

PODRÓŻ

Z PKP INTERCITY – NARODOWYM PRZEWOŹNIKIEM KOLEJOWYM

NR 14 / LIPIEC 2018

WPODROZ.COM.PL

ISSN 2544-1019



PORADNIK PODRÓŻNIKA

Rodzinne podróże
małe i duże

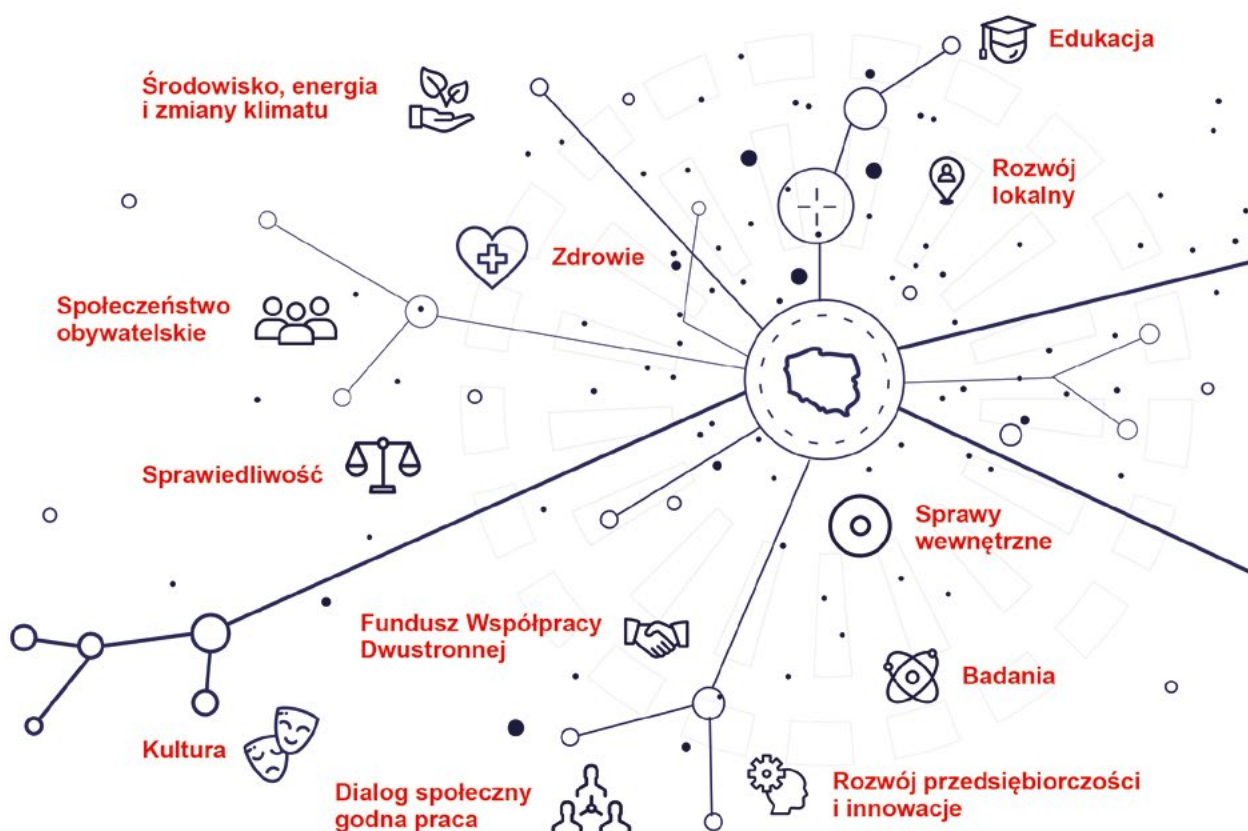
INTER INFO

Lokomotywy
biało-czerwone

MIEJSCA MAGICZNE

Opowieść
o łemkowszczyźnie

Wspólnie działamy na rzecz Europy zielonej, konkurencyjnej i sprzyjającej integracji społecznej.



Biegają, skaczą, tańczą, turlają się i kręcą. Gonią za piłką, grają w klasy, nurkują w jeziorze. Dzieci mają tyle energii, że zazdrości im jej niejeden dorosły. Warto wiedzieć, jak ukierunkować ją w odpowiedni sposób – mądrze zaplanowana aktywność może bowiem przynieść wiele korzyści. Ruch nie tylko wzmacnia ciało, hartuje i poprawia koordynację, lecz także uczy wytrwałości, zdrowej rywalizacji oraz umiejętności współpracy. Co więcej, doskonale uspokaja i wzmacnia pewność siebie! Powinien odgrywać ważną rolę nawet w życiu kilkulatek. Lato to doskonały moment, by zaszczepić w maluchach pasję i miłość do sportu. Podpowiadamy, na których imprezach dzieci będą mogły nie tylko kibicować sportowcom w profesjonalnych zawodach, ale też same wziąć udział w wyścigach i zdobywać pierwsze medale – przegląd wybranych przez nas wydarzeń dla całej rodziny znaleźć można na stronie 18.

Aktywne rodziny powinny również zerknąć do działu „Poradnik podróżnika”. W tym numerze rozwiewamy wszystkie wątpliwości, jakie wiążą się z wyprawą z najmłodszymi. Przede wszystkim zdecydowanie odpowiadamy na następujące pytanie: czy warto? Oczywiście, że tak! Wszak dobrze wiemy, że podróże kształcą – zadbajmy więc, by dzieci jak najwcześniej gromadziły cenne doświadczenia i poznawały jak najwięcej pięknych zakątków naszego kraju. A zatem – dokąd jedziemy w te wakacje?



Ewa Cieślik
Redaktor naczelna

PKP INTERCITY

LAUREAT



MAGAZYN POKŁADOWY PKP INTERCITY

Wydawca, realizacja SKIVAK, www.skivak.pl,
ul. Wieniawskiego 5/9, 61-712 Poznań

Redaktor naczelna Ewa Cieślik

Współpraca redakcyjna Karolina Rynasiewicz, Andrzej Skwarek,
Adriana Łączyńska (PKP Intercity)

Skład, DTP Michał Kulesza

Zespół redakcyjny Sylwia Kupczyk, Adam Horowski

Reklama Karolina Schuster, tel. +48 882 015 809, k.schuster@skivak.pl

Grafika na okładce Ola Szmida

Zdjęcia Shutterstock.com, mat. prasowe

Kontakt wpodroz@skivak.pl, wpodroz.com.pl

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń.
Rozpowszechnianie materiałów redakcyjnych bez zgody wydawcy jest zabronione.

PODRÓŻ

Z PKP INTERCITY – NARODOWYM PRZEWOŹNIKIEM KOLEJOWYM

NR 14 / LIPIEC 2018

WPODROZ.COM.PL

ISSN 2544-1019

Magazyn czytaj
również w wersji online

Więcej informacji na
WPODROZ.COM.PL

Śledź nas
na Instagramie



@wpodroz

Konkurs dla
czytelników!
Szczegóły
na stronie 69

INTER INFO

- 35 LOKOMOTYWY BIAŁO-CZERWONE
- 36 DWORZEC W BIAŁYMSTOKU – HISTORIA I NOWOCZESNOŚĆ
- 37 NOWOCZESNA KOLEJ PERSPEKTYWĄ DLA DOLNEGO ŚLĄSKA

KULINARNA MAPA

- 38 SMAKI ŚWIATA. COŚ NA ZĄB

LIFESTYLE

- 42 NAPRAWIAJ, NIE WYRZUCAJ!
- 44 CAMPING W STYLU GLAMOUR
- 48 SKATEBOARD, LONGBOARD CZY FISZKA?

KOLEJ NA KULTURĘ

- 64 TOUR DE POLOGNE – NARODOWY WYŚCIG NIEPODLEGŁOŚCI
- 66 FESTIWALOWE WAKACJE
- 68 ŚWIATOWE KINO Z INNEJ PERSPEKTYWY

CZAS NA RELAKS

- 72 LIPCOWE PREMIERY
- 73 MUZYCZNA LISTA OD KORTEZA

MAŁY PODRÓŻNIK

- 74 POMÓŻ ROBOTOWI NAŁADOWAĆ BATERIĘ



POCIĄGIEM DO

- 6 SUWAŁKI – BLUES NAD WODAMI CZARNEJ HAŃCZY
- 10 WAŁBRZYCH NA TAŚMIE FILMOWEJ
- 14 BRZEŚĆ – MIASTO GRANICY

POMYŚL NA WEEKEND

- 18 SPORTOWE LATO DLA CAŁEJ RODZINY

WYWIAD NUMERU

- 22 MIĘDZY PRACĄ A PASJĄ – PIOTR ROGUCCI

MIEJSCA MAGICZNE

- 26 OPOWIEŚĆ O LEMKOWSZCZYZNIE

CIEKAWOSTKI

- 30 KULTURA POLSKA NA ŚWIECIE



NA JĘZYKACH

- 50 JĘZYK W PODRÓŻY – LEMKOWSKI

OKO W OKO

- 52 RAJ NA ZIEMI

PORADNIK PODRÓŻNIKA

- 54 RODZINNE PODRÓŻE MAŁE I DUŻE

STREFA BIZNES

- 60 BIZNES PEŁEN KWIATÓW





SUWAŁKI BLUES NAD WODAMI CZARNEJ HAŃCZY

➡ MAGDALENA SPRENGER

W Suwałkach nie ma miejsca na nudę! Bogata, barwna historia tego miejsca, malownicze położenie, wielość dostępnych atrakcji oraz kuchnia pełna regionalnych pyszności – oto powody, dla których do miasta coraz liczniej ściągają turyści.



HISTORIA I ZABYTKI

WOJOWNICZY JAĆWINGOWIE

Dawno, dawno temu, w pierwszych wiekach średniowiecza, tereny Suwalszczyzny zamieszkiwał bałtyjski lud Jaćwingów, toczący nieustające boje z Polakami, Rusinami i Krzyżakami. Ta nierówna walka musiała zakończyć się przegraną Jaćwingów, po których istnieniu zachowały się nieliczne pamiątki. Jedną z nich są pozostałości grodu na Górze Zamkowej.

MNISI NAD JEZIOREM

W XVII wieku nad jeziorem Wigry osiedlili się kameduli. Zakon działał tu do XIX wieku – pracował, organizował jarmarki i prowadził założoną przez siebie szkołę. Dziś turyści chętnie odwiedzają barokowy kompleks klasztorny, zaglądają do kościelnych krypt i eremów (domków z celami zakonników) lub wspinają się na wieżę kościoła, by móc podziwiać roztaczający się stamtąd widok na jezioro.



NATURA

UROK CZARNEJ HAŃCZY

Przepływająca przez miasto Czarna Hańcza zaczyna bieg na Suwalszczyźnie, by ostatecznie połączyć swe wody z rzeką Niemną na Białorusi. W okolicach jeziora Wigry rozlewa się szeroko, tworząc idealne siedlisko dla ptactwa wodnego. W Czarnej Hańczy żyje aż 17 gatunków ryb.

Można tu także spotkać bobry, wydry, piżmaki, zimorodki, kormorany czarne oraz łosie.

Wspianą rozrywką jest jedno – lub kilkudniowy spływ kajakowy po tych malowniczych wodach.

ODPOCZYNEK WŚRÓD CISZY

Suwałki leżą pomiędzy Wigierskim Parkiem Narodowym a Suwalskim Parkiem Krajobrazowym. Co roku jeziora Wigry i Hańcza przyciągają miłośników natury oraz pasjonatów kajakarstwa i żeglarstwa. W parkach wytyczono liczne szlaki turystyki pieszej i rowerowej. Odwiedzający znikają pod koniec października, by ponownie pojawić się w grudniu i korzystać z narciarskich tras biegowych.



◀ Co roku jeziora Wigry i Hańcza przyciągają miłośników natury oraz pasjonatów kajakarstwa i żeglarstwa.



W KULTUROWYM TYGLU

Na bogactwo kulturowe Suwalszczyzny składają się zarówno tradycje polskie, jak i wschodnie, szczególnie litewskie. Jednym z przejawów tej różnorodności jest funkcjonujący do dziś kompleks zabytkowych cmentarzy z przepięknymi przykładami sztuki sepulkralnej. Znajdują się tu nagrobki katolików, ewangelików, staroobrzędowców, Żydów i Tatarów.

KULTURA

POCZUJ BLUESA

Sercem miasta jest ulica Chłodna. To tutaj toczy się życie. Można powłóczyć się wśród kramów ze sztuką ludową, posłuchać występów muzycznych czy obejrzeć któryś z ulicznych spektakli. Od dziesięciu lat każdego lipca odbywa się tu Suwałki Blues Festival. Z tym muzycznym świętem związana jest Aleja Gwiazd Bluesa, gdzie na chodnikowych płytach uwieczniono wybitnych uczestników poprzednich edycji festiwalu.





POCIĄGIEM DO

DLA DZIECI

NA TROPIE KRASNOLUDKÓW

Rodzice z małymi dziećmi z pewnością chętnie wybiorą się na wędrowkę szlakiem turystycznym im. Marii Konopnickiej „Krasnoludki są na świecie”. Specjalna mapa pomoże odkryć dziesięć brązowych figurek wykonanych według ilustracji Jana Marcina Szancera. Szlak przypomina, że właśnie w Suwałkach urodziła się słynna autorka, a zarazem pomaga zwiedzić najciekawsze zakątki miasta.



SUWAŁKI OD KUCHNI

Pobyć na Suwalszczyźnie to rozkosz dla żołądka. Jest tu wiele miejsc oferujących regionalne dania przygotowywane z własnych produktów i w zgodzie z tradycją. Goście chwalą sobie kindziuk, zupę z kurek i potrawy z ryb, np. lina w śmietanie. Chętnie zjadają się także wybornymi blinami i kartaczami, kiszkami i babkami ziemniaczanymi. W sezonie wakacyjnym dużą popularnością cieszą się pierogi z jagodami czy jagodzianki sprzedawane na pomostach przez gospodynie. A skoro o deserach mowa, koniecznie trzeba spróbować lokalnych sękaczy i mrowiska – stosiku faworków polanych miodem, z rodzynkami i makiem. Pycha!

Z WIZYTĄ W AQUAPARKU

To propozycja szczególnie na niepogodę, nie tylko dla najmłodszych. Kompleks składa się z części sportowej i rekreacyjnej, klubu fitness, saun i łaźni, sklepu sportowego i przychodni rehabilitacyjnej. Można tu także skorzystać z usług fryzjera czy kosmetyczki oraz odwiedzić grotę solną.

SŁAWNI SUWAŁCZANIE

Miasto chętnie przypomina odwiedzającym o sławnych osobach, które urodziły się w Suwałkach lub związały z tym miejscem swoje życie. Jedną z nich jest malarz realista Alfred Wierusz Kowalski. Stałą wystawę poświęconą życiu i twórczości artysty można podziwiać w Muzeum Okręgowym. Kolejną osobistością jest Lechosław Marszałek, reżyser i scenarzysta filmów animowanych dla dzieci, który zasłynął przede wszystkim jako twórca Reksia. Do tego szacownego grona zalicza się także m.in. Aleksandra Piłsudska, żona Józefa Piłsudskiego, oraz urodzona w Suwałkach Maria Konopnicka.



POCIĄGIEM DO



Z WIZYTĄ U SĄSIADA

Jeśli już ktoś nacieszył się widokami przyrody i zażył kąpeli w okolicznych jeziorach, czas na zwiedzanie – w Suwałkach znajduje się wiele budynków neoklasycystycznych, można także zobaczyć interesujące przykłady architektury drewnianej. Organizowane są też liczne wycieczki do litewskich miast: Wilna, Kowna czy Drusienik oraz do Rygi na Łotwie.



Do Suwałk dojedziesz pociągami PKP Intercity w wyjątkowo korzystnej cenie, którą zapewni oferta Biletu Taniomiastowy.

[Znajdź dogodne połączenie na intercity.pl](https://intercity.pl)



Bilet dla Seniora to stała oferta PKP Intercity dla każdego, kto ukończył 60 lat. **Zniżka 30%** obowiązuje na przejazdy w komunikacji krajowej pociągami wszystkich kategorii w 1. i 2. klasie. Aby potwierdzić uprawnienie do zniżki, wystarczy okazać konduktorowi dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i wiek, np. dowód osobisty. **Więcej na stronie intercity.pl**



MINISTERSTWO
INFRASTRUKTURY



#ŁĄCZYMYPOLSKĘ



Wałbrzych na taśmie filmowej

To najbardziej lubiane przez filmowców miasto w Polsce. Ulice, place i charakterystyczne punkty – w tym słynny wiadukt kolejowy – mogliśmy poznać właśnie przez pryzmat kamery, za którą stali m.in. Andrzej Wajda, Feliks Falk i Agnieszka Holland.

WERONIKA BORKOWSKA

Wałbrzych, położony w centralnej części Sudetów Środkowych – drugie co do wielkości miasto na Dolnym Śląsku – stanowi silny ośrodek przemysłu górniczego i ciężkiego. Choć kojarzony jest głównie z produkcją, nie sposób zapomnieć, że znajduje się w otoczeniu malowniczego leśnego pasma Gór Wałbrzyskich. Co sprawia, że filmowcy tak często wybierają ulice Wałbrzycha jako tło dla swoich realizacji? Czy ma na to wpływ przenikanie się przemysłu i natury? A może, wymieniana przez wielu, wyjątkowa atmosfera? Magię tego miasta najlepiej odkryć samemu. A tymczasem zapraszamy w podróż filmową.

SZTUCZKI NA PODGÓRZU

Sześćioletni Stefek (grany przez Damiana Uła) w pogoni za starszą siostrą Elką przemierza biegiem ulicę Niepodległości. To pierwsza scena w nagradzanym filmie Andrzeja Jakimowskiego „Sztuczki” (2007).



„Sztuczki”

© FOT. KINO ŚWIAT



Wiadukt w Wałbrzychu

W tle widzimy charakterystyczny wiadukt, będący częścią linii kolejowej Wałbrzych – Kłodzko. Most zbudowano w 2. połowie XIX wieku. Ma trzy przęsła, jest długi na około 125 metrów i wysoki na około 20 metrów. Dotrzemy do niego bez trudu, wysiadając na stacji Wałbrzych Główny. Właśnie na tamtejszym dworcu wiele czasu spędza filmowy Stefek, obserwując tajemniczego mężczyznę, którego uważa za swojego ojca. Wspólnie z siostrą chłopiec stara się wpływać na otaczającą rzeczywistość, stosując tytułowe sztuczki. Akcja toczy się głównie na Podgórzu, bo tutaj znajduje się dom rodzinny bohaterów. Wraz z filmową kamerą zaglądamy również do centrum miasta, gdzie swój sklepik ma matka Stefka i Elki.



„Droga Molly”

© FOT. GUTKIN FILM

BURZLIWA MŁODOŚĆ

W 1995 roku do Wałbrzycha zawitał Andrzej Wajda. Mistrz polskiego kina wybrał to miasto, by zekranizować książkę Tomasza Tryzny „Panna Nikt”. Główna bohaterka, piętnastoletnia Marysia Kawczak (w tej roli Anna Wielgucka), przeprowadza się wraz z rodzicami z małego Jawiszowa do Wałbrzycha. Spotkanie z charyzmatyczną Kasią (Anna Mucha) to początek przemiany Marysi i dalszych tragicznych wydarzeń. Zdjęcia realizowane były na terenie Szkoły Podstawowej nr 22 (czyli obecnego Gminnego Zespołu Szkół nr 2) przy ulicy 11 Listopada. Andrzej Wajda wpisał się wówczas także do księgi pamiątkowej szkoły.

JULIA, BELFER I NAJSŁYNNIEJSZY KOMORNIK

Wraz z upływem lat popularność miasta nie malała, a wręcz przeciwnie – coraz częściej na ulicach słychać było charakterystyczny filmowy klaps. Sceny do filmu Agnieszki Holland „Julia wraca do domu” (2002) były nagrywane m.in. w okolicy Teatru Lalek i Aktora na ulicy Buczka, a w jednym z odcinków serialu „Belfer” (2016) pojawia się dworzec Wałbrzych Miasto. Również w tej miejscowości ścigał dłużników najbardziej znany komornik w Polsce. Za swoją kreację w obrazie Feliksa Falka Andrzej Chyra zdobył Złote Lwy i Orła za pierwszoplanową rolę męską, a reżyser otrzymał m.in. Grand Prix Złote Lwy na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni w 2005 roku.

IRLANDKA NA DOLNYM ŚLĄSKU

Wałbrzyskie plenery wykorzystali nie tylko rodzimi twórcy. „Droga Molly” (2005) to pełnometrażowy debiut Emili Alef, francusko-irańskiej reżyserki urodzonej w Berlinie. Tytułowa bohaterka przyjeżdża z Irlandii do Wałbrzycha w poszukiwaniu chłopaka. Zna tylko jego imię i wie, że pracuje w kopalni. Trzymając w dłoni pocztówkę nadaną z Polski, Molly krąży po mieście, rozmawia z mieszkańcami, a w trakcie tej niecodziennej wędrówki odkrywa samą siebie. Co skłoniło Emili Alef do wyboru miejsca akcji



„Ciemno, prawie noc”

FOT. ADAM GOLEC/AURUM FILM

na Dolnym Śląsku? W wypowiedziach prasowych artystka przyznała, że Wałbrzych zafascynował ją atmosferą – w jej odczuciu okrutną, a zarazem magiczną.

MAJESTATYCZNY KSIĄŻ

Filmowców kusił także zamek Książ, położony niecałe 8 kilometrów od Wałbrzycha. Nazywany „perłą Dolnego Śląska”, jest uważany za jedną z największych atrakcji turystycznych w regionie. W książęcych komnatkach i pobliskim parku została nagrana większość scen serialu historycznego Jerzego Antczaka „Hrabina Cosel” (1968). Zamek doskonale podkreślił panującą na ekranie atmosferę dworskich intryg i politycznych rozgrywek. W 2006 roku przybyła tam ekipa serialu „Tajemnica twierdzy szyfrów”. Autorem scenariusza, skupiającego się na poszukiwaniu tajemniczej niemieckiej maszyny szyfrującej, jest Bogusław Wołoszański. W produkcji zagrała plejada polskich aktorów, m.in. Paweł Małaszyński, Borys Szyc, Karolina Gruszka, Cezary Żak i Anna Dereszowska.

NOC NAD MIASTEM

Miłośnicy kina i literatury z niecierpliwością czekają na ekranizację powieści Joanny Bator „Ciemno, prawie noc”. Autorka, rodowita wałbrzyszczanka, osadziła fabułę w swoim rodzinnym mieście. W jej książce jest ono tajemnicze, mroczne i intrygujące. Przeniesienia historii z książki na wielki ekran podjął się Borys Lankosz, reżyser takich filmów, jak „Rewers” czy „Ziarno prawdy”. Sceny do filmu kręcone są w Wałbrzychu, na zamku Książ i w Świebodzicach. W rolę dziennikarki próbującej rozwiązać zagadkę tajemniczych zniknięć dzieci wcieli się Magdalena Cielecka. W filmie zobaczymy również Marcina Dorocińskiego, Dawida Ogrodnika i modelkę Anję Rubik. Premiera zaplanowana jest na styczeń przyszłego roku. ●



WAŁBRZYCH

Planując podróż do Wałbrzycha, sprawdź rozkład jazdy dla dwóch stacji: Wałbrzych Główny oraz Wałbrzych Miasto. Docierają tam pociągi wszystkich kategorii, zarówno ekonomiczne, jak i ekspresy, także Pendolino.

Znajdź dogodne połączenie na intercity.pl

Twierdza Brzeska



Brześć

miasto granicy

W tej niezwyklej, przeszło tysiącletniej metropolii odziany w stosowną liberię latarnik do dziś rozpala co wieczór naftowe lampy uliczne, turystów wita dumny pomnik Adama Mickiewicza, a nad miastem czuwa zbrojna twierdza strzeżona przez olbrzyma!

➤ MARCIN M. DREWS

Brześć to białoruska metropolia, przyglądająca się Polsce zza położonej nad Bugiem granicy. Jak silne wichry historii miotają tym miastem, niech świadczy fakt, że należało ono do Wielkiego Księstwa Litewskiego, carskiej Rosji, II Rzeczypospolitej Polskiej, Związku Socjalistycznych Republik Radzieckich i w końcu do Białorusi. Nic dziwnego, że Brześć to dzisiaj tygiel kultur, narodów i wyznań, zwłaszcza że właśnie tu, blisko 500 lat temu, podpisano słynną unię brzeską, która połączyła Cerkiew prawosławną z Kościołem łacińskim w Rzeczypospolitej Obojga Narodów.

Tomasz Święcicki, mecenas przy Najwyższym Sądzie Królestwa Polski, tak w 1816 roku opisywał burzliwą historię miasta: „Na początku wieku XIII. od Tatarów zburzone i wkrótce przez Litwinów opanowane, przez Xiążąt Ruskich odebrane w tymże wieku, 1319 roku od Gedymina Wielkiego Xiążęcia Litewskiego wraz z Drohiczymem na Podlasiu i Łuckiem na Wołyniu odzyskane, przez Kazimierza W. do Polski nazad wrócone, наконец w zamieszkach po jego śmierci przy Litwie pozostało”.

GROŹNY OLBRZYM

Na imię mu Męstwo i zajmuje centralną część twierdzy brzeskiej. Socrealistyczny gigant o srogim spojrzeniu to prawdopodobnie najsłynniejszy pomnik Białorusi, wzniesiony ku czci radzieckich żołnierzy. Jest wyjątkowy nie tylko z uwagi na rozmiary. Trafił także na przygotowaną przez telewizję CNN kontrowersyjną listę najbrzydszych pomników na świecie, co niemalże wywołało kryzys dyplomatyczny na linii USA — Białoruś. Dla pasjonatów i badaczy sztuki socrealistycznej Zespół Memorialny „Twierdza Brześć-Bohater” stanowi pozycję obowiązkową. Warownia powstała oczywiście znacznie wcześniej niż monumentalna rzeźba, a wznieść nakazał ją w pierwszej połowie XIX wieku car Mikołaj I Romanow — cesarz Imperium Rosyjskiego, wielki książę Finlandii oraz król Polski (w latach 1825–1831). Brzeski system fortyfikacji miał trzymać w ryzach podbite tereny Rzeczypospolitej. To właśnie tu,



Pomnik Radzieckich Obrońców Twierdzy



Brama Szpitalna (Chelmska)

w 1941 roku, garstka Rosjan stawiała opór niemieckiemu najeźdźcy i choć walki te nie miały strategicznego znaczenia w dziejach II wojny światowej, przez lata stanowiły propagandowy symbol bohaterstwa, stając się komunistyczną wersją Termopil.

BRZEŚĆ WSPÓŁCZEŚNIE

Dzisiaj to blisko 350-tysięczne

miasto jest kosmopolityczne i nowoczesne, choć jednocześnie szanuje swą tysiącletnią historię. Dlatego warto odwiedzić nie tylko wspomnianą twierdzę, lecz także związane z jego dziejami muzea, takie jak Brzeskie Muzeum Krajoznawcze, Muzeum Historii Brześcia, Muzeum Archeologiczne „Berestje” czy Muzeum Techniki Kolejowej, będące pierwszym tego rodzaju obiektem na Białorusi. ➤



Dworzec kolejowy

- W centrum zachwycą nas modernistyczne kamienice, obsadzone kwiatami klomby i liczne odrestaurowane świątynie, z których wymienić należy chociażby kościół Podwyższenia Krzyża Świętego z 1856 roku i sobór św. Symeona Słupnika z lat 60. XIX wieku. Warta wzmianki jest też niemal bajkowa, żółto-niebieska cerkiew Bracka, wzniesiona w 1905 roku w stylu pseudoruskim, charakteryzująca się nie tylko żywymi kolorami, ale i imponującą ośmiokątną dzwonnica.



Cerkiew Bracka

BIAŁORUSKA KUCHNIA

Być w Brześciu i nie poznać białoruskiej kuchni to grzech zaniedbania! Nasi wschodni sąsiedzi szczególnie upodobałi sobie dania oparte na ziemniakach. Warto sięgnąć po placki z sosem grzybowym albo proste, ale wyborne kartofle serwowane z kwaśnym mlekiem. Świetne są też zrazy faszerowane mięsem. Kto natomiast preferuje zupy, powinien szczególnie spróbować tych ugotowanych na zakwasie chlebowym, a latem skosztować wyśmienitych chłodników. ●



BRZEŚĆ

Do tego wyjątkowego miasta można dojechać jednym z dwóch wygodnych połączeń z Warszawy m.in. przez Siedlce i Białą Podlaską. Ceny biletów zaczynają się już od 13,80 euro.

Dowiedz się więcej na intercity.pl

Kopalnia Soli „Wieliczka” TRASA GÓRNICZA



www.kopalnia.pl



W górniczym stroju i pod czujnym okiem przewodnika zwiedzający uczą się górniczego fachu.



© FOT. KARINA AWARSKA, FOTOGRAFIA

AGNIESZKA DYNIAKOWSKA

Lato to czas urlopów i wypoczynku, a także okazja do aktywności, zdobywania medali i bicia rekordów. Jak Polska długa i szeroka organizowane są liczne imprezy sportowe, w których mogą brać udział całe rodziny. Zapraszamy!

Sportowe lato dla całej rodziny

Zawody to okazja do wspaniałej zabawy, obudzenia w najmłodszych potrzeby ruchu, a także kibicowania najbliższemu i odczuwania dumy z ich osiągnięć. Organizatorzy wyścigów rowerowych, biegowych czy pływackich dobrze wiedzą, że nie tylko dorośli potrafią wykazać się siłą, szybkością i hartem ducha, dlatego coraz częściej dostępne są specjalne pakiety dla dzieci lub całych rodzin. Gdzie tego lata można zdobyć medal, na własnej skórze poczuć zew emocji i złapać sportowego bakcyła w familijnym gronie? Oto kilka propozycji dla całej rodziny.

TRIATHLON ŚRÓDA WIELKOPOLSKA, 19 SIERPNIA

Druga edycja triathlonu w Środzie Wielkopolskiej to wspaniała propozycja dla całej rodziny. Jezioro Średzkie, wraz z otaczającymi je ścieżkami i przystanią jachtową, przyciąga miłośników wszelkich aktywności. W tym roku zawodnicy wystartują na dystansach 28,25 km i 56,5 km, w sztafecie oraz we wspólnych wyścigach dla dzieci i dorosłych TRI FAMILY KIDS+ – tu rywalizacja będzie się toczyć również w kajakach. 19 sierpnia odbędą się także wyścigi organizowane wyłącznie dla dzieci, czyli TRI KIDS, w formie triathlonu dla nieco starszych lub duathlonu, w którym mogą wziąć udział najmłodszy sportowcy. Dla kibiców i wszystkich gości przygotowano wspaniałą plażę miejską oraz liczne atrakcje w pobliżu startu i mety zawodów.

[srodatriathlon.pl](https://www.facebook.com/srodatriathlon.pl)


ENEA IRONMAN 70.3 GDYNIA, 3-5 SIERPNIA

W pierwszy weekend sierpnia Trójmiasto ugości triathlonistów – zawody Enea IRONMAN 70.3 Gdynia to jedna z dwóch imprez w Polsce odbywających się na licencji World Triathlon Corporation i jednocześnie największe zawody triathlonowe w Europie Środkowo-Wschodniej, w których co roku startuje około 4 tys. sportowców z kilkudziesięciu krajów świata. Dzień przed wyścigiem głównym (trasa pływacka – 1,9 km, rowerowa – 90 km i biegowa – 21,1 km), czyli 4 sierpnia, odbędzie się Sprint Triathlon na dystansach: pływanie – 0,75 km, rower – 20 km oraz bieg – 5 km. Tegoroczne wydarzenie będzie też okazją do rywalizacji dla najmłodszych. 3 sierpnia zorganizowany zostanie Kids Aquathlon, czyli połączenie pływania oraz biegania. Pierwszy etap uczestnicy pokonają w Zatoce Gdańskiej, drugi – na malowniczych Bulwarach Nadmorskich.

[ironmangdynia.pl](https://www.facebook.com/ironmangdynia.pl)


GARMIN IRON TRIATHLON GOŁDAP, 12 SIERPNIA

Po krótkiej przerwie miasto uzdrowskowie na Mazurach wraca na mapę triathlonowych zawodów. 12 sierpnia śmiałkowicie znowu będą rywalizować u stóp solankowych tężni w Gołdapi na trzech długościach: 1/2, 1/4 i 1/8 dystansu Ironman (pełen dystans to 3,8 km pływania, 180 km jazdy rowerem i 42 km biegu). Możliwy jest start indywidualny lub w trzysobowej sztafecie, w której jeden zawodnik płynie, drugi jedzie na rowerze, a trzeci biegnie. Przy okazji imprezy dla dorosłych odbędą się wyścigi dla dzieci i młodzieży. Zawody Garmin Kids zostaną rozegrane na trzech dystansach: bieg na 200 m (zawodnicy w wieku 1-7 lat), 500 m (8-11 lat) i 1 km (młodzież w wieku 12-15 lat). Nadrzędnym celem wydarzenia jest upowszechnienie sportu wśród najmłodszych oraz propagowanie aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.

[irontriathlon.pl/triathlon-goldap](https://www.facebook.com/irontriathlon.pl/triathlon-goldap)




RUNMAGEDDON KRAKÓW, 25-26 SIERPNIA

A może by tak zakończyć wakacje aktywnie i ze sportowym sukcesem na koncie? Niewątpliwie już samo pokonanie trasy Runmageddonu można uznać za niemały wyczyn. Pod koniec sierpnia w Mieście Królów zorganizowane zostaną wyścigi w trzech formułach – Intro (3 km), Rekrut (6 km) i Classic (12 km). Dla najmłodszych z kolei będzie przeznaczony Runmageddon Kids – z trasą o długości jednego kilometra i z co najmniej 10 przeszkodami. Dzieciaki będą startować w trzech kategoriach wiekowych: 4-5, 6-8 i 9-11 lat. Zmagania sprawdzające siłę charakteru i wolę walki, a także ogromna satysfakcja i duma są gwarantowane! Każdej z imprez cyklu będzie towarzyszyć miasteczko kibica ze strefą aktywności i różnymi atrakcjami przygotowanymi przez sponsorów.



runmageddon.pl

LETNI BIEG PIASTÓW W JAKUSZYCACH, 26 SIERPNIA

Ostatni weekend sierpnia można spędzić w Górach Izerskich – to właśnie tam będzie odbywać się Letni Bieg Piastów. Jedenastka (11 km) i rekreacyjny marsz nordic walking to dystanse dla początkujących, górski półmaraton (21 km) jest propozycją dla zaawansowanych, a ultramaraton (50 km) to coś dla tych, którym nie są straszne najbardziej wymagające szlaki i spory wysiłek. Także najmłodszy mogą sprawdzić tutaj swoje siły – przed nimi Bieg Zucha dla dzieci w wieku szkolnym (kilometrowa trasa w pobliżu Polany Jakuszyckiej) i Bieg Przedszkolaka na dystansie 250 metrów. Oczywiście na mecie będą czekać pamiątkowe medale. ●



bieg-piastow.pl



© FOT. MATERIAŁY PRASOWE ORGANIZATORÓW



Zapraszamy na Magic Malbork 2018 - Rytmu ulicy!

Barwny festiwal sztuk ulicznych jak co roku w sierpniu ożywi centrum Malborka i okolice słynnej krzyżackiej warowni. Już po raz dziesiąty dla odwiedzających w tym czasie miasto nad Nogatem będzie to wyjątkowa okazja do spędzenia magicznych chwil w tym magicznym miejscu. Chwil urozmaiconych pobrzmiewającą z różnych zakątków muzyką i ubarwionych kolorami iluminacji świetlnych. Chwil, w których poruszą nas spektakle uliczne, zaimponują nam pokazy akrobatów, a najmłodszych rozbawią liczne atrakcje dla dzieci. Magic Malbork 2018 – Rytmu ulicy to wydarzenie dla całych rodzin, dynamiczne, wielobarwne, pełne energii! Przygotowany przez organizatorów program zapewni widzom świetną zabawę przez dwa dni, 10 i 11 sierpnia br. W czasie dziesiątej, jubileuszowej edycji imprezy, która w 2011 roku została wyróżniona przez Polską Organizację Turystyczną certyfikatem Najlepszego Produktu Turystycznego, na ulicach Malborka zobaczymy wykonawców, którzy wywarli duże wrażenie na widzach poprzednich odsłon imprezy, ale i zupełnie nowych artystów. Podczas spaceru zaskoczą nas charakterystyczne Glinoludy – magiczne postacie, aktorzy, animatorzy uliczni. O muzyczne atrakcje zadba m.in. Kraków Street Band, Kapela Timingeriu, Gooral, Klezmafour czy Chłopcy Kontra Basia. Wieczorami w centrum miasta budynki oświetli kolorowa iluminacja, a tu i ówdzie zobaczyć będzie można wielkoformatowe obrazy malowane w wyjątkowej technice UV. W ogrodzie zabaw dziecięcych nie będzie końca uśmiechom najmłodszych, a głód zaspokoimy w sektorze food trucków. Rytmu bębnow i towarzyszące im fire show ożywią centrum miasta w piątek, gdy tymczasem w sobotę, w sąsiedztwie zamku obejrzeć będzie można niepowtarzalne laserowe show z elementami interaktywnej animacji.

Zapraszamy do Malborka na magiczne dni i noce w magicznym mieście!

Informacje na www.magic.malbork.pl

Bilety na widowisko laserowe w cenie 10 zł już wkrótce do nabycia na biletyna.pl





Między pracą a pasją

ROZMAWIAŁA: EWA CIEŚLIK

„Na drugą stronę muszę dostać się, Przestrzeni ileż więcej poza tekstem” – śpiewa na jednej ze swych solowych płyt, skłaniając do refleksji nad kondycją współczesnego artysty i sztuki w ogóle. O rodzajach ekspresji, występach na estradzie i scenie teatralnej oraz przyjemności, jaką w dzisiejszym świecie daje nieskrępowana twórczość, rozmawiamy z Piotrem Roguckim.

© FOT. MICKEY WYROŻEBSKI PHOTOGRAPHY

Najczęściej ludzie kojarzą Pana jako wokalistę zespołu Coma, ale z wykształcenia jest Pan aktorem z dyplomem Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej im. Ludwika Solskiego w Krakowie. Można Pana zobaczyć na małym i dużym ekranie, a także na deskach teatru. Czy trudno jest poruszać się między tymi światami?

Współcześni sądzą często, że sukces mierzy się popularnością. Wyraźnie zauważalne i cenne zdaje się więc to, co jest bardziej rozreklamowane. U mnie dwie dyscypliny – zarówno muzyka, jak i aktorstwo – istnieją równolegle. Faktem jest, że większość kojarzy bardziej ten muzyczny aspekt, ale tylko z tego względu, że jest on bardziej nagłośniony. Na szczęście w swoim życiu nie musiałem podejmować decyzji, żeby z którejkolwiek z tych dziedzin rezygnować. Oczywiście nie da się równocześnie występować w filmie i grać trasy koncertowej. Praca aktora i muzyka wymaga ode mnie umiejętności pogodzenia terminów. Gdy decyduję się na spektakl teatralny, wtedy odmawiam propozycji związanych z wykonywaniem działań muzycznych, ale obie sfery się uzupełniają i wpływają na siebie wzajemnie. Używając nomenklatury rolniczej, jest to wartościowy płodozmian.

Początki Comy to m.in. wyróżnienie na 25. Przeglądzie Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu. Czy aktorstwo jest przydatne podczas pobytu na scenie z mikrofonem?

Ten występ Comy na Przeglądzie zdarzył się w zasadzie przez przypadek – był ukoronowaniem mojej pracy na festiwalach poezji śpiewanej, a chłopaków zaprosiłem, aby mi towarzyszyli. Na temat aktorstwa każda osoba grająca koncert może coś powiedzieć. Najpełniejszym wyrazem istnienia muzyka w świadomości słuchacza jest obecność na scenie, czyli możliwość zobaczenia ulubionego wykonawcy podczas koncertu. Bez względu na to, czy muzycy sobie z tego zdają sprawę i czy tego chcą, występując przed rzeszą słuchaczy, są aktorami – wkładają określony kostium, odgrywają rolę. Nie ma możliwości, by skoncentrowali się tylko i wyłącznie na instrumentach albo dźwiękach – musieliby chyba występować za kotarą.

Oba te zawody są pokrewne – łączy je to, że głównie opierają się na występach scenicznych. Niewątpliwie więc doświadczenie aktorskie pomaga, ale z drugiej strony powoduje w świadomości ludzi rodzaj zaburzenia – wielu wołałoby mieć do czynienia z kimś, dla kogo wybór drogi zawodowej jest życiową decyzją, kogo można łatwo zaszuklaskować, wygodnie klasyfikując jego działania.

Na krążku „2005 YU55”, nad którym zespół pracował kilka lat, wielką rolę odgrywa warstwa tekstowa. Ten koncept album to w zasadzie muzyczny audiobook. Co zdecydowało o takim podejściu do tego projektu?

Cieszę się, że Pani pyta o ten album – w zespole uważamy, że to do tej pory nasza najlepsza płyta, najbardziej dopracowana jeśli chodzi o zamysł artystyczny. Powstała po pierwsze z przypadku, po drugie z determinacji, po trzecie z przyjemności tworzenia, a po czwarte z pragnienia przygody. Sporą rolę grał przypadek, bo wstępnie nie planowaliśmy realizacji tego materiału w tak obszernej formie. Poemat, który znajduje się na stronach książeczki, początkowo miał być tylko komentarzem do jednego z utworów, ostatecznie jednak stwierdziliśmy, że podejmiemy się realizacji całej płyty w ten nieco romantyczny i niekomercyjny sposób, jeśli wzięć pod uwagę współczesne warunki. Potem jakoś nas to pochłonęło, uwierzyliśmy w swoje siły, ten eksperyment dał nam możliwość rozwoju. Mieliśmy dzięki niemu również bardzo dużo dobrej zabawy i przyjemności – doszliśmy do wniosku, że najwięcej radości dawał nam właśnie moment tworzenia materiału, kreowania tego świata, który zaistniał na płycie.

Pana teksty są szeroko komentowane przez słuchaczy, często dość żartobliwie. Internauci napisali nawet wspólnie fragment tekstu, w którym starali się zawrzeć metafory i poetyckie porównania, charakterystyczne dla Pana stylu. Zaskoczył Pan fanów, komponując do „Paralaksy naszych wspomnień” muzykę i podejmując się jej wykonania. Łatwo Panu złapać dystans do siebie i swojej sztuki?

➤ Szczerze mówiąc, im jestem starszy, tym łatwiej. Osiągnąłem taki etap mojego życia, że przyjemność realizowania moich pomysłów, marzeń, planów artystycznych niekoniecznie wiąże z koniecznością tego, by dobrze się sprzedały i były uznane za sukces. Kontynuując przygodę związaną z powstawaniem „2005 YU55”, dochodzę do wniosku, że etap tworzenia jest najfajniejszy, nawet jeśli później nie jest przyjęty pozytywnie przez słuchaczy. Nauczyłem się czerpać radość z samego faktu bycia twórcą – bardzo to doceniam i cieszę się z tego. Oczywiście niezwykle fajne jest, jeśli znajduje się grupa ludzi, którzy potrafią się zidentyfikować z tym, co stworzyłem. Dziś już udało mi się osiągnąć ten dystans, ale w przeszłości były momenty, gdy było mi ciężko przyjąć krytykę, szczególnie kiedy z początku dobrze przyjęta twórczość potem spotkała się z niepochlebnymi komentarzami. Na szczęście lata robią swoje – z czasem człowiek jest w stanie zaakceptować rzeczywistość, w której nie każdy musi się zgadzać z tym, co on sam ma do powiedzenia.

W wywiadach mówił Pan o kryzysie, jaki kilka lat temu pojawił się w zespole, m.in. z powodu krytyki w internecie.

Nie, nie – to zostało źle zinterpretowane, nadmuchane. Oczywiście pomogło w promocji artykułu opatrzonego kontrowersyjnym tytułem. Wielu ludzi pewnie nie przeczytało go nawet do końca, puszczając w świat plotkę: „Zespół Coma rozstał się przez hejterów”. Niestety tak funkcjonuje rynek mediów, że sensacyjny nagłówek jest ważniejszy niż to, co naprawdę znajduje się w artykule. Rzeczywiście reklamowo to hasło brzmiało świetnie, ale miało niewiele wspólnego z rzeczywistością.



Mieliśmy swoje problemy, raczej osadzone w naturze zespołu i fackie, że gramy razem już tak długo. Owszem, w tym czasie zaczął rozwijać się mechanizm związany z wolnością w komentowaniu na forach oraz pod artykułami i hejt zaczął kwitnąć, co było nowym zjawiskiem i nas również trochę zaskoczyło. Ale nigdy nie było tak, że miał on wpływ na nasze decyzje.

W październiku 2017 roku premierę miało wydawnictwo „Metal Ballads vol. 1”, efekt współpracy z producentem Pawłem Cieślakiem. Jaki wpływ na charakter tej płyty miała jego obecność?

Bardzo duży – świadomie podjęliśmy z zespołem decyzję, że spróbujemy znaleźć wpływ z zewnątrz, spoza naszego już troszeczkę podstarzałego, hermetycznego środowiska pięciu panów, którzy wzajemnie jeżdżąc i grając ze sobą od wielu lat, nie są w stanie niczym siebie zaskoczyć. Chcieliśmy, żeby Paweł miał jak największy wpływ na to, co robimy, daliśmy się mu poprowadzić brzmieniowo i w pewnym stopniu też aranżacyjnie. Przyniosło to bardzo dużo dobrego, a po naszej propozycji Paweł zdecydował się dołączyć do zespołu. Jest klawiszowcem, dzięki czemu nasze utwory z wcześniejszych płyt na koncertach zyskują nowe brzmienie.



Wydał Pan trzy płyty solowe. Czy taka autonomiczna działalność, niezależnie od kolegów z zespołu, umożliwia sprawdzenie się na innych polach i działa jako wentyl bezpieczeństwa?

Tak, na pewno. Gdyby nie moje własne albumy czy występowanie w filmach i teatrze, pewnie nie wytrzymałbym napięcia związanego z przebywaniem ciągle w tym samym środowisku kilku kumpli. Udusiłbym się w takim więzieniu! Działanie solo umożliwia mi też w pełni niezależną twórczość, niezobowiązującą do kompromisów. To świat mojej wyobraźni, do którego zapraszam, kogo chcę. Rzecz jasna nie jest tak, że tworzę sam, bo to byłoby nudne. Poza tym traktuję tę działalność jako pole do możliwości rozwoju – a rozwój następuje wtedy, kiedy spotykamy kogoś, także podczas wspólnej pracy, kto ma na nas dobry wpływ i nas wzbogaca. Pragnę rozwijać jak granie w zespole, aby nabrawszy doświadczenia albo wartościowych inspiracji, móc potem zaszczerpić nowego ducha w Comie.

Comy słucha się świetnie w zaciszu własnego domu, mogąc w pełni skupić

się na tekstach i muzycznych niuansach, ale koncerty to również mocna strona zespołu. Czy preferują Państwo właśnie taki, bezpośredni kontakt z fanami, czy koncepcyjną pracę w studio?

Płyta to dopiero początek przygody z tym, co chcemy ludziom przekazać. Od pojawienia się na krążku materiał zawsze ewoluuje, aż przybiera formę koncertową. Dla nas najpełniejszym sposobem interakcji ze słuchaczami i możliwości zweryfikowania tego, co zostało nagrane w studio, są występy. Tak było od początku, nawet gdy nie chciały z nami rozmawiać wytwórnie – wtedy koncertowaliśmy przez pięć lat. Mimo że nie mieliśmy wydanego albumu, na imprezy w naszej rodzinnej Łodzi przychodziło po tysiąc osób! Do tej pory koncerty są dla nas najważniejsze – gramy już od dwóch dekad i mamy nadzieję jeszcze parę lat pograć.

Lato spędza Pan pracowicie – koncertując, np. na Jarocin Festiwal. Czy po tym czasie wzmoczonego wysiłku przyjdzie czas na odpoczynek i podróż, czy jesienią również będzie się dużo działać?

W 2018 roku zagramy około osiemdziesięciu koncertów. I choć inne zespoły występują jeszcze częściej, to chyba będzie najbardziej intensywny rok w ciągu ostatnich pięciu lat. Dla nas jest jednak ważne, aby znaleźć balans, mieć czas, by pracować nad innymi, nowymi rzeczami. Najwięcej dzieje się zwykle jesienią, kiedy planuje się 20-30 koncertów w klubach, tym bardziej że w tym roku przypada jubileusz dwudziestolecia zespołu Coma. Jednak jako osoba doświadczona na scenach potrafię zachować higienę w życiu. Kiedyś powiedziano mi pewną złotą myśl, że kto sobie nie potrafi zorganizować wypoczynku, ten nie potrafi sobie zorganizować życia. Dlatego zawsze na początku roku planujemy okresy, gdy bierzemy wolne. Nawet jeśli wtedy wpadną jakieś super propozycje, nie koncertujemy, bo odpoczynek, czas poświęcony rodzinie, wyjazdy są dla nas święte. Pamiętamy, że muzykowanie jest naszą pasją, ale też pracą, a praca jest po to, by móc żyć, a nie odwrotnie. ●

Wschód słońca
w Beskidzie Wyspowym

Opowieść o Łemkowoszczyźnie

📖 BARTŁOMIEJ LICHTAŃSKI

Na południu Polski, pośród łagodnie wznoszących się szczytów, od doliny Popradu, wzdłuż pasm beskidzkich, aż do Wysokiego Działu w Bieszczadach, rozpościera się kraina, którą niegdyś w większości zamieszkiwali Łemkowie. Choć obecnie stanowią mniejszość, ich kultura i tradycja przetrwały do dziś.

Chodząc od sioła do sioła, czy to drogą, czy oznaczonymi ścieżkami dla wycieczkowiczów, rzadko będziemy w zasięgu sieci naszych mobilnych urządzeń, które bezustannie zaprzątają nam głowę, przypominając o obowiązkach i pędzącym świecie. Przy sprzyjających okolicznościach możemy tu usłyszeć przepiękny śpiew wilgi, który – podług ludowej wiedzy – zapowiada zbliżający się deszcz. Fascynująca jest dzikość tutejszych lasów i polonin. Gdy podczas wędrówki

do naszych uszu dotrze dźwięk przypominający płacz dziecka, nie odczyniamy duszy nieochrzczonego dziecięcia, jak czynili to dawni Łemkowie, lecz bierzmy nogi za pas, bo w pobliżu kręci się ryś. Napotkać możemy również wilka, jelenia czy niedźwiedzia, który – gdy go głód wiosenny przycisnie – szuka pożywienia nawet w ulach pszczelarzy. Być może podążymy za śpiewem szpaka siedzącego na zdziczałej czereśni dawnego sadu, może terkot derkacza powiedzie naszą uwagę wprost ku zarośniętej

już piwnicy. Przy odrobinie czujności z pewnością dostrzeżemy pozostałości życia i działalności Łemków zamieszkujących niegdyś te okolice.

RZEMIOSŁEM TE ZIEMIE STAŁY

Łemkowie, oprócz pracy na gospodarce, imali się też wielu innych zawodów. Choćby taki druciarz, którego niecierpliwie wyczekiwały gospodynie we wsi, by skleić i drutem powiązał potłuczone dzbany. Największym poszanowaniem, ale też sławą na świecie cieszyli



➤ się jednak tutejsi kamieniarze. Znani byli na ziemiach dzisiejszej Słowacji i dalej, toteż z tamtych stron przybywali chętni na towar. Wyroby rzemieślników z Bartnego powstawały z bardzo twardego kamienia wydobywanego w Wysokim Maguryczu. Wybornie nadawał się on na żarna i kamienie młyńskie, bo niełatwo się ścierał.

Na kamieniarstwo bartnian składało się nie tylko rzemiosło użytkowe, lecz także artystyczne. Z miękkiego materiału tworzyli oni nagrobki oraz przydrożne krzyże. W cieniu rozstawionego tym fACHEM Bartnego stały inne łemkowskie wsie, w których również kuto, a dziś w regionie bardzo często można napotkać takie rzeźby.

Badacze Łemkowszczyzny wielokrotnie słyszeli od bartnian opowieść o kamieniarzu, który wykuł sobie sarkofag, a w nim po śmierci został pochowany. Z uwagi na olbrzymi ciężar ciągnęło go na cmentarz wiele par wołów. Etnografowie brali słowa mieszkańców za legendę aż do lat 80. XX wieku, gdy w kamieniołomie znaleziono pęknięty i porzucony pierwowzór tej skalnej trumny.

Kwiatów



Kolejnym liczącym się zawodem był maziarz – z tego fachu słynęli mieszkańcy wsi Łosie. Trudnił się on obwoźną sprzedażą mazi wytwarzanej w procesie suchej destylacji drewna. Służyła ona do smarowania wszelkich osi w wozach czy innych prostych mechanizmach. Łosiańscy maziarze pokonywali tysiące kilometrów, żeby sprzedawać swój towar. W trakcie tych podróży zajeżdżali na ziemie współczesnych Węgier, a nawet Łotwy. Praca ta była bardzo dochodowa i wykonujące ją osoby często miały więcej niż jedną posiadłość, nierzadko również w innych częściach Polski. Działaność prowadzono na wozach zaprzęgniętych w konie, które bardzo starannie dobierano, musiały bowiem podolać trudom dalekich podróży. Dziś już nikt z mazią nie jeździ, ale nadal można odwiedzić maziarską zagrodę w Łosiu, aby poznać tajniki tego zapomnianego dziś zawodu.

ŁEMKOWSKIE CERKWIE

Wyjątkowym elementem krajobrazu tego regionu są drewniane cerkwie. Łemkowskie świątynie charakteryzują się trójdzielną budową, a każda z części zwieńczona jest banią. Ściany

konstrukcji zrębowej pokryte są gontem. Wewnątrz podziwiać możemy rozpis i ikonostas, który tworzą ikony przedstawiające między innymi Maryję z Dzieciątkiem, Jezusa Chrystusa oraz dwanaście najważniejszych świąt w cerkiewnym kalendarzu. Oddziela on część ołtarzową od nawy głównej. Łemkowskie cerkwie znajdują się na Szlaku Architektury Drewnianej w Małopolsce – cztery z nich wpisano na listę światowego dziedzictwa UNESCO. W pobliżu świątyń położone są cmentarze z licznymi kamiennymi nagrobkami.



Słotwiny



Cerkiew w Świętówce Wielkiej

Z ŁEMKOWSKIEJ KUCHNI

MASTYŁO (org. Мاستило)

Składniki:

2 szklanki mleka
2 jajka
2 łyżki mąki
1 łyżka masła
sól

Przygotowanie:

Mleko, mąkę i jajka dobrze rozmieszaj w misce. Dodaj szczyptę soli do smaku. Roztop masło na patelni, a gdy ta już będzie gorąca, wlej zawartość miski. Cały czas mieszając, doprowadź do zagotowania. Mastyło należy podawać nieco ostudzone, z podsmażoną cebulką lub ze skwarkami.



LIPIEC 2018

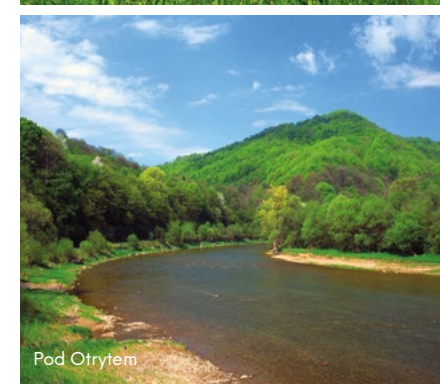
BOGACTWA TEJ KRAINY

Łemkowszczyzna słynie z leczniczych wód, których możemy skosztować w Wysowej bądź Krynicy-Zdroju, rodzimej miejscowości Nikifora, znanego malarza prymitywisty. Tam też znajduje się jego muzeum. Zdobem naturalnym regionu jest ropa naftowa. Swego czasu przemysł z nią związany był tutaj mocno rozwinięty, do czego przyczynił się Ignacy Łukasiewicz, wynalazca lampy naftowej. Niedaleko wsi Ropa leży sztucznie utworzone Jezioro Klimkowskie – odegrało ono nawet swoją rolę w filmie „Ogniem i mieczem” Jerzego Hoffmana, udając szerokie koryto Dniepru.

Zwiedzający Beskid Niski powinni też zwrócić uwagę na różnorodność fauny i flory występującej w Magurskim Parku Narodowym, w tym na obecność wielu gatunków zagrożonych. Turystów z pewnością zafascynują również jaskinie czy mofety, czyli chłodne wyziewy wulkaniczne, z których największa znajduje się w Jastrzębiku koło Krynicy-Zdroju. Miłośnicy koni koniecznie muszą odwiedzić stadninę w Regietowie, gdzie hodowane



Jezioro Klimkowskie



Pod Otrytem

są konie huculskie. Ze względu na bliskość granicy ze Słowacją, Beskid Niski może być też świetną bazą wypadową, gdy planujemy odwiedzić u naszych południowych sąsiadów. ●



ŁEMKOWSZCZYŻNA

Podróż po krainie Łemków najlepiej rozpocząć w Krynicy-Zdroju, do której wygodnie można dojechać pociągiem PKP Intercity.

Znajdź dogodne połączenie na intercity.pl

KULTURA POLSKA NA ŚWIECIE

Historia Polski pełna jest wzlotów i upadków. Burzliwe dzieje naszego kraju możemy poznać także podczas pobytu poza jego granicami. Podróżując po Europie, warto odkryć miejsca, w których Polacy pozostawili trwały ślad.

MUZEUW POLSKIE W RAPPERSWILU

Instytucja została założona w 1870 roku przez hrabiego Władysława Platera, przy znacznym udziale Szwajcarów zaangażowanych w niesienie pomocy polskim powstańcom styczniowym. Bogata kolekcja pamiątek, militariów i dzieł sztuki sukcesywnie rozrastała się przede wszystkim dzięki darom Polaków z ojczyzny oraz emigrantów, którzy po powstaniu listopadowym zamieszkali w Szwajcarii, Francji i Niemczech. W pozyskiwaniu eksponatów czynny udział brał założyciel placówki. Rycerski zamek położony nad Jeziorem Żuryskim bardzo szybko stał się miejscem ważnym dla polskiej tożsamości i kultury, ale był także przyczyną sporu. Część polityków i publicystów uważała, że dobra narodowe powinny zostać w kraju. W 1927 roku, 9 lat po odzyskaniu przez Polskę niepodległości, przewieziono rapperswilskie zbiory (3 tys. dzieł sztuki, 2 tys. pamiątek historycznych, 20 tys. rycin, 9 tys. medali i monet, 92 tys. książek oraz 27 tys. archiwaliów) do Muzeum Narodowego w Warszawie. W 1936 roku szwajcarską placówkę przemianowano na Muzeum Polski.

Współczesnej, jednak działania władz komunistycznych doprowadziły do jej zamknięcia w 1952 roku. Ponowne otwarcie miało miejsce w 1975 roku. Obecna ekspozycja pochodzi z 1990 roku. Prezentuje ona historię relacji polsko-szwajcarskich, obrazy polskich malarzy, m.in. Jacka Malczewskiego, Zofii Stryjeńskiej, Józefa Brandta czy Józefa Chełmońskiego, oraz dokumentuje dzieje 2. Dywizji Strzelców Pieszych, której żołnierze zostali internowani w Szwajcarii.

BIBLIOTEKA POLSKA W PARYŻU

Kulturalna placówka powstała w 1838 roku. Uznaje się ją za jedną z najstarszych instytucji polskich poza granicami kraju. Została założona przez księcia Adama Czartoryskiego, Adama Mickiewicza, poetę i tłumacza Juliana Ursyna Niemcewicza, historyka i publicystę Karola Sienkiewicza oraz generała Karola Kniaziewicz. W bogatych zbiorach znaleźć można m.in. 150 tys. książek (niektóre egzemplarze nie są dostępne w Polsce), 30 tys. druków ulotnych, 3,2 tys. czasopism, 4 tys. map i atlasów, ok. 30 tys. dzieł sztuki oraz ponad 5 tys. rękopisów. W księgozbiorze przeważają pozycje dotyczące historii, sztuki i literatury z XIX i XX wieku. Od 1903 roku w gmachu działają Muzeum Adama Mickiewicza oraz Muzeum Fryderyka Chopina. Misją biblioteki jest ścisła współpraca pomiędzy Polską a Francją, polegająca na organizowaniu seminariów, konferencji i wykładów oraz wydawaniu drukiem źródeł historycznych. W 2013 roku placówka otrzymała prestiżową nagrodę Kustosza Pamięci Narodowej, którą przyznaje się za szczególny udział w upamiętnianiu historii narodu polskiego w latach 1939–1989. W 2013 roku wpisano ją też do rejestru Pamięci Świata UNESCO jako instytucję emigracyjną, ponieważ przyczyniła się do zachowania polskiej tożsamości narodowej.

Biblioteka Polska ma swoją siedzibę na Wyspie Świętego Ludwika, która znajduje się na Sekwanie, w centrum Paryża.

> ZAMEK W MONTRÉSOR

Budowla zniszczona w czasie Wielkiej Rewolucji Francuskiej stała się własnością hrabiny Róży Branickiej w 1849 roku. Zdewastowaną posiadłość kupiła z myślą o swoim synu Ksawerym Branickim, który nie tylko gruntownie odrestaurował rezydencję, lecz także urządził jej wnętrza w pełnym przepychu stylu II Cesarstwa. Ziemianin i finansista kolekcjonował dzieła malarstwa włoskiego i holenderskiego. Do francuskiej miejscowości sprowadził również liczne pamiątki i obrazy z Polski. Obecnie w zamkowych salach można podziwiać m.in. prace Artura Grottgera czy Wojciecha Kossaka, portrety Branickich i Potockich, kolekcje broni, medali i monet. Nie brakuje tu też eksponatów – wyrobów złotniczych i fragmentów zastaw – z czasów panowania dynastii Jagiellonów oraz Wazów.

Obecnie obiekt należy do rodziny Reyów, spokrewnionej z rodem Branickich. Część pomieszczeń jest otwarta dla zwiedzających, a reszta to prywatna przestrzeń mieszkalna. Dzięki temu, że zamek nie leży na głównych szlakach turystycznych, nie spotkamy w nim tak licznych grup zwiedzających, jak w innych słynnych zabytkach w Dolinie Loary.

W Montrésor, u podnóża średniowiecznych baszt zamku, znajduje się ulica imienia Xawiera Branickiego. Idąc nią, dotrzemy do mauzoleum rodziny Branickich oraz na cmentarz z mogiłami powstańców listopadowych.



STUDIUM POLSKI PODZIEMNEJ W LONDYNIE

Ta instytucja archiwalno-naukowa powstała w 1947 roku. Gromadzi materiały dotyczące działań Polskiego Państwa Podziemnego podczas II wojny światowej. Założyli ją m.in. dowódca Armii Krajowej Tadeusz Komorowski, ps. „Bór”, historyk Andrzej Pomian, działacz polityczny i publicysta Tadeusz Żenczykowski, ps. „Kania”, oraz zastępca dowódcy Armii Krajowej Tadeusz Pełczyński, ps. „Grzegorz”. Mieści się pod numerem 11 na Leopold Road w dzielnicy Ealing, w zachodniej części stolicy Anglii. Pracownicy i wolontariusze archiwizują liczne źródła historyczne, udostępniają zbiory biblioteczne, prowadzą działalność wydawniczą oraz propagują wiedzę o Polsce z lat 1939–1956. W 1988 roku placówka została połączona z Instytutem Polskim i Muzeum im. gen. Sikorskiego w Londynie, ale zachowała pełną autonomię działania. Studium Polski Podziemnej – podobnie jak Biblioteka Polska w Paryżu – otrzymało nagrodę Kustosza Pamięci Narodowej.

W bogatym księgozborze Studium Polski Podziemnej w Londynie przeważają publikacje dotyczące tajnych struktur państwa polskiego z II wojny światowej i Armii Krajowej, ale nie brakuje również licznych pozycji o relacjach polsko-żydowskich. Białym krukiem jest książka poświęcona historii Polski napisana w języku arabskim.



CMENTARZ ŁYCZAKOWSKI WE LWOWIE

Na tej jednej z najstarszych nekropoli w Europie spoczywa wielu Polaków i Ukraińców związanych z polityką, nauką i kulturą. Zostali tu pochowani m.in. wybitny przedstawiciel romantyzmu w malarstwie Artur Grottger, pisarka Maria Konopnicka, dramatopisarka Gabriela Zapolska, lekarz i epidemiolog Henryk Mosing czy wykładowca i matematyk Stefan Banach. Znajduje się tu również grób Lusi Zarembianki, córki znanego lwowskiego architekta, która została zamordowana w nocy z 30 na 31 grudnia 1931 roku. Jej zabójstwo i późniejszy proces poszlakowy – tzw. sprawa Gorgonowej – są bardzo często określane mianem najgłośniejszej rozprawy sądowej II Rzeczypospolitej. Cmentarz wyróżniają również liczne rzeźby o symbolice religijnej i mitologicznej – na szczególną uwagę zasługuje ta na grobie Józefa Markowskiej. Autonomiczną część łyczakowskiej nekropolii stanowi Cmentarz Obrońców Lwowa.

Cmentarz Obrońców Lwowa nazywa się często Cmentarzem Orłąt Lwowskich, ponieważ w polsko-ukraińskiej bitwie o Lwów poległo wielu młodych ludzi polskiego pochodzenia – głównie studentów i uczniów szkół średnich.



Kolej na Ciebie uratu życie!

Od 28 czerwca 2018 roku
na wybranych dworcach kolejowych w Polsce
możesz oddać krew i odmienić czyjś los.



Czerwiec	Sierpień
Warszawa Centralna 28.06	• 06.08 Gdańsk Główny
	• 23.08 Bydgoszcz Główna
	• 29.08 Wrocław Główny
Lipiec	Wrzesień
Lublin Główny 02.07	• 06.09 Częstochowa Główna
Kraków Główny 16.07	• 12.09 Katowice
Gdynia Główna 17.07	• 19.09 Tarnów

Lokomotywy biało- -czerwone *niepodległa*

POLSKA
STULECIE ODZYSKANIA
NIEPODLEGŁOŚCI

PKP Intercity uczci obchody 100-lecia odzyskania niepodległości m.in. poprzez dekorację swojego taboru. Na 20 lokomotywach pojawią się okolicznościowe biało-czerwone grafiki, a na 60 elektrycznych zespołach trakcyjnych naklejki programu „Niepodległa”.

Zapis słowa „Niepodległa” na naklejkach umieszczonych na nowoczesnych pociągach Pendolino, Flirt3 i PesaDART to cyfrowo odświeżony rękopis Józefa Piłsudskiego. Pierwsze tak ozdobione pociągi można już spotkać na torach. W najbliższym czasie nowy wygląd zyska także 20 lokomotyw. Każda z nich będzie wyróżniać się grafiką obrazującą sposoby świętowania niepodległości przez Polaków (jej fragmenty można zobaczyć poniżej oraz na okładce). W narodowych barwach w trasę wyruszy 6 elektrowozów EU44, czyli popularnych Husarzy, oraz 14 pojazdów typu EP09. Oklejone lokomotywy oraz EZT będą kursować na terenie całej Polski do końca roku.

PKP Intercity od 2017 roku włącza się w działania, których celem jest kultywowanie pamięci o wydarzeniach z 11 listopada 1918 roku. Umieszczenie logo „Niepodległa” na pociągach to kolejne przedsięwzięcie wynikające z partnerskiej współpracy przewoźnika z Biurem Programu „Niepodległa”, które jest odpowiedzialne za obsługę Programu Wieloletniego „Niepodległa”. Jest to ogólnopolska inicjatywa powołana z myślą o tegorocznych obchodach setnej rocznicy odzyskania niepodległości. W ramach akcji na terenie całego kraju oraz za granicą realizowane są projekty kulturalne, artystyczne, edukacyjne czy wydawnicze poświęcone jubileuszowi.

Biało-czerwone lokomotywy oraz składy zespolone z odtworzonym cyfrowym napisem „Niepodległa”, narysowanym ręką Marszałka Józefa Piłsudskiego, będą przyciągać wzrok ludzi w całej Polsce. Jako narodowy przewoźnik, wraz z organizatorem akcji, realizujemy inicjatywy mające na celu przypomnienie jak największej liczbie naszych pasażerów o wydarzeniach sprzed stu lat. Nasze działania jednak na tym się nie zakończą. Na drugie półrocze zaplanowaliśmy kolejne akcje w ramach obchodów setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Wkrótce poinformujemy o szczegółach.

Więcej informacji na:

 niepodlegla.gov.pl



Marek Chraniuk,
Prezes
PKP Intercity





Dworzec w Białymstoku

historia i nowoczesność

Przebudowa obiektu w Białymstoku jest jednym z elementów Programu Inwestycji Dworcowych, w ramach którego PKP SA zmodernizuje około 200 dworców kolejowych w całym kraju. Jej głównym celem jest przywrócenie świetności budynku oraz wprowadzenie nowych udogodnień dla pasażerów.

Dzięki modernizacji bryła odzyska historyczny kształt, a wewnątrz poczekalni dawny charakter – posadzki, żeliwne słupy, zdobienia ścian i sufitów. Wśród najciekawszych zmian warto wymienić wyburzenie antresoli i wykonanie nowego układu funkcjonalnego zagospodarowania terenu, dzięki któremu powstanie więcej miejsc postojowych.

Kasy biletowe zmieniają swoją lokalizację, udogodnieniem będą także windy i ścieżki dla osób o ograniczonej mobilności. Przewidziana jest też wymiana wszystkich instalacji wewnętrznych, m.in. łączący teletechnicznych, monitoringu, instalacji sanitarnych (wentylacja, klimatyzacja, przewody wodno-kanalizacyjne). Ponadto zostaną wymienione i wzmocnione elementy nośne.



Kasy

Poczekalnia

Przetarg na wybór wykonawcy robót budowlanych został ogłoszony w marcu, a prace rozpoczną się po podpisaniu umowy – mają one potrwać 14 miesięcy. W ich trakcie obsługę pasażerów zapewni kontenerowy dworzec tymczasowy. Inwestycja będzie współfinansowana ze środków unijnych, w ramach Programu Operacyjnego Polska Wschodnia.



NOWOCZESNA KOLEJ perspektywą dla Dolnego Śląska

Modernizacja linii 289 LEGNICA - RUDNA GWIZDANÓW

Koleją w Zagłębiu Miedziowym

Remont torów, sieci trakcyjnej oraz stacji i przystanków sprawi, że kolej na nowo połączy miasta Zagłębia Miedziowego: Głogów, Lubin i Legnicę. Po blisko dekadzie przywrócony zostanie ruch pociągów pasażerskich na tej trasie. Szacuje się, że czas przejazdu z Legnicy do Głogowa wyniesie ok. 30 minut.

Nowy przystanek Lubin Stadion

Mieszkańcy Lubina zyskają lepszy dostęp do kolei. W ramach inwestycji zostanie wybudowany nowy przystanek Lubin Stadion, oddalony o ok. 1,5 km od stacji Lubin Górniczy. Nowy, funkcjonalny peron wyposażony będzie m.in. w wiaty, ławki oraz pochylnie ułatwiające dostęp do obiektu.

Komfortowe stacje i przystanki

5 przystanków: Rzeszotary, Gorzeln, Chróstnik, Rynarce, Rudna Gwizdanów zostaną gruntownie przebudowane oraz wyposażone w nową infrastrukturę pasażerską, dostosowaną do potrzeb osób o ograniczonych możliwościach poruszania się.

Bezpieczeństwo

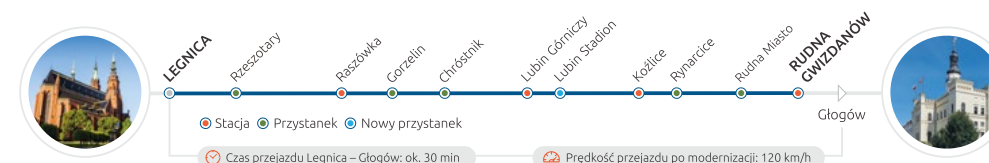
Poprawę bezpieczeństwa zapewni przebudowa 16 przejazdów kolejowo-drogowych i modernizacja systemu sterowania ruchem kolejowym.

Sprawniejszy przewóz osób i towarów

Realizacja prac wpłynie na zwiększenie prędkości oraz poprawę przepustowości zarówno dla pociągów pasażerskich, jak i towarowych. Będzie sprawniejszy przewóz ładunków w południowo-zachodniej części Polski. Zyska gospodarka regionu. Przewozy staną się szybsze, a tym samym bardziej konkurencyjne względem drogowych.

Nowy wiadukt w Koźlicach

Wybudowany zostanie nowy wiadukt kolejowy w Koźlicach. Nowoczesny obiekt zastąpi dotychczasowy przejazd kolejowy oraz poprawi bezpieczeństwo podróżujących zarówno pociągami, jak i samochodami. Dzięki inwestycji poprawi się komunikacja w mieście.



SMAKI ŚWIATA. COŚ NA ZĄB

ADAM BUŚKIEWICZ

HISZPAŃSKIE TAPAS

Słowo „tapa” oznacza przykrywkę – nazwa tych przekąsek wzięła się od dawnego zwyczaju chronienia wina przed muszkami poprzez zastanianie kieliszka plasterkiem suszonej kielbasy. Tapas stanowią element bogatej hiszpańskiej kultury. Jada się je na stojąco, wczesnym wieczorem, w barach i w towarzystwie przyjaciół, zarówno na ciepło, jak i na zimno. Bogata lista tych kulinarnych miniatur obejmuje owoce morza, oliwki, suszone mięso, sery, ziemniaki i wiele innych przysmaków.



Spotkania z przyjaciółmi, leniwe lipcowe wieczory, niespieszne celebrowanie chwili... Kieliszek białego wina, do tego talerz ulubionych przekąsek. Jakich? Różne nacje mają swoje propozycje.

FRANCUSKIE SERY

We Francji znanych jest około tysiąca gatunków, a camembert, roquefort czy mimolette to tylko niektóre z tych bardziej popularnych. Francuzi uwielbiają wieńczyć obiady właśnie takim wytrawnym deserem – ta tradycja sięga ponoć czasów starożytnych. Zazwyczaj po obfitych daniach głównych na stole zamiast słodczy pojawia się deska pełna różnego rodzaju serów z dodatkiem pieczywa (najczęściej bagietek). „Plateau de fromages” to elegancie, ale także praktyczne ukoronowanie posiłku, gdyż świetnie komponuje się z większością win. Serwuje się zazwyczaj od 3 do 6 gatunków, a degustację zaczyna się od tego o najłagodniejszym smaku, stopniowo kosztując tych bardziej intensywnych i wytrawnych.



HOLENDERSKIE MATJASY

Oryginalna nazwa tej przekąski to maatjesharing. W dosłownym tłumaczeniu oznacza dziewiczego śledzia (czyli młodego, który jeszcze nie przeszedł tarła). Ryby na matjasy są poławiane przez Holendrów aż na Morzu Północnym lub u wybrzeży Szkocji. Podczas przygotowywania przechowuje się je w specjalnej solance – oryginalne receptury zalewy, pochodzące z przełomu XIII i XIV wieku, są objęte ścisłą tajemnicą. Śledzie te jada się w określony sposób: chwytając rybę za ogonek, moczy w posiekanej cebulce i odchylając głowę do tyłu, odgryza po kawałku. Często spożywa się je na miejscowym targu, bezpośrednio po zakupie. Holendrzy zjadają się nimi od dzieciństwa, delektując się tą drobną przekąską pomiędzy większymi posiłkami.

MEKSYKAŃSKIE TAMALES

Danie to najbardziej popularne jest w Meksyku, choć można na nie trafić również w pozostałych krajach Ameryki Łacińskiej. Jest ono jednym z najdłużej znanych posiłków tego regionu – jadano je już w erze przedkolumbijskiej, 5-8 tys. lat temu. Nazwa pochodzi od azteckiego słowa „tamalli” („zawinięty”). Gotowane na parze, zawinięte w liście kukurydzy, ciasto kukurydziane nadziewa się dodatkami. Zazwyczaj wypełnia się je wieprzowiną, wołowiną, kurczakiem, serem i warzywami, takimi jak smażona fasola, a wszystko podaje się z dodatkiem dowolnej salsy. Tamales można kupić na ulicznych stoiskach, a najbardziej popularne stają się w okresie bożonarodzeniowym, gdyż są ważnym składnikiem świątecznej kolacji.





KANADYJSKIE POUTINE

Ten kanadyjski uliczny fast food to prawdziwa bomba kaloryczna. Sami Kanadyjczycy nazywają go czasem „heart attack in a bowl” („atak serca w miseczce”). Danie jest znane od lat 50. XX wieku i pochodzi z kanadyjskiej prowincji Quebec. Podstawowa wersja poutine składa się z frytek (czasem mocniej podpieczonych), grudek sera (tzw. cheese curds) oraz specjalnego sosu pieczeniowego na bazie bulionu wołowego. Odmian tego dania jest jednak sporo, a Kanadyjczycy nie zawsze ściśle trzymają się przepisu. Poutine znajdziemy niemal w każdym zakątku Kanady – dostać je można w małych knajpkach, na hokejowych stadionach, a nawet w sieciówkach, takich jak McDonald's.



AZIATYCKIE SAMOSY

Pierogi to coś, czym Polacy uwielbiają się chwalić przed całym światem. Jednak nie jesteśmy jedyną nacją, która tak je sobie upodobała. Samosy to smażone lub pieczone pierożki, zazwyczaj o trójkątnym kształcie, z pikantnym nadzieniem, najczęściej z ziemniaków, grochu czy soczewicy. Samosy kojarzone są z Indiami, gdzie zwykle podaje się je w wersji wegetariańskiej, z aromatycznym i intensywnym sosem z mięty. Do Indii zostały przywiezione przez muzułmańskich kupców, dlatego są popularne jako przekąska nie tylko w Azji (m.in. na Półwyspie Arabskim), lecz także w północno-wschodniej Afryce.



CHIŃSKIE TANGHULU

Zwane także bingtanghulu, to słodkie przekąski z owoców. Pochodzą z północnych Chin, a dzisiaj można je dostać bez problemu w całym Państwie Środka. Składają się z kandyzowanych owoców nadziewanych na długie bambusowe szpikulce, pokrytych twardą cukrową powłoką (rzadziej czekoladową lub sezamową posypką). Dawniej tanghulu wykonywano tradycyjnie z chińskiego głogu, a dzisiaj robi się je także z mandarynek, truskawek, jagód, ananasów, kiwi, bananów, winogron czy nawet pomidorów i orzechów. Najczęściej kupuje się je na ulicznych straganach, gdzie sprzedawcy dbają o to, aby wyglądały jak najbardziej kolorowo i efektownie. To ulubiony smakołyk chińskich maluchów!



KINO

TELEWIZJI

KINO POLSKA

PLAŻA GDYNIA ORŁOWO

13 lipca - 31 sierpnia

PLAC GRUNWALDZKI

7 - 22 września

NAJLEPSZE POLSKIE FILMY

W KAŻDY PIĄTEK / 21:00

WSTĘP BEZPŁATNY

Czekają nas Was leżaki i kosze plażowe

REPERTUAR: kinopolska.pl/kinoletnie

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



OFICJALNY PRZEWOŹNIK:

PATRONI
MEDIALNI:

NAPRAWIAJ, NIE WYRZUCAJ! CZ. 2.

ADAM BUŚKIEWICZ

CZĘŚĆ 1. W NUMERZE CZERWCOWYM

LIFESTYLE



© FOT. BUNKIER RETRO REDESIGN

W dzisiejszym świecie łatwiej kupić nową rzecz czy naprawić starą? Część tego, co wyrzucamy, może otrzymać drugie życie – dzięki temu przysłużymy się nie tylko środowisku, lecz także naszym oszczędnościom. W Polsce działa wiele ciekawych inicjatyw, które przywracają blask ulubionym przedmiotom codziennego użytku, a także pomagają budować w społeczeństwie świadomość ekologiczną.

ZAKŁAD MAKERSPACE

Zakład jest pierwszą w Poznaniu warsztatownią prowadzoną zgodnie z ideą makerspace. Polega ona na stworzeniu przestrzeni, w której dzielimy się z innymi posiadanymi narzędziami, a także niezbędnym doświadczeniem i wiedzą. Dzięki temu za niewielką opłatą każdy chętny może w wyznaczonym do tego miejscu majsterkować, naprawiać, a nawet konstruować od podstaw przedmioty codziennego użytku. Do dyspozycji są stanowiska warsztatowe przeznaczone do ślusarstwa, stolarstwa, krawiectwa, tapicerstwa, pracy z elektroniką, a także druku 3D. Mniejsze zadania można zlecić pracownikom zakładu, a na stały dostęp do pracowni pozwala płatny abonament. Odbyna się tu także mnóstwo dodatkowych zajęć, takich jak kursy ceramiczne, introligatorskie czy linorytu.

 **ul. Wawrzyńca 7, 60-539 Poznań**
 **zaklad.org**

LIFESTYLE

BUNKIER RETRO REDESIGN

Po co wyrzucać stary rower, skoro można go skutecznie oodnowić i przy okazji wyróżnić unikalnym wyglądem? W sieci jest sporo miejsc, które oferują tego rodzaju usługę. Jednym z nich jest Bunkier Retro Redesign. Fanpage na portalu Facebook prowadzi mieszkaniec Chełma – Michał, który połączył swoją miłość do bicykli oraz pasję do majsterkowania z niechęcią do nadmiernego konsumpcjonizmu. W 2011 roku pierwszym odrestaurowanym przez niego jednośladem została francuska kolarzówka Motobecane Prestige. Według Michała sztuką nie jest pójść do sklepu i kupić nowy rower, lecz ożywić ten stary, z historią i ciekawym designem. Sam proces renowacji to bardziej hobby niż codzienne zajęcie – trwa od 2 do 6 miesięcy. Szczególnie czasochłonna bywa ocena stanu technicznego komponentów, poszukiwanie oryginalnych części, piaskowanie, malowanie czy odrdzewianie.

 **facebook.com/BunkierChelm**



© FOT. ZAKŁAD MAKERSPACE



© FOT. MAT. PRAS. FARFALA

FARFALA DESIGN

Jeśli chcemy uniknąć kupowania nowych rzeczy, a nie zawsze potrafimy naprawiać te, które już posiadamy w naszym dobytku, warto poszukać wyrobów upcyklingowych. Ciekawe przedmioty powstają z odpadów: plastiku, papieru czy drewna. Tak działa np. Farfala Design – prowadzona przez Ewę Wójcik jednoosobowa firma, która powstała dzięki pasji tworzenia mebli ze starych części. Właścicielka zajmuje się renowacjami od wielu lat. Tworzy głównie komody i szafki według własnych projektów, ale także na zamówienie i według potrzeb klienta. Używa do tego elementów odzyskanych ze starych mebli – szuflad, nóg, drzwiczek, uchwytów, a nawet witraży.

 **facebook.com/farfala.design**



© FOT. W DRZEWACH / NACZCZÓW

Camping

w stylu glamour

MAGDA NOWICKA

Jeszcze do niedawna za prawdziwego podróżnika uchodził ten, kto rezygnując z komfortu, wybierał nocleg pod namiotem w otoczeniu dzikiej przyrody. Dzisiaj podobną przygodę mogą przeżyć nawet ci, dla których wygoda wypoczyniania to kwestia priorytetowa. Wszystko za sprawą nowego trendu w turystyce – glampingu.

Ten rodzaj wypoczynku bardzo szybko zyskuje popularność. Pojęcie pochodzi od angielskich słów „glamour” i „camping”, a używane jest mniej więcej od połowy pierwszej dekady XXI wieku. W praktyce oznacza ekskluzywnie wczasy w namiocie lub domku campingowym, który jednak skrywa w sobie luksusy kilkugwiazdkowego hotelu – koniecznie z dala od cywilizacji.

POD NAMIOTEM

Wyobraźmy sobie wakacje na marokańskiej pustyni Agafay z widokiem na majestatyczne góry Atlas. Nocujemy w białych, bawełnianych namiotach, z prywatnymi łazienkami, wygodnymi łóżkami z baldachimami, orientalnymi dywanami, oryginalnymi meblami i afrykańskim rękodziełem. Do dyspozycji mamy także kucharza, który przygotowuje lokalne specjały,

lokaja, przewodnika oraz tragarza. To, co niegdyś było dostępne dla bogatych szeków lub arystokratów, teraz jest w zasięgu naszej ręki. Podobnych campigów na świecie jest wiele. Najczęściej lokalizowane są w Ameryce Południowej, Azji i Afryce, gdzie panuje sprzyjająca biwakowaniu pogoda, a przyroda jest dzika i nieokiełznana. Taki nocleg w namiocie w samym sercu dżungli nie ma nic wspólnego z trudami, których zwykłe doświadczają globtroterzy i backpackerzy. Goście nie tylko mają dostęp do wszelkich udogodnień, lecz także przebywają w miejscu, gdzie każdy detal jest starannie dopracowany – na przykład wykwintna kolacja zostanie podana na stylowej porcelanie, na przepięknie urządzonej i oświetlonej patio.

Podobną przygodę można przeżyć też w Polsce. Dobrym przykładem campingu glamour jest Glendoria w województwie warmińsko-mazurskim, która oferuje ciekawie zaprojektowane pokoje namiotowe, prywatne zejście na plażę oraz SPA na łące zamiast sterylnej przestrzeni zamkniętego gabinetu. Apartamenty są wyposażone w zabytkowe i kolonialne meble, kominki oraz ręcznie tkane dywany. Otaczające Glendorię łąki i lasy można podziwiać z tarasów z hamakami i wygodnymi meblami ogrodowymi. Koszt tygodniowego pobytu to około 2-3,5 tys. zł.

DOMEK NA DRZEWIE

Ukazanie się książki „Cabin Porn” Zacha Klaina, Stevena Leckarta i Noah Kaliny na nowo zdefiniowało wypoczynek w drewnianych chatkach. Ukryte głęboko w lesie lub w trudno dostępnych górach działają na wyobraźnię każdego, kto choć na chwilę pragnie odciąć się od miejskiego zgiełku, nie będąc zmuszonym do picia wody ze strumyka czy przyrządzania posiłków w kociołku na trójnogu. Przykładem takich realizacji mogą być natęczowskie apartamenty „W Drzewach”, znajdujące się w leśnych wąwozach. Do dyspozycji gości oddano cztery apartamenty – każdy

ma swoją łazienkę, mały aneks kuchenny, przestronny balkon oraz biblioteczkę. Domki są drewniane, z obszernymi przeszkleniami (również w dachu), co pozwala obserwować zarówno korony drzew, jak i gwiazdzone niebo nocą. W trakcie pobytu można oddać się zabiegom spa, na przykład relaksującym masażom, a na mieszkańców domku „Tuja” czeka strefa sauny. Cena za jedną dobę dla dwóch osób wynosi od 340 do 560 zł.

VIPP SHELTER

nad jeziorem Immeln, Szwecja

Stworzony przez duńską markę wnętrzarską Vipp z pewnością wyznaczył nowe standardy dla leśnych chaterek w wersji premium. Ten 55-metrowy, w pełni wyposażony dom został oficjalnie otwarty w 2015 roku. Od razu przyciągnął uwagę nie tylko miłośników outdoorowych aktywności, lecz także koneserów dobrego wzornictwa. Dom zaprojektował Morten Bo Jensen, któremu umiejętnie udało się połączyć funkcjonalność z wyrafinowaną estetyką. W Vipp Shelter znajdziemy takie udogodnienia, jak ogrzewanie podłogowe, kominek oraz przestronne okna sufitowe. Salon, jadalnia, kuchnia, łazienka i dwie sypialnie zostały wyposażone w minimalistyczne, designerskie meble i dodatki. Uwaga, w standardzie nie ma wi-fi – dzięki temu można w pełni docenić piękno pobliskiej przyrody.

www.vipp.com



© FOT. VIPP SHELTER

NA WŁASNĄ RĘKĘ

Na zmieniające się potrzeby współczesnych podróżników reaguje nie tylko branża hotelarska. Dzięki producentom sprzętów outdoorowych samodzielnie możemy zorganizować wygodny biwak w wersji luksusowej, pakując do samochodu odpowiedni namiot i jego wyposażenie. Projektanci z jednej strony prześcigają się w wymyślaniu coraz wygodniejszych krzeseł biwakowych i nowocześniejszych kuchenek gazowych, z drugiej – wychodzą z propozycją nowatorskich rozwiązań, takich jak płóciennymi namiotami o powierzchni 40 m², w których są 4 osobne kabiny do spania (np. namiot Vanaheim marki Nordisk), lub luksusowy namiot połączony z kompaktową przyczepą (np. Opera Camper projektu Roba Vosa).

TURYSTYKA FESTIWALOWA

Coraz więcej osób, szukając sposobu na niezapomniane wakacje, wybiera wyjazd na letnie festiwale muzyczne, które są wspaniałą okazją do posłuchania ulubionych artystów i poznania ciekawych ludzi.

DOKĄD NA GLAMPING?

Jeśli szukasz miejsc, w których możesz odpocząć na łonie natury w komfortowych, a nierzadko i luksusowych warunkach, koniecznie odwiedź portal glamping.com. Czekają tam oferty ekskluzywnych campingów z całego świata, od afrykańskiego safari po chatki w amerykańskich parkach narodowych. Ceny noclegów wahają się od kilkudziesięciu dolarów do nawet kilku tysięcy za noc.



Często nieodłącznym elementem takiego wypadu jest nocleg na polu namiotowym, który wielu kojarzy się z długimi kolejkami pod prysznic, spiekotą czy uciążliwym hałasem. To jednak powoli się zmienia. Od pewnego czasu największe zagraniczne wydarzenia do swoich stałych ofert wprowadzają pakiety VIP. Przykładem jest Coachella, jedna z najmodniejszych imprez na świecie, której goście mogą wybrać m.in. opcję „Lake Eldorado”. Na festiwalowiczów czekają przestronne tipi z wygodnymi śpiworami i poduchami (które można zabrać ze sobą po zakończeniu imprezy), krzesełkami i lodówką, a także całonocna obsługa konserjera i komfortowe łazienki. Ale to nie wszystko. Decydując się na pakiet „Safari Tents”, śpiemy na łóżkach w klimatyzowanych i urządzonych w stylu boho namiotach, mamy własną łazienkę z prysznicem, śniadanie oraz przekąski do późnych godzin nocnych. Co ciekawe, podobne glampingi organizuje również wiele europejskich festiwali – m.in. Sonus w Chorwacji czy Bestival w Wielkiej Brytanii. ●



Obleżenie Malborka

Wielka Inscenizacja Historyczna

20-22 lipca 2018

eventim SAVETHEDATE kup bilet na: www.eventim.pl

OBLĘŻENIE MALBORKA 2018

To jedna z najciekawszych w Polsce imprez plenerowych o charakterze średniowiecznym stanowiąca niezapomnianą lekcję historii. Tylko tu gwarantujemy niepowtarzalną atmosferę, gdzie wśród szczęku broni i tętentu kopyt będzie można podziwiać potyczki rycerskie, pokazy średniowiecznego rzemiosła, kuchni, muzyki i tańca. Jak za dawnych czasów pod zamkiem rozbiją obóz rycerze, którzy wprowadzą nas w kulisy ówczesnego życia. Zapewniamy wspaniałą zabawę zarówno dla dorosłych miłośników

historycznych inscenizacji, jak i dla dzieci. W programie - targ średniowieczny, turnieje łucznicze, pokazy konne i zabawy dla dzieci.

Kulminacyjnym punktem programu jest wieczorna inscenizacja bitwy, nawiązująca do wydarzeń z 1410 roku, kiedy to wojska polsko-litewskie pod wodzą króla Władysława Jagiełły szturmowały na malborską warownię.

W tym roku inscenizację „Obleżenie Malborka” będzie można oglądać w dniach 20-21 lipca (piątek i sobota) o godz. 22:00 na Wałach von Plauena.



© Marcin Krzemkowski - plp2rus@onet.pl

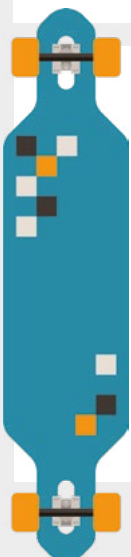
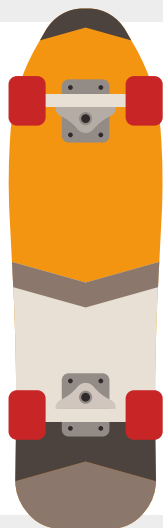
Skateboard, longboard czy fiszka?

ADAM BUŚKIEWICZ

Skateboarding, czyli jazda na deskorolce i wykonywanie trików, dziś znów jest bardzo popularny. Deskorolkarzy przybywa, a sam sport za dwa lata zadebiutuje w Tokio jako dyscyplina olimpijska. Choć ceny desek nie są wysokie, problemem może być wybór tej odpowiedniej. Czego szukać, gdy trafimy już do fachowego sklepu, czyli skateshopu?

DESKOROLKA KRÓTKA (SKATEBOARD)

To klasyczne, najpopularniejsze deski, świetne do wykonywania trików i akrobacji. Fanów skateboardów można najczęściej spotkać w skateparkach i skateplazach, choć potrafią oni także wykorzystywać do zabawy zwykłą miejską infrastrukturę, np. schody, poręcze, rampy czy murki. Dobrej jakości skateboard jest zazwyczaj produkowany z wytrzymałego drewna klonu kanadyjskiego.



LONGBOARD

Jeżeli bardziej od robienia trików i akrobacji interesuje nas dłuższa jazda oraz szusowanie po alejkach i ulicach, lepiej wybrać deskę typu longboard. Te deskorolki mogą mieć nawet do 2 m długości. Ich ciężar nie pozwala na efektowne akrobacje, umożliwia jednak szybką jazdę, wykonywanie slalomów, zjeżdżanie ze wzniesień, a także pokonywanie sporych odległości. Wśród longboardów wyróżnia się wiele podtypów: freeride (do slidów i prostych tricków na płaskiej nawierzchni), downhill (do szybkich zjazdów), a także deski do dancingu, carvingu czy freestyle'u.



FINGERBOARD

Wbrew pozorom nie są jedynie ozdobą czy zabawką dla dzieci! Profesjonalne podejście producentów do ich konstrukcji pozwala wielbicielom tych miniaturowych deskorolek na wykonywanie palcami rozmaitych trików. Fingerraidery to prawdziwi pasjonaci – często modyfikują swoje deski, a także nabywają do nich miniaturowe poręcze, ławki i inne elementy niezbędne do akrobacji.



Jaka deska najlepiej się nadaje dla początkującego deskorolkarza?

Każdemu o wzroście powyżej 150 cm poleciłbym tradycyjną deskorolkę z blatem o długości 80 cm i szerokości około 8 cali (ta druga wartość zawsze mierzona jest w calach). Łączy w sobie wszystkie najlepsze funkcje i jest najwygodniejsza. Ma optymalny rozmiar i wagę, pozwala na podskakiwanie i szybkie przemieszczanie się. Nie polecam kupować sprzętu w supermarketach ani sklepach sportowych. Dostępne tam modele mają często słabe części. Najlepiej zaopatrzyć się w profesjonalnym sklepie deskorolkowym – skateshopie – gdzie dostępne są zarówno komplety gotowe do jazdy, jak i wszystkie podzespoły osobno. Setup, czyli kompletna deska, składa się z blatu, trucków, łożysk, kółek i gripu, opcjonalnie także z podkładki pod trucki. Na początek poleciłbym gotowy komplet z kółkami o średniej twardości i wielkości, który później można dostosować do swoich potrzeb. Jeśli np. stwierdzimy, że nawierzchnia, po której zazwyczaj jeździmy, jest nierówna i chropowata, wtedy wymienimy kółka na większe i bardziej miękkie. Natomiast jeżeli zamierzamy wykonywać triki na dobrej nawierzchni, wtedy kupujemy mniejsze i twardsze kółka, dzięki

czemu deska będzie lżejsza i mniej przyczepna. Pozwoli to na dokręcanie obrotów oraz wykonywanie powerslidów (odpowiedników samochodowego driftu). Dobrze jest też zaopatrzyć się w skate tool, czyli uniwersalny klucz, dzięki któremu możemy wymienić podzespoły i regulować promień skrętu według własnych preferencji.

W jaki sposób dobrać deskę do rodzaju aktywności?

Wszystko zależy od tego, co i gdzie chcemy robić – tylko jeździć czy wykonywać też triki? W mieście, w lesie czy na stromych górkach? Często widuję ludzi na zwykłych longboardach w mieście i zastanawiam się, dlaczego to robią? Przeważnie noszą ciężki i wielki long pod pachą, a jeżeli już uda im się przejechać kawałek, wtedy napotykają na krawężnik i znów muszą przenieść deskę. Tymczasem longboard świetnie sprawdza się przede wszystkim na stromych, długich i gładkich drogach. Pozwala na szybszą jazdę i przy prędkości powyżej 30 km/h jest stabilniejszy niż klasyczna deskorolka. Podobnie jest z mountainboardem, czyli deską z wiązaniami i dużymi oponami. Jest doskonała do jazdy w lesie, po trawie czy kamieniach, jednak w mieście sprawdza się nie najlepiej – głównie przez wagę i rozmiar oraz fakt, że ze względu na wiązania niewygodnie się na niej odpycha. Są też fiszki – względnie szybkie, jednak mało stabilne przy większej prędkości i raczej nienadające się do robienia trików. Warto jeszcze wspomnieć o snakeboardach i waveboardach. Powstały w przeciągu ostatnich 10 lat. Napędza się je nie poprzez odpychanie, ale wprawianie bioder w ruch. Nie zrobimy na nich akrobacji, ale wydają się dobrym ćwiczeniem fizycznym. Jednak przy większych prędkościach lepiej uważać na bezpieczeństwo – zdjęcie nogi z deski równa się utracie równowagi.

Krzysztof Godek

Tworzy profesjonalne materiały fotograficzne i video dla najlepszych polskich skaterów



FISHBOARD

Jest mniejszą siostrą longboardu. Nazwa (w spolszczonej wersji: fiszka) wzięła się od wyglądu tych niepozornych desek, kształtem przypominających rybki. Modę na fishboardy zapoczątkowała w latach 70. australijska marka Penny Boards. Dziś znów zyskują one na popularności, ponieważ są idealne do miejskiej jazdy po często zatłoczonych chodnikach. W przeciwieństwie do longboardu, fiszki są lekkie i nieduże – można je nawet spakować do plecaka.

SPRAWDZONE SKATESHOPY:

-  miniramp.pl
-  pl.skate-europe.com
-  frontside.pl

TLUMACZYŁ: BARTŁOMIEJ LICHTAŃSKI

język w podróży łemkowski

Zrobi nam Pan/Pani zdjęcie?
Chcemy pokazać znajomym,
że tu byliśmy i że widzieliśmy
taką piękną cerkiew.

Зробіте нам знімку?
Хочемо мочы вказати
знаёмым, же сме гев были
и таку крас церков выдлі.
<Zrobyte nam znymku?
Choczeme moczaty
znajemym, że sme hew były
y taku kras cerkow wydity.>

Jesteśmy bardzo
zmęczeni i głodni,
gdzie w tej wsi moż-
na coś kupić?

Зморены сме и
барз голодны,
де мож дашто
купити в тим селі?
<Zmoreny sme y
barz hołodny, de
moż daszto kupyty
w tim seli?>

Którędy
do Zyndranowej?
Chcielibyśmy zobaczyć
Muzeum Kultury
Łemkowskiej, ponieważ
można tam obejrzeć
spużciznę materialną
Łemków.

Кади ити до
Зиндрановы? Рады
сме видіти Музей
Лемківской Культуры,
прото же мож гын
обізірты материяльну
спадковину Лемків.
<Kady yty do
Zyndranowy? Rady
sme hyn wydity Muzej
Łemkiwskoj Kultury,
prato że moż hyn
obizrity materijalnu
spadkowynu Łemkiw.>

Nigdy nie sądziłem, że tak
mi zasmakuje łemkowskie
jedzenie. Keselić się to mogę
jeść całymi dniami!

Нигда-м не думал, же так
мі ся полюбит лемківське
їдло. А кеселицю годен єм
істи цілий ден!
<Nygda-m ne dumał, że tak
mi sia polubyt łemkiwskie
idło. A keselićciu hoden jem
isty ciłyj den!>



red dot design award
winner 2018



KROPKA WIĘCZY DZIEŁO.

Lornetka Delta Optical Chase ED 12x50 właśnie zdobyła prestiżową nagrodę „Oscara designu” - Red Dot. Dla nas to zawsze była świetna lornetka, ale teraz także jury tego prestiżowego konkursu doceniło jej wysoką jakość oraz świetny projekt. Dziękujemy i ogromnie nam miło, że możemy oddawać w ręce pasjonatów przyrody coś równie pięknego.

Seria Chase ED składa się z modeli 8x42, 10x42, 10x50, 12x50.

DELTA[®]
optical

bliżej pasji



Link do produktu
www.deltaoptical.pl



Link do produktu
www.deltaoptical.eu

Wyspy Ko Phi Phi, Tajlandia



Raj na ziemi

Ukryte przed tłumami magiczne zakątki pod malowniczymi skałami, gdzie podziwiać można różnorodność podwodnych zwierząt i roślin? A może wygodne, piaszczyste brzegi, kolorowe drinki, palmy i leżaki? Każdy, kto kocha wakacje nad morzem, na pewno wybierze swoją ulubioną plażę – największe wrażenie wywierają choćby te w Stanach Zjednoczonych, Brazylii, Izraelu, Tajlandii i Francji.

Nawajio, Grecja



Miami, Stany Zjednoczone



Ipanema, Brazylia



Saint-Tropez, Francja



Seszele



Tel Awiw, Izrael



Rodzinne podróże małe i duże

Podróże kształcą

Dostarczają nowych doświadczeń i przeżyć, pobudzają ciekawość, otwierają nas na innych oraz na to, co nieznane. Dla dziecka wyjątkowy, magiczny wręcz urok ma podróż pociągami – ciekawe są już same dworce z kasami, peronami, ogromnymi lokomotywami i nowoczesnymi pociągami, wreszcie wagony i ich wnętrza.



Specjalne miejsca dla rodziny



Zaplanujmy podróż z wyprzedzeniem i kupmy bilet z miejscówką. To zapewni komfortowy przejazd. Jeżeli w danym składzie nie ma już miejsc siedzących, warto wybrać inne połączenie. Pamiętajmy, że dla rodzin przeznaczone są specjalne miejsca, aby mama, tata i dzieci mogli podróżować razem.

Lista niezbędnych rzeczy

Podróż z dzieckiem wymaga przemyślanej logistyki! Przygotujmy listę rzeczy, które koniecznie musimy zabrać, np. smoczek, butelkę z piciem czy ulubioną przytulankę. Warto również tak spakować bagaż, aby akcesoria potrzebne w pociągu były łatwo dostępne.



Walizka małego podróżnika

Wszystkie potrzebne dziecku w podróży przedmioty spakujmy do oddzielnej walizeczki lub plecaczka. Na bagażu można umieszczać naklejki lub breloczki z odwiedzanych miast, dokumentując poczynania Małego Odkrywcy.



Podróż pociągami jest niezwykłą przygodą. Aby przebiegła ona przyjemnie, zarówno dla dziecka i rodziców, jak i współpasażerów, warto się do niej przygotować.



Dbajmy o czystość

Nie pozwalamy dzieciom na brudzenie czy niszczenie wyposażenia pociągu. Nawet najbardziej kochane rączki – całe w czekoladzie – nie mogą być wycierane o fotele czy zasłanki.



Zwiedzanie pociągu

Atrakcją dla małego dziecka będzie poznanie pociągu. Niemowlakowi niewiele potrzeba, żeby wzbudzić jego ciekawość, natomiast kilkulatek możemy zaprosić do wagonu gastronomicznego lub innej części składu czy opowiedzieć o pracy konduktora.



Wyprawa przyjemna zarówno dla podróżującej rodziny z dzieckiem, jak i współpasażerów? Nic trudnego! O zaletach takich wycieczek i wszystkich sprawach, o których należy podczas nich pamiętać, opowiada nasza ekspertka.



Aleksandra Piotrowska,
doktor psychologii
Pracownik na-
ukowy Wydziału
Pedagogicznego

Czy warto podróżować z małym dzieckiem, które nie zapamięta wyjazdu, skoro logistyka takiej wycieczki – transport wózka, wszystkich rzeczy potrzebnych dla malucha itp. – może być bardzo skomplikowana?

Najczęściej pierwsze trzy, a nawet cztery lata życia nie są reprezentowane w naszej pamięci przez świadome wspomnienia – jest to tzw. zjawisko amnezji dziecięcej. Nie znaczy to jednak, że maluchy nie czerpią z podróży żadnych korzyści. Gromadzą zasób doświadczeń, które – nawet jeśli po pewnym czasie są trudne do przypomnienia – stanowią podłoże tworzących się przekonań dotyczących świata i ludzi, nastawień i oczekiwań. Ale odpowiedź na to pytanie zależy też od rodziców dziecka. Jeśli podróże sprawiają im przyjemność, spokojnie mogą planować je nawet z niemowlakiem. Przy dzisiejszych udogodnieniach i ułatwieniach dla rodzin – także ze strony PKP Intercity – nie ma powodów, aby na kilka lat rezygnować z wojaży.

Jak przygotować się do podróży z dziećmi w różnym wieku – co będzie istotne przy wycieczce z niemowlakiem, przedszkolakiem czy dzieckiem w wieku szkolnym?

Warto uświadomić sobie, co jest istotne dla naszej pociechy, jakie jej potrzeby muszą być zaspokajane

jane w trakcie podróży. Sprawa absolutnie podstawowa to przygotowanie wystarczającej ilości jedzenia i napojów – takich, których podanie w warunkach podróży nie będzie zbyt skomplikowane. Niezbędne są też mokre chusteczki. Oczywiście dla starszych dzieci atrakcją może być posiłek w wagonie restauracyjnym, ale to nie zwalnia rodziców z konieczności zabrania ze sobą choćby drobnych przekąsek. Dla dzieci w każdym wieku – dla siebie też! – musimy mieć pod ręką dodatkowe ubranie. Może zrobić się przecież chłodno albo wyleje się woda... Niemowlak musi mieć zagwarantowaną możliwość wygodnego, spokojnego snu – raczej nie obędzie się bez zabrania ze sobą wózka. Dla starszych dzieci musimy mieć przemyślane wypełniacze czasu – drobne zabawki, gry, kolorowanki itp. Dla pociech w wieku szkolnym pewnie przyda się tablet i odtwarzacz muzyki – w komplecie ze słuchawkami!

Jak zorganizować podróż, aby dla wszystkich – dla nas i dla naszych pociech, ale także współpasażerów – była ona komfortowa?

Sprawą podstawową jest właściwy, zdrowy system przekonań rodziców – otóż cały świat nie musi dzielić ich zachwyty nad energią, siłą i pomysłowością dzieci. Pozwa-

Uniwersytetu Warszawskiego, konsultant dla rodziców i nauczycieli. Współdziała jako społeczny doradca z Rzecznikiem Praw Dziecka i Komitetem Ochrony Praw Dziecka. Zajmuje się także propagowaniem wiedzy psychologicznej, współpracując w tym zakresie jako ekspert z prasą, a także ze stacjami radiowymi oraz telewizyjnymi. Autorka wielu publikacji naukowych i popularnych, w tym książek „Szczęśliwe dziecko, czyli jak uniknąć najczęstszych błędów wychowawczych” i „Nastolatki pod lupą”. Prywatnie nałogowa czytelniczka literatury wszelakiej, miłośniczka wyjazdów narciarskich i podróży. Matka dwójki dzieci i babcia dwójki wnucząt.

lanie, aby maluch przez całą podróż skakał po siedzeniu lub wielokrotnie wychodził na korytarz i wracał, nie powinno mieć miejsca. Na marginesie – podróżując z przedszkolakiem, lepiej wybrać miejsca przy korytarzu. Starsze dzieci – poczynając od trzy- czy czteroletnich – przygotowujemy do podróży, przedstawiając im także wymagania dotyczące ich zachowań. Ustalmy podstawowe zasady, których będziemy przestrzegać – byle realne, bo wprowadzenie zasady, że dziecko nie wstaje, tylko

➤ przez całą podróż kontemplanuje widoki za oknem, musi doprowadzić do konfliktów. Pomagamy dziecku wypełnić sobie czas w sposób niezaburzający spokoju innych, np. proponujemy wspólną lekturę czy grę. Wykorzystajmy czas podróży na bycie z dzieckiem, na bawienie się z nim. Pamiętajmy, że podróż nie powinna być okazją do nadrobienia zaległości wychowawczych – w przypadku narastającej różnicy zdań warto przekierować uwagę dziecka na inny obszar.

Jak sobie radzić w czasie długich podróży, szczególnie kiedy dziecko jest już zmęczone i coraz trudniej skupić na czymś jego uwagę?

Przed wszystkim uświadommy sobie, że po kilku godzinach podróży także my, dorośli, jesteśmy zmęczeni i w naszych zachowaniach może łatwiej pojawić się zniecierpliwienie czy irytacja. Zawsze przemyślimy i przygotujemy dla dzieci jakieś niespodzianki umilające i skracające podróż. Może to być wyciągnięcie nowej gry czy układanki – szczególnie polecam magnetyczne, bo nie grozi nam wtedy ciągle szukanie upadających elementów – audiobooka czy zaproponowanie wyprawy na drugi koniec pociągu. Młodsze dzieci warto zachęcić do drzemki – wygodnie je usadzić lub nawet ułożyć i zacząć czytać jakąś pozbawioną dramatycznych momentów książeczkę. Starsze można poprosić o zajęcie się sobą np. przez kwadrans, co też często skutkuje zaśnięciem.

Pamiętajmy, że wielokrotne powtarzanie „No uspokój się!” nie ma magicznych właściwości. Rozrabiającemu dziecku musimy zaproponować jakąś aktywność, która będzie dla niego wystarczająco atrakcyjna, aby chciał się nią zająć.

Często oczekiwania naszych pociech i współpasażerów są zupełnie różne – zachowanie dzieci, które nam wydaje się tylko radosną zabawą, dla innych podróżnych może być uciążliwe. Kiedy należy interweniować i upomnieć swoje dziecko?

Nieprzekraczalną granicę stanowią ciała współpasażerów – w żadnym razie nie mogą być oni potrącani, popychani czy kopani. Nie mają także obowiązku zamieniać się miejscami z naszą pociechą czy posuwać się w obrębie swojego siedzenia po to, by zrobić dodatkową przestrzeń dla dziecka. Mogą to zrobić, jeśli chcą, ale absolutnie nie wolno nam oczekiwać tego jako oczywistości. Natomiast współpasażerowie nie mogą wymagać bezruchu i absolutnej ciszy – dzieci mają prawo rozmawiać z nami czy ze sobą, jak najbardziej na miejscu są także głośne lektury. Nie możemy natomiast skazywać współpasażerów na wysłuchiwanie dialogów i muzyki z oglądanego filmu – grzeszą tym czasem także dorośli pasażerowie! – czy odgłosów gry, nawet jeśli nie jest to strzelanka. Na szczęście wymyślono słuchawki, które w podróży mogą oddać naprawdę nieocenioną przysługę.



UDOGODNIENIA DLA RODZIN Z DZIEĆMI

SZCZEGÓŁY OFERTY

We wszystkich składach PKP Intercity pasażerowie podróżujący z dziećmi znajdują dedykowane miejsca. W pociągach Express InterCity Premium (Pendolino) są to trzy przedziały, w których znajdują się 4 wygodne miejsca, stoliki ukryte w podłokietnikach, indywidualne oświetlenie, gniazdka elektryczne i wiązki na odzież. W pojazdach typu Flirt3 i PesaDART miejsca dla rodzin są w przestrzeni bezprzedziałowej, w której znajdują się m.in. rozkładane stoliki – maluchy mogą przy nich swobodnie kolorować, grać w gry czy oglądać bajki. Natomiast w składach wagonowych mali podróżnicy i ich rodzice spędzają podróż w przeznaczonym dla rodzin przedziale.

CENY BILETÓW NA KAŻDĄ KIESEŃ

Na podróżujących z dziećmi czekają specjalne oferty. Pocięchy, które nie ukończyły czwartego roku życia, podróżują pociągami PKP Intercity w 2. klasie za darmo. Wystarczy pobrać dla nich bilet uprawniający do bezpłatnego przejazdu. Podróżujące dzieci i młodzież szkolna na podstawie legitymacji polskiej szkoły mogą skorzystać z 37% ulgi na przejazd w 2. klasie. Pasażerowie, którzy kupią Bilet Rodzinny, mogą liczyć na 30% rabatu. Atrakcyjne ulgi są przewidziane również dla posiadaczy Karty Dużej Rodziny. Oprócz ustawowych 37% otrzymają też 30% upustu – wystarczy, że przynajmniej dwoje z nich będzie wspólnie podróżować. Zarówno dzieci, jak i rodzice lub opiekunowie mogą wybrać ofertę SuperPromo, w ramach której ceny biletów na połączenia ekspresowe zaczynają się od 49 zł, a także z oferty Wcześniej Taniej, uprawniającej do 30, 20 i 10% zniżki, w zależności od terminu zakupu biletu.

Rozmowy z maluchami

W pociągu spędzimy kilka godzin w rozmowach i zabawach z dzieckiem. To może być bardzo przyjemny czas – możemy opisać maluchowi, jak my kiedyś podróżowaliśmy i opowiedzieć rodzinne anegdoty albo przybliżyć dziecku legendy i ciekawostki dotyczące mijanych miejscowości.



Pogawędki z podróżnymi

Chrońmy współpasażerów przed niepożądanymi zapędami towarzyskimi naszych dzieci. Pamiętajmy – niektórzy z pasażerów nie muszą być zainteresowani pogawędkami lub zabawą z małymi towarzyszami podróży.



Atrakcje w podróży

Zadbajmy o to, aby dziecko nie nudziło się podczas przejazdu. W walizeczce malucha mogą znaleźć się (zależnie od wieku i upodobań pociechy): książeczki, kartki do rysowania, kredki, kolorowanki, niewielkie zabawki, małe turystyczne wersje gier, np. planszowych, odtwarzacz muzyki i audiobooków.



Zabawki niegenerujące dźwięków

W trosce o współpasażerów (i siebie!) głośne zabawki zostawmy w domu. Jeżeli chcemy dziecku puścić bajkę na telefonie, tablecie czy laptopie, to nie zapomnijmy słuchawek dla pociechy.



Małe co nieco dla głodomora

Nawet w krótkiej podróży u dzieci odzywiają się wilcze apetyty. Bądźmy na to przygotowani. W zestawie z kanapkami czy innymi przekąskami niezbędna jest woda i paczka wilgotnych chusteczek.



Udogodnienia w pociągach

Podczas przejazdu z niemowlakiem możemy skorzystać z przewijaków znajdujących się w specjalnych toaletach. Podróżując z dzieckiem możemy nieodpłatnie zabrać na pokład wózek.



Więcej informacji na intercity.pl



Fundusze norweskie impulsem dla rozwoju kultury

Wakacje to doskonały czas na obcowanie z kulturą. Warto wsiąść do pociągu i za cel obrać sobie polskie miasta, w których zrealizowane zostały projekty współfinansowane z Funduszy norweskich i Europejskiego Obszaru Gospodarczego.

SZYMON PEWIŃSKI

W dwóch dotychczasowych edycjach tych programów zrealizowanych w naszym kraju, na kulturę przypadło ponad 178 mln euro. Umożliwiły one organizację festiwali, koncertów, wystaw, wspierały rewitalizację, renowację i adaptację budynków, konserwację zabytków czy cyfryzację zbiorów. Ze środków korzystały samorządy, szkoły, uczelnie wyższe, związki wyznaniowe, organizacje samorządowe.

Drugie życie Zajezdni

Doskonały przykład realizacji współpracy między Polską, Norwegią, Islandią a Liechtensteinem stanowi wrocławskie Centrum Historii Zajezdni. Dawna zajezdnia autobusowa przy ul. Grabiszyńskiej to bardzo ważne miejsce we współczesnej historii stolicy Dolnego Śląska – 26 sierpnia 1980 roku wybuchł tam solidarnościowy strajk stanowiący wsparcie dla robotników z Wybrzeża. W dzisiejszym Centrum swoją siedzibę ma ośrodek „Pamięć i przyszłość”, zajmujący się powojenną historią Wrocławia, Dolnego Śląska i terenów włączonych do państwa polskiego po drugiej wojnie światowej. – Przez 10 lat pracowaliśmy praktycznie bez siedziby – wspomina Marek Mutor, dyrektor CH Zajezdnia. – To był oczywiście owocny czas, bo realizowaliśmy wiele projektów, ale wciąż brakowało miejsca, do którego można przyjść, zapoznawać się z historią i ją przeżywać. W końcu gmina Wrocław otrzymała 15 mln zł dofinansowania. Za ponad 36 mln zł wyremontowano historyczną zajezdnię, której część budynków pamiętało XIX wiek. Centrum zajmuje około 2,3 ha. W samym budynku, na 2 tys. m², organizowane są konferencje, wystawy czasowe i liczne wydarzenia kulturalne. Funkcjonuje w nim też multimedialna wystawa stała. Jej część została poświęcona polskiej „Solidarności”, dla której pomoc płynęła z zagranicy, w tym z Norwegii. Od września 2016 roku, czyli od otwarcia nowego obiektu, wrocławską Zajezdnię odwiedziło ponad 300 tys. osób.

Łącznie ponad

253

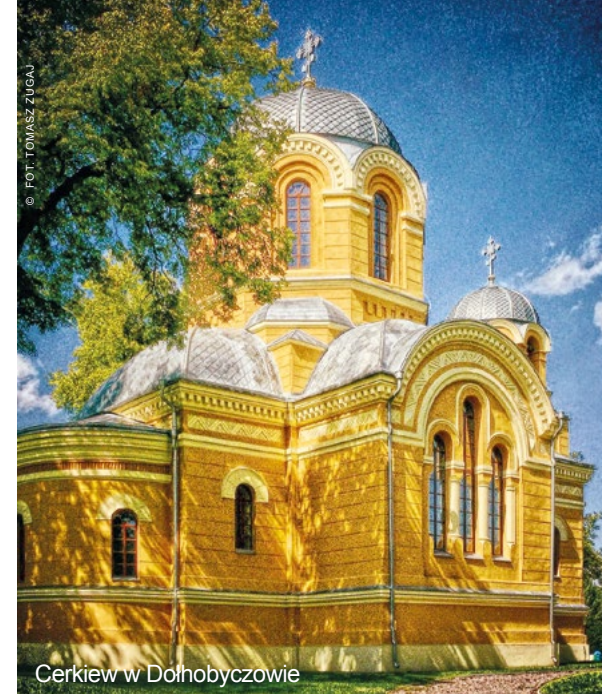
mln euro na
rozwoj kultury
w Polsce

Centrum Historii Zajezdnia we Wrocławiu powstało dzięki dofinansowaniu z Funduszy norweskich i EOG w wysokości ponad 15 mln złotych.

Artykuł sponsorowany

Przywracanie pamięci

Ośrodek „Pamięć i przyszłość” również jest beneficjentem Funduszy norweskich i EOG. Realizował m.in. projekty związane z historią mówioną – dzięki relacjom, nagrywanym przez amatorów i profesjonalistów, udało się stworzyć pokaźny materiał badawczy. Fundusze norweskie pomagają też w dokumentowaniu zapomnianych dziś profesji. Do takich należy choćby plecionkarstwo, popularyzowane przez stowarzyszenie Serfenta, które realizowało projekt „Niech żyje kosz!/Viva basket!”. Podczas badań etnograficznych, prowadzonych wraz z norweskim Søre Skogen i Sunnhordland Museum, międzynarodowa ekipa antropologów dokumentowała pracę polskich i norweskich plecionkarzy. Z dofinansowania korzystała również prawosławna diecezja lubelsko-chełmska. W latach 2008-2010 prace konserwatorskie prowadzono w cerkwi w Szczepleszynie. Dołączono też remont cerkwi w Dołhobyczowie. Od marca 2014 do grudnia 2015 roku remonty przeprowadzono w kolejnych siedmiu cerkwiach na Lubelszczyźnie i Podlasiu, na szlaku turystycznym „Śladami Prawosławia”. Wśród nich znalazła się choćby cerkiew św. Mikołaja w Białowieży, w której znajduje się ikonostas z chińskiej porcelany – jeden z dwóch tego rodzaju zabytków w Europie.



Cerkiew w Dołhobyczowie

Jeszcze więcej pieniędzy na kulturę

To tylko kilka z kilkuset przykładów wykorzystania w naszym kraju środków z Funduszy norweskich i EOG na obszar kultury. Na tym jednak nie koniec. Przedstawiciele władz Polski, Norwegii, Islandii i Liechtensteinu w grudniu 2017 roku podpisali umowę określającą kolejną kwotę, jaką do roku 2021 otrzyma nasz kraj – 809 mln euro. Aż 75 mln euro z tej puli będzie wspierać rozwój kultury i odnowę dziedzictwa w Polsce.



Centrum Historii Zajezdnia

Uczą pleść wianki i wprowadzają w tajniki ikebany. W ich asortymencie znajdziemy nie tylko kwiaty cięte, lecz także powracające do łask rośliny doniczkowe. Właściciele nowoczesnych kwaciarni wiedzą, jak sprawić, by były to miejsca wyjątkowe i popularne zarazem. Poznajmy ich recepty na udany biznes.

➞ ZUZANNA BRATKOWSKA

BIZNES

pełen kwiatów



branża florystyczna w ciągu kilku ostatnich lat znacznie ewoluowała. Nowoczesne kwaciarnie zaskakują egzotycznymi roślinami i nieszablonyymi zestawieniami, a także dbają o spersonalizowaną ofertę.

ŁÓDZKI OGRODNIK

Po oryginalny i piękny bukiet warto udać się np. do Badylarza, umiejscowionego w przemysłowej lokalizacji kompleksu OFF Piotrowska, w którym znajdują się również restauracje, kluby muzyczne, pracownie projektantów mody,

klubokawiarnie i galerie artystyczne. W tej kwaciarni kupimy nie tylko kwiaty cięte, lecz także przyprawy, rośliny o właściwościach prozdrowotnych oraz wiele sezonowych gadżetów. Takie dodatkowe elementy przynoszą kwaciarniom spore zyski, co warto mieć na uwadze,

prowadząc biznes. Właściciele – Luiza i Mateusz Janeczko – zadbałi ponadto o środowisko. Swoje małe dzieła sztuki pakują w ekologiczny papier ozdobiony przez znane łódzkie studio graficzne Fajne Chłopa – dzięki temu zyskują również klientów, dla których liczy się dobry design. Ofertę Badylarza wyróżnia tzw. bukiet dnia, który można zakupić w atrakcyjnej cenie. Na terenie Łodzi możliwa jest też dostawa kwiatowej kompozycji do domu. Ceny nietuzinkowych wiązanek zaczynają się od 20 zł. Zamówienie może wzbogacić spersonalizowany liścik z życzeniami.

Badylarz, Łódź

© FOT. KAROLINA GRABOWSKA / KABOOMPICS

DUET Z POZNANIA

Kwiaty & Miut jest jedną z najmłodniejszych kwaciarni w Polsce. To wyjątkowe miejsce powstało na hipsterskich poznańskich Jeżycach. Założycielami są Łukasz Marcinkowski, absolwent ogrodnictwa i projektowania mebli, oraz Radek Berent, grafik i fotograf. Zgodnie podkreślają, że inspirować ich przede wszystkim rytm natury, dlatego do kompozycji często dodają sezonowe rośliny, które można spotkać na łąkach i polanach. Swoją wiedzę o kwiatach chętnie dzielą

się z innymi podczas warsztatów florystycznych. Wyjaśniają zasady ikebany i prowadzą kursy tworzenia bukietów (cena kilkugodzinnego szkolenia waha się od ok. 250 zł do 600 zł). Są również autorami książki „O roślinach”. Na jej kartach znalazły się wskazówki dotyczące pielęgnacji blisko 50 gatunków kwiatów doniczkowych, a także podpowiedź, jak przygotować popularne ostatnio dekoracje kwiatowe – kokedamę (rodzaj kuli z rosnącą na niej rośliną) czy miniaturowy las w słoiku.

Badylarz, Łódź

LAS W SŁOIKU

Roślinny biznes można w całości oprzeć na efektownych ozdobach, stanowiących ciekawą alternatywę dla tradycyjnych kwiatów, tym bardziej, że samodzielne stworzenie urzekającej zielonej kompozycji to nie lada wyzwanie. Takie usługi oferuje np. sklep internetowy Leśny Słoik, warszawskie studio zieleni Green Bells czy Nature Concept. Ceny miniaturowego ekosystemu w szklanym naczyniu zaczynają się od 250 zł, ale na rynku są też dostępne aranżacje nawet za 2,5 tys. zł. Klienci mogą zdecydować się na gotowy las w słoiku lub zaprojektować go wspólnie z florystami.

Wietrzne Pole

© FOT. WIETRZNE POLE

> ACH, CO TO BYŁ ZA ŚLUB!

Branża kwiatowa jest w dużej mierze sezonowa – nie tylko ze względu na dostępność roślin. Duże znaczenie ma też rozmieszczenie w kalendarzu określonych świąt i uroczystości. W walentynki, Dzień Kobiet i Dzień



© FOT. PIECZKO I PIETRAS

Bukietlove

Matki zwyczajowo wręczamy w prezencie kwiaty, ale to właśnie lato – czas ślubów – jest okazją do największych zysków. Wygląd weselnych dekoracji w dużej mierze zależy od trendów, które każda nowoczesna kwiaciarnia powinna śledzić. Wyznaczają je choćby eksperci z Instytutu Pantone (którzy kolorem roku 2018 obwołali ultrafiolet), ale też miliony użytkowników portali Instagram i Pinterest.

W bieżącym roku dominuje delikatny, romantyczny róż w zestawieniu z kolorem brzoskwiowym, koralowym lub malinowym. Równie modne są prostota i minimalizm, wyrażane przez stonowaną szarość i elegancką biel, choć w czołówce ślubnych trendów – podobnie jak w 2017 roku – pozostaje styl boho. Świetnie sprzedają się naturalne kompozycje, najlepiej z roślin sezonowych – dali, piwonii, bżów, słoneczników, konwalii czy stokrotek. Wianki na głowach panien młodych czy kwietne litery, idealne jako tło weselnych zdjęć, można kupić np. w pracowni Bukietlove na krakowskim Podgórzu. Właścicielki, dwie architektki krajobrazu, oferują kompleksową kwiatową oprawę uroczystości. Tzw. ślubny dekor jest też specjalnością pracującego na terenie całej Polski Wietrzne-go Pola. W jego ofercie jest kilka pakietów określających warunki upiększania miejsca ceremonii oraz przyjęcia, a ich ceny wahają się od kilkuset do kilku tysięcy złotych.

DONICZKOWY ZAWRÓT GŁOWY

Do rozkwitu branży florystycznej przyczyniła się również trwająca wciąż moda na rośliny doniczkowe, szczególnie określonych gatunków. Sporą popularnością cieszy się zwłaszcza monstera dziurawa – jej duże, błyszczące liście z charakterystycznymi wcięciami to częsty element dekoracyjny. Wzór tego egzotycznego kwiatu pojawia się często w modzie i branży wnętrzarskiej – zdobi ubrania, tapety, zastawy czy rękodzieło. W mieszkaniach i domach królują także sanseweria, pilea, sukulenty, zamiokulkas zamiolistny oraz powracające do łask paprotki. Kwiaciarze powinni je mieć w sprzedaży i podpowiedzieć klientowi, że będą one modnym elementem wystroju wnętrza mieszkania. Niektórzy ograniczają się do roślin doniczkowych – tak robi np. poznańska Roślinka, która sprzedaje również także w kanałach online. ●



Wietrzne Pole

O popularności monstery świadczą pojawiające się na Instagramie hasztagi – #monstera występuje w blisko 384 tys. postów, a #monsteramonday w ponad 78 tys. postów. Z kolei hasztag #pilea można znaleźć w ok. 125 tys. postów na Instagramie.

© FOT. WIETRZNE POLE

EWELINA
LISOWSKAMARTA
GAŁUSZEWSKAHONORATA
SKARBEK

KSIĄŻE CZARUŚ

KOCHA
LUBI
SZPANUJE



W KINACH OD 27 LIPCA

4 sierpnia w Krakowie peleton z najlepszymi kolarzami świata wyruszy na trasę 75. Tour de Pologne UCI World Tour – wyścigu wyjątkowego, bo obchodzącego 90. urodziny przypadające w stulecie odzyskania przez Polskę niepodległości. Te dwie rocznice są ze sobą ściśle powiązane.

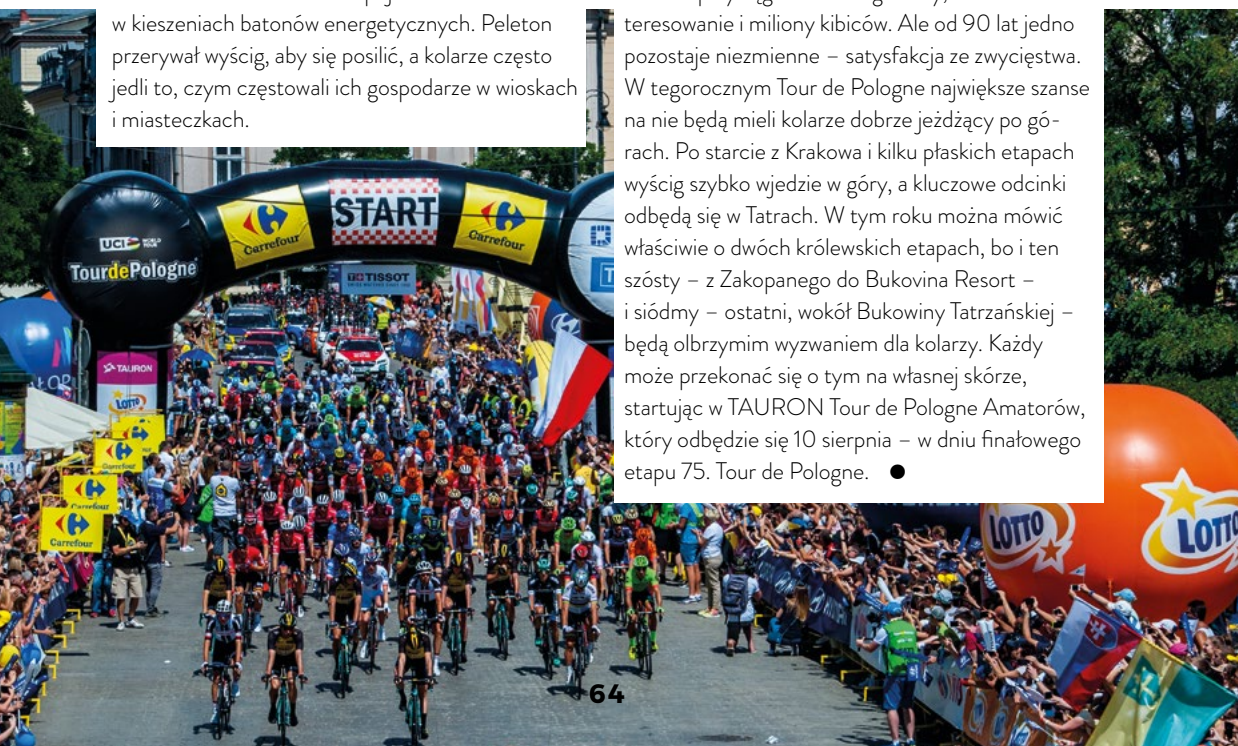
TOUR DE POLOGNE

NARODOWY WYŚCIG NIEPODLEGŁOŚCI

Idea narodowego wyścigu kolarskiego w Polsce pojawiła się niedługo po odzyskaniu niepodległości w 1918 roku. Inicjatywa Warszawskiego Towarzystwa Cyklistów i redakcji „Przeglądu Sportowego” szybko nabierała realnych kształtów, aż w 1928 roku ze słynnego toru na Dynasach wystartował I Kolarski Bieg Dookoła Polski. Patronat honorowy prezydenta Ignacego Mościckiego, a także przewodnictwo w Komitecie Honorowym marszałka Józefa Piłsudskiego świadczyły o wyjątkowej randze sportowej imprezy. Imprezy szczególnej, bo kolarstwo, jak żadna inna dyscyplina, jest blisko ludzi, zagląda do okien, a bohaterowie są na wyciągnięcie ręki. Przed wojną miało to także realny wymiar. Żaden z kolarzy nie woził wówczas bidonów z napojami i nie chował w kieszeniach batonów energetycznych. Peleton przerywał wyścig, aby się posilić, a kolarze często jedli to, czym częstowali ich gospodarze w wioskach i miasteczkach.

Na przestrzeni lat zarówno kolarstwo, jak i sam wyścig przeszły wiele przeobrażeń. Można się o tym przekonać, zwiedzając mobilne muzeum Tour de Pologne. Pierwszy tego typu projekt na świecie powstał specjalnie z okazji 90. urodzin wyścigu. To miejsce, w którym tradycja łączy się z nowoczesnością, a każdy zwiedzający może dotknąć historii kolarstwa – od pierwszego roweru na ziemiach polskich po najnowsze osiągnięcia kolarskiej technologii.

Dziś Tour de Pologne to najważniejszy wyścig kolarski w Europie Środkowej, a także świetnie naoliwiona maszyna organizacyjna i logistyczna, która co roku przyciąga kolarskie gwiazdy, medialne zainteresowanie i miliony kibiców. Ale od 90 lat jedno pozostaje niezmiennie – satysfakcja ze zwycięstwa. W tegorocznym Tour de Pologne największe szanse na nie będą mieli kolarze dobrze jeżdżący po górach. Po starcie z Krakowa i kilku płaskich etapach wyścig szybko wjedzie w góry, a kluczowe odcinki odbędą się w Tatrach. W tym roku można mówić właściwie o dwóch królewskich etapach, bo i ten szósty – z Zakopanego do Bukovina Resort – i siódmy – ostatni, wokół Bukowiny Tatrzańskiej – będą olbrzymim wyzwaniem dla kolarzy. Każdy może przekonać się o tym na własnej skórze, startując w TAURON Tour de Pologne Amatorów, który odbędzie się 10 sierpnia – w dniu finałowego etapu 75. Tour de Pologne. ●



Tour de Pologne[®]

LAT

niepodległa

1928 - 2018
NARODOWY WYŚCIG NIEPODLEGŁOŚCI



KRAKÓW – KRAKÓW | TARNOWSKIE GÓRY – KATOWICE | STADION ŚLĄSKI CHORZÓW – ZABRZE
JAWORZNO – SZCZYRK | KOPALNIA SOLI „WIELICZKA” – BIELSKO-BIAŁA
ZAKOPANE – BUKOVINA RESORT | BUKOVINA RESORT – BUKOWINA TATRZAŃSKA

Sponsor Główny		Sponsorzy Oficjalni		Partner Strategiczny	
Carrefour		TAURON	HYUNDAI	LOTOS	LOTTO
Oficjalni Partnerzy		Oficjalny Pomiar Czasu		Główni Patroni Medialni	
FRAIKIN	studio55	TISSOT	onet	SPORTOWY	TVP 1
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	Fakt	cityboard media	TVP SPORT
Partnerzy		Patroni Medialni		Sponsorzy Wspomagający	
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	TOUR	IMPULS	MAVIC
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	TOUR	IMPULS	MAVIC
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	TOUR	IMPULS	MAVIC
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	TOUR	IMPULS	MAVIC
BUKOVINA RESORT	MAŁOPOLSKA	quest	TOUR	IMPULS	MAVIC

75. Tour de Pologne UCI WORLD TOUR 4-10.08.2018 LANGTEAM www.langteam.com.pl

FESTIWALOWE WAKACJE



1 JAROCIN FESTIWAL 2018

13-15.07.2018

JAROCIN

Tegorocznym motywem przewodnim wydarzenia będzie życie i twórczość Johna „Johnny’ego Rottena” Lydona – legendarnego wokalisty Public Image Limited i Sex Pistols. Odwołania do jego muzycznej i pozamuzycznej działalności odnajdziemy niemal w każdym festiwalowym projekcie – od kina, przez wystawy i spotkania, aż po książki i wystroj miasta. Wielkie emocje budzi także konkurs dla debutantów Rytm Młodych, w którego jury zasiądzie m.in. Katarzyna Nosowska. Oprócz kilkudziesięciu koncertów, program obejmuje pokazy kinowe, warsztaty, spotkania z artystami i after party. Po raz kolejny Jarocin wykorzysta całą swoją przestrzeń miejską – pojawi się Scena Park, Scena Rynek, Scena Ruiny i Scena Spichlerz.

jarocinfestival.pl

2 MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL FILMÓW ANIMOWANYCH ANIMATOR

6-12.07.2018

POZNAŃ

300 filmów z całego świata, konkurs, retrospektywy, przeglądy tematyczne i premiery – to oferta nie tylko dająca duży wybór, ale również spełniająca międzynarodowe standardy. Dlatego też poznański ANIMATOR otrzymał status festiwalu kwalifikującego do Oscarów, a zdobywca Grand Prix (Złoty Pegaz) będzie miał skróconą ścieżkę do oscarowych nominacji w kategorii Animowany Film Krótkometrażowy. Głównym bohaterem tegorocznej edycji będzie Jan Lenica, który w latach 50. XX w. zrewolucjonizował światową kinematografię animowaną.

animator-festival.com



3 OFF FESTIVAL KATOWICE

3-5.8.2018

KATOWICE

OFF Festival to wydarzenie, które ma nie tylko dostarczać mocnych wrażeń, lecz także w pewnym sensie niepokoić, prowokować do zadawania pytań, a także inspirować do nowych poszukiwań. Na OFFa przyjeżdża się, by odkryć nowe brzmienia lub usłyszeć legendy światowej muzyki alternatywnej. Oprócz oferty różnorodnych koncertów, warto wybrać się do Kawiarni Literackiej, Kina czy PiaskOFFnicy – strefy dla najmłodszych, mieszczącej się w najcichszym zakątku festiwalowego terenu.

off-festival.pl



4 XXII MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL TEATRÓW PLENEROWYCH I ULICZNYCH FETA

12-15.07.2018

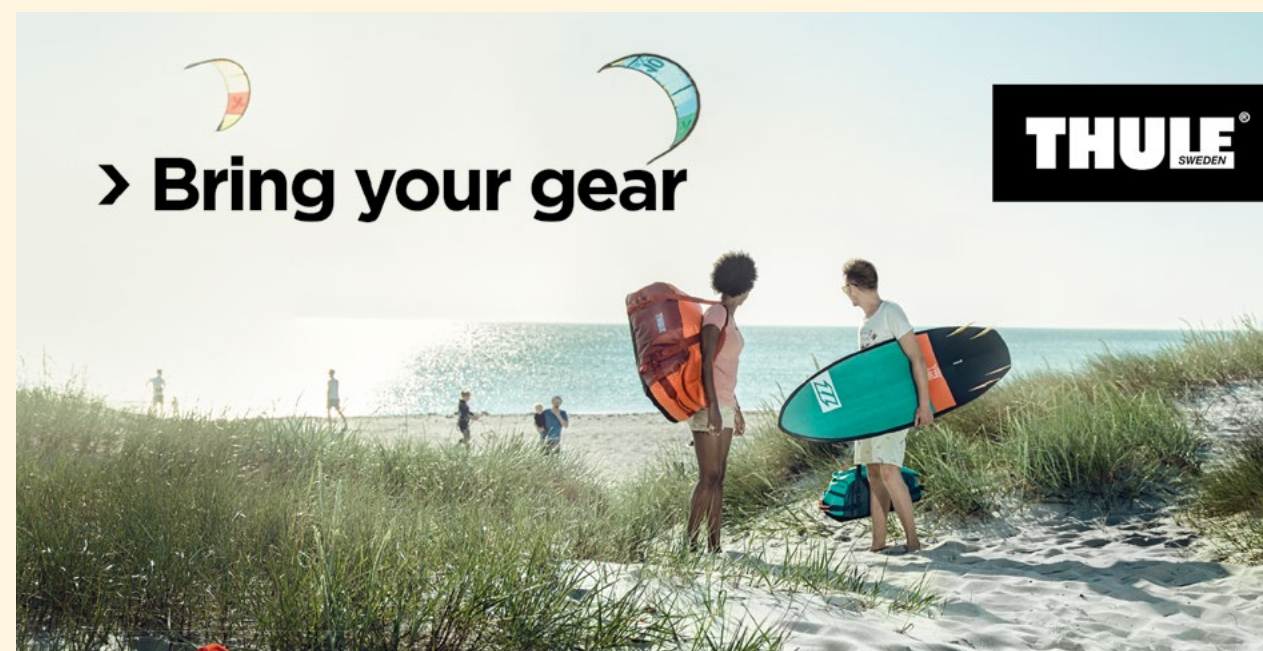
GDAŃSK

W ciągu czterech dni FETA odbędzie się kilkadziesiąt spektakli, do Gdańska przyjedzie 20 teatrów z 10 krajów, m.in. z Hiszpanii, Portugalii, Wielkiej Brytanii oraz Francji, a nawet z dalekiej Korei Południowej. Zaplanowane zostały zarówno duże widowiska, jak i małe formy. Organizatorzy przygotowali również ofertę skierowaną do najmłodszego widza oraz wystawę Foto FETA przy Centrum Festiwalowym, prezentującą najpiękniejsze i najbardziej intrygujące zdjęcia wykonane podczas ubiegłorocznej edycji.

feta.pl



REKLAMA



Thule Chasm

Nasze szeroko otwierane, wytrzymałe i odporne na różne czynniki atmosferyczne torby, wyposażone w zdejmowane szelki plecakowe, nadają się do przewożenia sprzętu w każdych warunkach.

Bring your life
thule.com

„Inwazja”,
reż. Shahram Mokri

Światowe kino z innej perspektywy

ANNA HOFMAN

Międzynarodowy Festiwal Filmowy Nowe Horyzonty

To festiwal bez kompromisów. Ma już ugruntowaną renomę – od 18 lat prezentuje ambitne, autorskie i intrygujące kino. Nic dziwnego, że do Wrocławia co roku przyjeżdżają tysiące kinomanów.

Kontrowersyjne tematy, nietuzinkowe środki wyrazu, twórczość oryginalnych reżyserów, produkcje z najdalszych zakątków świata, a nawet dzieła zapomniane, które w dzisiejszych czasach warto przypomnieć światu – właśnie z takich pokazów słynie Międzynarodowy Festiwal Filmowy Nowe Horyzonty. W tym roku już po raz 18. zaprezentuje polskim widzom przemyślaną selekcję ambitnego, artystycznego kina, wychodzącego poza wszelkie konwencje i konwenanse.

FILMOWE RETROSPEKTYWY

Jak co roku jednym z głównych punktów programu będą retrospektywy reżyserskie. Tym razem zostanie przybliżona twórczość aż pięciu niezwykłych artystów kina. Zobaczymy m.in. zachwycające wizualnie, prowokacyjne baśnie dla dorosłych brytyjskiego filmowego outsidera Nicolasa Roega, poetyckie obrazy jednej z najciekawszych europejskich reżyserek, pochodzącej z Węgier Ildikó Enyedi, a także dorobek dwóch mistrzów kina

portugalskiego – tworzącego ascetyczne obrazy Pedro Costy oraz preferującego anarchizm i fantazję João Césara Monteiro.

FESTIWAL Z MISTRZEM

Z okazji 100. rocznicy urodzin Ingmara Bergmana Festiwal Nowe Horyzonty dołączył do międzynarodowego projektu „Bergman 100”. Z tej okazji na wydarzeniu zostaną wyświetlone najważniejsze dzieła wybitnego szwedzkiego reżysera. Poza ośmioma cyfrowo zrekonstruowanymi realizacjami jego autorstwa będzie można zobaczyć także dokumenty i współczesne filmy inspirowane twórczością Bergmana,

REKLAMA

które nie były prezentowane wcześniej w Polsce. Ciekawie zapowiadają się również dwie wystawy poświęcone reżyserowi. Stworzona z trzydziestu dwóch unikatowych klipów interaktywna instalacja autorstwa Annmari Kastrup i Andersa Rabeniusa odsłoni nieznana dotąd twarz szwedzkiego twórcy, a wystawa „W stylu Bergmana: kino, moda, sztuka” pokaże, jaki wpływ na te dziedziny wywarły jego filmy.

„Wiedźmy”, reż. Nicolas Roeg

Wygraj jedno z pięciu podwójnych zaproszeń na Międzynarodowy Festiwal Sztuk TRANS/MISJE! Szczegóły na wpodroz.com.pl

Konkurs



Międzynarodowy Festiwal Sztuk
Rzeszów-Koszyce-Ostrawa-Debreczyn-Lwów-Troki

TRANS/MISJE

25-31 sierpnia www.trans-misje.pl

40 wydarzeń z 6 krajów
i tylko 1 podróż
RZESZÓW



> DZIEWCZYŃSKI PUNKT WIDZENIA

Trzecie Oko to sekcja, która co roku śledzi trendy i idee obecne w kulturze. Tym razem organizatorzy wezmą pod lupę pojęcie „dziewczyńskość” i wybiorą filmy redefiniujące burzliwy okres buntu i szukania kobiecej tożsamości w duchu girl power. Na ekranie zobaczymy dzieła, w których ważne są społeczne role, stereotypy, relacje z chłopakami, a także fantazje, marzenia i emocje, z którymi w trakcie dojrzewania musi się skonfrontować każda nastolatka. Co istotne, spojrzmy na nie oczami kobiet, a nie mężczyzn (tzw. ang. male gaze), bo podczas tej sekcji zostaną pokazane tylko obrazy nakręcone przez reżyserki – to świetna okazja, by przekonać się, jak współczesne dziewczyny postrzegają świat i siebie.

„Zniknięcie”, reż. Ali Asgari



„Team Hurricane”, reż. Annika Berg

MILLENIALSI Z BLISKIEGO WSCHODU

Podczas Nowych Horyzontów wyświetlone zostaną również najnowsze produkcje irańskie. Przegląd „Iran : Iran” to dwanaście współczesnych opowieści, które przybliżą odbiorcom punkt widzenia pokolenia urodzonego w czasach rewolucji islamskiej oraz młodych twórców skonfrontowanych na emigracji z kulturą Zachodu. Pokazom filmów będzie towarzyszyć wystawa sztuki perskich artystów wizualnych w galerii Studio BWA.

KINO KRÓTKIE, KLASYCZNE, PLENEROWE

Poza głównymi sekcjami i retrospektywami na wydarzeniu nie zabraknie oczywiście stałych bloków tematycznych. Widzowie obejrzą pokazy odrestaurowanych klasyków kina i najnowsze polskie krótkie metraże. W programie znalazły się również starannie wyselekcjonowane najważniejsze produkcje sezonu, filmy o sztuce, ambitne kino dla dzieci oraz pokazy plenerowe, organizowane codziennie na wrocławskim rynku. Wiezorami emocje związane z X muzą można będzie odreagować podczas koncertów i imprez w Klubie Festiwalowym w Arsenale. ●

18. Międzynarodowy Festiwal Filmowy Nowe Horyzonty
odbędzie się w dniach
26 lipca – 5 sierpnia 2018 roku
we Wrocławiu.

Szczegóły na stronie
nowehoryzonty.pl

CHOPIN I JEGO EUROPA

9-31.08

WARSZAWA 2018

14. MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL MUZYCZNY OD CHOPINA DO PADEREWSKIEGO

CHOPIN AND HIS EUROPE
THE 14TH INTERNATIONAL MUSIC FESTIVAL FROM CHOPIN TO PADEREWSKI

Bilety już w sprzedaży:
www.bilety.nifc.pl
Tickets on sale
www.tickets.nifc.pl

PROJEKT REALIZOWANY W RAMACH OBCHODÓW STULECIA ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI

MECENAS

ORLEN

PARTNER GŁÓWNY

LOTTO

WSPÓŁORGANIZATORZY

dvojka POLSKIE RADIO

PROJEKT WSPÓŁFINANSUJE MIASTO STOŁECZNE WARSZAWA

PATRONAT HONOROWY
PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ
ANDRZEJA DUDY
W ROKU 100-LECIA
ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI
1918-2018

niepodległa

PARTNERZY

FILHARMONIA NARODOWA

LEXUS

REGENT

PARTNER MEDIALNY

LOTNISKO CHOPINA WARSZAWA

SKM

PATRONI MEDIALNI

RZECZYPOSPOLITA

POLSKIE RADIO

Chopin

PATRONI MEDIALNI

pap

VOGUE

ams

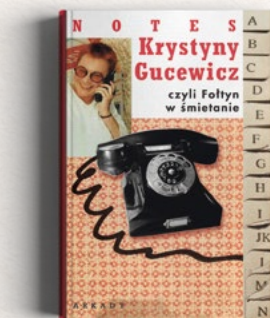
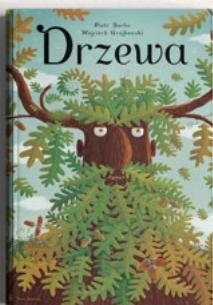


LIPCOWE PREMIERY

Wojciech Grajkowski, Piotr Socha
„Drzewa”

Znany polski ilustrator Piotr Socha zaprojektował kolejną niebanalną książkę dla wydawnictwa Dwie Siostry. Warto przypomnieć, że jego wcześniejsza publikacja „Pszczółki” została doceniona na całym świecie i w ciągu 3 lat doczekała się 21 wydań zagranicznych. Tym razem we współpracy z Wojciechem Grajkowskim, doktorem biologii i wielkim pasjonatem edukacji, przygotował ilustrowaną encyklopedię drzew, która zawiera zarówno informacje z zakresu wiedzy przyrodniczej, technicznej, jak i wiele ciekawostek kulturowych. Album tworzą 34 wielkoformatowe plansze pełne szczegółów zachęcających do lepszego poznania niezwykłego świata drzew. Dla dzieci i dla dorosłych.

Wydawnictwo Dwie Siostry



Krystyna Gucewicz
„Notes Krystyny Gucewicz,
czyli Fołtyn w śmietanie”

Nie każda dziennikarka potrafi zgromadzić tak obszerny materiał prasowy w jednej publikacji, ale Krystynie Gucewicz – dodatkowo także poetce i reżyserce teatralnej – nie brakuje historii i anegdot. Na niezwykłą umiejętność snucia zajmujących opowieści ma wpływ otwartość, serdeczność i wrażliwość artystyczna autorki. W swych zajmujących felietonach wymienia takie barwne osobowości polskiej kultury i sztuki, jak Hanka Bielicka, Gustaw Holoubek, Agnieszka Osiecka czy Violetta Villas. Doskonała lektura na wakacje.

Wydawnictwo Arkady

Ola Synowiec
„Dzieci szóstego słońca.
W co wierzy Meksyk”

„Miejsce, w którym agent 007 i zaklinacz deszczu stoją koło siebie, nie wchodząc sobie w paradę” – tak komentuje współczesny Meksyk Paweł Drozd, redaktor radiowej Trójki, recenzując najnowszą publikację Wydawnictwa Czarne. Według Narodowego Spisu Powszechnego INEGI, w 2010 roku prawie 90% Meksykanów deklaruowało wyznanie katolickie. Jednak w ciągu kilku lat zmieniła się religijna rzeczywistość. Reportaż „Dzieci Szóstego Słońca” jest próbą uchwycenia kształtującej się na nowo tożsamości mieszkańców tego kraju. Młodzi, wykształceni przedstawiciele pokolenia smartfonów wracają do indiańskich korzeni, szukają przedhiszpańskich bogów, a przez to weryfikują swoją współczesną duchowość.

Wydawnictwo Czarne



ŹRÓDŁO: MATERIAŁY PRASOWE



MUZYCZNA LISTA OD KORTEZA



© FOT. HUBERT MISIĄCZYK

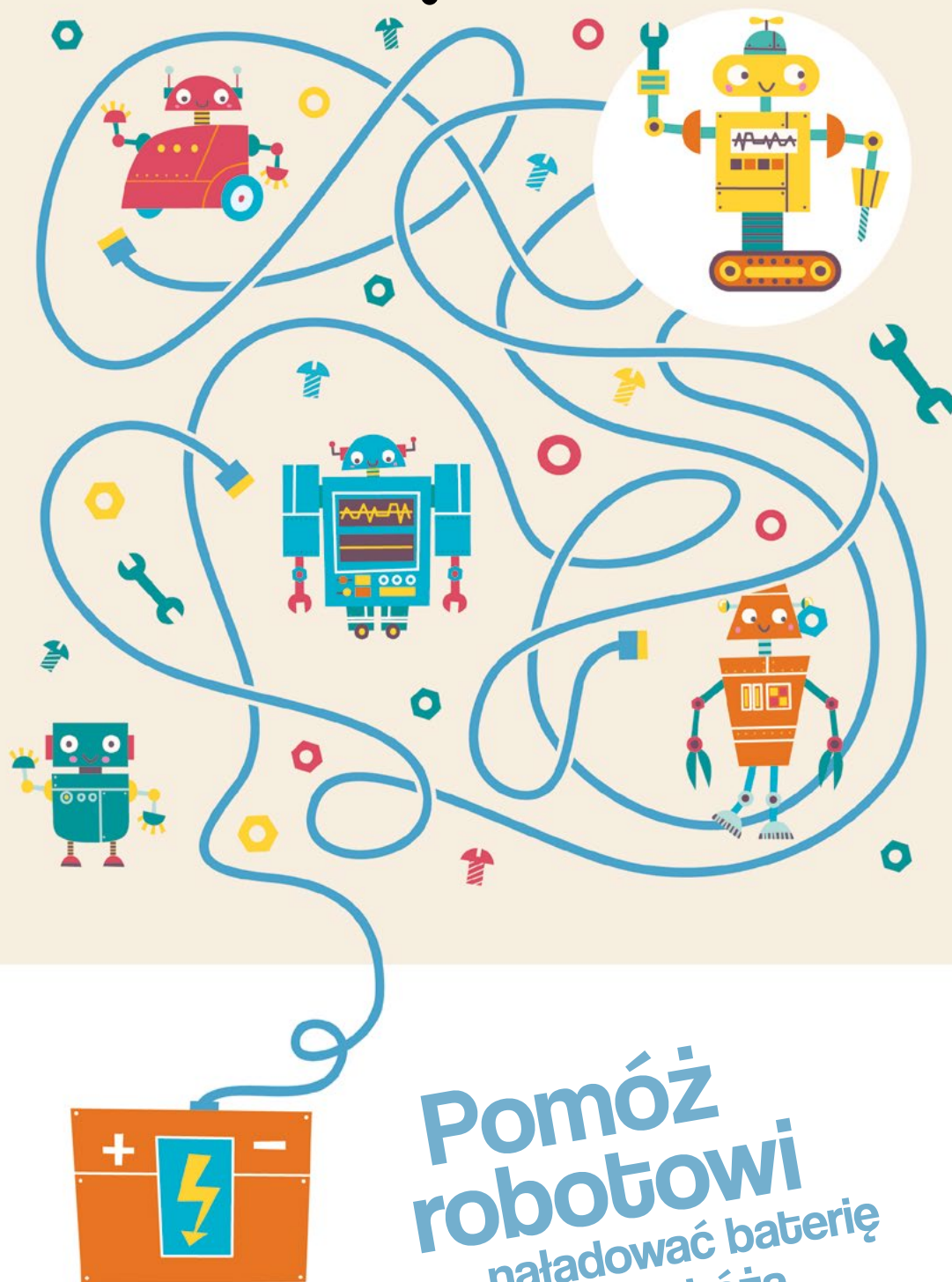
Większość podróżnych umila sobie czas w pociągu, oddając się lekturze lub słuchając muzyki. Niekiedy chcemy odpocząć od ulubionych płyt i dobrze znanych utworów. Do muzycznej zmiany może zainspirować również propozycja najlepszych płyt i piosenek przygotowana dla Czytelników miesięcznika „W Podróż” przez Korteza.

Słuchaj w Spotify: posłuż się linkiem
bit.ly/playlistawpodroz
lub wyszukaj profil W Podróż

Pochodzący z lwonicka muzyk, którego twórczość to ewenement na polskiej scenie. W 2015 roku zadebiutował piosenką „Zostań”. Błyskawicznie zyskał rozgłos oraz sympatię zarówno słuchaczy, jak i krytyków. Obdarzony głębokim i odrobinę szorstkim głosem, śpiewa nieprzekombinowane piosenki o miłości i jej braku. Małomówny, o ciepłym i przenikliwym spojrzeniu, bardzo szybko stał się ponadpokoleniowym głosem w naszym kraju. Jego letnia trasa koncertowa obejmuje takie wydarzenia, jak Jarocin Festiwal, Męskie Granie (Poznań, Katowice, Gdynia), Edison Festival – Taste The Music w Baranowie, Powidz Jam Festiwal czy Olsztyn Green Festival.

facebook.com/kortezjazzboy

- 1 SOL SEPPY – SLO FUZZ
- 2 RAVING GEORGE FEAT. OSCAR AND THE WOLF – YOU'RE MINE
- 3 VALKY VIBES – WYJDŹ ZE MNĄ NA DESZCZ (REMIX)
- 4 ELVIS PRESLEY – ARE YOU LONESOME TONIGHT
- 5 WU-TANG CLAN – C.R.E.A.M.
- 6 JOHN LENNON & GEORGE HARRISON – GUITAR GENTLY WEEPS
- 7 DIMMU BORGIR – FEAR AND WONDER
- 8 FRYDERYK CHOPIN – KONCERT FORTEPIANOWY E-MOLL
- 9 THE BEATLES – DON'T LET ME DOWN
- 10 YANN TIERSEN – PORZ GORET



**Pomóż
robotowi**
naładować baterię
przed podróżą

intercity.pl



WCZEŚNIEJ
bilety TANIEJ
nawet o
30%

Zaplanuj
podróż!

„IM WCZEŚNIEJ KUPIMY BILETY,
TYM BARDZIEJ CIESZY
PODRÓŻ POCIĄGIEM”

PKP INTERCITY. TYSIĄCE POWODÓW DO PODRÓŻOWANIA.

ic
PKP INTERCITY

Lato
2018



55

wakacyjnych
kierunków
z wylotem z Katowic

