



w zgodzie

# z Naturą

CZERWIEC 2021 BIULETYN BEZPŁATNY



Apetyt na lato!

# Lubię kręcić lody

Ze Zbigniewem Piskorskim, właścicielem pracowni lodów NATURA, rozmawia Paweł Cieliczko.

**Panie Zbyszkule, długo czekaliśmy na słoneczne dni, ale wreszcie są i przed lodziarniami przy Kościelnej w Poznaniu ustawiają się kolejki miłośników naturalnych lodów. Porozmawiamy więc o lodach.**

Z przyjemnością.

**Kiedy pierwszy raz pan pomyślał, że lody rzemieślnicze to bardzo dobry interes?**

Bardzo dawno. Byłem wtedy młodym „szcunem” z Puszczykowa, a moim kolegą ze szkolnej był Marek Kostusiak, którego ojciec prowadził już wtedy słynną puszczykowską lodziarnię.

**Tę przy przejeździe kolejowym?**

Dokładnie tak. I ja często tam z Markiem przychodziłem, pomagaliśmy szypułkować truskawki, albo wykonywaliśmy inne, drobne prace. Chcieliśmy za to dostać lody, ale pan Kostusiak wypłacał nam „kieszonkowe”, mówiąc, że zarobiliśmy pieniądze i możemy je wydać, tak jak chcemy, a my oczywiście kupowaliśmy lody.

**A kiedy tak naprawdę zaczął pan „kręcić” lody?**

Moja przygoda z produkcją lodów zaczęła się ponad dwadzieścia lat temu, kiedy... zbankrutowałem. Zajmowałem się importem owoców i zdarzyło się tak nieszczęśliwie, że w jednej nocy przyszły burze, a owoce się zepsuły praktycznie w całości. Oprócz bananów, które jako jedyne udało mi się sprzedać dalej i odzyskać niewielki procent zainwestowanych pieniędzy. Straciłem wtedy milion marek. Kilka tygodni później jechałem pociągiem do Poznania i przeczytałem, że w cechu rzemiosł jakiś Włoch będzie miał pokaz robienia lodów. Od kilku dni nie miałem żadnego zajęcia, więc poje-



chałem zobaczyć to autentyczne „kręcenie” lodów. A Włoch nie tylko pokazywał jak produkować lody, ale przede wszystkim chciał sprzedać maszynę do ich kręcenia. Wydałem na nią wszystkie pieniądze jakie mi pozostały.

**I gdzie powstała pańska pierwsza lodziarnia?**

To było na placu Wiosny Ludów. W miejscu, gdzie dzisiaj stoi Kupiec Poznański było, wówczas wielkie targowisko i tam miałem swoją pierwszą budkę z lodami, a właściwie to piękny kontener. Wokół nas były szczęki i stragany, takie polskie targowisko z lat 90.

**Interes się udał?**

Mieliśmy wielkie szczęście z żoną, bo wystartowaliśmy już wiosną, a był to bardzo gorący rok i lody doskonale się sprzedawały. Sezon na lody trwa około stu dni, więc pomyślałem sobie, że to świetny pomysł na życie, jedną trzecią roku pracować, a dwie trzecie wypoczywać za zarobione pieniądze, albo – tak jak ja – szukać nowych wyzwań w biznesie.

**I jak powiódł się ten wspniany plan na życie?**

Wcale się nie powiódł, bo następnym roku był deszczowy, a lody się nie sprzedawały. Dlatego postanowiłem, że muszę pomyśleć o jakimś stałym, a nie sezonowym biznesie i stąd narodził się pomysł na cukiernię „Hanna Piskorska”, a potem na piekarnię „Natura”.

**Przygodę z lodami rozpoczął pan od lodów kręconych przez Włocha, jak się one mają do znanych nam, popularnych lodów włoskich?**

Nie mają z nimi nic wspólnego. Włosi by się załamali, gdyby się dowiedzieli, że to co oni nazywają „lodami z maszyny”, my określamy „lodami włoskimi”, a nazwa wzięła się stąd, że pierwsze automaty do produkcji lodów z maszyny importowaliśmy z Włoch.

**Jak się więc kręci prawdziwe, włoskie lody?**

Najpierw przygotowuje się bazę. Szlachetne bazy – mleczną, czekoladową i waniliową – przygotowuje się z mleka, cukru, śmietany..., kiedyś bazą były też kurze jajka, ale dzisiaj zamiast jajek czy jajek w proszku, stosuje się mleko w proszku i mleko skondensowane, które działają jak lepszczce. Bazę przygotowuje się w pasteryzatorze.

**Pasteryzator to jest to urządzenie, przypominające pralkę Franię nowej generacji?**

Bardzo obrazowe porównanie. W pasteryzatorze temperatura bazy podnoszona jest do 85 stopni Celsjusza, a następnie obniżana do 2 stopni Celsjusza, wówczas dokonuje się proces pasteryzacji. Taką spasteryzowaną bazę pozostawiamy w urządzeniu na 12 godzin, żeby dojrzała, tak jak dojrzewają sery,

żeby wszystko się dobrze rozłożyło – cukry, mleko, śmietana – i utworzyło jednolitą gęstą masę.

**No a jak baza po 12 godzinach dojrzeje, to wówczas z tej „pralki Frani” przekłada ją pan do „pralki automatycznej” i dopiero wtedy zaczyna się kręcenie?**

Tak, określenie „kręcenie lodów” faktycznie wzięło się od frezera, który pierwotnie ustawiony był pionowo i mieszał masę lodową, żeby nie zamarzła. Podobnie jest dzisiaj, bazę wlewamy do frezera, który w ciągu 6 minut zamraża 12 kilogramów bazy, ale frezer cały czas ją miesza i dzięki temu lody nie zamarzają na kość.

**Potem lody przeżywają szok...**

Można tak to określić, bo z frezera przelewamy je do kувety, a tę wkładamy do szokownika, gdzie temperatura wynosi 36 stopni Celsjusza.

**A kiedy lody zyskują smaki?**

Kiedy baza mieszana jest we frezerze, dodaje się do niej orzechy, pistacje, owoce, czekoladę i inne dodatki najwyższej jakości, które sprawiają, że nasze lody rzemieślnicze mają tak doskonały smak.

**Nie obawia się pan, że zwiększająca się ilość osób z alergiami, skazami białkowymi, czy wegan, sprawi że tradycyjne lody rzemieślnicze będą miały coraz mniejsze powodzenie?**

Nie, nie obawiam się, bo dla nich mamy całą paletę lodowych sorbetów, czyli mrożonych owoców i soków, które są bardzo orzeźwiające – zwłaszcza mango, cytryna czy truskawka – doskonale smakują, a do tego mają śladową ilość kalorii i żadnych alergenów.

**Z tym brakiem kalorii, to tak całkiem nie wierzę, ale gdyby teraz miał pan mi po-**

**lecić jedną kulkę, to jaki smak by pan mi wskazał?**

Połowa maja to dla mnie tak naprawdę początek wakacji, a ten okres kojarzy mi się zawsze ze smakami truskawek i szparagów. I właśnie lody szparagowe szczególnie polecam. To nowy smak w naszej ofercie, chcemy nim pokazać, że za chwilę rozpocznie się lato, a te warzywne lody są dla mnie obietnicą wakacji.

**Na koniec muszę jeszcze zapytać – gdzie można nabyć pańskie lody rzemieślnicze?**

Nasze lody są dostępne w poznańskich piekarniach „NATURA” oraz w cukierniach „Hanna Piskorska”. Warto podkreślić, że mamy też ofertę dla tych, którzy chcą zabrać lody do domu. We wszystkich punktach sprzedajemy je w pojemnikach 300ml oraz w styropianowych termosach o pojemności 500 i 1000 ml. Można więc nasze lody zabrać do domu czy na imprezę i tam się nimi delektować,

a jakby ktoś planował większą imprezę, to można u nas wypożyczyć wózek z lodami i zadziwić wszystkich gości.

**Ostatnie pytanie – jakie ma pan plany wakacyjne?**

Wakacje najbardziej lubię spędzać na południu Europy, w śródziemnomorskich klimatach i tak pewnie będzie także w tym roku. Podczas wakacji jednak nie próżnuję, a traktuję je jako takie wyjazdy studyjne. Poznaję nowe smaki, zdobywam nowe przepisy, fotografuję potrawy i sposoby ich podawania, żeby potem zastosować je w naszych produktach, byśmy zawsze mogli oferować najlepsze, najzdrowsze i najsmaczniejsze przekąski, desery czy nowości piekarnicze, które stanowić będą ucztę nie tylko dla podniebienia ale także dla oczu.

**Bardzo dziękuję za rozmowę.**



Monika Walusiak

# Lokalnie, ekologicznie... ZDROWO

W ciągu kilku ostatnich lat zdrowe żywienie stało się tematem bardzo popularnym. W przestrzeni publicznej nie brak specjalistów czy influencerów, którzy zajmują się tym zagadnieniem i próbują przekonać rzesze Polaków, że warto zadbać o to co i jak jedzą. Z każdym rokiem wzrasta bowiem świadomość konsumentów i ich większa dbałość o wybór produktu.

zdjęcie: dvoevnore / Adobe Stock

Według raportu przeprowadzonego przez Kukulę Healthy Food z 2020 roku, aż 60% Polaków uważa, że odżywia się zdrowo, a 47% badanych deklaruje, że zmieniło swoje nawyki żywieniowe w przeciągu ostatnich dwunastu miesięcy. Z całą pewnością do takich wyników przyczyniła się też pandemia koronawirusa. Stan naszego zdrowia, które w dużej mierze zależy również od tego jak się odżywiamy, stał się istotnym problemem społecznym. Teraz bardziej niż kiedykolwiek zależy nam na tym, żeby być zdrowym, odpornym, mniej podatnym na infekcje i wirusy. Nie bez znaczenia jest też diametralna zmiana przede wszystkim naszego trybu życia. Praca zdalna, ograniczenie spotkań towarzyskich i aktywności fizycznej przez ostatnie miesiące czy tendencja do robienia zakupów online sprawiły, że mamy więcej czasu. To także moment, kiedy wielu

z nas zaczęło zastanawiać się nad naszymi wyborami konsumpcyjnymi i bardziej dbać o zdrowie nasze i naszych bliskich.

Zdrowe odżywianie nie powinno być jednak rozpatrywane w kontekście mody czy trendu, a raczej koniecznego do podążania kierunku. Należy wziąć pod uwagę jak diametralnie zmieniła się ludzka dieta na przestrzeni ostatnich 100 lat. Przyzwyczajenia żywieniowe i dieta ludzi żyjących pod koniec XIX wieku znacznie odbiegały od tego, co znamy współcześnie. Dawniej w prosty sposób można było nabawić się chorób związanych z nieszczęciem się zębów czy kości, co swoje konsekwencje miało w nieodpowiedniej diecie. XX wiek natomiast zapoczątkował wynalezienie nie tylko procesów konserwacji żywności, ale też ich alternatywnych metod wytwarzania. Pędzący postęp technologiczny przy-

czynił się również do powstania innych wynalazków: syntetycznych nawozów, pestycydów, herbicydów. Na przestrzeni ostatnich 50 lat zaczęto na masową skalę dodawać do produktów spożywczych syropu kukurydzianego czy innych szkodliwych zamienników. Nie bez znaczenia jest też wprowadzenie z końcem wieku norm unijnych, które często legalizowały dodatki wcześniej niewystępujące lub bardzo rzadko stosowane.

Oczywistym wydaje się więc, że ewolucja nie miała szansy przystosować człowieka do takich zmian i wykształcić odpowiednich mechanizmów w tak krótkim czasie. Dlatego też – co potwierdzają badania z 2020 roku – większość Polaków cierpi na niedobory składników mineralnych, takich jak wapń, magnez, potas i cynk oraz witamin (głównie B, D i E). Wynika to z faktu poddawania spożywanych przez nas produktów działa-



niu różnych czynników chemicznych, powszechności GMO czy hodowaniu zwierząt i roślin w sztucznych warunkach, przez co nie są one tak bogate w składniki odżywcze, jak mogłyby być. Dlatego warto zastanowić się nad swoimi nawykami konsumpcyjnymi. Wybór produktów regionalnych z hodowli ekologicznych, prowadzonych na niewielką skalę i przy użyciu lokalnych składników jest nie tylko dobry dla człowieka, ale i dla środowiska. Powodów tego jest kilka. Po pierwsze, żywność produkowana lokalnie, tuż obok nas pokonuje dużo mniej tzw. mil spożywczych (food miles) niż ta wytwarzana na skalę globalną, co w znacznym stopniu ogranicza emisję gazów cieplarnianych. Po drugie, małe, lokalne gospodarstwa zużywają zazwyczaj dużą mniejszą ilość chemii i używają mniej konserwantów, a także nie ograniczają bioróżnorodności na

swoim terenie i nie przyczyniają się tak bardzo do masowego zużycia plastiku. Dodatkowo, spożywanie większej ilości nieprzetworzonych produktów, w tym warzyw i owoców, podnosi naszą odporność, niweluje w naszym organizmie rakotwórcze wolne rodniki i reguluje poziom cholesterolu i cukru we krwi.

Misją Zbigniewa Piskorskiego – właściciela Piekarni Natura – od początku istnienia firmy było edukowanie klientów i podnoszenie świadomości żywieniowej. Wszystko to przyczyniło się w znacznej mierze do tego, że dział rozwoju od wielu miesięcy poszukuje produktów lokalnych i ekologicznych, aby móc zaproponować wartość dodaną do dobrego i zdrowego pieczywa. Od przeszło roku piekarnia współpracuje z kilkudziesięcioma lokalnymi producentami i dostawcami, aby klienci Natury mieli możliwość zakupu wysokiej jakości produktów spożywczych. Staraliśmy się cały czas poszerzać nasz asortyment, choć już teraz jest on bogaty – od kiszonek, przez nasiona, zupy, pasty, na zdrowych słodyczach kończąc. Chcemy, by naszej piekarni przyświecała idea ekologicznego i zdrowego trybu życia. Każdy z naszych produktów próbujemy i polecamy, mając nadzieję, że dzięki temu przyczynimy się do choć odrobinę lepszego życia.

W swojej ofercie zwracamy też uwagę na popularny obecnie kierunek przejścia na dietę wegetariańską. Według cytowanego już raportu Kukuła Healthy Food już 10% Polaków stosuje dietę bezmięsną, a 4% z nas jest weganami. To ogromny segment klientów, którym również mamy do zaproponowania szeroki asortyment produktów od dostawców takich chociażby jak Wegesiostry, Bezmięсны czy Vege Smak. Poza tym czujemy, że produkty te mogą spodobać się także tym z naszych Klientów, którzy na diecie wegetariańskiej nie są.

Jakie są zatem główne zasady, jakich warto przestrzegać, by móc rzeczywiście powiedzieć: „Jem zdrowo”? Specjaliści wskazują na kilka elementów naszej diety. Po pierwsze, warto jest ograniczyć

(ale nie wykluczyć!) spożycie soli, gdyż jej nadmiar może prowadzić do wielu powikłań zdrowotnych, jak chociażby powstania nadciśnienia. Należy też odżywiać się regularnie – 5 posiłków dziennie to konieczność, 6 – ideał. Pamiętajmy, by jeść produkty, które są jak najmniej przetworzone, a warzywa z ekologicznych upraw powinny stanowić bazę naszej diety. Podobnie zresztą sprawa ma się z nabiałem, który jest obecnie dość kontrowersyjnym tematem. Warto, aby ten, który spożywamy, był wysokiej jakości i najlepiej w postaci ukwaszonej. Mleko marketowe dobrze jest zatem zastąpić na przykład mlekiem roślinnym, chociażby tym od Mlecznych Braci.

Należy też pamiętać, że nie tylko odpowiednie jedzenie jest istotne dla naszego samopoczucia i zdrowia. Równie ważny jest regularny ruch, nawet w postaci porannej gimnastyki, spaceru, czy wycierania kurzy oraz odpowiednia ilość snu. Trzeba też zadbać o swoje zdrowie psychiczne, a w razie potrzeby nie bagatelizować objawów i zgłosić się po pomoc.

Żyjemy obecnie w ciężkich i trudnych czasach. Nasze wybory, także te konsumpcyjne, mogą i często wywołują efekt domina. Każdy z nas jest odpowiedzialny za siebie, bliskich, ale też środowisko i planetę w ogóle. Można by tu wspomnieć główną oś fabularną popularnego serialu Netflix'a – „Dobre Miejsce”, gdzie przedstawione było życie po śmierci. Wszyscy bohaterowie trafiali do „Piekła” (jakkolwiek je rozumieć) w związku z istnieniem systemu, który przeliczał ich wybory życiowe na punkty, a wyniki zawsze były niskie, gdyż nawet kupując pojedynczą rzecz w sklepie przyczyniali się właśnie do powstawania chociażby śladu węglowego, a zatem szkodzili innym.

Miejmy nadzieję, że to tylko dramatyczna wizja, a każdy z nas, małymi krokami, jest w stanie zadbać o siebie i planetę. Postaramy się pomóc Państwu w dokonywaniu odpowiednich wyborów, dbając i poszerzając ekologiczny asortyment naszych Piekarni.

Partner magazynu

**POZnań\***.travel  
POZNAŃSKA LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA

Piotr Basiński

# Przygoda w zasięgu ręki

Mikrowyprawy, czyli krótkie wycieczki i poznawanie najbliższej okolicy, w ostatnim czasie systematycznie zdobywają nowych fanów. Wszystko wskazuje na to, że najbliższe lato będzie należeć właśnie do nich!

*Nad Jeziorem Góreckim w Wielkopolskim Parku Narodowym  
(fot. Piotr Łysakowski)*

## Atrakcje pod chmurką

Jeśli chcesz ruszyć na spotkanie przygody, wśród starych willi Puszczykowa znajdź Muzeum Arkadego Fiedlera. Wokół domu podróżnika rozciąga się niezwykle ogród pełen egzotycznych rzeźb, w którym zakotwiczył... żaglowiec Krzysztofa Kolumba. Niesamowitych wrażeń dostarcza też wizyta w Skansenie Pszczelarstwa w Swarzędzu, gdzie stoją ule w kształcie misia, grajka i poznańskiego ratusza. Kto nie był, niech koniecznie odwiedzi Park Dzieje w Murowanej Goślinie. Tamtejsze widowisko Orzeł i Krzyż to największy nocny spektakl historyczny w Polsce!

## Dzieciaki w akcji

Spacer w koronach drzew to jedna z licznych atrakcji DELI Parku. Żywe lekcje historii oferuje Skansen Miniatur Szlaku Piastowskiego. Tuż obok wznosi się Gród Pobiedziska – warownia słynąca ze strzelają-

cych machin oblężniczych. Mapa, zagadki i skrzynia skarbów – to nie opis przygód Indiany Jonesa, tylko Wielkopolskie Questy – gry turystyczne dla małych i dużych.

## Skarby natury

Prawdziwym leśnym klasykiem jest Wielkopolski Park Narodowy. Swoją zasłużoną sławę zawdzięcza takim miejscom, jak malownicze jezioro Kociołek albo trasa wzdłuż Jeziora Góreckiego. Na szczególną uwagę zasługuje Mosińska Kolej Drezynowa, czyli mobilna siłownia na torach. Miłośników pięknych roślin przyciąga Arboretum Kórnickie, a wizytę warto połączyć ze spacerem po urokliwej promenadzie. Na fanów bardziej kameralnych miejsc czeka Arboretum w Zielonce, ukryte w samym sercu puszczy. W kolejce czekają dolina Warty, Dęby Rogalińskie czy jeziora – wakacyjnych atrakcji wokół Poznania z pewnością nie zabraknie!



Mosińska Kolej Drezynowa (fot. Grażyna Grasa Nowacka)



Kopie rzeźb z Nowego Świata w Muzeum Arkadego Fiedlera w Puszczykowie (fot. Piotr Basiński)



Skansen Miniatur Szlaku Piastowskiego (fot. Michał Adamczyk, Klaster Turystyczny Szlak Piastowski w Wielkopolsce)



Strzelanie z kuszy wałowej w Grodzie Pobiedziska (fot. Michał Adamczyk, Klaster Turystyczny Szlak Piastowski w Wielkopolsce)

Olaf Kwapis

## Moja smaczna Italia

# Apetyt na Rzym

*Karczochy czy puntarelle? A może carbonara lub trippa alla romana? Niezależnie od wyboru możemy być pewni jakości składników oraz zaskakujących zestawień smaków i aromatów.*

*Kochamy włoską kuchnię, bo jest prosta, świeża i dobrze przyprawiona. Włosi potrafią tę miłość podsyć wybornie – lampka wina, woda mineralna, lody, melodia włoskiej mowy...*

*I oto już przez całe życie tęsknić będziemy za Południem.*

Rzym, mimo wyjątkowej pozycji historycznej, nie zdominował mapy gastronomicznej Italii. Każdy z jej regionów ma swoją odrębną tradycję kulinarną. W kuchni dzisiejszej stolicy zjednoczonej Italii uformowały się trzy różne stoły: ludowy, arystokratyczny (znany głównie z praktyki biesiadowania „czarnej arystokracji”) i żydowski.

Różnice we włoskiej diecie są wynikiem społecznej hierarchii i działających w niej mechanizmów wykluczenia oraz izolacji. Już od starożytności Rzym dbał jednak o swoich obywateli – zapewniał nie tylko igrzyska, ale też stałą aprowizację, spławiając zboże łodziami z portu morskiego w Ostii w górę Tybru, do centrum miasta.

Dlatego potrawy mieszkańców ulubionego współcześnie przez turystów Zatybrza (*Trastevere*) czy robotniczej dzielnicy Testaccio oparte były głównie na cieście makaronowym (*pasta*), pomidorach, czosnku, oliwie, pietruszce oraz garści dostępnych akurat dodatków, w tym utartego sezonowanego sera – parmezanu (*parmigiano*), a najlepiej *pecorino romano*.

Jeśli w menu ludu rzymskiego pojawiało się mięso, było ono zazwy-

czaj podlejszego gatunku, tak jak flaki po rzymsku (*trippa alla romana*). Lepsze sztuki trafiały na stoły arystokratyczne. Dlatego z pracującymi ciężko rzymskimi węglarzami (inni twierdzą, że z górnikami z Umbrii) łączymy carbonarę – sycące spaghetti, którego sos przyrządzano z tłustego podgardla, pieprzu i jajek.

Kuchnia rzymska nie istnieje bez uprawianych w okolicy warzyw, takich jak karczochy, małe brokoły, bób, drobne cukinie i ich kwiaty, rzepa liściasta i różne odmiany cykorii. Specjalnością całego regionu Lacjum, jest podawana na surowo (niegdyś chwast porastający przydrożne rowy), cykoria podróżnik (*cicoria asparago*), która jako *puntarelle alla romana* przybiera na talerzu kształt wąskich, silnie kręcących się strużyn, ostro przyprawionych czosnkiem, oliwą, białym octem winnym i anchois. Chrupiące pędy nie mają sobie równych.

Naturalne smaki lodów i sorbetów, aromat mocno palonego espresso, szorstkość białego, lekkiego wina z pobliskiego Frascati, harmonijnie dopełniają rozkosz podniebienia. Nie pozwalają już nigdy zapomnieć o apetycie na Rzym.



**Dr Olaf Kwapis** to historyk sztuki, absolwent Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, stypendysta La Fondazione Sbranti (Universita di Pisa), adiunkt w Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie, badacz średniowiecznej i nowożytnej sztuki włoskiej, organizator europejskich podróży edukacyjnych. Autor książek i audycji radiowych na temat Rzymu.





ciasto na  
włoską pizzę  
cena: 4,90 zł

HITY LATA!

wytrawne  
quiche  
różne smaki  
cena: 9,90 zł



zdjęcie: Martyna Szelaąg

# HITY LATA!

mini  
bagietka  
cena: 1,60 zł



drożdżówka  
z budyniem  
cena: 2,70 zł



chleb  
bawarski  
z czarnuszką  
cena: 11,90 zł



hummus  
marchewkowy  
cena: 5,60 zł



tarteletka  
owocowa  
z budyniem  
cena: 4,50 zł



pasta  
bakłażanowa  
z suszonymi  
pomidorami  
cena: 5,40 zł



bułka  
kajzerka  
cena: 0,60 zł



ogórki  
małosolne  
cena: 9,90 zł



chleb  
zakopiański  
z makiem  
cena: 3,40 zł



wegański  
ser na grilla  
cena: 12,90 zł



jogurt  
z musli  
lub z mango  
cena: 7,90 zł



jagody  
goji  
cena: 6,50 zł



Good Taste Production

# Letnie Brzmienia w Parku Starego Browaru w Poznaniu

Tego lata w Parku Starego Browaru ponownie zagości cała rzesza najpopularniejszych polskich artystów estradowych. Serdecznie zapraszamy do wzięcia udziału w odbywającym się od czerwca do końca sierpnia cyklu koncertów Letnie Brzmienia.

**Letnie BRZMIENIA  
W POZNANIU**

25.06   KWIAT JABŁONI	2.07   KRZYSZTOF ZALEWSKI	3.07   BITAMINA + VITO BAMBINO + MIETHA	9.07   SANAH	
16.07   MERY SPOLSKY	17.07   BRODKA	30.07   KARAŚ/ROGUCCI	31.07   JULIA PIETRUCHA	6.08   LEMON
7.08   KUBA BADACH	13.08   NOSOWSKA	20.08   MROZU	21.08   JAZZ BAND MEYNARSKI-MASECKI	
27.08   ANIA DĄBROWSKA	28.08   PAWEŁ DOMAGAŁA	WIĘCEJ WKRÓTCE!		

**PARK STAREGO BROWARU**

WSPARCIEM ZE STRONĄ FUNDUSZU PRZECIWDZIAŁANIA COVID-19

To lato, jak i poprzednie, znowu będzie trochę inne, chociaż powoli widać światełko w tunelu i powrót do normalności. Mimo to, na pewno ponownie zweryfikujemy nasze plany urlopowe i mniej z nas odwiedzi dalekie zakątki świata, przynajmniej jeszcze w tym roku.

Całe szczęście, władze miast niezmiennie oferują nam całkiem sporą gamę najróżniejszych wydarzeń, w których mamy możliwość wziąć udział nie ruszając się praktycznie poza miasto. Nie inaczej będzie tego lata w Poznaniu. Znoszenie obostrzeń pandemicznych umożliwia organizację niektórych długo wyczekiwanych eventów, jak chociażby, odbywający się już po raz drugi na terenie Parku Starego Browaru, cykl koncertów Letnie Brzmienia.

W tym roku na scenie usłyszymy największe gwiazdy polskiej muzyki popularnej. Poznań odwiedzi chociażby Krzysztof Zalewski, promujący swoją nową płytę „Zabawa”, Sanah z bijącą rekordy popularności piosenką „Ale Jazz” czy

Bilety na pojedyncze wydarzenia, jak i karnet na wszystkie koncerty można zakupić na stronie [www.eventim.pl/letniebrzmienia](http://www.eventim.pl/letniebrzmienia).

Letnie Brzmienia zorganizowane są z zachowaniem obowiązujących zasad bezpieczeństwa. Wszelkie informacje o nakazach i zaleceniach są aktualizowane na stronach.

zespół Kwiat Jabłoni, który dopiero co nakręcił w naszym mieście niezwykle oryginalny teledysk do piosenki „Przezroczysty świat”. Oczywiście to dopiero początek całej plejady znakomitych artystów. W tym roku na terenie Starego Browaru zaśpiewa też Monika Brodka, Kasia Nosowska czy Paweł Domagała. Dokładny harmonogram koncertów można sprawdzić na stronie internetowej lub Facebooku organizatora. Wydarzeniu będzie też towarzyszyć bogata oferta gastronomiczna i mnóstwo innych atrakcji i dla najmłodszych, i tych trochę większych. Zachęcamy do wzięcia udziału w święcie muzyki, jakim są Letnie Brzmienia – przecież wszyscy stęskniliśmy się za chwilą wytchnienia i relaksu.

Paweł Cieliczko

# Obrona dżungli przed ludźmi czy wyprawa do krainy Jungle Jo

**Wielka podróż Koko** autorstwa Bartka Wokana to historia młodego orangutana - Koko, który wyrusza w swoją pierwszą wielką podróż, w trakcie której spotyka mnóstwo nowych przyjaciół.



Cała przygoda rozpoczyna się od rozległego i nieznanego hałasu, który wzbudza niepokój w zwierzętach zamieszkujących dżunglę. Dźwięk ten od razu przykuwa uwagę Koko, który od zawsze był ciekawy świata, szczególnie pamiętając słowa taty, że „nieznane nie musi oznaczać złe”. Dlatego bez zastanowienia rusza w kierunku dochodzących odgłosów. Kiedy dociera na miejsce zauważa ludzi, wycinających drzewa i wrywających wszystko, co spotykają na drodze. Przerażony tym, co ujrzał wraca do dżungli i dociera na zebranie zwierząt, które decydują, co jest dla nich najlepsze – obrona swojej dżungli przed ludźmi czy wyprawa do krainy Jungle Jo, gdzie zwierzęta są szczęśliwe. Tata Koko – Ukto – zdecydowany jest, aby wraz ze swoją rodziną opuścić dżunglę i wyruszyć do nowego świata. Jednakże przez splot niespodziewanych zdarzeń losy małego Koko przebiegają zupełnie inaczej... To piękna, edukacyjna bajka, która zainteresuje nie tylko dzieci, ale i rodziców. Polecamy!

**Wielka podróż Koko** już w wakacje w wybranych księgarniach i na stronie [www.drugastronapoznania.pl](http://www.drugastronapoznania.pl)

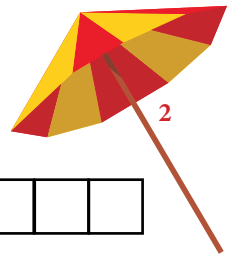
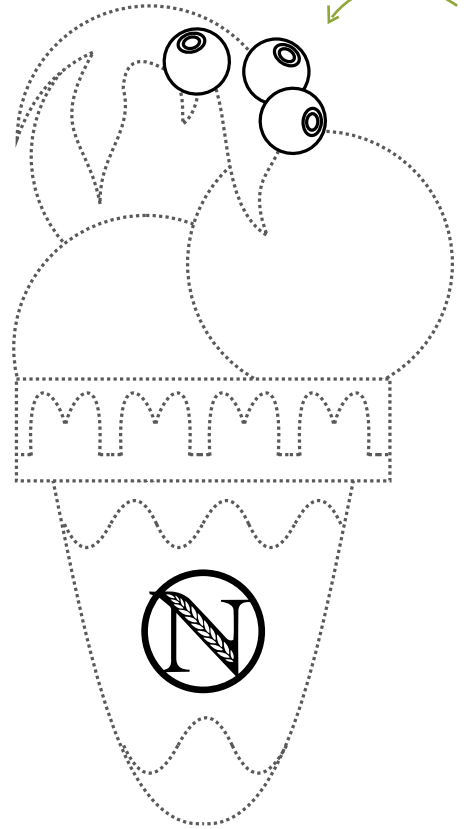
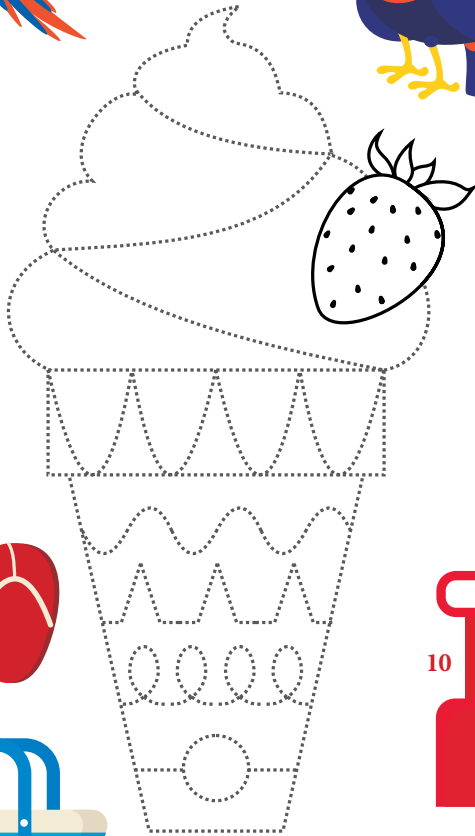
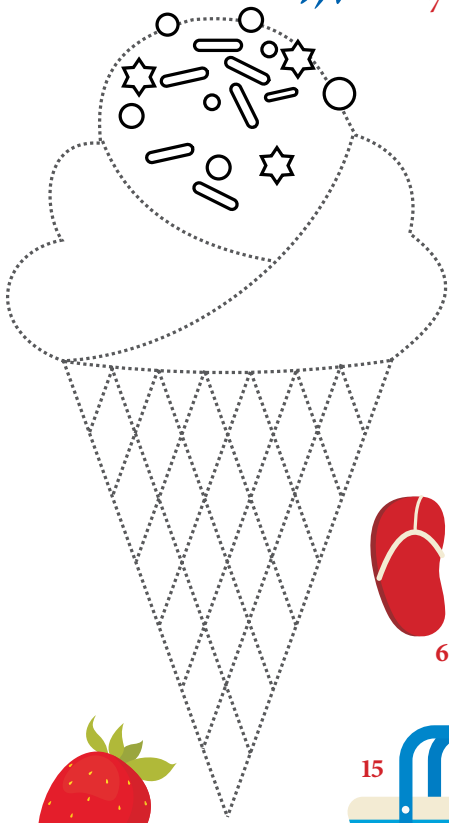
Fala wyrzuciła z morza 12 rozgwiazd.  
Czy możesz je wszystkie odszukać?

Małgrzata Dobb

### Lodowy obraz

Ja lubię jadać lody  
Nie tylko dla ochłody.  
Gdy lodowy czuję smak  
Zmienia się mój cały świat.  
Czasem z wafla coś spadnie  
Bluzkę uplami ładnie.  
Piękny obraz powstanie.  
Nim powiem o tym mamie  
Plama zmieni się w kwiatek  
Albo piracki statek,  
Co pływa poprzez fale  
Zanim zniszczy go pranie.

Obrysuj lody i pokoloruj je



A crossword puzzle grid with numbered starting points. The grid contains yellow squares indicating where to write the answers. The numbers are: 1 (horizontal), 2 (vertical), 3 (horizontal), 4 (horizontal), 5 (horizontal), 6 (horizontal), 7 (vertical), 8 (horizontal), 9 (horizontal), 10 (horizontal), 11 (vertical), 12 (horizontal), 13 (horizontal), 14 (horizontal), 15 (horizontal).

Wpisz nazwy wakacyjnych symboli i odczytaj rozwiązanie z żółtych pól.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

Gatka lodów za złotówkę dla osób, które przyniosą do sklepu Piekarnia Natura kupon z prawidłowo wypełnionym hasłem!



# NATURA

PIEKARNIA

2002

## Piekarnia-Cukiernia "Natura"

---

CH Avenida  
Ul. Stanisława Matyi 2  
61-586 Poznań  
Telefon: 603 426 099

Dworzec PKP  
Ul. Dworcowa 1  
61-801 Poznań  
Telefon: 616 333 353

Ogrody  
Pl. L. Waryńskiego lok.13  
60-578 Poznań  
Telefon: 616 631 242

CH Panorama  
Ul. Górecka 30 lok.P-4  
60-201 Poznań  
Telefon: 616 633 639

Jeżyce  
Ul. Kościelna 48  
60-538 Poznań  
Telefon: 601 997 203

Wichrowe Wzgórze  
Os. Wichrowe Wzgórze 121 lok.17-18  
61-699 Poznań  
Telefon: 616 303 959

Starołęka  
Ul. Starołęcka 235  
61-341 Poznań  
Telefon: 618 704 301

Galeria MINI Kamionki  
Ul. Poznańska 150 lok.1  
62-023 Kamionki  
Telefon: 616 490 801

Kaufland Swarzędz  
Ul. Polna 24  
62-020 Swarzędz  
Telefon: 618 538 420

ETC Swarzędz  
Ul. Poznańska 6  
62-020 Swarzędz  
Telefon: 698 915 379

Kaufland Oborniki  
Ul. Młyńska 7  
64-600 Oborniki  
Telefon: 668 654 258

Murowana Goślina  
Ul. Nowy Rynek 20  
62-095 Murowana Goślina  
Telefon: 607 803 824

Koziegłowy  
Osiedle Leśne 21  
62-028 Koziegłowy  
Telefon: 601 367 827

Puszczkowo Dworcowa  
Ul. Dworcowa 29/e  
62-040 Puszczkowo  
Telefon: 602 196 427

Puszczkowo Poznańska  
Ul. Poznańska 75  
62-040 Puszczkowo  
Telefon: 500 324 661

Auto Sklep  
Skrzyżowanie ulic  
Dukielska/Strzeszyńska  
60-476 Poznań  
Telefon: 607 817 231

## Cukiernia HP Piskorska

---

Ul. Paderewskiego 11  
61-740 Poznań  
Telefon: 618 510 991

Os. Jagiellońskie 130  
61-223 Poznań  
Telefon: 618 752 127

Os. Kosmonautów 104/2  
61-641 Poznań  
Telefon: 618 280 991

CH King Cross  
Ul. Bukowska 156  
60-189 Poznań  
Telefon: 618 860 267

Ul. Dąbrowskiego 33  
60-842 Poznań  
Telefon: 618 436 290

Os. Przyjaźni 125C  
61-686 Poznań  
Telefon: 618 136 530

## Piekarnia-Cukiernia "Natura Cafe"

---

Mosina  
Pl. 20 października 8  
62-050 Mosina  
Telefon: 618 136 212

## Social Media

---

[www.piekarnia-natura.pl](http://www.piekarnia-natura.pl)  
[www.cukiernia-piskorska.pl](http://www.cukiernia-piskorska.pl)

IG: @piekarnia\_natura  
FB: Piekarnia-Cukiernia „Natura”