



PODRÓŻ

Z PKP INTERCITY – NARODOWYM PRZEWOŹNIKIEM KOLEJOWYM

WPODROZ.COM

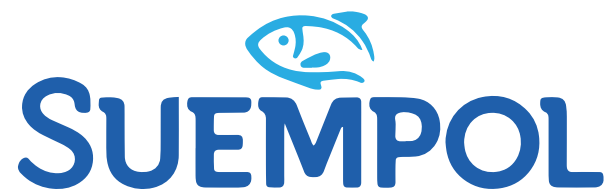
ISSN 2544-1019

S
I

Ł

A

NR
4₍₃₅₎
KWIECIEŃ
2020



JEŚLI ŁOSOŚ TO SUEMPOL. OD 1989 ROKU.

POLECA SIĘ

NA WIELKANOCNE STOŁY



szukaj nas na   @Suempol.Pan.Losos



Wybierając jako hasło kwietniowego numeru słowo „siła”, nie spodziewaliśmy się, jak ważna będzie ona w tym czasie dla nas wszystkich. Obecna sytuacja związana z zagrożeniem COVID-19 jest ogromnym wyzwaniem dla całego społeczeństwa, w tym także dla nas – kolejarzy. Drużyny konduktorskie, maszyniści, kasjerzy, a także pracownicy innych zawodów kolejowych codziennie pełnią swoją służbę z dochowaniem wszelkich procedur bezpieczeństwa, aby realizować naszą powinność, jaką jest zapewnienie ciągłej działalności kolei – bezpiecznej i efektywnej. Pragnę podziękować wszystkim naszym pracownikom, którzy w obliczu trudnej dla całego kraju sytuacji, rozumieją jej powagę i realizują swoje zadania, dbając tym samym o Państwa dobro oraz zapewniając sprawny system krajowych połączeń kolejowych.

Mamy nadzieję, że lektura magazynu pokładowego przyniesie Państwu chwilę wytchnienia w tym pełnym wyzwaniach czasie. Znajdziecie w nim Państwo rozważania nad różnymi aspektami siły. W artykule poświęconym polskiemu folklorowi skupiamy się na mocy płynącej z tradycji i przedstawiamy wyjątkowe regionalne obrządk wielkanocne. Nie zapominamy również o bohaterach powstania w getcie warszawskim, którego 77. rocznica przypada 19 kwietnia. W wywiadach natomiast rozmawiamy z inspirującymi ludźmi, którzy podpowiadają, jak stawiać czoła wyzwaniom, pojawiającym się na naszej życiowej drodze. Życzę Państwu, by na tym pięknym, choć niełatwym szlaku Wielkanoc była stacją odrodzenia, czasem oddechu od codziennych trosk i zadumy nad zmartwychwstaniem Chrystusa. Otucha i spełnienie niech zapadną w serca, byśmy mogli pewnie iść naprzód. **W**

Marek Chraniuk
Prezes Zarządu PKP Intercity SA

W PODRÓŻ

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

REDAKTOR NACZELNA Sylwia M. Kupczyk, KOORDYNACJA PROJEKTU Karolina Rynasiewicz,
WSPÓŁPRACA REDAKCYJNA Andrzej Skwarek, Adriana Łęczyńska, Ewa Sowa (PKP Intercity), SKŁAD, DTP Joanna Tysler,
Paweł Chlebowski, LAYOUT Maja Tywonek, ZESPÓŁ REDAKCYJNY Ewa Guzek, Adam Horowski, Zygmunt Nowak-Soliński,
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. Dane z 31 marca 2020 r.



W tym numerze

NR
4₍₃₅₎
KWIECIEŃ
2020



ŚLEDŹ NAS
NA INSTAGRAMIE

@wpodroz

20 wywiad z Rafałem Wilkiem



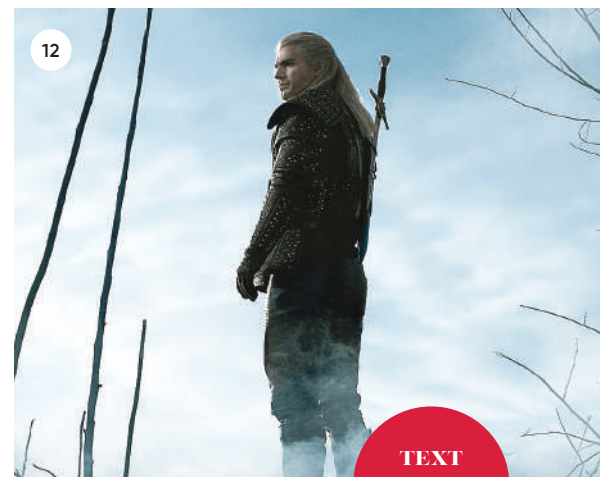
W RELACJE

- 8** ŚLADAMI POLSKIEGO FOLKLORU – CZĘŚĆ 2:
SIŁA TRADYCJI
- 11** PORADNIK PODRÓŻNICZY MARCINA NOWAKA
- 12** WIEDŹMIN, ELFY I POLSKIE WAROWNIE
/ THE WITCHER, ELVES AND POLISH FORTRESSES
- 20** ŚWIAT ZBUDOWANY NA NOWO –
WYWIAD Z RAFAŁEM WILKIEM
- 24** NIE MUSISZ NIKOGO UDAWAĆ! –
WYWIAD Z KLAUDIĄ PINGOT
- 28** W DIECIE SIŁA!
- 32** PO ANGIELSKU / IN ENGLISH



W KULTURĘ

- 36** PREMIERY
- 40** I BYŁA SZTUKA W GETCIE
- 44** SZLAKIEM BOHATERÓW
- 48** OKNO NA ŚWIAT
- 50** SIŁA ŚWIATŁA... LAMPY NAFTOWEJ
- 53** FELIETON PROF. MIROSŁAWA BAŃKI
- 54** MUZYCZNA LISTA OD SANAH



TEXT
IN
ENGLISH

W TRASĘ

- 56** STACJA: INFORMACJA
- 58** BILET W ZASIĘGU RĘKI
(I NIE TYLKO)
- 60** KOMFORT NA POKŁADZIE
- 62** PODRÓŻ BEZ BARIER
- 64** PARK TABOROWY PKP INTERCITY
- 68** POCIĄGIEM W POLSKĘ
Z NOWEGO PRZYSTANKU
STAŁOWA WOLA CHARZEWICE

W BIZNES

- 70** INFORMATYKA JEST KOBIETĄ

W ZABAWĘ

- 74** WSPÓLNIE MAMY WIĘKSZĄ SIŁĘ,
BY COŚ ZMIEŃĆ
- 76** BAJKA. MAGIA BEZ CZARÓW



Ogranicz ryzyko

Nowy koronawirus SARS-CoV-2 wywołuje chorobę o nazwie COVID-19, objawiającą się najczęściej: gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni i zmęczeniem. Wirus przenosi się drogą kropelkową (m.in. przez kaszel, kichanie, rozmowę oraz przez dotyk), a w powietrzu utrzymuje się nawet kilka godzin.

SPOSOBY NA ZMNIJSZENIE RYZYKA ZARAŻENIA



1. Częste dezynfekowanie rąk żelami lub chusteczkami antybakteryjnymi na bazie alkoholu oraz mycie ciepłą wodą i mydłem.



2. Zakrywanie ust i nosa zgiętym łokciem lub chusteczką podczas kaszlu i kichania (chusteczkę należy natychmiast wyrzucić i umyć ręce).



3. Unikanie bliskiego kontaktu z każdym, kto ma gorączkę i kaszel; ograniczenie spotkań z innymi ludźmi.

CHROŃ SIEBIE I INNYCH



1. W przypadku konieczności kontaktu z innymi ludźmi zachowaj bezpieczną odległość (ok. 1-2 m).



2. Nie spluwaj w miejscach publicznych.



3. W przypadku wystąpienia objawów lub podejrzenia możliwości zarażenia skontaktuj się **telefonicznie** z najbliższą stacją sanitarno-epidemiologiczną. Odizoluj się od innych ludzi.

ZAPAMIĘTAJ

Od zarażenia pacjenta do wystąpienia objawów mija do 14 dni. U części zarażonych choroba przebiega bezobjawowo – te osoby również mogą zarażać.

Najbardziej narażone na wystąpienie ciężkiej postaci choroby i zgon są osoby starsze, z obniżoną odpornością, cierpiące na inne choroby, zwłaszcza przewlekłe.

WAŻNE

Telefon dyżurny lokalnych stacji sanitarno-epidemiologicznych działa całodobowo. Numer ten jest dostępny na stronach WWW poszczególnych placówek.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

Aktualne zalecenia i sprawdzone informacje znajdziesz na www.gov.pl/koronawirus oraz pod numerem telefonu: **800 190 590** (całodobowa infolinia NFZ).



CZĘŚĆ II: SIŁA TRADYCJI

Śladami polskiego folkloru

Polski folklor, a zwłaszcza ludowa sztuka użytkowa, zachwyca różnorodnością barw i wzorów. Wycinanki, hafty, stroje, świąteczne zwyczaje oraz sztuka kulinarna wyróżniają tę fascynującą i przez wielu jeszcze nieodkrytą część polskiej kultury.

TEKST: Katarzyna Chromińska

Damski strój łowicki



Lacińskie słowo *tradere* oznacza „przekazywać, podawać dalej”. Niemiecki filozof i socjolog Theodor W. Adorno definiował tradycję jako „więź generacji, to, co przechodzi jako dziedzictwo z pokolenia na pokolenie”. Osoby szczególnie zaciekawione folklorem i tradycyjną kulturą ludową nazywa się etnopróżnikami lub turystami edukacyjnymi. W efekcie takich krajoznawczych wypraw wspierany jest rozwój gospodarczy i turystyczny danego regionu. Wyruszając w drogę śladami polskiego folkloru, możemy zatem odegrać znaczącą rolę w zachowaniu lub odtworzeniu lokalnych obrzędów, zwyczajów bądź sztuki.

KUJAWY: TANECZNYM KROKIEM

Kujawy to region niemal w całości wchodzący w skład województwa kujawsko-pomorskiego – tylko jego południowe fragmenty leżą na terenie Wielkopolski. Kraina ta słynie m.in. z kujawiaka. Ten polski taniec narodowy wywodzi się z wiejskich pląsów. Tancerze, grupowo lub w parach, poruszają się po linii koła, co pewien czas wykonując obroty i przytupy. Innym charakterystycznym elementem tutejszego folkloru jest haft, wyróżniający się bogactwem ornamentów roślinnych oraz stosowaniem



CZY WIESZ, ŻE...

Jak podaje „Słownik gwar polskich” Jana Karłowicza, wyraz „kujawa” oznaczał wiatr północny. Stosowano go też na określenie jałowej gleby bądź nieurodzajnego miejsca.



Wielkanoc na Kujawach (aranżacja)



WIĘCEJ

Pierwsza część artykułu o polskim folklorze ukazała się w marcowym wydaniu „W Podróż”. Jest ono dostępne na stronie wpodroz.com.

krótkiego ściegu. Niegdyś ozdabiano nim np. kopkę (czyli czepiec) – nakrycie głowy dla mężatek, którym nie wypadało już odsłaniać włosów. Uzupełnieniem była przytrzymująca czepek kaczorówka – jedwabna, mieniąca się kolorami chusta.

BY ZWYCZAJE NIE ZANIKŁY

Z dziedzictwem Kujaw możemy się zapoznać, odwiedzając Muzeum Etnograficzne im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej w Toruniu. Dział Folkloru obejmuje m.in. dewocjonalia (obrazy, krzyżówki, figury itp.), rekwizyty wielkanocne (np. pisanki) oraz instrumenty muzyczne. W 2020 roku muzeum wydało również płytę „Muzyka ludowa z Kujaw i Puław”, na której znalazły się przyspiewki, piosenki, pieśni oraz tańce zarejestrowane w latach 50.–70. XX wieku. Zainteresowani sztuką i rękodziełem ludowym mogą też odwiedzić Muzeum Ziemi Kujawskiej i Dobrzyńskiej we Włocławku. Z kolei Muzeum Okręgowe im. Leona Wyczółkowskiego w Bydgoszczy organizuje dla szkół zajęcia muzealne, podczas których uczniowie zapoznają się m.in. z obrzędami, strojem i tym, jak wyglądały dawniej wnętrza mieszkalne.

ZIEMIA ŁOWICKA: MODA CZERPIĄCA Z TRADYCJI

Łowicka sztuka ludowa zachwyca przede wszystkim strojami, choć nie sposób nie wspomnieć o oberku – weselnym tańcu, kolorowej procesji podczas Bożego Ciała, wycinankach, hańdach, gwarze czy pajkawkach – ozdobach ze słomy, nici i bibuły przypominających



CIEKAWOSTKA

Na ziemi łowickiej przed Wielkanocą nie tylko przeprowadzano generalne porządki w domach, lecz także bielono ściany lub malowano je na niebiesko. Natomiast do koszyczków wkładano – oprócz tradycyjnych świątecznych pokarmów – trzęsionkę, czyli galaretkę z zimnych nóżek, oraz placki drożdżowe przyrządzone z dodatkiem szafranu.

wyglądem żyrandol. Tradycyjny ubiór, nazywany często pasiakiem, noszono już w latach 20. i 30. XIX wieku. Damski zestaw tworzą bielunka (bawełniana koszula z poszerzanymi rękawami), kiecka (połączenie spódnicy i stanika) oraz zapaska z różnokolorowymi, symetrycznie ułożonymi prążkami. Głowę zdobi chusta w kwiaty – szalinówka (wełniana) lub jedwabnica (jedwabna), a szyję biżuteria – zazwyczaj korale lub bursztyny. Mężczyźni wkładają natomiast białą koszulę z kołnierzem wiązany amarantową wstążką, lejebik, czyli czarną kamizelkę sięgającą aż do bioder, oranżowe spodnie z wełny, buty z cholewami, czarną lub białą sukmanę (męskie okrycie wierzchnie) z pomarańczowym pasem oraz kapelusz zdobiony cekinami. Bogato i kolorowo! Kolekcję pasiastych strojów łowickich zobaczymy w Muzeum w Łowiczu, a zabytki architektury dawnego Księstwa Łowickiego są dostępne dla zwiedzających w położonym nieopodal skansenie w Maurzycach.

KASZUBY: KASZUBSKIE SYMBOLE

Kaszubi zamieszkują Pomorze Gdańskie i wschodnią część Pomorza Zachodniego. Badacze spierają się o pochodzenie nazwy tej słowiańskiej ludności autochtonicznej. Zdaniem niektórych wywodzi się ona od słowa *cassubi*, co oznacza „kasać huby”, czyli podwijając fałdy długiej szaty, według innych – od wyrazu „kascheba” (kożuch obszyty suknem). Obecnie jednak za najbardziej prawdopodobne uważa się, że nazwa „Kaszubi” powstała w okresie wędrówki ludów (V–VI wiek). W ten sposób miano określać plemiona słowiańskie zasiedlające południowy brzeg Morza Bałtyckiego.



Haft kaszubski



Kaszuby – widok z Ręboszewa na jezioro Wielkie Brodno

Współcześnie Kaszubi (po kaszubsku Kaszëbi) mogą poszczycić się zarówno własnym językiem, jak i charakterystyczną sztuką użytkową, m.in. plecionkarstwem, ceramiką i haftem. Ten ostatni rozpoznamy po roślinnym motywie oraz paletcie barw, na którą składa się pięć kolorów: niebieski w trzech odcieniach (chabrowy reprezentuje jeziora, granatowy – morze, błękitny – niebo), czarny symbolizujący ziemię, żółty – słońce i zboża, czerwony – krew, i zielony – lasy. Najczęściej wyszywa się bratki, goździki, róże, niezapominajki, chabry oraz tulipany. Bardzo często można się także spotkać z drzewem życia: jego gałęzie muszą być proste, nie mogą nakładać się na siebie. Symbol ten ma przypominać, że ludzka egzystencja powinna być równie nieskomplikowana. Kaszubi są też dumni ze swojej kuchni. Królują w niej grzyby, drób – gęsiną i mięso z kaczki, ryby, a także zupy – z brukwi i grzybowa. 



CIĘKAWOSTKA

Podczas Wielkanocy (w języku kaszubskim to Jastra lub Jastrë) na Kaszubach jada się tradycyjną prażnicę – jajecznicę z dodatkiem boczków lub słoniny. Często danie to podaje się też z wędzoną rybą, np. węgorzem.

PORADNIK PODRÓŻNICZY MARCINA NOWAKA Siła natury

W Polsce nie brak miejsc, które zachwycają naturalnością oraz sielankową atmosferą. Wystarczy wybrać się w podróż pociągami, wpatrując się w krajobrazy za oknem, by zgodzić się z powiedzeniem: „cudze chwalicie, swego nie znacie”. Oto pięć miejsc, w których zachwyci nas nieujarzmione piękno rodzimej przyrody.

PUSZCZA KAMPINOSKA

Najbliższe stacje kolejowe: Sochaczew, Warszawa Zachodnia, Warszawa Centralna

Obszar tego sąsiadującego z Warszawą parku narodowego od północy ograniczony jest jednym z najbardziej dzikich fragmentów doliny Wisły. Można tu spotkać majestatycznego łosia i podziwiać ponadstumetrowe wydmy śródlądowe. Południowe obszary obfitują w romantyczne krajobrazy doliny Bzury. Niezapomniane wrażenia zapewni wycieczka zabytkową wąskotorówką z Sochaczewa aż do Tułowic, niemal do samej puszczy.

ROZLEWISKA NARWI

Najbliższe stacje kolejowe: Łapy, Białystok

„Polska Amazonia” zachwyci miłośników dzikiej natury. Wszystko za sprawą dziesiątek rozgałęziających się koryt rzeki Narwi w środkowym jej biegu. W tym miejscu woda płynie leniwie po soczystej, zielonej dolinie, pełnej sitowia i śródlądowych wysp. Utworzono tutaj Narwiański Park Narodowy, uwielbiany przez miłośników trekkingu oraz jazdy rowerem.

JURA KRAKOWSKO-CZĘSTOCHOWSKA

Najbliższe stacje kolejowe: Częstochowa, Myszków, Zawiercie

Jeden z najmniej docenianych skarbów Polski jest fenomenem w skali europejskiej. Matka Natura wyrzeźbiła tutaj swoimi siłami baśniowe wapienne formacje skalne, fantazyjne bramy, okna – niektóre z nich widać już podczas podróży pociągami z Warszawy do Katowic lub z Katowic

do Częstochowy. To wspaniałe miejsce dla fanów wycieczek rowerowych (przez tę krainę przebiega Szlak Orlich Gniazd). Jura obejmuje spory obszar, ale jej najpiękniejsze zakątki znajdują się w części północnej, w okolicach Olsztyna i Gór Sokolich, w środkowej (zamki w Mirowie i Bobolicach oraz Ogrodzieniec w Podzamczu) oraz na południu – tereny Ojcowskiego Parku Narodowego i Dolinek Podkrakowskich. Jeśli dodamy do tego możliwość zwiedzania jurajskich jaskiń i warowni, to atrakcji wystarczy tutaj na całkiem długi urlop.

KRAINA WYGASEŁYCH WULKANÓW

Najbliższe stacje kolejowe: Jelenia Góra, Bolesławiec

Jedno z najbardziej tajemniczych i pomijanych miejsc w Polsce leży na Pogórzu Kaczawskim, w województwie dolnośląskim, blisko płynącej na odcinku pomiędzy Jelenią Górą a Bolesławcem malowniczej rzeki Bóbr. To kraina zamków, zabytkowych miasteczek, ponadstuletnich mostów kolejowych i urokliwych jezior, ale co najważniejsze – raj dla miłośników geologii i natury. Na terenie parków krajobrazowych Doliny Bobru oraz Chelmy odnaleźć można fantazyjne odkrywy skał (np. Organy Wielisławskie) oraz wygasłe wulkany, z których najsłynniejszy – Ostrzyca Proboszczowicka – leży w samym środku tego regionu. Dojechać tam można pociągami, a następnie eksplorować region pieszo lub na rowerze.

KLIFY KASZUBSKIE

Najbliższe stacje: Gdynia, Sopot

Piaszczyste klify, obmywane i formowane przez morskie fale, to niezwykle skarby polskiego wybrzeża. Zobaczymy je w pobliżu Władysławowa, Jastrzębiej Góry (warto przy tej okazji odwiedzić tutejszą latarnię morską) i Gdyni (Orłowo). W tym ostatnim mieście polecamy też wybrać się na spacer wzdłuż brzegu w kierunku skweru Kościuszki lub lasami do dzielnicy Kamienna Góra. 

MARCIN NOWAK
Współautor bloga gdziewyjechać.pl
i książki „Podróżuj lepiej”

Wiedźmin, elfy i polskie warownie



Kadr z serialu „The Witcher” („Wiedźmin”) / A scene of “The Witcher” series (Netflix)

The Witcher, Elves and Polish Fortresses

„Wiedźmin” to nie tylko uznane dobro polskiej kultury, lecz także od lat bardzo atrakcyjny towar eksportowy. Saga pióra Andrzeja Sapkowskiego znana jest na całym świecie, podobnie jak trzy polskie wysokobudżetowe gry komputerowe powstałe na podstawie tych książek i serial wyprodukowany przez platformę Netflix. W jednej ze scen podziwiać można słynny polski zamek!

EN “The Witcher” is not only an acclaimed product of Polish culture, but also a very important export commodity. The saga by Andrzej Sapkowski is known around the world, as are the three Polish high budget computer games based on the books and the series produced by Netflix. And in one of the scenes a famous Polish castle makes an appearance!

TEKST/TEXT: Marcin M. Drews
TŁUMACZENIE/TRANSLATION: Malgo Dzierugo

Kiedy w 1986 roku miesięcznik „Fantastyka” opublikował debiutanckie opowiadanie „Wiedźmin” Andrzeja Sapkowskiego, które zajęło trzecie miejsce w konkursie ogłoszonym przez czasopismo, nikt nie spodziewał się, że Geralt z Rivii po latach awansuje do literackiej czołówki bohaterów fantasy. Sam autor podchodził wówczas do tematu dość sceptycznie, przekonany był bowiem, iż czeka go kariera... tłumacza cudzych dzieł. – *W konkursie wystartowałem raczej z myślą: wziąć nagrodę, podziękować, pożegnać się i dalej robić tłumaczenia* – oświadczył po latach. Stworzenie „Wiedźmina” nazwał przy tym dość niepojętym przeblyskiem inicjatywy. Entuzjastyczne przyjęcie przez czytelników szybko jednak przekonało Sapkowskiego, by nie tylko nie porzucił pióra, ale i zagłębił się w świat wykreowany w pierwszym opowiadaniu.

When in 1986 “Fantastyka” (“Fantasy”, a Polish monthly) published the debut short story “The Witcher” by Andrzej Sapkowski, which was placed third in a competition run by the magazine, no one expected Geralt of Rivia to become one of the literary heroes all these years later. The author himself was quite sceptical at the time, as he was in fact convinced his career would be that of a translator. “I entered that competition with one thought: take the prize, say thank you, say goodbye, and go back to doing translations”, said Sapkowski many years later. He called the creation of The Witcher quite an incomprehensible influx of initiative. The enthusiastic reception by the readers quickly convinced Sapkowski not only to not abandon the pen, but also to delve deeper into the world he created in his short story.

english version

POLSKI TRIUMF KULTUROWY

Historia, którą Sapkowski zapoczątkował w połowie lat 80., rozrosła się do tłumaczonej też na liczne języki obce potężnej sagi liczącej pięć tomów, powstała też dodatkowa powieść oraz kilkanaście opowiadań towarzyszących. Szybko przy tym stała się natchnieniem dla innych twórców.

W 1993 roku na język komiksu przełożyli to dzieło Maciej Parowski i Bogusław Polch – twórcy znakomitej serii „Funky Koval”. W 1998 roku podjęto pierwszą próbę ekranizacji, która jednak nie ujrzała światła dziennego. Krótco potem prawa do stworzenia gry komputerowej nabyła polska firma Metropolis Software House, znana już wówczas z wysoko ocenianych za granicą produkcji, takich jak „Teenagent”, „Gorky 17” czy „The Prince and the Coward”. Tu także jednak pomysł spalił na panewce – ówczesna technologia nie pozwalała jeszcze na zaawansowaną realizację tak śmiałych planów.

Ogromny sukces serialu „Wiedźmin” i fakt, że jeden z odcinków nakręcony został w Polsce, prezentując urzeczające, romantyczne ruiny zamkowe, są nie do przecenienia.



Grafika zapowiadająca serial „The Witcher”
Graphics announcing “The Witcher” series (Netflix)

POLISH CULTURAL TRIUMPH

The story which Sapkowski created in the mid-1980s grew into a powerful, translated into many foreign languages, five-volume saga, another novel and several accompanying stories. It quickly became an inspiration for other artists.

In 1993, “The Witcher” was made into a series of comics by Maciej Parowski and Bogusław Polch – the creators of the excellent series “Funky Koval”. In 1998, the first attempt of a film adaptation was made, but it did not end up seeing the light of day. Not long after, the rights to creating a computer game were acquired by the Polish company Metropolis Software House, already known at the time for their highly rated productions abroad, such as “Teenagent”, “Gorky 17” or “The Prince and the Coward”. However, much like the movie, this idea failed also – the technology at the time was not advanced enough for such bold plans.

Finally, in 2001 the first successful screen adaptation of Sapkowski’s work hit cinema screens, directed by Marek Brodzki with music by Grzegorz Ciechowski with Michał Żebrowski in the lead role. The movie was in a way a forerunner of the series, which subsequently aired on television a year later. The production paved the way for other creators, convincing all sceptics that “The Witcher” was a cultural franchise, one waiting for big budgets and effective adaptations.

The gravitas of the huge success of the series “The Witcher”, along with the fact that one of the episodes was shot in Poland, showcasing our wonderfully romantic castle ruins, cannot be overemphasised.

W 2001 roku powstała ekranizacja prozy Sapkowskiego w reżyserii Marka Brodzkiego z muzyką Grzegorza Ciechowskiego i Michałem Żebrowskim w głównej roli. Film stanowił niejako zapowiedź serialu, który wyemitowano rok później w telewizji. Produkcja ta przetarła szlaki innym twórcom i przekonała sceptyków, że „Wiedźmin” to już kulturowa franczyza, która czeka na wielkie budżety i efektowne realizacje.

WIEDŹMIN INTERAKTYWNY

Przełom nastąpił w październiku 2007 roku, kiedy to ukazała się stworzona przez spółkę CD Projekt Red wysokobudżetowa gra komputerowa „The Witcher” („Wiedźmin”). Koszt produkcji oszacowano na 19 mln zł. W ciągu trzech dni od premiery sprzedano w Polsce 35 tys. egzemplarzy, co stanowiło wówczas rekord. Do maja 2011 roku dystrybucja osiągnęła blisko dwa miliony kopii.

Firma poszła za ciosem i wydała dwie kontynuacje. W 2011 roku rynek pobił „Wiedźmin 2: Zabójcy królów”. Budżet tej produkcji wyniósł około 30 mln zł, a tytuł osiągnął próg dwóch milionów sprzedanych egzemplarzy już po roku. Wszelkie rekordy pobił jednak „Wiedźmin 3: Dziki Gon” (2015), którego produkcja kosztowała 306 mln zł. W ciągu sześciu tygodni od premiery sprzedał się on w oszałamiającej liczbie przeszło sześciu milionów egzemplarzy! Do końca 2016 roku rozdyskrebowano przeszło 25 mln sztuk, co dało ponad miliard złotych przychodu. Sam tytuł zdobył około 800 nagród na całym świecie – w tym aż 250 za najlepszą grę roku.

BAGIŃSKI WKRAČA DO AKCJI

Sukces gier spowodował ponowne zainteresowanie stworzeniem profesjonalnej ekranizacji. Temat podjął Tomasz Bagiński, nominowany do Oscara i nagrodzony przez BAFTA twórca filmowy, artysta wizualny i storyteller.

– Na początku to miał być film. Powstało kilka wersji scenariusza, z różnymi scenarzystami. Każdy kolejny draft był lepszy i razem z Platige Image, które jest w projekcie zaangażowane produkcyjnie od lat,

FOT. Archiwum TVP



Kadr z serialu „Wiedźmin” / A scene of “The Witcher” series (TVP2)

THE INTERACTIVE WITCHER

The breakthrough came in October 2007, when the high budget computer game “The Witcher” was created by CD Projekt Red. The cost of production was estimated at 19 million Polish zloty. Within three days of the premiere, 35,000 copies were sold in Poland, which was a record-breaking achievement at the time. By May 2011, sales reached nearly two million copies.

Building on this success, the company released two sequels. In 2011, it conquered the market with “The Witcher 2: Assassins of Kings”. The budget for this production was about 30 million Polish zloty, and the title hit two million copies sold after only a year. However, it was “The Witcher 3: Wild Hunt” (2015) that broke all records to date. Its production cost 306 million Polish zloty, and within six weeks of its premiere it has sold the staggering number of over six million copies! By the end of 2016, over 25 million copies had been sold, which generated over 1 billion Polish zloty in revenue. The title alone has won around 800 awards around the world – including 250 for the best computer game of the year.

BAGIŃSKI MOVES IN

The success of the games sparked a renewed interest in adapting it for the big screen. The challenge was taken up by Tomasz Bagiński, an Oscar-nominee and BAFTA-winning filmmaker, visual artist and storyteller. “At first, it was supposed to be a movie. Several versions of the script were created, with different

W RELACJE



W PODRÓŻ



Na planie serialu – Zamek Ogródzieniec / On the series set – Ogródzieniec Castle

lataliśmy do Stanów, by prezentować scenariusze producentom i starać się ich nimi zainteresować. Wtedy na scenę wkroczył Netflix.

Efekty specjalne sagi stworzyli artyści pod batutą Bagińskiego. W pracę nad serialem zaangażowanych było 150 ekspertów od VFX, animatorów, modelerów i producentów.

– *To był gorący okres – mówi Mateusz Tokarz, VFX supervisor Platige Image. – Tempo pracy było bardzo wysokie, ale daliśmy radę i wszystko dostarczaaliśmy w terminie. Netflix docenił naszą pracę. Cieszę się, że te liczne godziny, które włożyliśmy w projekt, przełożyły się na coś, co spodobało się zarówno klientowi, jak i nam samym.*

Pierwszy sezon, liczący osiem odcinków, miał swoją premierę w grudniu 2019 roku, a producentami wykonawczymi zostali Tomasz Bagiński, Jarosław Sawko oraz Piotr Sikora ze studia Platige Image. W Gerałta z Rivii wcielił się Henry Cavill, znany całemu światu jako odtwórca roli Supermana i główny zły charakter w ostatniej odsłonie „Mission Impossible”, a partnerując mu Björn Hlynur Haraldsson grający Eista („Fortitude”, „Rodzina Borgiów”), Lars Mikkelsen w roli Stregobora („The Killing”, „House of Cards”, „Sherlock”) i Maciej Musiał jako Sir Lazlo. Polski aktor wcześniej zagrał już w innej produkcji Netfliksa – „1983”.

screenwriters each having a go. Each draft was better than the previous, so together with Platige Image, a company which has been involved in the project for years, we flew to the United States to present scripts to producers. Then Netflix came on board”.

Special effects were created by many artists, all managed by Bagiński. 150 VFX experts, animators, modelers and producers were involved in the work on the series. “It was a very intense period”, says Mateusz Tokarz, VFX Supervisor at Platige Image. “The pace of work was very high, but we managed to deliver everything on time. Netflix appreciated our work. I am glad that the countless hours that we put into the project turned into something both us and the client were very happy with”.

The first eight-episodes-long season premiered in December 2019, and Tomasz Bagiński, Jarosław Sawko and Piotr Sikora from the Platige Image studio were the executive producers. Geralt of Rivia is played by Henry Cavill, known for his role in “Superman”, as well as the villain from latest instalment of “Mission Impossible”. Cavill is partnered by Björn Hlynur Haraldsson as Eista (“Fortitude”, “The Borgia Family”), Lars Mikkelsen as Stregobor (“The Killing”, “House of Cards”, “Sherlock”) and Maciej Musiał as Sir Lazlo who previously starred in another Netflix production – “1983”.

Witold Płużański, Digital Compositor at Platige Image, sums up the work on the series: “It was difficult at times because this is how things go with such huge projects. Despite everything though, we managed very well. We can be really proud of the final result of our magic”.

“The Witcher” quickly broke the popularity record and became the most-watched Netflix show in history. As many as 76 million users watched the production only a month after its premiere, making it the most popular series in the platform’s history, surpassing even the most popular Netflix shows, such as “The Crown” or “Stranger Things”.

According to Platige Image, the success of the first season quickly resulted in starting up the next season. The sale of Andrzej Sapkowski’s books (on which “The Witcher” is based) soared, making the author the most popular writer on Amazon. The first collection of stories about Geralt of Rivia, “The Last Wish”, also made it to “The New York Times” bestseller list.

ELF’S FORTRESS IN POLAND

The Platige Image developers’ team is not the only Polish aspect of this Netflix production. The series were shot mainly in Europe, and one of the shoots was done in Poland.

– *Bywało trudno, bo tak jest przy tak ogromnych projektach. Mimo wszystko daliśmy radę – podsumowuje prace nad serialem Witold Płużański, digital compositor Platige Image. – Możemy być naprawdę dumni z efektów naszej magii.*

„Wiedźmin” szybko pobili rekord popularności i stał się najchętniej oglądanym serialem Netfliksa w historii. W miesiąc od premiery produkcję obejrzało aż 76 mln użytkowników, czyniąc ją najpopularniejszą serią w historii platformy. Prześcignęła takie tytuły Netfliksa, jak „The Crown” czy „Stranger Things”.

Jak informuje Platige Image, sukces pierwszego sezonu zaowocował rozpoczęciem prac nad kolejnym. Sprzedaż książek Andrzeja Sapkowskiego, na podstawie których powstał „Wiedźmin”, poszybowała w górę, zapewniając autorowi pierwsze miejsce wśród najczęściej czytanych pisarzy na Amazonie. Pierwszy zbiór opowiadań o Gerałcie z Rivii, „Ostatnie życzenie”, trafił także na listę bestsellerów „The New York Times”.

ELFIA TWIERDZA W POLSCE

Ekipa twórców Platige Image nie jest jedynym polskim akcentem w produkcji Netfliksa. Zjęcia do serialu realizowane były przede wszystkim w krajach Europy, a jeden z planów zorganizowano w Polsce.

– *Ekipa filmowa potrzebowała zabudowy, która miała być wykorzystana jako ruiny elfiej twierdzy stojącej na szczycie wzgórza Sodden – opowiada Maciej Ziętara, odpowiedzialny w Platige Image za PR. – Tomek Bagiński miał w pamięci zamek w Ogródzieńcu, dlatego też Michał Niewiara (art director w Platige Image, reżyser sekwencji tytułowych serialu – przyp. red.) zabrał na zamek reżysera Alikę Sakharova, scenografa Andrew Lawsa oraz producenta Simona Emanuela. Po wizji lokalnej zdecydowano się na wykorzystanie zamku w finałowym odcinku pierwszego sezonu.*

Ruiny monumentalnego zamku Ogródzieniec, należącego do Szlaku Orlich Gniazd, znajdują się we wsi Podzamcze w Jurze Krakowsko-Częstochowskiej. Warownię wzniesiono w 1370 roku, a inicjatorem budowy był król Kazimierz Wielki. Obiekt przechodził zmienne koleje losu, a w czasie potopu szwedzkiego uległ zniszczeniu. W 1669 roku został odbudowany przez Stanisława Waszyckiego, jednak w 1702 roku ponownie najechali go Szwedzi, którzy warownię splądrowali i spalili. Po II wojnie światowej ruiny zabezpieczono i przysposobiono do ruchu turystycznego. Obiekt stał się też atrakcyjnym planem filmowym – to właśnie tu kręcono sceny do „Janosika” (1973), „Rycerza” (1980) czy „Zemsty” w reżyserii Andrzeja Wajdy (2001).

“The film crew needed buildings that were to be used as the ruins of an elven fortress standing on the top of the Sodden Hill”, says Maciej Ziętara, PR Manager for Platige Image. “Tomek Bagiński had the castle in Ogródzieniec in mind or it, which is why Michał Niewiara (Art Director at Platige Image – editor’s note) took the director Alik Saharov, the production designer Andrew Laws, and the producer Simon Emanuel there. After their visit to the location it was decided the castle would be used in the first season finale.

The ruins of the monumental Ogródzieniec Castle are on the Eagles’ Nests trail located in the village of Podzamcze in the Kraków-Częstochowa Jura. The stronghold was built in 1370 by King Casimir the Great. The building underwent different transformations and was destroyed during the Swedish invasion. In 1669, it was rebuilt by Stanisław Waszycki, but in 1702 it was attacked again by the Swedes, who then plundered and burned the fortress. After World War II, the ruins were made safe and opened to visitors. The facility also became a popular film set – this is where “Janosik” (1973), “Knight” (1980) and “The Revenge” (directed by Andrzej Wajda, 2001) were filmed.



Zamek Ogródzieniec / The Ogródzieniec Castle



„Wiedźmin” szybko pobil rekord popularności i stal się najchętniej oglądanym serialem Netflixa w historii.

WIEDŹMIN, NARNIA I INNI

Zamek Ogródzieniec jest kolejnym miejscem, które potwierdza coraz silniejszą pozycję Polski na mapie tzw. set jettingu, czyli turystycznych wypraw do miejsc znanych z filmów, seriali i gier komputerowych. Na świecie ten trend święci triumfy od wielu lat. W Polsce to jednak wciąż novum – do tego stopnia, iż lokalne władze nie zawsze zdają sobie sprawę, jak cennym obiektem turystycznym stają się lokalne użyte przez filmowców i twórców interaktywnych multimediów. Tymczasem fani Disneyowskich „Opowieści z Narnii” ściągają z całego świata, by zobaczyć polską dolinę Dunajca czy Góry Stołowe, gdzie kręcono dwie pierwsze części cyklu, a widzowie australijsko-polskiego serialu „Spellbinder” z chęcią odwiedzają zamek Czocha.

Kamieniem milowym w dziedzinie upowszechnienia set jettingu w Polsce stała się komputerowa produkcja „The Vanishing of Ethan Carter” („Zaginienie Ethana Cartera”) – nagrodzona m.in. BAFTĄ filmowa gra przygodowa, w której tłem dla fabuły są popularne dolnośląskie atrakcje turystyczne. Wiadomość, że zaprezentowane w niej lokalne istnieją naprawdę, stała się w sieci prawdziwym hitem na skalę światową. Dziś chcę je zobaczyć nawet fani z odległej Ameryki, a gwałtownie rosnąca popularność tych miejsc zdecydowała o wstępnej decyzji umiejscowienia tam akcji najnowszej części kinowego przeboju „Mission Impossible” z Tomem Cruise’em w roli głównej.

THE WITCHER, NARNIA AND OTHERS

The Ogródzieniec Castle is a yet another location which places Poland on the global map of so-called set jetting: taking trips to sets (locations) known from movies, series’ and computer games. Although this has been a huge trend around the world for many years now, it still remains a novelty in Poland – to the extent that local authorities are not always aware of just how valuable the locations used by filmmakers and creators of interactive multimedia are. Meanwhile, the fans of Disney’s “The Chronicles of Narnia” are travelling to Poland from around the world to see the Dunajec Valley or the Table Mountains, where the first two parts of the saga were filmed, and the fans of the Australian-Polish series “Spellbinder” regularly visit Czocha Castle.

“The Vanishing of Ethan Carter”, a milestone when it comes to popularizing set jetting in Poland, is a BAFTA-winning movie adventure game shot in some of the most popular tourist attractions of the Lower Silesia. The news of the set locations being real has become a global hit on the web. Today, even fans from America come to visit them, and the rapidly growing popularity of these sets led to the creators of the latest blockbuster hit “Mission Impossible” with Tom Cruise in the lead role to decide to shoot there too.



“The Witcher” quickly broke the popularity record and became the most watched Netflix show in history.

Zamek Czocha (Dolny Śląsk) / The Czocha Castle (Lower Silesia)



Zamek Ogródzieniec / The Ogródzieniec Castle

Ogromny sukces serialu „Wiedźmin” i fakt, że jeden z odcinków nakręcony został w Polsce, prezentując wspaniałe, romantyczne ruiny zamkowe, są nie do przecenienia. W dobie przenikania się mediów, kiedy książki, filmy, serie i gry łączą się w jedną interaktywną opowieść, możliwość wejścia w fikcyjny świat poprzez zwiedzanie realnych planów filmowych to potężna szansa dla nowoczesnej turystyki. Udowodniła to już Nowa Zelandia, której najcenniejszym i najczęściej odwiedzanym miejscem stała się wioska Hobbitów stworzona na potrzeby realizacji „Władcy Pierścieni”. Dzięki temu przygoda może trwać wiecznie! W

The importance of the huge success of the series, “The Witcher”, along with the fact that one of the episodes was shot in Poland, showcasing our wonderfully romantic castle ruins, cannot be overemphasised. In the era of media infiltration, when books, movies, series and games all can build one interactive story, the possibility of entering a fictional world by visiting real film sets is a compelling opportunity for modern tourism. This has already been seen in New Zealand, where the most visited place is the Hobbit village created for, “The Lord of the Rings”. With the result, the adventure can last forever! W

WYWIAD Z RAFAŁEM WILKIEM

Świat zbudowany na nowo

Był żużlowcem, lecz po wypadku na torze trafił na wózek. Nie przerwało to jednak jego sportowej kariery – zaczął trenować kolarstwo ręczne, uprawiane na tzw. *handbike*'ach. Od tego czasu Rafał Wilk przywiózł trzy złote medale z letnich igrzysk paraolimpijskich i z pewnością nie powiedział jeszcze ostatniego słowa.

ROZMAWIAŁ: Gracjan Jamroszczyk
ZDJĘCIA: facebook.com/rafalwilkofficial



W 2006 ROKU STRACIŁ PAN CZUCIE W NOGACH, A ZALEDWIE SZEŚĆ LAT PÓŹNIEJ PRZYWIÓZŁ DWA ZŁOTE MEDALE Z IGRZYSK PARAOLIMPIJSKICH W LONDYNIE. CZY JEDNAK SŁOWO „ZALEDWIE” JEST TUTAJ NA MIEJSCU?

Sześć lat to sporo czasu – musiałem się odnaleźć w nowej sytuacji. Być może gdybym wówczas znał te osoby, które znam dziś, mógłbym zacząć trochę wcześniej. Obecnie sport osób niepełnosprawnych jest o wiele bardziej rozpowszechniony. Duży wpływ na to miał też rozwój internetu i mediów społecznościowych.

Rafał Wilk

Sportowiec, który pomimo groźnego wypadku nie zrezygnował z kariery – z motocykla przesiadł się na *handbike*. Wielokrotnie sięgał po tytuł mistrzowski w tej dyscyplinie, w tym trzy razy podczas igrzysk paraolimpijskich.



JAK ZMIENIA SIĘ PERSPEKTYWA CZŁOWIEKA AKTYWNEGO FIZYCZNIE, SPORTOWCA, KTÓRY NIESPODZIEWANIE STAJE SIĘ OSOBĄ Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ?

Dalej mogę śmiało powiedzieć, że nie zwolniłem tempa. Jedyne, co się zmieniło, to moja pozycja, bo teraz niestety jest ona siedząca, ale tryb życia pozostał aktywny. Najtrudniejsze w uczeniu się funkcjonowania na nowo okazało się pokonywanie barier. Człowiek nagle staje się bezbronny jak małe dziecko, nie potrafi nic zrobić sam i wymaga pomocy osób trzecich. I pewnie gdyby nie moi najbliżsi, dziś byłbym w innym miejscu.

W RELACJE



W PODRÓŻ

POWIEDZIAŁ PAN, ŻE PO UTRACIE CZUCIA W NOGACH ŻYCIE SIĘ NIE KOŃCZY, A NA GRUZACH MOŻNA COŚ ZBUDOWAĆ. OSTATNIE LATA SĄ DOSKONAŁYM POTWIERDZENIEM TYCH SŁÓW.

To prawda, na początku byłem przekonany, że moje życie legło w gruzach, ale tak naprawdę ono się nie zatrzymało, lecz toczyło dalej. Im szybciej zaakceptujemy nową sytuację, tym lepiej. Ja na swoim przykładzie mogę powiedzieć, że dziś jestem o wiele mocniejszym człowiekiem niż krótko po wypadku – i psychicznie, i fizycznie. Wzmocniła się też moja wiara.

PO WYPADKU PRÓBOWAŁ PAN SWOICH SIŁ JAKO TRENER ŻUŻLOWY, LECZ BYŁ TO KRÓTKI EPIZOD. JAK TRAFIŁ PAN NA *HANDBIKE*? CZY ZNAŁ PAN WCZEŚNIEJ TĘ DYSCYPLINĘ?

Tak naprawdę najpierw było narciarstwo – wiele razy, będąc na nartach, widziałem stojące gdzieś na uboczu boby (mocowane do pojedynczej narty fotele dla niepełnosprawnych – przyp. red.), ale przecież nikt nie



myśli, że kiedyś będzie musiał z nich korzystać. Tak czy inaczej pół roku po wypadku jeździłem już na nartach. O kolarstwie ręcznym usłyszałem po raz pierwszy od Rafała Szumca, który też jeździ na *handbike*'u. Zacząłem z nim rozmawiać na ten temat, a rezultatem było to, że sam zamówiłem ten sprzęt. Myślę, że nie bez znaczenia były tutaj podstawy wypracowane jeszcze w dzieciństwie – od małego uprawiałem sport, wystarczyło więc na nowo obudzić to, co we mnie drzemało.

CO JEST NAJWAŻNIEJSZE W KOLARSTWIE RĘCZNYM: SIŁA RĄK, KONDYCJA CZY MOŻE RACZEJ NIEZŁOMNA PSYCHIKA?

Zdecydowanie wytrzymałość. Ja aż taką siłą nie dysponuję, dlatego muszę rozgrywać wyścigi nieco inaczej – staram się rozerwać peleton wcześniej, na podjazdach albo na zakrętach, żeby nie dojeżdżać do mety z rywalami, którzy są ode mnie więksi i silniejsi. Można zatem powiedzieć, że oprócz wytrzymałości trzeba mieć jeszcze oczy dookoła głowy i pewien zmysł taktyczny.

KAŻDEMU, KTO TRENUJE, ZDARZA SIĘ W KOŃCU TAKI DZIEŃ, W KTÓRYM – MÓWIĄC ZWYCZAJNIE – NIE CHCE SIĘ ĆWICZYĆ. CO W TAKICH MOMENTACH MOTYWUJE PANA DO AKTYWNOŚCI?

Trzeba to wszystko poukładać, samemu się nakręcić, powiedzieć sobie na przykład, że w czasie, gdy ja rezygnuję, moi rywale na pewno rosną w siłę. Jest to ważne szczególnie w okresie zimowym, kiedy trenowanie sprowadza się do żmudnej, długiej jazdy na trenerze i po pierwszej godzinie mam ochotę z niego zejść. Po chwili zwątpienia szybko nachodzi mnie wtedy refleksja, że skoro ćwiczyłem przez godzinę, to z tej drugiej również nie warto rezygnować. No i ta kolejna mija już o wiele szybciej.

JEŹDZI PAN NA *HANDBIKE*'U JUŻ OD DZIESIĘCIU LAT. DOMYŚLAM SIĘ, ŻE NIE MYŚLI PAN JESZCZE O ZAKOŃCZENIU KARIERY.

Jestem młodym, perspektywicznie rozwijającym się sportowcem, więc jeśli zdrowie dopisze, spokojnie pojeżdżę

jeszcze kolejne dziesięć lat, osiągając satysfakcjonujące mnie wyniki. Jednak nawet gdy przestanę być czynnym zawodnikiem, na pewno nie skończę ze sportem, wciąż będzie odgrywał ważną rolę w moim życiu. Nie jestem typem człowieka, który zamknie się w domu i będzie siedział w bujanym fotelu. Mam co robić, mam różne możliwości, mógłbym na przykład kontynuować działalność naukową na Uniwersytecie Rzeszowskim, gdzie obecnie wykładam i przygotowuję się do obrony pracy doktorskiej na temat sportu osób niepełnosprawnych ruchowo.

CZY PODSUMOWUJĄC TĘ ROZMOWĘ, MÓGŁBY PAN PODZIELIĆ SIĘ Z NAMI SWOIM ŻYCIOWYM MOTTEM?

Jeśli chcesz, to znajdziesz sposób, a jeśli nie chcesz, to znajdziesz powód. Ja stosuję się do pierwszej części tego powiedzenia i jak dotąd to zawsze się sprawdzało. **W**





WYWIAD Z KLAUDIĄ PINGOT

Nie musisz nikogo udawać!

Bywa, że w codziennym pędzie tracimy z pola widzenia to, co najważniejsze, z czasem gubimy też motywację do działania, a nawet poczucie sensu życia. Klaudia Pingot, czyli SpecBabka, dzieli się swoim doświadczeniem i zachęca do tego, by wyzwaniom stawiać czoła kreatywnie i z humorem.

ROZMAWIAŁA: Katarzyna Skoczek

JAK SPECBABKA DEFINIUJE SIŁĘ?

Siła płynie z akceptacji: zaufania do siebie i wiary, że wszechświat jest przychylnym dla nas miejscem. Wiem, że brzmi to idealistycznie, a osiągnięcie takiego stanu umysłu jest długą podróżą, ale po pierwsze warto, a po drugie – ta podróż staje się ekscytująca i budująca już po pierwszym kroku.

CZY SAMA ZAWSZE BYŁAŚ SILNĄ, PEWNĄ SIEBIE OSOBĄ?

Myślałam kiedyś, że właśnie taka jestem. Dziś wiem, że przez większość życia byłam słaba i wątpiąca. Moja siła była fikcyjna. Przez całe życie coś

udowadniałam sobie i innym. A trzeba wiedzieć, że gdy udowadniasz, to nie wiesz, nie czujesz, nie jesteś. Dużo się zmieniło, gdy kilka życiowych sytuacji mocno mnie przeczłgało. I zupełnie nie chodzi o kwestie zawodowe. Chodzi o doświadczenia, które są tak trudne, że zastanawiasz się nawet, czy nadal będziesz w stanie oddychać. A gdy okazuje się, że możesz, cały swój żal i ból przekształcasz w energię tworzenia, miłości do siebie i życia. Nagle zdajesz sobie sprawę z tego, że nie musisz nic i nikogo udawać. Możesz być sobą, tylko sobą i aż sobą. To uwalnia sporo energii, a tym samym siły.

Klaudia Pingot

Niegdyś oficer policji, obecnie psycholog, autorka książek, trenerka i youtuberka. SpecBabka, jak sama o sobie mówi, kreatywnie edukuje i pomaga odnaleźć w sobie siłę, akceptację oraz poczucie własnej wartości. Współpracuje z liderami biznesu, uczelniami i największymi markami. Na życie patrzy holistycznie, dużo medytuje i wierzy, że każdy może wejść na szczyt swoich możliwości. Więcej informacji na stronie klaudiapingot.pl.

ABY ROZPOCZĄĆ PRACĘ W SŁUŻBACH, PRZEPROWADZIŁAŚ SIĘ Z KRAKOWA DO WARSZAWY. POTEM ZNOWU WYWRÓCIŁAŚ WSZYSTKO DO GÓRY NOGAMI, ODCHODZĄC Z POLICJI I WYBIERAJĄC PSYCHOLOGIĘ ORAZ SZKOLENIA. NIE BAŁAŚ SIĘ RYZYKA, PORĄŻKI?

Zawsze się boję, gdy zaczynam myśleć i analizować. Wtedy – świadomie – uruchamiam drzemiącą we mnie dziecięcą naiwność i czekam – sprawdzam, co się wydarzy, gdy wcisnę ten przycisk, a co, gdy coś zburzę i zbuduję od nowa.



Wiara w to, co przyniesie jutro, nigdy mnie nie zawiodła, więc pozostałam wierna takiemu podejściu. Być może moją motywacją do zmiany było przerażenie zbyt dużą przewidywalnością i rutyną.

WYDAJE MI SIĘ, ŻE TYM, CO CZĘSTO NAS BLOKUJE, POWSTRZYMUJE PRZED UWIERZENIEM W SIEBIE I PODĄŻANIEM ZA MARZENIAMI, JEST OPINIA INNYCH LUDZI. MYŚLISZ, ŻE Z TYM PROBLEMEM MOŻNA SOBIE PORADZIĆ?

Kiedy ktoś naprawdę nie ma wyjścia, bo upadł na dno, albo pragnie z całych sił być w nowym miejscu na mapie przyszłości, zupełnie nie zastanawia się nad tym, co sobie pomyślą inni. Nie robi tego dla nich, robi to dla siebie. W ten sposób odkrywa o sobie prawdę, a prawda zawsze się obroni. Ten, kto myśli o tym, jak jest oceniany, prawdopodobnie trochę chce zmiany, ale jednak nie jest ona jeszcze koniecznością. Autentyczność to najbardziej pożądana cecha w obecnych czasach i wyczuwamy ją u innych na odległość. To nawet nie cecha, tylko stan serca i umysłu.

Komuś może się nie podobać, jak się ubierasz, jak się malujesz, jakie poglądy wyznajesz, ale i tak ci zaufa, bo jesteś prawdziwy.

OTWARCIE MÓWISZ, ŻE LUBISZ SIEBIE. OGROMNA CZĘŚĆ LUDZI, PATRZĄC W LUSTRO, NIE JEST W STANIE WYPOWIEDZIEĆ TAKICH SŁÓW. DLACZEGO? JAK WIELE PRACY POTRZEBA, BY TO ZMIENIĆ?

Uwielbiam siebie! Niekiedy narzekam na zmarszczki, czasem na to, że coś palnęłam bez przemyślenia, że mogłam inaczej, ale gdy patrzę w lustro, widzę tam człowieka, którego kocham szczerze. To wynik pracy, owszem, ale przede wszystkim zrozumienia, kim i po co jesteśmy na tym świecie. Proces takiego uświadamiania u części z nas może zająć 30 lat, a u innych może się wydarzyć podczas jednej medytacji. W moim przypadku było tak, że bardzo aktywnie zaczęłam medytować – pół roku, dzień w dzień. I wtedy, w ciszy, gdy umilkły wewnętrzne dialogi, przyszło zrozumienie. Dziś wydaje mi się to proste i oczywiste.

NA TWOIM FANPAGE'U MOŻNA ZNALEŹĆ INFORMACJE O TYM, ŻE ZAJMUJESZ SIĘ TRENINGIEM QUANTUM. CO KRYJE SIĘ ZA TĄ NAZWĄ?

Quantum oznacza pole nieograniczonych możliwości. To inspiracja płynąca z fizyki kwantowej, ale ja ten concept próbuję zaadaptować do procesów

*Uwielbiam siebie!
Niekiedy narzekam na zmarszczki,
czasem na to,
że coś palnęłam bez przemyślenia,
że mogłam inaczej,
ale gdy patrzę w lustro, widzę tam człowieka, którego kocham szczerze.*

medytacyjnych i psychologicznych. Jedną z najważniejszych zasad jest to, że skutek powinien poprzedzać przyczynę. Przykład? Niekiedy myślę: „Gdy zrzucę kilka kilogramów, pokocham siebie”. W ujęciu quantum uświadamiamy sobie, że najpierw trzeba pokochać siebie, by bez wysiłku schudnąć. Jest to złożone, ale nie tak skomplikowane, jak mogłoby się wydawać. Więcej o tym mówię w swoich filmach, które można obejrzeć na YouTube. Istotne jest, że gdy zmieniamy siebie, niejako automatycznie zmieniają się otaczająca nas rzeczywistość, nasze ciało, wygląd, praca, relacje itd.



GDYBYŚ MIAŁA WYBRAĆ TRZY RZECZY, KTÓRE ZROBIŁAŚ W SWOIM ŻYCIU, WYKAZUJĄC SIĘ NAJWIĘKSZĄ ODWAGĄ, CO BY TO BYŁO?

Mówienie „kocham cię” jako pierwsza i gotowość do kochania z ryzykiem braku wzajemności, przebywanie w miejscach, w których wcześniej czułabym, że do nich nie pasuję, i wzięcie odpowiedzialności za mój zespół.

A JAKĄ NAJWIĘKSZĄ PORĄŻKĘ UDAŁO CI SIĘ PRZEUĆ W SUKCES?

Nie zdarzają mi się porażki, bo niczego, co mi się przytrafia, nie oceniam w tych kategoriach. Przypominam sobie jednak, że gdy odeszłam ze służb i zmieniłam swoją zawodową drogę, chciałam być jak inni rozpoznawalni na polskim rynku trenerzy, autorzy książek, mówcy, ale nie potrafiłam i nie byłam. Dziś bardzo się cieszę, że to mi się nie udało i musiałam dalej szukać swojej drogi. Nie znalazłabym quantum, gdybym utknęła na szkołeniach z zakresu rozwoju osobistego.

NIE MOGĘ SIĘ POWSTRZYMAĆ PRZED ZADANIEM PYTANIA O TO, JAK ROZPOCZYNASZ SWÓJ DZIEŃ. PORANEK TO DLA WIELU Z NAS NAJTRUDNIEJSZY MOMENT, KTÓRY CZĘSTO DEFINIUJE PÓŹNIEJSZE GODZINY. CZY SPECBABKA MA JAKĄS WYJĄTKOWĄ PORANNĄ RUTYNĘ?

Kawa! Bo cała nadzieja w kawie! (śmiech) A tak szczerze – medytuję z intencją. Może to być dziesięć minut, może być pół godziny. Czasem robię to przed kawą, po obudzeniu, a niekiedy również przed spaniem. Siedząc w ciszy, zawieszam myśli i staram się poczuć intencję, z jaką chcę spędzić dany dzień – nauczyć się czegoś nowego, nagrać dobry materiał na YouTube albo po prostu odpocząć, nawet jeśli w planie mam trochę zajęć. To działa. Bywa, że rzeczy zaczynają się dziać przypadkowo, lecz wierzę, że nawet wtedy sporo zależy od nas samych.

JAKĄ RADĘ MIAŁABYŚ DLA NASZYCH CZYTELNIKÓW, KTÓRZY BYĆ MOŻE STÓJĄ PRZED WAŻNYMI WYBORAMI I BOJĄ SIĘ TEGO, CO PRZED NIMI?

Odpowiem ogólnie i chciałabym, by była to sentencja życiowa nas wszystkich – nic nie musimy odkrywać, wystarczy sobie przypomnieć. Każdy z nas ma za sobą dzieciństwo, momenty zakochania, fascynacji, doświadczenia zapierające dech w piersi, do których w takich chwilach warto wracać.

W diecie SIŁA!

Czasy, w których dieta kojarzy się jedynie z odchudzaniem, mijają. Polacy zwracają uwagę na swoje menu także w kontekście zdrowia i lepszego samopoczucia na co dzień. Niezależnie jednak od źródła naszej motywacji, nawet drobne, ale świadome zmiany w codziennym jadłospisie mogą pozytywnie wpływać na nasz organizm.

TEKST: Dorota Traczyk,
autorka bloga dieta-sportowca.pl

Nasza codzienna dieta powinna dostarczać trzech ważnych makroskładników – węglowodanów, tłuszczów i białek. Choć ich rola wykracza poza funkcję jedynie energetyczną, to właśnie z nich czerpiemy tytułową siłę. Ta z kolei warunkuje podtrzymanie czynności życiowych, od trawienia i przyswajania przez oddychanie, ruch, reakcje na bodźce, po wzrost, możliwość rozmnażania i wydalanie. Pozwala utrzymywać homeostazę organizmu, w tym prawidłową temperaturę ciała. Jedzenie zapewnia nam również siłę do podejmowania aktywności fizycznej – od podstawowych gestów, np. przytakiwania głową na znak aprobaty, po intensywny wysiłek fizyczny na siłowni, rowerze czy ścieżkach biegowych.

Dorota Traczyk

Dietetyk, również sportowy, założycielka poradni dietetycznej online i bloga Dieta Sportowca. Współpracuje głównie z osobami aktywnymi fizycznie i cierpiącymi na zaburzenia odżywiania. Prowadzi warsztaty, wykłady i szkolenia z zakresu diety wspomagającej osiągnięcie lepszych wyników, regulacji masy ciała i szeroko pojętego zdrowego żywienia.

W 2018 roku wydała książkę „Legalny doping”, w której udowadnia, że nasze menu ma niebagatelne znaczenie w kontekście aktywności fizycznej.

SKĄD TA MOC?

Energia – czyli dostarczane kalorie – uzupełniana jest wraz z pożywieniem. Jest ono także źródłem witamin i składników mineralnych, które mają kluczowy wpływ na nasz rozwój i samopoczucie – bez nich nie byłibyśmy w stanie prawidłowo funkcjonować, poczynwszy od chodzenia, na analizowaniu i zapamiętywaniu skończywszy. Witaminy, które w największej ilości znajdziemy w produktach zbożowych, warzywach, owocach, nasionach, nabiale oraz podrobach, odpowiadają za wspomaganie funkcjonowania układu immunologicznego, nerwowego, wspieranie funkcji skóry. Stanowią również koenzymy dla niemal wszystkich reakcji zachodzących w naszym organizmie.

JEDZENIE JEST WAŻNE

Jako dietetyk pracuję m.in. z ludźmi aktywnymi fizycznie i z osobami cierpiącymi na zaburzenia odżywiania. Dostrzegam, iż reprezentanci obu tych grup zwykle nie doceniają wartości jedzenia jako źródła energii. Po pewnym czasie od wprowadzonych zmian w jadłospisie stwierdzają jednak, że nie wyobrażają sobie powrotu do wcześniejszego menu,

ZAPAMIĘTAJ!

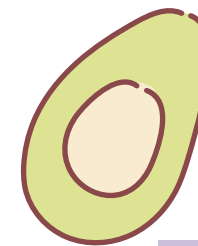
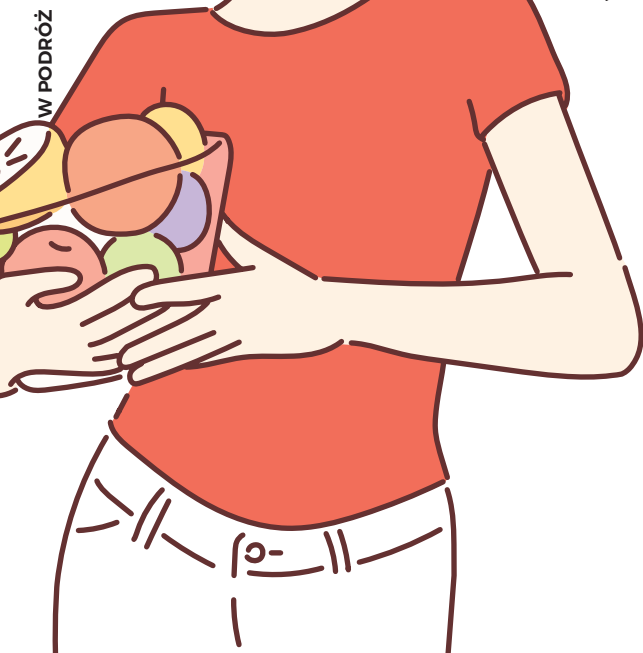
Prawidłowa dieta to podstawa. Dzięki niej możemy wykonywać nasze obowiązki, ale też pokonywać stres, relaksować się i odpoczywać. Ma ona również ogromne znaczenie dla zachowania prawidłowych funkcji poznawczych, co przekłada się na nasz rozwój.

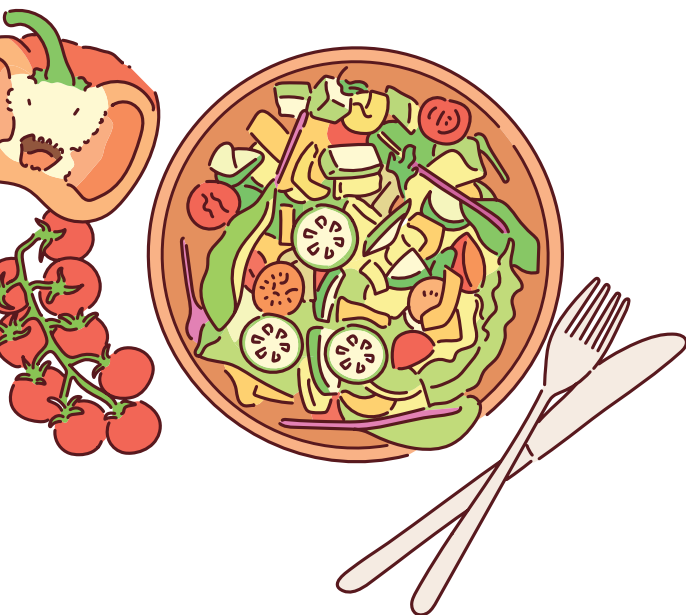
obfitującego w żywność kiepskiej jakości lub zbyt ubogiego w kalorie w stosunku do wydatkowanej energii. Zauważyli bowiem wyraźną poprawę samopoczucia, zmniejszenie senności w ciągu dnia i większy zapal do wykonywanej pracy. Dla wielu z nas może to być zaskoczeniem, ponieważ przynajmniej dwóch z tych korzyści nie wiążemy z zawartością naszych talerzy. Mały zapal do pracy kojarzymy raczej z ogólnym zmęczeniem, senność – z brakiem odpowiedniej higieny snu. Nie zdajemy sobie sprawy, że gorsza forma może wynikać z nieadekwatnej ilości i jakości pożywienia w naszym menu, a nieprzespane noce bywają efektem podwyższonego poziomu kortyzolu, który również w dużej mierze jest uwarunkowany dietą.

Przyczyną tak niskiej świadomości w zakresie podaży energii w ciągu dnia może być właśnie wspomniane skojarzenie – dieta to odchudzanie. Myśląc w ten sposób, zastanawiamy się, jak jeść mniej, a dopiero później – jakie produkty spożywać w pierwszej kolejności, aby dostarczyć organizmowi wszystko, czego potrzebuje. Często zapominamy również, że w parze z większą aktywnością fizyczną, kiedy do naszego planu tygodnia dodajemy wycieczki rowerowe czy ćwiczenia na siłowni, powinno iść zwiększone dostarczanie energii, najlepiej w formie zdrowych przekąsek.

CEKAWOSTKA

Naukowcy z Uniwersytetu Stanforda zbadali, że szachiści podczas jednego dnia turnieju szachowego są w stanie spalić nawet 6 tys. kcal – to średnio trzykrotnie więcej w stosunku do tzw. zalecanego dziennego spożycia dla dorosłej kobiety i ponad dwukrotnie więcej niż zalecane spożycie dla dorosłego mężczyzny. Dane te pokazują, że dieta powinna być dostosowana także do silnego obciążenia układu nerwowego i wysokiego poziomu stresu oraz jego następstw (zwiększona potliwość, częstość bicia serca). Magnus Carlsen, obecny arcymistrz, optymalizuje sposób siedzenia, aby zużywać jeszcze mniej kalorii w trakcie gry.





DIETA W LICZBACH

Według Centrum Badania Opinii Społecznej w 2019 roku 24 proc. Polaków wykluczyło lub ograniczyło czasowo spożywanie wybranych produktów ze swojego menu. Główną motywacją jest chęć zdrowego odżywiania, poprawy samopoczucia i kondycji (35 proc.), różne dolegliwości i choroby (34 proc.) oraz chęć zrzucenia zbędnych kilogramów (32 proc.). Ponad 80 proc. osób, które zastosowały dietę – głównie wykluczając cukier i słodycze oraz ograniczając spożycie napojów alkoholowych i mięsa oraz przetworzonych produktów – jest zadowolonych z osiągniętych efektów.

PRZEKĄSKI (NIE TYLKO) W PODRÓŻY

Sposobem na zaspokojenie głodu „w biegu” mogą być owoce. Najlepiej wybierać te, które łatwo przewieźć, np. banany, lub w postaci suszonej: rodzynki, śliwki oraz morele. Doskonałym pomysłem mogą być własnoręcznie zrobione ciastka, które spełnią rolę zarówno energetycznej przekąski, jak i źródła witamin oraz składników mineralnych. Sprawdź się nie tylko w podróży, lecz także przed treningiem lub gdy dopadnie nas niespodziewany spadek energii. 

MAŁE ZMIANY, WIELKIEFUNKCJA

Warto przeanalizować swoje menu, by sprawdzić, czy dostarczamy organizmowi tego, czego potrzebuje. Jak to zrobić?

- 1 Realizuj zapotrzebowanie energetyczne – to może zmienić bardzo dużo w twoim samopoczuciu. Aby obliczyć jego wartość, możesz skorzystać z wzorów Harris-Benedicta lub Mifflina i St Jeora, które znajdziesz w internecie, albo z gotowych kalkulatorów dostępnych online. Warto też poznać aplikacje do monitorowania swojej diety, w których po wpisaniu zjedzonych produktów otrzymuje się rozpisany ich kaloryczność oraz wartości węglowodanów, białek i tłuszczów, które spożyliśmy.
- 2 Bazuj na produktach niskoprzetworzonych o prostym składzie – należą do nich owoce, warzywa, kasze, jaja, nabiał, chude mięso, rośliny strączkowe, nasiona, orzechy i tłuszcze roślinne.
- 3 Urozmaicaj swoją dietę – wymieniaj źródła białka (produkty mleczne, strączkowe, jaja, mięso i ryby), spożywaj różne rodzaje kasz i makaronów, zachowaj różnorodność warzyw i owoców, kierując się ich sezonowością.
- 4 Dostarczaj z dietą węglowodany, białka i tłuszcze. Węglowodany zwykle powinny pokrywać około 50 proc., a tłuszcze 25–30 proc. zapotrzebowania na energię. W każdym posiłku należy uwzględnić źródło białka, które pokryje resztę zapotrzebowania kalorycznego.

- 5 Dbaj o nawadnianie – 1,5 litra wody dziennie to niezbędne minimum. Jeśli w ciągu dnia jesz odpowiednią ilość pokarmu, a nadal czujesz się osłabiony, może ci brakować prawidłowego nawodnienia. Innym objawem lekkiego odwodnienia jest ból głowy.

Energetyczne ciastka podróżnika

Składniki:

- 180 g płatków owsianych
- banan
- pół szklanki suszonych owoców – morele, śliwki, rodzynki
- pół szklanki orzechów i nasion – orzechy włoskie, laskowe, pestki dyni
- 2 łyżki masła orzechowego
- pół szklanki ciecierzycy konserwowej (odsączonej)
- 2 łyżki miodu lub cukru
- 100–150 ml wody
- pół łyżeczki proszku do pieczenia
- sól
- opcjonalnie: miarka odżywki białkowej

Przygotowanie:

1. Zalej wodą płatki owsiane nieco powyżej ich poziomu, dodaj dwie szczypty soli.
2. Do miski z namoczonymi płatkami dodaj banana, masło orzechowe i ciecierzycę. Zblenduj składniki na jednolitą masę.
3. Dodaj miód lub cukier i resztę posiekanych składników, wymieszaj.
4. Formuj ciastka wielkości dużego orzecha włoskiego i układaj na papierze do pieczenia, lekko je zgniatając. Ciasto może być klejące.
5. Piecz w temperaturze 180°C przez 12–16 minut.



RADA DIETETYKA

Domowe ciastka owsiane mogą stanowić nie tylko doskonałą przekąskę, lecz także idealnie wkomponują się w drugie śniadanie. Aby stworzyć pełnowartościowy posiłek, wystarczy podać je np. z jogurtem naturalnym i owocami leśnymi.

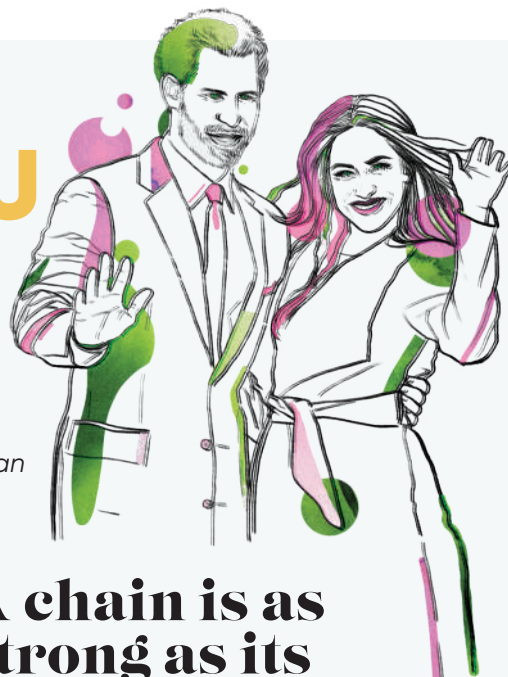


OPRACOWAŁA: ANNA WAWRZYNIAK-KĘDZIOREK

ILUSTRACJE: OLENA DIACZENKO

PO ANGIELSKU

Siła może się wiązać nie tylko z tężyzną fizyczną, lecz także z mocnym charakterem. Nierzadko zależy od niej bezpieczeństwo, sukces indywidualny i zespołowy, a nawet długowieczność. Jakie zwierzęta są kojarzone z siłą w języku angielskim? Czym jest „silne pudło”? Co oznacza zwrot *to Meghan Markle*? *Let's check it out* (sprawdźmy to)!



1 Strong as a bull / a horse / a lion / an ox

Po angielsku, podobnie jak po polsku, można być silnym jak byk, koń lub lew. Zrozumiałe jest również porównanie do woła – od wieków wykorzystywanego do ciężkich prac w polu. Jeśli więc chcemy podkreślić czyjąś siłę, mamy do wyboru cały zwierzynek.

He will help you with this sofa – he is strong as a horse.

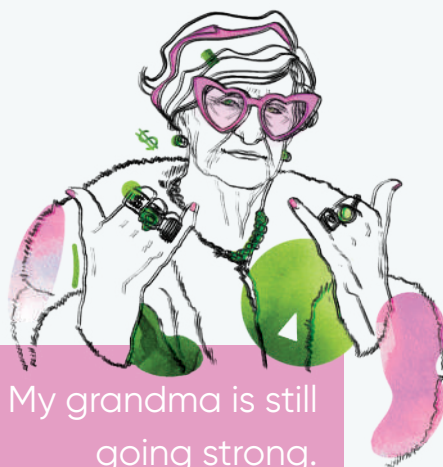
On pomoże ci z tą kanapą – jest silny jak koń.

2 To be going strong

Czyli „być sprawnym mimo upływu lat”. To nieco żartobliwe określenie, odpowiednik polskich wyrażen „być na chodzie”, „dobrze się trzymać”. Może odnosić się zarówno do ludzi lub zwierząt, jak i do przedmiotów.

3 A chain is as strong as its weakest link

„Łańcuch jest tak silny, jak jego najsłabsze ogniwo” – powiedzenie to funkcjonuje również w innej formie: *A chain is no stronger than its weakest link*, czyli „łańcuch nie jest mocniejszy niż jego najsłabsze ogniwo”. Obie wersje oznaczają to samo – siłę zespołu należy mierzyć tym, jak radzi sobie jego najsłabszy członek. Przysłowie pochodzi prawdopodobnie od baskijskiej sentencji, którą można przetłumaczyć jako „lina zwykle przerywa się w miejscu, w którym jest najcieńsza”.



My grandma is still going strong.

Moja babcia wciąż jest na chodzie.

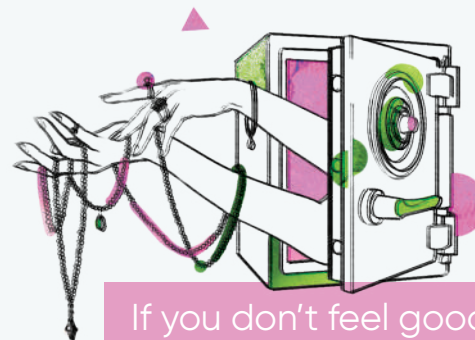
4 Strongbox, strongroom, stronghold

Jednym z przejawów siły jest zdolność do obrony tego, co cenne. W języku angielskim znajdziemy co najmniej trzy słowa określające bezpieczne przestrzenie dla różnego rodzaju skarbów.

Strongbox to dosłownie „silne pudło”. Powiemy tak o kasie pancernej lub sejfie.

Strongroom (lub *strong room*) to dosłownie „silny pokój”. Nazwiemy tak skarbiec – zarówno ten królewski, jak i bankowy. Możemy tak powiedzieć również o innym bezpiecznym pomieszczeniu.

Stronghold, dosłownie „silny chwyt”, to ostoja, bastion, twierdza. Taką nazwę nosi popularna gra komputerowa, polegająca na budowie średniowiecznych zamków warownych. Słowa tego możemy używać również w znaczeniu przenośnym.



If you don't feel good with this, you can Meghan Markle.

Jeśli nie czujesz się z tym dobrze, możesz się odciąć.

He Meghan Markled his childhood friends because they're not as successful as him.

Zerwał kontakt ze swoimi przyjaciółmi z dzieciństwa, ponieważ nie odnieśli takiego sukcesu jak on.

You need a strongroom to keep all these things safe.

Potrzebujesz skarbcza, by zabezpieczyć te wszystkie rzeczy.

I keep my jewellery in a strongbox.

Trzymam swoją biżuterię w sejfie.

This institution is a stronghold of human rights.

Ta instytucja jest ostoją praw człowieka.

5 To Meghan Markle

Meghan Markle, żona brytyjskiego księcia Harry'ego, to dla wielu postać kontrowersyjna. Ta amerykańska aktorka i aktywistka społeczna niejednokrotnie udowodniła, że potrafi postawić na swoim. Właśnie z tego powodu książę Karol określił swoją synową jako *strong and unbending* (silną i nieugiętą) i nadał jej przydomek *Tungsten*, czyli Wolfram. Metal ten jest odporny na działanie wielu substancji, m.in. silnie żrącej... wody królewskiej (*regal water, king's water*). A zatem to nie przypadek, że niedawno książęca para postanowiła rzec się członkostwa w znamienitej rodzinie, aby móc prowadzić odrębne życie. Decyzja ta stała się inspiracją do powstania zwrotu *to Meghan Markle*. Według zwolenników takiej postawy wyrażenie to oznacza „cenić siebie na tyle, by odciąć się od okoliczności, w których nie można być sobą”. Jednak przeciwnicy zachowania księżnej Sussex rozumieją *to Meghan Markle* raczej jako „zerwać kontakt, pozbyć się kogoś, z kogo nie ma pożytku”.

+Babbel

Wybierz się w podróż po językach.

Zacznij naukę od dziś.
Skorzystaj z **naszej oferty!**

- ✓ Ty decydujesz o tym, kiedy i czego chcesz się uczyć.
- ✓ Różnorodne kursy i tematy tworzone przez międzynarodowych ekspertów.
- ✓ Ćwiczenia i powtórki dopasowane do Twojego poziomu.

+Babbel



Business English

2 kursy

Jak pisać biznesowe e-maile, prowadzić spotkania, rozmawiać z klientami.



Podstawowy

4 kursy

Naucz się słówek i zwrotów potrzebnych w życiu codziennym oraz poznaj podstawy gramatyki i wymowy.



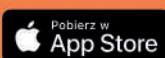
Średnio zaawansowany

4 kursy

3 miesiące GRATIS

By skorzystać z oferty, użyj kodu rabatowego: **TRAIN2020**

babel.com/train



K
U
L
T
U
R
E



premiery



OPRACOWAŁA: Marta Rutkowska

Pokaż mi swoją bibliotekę

Aleksandra Rybka

Dla kogo „Pięćdziesiąt twarzy Greya” E.L. James to pozycja obowiązkowa, a kto bierze do ręki powieści Wiesława Myśliwskiego jedynie „z przyzwyczajenia”? Kto wie dokładnie, co znajduje się w jego księgozbiorniku, a w którym mieszkaniu poruszanie się utrudniają stosy książek? Aleksandra Rybka rozmawia z pisarzami, dziennikarzami, felietonistami, znawcami literatury i języka o ważnej sferze ich życia – o domowych bibliotekach. Wśród jej rozmówców znaleźli się m.in.: prof. Jerzy Bralczyk, Justyna Sobolewska, Sylwia Chutnik i Michał Rusinek. Pełna inspiracji opowieść o czytelnicznych wyborach i wspomnieniach związanych z lekturą.

Wydawnictwo Znak



Języczni. Co język robi naszej głowie

Jagoda Ratajczak

Co się dzieje w naszej głowie, kiedy używamy innego języka niż nasz ojczysty? Czy języka obcego można nauczyć się w każdym wieku, czy jest to tylko domena młodych? Czy posługując się angielskim, francuskim albo niemieckim, nadal jesteśmy sobą, i dlaczego tak trudno wyrażać uczucia w innej mowie? Jagoda Ratajczak – tłumaczka i filolożka angielska, specjalizująca się w psycholingwistyce – próbuje odpowiedzieć na nurtujące pytania ze sfery dwujęzyczności i akwizycji języka. W przystępny i humorystyczny sposób przybliży mechanizmy nauki języków obcych, a także rozprawi się z mitami dotyczącymi dwujęzyczności.

Wydawnictwo Karakter



Pojęcia podstawowe

Petr Král

Petr Král to czeski poeta, eseista, znawca kina, malarstwa i literatury XX wieku, w latach 80. jeden z redaktorów „Zeszytów Literackich”. Od najmłodszych lat zainteresowany był sztuką – filmem, jazzem, fotografią, a także czeskim i francuskim surrealizmem. „Pojęcia podstawowe”, będące zbiorem lirycznych, eseistycznych próz, łącząc ducha czeskiej groteski oraz ponowofalowy nurt kina francuskiego. Według Zbigniewa Macheja, autora przekładu, Królowi udało się harmonijnie zespolic te dwa światy i w niekonwencjonalny, wnikliwy sposób opisać ludzkie istnienie.

Wydawnictwo PIW

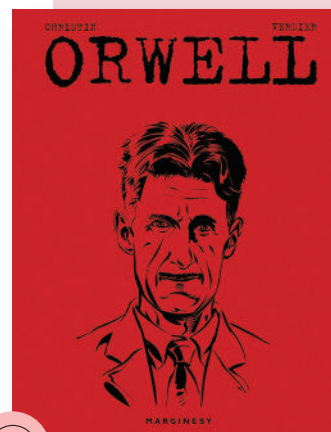


Orwell

Sébastien Verdier, Pierre Christin

Biograficzny komiks o życiu wybitnego pisarza, stworzony przez francuski duet: rysownika Sébastiena Verdiera i scenarzystę Pierre'a Christina. George Orwell najbardziej znany jest czytelnikom z powieści „Rok 1984”, w której opisał wizję totalitarnego państwa, posługującego się propagandą i kontrolującego każdy element życia jego obywateli. Losy pisarza były równie frapujące, co jego dzieła: ten absolwent szacownego uniwersytetu w Eton walczył podczas hiszpańskiej wojny domowej, pełnił służbę w policji w ówczesnej Birmie, a przez pewien czas wiodł także życie włóczęgi w londyńskich slumsach. Verdier i Christin zabierają nas w miejsca związane z biografią Orwella i pokazują, jaki wpływ miały one na jego twórczość.

Wydawnictwo Marginesy



Pewnego razu... w Hollywood
reż. Quentin Tarantino

Historia prosto ze słonecznego Hollywood 1969 roku ze słynną zbrodnią w tle. Aktor Rick Dalton (Leonardo DiCaprio), niegdyś gwiazda telewizyjnych westernów, próbuje ratować swoją karierę, marząc o powrocie na ekrany. Wsparciem służy mu wierny przyjaciel i osobisty kaskader Cliff Booth (nagrodzony za tę rolę Oscarem Brad Pitt). Tymczasem w sąsiedztwie pojawiają się będący wówczas u szczytu sławy polski reżyser Roman Polański (Rafał Zawierucha) oraz jego żona, aktorka Sharon Tate (Margot Robbie).

Premiera: 1 kwietnia
HBO Go



FOT. Imperial CinePix Sp. z o.o.



Dom z papieru
reż. Jesús Colmenar

Hiszpański serial kryminalny powraca! Fani czekają z niecierpliwością, ponieważ finałowy odcinek trzeciego sezonu pozostawił wiele niewiadomych. Na początku czwartej części „Domu z papieru” będzie królować chaos. Dowiemy się, czy trudna sytuacja gangu rabusiów zostanie opanowana oraz co dalej z Lizboną i Nairobi. Jak zapowiadają twórcy serialu, akcja może nieco zwolnić i skupić się na poszczególnych postaciach, by następnie wrócić ze zdwojoną siłą.

Premiera: 3 kwietnia
Netflix



Oficer i szpieg
reż. Roman Polański

Najnowszy film Romana Polańskiego opowiada o prawdziwych losach francuskiego oficera, Alfreda Dreyfusa (Louis Garrel), który został niesłusznie oskarżony o zdradę ojczyzny na rzecz Niemiec i skazany na dożywotnie zesłanie do karnego obozu na Wyspie Diabelskiej. Tymczasem nowy szef wywiadu Georges Picquart (Jean Dujardin) odkrywa, że dowody przeciwko oficerowi zostały sfałszowane. Czy zaryzykuje swoją karierę, by ujawnić prawdę? Sprawa Dreyfusa podzieliła Francję, doprowadzając do kryzysu politycznego i wpływając na bieg historii.

Premiera: 3 kwietnia
vod.pl



Unfollow The Rules
Rufus Wainwright

Rufus Wainwright znany jest m.in. z przebojów „Cigarettes and Chocolate Milk” i „One Man Guy”. Nagrał również własną wersję piosenki Leonarda Cohena „Hallelujah”, która pojawiła się w animowanym filmie „Shrek”. W swojej twórczości czerpie z folku, rocka i baroque popu. Współpracował m.in. z producentem Markiem Ronsonem, Seanem Lennonem i Tori Amos. Ósmy album wokalisty zapowiada singiel „Trouble in Paradise” opowiadający o niekonwencjonalnym świecie mody. Krążek ma symbolizować wszystkie aspekty życia Wainwrighta, które ukształtowały jego twórczość.

Premiera: 25 kwietnia
BMG



FOT. Big Hassle



Wspieramy lokalne księgarnie stacjonarne

Dołącz do akcji „Książka na telefon” i zamów książkę, nie wychodząc z domu. Szczegóły oraz lista księgarni biorących udział w akcji na stronie ksiazkanatelefon.pl.





The New Abnormal
The Strokes

To szósty studyjny album nowojorskiej grupy The Strokes, która po siedmiu latach wraca z nowym materiałem. Singlem promującym *longplay* był utwór „Bad Decisions” ze stylizowanym na produkcję z lat 70. teledyskiem. Płyta powstała w Shanhi-La Studios w Malibu pod okiem producenta gwiazd – Ricka Rubin, znanego ze współpracy z takimi sławami, jak m.in. Aerosmith, Beastie Boys, The Cult, Johnny Cash, Red Hot Chili Peppers czy Rage Against the Machine.

Premiera: 10 kwietnia
Sony Music

I była sztuka W GETCIE



FOT. Grzegorz Kwolek

Portret dziewczynki z warkoczami, Gela Seksztajn, kolekcja Żydowskiego Instytutu Historycznego im. E. Ringelbluma

Brali udział w przedstawieniach teatralnych i koncertach pianistycznych.

Pisali wiersze, komponowali muzykę, malowali obrazy. Tworzyli, bo w ten sposób również walczyli o przeżycie. Dla warszawskich Żydów zamkniętych w getcie kultura była wyrazem niezgody na otaczającą rzeczywistość. Warto poznać sylwetki niezwykłych twórców, których ducha nie złamał nawet Holokaust.

TEKST: Barbara Ozimina

W kwietniu wspominamy powstanie w getcie warszawskim. Od 2013 roku symbolizuje je żonkil będący znakiem pamięci i nadziei. Marek Edelman, jeden z przywódców powstania, co roku w kwietniu otrzymywał pocztą tę właśnie kwiaty od anonimowego nadawcy. Sam też 19 kwietnia składał bukiet żonkili pod pomnikiem Bohaterów Getta. Historię tę zawarła Hanna Krall w książce „Zdążyć przed Panem Bogiem”. Organizatorzy obchodów 70. rocznicy wybuchu powstania, szukając nośnego symbolu, postanowili sięgnąć właśnie po ten kwiat. Samo powstanie, trwające od 19 kwietnia do połowy maja 1943 roku, było wyrazem odwagi Żydów, aktem wyboru godnej śmierci z bronią w ręku. Zanim jednak do niego doszło, getto funkcjonowało przez trzy lata (od kwietnia 1941 roku). W tym czasie ludzie znajdujący się w nim przysposobowo starali się przetrwać ten ciężki czas, żyjąc z zachowaniem pozorów normalności. Choć miejsce było przeludnione, panował w nim głód, a z powodu tragicznych warunków sanitarnych wybuchały epidemie chorób zakaźnych, to Żydzi podejmowali walkę – zarówno formując organizacje bojowe (m.in. Żydowska Organizacja Bojowa i Żydowski Związek Wojskowy), jak i rozwijając swoją kulturę, która w „warszawskiej dzielnicy zamkniętej” była niezwykle bujna.



CZY WIESZ, ŻE...

Tytuł artykułu to nawiązanie do dwóch książek Marka Edelmana, ostatniego przywódcy powstania warszawskiego: „I była miłość w getcie” współautorstwa Pauli Sawickiej oraz „I była dzielnica żydowska w Warszawie” współautorstwa Władysława Bartoszewskiego.

CHOPIN I MAZUREK DĄBROWSKIEGO

Czy „miasto za murami” rozbrzmiewało różnymi melodiami? Niewątpliwie znalazło się w nim wielu twórców. Do getta trafili artyści z Opery Warszawskiej, Operetki i Filharmonii Warszawskiej, a także wielu muzyków rozrywkowych. Działała Żydowska Orkiestra Symfoniczna pod dyktando Szymona Pullmana (należało do niej najpierw 66 osób, a potem ponad 80), dająca koncerty najczęściej w sali Teatru Femina, czasem również w lokalu Gminy Żydowskiej i Domu Sierot Janusza Korczaka. Jej działalność trwała do połowy 1942 roku (22 lipca rozpoczęła się Wielka Deportacja Żydów z getta do obozu w Treblince).



Mural Marka Edelmana przy ul. Nowolipki 9b w Warszawie



WARTO WIEDZIEĆ

1 lipca odbyło się posiedzenie, w czasie którego prezes Gminy Żydowskiej – Adam Czerniaków – przedstawił zgromadzonym tragiczną sytuację (niedługo później popełnił samobójstwo po tym, jak odmówił podpisania zarządzenia o codziennym dostarczaniu tysięcy ludzi do Treblinki). W czasie przerwy w spotkaniu rozbrzmiały dźwięki fortepianu – były to kompozycje Chopina i hymn polski. A przecież za odegranie choćby kilku nut „Jeszcze Polska nie zginęła” groziło rozstrzelanie lub deportacja do obozu.



TANGO MILONGA, JAK DAWNIEJ GRAJCIE MI ZNOW...

Wśród artystów muzyków, których nazwiska należy przypomnieć, jest oczywiście Władysław Szpilman – współpracownik Polskiego Radia. Po powstaniu w getcie ukrywał się w ruinach spalonego miasta. Jego historię na ekrany przeniósł Roman Polański w nagrodzonym trzema Oscarami filmie „Pianista”. Innym wartym wspomnienia twórcą był Gerszon Sirota, światowej sławy kantor (chazan), wykonawca żydowskiej muzyki religijnej i świeckiej, występujący m.in. w Carnegie Hall. Obdarzona niezwykłym głosem była również Marysia Ajzensztadt, śpiewająca sopranem lirycznym, zwana słowikiem getta. Czasem wykonywała również piosenki rozrywkowe – podobnie jak gwiazdy tamtych czasów Wiera Gran czy Diana Blumenfeld, przyciągające tłumy fanów. Taneczne kompozycje tworzył m.in. skrzypek Artur Gold. To on jest autorem „Tanga milonga” i przeboju „Jesienne róże”. Po wywiezieniu do Treblinki założył obozową orkiestrę (został rozstrzelany na kilka tygodni przed likwidacją obozu).

NA SCENACH GETTA

Z muzyką łączyły się także sztuki sceniczne, odgrywające wielką rolę w kulturze tworzonej w getcie warszawskim. W ciągu dwudziestu miesięcy istnienia pięć teatrów wystawiło aż 68 premier. Publiczność chodziła na spektakle do Eldorado (ul. Dzielna 1), Teatru na Pięterku (ul. Nowolipki 29), Teatru Nowy Azazel (Nowolipie 72), Teatru Femina (ul. Leszno 35), Nowego Teatru Kameralnego (ul. Nowolipki 52) oraz Melody Palace (ul. Rymarska 12). Co więcej, bogaty program artystyczny oferowały również kawiarnie i restauracje.



FOT. Adrian Gryczuk

Zdjęcie Władysława Szpilmana w Muzeum Powstania Warszawskiego



CZY WIESZ, ŻE...

Jednym z największych przebojów kawiarni Sztuka była piosenka „Jej pierwszy bal”. Śpiewała ją Wiera Gran, muzykę skomponował Władysław Szpilman, a słowa napisał Władysław Szlengel. Utwór trwał ponad kwadrans i zgromadzoną publiczność wzruszał do łez szczególnie na końcu, gdy melodia walcza przechodziła w kompozycje Chopina, które w getcie były zabronione. Mimo to polscy Żydzi byli gotowi na konsekwencje złamania zakazu, byle tylko móc usłyszeć ukochane nuty.

Najsłynniejszą z nich była kawiarnia Sztuka, znajdująca się przy ulicy Leszno 2. To tam występowały prawdziwe gwiazdy, cieszące się uznaniem i renomą jeszcze sprzed wojny.

„MUSZĘ ZGINĄĆ, ALE SVOJE ZROBIŁAM”

W dość trudnej sytuacji po zamknięciu za murami znaleźli się malarze. Skupiali się między innymi w atelier rzeźbiarskim Abrahama Ostrzegi i Władysława Weintrauba czy w tzw. gospodarstwie artystycznym przy ul. Orlej 6. Z tamtych czasów zachowało się niewiele dzieł – wyjątkiem jest twórczość malarki Geli Seksztajn. Jej rysunki i akwarele dotrwały do dzisiejszych czasów, bo artystce udało się je ukryć w Archiwum Ringelbluma.

„Teraz jestem już spokojna. Muszę zginąć, ale swoje zrobiłam. Chciałabym, aby przetrwała pamięć o moich obrazach”, pisała w liście, w którym żegnała się z życiem¹. W Archiwum Ringelbluma znalazły się także prace znanych żydowskich literatów, m.in. Icchaka Kacenelsona, poety tworzącego w jidysz i po hebrajsku. Jego przyjacielem był Herszl Danielewicz zwany Herszele – poeta ludowy, dla którego ważny był zarówno folklor, jak i czarny humor (szczególną popularność zyskały dwa jego wiersze wykonywane jako piosenki: „Idź na strychy, włącz do piwnic” oraz „Raszke jest dobrą dziewczyną”).



ARCHIWUM RINGELBLUMA

Tajne Archiwum Getta Warszawskiego organizacji społecznej „Oneg Szabat”, założonej z inicjatywy historyka Emanuela Ringelbluma. Dziesięć skrzyń i dwie bańki na mleko składające się na archiwum zakopano przy ul. Nowolipki. Znajdowały się w nich dokumenty pisane autorstwa wybitnych literatów oraz prace artystyczne malarki Geli Seksztajn. Archiwum to stanowi unikalne świadectwo dziedzictwa narodu żydowskiego i zostało wpisane na listę UNESCO „Pamięć Świata”.



Portret Mojżesza Brodersona (?), Gela Seksztajn, kolekcja Żydowskiego Instytutu Historycznego im. E. Ringelbluma



Wiersze Władysława Szlengela są dostępne w bibliotece internetowej Wolne Lektury.

Śpiewane były również strofy poetki Henryki Łazowertówny – nieśmiertelność zyskał jej wiersz zatytułowany „Mały szmugler”, napisany na cześć dzieci przemycających jedzenie do getta.

CIĘTA IRONIA I SARKAZM BRONIĄ ZAMKNIĘTYCH W GETCIE

Warto pamiętać, że artyści „warszawskiej dzielnicy zamkniętej” często posługiwali się w swojej twórczości humorem i ironią, tnąc ostrzem pióra równie mocno jak nożem. „Kronikarz tonących”, Władysław Szlengel, sięgał po kabaretową formę, by piętnować wynaturzenia rzeczywistości narzucanej przez hitlerowców. Ten rodowity warszawiak napisał ponad siedemdziesiąt piosenek, był piewcą tutejszego folkloru, tworzył też teksty dla kabaretów i teatrów rewiowych. Gdy trafił do getta, został jednym z inicjatorów „Żywego dziennika” – gromadzącego publiczność w kawiarni Sztuka.

Czym był „Żywy dziennik”? W kabaretowej formie tworzone kronikę warszawskiego getta, rodzaj gazety codziennej, zamieniając gatunki znane z prasy – wywiad, reportaż czy komunikaty – na formy sceniczne. Satyryczne piosenki i monologi dawały oddech, pozwalały śmiechem odreagować okropności dziejące się na warszawskich ulicach. Według określenia Szpilmana „Żywy dziennik” był „dowcipną kroniką getta, pełną ostrych, niecenzuralnych przycinków pod adresem Niemców”. Władysław Szlengel pisał w „Résumé, czyli Krakowiaki makabryczne”: „Motyka, graca, piłka, szcztotka / proszę państwa, siup do środka... / A co jutro?... szkoda dnia... / Żywy dziennik dalej gra!!!”². Jego twórczość – podobnie jak inne dzieła żydowskich twórców, które powstawały nierzadko z narażeniem życia – można dziś podziwiać w internecie, dzięki zasobom wirtualnych bibliotek i instytucji kultury. Warto skorzystać z tej okazji, by pokazać, że „Żywy dziennik” naprawdę dalej gra, a sztuka jest nieśmiertelna. Nie zabijaj jej ani kule z karabinu, ani ogień, który dawno już strawił ruiny getta. 🌟

ŹRÓDŁO

¹ A. Majchrowska, *Z każdego dziecka wyczarować piękno. Twórczość malarki Geli Seksztajn* [online]. Program Oneg Szabat dostępny na stronie onegszabat.org.

² *Co czytałem umarłym. Władysław Szlengel. Résumé, czyli Krakowiaki makabryczne* [online]. Dostępny na stronie wolnelektury.pl.



ZOBACZ WIĘCEJ

Prace Geli Seksztajn są dostępne na stronie onegszabat.org i na wystawie stałej w Żydowskim Instytucie Historycznym.



FOT. Artur Kowalczyk, Polska Zachwyca

Kopiec Kościuszki

Szlakiem bohaterów

Kraków słynie z kopców, wśród których najslawniejszy nosi imię Tadeusza Kościuszki. Z każdego z nich rozpościera się zupełnie inna panorama miasta, lecz warto odwiedzić je wszystkie, nie tylko dla pięknych widoków.

TEKST: Zofia Jurczak, autorka bloga Podrozepekulturze.pl
KONSULTACJA MERYTORYCZNA: Muzeum Krakowa, www.muzeumkrakowa.pl

Te niezwykle stożkowe budowle wznoszono już w czasach prehistorycznych. Choć rola większości z nich do dziś pozostaje tajemnicą, wiadomo, że mogły pełnić różne funkcje, głównie obrzędowe i obronne. Kopce bywały też szczególnymi pomnikami, usypywanymi na cześć osób, które zasłużyły na upamiętnienie.

NAJBARDZIEJ ZNANY: KOPIEC KOŚCIUSZKI

To jeden z symboli Krakowa, obok Zamku Królewskiego na Wawelu, kościoła Mariackiego i Sukiennic. Liczy 34 metry wysokości, a jego usypanie (ręczne!) zajęło trzy lata. Budulcem była ziemia z pól bitewnych insurekcji kościuszkowskiej. Miał upamiętnić Tadeusza Kościuszkę i krzepić ducha w narodzie, a było nad czym pracować, bo choć w czasach, gdy ruszyła budowa (1820–1823), Kraków cieszył się jeszcze statusem wolnego miasta, to po reszcie suwerennej Polski na mapach nie było już śladu. Wkrótce jednak w Krakowie pojawili się Austriacy, którzy królewskie miasto zmienili w wojskową twierdzę – Festung Krakau. Od tamtej pory kopiec Kościuszki jest otoczony pierścieniem fortyfikacji. Dziś cytadela jest siedzibą rozgłośni radiowej RMF FM, w forcie działa też restauracja, a w ciepłe miesiące plenerowa kawiarnia z tarasem widokowym.

FOT. MACH240390



Kopiec Kościuszki oraz kaplica bł. Bronisławy



Zeskanuj kod,
by obejrzeć dodatkowe
materiały poświęcone
historii Krakowa.

To jedyny z krakowskich kopców, na który wstęp jest płatny. W cenie biletu – oprócz jednej z najlepszych panoram miasta i satysfakcji ze zdobycia pomnika historii – ujęte są dodatkowe atrakcje, a wśród nich wystawa poświęcona Twierdzy Kraków, ulokowana w... dawnej cysternie na wodę, którą odkopano po 160 latach.

Można tu dotrzeć komunikacją miejską lub spacerem, aleją Jerzego Waszyngtona. Trudy wędrówki wynagrodzą uroki okolicy, zaczynając od kościoła Salwatora (z XII wieku!) i ośmiobocznej drewnianej kaplicy, zwanej gontyną, przez stuletnie mieszczańskie wille, po Diabelski Most (pierwsze w Krakowie dwupoziomowe skrzyżowanie) i cmentarz Salwatorski, na którym pochowano m.in. uznanych polskich twórców: Stanisława Lema, Marię Jarembę, Kornela Filipowicza i Wiesława Dymnego.



FOT. MARTI

Pomnik na szczycie kopca Kościuszki

NAJMŁODSZY:

KOPIEC JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO

Jego budowę rozpoczęto niespełna sto lat temu, by upamiętniać Józefa Piłsudskiego i walkę o odzyskanie niepodległości. Miał być Mogiłą Mogił, usypaną z ziemi z wszystkich pól bitewnych i miejsc kaźni Polaków od czasów insurekcji kościuszkowskiej do 1920 roku. Później kopiec Piłsudskiego wzmocniła jeszcze ziemia z miejsc martyrologii II wojny światowej i PRL-u. Zanim jednak do tego doszło, na kopiec dwukrotnie wydawano wyrok.

Podczas II wojny światowej zakusy na jego zniszczenie miał generał gubernator Hans Frank, którego widoczna z oddali pamiątka po Polsce mocno kłuła w oczy, ale jeszcze gorsze czasy dla tego miejsca nastały po wojnie. Władza ludowa ochoczo przystąpiła do dewastacji, zalesiając zarówno jego zbocza, jak i polanę dookoła, a także rozjeżdżając stok czołgiem. Akcja odnowy kopca ruszyła w 1981 roku.

To najwyższy punkt Pasma Sowińca, które z kolei jest częścią Lasu Wolskiego, skrywającego więcej miejsc wartych spaceru. Najciekawszymi z nich są: opactwo kamedułów na Bielanych, ogród zoologiczny oraz rezerwat Panieńskie Skały – ostoja dzikiej przyrody, w której łatwo zapomnieć, że wciąż jest się w dużym mieście (i to wcale niedaleko od centrum).



Kopiec Piłsudskiego w 1938 roku

FOT. Narodowe Archiwum Cyfrowe, Instytut Józefa Piłsudskiego



Budowa kopca Piłsudskiego w Krakowie

FOT. Narodowe Archiwum Cyfrowe, Instytut Józefa Piłsudskiego



CIEKAWOSTKA

Grzegorz Gill, autor monografii polskich kopców, twierdzi, że w Polsce, nie licząc kurhanów, można doliczyć się współcześnie około 350 tego typu budowli, w tym ponad 40 upamiętniających Tadeusza Kościuszkę. Najwięcej z nich wzniesiono w XIX wieku.

NAJBARDZIEJ TAJEMNICZY: KOPIEC KRAKA

Ma ponad tysiąc lat i usypany został na cześć oraz – jeśli wierzyć Janowi Długoszowi – na wyraźne życzenie legendarnego założyciela Krakowa.

Czy w kurhanie pochowano Kraka? Wykopaliska nie potwierdziły tych rewelacji, ale też ich nie wykluczyły. Wiadomo natomiast, że kopiec był miejscem kultu w czasach przedchrześcijańskich oraz że na jego wierzchołku rósł dąb (jego korzenie odkryto pod ziemią podczas prac wykopaliskowych). Długowieczność zapewniła mu zmyślna konstrukcja ze słupem i promieniście rozchodzącymi się przegradami. Przekrój przez kopiec można zresztą zobaczyć w Muzeum Podgórze (oddział Muzeum Krakowa), które warto odwiedzić przy okazji wyprawy w to miejsce. Będąc już u celu, koniecznie trzeba rzucić okiem na kamieniołom Liban, który podczas II wojny światowej był karnym obozem pracy dla Polaków, a po wojnie zagrał w „Liście Schindlera” Stevena Spielberga.

Co prawda widok na Kraków z kopca Kraka nie ma sobie równych bez względu na porę roku, ale są dwa momenty, kiedy szczególnie warto się tu wybrać: wtorek po Wielkanocy oraz 21 czerwca.

Pierwszy termin to święto Rękawki, czyli festyn na pamiątkę pogańskich obchodów nadejścia wiosny i Zaduszek. Niemal do końca dziewiętnastego wieku podczas Rękawki z kopca zrzucano jedzenie i pieniądze wprost w ręce biedaków. Dziś świętuje się inaczej, rekonstruując życie we wczesnośredniowiecznej osadzie, organizując warsztaty tradycyjnego rzemiosła oraz rycerskie potyczki. Święto otwierają rytualne rozpalenie ognia i bieg wojów w pełnym rynsztunku dookoła kopca. Wtorek po Wielkanocy to też okazja, by zajrzeć do kościoła św. Benedykta na przeciwnym krańcu wzgórza Lasoty (przedzielonego ulicą Powstańców Śląskich) – najmniejszego kościoła w Krakowie, otwieranego tylko dwa razy w roku.

21 czerwca kopiec Kraka przyciąga ranne ptaszki chcące się przekonać, ile prawdy jest w legendzie o tym, że podczas letniego przesilenia słońce wschodzi dokładnie nad oddalonym o około 10 kilometrów kopcem Wandy. Zła wiadomość jest taka, że w związku z tym trzeba stawić się tu przed 4:30. Dobra, że legenda ma ciąg dalszy: jeśli tego samego



Kościółek św. Benedykta na przeciwnym krańcu wzgórza Lasoty

FOT. Paweł Kubisztal



Pomnik na kopcu Wandy

FOT. MACH240390

dnia podczas zachodu słońca staniami na kopcu Wandy, to zobaczymy słońce zachodzące dokładnie nad kopcem Kraka.

NAJRZADZIEJ ODWIEDZANY: KOPIEC WANDY

Nowa Huta wcale nie jest taka nowa, jak sugeruje nazwa, a jednym z symboli jej dawnych dziejów, obok opactwa cystersów w Mogile i dworu w Branicach, jest kopiec Wandy. Legendarna córka Kraka w dziejach zapisała się jako ta, która nie chciała Niemca, a w geście buntu rzuciła się do Wisły. Nie ma żadnych dowodów na to, że księżniczka została w tym miejscu pochowana (podobnie jak niepewne jest, czy ta praslaviańska heroina w ogóle istniała).

Chcąc nie chcąc, Wanda stała się jednak najsłynniejszą nowohucianką, której imię w Krakowie noszą także most, stadion żużlowy, dom handlowy, pierwsze osiedle w Nowej Hucie, ogródki działkowe, a w dniu jej imienin, 23 czerwca 1949 roku, wbito pierwszą łopatę pod budowę kombinatu. Sam kopiec leży zresztą na jego obrzeżach, a najłatwiej dostać się tu tramwajem (najbliższy przystanek to Kopiec Wandy).



Zachodnie zbocze kopca Piłsudskiego

FOT. MACH240390

Okno na świat



W ostatnich tygodniach większość czasu spędzamy w domach. Nie oznacza to jednak, że nie możemy obejrzeć ciekawej wystawy i spektaklu czy korzystać z zasobów wirtualnych bibliotek. Rozwiązaniem jest spotkanie z kulturą online.

TEKST: Zofia Pleskot

Wdobie #zostańwdomu aktorzy stracili możliwość grania spektakli na żywo, a muzycy dawania koncertów. Sytuacja odbija się również na reżyserach i producentach. Zamknięto też muzea. By nie dopuścić do całkowitej zapaści kulturalnej, twórcy przenoszą się do internetu. Muzycy udostępniają nagrywane w domach koncerty, filmowcy, jak Jan Komasa, szybko wpuszczają swoje pełnometrażówki do kanałów streamingowych, a teatry tworzą repertuar online.

KURTYNA W GÓRĘ

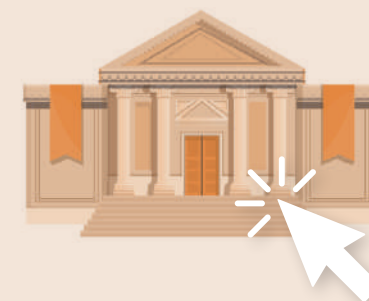
Oglądanie sztuki wysokiej na ekranach telewizorów nie jest zresztą niczym nowym. Od 1953 roku w Polsce działa Teatr Telewizji, którego realizacje możemy oglądać w programie pierwszym TVP. Teraz jego zasoby są bezpłatnie udostępnione na VOD. Również tradycyjne placówki zapraszają do oglądania swoich spektakli. Teatr Dramatyczny im. Aleksandra Węgierki w Białymstoku w serwisie YouTube wypuścił monodram „Zapiski oficera Armii Czerwonej”. Gdański Teatr Wybrzeże udostępnia swoje przedstawienia we współpracy z Urzędem Marszałkowskim – przez 24 godziny od daty i godziny prezentacji znajdziemy je również na stronach pomorskie.eu i gdansk.pl oraz na kanale YouTube pomorskie.eu. W ten sposób można już było obejrzeć np. „Ruskich” w reżyserii Adama Orzechowskiego. W oficjalnym

serwisie streamingowym Teatru Wielkiego – Opery Narodowej udostępniono nagrania „Halki”, „Toski” czy „Męża i żony”. Teatr Żydowski w repertuarze na najbliższe tygodnie proponuje m.in. sztuki „Dybuk”, „Golem” i „Berek” w reżyserii Mai Kleczewskiej, „W nocy na starym rynku” Szymona Szurmieja oraz „Komediantów” i „Gwiazdy na dachu” Stefana Szlachtycza. Stołeczny Teatr Powszechny wyświetla natomiast archiwalne spektakle, np. „Minimum” z 2015 roku, zapowiada też dyskusje i odczyty prowadzone na swoim kanale.

Z pewnością warto również zajrzeć na stronę Niniateka.pl. To dostępny bezpłatnie, pozbawiony reklam i niewymagający logowania się zbiór zapisów spektakli teatralnych i operowych, zarejestrowanych koncertów, audycji radiowych, filmów dokumentalnych i fabularnych, reportaży oraz animacji.

MUZEALNE KORYTARZE

Do wirtualnej wizyty zapraszają m.in. Zamek Królewski w Warszawie, pałac Pod Blachą i Muzeum Powstania Warszawskiego. Dyrekcja Muzeum Tatrzańskiego w Zakopanem również zachęca do zwiedzania online gmachu głównego i Muzeum Stylu Zakopiańskiego w willi Koliba. Muzeum Historii Polski udostępnia filmy, e-wystawy, artykuły oraz propozycje aktywności dla najmłodszych i pomoce dla maturzystów. Wirtualne spacer organizują też gdańskie placówki: Muzeum II Wojny Światowej (przybliżając Westerplatte) i Narodowe Muzeum Morskie (skanseny wraków Zatoki Gdańskiej). Muzeum Żup Krakowskich Wieliczka „oprowadza” po Zamku Żupnym i kopalni soli. Zamek Królewski na Wawelu w czasie kwarantanny można zwiedzać #przezdziurkęodklucza. To cykl krótkich wykładów muzealnych dostępnych w sieci.



E-MUZEUM

Pod adresem e-muzeum.eu znajdziemy interaktywną mapę ponad stu muzeów, które zwiedzimy online. Na stronie kulturadostepna.pl możemy odbyć 31 wirtualnych spacerów po takich obiektach, jak zespół zamkowo-parkowy w Kórniku, niemiecki nazistowski obóz koncentracyjny i zagłady Auschwitz-Birkenau, cerkiew św. Michała Archanioła w Smolniku czy Zamek w Malborku. Dzięki aplikacji Google Arts & Culture zobaczymy natomiast m.in.: MoMA i The Metropolitan Museum of Art w Nowym Jorku, Galerię Uffizi we Florencji, The British Museum w Londynie, Muzeum Izraela w Jerozolimie czy Ermitaż w Sankt Petersburgu.

INNE ZASOBY CYFROWE

Narodowe Centrum Kultury w ramach akcji #zostańwdomu przygotowało liczne webinaria, koncerty, debaty, gry oraz ciekawostki językowe. Stworzony tu interaktywny śpiewnik, dostępny na zaspiewajmy.pl, zawiera ponad 115 piosenek. Z kolei pod adresem audycjekulturalne.pl można wysłuchać podcastów na różne związane z kulturą tematy. Dzieci warto zaprosić do słuchowiska edukacyjnego „Opowiadki językowe”. Zbiory Cyfrowej Biblioteki Narodowej dostępne są na polona.pl. Z kolei z wirtualnych zasobów Biblioteki Narodowej (bn.org.pl) można pobrać ponad 90 e-booków. Warto poznać ten nowy świat – kultury dostępnej online – i częściej czerpać z jego bogactwa. 

Siła światła...

lampy naftowej

Dzięki ogromnej sile ludzkiego umysłu przez wieki powstawały niezwykle wynalazki wyznaczające kamienie milowe w historii ludzkości. Jednym z wielkich odkrywców, którzy przyczynili się do poskromienia ciemności nocy, był Jan Zeh – wynalazca lampy naftowej i pionier przemysłu naftowego.

TEKST: Marta Szafranek



Pomnik Jana Zeha we Lwowie

FOT. Instytut Polonika

Pamięć o Zehu nie przetrwała jednak próby czasu, a za twórcę lampy naftowej częściej uważa się jego współpracownika – Ignacego Łukasiewicza. Doprowadziły do tego kręte ścieżki losu i osobista tragedia, w wyniku której Zeh utracił żonę, a pogrążony w żałobie, zrezygnował z kariery zawodowej. Jego wynalazek przysłużył się jednak wielu pokoleniom i na zawsze zapisał się na kartach historii. Jan Zeh urodził się 2 lipca 1817 roku w Łańcucie jako syn miejscowego aptekarza Jana Ludwika i Krystyny z domu Liebherr. Przyszły pionier przemysłu naftowego swoje późniejsze odkrycie zawdzięcza w dużej mierze ojcu, gdyż – idąc w jego ślady – wybrał karierę farmaceuty. Odebrał stosowną edukację (matura w gimnazjum w Samborze, praktyki w tamtejszej aptece), otrzymał 8 sierpnia 1846 roku na Uniwersytecie Wiedeńskim tytuł magistra farmacji. Tak przygotowany rozpoczął pracę we Lwowie w największej aptece Galicji „Pod Żółtą Gwiazdą”, której właścicielem był Piotr Mikolasch.

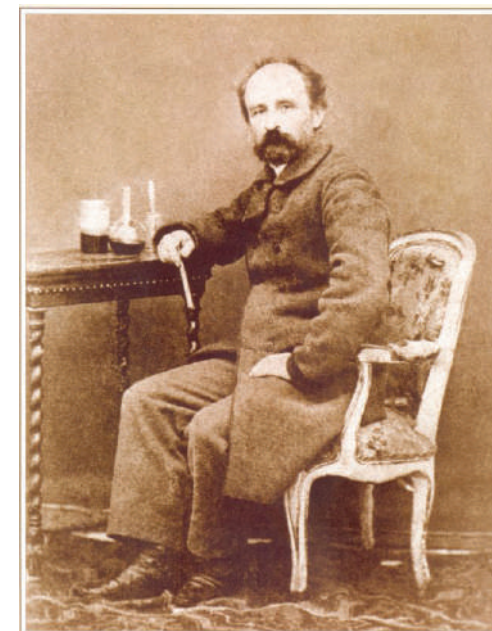


WARTO WIEDZIEĆ

Poloniki to druki, rękopisy, dzieła sztuki, pamiątki narodowe i historyczne albo miejsca związane z Polską, znajdujące się za granicą. Instytut Polonika prowadzi projekty o charakterze konserwatorskim, naukowo-badawczym, edukacyjnym i popularyzatorskim, mające chronić i upowszechniać polskie dziedzictwo kulturowe poza granicami naszego kraju.

WAŻNE ODKRYCIE

To właśnie Mikolasch – znany ze słabości do wszelkiego rodzaju nowinek – zakupił 200 litrów ropy naftowej, z której zamierzał wydestylować potrzebny w aptece spirytus. Ropa pochodziła z podkarpackiego osiedla Borysław (późniejszego centrum przemysłu naftowego położonego nieopodal Drohobycza, w dzisiejszym obwodzie lwowskim), gdzie miejscowi chłopcy od dawna ją wydobywali i (po oczyszczeniu metodą chałupniczą)



FOT. Estreicher T., 1935, Jan Zeh, zapomniany pionier przemysłu naftowego, „Wiadomości Farmaceutyczne”, nr 348, s. 5.

Zdjęcie Jana Zeha wykonane przed 1867 rokiem w zakładzie fotograficznym Juliana Dutkiewicza we Lwowie

wykorzystywali jako smar do kół wozów. Oczyszczenie borysławskiej ropy Mikolasch powierzył swoim pracownikom – Janowi Zehowi i Ignacemu Łukasiewiczowi. Po wielu tygodniach pracy naznaczonej licznymi niepowodzeniami Zehowi udało się oczyścić naftę do tego stopnia, że miała ona barwę jasnobrązową i była niemalże pozbawiona zapachu. Tym samym powstała nowa substancja łatwopalna, która mogła zastąpić drogie, importowane z Włoch oleje powszechnie wówczas wykorzystywane w lampach i latarniach. Na prośbę Zeha blacharz Adam Bratkowski przerobił lampę olejną na pierwszą na świecie lampę naftową. Odkryty rafinat ropy naftowej okazał się dużo tańszy w produkcji niż importowane oleje, dlatego wynalazek wzbudził ogromne zainteresowanie lwowian. Pierwsza lampa naftowa oświetliła witrynę apteki „Pod Żółtą Gwiazdą” w marcu 1853 roku i – jeśli wierzyć ówczesnym reklamom – „dawała światło jak aż 10–15 świec!”.

W ŚWIETLE ŻYCIA I ŚMIERCI

Datą oficjalnie przyjętą jako dzień wynalezienia lampy naftowej jest 31 czerwca 1853 roku. Wtedy właśnie – w nocy – miała miejsce pierwsza operacja przy jej świetle. W lwowskim szpitalu miejskim przy ul. Łyczakowskiej oświetlono w ten sposób salę operacyjną, w której doktor Zagórski musiał pilnie usunąć wyrostek robaczkowy pacjentowi Władysławowi Galeckiemu, ratując mu w ten

sposób życia. Niestety wysoce łatwopalna substancja musiała w którymś momencie objawić swoje niebezpieczne oblicze, a Janowi Zehowi przyszło zapłacić bardzo wysoką cenę za swój przełomowy wynalazek. W 1858 roku do jego domowej fabryki trafiła uszkodzona beczka z ropą naftową. Przypadkowo doszło do wielkiego pożaru, w wyniku którego zginęły 21-letnia żona Zeha, Dorota, i jej 17-letnia siostra Hermína Obłoczyńska. Zostały pochowane we wspólnym grobie na cmentarzu Łyczakowskim we Lwowie. Nagrobek wieńczy przejmująca rzeźba autorstwa Pawła Eutelego przedstawiająca dwie młode kobiety splecione ramionami, a na cokole znajduje się inskrypcja – nazwiska tragicznie zmarłych sióstr oraz wiersz:

*Chwila jedna, jedno mgnienie
I tylko garść prochu nikłego,
I tylko straszne wspomnienie,
I nic więcej, i tyle wszystkiego.*

*Tak, tu nic więcej, lecz w wieczności
Śmiercią złączone siostrzyce,
Blaskiem pięknej świecy piękności
Jak ofiarne białe gołębie.*

Nagrobek sióstr Obłoczyńskich został otoczony opieką konserwatorską i odnowiony w 2010 roku dzięki funduszom polskiego Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Prace konserwatorskie przeprowadziło Towarzystwo Opieki nad Zabytkami.

LAMPY LWOWSKIE CZY WIEDEŃSKIE?

Osobista tragedia zmusiła Zeha do zaniechania dalszej produkcji i sprzedaży swojego wynalazku do Wiednia. Tam właśnie rozpoczęła się masowa produkcja lamp naftowych według konstrukcji Rudolfa Ditmara i stąd pochodzi inna ich nazwa – lampy wiedeńskie. Nawet we Lwowie, mieście, które jako pierwsze ujrzelo światło lampy naftowej, nazwa „lampy wiedeńskie” szybko zyskała dużą popularność i na stałe weszła w użycie. Jan Zeh nie pławił się jednak w blasku sławy swojego wynalazku. Do dziś w Polsce za wynalazcę lampy naftowej powszechnie uważany jest Ignacy Łukasiewicz, mimo że zaczynał



Nagrobek sióstr Obłoczyńskich na cmentarzu Łyczakowskim

on swoją karierę jako pomocnik w laboratorium Zeha, a wpis w księdze patentowej Imperium Austriackiego z 2 grudnia 1853 roku przypisuje wynalazek „całkowicie oczyszczonej w sposób chemiczny nafty”. Janowi Zehowi ze Lwowa. Ten zaś, pogrążony w żałobie po śmierci najbliższych, wyjechał do Borysławia, gdzie założył pierwszą aptekę. Po pewnym czasie powtórnie się ożenił – wybranką jego serca została trzecia z sióstr Obłoczyńskich, Maria, z którą miał dwie córki. Do końca swych dni wiódł spokojne, usatkwane życie. Po krótkotrwałej chorobie zmarł 25 stycznia 1897 roku w wieku 79 lat w Borysławiu i został pochowany na tamtejszym starym cmentarzu. Pomnik przedstawiający Jana Zeha siedzącego przy stoliku, na którym stoi lampa naftowa, można odnaleźć na ul. Ormiańskiej we Lwowie. Kiedy spojrzymy w górę, zobaczymy wychylającą się z okna kamienicy postać Ignacego Łukasiewicza, wskazującego na swojego kolegę i mentora. **W**

Artykuł przygotowany we współpracy
z Instytutem POLONIKA



FOT. Instytut Polonika

FOT. Stefan Maszewski / REPORTER

FELIETON
PROF. MIROSŁAW BAŃKO



Orkiestr dętych czar

Skąd czerpać siły na wiosnę? Producenci suplementów przekonują, że z suplementów diety. Poeci zaś, że z obserwacji natury. Wiosna sama stała się wyobrażeniem jej sił vitalnych, czasem – jak u Tuwima w młodzieńczym dytyrambie – sił bachicznych, nieokreślonych, lubieżnych. Na tym tle zwraca uwagę staromodną elegancją siła orkiestry dętej.

„Jest w orkiestrach dętych jakaś siła” – zapewnia Halina Kunicka w piosence z 1970 roku, czyli (jak ten czas leci!) sprzed półwiecza. Siła orkiestry dętej polega nie na tym, że słycać ją z daleka, lecz na tym, że odmienia losy ludzkie. „Babcia stała na balkonie, dołem dziadek deflował”. Na pozór nic takiego, ale babcia na widok dziadka (przyszłego dziadka) „nieomal zemdliała”, dziadek natychmiast „zmylił nogę”, „huknął jej puzonem” i „tak to się zaczęło”.

Chwyliwa melodia i nostalgiczny obrazek, który chyba każdemu przypadnie do gustu, ale o taką orkiestrę jak ta w piosence dziś coraz trudniej. Może jeszcze zagra w parku zdrojowym, może na jubileuszu straży pożarnej w mieście X, ale w wielkomiejskim krajobrazie już jej prawie nie ma. Ostatnia, jaką widziałem – w wielkopłytkowej części Ursynowa – wyglądała surrealistycznie. Było lato, upał, muzycanci w czarnych spodniach i białych koszulach z podwiniętymi rękawami (sami mężczyźni) pewnie oblewali się potem. Przystawili to pod jednym, to pod drugim blokiem, aby odegrać co bardziej znane melodie, fałszowali niemiłosiernie. Dźwięk na blokowisku gązie się gubił zamiast rezonować w zamkniętej przestrzeni ulicy lub podwórza, a w uchylonym futerale błyszczało tylko kilka monet. Koncert skończył się sjęstą na trawniku: muzycy posnęli w upale.

Czerpiemy siły z suplementów diety, z kontemplacji natury, rzadziej z dźwięków orkiestry dętej... Szukamy nowych sił w samych sobie, trenując, ćwicząc, biegając, licząc kroki i kilogramy. Modne stały się siłownie na wolnym powietrzu i – jak zapewnił mnie znajomy lekarz – przyniosły mu nowych pacjentów z urazami. Bez rozgrzewki – i bez głowy – siadamy do urzędzenia zwanego „wioślarz” i już nazajutrz mamy

kłopot. Diagnoza: łokieć tenisisty. Łatwo i szybko, nie trzeba wynajmować kortu, nie trzeba nawet brać rakiety do ręki.

Siła fizyczna to jedno, a są jeszcze inne: siła charakteru, siła ducha... Gdy siła argumentów nie może się mierzyć z siłą bezprawia, czerpiemy nadzieję z przekonania, że prawda zwycięży (główna myśl „Siły bezsilnych” Vaclava Havla). Siłą woli chciałoby się niejedno zrobić – zwłaszcza gdy nas kusi, aby mierzyć „siłę na zamiary, nie zamiar według sił” – ale woluntaryzm bywa groźny. Już lepiej wierzyć w siłę miłości, wszak „miłość wszystko zwycięża” (Wergiliusz). Przede wszystkim zwycięża nas samych, ponieważ jej ulegamy.

Sila orkiestry dętej polega nie na tym, że słycać ją z daleka, lecz na tym, że odmienia losy ludzkie.

Z siłą woli mogłaby rywalizować siła wyższa, ale zwykle służy tylko za pretekst dla słabych i nieudolnych. Nie udało się? Nie moja wina. Siła wyższa.

„Nic na siłę” – brzmi dewiza niektórych osób, ale inne wolą nie szczędzić sił w staraniach o coś, a jeszcze inne chcą płynąć siłą bezwładu, w głównym nurcie, przy dużych i grubych rybach, licząc na to, że się przy nich wyżywią (okruchami „z pańskiego stołu”). Trzeba dużo siły, aby płynąć pod prąd, i nie każdemu się udaje. Przykład „siłaczki” jest godny szacunku, ale gdy „siła złego na jednego”, może stanowić ostrzeżenie dla tych, którzy z nadmierną ufnością chcieliby wdrażać w życie ideały.

Skąd „w orkiestrach dętych jakaś siła” i skąd „orkiestr dętych czar”? Z nas samych, bo przecież sami podtrzymujemy ich żywotność. Siłą przyzwyczajenia. **W**

PROF. MIROSŁAW BAŃKO
Językoznawca, leksykograf



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

Sanah

Jedna z najciekawszych reprezentantek nurtu *quality pop* na polskiej scenie, z wdziękiem i humorem łącząca młodzieżowy slang z poezją, a przy tym przyciągająca słuchaczy chwytliwymi melodiami. Nie każdy wie, że karierę rozpoczęła od prezentacji swojej twórczości w serwisie YouTube. W gronie jej fanów znaleźli się Dawid Podsiadło (wykonujący cover jej utworu „Cząstki”) i Matt Dusk, który zaprosił ją do duetu. Wydany w czerwcu 2019 roku singiel „Siebie zapytasz” bez wsparcia mediów trafił na szczyt listy Spotify Viral TOP50. Serwis Vevo natomiast dołączył Sanah do programu VEVO DSCVR dla najbardziej obiecujących młodych artystów.



FOT. Universal Music Polska

Zrób zdjęcie kodu, by posłuchać playlisty w Spotify.



Od początku 2020 roku wokalistka promuje swoją debiutancką płytę „Królowa dram”, która ukaże się już niebawem. Pierwszy singiel zapowiadający to wydawnictwo – „Szampan” – trafił do czołówek radiowych list przebojów, doskonale radzi sobie również w serwisach streamingowych i na YouTube. Artystka została też nominowana do tegorocznej nagrody Fryderyki w trzech kategoriach.

01. SIA – I'M STILL HERE
02. TRACY CHAPMAN – FAST CAR
03. DAWID PODSIADŁO – PROJECT 19
04. THE FRAY – HOW TO SAVE A LIFE
05. FUN. – WE ARE YOUNG (FEAT. JANELLE MONÁE)
06. KAYAH I BREGOVIĆ – TO NIE PTAK
07. JAN SERCE – NIE BĘDĘ TAŃCZYŁ
08. ARTUR ROJEK – CISZA I WIATR
09. LEONARD COHEN – CHELSEA HOTEL #2
10. FRANK OCEAN – THINKING BOUT YOU



SŁUCHAJ PLAYLISTY SANAH W SPOTIFY.
Posłuż się linkiem bit.ly/wpodroz lub wyszukaj profil W Podróż.



T

A

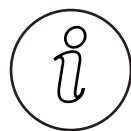
R

S

E



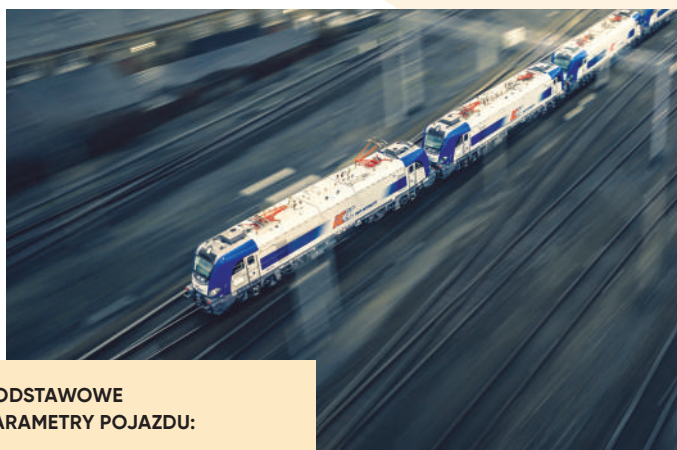
Stacja: informacja



Nowe lokomotywy PKP Intercity

→ WIDAĆ JUŻ EFEKTY NAJWIĘKSZEGO PROGRAMU INWESTYCYJNEGO W HISTORII PKP INTERCITY. FLOTĘ PRZEWOŹNIKA WZMOCNIŁO WŁAŚNIE PIERWSZE OSIEM Z TRZYDZIESTU NOWYCH LOKOMOTYW ELEKTRYCZNYCH GRIFFIN.

Umowa została podpisana w 2018 roku i objęła zakup dwudziestu pojazdów. We wrześniu ub.r. została rozszerzona o dziesięć lokomotyw, po skorzystaniu przez PKP Intercity z prawa opcji. Dzięki temu wartość zamówienia wzrosła do 551,4 mln zł. Zgodnie z umową wszystkie pojazdy trafią do przewoźnika jeszcze w tym roku. Zakup Griffinów jest elementem projektu „Przyspieszamy komfortowo – unowocześnienie wagonów i zakup lokomotyw dla PKP Intercity SA” i zostanie częściowo sfinansowany ze środków unijnych.



PODSTAWOWE PARAMETRY POJAZDU:

- długość (ze zderzakami): 19,9 m
- wysokość: 4,195 m
- szerokość: 3,06 m
- masa: 78,5 t

W ramach kontraktu producent jest zobowiązany do przeszkolenia pracowników PKP Intercity w zakresie obsługi pojazdów. Będzie także świadczył usługi serwisu lokomotyw.

NOWOCZESNOŚĆ NA TORACH

Griffiny, czyli lokomotywy elektryczne typu E4DCU (oznaczenie serii EU160), to lokomotywy jednosystemowe, zasilane prądem stałym o napięciu 3 kV. Są przystosowane do jazdy na polskiej sieci kolejowej z prędkością do 160 km/h. Pojazdy są wyposażone w krajowy system bezpieczeństwa SIFA/SHP/RS oraz europejski system ETCS L2 pozwalający na przesyłanie informacji o sytuacji ruchowej i wskazaniach semaforów do komputera pokładowego pojazdu za pomocą sieci GSM-R. Griffiny mają także własny system diagnostyki pokładowej i skomunikowany z nim centralny system diagnostyczny zlokalizowany poza lokomotywą. Dzięki temu możliwe jest bieżące monitorowanie stanu poszczególnych komponentów oraz analizowanie historii każdego pojazdu.



Marek Chraniuk, Prezes Zarządu PKP Intercity

Nowe lokomotywy wzmocnią naszą flotę. Szybkie i komfortowe połączenia obsługiwane nowym lub zmodernizowanym taborem przyczynią się do dalszego wzrostu popularności naszych usług.

Pomóż nam pomagać!

→ FUNDACJA GRUPY PKP NA CO DZIEŃ POMAGA OSOBOM I INSTYTUCJOM, KTÓRE WYMAGAJĄ WSPARCIA I ZGŁASZAJĄ SIĘ DO NAS Z PROŚBĄ O POMOC. ROBIMY TO Z ZAANGAŻOWANIEM I NADZIEJĄ NA POPRAWĘ ICH LOSU.

W 2019 roku rozpatrzyliśmy pozytywnie 150 wniosków dotyczących udzielenia darowizny na cele dobroczynne. Wspieramy nie tylko organizacje pożytku publicznego działające na rzecz branży kolejowej, lecz także pomagamy osobom prywatnym znajdującym się w potrzebie.

JESTEŚMY TAM, GDZIE NAS POTRZEBUJĄ

Naszym głównym celem jest działalność charytatywna na rzecz potrzebujących, ale również realizujemy projekty w sześciu obszarach tematycznych, tj. bezpieczeństwa, innowacji, ochrony środowiska, dziedzictwa kolejowego, edukacji oraz wolontariatu pracowniczego.

WSPIERAMY I POMAGAMY

Jednym z ważniejszych działań Fundacji jest organizacja zbiórek pieniężnych i rzeczowych dla potrzebujących. – Sprawy, z którymi mierzymy się na co dzień, chwytają za serce. Zgłaszają się do nas osoby zmagające się z ciężkimi chorobami lub zdarzeniami losowymi, wymagającymi pilnej interwencji i wsparcia finansowego. Poznajemy ich smutne historie, wobec których ciężko jest przejść obojętnie. Chcemy każdemu pomóc, dlatego cieszę się, że istnieje możliwość nagłaśniania spraw wśród pracowników spółek z Grupy PKP, którzy chętnie wspierają nasze działania i zbiórki na rzecz potrzebujących. Środki zebrane na konto możemy przekazywać potrzebującym – informuje Katarzyna Kucharek, Prezes Zarządu Fundacji Grupy PKP.



Podaruj Fundacji Grupy PKP swój 1 procent

Wypełniając naszą misję, podejmujemy szeroki zakres działań. Skupiamy się na skutecznym rozwiązywaniu problemów społecznych. Pomagamy tym, których potrzeby są często marginalizowane. Zachęcamy wszystkich do wsparcia osób potrzebujących, którym na co dzień pomagamy. W tym roku przeznaczymy środki na pomoc dzieciom przebywającym na oddziałach szpitalnych.

Prosimy o podanie w formularzu PIT naszego numeru **KRS: 0000499069**.

Dziękujemy!
Fundacja Grupy PKP

FUNDACJA GRUPY



Przekaz **1%**
na Fundację Grupy PKP

KRS: 0000499069

Bilet

w zasięgu ręki (i nie tylko)

Bilety PKP Intercity są powszechnie dostępne w różnych kanałach sprzedaży. Szczególnie polecamy zakup biletów za pośrednictwem internetowego systemu e-IC oraz aplikacji mobilnej. Zdalnie bilety nabywa już więcej pasażerów niż w tradycyjnych kasach.

1. INTERNETOWY SYSTEM SPRZEDAŻY BILETÓW (E-IC) DOSTĘPNY NA STRONIE INTERCITY.PL

Zakup biletu jest możliwy po założeniu konta w systemie e-IC lub bez rejestracji, jako „gość”.

- Podczas procesu zakupu należy podać **imię i nazwisko podróżnego**.
- W trakcie kontroli biletów osoba, której dane zostały podane podczas jego zakupu, musi okazać **dokument tożsamości** (ważna jest również aplikacja mObywatel – moduł mTożsamość).
- Zmiany danych osobowych można dokonać najpóźniej **15 minut przed odjazdem** pociągu ze stacji wyjazdu wskazanej na bilecie*.
- Podróżny otrzymuje kupiony bilet także **w formie elektronicznej**, na wskazany adres e-mail.

W systemie internetowej sprzedaży można kupić bilet w komunikacji krajowej na połączenie **z jedną przesiadką**. W ramach jednej transakcji istnieje możliwość zakupu biletów nawet **z trzema różnymi ulgami**.

W trakcie zakupu biletów w e-IC istnieje także możliwość zakupu biletów dodatkowych na przewóz psa (także psa przewodnika), roweru oraz bagażu.

DOSTĘPNE SĄ BILETY NA WSZYSTKIE POCIĄGI KRAJOWE: EIP, EIC, IC, TLK

DOSTĘPNE SĄ BILETY NA POCIĄGI MIĘDZYNARODOWE:

- IC „Gedania” Gdynia – Poznań – Berlin,
- EIC „Berolinum”, EIC „Odra”, EIC „Sprewa”, EIC „Varsovia” Warszawa – Poznań – Berlin,
- IC „Nightjet” Przemyśl/Chalupki – Wrocław – Berlin,
- IC „Nightjet” (Berlin) – Rzepin – Wrocław – Wiedeń,
- IC „Chopin” Warszawa – Kraków – Katowice – Wiedeń

na przejazd w obu kierunkach „Tam” oraz „Tam i Powrót”.

2. APLIKACJA MOBILNA IC MOBILE NAVIGATOR

Aplikacja jest dostępna dla systemu Android oraz iOS. Należy ją pobrać na urządzenie mobilne w sklepie internetowym odpowiednim dla posiadanego systemu operacyjnego.

Zakup biletu jest możliwy po rejestracji w aplikacji. Można go dokonać najpóźniej **5 minut przed odjazdem** pociągu. Bilet jest dostępny w urządzeniu mobilnym, także bez dostępu do sieci.

3. KASY BILETOWE

Bilety PKP Intercity można nabyć w kasach, przede wszystkim na dworcach kolejowych.



Zeskanuj kod i przejdź do wyszukiwarki kas oraz biletomatów.

5. BILETOMATY

Biletomaty własne PKP Intercity oraz agentów są dostępne w miejscach cieszących się dużą popularnością wśród pasażerów.

4. CENTRUM OBSŁUGI KLIENTA (COK)

Do dyspozycji podróżnych są także Centra Obsługi Klienta (COK), w których oprócz zakupu biletów można uzyskać szczegółowe informacje, skorzystać z obsługi posprzedażnej oraz zgłosić potrzebę asysty w podróży dla osoby z niepełnosprawnością. Obecnie punkty COK działają przy sześciu dworcach: Poznań Główny, Wrocław Główny, Kraków Główny, Katowice, Warszawa Centralna i Warszawa Zachodnia.

6. W POCIĄGU

Zakup biletu u konduktora jest możliwy w składach kategorii TLK, IC i EIC. W TLK oraz IC brak biletu należy zgłosić konduktorowi przed wejściem lub niezwłocznie po wejściu do pociągu. Za odprawę każdej osoby w pociągu obowiązuje opłata w wysokości 10 zł. Jeśli jesteś osobą z niepełnosprawnością lub o ograniczonej sprawności ruchowej, jej opiekunem bądź osobą, która ukończyła 70 lat albo rozpoczynasz podróż na stacji, gdzie kasa biletowa jest nieczynna lub na której nie ma kasy, nie zapłacisz dodatkowych 10 zł. W pociągach kategorii EIP nie jest prowadzona sprzedaż biletów**.

** Z wyjątkiem biletów wydawanych: w związku ze zmianą umowy przewozu; osobie niepełnosprawnej na wózku (należy zgłosić się do konduktora przed wejściem do pociągu); na przewóz rzeczy lub psa, na zasadach określonych w RPO-IC.

warto pamiętać

BILETY NA POŁĄCZENIA KRAJOWE

są dostępne najwcześniej na

30 dni

przed planowaną datą podróży.

BILETY NA POŁĄCZENIA MIĘDZYNARODOWE

są dostępne najwcześniej na

60 dni

przed planowaną datą podróży.

DLA DZIECKA

do ukończenia 4. roku życia należy nabyć bilet z ulgą

100%

Ulgą obowiązuje w 2. klasie.

W RAZIE KORZYSTANIA Z PRZEJAZDU ULGOWEGO

należy posiadać i okazać

ważny

dokument poświadczający uprawnienie do ulgi.



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

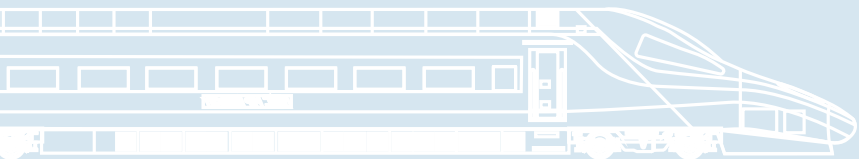
Wejdź na intercity.pl i zapoznaj się ze wszystkimi i najważniejszymi informacjami przed przejazdem, m.in. z Regulaminem Przewozu Osób, Rzeczy i Zwierząt przez Spółkę PKP Intercity SA (RPO-IC).

* Nie dotyczy pociągów „Nightjet” oraz „Chopin”. Szczegóły w regulaminie e-IC.

Podróż pociągami to znacznie więcej niż tylko docieranie do celu. Wybierając kolej, pasażerowie mogą – w zależności od potrzeb – odpocząć lub oddać się pracy, podziwiać widoki za oknem lub surfować po internecie. Ilu podróżnych – tyle oczekiwań. PKP Intercity, wychodząc naprzeciw wymaganiom klientów, oferuje wiele udogodnień.

KOMFORT

na pokładzie



BEZPIECZEŃSTWO I WYGODA

Coraz więcej pociągów PKP Intercity jest nowych bądź zmodernizowanych, a zgodnie z długofalową strategią do końca 2023 roku będzie to aż 80 proc. składów. Podczas inwestycji taborowych na pierwszym miejscu stawiamy bezpieczeństwo i komfort podróżnych. Pociągi muszą więc być niezawodne i wygodne. W zmodernizowanych i nowych składach pasażerowie mogą korzystać z wygodnych foteli, indywidualnego oświetlenia przy miejscach siedzących, gniazdek elektrycznych, także z portami USB. Do dyspozycji są nowoczesne toalety z zamkniętym obiegiem. W pojazdach Pendolino, PesaDart i Flirt3 oraz wielu składach wagonowych jest dostępny bezprzewodowy internet.

80%

NOWYCH I ZMODERNIZOWANYCH
pociągów do końca 2023 roku



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

o naszym taborze, udogodnieniach i ofertach na intercity.pl. Znajdziesz tam m.in. Taryfę Przewozową oraz Regulamin Przewozu Osób, Rzeczy i Zwierząt przez PKP Intercity.

DLA WYMAGAJĄCYCH

Najbardziej komfortowe przejazdy zapewniają pociągi kategorii Express InterCity Premium (EIP, czyli Pendolino) oraz Express InterCity (EIC). W wybranych wagonach klasy 1. EIC znajdują się Strefy Wygody. Są to przestronne, klimatyzowane przedziały z czterema fotelami, stolikiem, szafą, dodatkową przestrzenią na bagaż oraz gniazdkami elektrycznymi. To gwarancja komfortu zarówno podczas prywatnych wyjazdów, jak i w podróży służbowej.

NAJWIĘKSZY KOMFORT OFERUJĄ
pociągi kategorii

EIP i EIC



POSIŁEK W PODRÓŻY

Na pokładach pociągów Express InterCity Premium i Express InterCity oraz w wybranych pociągach kategorii InterCity znajdują się wagony gastronomiczne. Oferta zawiera śniadania, przekąski, dania główne oraz desery. W menu nie zabrakło też pozycji przygotowanych specjalnie dla dzieci, składających się z oferty zbilansowanych dań. Do wyboru najmłodszych jest pięć zbilansowanych zestawów posiłków. Warto pamiętać, że w wybranych pociągach można skorzystać z możliwości zamówienia dania bez opuszczania miejsca, korzystając z aplikacji mobilnej.



RODZINNIE Z PKP INTERCITY

Specjalne miejsca są przeznaczone dla tych, którzy podróżują z dziećmi. Dodatkowe udogodnienia to przewijaki dla niemowląt oraz możliwość bezpłatnie przewiezienia wózka. Rodziny mogą też liczyć na atrakcyjne zniżki na przejazdy. Maluchy, które nie ukończyły 4. roku życia, podróżują 2. klasą w pociągach PKP Intercity z ulgą 100 proc. Pamiętaj jednak, aby pobrać dla nich bezpłatny bilet.

DLA DZIECKA
do ukończenia 4. roku życia
należy nabyć bilet z

ulgą 100%



CISZA NA POKŁADZIE

Strefa Ciszy to wydzielony obszar w pociągu przeznaczony dla podróżnych potrzebujących spokoju i szanujących to, że inni również mają takie oczekiwania. W każdym pociągu Express InterCity Premium Strefą Ciszy objęty jest cały wagon nr 7 (kl. 2.), czyli łącznie 61 miejsc. Niepożądane są tutaj rozmowy przez telefon komórkowy, dzwonki, słuchanie głośnej muzyki i inne czynności związane z generowaniem hałasu, które mogą powodować dyskomfort u innych podróżnych przebywających w tej strefie.

STREFA CISZY
znajduje się w składach

EIP

LICZBA MIEJSC
w strefie

61



DLA PRZYJACIOŁ CZWORONOGÓW...

Wybierając się w podróż, wcale nie trzeba zostawiać swojego zwierzęcia w domu. Pociągami można przewieźć psa, kota, świnkę morską lub inne zwierzę domowe. W przypadku przewozu psa, możemy zdecydować, czy nasz pupil będzie podróżował w transporterze czy poza nim. W przypadku innych zwierząt, muszą być one umieszczone w odpowiednim pojemniku. Jeżeli pies jest przewożony w transporterze, nie musimy wносить opłaty za jego przejazd – pamiętajmy jednak, że musi tam przebywać przez całą podróż. Jeżeli pies nie jest w specjalnym pojemniku, w czasie całej podróży musi być na smyczy i w kagańcu, a na jego przewóz należy kupić dodatkowy bilet.



...I MIŁOŚNIKÓW DWÓCH KÓLEK

Dbamy też o rowerzystów, żeby mogli swobodnie przemieszczać się pociągami z jednośladem. Podróżni, którzy chcą zabrać na pokład swoje dwa koła, muszą pamiętać, że ta usługa jest odpłatna i odbywa się wyłącznie pod nadzorem podróżnego w wyznaczonych do tego miejscach oraz na podstawie biletu na przewóz roweru. Pasażerowie mogą sprawdzić, czy w danym pociągu możliwe jest przewożenie rowerów, w zestawieniu składów, dostępnym na stronie intercity.pl.



WSKAZÓWKI

Bilety na przewóz psa, roweru i rzeczy są dostępne w kasach biletowych oraz w internetowym systemie sprzedaży e-IC. Podczas zakupu swojego biletu wystarczy rozwinąć opcję w polu „Wybierz bilet dodatkowy” i zdecydować się na jedną z nich.



Zeskanuj kod, by sprawdzić zestawienie pociągów PKP Intercity.

Podróż bez barier

Poruszasz się na wózku i wybierasz się w podróż pociągami? Dowiedz się, jak ją zaplanować, aby przebiegła sprawnie i komfortowo.



1. SPRAWDŹ, CZY POCIĄG JEST DOSTOSOWANY DO TWOICH POTRZEB I KUP BILET.

Mając na uwadze bezpieczeństwo i komfort osób z niepełnosprawnościami, rekomendujemy przejazdy pociągami wyposażonymi w udogodnienia takie jak windy, platformy wjazdowe, specjalnie wyznaczone miejsca i przystosowane toalety. Jeżeli okaże się, że skład, którym zaplanowałeś podróż, nie jest dostosowany do potrzeb podróżnych o ograniczonej mobilności, wyszukaj alternatywne połączenie zapewniające wygodny przejazd. Bilet możesz kupić w kasie, przez internet na intercity.pl lub korzystając z aplikacji IC Mobile Navigator. Pamiętaj, aby kupić bilet z wyprzedzeniem – w dostosowanych składach znajduje się ograniczona liczba miejsc dla osób podróżujących na wózkach.



Informację o dostosowaniu konkretnego składu do potrzeb osób z niepełnosprawnościami możesz uzyskać w kasie biletowej, Centrum Obsługi Klienta lub dzwoniąc na infolinię pod numer **42 205 45 31***.

* koszt połączenia zgodny z taryfą operatora

POTRZEBĘ SKORZYSTANIA Z ASYSTY MOŻESZ ZGŁOSIĆ NA KILKA SPOSOBÓW:

- telefonicznie – dzwoniąc na całodobową infolinię pod numer 42 205 45 31* lub 22 391 97 57* w przypadku połączeń realizowanych z zagranicy oraz z zagranicznych sieci;
- *koszt połączenia zgodny z taryfą operatora
- za pośrednictwem formularza zgłoszeniowego na stronie intercity.pl;
- w Centrach Obsługi Klienta na dworcach w Poznaniu, Wrocławiu, Warszawie, Katowicach i Krakowie.

Godziny otwarcia i lokalizacje COK-ów znajdziesz na intercity.pl.



Zeskanuj kod QR i zapoznaj się z informacją dla osób z niepełnosprawnościami oraz o ograniczonej sprawności ruchowej.



2. PRZY ZGŁOSZENIU POTRZEBY ASYSTY – PODAJ JAK NAJWIĘCEJ SZCZEGÓŁÓW.

Asysta to nieodpłatna pomoc udzielana:

- przez drużynę konduktorską przy wsiadaniu do pociągu i wysiadaniu z niego,
- przez ochronę dworca (lista dworców dostępna na www.pkpsa.pl/bez-barier) podczas przesiadania się na skomunikowane połączenie oraz podczas poruszania się w obrębie stacji pasażerskiej. Do sprawnego przeprowadzenia asysty potrzebujemy podstawowych danych. Są to: telefon kontaktowy, plan podróży (data i godzina podróży, stacje, na których będziesz potrzebował pomocy), zakres niepełnosprawności oraz typ wózka, na którym się poruszasz. Dodatkowo możesz poinformować nas o tym, czy podróż będzie odbywała się z opiekunem, psem przewodnikiem oraz o ilości bagażu, który zabierasz w podróż.



Pamiętaj, aby o potrzebie otrzymania asysty poinformować co najmniej 48 godzin przed rozpoczęciem podróży. Konieczność wcześniejszego zgłaszania przejazdu pasażera z niepełnosprawnością wynika z rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady NR 1371/2007 z dnia 23 października 2007 r. dotyczącego praw i obowiązków pasażerów w ruchu kolejowym. Przepisy te obowiązują we wszystkich krajach Unii Europejskiej. Wymóg wcześniejszego zgłaszania swoich przejazdów przez osoby z niepełnosprawnością jest również stosowany u innych przewoźników, np. w transporcie lotniczym (z wyprzedzeniem 48 godzin), przewozach autokarowych (z wyprzedzeniem 36 godzin) oraz w transporcie morskim (z wyprzedzeniem 48 godzin w podróży promem lub statkiem).



3. SKORZYSTAJ Z POMOCY NA DWORCU...

PKP SA realizuje pomoc dla osób z niepełnosprawnościami na wybranych dworcach kolejowych. Jeżeli nie potrzebujesz pomocy przy wsiadaniu do pociągu i wysiadaniu z niego, a z asysty chcesz skorzystać tylko na terenie dworca, zadzwoń co najmniej 48 godzin przed podróżą pod numer **22 474 13 13** lub wyślij e-mail na adres pomocprn@pkp.pl. Pamiętaj, aby przybyć na wyznaczone miejsce spotkania z asystą przynajmniej 30 minut przed planowanym odjazdem pociągu.

Miejscem spotkania z asystą jest punkt dworca oznaczony specjalną tabliczką. Pracownicy ochrony dworca mogą asystować ci podczas przemieszczania się po terenie dworca, peronach, przejściach podziemnych czy kładkach – od miejsca oczekiwania, aż do drzwi pociągu.



4. ...ORAZ PRZY WSIADANIU DO POCIĄGU I WYSIADANIU Z NIEGO.

Wsparcie zapewnia drużyna konduktorska. W przypadku osób poruszających się na wózkach pomoc polega na uruchomieniu windy lub rozłożeniu platformy znajdującej się na wyposażeniu składu.



5. PRZYJEMNEJ PODRÓŻY!

Podczas przejazdu do twojej dyspozycji jest drużyna konduktorska, która udzieli wszelkich informacji dotyczących połączenia, udogodnień w składzie oraz zasad bezpieczeństwa. W nowoczesnych składach zespołowych, czyli w Pendolinos, Dartach i Flirtach, przedział służbowy, a także przystosowana toaleta i część restauracyjna są zlokalizowane w pobliżu przestrzeni przeznaczonej dla pasażerów na wózkach. Przed podróżą możesz zapoznać się z wnętrzem pociągu, odbywając wirtualną wycieczkę po składach na stronie intercity.pl w zakładce „Nasze pociągi”.

Park

ELEKTRYCZNE ZESPOŁY TRAKCYJNE (EZT)



ED250 Pendolino

Obsługiwana kategoria połączeń:

Express InterCity Premium (EIP)

Udogodnienia: 

Producent: konsorcjum przedsiębiorstw
ALSTOM Ferroviaria i ALSTOM Konstal

Liczba członów: 7

Liczba miejsc: 402

Prędkość maksymalna: 250 km/h

Długość: 187,4 m

Masa: 410 t



ED161 PesaDART

Obsługiwana kategoria połączeń: InterCity (IC)

Udogodnienia: 

Producent: PESA Bydgoszcz

Liczba członów: 8

Liczba miejsc: 354

Prędkość maksymalna: 160 km/h

Długość: 150,2 m

Masa: 248,5 t



ED160 FLIRT3

Obsługiwana kategoria połączeń: InterCity (IC)

Udogodnienia: 

Producent: konsorcjum przedsiębiorstw
Stadler i Newag

Liczba członów: 8

Liczba miejsc: 354

Prędkość maksymalna: 160 km/h

Długość: 152,9 m

Masa: 252 t

PKP Intercity taborowy

LOKOMOTYWY SPALINOWE



SU4210

Wykonawca modernizacji: Newag

Prędkość maksymalna: 90 km/h

Długość: 14,2 m

Masa: 71,8 t



SM42 typ 18D

Wykonawca modernizacji: Newag

Prędkość maksymalna: 90 km/h

Długość: 14,2 m

Masa: 69 t



SM42 typ 6D

Producent: Pierwsza Fabryka Lokomotyw w Polsce „Fablok”

Prędkość maksymalna: 90 km/h

Długość: 14,2 m

Masa: 74 t



SU160 Gama

Producent: PESA Bydgoszcz

Prędkość maksymalna: 140 km/h

Długość: 19,8 m

Masa: 84 t

W PODRÓŻ

W TRASE



Wyznaczone miejsca dla osób z dziećmi do lat 6

Wagon z miejscami dla osób na wózkach – z windą/rampą

Wagon gastronomiczny

Wagon przystosowany do przewozu rowerów –

liczba miejsc ograniczona



Wydzielona Strefa Ciszy

Wagon z oznaczeniami w alfabecie Braille'a

Dostęp do WiFi

Klimatyzacja

Gniazdko elektryczne

LOKOMOTYWY ELEKTRYCZNE



EU07A

Wykonawca modernizacji: ZNTK Oleśnica
Prędkość maksymalna: 160 km/h
Długość: 15,9 m
Masa: 80 t



EU07/EP07

Producent: Pafawag/HCP Poznań
Prędkość maksymalna: 125 km/h
Długość: 15,9 m – 16,3 m
Masa: 83,4 t



EP08

Producent: Pafawag
Prędkość maksymalna: 140 km/h
Długość: 15,9 m
Masa: 80 t



EP09

Producent: Pafawag
Prędkość maksymalna: 160 km/h
Długość: 16,7 m
Masa: 83,5 t



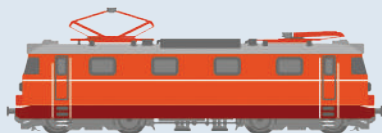
EU160 Griffin

Producent: Newag
Prędkość maksymalna: 160 km/h
Długość: 19,9 m
Masa: 78,5 t



EU44 Husarz

Producent: Siemens
Prędkość maksymalna: 200 km/h (3 kV), 230 km/h (15 kV, 25 kV)
Długość: 19,6 m
Masa: 87 t



EP05

Producent: Škoda, przebudowa ZNTK Gdańsk
Prędkość maksymalna: 160 km/h
Długość: 16,1 m
Masa: 82,5 t



Tvoja reklama na pokładach pociągów PKP Intercity
to możliwość dotarcia do 3,2 mln pasażerów miesięcznie.
Dowiedz się więcej!
Skontaktuj się z nami: reklama@intercity.pl

intercity.pl

Zagórz

Zakopane

Olsztyn

Ełk

**OD GÓRSKICH SZCZYTÓW, PO KRAINĘ
JEZIOR – ZDOBYWAJ POLSKĘ,
DZIĘKI NASZYM POŁĄCZENIOM!**

PKP INTERCITY. TYSIĄCE POWODÓW DO PODRÓŻOWANIA.

Szczegóły oferty i rozkład jazdy na intercity.pl

ic
PKP INTERCITY



Pociągami w Polskę z nowego przystanku Stalowa Wola Charzewice

Do 20 nowych przystanków kolejowych, które w ubiegłym roku zwiększyły dostępność kolei, 15 marca 2020 roku dołączył kolejny – Stalowa Wola Charzewice. Mieszkańcy Podkarpacia zyskali możliwość podróżowania pociągami PKP Intercity m.in. do Lublina, Rzeszowa, Warszawy, Bydgoszczy i Piły.



WIĘCEJ INFORMACJI
o projekcie na stronie
www.plk-polskawschodnia.pl

Zmyśl o wygodniejszych podróżach i większej dostępności do kolei w Stalowej Woli PKP Polskie Linie Kolejowe SA wybudowały nowy przystanek w dzielnicy Charzewice. To ułatwienie dla mieszkańców, którzy do niedawna korzystali z oddalonego o kilka kilometrów przystanku Piłchów. Nowy przystanek (u zbiegu ulic Ziółowej i Sandomierskiej) oznacza łatwiejsze dojazdy do szkół

i pracy oraz możliwość planowania podróży w inne regiony Polski. Na peronie zainstalowano wiaty, ławki, tablice z rozkładami jazdy i czytelne oznakowanie. Ułożono antypoślizgową nawierzchnię ze ścieżkami naprowadzającymi. Pochylnia ułatwia dostanie się na peron osobom o ograniczonych możliwościach poruszania się. Obok peronów znajduje się przystanek autobusowy zapewniający dogodną przesiadkę do komunikacji miejskiej. Przystanek Stalowa Wola Charzewice powstał w ramach modernizacji linii Stalowa Wola Rozwadów – Lublin. 





INFORMATYKA jest kobietą

Branża IT obecnie wciąż jest zdominowana przez mężczyzn. Według badań Stack Overflow, największego portalu zrzeszającego programistów, tylko 20 proc. osób z tej grupy zawodowej stanowią kobiety. Jednak to one wniosły znaczący wkład w rozwój komputerów i stworzenie pierwszego języka programowania.

TEKST: Zofia Pleskot

Na początku XX wieku obliczenia matematyczne były domeną kobiet. Sytuacja ta zmieniła się wyraźnie dopiero w połowie lat 80. XX wieku, wraz z upowszechnieniem komputerów, które ze sprzętu naukowego przeobraziły się w domowy gadżet kojarzony z męskimi zajęciami, oraz ze wzrostem prestiżu zawodu programisty (bardziej nobilitujące profesje wykonywali wówczas mężczyźni).

WOJENNE POCZĄTKI

Pierwsze komputery i programy służące do ich obsługi powstawały w okresie II wojny światowej. Jedną z najsłynniejszych ówczesnych programistek była Grace Hopper, twórczyni podwalin pod COBOL (*common business oriented language*) – język programowania, który używany jest do dziś. W 1944 roku rozpoczęła ona na Uniwersytecie Harvarda prace nad programowaniem komputera Mark I. Dzięki doskonałej znajomości równań różniczkowych napisała szyfr rozwiązujący część z najtrudniejszych problemów matematycznych związanych z obsługą tej maszyny. Opracowała także system kodowania i przetwarzania wsadowego, dzięki któremu Mark I stał się najbardziej wydajnym komputerem w tamtym czasie. Ponieważ z większością zadań związanych z obsługą maszyny mierzyła się samodzielnie, postanowiła napisać szczegółowy podręcznik. Po wojnie rozpoczęła pracę w prywatnej firmie – Eckert-Mauchly Computer Corporation, gdzie poznała Betty Jean, czyli jedną z kobiet ze słynnej szóstki od ENIAC (Electronic Numerical Integrator and Computer).



Grace Hopper



PIERWSZA PROGRAMISTKA

Ada Lovelace była córką romantycznego poety George'a Byrona. Jest nazywana pierwszą programistką. Sławę zawdzięcza przekładowi rozprawy Luigiego Menabrei na temat maszyny analitycznej Charlesa Babbage'a, która miała nie tylko liczyć, lecz także wykonywać procesy zmieniające relacje między dwiema rzeczami. Ada w tłumaczeniu skorygowała błędy autora, a jej opracowanie było trzykrotnie dłuższe od oryginału. Autorka zawarła tam również algorytm do obliczenia liczby Bernoullego, określany pierwszym programem komputerowym. Na jej cześć nazwano stworzony w 1980 roku język programowania (Ada) i to jej podobizna znajduje się na hologramach produktów Microsoftu.

PIERWSZY CYFROWY KOMPUTER

To właśnie od kobiet z zespołu skupionego wokół ENIAC zaczyna się historia tworzenia oprogramowania. Pracowały one dla wojska jako tzw. ludzkie komputery (tak oficjalnie nazywano kobiety dokonujące obliczeń matematycznych). W latach 1943–1945 stworzyły kod i instrukcję dla pierwszego cyfrowego komputera, który w czasie wojny służył do tworzenia tablic artyleryjskich pomagających obliczać trajektorię lotu pocisków. Kathleen „Kay” McNulty, Betty Jean Jennings, Elizabeth „Betty” Snyder, Marlyn Wescoff, Frances Bilas, Ruth Lichterman przez kilkadziesiąt lat pomijano w historii pierwszych komputerów. Ich pracę postrzegano bowiem jako wykonywanie zwykłych zadań mechanicznych związanych z obsługą sprzętu. Kiedy w 1946 roku oficjalnie prezentowano komputer, do ostatniej chwili pracowali nad rozwiązaniem problemu polegającego na tym, że symulacja trajektorii pocisku nie kończyła się w momencie jego zderzenia z ziemią, tylko przebiegała dalej, jakby kula leciała w gruncie. Ostatecznie udało się i demonstracja dla dziennikarzy zakończyła się sukcesem. Żaden z nich nie wspomniał jednak w swoich relacjach o kobietach, a co więcej, nie zostały one zaproszone na 50. rocznicę powstania ENIAC.



Margaret Hamilton przy wydruku kodu programu nawigacyjnego dla projektu Apollo

ZMIANA RÓL SPOŁECZNYCH

Niedocenywanie roli kobiet w tej dziedzinie wynikało z tego, że jeszcze w latach 40. XX wieku programowanie było zawodem pomocniczym, wykonywanym głównie przez płęć piękną. Do lat 70. ubiegłego wieku na wydziałach informatycznych w USA wciąż przeważały panie. To wówczas studia ukończyła między innymi Margaret Hamilton – dziś



POLSKIE PIONIERKI

W Polsce w latach 50. XX wieku na wydziałach matematycznych wprowadzono specjalizację z zakresu maszyn matematycznych, w ramach której uczono tworzenia algorytmów, czyli podstaw programowania. Była ona często wybierana przez kobiety. Mężczyźni przeważali na wydziałach związanych z budową komputerów. Dlatego też kiedy powstawały pierwsze rodzime komputery, mężczyźni zajmowali się konstruowaniem, a kobiety programowaniem liczących maszyn. W pracach nad pierwszym polskim językiem kodowania – SAKO – uczestniczyły m.in. Jowita Koncewicz i Maria Łęcka, które później napisały podręcznik języka C.

ikona IT. Ta absolwentka studiów matematycznych pracowała na MIT (Massachusetts Institute of Technology) nad projektem SAGE, w ramach którego tworzyła technologię namierzania niezidentyfikowanych obiektów powietrznych. Jako jedyna kobieta nie tylko weszła do zespołu mającego stworzyć oprogramowanie dla pierwszej załogowej misji na Księżyc, lecz także stanęła na jego czele. Jej dokonania pomogły uniknąć wypadku w czasie lądowania Apollo 11. Opracowane przez nią narzędzie w momencie przeciążenia eliminowało mniej istotne procesy, by moc obliczeniowa mogła być skoncentrowana na tych kluczowych. To właśnie Hamilton wymyśliła i spopularyzowała termin inżynieria oprogramowania (*software engineering*), chcąc podnieść rangę zawodu do innych dziedzin inżynierii. Można więc uznać, że to ona poniekąd przyczyniła się do wzrostu pozycji programowania i tym samym popularyzacji tego zawodu wśród mężczyzn.

OSTATNIE CZTERDZIESTOLECIE

Od lat 80. widać bowiem spadek liczby kobiet programistek. Cezurę stanowi 1984 rok, w którym po raz pierwszy odnotowano, że wśród studentów IT zaczęli dominować mężczyźni. Ostatnie lata przyniosły jednak pewną zmianę. Dzięki takim inicjatywom, jak Geek Girls Carrots, Girls in Tech czy IT for SHE coraz więcej kobiet decyduje się podjąć studia programistyczne. 



Warsztaty programistyczne Geek Girls Carrots



PIONIERKI INTERNETU

Książka Claire L. Evans to pasjonująca, pełna humoru opowieść o kobietach, których praca przyczyniła się do stworzenia sieci internetowej. Evans opowiada historię informatyki właśnie z feministycznej perspektywy, dlatego że – jak pisze – „zwykle opowiada się tę technologiczną historię o mężczyznach i maszynach, natomiast ignoruje się kobiety i tworzone przez nie sygnały”.



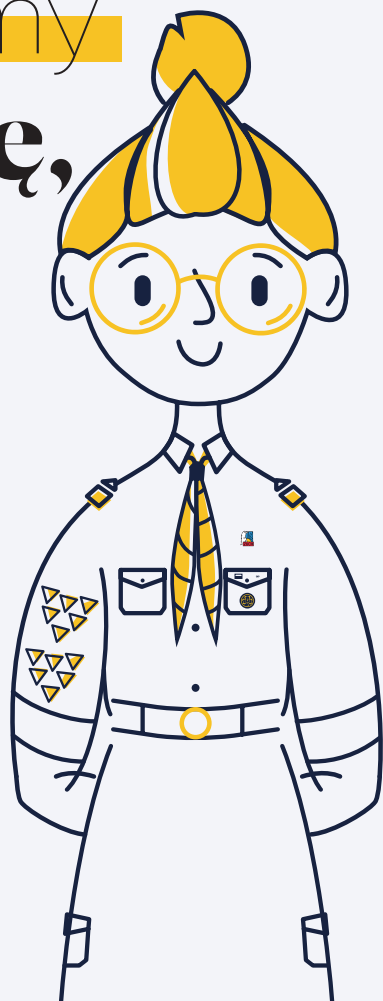
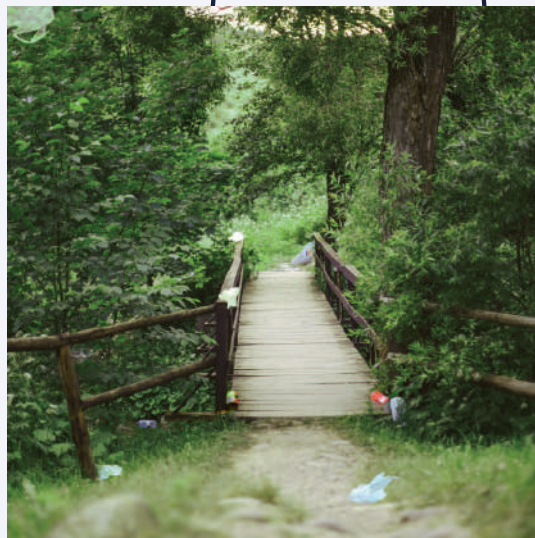
Wspólnie mamy większą siłę, by coś zmienić

Cześć, mam na imię Marta i chodzę do drugiej klasy szkoły podstawowej. Od ponad roku uczęszczam na zbiórki 18. Gromady Zuchowej „Bajkowy Las”. Spotykamy się co tydzień w szkolnej harcówce. To nasza tajna baza, o której wiedzą tylko wybrani. Kiedyś wam o niej opowiem!

Ostatnia zbiórka poświęcona była świętu, które obchodzone jest na całym świecie 22 kwietnia – na pewno wiecie, o jakie święto chodzi!

To oczywiście Dzień Ziemi. Drużynowa mówiła nam o tym, jak my możemy dbać o naszą planetę. Każde działanie jest potrzebne, bo wspólnie mamy większą siłę, aby coś zmienić. Zobaczcie, jakie zadania otrzymaliśmy na zbiórce, i spróbujcie własnych sił.

Jedno z zadań sprawdzało naszą spostrzegawczość. A czy wy potraficie znaleźć 10 śmieci w lesie?



A gdy już te śmieci znajdziemy, trzeba je posegregować. Czy wiecie, gdzie powinien się znaleźć ogryzek po jabłku albo do którego kosza należy wyrzucić plastikową butelkę? Jeśli nie, to przygotowaliśmy małą podpowiedź.

Sprawdźcie sami:



Bilety



Słoik



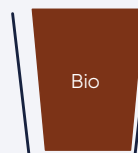
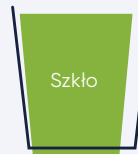
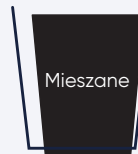
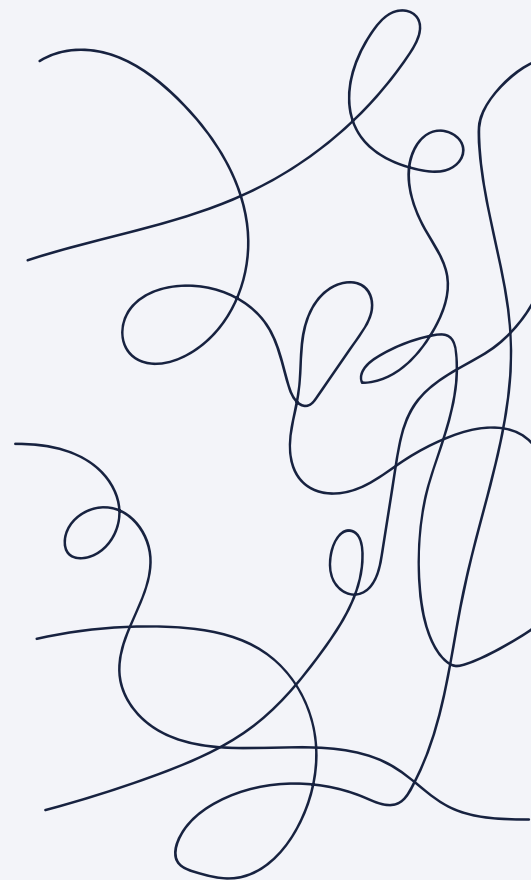
Ogryzek
po jabłku



Gazeta



Plastikowa
butelka

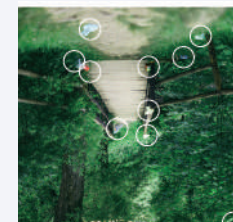


Mam nadzieję, że udało się wam rozwiązać te dwa zadania. Do zobaczenia w przyszłym miesiącu! Znowu opowiem wam o tym, co robiliśmy na zbiórce, i razem z drużynową przygotowujemy dla was kolejne wyzwania!

Artykuł przygotowany we współpracy
ze Związkiem Harcerstwa Polskiego



ODPOWIEDZ:
bilety – mieszane
słoik – szkło
ogryzek po jabłku – bio
gazeta – papier
plastikowa butelka – metale i tworzywa sztuczne



BAJKA

Magia bez czarów

TEKST: Karolina Rynasiewicz, Andrzej Skwarek

ILUSTRACJE: Olena Diaczenko



Tej nocy, gdy Czesio i Edek odpoczywali przed kolejną podróżą, rozszalała się ogromna burza. Młody pociąg Edek trochę się bał, ale robił wszystko, aby nie dać tego po sobie poznać. Czesio – wiekowa, bardzo mądra pomarańczowa lokomotywa – znał jednak swojego przyjaciela i wiedział, że chociaż w pracy zawsze jest szybki i rezolutny, teraz nie dopisuje mu humor. Postanowił więc pocieszyć go radosną historią.

– Edku, czy opowiadałem ci moją przygodę, kiedy musiałem jechać przez ogromną burzę, jeszcze większą niż ta? Bardzo się stresowałem jazdą w tak dużym deszczu. Pociąg jednak przyniósł mi pewien pan, który akurat podróżował do Krakowa...

...

Pasażerowie, którzy ze mną jechali, byli wyraźnie przygnębieni. Niektórzy posmutnieli z powodu deszczu, inni mieli swoje zmartwienia. Tylko jeden pan cały czas uśmiechał się do wszystkich,

a jego oczy błyszczały autentyczną radością. Był tak szczęśliwy pomimo deszczu i szarugi, że jedna z pań dzielących z nim przedział nie wytrzymała z ciekawości.

– A pan co taki roześmiany? Nie widzi pan tego nie-szczęścia za oknem? – zapytała z przekąsem.

– Ależ droga pani, dlaczego miałbym się smuć? Z powodu odrobinki deszczu? Przecież to właśnie wielkie szczęście, że nie jesteśmy na zewnątrz, tylko siedzimy sobie wygodnie w ciepłutkim i suchym pociągu – odrzekł mężczyzna, a jego głos był jeszcze weselszy od spojrzenia. – Poza tym mam dobry powód, żeby jechać do Krakowa... – zagaił tajemniczo.

– Kraków jest piękny nawet w deszczu – rozmarzyła się siedząca nieopodal studentka.

– Wprost magiczny! – zawtórowała jej koleżanka.

– O, to to, magiczny – jeszcze bardziej ucieszył się mężczyzna. – A czy wiedzą państwo, że właśnie w Krakowie za kilka dni odbędzie się wielki zlot magików z całego świata? Taka impreza odbywa się raz na dziesięć lat i ja, El Maestro, udaję się na nią, by zaprezentować swoje najnowsze sztuczki. Magia to najlepszy sposób na zły humor i niepogodę – szczebiotał niczym nastolatek.

– Mamo, tato, ten pan jest czarodziejem! – krzyknął chłopczyk z zawadiacką blond czuprynką. Słyszając to, zaraz z całego wagonu zbiegły się wszystkie dzieci.

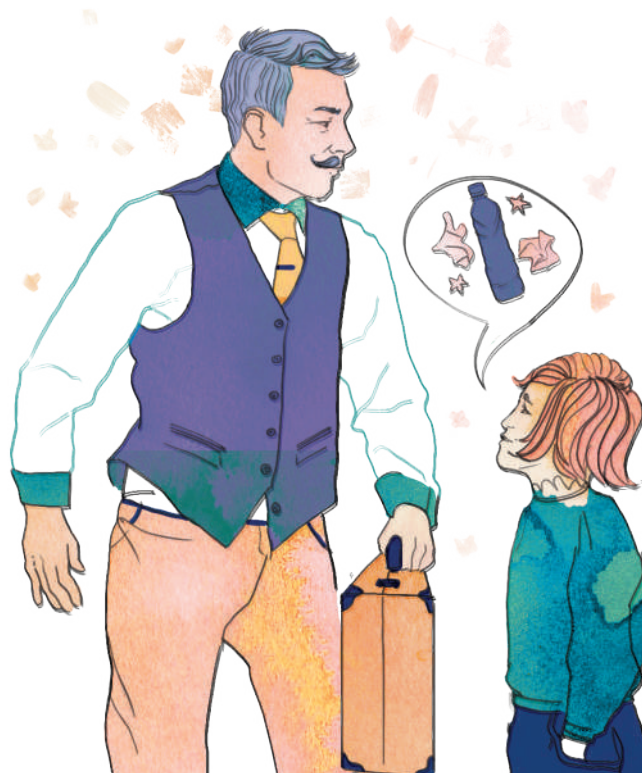
– Och, magik i czarodziej to nie do końca to samo – próbował bronić się bohater coraz większego zamieszania, ale maluchy podskakiwały podekscytowane i przekrzykiwały się wzajemnie, by coś im wyczarował.

– Ja chcę królika z kapelusza – zapisała jedna z małych pasażerek.

– Ten numer wyszedł już z mody, my, magicy, szanujemy przyrodę, a te zwierzaki źle znoszą ciemność panującą w cylindrze i nie lubią być targane za uszy – wyjaśnił El Maestro.

– A może sprawiłby pan, że znikną te brzydkie śmieci, które leżą o tam – odpowiedziała rezolutnie blond czuprynka. Rzeczywiście pod jednym z foteli leżały paskudne papierki po kanapkach i butelka po lemoniadzie.

– Cóż, my, magicy, specjalizujemy się raczej w innych rekwizytach – talie kart, monety, bukiety kwiatów... Obawiam się, że ze śmieciami to będzie niemożliwe... – zaczął tłumaczyć magik, ale nie dokończył, bo nagle w wagonie zrobiło się ciemno. Zanim wszyscy zorientowali się, że to tylko pociąg na chwilę wjechał do tunelu, znów było widno, jednak... po śmieciach nie było ani śladu!



– Brawo, wspaniale, jest pan niesamowity – zewsząd rozlegały się oklaski i wiwaty.

– Ale to nie ja – zupełnie zbity z tropu El Maestro rozglądał się wokół.

Do zachwyty nie dołączył tylko jeden z pasażerów. Pewien młodzieniec, ten, przy którego fotelu wcześniej leżała sterta śmieci, nonszalancko pogwizdując, wyglądał przez okno.

– To nie dzięki mojej mocy śmieci zniknęły, ale chyba wiem, kto tym razem popisał się refleksem godnym iluzjonisty i gdzie podziała się zguba – zaśmiał się magik i mruczając pod nosem sobie tylko znane zaklęcie, otworzył pokrywę kosza na śmieci, w którym – rzecz jasna – spoczywały papierzyśka i butelka.

Miłośnik widoków za oknem oblał się rumieńcem.

– Tak wiem, przepraszam, powinienem od razu je wyrzucić, to było bardzo niekulturalne. Już nigdy więcej tak nie zrobię – obiecał zawstydzony.

– Młody człowieku, każdy z nas popełnia błędy, ważne, by je naprawiać i wyciągać wnioski na przyszłość. Tym razem nauka jest taka, że nie potrzeba czarów, by wokół było czysto i wszystkim przyjemnie się podróżowało – powiedział El Maestro, po czym wyczarował... bilet na swoim smartfonie, by pokazać go panu konduktorowi, który niczym królik z kapelusza pojawił się w wagonie. Wszyscy znów bili brawo, a za oknem, po deszczu, zza chmur wyjrzało słońce. ♡♡

Bezpieczeństwa uczyć się z Kolejowym ABC!

Kampania prowadzona przez Urząd Transportu Kolejowego

Dokończ zdania.

Samochód nie wjeżdża na przejazd, ponieważ

☐ pociąg ☐ długopis
☐ widać ☐ nadjeżdżający

Rowerzysta czeka przed przejazdem kolejowym,

☐ pulsuje ☐ czerwono ☐ światło
☐ bo ☐ zielono ☐ na



Google Play



App Store

Pobierz naszą grę edukacyjną!

Wpisz w wyszukiwarce
hasło: Kolejowe ABC.

www.kolejoweabc.pl

Kampania Kolejowe ABC to projekt edukacyjny z zakresu bezpieczeństwa kolejowego obejmujący 700 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 Urząd Transportu Kolejowego i współfinansowana ze środków Funduszu Spójności w ramach Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2014-2020.

Chcesz wiedzieć więcej o „W Podróż” online?

#ZOSTANWDOMU

Zeskanuj kod
i obserwuj
nasz profil:



Zajrzyj na profil

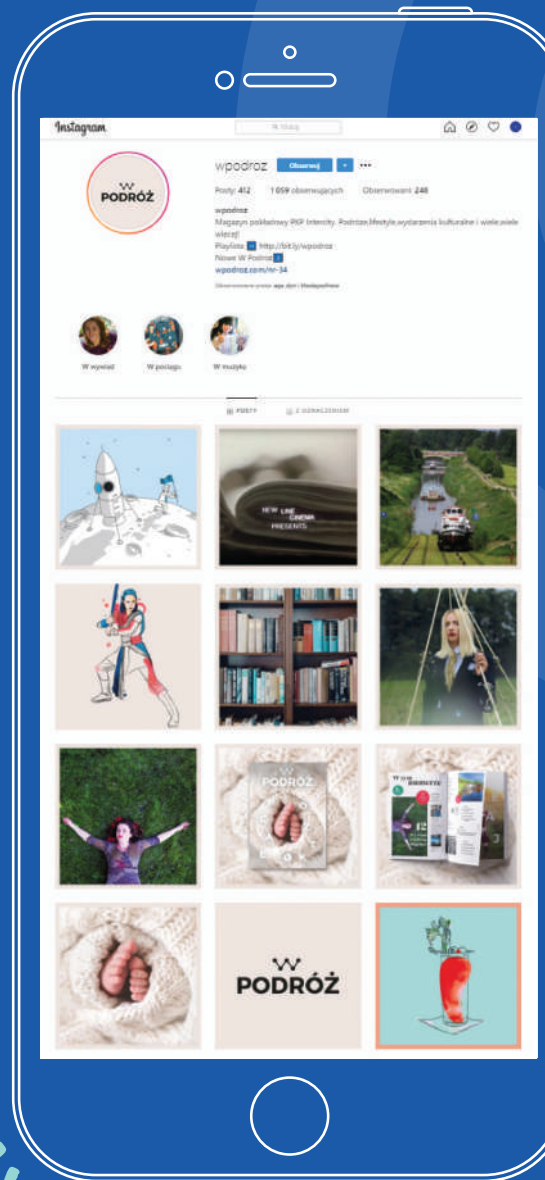
MAGAZynu @WPODROZ

NA INSTAGRAMIE!

Bądź na bieżąco z tematami numeru! Weź udział w naszych konkursach i #zostanwdomu z „W Podróż”!

A także...

...dołącz do Ambasadorów „W Podróż” na Instagramie! Pokaż nam w stories, co robisz, kiedy nie podróżujesz, i zainspiruj innych. Oznacz swoją relację lub zdjęcie #wpodroz #tysiacepowodow lub #pkpintercity.

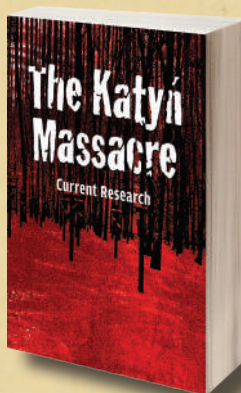
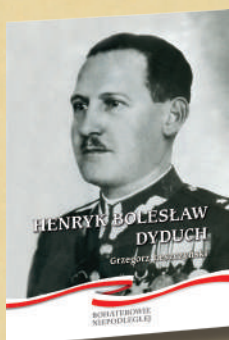
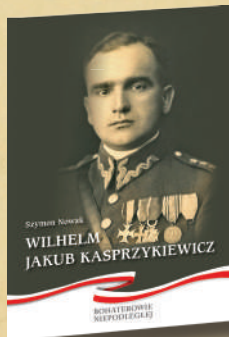




INSTYTUT
PAMIĘCI
NARODOWEJ

80. rocznica Zbrodni Katyńskiej

Polecamy nowości wydawnicze



Szukaj w księgarniach IPN i punktach sprzedaży
w całej Polsce ipn.pocztytaj.pl

Spotkaj nas na Facebooku [@ksiegarnia.ipn](https://www.facebook.com/ksiegarnia.ipn)

