

HALO! TU MAŚLICE

Osiedle Maślice - Wrocław

#tumaslice

Nr 11 2021-09

Drogie Czytelniczki i Drodzy Czytelnicy!

Zapraszamy do jesiennego numeru Informatora Maślickiego w którym przeczytacie o ostatnich działaniach samorządu osiedlowego VII kadencji, upieczemy sernik, zobaczymy co na osiedlu słychać i zabierzemy Was na wycieczkę rowerową. Dodatkowo po raz pierwszy zamieszczamy książkowe rekomendacje, które pomogą spędzać coraz dłuższe wieczory 😊

Redakcja!

Kolektywne wspomnienie lata

Wakacje, wakacje i... po wakacjach. Mamy nadzieję, że dla wielu był to czas prawdziwego odpoczynku, ciekawych podróży - tych małych i dużych, cudownych spotkań z innymi i wspaniałych doświadczeń.



My, jako stowarzyszenie, mieliśmy przyjemność koordynowania w tym roku różnych wydarzeń osiedlowych organizowanych w ramach Funduszu Czasu Wolnego, przy współpracy z Zarządem Osiedla Maślice. Być może ktoś z Was brał w nich udział?

Jednym z pierwszych wydarzeń były uliczne występy Teatru Kamienica pt. „Operetka na wynos”. Artyści z operetkowymi szlagierami wystąpili w trzech przestrzeniach naszego osiedla – na terenie Domu Pomocy Społecznej przy ul. Rędziańskiej, obok mostku przy ul. Augustowskiej oraz przy ul. Lubelskiej. Zgromadzona publiczność bawiła się wyśmienicie! Kolejnym wydarzeniem były lipcowe warsztaty florystyczne prowadzone przez ekipę Dzikiego Pędu. Podczas warsztatów mieszkańcy i mieszkanki Maślic mieli możliwość wykonania letnich kompozycji kwiatnych pod okiem doświadczonych instruktorów. Mamy nadzieję, że pięknie ozdobiły one domowe zacisza i inne miejsca.

Nie zabrakło również działań związanych z aktywnością fizyczną. Przez cały okres wakacji, w miarę sprzyjającej aury, prowadzone były przez panią Karolinę z Happy Caro Kids zajęcia z jogi - „Yoga



w plenerze”. Na koniec wakacji zaś zorganizowaliśmy spływ kajakowy niezwykle urokliwą rzeką Widawą.

Ostatnim wydarzeniem, w którym mogliście wziąć udział, a które sfinansowane zostało w ramach FCW była rowerowa wycieczka „M – jak Maślice, M – jak Malczyce”. Przewodnikiem wycieczki był niezastąpiony Maśliczanin, pan Jacek Myszkowski, który dzielił się swoją historyczną (i nie tylko) wiedzą na temat Malczyc i odwiedzanych po drodze miejscowości. Najwytrwalsi uczestnicy pokonali tego dnia w sumie ponad 100 km pedałując z Maślic do Malczyc i z powrotem.



Poza Funduszem Czasu Wolnego braliśmy udział w XVIII Festynie Osiedlowym „Pożegnanie lata na Maślicach”, podczas którego wspólnie z Olgą Kunysz prowadziliśmy warsztaty plastyczne. Ponadto włączyliśmy się w jeden z etapów budowy ogrodu społecznego przy ul. Porajowskiej, gdzie po skończonych pracach i atrakcjach dla najmłodszych urządziliśmy Maślickie Narodowe Czytanie „Moralności pani Dulskiej” G. Zapolskiej.

W najbliższym czasie planujemy zorganizować dla mieszkańców i mieszkanki Maślic II Maślicki Stand-Up, na który już serdecznie zapraszamy! Zapamiętajcie tę datę - 1 października, Kulinaryny Park Restauracja i Cukiernia przy ul. Królewieckiej.

O innych naszych działaniach możecie dowiedzieć się, obserwując nasz profil na FB: @kolektywpomyslow. Bądźcie czujni!

Dorota Cierniak, Stowarzyszenie Kolektyw Pomysłów

Ostatnia prosta VII kadencji Samorządu Osiedla Maślice



Od 23 kwietnia 2021 w ramach funkcjonowania Samorządu Osiedla Maślice, działa pięcioosobowy Zarząd, wspierany przez liderów ds. społecznych, ekologii i zieleni oraz lidera przeciwpowodziowego i aktywnych mieszkańców, działających w lokalnych organizacjach pozarządowych lub grupach nieformalnych.

Od marca do września odbyło się kilkadziesiąt wydarzeń. W ramach akcji #CzysteMaślice 5 razy sprzątaliśmy osiedle - kolejne sprzątaniny planowane są wraz z Maślickim Centrum Wolontariatu i wolontariatem szkolnym SP 26. W Parku

Świetlików z inicjatywy Dariusza Bogusza (lider ds. ekologii i zieleni) przesadzano sadzonki roślin z budowanej ze środków WBO ścieżki pieszo-rowerowej w wolne przestrzenie w parku. Z okazji dnia dziecka wspólnie z "Lody na Maślicach" zorganizowaliśmy przy stawie koło ul. Maślickiej strefę rekreacji Kalejdoskop. W ramach przyznanych przez Radę Osiedla nanograntów (dofinansowanie 1 tys. zł dla lokalnych organizacji pozarządowych), Kolektyw Pomysłów zorganizował wydarzenie plenerowe z nauką pierwszej pomocy oraz aktywnościami sportowymi i artystycznymi, Nasze Maślice podchody przyrodnicze, KS Maślice dokończyły rozgrywki we wrocławskiej B-klasie, a stowarzyszenie rolkowe Wrock&Roll zorganizowało wydarzenie rolkowe dla mieszkańców. W ramach Funduszu Czasu Wolnego (koordynacja przez Kolektyw Pomysłów) zrealizowano w okresie wakacyjnym spływ kajakowy, występ plenerowy Sceny Kamienica (operetka), jogę w plenerze, wycieczkę rowerową oraz warsztaty florystyczne. Ostatnim wakacyjnym wydarzeniem w ramach działania społecznego był XVIII Festyn Osiedlowy, który odbył się w rejonie skrzyżowania ulic Ślężoujście i Potokowej. Na początku września, przy ogromnym zaangażowaniu Kolektywu Pomysłów (koordynacja) i mieszkańców, udało się zrealizować kolejny krok tworzenia Ogrodu Społecznego Porajowska – powstały skrzynie na warzywa i odbyły się warsztaty ogrodnicze. Przed nami w tym roku jeszcze Maślickie Święto Dyni – więcej szczegółów na profilu RO na FB.

Ponadto dzieje się też w sprawach infrastrukturalnych:

- odbyliśmy spotkanie z przedstawicielami UM Wrocław w sprawie przebudowy ul. Maślickiej, budowy ul. Nowomaślickiej (łącznik Maślicka – Suwalska – Królewiecka) i koncepcji przebiegu tramwaju – dokumentacja wraz z szerszym komentarzem dostępna jest na stronie www osiedla oraz na profilu FB RO. Realizacja bardzo potrzebnej i wyczekiwanej inwestycji zależna jest od środków zewnętrznych, o które akces zgłosiła już Gmina Wrocław i czeka na rozstrzygnięcie konkursów. Bez środków unijnych, subwencji rządowych możliwa

będzie tylko realizacja przebudowy ul. Maślickiej na odcinku Gosławicka – Brodnicka (koszt ok. 30 mln zł) po roku 2022;

- 9 września po odbiorach technicznych przekazano Zarządowi Osiedla i Bibliotece klucze do Centrum Aktywności Lokalnej. Obecnie trwa urządzenie pomieszczeń wraz z podpisywaniem umów m.in. na dostarczenie Internetu, obsługę sprzętającą. Otwarcie obiektu dla mieszkańców planowane jest na 1 października. Należy nadmienić, że decyzja o budowie CAL-u zapadła w maju 2017 roku na wniosek Rady Osiedla. W budynku, poza Samorządem Osiedla, mieści się biblioteka, Klub Seniora oraz jest miejsce do całorocznej aktywności dla wszystkich mieszkańców. Wybudowany przy ul. Suwalskiej 11 obiekt pozwolił na zwolnienie ponad 400 m² dla szkoły podstawowej. Zaangażowanie Zarządu Osiedla w sprawę (rozmowy z inwestorem i wykonawcą) pozwoliło na zakończenie budowy 1,5 miesiąca przed planowanym terminem oraz wyprowadzenie się z ul. Suwalskiej 5 wyżej wymienionych jednostek przed zakończeniem wakacji. Należy nadmienić, że Zarząd Osiedla wyraził (po sierpniowych rozmowach z Dyrektcją SP 26) zgodę na korzystanie na zajęcia wyrównawcze, pozalekcyjne (np. kółka zainteresowań itp.) z małej sali, będącej w użytkowaniu Rady Osiedla. Duża sala będzie miała innego użytkownika (NGO) wybranego w konkursie, dlatego też nie może być ona zadysponowana pod salę lekcyjną czy świetlicę. Zaznaczamy, że CAL posiada wspólną toaletę dla całego budynku, co także może być przeszkodą w przeznaczeniu nowej przestrzeni pod cele edukacyjne;

- wspólnie z mieszkańcami udało się zrealizować utwardzenie łącznika pieszo-rowerowego pomiędzy ul. Maślicką a Ostródzką na wysokości adresu ul. Ostródzka 9;

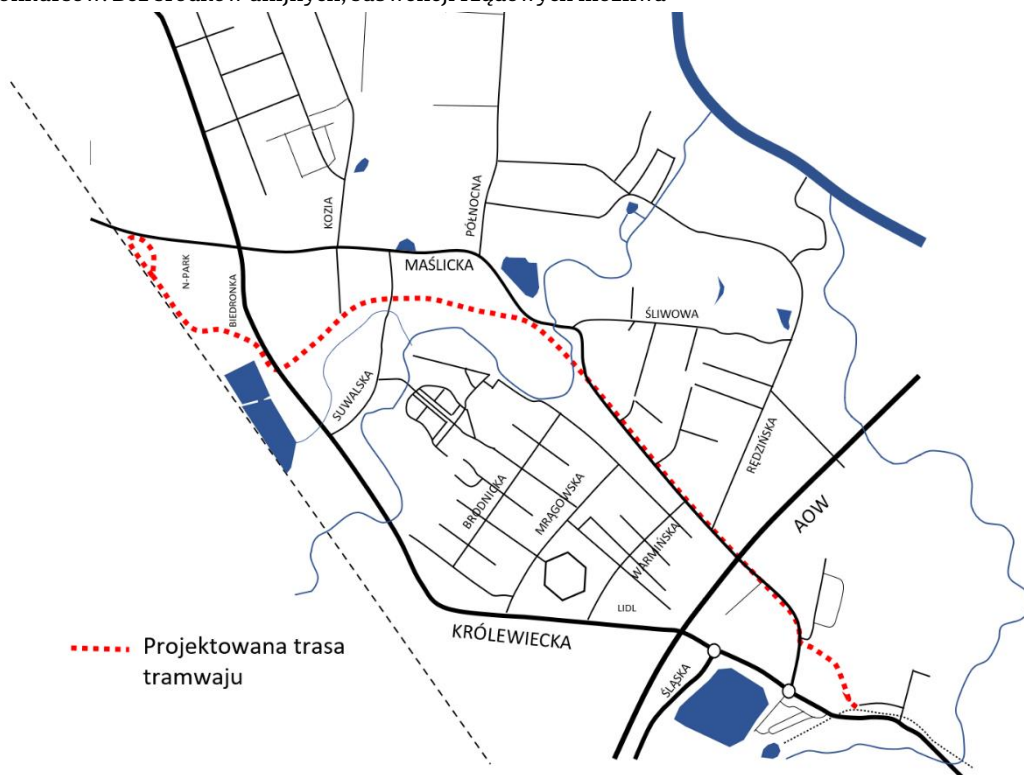
- na ul. Białostockiej (odcinek Chełmska – Zamojska) w przyszłym roku zostanie wymieniona kanalizacja;

- na skrzyżowaniu Królewiecka – Maślicka – Brodnicka powstanie sygnalizacja świetlna wraz z rozbudową skrzyżowania. UM Wrocław wyraził zgodę na tego typu inwestycję, którą zrealizują

developeperzy mający budować inwestycje mieszkaniowe w tym rejonie osiedla;

- organizacja ruchu w rejonie al. Śliwowej, która była konsultowana na początku roku jest obecnie analizowana przez UM Wrocław;

- skierowano do UM Wrocław wnioski m.in. o naprawy ubytków w drogach, postawienie kolejnych ogólnodostępnych koszy na śmieci, usunięcie wraków, przycięcie zieleni wchodzącej w pas drogowy czy odmalowanie przejść dla pieszych. Ponadto skierowaliśmy wszystkie wnioski w ramach zgłoszeń, jakie kierowali do nas mieszkańcy – czekamy na odpowiedzi i na ewentualną realizację. Zaznaczamy, że część dzieje się już w przestrzeni osiedla.



Przed nami ważne daty:

- od 24 września do 11 października głosowanie na WBO – wspieramy projekty z Maślic nr 80 (osiedlowy) i 118 (ponadosiedlowy)
- **17 października 2021 zaplanowano wybory do Rad Osiedli. Na Maślicach w dwóch okręgach wyborczych na 5-letnią kadencję wybranych zostanie 15 radnych osiedlowych – 5 na Maślicach Wielkich i 10 na Maślicach Małych. Szczegóły dotyczące wyborów znajdują się na stronie: www.wroclaw.pl/porta1/wybory-do-rad-osiedli-2021-serwis-specjalny.**

Zachęcamy do udziału i aktywnej postawy obywatelskiej.

Sławomir Czerwiński, Zarząd Osiedla Maślice

Rada Rodziców przy SP nr 26 we Wrocławiu

Rok szkolny 2020/2021, po kilkumiesięcznej przerwie, uczniowie naszej szkoły mogli wreszcie pożegnać w budynkach szkoły, w towarzystwie kolegów, koleżanek i nauczycieli. Spotkanie to Rada Rodziców uświetniła organizując poczęstunek lodowy dla wszystkich uczniów i wychowawców. Szczególnie uroczysty wymiar miało pożegnanie uczniów klas ósmych, którzy po roku nauki stacjonarnej i trudach egzaminu ósmoklasisty, stali się absolwentami SP nr 26 we Wrocławiu. Na pamiątkę tego wydarzenia otrzymali oni ufundowane przez Radę Rodziców przypinki.



Tuż przed zakończeniem roku szkolnego wraz z Radami Rodziców SP nr 22 i SP nr 95, złożyliśmy do Prezydenta Wrocławia wniosek o wszczęcie działań dotyczących wyeliminowania sytuacji kryzysowych związanych z przepełnieniem obiektów szkolnych w naszym regionie miasta. Rozpoczęliśmy tym samym działania mające na celu

doprowadzenie do jak najszybszej rozbudowy naszej szkoły lub powstania na terenie Maślic nowej placówki edukacyjnej. Wnioskowaliśmy także o wprowadzenia konkretnych, natychmiastowych, ale przejściowych działań mających na celu usprawnienie funkcjonowania SP nr 26 wraz z nowym rokiem szkolnym. Dziś, gdy rok szkolny 2021/ 2022 już rozpoczął się, wiemy iż nasze działania nie przyniosły oczekiwanych rezultatów. Mamy nadzieję, że wybrana we wrześniu nowa Rada Rodziców będzie kontynuowała te starania.

W okresie wakacyjnym Rada Rodziców wraz ze stowarzyszeniem Kolektyw Pomysłów oraz Radą i Zarządem Osiedla Maślice podpisała porozumienie o utworzeniu Maślickiego Centrum Wolontariatu. Tyma samym na terenie naszego osiedla powstała organizacja, której podstawowym celem jest popularyzowanie i promowanie inicjatywy wolontariatu. Chcemy aktywizować lokalną społeczność, w tym także młodzież szkolną, do działań na

rzecz naszego osiedla, a przede wszystkim osób potrzebujących. Zapraszamy do śledzenia lokalnych mediów społecznościowych gdzie będą pojawiały się wszelkie informacje o podejmowanych przez nas inicjatywach. Wszystkich zdecydowanych do działania w ramach osiedlowego wolontariatu zapraszamy do grupy Maślickiego Centrum Wolontariatu na FB.



Wszystkim uczniom, rodzicom i nauczycielom życzymy spokojnego i stracjonarnego roku szkolnego 2021/ 2022.

Magdalena Pabijaniak, Przewodnicząca RR

Maślice - wytęskniony nowy dom po exodusie 1945 roku. Część II.

Mieszkańcy Maślic wspominają dzisiejszą ul. Legnicką, główną arterię prowadzącą do centrum miasta, jako zupełnie opustoszałą, pełną gruzu po zburzonych domach. Na przestrzeni kilku kilometrów ocalało zaledwie kilka przedwojennych kamienic, zajezdnia tramwajowa, murowane ogrodzenie i dom pogrzebowy na cmentarzu żydowskim oraz hangar wraz z budynkiem głównym lotniska Gandau.

W latach 40. XX w. do tzw. "miasta" można było dotrzeć z Maślic przez kładkę, przerzuconą poprzez rzekę Ślęzę, bowiem most był zburzony. Trzeba było dochodzić do tramwaju na sąsiednie osiedle Pilczyce. Nie było innych środków komunikacji miejskiej. Nieco później zorganizowano transport samochodami wojskowymi. Wchodziło się do nich po 3-4 schodkach, wewnątrz można było usiąść na obustronnie zainstalowanych ławeczkach. Ponad siedziskami, na metalowym stelażu rozpięto plandekę – stąd wzięła się swojska nazwa tych pojazdów: „wojskowa buda”. Jednak stale rower pozostawał najdogodniejszym, zawsze dostępnym środkiem lokomocji. Ojciec pani Danuty codziennie jeździł nim do pracy w Pafawagu.

Na terenie zielonym między torami kolejowymi a dzisiejszą ul. Królewiecką znajdowały się tajemnicze wojenne bunkry /schrony, magazyny/ - ukryte pod ziemnymi nasypami.

W okolicach dzisiejszych ulic Potokowej i Północnej, nad Odrą, wojskowe patrole pełniły nieustającą wartę przy ponemieckiej fabryce amunicji. Mnóstwo samochodów transportowało zawartość przyfabrycznych magazynów, odjeżdżając w kierunku Dworca Głównego.

Maślice Małe zamieszkiwali wówczas przeważnie robotnicy tej fabryki. Przy swych skromnych domkach hodowali również zwierzęta i uprawiali ogródki, żywiąc w ten sposób całe swoje rodziny. Natomiast mieszkańcami Maślic Wielkich byli przede wszystkim rolnicy, którzy mieli do dyspozycji większe połacie ziemi uprawnej.

- Jesteśmy dziećmi wojny - mówią o sobie dzisiejsi maśliccy emeryci.

- Od najwcześniejszych lat dziecińczy towarzyszyła nam powszechna bieda. Byliśmy przyzwyczajeni do codziennego oszczędzania wody, nikłych porcji żywności, czasem głodu i chłodu. W latach 1946-47 ratowały nas paczki UNRRA z mąką, ryżem, czarną herbatą, gorzką czekoladą...tak pysznej herbaty już nigdy potem nie piłam – wspomina pani Lusia.

- Nasze mamy i babcie wozily na targ przy placu Nankiera wytworzone własnoręcznie z pracy na gospodarstwie produkty spożywcze (mleko od własnej krówki, masło, sery, jaja od „prawdziwej kury”). Ten mały handel pomagał nam przetrwać trudne czasy. Chociaż trzeba przyznać, że polskie rodziny przybywające na Maślice po tułaczce wojennej z Europy Zachodniej, przywoziły ze sobą całe wyposażenie: buty, ubrania, pościel, a nawet obrusy i kotary...

- Oczywiście tak, jak wszędzie wówczas, i u nas – na Kozanowie i Maślicach Wielkich – stacjonowały oddziały wojsk radzieckich. Pamiętamy, jak sowieccy żołnierze ściągali żarówki z przydrożnych słupów, by „zamienić” je później na wódkę! – śmieją się panie Danuta i Lusia.

- Było biednie, ale za to weselej, niż dziś! Co sobota organizowano zabawy w świetlicy na Maślicach Wielkich. Szło się całą zgrają na potańcówki ze śpiewem na ustach.

Tuż po stanie wojennym (w latach 80. XX w.) nawiązały się liczne przyjaźnie pomiędzy nowymi Maśliczanami, a odwiedzającymi ich poprzednimi mieszkańcami osiedla. Kontakty były bardzo serdeczne. Często – zwłaszcza w tym tak ciężkim dla nas okresie – maślicy Niemcy pomagali, jak tylko mogli, przywoząc lub śląc żywność i przedmioty, których wtedy w Polsce najbardziej brakowało.

Beata Bigda

Wyciąg z artykułu - pełny tekst na stronie pod adresem: <https://beabard.blogspot.com/2013/06/maslice-mae-wyteskniony-nowydom-po.html>. Artykuł pt. Maślice Małe i Wielkie ukazał się jako drugi odcinek cyklu „Osiedla Wrocławia”, prezentowanego na łamach miesięcznika Słowo Wrocławian w 2012 roku.

Autorka jest sympatykiem Stowarzyszenia Nasze Maślice.

Moja Maślicka Przygoda z Jogą - plenerowe spotkania na macie

To już 3 piękne lata, jak Joga towarzyszy mi na różnych etapach życia. Każdy z nich jest niezwykle wyjątkowy - z pełną świadomością mogę napisać, że tak samo, jak dzień, gdy padło pytanie, czy poprowadzę zajęcia na Maślicach. Cały czas wierzę, że nic nie dzieje się bez przyczyny. A więc od początku.

Wprowadzając się na Maślice, przede wszystkim myślałam o pracy. Przyglądając się okolicy pomyślałam, że to nie tylko piękne i przyjazne miejsce, aby tu zamieszkać, ale czułam, że jednocześnie jest to miejsce kryjące w sobie zdecydowanie więcej. Nie sądziłam, że w niedalekiej przyszłości, moja druga pasja, którą jest Joga znajdzie tutaj swój prawdziwy początek. Wszystko zaczęło się dość spontanicznie. Tak naprawdę jeden telefon. Aby dać się bliżej poznać, poczułam potrzebę zaangażowania się w jedną z akcji prowadzonych przez Stowarzyszenie Kolektyw Pomysłów we współpracy z Radą Osiedla Maślice. Pamiętam to bardzo dobrze, towarzyszyły temu niezwykle emocje. Chwyciłam za telefon, skontaktowałam się z Panią Martą

i przedstawiłam swój pomysł. Zaproponowałam tańce oraz zajęcia z elementami jogi dla dzieci i to był ten moment. Po drugiej stronie, usłyszałam, ale chwila... joga? A czy dla dorosłych, też prowadzi Pani zajęcia? Szukamy instruktora! Nieważne, że dzwoniłam w troszkę innym celu. To była super wiadomość! Potrzebowałam chwili zastanowienia, ale zamykając oczy widziałam się już na tej macie z całą grupą, w otaczającej nas naturze. To uczucie, które mi wtedy towarzyszyło dawało tylko odpowiedź, że to jest właśnie to! Już pierwsze zajęcia, pokazały niezwyklej potencjał tej okolicy, a także przecudowną otwartość wspaniałych ludzi, za co jestem przeogromnie wdzięczna. Plenerowe spotkania na macie, odbywały się 2 razy w tygodniu. Z każdym

spotkaniem grupa rosła w siłę, co jest motywacją do tego, aby naszych spotkań było więcej.

Joga obecnie cieszy się coraz większym

zainteresowaniem. To starożytny system filozofii indyjskiej, który przez tysiące lat pomagał ludziom w odnajdywaniu równowagi życiowej. Dla większości początkujących osób jest przyjemną formą ćwiczeń fizycznych. Jest świetnym sposobem na doskonalenie ciała, uzyskania sprawności, czy wzmocnienia organizmu. Może być stylem życia, a może też być sposobem na ciekawe i spełnione życie. Oferuje tak wiele, że każda osoba, która styka się z nią otrzymuje coś w zamian. Pamiętajmy, jednak że joga to nie tylko aspekt fizyczny. Praktykując systematycznie zauważymy, że jej oddziaływanie porusza sferę emocjonalną i umysłową, co daje jej całkowicie inną jakość. To także doświadczanie tego co nas otacza, poznawanie siebie, to wspaniali ludzie, niezwykle emocje, ogólna równowaga. Dla mnie osobiście niekończąca się podróż, w którą mam nadzieję niebawem dalej Was zabiorę!

Dziękuję wszystkim obecnym na zajęciach za otwartość, za wsparcie, a szczególnie Radzie Osiedla Maślice oraz zespołowi Stowarzyszenia Kolektyw Pomysłów bez których nie byłoby to możliwe. Projekt realizowany w ramach Funduszu Czasu Wolnego.

Praktykuj, ucz się, doświadczaj. Namaste!

Karolina Rusnarczyk

Jesienne czytanie

Jesień, gdy wieczory są coraz dłuższe i chłodniejsze, to czas na nadrobienie czytelniczych zaległości. Podpowiadam kilka tytułów, które pozwolą zapomnieć o szarudze za oknem, zabiorą nas tam, gdzie jest zawsze ciepło, do czasów dzieciństwa i beztroski.

Mariana Leky "Sen o Okapi"

Pewnej nocy Selmie przyśniło się Okapi. Wszystkich sąsiadów i krewnych ogarnął niepokój, gdyż to zawsze zwiastuje czyjąś



rychłą śmierć. Na kogo padnie tym razem? Wbrew pozorom to bardzo pozytywna, ciepła, wzruszająca opowieść o tym, co w życiu najważniejsze, o przyjaźni, miłości, rodzinie, poczuciu bezpieczeństwa. Pochwała zwykłego, prostego życia, w zgodzie ze sobą samym.

Lars Mytting "Płyń z tonącymi"

Rodzica Edwarda zginęli we Francji. Od tamtej pory mieszka z dziadkami. Dorosły już Edward opuszcza sielską norweską wieś, by odkryć tajemnicę śmierci swoich rodziców. Po co wybrali się do Francji? Jak doszło do tragicznego wypadku? Poszukując odpowiedzi na te i inne pytania, mężczyzna trafia na Szetlandy. Tam Edward znajdzie ślady prowadzące do rozwiązania zagadki, a także tajemniczą kobietę.

Czytelnik zaś zachwyci się pięknym krajobrazem, pełnym romantyzmu, ale i grozy. Powieść urzeka niesamowitym klimatem i pozostaje na długo w pamięci.



Tove Jansson "Córka rzeźbiarza"

Kilka autobiograficznych opowiadań. Tove opisuje swoje dzieciństwo, świat dziewczynki bardzo wrażliwej, wychowującej się w niezwykłym, ale pełnym ciepła i miłości domu. Są to obrazki magiczne i jednocześnie mocno osadzone w rzeczywistości. Czytelnicy dobrze znający Dolinę Muminków bez problemu odnajdą tu pierwowzory niektórych postaci i sytuacji z popularnego cyklu dla dzieci.

Jarosław Iwaszkiewicz "Książka o Sycylii"

Niecodzienna podróż przez Włochy kontynentalne i Sycylię, w którą zabiera nas jeden z najznakomitszych polskich pisarzy. Podróż przez Włochy już nieistniejące. Ta książka pachnie Italią, rozgrzewa ją sycylijskie słońce. Jest pełna zachwyty nad sztuką oraz odniesień do naszej rodzimej literatury i sztuki.

Antoni Libera "Madame"

PRL-owska, szara, brzydka Polska. Bohater i narrator powieści, młody, inteligentny i wrażliwy chłopak, rozpoczyna klasę maturalną... Czas podejmowania pierwszych ważnych decyzji zbiega się z pierwszym głębokim zauroczeniem. Chłopak zakochuje się w nauczycielce języka francuskiego, pięknej, wyrafinowanej i pewnej siebie kobiecie. By jej zaimponować bohater świadomie podąża różnymi kulturalnymi ścieżkami, rozwijając się w ten sposób, dodaje kolorów szarej rzeczywistości.

Trygve Gulbrandsen "A lasy wiecznie śpiewają"

Ród Bjørndal słynie z męstwa i uporów. Jego członkowie budzą strach i respekt sąsiadów. Przez ciężką pracę rodzina zdobywa bogactwo, co spotyka się z zawiścią okolicznych gospodarzy, a co za tym idzie także zagrożeniem dla bliskich. Jest to opowieść o twardych ludziach, przyzwyczajonych do życia według rytmu

dyktowanego przez naturę, ale także historia miłości - surowej, ale pięknej. Upajająca, magiczna, fascynująca proza.


Kuba Sobieralski, www.oczytanyfacet.pl

Endorfina

Gdy z oknem zmienia się aura i słońce nie świeci już tak intensywnie, rozpoczyna się sezon na dbanie o skórę. Oczywiście, mamy nadzieję, że robicie to cały rok, ale wszelkie zabiegi złuszczeniowe rekomendujemy gdy skończy się lato. Jeśli zastanawiacie się co wybrać i na jaki zabieg się zdecydować, najlepiej byłoby nas odwiedzić i wspólnie z kosmetologiem podjąć decyzję i ustalić plan działania. Chciałabym przybliżyć jakie są najpopularniejsze zabiegi w salonie Endorfina i jakie kochamy, bo wiemy, że ich działanie daje spektakularne efekty.

Złuszczenie chemiczne z użyciem peelingów chemicznych PCA Skin - jeśli Twoja skóra jest zanieczyszczona, są na niej przebarwienia, pojawiły się zmarszczki odpowiednio dobrany produkt rozwiąże Twoje problemy. Podczas wizyty kosmetolog nakłada na skórę odpowiednią ilość warstw indywidualnie dobranego preparatu. Przez kilka dni po zabiegu skóra będzie się łuszczyła, trzeba wtedy bardzo o nią dbać, nie zrywać odstających skórek. Krem do pielęgnacji pozabiegowej klient otrzymuje od nas - jest wliczony w cenę. Po około tygodniu zaczniemy zauważać, że skóra jest bardziej napięta, jędrna, ujednolicił się jej kolor. Zabieg należy powtórzyć 3-4 razy co 3-4 tygodnie w okresie jesienno-zimowym.

Dermapen w połączeniu z peelingiem Bioree Peel lub PRX T-33 - nasze najpopularniejsze i najbardziej uwielbiane połączenie. Na czy polega zabieg? Najpierw znieczulamy skórę, po zmyciu znieczulenia nakładamy specjalnym penem zakończonym nasadką, na którą zakładamy jednorazowe kartridże. Kosmetolog ustala sam głębokość nakłuć. Samo nakładanie daje widoczne spłycenie zmarszczek, efekt pogrubienia skóry, zmniejszenie cieni po oczami, wyraźne zmniejszenie porów i blizn

	<p>TOWARZYSTWO NASZ DOM Ośrodek Wsparcia Rozwoju Dziecka i Rodziny PORT Wrocław zapraszają na</p>
	<p>bezpłatne konsultacje pedagogiczne i psychologiczne Konsultacje pedagogiczne: wtorek 15-18, piątek 15-18 Konsultacje psychologiczne: środa 9-12 Zapisy w każdy wtorek i czwartek od 10-15 tel.: 509 192 666, email: portwroclaw@naszdom.org.pl Porady są udzielane on-line Zajęcia są bezpłatne współfinansowane ze środków UMW.</p>

potrądzikowych. Żeby wzmocnić efekt włączymy do zabiegu peeling chemiczny Bioree Peel lub Prx T-33. Nie występuje po nich uciążliwe czasem złuszczenie, co najwyżej drobnopłatowe. Krem do pielęgnacji pozabiegowej jest w Endorfina wliczony w cenę.

Jeśli już odpowiednio zadbał o oczyszczenie, zwalczyliśmy przebarwienia, zaskórniaki, powinniśmy sięgnąć po jedną z naszych mezoterapii igłowych lub kaniulą. Tutaj bardzo ważną rolę odgrywa produkt. Analizujemy co na rynku medycyny estetycznej pisać i mamy zawsze w swojej ofercie największe gwiazdy. Ceny mezoterapii różnią się, wynika to właśnie z różnicy cen produktów, dlatego nie wato wybierać najtańszych na rynku.

W końcu produkt jest wstrzykiwany w naszą skórę. W swojej ofercie posiadamy preparaty do mezoterapii igłowej Filorga NCTF 135 i NCTF 135 ha, Neofound i wiele innych które dobieramy i omawiamy na wizycie i używamy w zależności od problemu. W naszym salonie dostępna jest również mezoterapia kaniulą Neauvia Hydro Deluxe, która zawiera 18 mg/ml czystego kwasu hialuronowego, pozyskiwanego z *Bacillus subtilis*. Tak wysokie stężenie pozwala uzyskać bardzo dobre rezultaty, widoczne już od pierwszego zabiegu. Preparat zawiera także 0,01% hydroksyapatytu wapnia, który dodatkowo pobudza produkcję kolagenu, poprawiając skuteczność terapii. Do osiągnięcia optymalnych rezultatów wystarcza zazwyczaj seria 4 zabiegów przeprowadzonych w odstępach 3 tygodni. My ją uwielbiamy!

Na koniec chciałabym przybliżyć coś czego się boimy i na temat czego krąży mnóstwo legend.

Botox, bo o nim mowa, jest jednym z najskuteczniejszych i najbezpieczniejszych zabiegów odmładzających. Nie lękajcie się nagłówek, które krzyczą o "zbotoksowanych kobietach". Zazwyczaj są to Panie, które przesadziły z wypełniaczami, a botox to toksyna botulinowa. Jest stosowany od lat, zabiegi z jego użyciem są szybkie i prawie bezbolesne. Możemy się pozbyć kurzych łapek, łwiej zmarszczki, czy bruzd na czole w kilka minut. Gdy Botox przestaje działać, skóra jest w dużo lepszej kondycji niż przed zabiegiem. Często jeszcze przez wiele miesięcy. Należy rozwiać mit mówiący, że gdy Botox przestaje działać, pacjent wygląda źle, czy nawet gorzej niż przed zabiegiem. Nie jest to zgodne z prawdą. Nawet gdy Botox przestaje działać, leczona okolica jeszcze przez dłuższy czas wygląda lepiej. Częstym zjawiskiem jest również zmniejszanie częstotliwości stosowania Botox z czasem. Omówiłam dziś tylko kilka możliwości jakie mamy w naszej ofercie, żeby poprawić jakość i kondycję skóry. Jeśli czujecie, że pora zrobić coś ze swoją skórą naprawdę warto przyjść na konsultację. Kosmetologia i medycyna estetyczna mają obecnie cały wachlarz rozwiązań, które sprawią, że będziecie się czuli lepiej sami ze sobą!

Karolina Rejfur, Endorfina

Sernik dyniowy na spodzie brownie z nutką pomarańczową

Rozmiar blaszki 24x24 cm lub tortownica o średnicy 26 cm (przelicznik na blachę 35x25 cm - składniki x 1,7). Przepis może wydaje się długi i zawiły, ale przy odpowiednim rozplanowaniu, praca idzie jak z płatką, a smak wynagradza wszystko :-)

Ciasto:

- 200 g masła
- 200 g gorzkiej czekolady (60-70%)
- 3 jajka
- 3/4 szklanki cukru (ok. 170 g)
- 135 g mąki pszennej (lub innej, np. z migdałową smakuje cudownie :-))
- szczypta soli.

Piekarnik nagrzać do 160 stopni. Masło, cukier oraz 100 g czekolady rozpuścić w rondelku na małym ogniu, często mieszając, odstawić do wystudzenia. Jajka roztrzepać widelcem w osobnej misce, dodać ostudzoną masę czekoladową, mąkę oraz sól. Wymieszać. Pozostałe 100 g czekolady rozbić (np. wałkiem) na

drobne kawałki, dodać do ciasta, wymieszać. Ciasto przelać do foremki wyłożonej papierem do pieczenia. Piec 25 minut.

Puree z dyni - można przygotować dzień wcześniej i przechowywać w lodówce.

600 g dynii hokkaido pokroić na kawałki, wykroić pestki. Następnie dynię ułożyć na papierze do pieczenia i włożyć na 35 minut do nagrzanego wcześniej piekarnika (temp. 180 stopni). Po wyjęciu obrać skórkę, zmiksować blenderem. Gotowe!

Masa serowa:

- 1 kg twarogu sernikowego zmielonego minimum 3-krotnie
- 1 i 1/2 szklanki cukru (ok 300 g) (jeśli zdecydujesz się na wersję z lukrem, to 230 g cukru)
- 3 łyżki mąki ziemniaczanej
- 1 i 1/2 łyżeczki cynamonu
- 1/3 łyżeczki tartej gałki muszkatołowej
- 5 jajek
- 300 g puree z pieczonej dyni hokkaido (mała, intensywnie pomarańczowa)
- 80 ml śmietanki kremówki 30%

Wszystkie składniki na masę serową należy wyjąć z lodówki minimum 2h przed planowanym pieczeniem.



Piekarnik rozgrzać do 180 stopni.

Ser (jeśli nie jest mielony, zmielić trzykrotnie), dodać pozostałe składniki i mieszać krótko (do połączenia składników). Tak przygotowaną masę serową należy wylać na podpieczone brownie i włożyć do rozgrzanego piekarnika na 15 minut. Następnie zmniejszyć temperaturę do 130 stopni i piec kolejne 70 minut (do ścięcia masy). Jeśli masa serowa jest ścięta, należy wyłączyć piekarnik i uchylić drzwiczki do całkowitego wychłodzenia sernika. Sernik przechowywać w lodówce.

Wersja z lukrem pomarańczowym:

- 3 łyżki soku pomarańczowego
- 1 szkl. cukru pudru

Zmieszać ze sobą składniki do powstania gęstej masy. Jeśli masa jest zbyt rzadka, należy dodać więcej cukru, a jeśli zbyt gęsta, odrobinę więcej soku.

Lub wersja dla smakoszy czekolady:

- 200 ml śmietanki 30%
- 200 g czekolady 50% połamanej na kawałki
- 2 łyżki likieru pomarańczowego i/lub skórki pomarańczowej.

Śmietanę podgrzać (nie doprowadzić do wrzenia). Dodać połamaną czekoladę i odstawić na 2 minuty, opcjonalnie dodać likier lub skórkę pomarańczy. Po tym czasie mieszać aż do powstania jednolitej, gęstej masy. Tak przygotowaną polewę wylać na zimny sernik.

Życzę smacznego!

Joanna Żerelik, Domowe Wypieki "Niezła Babeczka"

Body Balance
Centrum Rehabilitacji i Osteopatii

DZIEŃ OTWARTY
02.10.2021r. godz. 9.00-16.00

ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE KONSULTACJE !!!
W programie:

- KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTYCZNE**
(ból kręgosłupa, ból stawowy, stany po urazach i zabiegach ortopedycznych, ból głowy itp.)
- KONSULTACJE Z TERAPEUTĄ INTEGRACJI SENSORYCZNEJ**
(obserwacja dziecka, wstępna ocena procesów rozwoju SI pod kątem zgłaszanego problemu)
- KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTY DZIECIĘCEGO NDT-BOBATH**
(ocena rozwoju niemowlaka, asymetrie ułożeniowe, obniżone/podwyższone napięcie mięśniowe, itp.)
- KONSULTACJA Z TERAPEUTĄ ODRUCHÓW**
w zakresie występowania niezintegrowanych odruchów u dzieci (metoda MNRI Masgutova)
- KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTY UROGINEKOLOGICZNEGO**
(bolesne miesiączki, nietrzymanie moczu, ciąża, poród, endometrioza, stan po usunięciu raka prostaty)
- KONSULTACJE Z PSYCHOLOGIEM DZIECIĘCYM**
(ustalenie ewentualnego wsparcia w zakresie trudności rozwojowych u dziecka)
- KONSULTACJE SPECJALISTY TERAPII BLIZN**
(blizny: pooperacyjne, po cesarskim cięciu, itp.)
- KONSULTACJE Z TRENEREM PERSONALNYM**
- ZAJĘCIA JOGI**
B.K.S. Iyengara - godz. 9.00, 10.30
Vinyasa - godz. 13.30, 15.00
- KONSULTACJE PODOLOGA**
(ogólna kontrola stóp, badanie w kierunku płaskostopia z użyciem podoskopu)
- WYKŁAD DIETETYKA - godz. 12.00**
„Choroby cywilizacyjne, choroby jelit, insulinooporność, alergie”

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA - OBOWIĄZUJĄ WCZEŚNIEJSZE ZAPISY

Centrum Rehabilitacji Body Balance
ul. Królewiecka 161/19
tel. 784600321

Do dawnych granic Wrocławia

We wrześniu i październiku na pewno czekają nas jeszcze ciepłe i słoneczne dni. Warto wybrać się na rower...na rodzinną wycieczkę rowerową. Trasa liczy około 20 km i przebiega przez zachodnie dzielnice Wrocławia: Maślice, Stabłowice, Marszowice i Leśnice. Teren, po którym biegnie jest zróżnicowany. Są odcinki łagodne po płaskim i równym terenie jak również lekkie podjazdy. Jest jednak kilka miejsc, w których natkniemy się na innych uczestników ruchu drogowego, gdzie trzeba zachować szczególną ostrożność. Dużym atutem trasy jest fauna i flora tej okolicy. Ptaki śpiewające możemy usłyszeć na wielu odcinkach trasy rowerowej, obrzeża lasów i parków to miejsca występowania rodzimych drapieżników, myszołowa, trzmielojada i błotniaka stawowego, nad rzeką Bystrzycą możemy podziwiać zimorodka, czapłę siwą, łabędzia niemego i kilka gatunków kaczek. Wśród zwierząt leśnych najliczniej spotykane to: zające, lisy, łasice, borsuki i jeże.

Tradycyjnie początek trasy jest skwer z Krasnałem Maślarem przy ulicy Suwalskiej.

- Jedziemy do ulicy Królewieckiej, skręcamy w prawo/odnowiona ścieżka rowerowa/ docieramy do skrzyżowania z ulicą Maślicką- skręt w lewo - teraz ścieżka rowerowa dotrzemy do Stabłowic.

- Kolejne 1,5 kilometra bieżą łagodnie wokół zbiornika wodnego - Cegielnia. Musimy skręcić w lewo ze ścieżki rowerowej na wysokości budynków przy ulicy Głównej 102. Staw między ulicami Górecką, Stabłowicka i Główną to pozostałość po dawnej cegielni. W miejscu gdzie dawniej był zakład, dziś jest nowe osiedla mieszkaniowe. W 2014 r. projekt „Nowa Cegielnia

Stabłowicka – sport, rekreacja, wypoczynek – zagospodarowanie terenu przy ul. Góreckiej we Wrocławiu” został przyjęty do realizacji w ramach Wrocławskiego Budżetu Obywatelskiego. Trasa wokół stawu to ścieżka o nawierzchni mineralnej o długości ok. 1,3 km, pomosty o konstrukcji drewnianej na palach dębowych (5 pomostów drewnianych – łącznie prawie 100 m długości). Ze względu na ekologiczny charakter terenu, pozostawiono zagajniki drzew i naturalną roślinność pochodzenia antropogenicznego.

- Dojechaliśmy do skrzyżowania ulic Głównej i Stabłowickiej. Uwaga! sygnalizacja świetlna i przejście dla pieszych. Przeprowadzamy rowery do ścieżki rowerowej i jedziemy do Mostu Marszowickiego.

Most jest przerzucony nad Bystrzycą, a jego nazwa pochodzi od nazwy wrocławskiego osiedla Marszowice, na terenie którego się znajduje. Łączy Marszowice ze Stabłowicami, przebiega w ciągu ulicy Głównej Most został wybudowany w 1900 roku. Jest to most jednoprzęsłowy, o konstrukcji kratowej – dźwigarami nośnymi są dwie kratownice wykonane ze stali, w technologii połączeń nitowych. Przy wschodnim przyczółku mostu znajduje się kamień graniczny.

Granitowe kamienie graniczne wyznaczające granicę Wrocławia i sąsiadujących z nim powiatów były ustawiane po włączeniu do miasta 37 miejscowości w kwietniu 1928r. Kamienie graniczne były ustawiane przy drogach wylotowych z miasta, linia wykuta po środku kamienia wyznaczała granicę, w przypadku, gdy granica przebiegała przez środek mostu kamień ustawiano przed mostem od strony miasta

- Teraz proponuję przejść na lewą stronę mostu, z którego pięknie widać Zabytkową Elektrownię Wodną na Bystrzycy.

Woda jest nazywana „Białym Węgłem” bo jej energia daje prąd i do tego nie zanieczyszcza środowiska. Elektrownia Wodna to pułapka, w którą chwyta się część energii uwalnianej przez spływającą wodę...



Elektrownia wodna w Marszowicach (Marschwitz), niegdyś osobnej miejscowości, od roku 1973 włączonej w administracyjne granice Wrocławia powstała w latach 1920-1921 na rzece Bystrzycy, w miejscu dawnego młyna wodnego. Zbudowano ją w celu zasilania energią elektryczną przędzalni wełny znajdującej się przy ulicy Stabłowickiej. Urządzenia zakładu napędzały dwie turbiny typu Francisa o mocy 120 i 265kW, wyprodukowane przez firmę J.M.Voith. Generatory dla elektrowni wykonała firma Siemens-Schuckert. Urządzenia te w elektrowni są wykorzystywane do dziś.

- My, docieramy do skrzyżowania / skręt w lewo w ulicę Marszowicką/i po około 200m możemy wjechać na ścieżkę rowerowo-pieszą. Jadąc dalej warto zwrócić uwagę na piękną wille „Basia” pod numerem 15 oraz pozostałość bramy wjazdowej do zabudowań dawnego folwarku

- Dojeżdżamy do Osiedla Malowniczego – skręt w prawo /ulic Modelskiego/, która poprowadzi nas prosto do Lasu Mokrzańskiego.

*Las Mokrzański – największy kompleks leśny w granicach administracyjnych Wrocławia. Zajmuje 551 hektarów i znajduje się na północno-zachodnim skraju miasta (na północ od osiedla Leśnica, na obszarze osiedli Mokra i częściowo Marszowice.

- W „Mokrzańskim” są ścieżki, główne i boczne, jest ich całe mrowie, nie tylko pozwalają na dowolne modelowanie trasy, ale też ich charakter jest różny. Są typowe ciasne, wąskie dróżki jak i szerokie dukty, nieźle utwardzone, które nawet przy w miarę mokrej pogodzie nie zafundują nam taplania się w błoku. Jeśli czas Wam pozwoli spróbujcie znaleźć miejsce oznaczone jako „Waldschlößchen” („Leśny Zameczek”). W latach 1900-1945 znajdowała się tam restauracja...

- Po dojechaniu do lasu, za szlabanem prosto, do szerokiej drogi / oznaczona jako „pożarowa nr 2.

- Skręt w lewo i wygodną drogą leśną dojedziemy do wjazdu/wyjazdu z lasu. Jesteśmy w Leśnicy przy skrzyżowaniu ulic Junackiej i Świerkowej.



Skręt w prawo /Junacka/ a następnie w ulicę Smolną, którą dotrzemy do ul. Dolnobrzeskiej. Skręcamy w lewo – po 50 m kolejny Kamień Graniczny/ jest z prawej strony ulicy przed przystankiem MPK. W tym miejscu przebiegał granica Wrocławia w roku 1928.

- Ulicą Dolnobrzeska dojedziemy do widocznego z lewej strony Kościoła pw. św. Jadwigi. Skręt w ulicę Wolską, dojeżdżamy ponownie do ul. Marszowickiej. Zatrzymajmy się na parkingu przy kościele...popatrzmy z tej strony na wieżę kościelną. Wyraźnie widać ciemniejsze „kamienie” to bardzo rzadko sosowany materiał budowlany, jakim jest.... ruda darniowa.

Żadne z polskich dużych miast i niewiele znaczących miast europejskich może pochwalić się zabytkiem wzniesionym z rudy arniowej !!!

- Wracamy do Marszowic bezpieczną ścieżką rowerowo-pieszą. Przed przystankiem „Polkowicka” proponuję jeszcze skręcić w lewo. Leśna droga doprowadzi nas do jedynej czynnej wieży ciśnień we Wrocławiu.

Wieża ciśnień usytuowana, przy ul. Polkowickiej, dostarcza wodę mieszkańcom Leśnicy od początku wieku. Z istniejących 4 studni głębinowych woda jest przepompowywana do zakładu, gdzie przepływa przez szereg zbiorników, w których jest oczyszczana, natleniana, po czym przez kilka godzin "leżakuje w basenie",

w którym wytrąca się żelazo. Następnie spływa do zbiornika głównego i stąd prosto do kranów. Nadmiar wody, która nie zostanie wykorzystana przez odbiorców, tłoczony jest do zbiornika wieżowego, mieszczącego się pod sama kopułą, na wysokości prawie 60 metrów. Wieża jest już ostatnim działającym tego typu obiektem we Wrocławiu, w którym obok nowoczesnych kaskad napowietrzających wciąż pracują pompy wyprodukowane w 1931 roku!



Skromna, modernistyczna dekoracja budowli nawiązuje jednak do dawnych budowli obronnych. Nawiązuje to do symboliki „zamku wodnego”. Pod koniec drugiej wojny światowej wieża została ostrzelana i uszkodzona. W 2008 r. wpisano ją do rejestru zabytków.

- Wracamy do ul. Marszowickiej – skręt w lewo i powrót do Maślic przez Marszowice i Stabłowice.

Jacek B. Myszkowski.



GŁOSUJEMY NA MASLICKIE PROJEKTY WBO

PROJEKT
PONADOSIEDLOWY

NR **118** ZIELEŃ TO
ŻYCIE, RUCH
TO ZDROWIE.



PROJEKT OSIEDLOWY

NR **80** PARK
MAŚLICKI
ETAP II



GŁOSUJEMY

**24 WRZEŚNIA DO
11 PAŹDZIERNIKA**
wroclaw.pl/wbo

Dziękujemy za wsparcie:



HIT-EK
ul. Mrągowska 4

Przygotowuje zespół: Marta Bątkiewicz-Pantuła, Dorota Cierniak, Renata Cierniak, Maja Olszowy, Krzysztof Pantuła, Tomasz Patoła, Joanna Pawłowska, Michał Sobczak.

Kontakt: redakcja.tumaslice@gmail.com

Wydaje: Stowarzyszenie Koletyw Pomysłów

Wydruk: Polski Druk, www.polskidruk.info

Wsparcie i darowizny prosimy wpłacać na konto Stowarzyszenia Koletyw Pomysłów: 42 1140 2004 0000 3002 8001 8819

Redakcja nie zwraca nadesłanych materiałów i zastrzega sobie prawo do ich skracania oraz redakcji. Autor, przekazując materiał do publikacji, udziela Redakcji "Halo! Tu Maślice" niewyłącznej, nieodpłatnej licencji na korzystanie z praw autorskich w zakresie niezbędnym do opublikowania przekazanego materiału w wersji drukowanej i elektronicznej.

