

# SENIORALNY POZNAŃ

MIESIĘCZNIK  
DLA SENIOREK  
I SENIORÓW  
**LISTOPAD 2022**

www.poznan.pl  
ISSN 2658-1272

TYTKA  
SENIORA

wewnątrz numeru

www.centrumis.pl

nr 11(35) 2022

Serwis miejski  
m.poznan.pl

## Dni Świątomarcińskie

Zamiast Imienin Ulicy Święty Marcin odbędą się w tym roku Dni Świątomarcińskie. Gruntowna przebudowa centrum miasta wymusiła zmianę miejsca i formuły tego popularnego wydarzenia.

„Przez wiele lat 11 listopada wyprawialiśmy huczne Imieniny Ulicy Święty Marcin. Przybywało na nie tysiące gości, wspólnie bawiąc się na tej największej w mieście »domówce«. W tym roku jesteśmy zmuszeni do przeniesienia imprezy w inne miejsce” – poinformował kilka tygodni temu zespół Centrum Kultury Zamek, organizator imprezy.

Dalej tak tłumaczyli swoją decyzję: „Z ogromnym żalem podjęliśmy decyzję o jednorazowym odwołaniu Imienin, zapraszając gości na Dni Świątomarcińskie realizowane na placu Kolegiackim, Wolnym Dzieńcu Urzędu Miasta, w parku Chopina, a także w naszej siedzibie. (...) Wybrana lokalizacja, dla niektórych zapewne kontrowersyjna i nieoczywista, może jednak stać się okazją do wspólnego spędzenia tego wyjątkowego czasu w nieco innej odsłonie. Mamy ogromną nadzieję, iż w przyszłym roku powrócimy do imieninowego charakteru 11 listopada, a liczne inwestycje remontowe w samym sercu Poznania pozostaną jedynie wspomnieniem”.

W tym roku głównym tematem działań – nie mogło być inaczej! – będą solidarność i wsparcie dla uciekających przed wojną obywateli Ukrainy. To oni także będą głównymi bohaterami koncertów i innych wydarzeń zaplanowanych w programie Dni Świątomarcińskich.

11 listopada od g. 11 do 20 na pl. Kolegiackim trwać będzie Kiermasz



FOT. GRZEGORZ DEMBIŃSKI

O g. 14 nastąpi symboliczne przekazanie władzy nad miastem Świętemu Marcinowi

Świątomarciński – stały punkt dotychczasowej formuły Imienin Ulicy, a także akcja *Razem wyszywamy ob-rus*. Tam też rozpoczną swoje działania dwie znane poznańskie grupy performerskie: Tęczowe Seniorki i Teatr Asocjacja 2006 – dotychczasowi twórcy Parady Świątomarcińskiej, która co roku 11 listopada gromadziła na poznańskich ulicach tłumy.

W pobliskim parku Chopina przez cały dzień aktywiści i organizacje

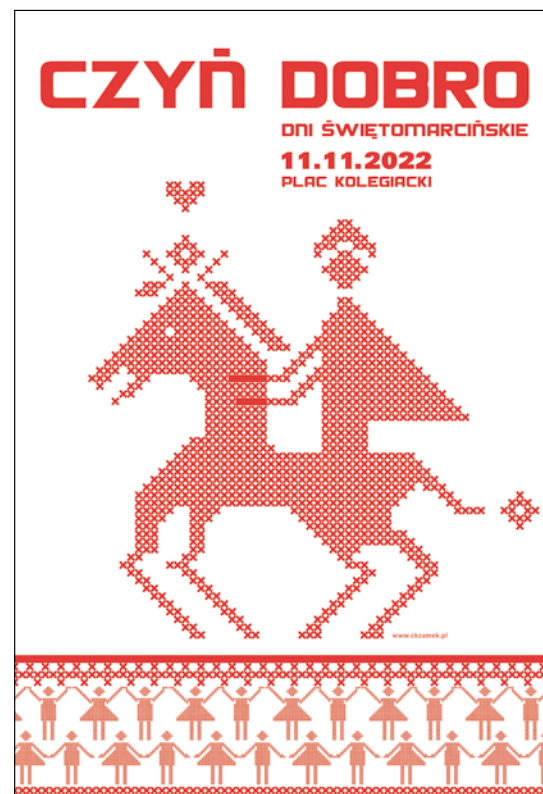
pozarządowe będą prezentować swoje programy, a Klub Aktywnych Ukraińskich Kobiet Art-Cluster oraz Teatr z Głową w Chmurach poprowadzą warsztaty. Park Chopina zamieni się także w arenę sportową, na której zaprezentują się: Warta Poznań, Poznańskie Towarzystwo Hokejowe oraz jedyna poznańska drużyna futbolu amerykańskiego – Armia Poznań. Główna scena stanie na Wol-

nym Dzieńcu Urzędu Miasta. O g. 14 nastąpi symboliczne przekazanie władzy nad miastem Świętemu Marcinowi. Ten gest zawsze towarzyszył Paradzie Świątomarcińskiej. Nie zabraknie go i w nowym miejscu. Przekazanie kluczy uświetni hucznie Swarzędzka Orkiestra Dęta.

Po niej na scenie pojawią się ukraińscy muzycy, m.in. skrzypaczka Anna Chumachenko (g. 14.30)

oraz AtmAsfera (g. 15) – ukraińska grupa muzyczna grająca muzykę etniczną. Będą też artyści z Polski. Na g. 17 zaplanowano występ Andrzeja Stasiuka z folkowo-rockowym zespołem Haydamaky, a na g. 19 występ Renaty Przemyk. Dni Świątomarcińskie zamknie spektakl „Żywo!” Teatru Emigrant, który zobaczymy 13 listopada o g. 18 w CK Zamek.

Sylwia Klimek



POZnań\* KONTAKT  
linia miasta

61 646 33 44

POZnań\* KONTAKT  
linia miasta

61 646 33 44

# Odkrywanie Pawła Edmunda Strzeleckiego

W lipcu tego roku Sejm uchwalił rok 2023 rokiem Pawła Edmunda Strzeleckiego, podróżnika, odkrywcy, geologa i geografę, w 150. rocznicę jego śmierci. Jako patron roku znalazł się w dobrym towarzystwie – dzieli ten zaszczyt m.in. z Aleksandrem Fredro, Jerzym Nowosielskim i założycielką Zakładów Kórnickich Jadwigą z Działyńskich Zamoyską.

Strzelecki jest w tym gronie jedynym poznaniakiem, przynajmniej za takiego jest uważany, bo chociaż urodził się w Głuszynie, wtedy pod poznańską wsi, jej teren w 1942 roku niemieckie władze okupacyjne włączyły do Poznania. Nie ulega zatem wątpliwości, że Poznań powinien być centralnym miejscem upamiętnienia tej postaci w przyszłym roku. Tym bardziej że nawet tutaj Paweł Edmund Strzelecki jest osobą prawie nieznaną.

Nawet jeżeli ktoś kojarzy go jako odkrywcę i zdobywcę najwyższego szczytu lądowej Australii, a który potem nazwał Górą Kościuszki, to już niewiele wie, że eksplorował także obie Ameryki (w Kandzie odkrył złoża miedzi, które są eksploatowane do dzisiaj), Tasmanię, Polinezję i wiele innych miejsc na świecie, opisując je, sporządzając mapy geologiczne i klimatyczne, odkrywając złoża węgla i surowców mineralnych, a nadto zaprzyjaźniając się z Aborygenami, wśród których był przyjmowany z wyjątkową atencją. Był postacią barwną i nietuzinkową, samoukiem, a jego książka o Australii przez dziesięciolecia była podstawowym opracowaniem naukowym o tym kontynencie.

Odkrywanie Strzeleckiego to serial przygodowy, który już się zaczął. Pomysłów jest bardzo wiele – wystawy, spotkania, filmy, spek-

takle, działania edukacyjne, w tym dla najmłodszych, bo egzotyczne miejsca i zwierzęta są świetnym pretekstem do opowieści o życiu poznańskiego odkrywcy. Wkrótce, już 26 listopada 2022 roku o g. 16, zaplanowano koncert organowy w kościele św. Jakuba Większego Apostoła w Głuszynie. Odbędzie się on w rocznicę uhonorowania Strzeleckiego przez rząd brytyjski Orderem Łaźni za wyjątkowe zaangażowanie w niesienie pomocy ofiarom wielkiego głodu w Irlandii. Po koncercie odbędzie się premiera krótkiego filmu o podróżniku sfinansowanego przez Radę Osiedla Głuszyna. Kolejne wydarzenia w Głuszynie i w Poznaniu zaplanowano na 2023 rok i wówczas poznaniacy będą mieli okazję lepiej poznać tę ciekawą i wyjątkową, a niesłusznie zapomnianą postać.

Danuta Książkiewicz-Bartkowiak



FOT. CC WIKIWAND

Pomnik Pawła Edmunda Strzeleckiego w Jindabyne w Australii

## Coraz więcej pojemników na elektrośmieci

W Poznaniu pojawiają się kolejne pojemniki na zużyty sprzęt elektryczny, elektroniczny oraz baterie. Docelowo specjalne kontenery pojawiają się w około stu lokalizacjach. Gdzie można je znaleźć i co do nich wrzucać?

Nowe pojemniki na elektroodpady są w kolorze szaro-niebieskim z czerwonym paskiem. Dołączają one do pozostałych pojemników na zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, z których chętnie korzystali mieszkańcy Poznania. Do „czerwonych” pojemników wrzucać można każdy sprzęt zasilany prądem lub bateriami, którego rozmiar nie przekracza 50 cm (tylko taki zmieści się we wlocie kontenera). Mogą to być stare telefony komórkowe, komputery, laptopy, drukarki, miksery, czajniki, zabawki na baterie itp. Pojemniki są przystosowane do przechowywania w nich elektroodpadów. Bezpieczny dla środowi-

ska jest również ich odbiór. Każde z urządzeń wrzuconych do pojemnika zostanie poddane recyklingowi. Lokalizacje pojemników można sprawdzić na stronie: [elektrycznesmieci.pl](http://elektrycznesmieci.pl).

Docelowo w Poznaniu pojawi się około 100 pojemników. W ramach umowy Miasta Poznania z firmą MB Recycling i Fundacją Odbyskaj Środowisko lokalizacje pojemników ustalano z właścicielami terenów. Musi ona uwzględniać kilka czynników. Pojemniki powinny być łatwo dostępne dla mieszkańców chcących oddać elektroodpady. Dojazd do kontenerów nie może być ograniczony, tak by dało się je swobodnie opróżniać i serwisować. Nie mogą też utrudniać poruszania pieszym, rowerzystom i kierowcom. Pojemniki to tylko jeden ze sposobów zagospodarowania elektroodpadów. Chęć oddania większego sprzętu, takiego jak lodówki, pral-



FOT. MIASTO POZNAŃ

Nowe pojemniki na elektroodpady

ki, zmywarki itp., można zgłosić przez formularz online na stronie [elektrycznesmieci.pl](http://elektrycznesmieci.pl) lub infolinię 572 102 102. Sprzęt w ciągu 72 godzin zostanie bezpłatnie odebrany

i poddany recyklingowi. Więcej informacji o segregowaniu – nie tylko elektroodpadów – znaleźć można na stronie „Wszystko o odpadach” ([poznan.pl/odpady](http://poznan.pl/odpady)). oprac. red.

Dotychczasowe lokalizacje pojemników na elektrośmieci (stan na początek października br.):

os. Batorego 27C, os. Batorego 4, przy SP 34 i przedszkolu nr 190, os. Przemysława 21, ul. Naramowicka 169, ul. Sarmacka 8F, ul. Naramowicka 149, ul. Naramowicka 157, os. Orła Białego 71, os. Lecha 121, os. Stare Żegrze 109, os. Rusa 58, os. Tysiąclecia 45, os. Bohaterów II Wojny Światowej 33, os. Jagiellońskie 17, ul. Na Skarpie 84, ul. Krańcowa 48, os. Przyjaźni 142, os. Pod Lipami 81, os. Kosmonautów 16, os. Wichrowe Wzgórze 35, os. Zwycięstwa 22M

# Zaprzyjaźnij się z chwastami!

Prezentujemy artykuł powstały w ramach Akademii Zielony Poznań, której organizatorem jest Miasto Poznań – Wydział Działalności Gospodarczej i Rolnictwa. Tym razem poświęcony jest chwastom, które – choć nie lubiane i zwalczane przez działkowców – mają jednak wiele zalet.

W czasach chemizacji środowiska, upraw monokulturowych i urbanizacji zmniejszają się populacje owadów zapylających. Działania takie jak tworzenie łąk kwietnych, udostępnianie nasion roślin miododajnych i budowa domków dla owadów (inicjatywa Wydziału Działalności Gospodarczej i Rolnictwa Urzędu Miasta Poznania) mogą być niewystarczające. Warto w ogrodzie wprowadzić rośliny zapewniające pożywienie owadom. Tę funkcję spełnia oczywiście wiele roślin ozdobnych, jednak niektóre owady, w tym atrakcyjne dla oka, mogą wyginąć, nie mając dostępu choćby do pokrzywy (np. rusalki).

Tymczasem występowanie owadów w ogrodzie powoduje, że pojawiają się także inne zwierzęta. Ma to wpływ na zwiększenie bioróżnorodności, a co za tym idzie – uzyskanie równowagi środowiska. Przywabienie zwierząt do ogrodu to w konsekwencji stworzenie lepszych warunków do uprawy roślin. Otoczenie staje się przyjemniejsze dla oka i ucha. Można obserwować zachowania owadów, podziwiać ich urodę, a także stymulować słuch. Pobudzanie zmysłów jest niezmiernie ważne dla prawidłowego funkcjonowania człowieka. Odbieranie wszystkimi zmysłami otoczenia jest szczególnie istotne dla dzieci – przyczynia się do rozwijania zainteresowania naturą i otoczeniem oraz ćwiczenia spostrzegawczości.

Gwiazdnica, jasnota, koniczyna, mniszek, podagrycznik, pokrzywa, skrzyp, żóltlica i inne mogą być roślinami użytkowymi, m.in. o właściwościach leczniczych. Warto poznać bliżej te najczęściej spotykane. Oto przykłady:

**Koniczyna** – wspomaga układ pokarmowy, łagodzi kaszel (działanie wykrztuśne) i wczesne objawy menopauzy, obniża poziom cholesterolu, zewnętrznie stosowana na oparzenia. Młode liście można przyrządzać jak szpinak, a kwiaty



Chwasty do sałatki

dodawać do surówek, przygotować orzeźwiający napar lub kisiel.

**Mniszek** – działa moczopędnie, przeciwcukrzycowo, przeczyszczająco, odtruwająco, przeciwzapalnie, antyreumatycznie, zwiększa odporność na zakażenia, wspomaga trawienie. Sok mleczny służy do wywabiania plam skórnych. Liście po krótkim namoczeniu w ciepłej wodzie dodaje się do sałatek. Kwiaty służą do wytwarzania syropu (tzw. miodu mniszkowego), przygotowania naparu, marynowania w occie.

**Pokrzywa zwyczajna** – stanowi pokarm dla gąsienic wielu motyli. Jest cenioną rośliną leczniczą. Ma działanie moczopędne, żółciopędne, wykrztuśne, przeciwzapalne, oczyszczające, zmniejsza poziom cukru we krwi, poprawia trawienie, reguluje pracę jelit, żołądka i serca, wspomaga wątrobę, zmniejsza obrzęki, zwiększa poziom hemoglobiny, przynosi ulgę w problemach gośćcowych. Do celów kulinarnych pędy zbiera się w kwietniu i maju, a później młode liście. Przygotowuje się z nich zupy, sałatki, nalewki, napary (także do mycia głowy, przemywania skóry przy trądziku), dodaje do jajecznicy, sporządza pasty serowe. Świeży sok wzmacnia i oczyszcza organizm. Aby uzyskać lepsze plony i utrzymać rośliny w zdrowotności, używa się go do podlewania w postaci gnojówki.

**Skrzyp** – lecznicze właściwości ma skrzyp polny, rzadko spotykany w ogrodach. Inne skrzypy raczej nie są stosowane wewnętrznie. Można ich jednak użyć do przygotowania

kąpieli (poprawia stan skóry, uelastyczniając ją), po wcześniejszym namoczeniu przez kilka godzin i gotowaniu przez 15–20 minut. Rośliny niepożądane mogą zatem



Mniszek

stać się pożądanymi. Możemy dla nich przeznaczyć specjalne miejsce w ogrodzie lub (poza skrzypem bardzo głęboko korzeniącym się) wkomponować w rabaty kwiatowe

i warzywne. Niech staną się naszymi przyjaciółmi.

prof. UPP dr hab. Agnieszka Krzywińska-Bródka  
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu



Zielony  
POZnań\*  
Akademia



# By publiczność dobrze się czuła

Rozmowa z Wojciechem Nentwigiem, dyrektorem Filharmonii Poznańskiej, oraz Łukaszem Borowiczem, dyrektorem muzycznym i dyrygentem-szefem jej Orkiestry

Rozmawiamy po udanej inauguracji nowego sezonu, którym Filharmonia Poznańska wkroczyła w swój 75. jubileusz, i po 16. Międzynarodowym Konkursie Skrzypcowym im. Henryka Wieniawskiego, który rozpałił emocje i rozgrzał publiczność. W kolejnym miesiącu przygotowujecie Państwo dużo atrakcji. 4 listopada odbędzie się 500. Koncert Poznański!

W.N.: Tradycja tych koncertów jest ewenementem na skalę światową, a jej początki sięgają lat 60. ubiegłego wieku i pomysłu tzw. Koncertów Warszawskich, które miały przyciągać szeroką publiczność. Odbływały się w Sali Kongresowej, ale zorganizowano ich zaledwie kilka. W Poznaniu natomiast grupa pasjonatów związanych z naszą Filharmonią, na czele z ówczesnym dyrektorem Robertem Satanowskim i redaktorem Romualdem Połczyńskim, postanowiła zorganizować Koncerty Poznańskie. Pierwszy odbył się w styczniu 1962 roku. Potem konsekwentnie je kontynuowano, zdobywając popularność i uznanie słuchaczy. Początkowo repertuar był popularny, np. fragmenty oper, nieco łatwiejsza w odbiorze klasyka, ale z czasem zaczęliśmy dla tej bardzo już wyrobionej, wielopokoleniowej publiczności wykonywać ambitniejsze programy, łącznie z wielką symfonią, czyli kompozycjami Brucknera czy Mahlera. I zawsze przyjmowane jest to znakomicie!

**Na 10 listopada zaplanowany jest koncert jubileuszowy. Będzie to wyjątkowe wydarzenie, bo i program koncertu jest nietuzinkowy, i wyjątkowy będzie gość koncertu.**

Ł.B.: Nasze zaproszenie przyjął Rafał Blechacz, którego przyjaźnią się cieszymy i który dość regularnie z nami występuje, nie tylko w Poznaniu i nie tylko w Polsce, co daje nam olbrzymią satysfakcję. Wykona z nami *Koncert fortepianowy a-moll* Roberta Schumanna. Wybraliśmy także kilka utworów ważnych dla nas polskich kompozytorów. Zagramy *Uwerturę komediową* Tadeusza Szeligowskiego, kluczowej postaci dla naszej instytucji, pierwszego jej



Wojciech Nentwig, ur. 1950 r., dziennikarz i publicysta, w poprzednich latach pełnił funkcję wicedyrektora Orkiestry Kameralnej Polskiego Radia „Amadeus” oraz wiceprezesa Towarzystwa Muzycznego im. Henryka Wieniawskiego, od 2006 r. dyrektor Filharmonii Poznańskiej. Scenarzysta i współautor filmów o Henryku Wieniawskim i konkursach jego imienia.

dyrektora. Z rozmysłem sięgamy po tę kompozycję, bo jubileusze niekiedy bywają smutne. Przypominają nam o upływie czasu i nieuchronnej kolei rzeczy, a my chcielibyśmy, aby publiczność przeżywała z nami nie tylko uroczyste i podniosłe chwile, ale przede wszystkim dobrze się bawiła i dobrze się z nami czuła. Będzie także *Rapsodia litewska* Mieczysława Karłowicza, który – jak sądzę – jest wciąż mało znany i doceniany. Finałową propozycją tego wieczoru będzie *Kościelec 1909* Wojciecha Kilara. Bardzo chcemy prezentować Wojciecha Kilara jako kompozytora muzyki symfonicznej. Wydaje nam się, że o ile jego muzyka filmowa jest bardzo znana, o tyle jego twórczość symfoniczna wymaga ciągle popularyzowania.

**W listopadzie czeka na jeszcze jedno niezwykle spotkanie. Wystąpi Narodowa Orkiestra Symfoniczna Polskiego Radia pod batutą Andrzeja Boreyki, artyści z Poznaniem związanego i bardzo przez poznaniaków lubianego.**

W.N.: Poprzednia wizyta NOSPR-u na nasze zaproszenie odbyła się w czerwcu 2008 roku, a Andrzej Boreyko to rzeczywiście ceniony dyrygent. Czekamy też bardzo na koncerty pod batutą naszego głównego dyrygenta gościnnego, Paula McCreasha. Dyrygentem-rezydentem w tym sezonie jest oczekiwany przez publiczność i orkiestrę Ariel Zuckermann, który zaprezentuje się także jako... wirtuoz fletu. Spotkamy się kilkakrotnie również z Markiem Pijarowskim, który od tego sezonu jest naszym dyrygentem honorowym. Pierwszy raz wystąpią z poznańskimi filharmonikami tak wspaniali dyrygenci, jak: Tomasz Brauner, szef Praskiej Orkiestry Symfonicznej (FOK) oraz Brytyjczycy: Howard Griffiths, Justin Doyle i Alpesh Chauhan.

**Będą także młodzi wirtuozi; ci, którzy za „chwilę” staną się gwiazdami...**

W.N.: Takimi artystami są na pewno pianiści: Piotr Alexewicz, Martin Bartlett, Carter Johnson, Jakub



Łukasz Borowicz, ur. 1977 r., dyrygent-szef Orkiestry Filharmonii Poznańskiej i dyrektor muzyczny Filharmonii Poznańskiej, jako dyrygent operowy zadebiutował w Teatrze Wielkim – Operze Narodowej w Warszawie *Don Giovannim* Wolfganga Amadeusa Mozarta, a od tego czasu poprowadził tam ponad 180 przedstawień operowych i baletowych. Dyrygował wieloma orkiestrami na całym świecie, a jego dyskografia liczy ponad 100 albumów.

Kuszlik, wiolonczelistka Hayoung Choi czy skrzypek Javier Comesaña. Ich karierom będziemy bacznie się przyglądać.

**W naszej niedługiej rozmowie nie uda się wymienić wszystkich mocnych punktów repertuaru, ale chętnie zapytałabym jeszcze o koncert Lutosławski i The Beatles. Przyznam, że bardzo zaciekało mnie to zestawienie.**

Ł.B.: Ono nie powinno dziwić. Sądzę, że z lat 60. XX wieku przetrwały kompozycje Witolda Lutosławskiego i twórczość The Beatles! Poważnie jednak mówiąc: zestawimy *Koncert na orkiestrę* Lutosławskiego z inspirowaną Beatlesami *Abbey Road Rhapsody*, czyli z *Koncertem skrzypcowym* napisanym przez skrzypka Guya Braunsteina (niegdyś pierwszego koncertmistrza Berlińskich Filharmoników), który wystąpi tego wieczoru również jako solista.

**Poza koncertami sezon przyniesie nam nowe płyty. Na szacunek zasługuje sięganie przez Orkiestrę**

Filharmonii Poznańskiej po nazwiska ważne, ale niestety często zapomniane. To bardzo nieoczywiste, prawda?

Ł.B.: Zawsze boli mnie, że wielcy kompozytorzy wielkopolscy są tak zaniechani. Wielu z nich uhonorowano pochówkiem na nekropoliach zasłużonych, lecz nikt nie nagrywa ani wręcz nie wykonuje ich muzyki. Przykładem jest Feliks Nowowiejski, którego utwory ciągle „odkrywamy”, a pełną dyskografię dopiero tworzymy. Jest wielu innych twórców, których nie słucha i nie nagrywa nikt. To katastrofa z punktu widzenia promocji polskiej muzyki, a nawet szerzej: polskiej kultury. Bo gdy dyrektorzy zagranicznych instytucji muzycznych chcą dowiedzieć się czegoś więcej o naszej muzyce, szukają jej nagrań. Jeśli ich nie ma, to niestety jesteśmy na pozycji straconej. Nienagrana muzyka bowiem nie istnieje. I dlatego my sięgamy po takich kompozytorów jak Stefan Bolesław Poradowski czy urodzony w Warszawie Michał Bergson.

**Równoległe do Waszej pieczołowitości w odkrywaniu i pielęgnowaniu tradycji spoglądacie odważnie w przyszłość. Szukacie i docenicie młodych. Co roku zamawiacie utwory u kompozytorów nowej generacji i przygotowujecie ich premiery.**

W.N.: W tym roku zamówiliśmy kompozycję u Patryka Piłasiwicza, która będzie nosiła tytuł *9/90*, a wspólnie z Festiwałem Poznańska Wiosna Muzyczna, u Katarzyny Kwiecień-Długosz, *Aequinoctium* na orkiestrę symfoniczną. Zwróciłbym także uwagę na zapowiadający się sensacyjnie występ marimbistki Marianny Bednarskiej, która wykona utwór znakomitego, przedwcześnie zmarłego kompozytora i pedagoga Marcina Błazewicza. To wirtuozka, która już odnosi wielkie sukcesy w Europie, a do której będzie należała przyszłość.

**Jestem przekonana, że ta przyszłość należeć będzie również do Filharmonii Poznańskiej, czego życzę na 75. urodziny.**

Rozmawiała: Katarzyna Kamińska

## Opera Seniors

W listopadzie na wybrane spektakle Teatru Wielkiego seniorzy mogą kupić bilety w promocyjnej cenie 30 zł (do kupienia w kasie teatru): 12.11, g. 11 i 19, 13.11, g. 11 i 18 – *Stabat Mater*, Aula Artis, ul. Kutrzeby 10 (Hymn na cześć kobiet, gdzie czułość i delikatność łączy się z poświęceniem i oddaniem); 23.11, g. 19 – *Eglé, królowa węży*, Aula Artis, ul. Kutrzeby 10 (Gościnny spektakl baletowy Teatru Muzycznego z Kłajpedy, dramat o miłości, zdradzie i morderstwie umieszczony w bajkowym świecie). 6.11 o g. 18 Teatr Wielki zaprasza również na kolejny koncert z cyklu *Wygramy!*. Solistów, którzy wystąpią podczas koncertu, łączy talent i miejsce urodzenia – Ukraina. Wykonają oni znane operowe arie i duety.



*Eglé, królowa węży*

Nie zabraknie też akcentu z rodzimego kraju występujących artystów – w programie pieśni ukraińskich kompozytorów. Koncert odbędzie się w foyer Teatru Wiel-

kiego, obowiązują bezpłatne wejściówki dostępne w kasie teatru. Kontakt: kasy biletowe, tel. 61 659 02 31 (czynne od śr. do sob. w g. 13–18).

## Czyń dobro

CK Zamek zaprasza na wydarzenia w ramach Dni Świętomarcińskich 2022 (11.11) – to impreza organizowana w miejsce corocznych Imienin Ulicy św. Marcina.

Odbijający się w okolicach CK Zamek remont wymusił konieczność znalezienia innego rozwiązania. Nowa lokalizacja – plac Kolegiacki, Wolny Dziedziniec Urzędu Miasta oraz park Chopina – nie będzie miała wpływu na charakter wydarzenia, które jak co roku łączy narodowe święto z lokalną tradycją. Na program złożą się: Kiermasz Świętomarciński, plenerowe koncerty, prezentacje niosących pomoc aktywistów oraz wydarzenia performatywne. Wydarzenia odbędą się pod hasłem „Czyń dobro” i dedykowane będą społeczności ukraińskiej, szukającej schronienia w obliczu trwającej wojny.

I to właśnie Ukrainki i Ukraińcy chcą podziękować za otwarte serca mieszkańców Poznania, organizując akcję społeczną, której celem będzie integracja i twórcze działanie. Przy jednym stole będzie można porozmawiać, podzielić się refleksjami, wymienić pomysły, kontaktami i stworzyć dzieło w atmosferze przyjaźni i dialogu. Będzie to wspólnie wyhaftowany obrus z napisem „Czyń dobro” oraz z elementami tradycyjnych haftów Polski i Ukrainy. Do wspólnego haftowania obrusu będzie można dołączyć 11.11 na placu Kolegiackim. W CK Zamek prezentowana jest wystawa *Tryumf koloru*, która prezentuje prace graficzne wykonane przez najwybitniejszych francuskich artystów z przełomu XIX i XX wieku, takich jak: Renoir, Signac czy Toulouse-Lautrec. Wystawa potrwa do 11.12, pokazywana jest w Sali Wystaw oraz wnętrzach historycznych Zamku, bilety: 25 zł – normalny, 20 zł – ulgowy, 15 zł – grupowy. Wystawę można zwiedzać z audioprzewodnikiem. Towarzyszy jej bogaty program edukacyjny, na który złożą się specjalnie przygotowane lekcje, spotkania, wykłady i warsztaty. Pełen program wszystkich listopadowych wydarzeń w CK Zamek dostępny jest na stronie: [www.ckzamek.pl](http://www.ckzamek.pl), informacja: tel. 61 646 52 72 (wt.–niedz. w g. 12–19).



wa potrwa do 11.12, pokazywana jest w Sali Wystaw oraz wnętrzach historycznych Zamku, bilety: 25 zł – normalny, 20 zł – ulgowy, 15 zł – grupowy. Wystawę można zwiedzać z audioprzewodnikiem. Towarzyszy jej bogaty program edukacyjny, na który złożą się specjalnie przygotowane lekcje, spotkania, wykłady i warsztaty. Pełen program wszystkich listopadowych wydarzeń w CK Zamek dostępny jest na stronie: [www.ckzamek.pl](http://www.ckzamek.pl), informacja: tel. 61 646 52 72 (wt.–niedz. w g. 12–19).

## Dla opiekunów osób zależnych

**Domowa opieka nad seniorem z ograniczoną samodzielnością to temat spotkania, na które zaprasza w grudniu Fundacja PETRA senior.**

Spotkanie poprowadzi specjalistka pielęgniarstwa rodzinnego z Katedry i Zakładu Profilaktyki Zdrowotnej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Organizatorzy zachęcają do przesyłania konkretnych

pytań i zagadnień związanych z tematem spotkania, na które będzie można uzyskać odpowiedź w jego trakcie. Pytania i chęć uczestniczenia w spotkaniu można zgłaszać pod nr. tel. 665 006 501 lub mailowo: [fundacja@petra-senior.pl](mailto:fundacja@petra-senior.pl). Spotkanie odbędzie się 12.12 o g. 16 w siedzibie Fundacji przy ul. Poznańskiej 19. Udział jest bezpłatny.

## Rozmowy o lekach

**Przyjmujesz wiele leków? Masz wątpliwości dotyczące swojej farmakoterapii? Występują u Ciebie działania niepożądane?**

Możesz dołączyć do pilotażowego programu Przeglądów Lekowych. To nowa usługa wykonywana przez farmaceutów – polega na przeprowadzeniu szczegółowego wywiadu medycznego z pacjentem, analizie farmakoterapii i opracowaniu rekomendacji, które pozwolą na optymalizację leczenia i poprawę jakości życia. Pilotażem

może zostać objęta osoba w wieku 18–60 lat, która przyjmuje na stałe nie mniej niż 5 leków wydawanych z przepisu lekarza, albo osoba powyżej 60. roku życia, przyjmująca na stałe nie mniej niż 10 leków. Przegląd Lekowy jest świadczeniem wykonywanym w wybranych aptekach, finansowanym ze środków Ministerstwa Zdrowia. W Poznaniu realizowany jest przez Szpital Heliodora Świącieckiego, kontakt: tel. 796 191 877, 607 746 578.

## Dzienny Dom Opieki Medycznej

Osobami korzystającymi ze wsparcia w Domu mogą być pacjenci po hospitalizacji lub tacy, którym w ciągu ostatnich 12 miesięcy udzielono świadczeń zdrowotnych z zakresu leczenia szpitalnego, oraz pacjenci zagrożeni hospitalizacją. Pacjenci przebywający w DDOM mają zapewnione wyżywienie. Pobyt pozwala na przygotowanie pacjenta i jego opiekunów do życia z niepełnosprawnością i dalszego samodzielnego funkcjonowania w warunkach domowych. Czas trwania pobytu pacjenta w Domu

jest ustalany indywidualnie, ale nie może być krótszy niż 30 dni i dłuższy niż 120 dni roboczych. Za korzystanie ze świadczeń Domu pacjent nie ponosi kosztów. Dom mieści się przy ul. św. Michała 100, usługi dostępne są od pon. do pt. w g. 8–16. Projekt jest finansowany ze środków budżetowych Miasta Poznania, realizuje go Fundacja Fanari. Szczegółowe informacje na temat projektu (w tym dokumenty zgłoszeniowe) dostępne są na stronie: [www.fundacja-fanari.pl](http://www.fundacja-fanari.pl), tel. 518 302 015.

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

TYTKA SENIORA

Redaguje: Aleksandra Gracjasz, CIS, ul. Mielżyńskiego 24  
(pon.–pt., w g. 8–16), e-mail: [aleksandra.gracjasz@centrumis.pl](mailto:aleksandra.gracjasz@centrumis.pl).

## Od jednej kreski po horror

Muzeum Narodowe oraz jego oddziały zapraszają w listopadzie. W programie wiele ciekawych wystaw i towarzyszących im wydarzeń:

### Muzeum Narodowe w Poznaniu

(Al. Marcinkowskiego 9, tel. 61 856 80 00). Czynne: wt.-czw. w g. 10-17, pt. w g. 11-20, sob.-niedz. w g. 11-17, bilety na wystawę stałą: 20/13 zł (we wtorki wstęp wolny), bilety na wystawę czasową: 15/10 zł, bilet łączony na wystawę stałą i czasową: 29/19 zł. Do 27.11 dostępna jest wystawa *Awangardzistka. Maria Nicz-Borowiakowa (1896-1944)* poświęcona twórczości jednej z ważniejszych artystek polskiego konstrukttywizmu. Wydarzenia towarzyszące wystawie (koszt: bilet wstępu na wystawę): 6.11, g. 12 – *Maria Nicz-Borowiakowa: Awangardzistka?* (panel dyskusyjny o twórczości kobiet); 11.11 oraz 27.11, g. 12 – oprowadzanie kuratorskie po wystawie; 18.11, g. 18 – *Polski awangardyzm między nieświadomym a konstrukcją*; 25.11, g. 18 – oprowadzanie po wystawie. 20.11 otwarta zostanie wystawa *Wielkopolska w monetach i medalach. Podróż przez tysiąclecie* (ekspozycja będzie prezentować 1500 artefaktów, potrwa do 29.01). Wydarzenia towarzyszące wystawie: 20, 26.11, g. 14 – oprowadzanie kuratorskie (koszt: bilet wstępu na wystawę); 27.11, g. 14 – spotkanie z ekspertem: *Zna-*

*czenie i funkcje herbów na monetach i medalach*. Pozostałe wydarzenia: od 18.11 – warsztaty rysunku i malarstwa: *To nie jest fajka – tropem René Magrittea* (spotkania w pt. o g. 16, sob. o g. 11, koszt: 350 zł, zapisy: tel. 61 856 81 36); od 18.11 – warsztaty kaligraficzne: *Uncjała* (nauka jednego z najstarszych pism średniowiecznych, spotkania w pt. w g. 17-20, sob. w g. 11-14, koszt: 220 zł, zapisy: kaligrafia@mnp.art.pl); 19.11, g. 12 – wykład *Motywy szekspirowskie w twórczości Cypriana Norwida* (koszt: bilet wstępu do muzeum); 26.11, g. 11.15 – wykład w ramach cyklu *Świat obrazów: Emilio Vedova, „Aggressivita 1951”* (koszt: bilet wstępu do muzeum).

### Muzeum Sztuk Użytkowych w Zamku Królewskim w Poznaniu

(Góra Przemysła 1, tel. 61 856 80 75). Czynne: wt.-czw. w g. 10-17, pt. w g. 11-20, sob.-niedz. w g. 11-17. W ramach akcji „Darmowy listopad w rezydencjach królewskich” wstęp na wszystkie wydarzenia w Muzeum Sztuk Użytkowych w Zamku Królewskim w Poznaniu (wystawy, pokazy, wykłady) w listopadzie jest bezpłatny. Do 15.01 w muzeum dostępna jest wystawa *Wiele/Niewiele. Dwie drogi myślenia w projektowaniu graficznym*; wydarzenia towarzyszące wystawie: 6.11, g. 13.30 – *Graficzne halucynacje. O psychodelii w plakacie (i nie tylko)*;



Jianping He, sitodruk barwny

27.11, g. 11.15 – warsztaty rodzinne: *Od jednej kreski po horror* (uczestnicy przyjrzą się dwóm drogom my-

ślenia w projektowaniu plakatów oraz ilustracji książkowych, warsztaty dla dzieci w wieku 6-12 lat,

obecność opiekuna jest obowiązkowa). Harmonogram pozostałych wydarzeń: 4.11, g. 18 – *Porcelana romantycznym duchem pomalowana*; 5, 26.11, g. 11 – *Co trzeba wiedzieć o Zamku?* (nieznana historia Wzgórza Przemysła, na zakończenie uczestnicy spotkania wybiorą się do zwykle niedostępnych zakamarków Zamku); 12.11, g. 13 – *Graphic Concept*: Gunter Rambow (główną domeną twórczości Rambowa jest plakat społeczny i teatralny); 19.11, g. 12 – warsztaty rękodzielnicze: *średniowieczne płytki*; 25.11, g. 18 – *Spacer po łące, czyli kwiaty na tkaninach* (Dlaczego sarmaci lubili goździki i co wspólnego mają modraki z królową Marią Antoniną?).

### Muzeum Instrumentów Muzycznych

(Stary Rynek 45, tel. 61 852 08 57). Czynne: wt.-czw. w g. 10-17, pt. w g. 11-20, sob.-niedz. w g. 11-17, bilety: 15/10 zł. Muzeum prezentuje 500 obiektów ukazanych w kontekście poszczególnych epok, zespołów, miejsc i tradycji. 25.11 o g. 18 muzeum zaprasza na koncert kwartetu Meccore String Quartet w ramach Roku Romantyzmu Polskiego w MNP. W programie utwory Schumanna, Wieniawskiego oraz Verdiego. Koncert poprzedzony będzie krótką prelekcją na temat muzyki kameralnej epoki romantyzmu (wstęp na koncert w cenie biletu do muzeum).

## Dyskusje o tradycjach

Czy tradycje są nam jeszcze potrzebne? Czy zmiany, którym ulegają nasze zwyczaje, niosą ze sobą nowe wartości? Tradycyjny Klub Dyskusyjny to nowy cykl spotkań w Filii Sztuki Biblioteki Raczyńskich.

Jego uczestnicy będą przyglądać się polskim tradycjom, dawnym i obecnym, ich regionalnemu zróżnicowaniu i współczesnym odniesieniom. Pierwsze spotkanie odbędzie się 3.11 o g. 18 (sala 5) i nawiązywać będzie do drugiej części *Dziadów* Mickiewicza – poświęcone zostanie obrzędowi ludowemu, który stał się kanwą jednego z najwybit-

niejszych dzieł w polskiej literaturze.

Pozostałe listopadowe wydarzenia w Bibliotece Raczyńskich: 4.11, g. 10 oraz 18.11, g. 10, pl. Wolności 19 – oswajanie przestrzeni dla seniorów (bibliotekarz oprowadzi po przestrzeniach, zapozna z katalogiem bibliotecznym i odpowie na pytania, zbiórka w holu, zapisy: tel. 61 885 89 18); 9, 23.11, pl. Wolności 19 – oprowadzanie dla seniorów (zwiedzanie połączone z opowieścią o historii i współczesności najstarszej do dziś istniejącej biblioteki publicznej w Polsce, zbiórka w holu, zapisy: tel. 61 885 89 55, pon.-pt.

w g. 8-16); 9.11, g. 18, Galeria Atanazego – wernisaż wystawy *Bold* (wystawa prezentuje prace studentów Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu); 17.11, g. 18 – pl. Wolności 19, Filia Sztuki, sala 5 – spotkanie z Lubow Krupnyk w ramach cyklu *Sztuk-mistrze* (historyczka opowie o artystkach z ukraińskiej grupy sześćdziesiętników, która w 1956 roku stworzyła nieformalny ruch na rzecz odrodzenia kultury ukraińskiej); 18.11, g. 18, pl. Wolności 19, Filia Sztuki, sala 5 – spotkanie z Tomaszem Maćkowiakiem wokół książki *Byłam katolickim księdzem* (Opowieść o życiu Ludmily Javo-

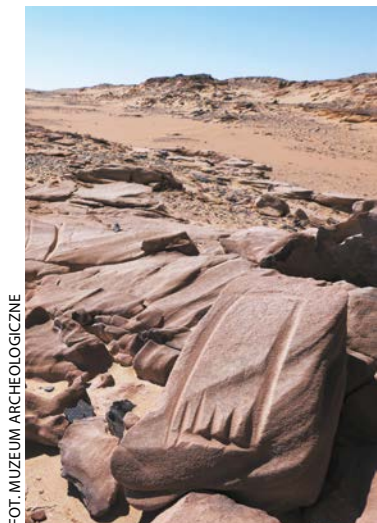
rowej, katoliczki z Moraw, która została wyświęcona na katolickiego księdza); 19.11, g. 11, pl. Wolności 19 – *Konstancja Raczyńska – pani biblioteki* (zwiedzanie biblioteki połączone z opowieścią o życiu żony Edwarda Raczyńskiego, do którego biblioteki ofiarowywała i kupowała książki, zapisy: zapisy@bracz.edu.pl); 23.11, g. 18, pl. Wolności 19, Filia Sztuki, sala 5 – *Strony fotografii* (gościem będzie Max Radawski – artysta wizualny łączący obraz fotograficzny z naturalnymi formami, takimi jak kamień, drewno czy woda); 28.11, g. 17, Filia 8, ul. Osinowa 14/16 (Dębiec) – spo-

tkanie z Tomaszem Owsianym o Filipinach (w ciągu samotnej, ośmiomiesięcznej wyprawy podróżnik odwiedził sześć plemion i ludów oraz wybrane społeczności Filipin); 29.11, g. 18, pl. Wolności 19, sala 1 – *Zapiski intymne* – spotkanie z Karoliną Dzimirą-Zarzycką, autorką książki *Samotnica. Dwa życia Marii Dulebianki* (książka to portret emancypantki, próbuje też uchwycić naturę relacji Dulebianki z Konopnicką oraz przybliżyć sytuację kobiet na przełomie XIX i XX w.). Wstęp na wszystkie wydarzenia jest wolny, kontakt: tel. 61 885 89 09, szczególnie: [www.bracz.edu.pl](http://www.bracz.edu.pl).

## Archeologiczna podróż do Egiptu

Poznańskie muzea i Rezerwat Archeologiczny mają liczne propozycje na listopadowe dni. Nie zabraknie ciekawych wykładów, wystaw i spacerów, które poprowadzą pasjonaci historii.

Z okazji 100. rocznicy odkrycia grobowca Tutanchamona **Muzeum Archeologiczne w Poznaniu** (pałac Górków, ul. Wodna 27) zaprasza w dniach 4–5.11 na egipski weekend. Program wydarzeń: 4.11, g. 17 – zwiedzanie z przewodnikiem wystawy *Śmierć i życie w starożytnym Egipcie* (spacer przy ograniczonym świetle, uczestnicy proszeni są o zabranie laterek, zbiórka na dziedzińcu, wstęp bezpłatny, obowiązują zapisy – tylko przez formularz Google dostępny na stronie muzeum: [nowa.muzaarp.poznan.pl](http://nowa.muzaarp.poznan.pl)); 5.11, g. 12.30–14 – *Widzę wspaniałe przedmioty...* (sala audiowizualna, wstęp bezpłatny, bez zapisów). Dodatkowo 22.11



FOT. MUZEUM ARCHEOLOGICZNE

o g. 12 odbędzie się kolejne spotkanie dla seniorów z cyklu *Porozmawiajmy o...* – będzie to kontynuacja wykładu *Na skrzydłach przeszłości i teraźniejszości. Ptaki od archeologii do fotografii cyfrowej* (sala audiowizualna, wstęp bezpłatny, bez zapisów). W listopadzie

warto zajrzeć do muzeum, ponieważ dostępne będą tutaj wystawy: *Skały w ruchu. Petroglify i ścieżki w sercu Pustyni Zachodniej* (dostępna do 30.11, wstęp na podstawie biletu do MAP: 6, 10 zł) oraz *Monumentalne grobowce z epoki kamienia* (dostępna od 29.11, wstęp na wystawę w przestrzeni dziedzina bezpłatny, część znajdująca się w piwnicach pałacu Górków wymaga zakupu biletu do MAP: 6, 10 zł). Szczegóły: tel. 61 628 55 53.

Na wyjątkową wystawę zaprasza **Rezerwat Archeologiczny Genius loci** (Ostrów Tumski, ul. Posadzego 3). Nowa ekspozycja prezentowana w kościele Najświętszej Marii Panny na Ostrowie Tumskim pt. *A było to wtedy, kiedy Polską władali Piastowie... Nasza pierwsza dynastia w legendach i podaniach* ukaże bogactwo przekazów historycznych i ludowych na temat tradycji i kultury Poznania oraz Wielkopolski. Wystawa dostępna w dniach 25.11–31.05, po wcześniejszym umówieniu się pod nr. tel. 61 852 21 67, w weekendy kościół jest otwarty w g. 10–13, wstęp bezpłatny.

## Listopad z Poznańskim Centrum Dziedzictwa



### Brama Poznań

(ul. Gdańska 2, tel. 61 647 76 34) zaprasza. Orowadzania tematyczne po ekspozycji Bramy: 5.11, g. 11 – orowadzanie rodzinne: *Strachy na Lachy!* (Gdzie podziały się wszystkie istoty towarzyszące niegdyś ludziom – skrzaty, strzygi, wodniki i rusalki?), 16.11, g. 17 – orowadzanie w ramach Międzynarodowego Dnia Tolerancji, 23.11, g. 16 – orowadzanie dla sennerek i seniorów: *Ostrów Tumski przez wieki*, 26.11, g. 11 – orowadzanie rodzinne: *Wyprawa z Mieszkiem/Dobrawą*. Orowadzania rodzinne

przeznaczone są dla rodzin z dziećmi w wieku 5–10 lat, koszt: 10 zł/rodzina, pozostałe orowadzania: udział bezpłatny, zapisy: 61 647 76 34. Wydarzenie dodatkowe: 27.11, g. 12 – Opowieści Wielkiej Drogi: koncert grupy Mozaika, Brama Poznań, sala wielofunkcyjna, wstęp wolny.

### Galeria Śluza

(ul. Dziekańska 2, tel. 61 647 76 31). Od 5.11 do 12.03 w Galerii dostępna będzie wystawa *Jak robić szkołę?*, wstęp wolny, wernisaż wystawy: 5.11, g. 16.

## Muzycznie i poetycko

Teatr Muzyczny w listopadzie: 3–5.11, g. 19 – *Irena*, bilety: 40–120 zł (opowieść o Irenie Sendlerowej, Sprawiedliwej wśród Narodów Świata, która wraz z grupą innych bohaterów uratowała kilkadziesiąt dzieci z warszawskiego getta); 11–12.11, g. 19, 13.11, g. 17, 17.11, g. 11, 18.11, g. 11 i 19, 19.11, g. 15 i 19 – *Virtuoso*, bilety: 40–120 zł, na spektakl 11.11 o g. 19 seniorzy mogą zakupić bilety w promocyjnej cenie: 50 zł, rezerwacja: tel. 511 433 616 (historia o Ignacym Janie Paderewskim, ale też o miłości, zdradzie i przebaczeniu); 25.11, g. 11 i 19, 26.11, g. 15 i 19, 27.11, g. 17 – *Pippin. Historia prawdziwa o poszukiwaniu szczęścia*, bilety: 40–120 zł (historia młodego księcia, następcy tronu frankijskiego, który po śmierci ojca



Irena

obejmuje władzę); 19.11, g. 12 – *Salon Poezji*: Jerzy Radziwiłłowicz, bilety: 10 zł (w programie poezja Juliusza Słowackiego). Kontakt: ul. Niezłomnych 1e, kasa biletowa

czynna pon.–śr. w g. 9–15, czw.–pt. w g. 13–19, sob. w g. 15–18, tel. 61 852 29 27. Posiadaczom Poznańskiej Złotej Karty (Karty Seniora) przysługują bilety ulgowe.

## O kobietach w Teatrze Polskim

Spektakl *28 dni*, który w listopadzie będzie można zobaczyć w Teatrze Polskim, traktuje o procesach, jakim podlegają kobiety, o biologii i o tym, jak są postrzegane

ne przez pryzmat kobiecego cyklu. Przedstawienie będzie wystawione 4–6.11 o g. 18 w Malarni. Bilety dla sennerek i seniorów w cenie 30 zł. Kasa biletowa jest otwarta

od wt. do pt. w g. 10–18 (lub do momentu rozpoczęcia spektaklu), w sob., niedz. – godzinę przed rozpoczęciem spektaklu, kontakt: tel. 61 852 05 41.

## Listopadowe Ósemki

Program wydarzeń w Teatrze Ósmego Dnia: 16.11, g. 18 – pokaz spektaklu *Allegro Agitate* (przedstawienie o podróży w głąb siebie); 16.11, g. 19.30 – rozmowa: *Czy należy bać się Rosji?* (Na ile powinniśmy się bać Rosji, a na ile szukać i wspierać ludzi, którzy się temu wszystkiemu przeciwstawiają?); 17.11, g. 19 – rozmowa *Sztuka i aktywizm* (o zaangażowaniu społecznym artystów i sztuce, która nie jest obojętna na rzeczywistość); 17.11, g. 19 – rozmowa *Co łączy pokolenia?* i pokaz kolażu Joanny Helander i Bo Pressona

(spotkanie wokół Ośrodka Teatru Ósmego Dnia, który od wielu lat buduje mosty między pokoleniami); 19.11 – świętowanie 30-lecia Ośrodka Teatru Ósmego Dnia (g. 18 – pokaz spektaklu *Allegro Agitate*, g. 19.30 – spotkanie z artystami Teatru Ósmego Dnia); 25–26.11, g. 19 – monodram *Human Re-erection* (kilkaset lat po zagładzie ludzkości – czy uda się odbudować gatunek ludzki w ostatnim działającym laboratorium?). Bilety dla seniorów na wszystkie wydarzenia w cenie 10 zł. Szczegóły: tel. 61 855 20 86.

## Jeże pośród egzotyki

W dniach 12–13.11 Palmiarnia Poznańska zaprasza na Dni Jeża. Podczas wydarzenia będzie można dowiedzieć się więcej na temat dzikich zwierząt żyjących w mieście, ze szczególnym uwzględnieniem jeży. Dodatkowo w dniach 11–23.11 prezentowana będzie związana z tym tematem wystawa edukacyj-

na. Wstęp na wydarzenie w cenie biletu do Palmiarni: 12 zł – ulgowy, 16 zł – normalny, w każdy wtorek bilety dla osób 60+ w cenie 4 zł. Godziny otwarcia Palmiarni: od wt. do pt. w g. 9–16 (kasa czynna do g. 15), w sob., niedz. i święta w g. 9–17 (kasa czynna do g. 16), 1.11 Palmiarnia będzie zamknięta dla zwiedzających.

## Aktualności od ZUS

### Świadczenie honorowe z ZUS

Z tytułu ukończenia 100 lat Zakład Ubezpieczeń Społecznych przyznaje dodatkowe świadczenie honorowe. Świadczenie jest równe wysokości kwoty bazowej obowiązującej w dacie przyznania i nie podlega corocznej waloryzacji. Kwota bazowa jest ustalana każdego roku 1 marca i uzależniona od obowiązującego przeciętnego wynagrodzenia. Aktualnie wynosi ona: 4944,79 zł. Dodatkowo senior



ZAKŁAD  
UBEZPIECZEŃ  
SPOŁECZNYCH

biera żadnych świadczeń z ZUS, powinna złożyć wniosek o jego przyznanie.

### ZUS szkoli

II Oddział ZUS w Poznaniu zaprasza na szkolenie online *Kompletowanie wniosków o świadczenia długoterminowe z uwzględnieniem wniosków dostępnych na Platformie Usług Elektronicznych*, które odbędzie się 15.11, g. 10. Obowiązują zapisy: szkolenia\_poznan2@zus.pl. Szczegóły: www.zus.pl.

obchodzący setne urodziny otrzymuje list gratulacyjny od prezesa ZUS, który zwykle wręczany jest osobiście przez przedstawiciela ZUS. Dla osób pobierających emeryturę z ZUS świadczenie honorowe przyznawane jest z urzędu. Oznacza to, że nie trzeba składać wniosku. Jeśli natomiast osoba, która ukończyła 100 lat, nie po-

## Bezpieczne wizyty na cmentarzach



**Towarzyszące nam w dniu Wszystkich Świętych i Dniu Zadusznym refleksja i zaduma nie mogą uspić naszej czujności.**

Komenda Miejska Policji w Poznaniu apeluje o szczególną ostrożność w tym czasie. Przed wyjściem na cmentarz zamknijmy wszystkie drzwi oraz okna w mieszkaniu, warto też powiadomić sąsiada o planowanej nieobecności. W domu nie trzymajmy dużej ilości gotówki i kosztowności. Kiedy wybieramy się na cmentarz, przedmioty wartościowe – pieniądze, karty bankomatowe i dokumenty włóżmy do wewnętrznej kieszeni. Zwracamy uwagę na sztumny tłok i nie dajmy namówić się oszustom! Unikajmy oferowanych nam rozmaitych nietypowych usług, jak np. wróżenie, gry hazardowe, okazyjne zakupy. W okresie Wszystkich Świętych

zwiększa się ruch na drogach, zarówno w okolicach cmentarzy, jak i na głównych ulicach dojazdowych w mieście. Zadbajmy o bezpieczeństwo na drodze! Zachowanie szczególnej ostrożności podczas wchodzenia na przejście dla pieszych, jezdnię lub torowisko to podstawowe zasady bezpieczeństwa. Seniorze, jeśli jesteś kierowcą, pamiętaj, że należy ustąpić pierwszeństwa każdemu pieszememu znajdującemu się na przejściu albo wchodzącemu na przejście!

Pamiętajmy także, aby o każdym niebezpiecznym zdarzeniu zawiadomić policję, dzwoniąc na numer alarmowy 112. Pomimo zdenerwowania i stresu starajmy się zachować spokój, żeby rzeczowo opisać szczegóły zdarzenia, które mogą mieć znaczenie dla postępowania funkcjonariuszy policji.

## Senioralne śpiewanki

Spotkania odbywają się w każdy wtorek w g. 17–18 (8, 15, 22 i 29.11) – ich organizatorem jest Stowarzyszenie Schron Kultury „Europa” (przy ul. Rolnej 24) oraz Wildecki Klub Senioralny Schron III Wieku. Uczestnicy uczą się nowych piosenek lub wspólnie śpiewają utwory z lat młodości. Akompaniuje im zespół muzyczny, a teksty piosenek są wyświetlane na ekranie. Wstęp jest bezpłatny, nie trzeba się zapisywać, wystarczy przyjść! Szczegóły: tel. 604 853 782.



FOT. MATERIAŁY ORGANIZATORÓW

## Seniorze, bądź bezpieczny na drodze!

**Okres jesienno-zimowy w pełni. Poranne mgły ograniczające widoczność, częste opady i niska temperatura powodują większą liczbę niebezpiecznych zdarzeń na drodze.**

Komenda Wojewódzka Policji w Poznaniu apeluje o zwiększenie uwagi w okresie jesiennym. Szczególnie narażeni na niebezpieczeństwo są piesi. Najczęstszymi przyczynami wypadków z ich udziałem są m.in.: wejście na jezd-

nię zza przeszkody, przejście przez jezdnię w miejscach do tego niewyznaczonych lub na czerwonym świetle. W przypadku nagłego ataku zimy na chodnikach często zalega śnieg, na którym łatwo można stracić równowagę i się przewrócić, co może skutkować złamaniem lub stłuczeniem.

Warto wyposażać się w elementy odblaskowe, które mogą uchronić nas przed niebezpieczeństwem. Droga hamowania w niesprzyjają-

cych warunkach atmosferycznych znacznie się wydłuża. Zalegające na drodze liście, marznące opady deszczu lub śniegu zwiększają zagrożenie. Podczas jazdy samochodem także musimy zachować szczególną ostrożność, bo może się okazać, że chociaż sami stosujemy się do obowiązujących przepisów, to ktoś inny, jadąc ze zbyt dużą prędkością i nieostrożnie, spowoduje wypadek, w którym to my będziemy poszkodowani.

## Kultura Dostępna – kino dostępne

W ramach projektu „Kultura Dostępna” we wszystkich kinach Helios na terenie całej Polski w czwartki o g. 13 i 18 odbywają się pokazy filmów polskich. Koszt biletu to 10 zł. Program listopadowych projekcji: 3.11 – *Przejście* (w wyniku nawałnicy został uszkodzony most łączący świat żywych ze światem umarłych,

w związku z tym wiadomość o jej śmierci dociera do Marii z opóźnieniem); 10.11 – *Orleńca. Grodno '39* (dramatyczny obraz wojny z Sowietami widziany oczami dwunastoletniego chłopca); 17.11 – *Cicha ziemia* (Anna i Adam wynajmują wakacyjny dom na włoskiej wyspie – na miejscu okazuje się, że wy-

marzona willa nie spełnia ich oczekiwań); 24.11 – *Mój dług* (młody przedsiębiorca prześladowany przez bezwzględne bandytę dopuszcza się morderstwa w obronie swoich bliskich). W Poznaniu kino Helios znajduje się w CH Posnania przy ul. Pleszewskiej 1. Szczegóły: tel. 61 622 72 97.

## Powstanie wielkopolskie na ekranie

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

Ceny biletów: senioralny: 15 zł, grupowy: 12 zł (grupa od 10 osób), normalny: 20 zł.

Dla seniorów dostępne są seanse grupowe. Kontakt i zgłoszenia: tel. 601 700 688.

## Klub Starszaka

**Stowarzyszenie CREO zaprasza mieszkańców i mieszkanki Poznania w wieku 60+ do udziału w ciekawych i bezpłatnych zajęciach.**

Co ciekawego w listopadzie? 4.11, g. 10–11 – *Stop manipulacjom. O sposobach, które stosują (nie) uczciwi sprzedawcy* (Na czym polega metoda sprzedaży „stopa w drzwiach”? Czym jest up-selling?); 11.11, g. 11–13 – wizyta w Poznańskim Muzeum Pyry; 18.11, g. 10–12 – *Co z tą (wirtual-*

*na) rzeczywistością?* (zajęcia z wykorzystaniem gogli z wirtualną rzeczywistością); 25.11, g. 10–12 – zajęcia z rękodzieła (doświadczenie w tworzeniu rękodzieła nie jest konieczne). Wszystkie listopadowe spotkania poza wizytą w Poznańskim Muzeum Pyry (ul. Wroniecka 18) odbędą się w siedzibie Stowarzyszenia CREO przy ul. Kochanowskiego 8a/2. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 667 313 012.

## Bazar na Łazarzu

Fundacja Rodziny Prusieckich zaprasza na listopadową odsłonę Bazaru Wyspiańskiego.

W programie wydarzenia: targ rękodzieła, warsztaty artystyczne,

wystawa malarstwa i animacje dla dzieci. Wydarzenie odbędzie się 19.11 (g. 12–20) i 20.11 (g. 12–18), ul. Wyspiańskiego 26, wstęp wolny.

## MIEJSCA PRZYJAZNE SENIOROM

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

### Wielkopolskie Centrum Fizjoterapii

Dysfunkcje w okolicy miednicy i stref intymnych mogą być bardzo dokuczliwe. Jakimi nawykami wspierać mięśnie dna miednicy? Czego unikać? Jak pracować nad problemami, które już się pojawiły? Gubienie moczu, obniżenie narządów, blizny w okolicy jamy brzusznej czy podbrzusza – wszystkie te problemy są wskazaniem do terapii i konsultacji z fizjoterapeutką uroginekologiczną! W listopadzie będzie można wziąć udział w nieodpłatnych spotkaniach z terapeutkami w placówkach Wielkopolskiego Centrum Fizjoterapii: Patrycja – 4.11, g. 11–14 (os. Lecha 43), Julia – 9.11, g. 14.30–16.30 (ul. Łomżyńska 1), Sylwia – 16.11, g. 17.30–19.30 (ul. Łomżyńska 1). Wizyta będzie miała charakter 30-minutowej konsultacji (nie jest to pełnowymiarowa wizyta terapeutyczna), podczas której będzie można porozmawiać o dolegliwościach, profilaktyce, omówić możliwości, jakie daje fizjoterapia uroginekologiczna (w czasie konsultacji terapeutki nie dobierają indywidualnych planów ćwiczeń). Liczba miejsc jest ograniczona, rejestracja na wizytę: ul. Łomżyńska 1 – tel. 692 750 222, os. Lecha 43 – tel. 780 002 279.

### Gabinet Podologiczny Maja Żołądz

Posiadacze Poznańskiej Złotej Karty mogą wziąć udział w akcji „Zadbaj o swoje stopy”. W Gabi-

## Miejsce Przyjazne Seniorom

necie Podologicznym Maja Żołądz dostępni są specjaliści podologii, którzy wiedzą, jakie problemy mogą pojawić się w obrębie stóp i jak trudne może okazać się obcięcie paznokci czy regularne dbanie o stopy. W ramach akcji seniorzy mogą skorzystać z 20 proc. rabatu na takie zabiegi, jak: obcięcie paznokci, pedicure kosmetyczny, opracowanie modzeli (zabiegi dostępne są w każdy poniedziałek i wtorek listopada). Dodatkowo na każdy szósty zabieg obowiązuje 50 proc. zniżki, konsultacje dla seniorów są zawsze darmowe, a specjalistyczny zabieg dla cukrzyków jest w niższej cenie. Kontakt w sprawie szczegółów i rezerwacji terminu zabiegu: os. Stefana Batorego 82 n, tel. 509 927 148.

### Centrum Medyczne Synexus

Ośrodek badań klinicznych Synexus zaprasza w listopadzie na bezpłatne konsultacje lekarskie. Poszukuje uczestników obu płci do badań klinicznych w zakresie choroby Leśniowskiego-Crohna (w wieku do 75 lat, z aktywną postacią choroby), przewlekłej choroby nerek oraz niewydolności serca (ze stwierdzoną niewydolnością serca i przewlekłą chorobą nerek), bolesnej neuropatii cukrzycowej (w wieku do 80 lat, ze stwierdzoną neuropatią cukrzycową, u któ-

rych aktualnie występują dolegliwości bólowe lub zaburzenia czucia w obszarze stóp i dłoni), zwyrodnienia stawu kolanowego (z rozpoznaniem choroby zwyrodnieniowej stawu kolanowego oraz dolegliwościami bólowymi tego stawu), depresji (w wieku do 65 lat, z rozpoznaniem ciężkiego zaburzenia depresyjnego), nadciśnienia tętniczego (w wieku do 75 lat, z nieleczonym nadciśnieniem tętniczym lub będącym w trakcie stabilnego leczenia). Zapisy: tel. 61 641 41 41 (pon.–pt. w g. 8–18).

### MedPolonia

W listopadzie MedPolonia oferuje aż 45 badań laboratoryjnych w cenach obniżonych o ponad 30 proc. Z badań można skorzystać we wszystkich placówkach w Poznaniu (ul. Obornicka 262, ul. Starołęcka 42, ul. Błacharska 2). Dodatkowo w placówce przy ul. Obornickiej 262 można skorzystać z promocji: konsultacja ginekologiczna z USG i cytologią w cenie 190 zł, 30-minutowy masaż w każdą sobotę w cenie 45 zł (promocje dotyczą wybranych lekarzy i fizjoterapeutów, dostępne są w określonych godzinach). Szczegóły na temat listopadowej oferty: tel. 61 664 33 00.

### Centrum Medyczne Stanley

Centrum oferuje fizjoterapię stomatologiczną, skierowaną do osób mających problemy m.in. z bólem i trzaskami stawów skroniowo-żuchwowych, bólami głowy, ograniczeniem lub deficytem zakresu otwierania ust. Odpowiednia terapia może również pozytywnie wpływać na stan uzębienia. Kontakt: Centrum Medyczne Stanley, ul. 28 Czerwca 1956 r. nr 135, tel. 61 649 05 55, 532 411 514.

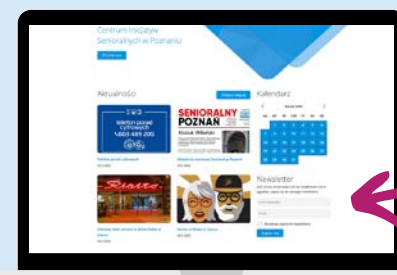
## Senior w Formie

Za sprawą tej kampanii Centrum Inicjatyw Senioralnych przekonuje, że warunkiem koniecznym dla zdrowego starzenia się jest regularne podejmowanie aktywności fizycznej.

Każdego miesiąca wybieramy najróżniejsze propozycje spośród ofert kierowanych do seniorów i seniorek w Poznaniu. W listopadzie polecamy spacer, które prowadzą nieoczywistymi ścieżkami, czyli coś dla ciała i ducha! Przechadzki prowadzą przewodnicy grupy PoPoznaniu.pl. Harmonogram spacerów: 5.11, g. 11 i 15 – *Na frasunek... dobry trunk. Opowieści o piwie i nie tylko,*

zbiórka: pl. Międzywojska (przy krzyżu chwaliszewskim); 11.11, g. 10 – *Poznańskie ślady Enigmy*, zbiórka przy pomniku kryptologów przed CK Zamek; 19.11, g. 10 i 17 – *Straszne historie III*, zbiórka przed wejściem do Muzeum Narodowego przy Al. Marcinkowskiego. Udział w spacerach jest bezpłatny, nie są wymagane wcześniejsze zapisy. Spacer odbywa się w ustalonym terminie bez względu na pogodę i liczbę uczestników. Wycieczki nie są dotowane przez żadną instytucję ani sponsora, dlatego na zakończenie można nagrodzić przewodnika napiwkiem. Kontakt: tel. 884 605 305.

## CIS zaprasza



Zapisz się do newslettera CIS i bądź na bieżąco!

Centrum Inicjatyw Senioralnych jest miejscem, do którego może przyjść każda osoba zainteresowana tym, co dzieje się w mieście na rzecz osób starszych. Czekamy na Was w Centrum codziennie od poniedziałku do piątku w g. 8–16 przy ul. Mielżyńskiego 24. Wiemy, dokąd możecie pójść, żeby nauczyć się obsługi komputera, gdzie udać się po wsparcie socjalne, kto

organizuje potańcówki, wyjście do kina czy nordic walking. Poznań jest miastem otwartym. Jest tu wiele inicjatyw godnych polecenia i Waszego udziału. Warto być z nami w kontakcie: tel. 61 847 21 11, warto też zaglądać na naszą stronę internetową: [www.centrumis.pl](http://www.centrumis.pl) oraz profil facebookowy. Zachęcamy również do zapisania się do naszego newslettera.

## ZUS w Centrum Inicjatyw Senioralnych

Zakład Ubezpieczeń Społecznych zaprasza do udziału w bezpłatnych warsztatach, które odbędą się w Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu 18.11 w g. 12–14. Podczas spotkania zostaną poruszone takie wątki jak: przeliczenie

świadczeń emerytalno-rentowych, bezgotówkowa forma pobierania świadczeń z ZUS, świadczenie uzupełniające dla osób całkowicie niezdolnych do pracy i niezdolnych do samodzielnej egzystencji (500+).

Ekspertkami z ramienia ZUS będą Lidia Boguszewska oraz Natalia Dola-Wojciechowska. Spotkanie odbędzie się w siedzibie CIS, przy ul. Mielżyńskiego 24, obowiązują zapisy: tel. 61 847 21 11.



ZAKŁAD  
UBEZPIECZEŃ  
SPOŁECZNYCH

# Pierwszy pilot

Powstaniec wielkopolski, kpt. pilot Franciszek Jach, został patronem 31. Bazy Lotnictwa Taktycznego na Krzesinach.

Postać Jacha jest z pewnością znana miłośnikom lotnictwa, a także interesującym się przebiegiem powstania wielkopolskiego. Jednak jeszcze mnóstwo wody w Warcie przepływa, zanim Jach będzie powstańcem tak znanym jak Witold Pniewski czy Leon Prauziński. Warto poznać jego biografię.

Urodził się 18 stycznia 1894 roku w Januszkowie pod Żninem, na pograniczu Wielkopolski i Kujaw w zaborze pruskim. Jako nastolatek uczył się w niemieckim gimnazjum w Nakle nad Notecią. W tych latach o niepodległej Polsce marzyli tylko najwięksi optymiści, a Franciszek widocznie był jednym z nich, bo już jako nastolatek zaangażował się w działalność patriotyczną. Działal m.in. w Towarzystwie im. Zana, był członkiem drużyny strzeleckiej.

W 1912 roku rodzina Jachów przeniosła się do Wapna, osiedlając się w dużym, ponad 100-hektarowym majątku. Wchodzenie Franciszka

w dorosłość przypadło na lata I wojny światowej. 15 listopada 1915 został powołany do armii niemieckiej. Służbę rozpoczął na froncie zachodnim. Brał m.in. udział w krwawej bitwie pod Verdun. Od 1916 roku walczył na froncie wschodnim.

W czerwcu 1917 roku rozpoczął kurs pilotażu na lotnisku Ławica, który ukończył w marcu 1918 roku. Zdobył patent oficerski, z którym trafił jako pilot do Szkoły Strzelców Samolotowych. Był to nie lada wyczyn, bo Niemcy starali się nie dopuszczać Polaków do wyższych stanowisk w wojsku. Służbę frontową zakończył 15 listopada 1918 roku. Wielka Wojna właśnie się skończyła, a Polska odzyskała niepodległość.

Ale nie cała. Tereny Wielkopolski były nadal w rękach niemieckich. Po powrocie do kraju Jach przekonał się, że sytuacja jest napięta. Trwały przygotowania do powstania, gromadzono broń i amunicję, tworzone konspiracyjne oddziały. Wiel-

kopolanie obserwowali sytuację polityczno-militarną i wyczekiwali dogodnego momentu, by uderzyć na zaborcę i wyzwolić się samodzielnie. 27 grudnia około g. 16 rozpoczęły się walki w Poznaniu. Już w pierwszym dniu powstania losy skromnego pilota Franciszka Jacha splótły się z wielką historią.

Jach, pełniący służbę na Ławicy, otrzymał rozkaz pilnego dostarczenia samolotu Albatros D.III do Berlina. Startując z niemieckim pilotem Paulem Pohlem, nakłonił go do lotu w przeciwnym kierunku, w swoje rodzinne strony. Przekazy rodzinne mówią, że skusił Pohla, obiecując mu wielką porcję kielbasy ze świnobicia. Samolot wylądował w Wapnie. Tam maszynę przechwycił lokalny oddział powstańczy. Samolot zatoczono do stodoły Jachów. W nocy Franciszek z bratem Stanisławem zamalowali niemieckie znaki rozpoznawcze, przekształcając czarne krzyże w białoczerwone szachownice. 28



FOT. ARCHIWUM RODZINY JACHÓW

Pilot Franciszek Jach w kabinie zdobytego samolotu, na tle rodzinnego gospodarstwa, 29.12.1918 r.

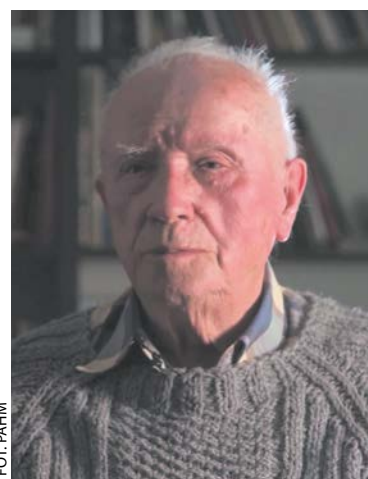
## „Wojna miała trwać tydzień”

**Przypominamy wrześniowe losy Stefana Lamęckiego.**

We wrześniu 1939 roku Stefan Lamęcki jako 7-letni chłopiec widział wymarsz Wojska Polskiego z Poznania i wejście Wehrmachtu.

Był też świadkiem walk o miasto zimą 1945 roku i zdobycia go przez Armię Czerwoną. W rozmowie z PAHM opowiada m.in. o okupacyjnej szkole dla Polaków i niemieckim nauczycielu ze złotą odznaką NSDAP w klapie. A także o niebezpiecznych zabawach z bronią, pozostałą po walkach o Poznań.

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



FOT. PAHM

agn Stefan Lamęcki

grudnia bracia odbyli lot rozpoznawczy nad Wapnem.

Historia zdobycia samolotu została udokumentowana zdjęciem z 29 grudnia przedstawiającym Franciszka w kabinie albatrosa na tle gospodarstwa Jachów. Warto zwrócić uwagę na niebywałe wręcz wyczucie czasu, jakim wykazał się Jach, przejmując samolot w pierwszych godzinach powstania.

W kolejnych dniach ten doświadczony pilot nie walczył jednak w powietrzu, ale dowodził „naziemnym” plutonem piechoty walczącym pod Mroczą, Ślesinem, Szubinem i Żninem. 6 stycznia 1919 roku dostał się do niewoli. Na szczęście Niemcy nie zorientowali się, że mają w swoich rękach pilota, który wyrządził im tak wielką szkodę. 10 stycznia jeniec uciekł i przedostał się do swoich.

W kolejnych miesiącach Jach walczył w wojnie polsko-ukraińskiej. Pod Samborem w obwodzie lwowskim udało mu się zniszczyć nieprzyjacielski balon obserwacyjny. W czasie tego starcia jego samolot został uszkodzony, a pilot po przymusowym lądowaniu dostał się do niewoli ukraińskiej. Cudem uniknął śmierci, a po kilku tygodniach uciekł z obozu jenieckiego. Przez dwa dni ukrywał się w kominie opuszczonego domostwa, po czym, maszerując nocą, przedostał się na stronę polską.

Od września walczył na froncie litewskim w wojnie polsko-bolszewickiej. W maju 1920 roku, pilotując znanego mu dobrze albatrosa D.III, zestrzelił sowiecki samolot typu Nieuport. W locie tym jako obserwator towarzyszył mu podpułkownik Władysław Anders, późniejszy generał.

W maju 1933 roku przeszedł do rezerwy.

W sierpniu 1939 roku został zmobilizowany. Brał udział w kampanii wrześniowej, organizując stanowiska obrony przeciwlotniczej w Dęblinie, Zamościu i Lwowie. Został w okupowanym kraju, gdzie włączył się w działalność konspiracyjną początkowo ZWZ, a potem w AK. Niestety nie doczekał końca wojny. Zmarł 13 maja 1944 w szpitalu w Lublinie, na skutek ran doznanych podczas nalotu. Jest pochowany na cmentarzu wojskowo-komunalnym w Lublinie przy ul. Białej.

W 2022 roku tego wspaniałego pilota w dwójnasób upamiętniono w Poznaniu. 18 stycznia radni miejscy podjęli uchwałę, nazywając imieniem Franciszka Jacha ulicę na Głuszynie. Z kolei 13 września, decyzją ministra obrony narodowej, 31. Baza Lotnictwa Taktycznego, w której stacjonują polskie samoloty wielozadaniowe F-16, otrzymała imię kpt. Pilota Franciszka Jacha.

Szymon Mazur



Poznańskie Archiwum Historii Mówionej ([historiamowiona.poznan.pl](http://historiamowiona.poznan.pl)) to rozmowy z poznaniakami i Wielkopolanami, którzy opowiadają o swoich przeżyciach. Są wśród nich uczestnicy takich wydarzeń jak Czerwiec 1956, ale też osoby, które na przykład chcą podzielić się wspomnieniami o tym, jak się żyło na podpoznańskiej wsi po zakończeniu II wojny albo na Ratajach w latach 70.

W ten sposób, w żywym słowie, utrwalana jest pamięć o historii najnowszej i życiu codziennym w Poznaniu i regionie.

# Alarmowy 112

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

## CENTRUM INICJATYW SENIORALNYCH

ul. Mielżyńskiego 24  
pon.–pt. g. 8–16  
[centrum@centrumis.pl](mailto:centrum@centrumis.pl)  
[www.centrumis.pl](http://www.centrumis.pl)  
..... 61 847 21 11  
..... 61 842 35 09

## CENTRUM INFORMACJI Kulturalnej (CIK)

ul. Ratajczaka 44  
(w budynku Arkadii)  
pon.–pt. g. 10–18  
sob. g. 10–17  
[www.cik.poznan.pl](http://www.cik.poznan.pl)  
..... 61 854 07 52  
..... 61 854 07 53  
..... 61 854 07 54

## MIEJSKA RADA SENIORÓW

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

## POZNAŃSKIE CENTRUM ŚWIADCZEŃ

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

ul. Wszystkich Świętych 1  
[swiadczenia@pcs-poznan.pl](mailto:swiadczenia@pcs-poznan.pl)  
..... 61 646 33 44

## MIEJSKI OŚRODEK POMOCY RODZINIE

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## WYDAWANIE ORZECZEŃ O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI I ŚWIADCZENIA

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

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

## Pakiet Poznań Viva Senior

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

**Poznańska Złota Karta.** Upoważnia do korzystania z szerokiej oferty ulg i rabatów w miejskich instytucjach kulturalnych, sportowych, edukacyjnych oraz w prywatnych firmach. Przysługuje osobom w wieku 60+. Wnioski o wydanie Poznańskiej Złotej Karty można składać w siedzibach Poznańskiego Centrum Świadczeń przy ul. Wszystkich Świętych 1 (róg ul. Za Bramką).

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

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

**Taksówka dla Seniora.** Usługi transportowe świadczone na rzecz osób mających trudności w samodzielnym poruszaniu się komunikacją publiczną. Przejazdy na terenie Poznania mogą odbywać się do urzędu, na cmentarz albo do placówki medycznej. Usługa skierowana jest do osób w wieku 80+ lub w wieku 70+, które mają problem z samodzielnym poruszaniem się. Przewozy odbywają się od pon. do pt. w g. 7–18. **Zgłoszenia: 22 43 900 50. Zgłoszenie przejazdu należy dokonać nie później niż 3 dni kalendarzowe do godz. 20.00 i maksymalnie 2 miesiące przed planowanym terminem przejazdu.**

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

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

**Mycie okien w domu seniora.** Usługa obejmuje umycie szyby z obydwu stron, ram okiennych i parapetów. Miejsce wykonania usługi musi się znajdować w granicach administracyjnych miasta Poznania. Z usługi mogą skorzystać osoby w wieku 80+. Jest wykonywana od pon. do pt. w g. 10–18. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

**Sprzątanie nagrobków.** Usługa polega na umyciu nagrobka osoby bliskiej oraz oczyszczeniu terenu wokół niego. Wykonywana jest na dwóch cmentarzach: Junikowie i Miłostowie, od pon. do pt. w g. 10–18. Skierowana jest do osób w wieku 80+. **Zgłoszenia przez Poznań Kontakt: 61 646 33 44.**

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

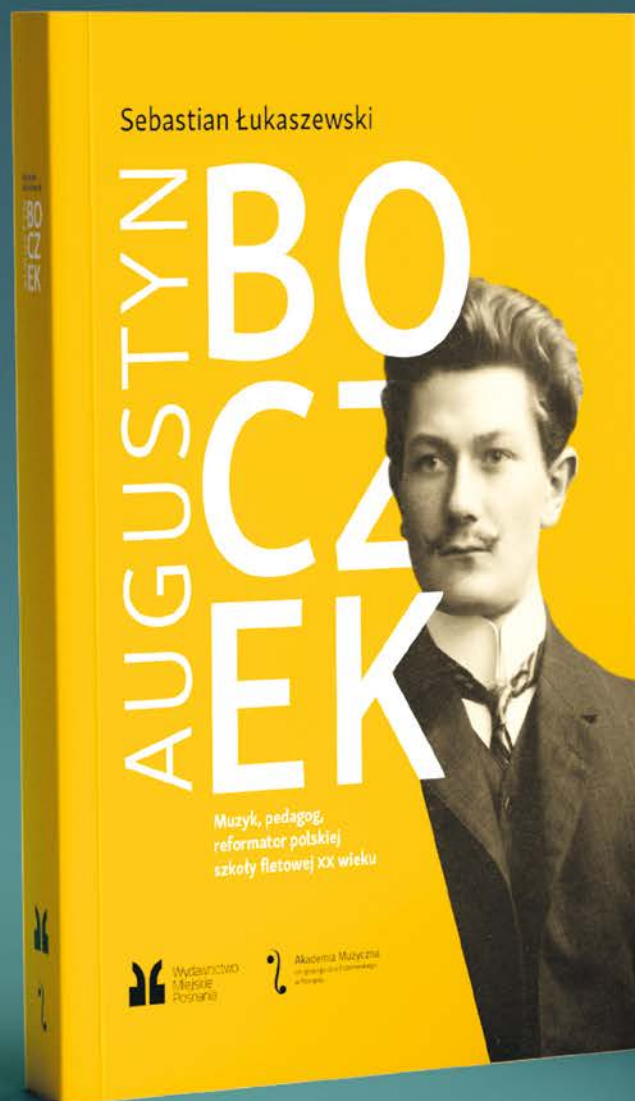
## REŻIM SANITARNY

Realizacja usług przebiega zgodnie z zasadami reżimu sanitarnego. Usługa nie zostanie zrealizowana, jeśli senior ma objawy choroby zakaźnej, jest w trakcie obowiązkowej izolacji lub kwarantanny (lub mieszka z taką osobą), jak również jeśli w ciągu dwóch tygodni przed usługą miał kontakt z kimś podejrzanym o zakażenie, zachorowanie lub skierowanym do izolacji.

Szczegółowe informacje: Poznań Kontakt 61 646 33 44, Centrum Inicjatyw Senioralnych 61 847 21 11, 61 842 35 09.

## REDAKCJA

**Zespół:** Mateusz Malinowski (red. nacz.), Szymon Mazur  
**Współpraca:** Agnieszka Nawrocka  
**Redaktor techniczny:** Wojciech Szybisty  
**Korekta:** Anna Nowotnik **Wydawca:** Wydawnictwo Miejskie Poznań,  
ul. F. Ratajczaka 44, 61-28 Poznań, e-mail: [informator@wm.poznan.pl](mailto:informator@wm.poznan.pl)  
[www.wm.poznan.pl](http://www.wm.poznan.pl)



Pierwsza publikacja poświęcona wybitnemu poznańskiemu fleciście i pedagogowi. Postać prof. Augustyna Boczka została ukazana na tle epoki. Oprócz wątków historycznych, nieznanych faktów i fotografii czytelnik odnajdzie w monografii ważne informacje na temat muzycznego życia oraz edukacji w ówczesnym Poznaniu.

Publikacja dostępna na [sklep.wmpoznania.pl](http://sklep.wmpoznania.pl) i w Centrum Informacji Kulturalnej



Wydawnictwo  
Miejskie  
Poznań



Akademia Muzyczna  
im. Ignacego Jana Paderewskiego  
w Poznaniu

POZnań\*

## W listopadowym IKS-ie m.in.

**Prezentujemy wyniki plebiscytu** portalu Kulturapoznan.pl i miesięcznika IKS na Wydarzenie kulturalne oraz Człowieka Kultury minionego sezonu w Poznaniu. W numerze także rozmowy z laureatami.

**Zapowiadamy m.in. Wesele** w reżyserii Mikołaja Grabowskiego w Teatrze Nowym i festiwal Era Jazzu w Auli UAM.

**Rozmawiamy z Wojciechem Nentwigiem**, dyrektorem Filharmonii

Poznańskiej, oraz Łukaszem Borowiczem, dyrektorem muzycznym i dyrygentem-szefem jej Orkiestry; Kubą Kapralem, dramaturgiem, scenarzystą, performerem – o słuchowisku *Robak Spysky*; Krzysztofem Mączkowskim, propagatorem kultury Indian Ameryki Północnej.

**W dziale historycznym** przypominamy postaci związane z powstaniem wielkopolskim – gen. Stanisława Taczaka, pierwszego dowódcę powstania, i pilota Franciszka Jacha.

**Tradycyjnie w listopadzie** wspominamy ludzi kultury i sportu, którzy odeszli w ciągu tego roku.

**Jak zawsze IKS-owi towarzyszy Afisz**, a w nim kilkadziesiąt zapowiedzi wydarzeń kulturalnych na listopad.

W numerze z Czytelnikami wita się też nowa redaktor naczelna miesięcznika – **Agnieszka Nawrocka**.

Zapraszamy również na stronę [kulturapoznan.pl](http://kulturapoznan.pl)

