogami, szum drzew oraz ćwierkanie ptaków. Leśny zapach kory, mokrego mchu, ale również żywicy rozbudzi nasze powonienie. Dotykanie mchu, kory drzew, a nawet szyszek może wyzwolić pozytywne emocje. Podczas dwugodzinnego spaceru można odetchnąć od codziennych spraw, myśli, czy zadań i skupić się tylko na tym, co jest tu i teraz. Tylko w ten sposób można wejść w głęboką relację z lasem i korzystać z jego leczniczych właściwości.

Kąpiele leśne można również rozpocząć w wersji mikro w swoim mieszkaniu. Do tego będą potrzebne nam rośliny, których zadaniem

będzie oczyszczanie powietrza, a produkowane przez nie olejki eteryczne będą koić nasz stres związany z codziennymi wyzwaniami. Na jakie kwiaty postawić, by uzyskać najlepszy efekt? Według rankingu roślin przygotowanego przez NASA, najlepsze do tego typu zadań są rośliny takie jak: bluszcz pospolity, daktylowiec niski, dracena odwrócona, trzykrotka, figowiec benjamina, skrzydłokwiat czy sansewiera gwinejska.

W Polsce lasy są praktycznie wszędzie. Nie trzeba planować wielogodzinnych podróży samochodem, wystarczy chwila na rowerze czy kilka kolejowych stacji, by wyjechać za miasto i ruszyć w stronę lasu. Są one dla nas szeroko dostępne i bez ograniczeń możemy korzystać z ich zielonych zakamarków. Pamiętajmy tylko o rozsądku i trzymajmy się zasad, które uchronią lasy od pożarów czy zaśmiecenia.

Na koniec moje propozycje na leśne kąpiele w Wielkopolsce: Puszcza Notecka, Powidzki Park Krajobrazowy, Park Krajobrazowy Promno czy Arboretum w Kórniku. Po więcej wiedzy na temat kąpiel leśnych odsyłam do publikacji Qing Li *Shinrin-yoku. Sztuka i teoria kąpiel leśnych*.



DARIA WAŚKOWIAK

urzędniczka, blogerka, pasjonatka konkursów i nowych technologii

Leśny filar diety przeciwzapalnej



Dieta przeciwzapalna to nie tylko istotne narzędzie dietoterapii wielu jednostek chorobowych, ale także jeden z najlepiej działających profilaktycznych sposobów odżywiania. Potencjał przeciwzapalny uzyskujemy głównie poprzez wysoką podaż warzyw i owoców, w grupie gdzie szczególną pozycję zajmują owoce leśne.

PATRYCJA MAJCHRZAK-KRAWIEC

D o głównych zasad diety antyzapalnej zaliczyć można także niski ładunek glikemiczny posiłków (określa wartość o jaką wzrośnie cukier we krwi po spożyciu posiłku), dużą ilość błonnika pokarmowego, dominację kwasów tłuszczowych nienasyconych nad tłuszczami nasyconymi oraz bazowanie na produktach pochodzenia

roślinnego, w tym na produktach o działaniu antyoksydacyjnym (np. polifenole). W przynajmniej cztery z tych zasad idealnie wpisują się owoce leśne. Dlatego jeśli wybrałeś się na kąpiel leśną, to również w ramach treningu uważności możesz pokusić się o samodzielne zbieranie bogactwa leśnej flory. Taki mindfulness przyniesie podwójną korzyść (zwłaszcza dla układu hormonalnego), bowiem w prosty sposób zredukujesz poziom stresu i dostarczysz swojemu organizmowi cennych składników odżywczych (oczywiście po uprzednim umyciu zebranych darów lasu).

SKARBY LASÓW I SADÓW

Jagody, maliny, borówki, jeżyny, czerwone i czarne porzeczki, poziomki – mamy w czym wybierać. Wszystkie te owoce swoje właściwości zawdzięczają przede wszystkim substancjom odpowiedzialnym za ich kolor. Są to antocyjany należące do flawonoidów, czyli grupy najlepiej poznanych polifenoli. W owocach jagodowych znajdziemy także inne polifenole, np. elagotanniny. Zwalczają one wolne rodniki i przeciwdziałają stanom zapalnym. Maliny wyróżniają się szczególnie z uwagi na niezwykle wysoką zawartość błonnika pokarmowego (aż 6,7 g na 100 g produktu). Z kolei w borówce znajdziemy co najmniej 25 różnych antocyjanów, co czyni ją prawdziwą królową owoców leśnych. Prócz ww. owoców, w polskich lasach znaleźć możemy również inne, mniej popularne przeciwzapalne owoce – np. żurawinę, dereń jadalny czy tarninę. Czasem w krąg owoców leśnych wpisuje się także owoce bzu czarnego, których jednak cennych właściwości możemy zaznać wyłącznie po uprzedniej obróbce termicznej (z uwagi na toksyczną sambunigrinę).

ZAMKNIJ LATO W SŁOIKU

Oczywiście największy potencjał przeciwzapalny mają surowe owoce. Natomiast nadchodzący czas to także idealny moment na robienie domowych przetworów, więc warto w tym celu wykorzystać również owoce leśne. Pewnie każdy z nas pamięta, gdy podczas zimowych przeziębień babcia podawała nam maliny ze słoika. Słusznie, bo takie maliny wspomagają w walce z infekcją i działają m.in. napotnie. Wspomniane owoce bzu czarnego podane w postaci powideł, sprawdzą się w czasie sezonowych infekcji, ale także przy skłonnościach do

zapaść. Przetwory z owoców leśnych będą idealnym dodatkiem do późnojesiennych i zimowych posiłków, np. owsianek, ciast czy naleśników.



BROWNIE Z BURAKA Z OWOCAMI LEŚNYMI

(przepis na 12 porcji, 1 porcja – 220 kcal)

- 500 g buraków gotowanych (można kupić już ugotowane)
- 80 g gorzkiej czekolady
- 3 jaja
- 120 g erytrolu
- 3 łyżki kakao
- 80 g mąki owsianej
- 80 g mąki ryżowej
- 120 g orzechów włoskich
- pół łyżeczki cynamonu
- pół łyżeczki sody oczyszczonej
- szczypta soli
- 1 łyżka soku z buraków
- 5 łyżek wiórków kokosowych
- 100 g jeżyn
- 120 g malin

Piekarnik rozgrzej do 180 stopni. Formę (ok. 20x20 cm) wyłóż papierem do pieczenia. Białka oddziel od żółtek i ubij na pianę ze szczyptą soli, po czym dodaj żółtka i wymieszaj. Do blendera włóż buraki pokrojone na mniejsze kawałki, erytrol, cynamon i zmiksuj. W osobnej misce wymieszaj mąkę z sodą oczyszczoną i kakao, dodaj posiekane orzechy włoskie i drobno pokrojoną czekoladę, następnie dodaj do masy buraczanej. Wymieszaj lub zblenduj, a potem delikatnie wymieszaj z masą jajeczną. Przelej masę do foremki i piecz ok. 20–25 minut. Wiórki kokosowe wymieszaj z sokiem z buraków, a następnie wysyp na blaszkę i piecz ok. 10 minut (w tym samym czasie co ciasto). Ciasto po wystudzeniu pokrój na porcje, posyp pieczonymi wiórkami kokosowymi oraz owocami leśnymi.



PATRYCJA MAJCHRZAK-KRAWIEC

na co dzień specjalista w Biurze Zarządu Kolei Wielkopolskich, dietetyk

 po_kolei_z_ta_dieta

Cel uświęca środki

Fryzjer dorabiający się milionów na obrocie najdroższymi poznańskimi kamienicami. Żona zlecająca porwanie męża i zamknięcie go w zakładzie psychiatrycznym. Świadkowie, którzy za wynagrodzeniem zeznają to, czego się od nich oczekuje. Oto historia z pałacem Mielżyńskich w tle.

PAWEŁ CIELICZKO, JOANNA LUBIERSKA

Początek tej sprawy związany jest z osobą Stanisława Podsiadłowskiego, byłego żołnierza armii cesarsko-królewskiej, który na początku XX w. osiadł w Będzinie i pracował jako fryzjer. W 1909 r. ożenił się z Joanną Trzeciecką. Po ślubie para – syn stolarza i niepiśmienna córka będzińskich gospodarzy – zamieszkała w Będzinie, w którym na świat przyszło troje dzieci. W 1921 r. Podsiadłowski pojawili się w Poznaniu – mieście, które dawało zupełnie nowe możliwości. Byli już wówczas ludźmi zamożnymi, wprowadzili się do obszernego mieszkania w kamienicy przy ul. Małeckiego na Łazarzu. Tam też przyszło na świat ostatnie ich dziecko.

PROBLEMY W INTERESACH

Stanisław Podsiadłowski uchodzi za człowieka potrafiącego zarobić miliony dzięki talentowi kupieckiemu, który wykorzystywał przy ryzykownych transakcjach związanych z rynkiem nieruchomości. Zakup pałacu Mielżyńskich stawia go w gronie najpoważniejszych poznańskich posesjonatów. Pierwsze problemy w interesach pojawiają się ok. 1927 roku i wówczas zaczyna zaciągać pożyczki, obciążając nimi hipotekę pałacu Mielżyńskich. Budynek ma we współwłasności z żoną, ale dysponuje jej pełnomocnictwem generalnym. W tym czasie Joanna zajmuje się wychowaniem najmłodszego dziecka oraz zapewnieniem odpowiedniej przyszłości starszym. Jedną z córek planuje wydać za syna prof. Magiera, co wprowadziłoby córkę niepiśmiennej chłopki do poznańskiej elity. Podsiadłowska obiecuje 100 tys. złotych posagu w formie udziałów w pałacu Mielżyńskich. Magiera sprawdza księgi wieczyste, ale okazuje się, że nieruchomości ma znaczne obciążenia hipoteczne.

Wobec tego, żona zaczyna rozpowiadać, że nie miała pojęcia o długach zaciąganych przez męża, którymi obciążał także jej majątek, do czego nie miał prawa, i podejmuje działania zmierzające do jego oddłużenia. Mózgiem operacji jest prof. Magiera, który ma być kuratorem majątku, ma również zabezpieczyć posag dla przyszłej synowej, a tym samym swojej rodziny. W tym samym czasie Joanna występuje o ubezwłasnowolnienie męża, ponieważ jego niepočetność umysłowa doprowadziła do utraty znacznej części majątku. Sąd nie przyjmuje takiej kwalifikacji czynu, gdyż oskarżony najpierw ten majątek żonie przysporzył.

Podsiadłowska nie rezygnuje. Oskarża męża o malwersacje finansowe i żąda, by złożył oświadczenie o sfalszowaniu pełnomocnictwa, na pod-





stawie którego obciążał majątek żony, co pozwoliłoby wykreślić hipoteki. Mąż odmawia, uważając, że interesy są zawsze obciążone ryzykiem. Fałszowanie dokumentów i wyłudzenie kredytów natomiast może skończyć się więzieniem.

ZAGADKOWA ŚMIERĆ

Zirytowana żona zrywa z mężem wszelkie kontakty i wyrzuca go z domu. Stanisław zamieszkuje w hotelu. Odwiedza go syn i przedstawia mu nową koncepcję, wedle której Podsiadłowski ma udawać wariata, by żona uzyskała zaświadczenie o jego niepoczytalności i na tej podstawie unieważniła zaciągnięte wcześniej pożyczki. Podsiadłowski nie wierzy w szczerość ich intencji, obawia się, że rodzina pozostawi go w zakładzie zamkniętym do końca życia.

Żona zapowiada, że nie cofnie się przed niczym, by odzyskać majątek. Mąż traktuje to jako groźbę śmierci i wynajmuje dwóch detektywów, którzy mają go chronić. Na niewiele się to zdaje, bo w nocy 4 marca 1931 r. „nieznani sprawcy” porywają go i odstawiają do... szpitala psychiatrycznego na Grobli. Żona natychmiast wytacza sprawę o ubezwłasnowolnienie małżonka. Biegli orzekają jednak, że jest on w pełni zdrowy na umyśle i wypuszczają go ze szpitala. Radość Podsiadłowskiego nie trwa długo, bo miesiąc później umiera w tajemniczych okolicznościach.

Śmierć Podsiadłowskiego nie zamyka sprawy. Wdowa wpada na inny pomysł. Od notariusza Czesława Chmielewskiego żąda odszkodowania w wysokości 150 tys. złotych za to, że... sfałszował jej pełnomocnictwo udzielone mężowi, na podstawie którego Stanisław zaciągnął długi hipoteczne. Pozywa także Stefana Grabskiego, dyrektora Banku Gospodarstwa Krajowego, który udzielił jej mężowi pożyczki, zabezpieczając się na hipotece pałacu Mielżyńskich.

REŻYSEROWANY PROCES

Podsiadłowska nie ma pieniędzy na prowadzenie tak dużych procesów. Znajduje jednak odpowiedniego adwokata. Mecenas August Kossowski, świetnie zorientowany w kruczkach prawnych, był niegdyś sędzią. Znany jest z tego, że nie gardził dodatkowym wynagrodzeniem od stron postępowania. Powódka daje mu *carte blanche* na prowadzenie jej spraw, nie płaci za obsługę prawną, ale po zakończeniu procesów

mają podzielić się wygraną. Batalia sądowa rusza w 1935 r. Mecenas Kossowski przedstawia świadków, którzy zeznają, że słyszeli, jak Podsiadłowski opowiadał o sfałszowaniu pełnomocnictwa żony. Potem świadkowie sami będą oskarżeni za składanie fałszywych zeznań.

Bomba wybucha, gdy przed sądem stają świadkowie powołani przez notariusza Chmielewskiego. Kubiacyk, dobry znajomy Podsiadłowskiego, opowiada, że cała sprawa reżyserowana jest przez adwokata Kossowskiego. Prawnik miał go zaprosić do kancelarii i nakłaniać, aby zorganizował wiarygodnych świadków. Ci z kolei mieli potwierdzić, że Podsiadłowska nigdy nie była w kancelarii notariusza Chmielewskiego, a jej pełnomocnictwo zostało sfałszowane. Kubiacyk i jego kompan przed sądem zeznają, że padła oferta 60 tys. zł za przekonanie sekretarza notariusza do złożenia fałszywego oskarżenia. Odrzucili ją jednak, ponieważ była w ich opinii niezgodna z prawem. W rzeczywistości chyba dowiedzieli się, że sekretarz zeznawał już w tej sprawie przed sędzią śledczym w 1932 r. i wyraźnie potwierdził, że Podsiadłowska podpisała pełnomocnictwo.

PRZEGRANA SPRAWA

Ostatecznie sąd oddalił powództwo Joanny Podsiadłowskiej przeciwko notariuszowi Chmielewskiemu o odszkodowanie oraz drugie, przeciwko dyrektorowi Banku Gospodarstwa Krajowego Grabskiemu o bezprawne wpisanie hipoteki. Powódkę obciążył kosztami procesu w kwocie 1680 zł.

Sprawa miała jednak dalszy ciąg, bo wkrótce prokuratura kieruje akt oskarżenia przeciw Podsiadłowskiej i adwokatowi Kossowskiemu o nakłanianie świadków do składania fałszywych zeznań. W I instancji oboje zostali skazani, sąd II instancji zwolnił z odpowiedzialności adwokata podnosząc, że działał w interesie klientki, dysponując wiedzą, którą mu ona przekazała.



DR PAWEŁ CIELICZKO

literaturoznawca i historyk,
prezes Fundacji Kochania
Poznań



JOANNA LUBIERSKA

miłośniczka historii Poznania,
właścicielka firmy genealogicznej
„ORIGO”

Andruty kaliskie

Dla mieszkańców Kalisza są prawdziwą dumą. Są tym, czym dla Włochów tiramisu, dla Belgów czekolada, a dla poznaniaków świętomarcińskie rogałe. Delikatne jak mgiełka, przyjemnie słodkie i chrupiące wafle, które powstają jedynie z mąki, wody, cukru i roślinnego tłuszczu.

tekst: MACIEJ GŁADYSZ

zdjęcie: MAREK JANKOWSKI

Skąd się wzięły? Tego do końca nie wiadomo. Wiele wskazuje na to, że ich produkcja rozpoczęła się w pierwszej połowie XIX w. Świadczyć ma o tym ustna tradycja, przekazywana zarówno przez producentów, jak i konsumentów tego wyrobu. Chociaż są i takie przekazy, które wskazują, że nazwa „andruty” znana była już w XVIII w., a wafle te podawano wówczas jako deser. Jedno jest pewne – tak wyjątkowy wafel mógł powstać jedynie w tak wyjątkowym miejscu jak Kalisz – mieście, w którym od wieków mieszały się różne narody, tradycje i kultury.

Już w połowie XIII w. do Kalisza przybyli pierwsi Żydzi, później dołączyli do nich Macedończycy (zwani tu również Grekami), a w późniejszych wiekach również Niemcy, Rosjanie i Ukraińcy. Ta mieszanka pozostawała nie bez wpływu na tutejszą kulturę i oczywiście kuchnię, a jednym z dowodów są właśnie andruty. Z wyglądu mają przypominać nieco polskie naleśniki. Badacze wywodzą je od macy, którą dawniej ochoczo zjadali się nie tylko kaliscy

Żydzi, ale i chrześcijanie. Natomiast nazwa pochodzić ma od niemieckiego słowa *Anblatt*. Co ciekawe, andruty swoją renomę zawdzięczają miejskiemu parkowi. Park ten został założony w 1789 r. na terenie dawnych ogrodów jezuickich oraz pastwisk miejskich i należy do najstarszych i najpiękniejszych w Polsce. Gdy w XIX w. mieszkańcy grodu nad Prosną zaczęli spędzać wolny czas, spacerując po tutejszych alejkach, niemal natychmiast pojawiły się też stragany, oferujące drobne przekąski. Wśród nich nie mogło oczywiście zabraknąć andrutów, które z miejsca stały się główną atrakcją świątecznego spaceru. I tak pozostało do dziś.

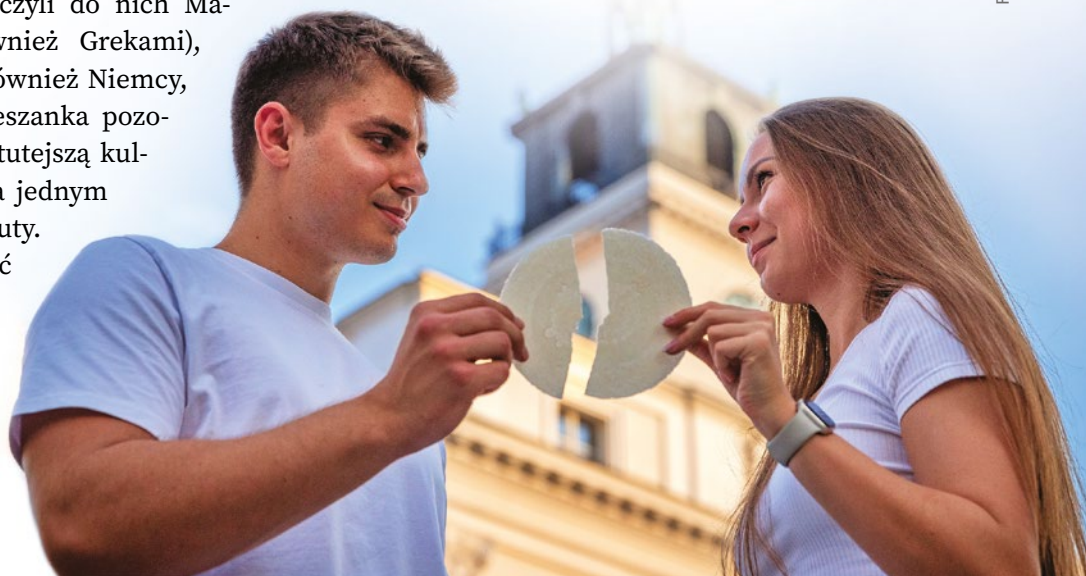
Niezmienny pozostał też sposób wytwarzania wafli. Tak jak przed 150 laty, tak i dziś wytwarza się je według tej samej receptury i w ten sam tradycyjny sposób. Andruty wypieka się w specjalnych żelazkach zwanych andruciarkami. Przy pomocy gazu lub prądu (dawniej przy pomocy węgla) rozgrzewa się je do 180–220°C, a jednorazowo można upiec maksymalnie cztery kążki. W 2009 r. andruty zostały wpisane do unijnego rejestru jako Chronione Oznaczenie Geograficzne i mogą być produkowane jedynie na terenie miasta Kalisza.

A o tym, że andruty kaliskie są bardzo silnie związanym z miastem, w którym są wytwarzane niech świadczy fakt, że na ich opakowaniu (bez względu na to od jakiego producenta pochodzą) widnieje wizerunek kaliskiego trębacza – identyczny jak w herbie miasta.



MACIEJ GŁADYSZ

dziennikarz, podróżnik, wielki miłośnik dobrej kuchni (szczególnie włoskiej i wielkopolskiej). Poznaniak od urodzenia, Włoch z zamiłowania.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE



Spichlerz Polskiego Rocka

Każdy, kto choć trochę interesuje się polskim rockiem, słyszał o Jarocinie. Ogólnopolski Przegląd Muzyki Młodej Generacji, który później zmienił nazwę na Festiwal Muzyków Rockowych, był dla wielu muzyków miejscem pierwszych koncertów. To tu debiutowali m.in. Dżem, T.Love czy Oddział Zamknięty.

MATYLDA ROZPĘDEK

Spitchlerz Polskiego Rocka otwarto prawie 10 lat temu jako drugą filię Muzeum Regionalnego w Jarocinie. Zamyśłem autorów ekspozycji – Roberta Jarosza oraz Leszka Gnoińskiego – było przedstawienie całej historii polskiej muzyki rockowej, zaczynającej się od 1959 r. W zamyśle jest to miejsce, które przybliży ponad czterdziestoletnią historię jarocińskich festiwali oraz ponad 50 lat polskiej muzyki rockowej. Placówka mieści się w budynku dawnego magazynu zbożowego w zabytkowej strefie centrum miasta.

ZBIORY

Ekspozycja składa się z kilkunastu stref tematycznych ułożonych w narracji chronologiczno-problemowej, czyli można ją zwiedzać po kolei lub dowolnie, przechodząc między salami wystawowymi. „Rock kobiet” czy „Art Rock” to tylko niektóre wątki poruszone na ekspozycji. Wystawa ma charakter multimedialny, a więc można obejrzeć m.in. archiwalne nagrania filmowe, zdjęcia dokumentujące historię jarocińskiego festiwalu, bilety, opaski, koszulki, karty meldunkowe z pola namiotowego, oryginalne zgłoszenia zespołów na kasetach czy elementy garderoby gwiazd festiwali. Oprócz potężnej ekspozycji dostępny jest także cykl filmów pokazujących wszystkie edycje festiwalu oraz filmy dokumentalne wyjaśniające fenomen Jarocina.

OFERTA

Spichlerz Polskiego Rocka czynny jest od wtorku do piątku w od 9.00 do 16.00 oraz w weekendy od 12.00 do 16.00. Muzeum można zwiedzać indywidualnie oraz w grupach zorganizowanych. Bilety kosztują od 10 do 15 złotych. W ofercie znajduje się także zwiedzanie z przewodnikiem, organizacja warsztatów edukacyjnych, zajęć muzealnych oraz urodzin. Dodatkowo we wtorek wstęp na wystawę stałą jest darmowy. Obiekt dostosowany jest do osób na wózkach inwalidzkich.

JAK DOJECHAĆ?

Spichlerz Polskiego Rocka znajduje się na ul. Poznańskiej 2 w Jarocinie. Z Poznania jeżdżą pociągi Kolei Wielkopolskich mniej więcej co 60 minut. Podróż trwa około godziny. Po wyjściu z dworca PKP należy przejść około 900 metrów, najpierw kierując się w stronę alei Niepodległości, a potem ku Pałacowi Radolińskich. Muzeum znajduje się przy pobliskim rondzie.



MATYLDA ROZPĘDEK

absolwentka studiów II stopnia
Dziennikarstwa i Zarządzania
Mediami na Uniwersytecie
Szczecińskim



Zanim zabrzmi pierwszy dzwonek

Powroty do szkoły po wakacyjnej przerwie bywają trudne – zarówno dla dzieci, jak i ich opiekunów. Wczesna pobudka, niewygodne szkolne ławki, a niekiedy długie powroty do domu. Nowy rok szkolny to również coraz krótsze i bardziej pochmurne dni. Jak w takich warunkach przetrwać do kolejnych wakacji?

MARTA HYLLA

Aby móc w pełni zrozumieć czego doświadczają uczniowie podczas roku szkolnego, w pierwszej kolejności powinniśmy przyjrzeć się wyzwaniom, jakim stawiają czoła każdego dnia. Nie ma tygodnia, w którym nie czyha na nich widmo odpytowania z bieżącego materiału, niebezpiecznie przypominającego korporacyjne spotkania przed zarządem, a przecież w dorosłym życiu

nie zdarzają się one tak często i nie dotyczą wszystkich zawodów. Kolejnym problemem jest brak sprawczości młodych ludzi w ich powoli rozpoczynającym się życiu. Szkoły chętnie mówią o licznych nakazach i zasadach, jakich należy przestrzegać. Do tego dochodzi również presja rówieśnicza i wewnętrzna, arbitralna weryfikacja spełniania oczekiwań wobec innych. Codzienna ewaluacja powoduje, że młodzież jest

zmuszona niekiedy do rezygnacji z własnych planów spędzania wolnego czasu na rzecz samodzielnego przerabiania materiału z pękającego w szwach programu nauczania. Na uporanie się z efektami buzującej burzy hormonów w rozwijającym się ciele nie ma za dużo czasu. Nic dziwnego, że najmłodszy przedstawiciele naszego społeczeństwa niechętnie spoglądają na kalendarz ukazujący nieuchronny koniec wakacji.

O kondycji psychicznej młodzieży szkolnej możemy przeczytać w tegorocznym raporcie „Młode Głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym”, przygotowanym przez fundację UNAWEZA. Wynika z niego, iż ponad połowa ankietowanej młodzieży (52,4 proc.) odczuwa brak motywacji do działania, a 1 na 3 osoby cierpi na problemy związane ze snem. Nic dziwnego, że aż 43,5 proc. uczennic i uczniów opuszcza zajęcia szkolne: wśród nich 9,1 proc. robi to często, a 2,6 proc. zawsze. Wyniki tych badań jasno pokazują, że najmłodsze pokolenia naszego społeczeństwa potrzebują naszego wsparcia i zrozumienia, aby sprostać wyzwaniom stawianym przed nimi każdego dnia. Jak możemy im pomóc?

STWÓRZMY WŁASNĄ RUTYNĘ

Nasze dzieci potrzebują stabilnych punktów odniesienia, które zapewnią im poczucie bezpieczeństwa, dlatego zaplanujmy wspólną pobudkę, przygotujmy razem śniadanie, wyznaczmy dzień w tygodniu, w którym robimy wspólne zakupy. Pod koniec sierpnia warto również skompletować wyprawkę szkolną, która będzie odzwierciedlała osobowość naszych dzieci. Pozwólmy im wyrazić siebie w taki sposób, by mogły zaznaczyć swoją indywidualność w wystandardyzowanych ramach szkoły.

WPROWADŹMY DOBRĄ DIETĘ

Mózg każdego dnia potrzebuje odpowiedniej dawki glukozy do prawidłowego funkcjonowania. Zadbajmy o zdrową i zrównoważoną dietę dla naszych pociech, aby nawet w warunkach szkolnych, gdzie na jedzenie niekiedy przeznaczonych jest zaledwie kilka minut, mogły zjeść coś, co doda im energii i pozwoli podtrzymać skupienie na wszystkich zajęciach lekcyjnych. Nie zapomnijmy jednak o zaplanowaniu dnia, podczas którego dzieci będą mogły zjeść ulubioną przekąskę lub danie. Może nie będzie to najzdrowszy posiłek, ale z pewnością da im wiele radości.

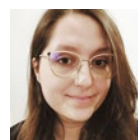
Dla wsparcia organizmu, zwłaszcza w bardziej pochmurne dni, pamiętajmy o suplementowaniu witaminy D, zwanej potocznie witaminą słońca, którą w sposób naturalny organizm człowieka wytwarza podczas kontaktu skóry z promieniami słonecznymi. Niestety w naszym klimacie wraz z nadejściem jesieni słońce świeci coraz krócej, a ostatnie z cieplejszych dni młodzież spędzi już w klasach. Dlatego, aby wspomóc układ odpornościowy i procesy poznawcze (w tym pamięć) oraz poprawić jakość snu, warto poprosić lekarza rodzinnego o poradę w kwestii wprowadzenia dodatkowej witaminy D do diety dziecka.

DZIAŁAJMY DRUŻYNOWO

Motywuemy się wspólnie do pokonywania codziennych trudności. Każdy ma prawo mieć gorszy dzień, ważne jednak by mieć poczucie, że nie jest się z tym samemu. Przede wszystkim pamiętajmy, że jesteśmy drużyną. Dobrze jest przypominać o tym, zwłaszcza gdy najmłodszy będą potrzebowali pocieszenia po nieudanych sprawdzianach czy odpytywaniu. Zaproponujmy wspólne powtarzanie materiału, podzielmy się naszym doświadczeniem, ale przede wszystkim utwierdźmy dzieci w poczuciu własnej wartości, która w żaden sposób nie powinna być regulowana przez oceny szkolne.

PAMIĘTAJMY O ODPOCZYNKU

Odpoczynek jest równie ważny w zdobywaniu wiedzy, co czas spędzony podczas aktywnej nauki. To podczas odpoczynku nasz organizm wykonuje najcięższą pracę: przetwarza nabytą wiedzę i utrwala ją w pamięci, zastępując niepotrzebne pokłady informacji. Warto więc zapewnić odpowiednią ilość czasu w ciągu tygodnia na odpoczynek naszych pilnych uczennic i uczniów. Zaplanujmy wspólne spędzanie wolnego czasu: maraton filmowy w domowym zaciszu czy wycieczkę rowerową do lasu. Pozwólmy sobie na relaks i bez troski odpoczynek, który zaprocentuje w ciągu całego roku i pozwoli na dotrwanie do kolejnych wakacyjnych dni.



MARTA HYLLA

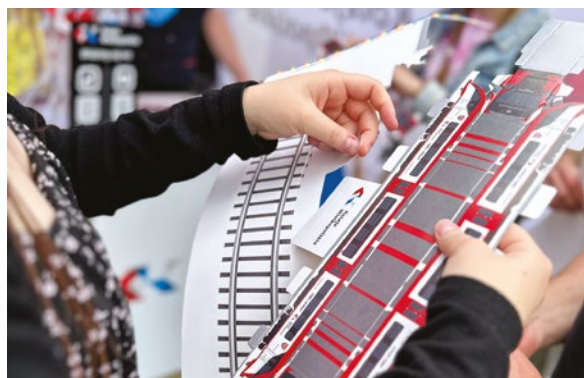
socjolożka, dziennikarka
i managerka; amatorka wycieczek
górskich i fotografii przyrody

Krajowe Dni Pola w Sielinku oraz Antidotum Airshow Leszno

W weekend 3 i 4 czerwca mieliśmy okazję po raz pierwszy uczestniczyć w Krajowych Dniach Pola w Sielinku koło Opalenicy. Jest to cykliczne wydarzenie, bardzo ważne nie tylko dla rolników, ale również dla wielkopolskich gmin i instytucji. Nowością było zaangażowanie ze strony lokalnych samorządów, które przedstawiały swoją ofertę. Goście mogli odwiedzić stanowiska lokalnych ośrodków i gmin, a także zapoznać się z ofertą turystyczną Wielkopolski. Nasza obecność bardzo dobrze wpisywała się w tematykę

„fyrtila samorządowego” i cieszyła się sporym zainteresowaniem.

Spółki Koleje Wielkopolskie nie zabrakło także na czwartej edycji Antidotum Airshow Leszno. Pokazy w Lesznie to wydarzenie, które na stałe wpisało się do kalendarza najciekawszych imprez lotniczych w Polsce i w Europie. Na niebie można było podziwiać akrobacje samolotowe solistów i grup pokazowych, odrzutowce i śmigłowce polskich i zagranicznych sił powietrznych, pokazy szybowcowe, paralotnie oraz motoparalotnie.



Wagony przyszłości

Stonowane kolory, naturalne materiały, minimalizm.

Dwuosobowe kuszetki z osobną łazienką i miejscem do pracy lub nowoczesne kapsuły, w których można się schować i wygodnie przespać podróż. Takie przedziały kolejowe zaprojektowali studenci i studentki Wydziału Architektury Politechniki Poznańskiej.

tekst i zdjęcia: ŁUKASIEWICZ – POZNAŃSKI INSTYTUT TECHNOLOGICZNY

Sciany obite beżową tkaniną i drewnem, dwa łóżka rozmieszczone piętrowo, osobna toaleta. Delikatne oświetlenie, które dają ledowe listwy. Ekrany przy każdym łóżku wyświetlają informacje o podróży i pogodzie. Możliwość sterowania przez pasażera temperaturą, natężeniem i kolorystyką światła oraz poziomem nawilżenia powietrza. Wnętrze zaprojektowane tak, by podróżny bez wstawania z miejsca mógł sięgnąć po torbę, butelkę wody czy podładować sprzęt elektroniczny. Tak wygląda wagon zaprojektowany przez Piotra Karola Marciniaka i Ninę Olę Zdanowicz. Ich praca zdobyła pierwsze miejsce w konkursie na koncepcję wnętrza dwóch przedziałów wagonu osobowego, z których jeden miał być przystosowany dla osób z niepełnosprawnością. Konkurs ten został zorganizowany przez Łukasiewicz – Poznański Instytut Technologiczny przy współudziale Politechniki Poznańskiej.

– Szukamy odważnych projektów – tłumaczy ideę konkursu Piotr Tarnawski, dyrektor Centrum Pojazdów Szynowych w Łukasiewicz – PIT.



Pierwsze miejsce – Piotr Karol Marciniak i Nina Olga Zdanowicz

– Dlatego daliśmy studentom wolną rękę. Nie musieli brać pod uwagę normatywów i kwestii technicznych, o których muszą pamiętać nasi konstruktorzy. Chodziło nam o kreatywne rozwiązania, które my postaramy się dostosować do wymogów technicznych.

Kolejne miejsca w konkursie zajęły projekty Aleksandry Jabłońskiej i Zofii Jurkiewicz oraz Joanny Sitak i Jakuba Sokołowskiego. Wyróżnienia honorowe otrzymały prace Pauliny Pluto-Prądzinskiej, Weroniki Zielińskiej i Michała Zdunka oraz Weroniki Pilarczyk i Kornelii Pańczyk.

– Nadesłane na konkurs prace wpisują się w najnowsze trendy w projektowaniu wnętrz – podkreśla prof. Agata Bonenberg z Wydziału Architektury PP. – Mamy dosyć rewolucyjne rozwiązania funkcjonalno-przestrzenne związane z użytkownikami wózków inwalidzkich. Przede wszystkim chciałabym jednak podkreślić, że jeżeli chodzi o trendy, kwestie kompozycyjne czy wzornicze, te prace są naprawdę na wysokim poziomie.

Na konkurs „Innowacyjne rozwiązania wnętrz wagonów kolejowych wspierające mobilność osób niepełnosprawnych” wpłynęło 71 prac studentów Wydziału Architektury Politechniki Poznańskiej. W nowym roku akademickim pokazane zostaną na wystawie na wydziale, a następnie w Łukasiewicz – PIT.

Drugie miejsce – Aleksandra Jabłońska i Zofia Jurkiewicz



TARGI Smaki REGIONÓW

ZAPRASZA
mtp
GRUPA

29.09-01.10.2023

WSTĘP WOLNY



Międzynarodowe
Targi Poznańskie



www.smaki-regionow.pl

ORGANIZATORZY:



PATRONI HONOROWI:



PARTNER:

