

CEIFUH ADLIW

**Miesięcznik harcerski
Hufca ZHP Poznań-Wilda**



*“Nie błądzi tylko ten, kto nic nie robi”
Robert Baden-Powell*

Druhny i Druhowie!

Zbliżają się wakacje, a wraz z nimi: kolonie zachowe i obozy. Jeśli jeszcze nie macie, to biegnijcie szybko po karty obozowe. Chyba nie chcecie żeby ominęła Was największa przygoda roku. Jednocześnie zapraszam do wzięcia udziału w największej służbie harcerskiej podczas spotkanie młodych na Lednicy oraz podczas procesji Bożego Ciała. Jest to doskonała okazja żeby zweryfikować swoje umiejętności oraz sprawdzenia siły własnego charakteru. Po raz kolejny pokażmy, że „Harcercz jest pożyteczny i niesie pomoc bliźnim”.

phm. Magdalena Bartoszevska
komendantka III Szczepu – Redaktor Naczelnia

■ **Harcerska Msza Św.**

Zapraszamy na Msze Św. Harcerskie, które odbywają się w pierwszą niedzielę miesiąca w kościele p.w. Maryi Królowej przy Rynku Wildeckim o godz. **17:00**. Najbliższa msza **2 czerwca**. Pamiętajcie o mundurach!

■ **Komisja Stopni Instruktorskich**

Komisja zbiera się w pierwsze czwartki miesiąca o godz. **19:30**. Najbliższe posiedzenie odbędzie się wyjątkowo **20 czerwca**.

Spotkanie pokoleń

W ramach obchodów 100-lecia harcerstwa na Wildzie przewidziane jest ogniskowe Spotkanie Pokoleń w Kaplinie. Wstępne informacje o tym pojawiały się już wcześniej, jednak teraz możemy przedstawić konkrety.

Data: 13 lipca

Miejsce: baza obozowa hufca w Kaplinie

W programie przewidziane: zwiedzanie bazy, obiad, polowa msza św., ognisko, kolacja.

Organizatorzy zapewniają transport autokarami.

Wyjazd przewidziany o godz. 9:00, powrót ok. 22:00. (godzina i miejsce zbiórki zostaną podane w terminie późniejszym)

Koszt uczestnictwa: 60 zł, w przypadku indywidualnego dojazdu 35 zł.

Wpłaty **do 15 czerwca** w komendzie hufca w godzinach urzędowania lub na konto:

13 1090 1359 0000 0000 3501 8492

Hufiec ZHP Poznań - Wilda,

ul. Kosińskiego 9, 61-519 Poznań.

Tytuł wpłaty: “Składka zadaniowa 100-lecie harcerstwa”.

■ Jan Kasprowicz (10)

Postanowiliśmy przybliżyć czytelnikom *Ceifuha* postać patrona naszego Hufca. W kolejnych odcinkach zaprezentujemy różne ciekawostki z życia Mistrza, jego sukcesy, a także trudności z którymi się zmagal. Na pewno nie będzie to suchy życiorys...

W 1907 r. Kasprowicz poznaje Mariusę - Marię Bunin. Pierwszy raz spotykają się w ciągu relacji Rzym - Neapol. Początkowo Jan nie robi na niej dobrego wrażenia. Dopiero gdy zaczynają rozmawiać (po niemiecku) o poezji, o górach i ich malowniczych zakątkach, wzbudza jej coraz większe zainteresowanie. Po krótkim wspólnym pobycie w Sorrento, rozstają się. Kasprowicz wraca do Lwowa, Marusia pozostaje we Włoszech. Latem 1910 wracała do Rosji przez Lwów. Znow się spotkali. Później następuje wymiana listów - wszystkie niestety zaginęły podczas II WŚ. Podczas gdy Jan, zdając sobie sprawę z wszystkich dzielących ich różnic, stara się pohamować uczucia, Marusia walczy, zgodnie ze swą życiową zasadą wbrew wszystkiemu. Gdy w kwietniu przyjeżdża do Petersburga, matka Marusi jest przerażona - ten zwalasty mężczyzna w ekstrawaganckiej pelerynie, o tyle lat starszy ma zabrać jej Mariusię? Jak on wygląda, to jakiś prawdziwy zbój? Jednak nic nie zdołało ich powstrzymać - wzięli ślub w Dreźnie. Cywilny we wrześniu 1911, a kościelny w maju 1912 r.

Dzieliło ich praktycznie wszystko. Gdy się poznali ona miała lat 20, on 47. Ona arystokratka, córka rosyjskiego generała, niezwykle delikatna i piękna. O jej względy zabiegało wielu młodych mężczyzn, jednak żaden nie zdołał wzbudzić w niej wzajemności. Kasprowicz, chłopskiego pochodzenia, w ciągłych tarapatkach finansowych. Związek, który nie miał szans, żeby zaistnieć...

Często przyjeżdżają do Poronina, do domu rodziny Gałów, który stoi do dziś przy ul. Kasprowicza 77. Wita ich Ludwina Gałowa, która początkowo z powątpiewaniem obserwowała Mariusę „coście to przywieźli takie dziewczątko? Cos z tego będzie?”. Jednak te wątpliwości przerodziły się w wielką długoletnią przyjaźń.

Jan zaczął jej pokazywać swoje ukochane górskie szlaki, wędrowali całymi dniami:

*Ty moim podążasz śladem
Az tobą ten spokój głęboki
Co jasność daje mym oczom
I w pewność ubraja kroki.*

Marusia zapisuje w swoim dzienniku: „Jestem naprawdę szczęśliwa. Nie tylko dlatego, że los mnie wybrał na towarzyszkę życia



Portret Marusi pędzla Witkacego, lipiec 1937

wielkiego poety, że miłość jego nadała życiu memu sens i kierunek - jestem prócz tego szczęśliwa najwzyczajniej - prostym ludzkim szczęściem. Nie znalazłam w Janku, nawet przy bliższym zetknięciu w codziennym życiu nic z tej drobiazgowości, która może być tak odpychająca, że zaciera całkowicie czar kochanego człowieka. Obok siły charakteru i uczuć, płomiennego i dobrego serca, niezmiernie dużo szlachetności, subtelności, skromności i pobłażliwości. Życie z nim jest odpoczynkiem”.

W 1914 przyjeżdżają do Poronina już na początku czerwca. Rozpiera ich szczęście, Jan rozpoczyna jeden najwspanialszych cykli swojej poezji „Księgę ubogich”:

*Witajcie kochane góry
O, witaj droga marzeczko
I oto znow jestem z wami,
A byłem tak daleko.*

Marusia pisze „Nie poznaję Janka. Jest zupełnie odmienny. Po całych dniach chodzi po polach i lasach, a wieczorem wróciwszy do domu wchodzi do mojego pokoju i pyta - chcesz posłuchać?”

*Przynoszę ci kilka pieśni
Umilowanie ty moje -
W góry poszedłem po nie,
Między siklawy, nadzdroje.*

Prof. Górski zauważa „Poezja Tatr zostaje wzbogacona o jeszcze jeden ton: o piękno życia domowego wśród gór.” Poeta zawiązał do bezpiecznego jasnego portu. Jest mu tu druhem wszystko - cichy wiew i burza, liche drzewo i potężny las, organy kościoła i górskie głązy, odległe szczyty, kochani ludzie i... Ona.

hm. Andrzej Dyderski
Źródła: B. Wachowicz „Czas Nasturcji”

■ Wywiady

Przeprowadziłam wywiady z trzema osobami: koleżanka z klasy Ola (która jest w innym hufcu), Marta (Fryta) Włodarczyk i Jakub Figaj. Tematem wywiadów będzie harcerstwo.

Ania Kozera - Na samym początku chcę Cię spytać w jakiej jesteś drużynie?

Jakub Figaj - Jestem w 92 Poznańskiej Drużynie Harcerzy im. 3 Kompanii Agat „Orzeł”. Jest to drużyna wielopoziomowa.

A.K. - Możesz o niej coś opowiedzieć – ile jest w niej osób, jakie macie zwyczaje, kto jest drużynowym, kto przybocznym?

J.F. - Hm... Nie dawno moja drużyna obchodziła 10. urodziny, czyli jej żywot jest krótki, ale przewinęło się przez nią już ponad 100 osób. Aktualnie zrzesza około 40 członków. Drużynowym jest pwd. Krzysztof Nawrocki (wcześniej Łukasz Dorna), a przybocznym pwd. Marek Ksoń.

A.K. - W takim razie odpowiedz mi na pytanie, czym jest dla Ciebie harcerstwo?

J.F. - Harcerstwo, nie wiem jak to określić, jest czymś więcej niż tylko chodzeniem na zbiórki, jeżdżeniem na obozy i biwaki. To służba, to sposób bycia.

A.K. - Byłbyś w stanie nagle z jakiegos powodu odejść z 92?

J.F. - Harcerstwo wychowuje, kształtuje osobowość. Powiem tak: przez cały okres, kiedy byłem w 92 nie chciałem nigdy odejść. W harcerstwie jestem od 2003 roku, czyli dość długo. Teraz jestem wędrownikiem i przygotowuje się do poprowadzenia nowej drużyny.

A.K. - Masz jakieś marzenia albo plany które chciałbyś zrealizować?

J.F. - Hm...plan. Moim celem jest dalej działać na szczeblu hufca, ale nie stać w miejscu, tylko piąć się w górę. Jak już mówiłem, chciałbym poprowadzić drużynę wędrowniczą lub starszoharcerską.

A.K. - Dziękuję Ci za ten interesujący wywiad.

J.F. - To ja dziękuję. Była to dla mnie czysta przyjemność.

Ten wywiad został przeprowadzony z Martą Włodarczyk.

A.K. - Do jakiej drużyny chodzisz?

Marta Włodarczyk - Obecnie uczęszczam do 18 Poznańskiej Drużyny Harcerki im. Olgi Drahonowskiej – Małkowskiej.

A.K. - Możesz cos o niej powiedzieć – ile jest w niej osób, jakie macie zwyczaje, kto jest drużynowym, a kto przyboczną?

M.W. - Jeżeli dobrze liczę, to jest nas około 25-30 osób. Drużynową jest pfm. Katarzyna Kruk, a przyboczną pwd. Dominika Krawiec. Co do zwycza-

jów... Myślę, że cotygodniową zbiórkę drużyny można zaliczyć, ponieważ ostatnimi czasy rzadko która drużyna spotyka się regularnie w całości, prędzej w zastępach.

A.K. - Czym jest dla Ciebie harcerstwo?

M.W. - Mimo iż jestem harcerką już od ponad 7 lat, sama nie potrafię sobie do końca odpowiedzieć na to pytanie. Niewątpliwie harcerstwo jest dla mnie sposobem życia, odskocznią od codzienności. Pozwala mi zapomnieć o szkole, rodzinie itp. Harcerska idea jest czymś pięknym i wartym do naśladowania poprzez Prawo i Przyrzeczenie Harcerskie. Autorytety wskazują nam drogę, jaką możemy podążać przez życie.

A.K. - Jak wiadomo jesteś już w 5. Drużynie – jak ty się do tego odnosisz, dlaczego tyle razy zmieniałaś otoczenie?

M.W. - Cóż... to, że byłam w tylu drużynach, wynika tylko z faktu, że nie mogłam znaleźć sobie miejsca w harcerstwie. Wynikało to z różnych rzeczy, na przykład z różnicy charakterów. Jak ja się do tego odnoszę? Uważam, że skoro tak się stało, to najwyraźniej tak musiało być i nie ma w tym nic złego. Każda zmiana jest dobra, bo przynosi nowe doświadczenia, na których możemy się uczyć. Takie ciągłe zmienianie drużyn ma też swoje plusy – poznałam dużo wspólnych i wartościowych ludzi, a także poznałam inne środowiska dokładniej. Bo choć jesteśmy z tego samego hufca, mamy różne spojrzenia na sprawy harcerskie.

A.K. - A masz może jakieś marzenia, plany w harcerstwie, sprawy które chciałabyś zrealizować?

M.W. - Tak na ten rok kalendarzowy planuję zakończyć przynajmniej próbę na pionierkę, dobrze byłoby też otworzyć na samarytanek. Marzą mi się dwie rzeczy: pagon wędrowniczy i stopień przewodniczki. Ale na to mam jeszcze czas.

A.K. - Dzięki, że mogłam poznać Twoje poglądy na ten temat i że mogłam przeprowadzić z Tobą ten wywiad.

M.W. - Nie ma sprawy, również dziękuję.

Jako ostatni przeprowadziłam wywiad z Olą. (3)

A.K. - Chciałabym zapytać Cię do jakiej drużyny należysz, ile masz w niej osób, jaka to drużyna?

Ola - Chodzę do 45 Poznańskiej Drużyny Harcerzy. Jest to drużyna obronna, harcówkę mamy na osiedlu Piastowskim. Jest w niej około 35 osób. Jest to drużyna mieszana, chusty mamy ciemno zielone. W tej drużynie jestem od niedawna, ale harcerką jestem od 4 lat.

A.K. - Dlaczego postanowiłaś pójść do innej drużyny?

O. - Poszłam do 45 ponieważ moja wcześniejsza drużyna nie była przyjazna, na zbiórki nie mogłam chodzić ponieważ w tym czasie miałam dodatkowe zajęcia albo byłam 'raz na rok'.

■ Wywiady

A.K. - Czym jest dla Ciebie harcerstwo ?

O. - Jest to mój sposób życia, zabawa. Gdyby nie harcerstwo, to zadawałabym się teraz z zupełnie innym towarzystwem, namawialiby mnie pewnie do różnych rzeczy... Przez harcerstwo przestałam przeklinać, znalazłam więcej znajomych, znalazłam wspólne tematy i przeżycia.

A.K. - Marzysz o czymś, plany w harcerstwie, rzeczy które chciałabyś zrobić ?

O. - Dążę do tego aby zostać zastępową, zdobyć czerwony beret, chustę. Chciałabym dostać Krzyż i przy tym złożyć przyrzeczenie w wodzie po kostki. To są moje największe plany na najbliższy czas.

A.K. - W takim razie życzę Ci powodzenia w wytrwałości i realizacji tego.!

O. -Dzięki.

Ania Kozera 18PDHż

■ Torfowiska w pobliżu Kaplina

Niedaleko naszej bazy znajdują się dwa niezwykle interesujące torfowiska, które chciałabym Wam dzisiaj przybliżyć. Pierwsze znajduje się wokół znanego wszystkim jeziora Szeken Wielkie, zaś drugie leży jakieś półtora kilometra na zachód od bazy i oprócz dh Jędrka znam tylko trzy osoby które na nim były. Zanim jednak opowiem o nich, kilka słów o tym, czym jest torfowisko.

Torfowisko to bardzo skomplikowany twór przyrody – ekosystem zależny od trzech wpływających na siebie elementów: wody, roślinności i podłoża, którym jest torf. W zależności od tego jak woda dociera do torfowiska, pojawiają się tam różne rośliny, które z kolei obumierając rozkładają się w warunkach beztlenowych i tworzą torf, którego właściwości zależą od typu zasilania i roślin, których szczątki go budują. W Polsce torfowiska pokrywają tylko 4% kraju, z czego 84% to ekosystemy zdegradowane. Są one siedliskiem dla wielu cennych gatunków zwierząt i roślin, dlatego ich ochrona jest niezwykle istotna.

Wokół jeziora Szeken narosło wiele legend, przekazywanych z pokolenia na pokolenie już od lat 90. Prawdą w tym wszystkim jest jedynie to, że bagna te nie są bezpiecznym miejscem. Przyczyną nie są jednak sataniści, lecz gospodarka wodna torfowiska. Zasilane jest ono w dolinie strumienia, który przepływa przez jezioro Szeken Wielkie i Małe, aby dalej połączyć się ze znaną nam dobrze strugą Kaplinka. Zatorfiony jest teren na południe i zachód od jeziora – tam woda stagnuje prawie przez cały rok, a głęby torfowe są grzaskie i trzeba uważać, aby się nie zapasać. Większość tego terenu pokrywa ols – las olszowy o specyficznej, kępkowo-dolinkowej strukturze. Kępki tworzą olsze, na których narastają mniej wilgociolubne gatunki, zaś w dolinkach przez większość czasu jest woda i można spotkać tam gatunki wodne. Wiele drzew jest spróchniałych i skacząc z kępki na kępkę można się mocno zdziwić, lecąc ze spróchniałym pniem wprost do wody. W głębi znajdują się szuwały wysokich turzyc, rosnące wprost

w wodzie oraz niewielkie fragmenty pła – kożucha mchów, poprzestanego innymi gatunkami bagiennymi. Jest to torfowisko niskie, fluwiogeniczne – żyzne i bogate w najróżniejsze formy życia – od wielu gatunków roślin, przez owady po żurawie, które upodobały sobie ten teren. Z ciekawszych roślin znajdziemy tu porzeczki, psiankę słodkogórz, kosaćce, okrzężnicę bagienną, turzycę oraz chronione mchy – torfowce.

Drugie torfowisko jest znacznie ciekawsze, pomimo pozornego ubóstwa. Idąc od strony bazy wchodzimy najpierw w ols, dokładnie taki sam jak nad Szekenem. Kierujemy się na zachód, wraz z kierunkiem procesu zarastania, który ma tu miejsce. Widzimy zmiany gatunków roślin w olsie – dominują turzycę i mchy-torfowce. Weszliśmy w uboższą formę olsu – ols torfowcowy, związany z mniej żyznym podłożem. Idąc dalej docieramy do brzegu zbiornika wodnego, który porastają kępki turzyc i mchów. Widzimy na środku jakby wielki dywan – dobrze wykształcone pło torfowcowe. Jest ono na tyle wytrzymałe, że da się po nim chodzić, jednak miejscami jest słabsze i wtedy człowiek zapada się po szyję w wodę lub torf. Znane są przypadki ludzi, którzy wpadli pod pło i nie mogli się wydostać, bo nad sobą mieli zielony kożuch. Takie pło przedstawia o wiele większą wartość przyrodniczą – roślinie tu rosiczka – owadożerna roślina rosnąca tylko na torfowiskach, chroniony także chroniony storczyk – kukułka płamista i torfowce. Środek stanowi torfowisko przejściowe – o pośrednim charakterze pomiędzy żyznym torfowiskiem niskim, które je otacza, a skrajnie ubogim i kwaśnym torfowiskiem wysokim. Obszar ten jest chroniony jako użytek ekologiczny.

Mam nadzieję, że pokrótce opowiedziałem o torfowiskach leżących niedaleko naszej bazy. Jeśli chcielibyście dowiedzieć się więcej w tym temacie, zapraszam do kontaktu.

pwd. Marcin Dyderski

■ **Bł. ks. phm. Stefan Wincenty Frelichowski** **patron Harcerstwa Polskiego**

Z okazji 100. rocznicy urodzin, Rada Naczelna ZHP ogłosiła rok 2013 „Rokiem bł. Ks. phm. Stefana Wincentego Frelichowskiego – patrona polskich harcerzy.” Pragnę przybliżyć Postać Błogosławionego zwłaszcza młodszemu pokoleniu druhen i druhów, jako wzór patriotyzmu.

Stefan Wincenty Frelichowski urodził się 22 stycznia 1913 roku w Chełmży. Tutaj też uzyskał świadectwo dojrzałości. Studia teologiczne odbył w Wyższym Seminarium Duchownym w Pelplinie, przyjmując 14 marca 1937 r. święcenia kapłańskie. Był najpierw kapłanem i sekretarzem Biskupa Chełmińskiego St. Okoniewskiego, a od 1 lipca 1938 wikariuszem parafii pw. Wniebowzięcia NMP w Toruniu. Dnia 18 października 1939 roku został aresztowany przez gestapo i osadzony w toruńskim Forcie VII, a następnie w obozach koncentracyjnych Stutthof, Sachsenhausen – Oranienburg, Dachau.

Zmarł jako więzień Dachau, 23 lutego 1945 roku zarażony podczas posługi chorym na tyfus plamisty. Przez cały czas heroicznie spełniał swe życie według harcerskiej służby bliźniemu niosąc pomoc współwięźniom. Zanim jego ciało spalono w krematorium na prośbę obozowych przyjaciół, student medycyny Stanisław Bieńha uciął jego dwie kostki palców, by stanowiły jego relikwie.

W wieku 14 lat, dnia 21 marca 1927 roku, wstąpił do ZHP do II Drużyny Harcerskiej im. Zawiszy Czarnego w Chełmży, której od 1930 roku był drużynowym. W Pelplinie, jako kleryk, był członkiem a następnie przewodniczącym kręgu starszoharcerskiego.



Pomnik bł. Stefana Wincentego Frelichowskiego

W 1934 roku został podharcemistrzem. W Toruniu był kapłanem Chorągwi Pomorskiej i kierownikiem Wydziału Harcerstwa Starszego. Redagował biuletyn - „Zew Starszoharcerski.”

Ojciec Św. bł. Jan Paweł II – 7 czerwca 1999 roku na toruńskim lotnisku beaty-

fikował ks. Stefana Frelichowskiego podczas nabożeństwa ku czci Najświętszego Serca Pana Jezusa. Dnia 20 września 2002 roku, Kongregacja ds. Kultu Bożego i Dyscypliny Sakramentów wydała dekret ustanawiający Błogosławionego ks. phm. Stefana Wincentego Frelichowskiego Patronem Harcerstwa



Błogosławiony Ksiądz Stefan Wincenty Frelichowski (1913-1945)

Patron Harcerstwa Polskiego

Polskiego. Ogłoszenia Patronatem Harcerstwa Polskiego przez ks. Frelichowskiego dokonał Ks. Kardynał Józef Glemp, Prymas Polski w Katedrze Polowej Wojska Polskiego w Warszawie 22 lutego 2003 roku. 28 kwietnia 2013 w Gnieźnie w ramach uroczystości ku czci Św. Wojciecha Patrona Polski odbyła się peregrynacja relikwi Błogosławionego Ks. Frelichowskiego Patrona Harcerstwa Polskiego. Uroczystość obejmowała zbiórkę organizacyjną pochodu – apel, przemarsz wspólnej procesji z kościoła św. Michała na plac św. Wojciecha oraz udział w uroczystej Mszy św. koncelebrewanej. Wielkopolska Rada Harcerskich Kręgów Seniorów jako współorganizator umożliwiła pobyt na uroczystości przedstawicielom wszystkich Kręgów Seniorów ZHP.

Aby pomóc zrozumieć sens patronatu Bł. ks. phm. Stefana Frelichowskiego w naszym życiu, pozwałam sobie przytoczyć słowa Ojca św. Błogosławionego Jana Pawła II wypowiedziane na lotnisku toruńskim w dniu 7. Czerwca 1999 roku w homilii wygłoszonej podczas mszy beatyfikacyjnej:

„Zwracam się także do całej rodziny polskich harcerzy, z którą nowy błogosławiony był głęboko związany. Niech stanie się dla was patronem, nauczycielem szlachetności i orędownikiem pokoju i pojednania.”

hm. Tadeusz Mosiek

■ Pierwsza pomoc - resuscytacja

Zadanie: Utrzymanie przy życiu osoby poszkodowanej do momentu przyjazdu karetki.

Postępowanie:

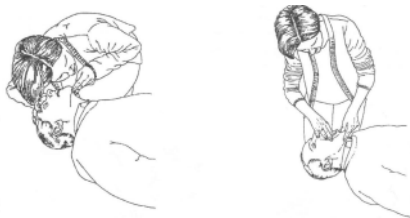
- Czy jesteś bezpieczny? Czy świadkowie zdarzenia są bezpieczni? Czy poszkodowany jest bezpieczny?
- Sprawdź reakcję poszkodowanego. Zapytaj czy wszystko jest „OK”?

Poszkodowany reaguje:

- Dowiedz się o stanie poszkodowanego.
- Wezwij pomoc (jeśli jest taka potrzeba)
- Koniec czynności ratowniczych.

Poszkodowany nie reaguje:

- Sprawdź czy poszkodowany się nie zachłysnął
- Udroźnij drogi oddechowe (unieś żuchwę)



Rysunek 1: a. Udrożnienie dróg oddechowych wraz ze sprawdzeniem oddechu b. Sprawdzenie czy poszkodowany się nie zachłysnął (czy są jakieś ciała obce w jamie ustnej)
[<http://www.wopr.malbork.pl> z dnia 18.02.2013]

Sprawdź oddech przykładając policzek do ust poszkodowanego, patrząc jednocześnie na to, czy unosi się jego klatka piersiowa. Wykonuj tę czynność ok. 10sekund (jeśli nie masz pewności w ocenie tej funkcji życiowej, to działaj tak, jak w przypadku zaniku oddechu; może się zdarzyć, że pacjent jeszcze przez chwilę po zaniku krążenia może oddychać)

Oddech jest prawidłowy

– ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej monitorując cały czas oddech.

– poproś kogoś lub sam wezwij pomoc

Brak oddechu

- poproś kogoś lub sam wezwij pomoc

- uklęknij obok poszkodowanego

- ułóż ręce tak jak to zostało pokazane na rysunku nr.2

- pochyl się nad poszkodowanym i wykonaj 30



Rysunek 2.

[<http://www.pierwszapotoc.net.pl> z dnia 18.02.2013]

ucisnąć klatki piersiowej- na wysokości sutków, na głębokość ok. 5 cm (po każdym uciśnięciu zwalniam nacisk nie odrywając dłoni).

- następnie po UDROŻNIENIU DRÓG ODDECHOWYCH wykonaj DWA wdechy powietrza, podczas których policzkiem zatykaj skrzydełka nosa (aby powietrze się tamtędy nie wydostało).

Czynności te wykonuj do czasu przywrócenia



Rysunek 3.

[<http://kobietamag.pl> z dnia 18.02.2013]

czynności życiowych, przyjazdu karetki lub wyczerpania swoich sił. PAMIĘTAJ O KAŻDORAZOWYM UDROŻNIENIU DRÓG ODDECHOWYCH (w przeciwnym razie powietrze może dostać się do żołądka i spowodować wymioty).

UWAGA: Gdy nie chcesz wykonywać oddechów ratowniczych zastosuj tylko uciski klatki piersiowej.

phm Magdalena Bartoszewska
Marcin Olejniczak

■ Zagadka

Obok siebie stoi sześć domów, każdy w innym kolorze. W każdym z domów, mieszkają osoby o różnej narodowości. Jedzą one różne potrawy, są właścicielami różnych zwierząt (tylko jednego gatunku na dom) i jeżdżą różnymi samochodami.

Pytanie: Kto jeździ Ferrari?

Wskazówki:

- Litwin jeździ fiatem.
- Właściciel kota mieszka obok właściciela krowy.
- Biały dom jest obok niebieskiego.
- Ukraińiec mieszka w pierwszym domu i hoduje konia.
- W czerwonym domu jada się ziemniaki.
- Właściciel skody mieszka obok smakosza kapusty.
- Właściciel słonia ma tylko jednego sąsiada.
- Właściciel skody mieszka obok czerwonego domu.

- Trzeci dom jest różowy, a szósty zielony.
- Polak mieszka obok domu zielonego.
- Rosjanin ma sąsiada, który jest smakoszem ziemniaków.
- Rosjanin ma czarny dom.
- Smakosz pierogów mieszka obok niebieskiego domu.
- Pierwszy dom jest biały.
- Słowak mieszka obok Litwina.
- Włoch jada makaron.
- Ukraińiec nie jest sąsiadem Litwina.
- Właściciel psa mieszka obok właściciela kota.
- Smakosz pizzy ma sąsiada który jeździ polonezem.
- Smakosz pizzy ma rybki.
- Polak ma polskie auto.
- Mercedesem jeździ ten, który mieszka obok właściciela krowy.
- Rybki sąsiadują z psem.

Powodzenia!

DYŻURY W HUFCU

■ Poniedziałek	17.30 - 18.30	na zmianę: dh. Kasia, dh. Magda, dh Jędrak.
■ Wtorek	17.00 - 19.00	cała komenda
■ Sobota	11.00 - 13.00	komendant, skarbnik (warto sprawdzić czy hufiec w daną sobotę jest czynny)

W innych terminach można umawiać się indywidualnie.

Jeżeli chcecie podzielić się z nami swoimi wrażeniami lub poglądami, a może chcecie nas skrytykować lub pochwalić, zapraszamy do kontaktowania się z nami: ceifuh-adliw@poznan-wilda.pl lub możecie pozostawić list w hufcu w skrzynce dla redakcji.

Pod materiałem podpiszcie się stopniem, imieniem, nazwiskiem oraz numerem drużyny z jakiej pochodzicie.

REDAKCJA

Redaguje zespół:

phm. Magdalena Bartoszevska – Red. Naczelna
 członkowie redakcji: phm. Katarzyna Kruk, hm. Andrzej Dyderski, phm. Łukasz Dorna
 skład i korekta: pwd. Marcin Dyderski

W internecie: www.ceifuh-adliw.poznan-wilda.pl

Kontakt z redakcją: ceifuh-adliw@poznan-wilda.pl