



## KURIER ZAGŁĘBIA

<https://www.facebook.com/Fundacja-Wspierania-Rozwoju-Zasob%C3%B3w-Ludzkich-Nasze-Zag%C5%82%C4%99bie-746964942019191/>

NAKŁAD 10.000

LIPIEC 2016

ISSN: 2450-8519

Mam przyjemność zaproponować Państwu drugie wydanie kwartalnika „Kurier Zagłębia”. Gazeta wydawana jest przez naszą Fundację, jako odpowiedź na potrzeby społeczne. Jej zadaniem jest monitorowanie działań społecznych, kulturalnych, obywatelskich, edukacyjnych oraz inicjatyw lokalnych w Zagłębiu, przybliżyć Państwu kwestie problemów socjalnych zagłębiowskiego społeczeństwa, rekomendować instytucje i działania, wskazywać możliwości szukania pomocy i wsparcia, zachęcać do włączania się w pomoc bliźnim a także eksponować osiągnięcia zagłębiowskiej kultury i sztuki, przedstawiać lokalne talenty czy zachęcać do uczestnictwa w imprezach organizowanych przez samorządy lokalne. Promujemy również ludzi i instytucje, które w naszym subregionie działają charytatywnie, wspierają potrzebujących oraz nie szcedzą sił i wydatków na pomoc społeczną. Kurier jest otwarty na problemy społeczne, jest głosem Zagłębia, w którym każdy, kto szuka pomocy lub chciałby się podzielić swoimi doświadczeniami czy pomysłami, znalazł na to miejsce. Publikujemy informacje o inicjatywach lokalnych, eksponujemy problemy z którymi borykamy się w Zagłębiu, proponujemy rozwiązania i rekomendujemy przykłady dobrych praktyk. W każdym wydaniu znajdziecie Państwo coś dla siebie. Coś na smutno i coś na wesoło. Coś dla dorosłych i coś dla dzieci. Sprawy ważne i pilne oraz mniej ważne i niekoniecznie pilne. Są quizy z nagrodami, krzyżówki, kawały. Są wywiady i recenzje. Znajdziecie państwo również porady i gotowe rozwiązania. Jesteśmy otwarci na współpracę z różnymi instytucjami, firmami i przedstawicielami lokalnych inicjatyw. W drugim wydaniu proponujemy państwu min. wywiad z Panem ....., burmistrzem Wojkowic ws. Programu 500+, czyli dwa miesiące od wprowadzenia, aktualności letnie z teatrów i kin, czekające nas wydarzenia w miastach Zagłębia, informacje o działających w Zagłębiu organizacjach pomocy społecznej czy krzyżówkę z nagrodą. Gazeta dystrybuowana będzie staraniem wolontariuszy na terenie Sosnowca, Dąbrowy Górniczej, Będzina, Czeladzi i Wojkowic. Docelowo obejmie również teren Zawierciański. Zachęcam do lektury!!

Redaktor Naczelny dr Tomasz Grad



..... jedzenie jak u mamy



**rabat 20% na posilek**

SAM wybierasz i nakładasz co chcesz i ile chcesz my tylko ważymy jedna cena na wszystko

Proponujemy również gotowe zestawy obiadowe w stałej cenie (szczegóły w Restauracji)

bez kostek, proszków i polepszaczy

\*Dotyczy jedzenia „na wagę” w porze obiadu  
Kupon ważny do końca 2016r.

### W dzisiejszym wydaniu

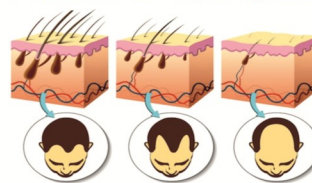
- ◆ Podopieczni Fundacji
- ◆ Wydarzenia sportowe i kulturalne Zagłębia
- ◆ Ciekawe miejsca zagłębia w obiektywie
- ◆ Coś dla dzieci
- ◆ Moda lato 2016
- ◆ Odświeżamy sucharki
- ◆ MOPS w Sosnowcu
- ◆ Szkoły dla potrzebujących— Staszic Sosnowiec
- ◆ Działania Fundacji

## GABINET TRYCHOLOGII DLA PIĘKNYCH WŁOSÓW I ZDROWEJ SKÓRY GŁOWY BADANIE SKÓRY GŁOWY I WŁOSÓW

Specjalizujemy się w: Diagnostyce / Leczeniu / Zapobieganiu

DZIĘKI NATURALNEJ PIELĘGNACJI WŁOSÓW I SKÓRY GŁOWY POMAGAMY W DOŁĘGLIWOŚCIACH TAKICH JAK:

- WYPADANIE WŁOSÓW
- ŁYSIENIE CAŁKOWITE
- ŁYSIENIE PLACKOWATE
- ŁUPIEŻ
- ŁUSZCZYCA
- TŁUSTA SKÓRA GŁOWY
- SWĘDZENIE SKÓRY GŁOWY
- PRZETŁUSZCZANIE SKÓRY GŁOWY
- WŁOSY SUCHE I ZNISZCZONE
- REWITALIZACJA WŁOSÓW I SKÓRY GŁOWY
- KLASYFIKACJA DO PRZESZCZEPU WŁOSÓW METODĄ „SAFER”
- TERAPEUTYCZNA KOLORYZACJA WŁOSÓW
- KARBOKSYTERAPIA, OKSYBRAZJA, MASAŻ TLENOWY, MEZOTERAPIA TLENOWA



**CENTRUM TRYCHOLOGII**  
ul. Frankiewicza 9 (I piętro)  
41-207 Sosnowiec  
tel. 732 969 732 / 732 989 732

centrumtrychologii@gmail.com  
<http://www.trychologsosnowiec.pl/>





Fundacja prowadzi  
nieodpłatny punkt  
konsultacji:

- Logopedyczne
- Pedagogiczne
- Prawne
- Mediacyjne
- Komunikacyjne

Biurowo fundacji: Czeladź ul.  
Bytomska 62

Kontakt telefoniczny:

606956622

Poradnik Fundacji na stronie .  
[www.fundacjanaszczagleb.com.pl](http://www.fundacjanaszczagleb.com.pl)

Druki aplikacyjne do pobrania  
na stronie fundacji

[www.fundacjanaszczagleb.com.pl](http://www.fundacjanaszczagleb.com.pl)

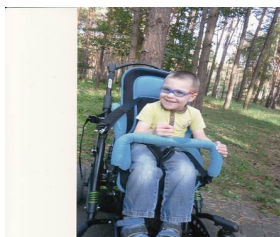
Znajdź nas na Facebooku

[https://www.facebook.com/  
Fundacja-Wspierania-Rozwoju-  
Zasob%C3%B3w-Ludzkich-  
Nasze-Zag%C5%82%C4%99bie-  
746964942019191/?ref=hl](https://www.facebook.com/Fundacja-Wspierania-Rozwoju-Zasob%C3%B3w-Ludzkich-Nasze-Zag%C5%82%C4%99bie-746964942019191/?ref=hl)

Zagłębiowskie Organizacje  
Pomocy Społecznej

- FUNDACJA "DLA RODZINY"
- FUNDACJA "POLITRAUMA" PRZY WOJEWÓDZKIM SZPITALU SPECJALNYM STYCZNYM NR 5 IM ŚW. BARBARY W SOSNOWCU
- HOSPICJUM SOSNOWIECKIE IM. ŚW. TOMASZA AP.
- KATOLICKIE STOWARZYSZENIE RODZIN WIELODZIECIANYCH IM. ŚW. JADWIGI ŚLĄSKIEJ
- SOSNOWIECKIE STOWARZYSZENIE AMAZONEK "ZYCIE"
- STOWARZYSZENIE CHORYCH NA ŁUSZCZYCĘ NAZWA W JĘZYKU ANGIELSKIM: "THE PSORIASIS ASSOCIATION"
- TOWARZYSTWO PRZYJACIÓŁ LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO W WOJKOWICACH
- DĄBROWSKA FUNDACJA MEDYCZNA
- DĄBROWSKIE STOWARZYSZENIE RODZIN W KRYZYSIE
- FUNDACJA GODNE ŻYCIE

## Podopieczni Fundacji



### Ośmioletni Wiktor Pluta

Ma mózgową porażenie dziecięcą, niepełnosprawność ruchową, wzrokową, upośledzenie umysłowe oraz zaburzenia rozwoju mowy. Koszt miesięcznej terapii to ponad 1800 zł plus 500 zł za lekarstwa. Rodzina ma jedynie 1300 zł dochodu. Każda złotówka się liczy. Konto fundacji: ING BANK o/Czeladź : 621050 1269 1000 0090 7607 7032 z dopiskiem "WIKTOREK"



### Ośmioletni Oliwier Kłodziński

Cierpi na mózgową porażenie dziecięcą, nieprawidłowo rozłożone napięcie mięśniowe rąk i nóg, osłabione mięśnie pleców, szyi i brzucha. Niezbędne jest przeprowadzenie nier refundowanego przez NFZ zabiegu fibrotomii (koszt ok. 11.000,00 zł). Dziecko musi być poddawane codziennej rehabilitacji. Wychowuje go samotna matka. Ojciec dziecka nie interesuje się jego stanem i nie wspiera rodziny. Każda złotówka się liczy. Konto fundacji: ING BANK o/Czeladź : 621050 1269 1000 0090 76702 z dopiskiem "Oliwier"

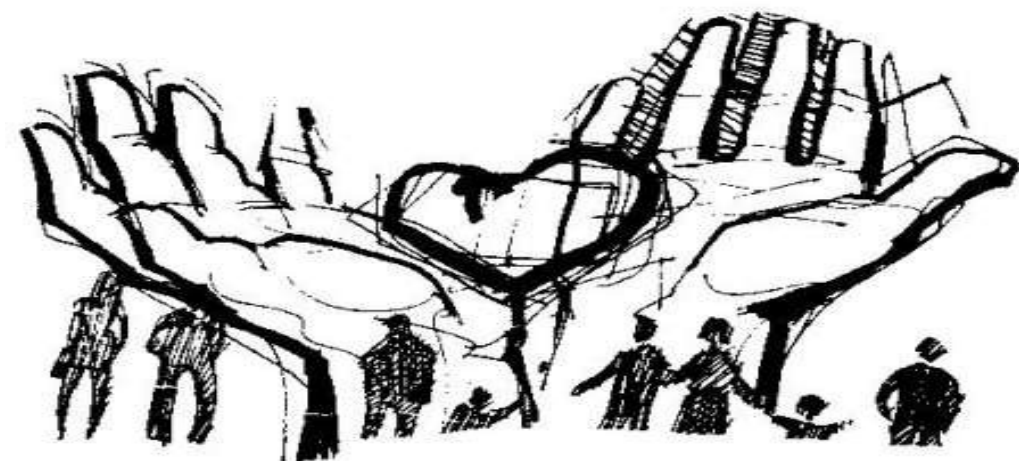


### 20 letni Jakub Kotkiewicz

Od urodzenia posiada mózgową porażenie dziecięcą, prawostronny niedowład spastyczny, wadę wymowy- jękanie się. Jest po dwóch operacjach ortopedycznych. Posiada bezwzględne zalecenie rehabilitacji permanentnej, zakupu środków ortopedycznych, kosztownych turnusów rehabilitacyjnych oraz stałej opieki. Każda złotówka się liczy.

Konto fundacji: ING BANK o/Czeladź :

621050 1269 1000 0090 7607 7032 z dopiskiem "Jakub"





## KURIER ZAGŁĘBIA

### Działania Fundacji Wiosna – lato 2016r

1. Wielki Quiz wiedzy o Polsce i Polakach!!!

Znajdź nas na Facebooku:

<https://www.facebook.com/Fundacja-Wspierania-Rozwoju-Zasob%C3%B3w-Ludzkich-Nasze-Zag%C5%82%C4%99bie-746964942019191/?ref>

2. Czekolady dla dzieci z Zagłębia. Prawie 4000 sztuk czekolad dla dzieci min. z MOPS Będzin, MOPS Jaworzno, ZS Specjalnych w Czeladzi, Publiczne Przedszkole nr 4 w Czeladzi oraz Publiczne Przedszkole nr 5 w Czeladzi oraz dla podopiecznych Fundacji

3. 1050 sztuk słodkich upominków z okazji 1050 -lecia Chrztu Polski dla dzieci z Zagłębia

4. Organizacja cyklu warsztatów i spotkań dla uczniów nt. realizacji programów edukacyjnych w zakresie bezpieczeństwa uczniów gimnazjum

- warsztaty bezpieczeństwo w sieci, bezpieczny internet;
- warsztaty samoobrona
- warsztaty bezpieczne wakacje

5. Organizacja cyklu szkoleń dla nauczycieli z Kroczyca, Dąbrowy Górniczej, Sosnowca i Katowic pt. Poważne warsztaty śmiechu, czyli sposoby radzenia sobie ze stresem.

6. Ufundowanie nagród dla wszystkich uczestników „Ostojady 2016”, czyli corocznego święta podopiecznych Środowiskowych Domów Pomocy Społecznej

7. Organizacja kilku akcji charytatywnych—zbiórka do puszek, zbiórka zabawek, książek i słodyczy na potrzeby organizacji prezentów dla podopiecznych Fundacji.

8. Remont biura przy ul. Bytomskiej 62

9. Dofinansowania do kolonii, obozów i turnusów rehabilitacyjnych

10. Zakup pomocy dydaktycznych dla Gimnazjum nr 11 w Katowicach

11. Bieżąca pomoc socjalna- konsultacje, porady, pomoc osobom starszym, paczki żywnościowe, paczki dla więźniów, ubrania, artykuły biurowe itp..

### Piękne miejsca Zagłębia.



Co to za miejsce?

Wystarczy przesłać na mail fundacji: [fundacja-naszezaglenie@gmail.com](mailto:fundacja-naszezaglenie@gmail.com), prawidłową odpowiedź aby wziąć udział w losowaniu cennej nagrody.

A jest nią - blender kuchenny. ZAPRASZAMY!!!



### Sport i nie tylko

XXXI Letnie Igrzyska Olimpijskie ([port. Jogos Olímpicos de Verão de 2016](#)), oficjalnie **Igrzyska XXXI Olimpiady** – letnie igrzyska olimpijskie, które odbędą się w 2016 w Rio de Janeiro (Brazylia). Będą to pierwsze igrzyska w Ameryce Południowej i drugie w Ameryce Łacińskiej (Meksyk 1968). To także pierwsze igrzyska na półkuli południowej od 2000 roku. Gospodarz igrzysk został wybrany na 121. sesji MKOI, która odbyła się 2 października 2009 w Kopenhadze. Igrzyska odbędą się w dniach 5 – 21 sierpnia



2016 roku i weźmie w nich udział ponad 10 500 sportowców z 206 Narodowych Komitetów Olimpijskich. Medale zostaną rozdane w 31 dyscyplinach, w tym także w Rugby 7 i golfie, które wracają do programu igrzysk po wielu latach nieobecności. Maskotkami

igrzysk zostały wybrane Vinicius i Tom, które zostały oficjalnie zaprezentowane w dniu 24 listopada 2014 roku. Vinicius nosi imię od brazylijskiego poety i muzyka Viniciusa de Moraes. Imię Tom pochodzi od Toma Jobima, brazylijskiego muzyka. Maskotki prezentują brazylijską przyrodę i mają cechy kotów, małp i ptaków. Mają one odzwierciedlać różnorodność kultury i ludzi w Brazylii.

dr n. zdr. Tomasz Grad

### Odświeżamy sucharki czyli z cyklu „o Jasiu”

1. Oprych zaczepia Jasia na ulicy i mówi:

- Te, mały. Masz pięćdziesiąt złotych?  
- A ma pan wydać z dwustu?

2. Przychodzi Jasio ze szkoły i mówi do mamy:

- Mamo w szkole śmieją się ze mnie, że dużo jem!  
- Synku nie marudź - odpowiada mama - tylko wypij zupę, bo mi wanna potrzebna.

3. Mama Jasia wyjeżdża do koleżanki na 2 tygodnie.

Jasiu ze swoim ojcem

żegnają ją:

- do zobaczenia - mówi tata  
- i wracaj szybko - krzyczy Jasiu  
- zamknij się - rozkazuje ojciec

4. Tato!

- Co Jasiu?  
- Chyba powinienem iść do okulisty!  
- Dlaczego, synu?  
- Bo od dawna nie widziałem kieszonkowego!

5. - Wziąłeś prysznic? - pyta pani Jasia na kolonii.

- No tak, jak coś zginie to zawsze jest na mnie!

6. Na lekcji pani pyta się Jasia:

- Jasiu, a gdybym powiedziała jestem piękna, to jaki to będzie czas?  
Jasiu na to:  
- Zdecydowanie przeszły, proszę pani!



## Zwyczajny gest

Pewnego dnia Marek, wracając ze szkoły, zauważył chłopca, który potykając się, upuścił wszystko, co taszczył ze sobą - sterty książek, dwa swetry, kij baseballowy, rękawice i mały kieszonkowy magnetofon. Podszedł do niego i pomógł pozbierać rozrzucone szpargały, a ponieważ, jak się okazało, szli w tym samym kierunku, pomógł chłopakowi nieść część bagażu. Po drodze Marek dowiedział się o nim nieco - miał na imię Karol, kochał gry telewizyjne, baseball i historię, miał spore kłopoty z kilkoma innymi przedmiotami i na dokładkę właśnie rozstał się ze swoją dziewczyną. Dotarli do domu Karola, który zaprosił Marka do środka na colę. Spędzili popołudnie razem, oglądając telewizję, zaśmiewając z tego i owego i gawędząc. W końcu Marek wrócił do siebie. Widywali się od czasu do czasu w szkole, raz czy dwa zjedli razem lunch. Potem obaj "wylądowali" w tej samej szkole ponadgimnazjalnej, lecz spotykali się raczej sporadycznie. Nareszcie nadszedł ostatni dzień nauki. Trzy tygodnie przed rozdaniem świadectw Karol poprosił Marka o chwilę rozmowy. Zapytał go, czy pamięta tamten dzień sprzed lat, kiedy spotkali się po raz pierwszy.

- Zastanawiałeś się kiedyś może, dlaczego targatem wtedy ze sobą do domu tyle rzeczy? Widzisz, opróżniłem swoją szafkę, ponieważ nie chciałem zostawiać po sobie bałaganu. Zabrałem mamie trochę tabletek nasennych... Chciałem popełnić samobójstwo, lecz gdy spędziliśmy trochę czasu razem, rozmawiając i śmiejąc się, zdałem sobie sprawę, że gdybym się zabił, ominęłyby mnie te chwile; te i tyle innych, które miały nadejść. Gdy pomogłeś mi pozbierać książki tamtego dnia, tak naprawdę zrobisz o wiele więcej... Ocaliłeś mi życie.

Autor nieznany

# KURIER ZAGŁĘBIA

ISSN: 2450-8519

## Akcja MOPS Sosnowiec

Schronienie na lata to dom, mama, tata – patrol przyjazny dziecku. **Idea powstania projektu była wynikiem utrzymującej się dużej liczby interwencji związanych z przemocą domową i nadużywaniem alkoholu. Niestety w większości tego typu sytuacji biorą udział dzieci. Często stają się one ofiarami bądź bezpośrednimi świadkami przemocy.** Inicjatorem projektu byli pracownicy socjalni pracujący w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie, współrealizatorem Komenda Miejska Policji w Sosnowcu. „Patrol przyjazny dziecku” to patrol składający się z funkcjonariusza policji oraz pracownika socjalnego. Trafia on wszędzie tam, gdzie istnieje prawdopodobieństwo występowania przemocy domowej oraz związane z nią zagrożenie dla życia bądź zdrowia dziecka. Patrol interweniuje także w sytuacjach, gdzie dobro dziecka zagrożone jest w wyniku pozostawienia go bez opieki na skutek np. libacji alkoholowej czy wypadku komunikacyjnego. Z obserwacji osób pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie wynika, iż sytuacje, w których dobro dziecka może być zagrożone mają miejsce najczęściej w piątki i soboty w godzinach popołudniowo – wieczornych. To właśnie wtedy ma miejsce najwięcej libacji alkoholowych, które często skutkują wybuchami agresji i przemocy. „Patrol przyjazny dziecku” w momencie otrzymania od dyżurnego jednostki informacji, że zagrożone jest dobro dziecka, uda się na miejsce zgłoszenia. Na miejscu pracownik socjalny otoczy pomocą i wsparciem zarówno dziecko jak i pozostałe ofiary przemocy. Z kolei funkcjonariusz Policji skieruje swoje działania przede wszystkim do sprawcy przemocy. „Patrol przyjazny dziecku” wyposażony jest w fotelik samochodowy, alkomat, narkotesty oraz kredki, kolorowanki i słodycze – czyli przedmioty pozwalające odwrócić chwilowo uwagę dziecka od zdarzenia noszącego znamiona przemocy domowej. Projekt „Schronienie na lata do dom, mama, tata” ma na celu podejmowanie działań interwencyjnych, ale także stałe działania prewencyjne i monitoring w środowiskach szczególnie zagrożonych zjawiskiem przemocy domowej. Patrol odwiedza także miejsca, w których dotychczas odnotowano zjawisko przemocy domowej. Wizyta w takim środowisku to prewencyjne działania mające na celu ograniczenie zjawiska przemocy oraz ochronę dziecka, które może stać się jej ofiarą.

Magdalena Olszar

*Sz.P. Marcin Kacperek  
Dyrektor Oddziału  
Bank Zachodni WBK  
II Oddział w Dąbrowie Górniczej*

*Proszę przyjąć wyrazy wdzięczności od całej społeczności Fundacji za nieoceniony dar serca jak również pomoc i empatię jaką wykazała się reprezentowana przez Pana instytucja, przekazując nieodpłatnie zestaw mebli biurowych na potrzeby Fundacji. Godna wszelkiego uznania postawa dyrekcji Banku Zachodniego WBK oraz Pańskie osobiste zaangażowanie jest wyrazem zrozumienia*

*dla naszych charytatywnych inicjatyw.*

*Z wyrazami wdzięczności  
Społeczność Fundacji*



Fundacja Wspierania Rozwoju Zasobów Ludzkich  
„Nasze Zagłębie”



Organizacja Pożytku Publicznego

**Nasze Zagłębie, Wasza Fundacja, Twój 1 %**

**Pomagamy naprawdę blisko Ciebie !!!**

**KRS 0000364986**

www.fundacjanaszczegalebie.com.pl fundacjanaszczegalebie@gmail.com  
konto : ING BANK o/Czeladź : 621050 1269 1000 0090 7607 7032 tel: 606956622, 32 2656555  
NIP: 625-24-25-713 Regon: 241719960 KRS: 0000364986



tel. : +48 32 785 96 97 tel. kom. : +48 506 709 816

[biuro@mikaconsulting.eu](mailto:biuro@mikaconsulting.eu)

MIKA CONSULTING Monika Sajkiewicz Sp.J

ul. Wojkowska 14a, 41-250 Czeladź

[biuro@mikaconsulting.eu](mailto:biuro@mikaconsulting.eu) <http://www.mikaconsulting.eu/>

NIP: 6252349449



Krzyżówka z nagrodą – wystarczy przesłać na adres redakcji: [fundacjanaszczeglebie@gmail.com](mailto:fundacjanaszczeglebie@gmail.com)  
prawidłową odpowiedź (cyfry rzymskie) aby wziąć udział w losowaniu nagrody w postaci 2 biletów do kina na dowolny film

1	x	2	x	3	x	4		5		6 II	<p><b>Poziomo:</b></p> <p>4. Mityczna Echo 7. Daw. podwójny garnek gliniany 8. Daw. woreczek na talary 9. Odmiana klusek 10. Starożytny filozof z Miletu 11. Proces niszczenia żelaza 14. Pod blatem stołu 16. Pismo z prośbą do władz 20. I komuś na głowie ciosane bywają 22. Piętrus w Londynie 23. Czarne na płowym futrze geparda 24. Głębokie w zastawie 25. Kraina hist. z Popradem</p> <p><b>Pionowo:</b></p> <p>1. Część ciała motyla, ważki lub komara 2. Podmokły, bagnisty teren 3. Składnik elektronu, stopu 4. ... Chruszczow 5. Tapczan albo regał 6. Język urzędowy w Kuwejcie 12. Proszek do prania z liposystemem 13. Koleżanka Ali z elementarza 15. Prymitywne ogrodzenie z żerdzi i chrustu 16. Część koła stykająca się z osią 17. Drobiazgi, szczegóły 18. Model Daewoo 19. Wybryk chuligana 21. Krzysztof, prezenter Polsatu</p>
7							x		x	V	
	x		x		x	8 III	IV	I		VI	
9							x		x		
	x		x		x	10 VII					
11	12		13				x	x	x		
x		x		x	x	x	14	15			
16		17		18		19	x		x	x	
	x		x		x	20				21	
22							x		x		
	x		x		x	23					
24							x		x		
	x		x		x						

## Polecamy w Zagłębiu

1. Pałac Kultury Zagłębia zaprasza na program koncertów w parku Zielona, obejmujących występy Orkiestry Rozrywkowej Sojka Band (lipiec) i Dąbrowskiej Miejskiej Orkiestry Dętej (sierpień). Ludowe, skoczne melodie i jazzowe, musujące pasażerów sprawią, że zarówno ataki komarów, jak i podstępne nawroty chandry stracą na znaczeniu. Można wyprowadzić krewnych na łono natury, korzystając ze świeżego powietrza i błogosławieństwa parkowej flory. Zapraszamy, zarówno melomanów, jak i przypadkowych spacerowiczów. Jeśli zabłądzić, to na Zieloną! Orkiestra Rozrywkowa Sojka Band zagra dla Was w dniach: **03.07 godz. 18.00, 10.07 godz. 18.00, 17.07 godz. 18.00, 24.07 godz. 18.00**

2. 29 lipca o godzinie 21.00, na Plaży Miejskiej Pogoria III odbędzie się drugi z cyklu koncertów "Klasyka nad wodą", zatytułowany "Muzyczne podróże". Aranżacje tradycyjnej muzyki bałkańskiej, polskiej, rosyjskiej, francuskiej a także żydowskiej wykonają muzycy Kwartetu Etnos Ensemble. Ten niezwykle klimatyczny koncert poprowadzi Alicja Kotył. Kwartet instrumentalny Etnos Ensemble powstał w 2015 roku. Styl, który prezentują muzycy to zderzenie różnych kultur i krajów Europy. Wykonują również utwory w stylu „Nuevo tango” takich mistrzów jak A. Piazzolla czy R. Galliano. Dla muzyków Etnos najważniejsza jest szczerota przekazu i wyrazistość brzmienia, dzięki czemu w pełni mogą zaprezentować swoje możliwości, a ich muzyka trafia do serc słuchaczy. Na koncertach zespołu tworzy się niepowtarzalny klimat, na który składają się takie elementy jak nieregularne rytmy folklorystyczne, melancholijna melodyka, a także harmonia typowa dla muzyki krajów bałkańskich. Potwierdzeniem poziomu, jaki prezentuje zespół są liczne nagrody i wyróżnienia zebrane na wielu krajowych oraz międzynarodowych konkursach.

3. Z okazji obchodów 100-lecia Dąbrowy Górniczej idziemy na rekord! 20 sierpnia na Placu Wolności przed Pałacem Kultury Zagłębia odbędzie się "Rekordeon" - czyli bicie Rekordu Polski w jednoczesnym graniu na akordeonie. W bicie rekordu pomogą nam wirtuozi tego instrumentu - Marcin Wyrostek oraz zespół Motion Trio. Obecny rekord to 346 akordeonistów, którzy wykonali wspólnie utwory w tym samym czasie i w tym samym miejscu. Pragniemy znacznie pobić ten rekord, wykonując dwa utwory: „Zachodzi Słoneczko” oraz „Idzie z Dąbrowy chłopak wesół”, dlatego zapraszamy akordeonistów z całej Polski do Dąbrowy Górniczej! Zapraszamy również osoby, które chcą stanąć widownią wydarzenia.

4. Pałac Schoena - Muzeum w Sosnowcu, ul. Chemiczna/12, +48 32 363 16 70 do 31.12.2016

Ekspozycje tworzące kolekcje polskiego szkła współczesnego powstały na przełomie lat 70. i 80. poprzedniego stulecia. Pochodzą z czynnych w tym czasie w Polsce hut szkła gospodarczego i kryształowego. Kolekcja liczy ok. 5000 sztuk, a składają się na nią wzory szkła sodowo-wapniowego i ołowiowego, stanowiące 3/4 ogólnej liczby zbioru oraz szkło artystyczne i unikatowe. Jest to jedyna tego typu kolekcja w Polsce. Posiadane przez Muzeum przedmioty ukazują pełny wachlarz różnorodności form szklanych naczyń oraz techniki ich wytwarzania i zdobienia. Na uwagę zasługują prace autorstwa Eryki i Jana Sylwestra Drostów, Barbary i Józefa Górskich, Zbigniewa Horbowego, Jerzego Maraja, Barbary Urbańskiej-Miszczuk, Reginy i Aleksandra Puchałów, Stefana Sadowskiego, Józefa Podlaska.

5. Bieg -marsz - Niordic Walking 5 km. Czeladzi MOSiR zaprasza zainteresowanych w dniu 9 lipca 2016 Osoba kontaktowa: [biuro@mosir.czeladz.pl](mailto:biuro@mosir.czeladz.pl) »

Ulica: Sportowa 2 Miasto: Czeladź Telefon: 32 265 42 32 www: <http://www.mosir.czeladz.pl/> »



## Dlaczego kobiety płaczą

- Dlaczego płaczesz? - młody chłopiec zapytał swą mamę.

- Ponieważ jestem kobietą, odpowiedziała mu.

- Nie rozumiem, odpowiedział.

Ona go przytuliła i rzekła: ...i nigdy się nie dowiesz, ale nie martw się to normalne.

Później chłopiec spytał swojego Ojca, dlaczego Mama płacze bez powodu?

Wszystkie kobiety płaczą bez powodu. ...było to wszystko co mógł mu odpowiedzieć.

Mały chłopiec urósł i stał się mężczyzną i wciąż nie wiedzą dlaczego kobiety płaczą. Nareszcie uklękł złożył ręce i zapytał: Boże... Dlaczego kobiety płaczą (tak łatwo)?

A Bóg mu odpowiedział...

...Kiedy tworzyłem kobietę postanowiłem ją uczynić wyjątkową. Stworzyłem jej ramiona na tyle silne by mogła dźwigać ciężar całego świata! Dałem jej nadzwyczajną siłę, pozwalającą jej rodzic dzieci jak również znosić odrzucenie, spowodowane czasem przez jej własne dzieci! Dałem jej stanowczość, która pozwala jej na opiekę nad rodziną i przyjaciółmi.

Niestraszna jej choroba!

Stworzyłem ją wrażliwą, aby kochała wszystkie dzieci, nawet wtedy, gdy jej własne ją bardzo skrzywdzą!

Dałem jej siłę, aby opiekowała się swoim mężem mimo jego wad, Zrobiłem ją z żebrą swego męża, tak, aby chroniła jego serce!

Dałem jej mądrość, aby wiedziała, że dobry mąż nigdy nie skrzywdzi swej żony. Czasem jednak testuje jej siłę i wytrzymałość żony w wierze w niego. Synu, na sam koniec...

Dałem jej również łzę do wypłakania. Jest to jej jedyna słabość! Jeśli kiedyś zobaczysz, że płacze, powiedz jej jak bardzo ją kochasz i jak wiele robi dla innych. I jeśli nawet wciąż płacze, sprawisz, że poczuła się o wiele lepiej.

Ona jest wyjątkowa!

Autor nieznan

# KURIER ZAGŁĘBIA

ISSN: 2450-8519

## Fundacja prowadzi szkolenia!!

Fundacja organizuje szkolenia stacjonarne i wyjazdowe dla szkół, instytucji publicznych, firm i organizacji na każdy wybrany temat. Zapewnia kompleksową obsługę, noclegi, wyżywienie, imprezy integracyjne w dowolnie wybranym miejscu Polski.

### Dla szkół szczególnie polecamy w tym roku następujące szkolenia:

1. Dopalacze w szkole – zasady postępowania
2. Odpowiedzialność prawna i dyscyplinarna nauczycieli
3. Zasady postępowania z uczniem agresywnym
4. Procedury postępowania a zjawisko krzywdzenia dzieci
5. Rola szkoły w przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie
6. Poważne warsztaty śmiechu – przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu nauczycieli
7. Zasady żywienia w szkołach – poradnik dla nauczyciela, wychowawcy i rodzica
8. Ćwiczenia rozwijające uwagę i pamięć – praktyczne zastosowanie
9. Praca z uczniem o szczególnych potrzebach edukacyjnych –rola nauczyciela i wychowawcy
10. Uczymy, jak się uczyć- czyli o technikach ułatwiających uczenie się i zapamiętywanie –
11. Budowanie poczucia własnej wartości u dziecka – rola szkoły i nauczycieli
12. Gry i zabawy matematyczne w edukacji wczesnoszkolnej –praktyczne zastosowanie
13. Gry i zabawy w przeciwdziałaniu agresji rówieśniczej
14. Gry i zabawy ułatwiające komunikację interpersonalną – integracja w grupie
15. Gry i zabawy w edukacji ekologicznej i przyrodniczej.
16. Psychologia perswazji. Techniki i metody wywierania wpływu na ludzi.
17. Mnemotechniki.
18. Techniki plastyczne w edukacji dziecka przedszkolnego.
19. Ochrona danych osobowych a odpowiedzialność prawna nauczyciela -wychowawcy
20. Prawo autorskie w praktyce szkolnej a odpowiedzialność nauczyciela
21. Pierwsza pomoc przedmedyczna
22. Fonoholizm— zasady postępowania i rola szkoły
23. Organizacja wypoczynku dzieci i młodzieży– wycieczki szkolne w świetle zmian prawnych

### Dla firm i instytucji:

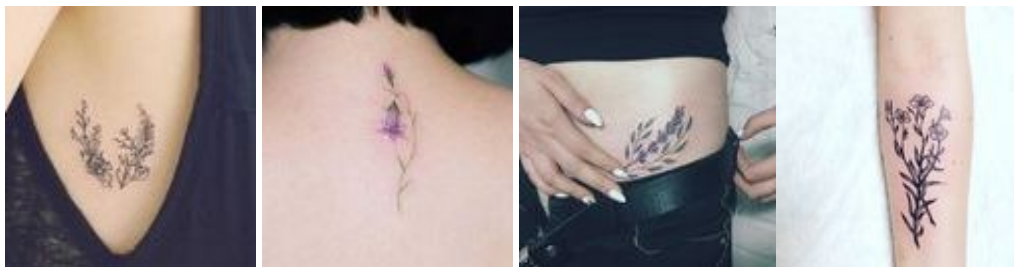
1. Ochrona danych osobowych w świetle nowej dyrektywy unijnej
2. Prawo autorskie w praktyce a odpowiedzialność
3. Negocjacje i mediacje w biznesie
4. Pierwsza pomoc przedmedyczna
5. Rachunkowość i finanse
6. Prawo pracy
7. Zamówienia publiczne
8. Kreowanie wizerunku firmy
9. Prawo patentowe i znaki towarowe

### ORAZ Każdy inny temat jaki Państwu jest potrzebny!!!!

**.Koszt szkolenia uzależniony jest od wymagań i możliwości zamawiającego**

## Moda wiosna/lato 2016

Gwiazdki i trójkąty mają konkurencję. Tatuaze kwiaty i tatuaze rośliny to nowy trend! Coraz częściej na ciele rokwitają róże, konwalie czy stokrotki. Małe tatuaze jeszcze nigdy nie były tak wiosenne. <http://www.elle.pl/moda/artykul/tatuaze-kwiaty-tatuaze-rosliny>



**Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli „WOM” w Katowicach**

ul. ks. kard. S. Wyszyńskiego 7, 40-132 Katowice; tel. (32) 203 59 67, 258 13 97, fax: (32) 258 22 09  
dział szkoleń: (32) 203 66 56, 203 66 40 [www.womkat.edu.pl](http://www.womkat.edu.pl), [kursy@womkat.edu.pl](mailto:kursy@womkat.edu.pl)



## Sposób na szczęśliwe i spełnione życie po 60 -tce, czyli jak to robimy w AWS -sie.

Stowarzyszenie Aktywnej Wojkowicki Senior powołał do życia w styczniu ubiegłego roku i od samego początku jego istnienia wzięliśmy się za bary ze stereotypami dotyczącymi życia osób 60+ w naszym regionie. Wyszliśmy z założenia, że Senior – często pomimo licznych obowiązków (najczęściej w roli zawsze dyspozycyjnego „rodzinnego pogotowia”) - pragnie mieć swoje życie, rozwijać się, pomagać innym, realizować marzenia. Posłuchaliśmy głosu koleżanek i kolegów na temat tego, jak chcieliby zagospodarować swój wolny czas i zabraliśmy się do dzieła. Po pierwsze uczymy się dbać o zdrowie i promować zdrowy tryb życia. Prowadzimy projekty związane z terapią ruchem np. w ramach wyjazdów na basen czy „Sportowych Czwartków AWS” organizowanych systematycznie w Parku Miejskim w Wojkowicach. Zajęliśmy się też popularyzacją nowych na naszym terenie gier i zabaw sportowych, takich jak: bulle, dart, disc golf. Uczestniczyliśmy w zimowej i letniej Olimpiadzie Seniorów, a naszymi gośćmi i zarazem ekspertami od zdrowia są lekarze, którzy wolontaryjnie uczą nas, jak dbać o siebie, by dłużej i zdrowiej żyć. Realizujemy się też artystycznie. Nasi członkowie należą do grupy teatralnej przy Wojkowickim MOK-u, a premiera pierwszego spektaklu „Momo i złodzieje czasu” Piotra Charczuka przyciągnęła tłumy. W nasze estetyczne przyzwyczajenie uderzył też mocno projekt prof. Zbigniewa Bajka z Krakowskiego ASP „Topografia/ Topos Wolności”, który realizowaliśmy razem z Przedszkolem im. Przyjaciół Bajek. Dążymy do usystematyzowania naszych działań, dlatego powołaliśmy do życia **Centrum Aktywności Seniora**. CAS jest to taki nasz mały, autorski i bardzo dynamiczny Uniwersytet III Wieku, a realizowane w jego ramach spotkania tematyczne i projekty przyciągają coraz liczniejszą grupę energicznych i pomysłowych Seniorów, którzy pragną wartościowo spędzać czas i wciąż chcą uczyć się czegoś nowego. Postawiliśmy też na międzypokoleniową integrację. W czerwcu - fiestą w brazylijskim stylu „Sport to hit, nie kit” - zakończyliśmy główne działania w projekcie adresowanym do młodzieży pt.: „Młodość + doświadczenie” = podwójna siła! Program „Równać szanse”. Grupa projektowa spisała się na medal. Projekt pokazał też, że współpraca pomiędzy pokoleniami wnuków i dziadków może dać nieoczekiwane rezultaty. Jednym z nich jest układ taneczny hip – hopa, w którym występują Juniorzy i Seniorzy. Wspólne konkurencje sportowe także przyniosły nam wszystkim dużo radości! Udało nam się osiągnąć to, co na co dzień nie jest tak oczywiste – integrację kilku pokoleń poprzez taniec, wspólną zabawę i sport. Dlatego tak bardzo cieszymy się z efektów tego projektu. **Co proponujemy podczas wakacji?** Nasze wakacje aktywnego Seniora to m.in. realizacja projektu „Variete, variete, sąsiedzkie podwieczorki przy mikrofonie” dofinansowanego z Funduszu Inicjatyw Społecznych oraz projektu „Ruszamy Powiat z kanapy!” dofinansowanego przez Powiat Będziński. W sierpniu organizujemy wyjazd na Święto Pstrąga do Jury Krakowsko – Częstochowskiej oraz wypoczynek w Krynicy, natomiast we wrześniu turnus wypoczynkowy w pięknej nadmorskiej miejscowości Niechorze. Pomyśl na spełnione życie po 60 -tce mamy jeszcze dużo, dużo więcej, bo – jak to śpiewają Starsi Panowie Dwaj „Już szron na głowie i nie to zdrowie / A w sercu ciągle maj.” Dlatego też zapraszamy na naszą stronę na facebook'u . Tu publikujemy informacje na temat tego, co było i tego, co będzie się działo w naszym stowarzyszeniu.

Teresa Jaskała, Mirosława Gajdzik

### Problemy społeczne Czeladzi ( z raportu 2014-2020)

Problemy społeczne definiuje się jako powtarzające się, masowe zjawiska uznawane przez daną grupę społeczną lub społeczeństwo za negatywne, złe, niekorzystne, których nasilenie budzi zaniepokojenie opinii publicznej i może przyczynić się do dezorganizacji społecznej. Na gruncie polityki społecznej obok pojęcia problemy społeczne eksperci posługują się kategorią kwestii społecznej. Jest ona rozumiana jako identyfikacja najczęściej występujących w skali kraju, regionu lub w skali świata istotnych problemów nękających duże grupy ludności, które zagrażają dużym zbiorowościom, powodują deformacje w społecznym i biologicznym rozwoju społeczeństw, i w rezultacie rodzi oczekiwania na złagodzenie lub likwidację. Tak więc, kwestie społeczne postrzega się współcześnie jako wyodrębnioną kategorię problemów społecznych, o szczególnej dotkliwości.

**Z raportu wynika, że w Czeladzi można zauważyć min:** starzenie się społeczeństwa, bezrobocie dziedziczone pokoleniowo, wyludnianie się miasta. Ponadto Czeladź postrzegana jest jako miasto tranzytowe, o niskim poziomie integracji wewnętrznej i mało wyrazistej tożsamości.

**W raporcie zdefiniowano następujące problemy społeczne:** Problemy demograficzne miasta (spadek urodzeń, migracja). Bezrobocie (zmniejszanie miejsc pracy). Starzejące się społeczeństwo i inne priorytety dla każdej grupy społecznej. Niż demograficzny, emigracja, ubóstwo, niepełnosprawność, patologie (alkoholizm, narkomania, wykluczenie społeczne), niewydolność wychowawcza, mała aktywność społeczeństwa lokalnego, brak integracji pokoleniowej, niewystarczająca oferta dla młodzieży, problem opieki nad starszymi i niepełnosprawnymi, frustracje (choroby układu nerwowego), bierność, obojętność, pasywność, utrudniony dostęp do specjalistów, spadek poczucia bezpieczeństwa, uboga oferta kulturalna, słaby poziom budownictwa komunalnego, problemy z infrastrukturą.

**Twórcy raportu upatrują przyczyn tego stanu rzeczy mini. w barierach tj:** brak analizy rynku pracy (szkolenia nieadekwatne do potrzeb na rynku pracy), niewystarczająca ilość mieszkań socjalnych i komunalnych, brak racjonalnej polityki prorodzinnej, opór społeczny, niechęć do podnoszenia kompetencji rodzicielskich, migracja osób młodych, ujemny przyrost naturalny, brak współpracy międzysektorowej i interdyscyplinarnej, które skutkować będą min: Ubożącym społeczeństwem, narastającą frustracją, biernością, wykluczeniem, zdekonstruowaniem rodziny, pogorszeniem jakości życia, dziedziczeniem biedy, brakiem motywacji do zmiany, narastającym ryzykiem wykluczenia oraz wzrostem poziomu i skali uzależnień.



Zagadka logiczna!

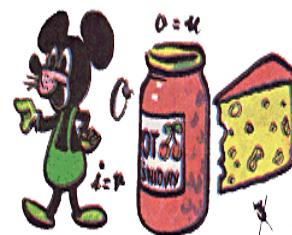
Karolina, Przemek i Paulina to uczniowie trzech różnych szkół (szkoła nr 1, szkoła nr 2 i technikum). Każde z nich kupiło skuter w innym kolorze.

Wiadomo że:

- Przemek nie chodzi do szkoły nr 1 i wybrał skuter żółty, choć woli kolor niebieski.
- Paulina jest uczennica szkoły nr 2.
- Uczeń ze szkoły nr 1 nie kupił skutera w kolorze czerwonym

**W jakich kolorach skutery kupili Karolina, Przemek i Paulina?**

Rebus jednowyrazowy



Rebus dwuwyrazowy





## Nasi Przyjaciele



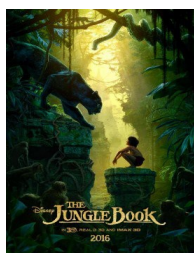
**Sz.P.  
insp. dr Rafał Kochanczyk  
Komendant Szkoły Politycznej w Katowicach**

Proszę przyjąć wyrazy wdzięczności od całej społeczności Fundacji za nieoceniony dar serca jak również pomoc i empatię jaką wykazała się reprezentowana przez Pana instytucja, przekazując nieodpłatnie czekolady na potrzeby organizowanych przez Fundację akcji charytatywnych. Godna wszelkiego uznania postawa Pańskich pracowników oraz słuchaczy Szkoły Politycznej jak i członków Klubu HDK jest wyrazem zrozumienia dla naszych charytatywnych inicjatyw.

Z wyrazami wdzięczności  
Społeczność Fundacji

## Redaktor Julek poleca!

Polecamy film *Księga dżungli*. Opowiada on o strasznym tygrysie Shere Khanie, który po walce z człowiekiem postanawia wyeliminować z dżungli wszystko, co uważa za zagrożenie. Chłopiec o imieniu Mowgli, wychowany przez rodzinę wilków, zmuszony do opuszczenia swojej przybranej rodziny oraz domu, postanawia wyruszyć w fascynującą podróż, podczas której odkryje swoje pochodzenie. Razem z panterą Bagheerą i niedźwiedziem Baloo przeżywają niesamowite przygody, choć nie wszyscy życzą Mowgliemu jak najlepiej. Przeciwnicy bohaterów próbują wykraść chłopcu tajemnicę „czerwonego kwiatu”, czyli ognia. Film ten to wspaniałe połączenie efektów komputerowych oraz gry aktorskiej. Ale przede wszystkim uczy przyjaźni wierności i przestrzegania zasad obowiązujących w grupie. Czy Mowgliemu uda się pokonać Shere Khana? Dowiedzie się oglądając film *Księga dżungli*.



## WOLONTARIAT W GIMNAZJUM I LICEUM IM.S.STASZICA W SOSNOWCU „ Aby istnieć, trzeba uczestniczyć” (A. Saint-Exupery)

Uczestniczenie w życiu społecznym oznacza pracę na rzecz społeczeństwa. Taką właśnie pracą jest wolontariat. „Voluntas” to wolna wola, samodzielnie podjęta decyzja lub indywidualny wybór. Zatem „zglaszanie się na ochotnika” zakłada chęć i gotowość do poświęcenia czasu, energii i umiejętności a wolontariat to działania oparte na wolnej woli jednostki i wykonywane nieodpłatnie, to bezinteresowna aktywność na rzecz innych. Społeczną aktywność podejmujemy w naszej szkole nie od dzisiaj. Dlaczego? Bo chcemy działać dla ludzi, być pomocnymi i użytecznymi! Bo chcemy istnieć. Organizujemy zbiórki na rzecz leczenia i rehabilitacji dzieci niepełnosprawnych, które propaguje Stowarzyszenie „Jasny promyk słońca”. Misją tej organizacji jest niesienie pomocy rodzinom i osobom znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej, przeciwdziałanie patologiom społecznym, pomoc i opieka nad dziećmi niepełnosprawnymi. Uczennice klasy biologiczno-chemicznej organizują warsztaty dla chorych dzieci w szpitalu na oddziale pediatrii i wielkie głośne czytanie bajek. Nasi dorośli uczniowie oddają najpotrzebniejszy, ratujący życie lek – krew. Co roku angażuje się w akcję krwiodawstwa wielu naszych maturzystów. Wspieramy innych częstą siebie. Co roku pakujemy „Szlachetną paczkę” dla rodziny w potrzebie. Kiedy zgłaszaliśmy po raz pierwszy swój udział w tej akcji charytatywnej, nie marzyliśmy, że wywołamy takie pospolite ruszenie! Angażują się uczniowie, rodzice, krewni i przyjaciele, nauczyciele i przyjaciele nauczycieli. Razem zaspokajamy potrzeby wybranej rodziny, a były to już meble, przedmioty, urządzenia, ubrania i żywność niezbędne do życia. W sytuacji kryzysowej człowiek powinien uzyskać pomoc od drugiego człowieka! Tydzień Przyjaźni i Tolerancji ma w naszej szkole długą tradycję. W jego ramach odbywają się także często różne działania charytatywne- na przykład zbiórka zabawek i gier dla dzieci z Domu Dziecka a także działania integracyjne z ludźmi niepełnosprawnymi intelektualnie. Pomoc dla dzieci zakłada też „Góra Grosza”, która jest jedną z największych akcji społecznych w Polsce. Organizuje ją Towarzystwo Nasz Dom, a celem, na który zbierane są drobne monety, jest pomoc dzieciom, które wychowują się poza swoją rodziną. Akcja uczy empatii, pokazuje też, jaką siłę stanowić może niewielka pomoc wielu ludzi. Dołączyliśmy się i my do „Góry Grosza”, a Samorząd Szkolny ogłasza nawet konkurs międzyklasowy! Nauczyciele religii od lat propagują akcje charytatywne. Z okazji Dnia Papieskiego organizują z uczniami kiermasz kremówek papieskich i innych samodzielnie wypieczonych ciast a dochód z niego jest przeznaczany na rzecz funduszu stypendialnego Fundacji „Dzieło nowego tysiąclecia”. Szczególnie mocno angażują się w to przedsięwzięcie gimnazjaliści! W ramach akcji „Kromka chleba” organizowana jest także zbiórka trwałych produktów żywnościowych na rzecz najuboższych z diecezji. Co roku jesteśmy w Domu Dziecka 1 czerwca z przygotowanym przedstawieniem i prezentami, bo lubimy patrzeć, jak szeroko uśmiechają się maluchy, gdy uda nam się ich rozbawić albo ucieszyć podarunkiem i naszym zainteresowaniem nimi. Random Act jest innego rodzaju przedsięwzięciem. To organizacja non profit, która „ podbija świat jednym małym uczynkiem na raz”. Jej głównym celem jest zainspirowanie ludzi do dzielenia się dobrem i radością z innymi. Ktoś ma problem z wniesieniem ciężkich zakupów do samochodu- czemu mu nie pomóc? Widzimy smutną postać na przystanku – może nasz uśmiech wprawi ją w lepszy nastrój? My, tak jak w poprzednich latach wypiekamy i rozdajemy babeczki przechodniom w centrum miasta. Po co? Może po to, by się uśmiechnęli. Oprócz działań systematycznych i cyklicznych organizujemy i współorganizujemy akcje bieżące i doraźne. W ramach projektu Citipart współorganizowaliśmy (z VI Liceum im.J.Korczaka) Koncert Charytatywny, z którego dochód został przeznaczony na rzecz podopiecznych Miejskiego Hospicjum im. św. Tomasza w Sosnowcu. Wzięli w tym koncercie udział nasi utalentowani - śpiewający, grający na różnych instrumentach i tańczący uczniowie. Zaprezentowali się świetnie, a bawiła się młodzież, rodzice i przyjaciele oraz Prezydent Miasta. Staszicowski Koncert Noworoczny, na którym wystąpili grający na różnych instrumentach i śpiewający uczniowie naszej szkoły miał na celu zebranie pieniędzy na rehabilitację chorego absolwenta. Koncertowi towarzyszył kiermasz ciast, z którego dochód także został przekazany na leczenie naszego kolegi. Samorząd Szkolny opublikował wezwanie: „Niech naszym noworocznym postanowieniem będzie pomoc potrzebującym”!!Wierzmy głęboko w te słowa.



### Obiady domowe

własne wypieki • catering

Bufet w budynku WOM

Katowice, ul. Wyszyńskiego 7 tel: 603 187 335 www.syfy-lunch.pl

Oferujemy:

- obiady domowe
- obsługa konferencji, szkoleń
- obsługa uroczystości rodzinnych
- własne wypieki
- Catering

Dla głodnego coś smacznego

Wydawca: Fundacja Wspierania Rozwoju Zasobów Ludzkich „Nasze Zagłębie”:  
NIP: 625-24-25-713 Regon: 241719960 KRS: 0000364986  
Adres: Biuro Redakcji 41-250 Czeladź ul. Bytomska 62  
Redaktor Naczelny – dr Tomasz Grad

Wydanie 2  
Numer 2