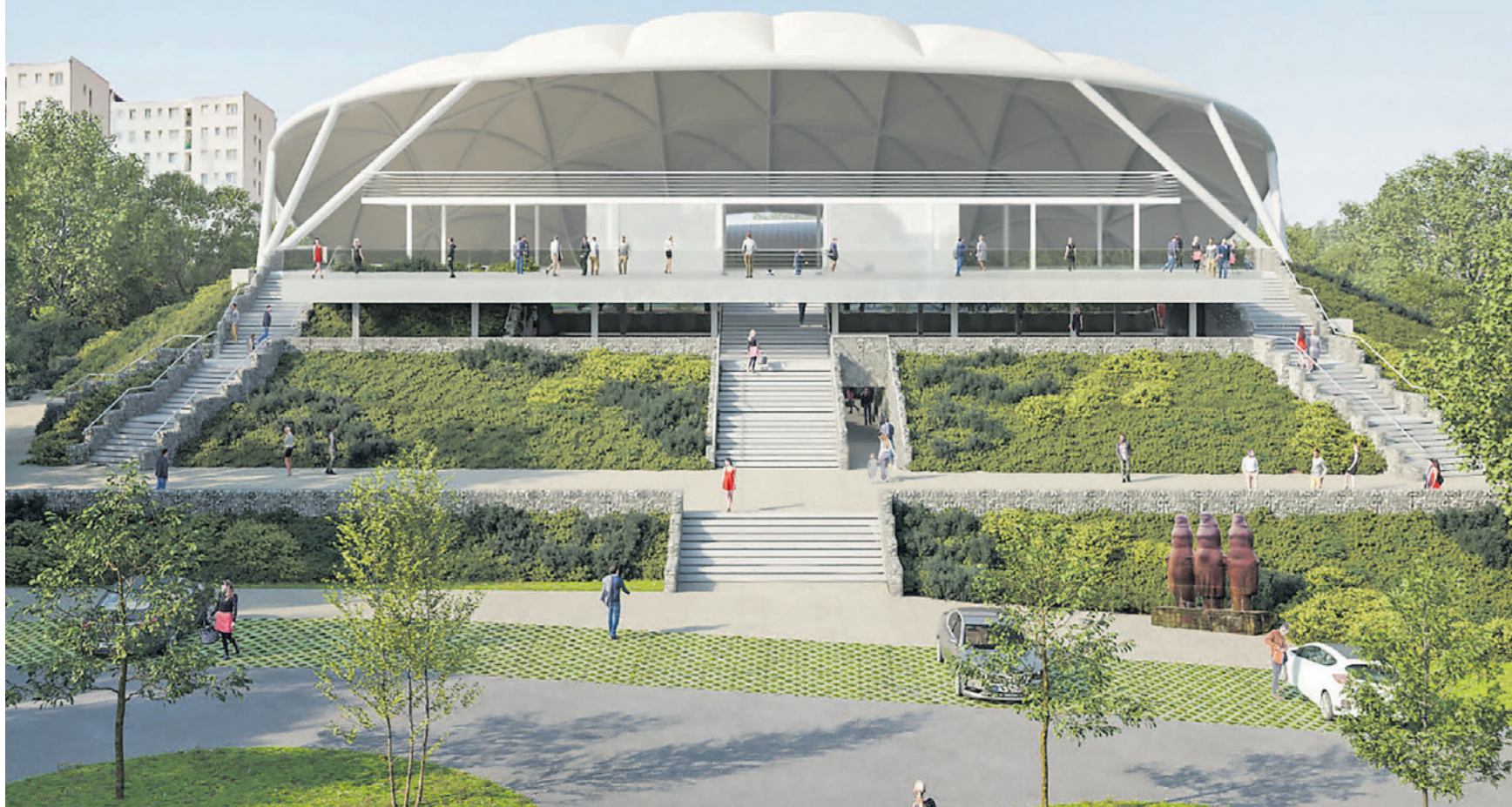




ROK PEŁEN INWESTYCJI

s. 3



Kołem zamachowym rozwoju miasta mają być w przyszłym roku inwestycje. Na ten cel wydamy 308 mln zł. Wśród najważniejszych zadań są m.in: budowa amfiteatru i wkład w budowę Lubuskiego Uniwersyteckiego Centrum Onkologii, lokalne drogi, a w przyszłości modernizacja stadionu lekkoatletycznego. FOT. MATERIAŁY UM ZIELONA GÓRA

PLUGI W GOTOWOŚCI



FOT. BARTOSZ MIROŚLAWSKI

Za tegoroczną akcję „Zima” w całości będzie odpowiadał Zakład Gospodarki Komunalnej. Nie ma już podziału na rejony, które obsługiwały firmy zewnętrzne. Miejska spółka pod opieką będzie miała 380 km dróg (administrowanych przez miasto) i 380 tys. mkw. ciągów pieszych. **s. 4**

SZLIFUJEMY TALENTY



FOT. BARTOSZ MIROŚLAWSKI

Zespół Szkół Muzycznych wzbogaci się o dwie nowoczesne sale koncertowe. - To serce i tlen dla szkoły muzycznej, dzięki nim będziemy mogli zaprosić zielonogórzan na koncerty absolwentów i zaprezentować nasze dokonania artystyczne - mówi dyrektor Honorata Górna. **s. 5**

ZIELONOGÓRSKIE SUKIENICE



FOT. SZYMON PŁOCIENNIK

Jedna z najbardziej znanych kamienic świętuje 100-lecie. O rocznicy przypomina data 1925 na rogu budynku. Nad nią znajduje się rzeźba lwa. Mało kto ją jednak dostrzega. A nawiązuje do nazwy najdłuższej działającej apteki w Zielonej Górze, która znajdowała się w tym miejscu... **s. 7**

CZAS NA SENIORÓW



FOT. WŁADYSŁAW CZULAK

Dostają tu namiastkę wolności i dawnego życia. Możliwość pobycia wśród ludzi. Dziś personel zorganizował im potańcówkę. Odwiedziliśmy Dom Dziennego Pobytu „Senior+” w Starym Kisielinie. Reportaż „Czas, który pozostał” przeczytasz w naszym specjalnym dodatku „Czas na seniorów”. **s. IV**

FELIETON

Artur Łukasiewicz

Siądź a odpocznij sobie
czyli sekrety ławkologii

Czym mogłaby się przysłużyć Zielona Góra ławkologii, modnej ostatnio nauce o ławkach w przestrzeni miejskiej? Parę doświadczeń mogłaby wnieść. Na przykład z pewną ławeczką z ul. Sienkiewicza.

Ponoć ławka jest jak zdrowie i starość, wartości zwykle niezauważane, dopóki nie zaczną szwankować. Dopiero gdy ławka staje się potrzebna, zaczynamy ją doceniać. I myśleć: przydałaby się bliżej, dlaczego jest ich tak mało, chociaż przecież obiektywnie ławek co roku przybywa. Patrząc jak w parku Tysiąclecia trwają przygotowania do montażu kolejnych ponad 30. W niektórych miejscach stoją już gęsto, aż się zastanawiam czy nie przesadzili. Park w końcu to nie poczekalnia dworcowa.

Szukałem w różnych źródłach ławkologicznych, bo tak się dziś nazywa modne badania socjologiczne dotyczące ławek w przestrzeni miejskiej, czy są jakieś wyraźne wskazówki, ile ławek powinno przypadać na kilometr albo na tysiąc mieszkańców. Odpowiedzi jest sporo, choć rzadko konkretnych. Niektórzy badacze uważają, że pożyteczna staje się dopiero ławka ustawiona średnio co 50 metrów. Dotyczy dzielnic, w których wśród mieszkańców przeważają seniorzy. Ławki sprawiają wtedy, że aktywniej biorą udział w życiu społecznym.

Z polskich badań wynika także, że w miastach jest ich niedostateczna ilość. Co prawda ich liczba rośnie, ale zbyt wolno. Porównania z miastami w zachodniej Europie i USA wypadają dla nas okrutnie. Ulubionym przykładem ekspertów jest nowojorski Central Park. Jest w nim 9 tys. ławek, dwa razy więcej niż w całej Warszawie. Liczba ławek w niemieckich miastach, licząc je na tysiąc mieszkańców, bije nasze na głowę.

Inwestycje w ławeczki nie są sezonową modą, wynikają wprost z demografii starzejących się społeczeństw. Lepiej instalować je wcześniej niż później, zanim staną się potężną kwotą w budżecie. Najsensowniej montować je przy traktach zakupowych, śródmieściu, blokowiskach, skwerach, parkach, przy chodnikach między przystankami autobusowymi. Nie należy stosować zasady „gdzie się da” - przestrzegają ławkowi logistycy, bo narazimy się na drwiny. W moim prywatnym rankingu, najbardziej dziwacznie ustawiono w Zielonej Górze ławkę przy skrzyżowaniu ulic Strzeleckiej i Sienkiewicza. Mijam ją regularnie, o różnych porach i nigdy nie spotkałem siedzącego na niej człowieka. Pojawiła się dawno temu, pewnie na fali akcji typu „800 ławek na 800-lecie”. Stoi dziś sobie frontem do ruchliwego skrzyżowania. Samotna, opuszczona, czekając na desperata, który zaryzykuje i przyjmie w płuca solidną dawkę spalin. Rynek ławkowy w kraju rośnie. Najlepiej sprzedaje się ławka uliczna (bez oparcia) i parkowa, z oparciem, dobrze wyprofilowana. Taka co nie wygina kręgosłupa. Specjaliści twierdzą, że lepiej polegać na sprawdzonych modelach, prostych, ergonomicznych.

Nie należy, wedle ławkologów, przesadzać z trendami. Dobrze odpuścić sobie metalowe ławki z rur, czy parklety. Ma liczyć się prostota i miejsce. Warto więc wziąć sobie do serca lekcję z ławeczki u zbiegu Sienkiewicza ze Strzelecką.

CZAS NA JUBILEUSZ

SZPARAGI I NASZA MEDYCYN

- Atmosfera, stosunki międzyludzkie były świetne, fantastycznie nam się pracowało. Wszystkim zależało na sukcesie - o początkach kierunku lekarskiego na Uniwersytecie Zielonogórskim opowiada prof. Marek Spaczyński.

Sylvia Sałwacka: - Kierunek lekarski w Zielonej Górze kończy 10 lat. Podobno zaczęło się od szparagów?

Prof. Marek Spaczyński: - W żartobliwym skrócie. W kwietniu 2015 r. zadzwoniła do mnie ówczesna marszałkini Elżbieta Polak i powiedziała, że razem z Tadeuszem Kuczyńskim, wówczas rektorem Uniwersytetu Zielonogórskiego, chciałby porozmawiać o stworzeniu kierunku lekarskiego. Temat wydał mi się interesujący. Zaprosiłem ich do domu na obiad. Akurat zaczął się sezon na nowalijki, żona zrobiła szparagi. Wyszły fantastycznie. Spotkanie udało się do tego stopnia, że jeszcze tego samego dnia zgodziłem się podpisać kontrakt. Miałem zbudować, a potem kierować zielonogórską medycyną przez rok, do czasu ogłoszenia konkursu na nowego dziekana.

- Dlaczego akurat pan?

- Nie jest tajemnicą, że nie byłem kandydatem pierwszego wyboru. Dwaj poprzedni profesorowie - z Zielonej Góry i ze Szczecina - nie przyjęli propozycji. Myśle, że przeraziło ich szalone tempo. Na uruchomienie kierunku dostałem kilka miesięcy. Już w lipcu miał się zacząć nabór, a w październiku mieliśmy przyjąć pierwszych studentów.

Zaryzykowałem, choć nie znałem osobiście prof.



Prof. dr hab. n. med. Marek Spaczyński Ginekolog, kierował m.in. Kliniką Onkologii Ginekologicznej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Współtwórca Populacyjnego Programu Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy. Były prezes Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego. Od 2015 r. związany z Uniwersyteciem Zielonogórskim.

FOT. BARTOSZ MIROSLAWSKI

Kuczyńskiego. Ale za to znałem marszałkinię. Poznaliśmy się, kiedy kierowałem krajowym Populacyjnym Programem Profilaktyki i Wczesnego Wykrywania Raka Szyjki Macicy. Polak - nie będąc jeszcze marszałkinią - świetnie koordynowała ten program w regionie. Razem z Kuczyńskim obiecali, że mi we wszystkim pomogą. I pomogli.

- To oznaczało, że musi pan spalić za sobą mo-

miast mnie zwolnili. Nie było już odwrotu.

- Pana decyzja została uznana przez wielu poznańskich lekarzy jako przejaw niełojalności wobec macierzystej uczelni.

- Cóż się dziwić, z Uniwersytetem Medycznym byłem związany ponad 40 lat. Nikt nie miał złudzeń, że nowy kierunek lekarski to potencjalna konkurencja dla Poznania. Do dziś niektórzy mi to wyrzucają, choć emocje już opadły. Ale nie wszyscy byli tak krytyczni. W stworzeniu nowego kierunku pomógł mi bardzo histolog prof. Maciej Zabel, wówczas także związany z uniwersyteciem. Podzieliliśmy się robotą: on zajął się tworzeniem zakładów nauk podstawowych, a ja zabrałem się za tworzenie klinik. Z czasem dołączyło do nas wielu świetnych naukowców, m.in. prof. Agnieszka Ziółkowska, prof. Michał Gaca, prof. Witold Kędzia, prof. Paweł Golusiński. Pomogła mi też bardzo Beata Wojciechowska, kierowniczka dziekanatu i kanclerz uczelni dr inż. Katarzyna Łasińska. Atmosfera, stosunki międzyludzkie były świetne, fantastycznie nam się pracowało. Wszystkim zależało, by ten kierunek powstał. Po sześciu latach pierwsi nasi absolwenci zdali najlepiej w kraju Lekarskim Egzamin Końcowy. Więc dla mnie dziś jest jasne, warto było ryzykować.

CZAS NA LICZBĘ

670

Tyłu studentów studiuje obecnie na kierunku lekarskim na Uniwersytecie Zielonogórskim. Kadra liczy 300 specjalistów, niemal w całości to pracownicy Szpitala Uniwersyteckiego. Ten prestiżowy kierunek naszej uczelni obchodzi 10-lecie istnienia. Zaczynał od 60 pierwszorzeczniaków.

CZAS NA NOWY DOM DLA ZWIERZAKÓW



FOT. SCHRONISKO W ZIELONEJ GÓRZE

SZAJEK

Czeka w schronisku
ul. Szwajcarska 4
tel. 577 466 576

schronisko@um.zielona-gora.pl

Kudłaty miłośnik spacerów

Szajek to kudłaty pies średniej wielkości, który w schronisku przeszedł wielką przemianę. Pierwsze dni pełne lęku sprawiały, że reagował szczekaniem i marszczeniem nosa. Dziś to zupełnie inny pies. Uspokoił się, zaufa ludziom i... czeka na spacer! W lesie bywa czujny - czasem szczeka na inne psy lub niektórych ludzi - ale to nic, z czym nie można sobie poradzić. Jest bystry i chętnie się uczy, szczególnie gdy w grę wchodzi smaczki - jest więc świetnym materiałem do dalszej pracy. Szukamy dla Szajka odpowiedzialnego domu, który da mu czas, wsparcie i cierpliwość.



FOT. SCHRONISKO W ZIELONEJ GÓRZE

DIMA

Czeka w schronisku
ul. Szwajcarska 4
tel. 577 466 576

schronisko@um.zielona-gora.pl

Futrzasta prośba o miłość

Gdy Dima trafił do schroniska był skrajnie wychudzony, odwodniony, z licznymi, bolesnymi ranami. Dziś piękno Dimy to jego cicha obecność, pokorne spojrzenie i ten pyszczek... tak przejmująco smutny, że trudno na niego patrzeć bez łez. To najsmutniejszy pyszczek w schronisku. A jednak Dima nie zamknął się na człowieka. Gdy poczuje się bezpiecznie, podchodzi do kratki. Wystawia głowę do głaskania. Nie szuka zabawy. Nie biega, nie zaczyna. On czeka. Na spokój. Na ciepło. Na czyjaś dłoń, która nie skrzywdzi. Na dom, który go nie odda. Dima to cicha prośba o miłość. (md)

Czas Zielonej Góry - bezpłatny informator samorządowy
Redakcja: al. Niepodległości 10, 65-048 Zielona Góra
CzasZG@um.zielona-gora.pl

Redaktor naczelny: Artur Łukasiewicz
Redaktor prowadzący: Daria Śliwińska-Pawlak
Wydawca:

Urząd Miasta Zielona Góra, ul. Podgórna 22, 65-213 Zielona Góra
Nakład: 65 tys.

AMFITEATR, SZPITAL I INNE INWESTYCJE

Prezydent Marcin Pabierowski złożył podpis pod projektem przyszłorocznego budżetu Zielonej Góry. - Sytuacja finansowa miasta jest stabilna. Mamy przygotowany olbrzymi plan rozwojowy na rok 2026 - przekonuje.

Jak budżet wygląda w liczbach? Po stronie dochodów miasta zapisano 1,54 mld zł, więcej niż wyjściowo w 2025 r., gdzie ten wskaźnik sięgał 1,4 mld zł. Choć większe mają być również wydatki - 1,73 mld zł w porównaniu do 1,6 mld zł w tym roku - to jednak kluczowe jest to, że sam deficyt ma być mniejszy.

308 mln zł na inwestycje

Kołem zamachowym rozwoju Zielonej Góry mają być w przyszłym roku inwestycje. Na ten cel w 2025 r. wydaliśmy ok. 246 mln zł. W 2026 r. ma to już być 308 mln zł. - To jeden z największych programów rozwojowych w historii miasta. Razem zbudujemy nowoczesną, bezpieczną i przyjazną Zieloną Górę - podkreśla prezydent Pabierowski.

I faktycznie lista zadań do realizacji jest bogata. W ramach ofensywy drogowej miasto przeznaczy 31,5 mln zł na remonty i przebudowę lokalnych dróg, na modernizację amfiteatru - 10,6 mln zł, drugi etap Trasy Aglomeracyjnej



W 2026 r. stawiamy na inwestycje. - To jeden z największych programów rozwojowych w historii miasta. Razem zbudujemy nowoczesną, bezpieczną i przyjazną Zieloną Górę - podkreśla prezydent Marcin Pabierowski.

FOT. BARTOSZ MIROŚLAWSKI

nej - 29 mln zł, zachodnią obwodnicę Zielonej Góry - 20 mln zł, zadane lodowisko przy ul. Botanicznej - 11 mln zł. W planach jest także modernizacja stadionu lekkoatletycznego przy ul. Sulechowskiej, której łączny koszt ma sięgnąć 85 mln zł.

- Jednocześnie inwestujemy gigantyczne pieniądze w ochro-

nę zdrowia. Zdecydowałem, że miasto wyłoży ok. 30 mln zł na budowę Lubuskiego Uniwersyteckiego Centrum Onkologii. To kluczowa inwestycja. Do tego dochodzi m. in. rozbudowa Zespołu Rehabilitacji „Promyk” oraz Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego przy ul. Aliny. Edukacja i młodzież? To da-

sza termomodernizacja szkół, budowa sali sportowej w ZE nr 1, ale też kontynuacja budowy hal sportowych w ZSiPKZ i ZSMS w ramach programu Olimpia - wylicza Pabierowski.

Walka z deficytem

Miasto będzie także szukać oszczędności. - Jednym z moich priorytetów, jako prezydenta Zielonej Góry jest redukcja deficytu - wskazuje Pabierowski. - Dlatego cieszę się, że w przyszłym roku będzie on niższy. Przewidujemy, że wyniesie ok. 192 mln zł w stosunku do 216 mln zł na koniec 2025. Nie ukrywam jednak, że moją ambicją jest redukcja ogólnego zadłużenia miasta z obecnego poziomu ok. 57 proc, do poziomu poniżej 50 proc. I właśnie w tym celu m. in. pozyskaliśmy pożyczkę z Banku Gospodarstwa Krajowego, aby spłacić niekorzystne zobowiązania w Banku Europejskim. Na samej obsłudze długu zaoszczędzimy ponad 23 mln zł. Natomiast in-

tensywna termomodernizacja miejskich obiektów oświatowych i wymiana oświetlenia to również mniejsze koszty eksploatacyjne w kolejnych latach.

Walcząc z zadłużeniem prezydent nie chce sięgać do kieszeni zielonogórczan. - Dlatego stawka podatku od nieruchomości pozostanie bez zmian, podobnie jak cen biletów w autobusach MKK. Z kolei podatek rolny zostanie obniżony - zapowiada Pabierowski.

Stale pozycje budżetowe

Tradycyjnie w projekcie budżetu wśród największych wydatków znajdziemy edukację i oświatę (ok. 628 mln zł), politykę społeczną i rodzinną (ok. 232 mln zł), utrzymanie administracji (ok. 162 mln zł), gospodarkę komunalną i ochronę środowiska (ok. 181 mln zł) czy też kulturę, sport i turystykę (ok. 115 mln zł).

Radni otrzymali projekt budżetu do analizy. Sesja budżetowa przewidziana jest na 16 grudnia. Maciej Dobrowolski

NAJWAŻNIEJSZE INWESTYCJE W PRZYSZŁYM ROKU

EDUKACJA I MŁODZIEŻ

- budowa Zespołu Edukacyjnego na os. Czarkowo - dokumentacja projektowa
- budowa sali sportowej w ZE nr 1
- termomodernizacja szkół - etap II (m.in. SP 18 i SP 21)
- kontynuacja budowy hal sportowych w ZSiPKZ i ZSMS w ramach programu Olimpia

ZDROWIE I OPIEKA

- dokumentacja projektowa Zakładu Pielęgnacyjno-Opiekuńczego i Centrum Zdrowia 75+
- budowa Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego przy ul. Aliny
- rozbudowa Zespołu Rehabilitacji „Promyk”
- budowa Lubuskiego Uniwersyteckiego Centrum Onkologii - wkład miasta

5 mln zł w 2026 r., 29 mln zł w latach 2026-2029

- modernizacja żłobków miejskich, szczególnie żłobka nr 7

KULTURA I PRZESTRZEŃ PUBLICZNA

- budowa amfiteatru im. Anny German wraz z zadaniem
- modernizacja BWA
- modernizacja dawnej szkoły muzycznej
- termomodernizacja i rewitalizacja Muzeum Archeologicznego Środkowego Nadodrza

SPORT I REKREACJA

- budowa zadanego lodowiska przy ul. Botanicznej
- modernizacja stadionu przy ul. Wyspiańskiego (boiska, oświetlenie, odwodnienie, ogrodzenie)

- kompleks sportowo-rekreacyjny na Czarkowie

DROGI, OŚWIETLENIE I TRANSPORT PUBLICZNY

Największe projekty:

- budowa zachodniej obwodnicy Zielonej Góry
- Trasa Aglomeracyjna - etap II
- przebudowa wiaduktów na ul. Zjednoczenia
- modernizacja oświetlenia ulicznego
- zakup trzech nowych elektrycznych autobusów niskopodłogowych

Drogi powiatowe:

- ul. Zaczę
- ul. Waryńskiego
- ul. Poznańska + ul. Mokra
- rozbudowa obwodnicy śródmiejskiej oraz obwodnicy Starego i Nowego Kisielina

- łącznik ul. Sulechowskiej z Trasą Północną

Ofensywa Drogowa 2026:

- chodnik Barcikowice-Zatonie (w tym kładka pieszo-rowerowa)
- chodnik na ul. Zbożowej i Dożynkowej
- ul. Budowlana + łącznik do ul. Nowogrodzichowskiej (Jędrzychów)
- ul. Nowogrodzichowska (Jędrzychów)
- ul. Tulipanowa (Jędrzychów)
- ul. Fioletowa (Chynów)
- ul. Kolorowa (Chynów)
- ul. Drzonków-Lisia
- ul. Drzonków-Niedźwiedzia
- ul. Drzonków-Sarnia
- ul. Drzonków-Wilcza
- ul. Drzonków-Zamkowa
- ul. Kiepin-Rodzinna
- ul. Łężyca-Bratkowa

- ul. Łężyca-Boczna
- ul. Łężyca-Drobiowa
- ul. Łężyca-Polna
- ul. Łężyca-Prosta
- ul. Ługowo-Podgrzybka
- ul. Ługowo-Rydzka
- ul. Przylep-Polna
- ul. Przylep-Źródłana
- ul. Racula-Wiejska
- ul. Racula-Leśna
- ul. Racula-Profesorska
- ul. Racula-Studencka
- ul. Racula-Wyspiańskiego
- ul. Racula-Zielna
- ul. Sucha - do skrzyżowania z wyjazdem na S3
- ul. Zawada-Agrestowa
- ul. Zawada-Kwiatowa
- ul. Zawada-Morwowa

CZAS NA SESJĘ

Podatek rolny mocno w dół

Dobre wieści dla zielonogórskich rolników. Podczas wtorkowej sesji radni miasta przegłosowali obniżkę o 75 proc. stawki, jaka jest przyjmowana do obliczania podatku rolnego w Zielonej Górze.

Obrady rozpoczęły się od wystąpienia prezydenta, który zainicjował nową tradycję - sprawozdanie z aktualnej pracy magistratu dotyczące spraw

społecznych, kulturalnych, gospodarczych czy inwestycyjnych.

- Kończymy termomodernizację kolejnych szkół. SP nr 13, SP nr 14, SP nr 17 to tylko część przykładów - wskazywał Marcin Pabierowski. - Prowadzimy również przyszłościowe rozmowy, np. podczas 11. Kongresu Kłastrów Polskich lub z firmą Lumina Metals, światowym liderem w poszukiwaniu złóż miedzi. Taka współpraca to szansa dla rozwoju całego regionu. Jednocześnie nastąpiło rozstrzygnięcie

Budżetu Obywatelskiego, odbył się I Zielonogórski Kongres Kultury, I Forum Zielonogórskiego Sportu i Forum Senioralne. Wielkim sukcesem okazała się nowa linia autobusowa 104 kursująca po cmentarzu przy ul. Wrocławskiej. Tych działań jest bardzo wiele.

W trakcie sesji radni odrzucili pomysł ustanowienia zespołu przyrodniczo-krajobrazowego „Foluszowa” w obecnym kształcie. Inicjatywa została zaproponowana przez mieszkańców. - Niestety, uchwała nie spełnia

wszystkich wymogów formalnych, nie były prowadzone odpowiednie konsultacje. Część wskazanych działek w tym rejonie nie należy do miasta - mówił radny Dariusz Legutowski.

Okazało się, że nowy zespół przyrodniczo-krajobrazowy zagroziłby także realizacji drugiego etapu budowy Trasy Aglomeracyjnej. - To naraziłoby miasto na gigantyczne uszkodzenia - tłumaczył prezydent. - W tej sprawie nie pozostajemy jednak bierni, wsluchujemy w się w głos zielonogó-

rzan, m.in. dlatego odsunęliśmy nową drogę od zabudowań. Postaramy się zabezpieczyć przyrodniczo cenne tereny, które należą do miasta. Przygotujemy nowy projekt uchwały w tej sprawie.

Dzięki współpracy z urzędem marszałkowskim, sołectwami i Lubuską Izbą Rolniczą udało się wypracować obniżenie średniej ceny skupu żyta przyjmowanej do obliczania podatku rolnego. - Dziękuję panu prezydentowi i radnym za dotrzymanie słowa. To wielka pomoc dla rolni-

ków. Warto pamiętać, że Zielona Góra również stoi rolnikami - podkreślał Łukasz Porycki, członek zarządu województwa.

- Czasy dla rolnictwa są wymagające. Więc to wsparcie podatkowe przyniesie mieszkańcom pewną ulgę i mam nadzieję, że będzie dobrym prognozykiem na przyszłość - zaznaczył prezydent Pabierowski.

Jednocześnie podczas sesji radni przegłosowali nowe stawki podatku od środków transportowych, które nie były aktualizowane od 2015 r. (md)

CZAS NA AKCJĘ „ZIMA”

PIASKARKI ZAWSZE GOTOWE DO WYJAZDU

Za tegoroczną akcją „Zima” w całości będzie odpowiadała miejska spółka Zakład Gospodarki Komunalnej.

Zima pod kontrolą. Pierwsze przetarcia ze śniegiem i mrozem już za nami. - W nocy z czwartku na piątek mieliśmy pierwszą poważną interwencję związaną z akcją „Zima” - mówił na konferencji w miniony piątek wiceprezydent Jarosław Flakowski. - Z powodu przymrozków drogi były już śliskie. ZGK otrzymał ostrzeżenia meteorologiczne i błyskawicznie zadziałał. Dobrze przygotowaliśmy się do tej akcji. Jesteśmy wdzięczni pracownikom spółki za ich zaangażowanie, dzięki nim miasto sprawnie funkcjonuje.

Akcja „Zima” jest szczególnym wyzwaniem dla ZGK, który przejął kontrolę nad całym miastem. Nie ma podziału na rejon, które obsługiwały firmy zewnętrzne. Miejska spółka pod opieką będzie miała 380 km dróg (administrowanych przez mia-



W odśnieżaniu dróg i chodników pomogą nowe pojazdy zakupione przez ZGK

sto) i 380 tys. mkw. ciągów pieszych.

Mirosław Gruszecki, prezes ZGK poinformował, że w odśnieżaniu dróg i chodników pomogą nowe pojazdy. - Mamy pojazdy wielofunkcyjne „uzbrojone” do zimowych działań, wy-

posażone w pługi, zasobniki do soli, kruszywa oraz pojemniki do solanki - wyliczał. - Wiosną i jesienią służą nam jako kosiarki, odchwaszczarki i zamiatarki. Sprzęt wykorzystywany zimą będzie widoczny, dodatkowo go oznaczymy.

Miejska spółka ma też do dyspozycji sześć zamiatarek i sześć ciągników. Specjalistyczne samochody do zimto dwa hakowce DAF XB 310 i dwa bromowce DAF XB 310 oraz jedna ładowarka teleskopowa Merlo TF42,7-136.

Sprzęt będzie obsługiwało 40 wykwalifikowanych kierowców.

Chodniki i jezdnie mają być też bezpieczne dzięki posypaniu ich solą, kruszywem, chlorkiem wapnia i chlorkiem magnezu (dwa ostatnie związki są ekologiczną alternatywą dla soli drogowej).

Jaka jest kolejność odśnieżania jezdni? - Najpierw zajmujemy się drogami w centrum i tymi, którymi jeżdżą miejskie autobusy - wyjaśnia prezes Gruszecki. - Staramy się nie utrudniać życia kierowcom, ale gdy będą duże opady śniegu wyruszymy w trasę nawet w samo południe. Prosimy o wyrozumiałość. Prawda jest taka, że jak my nie wyjedziemy na drogi, to nikt nie wyjedzie.

ZGK poinformował też o zakupie czterech nowych samochodów ciężarowych typu śmieciarka



Jarosław Flakowski
zastępca prezidenta
- ZGK ma pod zimową opieką całe miasto. Nie ma już podziału na rejon, które obsługiwały firmy zewnętrzne.

do odbioru odpadów (za ok. 4 mln 325 tys. zł). Przewidziano pięć lat serwisowania pojazdów, co wpłynie na oszczędności wynikające z kosztownych napraw w czasie eksploatacji. Dodatkowo do odbioru odpadów nabyto trzy samochody ciężarowe marki Volvo typu śmieciarka za ok. 578 tys. zł.

(rk)

CZAS NA ŚWIĘTA

Robimy atmosferę!

Zgodnie z tradycją Zielona Góra rozbłyśnie blaskiem świątecznych lampek. Akcja wspólnego odpalania iluminacji już 5 grudnia.

W piątek, 28 listopada w okolicach ratusza stanie miejska choinka. Przyjedzie na platformie ciężarówka z Nadleśnictwa Babimost. To około 14-metrowy świerk, który w blasku świątecznych lampek z pewno-



Już za moment będziemy się cieszyć uroklivym blaskiem miejskich dekoracji

FOT. BARTOSZ MIROSŁAWSKI

ścią będzie wyglądał imponująco! Współorganizatorem akcji jest Regionalna Dyrekcja Lasów

Państwowych w Zielonej Górze.

Prezydent Marcin Pańbierowski z Arkadiuszem

Kapałą, dyrektorem RDLP zapraszają zielonogórczyków na wspólne rozświetlenie choinki i świątecznych iluminacji w piątek, 5 grudnia o godz. 16.00. Całość dopełni koncert zimowych piosenek i pastorałek, który organizuje Zielonogórski Ośrodek Kultury. Zakład Gospodarki Komunalnej zadba natomiast o dekorację, by choinka cieszyła oko i wprowadziła nas w bożonarodzeniową atmosferę. Podczas wydarzenia przewidziane są słodkie upominki, goście mogą liczyć również na mikołajowe czapki. (ah)

CZAS NA MIKOŁAJKI

Kosmiczna gwiazdka

To już niedługo... Najmłodszy odliczając czas do 6 grudnia. Oprócz prezentów w tym dniu czeka na nich mnóstwo fantastycznej zabawy!

O mikołajkowe atrakcje zadbał Zielonogórski Ośrodek Kultury. Zaprasza w sobotę, 6 grudnia aż na trzy wydarzenia. W Planetarium Wenus o godz. 10.00 rozpocznie się spektakl „Jak Mikołaj urwał się z choinki” w wykonaniu Teatru

Rozrywki Trójkąt (bilety 5 zł), z kolei w godz. 12.00-15.00 odbędą się warsztaty i animacje „Kosmiczne ZGrana gwiazdka” (wstęp bezpłatny). Centrum Przyrodnicze zaprasza w godz. 12.00-16.00 na „Mikołajkowy zakład wyobraźni” (bilety zgodnie z cennikiem). W pałacu w Starym Kisielinie o godz. 12.00 rozpocznie się spektakl „W poszukiwaniu pierwszej gwiazdki” (bilety 5 zł). Bilety na wszystkie wymienione wydarzenia można kupić na abilet.pl

(dsp)

PREZYDENT MIASTA ZIELONA GÓRA

zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)

INFORMUJE

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Zielona Góra przy ul. Podgórnej 22 (piętro III i VIII) i przy ul. Generała Jarosława Dąbrowskiego 41 (piętro II) zostały wywieszone wykazy nieruchomości zabudowanych i niezabudowanych oraz lokali stanowiących własność Gminy Zielona Góra o statusie miejskim oraz Skarbu Państwa, przeznaczonych do zbycia, do oddania w użytkowanie wieczyste, użytkowanie, użyczenie, najem lub dzierżawę w drodze przetargu oraz w drodze bezprzetargowej.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Departamencie Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Zielona Góra lub pod nr. telefonów: (+48) 68 45 64 512, (+48) 68 45 64 302, (+48) 68 47 55 655 i (+48) 68 47 55 689

CZAS NA POMOC

Podaruj na święta

Caritas diecezji zielonogórsko-gorzowskiej po raz 11. organizuje akcję pn. „Torba charytatywna”. To inicjatywa dla osób w kryzysie bezdomności i rodzin w trudnej sytuacji życiowej. W Caritas (ul. Bema 32/34) można pobrać „Torbę charytatywną” i umieścić w niej produkty spożywcze, z których można przygotować tradycyjne potrawy wigilijne oraz te o dłuższym terminie ważności i słodczyce. Przydadzą się środki higieny osobistej. Torby trafiły też do firm, instytucji, szkół i przedszkoli. W 2024 r. podarowano ponad 600 toreb dla podopiecznych diecezjalnej Caritas. (rk)

CZAS NA LITERATURĘ

Biznesowe życie księżnej

„Księżna żagańska Dorota Talleyrand (rozważna femme d'affaires)” to najnowsza książka historyka Zbigniewa Bujkiewicza. Premiera w poniedziałek, 1 grudnia, o 17.00 w archiwum przy al. Wojska Polskiego 67a. Pozycja jest poświęcona jednej z najważniejszych kobiet europejskiej polityki pierwszej połowy XIX w. i dotyczy biznesowej strony życia Doroty de Talleyrand-Périgord, do tej pory mało znanej i zbadanej. Autor bazował na dokumentach ze zbiorów Archiwum Państwowego w Zielonej Górze. Wstęp wolny. Na spotkaniu będzie można kupić książkę w promocyjnej cenie. (szp)

CZAS NA GALĘ

Laury literackie

Zielonogórski oddział Związku Literatów Polskich zaprasza w piątek, 28 listopada o 17.00 na galę wręczenia XVI Nagrody Literackiej ZLP im. Andrzeja K. Waśkiewicza oraz VII Lauru Literackiego im. Janusza Koniusza. Wydarzenie odbędzie się w sali witrażowej Muzeum Ziemi Lubuskiej przy al. Niepodległości 15. W programie również wręczenie odznaczeń przyznanych przez prezydenta RP i ministra kultury. Będą też promocje książek, premiera kolejnego numeru kwartalnika „Pasje Literackie”, występ duetu muzycznego Membrana i promocja płyty oraz poczęstunek. (dsp)

CZAS NA FESTIWAL

Planszówki przy czekoladzie

Na ten dzień z pewnością czekają miłośnicy planszówek! Ale organizatorzy wydarzenia zapraszają także osoby, które dopiero zaczynają swoją przygodę w krainie gier. W sobotę, 29 listopada, w godz. 10.00-18.00 odbędzie się XXV Festiwal Gier Planszowych. Spotykamy się w Krzywym Kominiu przy ul. Fabrycznej 13 b. Wstęp wolny. W programie turnieje, konkursy, pokazy gier oraz wolne granie. Graczom czas umili czekolada z Pijalni Czekolady Heban. Zapowiada się mnóstwo zabawy, bo organizatorzy przygotowali ponad 500 tytułów gier planszowych! (dsp)

CZAS NA SZKOŁY

TO TUTAJ SZLIFUJEMY MUZYCZNE TALENTY

Zespół Szkół Muzycznych wzbogaci się o dwie nowoczesne sale koncertowe, które pomogą zatrzymać w mieście młodych, zdolnych muzyków.

- Sale koncertowe to serce i tlen dla szkoły muzycznej, dzięki nim będziemy mogli zaprosić zielonogórczan na koncerty naszych absolwentów, ale i zaprezentować nasze dokonania artystyczne. Obecnie koncerty są olbrzymim wyzwaniem logistycznym i organizacyjnym, na widowni siedzą głównie rodzice uczniów, po zmianach będą miejsca dla wszystkich - zapewnią Honorata Górna, dyrektor Zespołu Szkół Muzycznych w Zielonej Górze. - Oczywiście, sale są niezbędne do realizacji podstawy programowej dla przyszłych muzyków. Liczymy, że okażą się kołem zamachowym dla rozwoju szkoły, przyciągną muzyczne perełki. I wzrosnie atrakcyjność tego obiektu.

Obecnie młodzi artyści koncertują m.in. w Filharmonii Zielonogórskiej, w salach Uniwersytetu Zielonogórskiego i Muzeum Ziemi Lubuskiej. Placówka dysponuje też salami prób kameralnych, gdzie szlifują talent mniejsze składy.

Wszystko na miejscu

Zespół Szkół Muzycznych zainaugurował działalność 2 września 2024 r., w jego skład weszły cztery szkoły: dawna Państwowa Szkoła Muzyczna I i II stopnia (działała przy ul. Chrobrego i al. Niepodległości), Ogólnokształcąca Szkoła Muzyczna I stopnia oraz Państwowa Ogólnokształcąca Szkoła Muzyczna II stopnia (liceum muzyczne). Powołana we wrześniu 2015 r. Ogólnokształcąca Szkoła Muzyczna I st. była początkiem drogi po nową siedzibę szkoły. To był przełom, bo lubuskie było jedynym województwem, które nie łączyło kształcenia ogólnego z muzycznym.



W poniedziałkowe popołudnie zajrzelśmy na zajęcia chóru prowadzone przez Honoratę Górna, dyrektor Zespołu Szkół Muzycznych w Zielonej Górze



FOT. WŁADYSŁAW CZULAK

Jak powstawała nowa siedziba szkoły?

Firma LK Inwest z Wrocławia w 2021 r. za około 4 mln zł postawiła Budynek Edukacji Artystycznej do poziomu stropu nad parterem. W tym samym roku podpisano umowę na drugi etap budowy przy ul. Dzikiej siedziby Państwowej Szkoły Muzycznej I i II stopnia im. M. Karłowicza w Zielonej Górze. Do końca 2023 r. za około 26 mln zł dokończono Budynek Edukacji Artystycznej oraz powstały dwie sale koncertowe w tzw. stanie surowym. Wykonawcą inwestycji był zielonogórski oddział firmy Exalo Drilling. Źródłem finansowania było wiele, z wiodącą rolą Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego.



Tak ma wyglądać sala koncertowa. Będzie w niej 340 miejsc.

FOT. WIZUALIZACJA/MATERIAŁY ZSM

ko na miejscu - dopowiada Honorata Górna.

W szkole są sale do zajęć indywidualnych z gry na instrumentach, 12 klas fortepianu, 25 klas instrumentów smyczkowych, trzy perkusji, osiem zajęć ogólnomuzycznych, dwie rytmyki z zapleczem sanitarnym i szatniowym z wydzielonymi salami do zajęć teoretycznych, pięć sal z teorii muzyki i dwie do prób kameralnych. Nie zabrakło części administracyjno-biurowej, socjalnej, biblioteki i nowoczesnej windy.

Sale koncertowe obecnie są w stanie surowym, wykończy je i doposaży firma Budopol z Poznania. Planowana sala kameralna będzie miała 152 miejsca, koncertowa 340, zostaną przystosowane do realizacji wydarzeń artystycznych na wysokim poziomie wykonawczym. O odpowiednią akustykę zadba specjalistyczna firma. Koncerty będą mogły odbywać się jednocześnie w obu salach.

Czy da się zatrzymać wszystkie muzyczne talenty? - Z tym bywa różnie - przyznaje uczniwie dyrektor Górna. - Mielimy uczniów, którzy przenieśli się do dużych ośrodków, nie dlatego, że jest tam większy komfort nauczania. Przyciągnął ich mistrz, wybitny profesor. Z drugiej strony, zdarzają się uczniowie wracający do nas z dużych ośrodków, bo przerosła ich np. rozłóżka z rodziną, a rodzice stwierdzili, że nasza szkoła jest bezpieczna i również na wysokim poziomie - puentuje pani dyrektor, która jest nauczycielką fortepianu i dyrygentką chóru.

Potrzebny parking

Obecnie w szkole uczą się 430 osób. Rada pedagogiczna liczy 102 peda-

gogów. To artyści, muzycy, nauczyciele przedmiotów orkiestrowych: skrzypiec, altówek, wiolonczeli, kontrabasów, instrumentów dętych drewnianych i blaszanych, perkusji, harfy, akordeonu, gitary i fortepianu. Oprócz tego to nauczyciele przedmiotów ogólnomuzycznych np. teorii muzyki, wiedzy o muzyce, rytmyki oraz nauczyciele przedmiotów ogólnokształcących.

Jeśli nie pojawią się jakieś niespodzianki na placu budowy, inwestycja będzie gotowa w 2027 r. W planach jest jeszcze parking na około 80 samochodów, w tej inwestycji pomoże miasto przekazując teren pod budowę. Melodią przyszłości jest termomodernizacja budynku byłego Domu Harcerza.

Liderem projektu pn. „Rozbudowa, przebudowa i remont sal koncertowych szkół artystycznych w Polsce” jest Centrum Edukacji Artystycznej (CEA) w Warszawie. To jednostka budżetowa Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, sprawująca nadzór pedagogiczny nad szkołami artystycznymi w Polsce. Zespół Szkół Muzycznych im. Mieczysława Karłowicza w Zielonej Górze jest jednym z pięciu partnerów, podobnie jak szkoły z Przeworska, Krosna, Kościana i Grudziądza, gdzie też powstaną nowoczesne sale koncertowe. Wartość tej inwestycji to ogółem ok. 105 mln zł, z czego ponad 79 mln zł to dofinansowanie z Programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021-2027 (FEnIKS). Umowę na realizację zadania podpisano w październiku 2024 r.

(rk)

CZAS NA SZTUKĘ

Weekend przy Chrobrego

Teatr Chrobrego 14 zaprasza w najbliższy piątek, 28 listopada, o godz. 18.00 na poruszający monodram na podstawie autobiograficznego opowiadania Michaiła Bułhakowa w wykonaniu Marka Żerańskiego. Dzień później, również o godz.

18.00 w artystycznej piwnicy usłyszymy koncert grupy Sneaky Jesus. To wrocławski kwartet balansujący między eksperymentem a jazzem. Pełna improwizacja, energia, zaskoczenie i filmowy rozmach. Wstęp na oba wydarzenia wolny, mile widziane datki dla artystów. Rezerwacja miejsc pod numerem telefonu 503 097 329. (ah)

CZAS NA LITERATURĘ

O książkach i winie

W piątek, 28 listopada do Zielonej Góry przyjedzie Marek Bieńczyk ze swoją najnowszą książką „Rondo Wiatraczna”. Spotkanie odbędzie się o 18.00 w BWA przy al. Niepodległości 19. To kolejne wydarzenie z cyklu „Wino i Literatura”, or-

ganizuje je Ruch Miejski Zielona Góra we współpracy z miastem i BWA. Marek Bieńczyk ma wiele twarzy - pisarza, eseisty, tłumacza, historyka literatury i znawcy win - jest autorem słynnych „Kronik wina”. Jest także laureatem wielu nagród, m.in. Nagrody Literackiej „Nike” za zbiór esejów „Książka twarzy”.

(ah)

CZAS NA TEATR

Romans w czasach postapokalipsy

Za nami premiera „Romea i Julia” w Lubuskim Teatrze. Robert Czechowski, reżyser spektaklu i dyrektor teatru funduje nam znany dramat w nowej odsłonie. Punktem wyjścia do inscenizacji, muzyki Daniela Grupy,

kostiumów Adama Łuckiego, jest obraz zbombardowanego teatru w Mariupolu. Ci, którzy przeżyli, próbują zbudować rzeczywistość na nowo. - Zaprosiłem do współpracy młodych ludzi ze szkół teatralnych w Polsce - mówi Czechowski. Na deskach zobaczymy też aktorów rodzimego teatru. Spektakl będzie można obejrzeć w wersji z audiodeskrpcją. (ah)

RACULA ZYSKA DWIE NOWE DROGI

Kolejne drogi wewnętrzne zmieniają oblicze. Wiceprezydent Paweł Tonder podpisał w miniony piątek umowę na budowę ulic Racula-Kalinowa oraz Racula-Ku Słońcu.

Długość remontowanego odcinka drogi przy ul. Racula-Kalinowa to około 290 m, szerokość cztery i pół metra. W planach jest budowa jezdni z kostki betonowej typu ekokwadrat, dojazdów do posesji z kruszywa łamanego, tzw. dostosowanie wysokościowe istniejących nawierzchni i elementów (bramy, furtki) na połączeniu zaprojektowanego zagospodarowania terenu z istniejącym. Wykonawca zajmie się też rekultywacją istniejących i urządzeniem nowych terenów zielonych.

Z kolei ul. Racula-Ku Słońcu ma około 211 m długości i trzy metry szerokości. Przewiduje się tu budowę jezdni drogi wewnętrznej i zjazdów do posesji, regulację wysokościową istniejących wjazdów i pokryw uzbrojenia podziemnego, przebudowę kolizji z doziemnymi sieciami elektroenergetycznymi oraz profilowanie terenu i humusowanie pasów zieleni.

- Obecnie obie drogi w Raculi są gruntowe, zys-



Umowę na budowę dróg w Raculi podpisali Arkadiusz Gusztyn z Zakładu Handlu i Usług ARKA z Gubina oraz Paweł Tonder, zastępca prezydenta miasta

sają nawierzchnię z kostki ekologicznej - wyjaśnił Paweł Tonder, zastępca prezydenta miasta. - To nie jedynie inwestycje w Raculi, które są przed nami. W listopadzie ogłosimy przetargi na remonty czterech ulic: Racula-Leśna, Racula-Studencka, Racula-Profesorska i Racula-Wiejska. W budżecie na 2026 r. zna-

lazły się budowy ulic Racula-Wyspiańskiego i Racula-Zielna. Trwa ofensywa drogowa w całym mieście. W przyszłym roku na budowę dróg osiedlowych zabezpieczyliśmy ponad 30 mln zł.

Irena Lutowska, dyrektor Departamentu Zarządzania Drogami: - Stan techniczny obu dróg teraz

jest mocno uzależniony od warunków pogodowych. W ramach tej inwestycji usprawnimy odprowadzanie wód opadowych. Wykonawca już uzgodnił z nami czasową organizację ruchu. Mamy nadzieję, że zimowa aura nie sprawi wiele kłopotów.

Wykonawcą zadania jest Zakład Handlu i Usług

ARKA Arkadiusz Gusztyn z Gubina. Prace wyceniono na około 866 tys. zł. Termin realizacji to trzy miesiące od dnia przekazania terenu budowy. - Jesteśmy firmą z Gubina, po raz pierwszy, a mam nadzieję, że nie ostatni, będziemy głównym wykonawcą prac w Zielonej Górze - mówił Arkadiusz Gusztyn z Zakładu Handlu i Usług ARKA. - Zaczynamy w okresie, który nie do końca sprzyja budownictwu drogowemu, ale mamy nadzieję, że pogoda nie sprawi nam zbyt wiele problemów.

Mirosława Jabłonka, sołtyś Raculi często porusza się po obu drogach rowerem. I przyznaje, że jest to nie lada przeprawa. - Na ul. Racula-Kalinowa jest dosłownie ser szwajcarski. Mieszkańcy do końca nie wierzyli, że zaczniemy tę inwestycję. Będą mieli niespodziankę - podkreśliła Jabłonka.

Radny Andrzej Chłopek (KO): - W tym roku ofensywa drogowa przyniosła

jeszcze remonty 20 dróg, kolejnych 17 jest w realizacji. W 2026 r. dojdą 34 drogi. Takie potrzeby zgłaszały nam mieszkańcy.

Ofensywa drogowa, czyli program budowy i przebudowy dróg osiedlowych, wewnętrznych i dojazdowych to inicjatywa prezydenta Marcina Pabierowskiego. Po otwarciu ofert na realizację są już ulice: Łężyca-Boczna, Łężyca-Drobiowa, Łężyca-Polna, parking przy ul. Lisiej, Barcikowice-Zatonie (kładka) i Waryńskiego. W trakcie przetargu jest obwodnica zachodnia i ul. Poznańska na Chynowie. Miasto przygotowuje się do prac na ulicach w Zatoniu (chodnik wzdłuż ul. Zielonogórskiej), Przemysłowej, Racula-Leśna, Racula-Studencka, Racula-Profesorska i Racula-Wiejska. Kolejne zadania planowane są na ulicach Przylep-Źródłana, Ługowo-Podgrzybka i Ługowo-Rydzia.

(rk)

CZAS NA ZIELEŃ

LIŚCIE ZOSTAJĄ. LENISTWO? NIE, EKOLOGIA!

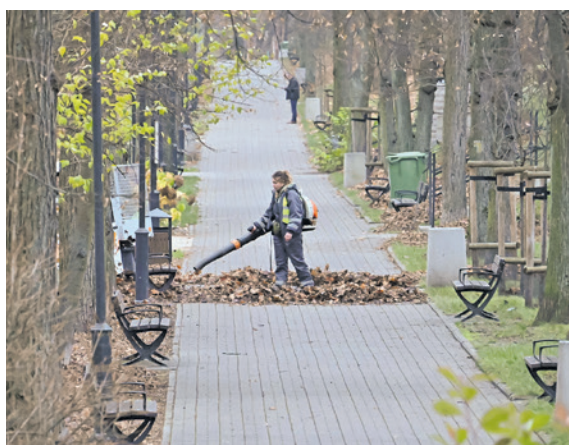
- Jeszcze kilka lat temu grabiliśmy liście niemal wszędzie, bo panowało przekonanie, że park musi być „czysty”. Dziś wiemy, że przyroda nie potrzebuje aż takiej ingerencji - mówi Monika Drozdek, miejska ogrodnik.

Artur Łukasiewicz: - Jesień, czyli stare dylematy i pytania mieszkańców: dlaczego w miejskich parkach zostawia się liście. Oszczędzają, zaniedbują, czy to świadoma decyzja?

Monika Drozdek, miejska ogrodnik: - To zdecydowanie prześlana decyzja. Jeszcze kilka lat temu grabiliśmy liście niemal wszędzie, bo panowało przekonanie, że park musi być „czysty”. Dziś wiemy, że przyroda nie potrzebuje aż takiej ingerencji. Liście to naturalna część ekosystemu.

- W jaki sposób liście pomagają przyrodzie?

- Przede wszystkim chronią glebę przed wysychaniem i mrozem. Działają jak koc, który zatrzymuje wilgoć i ciepło. Pod warstwą liści zimują owady, dżdżownice, a nawet małe



Grabimy tam, gdzie to konieczne, np. na alejkach w parkach. W zakątkach lepiej zostawić liście naturze.

ssaki, takie jak jeże. To dla nich bezpieczne schronienie. Grabienie liści przez lata doprowadziło do wyjałowienia gleby i zubożenia jej w mikroorganizmy.

- Czyli to kwestia ochrony bioróżnorodności?

- Dokładnie tak. Zostawiając liście, wspieramy cały łańcuch życia, od mikroorganizmów po ptaki. Rozkładające się liście zasilają glebę w próchnicę, co zmniejsza potrzebę stosowania nawozów. To samo-

wystarczalny, naturalny system.

- Gdzie jednak grabić? Przecież liście gniją i mogą niszczyć trawniki. Poza tym na ścieżkach są zwyczajnie niebezpieczne, po deszczu robi się z nich breja, jest ślisko, rowerzyści się wywracają. Naprawdę trzeba grabić, ile się da?

- Jasne, te obawy są zrozumiałe. Dlatego grabimy tam, gdzie to konieczne: na alejkach w parkach, na placach zabaw, na chodnikach, ścieżkach rowerowych i na użytkowych trawnikach. W takich miejscach bezpieczeństwo ludzi jest najważniejsze. Ale w zaroślach, pod drzewami czy w zakątkach parku lepiej zostawić liście naturze. To dobry kompromis między estetyką a ekologią.

- A co z przydomowymi ogrodami? Wypada grabić, prawda? W końcu trawniki same się nie utrzymają.

- Ogrody przydomowe to już decyzja ich właścicieli. Są tacy, którzy grabią i koszą bez przerwy, żeby mieć trawnik jak na polu golfowym. Tylko że żyją wtedy w ogrodzie jałowym przyrodniczo i często przesyconym chemią. Są też tacy, którzy grabią tylko tam, gdzie naprawdę trzeba, a pod krzewami pozostawiają warstwę liści, tworząc schronienie choćby dla jeży. I to działa. To bardzo ważne dla miasta tematy o bioróżnorodności. Długo można o niej rozmawiać. Wracając do grabienia liści, mniej ingerencji to więcej zdrowia dla ogrodu. Park czy ogród, trawnik idealnie

Pisz do ogrodnika



Chcesz o coś zapytać Monikę Drozdek, ogrodnik miejski? Pisz na adres: ogrodnik.miejski@zgk.net.pl

„od linijki” to wyłącznie kwestia ludzkiej estetyki. Przyroda rządzi się swoimi prawami i kiedy pozwalamy jej działać, rośliny i zwierzęta mają lepsze warunki, a my sami korzystamy na zdrowszej, bardziej naturalnej przestrzeni.

CZAS NA HISTORIĘ

100 LAT „ZIELONOGÓRSKICH SUKIENNIC”

To od nich wzięła swoją nazwę jedna z najkrótszych ulic w mieście, mierząca zaledwie 60 metrów. 100 lat temu powstał charakterystyczny budynek z filarami, czyli „zielonogórskie Sukiennice”.

Jedna z najbardziej znanych zielonogórskich kamienic świętuje 100-lecie. O okrągłej rocznicy przypomina data 1925 na rogu budynku - naprzeciwko ratusza i wejścia do informacji turystycznej. Nad datą znajduje się rzeźba lwa. Mało kto ją jednak dostrzega. Uwagę zdecydowanie bardziej przykuwa Bachusik, który kilka metrów niżej jeździ na wrotkach - ciężarówkach.

Lew to nawiązanie do nazwy najdłuższej działającej apteki w Zielonej Górze, która znajdowała się w tym miejscu - Loewen Apotheke, czyli Apteki pod Lwem.

Do 1925 r., czyli przebudowy kamienicy, wejście do apteki mieściło się kilka metrów bliżej obecnego Złotego Domu. W narożnym budynku działała księgarnia i sklep papierniczy. W 1924 r. właściciel apteki Alfred Hampel wykupił jednak sąsiedni budynek i podjął decyzję o przebudowie. Powstała kamienica z podcieniami, a apteka zyskała dodatkowo znaczną przestrzeń.

W Adressbuchu, czyli niemieckiej książce adresowej z 1925 r. można przeczytać, że apteka Pod Lwem była najlepiej wyposażona w Zielonej Górze. Dysponowała laboratorium do badań chemicznych i mikrobiologicznych.

Leki już w XVII wieku

Apteka Pod Lwem była najstarszą w mieście. Istniała już w 1631 r., została zniszczona podczas przejścia przez miasto wojsk brandenbursko-szwedzkich. Tyle że wcześniej mieściła się gdzie indziej.



Skrzyżowanie Rynku i ówczesnej ul. Pocztowej sprzed przebudowy. W narożnym budynku była księgarnia i sklep papierniczy, apteka w głębi po lewej.

Po II wojnie światowej apteka przetrwała, funkcjonowała m.in. jako Apteka Ubezpieczalni Społecznej w Zielonej Górze. Współcześni mieszkańcy znają ją pod nazwą Pod Filarami. Została zamknięta na początku 2017 r. Obecnie w lokalu działa śniadaniarnia Saporio Pazzi.

Bartłomiej Gruszka, archeolog i regionalista, pokazuje mi pocztówkę sprzed przebudowy. Zwraca uwagę, że rzeźba lwa dawniej znajdowała się nad starym wejściem do apteki. Obok niej widniała nazwa Löwen Apotheke. - Rzeźba 100 lat temu musiała zostać przeniesiona - mówi.

Uliczka z krótką historią

Dzisiejsza ulica Pod Filarami jest jedną z najkrótszych w mieście, ma raptem 60 metrów. Sama nazwa istnieje od 1991 r., jest efektem dekomunizacji. W PRL-u była to ulica Karola Mark-



Fragment pocztówki z widokiem na aptekę sprzed przebudowy. Nad wejściem widać rzeźbę lwa.



Budynek z podcieniami na przedwojennej pocztówce
FOT. KOLEKCJA BARTŁOMIEJA GRUSZKI



Przedwojenny widok na kamienicę od strony pl. Pocztowego
FOT. KOLEKCJA BARTŁOMIEJA GRUSZKI



Lew na rogu Starego Rynku i ulicy Pod Filarami

FOT. SZYMON PŁOĆIENNIK

sa (od 1949 r.) i Pocztowa, a w niemieckim Grünbergu - Poststrasse, czyli Pocztowa.

Nie dość, że to bardzo krótka ulica, to jeszcze stosunkowo młoda. „To w zasadzie jedyna nowożytna ulica na ścisłej starówce, gdzie układ większości ulic ma średnio-wieczne korzenie. Ma niewiele ponad 150 lat. Ok. 1870 r. Niemcy postanowili przebić nową

ulicę wychodzącą z dzisiejszego Starego Rynku” - opisywał dziennikarz i regionalista Tomasz Czyżniewski. Dodał, że przebito ją od strony pl. Pocztowego, likwidując bramę wjazdową i część domu przy dzisiejszej ul. Jedności 1. Tam, gdzie obecnie znajduje się sklep ze słodyczami Wedla.

Szymon Płóciennik

Poczytaj o cmentarzu

Muzeum Archeologiczne Środkowego Nadodrza w Świdnicy zaprasza na premierę książki „Nekropolia katolików i protestantów”. Publikacja jest poświęcona cmentarzowi św. Trójcy, który znajdował się na pl. Słowiańskim w Zielonej Górze. W 2022 i 2023 r. archeolodzy prowadzili tam badania, wyniki opisali w książce. Spotkanie w czwartek, 27 listopada, o 17.00 w miejskiej piwnicy winiarskiej Sali Szeptów przy ul. Sowińskiego 3. Wstęp wolny. Na miejscu będą gorące napoje, będzie można też kupić grzane wino z lubuskiej winnicy.



Stuletnia kamienica bywa nazywana „zielonogórskimi Sukiennicami”
FOT. SZYMON PŁOĆIENNIK

KOSZYKÓWKA

WSZYSTKO DZIĘKI CIĘŻKIEJ PRACY

Basket 4 Kids Zielona Góra zwyciężył w organizowanym przez siebie turnieju CEYBL U-16. Zmagania odbyły się w miniony weekend w Drzonkowie, gospodarze wygrali wszystkie pięć spotkań.

Zielonogórski klub istnieje piąty rok. Początkowo skupił się na naborze z dzieci z dzielnicy Nowe Miasto, teraz stara się wychodzić także poza Zieloną Górę. Do zespołu do lat 16 dołączyło też kilku zawodników, którzy przygodę z koszykówką zaczęli w Żarach. Treningi prowadzone są w Ochli, Niwiskach i Drzonkowie. Ostatnia lokalizacja, hala Zespołu Edukacyjnego nr 4 w Drzonkowie, była miejscem zmagania turnieju CEYBL dla dzieci z rocznika 2010. Ten sam rocznik był gospodarzem zmagania dwa lata temu. W kategorii do lat 14 zielonogórzanie wygrali wówczas jedno spotkanie, przegrywając czterokrotnie. W stawce wyprzedzili tylko jedną ekipę. - Bardzo cieszy nas postęp - mówi trener Rafał Rajewicz. - Przepro-



Basket 4 Kids Zielona Góra wygrał turniej z kompletem zwycięstw FOT. MARCIN KRZYWICKI

waliśmy ciężko dwa lata. W tamtym roku dotarliśmy do finału mistrzostw Polski, w tym roku chcielibyśmy awansować do finałowego turnieju ligi CEYBL.

Dotychczas w dwóch turniejach zielonogórza-

nie mają bilans 9-1 i pozycję lidera. U siebie wygrali kolejno z: ukraińskim SCC Ploskyriv Chmielnicki 91:67, PGE Spójnią Stargard 92:85, słowacką MBK Karlovką Bratysława 75:60, czeskim BK Vlcí Zdziar 66:61 i ostat-

niego dnia z najsłabszym w stawce niemieckim Academy Poczdam 92:54. - Zdecydowanie najtrudniejsze było starcie ze Spójnią. To bardzo dobra drużyna ze świetnie wyszkolonymi zawodnikami - dodaje Rajewicz.

Tym razem stargardzianie musieli się zadowolić trzecią lokatą, polskie zespoły przedzielił zespół z Chmielnickiego. Ukraińcy zaczęli od dwóch porażek, ale z każdym meczem grali coraz lepiej i mieli też najgłośniejszą opiekę trenerską. Ploskyriv prowadziły matki dwóch zawodników. Po turnieju chwaliły organizację i wysoki poziom sportowy.

Najlepszym strzelcem turnieju został przedstawiciel zwycięskiego zespołu Oliwier Rajewicz, a MVP turnieju kapitan zielonogórzan Kacper Urbański. - Byliśmy skoncentrowani od pierwszego do ostatniego meczu. Indywidualnie też jestem z siebie zadowolony. Wszystko dzięki ciężkiej pracy. Celujemy w turniej finałowy.

Marcin Krzywicki

CZAS NA SPORT

PIŁKA NOŻNA

• **sobota, 29 listopada:** 19. kolejka Betclis III ligi, Lechia Zielona Góra - LKS Goczałkowice-Zdrój, 16.00; 17. kolejka CLJ U-17, Lech Poznań - Lechia Zielona Góra, 12.00

PIŁKA RĘCZNA

• **sobota, 29 listopada:** 12. kolejka I ligi, SKS Orlik Brzeg - Olimp AZS UZ 18.00

• **niedziela, 30 listopada:** 9. kolejka II ligi, SPR Włoszakowice - SMS Zielona Góra AZS UZ, 15.00; 9. kolejka I ligi kobiet, KS Otmęt Krapkowice - Osiński-Trans AZS UZ, 16.00

KOSZYKÓWKA

• **sobota, 29 listopada:** 12. kolejka II ligi, Kosz Ciepłomax Kompaktowy Pleszew - REWE digital Poland SKM Zastal Zielona Góra, 17.00

SIATKÓWKA

• **piątek, 28 listopada:** 2. kolejka III ligi kobiet (zaległy), Osiński-Trans AZS UZ - Promień Żary, 18.00, hala UZ przy ul. prof. Szafrana

• **niedziela, 30 listopada:** 7. kolejka III ligi, Osiński-Trans AZS UZ - Tęcza Krosno Odrzańskie, 19.00, hala UZ przy ul. prof. Szafrana

FUTSAL

• **niedziela, 30 listopada:** 5. kolejka I ligi kobiet, MTS Knurów - Lotto AZS UZ, 13.30 (mk)

PIŁKA NOŻNA

Nabierały doświadczenia

Zespół TS Ladies Przylep, w swoim debiucie w trzeciej lidze po rundzie jesiennej, zajmuje ósmą pozycję. To, jak na beniaminka, niezła lokata.

TS Przylep po fuzji z zielonogórską Lechią prowadzi tylko szkolenie młodzieży. Przed kilkoma laty wrócono do zespołu seniorów. Dziś ta ekipa gra w klasie okręgowej. Na pomysł stworzenia zespołu kobiet wpadł członek za-

ządu klubu Konrad Komorniczak, przekonał do niego szefów i tak się zaczęło. W poprzednim sezonie zespół TS Ladies Przylep, którego trenerem był Damian Sarnecki występował w czwartej lidze i wywalczył awans.

Trzecia liga to zupełnie inna półka pod względem organizacyjnym i sportowym. To dalekie wyjazdy i zdecydowanie silniejsze przeciwniczki. Przed sezonem odszedł trener Damian Sarnecki, nowym szkoleniowcem został Krzysztof Nykiel. Początki były trudne, zaczęło się od dwóch wysokich



Piłkarki TS Ladies, po trudnym początku, radzą sobie coraz lepiej w III lidze FOT. MONIKA WERTZ/TS PRZYLEP

porażek, ale potem ekipa okrzepła i zaczęła punktować. Pierwszy sukces odniosła w meczu u siebie z Komax Unią Opole 6:4, pokonała też na własnym boisku Rolnika Biedrzychowice Głogówek 5:2, oraz Górnika Zabrze 4:3. W ostatniej jesiennej kolejce odniosła pierwszy sukces na wyjeździe wygrywając w Goczałkowicach Zdrój z KS Panattoni 3:2. Dało to naszej ekipie w sumie 12 punktów (cztery zwycięstwa przy siedmiu porażkach) i ósme miejsce wśród 12 zespołów. Ekipa strzeliła 27 bramek, tracąc aż 57. Jak oce-

nić jesień w wykonaniu TS Ladies Przylep? W sumie nie było źle. Zespół w niektórych meczach, szczególnie w faworytkami, zapłacił frycowe, ale nabrał doświadczenia, które za procentuje wiosną.

Nykiel i Komorniczak podkreślają, że to dopiero początek większego projektu pod nazwą futbolu kobiet w TS Przylep. Ostatnio klub ogłosił nabór chętnych do treningów i gry w zespole. Liczymy, że w czasie przerwy zimowej zespół się wzmacni i wiosną pokaże nam co go stać.

(af)



ROCK'N'ROLL AKROBATYCZNY

Złoty Mega Dance!

Para Natalia Krakowiak i Maciej Bartkiewicz (na zdjęciu) została mistrzami świata w rock and rollu akrobatycznym! Duet SKT Mega Dance Zielona Góra był bezkonkurencyjny w Zagrzebiu w prestiżowej kategorii Main Class Contact Style. Powody do radości w Chorwacji miała też formacja Slay, która w Zagrzebiu wygrała zawody Pucharu Świata. Zielonogórzanki, podopieczne Anny Miadzielec, wystąpiły w składzie: Marika Kobylańska, Agata Zawadzka, Martyna Skrzypek, Weronika Kasperpek, Ola Drozd, Ada Kalicińska. (mk)

KARATE

Olimpiada sztuk walki

W niedzielę odbył się XII Ogólnopolski Turniej Sztuk Walki o Puchar Prezydenta Zielonej Góry. Hale CRS opanowało prawie pół tysiąca miłośników wschodnich sztuk walki. - W jednym miejscu spotykają się trzy różne dyscypliny, to taka olimpiada sztuk walki - wyjaśnia Andrzej Makowski, prezes ZKS Karate Kyokushin, jeden z organizatorów. Startowali zawodnicy z 37 klubów z całej Polski i zaproszeni karatecy z Irlandii. Rywalizacja na pięciu matach odbywała się w karate tradycyjnym, karate kyokushin i ju-jitsu. Celem było m.in. zintegrowanie środowiska sztuk walki. (mk)



CZAS, KTÓRY POZOSTAŁ

Kiedy mnie zawieziesz do fryzjera – pyta mnie mama. Codziennie rano staje przed lustrem i zastanawia się, w co się ubrać. Jest tu szczęśliwa.

Sylwia Satwacka

- Rodzina to pewnego rodzaju system, w którym każdy członek pełni określoną rolę. Z czasem te role zmieniają się i dzieci przejmują obowiązki rodziców - opowiada Agnieszka Tomczak, kierowniczka Domu Dziennego Pobytu „Senior+” w Starym Kisielinie. Energiczna blondynka, przy wejściu od razu skraca dystans i przechodzi na ty. Skończyła zarządzać i marketing, miała własną firmę. Przez pięć lat prowadziła też w pojedynkę klub seniora. Na początku roku odpowiedziała na ogłoszenie Miasta, które szukało szefa domu dziennego pobytu. Wygrała konkurs.

Jest mroźny poranek w środku tygodnia. Na parking przed dawnym pałacem Carla Ludwiga von Stoscha podjeżdża auto.

- Proszę zobaczyć – stoimy przy oknie.

- Właśnie dorosłe dziecko przywiozło nam pod opiekę swojego dojrzałego rodzica.

Krystyna i Elżbieta

Dom dziennego pobytu czynny jest od rana do popołudniowych godzin.

Kobiety, które wysiadły z auta, to Krystyna, jedna z podopiecznych ośrodka i jej córka Elżbieta. Krystyna ma 79 lat. Cierpi na chorobę Parkinsona. - Czasem jej ciało zatrzymuje się i nie może zrobić kolejnego kroku – opowiada Agnieszka, kierowniczka. - Żeby nogi znów chciały ruszyć, musi się uspokoić, powoli podnieść jedno kolano, potem drugie. Czasem trwa to kilkanaście minut.

- Tak jakby mama uczyła się na nowo chodzić – dodaje Elżbieta.

Od kilku miesięcy Elżbieta w drodze do pracy zawozi matkę do ośrodka w Starym Kisielinie.

Pytam, co im to daje? Jak oceniają dom?

Krystyna odpowiada krótko: - Świetnie.

- Świetnie! – potwierdza Elżbieta.

Wspomina: - Zanim mama trafiła do Starego Kisielina, była przez jakiś czas sama w domu.

Dwa razy niefortunnie upadła. Ustaliłyśmy więc, że będziemy się kontrolnie dzwonić w ciągu dnia. O stałych godzinach: rano, w południe i po południu.

Przez telefon wszystko było w porządku. Wracam z pracy, wchodzę do kuchni, a tam na podłodze rozbite szkło. Bo znów coś jej z ręką wypadło.

Mama jest osobą silną, mało mówiącą. Nigdy nie mówi o swoich słabościach. Trzeba ją o wszystko pytać. I jeszcze wiedzieć, jak to pytanie zadać. W pewnym momencie stało się dla nas jasne, że dłużej nie może być sama.

Elżbieta szukała pomocy w różnych miejscach. W końcu wsiadła w auto i objechała miejskie ośrodki wsparcia dla seniorów.

Opowiada: - Fizycznie nie byłam już w stanie godzić opiekę nad mamą z pracą zawodową. I wtedy mama trafiła pod skrzydła cudownej Agnieszki Tomczak. Ulgę, jaką poczułam, trudno wyrazić słowami.

“Kiedy mnie zawieziesz do fryzjera” - pyta. Codziennie rano staje przed lustrem i zastanawia się, w co się ubrać. Przed samym wyjściem mówi: „Zarzuć mi jeszcze na szyję korale”. Chce wyglądać ładnie. Chce przeżyć fajnie czas, który jej pozostał. I nic ją tak nie motywuje jak pokoleniowa wspólnota.

Agnieszka Tomczak potwierdza: - Kiedy Krystyna wychodzi do parku, wstępują w nią niespożyte siły. Potrafi okrążyć park pięć razy z rzędu, i to bez zatrzymania się.

Elżbieta: - Mama jest tu po prostu szczęśliwa.

Anna i Władek

Z okien pałacu rozpościera się widok na zabytkowy park. Jest też zadbane ogród i warzywnik zбитy desek przez ponad 30 podopiecznych domu. Aż do późnej jesieni dojrzewały w nim soczyste pomidory i ogórki. Latem w parku seniorzy uprawiali gimnastykę i malowali obrazy.



Co daje seniorom dom dzienny? Namiastkę wolności i dawnego życia. Możliwość pobycia wśród ludzi. Dziś personel zorganizował im potańcówkę

FOT: WŁADYSŁAW CZULAK

Często razem z przedszkolakami, które mają siedzibę piętro wyżej. Dzieci stały od rana przy oknie i wypatrywały seniorów. Dziś personel zorganizował im potańcówkę.

- Nie spodziewałem się tu takiej dobroci – uśmiecha się do mnie Władysław, były tokarz. Siedzi przy stole (w koszuli, wełnianym eleganckim pulowerze) i obserwuje, jak inni grają w brydża. Co chwilę podnosi wzrok i szuka żony Anny. Choruje na alzheimera.

Anna (siedzi vis-à-vis i mruga do męża porozumiewawczo okiem): - Władek przy mnie czuje się bezpiecznie. Wpada w panikę, kiedy traci mnie z oczu.

Czasem wynikają z tego zabawne sytuacje. Ostatnio Anna brała udział w pokazie mody dla seniorów. Wchodzi na wybieg w pięknej sukni, sala pełna ludzi, a Władek wbiega za nią.

Anna: - W końcu dał się jakoś prześlugać i został pod sceną. Niestety, mąż wymaga już stałej opieki. Jest nieprzewidywalny. Miesiąc temu w nocy poszedł do toalety. Słyszę, że przekręca klucz w zamku. Wychodzę na korytarz, o on już koło windy stoi. Chciał zjechać na dół, choć nie wiedział po co. Czasem mówi, że widzi nieżyjącą mamę. Był czas, że mnie nie poznawał. Był agresywny. Pełen złości, a ja pełna lęku.

Jakiś czas temu geriatrzy zmienili mu terapię, dostał nowe leki. Jest dobrze.

W ośrodku Władek jest pogodny, towarzyski. Potrafi opowiadać godzinami historie sprzed lat. Na przykład, jak był małym chłopcem i zapomniiał zaprowadzić na pastwisko krowę. Potem sfinował, że krowa od rana się tam pasła. Dostał za to kłótnię od ojca. Pamięta dokładnie, jaka była wtedy pogoda i jaką minę miał ojciec.

Anna: - Jego opowieści są z pozoru spójne i logiczne. Ale gdyby zapytać go, co jadł dziś na obiad, nie wie, i koniec.

Co daje dom dzienny Władkowi?

Anna: - Gimnastyka, ćwiczenia mózgu, warsztaty plastyczne to wszystko działa na Władka jak antidotum. Choroba postępuje wolniej, Władek jest w świetnej kondycji fizycznej. Lekarze dają mu dziesięć lat mniej – opowiada.

Agnieszka: - Dienne domy to ważne i przyjazne miejsce. Mimo to spotkałam się kilka razy z opinią, że to przechowalnia, umieralnia. To bardzo szkodliwe i krzywdzące – mówi.

A co daje dom dzienny Annie?

- Namiastkę wolności i dawnego życia. Możliwość pobycia wśród ludzi – mówi. - Czułam się wcześniej taka samotna. W bloku, do którego się prze-

prowadziłam, nikogo nie znamy. Do znajomych mamy daleko. Dom dzienny stał się więc dla mnie rodzajem terapii. Wreszcie mogę odpocząć.

PS.

Dom dziennego pobytu w Starym Kisielinie działa od początku roku. Oprócz Agnieszki Tomczak pracuje w nim czwórka opiekunów: Aneta Pazera, Kamil Skrzypczyński, Patrycja Mróz i Magdalena Zamojska. Zajmują się ponad 30 podopiecznymi. Ponad połowa z nich jest po zawałach, udarach, cierpi na choroby neurodegeneracyjne. I wymaga opieki. Ośrodek gwarantuje podopiecznym terapię, zajęcia ogólnorozwojowe, warsztaty i częściowo odpłatne posiłki. W kolejce na przyjęcie czeka tu obecnie kilkanaście osób.

Na prośbę bohaterów, zmieniłam niektóre ich imiona.

DYŻURY DLA SENIORÓW

Spółeczna rada w środy

Spółeczna Rada Seniorów, powołana z inicjatywy radnej i społeczniczki Eleonory Szymkowiak, zaprasza na dyżury. - Chcemy pomagać mieszkańcom, głównie seniorom, choć nie tylko, w różnych sprawach dotyczących naszego miasta. Czekamy na wszelkie zgłoszenia – mówi Szymkowiak. I zaprasza na cotygodniowe dyżury. Członkowie SRS dyżurują co środy w godz. 16-18 przy ul. Ciesielskiej 10/1. Można też dzwonić, tel. 605 931 125.

Miejska w czwartek

Zielonogórska Rada Seniorów zaprasza na swój dyżur w czwartek, 11 grudnia, w godz. 10-12 do Ratusza (sala 20a, I piętro, ul. Stary Rynek 1). Będą na Was czekać radne: Małgorzata Barska i Elżbieta Januszewska, tel. 68 478 32 99. at, at

DOMY DLA SENIORÓW

W Zielonej Górze obecnie funkcjonują trzy Dienne Domy Pobytu dla Seniorów: „Senior+ przy ul. Reja, „Senior-Wigor” na osiedlu Pomorskim, i „Senior+” w Starym Kisielinie.

Łącznie opiekują się 98 osobami. Rocznie miasto wydaje na utrzymanie funkcjonujących już ośrodków ok. 3,8 mln zł. Kwota zawiera dotację z Wieloletniego Programu „Senior+” (ok. 380 tys. zł).

Barbara Szymańska, dyrektorka Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Zielona Góra: - Pomysł na rozbudowę sieci placówek wsparcia dziennego dla seniorów podyktowany jest lawinowo rosnącymi potrzebami w tym zakresie. Ma to bezpośredni związek z tym, że coraz większą część społeczeństwa stanowią osoby w podeszłym wieku. Uczestnictwo w aktywnościach proponowanych przez placówki wsparcia dziennego wydłuża seniorom zarówno czas sprawności intelektualnej, fizycznej, jak i odsuwa w czasie potrzeby związane z koniecznością objęcia seniora indywidualną opieką. Nie sposób pominąć także kwestii, iż zabezpieczenie potrzeb osób w podeszłym wieku poprzez umożliwienie im uczestnictwa w dziennych domach pobytu i klubach seniora minimalizuje ryzyko wystąpienia zdarzeń niebezpiecznych w miejscach zamieszkania, gdzie senior długi czas zmuszony jest do przebywania w samotności.

W styczniu 2026 r. miasto planuje uruchomić kolejną placówkę - Klub Seniora w Drzonkowie z dwiema filiami: w Sucheju i Kiełpinie dla kolejnych 50 seniorów.

NA STAROŚĆ CZAS ZWINĄĆ DYWANY

Po dwóch-trzech tygodniach leżenia w łóżku starszy człowiek najczęściej nie jest już w stanie o własnych siłach go opuścić. Nie bez powodu mówi się, że łóżko „wyciąga siły” – ostrzegają Urszula Kawalec-Hurny podczas I Forum Senioralnego w Zielonej Górze.

Geriatrzy z całego świata zebrali i opisali zaburzenia, które znacząco wpływają na jakość życia seniorów, prowadząc do niepełnosprawności i zwiększając ryzyko hospitalizacji oraz śmierci.

Ciśnienie, siła mięśni i leki

Listę „wielkich problemów geriatrycznych” otwierają upadki. Seniorzy są na nie narażeni z wielu powodów:

- Po pierwsze w starszym wieku pogarsza się ostrość widzenia oraz wrażliwość oczu na kontrast.
- Dochodzi do sarkopenii, czyli zmniejszenia masy mięśniowej oraz obniżenia siły mięśni (średnio o 30-40 proc.).
- Pojawiają się problemy ze zwyrodnieniami stawów.
- Czynnikiem zagrożenia są też nagłe spadki ciśnienia tętniczego krwi czyli hipotonia ortostatyczna związana z miażdżycą.

- Prawdopodobieństwo upadku zwiększają także schorzenia neurologiczne, choroby sercowo-naczyniowe, narządu ruchu, metaboliczne, żołądkowo-jelitowe, układu moczowo-płciowego oraz zaburzenia związane z psychiką, np. otępienie zwiększa ryzyko upadku aż trzykrotnie, a choroba Parkinsona dziesięciokrotnie.
- Ponieważ ludzie w starszym wieku zmagają się często z wielochorobowością, przyjmują różne farmakoterapie. Wraz z liczbą zażywanych leków mogą narastać działania niepożądane, a to także grozi utratą równowagi.

- W efekcie czasem wystarczy wstać energiczniej z krzesła lub łóżka, by stracić równowagę i upaść. Szczególnie jest to niebezpieczne, kiedy starsza osoba zmienia pozycję z leżącej lub siedzącej na stojącą – mówi Urszula Kawalec-Hurny*, konsultantka wojewódzka ds. geriatry w woj. lubuskim.

Kaskada nieszczęść

Szczęście w nieszczęściu, jeśli upadek skończy się na stłuczeniach. Niestety, często osoby starsze przewracając się doznają poważnych kontuzji: złamań (kości ramiennej, udowej, czasami miednicy), urazów głowy i krwawiaków.

- Bywa, że skutki urazu nie od razu są widoczne. Chory np. z urazem głowy jedzie na szpitalny oddział ratunkowy, tam ma wykonywaną tomografię komputerową i ta tomografia niczego nie wykazuje. Bardzo chciałabym uczulić na to, że do krwawienia może dojść nie od razu. Krwawiak może pojawić się po jakimś czasie, może się sączyć, narastać i dopiero wtedy zaczynają się poważne problemy – mówi Urszula Kawalec-Hurny.

Powikłania po upadku najczęściej kończą się unieruchomieniem. Starszy człowiek kładzie się do łóżka i często już w nim zostaje. Łóżko staje się jego więzieniem.

Unieruchomienie prowadzi do kolejnych poważnych powikłań - odleżyn, zakrzepicy, utraty masy mięśniowej. To tzw. zespół poupadkowy, który obejmuje także zaburzenia psychiczne. U chorego pojawia się depresja, budzi się też lęk przed kolejnymi upadkami. Czasem ten lęk jest tak silny, że trzeba go leczyć farmakologicznie.

- Po dwóch, trzech tygodniach leżenia w łóżku najczęściej starszy człowiek nie jest już w stanie o własnych siłach go opuścić. Nie bez powodu mówi się, że łóżko „wyciąga siły” – wskazuje Kawalec-Hurny.

Im mniej progów, tym bezpieczniej

Najczęściej po upadkach konieczne jest wsparcie i pomocy nie tylko bliskich, ale też opiekunów, lekarzy, pielęgniarek, fizjoterapeutów.

- Lekarz, który odwiedza w domach osoby starsze i leżące, powinien sobie zadać natychmiast pytania: co zrobić, żeby z tego łóżka chorego wyciągnąć? – opowiada geriatra. - Nawet jeśli chory jest po udarze, zawale serca, ma niedowład to i tak, nie powinno to przekreślać jego aktywności. Trzeba jak najszybciej zacząć rehabilitację. Czasem fizjoterapia to za mało. Jeśli pacjent cierpi na powtarzające się zaburzenia równowagi, zawroty głowy, powinien zgłosić się specjalistom: neurologa, ortopedy, kardiologa, by ustalić przyczyny zaburzeń.

Warto też zrobić porządek, bo - jak się okazuje - często do upadków dochodzi w domach. - Seniorzy przewracają się przez własne dywany, dywaniki, wysokie progi. Idealnie by było, żebyśmy im to wszystko spod nóg usunęli. Wiem coś o tym, bo bywałam w mieszkaniach starszych ludzi i wciąż się w nich o coś potykam – przyznaje specjalistka.

Sylvia Sałwacka

* **Urszula Kawalec-Hurny**, jest konsultantką wojewódzką ds. geriatry w woj. lubuskim Pracuje w Lubuskim Szpitalu Specjalistycznym Pulmonologiczno-Kardiologicznym w Torzymiu, gdzie działa pierwszy w województwie kompleksowy ośrodek medyczny dla seniorów.

Wielkie problemy geriatryczne

To złożone i wieloaspektowe problemy zdrowotne, które najczęściej występują u osób starszych. Zalicza się do nich:

- Zaburzenia równowagi i upośledzenie lokomocji, które prowadzą do upadków i urazów.
- Zespoły otępienne i depresję (negatywnie wpływają na zdrowie psychiczne i jakość życia seniorów).
- Problemy ze wzrokiem i słuchem (ograniczają samodzielność).
- A także chroniczne zaburzenia m.in. osteoporoza, nietrzymanie moczu, zaparcia (prowadzą do niesprawności funkcjonalnej).

NASZE ŻŁOTKA, SZMARAGDY I DIAMENTY

Gdy na świecie nie było jeszcze Facebooka, Internetu, ani nawet telefonów komórkowych, a ludzie częściej patrzyli sobie w oczy niż na ekrany smartfonów, Teresa z Kielc i Marian z Nowej Soli poznali się w Starym Ksielinie. Ona, uczennica, przyjechała na wakacyjny obóz OHP, by sadzić u nas drzewa. On, jako początkujący leśnik, opiekował się grupą.

Czy zakochali się od pierwszego wejrzenia? Dość, że wpadli sobie w oko i zaczęli randkować. Gdy jednak turnus się kończył, Teresa nie dawała związkowi przyszłości. - Przecież na pewno nie przyjedziesz do Kielc - rzuciła Marianowi, odjeżdżając w swoje rodzinne strony.

I co?

- I półtora miesiąca później byłem już w Kielcach - opowiada pan Marian. - Przepadłem na jej punkcie. Pomyślałem tylko, co się będzie działo, czynna marnować w Kielcach. Poczekajcie, aż skończy szkołę i ściągnąłem ze wschodu na zachód.



Już szron na głowie... Ale spojrzenia wciąż ogniste. Zielonogórskie szmaragdy: Teresa i Marian

Po ślubie zamieszkali w Zielonej Górze. On stał pracował w Lasach Państwowych, ona w biurze jako ekonomistka. Z czasem rodzinę uzupełniła trójka dzieci. Po tym wnuki, które dziś już są dorosłe.

Czy szmaragdowy jubileusz świętują z przekonaniem, że dokonali czegoś wyjątkowego?

- Nawet nie wiem, kiedy te 55 lat pod jednym dachem nam minęło. To było jak mgnienie oka - odpowiada jubilat.

Wspólna droga, jak to w życiu bywa, nie składała się pewnie z samych miłych chwil? - Jasne, różne przeboje i ostre zakręty nam się zdarzały - przyznają.

Jak udało się je wyrobić? Normalnie, jak na żużlowe miasto

Zielona Góra przystało... - Lekko po bandzie, i do przodu! - śmieje się pan Marian.

W sobotni wieczór w planetarium Wenus na zaproszenie prezydenta Zielonej Góry byli jedną kilkunastuosobną parą świętujących diamentowe, szmaragdowe i złote gody.

- Ogromne przeżycie móc być tutaj z Państwem, uścisnąć

dłoni, wymienić kilka słów. Nawet o miejscach parkingowych wymieniliśmy na scenie uwagi - śmiał się prezydent - Dla mnie to wzruszające, ponieważ Państwo tworzyliście to miasto, jego gospodarkę, społeczność. Dzięki Wam Zielona Góra mogła się rozwijać. Wasze życie może stanowić wzór. Zgodnie ze słowami ślubowania przez tyle lat byliście ze sobą na dobre i na złe, w zdrowiu i chorobie. Egzamin życiowy zdaliście przepięknie - winał Marcin Pabierowski.

Andrzej Tomasiak

Podzielcie się z nami swoją historią!

Czy chcielibyście – Wy albo Wasi najbliżsi – opowiedzieć nam o swoim jubileuszu i podzielić się sprawdzonym przepisem na długotrwały związek? Napiszcie na czaszg@um.zielona-gora.pl, na pewno się skontaktujemy!

SILNI, SPRAWNI I WYTRZYMALI, CZYLI MASTERSI TRENERA DAWIDA

Wśród herosów miotających sztangami w 8K Centrum Sportu przy ul. Kożuchowskiej trzy razy w tygodniu spotyka się grupa, której członkowie ćwiczą może i nieco wolniej, mniej intensywnie, sięgając też po lżejsze ciężary. Te niedostatki nadrabiają jednak zapalem, pozytywnym nastawieniem i wzorową frekwencją.

Sekcję masters dla osób 50+ zainicjował przed ponad ośmiu laty dr Dawid Krystek, pracownik badawczo-dydaktyczny Katedry Sportu i Promocji Zdrowia, Instytut Sportu, Turystyki i Żywności Uniwersytetu Zielonogórskiego. Dostał zielone światło od Marka Humińskiego, właściciela Centrum. Tak do końca nie miał jednak przekonania, czy pomysł wypali.

Ludzi dojrzałych łatwiej wyciągnąć na spacer niż na przeżucie żelastwa. A przecież... - Trudno znaleźć inną formę aktywności fizycznej, która dawałaby tyle korzyści zdrowotnych, fizycznych i mentalnych, ile przynosi trening siłowo-wytrzymałościowy. Zakres pozytywnych efektów sięga od poprawy sprawności, przez zdrowie metaboliczne, aż po lepszy sen, wygląd i samopoczucie - przekonuje trener.

Pocztą pantoflową niesie się po mieście

Wnętrze ogromnej hali 8K Centrum Sportu nie przypomina nowoczesnej siłowni. Zamiast mnożstwa maszyn wspomaga-



Na początku trener Dawid Krystek robi wprowadzenie teoretyczne...

jących rozwój wszelkich partii mięśniowych jest sporo wolnej przestrzeni. Ćwiczący potrzebują jej, aby skakać na skakance, podrzucać piłkę lekarską, wyciskać sztangę, pchać po wykładzinie sakramencko ciężkie sanki, rozciągać gumowe opaski, robić wykroki, machać hantlami. Taki trening może być trudniejszy, poprawnie wykonywany rewanzuje się jednak szybszymi i lepszymi efektami.

Może dzięki temu, bez szczególnych zabiegów reklamowych, pocztą pantoflową rozniosło się po mieście, że przy Kożuchowskiej dzieje się coś fajnego. Grupa masters zyskiwała nowych członków, a kategoria wiekowa nabrała wartości raczej umownej. Dziś na zajęciach spotykają się tu i 40-latkowie, i ludzie ok. 70. Co ich motywuje?

Agnieszka: - Ćwiczę, bo urodziły się wnuki, dwa bliźnia-

ki. I muszę mieć formę, żeby się nimi zajmować.

Waldek: - Trenuję, żeby zachować siłę. Boję się, że gdybym przestał, w ogóle nie mógłbym chodzić. Jarek: - Ja jakby nie mam wyjścia. Ćwiczę, bo żona ćwiczy...

Agnieszka: - Kocham sport, całe życie ze sportem byłam związana. Wiek nie oznacza, że trzeba przestać i zasiać na kanapie. Warto coś ze sobą robić. Ewa: - Mnie nasze ćwiczenia dają po prostu dużo radości.

Ważne, zwłaszcza w pewnym wieku

Wielu ćwiczących traktuje zajęcia siłowo-wytrzymałościowe jako przygotowanie i uzupełnienie swoich głównych sportowych pasji, np. triathlonu, biegania, tenisa czy gier zespołowych. Są też tacy, dla których to jedyna forma aktywności fizycznej. Zarówno jedni, jak i drudzy mogą w ten sposób poprawiać



... po tym kończą się żarty, a zaczynają schody FOT: WŁADYSŁAW CZULAK

zdolności motoryczne. Trening zwiększa odporność na kontuzje, zmienia proporcje między tkanką tłuszczową a mięśniową na korzyść tej drugiej.

- I tu dochodzimy do ważnego dla osób dojrzałych pojęcia sarkopenii, czyli postępującej z wiekiem utraty mięśni, ich funkcjonalności. Stajemy się coraz słabsi, z biegiem lat spada także siła, mobilność i gęstość kości. Regularny wysiłek spowalnia tę krzywą spadkową i pomaga utrzymać ciało w dobrej kondycji. Mięśnie i kości poddawane obciążeniom adaptują się, stają się mocniejsze, a ryzyko osteoporozy znacząco maleje - argumentuje dr Krystek.

Strach, że wysiądą kolana czy kręgosłup?

Sport, nawet w amatorskim wydaniu, wiąże się z ryzykiem kontuzji. Przerzucanie cięża-

rów może wywoływać obawy, czy użytkowane przez kilkadziesiąt lat kolana i kręgosłup wytrzymają dodatkowe obciążenia?

Trener mastersów stara się obalać te mity. - Tu nie dzieje się nic przypadkowego. Cały proces budowania formy jest zaplanowany. Mówimy o grupie osób w dojrzałym wieku, ale to nie znaczy, że one są wiecznymi początkującymi. Nie zakładają na sztangi wielkich obciążeń, lecz znają zasady wykonywania ćwiczeń [gdy ktoś chce nauczyć się podstaw, co pewien czas w 8K startuje cykle zajęć intro - red.]. Dobieramy ciężary i zadania adekwatnie do możliwości - wyjaśnia Dawid Krystek.

Andrzej Tomasiak

Więcej zdjęć Władysława Czulaka z treningu mastersów znajdziecie na facebookowym profilu „Czasu Zielonej Góry”

ARTYSTA W SZLAFROKU I WZBURZONA WANDA

Przeszłam wszystkie szczeble i instytucję znałam na pamięć, a po Hali Ludowej mogłam poruszać się nawet po ciemku.

Pamiętam sytuację, gdy jedna z bardzo sławnych polskich artystek, której gwiazda już przygasła, bardzo liczyła, że w Zielonej Górze odbędą się dwa jej koncerty, a wyszedł tylko jeden, bo nie było zainteresowania.

Innym razem aktor grający główną rolę nie wytrzymał do południa i spał w piżmie, która była jego kostiumem na scenie. Trzeba było jakoś go ocucić i rozebrać, by dać piżmę do wyprania.

Pewna ekscentryczna piosenkarka postanowiła ogolić sobie głowę w pokoju hotelu „Polan” i zostawiła włosy na podłodze. Potem hotel przez wiele tygodni nie



Miroslawa Jodziało-Antoniewicz na spotkaniu klubu Kiwanis Zielona Góra „Adsum”, z którym była związana ponad dwie dekady.

chciał przyjmować od nas rezerwacji.

Innym razem przerwałam koncert, gdyż publiczność - podkręcona przez Wandę z zespołu

„Wanda i Banda” - skacząc na wyścielanych fotelach, wyłamywali je. A my na drugi dzień mieliśmy akademię w tej sali. Artystka wyzwała mnie od ostatnich...

Miroslawa Jodziało-Antoniewicz, była dyrektorka Estrady Ziemi Lubuskiej w rozmowie z Alicją Błażyńską dzieli się wspomnieniami z wielu lat działania instytucji na łamach nowego wydania „Inspiracji”. Pismo Zielonogórskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku powstało w roku 2005 z inicjatywy Grupy Poetyckiej „Ok-symoron”. Początkowo było 16-stronicowym i graficznie ubogim dodatkiem literackim do ZUTW-owskiego programu.

Obecnie liczące blisko 100 stron „Inspiracje” ukazują się - dzięki pomocy finansowej Miasta Zielona Góra - dwa razy do roku. Obok wersji

papierowej istnieje również możliwość pobrania wersji elektronicznej ze strony ZUTW.

Wszelkie prace dziennikarskie, redaktorskie, korektorskie, graficzne i fotograficzne wykonywane są w ramach wolontariatu przez członków ZUTW oraz zaproszonych do współpracy gości. wyb. AT



FOT: ALICJA BŁAŻYŃSKA

PREZES SŁUŻY RADĄ: ZIMNA WODA KRZEPI

Pierwsze przykazanie morsa: Człowiek to nie torebka z herbatą. Nie naciągnie więcej zdrowia, jeśli dłużej wytrzyma zanurzony w wodzie. Drugie i trzecie: Rozgrzewka przed lodowatą kąpielą to oszukiwanie organizmu; neoprenowe buty czy rękawiczki - zbędne gadżety.

Debiutanckie morsowanie Jacka Moszyńskiego? 12 lat temu, po namowie kolegi. Głównie z ciekawości i dla hecy, bez świadomości, jak i po co.

Od tego czasu wiele się zmieniło. - Kolega przestał, ja hartuję się do dziś, w zasadzie codziennie. Pomagam także nowicuszom, wchodzić do zimnej wody i robić z tego nawyk. Jestem krejzolem na punkcie lodowatych kąpiei - mówi.

Wyluzowany i uodporniony

Moszyński, zielonogórzanin z urodzenia i z wyboru, przez wiele lat dbał o kondycję, jeżdżąc na rowerze. Problemy z kręgosłupem sprawiły, że przestał regularnie pedałować. Wtedy właśnie dał się pochłonąć zimnej wodzie. Początkowo intuicyjnie. Z czasem z coraz większym obeznanem. Zaczął uczestniczyć w warsztatach i szkoleniach teoretycznych, powielać argumenty Valerjana Romanovskiego, wykładowcy SGGW i autora książek o morsowaniu. - On został moim guru - przyznaje.

Z pasji Moszyńskiego zrodził się Ekskluzywny Klub Morświna Lubuskie Morsy. Gdy nasta-



- Wydaje się to niemożliwe, bo morsowanie wymaga wyjścia poza strefę komfortu, ale to naprawdę działa kojąco - opowiada Jacek Moszyński

FOT: ANDRZEJ TOMASIK

je jesień, co tydzień klubowicze spotykają się w niedzielne poranki na wspólnych kąpielach na otwartych akwenach.

Co daje im morsowanie? Moszyński widzi rzecz holistycznie: - Nasz cywilizacyjny problem polega na tym, że żyjemy w przegrzanych mieszkaniach. Pracujemy w ciepłarniach biurach. Jakby tego było mało, zakupy robimy w galeriach, gdzie panują letnie temperatury, a później w samochodach odpalamy nadmuchiwo grzane foteli. Wychodząc na dwór, opatulamy się, czym się da. W ten sposób obniżamy naturalną odporność naszych organizmów, narażamy się na choroby. A przecież zimno daje organizmowi silny impuls, zmuszając do uruchomienia naturalnej grzałki.

Prezes klubu przekonuje, że morsowanie nie tylko uodparnia, lecz także działa kojąco na psychikę, redukując kortyzol.

Lepiej krótko i często niż długo i nieregularnie

Moszyński zaczyna dzień od lodowatego natrysku. W sezonie zimowym najchętniej morsuje w jeziorze Niesłysz w Przełazach, najczęściej zaś w podzielonogórskiej Świdnicy, a wcześniej na tzw. dzięk Ochl.

Nie rozgrzewa się przed zanurzeniem. Przeciwnie - wylewa na siebie wiaderko zimnej wody. Nie używa rękawiczek ani neoprenowych butów. Dlaczego? - To są błędy, które popełniałem jako początkujący mors. W rzeczywistości chodzi o to, żeby skierować impuls zimna najpierw na głowę i nie chronić stóp, dłoni czy szyi przed wodą. Dziś już nie stoję w akwenu jak przed rozstrzelaniem z rękoma uniesionymi w górę. To bez sensu. Pamiętam także, by chłodzić tarczycę - wylicza.

Moszyński eksperymentował z działaniem skrajnego zimna, cyklicznie przebywając po kilka godzin w komorze termoklimatycznej, gdzie temperatura spada do -51 st. C, a efekt potęguje silny strumień mroźnego powietrza. Nikogo nie namawia jednak na podobne próby. Wystarczy zanurzyć się na 3-5 minut. Ważniejsze, żeby robić to regularnie niż długo.

Nie zaczynaj w pojedynkę!
- O ile mówimy o zdrowej osobie, morsować może każdy - od małych dzieci po osoby starsze. To nie jest sport eks-

tremalny, tylko forma dbania o zdrowie - twierdzi zielonogórski mors.

Jak zacząć? Najlepiej z kimś, kto już nabrał doświadczenia i zna zasady bezpieczeństwa. Naturalnym odruchem przy pierwszej lodowatej kąpiel może być panika. Wówczas przyda się asysta rutyniarza. Zanurzenie może ułatwiać pogoda. Gdy na dworze trzyma mróz, wówczas woda wydaje się przyjemniejsza.

Jacek Moszyński zapewnia, że odkąd regularnie morsuje, zmieniła się ciepłota jego ciała. - Nie potrzebuję tyłu co kiedyś grubych butów ani ubrań, bo nie odczuwam zimna tak jak inni. Trochę jak w znanym powiedzeniu, zimą potrafię chodzić w sandałach...

Andrzej Tomasik

Lubuskie Morsy zapraszają!

Chcesz spróbować, czy morsowanie jest dla Ciebie? Najpierw skonsultuj pomysł z lekarzem, po tym możesz wziąć w domu zimny natrysk, albo wybrać się w niedzielę o godz. 8:30 na zalew w podzielonogórskiej Świdnicy. Tam spotkają się członkowie EKM Lubuskie Morsy (choć mają nadzieję, wrócić na dzięk Ochl). Prezes Jacek Moszyński zapewnia, że wraz z innymi klubowiczami zatroszczy się o każdą nowicjuszkę i każdego nowicjusza.

CZY JEST TU KTOŚ, KTO JESZCZE NIE MA TEJ KARTY?

Jasne, że korzystam! Taniej płacę za wejście na basen, badania i przejazd taksówką - wylicza zielonogórska emerytka Barbara Skowrya. Karta ZGrani 50+ uprawnia do zniżek w zielonogórskich sklepach, punktach usługowych, kawiarniach, restauracjach, ośrodkach szkoleniowych i placówkach kulturalnych, a upusty sięgają 50 proc.

Ponad 38 tysięcy wydanych kart, grubo ponad stu partnerów, aplikacja mobilna, zabawa w zbieranie punktów uprawniających do odbioru nagród, imprezy integracyjne - tak w skrócie można podsumować funkcjonowanie programu ZGrani Zielonogórzanie 50+.

Przypomnijmy. 1 stycznia 2014 r. najpierw ruszyła akcja ZGrani Rodzina. Pół roku później miasto wprowadziło nowy produkt. - Jako jedyni



w Polsce zaoferowaliśmy szeroki program zniżek z myślą o seniorach, ale dla mieszkańców już od 50. roku życia - opowiada Małgorzata Szachowicz, ambasadorka obu miejskich programów: ZGrani Rodzina i ZGrani Zielonogórzanie 50+.

Coś więcej niż promocje

Zielonogórzanie szybko pokochali karty rabatowe. - Mamy partnerów, którzy dają na-

prawdę wysokie rabaty. Seniorzy często przychodzą do nas i dziękują, że dzięki karcie zaoszczędzili na badaniach czy zakupach. To daje ogromną satysfakcję - podkreśla Szachowicz.

Program to nie tylko rabaty. W Ratuszu działa biuro kart, które organizuje spotkania, warsztaty czy zabawy. - Nie chcemy, żeby karta leżała tylko w portfelu. Integrujemy rodzi-

ny, zapraszamy na eventy. Seniorzy mogą dopisywać wnuki i wspólnie korzystać z miejskich atrakcji. To buduje więzi międzypokoleniowe - mówi ambasadorka programu.

Przykład? „Kółko Fortuny”, które co dwa tygodnie, w każdą pierwszą i trzecią środę miesiąca się kręci, a uczestnicy zabawy zdobywają punkty i wymieniają je na nagrody. To dodatkowa zachęta, żeby odwiedzać nasze biuro - opowiada Szachowicz.

Partner daje rabat i... się dziwi

Program funkcjonuje od 11 lat i stał się rozpoznawalnym elementem Zielonej Góry. Z każdym rokiem rośnie liczba firm i instytucji, które chcą współpracować z miastem. W czym tkwi ten fenomen? - W negocjacjach, uśmiechu i partnerskim podejściu. Uda się nam nakłonić firmę do udzielenia rabatu, a po chwili jej właściciel sam się dziwi, że poszedł na tak duże ustę-

stwa - śmieje się ambasadorka programu.

Bywa że przedsiębiorcy sami się zgłaszają, by dołączyć do wielkiej miejskiej akcji. W zamian mogą liczyć na promocję na stronie internetowej, w katalogach i większa zainteresowanie beneficjentów programu.

Wystarczy meldunek i wniosek

Aby wyrobić kartę ZGrani Zielonogórzanie 50+, wystarczy być zameldowanym w Zielonej Górze i mieć ukończone 50 lat. Karta wydawana jest bezpłatnie. Zainteresowani składają prosty wniosek bezpośrednio w biurze programu lub online poprzez stronę zgrani50.pl, potwierdzając swoje zameldowanie np. w aplikacji mObywatel, wybierając jeden z kilkunastu wzorów graficznych i mogą liczyć na to, że miasto wyśle im kartę do domu.

Andrzej Tomasik