

# HOROSKOP

## Motto na nadchodzący tydzień

*Wielkanoc jest jak ludzka droga - nikogo nie omijają Wielkie Piątki smutku, Wielkie Soboty nadziei, Wielkie Niedziele radości...*

### BARAN

21 marca - 20 kwietnia

Bardzo chcesz brać wszystkie sprawy w swoje ręce, ale w tym tygodniu coś może zaskoczyć Cię na przeskocznie. Jednak dzięki pozytywnemu układowi gwiazd szybko rozwiążesz problem i będziesz mógł dalej działać i przygotowywać się do świąt, koniecznie według planu, bo jak wiadomo - lubisz planować. Pamiętaj, że czas na spanie też trzeba znaleźć, bo zakwane noce mogą się dać we znaki i objawiać w postaci niepotrzebnych frustracji... Miłość - nie psuj. Finanse - przedświąteczna gorączka?

### BYK

21 kwietnia - 20 maja

Najwyższy czas przygotować się, przede wszystkim duchowo, do Wielkanocy. Może warto właśnie teraz zwolnić i przemyśleć pewne sprawy, by potem spokojnie zasiąść przy świątecznym śniadaniu, koniecznie z najbliższymi... Mimo ogólnego natłoku zajęć uda Ci się jeszcze dopiąć na ostatni guzik zadanie, na którym Ci bardzo zależało. Miłość - wskazane wyciszenie. Finanse - oczekiwania na wielkanocnego zajęczka?

### BLIŹNIĘTA

21 maja - 21 czerwca

Ostatnio dobrze Ci idzie robienie porządków w głowie i myślach, to najważniejsze, ale... może zwłaszcza teraz, gdy na horyzoncie Wielkanoc, warto zrobić też porządek w swoim otoczeniu i wyrzucić kilka niepotrzebnych „gratów”? To też potrafi dobrze wpłynąć na psychikę - przecież codzienne otoczenie ma na nas duży wpływ. Miłość - nie przejmuj się drobnostkami. Finanse - stopniały razem z zimowymi śniegami.

### RAK

22 czerwca - 22 lipca

Będziesz tak zabiegany i zaaferywany pewnymi sprawami, że mogą



Ci umkną daty w kalendarzu... Np. święta Wielkiejnocy... Czas na chwilę się zatrzymać, pozwolić sobie na zadumę. A może i warto przejść się z najmłodszymi ze święconką? Jeśli chodzi o koniec tygodnia w pracy, nie pozwól, by ktoś podejmował decyzje za Ciebie, zwłaszcza jeśli masz zdecydowanie i pewność. Miłość - wiosenny wiatr przyniesie zmiany. Finanse - lepiej.

### LEW

23 lipca - 23 sierpnia

Bardzo dobrze, że już teraz zacząłeś się przygotowywać do jakże ważnych świąt, nie tylko ciałem, ale i duchem. Będziesz miał dzięki temu więcej czasu na odwiedzinach u rodziny i znajomych, na co często brakuje sił, po ciężkim tygodniu w pracy. W czwartek wypatruj kuriera albo listonosza, będzie miał dla Ciebie ważną przesyłkę. Miłość - daj się przekonać tylko, jeśli wiesz, co robisz. Finanse - świąteczne wydatki.

### PANNA

24 sierpnia - 22 września

Malowanie pisanek, robienie wielkanocnych, radosnych stroików i tworzenie domowego, świątecznego klimatu to Twój żywioł. W tym roku także nie zapomnij, by obdarzyć najbliższych (i siebie samą) ciepłem związanym z tym niezwykłym świętem. W pracy spokojnie, będziesz miała czas, by zając się zaległym projektem, ale pamiętaj, by działać metodycznie i z rozwagą. Miłość - wiosenna łagodność. Finanse - na dwoje babka wróżyła.

### WAGA

23 września - 23 października

Nie od dziś wiadomo, że bywasz zdecydowaną przeciwniczką dużych rodzinnych spotkań, postaraj się, aby te święta miały dla Ciebie szczególnie wymiar, także ten duchowy. To dobry czas, by przemyśleć pewne sprawy, niezależnie od podejścia. Każdemu z nas potrzebny jest czas wyciszenia i radości. No i nie zapomnij o lanym poniedziałku! Warto obudzić w sobie dziecko, a i dobrze podtrzymać tę tradycję. Miłość - jeszcze więcej pozytywów! Finanse - nie płacz nad rozlanym mlekiem (zwłaszcza że w lodówce masz drugie...).

### SKORPION

24 października - 21 listopada

Mimo wielu spraw, z którymi przyjdą do Ciebie znajomi i współpracownicy, poczujesz przestój i znużenie. Będziesz miał też ochotę chwilę odpocząć, zająć się czymś, co Cię relaksuje, wrócić do odłożonej książki, na którą ostatnio nie miałeś czasu... Może zbliżająca się Wielkanoc pomoże Ci trochę unormować tryb dnia i pracy. Warto, byś w święta odwiedził najstarszych w rodzinie, na pewno sprawisz im tym wielką radość. Miłość - ciekawość czy wścibstwo? Finanse - mimo świątecznych wydatków nie ma powodów do obaw.

### STRZELEC

22 listopada - 21 grudnia

Mimo chłodnej, ale jednak rozkwitającej wiosny będziesz przynębiony i zabraknie Ci sił i chęci do działania. Nie ma innej rady - czasem trzeba po prostu zakasać rękawy i iść do przodu, walczyć ze swoimi demonami różnymi metodami. Jeśli jedno zawodzi, spróbuj innych i nie bój się o tym rozmawiać z przyjaciółmi. Postaraj się, by tegoroczna Wielkanoc była dla Ciebie wyjątkowa i pozwól, by przyniosła Ci spokój i ukojenie. Miłość - zaprosz ją do siebie. Finanse - łatwo być dobrej myśli, kiedy nie ma problemów...

### KOZIOROŻEC

22 grudnia - 20 stycznia

Będziesz pełen energii i z kopyta zabierzesz się za wielkanocne przygotowania. Pozwól sobie, by także ten przedświąteczny czas był dla Ciebie wyjątkowy, spokojny i radosny. Postaraj się nie skupiać na porządkach i zakupach, a poświęć czas bliskim i sobie. Przyjrzyj się budzącej się wokół przyrodzie, ciesz się nawet najdrobniejszymi rzeczami. Miłość - zrezygnuj z kontroli, daj się rzeczom dziać. Finanse - zrób coś dla siebie.

### WODNIK

21 stycznia - 19 lutego

Będziesz wyjątkowo „wiosennie” nastawiony, niewykluczone, że pojawią się u Ciebie motyle... w brzuchu - wiosna pełną parą! Pamiętaj jednak, by zachować dystans do pewnych sytuacji i nie działać impulsywnie, bo może to kogoś sponżyć. Wielkanoc postaraj się spędzić rodzinie, praca może, a nawet powinna poczekać. Miłość - łagodność, nie gwałtowność. Finanse - w święta nie myśl o złotówkach!

### RYBY

20 lutego - 20 marca

Będziesz miała sporo na głowie i przygotowania do Wielkanocy mogą Cię irytować i wyprowadzać z równowagi, zwłaszcza że postanowisz sobie, by wszystko było dopięte na ostatni guzik i wszyscy byli zadowoleni... Zastanów się jednak - czy o to w tym chodzi? Święta to nie impreza, to nie bal... Nie zapomnij o jakże ważnej duchowości związanej z tym szczególnym czasem roku. Miłość - znajdź w sobie spokój. Finanse - wiosenny rozkwit...

*Święt wiosennych, pełnych radości, ciepła i rodzinnych spotkań życzę*

Wasza wróżka

## W BIBLIOTECE O JEDZENIU



Pan Piotr Kaźmierczak, dobry dietetyk, zaproszony przez Bibliotekę w Doruchowie, przeprowadził pogadankę, jak powiedział, z bardzo miłymi paniami, o racjonalnym żywieniu codziennym.

Piotr Kaźmierczak przekazał istotne informacje z zakresu zdrowego żywienia. Mówił o tym, co zdrowe, a czego unikać, aby długo cieszyć się zdrowiem. Przypominał o potrzebie uprawiania sportu w każdym wieku. Wskazał na konieczność leczenia nadwagi, anoreksji i bulimii.

Między prowadzącymi a czytelniczkami wywiązała się swobodna rozmowa. Panie analizowały swój sposób odżywiania, zadawały pytania. Na zakończe-

nie czytelniczki zainspirowane słowami dietetyka, wypożyczyły książki poświęcone zdrowemu odżywianiu. Miłą atmosferę spotkania oraz rzeczową dyskusję zapewniły również zaserwowane smaczne przekąski. Kilka dni przed wydarzeniem Piotr Kaźmierczak udostępnił przepisy kulinarne skomponowane według zasad zdrowego żywienia i według nich zostały przygotowane posiłki, które były degustowane w czasie pogadanki. Potrawy dietetyczne cieszyły się dużym powodzeniem, a porady i przepisy dietetyka zapewne wpłyną na sposób codziennego żywienia czytelniczek.

L. Piasecka

**STUDNIE  
GŁĘBINOWE  
PRZEWIERTY  
POD  
DROGAMI**

**BRAUN  
BUDOWNICTWO  
OGÓLNE**

tel. 603 241 541

**SPECJALISTYCZNY  
GABINET  
ALERGOLOGICZNY**

dr n. med. Ewa Duczmal  
Specjalista alergolog i pediatra

**UWAGA!  
NOWY ADRES  
Wieluńska 1B**

Więcej szczegółów pod adresem  
[www.alergo-medica.pl](http://www.alergo-medica.pl)

tel. 603 857 030

**meble** Szczepańscy

**-10%**

**NA WSZYSTKIE MEBLE!**

Sklepy firmowe:  
Ostrzeszów, ul. Kolejowa 52  
tel. (62) 730 18 65  
e-mail: [sklepostrzeszow@wp.pl](mailto:sklepostrzeszow@wp.pl)  
facebook: Meble Szczepańscy  
Ostrów Wielkopolski  
ul. Wrocławska 22  
tel. (62) 735 18 52

**OFERUJEMY POMIAR, WIZUALIZACJĘ ORAZ DOWÓZ GRATIS!**

## PRZEWROTNIE O PRZYGOTOWANIACH DO ŚWIĄT

### 1. Nie myję okien, ponieważ...

...kocham ptaki i nie chcę, żeby jakiś uderzył w czystą szybę i zrobił sobie krzywdę.

### 2. Nie pastuję podłóg, ponieważ...

...boję się, że któryś z gości się poślizgnie i coś sobie złamie, a ja będę mieć wyrzuty sumienia. Do tego jeszcze mógłby mnie zaskarżyć.

### 3. Koty z kurzu są całkiem w porządku, ponieważ...

...dotrzymują mi towarzystwa. Ponadawałam im imiona, a one zgadzają się ze wszystkim, co mówię.

### 4. Pajączyny zostawiam w spokoju, ponieważ...

...wierzę, że każde stworzonko powinno mieć swój dom.

### 5. Porządki wiosenne odpuszczam, ponieważ...

...lubię wszystkie pory roku jednakowo i nie chcę, żeby reszta była zazdrośna.

### 6. Nie wrywam chwastów w ogrodzie, ponieważ...

...nie będę się przecież wtrącać w boskie sprawy. Bóg to projektant doskonały.

### 7. Nie chowam porozkładanych rzeczy, ponieważ...

...nikt ich potem nigdy w życiu nie znajdzie.

### 8. Kiedy robię imprezę, nie szykuję niczego wykwintnego, ponieważ...

...nie chcę, żeby goście się stresowali, co mają mi podać, kiedy idę do nich z wizytą.

### 9. Nie prasuję, ponieważ...

...wierzę etykietkom, na których napisano „nie wymaga prasowania”.

### 10. Niczym zupełnie się nie przejmuję, ponieważ...

...nerwusy umierają młodo, a ja mam zamiar jeszcze się tu pokręcić i zostać pomarszczonym, zrzedliwym starym przykiem!