



PODRÓŻ

Z PKP INTERCITY – NARODOWYM PRZEWOŹNIKIEM KOLEJOWYM

WPODROZ.COM

ISSN 2544-1019

P
O
M
Y
S
Ł



NR
1₍₂₀₎
STYCZEŃ
2019

SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU

życzy


SUEMPOL



O niektórych ludziach mówi się, że mają sto pomysłów na minutę, innym wystarczy jeden, aby oprzeć na nim całe swoje życie. Można odnieść wrażenie, że w dzisiejszym świecie jak nigdy ceni się kreatywność i nieszablonowe inicjatywy. Coraz więcej osób wykorzystuje więc swoje umiejętności i otwartą głowę, nie boi się podjąć ryzyka i postawić wszystkiego na jedną kartę. Założenie bloga, rozpoczęcie kursu programowania, własny start-up, a może freelancing z domu? Dróg do wymarzonej pracy jest sporo, ale gdy w końcu znajdziemy tę jedną, nawet zajęte weekendy będą nam niestraszne – o czym opowiada konduktorka PKP Intercity, Magdalena Warso-Kępa.

Pomysł na siebie warto zacząć rozwijać właśnie teraz. Początek nowego roku to czas, kiedy odważnie podchodzimy do zmian i chętniej stawiamy przed sobą różnego rodzaju wyzwania – od częstszego sięgania po książki aż po zmianę kierunku kariery. Jak tłumaczy psycholog sportu Karolina Chlebosz w tekście „Tym razem się uda!”, już samo dążenie do realizacji planów może być przyjemne. Warto jednak poznać sprawdzone sposoby na to, aby wytrwać w postanowieniach i poczuć satysfakcję z tego, że osiągnęliśmy nasz cel. Dzięki temu staniemy się pewniejsi siebie i szczęśliwsi – czego serdecznie Państwu życzę w nowym 2019 roku! 



FOT. MOIZ, MATYŁDA MAŁECKA

Ewa Cieślak
Redaktor naczelna



Symbol
2018

styczeń 2019


PODRÓŻ
Z PKP INTERCITY - NARODOWYM PRZEWÓZNIEM KOLEJOWYM

WYDAWCA, REALIZACJA



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

REDAKTOR NACZELNA

Ewa Cieślak

KOORDYNACJA PROJEKTU

Karolina Rynasiewicz

WSPÓŁPRACA REDAKCYJNA

Andrzej Skwarek,
Adriana Łączyńska (PKP Intercity)

SKŁAD, DTP

Michał Kulesza

LAYOUT

Agata Szulc, Michał Kulesza

FOTOGRAFIA NA OKŁADCE

Anna Miś (Instagram: aniamis)
i Paweł Sołtyński (Instagram: prozipix)

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Sylvia Kupczyk, Agnieszka Dyniakowska,
Weronika Borkowska, Adam Horowski

REKLAMA

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

Beata Łuczak,
tel. + 48 789 448 080,
b.luczak@skivak.pl

ZDJĘCIA

Shutterstock.com,
mat. prasowe

KONTAKT

wpodroz@skivak.pl,
wpodroz.com

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

W tym numerze

NR
1 (20)
STYCZEŃ
2019

12
Jeśli
ferie,
to
w górach


ŚLEDŹ NAS
NA INSTAGRAMIE
@wpodroz

Nie dokończysz
lektury w pociągu?
Zrób zdjęcie kodu,
by wygodnie
czytać magazyn
na ekranie
smartfonu.



#TYSIĄCEPOWODÓW

Opowiedz nam swoją historię!
Oznacz zdjęcie z podróży
na Instagramie **#wpodroz**
lub **#pkpintercity** – najlepsze
zdjęcia opublikujemy!



@adriannagawinska6

Dom coraz bliżej
#zawiercie #kierunekdom
#pociąg #pkpintercity



@elakostecka

Podróżniczka !
#podroze #podrozemaleiduze
#dzieckowpodrozy
#pkpintercity



16

W RELACJE

- 8 TYM RAZEM SIĘ UDA!
NOWOROCZNE POSTANOWIENIA
- 12 JEŚLI FERIE, TO W GÓRACH
- 16 ALFABET MIASTA: MEDIOLAN
- 20 JĘZYK W PODRÓŻY: WŁOSKI



28

W BIZNES

- 44 TYSIĄCE POWODÓW DO...
PROGRAMOWANIA
- 45 DWORZEC SERCEM MIASTA
- 46 W TRASĘ!
- 48 ZAWÓD: KONDUKTOR
EN: OCCUPATION:
TRAIN CONDUCTOR
- 53 Z POZNANIA DO PIŁY
O OK. 40 MIN KRÓCEJ
- 56 BLOGOWANIE, FREELANCING
I COWORKING. PRACE XXI W.
- 60 BIZNES, KTÓRY ZMIENIA
ŚWIAT NA LEPSZE

W KULTURĘ

- 24 WYWIAD ZE SŁAWĄ PRZYBYLSKĄ
- 28 CZAS MASKARAD
- 32 PODRÓŻ PRZESZŁOŚCI: POMNIKI
- 34 LWÓW ŚLADAMI WIELKICH UMYŚŁÓW
- 38 STYCZNIOWE WYDARZENIA
- 40 STYCZNIOWE PREMIERY
- 42 MUZYCZNA LISTA
OD GRZEGORZA TURNAUA

W ZABAWĘ

- 64 SZMINKA I KREDKA
- 68 CHARYTATYWNIE W NOWY ROK
- 70 #MNIE ŚMIESZY,
CZYLI CO KRAJ, TO OBYCZAJ
- 74 FERIE PO ANGIELSKU
- 78 MAŁY PODRÓŻNIK



48

intercity.pl



Zaplanuj podróż!

Na narty do Karpacza? Skorzystaj z sezonowych połączeń Warszawa-Wrocław-Karpacz.

Do Jeleniej Góry dojedziesz pociągiem PKP Intercity, a stamtąd do Karpacza, sprzed dworca, zabierze Cię autobus Polbus-PKS. Na całą podróż kup jeden bilet – w cenie połączenia kolejowego do Jeleniej Góry.

PKP INTERCITY. TYSIĄCE POWODÓW DO PODRÓŻOWANIA.

Partner w podróży:

POLBUS PKS



Oferta dostępna od 20.XII.2018 r., szczegóły i rozkład jazdy na intercity.pl

IC
PKP INTERCITY

R
L
E
A
C
J
E



Sylwester i Nowy Rok to wyjątkowe dni. Oddajemy się wtedy refleksji i otwieramy na to, co dopiero pojawi się w naszym życiu. Wspominamy, analizujemy sukcesy oraz porażki. Pełni nadziei i wiary wyznaczamy nowe cele. Dlaczego więc później zwalniamy tempo i rezygnujemy z naszych planów?

TEKST: Karolina Chlebosz, psycholog sportu



Tym razem się uda!

noworoczne postanowienia

PBadania neuropsychologów udowodniły, że ludzie stawiając sobie jakiś cel do wykonania, postrzegają go tak, jakby był częścią ich samych. Gdy nie udaje się tego osiągnąć, dokucza im ból podobny do towarzyszącego utracie czegoś, co do nich należało. Ten mechanizm ma też przeciwne działanie – ułatwia finalizację obranych celów. Jeden z neuroprzekaźników – dopamina – sprawia bowiem, że już na etapie dążenia do ich realizacji odczuwamy przyjemność.



Nowy rok to świetna okazja do nauki malarstwa...

...lub programowania



styczeń 2019

PO CO TO WSZYSTKO?

To pytanie z pozoru retoryczne, bo przecież wydaje się oczywiste, że jeśli chcemy coś w życiu osiągnąć, trzeba postawić sobie jakiś cel. Dlaczego więc poświęcać czas na spisywanie i definiowanie naszych planów? Dzięki temu łatwiej nam będzie określić życiowe priorytety i wyeliminować sprawy mało istotne. Formułowanie postanowień motywuje nas do ich realizowania i buduje naszą pewność siebie, gdy uda się nam osiągnąć sukces.

* DLACZEGO TAK TRUDNO WYTRWAĆ W POSTANOWIENIACH?

- Nasze postanowienia nie są wystarczająco skonkretyzowane – nie wiemy, od czego powinniśmy zacząć i jakie czynności wdrożyć, aby zrealizować cel.
- Próbujeśmy spełnić oczekiwania innych osób, zapominając o tym, czego sami pragniemy i potrzebujemy.
- Obawiamy się zmian, bo zwykle nie są ani łatwe, ani przyjemne. Jednak to my sami jesteśmy odpowiedzialni za nasze działanie i decydujemy, czy w naszym życiu coś się zmieni.

SKUTECZNE PLANOWANIE W KILKU KROKACH

1 KROK

Wyobraź sobie siebie za rok. Jak ma się potoczyć twoje życie? Nie bój się swoich marzeń! Pierwszy krok polega na wyraźnym stawianiu celów w różnych obszarach życia, takich jak np. kariera, rodzina, finanse, zdrowie, edukacja, relacje i związki, rozwój osobisty oraz pasje.

Weź kartkę papieru i podziel ją na pół. Zastanów się przez chwilę nad obszarami, które są dla ciebie ważne, i nad emocjami, jakie towarzyszą ci na co dzień lub rządzają.

Odpowiedz sobie na pytania:

- Co jest dla mnie najważniejsze w życiu?
- Co cenię najbardziej?
- Co lubię?
- Co mnie uszczęśliwia?

Spróbuj sformułować odpowiedzi w sposób, który będzie cię charakteryzował. Dla przykładu: jeżeli lubisz aktywność fizyczną i uszczęśliwia cię czas spędzony w ruchu, zapisz „Jestem najszczęśliwszy, kiedy mogę się ruszać i być aktywny”.

Zanotuj wszystkie odpowiedzi po lewej stronie kartki, tak by móc się do nich później odnieść. Teraz czas na stare nawyki. Pomyśl o tym, co w twoim dotychczasowym zachowaniu sprawia, że nie udaje ci się zrealizować postanowień oraz planów. Uświadom sobie wszystkie bariery, również te drzemące w tobie samym. Zapisz to wszystko po przeciwnej stronie.



PRZYKŁADY DOBRZE OKREŚLONYCH CELÓW

(przekreślone są ich nieprawidłowe wersje):

~~Będę dbać o zdrowie.~~ Od stycznia będę chodził raz w tygodniu na basen i na spacer.

~~Założę swój biznes.~~ Do końca tego roku założę z bratem firmę zajmującą się sprzedażą wysyłkową sprzętu audio.

~~Będę bardziej otwarty na ludzi.~~ Od przyszłego tygodnia będę poznawać dwie nowe osoby tygodniowo.



Nauka języków wymaga systematyczności.

2 KROK

Do każdego wypisanego na kartce obszaru dodaj po 2–3 cele. Na razie niech będą dość ogólne (nad ich precyzyjnym określaniem będziemy pracować później). Zapisywanie wszystkiego jest bardzo ważne, ponieważ zanotowane sprawy stają się swego rodzaju zobowiązaniem dla mózgu. Teraz z każdej grupy wybierz po jednym, najważniejszym dla ciebie celu, takim, na którym najbardziej ci zależy, a resztę wykreśl. Decydując, jak ma wyglądać twoje życie w tych obszarach, stworzysz pewien szkielet – na nim już od dziś będziesz mógł dobudowywać kolejne elementy: składowe tych największych celów. Wiedza o tym, co chcesz osiągnąć, postawi cię na dobrej drodze.

JAKI POWINIEN BYĆ CEL?

1. **Dokładny** – nie może być zbyt ogólny; musisz dokładnie wiedzieć, na czym on polega. Zadaj sobie pytanie: skąd będę wiedział, że osiągnąłem cel? Jeśli odpowiedź na to pytanie przychodzi ci z trudnością, to znaczy, że musisz go określić bardziej konkretnie. Przydatna też jest tutaj zasada 6W (*who, what, where, when, which, why*, czyli: kto, co, gdzie, kiedy, jak, dlaczego). Dobrze zdefiniowany cel będzie niósł informację stanowiącą odpowiedź na większość z tych pytań.
2. **Mierzalny** – musisz wiedzieć, kiedy cel może zostać osiągnięty i jak daleko od jego osiągnięcia się znajdujesz. Jeżeli na przykład chcesz być bogaty, musisz wiedzieć, ile dokładnie pieniędzy chcesz zarabiać.
3. **Ambitny, ale realny** – niech twoje cele będą dla ciebie wyzwaniem. Choć to trudne, zawsze mierz wysoko, nawet jeśli nie masz pewności, że zdołasz tam dotrzeć, a jednocześnie staraj się, aby cele były możliwe do osiągnięcia.
4. **Ograniczony czasowo** – ustal granice czasowe dla realizacji twojego celu. To zmotywuje cię do szybkiego działania.

3 KROK

Kiedy już masz zapisane na kartce wszystkie punkty, czas na określenie tzw. małych kroków. Mają one być odpowiedzią na pytanie „jak?”, zadane w odniesieniu do celu głównego. Zapisz swoje zadania zgodnie z ich priorytetem i rozbij je na mniejsze etapy. Pamiętaj o wyznaczeniu konkretnego terminu osiągnięcia każdego z nich. Zapamiętaj! Dobrze określone małe kroki są łatwe i wykonalne.

CELE POSTAWIONE, CO DALEJ?

Gdy już masz określone, wypisane i zaplanowane cele główne i małe kroki, które do nich prowadzą, możesz odetchnąć. Odlóż wszystko i odpocznij, a od kolejnego poranka codziennie wyobrażaj sobie swoje życiowe dążenia. Da ci to wiele motywacji do działania, będzie też utwierdzać mózg w przekonaniu, że twoje cele są już częścią ciebie. Praca, którą powinieneś teraz wykonać, to zbudowanie obrazu ambicji i aspiracji. Zamknij oczy i wyobraź sobie, jak będziesz się czuć, kiedy wszystkie twoje zamierzenia i plany się spełnią. Jak opisałbyś to uczucie? Wracając do chwili obecnej, każdorazowo zastanów się, jaki wykonasz pierwszy krok, żeby zbliżyć się do sukcesu.

Przykład: jeśli twoim zadaniem jest skuteczne zarządzanie czasem, to poprzez uświadomienie sobie, co to właściwie dla ciebie znaczy, co rozumiesz przez pojęcie „skuteczne” i jak jest to ważne dla ciebie, budujesz poziom motywacji wewnętrznej. Zastanów się, co zyskasz poprzez osiągnięcie „skutecznego gospodarowania czasem” – więcej chwil spędzonych z rodziną, większą wydajność w pracy, czas dla siebie, poczucie szczęścia i lepszą organizację, życiową równowagę? Wszystkie te myśli wzmacniają energię i motywację, a jeśli kiedykolwiek dopadną cię chwile zwątpienia, przypomnij sobie, na czym ci zależy i dlaczego.

PEWNOŚĆ SIEBIE

Pomyśl sobie, jak jesteś dobry. Zazwyczaj przyznanie się do własnej skuteczności przychodzi nam z trudnością. Wróć zatem myślami do pięciu najbardziej znaczących momentów w swoim dotychczasowym życiu. Przypomnij sobie, czego nauczyłeś się w tamtym czasie i co ci to daje obecnie.

Przykład: ważnym momentem było z pewnością podjęcie pierwszej pracy. To konkretne doświadczenie było lekcją, której nigdy nie zapomnisz. Nauczyłeś się, jak być odpowiedzialnym, zorganizowanym oraz punktualnym. Teraz jesteś silniejszy i bardziej świadomy tego, kim jesteś i chcesz być. Poprzez refleksję nad pięcioma chwilami, takimi jak ta, określił swoje silne strony, co pozwoli ci uzyskać nową perspektywę niezbędną do tego, by iść przez życie pewnym krokiem.

DZIAŁANIE

Po etapach analizowania, tworzenia i opracowywania nadeszła pora, aby wdrożyć plan w życie. Wykorzystaj w praktyce dotychczas odrobione lekcje i swoje mocne strony. Raz jeszcze zidentyfikuj kroki, jakie masz podjąć, i wyraźnie zobacz cele. **Rozpocznij** życie tu i teraz. Po prostu działaj!

Dobra organizacja ułatwia osiągnięcie celu.





Śnieg to obowiązkowy element zimowego wypoczynku. A gdzie się nim z pewnością nacieszymy? Oczywiście w górach! Specjalnie dla miłośników białego szaleństwa przygotowaliśmy przegląd zimowych, górskich kurortów, w których można przeżyć niezapomniany urlop z rodziną.

TEKST: Magda Nowicka

Jeśli ferie, to w górach

Wiele osób ma obawy przed podróżowaniem zimą. Niesprzyjające warunki pogodowe oraz oblodzone i zaśnieżone drogi sprawiają, że powstrzymujemy się przed długą jazdą samochodem, szczególnie w rejonach południowej Polski, gdzie pogoda bywa kapryśna. Nie warto jednak rezygnować ze swoich planów urlopowych! To dobry moment, by wybrać się w podróż pociągiem. Bezpiecznie dojedziemy nim do tak malowniczych miejscowości, jak Wisła, Krynica Zdrój czy Jelenia Góra. W tych miejscach wypoczną zarówno miłośnicy zimowych sportów, jak i wycieczek krajoznawczych czy po prostu blegiego relaksu.

U ŹRÓDEŁ KRÓLOWEJ POLSKICH RZEK

Według legendy powstanie rzeki Wisły związane jest z dwiema siostrami – Białką i Czarnuszką, córkami potężnego króla Beskida. Po jego śmierci miały one sprawować władzę nad wodami i pilnować, aby łąki i pola były żyzne. Siostry postanowiły jednak udać się w podróż, a zbiegając z wysokich gór, pozostawiły za sobą dwa strumienie. Wkrótce na ich drodze stanął rycerz Czantor, który zachęcił je do pozostania w rodzinnych stronach i podpowiedział, żeby puściły falę, która miała przynieść im wieści z dalekich stron. Fala o imieniu Wysła płynęła przez lasy i równiny, docierając nad Bałtyk. Zachwycona przepięknym widokiem dała się ponieść morzu i nigdy nie wróciła do swoich opiekunów.



STOLICA POLSKIEGO NARCIARSTWA

Z Wisły pochodzi nasz najsłynniejszy skoczek narciarski – Adam Małysz, na którego cześć wybudowano w 2008 roku skocznnię. Oprócz tego Wisła jest bardzo popularnym ośrodkiem narciarskim – na amatorów białego szaleństwa czeka aż 30 wyciągów i około 25 km tras zjazdowych, dostosowanych do umiejętności zarówno bardziej wprawionych narciarzy, jak i tych początkujących.



Pamiętką po tych wydarzeniach mają być dwa potoki, które spływają z Baraniej Góry – Czarna Wiselka i Biała Wiselka. W dolinie tej drugiej znajduje się popularna atrakcja turystyczna: Kaskady Rodła, czyli szlak, na którym znajdziemy 25 niezwykle malowniczych wodospadów. Zimą w Dolinie Białej Wiselki organizowane są kuligi z konnymi zaprzęgami, kończące się zwykle ogniskiem i biesiadą.

To jednak nie jedyne przyrodniczo-krajoznawcze atrakcje okolic Wisły. Leży ona w samym sercu Beskidu Śląskiego, przecinanego licznymi szlakami turystycznymi. Rodziny z małymi dziećmi bez problemu mogą wybrać ścieżkę spacerową, tzw. Pętlę Cierńkowską, która swój początek ma tuż przy skoczni im. Adama Małysza. Bardziej wprawieni wybiorą jedną z tras biegnących przez pobliskie pasma: Czantorii, Stożka, Przełęcz Kubalonki czy Równicy. Na ostatnim wspomnianym szczycie znajduje się schronisko, do którego mogą dotrzeć także zmotoryzowani turyści, a w jego pobliżu znajduje się wiele atrakcji stworzonych z myślą o dzieciach, w tym tor saneczkowy czy Leśny Park Niespodzianek.

FERIE W UZDROWISKU

Krynica Zdrój na przełomie XIX i XX wieku stała się bardzo popularną miejscowością uzdrowską, chętnie odwiedzaną przez polskich pisarzy, poetów i artystów. Wielkim propagatorem wód leczniczych był Józef Dietl – jego imieniem nazwano bulwary, przy których zlokalizowane są przepiękne zabytkowe wille i pensjonaty. Z tego okresu pochodzą także takie zabytki, jak Łazienki Borowinowe, Stare Łazienki Mineralne, Stary Dom Zdrojowy, Pijalnia Jana czy kościół Przemienienia Pańskiego. W latach powojennych nastąpił dalszy rozwój Krynicy Zdroju jako miejscowości uzdrowskiej, a także popularnej destynacji turystycznej, dzięki czemu powstały takie budynki, jak nowoczesna, monumentalna Pijalnia Główna. Wieczne spacerowanie po krynickich deptakach i bulwarach to dobry pomysł na odpoczynek po białym szaleństwie. Na narciarzy czeka bowiem najdłuższa oświetlona trasa w pobliskiej Jaworzynie Krynickiej, a także liczne stoki z wyciągami krzesełkowymi. Nudzić nie będą się także miłośnicy narciarstwa biegowego – pojawiły się nowo otwarte trasy, a szczególnie malownicza jest Tylisz – Krynica Góra Parkowa, z której można podziwiać widoki na okolicę.



Krynica Zdrój z każdej strony otoczona jest przez pasma górskie – Beskid Niski i Beskid Sądecki. Miasto jest też więc świetną bazą wypadową dla rodzinnych wycieczek krajoznawczych. Obowiązkowo trzeba wejść lub wjechać (kolejką gondolową) na szczyt Jaworzyny Krynickiej, z której roztacza się piękny widok na pobliskie góry. Warto także odwiedzić Bacówkę nad Wierchomlą – górskie schronisko na rozległej polanie, z której dostrzec można panoramę Tatr oraz Pasma Radziejowej.

DWA SERCA KARKONOSZY

Jelenia Góra to doskonałe miejsce, jeśli chcemy spędzić ferie w Karkonoszach. W odległości zaledwie kilkudziesięciu kilometrów znajdują się dwie turystyczne miejscowości – Szklarska Poręba i Karpacz. Do tej drugiej możemy wygodnie dojechać dzięki specjalnej ofercie łączącej podróż pociągami PKP Intercity do Jeleniej Góry i dalej autobusem POLBUS-PKS.

Karpacz to idealna miejscowość dla tych, którzy marzą o zdobyciu Śnieżki zimą. Pamiętajmy jednak, że jest to najwyższy szczyt Karkonoszy i Sudetów, szlak bywa oblodzony, a na samej górze często wieje porywisty wiatr. Dlatego jeśli planujemy pieszą wycieczkę z dziećmi, warto wybrać łatwą trasę do schroniska nad Łomniczką lub do Samotni, która swym malowniczym położeniem zachwyci szczególnie zimową porą.

W Karpaczu nie brak atrakcji dla najmłodszych – czekają na nich górki saneczkowe i tory pontonowe do snowtobingu, kryte lodowisko, a także przedszkola narciarskie, w których mogą rozpocząć przygodę z nartami lub snowboardem. Wiele stoków ma także wyciągi dostosowane do potrzeb dzieci.



MUSISZ ODWIEDZIĆ

Przechadzając się Bulwarami Dietla, warto zatrzymać się przy zabytkowej, XIX-wiecznej drewnianej willi „Romanówka”. W tym charakterystycznym, pomalowanym na niebiesko budynku mieści się muzeum Nikiłora – słynnego polskiego malarza prymitywisty. Artysta niemal przez całe życie związany był z Krynica Zdrojem, a w placówce zobaczymy zarówno osobiste pamiątki, jak i obrazy, rysunki, akwarele czy gwasze pochodzące ze wszystkich okresów jego twórczości. To świetny sposób, by zapoznać dzieci ze sztuką – może mali artyści dostrzegą podobieństwa pomiędzy rysunkami Nikiłora a swoimi?

**Koszt biletu: 12 zł normalny,
8 zł ulgowy**

MUZEUM TECHNIKI... Z KŁOCKÓW LEGO!

Zwykle dzieci nie przepadają za chodzeniem po muzeach. Inaczej jest w przypadku Muzeum Techniki i Budowli z Klocków Lego w Karpaczu.

Na dwóch piętrach znajdziemy interesujące ekspozycje, które rozpalą wyobraźnię zarówno najmłodszych, jak i dorosłych. Składają się one z makiet budowli najpopularniejszych serii oraz autorskich konstrukcji. Co ciekawe, zwiedzający mogą sami wprawiać w ruch pociąg, maszyny czy inne ruchome elementy.



FERIE W GÓRACH

Na zimowy urlop w górach wybierz się pociągami PKP Intercity.

Do Wisły dojedziesz bezpośrednim pociągami kategorii InterCity m.in. z Katowic, Częstochowy, Warszawy i Białegostoku, który dociera na stację Wisła Uzdrawisko. Ekonomiczne składy kategorii TLK zapewniają bezpośrednie połączenie Krynicy Zdroju z Krakowem, Warszawą i Trójmiastem. Natomiast jeśli do Jeleniej Góry wybierzesz pociąg Express InterCity Premium (Pendolino), dalej do Karpacza – w ramach jednego biletu – zawiezie cię autobus POLBUS-PKS.

Znajdź dogodnie połączenie na intercity.pl

reklama



B2B, B2C? B&B!

Witamy w naszych hotelach w Polsce

Nasze hotele
w Polsce

WARSZAWA | KRAKÓW | WROCŁAW | TORUŃ | KATOWICE | ŁÓDŹ

www.hotelbb.pl

alfabet
miasta:med
iol
an

Klasa, styl, luksus – wszystkie te słowa mogłyby być synonimami Mediolanu. To jedno z najnowocześniejszych miast we Włoszech, a może i w całej Europie. Zamożni, dumni ze swoich osiągnięć, zabiegani i zawsze pragnący więcej – tacy z kolei są prawdziwi milanesi, czyli jego mieszkańcy.

TEKST: Ewa Cieślak

M

MODA

Kiedy planować wypad do Mediolanu? Najlepiej już teraz – szczególnie jeśli kocha się modę. Rozpoczynający się 19 lutego Mediolan Fashion Week to wydarzenie, na którym są obecni wszyscy wyznaczający trendy w branży – projektanci, modelki, makijażyści czy styliści. Pasję do kreowania wizerunku widać jednak nie tylko na pokazach. Mawia się, że na ulicach z łatwością odróżnimy turystów od mieszkańców miasta. Ci drudzy słyną bowiem z wyjątkowego wyczucia stylu. Mężczyźni najczęściej noszą świetnie skrojone, szykowne ubrania, a kobiety idealnie łączą ze sobą torebkę i buty oraz zawsze mają nienaganny makijaż. To miasto oddycha modą jak żadne inne!



EMANUELE

Zakupy i Mediolan to połączenie tak naturalne, jak... Dolce & Gabbana. Fashioniści powinni skierować się prosto do Galleria Vittorio Emanuele II. Ta jedna z najstarszych na świecie galerii handlowych (ma ponad 150 lat!) swoją nazwę zawdzięcza pierwszemu królowi zjednoczonych Włoch. Zachwyca nie tylko pełnym przepychu wnętrzem i gigantyczną, przeszkloną kopułą rozpościerającą się nad głowami odwiedzających, lecz także sklepami, które się w niej znajdują. Kto chętny na buty Prady, torebkę Gucci, apaszkę od Versace? Zakupy można kontynuować w Quadrilatero della moda, czyli „kwadracie mody”. Składa się on z czterech ulic – via Montenapoleone, via Manzoni, via della Spiga i Corso Venezia. Pierwsza z nich jest najdroższą ulicą w Europie, a drukowane tam paragony opiewają średnio na kwotę 1800 euro.

DUOMO

„Olbryzym litej masy, jednocześnie jednak wydający się złudzeniem mrozu na szybie, który zniknąć może od jednego ciepłego oddechu” – tak o katedrze, uznawanej za najslawniejszy symbol Mediolanu, pisał Mark Twain. Warto obejrzeć wnętrze Duomo, ale obowiązkowo należy też wejść na jej dach, by móc z bliska, ze wszystkimi szczegółami, podziwiać fantastyczne średniowieczne pinakle, maszkarony i gargulce. Katedralny gmach, wraz z Castello Sforzesco (czyli Zamkiem Sforzów) czy La Scala (najstarszym gmachem operowym na świecie) przypomina o historycznym dziedzictwie miasta, które czasami umyka podczas spaceru po gwarnych i zatłoczonych ulicach, pełnych trąbiących aut i rozpędzonych skuterów.

D

I

INTER MEDIOLAN

Forza!!! – taki ryk wydobywa się z 85 tysięcy gardeł. Bo tytu właśnie kibiców może pomieścić stadion San Siro, na którym toczą swoje zmagania dwie mediolańskie drużyny – Inter Mediolan i AC Milan. Piłka nożna (wł. *calcio*) to sport narodowy, a klubowymi potyczkami żyją tutaj wszyscy, niezależnie od płci czy wieku. Mecze Serie A, czyli najwyższej klasy rozgrywek, odbywają się najczęściej co niedzielę. Jeśli nie uda nam się dostać na stadion, zajrzyjmy koniecznie do miejscowego pubu, by przekonać się na własne oczy, jaką pasję mają w sobie kibice Rossoneri i Nerazzurri.



O

„OSTATNIA WIECZERZA”

Santa Maria delle Grazie to kościół, który skrywa prawdziwy skarb. Na ścianie klasztornej refektarza namalowany jest słynny fresk Leonarda da Vinci. Artysta związał się z Mediolanem dzięki zaproszeniu rodu Sforzów, stąd miasto pełne jest śladów po jego genialnych dziełach. Warto odwiedzić również muzeum, którego jest patronem. Nowoczesna i interaktywna placówka zacieka i zarówno dzieci, które z klocków będą mogły zbudować zaprojektowane przez Leonarda mosty czy maszyny, jak i dorosłych pasjonatów inżynierii, biologii czy sztuki pięknych.

L

LOMBARDIA

Region ten – rozciągający się na chłodniejszej północy Włoch, od Alp aż do Apeninów – dumny jest ze swojej kulinarnej tradycji. Tutaj wytwarza się doskonale sery, takie jak chlubiące się oznaczeniem DOP (chroniona nazwa pochodzenia): twardy Grana Padano, dojrzewająca gorgonzola, miękki Taleggio, łagodny Quattroformaggio czy ostry Provolone Valpadana. Tu też uprawia się ryż – zaskakująca może się wydawać informacja, że Włosi są największym producentem tego zboża w Europie. *Risotto alla milanese* z szafranem (czyli – jakżeby inaczej! – najdroższą przyprawą świata) jest więc obowiązkową pozycją, jaką trzeba wybrać z restauracyjnego menu. Inne słynne lombardzkie dania to np. *ossobuco* (duszona w winie gic z cielęcą) i *cassoeula* (wieprzowy gulasz z żeberkami i kapustą). Mięsiście i treściwie!



A

APERITIVO

Mediolańczycy mają wiele świetnych pomysłów, ale jednym z najprzyjemniejszych może być właśnie aperitivo. To ich sposób na wieczorny relaks, pretekst do spotkania z przyjaciółmi albo metoda turystów na to, by poczuć się jak rodowici milanesi. Innymi słowy – to oferowany w bardzo atrakcyjnej cenie (średnio za 10 euro) zestaw drinka i słuszej porcji jedzenia (możliwy do zamówienia w godzinach 18 – 22). Na talerz możemy wtedy nałożyć tyle różnych smakołyków z gorącego bufetu, ile tylko się na niego zmieści, oraz wybrać dowolny napój z menu. Godne polecenia są przede wszystkim Aperol (produkowany właśnie w Mediolanie) oraz Negroni (mieszanka ginu, campari i wermutu rosso). Najpopularniejszym wśród mieszkańców miejscem na aperitivo są malownicze okolice kanału Naviglio Grande, pełne knajpek i restauracji. Tu poczuć można prawdziwie włoski klimat, a gwar rozmów nie cichnie do późnych godzin nocnych.



N

NECCHI CAMPIGLIO

Kto oglądał film „Jestem miłością” z Tildą Swinton, ten pewnie pamięta niezwykłą willę, w której mieszkała główna bohaterka. To doskonały przykład architektury rezydencjonalnej, szczególnie wyróżniającej się w mieście, w którym nie brakło bogatych rodów. Villa Necchi Campiglio, zaprojektowana przez słynnego architekta Piero Portaluppiego, zachwyca nie tylko wspaniałymi wnętrzami art déco z lat 30. XX wieku, lecz także wielością zastosowanych w niej innowacyjnych rozwiązań (w jej ogrodzie znalazł się np. pierwszy w Mediolanie basen z podgrzewaną wodą). Miłośnicy designu powinni też sprawdzić, jak wygląda interpretacja tradycyjnej mediolańskiej kawiarni zaprojektowanej przez reżysera Wesa Andersona. Stylizacja Baru Luce, prowadzonego przez instytucję kulturalną Fondazione Prada, jest spójna z charakterystyczną scenografią jego filmów. Tu każdy szczegół ma znaczenie – poczynając od pastelowych, lukrowanych ciast i szklanych słoików z cukierkami, na laminowanych blatach stolików z lat 60. kończąc. To świetne miejsce na espresso i słodkie cornetto. Każdy poczuje się tu jak na planie filmowym.



WŁOCHY Z INTERRAIL

Jeśli wybierasz się na zwiedzanie i zakupy w Mediolanie i innych włoskich miastach, skorzystaj z oferty Interrail. W ramach One Country Pass masz do wyboru bilet typu flexi na 3, 4, 6 albo 8 dni przejazdów do wykorzystania w ciągu miesiąca na podróże pociągami po wybranym kraju. Dowiedz się więcej na intercity.pl/interrail



TŁUMACZYŁA: ANNA CIEŚLIK
ILUSTRACJE: OLENA DIACZENKO

WŁOSKI ITALIANO

JĘZYK W PODRÓŻY
LA LINGUA IN VIAGGIO



Quale formaggio lombardo mi consiglia con un bicchiere di vino rosso?

Jaki lombardzki ser poleca pan do kieliszka czerwonego wina?



La torre del Castello Sforzesco fu progettata da Leonardo da Vinci.

Wieża Zamku Sforzów została zaprojektowana przez Leonarda da Vinci.

A che ora fissiamo l'appuntamento per l'aperitivo?

O której godzinie umawiamy się na aperitivo?

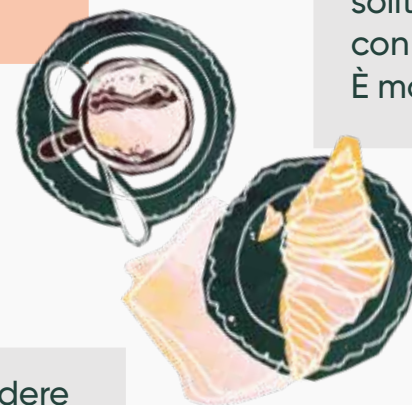
Il Bar Luce è il luogo ideale per fare una foto perfetta per Instagram!

Bar Luce to świetne miejsce, by zrobić idealne zdjęcie na Instagram!



Sono un grande tifoso di calcio. Quanto costa il biglietto per la partita dell'Inter?

Jestem wielkim fanem piłki nożnej. Ile kosztuje bilet na mecz Interu?



Il risotto alla milanese viene solitamente servito con carne di vitello. È molto nutriente!

Risotto po mediolańsku podaje się najczęściej z mięsem cielęcym. Jest bardzo sycące!

Non riesco a decidere se comprare questa borsa Prada o piuttosto delle scarpe con tacco a spillo di Versace.

Nie mogę się zdecydować, czy kupić tę torebkę od Prady, czy może szpilki od Versace.



Quale spettacolo è attualmente in scena al Teatro alla Scala? "Attila" o "La Traviata"?

Jaki spektakl grany obecnie w La Scali polecasz? „Attyłę” czy „Traviatę”?

È meglio salire sul tetto della cattedrale con le scale o usare l'ascensore?

Czy lepiej wejść na dach katedry schodami, czy skorzystać z windy?

La settimana della moda di Milano è l'evento più importante della stagione.

Mediolański Fashion Week to najważniejsze wydarzenie sezonu.





ZNAKI WOLNOŚCI

O TRWANIU POLSKIEJ TOŻSAMOŚCI NARODOWEJ

NAJWAŻNIEJSZA WYSTAWA 2018 ROKU
10 listopada 2018 – 31 marca 2019



PAŃSTWO NARODOWE
PREZYDENTA RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ
ANIOŁA JAKOBY
W STYLACH GOZYTARNA WSPÓŁCZESNEJ

Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego

niepodległa

SŁUŻYMY
NIEPODLEGŁEJ

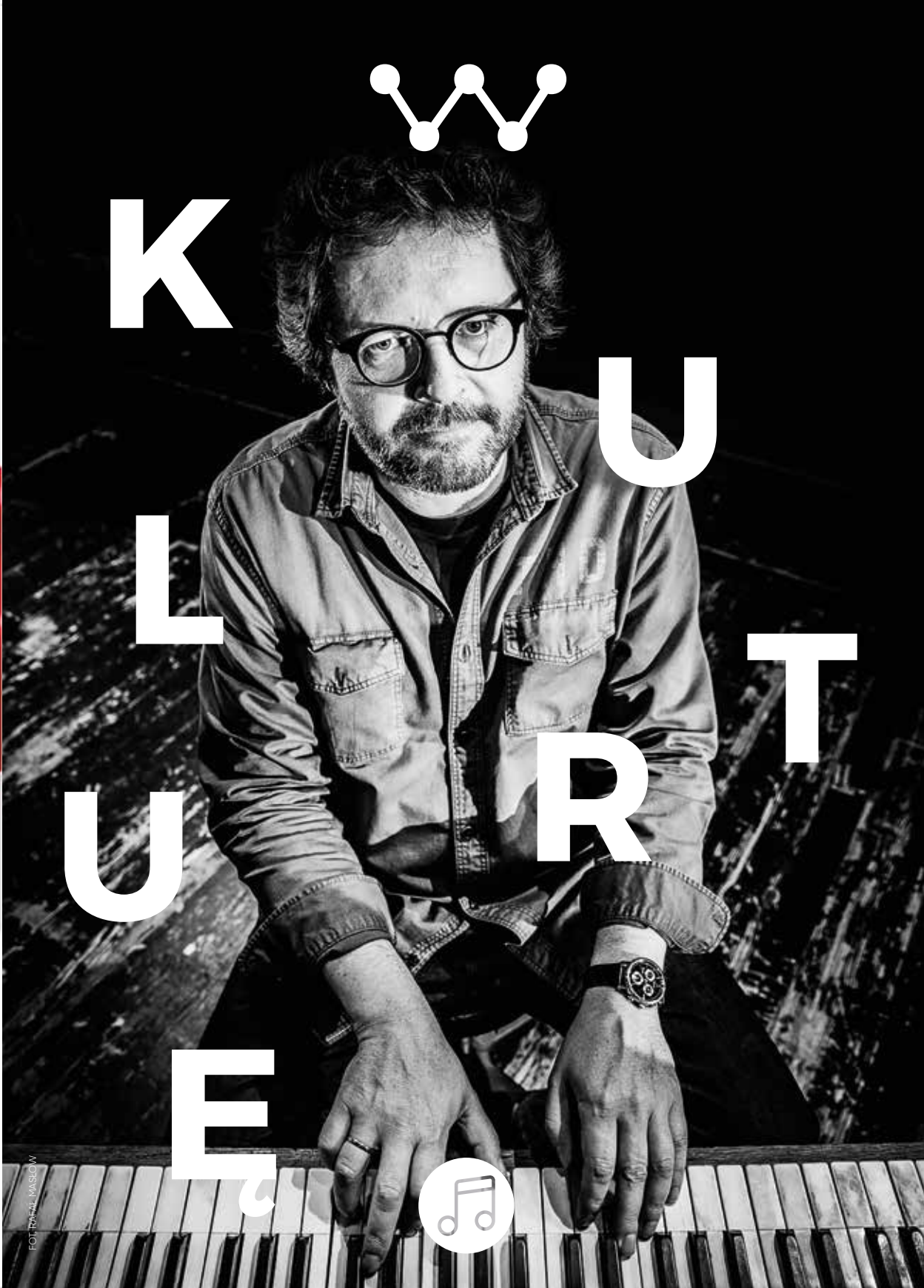
STOWARZYSZENIE ZŁOTOKÓW
MINISTERSTWA KULTURY I DZIEDZICTWA NARODOWEGO
W RAMACH PROGRAMU WARSZAWA NIEPODLEGŁA
W LATACH 2017-2022

SPINAKOWANO ZŁOTOKÓW
MINISTERSTWA KULTURY I DZIEDZICTWA NARODOWEGO
W RAMACH PROGRAMU WARSZAWA NIEPODLEGŁA
W LATACH 2017-2022

PATRONAT WYSTAWY



POCZĄTEK WYSTAWY





FOT. AGNIESZKA K. JUREK, EAST NEWS

Gdy w 1957 roku wygrała konkurs muzyczny organizowany przez Polskie Radio, jej kariera nabrała rozpędu. Dziś uznawana jest za jedną z najwybitniejszych polskich pieśniarek i aktorek – stawia się ją na równi z takimi sławami światowej sceny, jak Juliette Gréco i Edith Piaf. O życiu pełnym pasji do muzyki, którego rytm wyznaczają kolejne przeboje, rozmawiamy ze Sławą Przybylską.

ROZMAWIAŁA: Anita Kopcińska

„Tekst musi być poezją”

JUŻ ROK PO WYGRANEJ W KONKURSIE MIAŁA PANI NA SWOIM KONCIE WIELKI PRZEBÓJ. „PAMIĘTASZ, BYŁA JESIEŃ” – UTWÓR Z FILMU „POŻEGNANIA” WOJCIECHA HASA – ZNAJĄ I NUCĄ CHYBA WSZYSCY OD PÓŁ WIEKU. JAKA JEST JEGO HISTORIA?

W tym samym roku, w którym zaczęłam być rozpoznawana, po jednym z występów podczas kolacji w gronie przyjaciół artystów podszedł do mnie nieznany mężczyzna i wręczył napisane na kawałku bibuły nuty, informując, że za dziesięć dni będę miała nagranie tej piosenki do filmu. Uznałam to za żart, ale już następnego dnia zaczęłam się jej uczyć. Nie była łatwa do zaśpiewania, opierała się na szerokiej skali, jednak zorientowałam się, że odpowiada mi jej klimat.

W 2007 ROKU TEN WŁAŚNIE UTWÓR ZNALAZŁ SIĘ WŚRÓD DZIESIĘCIU NAJLEPSZYCH PIOSENEK FILMOWYCH PIĘĆDZIESIĘCIOLECIA. NA CZYM POLEGA JEGO FENOMEN?

Znakomitą melodię skomponował Lucjan Kaszycki, a autorami pięknych słów byli dwaj filmowcy: Andrzej Czekalski i Ryszard Ruciński. Piosenka jest cały czas obecna w filmie, charakterystyczny motyw wykorzystano w nim na wiele sposobów. To wszystko powoduje, że wpada ona w ucho i wciąż jest popularna.

KRYTYCY ZGODNIE PISZĄ, ŻE TO MELANCHOLIJNY, AKSAMITNY GŁOS ORAZ WZRUSZAJĄCE INTERPRETACJE POSTAWIŁY PANIĄ NA PARNASIE POLSKIEJ PIOSENKI. JAKIE UTWORY LUBI PANI WYKONYWAĆ?

Tekst piosenki musi być poezją. Przede wszystkim szukam więc wierszy, z których treścią mogłabym się utożsamić, a następnie w formie utworu wyrazić i przekazać odbiorcom bliskie mi ideały. Większość moich piosenek mówi o ponadczasowych wartościach. W tym znaczeniu uprawiam piosenkę zaangażowaną. Słowa muszą skłaniać do myślenia, sens nie może być podany wprost. Mogę przywołać wiele poetyckich tekstów moich piosenek autorstwa Agnieszki Osieckiej („Okularnicy” czy „Kochankowie z ulicy Kamiennej”), Stanisława Balińskiego („Mój kapitanie”), Tadeusza Śliwiaka („Krakowska kwiaciarka”), Wandy Sieradzkiej („Ballada o Suliko” – wszystkie tytuły przyp. red.) i wiele innych. Wśród nich są także pieśni zaczerpnięte z folkloru ludowego, które zawierają mądrości życiowe, np. „Jarzębina czerwona”, „Samotna harmonia” czy „Batumi”.

KAŻDA PANI PIOSENKA JEST METAFORĄ LUDZKIEGO ŻYCIA. TO PERŁY ZAMKNIĘTE W MUSZLACH, KTÓRE OTWIERAJĄ SIĘ, GDY PANI JE WYKONUJE. KOLEJNYM WIELKIM PRZEBIJEJEM JEST BALLADA „MÓJ KAPITANIE” Z MUZYKĄ WŁODZIMIERZA KORCZA DO SŁÓW STANISŁAWA BALIŃSKIEGO.

Ta ballada powstała w 1978 roku, jeszcze w czasach PRL-u, kiedy tak zwanych poetów emigracyjnych, do których należał Baliński, wydawano tylko w drugim obiegu, czyli za granicą. Gdy znajomi przywieźli mi z Londynu tomik jego poezji, wręcz pochłonięłam te wiersze i zapragnęłam przynajmniej niektóre z nich wykonać. Wówczas Włodek Korcz skomponował taką piękną melodię, że powstał ponadczasowy przebiej.

MA PANI NA SWOIM KONCIE WIELE PŁYT. JEDNĄ Z NICH JEST „MÓJ OKUDŻAWA” Z 2015 ROKU. TO NIE TYLKO TYTUŁ PŁYTY ZAWIERAJĄCEJ UTWORY WIELKIEGO BARDA – BUŁATA OKUDŻAWY, ALE TAKŻE SWEGO RODZAJU DEKLARACJA. CO CHCE PANI PRZEKAZAĆ ODBIORCY, ŚPIEWAJĄC OKUDŻAWĘ?

Bułat Okudżawa to człowiek wielkiego formatu – nie tylko bard, lecz także poeta. Był pochodzenia gruzińsko-ormiańskiego. Tworzył w ZSRR – zaczął

w czasach, kiedy jeszcze żył Stalin. Stalinowski terror zabił jego ojca, a matka spędziła osiemnaście lat w łagrze. Okudżawa w genialny sposób potrafił przemycać aluzje. Jedną z moich ulubionych ballad, które często wykonuję, jest „Czarny kot”. Bohater to metafora Stalina: „Dawno już nie łowi myszy, stroszy wąsy, śmieje się. Każde słowo nasze słyszy i kielbasę naszą je...”. Pamiętam jak w latach 70. postanowiliśmy z Wojtkiem Siemionem zrobić program piosenek Okudżawy. Byliśmy blisko, ale gdy Okudżawa przyjechał do Warszawy, cenzura zabroniła nam występu. Wówczas zrobiliśmy to nielegalnie w piwnicy u Siemiona – wykonawcami byliśmy my i Okudżawa. To było niezapomniane przeżycie! Jego twórczość stanowi komentarz do czasów, w których żył i tworzył. Jest on dla mnie postacią wybitną, a jego twórczość uważam za ponadczasową, aktualną w każdej epoce.

URODZIŁA SIĘ PANI I WYCHOWAŁA W MAŁYM WIELO-NARODOWOŚCIOWYM I WIELOKULTUROWYM MIASTECZKU NA WSCHODNICH RUBIEŻACH II RZECZYPOSPOLITEJ. DUŻY PROCENT STANOWIŁA W NIM LUDNOŚĆ ŻYDOWSKA. PIOSENKI ŻYDOWSKIE DO DZIŚ ZAJMUJĄ ISTOTNE MIEJSCE W WYKONYWANYM PRZEZ PANIĄ REPERTUARZE. CZY TA FASCYNACJA MA SVOJE ŹRÓDŁO W DZIECIŃSTWIE?

Międzyrzec Podlaski, bo o nim mowa, to moje rodzinne miasto. Przed wojną 80 procent ludności stanowili w nim Żydzi, potem byli Polacy, Cyganie i inne narodowości. Żydzi wybudowali wiele obiektów użyteczności publicznej, takich jak szpital, apteka, sala widowiskowa, ochronka. Dominowali, jeśli chodzi o kulturę i przemysł. Jako dziecko byłam zafascynowana ich kulturą,

Sława Przybylska na spotkaniu z fanami w Muzeum Polskiej Piosenki w Opolu



FOT. MUZEUM POLSKIEJ PIOSENKI W OPOLU

FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE



Sława Przybylska

muzykalnością i barwnością życia. W czasie wojny na terenie miasta Niemcy utworzyli jedno z największych gett w tej części Polski, opisane przez Zofię Nałkowską w „Medalionach”. Transportowali tutaj Żydów, aby następnie wszystkich wywieźć i wymordować w Treblince. Na głównym placu miasta dokonywano masowych egzekucji, w tym także dzieci, z którymi bawiłam się i wychowywałam na jednym podwórku. Widziałam to okrucieństwo oczyma dziecka. Przez wiele lat miałam nocne koszmary i pytałam: dlaczego? Po 40 latach od tamtych wydarzeń, w rocznicę wybuchu powstania w getcie warszawskim, postanowiłam oddać osobisty hołd pomordowanym Żydom. Wraz z mężem Janem Krzyżanowskim, który był wówczas dyrektorem Teatru na Targówku, przygotowaliśmy spektakl muzyczny w języku jidysz, którego na tę okoliczność się nauczyłam. Uważałam, że wymowa tego świadectwa będzie głębsza, jeśli wykonam to w taki sposób. To był mój wkład w zbiorową pamięć o zbrodni Holokaustu. Spektakl cieszył się wielką popularnością. Na widowni zasiadali Żydzi z całego świata, a my wystawialiśmy go w Polsce i poza jej granicami, w tym także w Izraelu. Dziś nadal wykonuję utwory w jidysz, chociaż zdecydowana większość młodych Żydów posługuje się językiem hebrajskim.

„OD MICKIEWICZA DO MIŁOŚZA” – POD TYM TYTUŁEM ODBYWAJĄ SIĘ MIĘDZYNARODOWE KONKURSY RECYTATORSKIE LITERATURY TWORZONEJ NA OBCZYŹNIE, W ORGANIZACJI KTÓRYCH RÓWNIEŻ MA PANI SWÓJ UDZIAŁ. JAK ZRODZIŁA SIĘ TA CENNA KULTURALNA INICJATYWA?

Pomysł pojawił się pod koniec lat 80. XX wieku w Szczawnicy, gdzie wówczas mieszkaliśmy. Przy okazji różnych spotkań z działaczami kultury i młodzieżą poczuliśmy, że należy wypełnić lukę wynikającą z braku w programach nauczania utworów naszego noblisty Czesława Miłosza i innych poetów emigracyjnych.

Powstało Stowarzyszenie Literacko-Artystyczne im. Czesława Miłosza w Szczawnicy, a Jan Krzyżanowski wymyślił i rozpropagował konkurs. Odnosiliśmy tam duże sukcesy, ale wciąż byliśmy traktowani jak obcy. Po kilku edycjach zdecydowaliśmy się przenieść to wydarzenie do mojego rodzinnego Międzyrzecza. Tu także ziarno trafiło na podatny grunt, a w działaniach wspierał mnie między innymi rodowity międzyrzeczanin – Mietek Kalenik, czyli słynny Zbyszko z Bogdańca z ekranizacji „Krzyżaków” Henryka Sienkiewicza. Obecnie kolejne edycje konkursu odbywają się w Lubaczowie i przyciągają młodzież nie tylko z Polski, ale też spoza jej granic.

ZBIGNIEW HERBERT W JEDNYM Z UTWORÓW USTAMI PANA COGITO MÓWI: „MASZ MAŁO CZASU. TRZEBA DAĆ ŚWIADECTWO”. CO JEST DLA PANI WAŻNE W ŻYCIU?

Jedną z ważniejszych rzeczy jest pielęgnowanie własnego języka, mowy swojego narodu. Kultura żywego słowa, propagowanie rodzimej literatury i historii nabiera niezwykle wymiaru. Gdyby było inaczej, Polska nigdy nie odrodziłaby się po 123 latach zaborów oraz mrocznych latach wojennej zawieruchy. Moi rodzice, tak jak wszyscy inni, chodzili do rosyjskiej szkoły, ale w rodzinie rozmawiali tylko po polsku. Wielu mieszkańców tamtych terenów przekraczało nielegalnie granicę, aby wziąć ślub kościelny w Galicji. To były piękne świadectwa polskości. W Międzyrzeczu, w okolicach dworca PKP, przebiegała granica między trzema zaborami. W Drelowie koło Międzyrzecza, skąd pochodziła moja mama, ludzie ginęli w obronie wiary katolickiej – znani na kartach historii jako unicy drelowscy. Herbert miał rację – każdy człowiek swoim życiem powinien dawać świadectwo. Ja uwieczniłam na płytach piękną muzykę. Szczególnym sentymentem darzę utwory z okresu międzywojennego, głównie modne wówczas tanga. Na koncertach wykonuję różne pieśni, ale w kanonie mam zawsze tę najważniejszą – „Gdzie są kwiaty z tamtych lat...” z pięknym tekstem Wandy Sieradzkiej, będącym przesłaniem, aby czas nie zatarał śladu ludzkich istnień. 

Okres karnawałowych zabaw i balów kostiumowych trwa od Święta Trzech Króli do wtorku poprzedzającego Środę Popielcową. Wyczekują go nie tylko najmłodsi. Również dorośli chętnie wykorzystują sposobność do weielenia się – choć na kilka godzin – w kogoś innego. Ten rodzaj celebrowania nadejścia nowego roku ma długą tradycję. Gdzie szukać jej źródeł?

TEKST: Magdalena Sprenger

Czas maskarad

Słowo „karnawał” pochodzi od włoskiego *carnevale*, co znaczy „pożegnanie mięsa”. Jest to nawiązanie do kulinarnej rozpusty, po której mają nadejść skromne dni Wielkiego Postu. Właściwie dla tego okresu barwne i pełne radości maskarady znane są w Europie od średniowiecza, ale ukrywanie własnej twarzy pod maską ma znacznie dłuższą, rzadko przywoływaną tradycję. Pierwotnie maski noszono przede wszystkim w trakcie obrzędów i rytuałów. Występowały one na wielu obszarach i w bardzo różnych kulturach. Niestety najczęściej wykonywano je z nietrwałych materiałów, dlatego niewiele z nich zachowało się do naszych czasów.

MASKI W CZORAJ...

W przeszłości zakrywano twarze głównie podczas ważnych uroczystości – maski przedstawiały zmarłych przodków, duchy, demony czy zwierzęta. Od VI wieku p.n.e. były też ważnymi rekwizytami w trakcie inscenizacji związanych z obchodami święta ku czci boga Dionizosa, a później w antycznym teatrze. W starożytnym Rzymie metalowe maski wkładano także podczas parad wojskowych, a z wosku odlewano pośmiertne wizerunki przodków. W tradycji słowiańskiej pojawia się natomiast karaboszek – maska symbolizująca duszę zmarłego członka rodziny. Stanowiła ona ważny element obrzędów pogrzebowych – którym towarzyszyły uczty, zabawy i korowody – a także podczas święta dziadów.

W czasach staropolskich okres najhuczniejszych zabaw w roku zwano zapustami. Termin ten niekiedy obejmował okres od Nowego Roku do Środy Popielcowej, innym razem ostatni tydzień lub ostatnie dni karnawału. Biesiadowano chętnie i często do białego rana, a w miastach odbywały się maskarady pod gołym niebem. Od XVII wieku pod wpływem mody z Włoch zaczęto organizować wystawne bale, tzw. reduty. Bywało, że z tej okazji wkładano specjalne stroje. Na wsiach z kolei ucztowano i tańczono w karczmach. Tutaj również wcielano się w przedziwne postaci – pochody chłopów przebranych za turoniów i zwierzęta odwiedzały gospodarstwa, licząc na drobny poczęstunek.



Dlaczego lubimy się przebierać? Powodów jest przynajmniej kilka. Być może chcemy coś ukryć, na chwilę „schować siebie” lub przeciwnie – skupić na sobie uwagę innych. Większość ludzi z pewnością przebiera się po prostu dla zabawy przy różnych tematycznych imprezach w rodzaju halloween czy pidżama party. Ja robię to... w pracy!

Dla aktora przebieranie i zmiana kostiumów to codzienność. Bardzo często wiąże się z pośpiechem, tremą i adrenaliną, ale również z satysfakcją i spełnieniem. Pracując w teatrze, bywałem drzewem, Pinokiem, starcem, świecznikiem, grubasem, drag queen, historycznymi i współczesnymi postaciami. W filmie czy serialu przebieramy się najczęściej w normalne ubrania, które nadal nazywamy kostiumem. W programie „Twoja twarz brzmi znajomo” musiałem jednak przejść kompletną transformację, poczynawszy od głosu, mimiki, sposobu poruszania się i gestów, przez zmianę pleci i koloru skóry, na wiernym odwzorowaniu kostiumu danej gwiazdy skończywszy.

Nie wygrałbym tego show, gdybym szedł na jakiegokolwiek kompromisy. Było to dla mnie największe zawodowe wyzwanie. Byłem więc m.in. Michałem Wiśniewskim, Nicki Minaj, Usherem, Arethą Franklin, Marią Callas i Krzysztofem Cugowskim. Niekiedy kostium uwierał, było mi piekielnie gorąco, ciężko, niewygodnie, gdy musiałem „przybrać” kilkadziesiąt kilogramów. Bywało też zabawnie. Po pięciu godzinach charakterystyki, kiedy byłem już kobietą, musiałem podjąć decyzję, z której toalety skorzystać: damskiej czy męskiej...

Wehódząc w te role, wiele się nauczyłem, pokonałem własne lęki, granice, jednak nie dlatego, że chowałem się za postacią. Moment, w którym przebierasz się za odgrywaną osobę, skłaja cię z nią i dopełnia wcześniej budowaną rolę. W takich sytuacjach chętnie zakładam kostium, ale na balach przebierańców nie bywam zbyt często. Jeśli ktoś zaprasza mnie na tego typu imprezę, mam wrażenie, że... idę do pracy!

MAREK KALISZUK,

aktor, wokalista, zwycięzca II edycji show „Twoja twarz brzmi znajomo”



styczeń 2019

...I DZIŚ

Współcześnie maski często są atrybutem osób biorących udział w karnawałowych zabawach. W naszym kręgu kulturowym urok takich imprez polega na tym, że przez kilka godzin można być każdym: gwiazdą filmową, superbohaterem, wilkołakiem czy ulubionym zwierzątkiem. W ten sposób wyzwala się w nas fantazja i kreatywność, nabieramy dystansu do rzeczywistości i zapominamy o codziennych problemach – a to pewny przepis na udaną imprezę. Jest jednak wiele miejsc na świecie, w których rozrywka idzie w parze z refleksją. Tak świętuje się np. w Meksyku, gdzie w pierwszych tygodniach nowego roku podczas maskarad wyraźnie nawiązuje się do przeszłości i obyczajów przodków. Uczestnicy, odziani w kolorowe stroje, z ogromnymi kapeluszami na głowach, w naszyjnikach z gum do żucia, orzechów i mydełek, wykonują tańce i hałasują. Wieszają sobie na szyjach wypchane zwierzęta albo przebijając się Dawida lub Mahometa,



jaguara, małpę czy konia, nawiązując w ten sposób do dawnych wierzeń, podań i legend. Nie brakuje także kolorowych przebierańców udających Hiszpanów, którzy psocą, zanosząc się złowieszczym śmiechem, biją w bębny i dmą w piszczałki.

KARNAWAŁ W WENECJI

Najsłynniejsze europejskie maskarady odbywają się w Wenecji – żyje nimi całe miasto. Udokumentowane tradycje karnawałowe sięgają tu XIII wieku, ale uważa się, że były znane znacznie wcześniej. Świętowanie zaczyna się zwykle 10 dni przed Środą Popielcową, a centrum wydarzeń stanowi plac św. Marka. Na ulicach słychać śmiech i muzykę, wokół pełno masek i kolorowych strojów.

MASKI WENECKIE

Słynne weneckie maski wywodzą się z tradycji teatralnych towarzyszących zabawom karnawałowym. Początkowo chowali się za nimi ci, którzy chcieli ukryć swoją tożsamość i uniknąć odpowiedzialności za występki. Trzeba więc było ustanowić przepisy, które regulowały zasady ich noszenia. Przede wszystkim przygotowywano maski przedstawiające bohaterów komedii, ale popularne były także inne rodzaje, np. dekorowana biała maska dopasowana do kształtu twarzy (*volto*) czy *bauta*, której nie trzeba było ściągać, by jeść i pić. Chętnie wybierano też te przypominające koci pyszczek lub zdobione kabalistycznymi symbolami.

Do najbardziej charakterystycznych należą maski z ptasimi dziobami, noszone niegdyś przez medyków, którzy chowali w nich mikstury mające chronić przed zarazą. Dziś maski produkuje się zarówno w wersjach luksusowych, jak i tańszych, odpowiadających masowemu potrzebom turystów.



WARTO WIEDZIEĆ

Kto jest ciekaw szaleństw utrzymanych w iście brazylijskim stylu, nie musi przemierzać oceanu. Wystarczy wybrać się do Londynu, gdzie w dzielnicy Notting Hill co roku odbywa się festiwal – bardziej stonowany, lecz przypominający ten w Rio. Barwne korowody tancerzy przemierzają 5-kilometrową trasę, tańcząc w rytm muzyki. Co najciekawsze, to chyba jedyna na świecie zabawa karnawałowa, która odbywa się... w sierpniu.

Główne atrakcje i imprezy towarzyszące organizowane są zarówno przez władze miasta, jak i artystów czy prywatnych przedsiębiorców. Nic więc dziwnego, że ten niezwykle barwny okres przyciąga turystów z całego świata.

NAJWIĘKSZA IMPREZA NA ŚWIECIE

Noworoczne przebieranki nie są domeną wyłącznie europejską, o czym powszechnie wiadomo. Któż nie słyszał o słynnym na cały świat karnawale w Rio de Janeiro? To wielkie święto zaczyna się 4 dni przed Środą Popielcową. Karnawał w brazylijskiej odmianie ma swe źródło w czasach, gdy ziemie te były kolonią portugalską, ale dopiero od lat 30. XX wieku ma on formę, jaką znamy dziś. Wtedy właśnie zaczęto organizować popisy szkół samby. Współcześnie parada na sambodromie stanowi punkt kulminacyjny. Biorą w niej udział tysiące tancerek i tancerzy. Mieszkańcy Rio i turyści z całego świata podziwiają zmysłowy taniec oraz charakterystyczne, przepiękne, zdobione cekinami i piórami skąpe stroje. **W**

reklama

MOZART
DON
GIOVANNI
PREMIERA: 9, 10 / 02 / 2019
Reżyseria:
ANDRÉ HELLER LOPES
Dyrygent:
MARCIN NAŁĘCZ-NIESIOŁOWSKI

OPERA
WROCŁAWSKA

www.opera.wroclaw.pl

Możesz:

Sponsor artystyczny:

Partneri Opery Wrocławskiej:

Partneri Opery Wrocławskiej:

Partneri Opery Wrocławskiej:

Logo Dolny Śląsk

Logo Kultury Wrocław

Logo KGHM

Logo ORLEN

Logo MODUS

Logo Dolny Śląsk

Logo Koleje Dolnośląskie

Logo delfin

Logo ppe

Logo centrumnowe

Logo EKO

Logo HANDB

Logo PRODU

Logo rafn



Figurę Lenina w Nowej Hucie próbowano wysadzić. Monument Armii Czerwonej w Sofii ostrzeliwano kolorową farbą. Wydarzenia te dowodzą, że pomniki nie tylko są elementem przestrzeni publicznej i historyczną pamiątką, lecz także stoją w centrum sporów i ideologicznej walki.

Artykuł powstał we współpracy z Królikarnią – Muzeum Rzeźby im. Xawerego Dunikowskiego w Warszawie.

Podróż przez historię pomników

* POMNIK. EUROPA ŚRODKOWO- -WSCHODNIA 1918 – 2018

To nazwa centralnej wystawy warszawskiego Muzeum Rzeźby im. Xawerego Dunikowskiego w Królikarni, które m.in. w ten sposób włącza się w obchody setnej rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Na wystawie zostaną zaprezentowane pomniki wzniesione w ostatnim wieku na terenie naszego kraju oraz w innych państwach Europy Środkowo-Wschodniej.

Nie są to jednak zwykłe monumenty, ale dzieła, które budzą lub budziły kontrowersje. Stoi za nimi historia społecznych działań, polityki i idei.



W związku ze skomplikowanymi losami politycznymi minione sto lat w Europie Środkowo-Wschodniej to czas stawiania, modyfikowania i usuwania w bardzo szybkim tempie pomników. Koniec I wojny światowej i nowy podział polityczny zintensyfikował na nie zapotrzebowanie, bowiem służyły one do formowania zbiorowej tożsamości mieszkańców nowo powstałych krajów. Podobny proces miał miejsce po II wojnie światowej, gdy obszar ten znalazł się pod wpływem ZSRR. Losy monumentów związanych z dawną dominacją radziecką budzą dziś ogromne kontrowersje: bywają one burzone, przenoszone do parków pamięci lub przerabiane na obiekty o nowym znaczeniu. Na wystawie w Królikarni znajdzie się m.in. przeniesiony z Sejnu fragment zdemontowanej zgodnie z ustawą dekomunizacyjną figury Matki Polki, która w latach 1970–1982 nosiła nazwę pomnika XXV-lecia PRL.

KŁOPOTLIWE DZIEDZICTWO

Wystawa w Królikarni opowiada o dziełach istotnych w ujęciu artystycznym, historycznym lub społecznym – także tych, które pomimo niezaprzeczalnej wartości artystycznej bywają krytykowane ze względu na upamiętnianie wydarzeń i siły polityczne. Taki los przypadł zapomnianym w ostatnich latach, a na nowo podziwianym za niezwykle modernistyczną formę spomenikom (obiektom memoratywnym powstałym na Bałkanach), m.in. autorstwa Vojina Bakicia w Chorwacji czy pomnikowi Ofiar Walk Wewnętrznych po II Wojnie Światowej Władysława Hasióra, znajdującemu się pomiędzy Górcami a Pieninami, na przełęczy Snozka.

GÓRA ŚW. ANNY – RELIGIA...

Góra św. Anny pod Opolem to jedno z miejsc, które przybliży warszawska wystawa. Wzniesienie to – w rzeczywistości wygasły wulkan – przez wieki było miejscem kultu różnych wierzeń. W opowieści o nim łączą się dwa aspekty: religijny i polityczny. Historia mieszczącego się tam katolickiego sanktuarium sięga XV wieku. W XVII wieku osiedlili się na miejscu franciszkanie, którzy z czasem zaczęli rozwijać zespół kalwaryjski (dziś składający się z ponad 40 kapliczek), a wraz z nim ruch pielgrzymkowy. Wokół góry ogniskowały się konflikty narodowościowe Górnego Śląska. Kazania głoszone po polsku i niemiecku, a władze pruskie dwukrotnie dokonywały kasacji klasztoru.

FOT. ANNA MICZKO



Góra św. Anny

...I POLITYKA

W maju 1921 roku u podnóża wzniesienia doszło do najbardziej zaciętych starć III powstania śląskiego. Z kolei w połowie lat 30. XX wieku na Górę św. Anny dotarł niemiecki narodowy socjalizm. Berlińscy architekci Franz Böhmer i Georg Petrich na terenie dawnego kamieniołomu zaprojektowali Thingstätte – największy w ówczesnych Niemczech kamienny amfiteatr, mogący pomieścić 30 tys. widzów. Kilka lat później (1936–1938) dodano górującą nad amfiteatrem kamienną rotundę: mauzoleum poległych żołnierzy Freikorps. Jej twórcą był Robert Tischler – architekt odpowiedzialny za upamiętnianie niemieckich bohaterów. Silnie nacechowany ideologicznie zespół budynków wyszedł bez szwanku z II wojny światowej.



Amfiteatr

Amfiteatr istnieje do dziś, natomiast mauzoleum zostało zburzone w roku 1946 w ramach akcji repolonizacji Śląska. W lokalnej pamięci Opolszczyzny zachowano wspomnienia o wykorzystaniu niemieckich jeńców wojennych do rozbiórki monumentu. Prochy żołnierzy Freikorps przeniesiono na przykościelny cmentarz, a dekadę później na miejscu dawnego mauzoleum stanął pomnik autorstwa Xawerego Dunikowskiego – poświęcony bohaterom powstań śląskich, walczącym po polskiej stronie. Jedni i drudzy byli jednak, jak się zdaje, jedynie pretekstem do akcji propagandowych: niemiecki pomnik bardziej niż bohaterom z 1921 roku był poświęcony przesłaniu narodowego socjalizmu, a pomnik Dunikowskiego, oprócz czynu powstańczego, miał słać również Armię Czerwoną i walkę klas zgodną z ideologią stalinizmu.



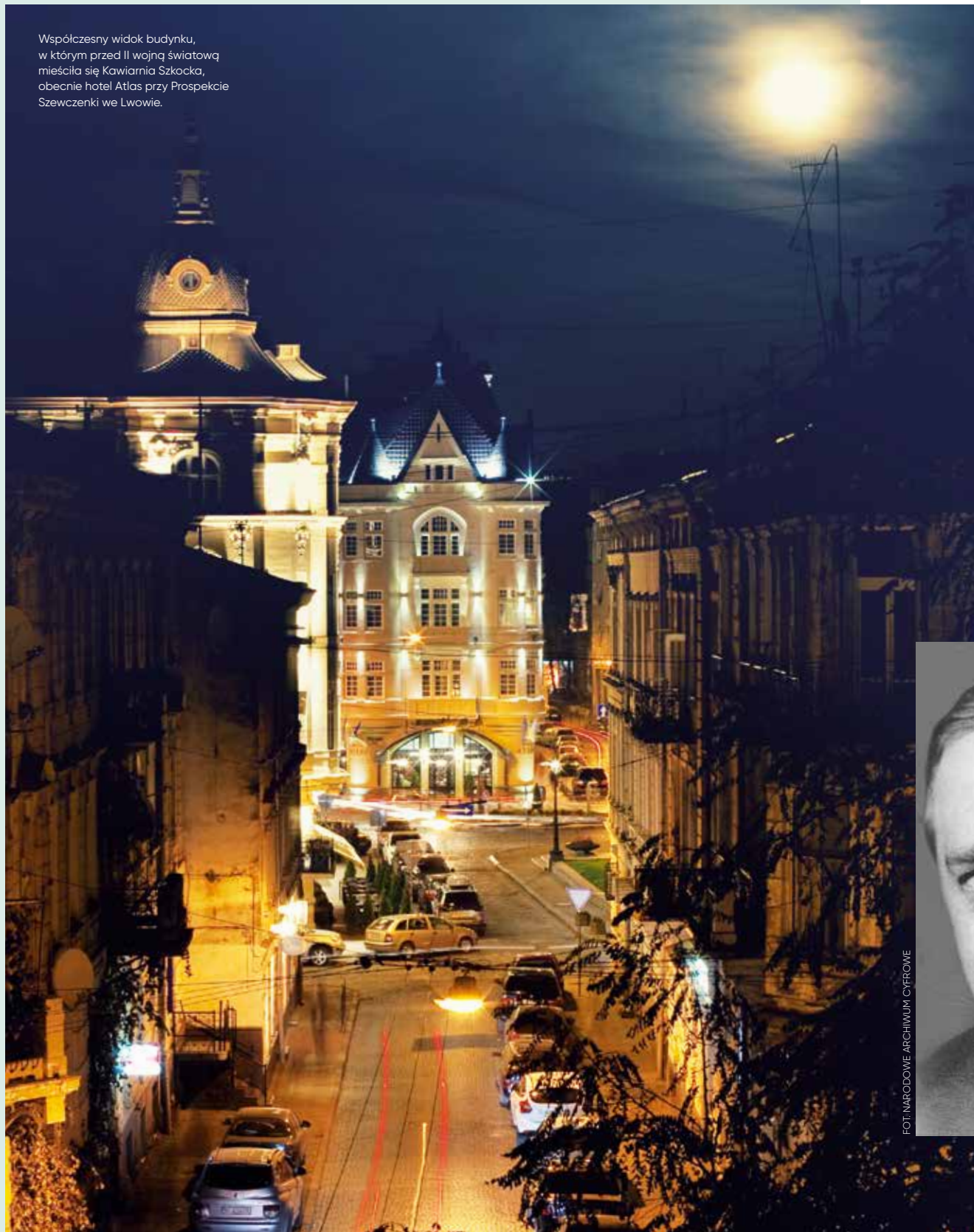
Góra św. Anny



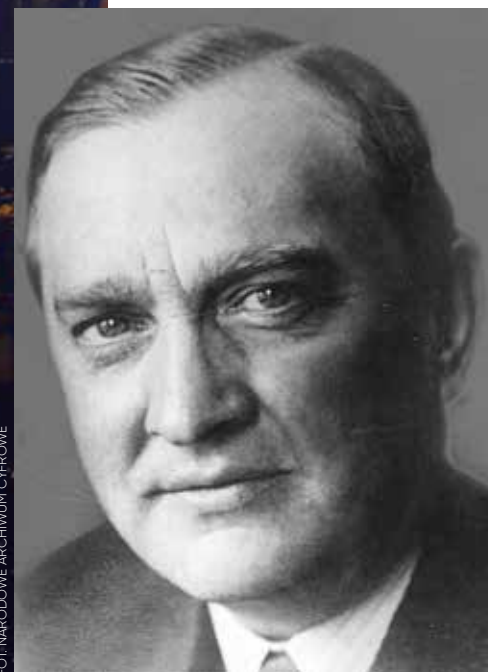
PODRÓŻ PRZECZ HISTORIĘ POMNIKÓW

Do Warszawy, na wystawę w Królikarni, wygodnie dojedziesz pociągami PKP Intercity. Jeśli natomiast chcesz zwiedzić Górę św. Anny, wybierz dogodnie połączenie do Opola. Dowiedz się więcej na intercity.pl

Współczesny widok budynku,
w którym przed II wojną światową
mieściła się Kawiarnia Szkocka,
obecnie hotel Atlas przy Prospekcie
Szewczenki we Lwowie.



Stefan Banach



FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Lwów

śladami wielkich umysłów

Często mówi się, że lata 20. XX wieku miały niepowtarzalny klimat i nieodparty urok. Wszystko, co wówczas się wydarzyło, wpłynęło na codzienne życie nie tylko ówczesnych ludzi, lecz także kolejnych pokoleń. W poszukiwaniu śladów tej przeszłości warto odwiedzić Lwów – miasto, w którym czas się zatrzymał.

TEKST: Renata Gajowiak

Tutaj turysta na każdym kroku obcuje z historią – niemal dosłownie, bo wiele lwowskich ulic pokrytych jest brukiem, a budynki tworzą największy zespół polskiej architektury zabytkowej na świecie. Aby poczuć wyjątkową atmosferę tego miejsca, wystarczy wybrać się na spacer wąskimi uliczkami, usiąść w kawiarni, by odetchnąć pełną piersią i porozmawiać, znaleźć inspirację lub po prostu miło spędzić czas.

Przedwojenny Lwów tętnił życiem – było to trzecie co do wielkości miasto Polski (po Warszawie i Łodzi) i ważne centrum kulturalno-naukowe. Jego intelektualny krajobraz współtworzyli przedstawiciele różnych środowisk, m.in. naukowcy związani z wyższymi uczelniami, literaci, malarze, rzeźbiarze, fotograficy, projektanci plakatów, filmowcy, radiowcy. Tutaj przenikały się także odmienne kultury: polska, żydowska, ukraińska, austriacka, węgierska i ormiańska.

SAMORODNY GENIUSZ

Dzisiejszy Lwowski Uniwersytet Narodowy im. Iwana Franki, z siedzibą przy ulicy Uniwersyteckiej, to międzywojenny Uniwersytet Jana Kazimierza, na którym wykładał twórca tzw. lwowskiej szkoły matematycznej Stefan Banach (1892 – 1945). Był on nie tylko samoukiem, który w wieku 35 lat został profesorem zwyczajnym Uniwersytetu Jana Kazimierza, lecz także bardzo ciekawą osobowością.

Profesor odznaczał się bowiem wyjątkową jasnością myślenia i niezwykłą szybkością w dochodzeniu do odkrywczych wyników. Jego umysł działał jak komputer, za którym nie każdy mógł nadążyć. Zdarzało się, że po spotkaniach w Szkockiej szedł rozmyślać do dworcowego baru. Nienawidził sporządzania starannych notatek – wolał je robić na kawiarnianym stole albo marmurowym blacie, po którym dobrze pisało się ołówkiem, a ich ścieranie nie było problemem dla sprzątających. Często też zapiski robili jego asystenci lub studenci, a Banach je tylko zatwierdzał.

Lekceważył wszelkie konwenanse, pasjonował się piłką nożną, lubił taniec, gwar i życie towarzyskie. Pracę na uczelni rozpoczął dzięki spotkaniu z prof. Hugonem Steinhausem i za jego wstawiennictwem. W 1920 roku został asystentem Katedry Matematyki Politechniki Lwowskiej, choć miał ukończone tylko dwa semestry wyższych studiów. W roku 1927 otrzymał tytuł profesora zwyczajnego uniwersytetu, a w 1939 roku wielką nagrodę Polskiej Akademii Umiejętności PAU. Był współzałożycielem wydawanego do dziś czasopisma „Studia Mathematica” i jednym z inicjatorów „Monografii Matematycznych”.



Plac Akademicki, Lwów

FOT. POLONA



Lwów, Zjazd Kół Matematyczno-Fizycznych, 1930

FOT. BIBLIOTEKA INSTYTUTU MATEMATYCZNEGO POLSKIEJ AKADEMII NAUK

PIĘKNY UMYŚŁ

Spośród nauczycieli akademickich wyróżniało go między innymi to, że nie potrafił pracować w zaciszu gabinetu, potrzebne mu były do tego gwar i ruch. Spotkania towarzyskie przy kawiarnianym stoliku wyzwalały jego umysł – wówczas najlepiej myślał i tworzył. Potrzebował rozmowy z innymi, by udowadniać lub rozwiązywać matematyczne problemy, najciekawsze dyskusje toczył właśnie przy kawie lub szklaneczce alkoholu. W pobliżu uniwersytetu, przy placu Akademickim (dzisiejszy Prospekt Szewczenki) znajdowała się Kawiarnia Szkocka (ul. Szewczenki 27), której właściciel miał wiele zrozumienia dla splendoru i intelektualnej wagi tych debat, zgadzając się przy tym na ich kredytowanie. Było to również miejsce spotkań światowej sławy filozofów – bywali tutaj Tadeusz Kotarbiński, Władysław Tatarkiewicz oraz Roman Ingarden. Duszą towarzystwa przy stoliku matematyków był właśnie Stefan Banach, wokół którego skupiali się inni wykładowcy oraz studenci.

FOT. PRYWATNE ARCHIWUM RODZINY GERLINDE GRANITZER



Wnętrze Kawiarni Szkockiej, 1930

OPUS MAGNUM

Budynek Kawiarni Szkockiej przetrwał w niemal niezmiennym stanie, pełniąc po wojnie różne funkcje – baru, banku, a obecnie mieści się w nim hotel z piękną secesyjną restauracją (Szkocka Restaurant & Bar w hotelu Atlas). Nowy właściciel, w poszanowaniu dla świetnej przeszłości tego miejsca, udostępnił do obejrzenia gościom hotelu kopię słynnej książki matematyków. Aby ocalić czynione przez nich notatki, żona Banacha zakupiła bowiem zeszyt, w którym naukowcy mogli zapisywać swoje rozważania i nurtujące ich zagadnienia – tak powstała legendarna „Księga szkocka” (jak wówczas ją nazwano). W latach 1935 – 1941 zapisano w niej łącznie 193 zadania matematyczne. Otwiera ją problem z przestrzeni metrycznej wpisany przez Banacha 7 lipca 1935 roku, a kończy kombinatoryczne zadanie Hugona Steinhausa z 31 maja 1941 roku. „Księga szkocka” stała się nie tylko świadectwem czasu i zagadnień, nad którymi pracowali matematycy szkoły lwowskiej, lecz także zbiorem ciekawych problemów rozwiązanych dopiero po latach lub pozostających bez odpowiedzi do dziś. Księgę uratowaną z pożogi wojennej syn Stefana Banacha ofiarował Międzynarodowemu Centrum Matematycznemu we Wrocławiu w dniu jego powstania, czyli 13 stycznia 1972 roku.

Artykuł przygotowany we współpracy z Instytutem POLONIKA



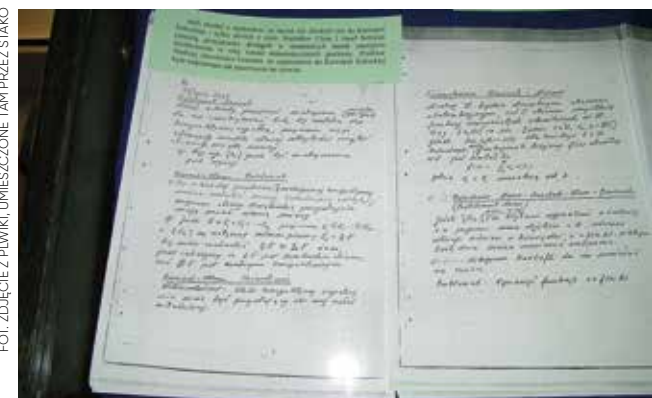
NARODOWY INSTYTUT
POLSKIEGO DZIEDZICTWA
KULTUROWEGO ZA GRANICĄ
POLONIKA



LWÓW Z PKP INTERCITY

Do Lwowa dotrzesz bezpośrednio min. z Wrocławia, Opola, Krakowa i Rzeszowa codziennym wygodnym pociągami sypialnymi, dzięki któremu możesz rozpocząć zwiedzanie już od samego rana. Możesz również wybrać szybkie i wygodne popołudniowe połączenie Przemysł – Lwów. Dowiedz się więcej na intercity.pl

FOT. ZDJĘCIE Z PLWIKI, UMIESZCZONE TAM PRZEZ STAKO



Fragment „Księgi szkockiej” z problematami Banacha, Mazura i Ulama

Dorobek lwowskiej szkoły matematycznej uznawany jest za najważniejszy wkład nauki polskiej w światową – wykorzystuje się go w ekonomii, teorii gier oraz metodach strategii rozwojowych. Pierwszy język komputerowy (notacja polska lub odwrócona polska używana przez firmę Hewlett Packard) został stworzony właśnie przez tę grupę. Twórcami tych osiągnięć byli wspaniali ludzie i prawdziwi indywidualiści – Stefan Banach, Hugo Steinhaus, Stanisław Mazur, Władysław Orlicz, Herman Auerbach, Juliusz Schauder i Stanisław Ulam. 

Festiwal Opera Rara

Wydarzenie prezentuje największe dzieła operowe rekonstruowane w zgodzie z duchem epoki przez najwybitniejszych artystów. Podczas najnowszej edycji widzowie zobaczą m.in. cztery produkcje sceniczne: od Rameau, przez Mozarta i Glassa, aż po wokalne recitale w gwiazdorskiej obsadzie (wystąpią m.in. Danielle de Niese, Patricia Petibon, Jakub Józef Orliński). Jednym z najważniejszych punktów programu będzie wyjątkowy spektakl „Così fan tutte”, zrealizowany z udziałem amatorów – chóru społecznego.

31 stycznia 2018 – 17 lutego 2019 roku
Kraków
operarara.pl



she dances on Jackson. Wystawa fotografii Vanessy Winship

W Galerii JEDNOSTKA trwa wystawa cenionej brytyjskiej artystki Vanessy Winship „she dances on Jackson”, odbywająca się w ramach jubileuszowej 10. edycji projektu „Wszyscy jesteśmy fotografami”. To pierwsza prezentacja jej dzieł w Polsce. Jak zauważają organizatorzy, wystawa stanowi wyjątkową okazję do zapoznania się z twórczością jednej z najciekawszych fotografek, która od lat realizuje długoterminowe projekty dotyczące natury człowieka, funkcjonowania grup społecznych, zmieniającego się krajobrazu oraz historii indywidualnych i zbiorowych. „she dances on Jackson” to próba przyjrzenia się zjawisku tzw. amerykańskiego snu i kulturze Stanów Zjednoczonych.

do 31 stycznia 2019 roku
Warszawa
jednostka.com



Styczeniowe wydarzenia

XI Robotic Arena

12 stycznia Wrocław bez wątpienia będzie należeć do... robotów. Już po raz 11. odbędzie się tam jeden z największych turniejów robotyki w Polsce i Europie. Siedemnaście różnych konkurencji (w tym cztery zupełnie nowe), w których rywalizują roboty z całego świata i ich konstruktorzy, zachwycający pokaz najnowocześniejszej techniki i jedyne w swoim rodzaju widowisko – to wszystko czeka na miłośników technologii w Centrum Kongresowym przy Hali Stulecia. Wydarzenie organizowane jest przez Koło Naukowe Robotyków KoNaR, działające przy Katedrze Cybernetyki i Robotyki na Wydziale Elektroniki Politechniki Wrocławskiej.

12 stycznia 2019 roku
Wrocław
roboticarena.pl

8. Poznański Festiwal Podróżniczy NA SZAGE!

W auli Akademii Wychowania Fizycznego w stolicy Wielkopolski już po raz ósmy spotkają się miłośnicy podróżowania, poznawania odmiennych kultur i zdobywania nowych doświadczeń. Inspiracją dla wydarzenia były dokonania poznańskiego podróżnika Kazimierza Nowaka, który przez pięć lat przemierzał Afrykę. Festiwal NA SZAGE podkreśla jakość doświadczeń i relacji powstałych w czasie podróżowania oraz przybliży wrażenia i emocje towarzyszące nowym przygodom. Każdy z uczestników może też opowiedzieć o swoich własnych wojażach w ramach konkursu na najciekawszą prezentację z wyprawy.

31 stycznia – 3 lutego 2019 roku
Poznań
festiwalnaszage.pl



W ramach sezonowych połączeń Warszawa – Wrocław – Karpacz do Jeleniej Góry można dojechać pociągiem PKP Intercity, a stamtąd do Karpacza autobusem POLBUS-PKS. Na całą podróż obowiązuje jeden bilet – w cenie połączenia kolejowego do Jeleniej Góry.

Styczeniowe



premiery



„Nasze małżeństwo”

Tayari Jones

Celestial i Roy to charyzmatyczna para – oboje z silnymi charakterami, ambitni. Ich droga do ślubnego kobierca była jednak wyjątkowo kręta, a szczęście trwało tylko osiemnaście miesięcy. Gdy w efekcie fatalnego zbiegu okoliczności Roy trafia do więzienia, małżonkowie stoją przed dramatyczną próbą. Czy uda im się przetrwać? Czy mogą liczyć na sprawiedliwość? Książkę Tayari Jones polecał prezydent Barack Obama jako „przejmującą opowieść o tym, jak krzywdzący wyrok niszczy związek dwojga młodych Afroamerykanów”.

Wydawnictwo Znak

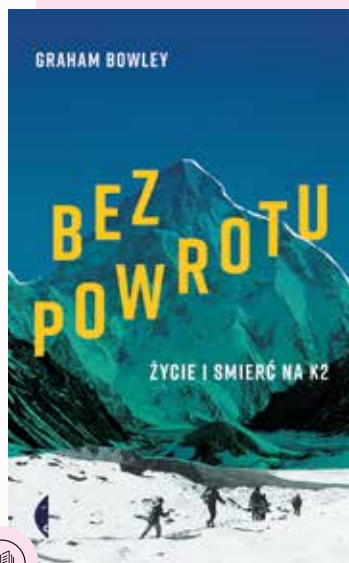


„Bez powrotu. Życie i śmierć na K2”

Graham Bowley

K2 – najwyższy szczyt Karakorum, wznoszący się na wysokość 8611 m n.p.m. – należy do najbardziej niebezpiecznych i zarazem najbardziej pożądaných gór świata. Graham Bowley, reporter śledczy „New York Timesa”, opisuje losy międzynarodowej wyprawy z sierpnia 2008 roku, podczas której zginęło jedenaście osób. Dowiadujemy się, kim są himalaistki, jak wygląda ich codzienne życie i co sprawia, że podejmują tak wielkie ryzyko. O zimowym wejściu na K2 marzyli również Polacy. W 2018 roku wyprawa pod kierownictwem Krzysztofa Wielickiego zakończyła się niepowodzeniem. Wspinacze myślą już jednak o kolejnej ekspedycji. Zanim do niej dojdzie, warto sięgnąć po książkę Bowleya i pogłębić wiedzę o tych, którzy porywają się na ośmiotysięcznik.

Wydawnictwo Czarne



„Maria, królowa Szkotów”

reż. Josie Rourke

Historia rywalizacji dwóch legendarnych kobiet – Marii Stuart i królowej Anglii Elżbiety I. W 1561 roku Maria powraca z Francji do ojczyzny Szkocji, by odzyskać należny jej tron. Tak rozpoczyna się walka kuzynek o władzę i niezależność. „Maria, królowa Szkotów” to reżyserski debiut na wielkim ekranie Josie Rourke, na co dzień związanej z londyńskim teatrem. W roli szkockiej królowej występuje Irlandka Saoirse Ronan („Brooklyn”, „Lady Bird”). Jej oponentkę gra Margot Robbie, którą w 2019 roku zobaczymy także wcielającą się w Sharon Tate, żonę Romana Polańskiego, w filmie Quentina Tarantino. Utalentowanym młodym aktorkom towarzyszyli na planie m.in. Jack Lowden („Dunkierka”) i David Tennant („Doctor Who”, „Broadchurch”). Krytycy wieszczą oscarowe nominacje!

Dystrybucja: United International Pictures



FOT. UNITED INTERNATIONAL PICTURES



„Miszmasz, czyli Kogel Mogel 3”

reż. Kordian Piwowarski

Bohaterowie kultowej polskiej komedii z 1988 roku powracają w przebojowej kontynuacji. Główna bohaterka Kasia (Grażyna Błęcka-Kolska) nadal mieszka we wsi Brzózki. Tymczasem do Polski wraca niespodziewanie jej syn Marcin (Nikodem Rozbicki), przywożąc pomysł na niecodzienny biznes... Poznajemy też obecne losy rodziny Wolańskich. Najmłodszy z rodzeństwa, Piotr (Maciej Zakościelny), wiezie wygodne życie u boku żony Marleny (Katarzyna Skrzynecka), podczas gdy jego matka – celebrytka i sekstrenerka (Ewa Kasprzyk) – postanawia wydać kontrowersyjną książkę. Z czasem wszystko jeszcze bardziej się komplikuje. Jak tym razem skończy się ten galimatias? Przekonamy się w kinie.

Dystrybucja: NEXT FILM



FOT. K. SZYMCHUK



„Ciemno, prawie noc”

reż. Borys Lankosz

Wyczekiwana ekranizacja bestsellerowej powieści Joanny Bator. Reporterka Alicja Tabor (Magdalena Cielecka) wraca do rodzinnego Wałbrzycha, by rozwiązać zagadkę tajemniczych zaginięć dzieci. Szybko okazuje się, że to nie jedyna tajemnica, z którą będzie musiała się zmierzyć. Reżyser Borys Lankosz („Rewers”, „Ziarno prawdy”) prowadzi kryminalną intrygę, łącząc thriller ze współczesną baśnią. Zdjęcia do filmu realizowano m.in. na zamku Książ w Wałbrzychu. W obsadzie znaleźli się także Dawid Ogrodnik, Marcin Dorociński i Jerzy Trela. Ciekawostką dla widzów może okazać się występ top modelki Anji Rubik.

Dystrybucja: Kino Świat



FOT. KINO ŚWIAT





M U Z Y C L Z I N S A T A

Grzegorz Turnau

Piosenkarz, kompozytor, pianista. Ze swoim zespołem występuje od prawie 30 lat. Wydał 16 albumów z własnym repertuarem. Właśnie ukazała się jego nowa – po raz pierwszy anglojęzyczna – płyta pt. „Bedford School”. Złożyły się na nią utwory, które towarzyszyły artyście od dzieciństwa i które w dużej mierze ukształtowały go jako piosenkarza.



FOT. RAFAŁ MASŁOW

Zrób zdjęcie kodu, by posłuchać playlisty w Spotify.



Poza autorskim, tytułowym singlem, na płycie odnaleźć można nowe, „turnauowskie” aranżacje utworów znanych z repertuaru takich artystów, jak The Beatles, Paul McCartney, Billy Joel, Donald Fagen, Sting czy Queen.

Grzegorz Turnau przygotował dla naszych Czytelników specjalną playlistę, która idealnie nada się do odtworzenia podczas styczniowej podróży pociągami.

grzegorzturnau.pl

- 1 ŚRUBKI – KOLEJOWY SZLAK
- 2 MAREK GRECHUTA – HISTORIA PEWNEJ PODRÓŻY
- 3 JEVETTA STEELE – CALLING YOU
- 4 JONI MITCHELL – JUST LIKE THIS TRAIN
- 5 KABARET STARSZYCH PANÓW (WYK. J. PRZYBORA, J. WASOWSKI) – NO I JAK TU NIE JECHAĆ?
- 6 MARILLION – THIS TRAIN IS MY LIFE
- 7 BILLY JOEL – SCANDINAVIAN SKIES
- 8 PAUL MCCARTNEY – MY VALENTINE
- 9 QUEEN – DON'T STOP ME NOW
- 10 DONALD FAGEN – MAXINE



SŁUCHAJ PLAYLISTY GRZEGORZA TURNAU W SPOTIFY
Posłusz się linkiem bit.ly/wpodroz lub wyszukaj profil W Podróż.



Tysiące powodów do... programowania

Programistyczna impreza HackYeah to największy stacjonarny hackathon na świecie. W listopadzie jego uczestnicy zmierzali się m.in. z zadaniem przygotowanym przez PKP Intercity. Rozmawiamy z Patrykiem Lizoniem, członkiem drużyny Fringers, która zaprezentowała zwycięskie rozwiązanie.

ROZMAWIAŁA: Karolina Rynasiewicz

JAK WYGLĄDAŁO PRZYGOTOWANE PRZEZ PANA ZESPÓŁ ROZWIĄZANIE, KTÓRE ZWYCIĘŻYŁO W ZADANIU PKP INTERCITY?

Był to interaktywny prototyp aplikacji do kupowania i zarządzania biletami „Accessible PKP, for everyone”, czyli „PKP, dostępne dla każdego”. Słowo „dostępne” odgrywa w tej nazwie kluczową rolę, ponieważ skupiłem się przede wszystkim na stworzeniu optymalnej i intuicyjnej ścieżki dla pasażerów z niepełnosprawnościami. Na co dzień nie zwracamy uwagi na takie osoby, dopóki nie pojawią się w naszej przestrzeni bądź niepełnosprawność nie przytrafi się nam samym.

JAK UDAŁO SIĘ WYPRACOWAĆ ZWYCIĘSKIE ROZWIĄZANIE?

Nie było to proste zadanie, po pierwsze ze względu na krótki czas – jedynie doba – a po drugie dlatego, że pracowałem właściwie w pojedynkę. Jako zespół postawiliśmy sobie ambitne zadanie zdobycia trzech pierwszych miejsc w całym hackathonie, więc musieliśmy się podzielić. Ścieżek było kilka, a rozwiązanie, które wygrało, nie jest ostateczną wersją, lecz szkicem. Po tym, jak emocje opadły i udało mi się wypaść, w głowie wciąż pojawiały mi się pomysły, co i jak można jeszcze poprawić.



WARTO WIEDZIEĆ

Celem zadania PKP Intercity było stworzenie intuicyjnego narzędzia dla pasażerów kolei, dzięki któremu proces zakupu biletu przez stronę intercity.pl będzie prosty, szybki i możliwy do wykonania przy użyciu ergonomicznego interfejsu obudowanego w dodatkowe usługi dla klientów.



Drużyna Fringers odebrała nagrodę z rąk prezesa zarządu PKP Intercity Marka Chłaniuka.

ILE CZASU ZAJĘŁO JEGO PRZYGOTOWANIE?

Na hackathonie, przy ograniczonym czasie, bardzo trudno jest stworzyć coś, co będzie kompletne. Wersji było kilka, a drobna wymiana zdań z mentorami mieszała czasami w projekcie na tyle, że trzeba było zacząć go od początku. Pamiętam, że ostatnie poprawki wprowadzałem na dwie godziny przed prezentacją, więc uczciwie mogę powiedzieć, że praca trwała całą dobę.

DLACZEGO PANA ZESPÓŁ ZDECYDOWAŁ SIĘ WZIĄĆ UDZIAŁ WŁAŚNIE W TYM ZADANIU?

Początkiem była empatia – znam sporo osób niepełnosprawnych i niedowidzących i wiem, że samodzielny zakup biletu wciąż bywa dla nich wyzwaniem. Pomyślałem, że mogę wykorzystać swoje doświadczenie i spróbować wskazać kierunek, w którym powinna podążać kolej, aby cały proces był prostszy. Zawsze wychodziłem z założenia, że jeśli można pomóc, to powinno się to robić.



FOT. MICHAŁ KUNCEWICZ

SKŁAD JURY

Anna Popek, przewodnicząca jury, dziennikarka od ponad dwudziestu lat, od kilkunastu lat pracująca w Telewizji Polskiej.

dr hab. inż. arch. Jacek Wesołowski, profesor Politechniki Łódzkiej, kierownik Zakładu Projektowania Urbanistycznego w Instytucie Architektury i Urbanistyki PL.

Jolanta Kramarz, prezeska i fundatorka Fundacji Vis Maior, z wykształcenia psycholog, zaangażowana w promowanie praw osób niewidomych, w tym poruszających się z psami przewodnikami.

Katarzyna Kapezyńska, dziennikarka „Pulsu Biznesu”, pisząca na jego łamach o rynku transportowym – kolejowym, drogowym, morskim – i inwestycjach w infrastrukturę.

Andrzej Goltz (British–Polish Railway and Industrial Heritage Partnership), doradca w dziedzinie polityki transportowej, absolwent University of Birmingham w Wielkiej Brytanii, wieloletni kierownik działu planowania i strategii dla Automobile Association, założyciel Fundacji Pro Kolej.



styczeń 2019



Niektóre dworce, jak np. wrocławski, rozmachem, potęgą i pięknem w zasadzie pokonywały konkurencję w przedbiegach. Nam jednak chodziło o pokazanie, że dworzec nie tylko może być centrum komunikacyjnym, lecz także ożywiać miasto oraz pomagać w podejmowaniu decyzji życiowych – o rozpoczęciu pracy lub nauki poza miejscem zamieszkania. Takim dworcem – pięknie łączącym dawny styl architektoniczny z nowoczesnym i funkcjonalnym wnętrzem, zawierającym udogodnienia dla osób niepełnosprawnych, a także wygodnym dla wszystkich – jest Wągrowiec.

ANNA POPEK, przewodnicząca jury

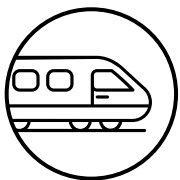
Dworzec sercem miasta

W konkursie „Dworzec Roku 2018”, organizowanym przez Fundację Grupy PKP i Fundację Pro Kolej, nagrodę główną zdobył dworzec w Wągrowcu. W internetowym głosowaniu publiczność przyznała swoją nagrodę dworcowi w Kartuzach.

Za sprawą wpływu renowacji dworca na zwiększenie ruchu pasażerskiego oraz ożywienie gospodarcze miasta i okolicy, jury konkursu zdecydowało się przyznać nagrodę główną dworcowi w Wągrowcu. Doceniło także jego architekturę – doskonałe połączenie historycznego budynku z nowoczesnymi rozwiązaniami, modelowy przykład węzła komunikacyjnego w małej miejscowości oraz projekt uwzględniający jego dalszy rozwój. W głosowaniu internetowym oddano niemal 5 tys. głosów, z czego 1634 na dworzec w Kartuzach. Tym samym zdobył on Nagrodę Publiczności.

Fundacja Grupy PKP zorganizowała konkurs dla czytelników „W Podróż”, w którym do wygrania są książki Anny Popek „Piękna 50-tka”. **Napisz, który z dworców kolejowych jest twoim ulubionym, i krótko wyjaśnij, dlaczego wybrałeś właśnie ten.** Nagrodzonych zostanie 15 najciekawszych zgłoszeń. Odpowiedzi prosimy przysyłać na adres: joanna.trybuchowska@pkp.pl od 10 do 31 stycznia 2019 roku.

Regulamin konkursu jest dostępny na stronie fundacjapkp.pl.



W TRASĘ!

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
Zrób zdjęcie kodu,
by zobaczyć więcej
aktualności na intercity.pl.

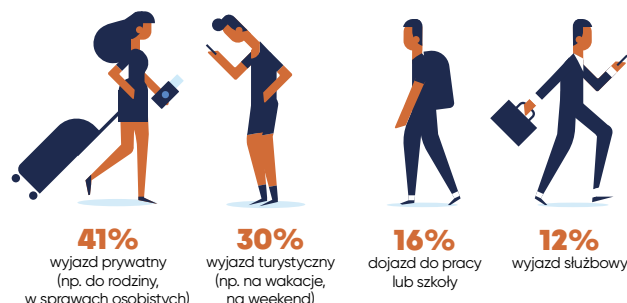


Prywatnie czy służbowo –
zawsze dobry wybór!

➔ **PKP INTERCITY PRZEPROWADZIŁO WŚRÓD PASAŻERÓW ANKIETĘ DOTYCZĄCĄ POWODÓW PODRÓŻOWANIA POCIĄGAMI I PRZYZYNY STOJĄCYCH ZA WYBOREM WŁAŚNIE TEGO ŚRODKA TRANSPORTU. SVOIMI SPOSTRZEŻENIAMI PODZIELIŁO SIĘ PONAD TYSIĄC OSÓB. KOLEJ JEST WYBIERANA RÓWNIE CHĘTNIE W PRZYPADKU PODRÓŻY PRYWATNYCH, CO SŁUŻBOWYCH.**

Ponad $\frac{2}{3}$ badanych wskazało, że wybiera pociąg głównie w celu podróży prywatnych. Najczęściej są to wyjazdy do rodziny, rzadziej turystyczne – na wakacje lub weekend. Dojazd do pracy, szkoły oraz delegacje są natomiast wskazywane przez więcej niż co czwartego badanego. Jako najważniejszy powód decydujący o wyborze pociągu najczęściej są wskazywane komfort i wygoda (przez 26 proc. badanych), czas przejazdu (18 proc.), a także atrakcyjna cena biletu (11 proc.). Natomiast 6 proc. osób stwierdziło, że po prostu z przyjemnością podróżuje pociągiem. Ważne okazują się także dogodne połączenia między miejscowościami i brak konieczności prowadzenia pojazdu, a co za tym idzie – możliwość relaksu czy pracy. Wśród zalet korzystania z pociągu ankietowani wskazali też na możliwość zabrania ze sobą większego bagażu lub roweru.

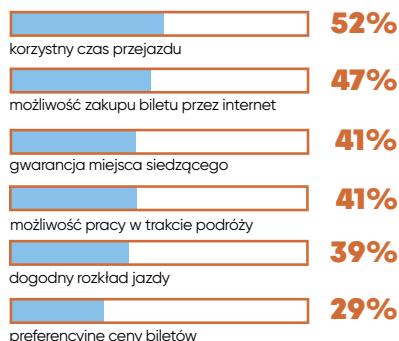
Jaki jest najczęstszy cel podróży pociągiem?



SŁUŻBOWO, BO SPRAWNIE I SZYBKO

Podróżowanie pociągami do pracy i szkoły bądź w celach służbowych zadeklarowało 28 proc. badanych. Spośród tych ostatnich niemal połowa odbyła delegację w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Co trzeci ankietowany deklaruje, że jeździ pociągiem co najmniej kilka razy w miesiącu, z czego 14 proc. podróżuje służbowo nawet kilka razy w tygodniu. W 9 proc. przypadków to pracodawca decyduje o wyborze środka transportu. Najczęstszym powodem wybierania pociągu jako środka komunikacji w podróży służbowej jest korzystny czas przejazdu, wskazany przez ponad połowę badanych. Podobny odsetek osób wymienia możliwość wygodnego zakupu biletu przez internet (47 proc.). Wśród zalet doceniane są też możliwość pracy w czasie podróży, gwarancja miejsca siedzącego oraz dostęp do gniazdek. Rzadziej o wyborze pociągu decydują udogodnienia, takie jak możliwość zakupu posiłku w wagonie restauracyjnym, Strefa Ciszy bądź miejsce w przedziale menedżerskim czy dostęp do Wi-Fi.

Jakie są najczęstsze powody, dla których pasażerowie wybierają pociąg na podróż służbową?



Nowe połączenie do Karpacza dzięki PKP Intercity i POLBUS-PKS

14 GRUDNIA PKP INTERCITY PODPISAŁO UMOWĘ Z POLBUS-PKS NA SEZONOWE POŁĄCZENIE DO KARPACZA. PASAŻEROWIE Z WARSZAWY CZY WROCŁAWIA BĘDĄ MOGLI DOJECHAĆ DO JELENIEJ GÓRY POCIĄGIEM PKP INTERCITY, A TAM PRZESIAŚĆ SIĘ DO AUTOBUSU, KTÓRYM DOJADĄ WPROST DO KARPACZA. NA CAŁĄ TRASĘ BĘDZIE OBOWIĄZYWAŁ JEDEN BILET.

Za cenę biletu na połączenie kolejowe z Warszawy czy Wrocławia do Jeleniej Góry pasażerowie będą mogli dotrzeć aż do Karpacza. Oznacza to, że w z związku z uruchomieniem autobusów nie poniosą dodatkowych kosztów. Oferta dotyczy pociągu Express Intercity Premium, który wyjeżdża po południu z Warszawy do Jeleniej Góry, a jedzie przez Częstochowę, Lubliniec, Opole, Brzeg, Wrocław i Wałbrzych. Z Jeleniej Góry do Karpacza podróżnych dowiozą autobusy POLBUS-PKS, które będą odjeżdżać sprzed dworca kolejowego. Pociąg wyjeżdża na stację docelową w Jeleniej Górze o godzinie 21.25, autobus do Karpacza przewidziano na 21.40*. Przejazdy z jednym biletem na całej trasie dostępne będą także dla podróżnych powracających z Karpacza do Wrocławia czy Warszawy (bilet należy kupić wcześniej w kasie lub przez internet). Autobus POLBUS-PKS odjeżdża z Karpacza Górnego o godzinie 3.10. Podróżni mogą dotrzeć nim do Jeleniej Góry i przesiąść się na pociąg Express Intercity Premium, który wyrusza ze stacji o godzinie 4.30**. Oferta jest dostępna od 20 grudnia aż do końca ferii zimowych, czyli 24 lutego.

* Dostępny będzie dla podróżnych od poniedziałku do piątku oraz w niedziele, z wyłączeniem 24.12, 25.12 oraz 31.12.

** Powrotny autobus będzie funkcjonował będzie od poniedziałku do soboty z wyłączeniem 25.12, 26.12 oraz 1.01.



Zrozumieć niepełnosprawność

➔ **JUŻ PONAD 1,5 TYS. PRACOWNIKÓW DRUŻYN KONDUKTORSKICH PKP INTERCITY UKOŃCZYŁO SZKOLENIE Z ZAKRESU OBSŁUGI OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI. OBOK WPROWADZANIA UDOGODNIEŃ DO NOWYCH I MODERNIZOWANYCH POCIĄGÓW JEST TO KLUCZOWE DZIAŁANIE NA RZECZ POPRAWY KOMFORTU PODRÓŻY TEJ GRUPY PASAŻERÓW. ZAJĘCIA SĄ PROWADZONE PRZEZ TRENERÓW Z FUNDACJI INTEGRACJA.**

W szkoleniach wzięło udział już blisko 85 proc. wszystkich członków drużyn konduktorskich, a program zajęć został przygotowany specjalnie z myślą o nich. Obejmuje on prezentacje filmów, dyskusje oraz symulacje. Teoria dotyczy m.in. rodzajów niepełnosprawności czy stereotypów z nimi związanych, a także trudności napotykanych w trakcie podróży. To również nauka zasad *savoir-vivre* i komunikowania się z osobami o szczególnych potrzebach. Część praktyczna ma natomiast na celu możliwie najwierniejsze odzwierciedlenie problemów, jakie stają na drodze osób o obniżonej sprawności – w trakcie zadań wykorzystywane są rekwizyty, takie jak wózek oraz gogle symulujące wady wzroku spowodowane zaćmą, jaskrą czy retinopatią cukrzycową. Instruktorzy fundacji dużą wagę przykładają też do kwestii technicznych związanych z pomaganiem osobom niepełnosprawnym. – *Spotkanie pozwoliło mi utrwalić wiedzę i praktyczne umiejętności. Było również okazją do wyjaśnienia trapiących mnie wątpliwości. Wiem już, że bez wahania mogę zwrócić się do osoby niewidomej słowami „do zobaczenia” czy „do widzenia”. Kluczem do właściwej komunikacji zawsze powinna być naturalność i życzliwość* – podkreśla Aleksander Borowiak, kierownik pociągu PKP Intercity, który uczestniczył w szkoleniu.



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
Informacje dla osób z niepełnosprawnością i osób o ograniczonej sprawności ruchowej znajdziesz w specjalnej zakładce na intercity.pl

zawód: konduktor

„Zawsze uśmiechnięta i skora do pomocy” – tak o Magdalenie Warso-Kępie mówią pasażerowie. Na czym polega jej praca i jakie ona sama wiąże z nią plany? Poznajmy bliżej osobę, która od trzech lat udowadnia, że konduktor to zawód dla ludzi z pasją.



JAK TO SIĘ STAŁO, ŻE WYBRAŁA PANI ZAWÓD KONDUKTORA?

Jestem absolwentką Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie na kierunku turystyka międzynarodowa, zatem moje wykształcenie jest ściśle związane z podróżami. Po przeprowadzce do Gdyni często podróżowałam pociągami. Zbiegło się to z czasem, gdy na polskie tory wyjechało Pendolino. Obserwowałam ludzi pracujących w pociągu – byli zawsze uprzejmi i bardzo pomocni. Myślałam wtedy: „Fajnie by było dołączyć do takiego zespołu!”. Po jednej z moich wypraw sprawdziłam, czy PKP Intercity szuka pracowników, i po prostu wysłałam zgłoszenie.

JAKIE WYMAGANIA TRZEBA SPEŁNIĆ, BY ZOSTAĆ KONDUKTOREM? CZY MOŻNA WSKAZAĆ KONKRETNE CECHY CHARAKTERU I UMIEJĘTNOŚCI SZCZEGÓLNIE WAŻNE W TYM ZAWODZIE?

Kandydat zapraszany jest na trzymiesięczny kurs, który wieńczą dwa egzaminy: teoretyczny i praktyczny. Ich wynik decyduje o uzyskaniu uprawnień. Każdy konduktor musi znać najważniejsze instrukcje oraz regulacje związane z transportem kolejowym. Głównym ograniczeniem jest jednak zdrowie – co dwa lata przechodzimy serię obowiązkowych badań. Ważne, by osoba startująca na to stanowisko była bardzo cierpliwa, empatyczna. Trzeba być zorganizowanym, odpowiedzialnym, a przede wszystkim punktualnym. Zdecydowanie nie jest to praca dla osób, którym wstawanie z rana sprawia duży problem. Osoby płochliwe i panikarze też nie odnajdą się w roli konduktora – w sytuacjach awaryjnych trzeba zachować żelazne nerwy, dlatego mile widziane są osoby stanowcze oraz opanowane. Znajomość języka angielskiego w stopniu komunikatywnym wydaje się oczywista. Jeżeli lubisz ludzi i nie chcesz narzekać na nudę, zapraszam do drużyny konduktorskich PKP Intercity!

Occupation:

train conductor

„Always smiling and happy to help” is what passengers say about Magdalena Warso-Kępa. What is her job all about and what plans has she got for the future? Join us in getting acquainted with a woman who has proven over the last three years that the role of a train conductor is a job for people with passion.

TRANSLATION: Malgo Dzierugo

EN → WHAT MADE YOU WANT TO BECOME A TRAIN CONDUCTOR?

My education's been very closely related to travel seeing as I studied international tourism at the University of Economics in Krakow. After moving to Gdynia I often traveled by train which coincided with the time when Pendolino trains were launched in Poland. Watching people working on the train back then – always polite and very helpful – I recall thinking "It would be nice to join such a great team!". After one of my trips I checked if PKP Intercity were looking for employees and I sent in an application.

CZYM ZAJMUJE SIĘ TAKA DRUŻYNA?

Większość osób postrzega pracę konduktora dość stereotypowo, uważając, że ogranicza się ona głównie do sprawdzania biletów. Wynika to być może z faktu, iż większość innych czynności wykonuje się w przedziale konduktorskim lub jeszcze zanim podróżni pojawią się w pociągu. Jednak drużyna konduktorska przede wszystkim pełni funkcję gospodarza na pokładzie, czuwa nad bezpieczeństwem oraz dba o komfort podróży zgodnie z przyjętymi standardami obsługi klienta.

JAK WYGLĄDA PANI TYPOWY DZIEŃ PRACY?

Dzień zaczynamy czasami o 3 – 4 nad ranem. W pracy musimy stawić się z wyprzedzeniem, by zgłosić się do dyspozytora, który sprawdza nasze przygotowanie, i pobrać sprzęt niezbędny do pracy. Najczęściej pracujemy w dwuosobowym zespole. Na stacji początkowej sprawdzamy stan techniczny składu, raportujemy ewentualne usterki i przygotowujemy pociąg do jazdy. Poza odprawą podróżnych – czyli sprawdzaniem i sprzedażą biletów – do naszych zadań należy nadzór nad bezpieczeństwem i dbałość o komfort podróży. Każdy pracownik drużyny jest przeszkolony z udzielania pierwszej pomocy. Pomagamy też pasażerom w odnalezieniu przydzielonego im miejsca, udzielamy bieżących informacji podczas jazdy oraz postoju.

WHAT KEY SKILLS DOES ONE NEED TO BECOME A TRAIN CONDUCTOR? COULD YOU POINT TO ANY SPECIFIC CHARACTER TRAITS AND COMPETENCES NECESSARY FOR THIS POSITION?

The candidate is first invited to attend a three-month course, which culminates in two exams: theoretical and practical. The result of these exams determines whether or not you get a license. Each conductor must be familiar with the most important instructions and regulations related to rail travel. The main limitation, however, is health – every two years we go through a series of compulsory tests. It is crucial that the person wanting to become a train conductor be very patient and empathic. You have to be well-organised, responsible, and above all punctual. Definitely not a job for people for whom getting up in the morning is a big problem. Those who are shy and have tendency to panic won't find this job suitable – in case of an emergency you must have the ability to remain calm. Naturally a conversational knowledge of English is a must. If you are people's person and are looking for a lifestyle where there's never a dull day, I invite you to join the PKP Intercity conductor teams!

WHAT DOES SUCH A TEAM DO?

Most people perceive the conductor's role quite stereotypically, thinking that it is mainly limited to checking tickets. This may be due to the fact that most of the other tasks are carried out in the conductor's cabin or even before the passengers get on the train. Nonetheless, members of our teams first and foremost play the role of on-board hosts. We watch over the passengers' safety and ensure they have a pleasant journey whilst adhering to the highest standards of customer service.

WHAT DOES YOUR TYPICAL DAY LOOK LIKE?

Sometimes we start our day at 3 or 4 am. We have to get to work early enough to report to the dispatcher who checks everything is in order and ready, and then we collect all the necessary equipment. Most often we work in a two-person team. At the departing station we check the technical condition of the train, report any defects and prepare for departure. Apart from checking the passengers in – that is checking and selling tickets – our tasks include ensuring safety and that the passengers have a pleasant journey. Each team member is first aid trained. We also help passengers in finding their allocated seats and provide them with updates to their journey along the way.

WHAT ELSE DO THE TRAIN CONDUCTORS DO?

We're here also to assist those with limited mobility. We pay special attention to those who need help when boarding the train and getting off it. Passengers with disabilities can experience great stress before traveling, so we try to make them feel safe. A good host makes their guests eager to come back, and our task is to create an atmosphere which makes the passengers feel good on the train; we want them to be happy to use our trains as their means of transport. At the final destination we pass through the carriages and



WARTO WIEDZIEĆ

Konduktor pokonuje rocznie tysiące kilometrów... pieszo! Długość pociągu na popularnych trasach to niekiedy 250–300 metrów, a konduktor w trakcie służby przechodzi taki skład kilkanaście razy. Drużyna na pokładzie pociągu przejeżdża średnio 65 tys. km w ciągu roku. Dla porównania: obwód Ziemi to niewiele ponad 40 tys. km!

CO JESZCZE NALEŻY DO OBOWIĄZKÓW KONDUKTORA?

To przede wszystkim wsparcie dla osób z ograniczoną mobilnością. Otaczamy szczególną troską tych, którzy potrzebują pomocy podczas wsiadania i wysiadania. Pasażerowie z niepełnosprawnością odczuwają ogromny stres przed podróżą, dlatego staramy się nimi zaopiekować tak, by poczuli się bezpiecznie. Dobry gospodarz sprawia, że goście wracają, a naszym zadaniem jest stworzyć taką atmosferę, by pasażerowie dobrze się czuli w pociągu i z chęcią korzystali z tego środka lokomocji. Na stacji końcowej przechodzimy przez skład i sprawdzamy, czy nie pozostał bagaż lub rzeczy osobiste. Podróżni zostawiają w pociągu nie tylko telefony i laptopy – zdarzają się też olbrzymie i ciężkie bagaże. W takiej sytuacji sporządzamy raport i wraz ze zgubą zanosimy go do biura rzeczy znalezionych, oczywiście z zachowaniem wszelkich procedur bezpieczeństwa.

PRACUJĄ PAŃSTWO TAKŻE W ŚWIĘTA, W RÓŻNYCH MIEJSCACH I PORACH DOBY. W JAKI SPOSÓB GODZI TO PANI Z ŻYCIEM PRYWATNYM?

Pracę zaczynamy i kończymy zawsze w tym samym mieście. W każdym miesiącu grafik wygląda inaczej, służby trwają od 8 do 12 godzin. Czasami zdarza się, że mamy więcej dni wolnych w tygodniu, ale zawsze trzeba wyrobić tygodniową normę godzinową. Oczywiście nasz wypoczynek i dni wolne określają przepisy Kodeksu pracy. Praca w różnych godzinach i porach dnia to nasza codzienność, dlatego zawód ten wymaga dobrej sprawności fizycznej oraz psychicznej. Nie ukrywam, że nocne kursy nie należą do naszych ulubionych, ale do wszystkiego można się przyzwyczaić. Atutem pracy na kolei jest poczucie stabilności. Wiele osób pracuje tutaj do samej emerytury.



check if any luggage or personal belongings have been left behind. The passengers leave behind not only their telephones or laptops; we sometimes also come across huge pieces of heavy luggage. In such instances we prepare reports and deposit the left items at the lost property office, all whilst following safety procedures of course.

YOUR TEAM ALSO WORKS ON BANK HOLIDAYS, IN DIFFERENT LOCATIONS, AND DIFFERENT TIMES OF DAY AND NIGHT. HOW DO YOU MANAGE THAT?

We start and finish our shift in the same city. Every month the schedule is different, and the shifts last between 8 to 12 hours. Some weeks we have more days off during the week but you always have to do your contracted weekly hours. Our days off and holidays are determined by the statutory labour law. Shift work is our everyday life, which is why to thrive in this job you need to be physically and mentally fit. I'm not going to lie, nobody enjoys the night shifts, but you get used to it. The advantage of working for the railway is the sense of stability. Many people work here their entire lives.

MÓWI SIĘ, ŻE PRACA NA KOLEI TO SŁUŻBA. JAK WYGLĄDAJĄ ŚWIĘTA NA POKŁADZIE POCIĄGU?

Bywa, że mamy więcej wolnego w ciągu tygodnia niż przeciętny pracownik biurowy, ale za to pracujemy w święta oraz weekendy. Dla nas Boże Narodzenie, Wielkanoc, sylwester czy Nowy Rok to normalne dni pracy. Pod koniec listopada z niecierpliwością wyczekujemy grudniowego grafiku, ale jest on układany tak, by każdy mógł nacieszyć się świętami. Jeśli jednak wypadnie nam służba w takim okresie, bierzemy na pokład pociągu świąteczne ciasto i z pozostałymi pracownikami zjadamy smutki. *(śmiech)*

WSPOMNIAŁA PANI O STRESUJĄCYCH MOMENTACH W PRACY. JAK PANI SOBIE Z NIMI RADZI?

W pociągu spotykamy się z różnymi ludźmi. Jedni są bardzo sympatyczni, inni mniej, dlatego w naszej pracy bardzo ważne są nie tylko cierpliwość i empatia, lecz także asertywność oraz zimna krew. Pracownicy kolei podlegają często wielu procedurom, muszą być konsekwentni, zwłaszcza gdy słyszą po raz kolejny: „Oj, raz może pani zrobić wyjątek, nikt pani nie kontroluje” albo „Kierownik przecież nic nie musi wiedzieć, nic się nie stanie”. Zdarzają się pasażerowie, którzy nie rozumieją, że nie wszystko zależy od konduktora, i wyładowują na nas swoje niezadowolenie. Opanowanie oraz uśmiech to klucz do sukcesu w tym zawodzie. Osoba pracująca na tym stanowisku musi umieć wybrnąć z każdej, niekiedy bardzo stresującej sytuacji, potrafić w spokojny sposób coś wyjaśnić, uspokoić oraz zapewnić, że wszystko będzie dobrze. W trudnych chwilach najlepiej rozluźnić atmosferę żartem albo po prostu uśmiechem.

CZY ZDARZYŁY SIĘ PANI JAKIEŚ CIEKAWY, ANEGDOTYCZNE SYTUACJE W TRAKCIE SŁUŻBY?

Co pasażer, to inny człowiek. Są tacy, którzy są pomocni i przemiłi, inni z kolei traktują obsługę pociągu z góry. Nieprzyjemne historie jednak bardzo szybko odchodzą w zapomnienie, a zostają dobre wspomnienia. Bardzo miłe jest to, że podróżni nas rozpoznają. Sformułowania typu



styczeń 2019

IT IS SAID THAT WORKING FOR THE RAILWAY IS A DUTY, A SERVICE. WHAT DO FESTIVE HOLIDAYS LOOK LIKE ON-BOARD?

We tend to have more time off during the week than an average office worker, but we do work holidays and weekends. For us, Christmas, Easter, New Year's Eve or New Year's Day are just normal working days. At the end of November we eagerly await the release of the December schedule; it is always arranged in a way which allows everyone to enjoy the holidays. However, if we happen to be working during the holidays, we like to bring a Christmas cake on board to share with our colleagues and to eat away our sorrows together *(she laughs)*.

YOU MENTIONED THE STRESSFUL PART OF THE JOB. HOW DO YOU COPE WITH STRESS?

We come across many different people on the train. Some are very nice, others less so, and in our profession it is an imperative to not only be patient and emphatic, but also to remain calm and assertive when under pressure. Railway employees have to follow many procedures; they must be consistent, especially when they hear the good old „Oh, just this once you can make an exception, no one's going to know.” There are passengers who do not understand that not everything depends on the conductor, and they unload their dissatisfaction on us. Composure and a smile are the keys to success in this profession. A person working in this position must be able to solve any – sometimes very stressful – situation and to speak in a calm way to reassure the passengers that everything will be fine. In tricky situations the best thing to do is to loosen the atmosphere with a joke or even just a smile.



INTERESTING FACTS

A train conductor covers the distance of thousands of kilometres every year... by foot! The length of the train on popular routes is sometimes 250–300 meters, and the conductor passes through all of the carriages several times per journey. The team on board average 65,000 km a year in distance covered by the trains they work on. For comparison: the Earth's circumference is a little over 40,000 km!

„Miło panią po raz kolejny widzieć!” czy „Ooo, z panią przyjechaliśmy na wakacje, a teraz wracamy. Jak miło!” sprawiają dużą przyjemność. Zabawne są również reakcje dzieci, które często nazywają mnie „panią konduktantką”.

WIEMY, ŻE WAŻNY JEST DLA PANI RÓŻNÓW ZAWODOWY. JAKIE PLANY WIĄŻĄ PANI Z PRACĄ W PKP INTERCITY?

Na stanowisku konduktora pracuję dopiero trzy lata i każdy dzień jest dla mnie wyzwaniem. Nie mam jeszcze dokładnie sprecyzowanej ścieżki kariery, ale wierzę, że doświadczenie zbierane każdego dnia w przyszłości przełoży się na praktykę i zaowocuje. Inwestuję w rozwój osobisty, korzystam z kursów, jakie organizuje nam pracodawca. PKP IC we współpracy ze Szkołą Główną Handlową w Warszawie zorganizowało cykl studiów podyplomowych dla swoich pracowników. Jesienią tego roku ukończyłam takie studia na kierunku zarządzanie w transporcie kolejowym. Nie wykluczam udziału w dalszych kursach związanych z tą branżą.

W JAKI SPOSÓB SPĘDZA PANI WOLNY CZAS?

Może zabrzmiałoby to banalnie, ale moją ogromną pasją są podróże, najlepiej z plecakiem, do miejsc nieskażonych przez masową turystykę. To nieodłączny element mojego życia i nie potrafiłabym z nich zrezygnować. Dalekie wyprawy pozwalają mi na tzw. reset, kształtują i wzmacniają mój charakter. Zwiedzanie świata, poznanie nowych ludzi oraz odkrywanie nowych miejsc daje mi niesamowitą energię do życia. Może dlatego wybrałam zawód, w którym nie ma czasu na nudę i rutynę, a każdy dzień wygląda inaczej? 

MAGDALENA WARSO-KĘPA

Reprezentuje młode pokolenie pracowników PKP Intercity. Spotkamy ją nie tylko w pociągach, lecz także podczas rozmaitych wydarzeń organizowanych przez PKP Intercity. Pojawiła się również w materiale filmowym powstałym z okazji rocznicy odzyskania niepodległości, nagrany przez popularnego Reżysera Życia. Niedawno ukończyła w SGH podyplomowe studia związane z zarządzaniem w transporcie kolejowym.

MAGDALENA WARSO-KĘPA

represents the young generation of PKP Intercity employees. You can not only meet her on our trains, but also at various events organised by PKP Intercity. She was recently filmed by Reżyser Życia, a famous Polish YouTuber, on the occasion of the 100th anniversary of Poland regaining independence.

Not long ago, Warso-Kępa completed postgraduate studies in railway transport management at SGH (Warsaw School of Economics).

HAVE YOU GOT ANY INTERESTING ANECDOTES TO SHARE WITH US ABOUT YOUR EXPERIENCE WITH WORKING FOR THE RAILWAY?

Every passenger is different. Some are friendly and helpful, others don't treat us particularly well and patronise us. However, all unpleasant situations get quickly forgotten, and only good memories remain. It is very nice when passengers recognise us. Words like „Nice to see you again!” or „Aww, we met you at the start of our holidays, and now we meet again on the way back. How lovely!” bring us great pleasure. Children's reactions, who often call me „conductwoman”, are also very funny.

WE KNOW HOW IMPORTANT PROFESSIONAL DEVELOPMENT IS FOR YOU. WHAT PLANS HAVE YOU GOT FOR YOUR FUTURE WITH PKP INTERCITY?

I have only been a train conductor for three years and every day poses a new challenge for me. I don't have a clearly defined career path yet, but I believe that the experience I build each day will bear fruit in the future. I invest in personal development and take part in the courses our employer organises. PKP IC in cooperation with the Warsaw School of Economics organised a series of postgraduate courses for its employees. In the autumn earlier this year I graduated from railway transport management and I don't rule out taking part in more industry-related courses in the future.

WHAT DO YOU DO IN YOUR SPARE TIME?

It may sound trivial, but travelling is my greatest passion; I love backpacking to places unspoiled by mass tourism. It is an inseparable element of my life and I won't ever give it up. Long trips allow me to reset, they also shape me and strengthen my character. Travelling the world, meeting new people and discovering new places gives me incredible energy; it makes me feel alive. This may very well be the reason why I chose a profession where no two days are the same and where there is no room for boredom. 

Z Poznania do Piły o ok. 40 min krócej

Projekt Poznań – Piła to jedno z największych przedsięwzięć komunikacyjnych województwa wielkopolskiego. Po zakończeniu prac w grudniu 2019 roku czas podróży wyniesie ok. 80 minut. Wcześniej pokonanie tej trasy zajmowało dwie godziny!



Już widać pierwsze efekty prac. Od 9 grudnia 2018 roku czas przejazdu na trasie Poznań – Piła dla pociągów pospiesznych jest krótszy o kwadrans. Jeszcze w październiku pociągi wróciły na trasę Oborniki Wielkopolskie – Piła, a pasażerowie korzystają z wygodnych peronów, m.in. na stacjach Oborniki Wielkopolskie i Chodzież.

AKCJA MODERNIZACJA

Projekt obejmuje m.in. modernizację 134 km torów i budowę czterech nowych przystanków: Poznań Podolany, Złotniki Grzybowe, Złotkowo i Bogdanowo. Budowa lub przebudowa 34 peronów oraz modernizacja torów znacząco podniosą komfort podróżowania także osobom o ograniczonej mobilności. Na stacjach w Chodzieży i Pile wyremontowane zostaną przejścia pod torami. Na peronach pojawią się nowe wiaty i oświetlenie, uruchomiony zostanie też system informacji pasażerskiej. 

Przebieg modernizowanego odcinka linii kolejowej nr 354

- stacje kolejowe
- przystanki osobowe
- posterunki odgałęźne
- 4 nowe przystanki osobowe



Lepsze zdrowie i opieka dzięki Funduszom norweskim i EOG

Szymon Pewiński

Nasze społeczeństwo boryka się z wieloma ważnymi problemami w obszarze zdrowia. Jednym z najbardziej palących jest starzejące się społeczeństwo. Do 2040 roku liczba Polaków, którzy przekroczą 80. rok życia, ma się zwiększyć z 1,7 mln do 3,4 mln. Innym, nie mniej ważnym, są choroby wynikające z biernego palenia i zanieczyszczonego powietrza. Na szczęście obu tym wyzwaniom można przeciwdziałać.

Rosnącej liczbie osób starszych i chorych wymagających opieki w Polsce towarzyszą niestety niewystarczająca liczba miejsc w szpitalach, braki sprzętowe oraz niedostateczna wiedza z zakresu opieki paliatywnej i długoterminowej. Z tymi problemami stara się walczyć Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Paliatywnej im. Jana Pawła II w Suwałkach, który pozyskał na te cele pieniądze z Funduszy norweskich i EOG. Podlasie to – jak wskazywano we wniosku o dotację – jeden z bardziej pod tym względem zaniedbanych rejonów w kraju.

Z myślą o chorych

Hospicjum zostało wybudowane w 2008 roku, a już po kilku latach stało się jasne, że jest zbyt małe w stosunku do potrzeb. W 2013 roku budynek powiększono o około 300 m². Wyposażono go w 14 dodatkowych łóżek dla pacjentów stacjonarnych, konieczny stał się również zakup sprzętu, zarówno do rozbudowanej części hospicjum, jak i do już istniejących komórek organizacyjnych. Niezbędne były też dodatkowe szkolenia dla personelu.

Dyrektor SPZOP Irena Mickiewicz przypomina, że inwestycja kosztowała blisko 1,78 mln zł, z czego Fundusze norweskie i EOG pokryły prawie 1,35 mln zł.

– Wkład własny pozyskano ze środków finansowych samorządu województwa podlaskiego oraz ze środków, jakimi dysponował zakład – zaznaczyła.

Zakupiono m.in. respiratory, przenośne ultrasonografy, koncentratory tlenu, ssaki, łóżka wielofunkcyjne, materace, szafki, wanny z hydromasażem, podnośniki mobilne i sufitowe. – Mamy sprzęt bardzo wysokiej klasy, lepszy niż na niejednym oddziale rehabilitacji – zauważył Łukasz Drazba, fizjoterapeuta

ponad

**500
mln**

złoty przeznaczone dotychczas na ochronę zdrowia w Polsce z Funduszy europejskich i EOG.



w suwalskim hospicjum. – Jako fizjoterapeuci mamy skończonych wiele kursów specjalistycznych, które też dużo kosztują, a grant norweski (i EOG – przyp. red.) umożliwił nam rozwój pod tym kątem. Z kursów i szkoleń skorzystali lekarze, pielęgniarki, fizjoterapeuci – w sumie 41 pracowników zakładu. Jak duże jest zapotrzebowanie na opiekę paliatywną, mogą świadczyć liczby. Tylko w roku 2016 opieką hospicjum w Suwałkach – stanowiącego wówczas jedyną (!) placówkę na Podlasiu świadzącą kompleksową opiekę paliatywną i długoterminową – objęto 419 osób. Z Funduszu norweskiego i EOG na lata 2009 – 2014 skorzystali też Szpital na Wyspie w Żarach, który dostosował tamtejszy oddział geriatryczny do potrzeb osób starszych i z niepełnosprawnościami, a także Zespół Opieki Długoterminowej w Lubsku. Z zakresu organizacji i prowadzenia opieki długoterminowej, pielęgnacji, żywienia i rehabilitacji szkolono nie tylko personel medyczny, lecz również członków rodzin i opiekunów osób starszych, przewlekłe chorych i niepełnosprawnych. Inwestycja kosztowała blisko 2 mln zł, a dofinansowanie wyniosło niemal 1,6 mln zł.

Złapać oddech

W Polsce z powodu chorób wywołanych biernym paleniem rocznie umiera do kilku tysięcy osób, a 45 tys. umiera z powodu chorób wywołanych zanieczyszczonym powietrzem. Fundusz norweski (wspomagany przez budżet państwa) dofinansował profilaktyczne badania układu oddechowego.

Artykuł sponsorowany

Taki program zrealizowano m.in. w powiecie ostrołęckim (województwo mazowieckie). W 2015 roku objęto nim palaczy (także biernych), młodzież, mężczyzn między 35. a 59. rokiem życia oraz osoby, które ukończyły 65 lat. Przeprowadzono w sumie 22 akcje obejmujące badania profilaktyczne i akcje edukacyjne.

Z badań podstawowych skorzystało blisko 2,4 tys. osób, 370 przeszło badania pogłębione, takie jak konsultacje w poradni pulmonologicznej, RTG lub tomografię komputerową. Podobny program zrealizowano w powiecie nidzickim (województwo warmińsko-mazurskie), gdzie przeprowadzono badania spirometryczne dla ponad 1,2 tys. osób powyżej 35. roku życia. Z RTG klatki piersiowej skorzystało ponad 2 tys. osób. U ponad 1,3 tys. dzieci i młodzieży przeprowadzono testy alergiczne.

Jeszcze więcej pieniędzy na ochronę zdrowia

To tylko kilka z wielu przykładów wykorzystania w Polsce środków z Funduszy norweskich i EOG na opiekę zdrowotną. 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. Część środków z tej puli będzie także wspierać ochronę zdrowia w Polsce.

Źródła: paliatywna.suwalki.pl,
szpitalnawyspie.pl,
projektpl13.powiatnidzicki.pl,
powiatostrolecki.pl



Blogowanie, freelancing i coworking Prace XXI wieku

Wstajesz – bez budzika uparcie wydzwaniającego od szóstej rano – leniwie parzysz kawę i przygotujesz śniadanie. Z talerzem ulubionych kanapek i kubkiem aromatycznego naparu zasiadasz do komputera. Tak po prostu, w piżamie, nie przejmując się swoim wyglądem... Czy praca w XXI wieku naprawdę wygląda właśnie tak sielankowo?

TEKST: Anna Wudarska

Jeszcze kilka lat temu marzeniem większości młodych ludzi rozpoczynających karierę zawodową było zdobycie etatu. Długi staż w jednej firmie stanowił powód do dumy, a śmiałków, którzy decydowali się na rezygnację ze stabilnej posady i pracę na własny rachunek, nie było zbyt wielu. Od tamtej pory wiele się zmieniło – łącznie z tym, że zatrudnienie na umowę o pracę coraz chętniej wymieniamy na własne mikroprzedsiębiorstwo lub freelancing.

MOBILNOŚĆ PRZED W SZYSTKIM

Obecnie młodzi ludzie coraz częściej podejmują się pierwszych zawodowych zleceń już podczas studiów, chętnie wybierając pracę zdalną. W Polsce nie jest to jeszcze zbyt popularne rozwiązanie, ale na Zachodzie wiele firm oferuje swoim pracownikom taką możliwość. Z badania Grupy IWG wynika, że już 62 proc. zatrudnionych na świecie korzysta z takiej opcji, a blisko 70 proc. specjalistów czy właścicieli firm pracuje zdalnie przynajmniej raz w tygodniu. Z kolei badanie „Rynek pracy zdalnej a oczekiwania pracowników”, przeprowadzone wspólnie przez firmy Kantar TNS oraz Remote-how, wskazuje, że tylko co trzeci Polak zatrudniony na etacie ma obecnie możliwość pracy zdalnej. Jednocześnie 76 proc. badanych deklaruje, że chętnie pracowałoby poza biurem, gdyby pracodawca wyraził na to zgodę. W związku z tym coraz bardziej popularny staje się także freelancing. Jako tzw. wolni strzelcy zarabiają m.in. dziennikarze, copywriterzy, redaktorzy, graficy, fotograficy, specjaliści marketingu internetowego oraz programiści.

Wyniki badania EY Global Contingent Workforce Study, które objęło 23 rynki światowe – w tym Polskę – jednoznacznie wskazują, że rynek zleceń zdalnych stale rośnie. Według prognoz do 2020 roku nawet co piąty pracujący na świecie będzie zarabiał w ten sposób.

FREELANCING PO POLSKU

Polscy wolni strzelcy są młodszy niż ich zagraniczni koledzy – połowa z nich ma mniej niż 30 lat (przeciętny wiek freelancera w Europie to 43 lata). Mają zróżnicowane umiejętności – najczęściej zajmują się wprowadzaniem danych, projektowaniem graficznym, doradztwem, marketingiem internetowym i sprzedażą, tłumaczeniami czy copywritingiem. Przeciętny polski wolny strzelec obsługuje do 15 klientów rocznie, ale bardzo ceni sobie wolność płynącą z pracy na własny rachunek. Jak wynika z badania, 49 proc. freelancerów lubi być własnym szefem, a 46 proc. docenia możliwość pracowania w dowolnym miejscu i o dowolnej porze. Lista wymienianych korzyści jest jednak znacznie dłuższa: możliwość wyboru zleceń (34 proc.), większe zarobki w porównaniu do pracy na etacie (33 proc.) czy elastyczność (30 proc.). Freelancerzy zarabiają średnio 67 tys. zł brutto rocznie (średnia krajowa wynosi 48 564 zł). Aż 46 proc. z nich twierdzi, że ich biznes w ciągu ostatniego roku był w dużej mierze stabilny, a 29 proc. zadeklarowało, że odnotowało jego wzrost. Są też bardzo optymistycznie nastawieni do przyszłości – 69 proc. przewiduje, że ich firma nadal będzie się rozwijać.

* RAZEM RAŻNIEJ! ZALETY PRACY W COWORKINGU:

- 89 proc. osób pracujących w coworkach uważa się za szczęśliwszych z tego powodu,
- 83 proc. osób korzystających z coworkingu czuje się mniej samotnych,
- 84 proc. osób czuje się bardziej zmotywowanych do realizacji swoich celów,
- 67 proc. freelancerów potwierdza, że praca w coworku pozwoliła im odnosić większe sukcesy i szybciej budować swoją pozycję na rynku,
- zaledwie 30 proc. osób pracuje w standardowych godzinach pracy (9.00–17.00).

COWORKING, CZYLI ZDALNE BIURO

Coworki powstają przede wszystkim w dużych miastach, oferując przestrzeń biurową dla wszystkich freelancerów i pracowników zdalnych poszukujących miejsca do pracy. W zależności od potrzeb można w nich wynająć biurko lub biuro. Branża rozwija się z roku na rok, notując wzrost ilości przestrzeni na poziomie 20–25 proc. i ponad 40 proc., jeśli chodzi o liczbę osób korzystających z takiej metody pracy. Obecnie na świecie funkcjonuje ponad 14 tys. przestrzeni coworkingowych. Siedem lat temu było ich zaledwie 1130. Pod koniec 2017 roku w coworkach pracowało ponad 1,2 mln osób.

ZAWÓD: BLOGGER

Prowadzenie bloga niegdyś mieściło się w kategorii hobby, jednak od 1 stycznia 2015 roku bloger oficjalnie widnieje w klasyfikacji zawodów i specjalności. Blogowaniem zajmują się zarówno zawodowi dziennikarze, którzy porzucili tradycyjne media na rzecz działalności na własny rachunek, jak i amatorzy czy pasjonaci danej dziedziny. Co więcej, okazuje się, że to całkiem intratny biznes. W sieci znajdziemy dziś blogi na każdy temat. Rekordy popularności biją te modowe, kulinarne, podróżnicze, parentingowe czy lifestyle'owe, a także kanały w serwisie Youtube czy konta na Instagramie. Najczęściej zyski blogerów pochodzą z reklam i współpracy z markami. Firmy coraz chętniej inwestują bowiem nie tylko w promocję za pośrednictwem tradycyjnych mediów, ale także w influencer marketing, czyli właśnie we współpracę z internetowymi twórcami. Badania Influencer Marketing Hub

wskazują, że aż 84 proc. marketerów ocenia takie działania jako efektywne. Z raportu przygotowanego przez Nielsen wynika, że kampanie marketingowe przeprowadzone z udziałem influencerów przynoszą zyski rzędu 6,5 dolara za każdego zainwestowanego dolara.

ZARABIAĆ NA PASJI

Wbrew obiegowej opinii prowadzenie bloga nie sprowadza się jedynie do regularnych wpisów na każdy temat czy publikowania dziesiątek selfie na Instagramie. Wymaga ono przygotowywania wartościowych tekstów, starannego dobierania lub samodzielnego wykonywania odpowiednich zdjęć, właściwego pozycjonowania, promocji w mediach społecznościowych, ale także odpowiadania na maile czy komentarze czytelników, które nie zawsze są pochlebne. Blogowanie często wiąże się z testowaniem rozmaitych produktów, redagowaniem wpisów sponsorowanych czy wyjazdami i przygotowywaniem relacji z tych podróży. Może generować znaczne koszty – ale nierzadko także bardzo duże zarobki. Jednym z nielicznych autorów bloga, który otwarcie mówi o swoich przychodach – pochodzących jednak nie tylko z samej działalności blogowej,

ale też z innych źródeł i inwestycji – jest Michał Szafranski, autor wpisów na stronie jakoszczedzacpieniadze.pl, który niedawno świętował 5 lat pracy na własny rachunek. Tylko w 2017 roku jego zysk wyniósł ponad 2 mln złotych. Danymi finansowymi ze swojej działalności podzielił się także Karol Lewandowski, zawodowy podróżnik i współautor bloga „Busem przez świat”. W 2017 roku zysk z jego działalności wyniósł 350 tys. złotych.



Freelancing w domu dla wielu brzmi kusząco, ale jeśli nie zorganizujemy pracy w odpowiedni sposób, czekają nas frustracja i zawałone terminy. Jak w prosty sposób ułatwić sobie pracę w skupieniu? Wyłączmy powiadomienia! Zarówno te na telefonie, jak i w komputerze – z poczty, mediów społecznościowych itd. Dzięki temu zaglądamy do skrzynki wtedy, kiedy rzeczywiście mamy czas odpowiedzieć na wiadomości, a nie za każdym razem, gdy otrzymamy maila. Wyobraźmy sobie, że staramy się skupić na pracy, a jednocześnie co kwadrans wybiegamy z domu, by sprawdzić, czy w skrzynce pocztowej, tej fizycznej, nie pojawiła się nowa korespondencja. Zapewne nie udaloby nam się zrobić zbyt wiele – z pocztą elektroniczną jest tak samo.

JOANNA GLOGAZA,

autorka bloga joannaglogaza.com oraz kursu online „Pracuj sprytniej, zarabiaj więcej!”, w którym uczy strategicznej i systematycznej pracy na własny rachunek.

POMYŚL NA SIEBIE

„Wybierz pracę, którą kochasz, a nie przepracujesz ani jednego dnia więcej w swoim życiu” – myśli Konfucjusza często przyświeca osobom, które chcą „iść na swoje”. Niestety czasem to, że wkładamy w rozwój firmy całe serce (a nawet wszystkie środki finansowe), nie wystarcza. Scenariuszy, w których młodzi i ambitni porzucili stałą posadę w korporacji dla marzenia o własnej firmie, życie napisało już mnóstwo. Jedne wieńczy happy end, inne kończą się niepowodzeniem i powrotem do etatu z poczuciem porażki. Warto zatem pamiętać, że to nie serce, ale pomysł często jest kluczem do udanego biznesu. **W**



HIGH LEVEL

SALES & MARKETING

by Tania Group

NAJLEPSZE ADRESY PREMIUM POD JEDNĄ MARKĄ

Oferujemy starannie
wyselekcjonowane
domy i apartamenty

Team **HLS&M** to grupa ekspertów
o unikalnym doświadczeniu
na rynku nieruchomości premium



WARSZAWA Saska Kępa
Apartamenty ul. Berezyńska 46



BYDGOSZCZ
Apartamenty ul. Dworcowa 67



WŁADYSŁAWOWO Hallerowo
Apartamenty hotelowe ul. Hryniewieckiego 12B

Zapraszamy na spotkania
w najpiękniejszych wnętrzach w Polsce

SPRZEDAŻ APARTAMENTÓW
T. +48 535 10 10 10
sprzedaz@highlevelestate.pl



Innowacyjne sposoby pozyskiwania energii lub wiedeotłumacz, który ma szansę rozwiązać problem niemal 70 milionów ludzi na całym świecie? Istnieje wiele firm i projektów, które zręwolutjonizowały sposób myślenia o dotychczasowych przeszkodach i problemach dzisiejszego świata.

TEKST: Barbara Dorosz

Biznes,

który zmienia świat na lepsze

PPraca nad nowatorskimi rozwiązaniami to nie lada wyzwanie, które podejmują nieliczni. Kreatywność, pasja twórców i chęć do zmiany otaczającej ich rzeczywistości powodują jednak, że na rynek coraz częściej wchodzi firmy ukierunkowane na innowacyjne pomysły, pozwalające ulepszyć świat w różnych obszarach.

PRĄD ZE ŚMIECI

Instalacja przetwarzająca paliwo śmieciowe (RDF, z ang. *refuse-derived fuel*, czyli odpady, z którymi nie da się już nic innego zrobić) w energię to przykład biznesu, który dba o środowisko. Taki projekt rozwijany jest w Elblągu przez firmę Metal Expert, a jej prezes Dariusz Kamiński z dumą podkreśla, jak nowoczesne jest to przedsięwzięcie. Statystyczny Polak wytwarza średnio 300 kg odpadów rocznie. Jak widać, problem jest poważny, dlatego właśnie firma postanowiła skupić się na dziedzinie *waste-to-energy*. Materiały z RDF-u, takie jak plastik, związki węgla czy resztki tkanin, są rozkładane na karbonizat i gaz, który po oczyszczeniu ulega spalaniu w silniku spalinowym. W efekcie otrzymujemy energię mechaniczną, która następnie przetwarzana jest w elektryczną. Na obecnym etapie projekt rozwijany jest lokalnie, aby wyeliminować koszty transportu odpadów. Metal Expert kładzie również nacisk na beneficjentów, którymi z założenia mają być członkowie lokalnej społeczności. Cała odzyskana energia jest zużywana w ramach ich potrzeb.

KILOGRAMY NA ZŁOTÓWKI

Jak zamienić nikomu niepotrzebne ubrania na środki finansowe dla potrzebujących? Przed takim wyzwaniem stanęli założyciele portalu fundraisingowego *UbraniaDoOddania.pl*, pierwszego takiego projektu w Polsce. Jak podkreślają pomysłodawcy, przyświecały im dwa cele: pomoc organizacjom charytatywnym oraz ekologia. Jak działa program? Schemat jest bardzo prosty. Darczyńca wybiera tę spośród akcji

charytatywnych dostępnych na stronie internetowej, którą chce wesprzeć finansowo. Następnie pakuje odzież i przekazuje ją w workach kurierowi. Co ważne, ubrania powinny być zachowane w dobrym stanie, aby mogły trafić na rynek sprzedaży odzieży używanej. Za każdy kilogram ubrań portal przekazuje wybranej organizacji środki finansowe w wysokości jednej złotówki. Pomysł narodził się podczas obserwacji rynku brytyjskiego, na którym system zbiórek odzieży jest transparentny i skuteczny. Jak pokazuje przykład serwisu, podobne wyniki można uzyskać w polskich realiach.

* WARTO WIEDZIEĆ

Chcesz pomóc potrzebującym, jednocześnie robiąc w szafie miejsce na nowe ubrania? Wejdź na ubraniadooddania.pl!



styczeń 2019

USŁYSZEĆ GŁUCHONIEMYCH

Na problemy osób głuchoniemych dotyczące komunikacji ze światem długo nie było rozwiązania. Z innowacyjnym pomysłem wyszła firma Migam, która opracowała translator rozpoznający gesty języka migowego, a następnie przekładający je na język mówiony (i odwrotnie). Jak wyjaśniają działania tłumacza jego twórcy? „Uruchomiliśmy Tłumacza Migam – usługę natychmiastowego połączenia wideo z tłumaczem języka migowego z poziomu przeglądarki internetowej, aplikacji mobilnej oraz dowolnego urządzenia wyposażonego w kamerę i z podłączeniem do internetu”. Ich marzeniem jest, aby każdy głuchy mógł korzystać z takich usług w codziennym życiu.

Z projektu Migam korzystają już marki, którym zależy na poprawie komunikacji z głuchoniemymi. Jedną z pierwszych była T-Mobile Polska.

W celu udoskonalenia obsługi klienta osób posługujących się językiem migowym, operator komórkowy wdrożył w wybranych punktach translator wideo. W ślad za nim poszły również instytucje państwowe i prywatne spółki. Projekt zyskał uznanie i zdobył nagrody w wielu prestiżowych konkursach.



WARTO WIEDZIEĆ

Tłumacz Migam to doskonale rozwiązanie biznesowe. Projekt został laureatem Virgin Academy, PKP Business Mixer 2015, a także polskiej edycji Chivas Venture 2016.

KROPLA DO KROPLI

Afryka wciąż mierzy się z ograniczonym dostępem do wody pitnej. Co jakiś czas pojawiają się propozycje kolejnych działań, które mają rozwiązać ten problem. Na prosty i jednocześnie efektywny pomysł wpadł James Steere. Podczas swoich wielu podróży po tym kontynencie zauważył, że pomimo wysokiej ceny wody w butelkach jest ona dobrem pierwszej potrzeby – mieszkańcy zmuszeni są do jej kupowania, gdyż brakuje narzędzi, które oczyszczałyby wodę z dostępnych na miejscu źródeł. Wprowadzenie na rynek unikalnego rozwiązania tego problemu zajęło twórcy 18 miesięcy.

I-Drop Water to innowacyjny system dostarczania wody pitnej wszędzie tam, gdzie jej brak. Schemat działania jest prosty. Firma montuje urządzenie oczyszczające i dołączające w lokalnych sklepach spożywczych podłączonych do sieci wodociągowych – dzięki temu punkt ma możliwość sprzedaży wody. Osoby chcące ją kupić przychodzą z własnymi, wielorazowymi pojemnikami, które mogą napełnić. To dodatkowo redukuje ilość plastiku i koszty. I-Drop obniżyło znacząco ceny wody pitnej – ci, którzy rezygnują z zakupu wody w butelce, płacą średnio aż ok. 80 proc. mniej. Pomysł Jamesa Steere’a zauważono i doceniono w Europie. Jego twórca został finalistą konkursu Chivas Venture 2016.

Firmy, których działalność przynosi korzystne efekty dla środowiska i lokalnej społeczności, są budującym przykładem na to, że biznes nie musi być zawsze nastawiony wyłącznie na zysk. Przy okazji warto jednak zauważyć, że ich założyciele trafnie rozpoznają istotne problemy dzisiejszego świata i jednocześnie wiedzą, jak zamienić je w korzyść finansową.



WARTO WIEDZIEĆ

I-drop Water umożliwia rozwiązanie dwóch palących problemów XXI wieku – zanieczyszczenia plastikiem i braku dostępu do wody pitnej.



Szminka i kredka

Makijaż towarzyszy ludzkości od wieków. Już w starożytnym Egipcie podkreślano oczy czarnym barwnikiem, aby chronić je przed mocnym słońcem. Dziś jednak udamy się w podróż nieco mniej odległą – śladami inspirujących makijaży XX wieku.

TEKST I ZDJĘCIA: Agnieszka Kuźniar

Makijażystka, dyplomowana czeladniczka w zawodzie wizażystka-stylistka. Prowadzi studio makijażu „Imię Rózu” w Poznaniu. Wykonuje makijaże ślubne i okolicznościowe oraz make-upy na sesje zdjęciowe i projekty kreatywne.
imierozu.pl, [instagram.com/imierozu](https://www.instagram.com/imierozu)

Jak przez lata ewoluowały standardy piękna? Na obowiązkujące makijażowe trendy miały wpływ położenie geograficzne, rozwój cywilizacyjny, a nawet... warunki higieniczne. Przekonajmy się, czy można zaadaptować make-upy minionego stulecia do codziennego użytku.

WSPÓŁCZEŚNIE

Moim ulubionym elementem makijażu lat 20. są ciemne usta. Choć na początku intensywne kolory mogły nas trochę onieśmielać, warto dać im szansę. Znakomicie sprawdzą się w zimowych i karnawałowych stylizacjach. Do towarzystwa wystarczy im lekki błysk na oku i voilà – szyk à la Gatsby gotowy!



Makijaż w stylu lat 20.

SZALONE LATA 20.

Dwudziestolecie międzywojenne przyniosło powiew świeżości i nowe trendy w modzie damskiej. Coco Chanel wyzwoliła kobiety z gorsetów, a pod koniec dekady makijaż, wcześniej kojarzony ze sferą artystyczną, zyskał większe przyzwolenie społeczne. Panie wzorowały się na gwiazdach wielkiego ekranu, które – jak aktorka kina niemego Clara Bow – miały swój charakterystyczny styl. Modne było nadawanie oczom smutnego, melancholijnego wyrazu. W tym celu oko cieniowano inaczej, niż robimy to dzisiaj: największą ilość cienia skupiano w wewnętrznym kącie oka, pod brwią. Same brwi golono i rysowano ponownie lub cienko depilowano. Idealny łuk brwiowy był cienki, zastrzony i schodzący w dół. Clara oparła ten trend do perfekcji, co widać na fotografiach z tamtego okresu. Usta mocno podkreślano, zaznaczając wyraźnie tzw. łuk Kupidyna, czyli część środkową górnej wargi. Jej kształt, przypominający połowę serca, miał dodawać modelce słodyczy i kokieterii.

40 50

ELEGANCJA LAT 40. I 50.

Trzecia dekada XX wieku to czas dynamicznego rozwoju przemysłu filmowego i kosmetycznego. Nie jest przypadkiem, że te dwie dziedziny rozwijały się równolegle. Jednym z pionierów w masowej produkcji kosmetyków kolorowych był Max Factor, makijażysta i charakterystyczny aktor filmowy, odpowiedzialny za makijaż gwiazd złotej ery Hollywood. Co ciekawe, Max był imigrantem polskiego pochodzenia – urodził się bowiem w Łodzi jako Maksymilian Faktorowicz. Makijaż lat 40. i 50. często określane jest jako klasyczny lub w stylu pin-up. Oczy podkreślane były kredką, często w formie wyciągniętej ku skroni kreski, a rzęsy



Współczesna wersja makijażu w stylu lat 40. i 50.

CIEKAWOSTKA

Masz głowę pełną inspiracji, ale obawiasz się, że nie dasz rady z powodzeniem wcielić ich w życie? Warto wybrać się na kurs lub lekcje make-upu. Na zajęciach, łączących teorię z praktyką, profesjonalista zdradzi nam przydatne triki, podpowie, jak podkreślić atuty i ukryć niedoskonałości. Poznasz też różne typy kolorystyczne i dowiesz się, jak dobrać makijaż w zależności od kształtu twarzy.

mocno tuszowano (lub doklejało sztuczne). Nadal ważny był makijaż ust, które zaznaczano elegancją, ognistą czerwień lub odcieniami różu i koralu. Cera miała być nieskazitelna, a policzki muśnięte różem w odcieniu odpowiednim do typu urody. W takiej stylistyce panie czuły się kobieco i atrakcyjnie.

WSPÓŁCZEŚNIE

Make-up tej epoki to uniwersalna i stale aktualna propozycja. Jego podstawowe elementy, czyli czerwone usta i kreska na oku, często nazywane są dziś makijażem francuskim. Czerwień ma wiele odcieni, wśród których każda z nas z łatwością znajdzie swój ulubiony, a kreskę można dostosować indywidualnie do kształtu oka. Jeśli mamy trudności z narysowaniem idealnej linii, spróbujmy na początek zastąpić eyeliner zwykłym cieniem – łatwiej będzie nam poprawić niedociągnięcia. Pamiętajmy, aby kreskę rysować, mając otwarte oko – tak, by nie naciągać skóry wokół oczu. Podczas wykonywania makijażu ręka powinna być stabilna, dlatego proponuję oprzeć łokieć na twardym podłożu.

W ZABAWĘ

W PODRÓŻ

Co doskonale odzwierciedla modę i styl lat 80.? Odsyłam do obejrzenia teledysków „Like a Virgin” Madonny czy „I Wanna Dance with Somebody” Whitney Houston.



Makijaż w stylu lat 60.

SWINGUJĄCE LATA 60.

Szalone lata 60. do dziś stanowią kopalnię makijażowych inspiracji: od naturalnych, swobodnych stylizacji kojarzonych z ruchem hippisowskim, przez charakterystyczny eyeliner Sophii Loren, po mocny, graficzny make-up łączony z subkulturą mods i rozstawiony przez słynną modelkę Twiggy. Krótkie spódniczki, botki, mocno tapirowane fryzury – wszystko to stanowiło perfekcyjne dopełnienie makijażu londyńskiej artystki. Wizerunek Twiggy opierał się na podkreśleniu oka w załamaniu powieki i wzdłuż górnej linii rzęs oraz domalowaniu mocnych rzęs dolnych.

Makijaż miał optycznie otwierać oko i sprawiać, że wydaje się większe, niż jest w rzeczywistości. Aby wzmocnić ten efekt, linię wodną (najbardziej wewnętrzna część powieki, między rzęsami a gałką oczną) zaznaczano kredką w białym lub cielistym kolorze. Usta zakrywano korektorem lub malowano w odcieniu zbliżonym do skóry, aby nie odciągały uwagi od niewinnego, dziecięcego spojrzenia.

WSPÓŁCZEŚNIE

Kreska malowana wzdłuż załamania powieki pojawia się w bardzo popularnym ostatnimi czasy make-upie typu cut-crease, w którym załamanie górnej powieki jest „odcięte” (ang. cut – ciąć, ucinąć; crease – załamanie oka lub plisa, zmarszczka) wyraźną granicą między dwoma cieniami. Odważnym radzę spróbować, a pozostałym proponuję makijaż twarzy w stylu Twiggy – miała ona piękne piegi, których nigdy nie zakrywała.

80.

KOLOROWE LATA 80.

O makijażu lat 80. można powiedzieć wiele, ale na pewno nie to, że był nudny. Do wyboru mieliśmy albo pełen glamour w stylu serialowej „Dynastii” – w komplecie obowiązkowo fryzura à la Alexis – albo kolorowy, szalony nieład promowany m.in. przez wokalistki pop. Pierwsza opcja opierała się na bardziej zachowawczym użyciu koloru (choć i tutaj pojawiał się niebieski cień do powiek), zdecydowanym podkreśleniu policzków i błyszczących ustach. Drugi wariant pozostawiał duże pole do popisu: kolorów na oku używano chętnie i w ilościach hurtowych, nie tracąc przy tym czasu na rozcieranie cieni lub przejścia kolorystyczne. Brwi pozostawiano *au naturel*, ale to, czego im poskąpiono, nadrabiano różem do policzków. Róż aplikowany był wzdłuż kości policzkowych, a nawet na skronie, aby nadać twarzy kształt. Kolorowym powiekom towarzyszyły równie barwne usta, koniecznie z błyskiem!



Makijaż w wersji lat 80.

WSPÓŁCZEŚNIE

Z makijaży lat 80. warto wyciągnąć jedną lekcję: nie bójmy się koloru! Radzę, rzecz jasna, zachować większy umiar, niż to było wtedy w zwyczaju, ale kolor nie musi być nam straszny. To mił, że powinno się używać albo bronzera, albo różu – kosmetyki te wspaniale się uzupełniają, a odpowiednio zaaplikowany róż ożywi twarz i doda jej świeżości.

Zaciekały cię opisane przeze mnie makijażowe historie? Polecam lekturę książki światowej sławy makijażystki Lisy Eldridge „Face Paint. Historia makijażu”, która jest dla mnie inspiracją w pracy i z której korzystałam, pisząc ten artykuł. 

1914 r.

W sklepach można kupić pierwszy podkład do twarzy.

1915 r.

Elizabeth Arden proponuje klientkom szminki dobierane pod kolor cery.

Lata 20.

Przydymione i mocno zaznaczone powieki to trend prosto z wielkiego ekranu. Za twórcę makijażu smokey eye uważany jest Max Factor, pracujący przy charakterystyce gwiazd kina niemego.

1923 r.

W katalogu Heleny Rubinstein znajduje się 160 produktów do makijażu.

1949 r.

Christian Dior tworzy pierwszą wersję pomadki Rouge Dior. Wzorem piękna w latach 50. zostaje Norma Jean, czyli Marilyn Monroe.

1960 r.

Marka Maybelline wprowadza na rynek pierwszy tusz do rzęs ze szczoteczką.

Charytatywnie w nowy rok



Wybierz Miśka!

Lisi Azyl w Schronisku w Korabiewicach

Viva! Akcja dla zwierząt jak co roku przygotowuje kalendarze dla tych, którym na sercu leży dobro braci mniejszej. Ten zatytułowany „Wybierz Miśka” ukazuje się już po raz czternasty i jak co roku dochód z jego sprzedaży zostanie przeznaczony na pomoc kilku różnym fundacjom, schroniskom i grupom wolontariackim, które działają na rzecz zwierząt w Polsce. W tym roku ambasadorką projektu została znana aktorka Agata Buzek. Inny, jednoplanszowy kalendarz Vivy! wspiera lisy uratowane z ferm futrzarskich, m.in. Fluffy – najstarszą rezydentkę Lisiego Azylu w Korabiewicach.

WARTO WIEDZIEĆ

Kalendarze i wiele innych gadżetów możesz kupić na stronie sklepu Fundacji Viva!

W biurze, kuchni, warsztacie – kalendarze ściennie nadają się do każdej przestrzeni. Podczas ich wyboru warto kierować się nie tylko tym, jak wyglądają, lecz także efektem, jaki może wywołać ich zakup. Zysk ze sprzedaży niektórych trafia bowiem do potrzebujących czy wspiera organizacje pożytku publicznego.



Adopciaki.pl

Kalendarz promuje podopiecznych akcji Adopciaki.pl – psy i koty przebywające już nie w schronisku, tylko w tzw. domach tymczasowych. Ludzie zbyt często adoptują zwierzęta ze schroniska pod wpływem emocji, a potem go zwracają, bo nie mają możliwości zaspokojenia jego potrzeb. W schronisku niewidzialny, w domu otwiera się i pokazuje swoją prawdziwą psią czy kocią naturę, co pozwala na odpowiednie dobranie go do konkretnej osoby. Czasem zwierzęta, które latami czekały na adopcję, znajdują nowego opiekuna już po kilku tygodniach. Pod opiekę programu trafiło ponad 2 tys. podopiecznych, z których 1700 ma już dom (i żadne z nich nie zostało zwrócone!). Cały dochód ze sprzedaży kalendarza Adopciaki.pl trafia do wolontariuszy Fundacji Viva! prowadzących domy tymczasowe, aby mogli oni dać szansę jak największej liczbie zwierząt.



Kalendarz, który zasadzi 2019 drzew

Ten kalendarz to efekt czterostopniowego projektu z Trójmiasta o zaczepnej nazwie „Wyczesany LAS”, który jest oparty na wielomiesięcznej wspólnej pracy łączącej w sobie aspekty: ekologiczny, artystyczny i charytatywny. W ramach pierwszego etapu projektu agencja reklamowa A STUDIO zorganizowała akcję sprzątnięcia okolic Polanki Redłowskiej. W drugim etapie wybrane przez nich śmieci stały się bohaterami artystycznej sesji zdjęciowej, a powstałe w jej wyniku fotografie wykorzystano w ramach trzeciego etapu do stworzenia kalendarza cegiełki. Całkowity dochód z jego sprzedaży agencja przeznaczyła na ostatni, czwarty etap akcji – wiosenne nasadzenia drzew w Trójmieście.

Z miłości do zwierząt

Całkowity dochód ze sprzedaży kalendarza na 2019 rok „Z miłości do zwierząt” przeznaczony jest na potrzeby koni, kucyków, osiołków, psów, kotów i wielu innych zwierząt gospodarskich i domowych, czyli podopiecznych Fundacji Centaurus. Organizacja działa na rzecz zwierząt od 2006 roku i w tym czasie ocaliła ponad tysiąc koni! Otoczone są one opieką i miłością w ośrodku w Szczedrzykowicach pod Legnicą, będącym największym azylem dla kopytnych w Europie. Każdą z dwunastu stron kalendarza zdobią przepiękne zdjęcia zwierząt, które dzięki darczyńcom z całego świata otrzymały drugie, lepsze życie.

Psie i kocie focie

Psie i kocie focie – i wszystko jasne! W tym kalendarzu znajdziemy zdjęcia psów i kotów czekających na nowy, kochający dom, czyli podopiecznych Fundacji NaszeZoo.pl. To właśnie ona stworzyła akcję dla Schroniska.pl, dzięki której każdy może zakupić wybranemu polskiemu schronisku karmę czy akcesoria i środki czystości. W rolę modeli wcielił się m.in. kot Piorun, mały łobuziak, który gdy nikt nie zwraca na niego uwagi, szybko wchodzi na kolana i domaga się głaskania, czy pies Lisek, bystry, nieco skryty przystojniak, którego marzeniem jest dom i ciepłe łóżeczko.



Businesswoman & life 2019

Dochód ze sprzedaży siódmej już edycji kalendarza „Businesswoman & life 2019” wspiera podopiecznych kliniki „Budzik” oraz Fundacji „Akogo?”, założonej przez Ewę Błaszczuk. Organizacja ta od 16 lat zajmuje się systemowym rozwiązywaniem problemów osób w śpiączce. Na poszczególnych planszach kalendarza pozowały znane osobowości ze świata mediów w duetach z kobietami biznesu. Inspiracje na każdy miesiąc nowego roku zapewnią m.in. Ewa Błaszczuk i Katarzyna Trawińska, Anna Samusionecka i Katarzyna Cebulka-Bajera, Helena Norowicz i Patrycja Cierocka-Szumichora czy Kasia Sokołowska i Monika Głogowska.



#mnieśmiesz

czyli co kraj, to obyczaj

Jedni lubią wyrafinowane żarty z klasą, drudzy wolą dowcip swojski i prząsny. Niektórych bawi dosłowność, inni uciekają w abstrakcję, z której śmiać się mogą tylko wtajemniczeni. Co kraj, to obyczaj, a co człowiek, to poczucie humoru.

TEKST: Michał Baniowski

Komizm niejedno ma imię. Dowodzą tego twórcy fanpage'a „Mnie śmiesz”. Zaanektowali oni popularny hashtag, by stworzyć przestrzeń online, w której znajdziemy dowcip specyficzny, bo bazujący na medialnej obecności rodzimych celebrytów. Czy tworzone przez nich memy rozbawią inne nacje? Niekoniecznie. Z czego zatem śmieje się świat i jaki dowcip jest na tyle uniwersalny, że nie wymaga opatrywania go hashtagiem #mnieśmiesz w celu pokazania, że właśnie stało się coś, co w naszej opinii jest zabawne?

W 2019 roku Mumio będzie można zobaczyć w spektaklach „Przybora na 102”, „Mumio taki miś”, „Welcome Home Boys” oraz „Kabaret Mumio”.

* WARTO WIEDZIEĆ

Amerykańskie stand-upy można oglądać m.in. na platformach streamingowych, takich jak np. Netflix.

AMERYKAŃSKIE PRZEBOJE

W grudniu 2017 roku polski oddział Showmax wystartował z polską edycją programu „Saturday Night Live” (SNL Polska). Warto docenić tę próbę przeszczepienia amerykańskiego poczucia humoru na rodzimy grunt. „W polskiej rozrywce trudno znaleźć program o tak wyrazistym przekazie społecznym” – pisało rok temu w krajowym „Newsweeku”, co znaczyć może, że choć nie bez potknięć, program trafił w gusta odbiorców. Oryginalny SNL nadawany jest na kanale NBC nieprzerwanie od połowy lat 70. XX wieku i bez grama przesady można nazwać go kultowym. Na liście gwiazd, które wystąpiły w popularnym show, są m.in.: Jim Carrey, Robert Downey Jr., Eddie Murphy, Billy Crystal i Chevy Chase, co doskonale oddaje skalę przedsięwzięcia. Idea programu oparta jest na krótkich, pomysłowych gagach komentujących popkulturę, a produkcja ta ma silny wpływ na amerykańską opinię publiczną.

FOT. EDUARDO UNDA-SANZANA



Grupa Monty Pythona

Prezentowany tam humor czasem jest błyskotliwy, niekiedy ciężki i rubaszny, zahaczający o sferę tabu – zupełnie jak w czasie oskarowej gali. Podobnymi zasadami kierują się twórcy ubóstwianych w Stanach Zjednoczonych talk-shows (najbardziej popularni prowadzący to m.in. Jimmy Fallon, Jimmy Kimmel i Stephen Colbert) oraz komediowych seriali pokazujących amerykańską codzienność. Można by nawet wysnuć wniosek, że Amerykanie preferują żarty proste i dosadne, nawiązujące do tematyki społecznej, oparte na oczywistych skojarzeniach, przekazywane z dużą ekspresją i gestykulacją. Nie lubią doszukiwać się w nich ukrytych znaczeń. Żart to żart – ma bawić i cieszyć. Widzowie oczekują czystej rozrywki i ją otrzymują, a takie podejście zapewnia popularność amerykańskich produkcji również za oceanem. Wszyscy śmiejemy się z tego, co tworzy naszą codzienność. Twórcy sięgają do takich tematów, jak relacje damsko-męskie, celebryci, rodzina czy przywary społeczne, z którymi może utożsamić się widz mieszkający nie tylko w stanie Utah, ale także w Warszawie, Paryżu lub Rzymie.

BRITYJSKA INTELIGENCJA

Inaczej śmieją się Brytyjczycy, których poczucie humoru uchodzi za najbardziej wyrafinowane na świecie. Kwintesencją takiego żartu jest działalność grupy Monty Pythona. Jej gagi cytowane są do dziś, a serial „Latający cyrk Monty Pythona” wraz z pełnometrażowymi filmami „Żywot Briana” i „Sens życia według Monty Pythona” stawiane są za wzór inteligentnego poczucia humoru i znakomitego

Mamy ostatnio wielką przyjemność wraz z Magdą Umer wystawiać spektakl „Przybora na 102”. Podczas pracy nad nim poczuliśmy tęsknotę za czasami i twórcami, którzy uznawali komedię za sztukę, grę, wyzwanie rzucone widzowi, może czasem prowokację, intelektualną bądź artystyczną zabawę. To, czego Mumio pragnie, to szeroko pojęty smak, wolność od koniunktury narzucającej często pośpieszne i tanie przekąski. Na początku wielu naszych projektów słyszeliśmy: „Gdzie znajdziecie na to odbiorcę, w tym kraju nie ma odpowiedniej grupy docelowej na tego typu żarty”. Ten rodzaj niewiary w widza popycha komedię w bardzo niebezpieczne rejony schlebienia komukolwiek, a często też zabawy czyniś kosztem. Mamy przekonanie, że istnieje przestrzeń na śmiech subtelny, wyrafinowany, bezbroniście absurdalny. Niech będzie i rubaszny, ale wtedy, kiedy widz ma jakiś wybór. W tym nowym roku życzymy Państwu pięknego śmiechu bez poczucia zażenowania. Komedia może być smaczna, głęboko w to wierzymy.

Mumio

styczeń 2019

W ZABAWIE

71

W PODRÓŻ



FOT. URBANIAK GĄSZOWSKI

70

wykorzystania abstrakcji. John Cleese i jego koledzy z grupy wyglądali tak, jakby wszystko robili na poważnie. Humor angielski dla osób spoza tej kultury może być niewykrywalny – aby go w pełni zrozumieć, trzeba być prawdziwym koneserem. Sarkazm w wykonaniu Brytyjczyków nie jest tak dosadny jak w USA, ale stosuje się go tutaj znacznie częściej! Ludzie w Wielkiej Brytanii uwielbiają naigrywać się z samych siebie, wytykać przywary swoich znajomych i szydzić z ich niedoskonałości. Robią to oczywiście subtelnie, jak na dżentelmenów przystało, i zwykle starają się dobrać żart do sytuacji. Zwykle, bo od czasu do czasu zdarza im się skok w kreacje wymagające mniejszego intelektualnego zaangażowania, czego przykładem jest choćby „Jaś Fasola”.

Zrób zdjęcie
kodu, by
obejrzeć
fragment
kultowego filmu
„Sens życia
według Monty
Pythona”
z 1983 roku.



POLSKA SZKOŁA ABSURDU

Stanisław Bareja to jeden z najpopularniejszych rodzimych reżyserów wszech czasów. Jego filmy („Miś”, „Poszukiwany, poszukiwana” czy „Brunet wieczorową porą”) powstawały w drugiej połowie XX wieku, a bawią nas również dziś. O tym, jak Polacy w trudnych czasach śmiali się, gdy śmiać się nie było z czego, napisano już sporo, ale warto podkreślić, że Bareja jak nikt inny potrafił wypunktować absurd polskiej rzeczywistości, do której Polacy zawsze mieli duży dystans. Najwyraźniej niektóre absurdy pozostają aktualne. Przez to, że w swojej twórczości Bareja odnosił się właściwie wyłącznie do tematów lokalnych, nigdy nie mógłby zostać zrozumiany na Zachodzie. Niektórych rzeczy po prostu nie da się przetłumaczyć na obcy język. Międzynarodowe, *stricte* absurdałne myślenie z powodzeniem od ponad dwudziestu lat reprezentuje założona w Katowicach grupa Mumio. W jej twórczości co prawda słychać echa Barei, ale już z odległej planety. Gdy członkowie Mumio pojawili się w kampanii telewizyjnej sieci telefonii komórkowej Plus, Polska oszałała na punkcie ich absurdałnego żartu, a jego symbolem stało się słynne „kopytko”. Dzięki nim prawdziwą furorę zrobiło też słowo „czasowstrzymywacz”, zdobywając tytuł słowa 2006 roku. Od tego czasu Polacy nie spuścili z tonu i nadal lubują się w tego typu poczuciu humoru. W



APARTAMENTY
VARSOVIA

Apartamenty na miarę potrzeb Wynajem krótko i długoterminowy

- ✓ 311 klimatyzowanych apartamentów
- ✓ Lokalizacja – blisko centrum
- ✓ Aneks kuchenny w każdym apartamencie
- ✓ Restauracja First Floor
- ✓ Podziemny parking
- ✓ 24-godzinna recepcja
- ✓ Konkurencyjne ceny



Sprawdź też
drugą lokalizację
Jerozolimskie 216

ul. Kasprzaka 31, Warszawa, tel. 22 255 99 99
www.varsoviaapartamenty.pl



Ferie to białe szaleństwo, sanki i kulig? Tak! Gdy jednak śniegu jest mało, a pogoda za oknem nie zachęca do harców na świeżym powietrzu, warto mieć w zanadrzu pomysły na inne aktywności. Szczególnie warte uwagi są te, które zabawę łączą z nauką – na przykład języka angielskiego.

TEKST: Paulina Tarachowicz

pedagog, anglistka, autorka bloga o wczesnym nauczaniu języka obcego bilikid.pl

Ferie po angielsku

Jako dorośli – opiekunowie – mamy niemal obowiązek wybierać dla dzieci rozrywkę nie tylko atrakcyjną i absorbującą, lecz także wartościową pod względem edukacyjnym. Powinniśmy nie tyle uczestniczyć w zabawie, co raczej kierować nią, obserwować interakcje dzieci biorących w niej udział i wskazywać, jak mądrze i bez krzywdy dla innych rozwiązywać zaistniałe konflikty.

Tekst powstał z inspiracji książką „Metodyka nauczania języków obcych” H. Komorowskiej oraz wykładami wygłoszonymi w czasie konferencji „Languages and Emotions” (edycje z lat 2017 i 2018).

LET'S HAVE FUN!

Wydaje się, że idealną sytuacją byłoby, gdyby wolny czas naszych maluchów wypełniały aktywności, które bawiąc, uczą. W przypadku dzieci to najskuteczniejszy sposób nabywania nowych umiejętności i wiedzy, na przykład związanej z językiem obcym. Celowo użyłam tu słowa „nabywania”, a nie „nauki”, bo w czasie zabawy nasze pociechy nie mają świadomości, że właśnie uczą się czegoś nowego. Są przekonane, że oddają się wyłącznie rozrywce, a jednocześnie mogą zyskiwać coś, co przyda im się na całe życie – choćby język obcy! To naprawdę działa – a im młodsze dziecko, tym łatwiej osiągnąć pożądane efekty.

W przyswajaniu obcojęzycznych słów i zwrotów przez maluchy najważniejszym czynnikiem nie jest wiedza

w postaci znajomości słownictwa oraz struktur gramatycznych. Największe znaczenie ma wyrobienie u ucznia pozytywnej postawy wobec nauki języka obcego. Można to osiągnąć jedynie poprzez zabawy edukacyjne, w czasie których z przyjemnością uczy się on komunikacji w danym języku, nie czując przymusu, a przeciwnie – czerpiąc z nich przyjemność. Takie podejście daje szansę na zbudowanie solidnych fundamentów pod przyszłą, bardziej formalną naukę, która

z czasem przerodzi się w indywidualne studiowanie poszczególnych części języka: słownictwa, wymowy, gramatyki itd.

Ferie to czas, na który dzieci bardzo czekają, mając nadzieję na figle, uciechy i sporo radości. Bywa, że rzeczywistość okazuje się zupełnie inną, a okres zimowych wakacji dłuży się i niesie nudę. Warto więc zawczasu pomyśleć o aktywnościach, z których będą zadowoleni nie tylko milusińscy, ale też ich dorośli opiekunowie.

W co się bawić?

1

ZABAWA W MIĘDZYNARODOWYM ŚRODOWISKU

Rozrywka w towarzystwie reprezentantów różnych narodowości to nauka komunikacji w obcym języku w naturalnym kontekście. Nic tak mocno nie oddziałuje na dzieci i młodzież, jak rówieśnicy. Nasze pociechy uczą się najszybciej od siebie nawzajem, dlatego warto poszukać w okolicy międzynarodowych grup, w których bawią się razem dzieci różnych narodowości, kultur i języków. Nie należy się martwić problemami z komunikacją – najmłodszy porozumiewają się szybciej, niż nam się wydaje. Jeśli znalezienie takiej grupy okaże się trudnym zadaniem, alternatywą mogą być spotkania z native speakerem, który poprowadzi zajęcia w formie zabawy w swej ojczystej mowie.

2

CZYTANIE ANGLOJĘZCZNYCH KSIĄŻECZEK I DOMOWY TEATRZYK

Jeśli chodzi o literaturę dla najmłodszych w języku angielskim, naprawdę jest w czym wybierać. Z bogatą ofertą książek można się zapoznać, zaglądając na blogi nauczycieli angielskiego pracujących z dziećmi oraz rodziców uczących swoje pociechy języka obcego w domu, w naturalnym kontekście i przez zabawę. Dobrym pomysłem na zainteresowanie malca literaturą obcojęzyczną jest wycieczka do biblioteki. Z pewnością wielką frajdę sprawi mu też odgrywanie scenek i organizowanie teatryków na podstawie historii poznanej w anglojęzycznej książce. W trakcie tych aktywności dzieci zapominają o barierze językowej, a chcąc wcielić się w daną postać, starają się jak najwierniej odtwarzać jej słowa.



OGLĄDANIE BAJEK I RYSOWANIE KADRÓW Z FILMU LUB ANIMACJI

Jeśli pozwalamy dziecku spędzać czas przed ekranem, wybierzmy mądrze i wprowadźmy zwyczaj oglądania anglojęzycznych bajek. Bez problemu znajdziemy wiele animacji, które uczą poprawnej wymowy i dostarczają świetnych wzorców komunikacji w języku obcym. Wybierając kreskówkę, należy zwrócić uwagę na kraj jej produkcji, najlepiej żeby był anglojęzyczny. Istotną kwestią są ilustracje korespondujące z dialogami, co bardzo ułatwi zrozumienie tekstu. Oglądanie musi być aktywne. Oznacza to, że nie należy zostawiać dziecka samego na długi czas przed ekranem, lecz towarzyszyć mu i reagować na akcję: śmiać się z oglądanych historii, dziwić, martwić się losem bohatera. Powtarzajmy usłyszane słowa lub całe dialogi, a później zachęćmy malucha do wykonania prac plastycznych ilustrujących oglądane treści. To doskonała okazja do utrwalenia słownictwa!

ANGLOJĘZYZNE MUZYKOWANIE

Świetna zabawa dla całej rodziny, a także rewelacyjny sposób na zabawianie grupy dzieci, bo im młodsze są pociechy, tym bardziej interesuje je świat dźwięków. Wspólne tańce, śpiewanie czy granie na instrumencie warto skupić wokół angielskich utworów. Te, które powstają z myślą o najmłodszych, są sprytnie konstruowane – pełnią funkcję piosenek edukacyjnych dzięki odpowiedniej liczbie powtórzeń i prostej budowie tekstu.



ENGLISH CORNER W DOMU

Ekscytującym pomysłem na ferie jest wspólne organizowanie i aranżowanie przestrzeni angielskiej w domu, a najlepiej w pokoju dziecka. W takim kąciuku anglojęzycznych zabaw w jednym miejscu znajdziemy książeczki i karty do nauki języka, zabawki interaktywne, bohaterów angielskich bajek itp. Dobrze byłoby, gdyby właśnie tam znalazło się wygodne miejsce do czytania anglojęzycznej literatury dziecięcej i oglądania bajek językowych.

ZABAWA NA CAŁEGO

Chcąc sprawić radość maluchowi, podczas wybierania dla niego prezentu warto zwrócić szczególną uwagę na interaktywne zabawki językowe, które mają wgrane angielskie wersje różnych zabaw. Takie gadżety, oprócz funkcji, do których są przeznaczone, mogą być również motywatorem dla rodzica, przypominając mu o zabawie w języku angielskim.

Bezpieczeństwa uczę się z Kolejowym ABC!

Kampania prowadzona przez Urząd Transportu Kolejowego

Spróbuj rozszyfrować zasady podróży pociągiem.

W ...

Cześć, jestem Rogatek!

- Nie rozmawiamy przez ani nie słuchamy .
- Nie wychylamy się przez i nie wyrzucamy przez nie .
- Uważamy, kiedy , aby nie nabrudzić.
- Nie zostawiamy w przedziale pod naszą nieobecność.
- Uważamy, wchodząc i wychodząc z , aby nie wrzucić na .
- W razie problemów zwracamy się do .
- Nie otwieramy w jadącym .
- Nie wysiadamy z po sygnale i na nie swoje .
- Male przewoźmy w specjalnym dla dużych kupujemy specjalny .
- Jeśli innym pasażerom przeszkadza nasze , skrzemy do przedziału wskazanego przez .
- przewoźmy tylko w przeznaczonych do tego miejscach.
- Nie korzystamy bez potrzeby z .



Ciekawostka :)

Czy wiesz do czego służą kamienie pod torami? Pomagają lepiej rozłożyć ciężar pociągu, ograniczają hałas, nie tworzą się na nich kaczuszki oraz łatwo można korygować nimi nachylenie toru.

Kampania Kolejowe ABC to projekt edukacyjny z zakresu bezpieczeństwa kolejowego obejmujący 500 lekcji w szkołach i przedszkolach, interaktywne gry, wydarzenia plenerowe oraz kampanię medialną uczącą bezpiecznego zachowania na terenach kolejowych. Bohaterem projektu jest nosorożec Rogatek, który jako starszy kolega pomaga dzieciom poznać zasady bezpiecznego podróżowania i poruszania się na terenach kolejowych.

Kampania realizowana jest przez Prezesa Urzędu Transportu Kolejowego i współfinansowana ze środków Funduszu Spójności w ramach Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2014-2020.

Więcej informacji na stronie: www.kolejoweabc.pl



Znajdź pasujące elementy zwierząt



W PODRÓŻ

Gramy Dla Ciebie!

#RDCpublicystyka



Posłuchaj nas:

101 FM WWW.RDC.PL/RDCPLAYER

POLSKIE RADIO
RDC
Radio dla Ciebie

Tempo życia, które narzucił nam świat nie pozwala na regularne śledzenie mediów. Mamy jednak potrzebę dostępu do szybkiej i rzetelnej informacji o wydarzeniach społecznych, politycznych i kulturalnych. Takim przyjaznym towarzyszem jest z pewnością Radio dla Ciebie, radio, na bieżąco informujące o najważniejszych wydarzeniach kulturalnych oraz społecznych, promujące najlepszą literaturę, teatr i muzykę. W niemal każdy weekend nasz wóz transmisyjny wyjeżdża do innego miasta na Mazowszu, aby promować interesujące wydarzenia. Na antenie RDC znajdziemy zarówno rozrywkę, jak i kulturę wysoką, a regionalny, mazowiecki charakter wzbogacamy informacjami uniwersalnymi z całej Polski a nawet świata. Chcemy tymi wartościowymi wydarzeniami dzielić się z jak największą liczbą słuchaczy. Radio dla Ciebie to także rozgłośnia gwiazd. Nigdzie więcej tak wiele znakomitości świata kultury nie ma swojego stałego miejsca. Trzygodzinny poniedziałkowy wieczór to „Trzeba marzyć” - spotkanie z Januszem Stroblem i Nulą Stankiewicz, w środy „Frajdofon” Moniki i Grzegorza Wasowskich, czwartek to Jacek Wan i jego egzotyczny, wschodni świat, lider „Róż Europy” prowadzi audycję „Klatt i jego dźwięki”, Conrado Moreno prezentuje niezwykłych ludzi, których życie nie zawsze płynie jak w Madrycie, a w piątki „Co słyszać?” opowiada jeden z najwybitniejszych polskich pianistów Janusz Olejniczak oraz publicysta Jerzy Kisielewski. To tylko drobna część antenowych atrakcji Radia dla Ciebie. Można do tego dodać transmisje koncertów muzyki klasycznej, jazzowej i pop, słuchowiska, czy znakomitą publicystykę społeczną... ale to i tak nie wszystko. Radio dla Ciebie nadaje w harmonii ze światem!

Zapraszamy do słuchania także za pośrednictwem naszego internetowego playera www.rdc.pl/rdcplayer, lub aplikacji RDC na androidy i iOS.

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

