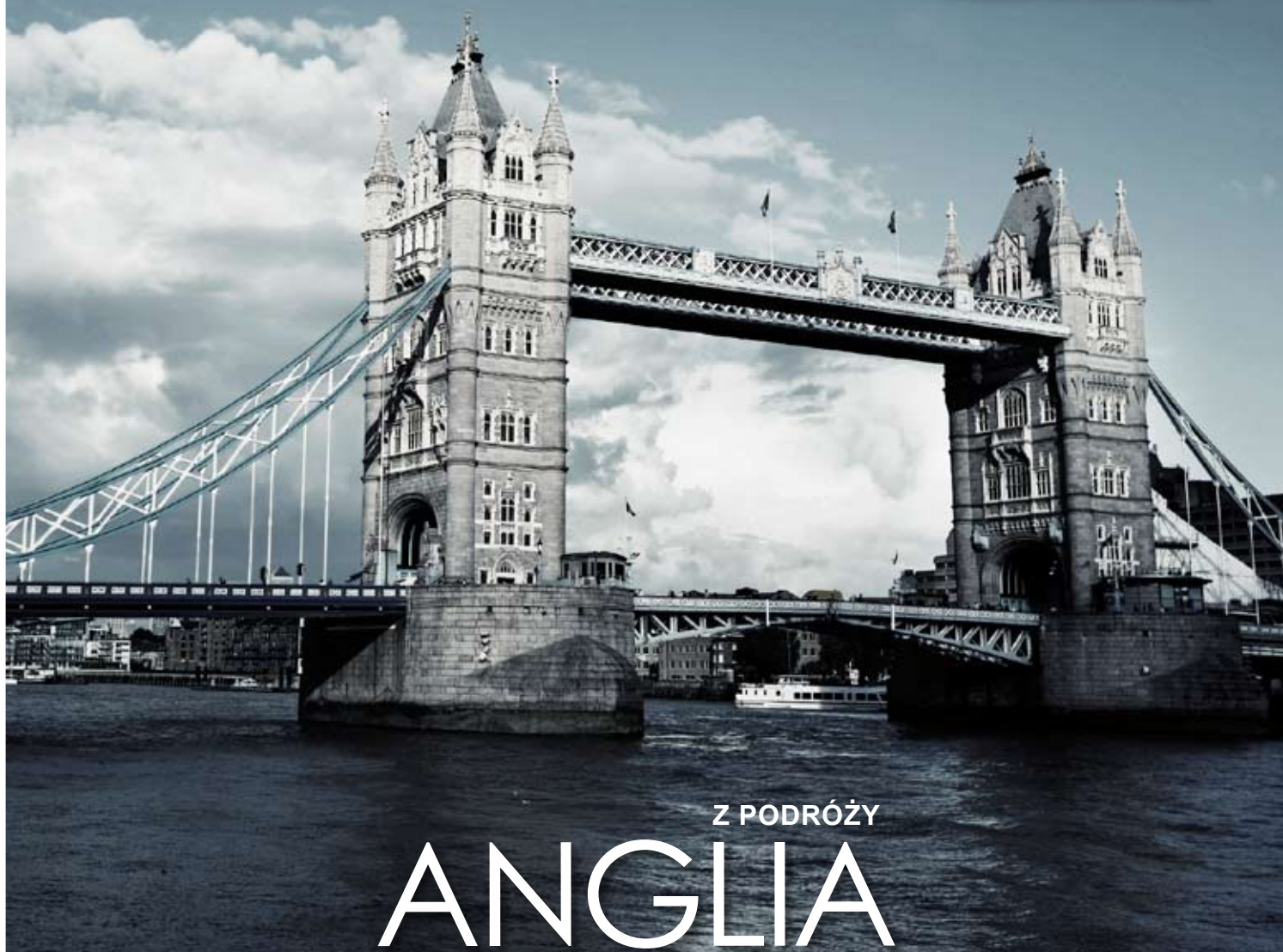


Wpodróży

ISSN 1897-970X

MAGAZYN POKŁADOWY *iCIC* PKP INTERCITY

PAŹDZIERNIK 2009/10 (29)



Z PODRÓŻY

ANGLIA

WYWIAD

Magdalena Walach

Nie robię nic na siłę

KRAJ

Toruń

Nie tylko gotyk

UBEZPIECZENIA

Życie
pod parasolem

STYL ŻYCIA

Homing
Powrót prywatek

MODA

Jak na
szpilkach

9 godzin w podróży z Samsungiem X420



Ultrasmukły notebook Samsung X420

Ultrawydajna bateria i ultrasmukły kształt umożliwiają pracę w każdym miejscu i o każdej porze.

- wielkość monitora: 14" LED HD (1366 x 768)
- układ ekranu: 16:9
- waga: 1,76 kg
- wymiary: 338 x 235 x 23,2-31,5 mm

www.samsung.com/xseries

Notebooki Samsung.

Z zamykania do perfekcji.



Windows: Life without walls.™

Imagine your life without walls. Where everything's connected. Where it's easy to manage both your photos and your finances. Working against walls is what Windows Vista® is all about. Because life is better without walls.

W numerze

- 4 WYWIAD Magdalena Walach. Nie robię nic na siłę
- 8 KALEJDOSKOP Gołęb szybszy niż internet
- 9 Pojazd na kokosy
- 12 KULTURA Teatry na szczycie
- 15 Jazzowa alternatywa
- 16 Rawa pełna bluesa
- 18 Święto kinomaniaków
- 19 Zmysłowy taniec
- 20 Bałtyckie foczki
- 23 Latające szaleństwo
- 24 SPORT Złotka mierzą w medal
- 28 KRAJ Toruń. Nie tylko gotyk
- 32 Z PODRÓŻY Dumne serce Europy. Anglia
- 35 KONKURS FOTOGRAFICZNY
- 36 INTERCITY Centra pełne ofert, Promocyjna jesień z PKP Intercity, Trzy muzyczne światy
- 44 TECHNOLOGIE Słońce w gniazdku
- 50 UBEZPIECZENIA Życie pod parasolem
- 52 NAUKA Geny z charakterem
- 54 NATURA Dlaczego ptaki migrują?
- 58 REKREACJA Tenis. Gra z umysłem
- 61 Podróż za jeden pomysł
- 64 STYL ŻYCIA Powrót prywatek. Homing
- 68 MODA Jak na szpilkach
- 70 ZDROWIE Witaminowa róża
- 72 KUCHNIA Moc aromatu. Nalewki

Wpodróży

Redakcja: W podróży. Magazyn pokładowy PKP Intercity ul. Chmielna 73 A, 00-801 Warszawa, tel. 022 474 40 14, wpodrozy@kow.com.pl www.wpodrozy.eu

Zespół: Krzysztof Beśka, Robert Gaik, Barbara Małyska, Lidia Majdecka, Monika Mężyńska, Artur Pawlak, Dorota Relidzińska, Dorota Słomczyńska, Małgorzata Starczewska, Małgorzata Stempowska (korekta), Sebastian Szczepaniak (redaktor), Ewa Maciejewska (redaktor naczelna).

Współpraca PKP Intercity: Maria Kaczmarczyk

Wydawca: Kolejowa Oficyna Wydawnicza, www.kow.com.pl, wpodrozy@kow.com.pl, reklama@kow.com.pl

Promocja: tel. 022 474 11 74, 022 474 49 15

Reklama: Ad Concept: Monika Skalimowska, m.skalimowska@adconcept.pl, 605390983, Małgorzata Teodorczyk, m.teodorczyk@adconcept.pl, 605390972

Skład i łamanie: Łukasz Rosiński – [XYZART xyzart@o2.pl](mailto:XYZART.xyzart@o2.pl) 0 608 610 660

Druk: SNN Poligrafia, www.snn.com.pl

Okładka fot: ©iStockphoto.com/sunara

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów, adiacji i zmian w nadesłanych tekstach.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam, ogłoszeń i publikacji płatnych lub barterowych.



KONKURS FOTOGRAFICZNY DLA CZYTELNIKÓW!

WWW.WPODROZY.EU



35



4



58



61

Nie robię nic na siłę

MAGDALENA WALACH

Aktorka filmowa i teatralna. Absolwentka krakowskiej PWST. Zagrała m.in. w serialu „Pensjonat pod Różą” i dwóch częściach serialu „Twarz w twarz”. Obecnie można ją oglądać w filmie Feliksa Falka „Enen”, a także w drugiej serii pierwszego polskiego serialu o tańcu – „Tancerze”. Wzięła udział w VII edycji popularnego programu „Taniec z gwiazdami”, który wraz ze swoim tanecznym partnerem – Cezarym Olszewskim – wygrała. Prywatnie jest żoną aktora Pawła Okraski i mamą trzyletniego Piotra.



fot. Eastnews

Jesienią można Panią zobaczyć na ekranach telewizorów w nowej serii „Tancerzy”. To chyba pewna konsekwencja „Tańca z gwiazdami”. Jak się pracuje w pierwszym polskim serialu tanecznym?

Praca na planie z tak liczną grupą ciekawych osobowości zawsze jest interesująca. Moja bohaterka jest instruktorką tańca, uczy innych, w związku z tym omija mnie większość związanych z tańcem zajęć, wszystkie mozołne i szalenie wyczerpujące próby choreografii, które przechodzą serialowi studenci. Moja postać nie musi już spędzać godzin na parkiecie, ma to już za sobą. Jako instruktorka w jakiś sposób awansowała.

Awans często wiąże się z pozycją, ale także z wiekiem...

Moja postać jest – tak jak ja – po trzydziestce. To utalentowana tancerka, która ze względu na wczesną kontuzję nie mogła rozwinąć skrzydeł. Na szczęście odnalazła się jako instruktorka tańca i ciągle może robić to, co lubi, tylko w inny sposób.

Wszystko zaczęło się od „Pensjonatu pod Różą” pięć lat temu. Jak Pani wspomina tamten czas?

Rola Iwy w „Pensjonacie pod Różą” to rzeczywiście była moja pierwsza znacząca rola. Przez prawie trzy lata pracowaliśmy w pięknej scenerii, z fantastycznymi

ludźmi i nad dobrym materiałem. Szkoda, że ten świetny serial już się skończył.

Pensjonat był takim miejscem, gdzie można było się schronić. Czy Pani ma takie miejsce, do którego ucieka?

Tak. To mój dom. Chyba dla każdego człowieka jego dom jest miejscem, w którym może odnaleźć równowagę, spokój, ciszę, gdzie może schronić się razem ze swoimi bliskimi. Mam też drugie takie miejsce, do którego wracam, o ile czas mi na to pozwoli – to mój dom rodzinny w Raciborzu.

Ale powrót na stałe chyba nie wchodzi w grę?

Gdybym zmieniła zawód, to dlaczego nie. Ale w tej chwili w moich rodzinnych stronach nie ma takiego miejsca, gdzie mogłabym spokojnie pracować w swoim zawodzie.

Jestem szczęśliwa, że mogę rozwijać się zawodowo, brać udział w różnych przedsięwzięciach. Ale staram się jednocześnie pamiętać o tym, by nie robić nic na siłę.

Mieszka Pani w Krakowie, a pracuje w Warszawie. To musi się wiązać z ciężkimi podróżami w obie strony.

Teraz podróżuję zdecydowanie rzadziej niż jeszcze kilka lat temu. Wraz z mężem staramy się jak najdłużej pozostawać w jednym miejscu. Ale oboje wiemy, że nasz zawód ściśle związany jest z ciągłym przemieszczaniem się. Czasami bywa tak, że z pracy do domu mamy do pokonania kilkaset kilometrów.

Punktem zwrotnym w Pani karierze był „Taniec z gwiazdami”. Co Pani myślała, decydując się na udział w tym programie?

Pamiętam ogromny stres, a także wciąż powracające pytanie, czy uda mi się przejść przynajmniej dwa odcinki. Na tyle wraz z moim partnerem

► Cezarym Olszewskim ocenialiśmy swoje szanse.

A skończyło się dla nas zaskakująco, wspaniale, więc do dziś bardzo miło to wspominać. Oprócz tej adrenaliny, która nam co tydzień towarzyszyła, była ogromna radość.

Nie bała się Pani zmasowanego zainteresowania mediów, które potrafią mocno zakłócić spokój rodziny?

Jakoś wyjątkowo oszczędziły mnie wszystkie plotkarskie portale internetowe i kolorowe gazety. Wiem, że będąc osobą publiczną, jest się narażonym na utratę anonimowości, prywatności i rodzinnego spokoju. Ale jeśli to zainteresowanie nie przekracza pewnych granic, dobrego smaku, bywa bardzo miłe.

Z jakim tańcem były największe problemy?

Z tego, co pamiętam, to trochę kłopotu sprawiło nam *passodoble*. Był to zresztą mój pierwszy kontakt z tańcami latynoamerykańskimi, wcześniej prezentowaliśmy układy klasyczne. To *passodoble*, mimo że gorące, było rzeczywiście zimnym prysznicem.

W „Tańcu...” wygrała Pani korwetę. Zapytana o szybką jazdę, powiedziała Pani niedawno: noga z gazu to podstawowa rzecz. Czy



dotyczy to tylko jazdy autem, czy także życia i kariery?

Owszem, to dotyczy także życia. Lubię, jak się dużo dzieje, i jestem szczęśliwa, że mogę rozwijać się zawodowo, brać udział w różnych przedsięwzięciach. Ale staram się jednocześnie pamiętać o tym, by nie robić nic na siłę. Wiem, jak ten pedał gazu kontrolować.

Występowała Pani w wielu serialach, filmach, sztukach teatralnych o różnej tematyce. Czy jako aktorka woli Pani przerażać, czy roześmieszć widza?

Mam nadzieję, że nikogo nie przerażam (śmiej). Cudownie jest sprawić, by widz przychodzący do teatru czy oglądający film uśmiechał się, był zadowolony albo wzruszony. Ale sprawić, by widz uśmieł się lub wzruszył do łez, to prawdziwe wyzwanie.

Pani trzyletni synek chyba jeszcze nie ogląda mamy na scenie czy w telewizji?

Na razie jest fanem wszelkiego rodzaju filmów animowanych.

Lubi Pani jesień, październik?

Lubię, ale tylko, kiedy bywa słoneczny. Kiedy jest ciepło i kolorowo. Mam nadzieję, że tegoroczny październik właśnie taki będzie, choć ostatnio mamy dość drastyczne przejścia z 28 stopni Celsjusza od razu do 8, z szarugą i deszczem...

Rozmawiał Krzysztof Beška

Wiem, że będąc osobą publiczną, jest się narażonym na utratę anonimowości, prywatności i rodzinnego spokoju. Ale jeśli to zainteresowanie nie przekracza pewnych granic, dobrego smaku, bywa bardzo miłe.



Fakty mówią same za siebie.

Moc 140 KM już od 59 900 zł*.

Aby poznać prawdę, porównuj różne oferty. Teraz kupując każdą Hondę Civic z silnikiem benzynowym, otrzymujesz wysoki standard w wyjątkowo korzystnej cenie. Wybierz Hondę Civic 4D, aby już za 59 900 zł* cieszyć się wyjątkowym komfortem, jaki gwarantują Ci klimatyzacja i podgrzewane siedzenia. Postaw na bezpieczeństwo, dzięki systemom ABS, VSA, EBD i 4 poduszkom powietrznym dostępnym w standardzie. Jeśli natomiast interesuje Cię wyrafinowany design i śmiała stylistyka, wybierz Hondę Civic 5D, na którą otrzymasz wyjątkowo atrakcyjny rabat oraz pełne ubezpieczenie.

Honda. Marzenia stały się faktem.



Oferta specjalna dla Hondy Civic 5D:
Ubezpieczenie w standardzie.
Atrakcyjny rabat.



* Podana cena dotyczy Hondy Civic Sedan 1,8 i-VTEC Base. Oferta ważna do wyczerpania zapasów. Modele prezentowane na zdjęciu mogą różnić się od samochodów dostępnych w ofercie. Zużycie paliwa w cyklu mieszanym od 5,9 do 7,3 l/100km, emisja CO₂ od 135 do 169 g/km. Informacje dotyczące odzysku i recyklingu samochodów wycofanych z eksploatacji na www.honda.pl

ODSTRESOWAĆ DROŻDŻE

Stres źle wpływa nie tylko na ludzi, ale również na... wino. Hiszpańscy naukowcy z uniwersytetu w Walencji odkryli, że „wyłączenie” u drożdży stosowanych do produkcji wina genów odpowiedzialnych za stres poprawia ich właściwości oraz wydajność podczas fermentacji. Wyniki badań pozwalają na zmniejszenie uszkodzenia komórek drożdży w procesie suszenia, a następnie reaktywacji, a dzięki temu na efektywniejsze przekształcanie winogron w wino. mm

KALORYCZNA BOMBA!

555 kilogramów i 2 mln kalorii to parametry największej babeczki na świecie. Do jej upieczenia zużyto 800 jajek, 90 kilogramów cukru oraz 90 kilogramów mąki, a cały proces pieczenia trwał 12 godzin. Aby spalić ten smakołyk, którym poczęstowano uczestników złotu zabytkowych samochodów w stanie Michigan, jedna osoba musiałaby jeździć na rowerze przez około 4 tys. lub odkurzać przez 8 tys. godzin. Poprzednia rekordowa babeczka ważyła zaledwie 70 kilogramów. mm

PRZYSTANKI PRZYSZŁOŚCI

Efektowny, interaktywny i przyjazny dla pasażera – taki będzie supernowoczesny przystanek autobusowy stworzony przez włoskich oraz amerykańskich konstruktorów z Massachusetts Institute of Technology. Futurystyczne przystanki, które w październiku pojawią się we Florencji, zostały wyposażone w komputerowy system informujący pasażera, gdzie znajduje się interesujący go autobus, kiedy dokładnie przyjedzie i jak najdogodniej dojechać do celu. Wszystko to będzie możliwe dzięki unikalnemu systemowi Eyestop, który umożliwia komunikację pomiędzy autobusami a miejscami ich postoju. Przystanki zostały zbudowane z kamienia, stali i specjalnych, superwytrzymałych tworzyw sztucznych chroniących elektronikę przed ewentualnymi wandalami. rg



Gołąb szybszy niż internet

Gołąb pocztowy jest szybszy niż internet! Eksperyment przeprowadzony przez pracowników ośrodka informacji telefonicznej The Unlimited w Afryce Południowej wykazał, że dane wysłane jednocześnie za pośrednictwem gołębia pocztowego i internetu szybciej dostarczył gołąb. Podróż wyposażonego w kartę pamięci z danymi wielkości 4 gigabajtów gołębia pocztowego imieniem Winston wraz z czasem zapisania informacji na komputerze w miejscu docelowym wyniosła dwie godziny i siedem minut. W czasie, w którym gołąb przebył trasę 85 kilometrów, przez internet udało się przesłać zaledwie 4 proc. danych! W nagrodę dzielny dostarczyciel został oficjalnie honorowym pracownikiem firmy. mm

Najspokojniej na ziemi

Ponad 3,2 tys. kilometrów po śniegu i lodzie w 70-stopniowym mrozie... Taką drogę trzeba pokonać, by dotrzeć do najspokojniejszego miejsca na ziemi - wschodniej części Antarktydy – rejonu Ridge A. Położone na wysokogórskim płaskowyżu na wysokości ponad 4 tys. m n.p.m. ma najczystsze na świecie niebo, najłagodniejszy podmuch wiatru i najniższy poziom hałasu. Zostało odkryte przez australijskich i amerykańskich astronomów podczas poszukiwań miejsca dla ustawienia teleskopu. Obraz z tego punktu ma być porównywalny do tego z kosmicznego teleskopu Hubble'a. mm

Pojazd na kokosy

Karoseria z palmowych liści i bambusa, a paliwo z przetworzonych kokosów to założenia najnowszego projektu pojazdu opracowanego przez filipiński departament transportu lądowego. Pojazd zaprojektowany przez burmistrza miasteczka Tabontabon na wyspie Leyte – Rustico Balderiana – może przewozić od sześciu do dwudziestu osób i przeznaczony jest do transportu publicznego. Koszt produkcji tego pojazdu szacuje się na jedyne 4,1 tys. dolarów. Inspiracją dla pomysłodawcy był brak środków na uruchomienie transportu publicznego w miasteczku położonym prawie 630 kilometrów od stolicy kraju – Manili.

mm



©Stockphoto.com/Mlemy

Burak krzepi

Czym najlepiej pokrzepić się przed wizytą na siłowni lub podczas niej? Naukowcy z University of Exeter oraz Peninsula Medical School w Plymouth twierdzą, że najlepszy jest sok z buraka! Udowodniły to badania kliniczne przeprowadzone na grupie mężczyzn w wieku od 18 do 36 lat, którzy przez kilka dni pili codziennie pół litra soku z buraków, po czym zaczęli serię intensywnych ćwiczeń. Naukowcy twierdzą, że warzywo posiada wysoką zawartość azotanów, które poprawiają pracę serca i redukują zużycie tlenu przez mięśnie, a to skutkuje zwiększeniem wytrzymałości fizycznej.

rg



©Stockphoto.com/Mlemy

NAJLEPSZY PRZYJACIEL Z CHIN

Pochodzące od wilków psy po raz pierwszy pojawiły się 16 tys. lat temu w Chinach! Badania szwedzkich i chińskich naukowców, przeprowadzone na podstawie DNA 1,5 tys. psów, potwierdziły, że pierwsze czworonogi zostały udomowione na południe od rzeki Jangcy. Dotyczyło to początkowo grupy kilkuset osobników, a prawdopodobnym powodem oswojenia zwierząt był apetyt mieszkańców na mięso zwierząt, które za smakołyk uchodzi tam do dziś.

„SKORPIOŃSKA” POKUTA

Wyrzuty sumienia mogą doprowadzić do przedziwnych skutków. Suang Puang-sri z Uttaradit w Tajlandii trzyma w domu ponad cztery i pół tysiąca skorpionów jako pokutę za krzywdy, które w swoim życiu wyrządził tym zwierzętom – sprzedawał je okolicznym restauratorom. Dla skorpionów w swoim domu Taj stworzył specjalną ocienioną zagrodę, a także sprowadza dla nich ulubione pożywienie – żywe cykady. Suang jest z nimi mocno związany – pozwala im chodzić po całym swoim ciele i bez wahania bierze je do ust. W przyszłości zamierza pobić rekord Guinnessa, zamykając się w klatce z dziewięcioma tysiącami skorpionów.

NIETYPOWY OSTRZAŁ

Wypadek ciężarówki w miejscowości Wamsutter w stanie Wyoming w Stanach Zjednoczonych stał się przyczyną niezwyklego ostrzału. Strażacy gaszący płonący pojazd przewożący butelki z winem w pewnym momencie zostali zasypani gradem... korków od butelek! Wysoka temperatura doprowadziła do wzrostu ciśnienia w naczyniach, co spowodowało nietypową salwę. Nikt nie został ranny.

mm



MAZOWSZE. SERCE POLSKI

Od wieków Mazowsze jest bramą do Polski. Wprawdzie jest to teren nizinny, ale oferuje różnorakie formy zorganizowania czasu wolnego. Turyści mają do wyboru liczne ścieżki rowerowe, piesze oraz szlaki wodne, które sprawiają, że cały region można objechać, obejść i opłynąć, przy okazji świetnie się bawiąc. Malownicza przyroda, dzieki rzeki, jeziora, liczne parki krajobrazowe i rezerwaty przyrody skłaniają do aktywnego spędzania czasu. Spływ kajakowy, wycieczka rowerowa bądź piesza wyprawa pozwolą na obcowanie z przyrodą i klimatem, jakich w dużym mieście nie zaznamy. Urokliwe zakątki sielskiego życia mazowieckiej wsi

prezentują skanseny, do dziś kultywujące dawne zwyczaje i obrzędy. Miejsca te na każdym wywierają niezapomniane wrażenie, przenosząc swoich gości w czasy naszych pradziadów.

Mazowsze jest także jednym z najdynamiczniej rozwijających się regionów w Polsce. Położone jest w jej centralnej części, zajmuje największą powierzchnię ze wszystkich województw, dysponuje najwyższym potencjałem gospodarczym i stanowi największy rynek pracy. Dzięki temu jest także jednym z bardziej atrakcyjnych obszarów pod kątem inwestycji, edukacji i możliwości zamieszkania.

Na Mazowszu swoje siedziby mają główne insty-

tucje rządowe i największe firmy. W regionie spotykają się niemal wszystkie szlaki komunikacyjne, handlowe i finansowe łączące Europę Wschodnią i Zachodnią. Do mocno uprzemysłowionych obszarów regionu należą w szczególności: Warszawa, Płock, Radom, Ciechanów, Siedlce i Ostrołęka. W dzisiejszym świecie, który kręci się nieustannie bez chwili wytchnienia, trzeba jednak czasem zwolnić choćby po to, by nabrać sił do dalszego działania. Mając niewiele czasu, sięgamy po to, co mamy w zasięgu ręki.

**Dlatego zapraszamy na Mazowsze
– Mazowsze jest blisko.**

IMIENINY ULICY **ŚWIĘTY MARCIN** POZNAŃ 11 LISTOPADA 2009

11 listopada – Narodowe Święto Niepodległości – to dzień, przynajmniej z założenia, radosny. Obchody rocznic i świąt państwowych w Polsce radosne i spontaniczne nie są: ograniczają się zazwyczaj do oficjalnych ceremonii (składanie kwiatów, przemówienia, salwy). Inaczej jest jednak w Poznaniu. Tak się składa, że 11 listopada to także Dzień św. Marcina, który – obok patronów miasta Piotra i Pawła – jest najpopularniejszym poznańskim świętem.

Jest w Poznaniu kościół pw. św. Marcina, są znane tylko tu marcińskie rogałe, którymi każdy poznanian objada się właśnie 11 listopada, jest wreszcie ulica Święty Marcin – główna arteria miasta, przy której wznosi się siedziba Centrum Kultury „Zamek”. To właśnie w „Zamku” narodził się w połowie lat 90. pomysł, aby – nawiązując do tradycji ulicznych festynów, którym patronowali rozmaici święci: opiekunowie ulic, miast, cechów – wyprawić ulicy Święty Marcin huczne imieniny. Dzięki temu sposób, w jaki obchodzimy w naszym mieście Narodowe

Święto Niepodległości jest jedyny w swoim rodzaju. Momentem kulminacyjnym obchodów imienin jest co roku barwny korowód, który wy-

rusza spod kościoła św. Marcina po zakończeniu sumy odpustowej. Pochód z postacią patrona na czele przemierza ul. Święty Marcin i przybywa na plac przed „Zamkiem”. Tu święty otrzymuje z rąk prezydenta klucz do bram miasta, co staje się sygnałem do rozpoczęcia ostatniej przed zimowymi chłodami ulicznej zabawy. Na imieninowych gości czekają plenerowe koncerty, spektakle, pokazy filmowe, wystawy (często związane z historią ulicy i miasta), kiermasz z marcińskimi rogalami oraz – na finał – pokaz sztucznych ogni.



POROZMAWIAJ O TEATRZE

Międzynarodowy Festiwal Teatralny „Dialog-Wrocław” to jedno z najważniejszych wydarzeń teatralnych w naszej części Europy. Piąta edycja odbędzie się 10-17 października.



Tematem przewodnim festiwalu jest hasło „Wobec zła”. Tegoroczna impreza to aż piętnaście spektakli i czternastu wybitnych reżyserów z całego świata: Lev Erenburg, Cezaris Graužinis, Ivo van Hove, Grzegorz Jarzyna, William Kentridge, Jan Klata, Oskaras Koršunovas, Dmitry Krymov, Christoph Marthaler, Rabih Mroué, Eimuntas Nekrošius, Luk Perceval, Barbara Wysocka i Alize Zandwijk. Po raz pierwszy w Polsce wystąpi również słynny lalkarski teatr Handspring Puppet Company z RPA. Oprócz przedstawień teatralnych widzowie będą mieli okazję spotkać się i porozmawiać z artystami, bo formuła Dialogu zakłada bezpośredni kontakt twórców z publicznością.

alv

KULTOWE OBRAZKI Z DYMkami

XX Międzynarodowy Festiwal Komiksu i Gier odbędzie się w Łodzi 2-4 października.

Gwiazdami tegorocznego festiwalu będzie Zbigniew Kasprzak, autor popularnych w Europie serii „Yans” i „Halloween Blues”, Marvano – autor „Wiecznej wojny”, Grzegorz Rosiński rysujący „Thorgala”, a także Tomasz Leśniak i Rafał Skarżyski, autorzy „Jeża Jerzego”.

W czasie festiwalu odbędzie się kilkanaście wystaw, m.in. prac Willa Eisnera (autor komiksów: „Umowa z Bogiem”, „Nowy Jork”, „Życie w

obrazkach”, „Spirit”). Oprócz spotkań z autorami w programie znalazły się warsztaty, panele dyskusyjne, projekcje animacji i liczne konkursy. W ramach festiwalu odbędzie się także piąta edycja mistrzostw gier komputerowych – Cyber Arena.

Miejscami wydarzeń będą: Łódzki Dom Kultury, Łódź Art Center, Centralne Muzeum Włókiennictwa, Manufaktura i klub Wytwórnia. Pomiedzy nimi kursować będzie specjalna linia autobusowa.

sz

FABRYKA MEBLI DEKORT

Fabryka mebli „DEKORT”, producent mebli skrzyniowych do pokoi wypoczynkowych, salonów, jadalni, bibliotek, sypialni. Produkujemy meble z drewna litego dąb, buk, olcha europejska, buk twarzielowy, dąb sekaty, a także meble z płyty pokrytej fornirami naturalnymi dąb, orzech amerykański.



FABRYKA MEBLI „DEKORT” SPÓŁKA JAWNA
PL-14200 SMOLNIKI IŁAWA

tel. +48 89 644 84 52, +48 89 644 84 65, fax +48 89 644 84 61
dekortzd@poczta.onet.pl, iwona@dekortmeble.eu
www.dekortmeble.eu, www.dekortmeble.pl

POZNAŃSKA NOSTALGIA

Dwa odcienie nostalgii z okazji drugiej odsłony festiwalu przewiduje program poznańskiej Nostalgii, która w tym roku trwać będzie od 5 do 10 października. Pierwszym odcieniem będzie muzyka Valentina Silvestrova – współczesnego ukraińskiego kompozytora, którego nazywa się neoklasykiem i modernistą. On sam opowiada: „Nie piszę nowej muzyki. Moja muzyka jest odpowiedzią, echem tego, co już istnieje. Przebija z niej tęsknota za zagubioną ojczyzną i niewinnością”. Drugim bohaterem będzie Gesualdo da Venosa – żyjący na przełomie XVI i XVII wieku włoski książę, wielki kompozytor i... tajemniczy zbrodniarz, który w szale zazdrości zabił swoją żonę oraz jej kochanka. Pisał piękne madrygały miłosne, ale także utwory sakralne. W Poznaniu – w wykonaniu The Hilliard Ensemble – będzie można usłyszeć m.in. jego najśłynniejszą kompozycję sakralną: „Tenebrae Responsoria”.

UCZUCIA CESARII EVORY

Premiera najnowszej płyty niezwykle pieśniarki z Wysp Zielonego Przylądka – Cesarii Evory – odbędzie się 26 października. Płyta pt. „Nha Pentimento” (Moje uczucia) to zbiór 14 lekkich, radosnych, ale także przejmujących i pełnych emocji piosenek. Cesaria Evora swoją karierę rozpoczęła ponad 45 lat temu w Mindelo na wyspie Sao Vicente. Choć dziś ma 68 lat, jej głos nadal oddaje gamę silnych emocji i dlatego m.in. nazywa się ją kreolską Billie Holiday.

mak



©iStockphoto.com/godolymeshoes

OPEROWE KLASYKI

Po raz pierwszy w Teatrze Wielkim w Łodzi będzie wystawiana opera „My fair lady” Fredericka Loewe'a. Premiera się 2 października.

Jeden z najbardziej znanych musicali na świecie – „My fair lady” z 1956 r. – powstał na motywach „Pigmaliiona” Bernarda Shawa. Autorem scenariusza był Alan Jay Lerner, a muzyki – Frederick Loewe. Musical wystawiany był na najbardziej znanych scenach świata, m.in. na Broadwayu.

W październiku tego roku po raz pierwszy zagości na scenie Teatru Wielkiego w Łodzi. Opowiada on historię ulicznej kwiaciarki Elizy Doolittle, którą językoznawca – prof. Higgins – próbuje przemienić w damę z wyższych sfer. Spektakl w reżyserii Macieja Korwina swoją premierę będzie miał 2 października. W repertuarze teatru znajdują się także m.in. „Cinderella” (Kopciuszek) Rossiniego – 7, 8.10, „Czarodziejski flet” Mozarta – 10.10, „Księżniczka czardasza” Kalmana – 11.10, „Nabucco” Verdiego – 18.10, „Dziadek do orzechów” Czajkowskiego – 22, 23.10, „Cyganeria” Pucciniego – 24.10, „Wesele Figara” Mozarta – 29.10. ema

TEATRY NA SZCZYCIE

Zespoły narodowych teatrów z Polski, Rosji, Austrii, Francji, Włoch, Bułgarii i Rumunii wezmą udział w zaczynającym się w październiku międzynarodowym festiwalu – Spotkanie Teatrów Narodowych (STN). Gospodarzem wydarzenia będzie Teatr Narodowy w Warszawie.

Trwający dwa miesiące festiwal będzie okazją do zaprezentowania wybitnych przedstawień sześciu wybranych europejskich scen narodowych. Zderzą się tu różne style, tradycje, pokolenia i techniki. 2 i 3.10 wystąpi Teatr Aleksandryjski, Rosja, Sankt Petersburg (M. Gogol, „Ożenek”), 16 i 17.10 – Teatrul National „Marin Sorescu”, Rumunia, Craiova (W. Shakespeare, „Wieczór Trzech Króli”), 23 i 24 – Naroden Teatar „Ivan Vazov”, Bułgaria, Sofia (Molier, „Don Juan”), 28 i 29 października – Combie Française, Francja, Paryż (P. Claudel, „Podział południa”). W listopadzie zaś 7 i 8.11 wystąpi Burgtheater, Austria, Wiedeń (K. Schönherr, „Kobieta diabeł”), a 19 i 20.11 – Piccolo Teatro di Milano, Włochy, Mediolan (C. Goldoni, „Trylogia wakacyjna”). Oprócz spektakli w programie festiwalu znajdują się także wykłady, projekcje i międzynarodowe sympozjum na temat roli scen narodowych w XXI wieku. Przewidziano też spotkania z artystami. ema





MAGELLAN

*Zaledwie 110 km od Stolicy i 60 km od Łodzi, pośród lasów nad brzegami Zalewu Sulejowskiego w miejscowości Bronisławów znajduje się mekka biznesu a jednocześnie ostoja spokoju Hotel Magellan****

*To niezwykle osobliwe i piękne miejsce daje naszym Gościom wiele możliwości odpoczynku na łonie natury zarówno dając możliwość aktywnego spędzenia wolnego czasu jak również poddania się błogiemu relaksowi w największym w regionie **Instytucie SPA & Wellness**.*

Znajdziecie tu Państwo dwupoziomowy kompleks w skład którego wchodzi:

- basen kryty o wymiarach 17 x 8 m w wodzie którego odbija się ogromna, zajmująca całą ścianę mozaika – artystyczna impresja ukazująca morską falę,
- jacuzzi z kaskadą wodną,
- łaźnia parowa i
- sauna fińska

Dodatkowo w 9 profesjonalnie wyposażonych gabinetach odnowy biologicznej urządzonych w kolorach ziemi będą mogli Państwo poddać się różnego rodzaju zabiegom takim jak:

hydroterapia, zabiegi na twarz, zabiegi na ciało czy masaże zarówno te relaksacyjne jak i lecznicze.

Dostępne na naszej stronie internetowej www.hotelmagellan.pl pakiety pobytowe SPA zachęcają swoją różnorodnością do skorzystania z szerokiej oferty Magellana.

Centrum Kongresowo-Szkoleniowe MAGELLAN
Bronisławów, ul. Żeglarska 35/31 97-320 Wolbórz
Tel: +48 44 615 43 50 Fax: +48 44 615 43 52
repcja@hotelmagellan.pl www.hotelmagellan.pl



POWSTANIE NOWY TEATR

Za trzy lata w Gdańsku powstanie Teatr Szekspirowski. Będzie to najnowocześniejsza scena teatralna w Polsce i pierwszy wybudowany od podstaw po 1989 r. teatr w naszym kraju. Projekt zakłada m.in. otwierany dach, który pozwoli pokazywać spektakle w warunkach elżbietańskich (na niezadaszonej scenie bez kulis), oraz podłogę składającą się z ruchomych modułów, dzięki czemu reżyserzy będą mogli dowolnie komponować i kształtować przestrzeń teatralną. Wmurowanie kamienia węgielnego pod nowy obiekt nastąpiło 18 września. W uroczystości wzięli udział m.in. Krzysztof Kolberger, Jerzy Radziwiłowicz, Andrzej Seweryn i Jerzy Stuhr. Działający cały rok teatr będzie sceną impresaryjną oraz prężnym ośrodkiem edukacyjnym i konferencyjnym.

MUZYKA Z GŁĘBI DUSZY

Madredeus, który międzynarodową sławę zyskał dzięki występowi w filmie „Lisbon Story”, zagra w październiku w Polsce dwa koncerty. Pochodzący z Lizbony zespół wykonuje tradycyjną muzykę portugalską bezpośrednio inspirowaną fado. W jego repertuarze znajdują się głównie nastrojowe i poetyckie pieśni wykonywane przy akompaniamencie akustycznych gitar oraz syntezatorów. Mistrzów fado będzie można usłyszeć na żywo warszawskim klubie Palladium 14 października, a dzień później we Wrocławiu w katedrze św. Marii Magdaleny.

alv

OD REDAKCJI

W związku z pomyłkowo podaną, nieprawdziwą informacją w artykule „Niedoceniani bohaterowie” z wrześniowego 2009/9 (28) wydania na temat rzekomej tragicznej śmierci himalaisty Ryszarda Pawłowskiego wydawca oraz redakcja magazynu „W podróży” przepraszają Pana Ryszarda Pawłowskiego, jego rodzinę oraz osoby, które wspomnianą informację przeczytały i zostały w ten sposób wprowadzone w błąd.



WARSZAWA W DUCHU DADA

Prawdziwa uczta czeka na wielbicieli paryskiej awangardy artystycznego kina lat 20. XX wieku w warszawskiej kawiarni Miasto Gadających Główn. 18 października odbędzie się wieczór filmowy pod hasłem Dada Movies.

Na ekranie pojawiają się m.in. takie perełki artystycznej kinematografii, jak „Pies andaluzyjski” Luisa Buñuela, „Mechaniczny balet” Fernanda Légera i „Rozgwiazda” Mana Raya. Ilustrację do filmów stanowić będzie muzyka zespołów Robotobibok, Skalpel i The Cinematic Orchestra. Wieczór filmowy będzie jednym z kolejnych przejawów fascynacji ruchem dada, jaka widoczna jest we wszystkim, co się dzieje w kawiarni. Skąd się wzięła nostalgia za awangardą sprzed stu lat? – Stąd, że Warszawa jest dada – wyjaśnia Bartosz Szczesiul, który w lokal znajdujący się w samym centrum miasta, przy Dworcu Centralnym, na przeciwko Złotych Tarasów, tchnął ducha antysztuki. – Stolica ma opinię miasta denerwującego i brzydkiego, ale coś, co jest z pozoru ohydne, może być i inspirujące – stwierdza. Projekcje filmowe w Mieście Gadających Główn odbywają się w każdą niedzielę, dużo częściej – imprezy muzyczne. I tak na przykład w piątek 23 października kawiarnię odwiedzi Cold Lady – krakowski duet didżejów specjalizujących się w miksowaniu gitarowego postpunka z muzyką indie. Wątki dada pojawiają się z pewnością w sobo-

tę 31 października podczas jam session Pinocheta i przyjaciół. Muzycy obiecują, że oprócz brzmień jazzowo-rockowych podczas koncertu ze swoich instrumentów wydobędą też „dźwięki absurdałne”. 14 października odbędzie się show „Ebert wizualizacje” – audiowizualny happening Tomka Eberta z wykorzystaniem starych telewizorów, światła, muzyki i udziałem publiczności. Miasto Gadających Główn warto odwiedzić również bez szczególnej okazji. Nowo otwarta kawiarnia swój niepowtarzalny klimat zawdzięcza meblom w stylu retro – zdobiącej bar komodzie z radiem i barkiem, pamiętającemu czasy Gierka telewizorowi, kontuarowi z przedwojennych szafek. Na ścianach wiszą oryginalne kolaże, wśród nich m.in. „Rozmowy o goleniu” na motywach Gauguina oraz „LHOOQ”, czyli Mona Liza z wąsami Marcela Duchampa. To jedno z nielicznych miejsc, gdzie można posłuchać muzyki z płyt winylowych. Miasto Gadających Główn zaprasza nie tylko amatorów antysztuki. W oparach rozkosznego nonsensu zanurzyć się tu mogą wszyscy spragnieni chwili wytchnienia w samym centrum miasta. miastogadajacych.blogspot.com djr

JAZZOWA ALTERNATYWA

Jak muzyka jazzowa inspiruje inne sztuki, pokazuje Off Jazz Festival w Tczewie, 10-17 października.

Podczas trzeciej już edycji festiwalu będzie można usłyszeć m.in. Sławka Jaskułkę (piano) & Pedro Gonzalesa (live electronics), którzy zagrają do projektu Anny Isabel Ordonez. Reżyserka stworzyła kolaż z dwóch niemych filmów pokazujących wizerunki mężczyzn i kobiet we wczesnym kinie czarno-białym. Podczas festiwalu wystąpi także Funk de Nite, grupa grająca mieszaną jazzu, funku i rocka. Zespołowi towarzyszyć będzie beat boxer, raper i tancerz z Gujany – Stewlocks. Wystąpią także Muzykoterapia (grupa łącząca elementy new jazzu, dubu, down-tempa) oraz Asaf, bardzo wyrazista i spójna brzmieniowo formacja, której charakter nadaje Maciej Sikała, jeden z najlepszych w kraju saksofonistów tenorowych.



CYFROWY MASSIVE ATTACK

Po trzech latach milczenia na rynku ukaże się nowy materiał Massive Attack – minialbum „Splitting the Atom”. Od 5 października EP-ka zawierająca cztery nowe utwory dostępna będzie w wersji cyfrowej. Studyjny album grupy ukaże się w lutym 2010 r. Do udziału w nagraniach zaproszeni zostali m.in. Damon Albarn, Hope Sandoval, Martina Topley-Bird, Guy Garvey i Tunde Adebimpe. A oprócz założycieli grupy – Roberta Del Naja i Granta Marshalla – usłyszeć będzie można także Horace'a Andy'ego.

MUZYCZNE „KALAMBURY”

Pod koniec października ukaże się nowa płyta grupy Pustki – „Kalambury”. Album składać się będzie z utworów skomponowanych do wierszy polskich poetów, m.in. Bolesława Leśmiana, Juliana Tuwima, Stanisława Wyspiańskiego, Tadeusza Gajcego czy Władysława Broniewskiego. Jednym z zaproszonych do udziału w nagraniach płyty gości będzie Artur Rojek, a wśród utworów na krążku znajdą się m.in. „Znój” i „Wiedza” Leśmiana, „Trawa” Tuwima, „Notes” Słonimskiego, „Kalambury” Broniewskiego, „Wesoły” Wyspiańskiego czy „Wiersz o szukaniu” Gajcego.



ENERGETYCZNIE W MADNESS

Vespa będzie jedną z gwiazd festiwalu we wrocławskim klubie Madness, 9-10 października.

Spora dawka energii czeka tych wszystkich, którzy w drugi weekend października (piątek i sobotę) odwiedzą klub Madness we Wrocławiu. Oprócz najbardziej rozpoznawalnej w Polsce grupy grającej ska – szczecińskiej Vespy – wystąpią kapele wykonujące reggae, rocksteady, punk, rock and roll, psychobilly czy rockabilly. Pierwszego dnia festiwalu zagrają m.in.: brzeski StarGuardMuffin,

zespół Wersja de Lux z Gdyni grający muzykę ska z domieszką rocka, swingu i reggae, Las Melinas Formacja Skankerska czy punkrockowa kapela Comitiva Armata. Dzień później na klubowej scenie pojawiają się m.in. płocki zespół Podwórkowi Chuligani, wrocławska kapela Nonsens oraz warszawska rockandrollowa grupa De Tazos i szczecińska The Freaks.

mak



AKURAT NA JESIEŃ

Mieszanka rocka, ska, reggae, punk rocka i popu to propozycja muzyczna grupy Akurat, która w październiku rusza w trasę koncertową po Polsce. Trasa zacznie się koncertem w Zielonej Górze – 1.10. Dzień później grupa zagra w Wałbrzychu, 3.10 – we Wrocławiu, 11.10 – w Mikołowie, 16.10 – w Radomiu, 17.10 – w Łodzi, 22.10 – w Poznaniu, 23.10 – w Olsztynie i 24.10 – w Ełku. Jak brzmi poezja ska-kana, jak swoją muzykę nazwali członkowie grupy, będzie można usłyszeć także w listopadzie m.in. w Opolu, Krakowie, Szczecinie, Elblągu i Warszawie. Podczas koncertów nie zabraknie starych przebojów oraz premierowych numerów z płyty, która ukaże się wiosną przyszłego roku.

ARCHIVE W WARSZAWIE

Brytyjska grupa Archive wystąpi w Warszawie. Koncert odbędzie się 16 października w stołecznym klubie Stodoła. Zespół promować będzie swój najnowszy krążek „Controlling Crowds”. Wydany w marcu tego roku album krytycy uznali za wyjątkowy. Założona w 1994 r. grupa zmieniała składy i inspiracje muzyczne. Obecnie jej muzykę określa się jako neoprogresywny rock i umiejscawia między brzmieniem Pink Floyd a Radiohead.

mak

FREE FORM FESTIVAL

Koncerty, live acty, sety didżejskie, ale również pokazy audiowizualne, filmowe czy video art to niektóre z propozycji Free Form Festiwalu, który odbędzie się 16-17 października w Warszawie.

Piąta edycja imprezy odbędzie się w centrum kultury Koneser na warszawskiej Pradze, a jej program będzie bogatszy niż poprzednie. W piątek 16.10 zagra m.in. Herbaliser – duet łączący hip-hop z jazzowymi i funkowymi samplami, discopunkowy Whomadewho, elektropopowy Tommy Sparks oraz Luomo z Finlandii – jeden z najważ-

niejszych współczesnych twórców elektroniki znany również jako Vladislav Delay. W sobotę 17 zagrają: Girls In Hawai z Belgii, Birdy Nam Nam – najbardziej widowiskowy skład turntablistyczny na świecie – a także DJ Food & DK, Karl Bartos, współtwórca sukcesu Kraftwerk.

mak

RAWA PEŁNA BLUESA

Dziewiętnaście zespołów na dwóch scenach wystąpi podczas 29. edycji kultowego festiwalu Rawa Blues, 10 października.



Odbывający się w katowickim Spodku festiwal to od lat największa tego typu impreza w kraju.

W tym roku wśród gwiazd znajdą się m.in. znany muzyk grający na harmonijce ustnej Rod Piazza & The Mighty Flyers oraz młoda, ale już zdobywająca nagrody (Blues Music Awards) Eden Brent. Ponadto wystąpią m.in. Eric Sardinas, Hoo Doo Band, The Moongang, J.J. Band, Paweł Szymański, Grzegorz Kapołka, Karolina Cyganek, L.R. Phoenix and Mr. Mo'Hell z Finlandii. A także: BandaBand, Śląskie Ministerstwo Blues'a, Przytuła & Kruk, Gosia Werbińska i Błażej Pawlina, Droga Ewakuacyjna, Old Wave, Southern Cross oraz Doktor Blues. Ważnym wydarzeniem będzie jubileusz 25-lecia Shakin' Dudio – Ireneusza Dudka, który od lat jest organizatorem imprezy. em

Accreo

T a x a n d

Nr 1

wg Forbes*

BIZNES Z KAŻDEJ STRONY

Badania i rozwój Infrastruktura Maszyny i urządzenia
Maszyny i urządzenia Odnawialne źródła energii Nowe fabryki i linie produkcyjne
Centra usług wspólnych Szkolenia
Źródła energii Szkolenia Infrastruktura Badania i rozwój Masz

Accreo Taxand jest czołową firmą doradztwa podatkowego i finansowego. W 2008 r. pozyskaliśmy dla naszych klientów 363,8 mln PLN dotacji unijnych, a w 2009 r. 428,2 mln PLN.

*Ranking firm doradczych pomagających przedsiębiorstwom zdobyć fundusze unijne miesięcznika Forbes.

Accreo Taxand Sp. z o.o., ul. Grzybowska 5A (Grzybowska Park), 00-132 Warszawa, Polska
Tel. : (+48 22) 324 59 00, Fax: (+48 22) 324 59 01, e-mail accreo@taxand.pl, www.taxand.pl

BIAŁY ZAMEK**Orhan Pamuk**

Historia młodego Wenecjanina, który jako niewolnik trafia do domu stambulskiego uczonogo budującego broń dla armii tureckiej szykującej się na wojnę z Polską w XVII wieku.

Ta sytuacja dla pisarza, tureckiego noblisty, staje się pretekstem do zderzenia zachodniej i orientalnej wizji sztuki, nauki oraz technologii. Wydawnictwo Literackie, 2009

UKRYTY WYMIAR**Edward. T. Hall**

Wznowienie najważniejszego dzieła zmarłego niedawno amerykańskiego etnologa oraz twórcy prokemiki. W swojej książce Hall opisuje przestrzeń jako wytwór kultury wpływający na zachowanie ludzi. Badacz przygląda się, jak człowiek postrzega przestrzeń w kontekście społecznym i jak próbuje na nią oddziaływać. Muza, 2009

BŁYSK. POTĘGA PRZECZUCIA**Malcolm Gladwell**

Książka o potędze pierwszego wrażenia – czymś, co zdarza się w mgnieniu oka bez udziału świadomości oraz rozumu. Według autora, publicysty „New Yorkera”, człowiek zbyt często podejmuje decyzje, kierując się racjonalnymi przesłankami, zamiast zdać się na przeczucie. Znak, 2009

DR HOUSE**Challen Paul**

Książka dla wszystkich fanów jednego z najpopularniejszych lekarzy w historii telewizji. Jak to się stało, że brytyjski komik Hugh Laurie dostał rolę w serialu? W jakim stopniu życiowe perypetie aktora wpłynęły na kreację House'a? Na te i wiele innych pytań odpowie lektura, która jest jednocześnie przewodnikiem po serialu. Prószyński i S-ka, 2009

alv

ŚWIĘTO KINOMANIAKÓW



Tegoroczna edycja jest wyjątkowa z powodu awansowania WFF do elitarniej kategorii międzynarodowych festiwali konkursowych skupiających najważniejsze festiwale filmowe na świecie (m.in. w Cannes i Berlinie). W programie tegorocznego WFF znalazło się prawie 150 filmów fabularnych i 100 krótkometrażowych z 57 krajów świata. Zostaną one pokazane m.in. w pięciu sek-

Jubileuszowa 25. edycja Warszawskiego Festiwalu Filmowego, największej i najbardziej znanej polskiej imprezy tego typu, potrwa od 9 do 18 października.

cjach konkursowych. W konkursie międzynarodowym wyselekcjonowane filmy z całego świata (wśród nich „Dom zły” Wojtki Smarzowskiego oraz „Świnki” Roberta Glińskiego) będą walczyły o główną nagrodę, czyli Warsaw Grand Prix, które przyzna jury pod przewodnictwem Jana A.P. Kaczmarka. Konkurs „Jeden-dwa” pokazuje w zestawieniu debiutancki oraz drugi (według wielu reżyserów najtrudniejszy) film młodych, obiecujących twórców. Konkurs „Wolny duch” zaprezentuje buntownicze i idące „pod prąd” filmy. Oprócz tego zostaną jeszcze przeprowadzone dwa konkursy: dla filmów dokumentalnych oraz krótkometrażowych. W pozakonkursowej sekcji „Mistrzowskie dotknięcie” zostaną zaprezentowane najnowsze dzieła mistrzów kina oraz najważniejsze filmowe wydarzenia sezonu. Z kolei „Odkrycia – wizje współczesnego świata” pozwolą widzom na zorientowanie się w najnowszych trendach w światowym kinie. Filmy będą wyświetlane w Kinotece, Multikinie Złote Tarasy oraz kinie Kultura. alv

WKRĘĆ SIĘ W FESTIWAL

Aby spróbować swoich sił jako reżyser albo operator filmowy, nie potrzeba wcale większego budżetu ani profesjonalnego sprzętu. Wystarczy telefon komórkowy z wbudowaną kamerką.

Każdy, kto nakręci telefonem komórkowym maksymalnie pięciominutowy film, do 31 października może go zgłosić na IV Ogólnopolski Festiwal Filmów Komórkowych „OFFK-a” (offka.wirtualnie.pl). Rozstrzygnięcie konkursu oraz pokaz filmów na dużym ekranie nastąpi 21 listopada w Łodzi. Wtedy też wręczone zostaną nagrody główne, nagroda internautów oraz Grand Prix dla najlepszego filmu. Organizatorem festiwalu jest Bałucki Ośrodek Kultury w Łodzi, który jako drugi na świecie (po Chinach) zorganizował festiwal filmów komórkowych. nk

ZMYSŁOWY TANIEC

– „Tango Pasion” prezentuje jeden z najlepszych show tego typu w historii – napisał francuski „Le Figaro”. W październiku wyjątkowy spektakl będzie można zobaczyć w Polsce.



Od 1993 r. „Tango Pasion” jest regularnie wystawiane na deskach Broadwayu. Porywający spektakl taneczny, pełen namiętności i zmysłowości, jak na tango przystało, tworzą rozbudowane sceny zbiorowe oraz popisowe pokazy indywidualne w rytm granej na żywo muzyki orkiestry Sexteto Mayor, zdobywców Latin Grammy Award. Choreografię przedstawienia pokazującego różne oblicza miłości opracował znany argentyński artysta Hector Zaraspe, który do współpracy zaprosił elitę tancerzy z najlepszych argentyńskich szkół tańca. Spektakl będzie można zobaczyć 27 października w Teatrze Wielkim w Łodzi, a dzień później w warszawskiej Sali Kongresowej. alv

MODNY POZNAŃ

Trzecia edycja Art & Fashion Festival odbędzie się w poznańskim Starym Browarze. Warsztaty, wykłady i pokazy potrwać od 6 do 17 października.

Głównym punktem festiwalu są warsztaty skierowane do młodych twórców, którzy będą mogli szkolić się m.in. w projektowaniu ubrań. Dodatkowo zorganizowane zostaną zajęcia z projektowania „biżuterii jednorazowego użytku”, zrobionej z papieru. Festiwalowi będzie towarzyszył także przegląd filmów związanych ze światem mody oraz cykl otwartych wykładów, które poprowadzą m.in. redaktorzy znanych polskich magazynów o modzie. Festiwal Art & Fashion zakończą otwarte dla publiczności pokazy mody oraz koncerty. nk



**inter
door®**

drzwi z klasą

www.interdoor.pl

URBANIAK Z DAVISEM

„Miles of Blue” to nowa płyta Michała Urbaniaka będąca hołdem dla genialnego jazzmana Milesa Davisa. Dwupłytowy album ukaże się 5 października. Pierwszy krążek zawierał będzie utwory instrumentalne w wykonaniu Urbaniaka oraz m.in. Marcusa Millera, Lenny'ego White'a, Bernarda Wrighta czy Herbiego Hancocka. Płyta druga składa się z remiksów, a wokalnie udzielają się m.in. Mika Urbaniak, O.S.T.R., Calvin, Ronnie Helper i Kenny Muhammad. Album przygotowany dla upamiętnienia 18. rocznicy śmierci Milesa Davisa (28 września) łączy więc pokolenia i muzyczne style.

POWSZECHNY GOŚCINNIE

Warszawski Teatr Powszechny jest modernizowany. Ale spektakle przygotowane na jesienią sezon będą wystawiane na gościnnych scenach. I tak w teatrze Na Woli zobaczyć będzie można „Czarownice z Salem”, w teatrze Syrena „Czego nie widać”, w Studio „Łot nad kukłowym gniazdem”, w Dramatycznym „Miarke za miarkę”, a w Ateneum „Pomografię”. Przedstawienia kameralne: „Febe, wróć”, „Gruba świnia”, „Językami mówić będą”, „Kieszonkowy atlas kobiet” i „Loretta” zostaną pokazane w sali widowiskowej Klubu Dowództwa Garnizonu Warszawa (dawne kino Grunwald) przy al. Niepodległości. Remont Teatru Powszechnego potrwa do marca 2010 r.

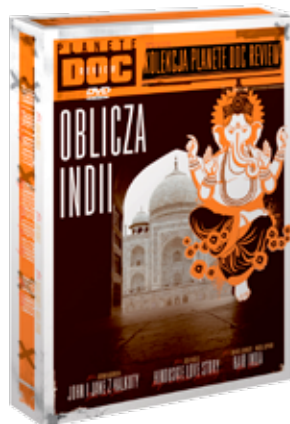
FILMOWY ALBUM

Ukazał się nowy album Nicka Cave'a i Warrena Ellisa – „White Lunar”. Artyści tworzą razem muzykę od ponad 15 lat jako The Bad Seeds, Grinderman i The Dirty Three. Dwupłytowy album zawiera kompozycje pochodzące z filmów, m.in. „Propozycja” (2005) i „Zabójstwo Jesse'ego Jamesa przez tchórzliwego Roberta Forda” (2007), ale także nieznaną szerszej publiczności materiał z archiwów muzyków.

mak

PRAWDA O KRAJU BOLLYWOOD

Do sprzedaży trafiły właśnie „Oblicza Indii”, zestaw trzech filmów dokumentalnych ukazujących współczesny obraz tego niezwykłego kraju, który w ostatnich latach zafascynował Zachód.



„Hair India” pokazuje kulisy olbrzymiego biznesu wyrosłego z religijnego rytuału. Indyjcy biedacy, których nie stać na pieniądze ofiary, przynoszą do świątyń boga Wisznu swoje włosy. Później są one sprzedawane specjalistycznym włoskim zakładom przygotowującym peruki dla zamożnych Hindusek. „Hinduskie love story” opowiada historię indyjskiego mistyka i uzdrowiciela odwiedzanego nawet przez polityków. Natomiast bohaterami filmu „John i Jane z Kalkuty” jest kilkoro Hindusów pracujących w call center amerykańskich firm. Film jest również zapisem nieuchronnej amerykańskiej kanizacji tradycyjnego indyjskiego społeczeństwa. „Oblicza Indii” to druga część serii dokumentów wydanych w kolekcji Planete Doc Review, które mają przybliżyć Europejczykom azjatycki kontynent. Dotychczas ukazały się w niej „Oblicza Chin”.

alv

BAŁTYCKIE FOCZKI

„Nauczanie początkowe” – nagrodzony na Krakowskim Festiwalu Filmowym poruszający dokument przyrodniczy o fokach i wysiłkach naukowców próbujących nie dopuścić do ich wyginięcia.



Na początku XX wieku w Bałtyku żyło prawie 100 tys. fok szarych. Jednak wskutek szkodliwej dla środowiska działalności człowieka ich liczba spadła do niecałych pięciu tysięcy w latach 80. minionego wieku. Działająca od 1992 r. stacja morska i fokarium na Helu walczy o przywrócenie Bałtykowi tego ginącego gatunku zwierząt. Bohaterem „Nauczania początkowego” jest Mikołaj, student oceanografii, który zaczyna pracę w fokarium. Kamera towarzyszy mu podczas wykonywania codziennych obowiązków – od momentu narodzin małej foki do chwili wypuszczenia jej do Bałtyku. Film pokazuje kulisy i trudy ciężkiej pracy grupki pasjonatów i radość, jaką daje ratowanie zwierząt. Oprócz filmu, na płycie znalazła się m.in. interaktywna symulacja „w oczekiwaniu na narodziny foki”.

sz

POLFERRIES

magia Skandynawii



od **330** PLN
od **499** PLN*
od **690** PLN

WYCIECZKI I REJSY DO SKANDYNAWII

Królewska Kopenhaga - wycieczka 3-dniowa, cena za osobę

Oslo - norweskie Eldorado - rejs 5-dniowy, cena za osobę

Sztokholm - wycieczka 4-dniowa, cena za osobę

od **496** PLN*

WEEKEND W SZTOKHOLMIE

W cenie oferty: rejs dla 1 osoby na linii Gdańsk - Nynäshamn, miejsce w kabinie, 3 noclegi na promie i 3 śniadania.

Na promie moc atrakcji, do wyboru: Weekendy Filmowe, Kicz Party, Straaaaszne Weekendy (Halloween) oraz Muzyczna Podróż.

Na Weekendy w Sztokholmie od dnia 30.10.2009 - rabat 50%

*Cena nie zawiera dopłaty paliwowej.

SYLWESTER NA MORZU

od **420** PLN
za osobę (do 15 listopada)

Bal Sylwestrowy z Neptunem

prom Scandinavia (Gdańsk)

od **620** PLN
za osobę

Bal Sylwestrowy z Syrenką

prom Pomerania (Świnoujście)

www.polferries.pl e-mail: info@polferries.pl infolinia: 0 801 003 171

Szczegółowe informacje, rezerwacja i sprzedaż w **Morskich Biurach Podróży - Polferries:**

Gdynia, tel. 058 620 87 61; **Kołobrzeg**, tel. 094 352 50 10; **Szczecin**, tel. 091 488 02 38; **Świnoujście**, tel. 091 322 43 96;

Poznań, tel. 061 866 12 16; **Warszawa**, tel. 022 830 09 30; **Wrocław**, tel. 071 344 41 37 oraz w sieci biur agencyjnych na terenie całego kraju.



MORSKIE BIURA PODRÓŻY



MNIEJSZE ZŁO

Najnowszy film Janusza Morgensterna wchodzi do kin 23 października.

Janusz Gajos, Wojciech Pszoniak, Magdalena Cielecka, Tamara Arciuch i Borys Szybc w rolach głównych, a także Daniel Olbrychski, Krzysztof Kolberger, Krzysztof Kowalewski i Olaf Lubaszenko – oto plejada gwiazd, które wystąpiły w nowym filmie Morgensterna. „Mniejsze zło” to historia młodego studenta Kamila (Lesław Żurek – odtwórca głównej roli w filmie „Popiełuszko. Wolność jest w nas”), który w czasach późnego PRL-u robi karierę udając poetę oraz pisarza. Choć sam nie ma talentu literackiego, oszukując i uciekając się do plagiatów, zyskuje powszechne uznanie i sławę, z którą wiążą się liczne korzyści materialne. Wkrótce jednak bohaterem zaczynają się interesować służby bezpieczeństwa próbujące zwerbować go w swoje szeregi. Wszystko to dzieje się na krótko przed wprowadzeniem stanu wojennego w Polsce. Dotychczas pozbawiony jakichkolwiek rozterek moralnych Kamil staje przed trudnym wyborem, w którym jedyne, co może zrobić, to wybrać tytułowe mniejsze zło.

alv



KOSMICI W GETCIE

W Ameryce film „Dystrykt 9” okrzyknięto nowatorskim, który może zmienić oblicze kina science fiction. Polscy widzowie będą mogli go zobaczyć już 9 października.



Za oceanem film okazał się wielkim hitem i w niecały miesiąc zarobił ponad sto milionów dolarów. Reżyser Neill Blomkamp łamie wszelkie utarte schematy, do których przyzwyczało nas kino science fiction. Kosmici trafiają na Ziemię przypadkiem i nie mają ani wrogich, ani przyjacielskich zamiarów. Chcą po prostu się stąd wydostać, ale uniemożliwiają im to przywódcy światowych mocarstw, którzy tworzą dla obcych getto w slumsach Johannesburga. W tym przewrotnym dziele widz nie sympatyzuje z ludźmi, ale z kosmitami. Nowatorskim zabiegiem w kinie science fiction jest również wykorzystanie elementów paradokumentalnych (aktorzy zwracają się bezpośrednio do kamery), mających nadawać fantastycznej historii dodatkowego realizmu.

SZ



BEZDOMNY GENIUSZ

„Solista” – wzruszająca i oparta na faktach historia genialnego, ale chorego psychicznie muzyka – do kin wejdzie 23 października.

Wyjątkowo uzdolniony skrzypek Nathaniel Awers (Jamie Foxx) dostaje się do prestiżowej akademii muzycznej w Nowym Jorku, ale w trakcie studiów popada w schizofrenię. Ostatecznie bohater ląduje na ulicy, gdzie jako bezdomny zarabia na jedzenie, grając na skrzypcach. Piękna muzyka przykuwa uwagę dziennikarza „Los Angeles Times” (Robert Downey Jr). Ten poruszony talentem bezdomnego postanawia mu pomóc. Artykuły w gazecie czynią z Nathaniela znanego artystę. Jednak przez swoją chorobę muzyk nie potrafi odnaleźć się w zupełnie nowej sytuacji życiowej. Pomocy szuka u dziennikarza, który z czasem czuje się coraz bardziej odpowiedzialny za los bohatera swoich publikacji. „Solistę” wyreżyserował Joe Wright, twórca m.in. nominowanej do Oscara „Pokuty”.

alv



Latające szaleństwo!

„Człowiek z magnetofonem w nosie”, „Ministerstwo głupich kroków”, „Martwa papuga”, „Hiszpańska inkwizycja” – od 40 lat te i inne kultowe skecze rozśmieszają kolejne pokolenia widzów. Wszystko zaczęło się 5 października 1969 r., gdy na antenie BBC pojawił się pierwszy odcinek „**Latającego Cyrku Monty Pythona**”.

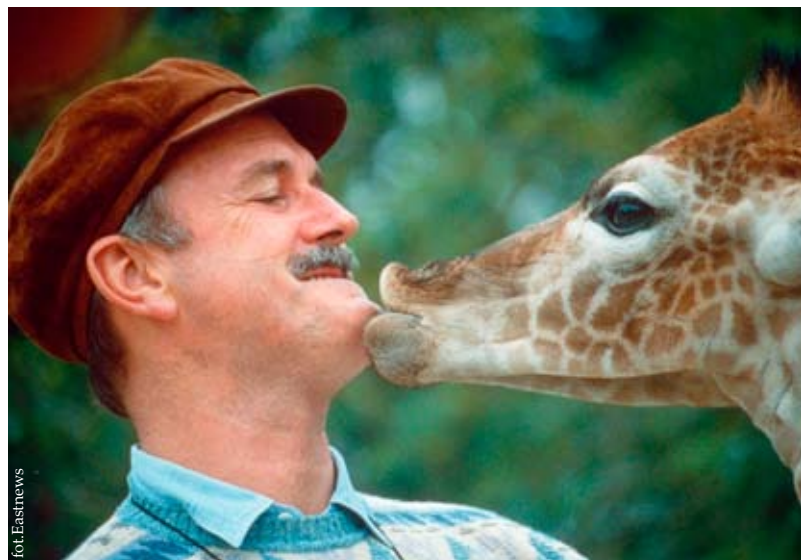
Przyszli członkowie grupy spotkali się wiosną 1969 r., gdy producent telewizyjny Barry Took wpadł na pomysł, by wystawić do pojedynku na skecze drużynę absolwentów Oksfordu (Michael Palin, Terry Jones) przeciwko drużynie absolwentów Cambridge (John Cleese, Graham Chapman).

Bez wytycznych

Na wniosek Palina w zespole mającym tworzyć nowy program komediowy dla BBC znaleźli się jeszcze Eric Idle oraz Amerykanin Terry Gilliam, twórca animacji. – Cała ta operacja była prawdziwym, niewiarygodnym przykładem całkowicie wolnej ręki – mówi o najsłynniejszym brytyjskim serialu komediowym Terry Gilliam. Gdy BBC zamawiało pierwszą serię „Cyrku”, nie dało twórcom żadnych odgórnych wytycznych. A ci, opracowując skecze, nigdy nie zastanawiali się nad tym, jak na dany żart zareaguje publiczność. Metoda okazała się strzałem w dziesiątkę.

Strumień świadomości

Członkowie grupy mieli ambicję zrewolucjonizowania programów komediowych, od których w owych czasach roilo się w radiu i telewizji. Chcieli przede wszystkim przełamać formułę skeczu z początkiem, środkiem i puentą, a na to miejsce wprowadzić komediowy „strumień świadomości”. Dążyli do zerwania ze skostniałymi konwencjami na rzecz pomysłowości, spontaniczności oraz anarchii. „A może by tak więcej szaleństwa?” – mawiał zawsze Graham Chapman, gdy skecz wydawał mu się zbyt zachowawczy.



Koń, łyżka i miednica

Nazwa „Latający Cyrk” to dzieło Michaela Millsa, pracownika telewizji BBC. Użył on tego określenia spontanicznie w jednej z pierwszych rozmów o planowanym serialu. Nazwisko „Monty Python” wymyślili i dodali sami komicy, tuż przed emisją pierwszego odcinka serii. Jednak zanim ostatecznie zaakceptowano znaną dziś na całym świecie nazwę, pod rozważębrane były także inne dziwaczne propozycje jak na przykład „Koń, łyżka i

miednica”, „Podniosła chwila w życiu ropuchy” czy „Pora rozciągania sowy”... Program emitowany był co tydzień, w niedzielę późnym wieczorem. Oglądała go cała Wielka Brytania. Zanim jeszcze zakończono prezentację pierwszej serii, zyskał miano kultowego. Cieszy się nim do dziś. Łada dzień twórcy „Latającego Cyrku Monty Pythona” odbiorą honorową nagrodę BAFTA (brytyjski odpowiednik Oscara), przyznaną za zasługi dla rozwoju filmu oraz telewizji.

Dorota Relidzińska

KOMICY JAK URZĘDNICY

Praca nad poszczególnymi epizodami „Latającego Cyrku” zaczynała się od wspólnego omówienia pomysłów. Potem członkowie zespołu rozstawali się, żeby pracować samodzielnie. Palin i Jones oraz Cleese i Chapman tworzyli dwa zespoły, a Eric Idle pisał sam. Komicy pisali skecze w godzinach pracy urzędów, z obowiązkową przerwą na obiad... Następnie twórcy spotykali się po raz drugi, aby zaprezentować pozostałym swoje skecze. Najlepsze z nich były wspólnie dopracowywane. Terry Gilliam, twórca animacji, pracował niezależnie od reszty grupy.



Złotka mierzą w medal

Złoty medal siatkarzy na mistrzostwach Europy to jeden z największych sukcesów rodzimego sportu w ostatnich latach. Wkrótce zainteresowanie siatkówką w naszym kraju może być jeszcze większe, bowiem na przełomie września i października w Polsce odbywa się analogiczny turniej kobiet. Kibice gorąco wierzą, że siatkarki pójdą w ślady swoich kolegów.

Niedawny sukces siatkarzy słusznie porównuje się z osiągnięciami reprezentacji Huberta Wagnera, która w 1974 r. zdobyła mistrzostwo świata, a dwa lata później złoty medal na olimpiadzie w Montrealu.

Upragnione złoto

Jednak nawet za czasów swojej największej świetności reprezentacja Polski w siatkówce nie potrafiła sięgnąć po złoto mistrzostw Europy. W latach 1975-1983 nasz zespół pięć razy z rzędu walczył w pięciu kolejnych finałach o tytuł najlepszej drużyny Starego Kontynentu. Niestety zawsze musieliśmy uznać wyższość Związku Radzieckiego. To, co nie udało się gwiazdom Wagnera, wyszło podopiecznym Daniela Castellaniego. Argentynski trener zabral do Turcji drużynę będącą

mieszanką rutyny z młodością. Obok debutantów, np. 21-letniego Bartosza Kurka wyrastającego na gwiazdę reprezentacji, występowali bardzo doświadczeni zawodnicy: Daniel Pliński, Paweł Zagumny oraz Piotr Gacek (wszyscy powyżej 30. roku życia). Najstarszy z naszych reprezentantów, 32-letni Piotr Gruszka, który swoim atakiem zakończył finałowy mecz z Francją, dostał najbardziej prestiżowe z indywidualnych wyróżnień – został uznany za najbardziej wartościowego (mówiąc inaczej – najlepszego) zawodnika całych mistrzostw!

Niepokonani

Przed mistrzostwami Europy nikt nie widział w Polakach kandydatów do złotego medalu. Przede wszystkim dlatego, że na turniej do Turcji pojecha-

liśmy bez kontuzjowanych trzech podstawowych zawodników: Mariusza Wlazłego, Michała Winiarskiego i Sebastiana Świdierskiego. Co więcej, kadra pod wodzą nowego trenera Daniela Castellaniego (objął ją na początku roku) wypadła bardzo błado w poprzedzającej mistrzostwa Europy Lidze Światowej. Ale podczas turnieju w Turcji nasza reprezentacja wygrała wszystkie osiem meczów, a do kraju siatkarze powrócili z przydomkiem Złotopolscy.

W trójce wszech czasów

Na podobny przydomek zapracowały również nasze siatkarki, które po zdobyciu mistrzostwa Europy w 2003 r. zaczęto nazywać Złotkami. Co ciekawe, nasze panie swój wielki sukces odniosły także na turnieju w Turcji (choć w innym mieście), która jest w ostatnich latach wyjątkowo szczęśliwa dla polskiej siatkówki. Zespół prowadzony przez Andrzeja Niemczyka swoją klasę potwierdził dwa lata później, gdy obronił tytuł podczas mistrzostw Europy w Chorwacji. Dzięki temu Polki zajmują obecnie trzecie miejsce w klasyfikacji medalowej wszech czasów mistrzostw Starego Kontynentu.

Pierwszy raz w Polsce

W tym roku Polska jest pierwszy raz w historii gospodarzem turnieju o mistrzostwo Europy w siatkówce. Z pewnością dzięki fantastycznej żywiołowej polskiej publiczności naszemu zespołowi będzie łatwiej walczyć o medal. Finał imprezy rozpoczynającej się 25 września zostanie rozegrany 4 października i wszyscy liczą, że tego dnia na parkiecie wystąpią Polki. Nie pozostaje nic innego, jak trzymać kciuki, by nasze panie powtórzyły ogromny sukces męskiej reprezentacji.

Sebastian Szczepaniak

**SZUKASZ
IDEALNEJ
PRACY?**

**MOŻEMY
CI POMÓC!**

Wejdź na stronę
www.monsterpolska.pl
i znajdź
wymarzoną pracę.

**MONSTER
TO WIODĄCY SERWIS
REKRUTACYJNY NA ŚWIECIE.**

Ponad 100 000 000 wizyt miesięcznie
Ponad 80 000 000 zgromadzonych życiorysów

Źródło: com Score Media Metrix, styczeń - maj 2008,
wewnętrzne dane serwisu Monster, 2008



monsterpolska.pl



543 lata temu, 19 października 1466 roku, został podpisany pokój toruński kończący wygraną przez Polaków wojnę trzynastoletnią z zakonem krzyżackim.

492 lata temu, 31 października 1517 roku, Marcin Luter wywiesił na drzwiach kościoła w Wittenberdze swoje 95 tez, zapoczątkowując w ten sposób reformację.

361 lat temu, 24 października 1648 roku, podpisano pokój westfalski, który zakończył wojnę trzydziestoletnią.

215 lat temu, 10 października 1794 roku, Polacy przegrali bitwę pod Maciejowicami, a do rosyjskiej niewoli dostał się Tadeusz Kościuszko, przywódca insurekcji.

236 lat temu, 14 października 1773 roku, polski Sejm powołał Komisję Edukacji Narodowej – pierwsze ministerstwo oświaty na świecie.

222 lata temu, 29 października 1787 roku, w Pradze miała miejsce prapremiera opery „Don Juan” W.A. Mozarta.

221 lat temu, 7 października 1788 roku, został zwołany Sejm Czteroletni, który m.in. uchwalił Konstytucję 3 maja.

214 lat temu, 24 października 1795 roku, Rosja, Prusy i Austria podpisały akt trzeciego rozbioru Polski.

204 lata temu, 21 października 1805 roku, rozegrała się bitwa pod Trafalgarem. Zwycęstwo Anglików uniemożliwiło Napoleonowi podbój Wielkiej Brytanii.

196 lat temu, 16 października 1813 roku, Napoleon poniósł klęskę w tzw. bitwie narodów pod Lipskiem – była to jego największa militarna porażka.

123 lata temu, 28 października 1886 roku, oficjalnie odświeżono Statuę Wolności w Nowym Jorku.

80 lat temu, 24 października 1929 roku, „czarny czwartek” na nowojorskiej giełdzie zapoczątkował wielki kryzys gospodarczy na świecie.

MISTRZ SENTENCJI



OSCAR WILDE URODZIŁ SIĘ 16 PAŹDZIERNIKA 1854 R. W DUBLINIE. ŻYŁ ZALEDWIE 46 LAT (ZMARŁ 30 LISTOPADA 1900 R.) I NIE ZOSTAWIŁ PO SOBIE ZBYT WIELU DZIEŁ (NAJSŁYNNIEJSZE TO „PORTRET DORIANA GRAYA”). JEDNAK MIMO TO ZYSKAŁ MIANO WYBITNEGO POETY, PROZAIKA ORAZ DRAMATOPISARZA I DZIŚ UZNAWANY JEST ZA JEDNEGO Z NAJBARDZIEJ ZNANYCH BRYTYJSKICH PISARZY. WILDE ZA NIC MIAŁ TOWARZYSKIE KONWENANSE, A WIELKĄ SŁAWĘ ZYSKAŁ RÓWNIEŻ DZIĘKI LICZNYM SKANDALOM OBYCZAJOWYM ORAZ ARTYSTYCZNYM, KTÓRYCH BYŁ BOHATEREM. JEGO PEŁNE IRONII POWIEDZENIA ORAZ AFORYZMY SĄ DO DZIŚ JEDNYMI Z NAJCZĘŚCIEJ I NAJCHĘTNIEJ CYTOWANYCH.

Chcesz wiedzieć, co naprawdę myśli kobieta, to patrz na nią uważnie, ale nie słuchaj tego, co mówi.

Człowiek jest najmniej sobą, gdy przemawia we własnym imieniu. Daj mu maskę, a powie ci prawdę.

Mężczyzna zakochuje się tak, jakby spadał ze schodów: to po prostu wypadek.

Kiedy ludzie są tego samego zdania co ja, mam zawsze wrażenie, że się pomyliłem.

Jest bardzo przyjemnie być oczekiwanym – i nie przybyć.

Istnieje wiele rzeczy, które powyrzucalibyśmy, gdyby nie obawa, że inni je pozbiierają.

Wszyscy leżymy w rynsztoku. Ale niektórzy z nas sięgają po gwiazdy.

Egoizm nie polega na tym, że żyje się tak, jak się chce, lecz na żądaniu od innych, by żyli tak, jak my chcemy.

Zawsze przebacжай swoim wrogom. Nic ich bardziej nie potrafi rozżłościć.

Doświadczenie – nazwa, jaką nadajemy naszym błędom.

Szczęście żonatego mężczyzny zależy od kobiet, których nie poślubił.

Obowiązek to coś, czego oczekujemy od innych.

Umieć żyć to najrzadziej spotykana rzecz na świecie. Większość ludzi tylko egzystuje

Ogół ludzi zdradza nienasyconą ciekawość wszystkiego, z wyjątkiem tego, co warto jest poznać.

FILMOWY GENIUSZ

ANDRZEJ MUNK BYŁ JEDNYM Z NAJWYBITNIEJSZYCH POLSKICH REŻYSERÓW. ZGINĄŁ TRAGICZNIE W WIEKU ZALEDWIE 40 LAT. POZOSTAWIŁ PO SOBIE TYLKO PIĘĆ FILMÓW, ALE UWAŻANYCH ZA PRZEŁOMOWE W RODZIMEJ KINEMATOGRAFII.

Nie ma pewności, kiedy dokładnie urodził się reżyser, który sam podawał rozbieżne daty: 16 października 1920 r. lub 1921 r. Andrzej Munk, absolwent łódzkiej Filmówki, to najwybitniejszy obok Andrzeja Wajdy reprezentant tzw. polskiej szkoły filmowej. Od 1950 do 1955 r. pracował w Wytwórni Filmów Dokumentalnych - najpierw jako operator Polskiej Kroniki Filmowej, potem jako reżyser filmów dokumentalnych. Jego pełnometrażowy debiut, „Błękitny krzyż” (1955), opowiadał historię ratowników GOPR-u niosących pomoc partyzantom podczas II wojny światowej. Kolejny film, dramat psychologiczny „Człowiek na torze” (1956), był rozliczeniem z czasami stalinizmu.

Rozliczeniowy charakter miała również przepełniona ironią „Eroica” (1957). Munk, który sam brał udział w powstaniu warszawskim, jednym z głównych bohaterów filmu uczynił hochsztaplera niedbającego o losy trwającego powstania. Choć postawa bohatera ulega z czasem przemianie, jego poświęcenie okazuje się ostatecznie zupełnie niepotrzebne i przynoszące jedynie gorycz oraz rozczarowanie.

Groteskowa komedia „Zezowate szczęście” (1960) z Bogumiłem Kobielą w roli pechowego Jana Piszczyka to podobnie jak „Eroica” kamienie milowe polskiej kinematografii. Choć reżyser nie dokończył swojego kolejnego filmu – „Pasażerka” (zginął w wypadku samochodowym 20 września 1961 r.) – przyjaciele zdecydowali się zmontować nakręcone fragmenty filmu i uzupełnić je o fotostaty z planu komentowane przez narratora z offu.

„Pasażerka” (1963) mimo okrojonej wersji została nagrodzona na festiwalach w Wenecji i w Cannes, gdzie dostała Specjalne Wyróżnienie Honorowe Jury oraz nagrodę FIPRESCI – Międzynarodowej Federacji Krytyków Filmowych. Dla upamiętnienia Andrzeja Munka, swojego wybitnego absolwenta oraz wykładowcy (w latach 1957-1961), od 1965 r. łódzka PWSFTViT przyznaje nagrodę jego imienia dla najlepszego debiutanta roku. W 2005 r. na ulicy Piotrowskiej w Łodzi została odsłonięta gwiazda reżysera w Alei Gwiazd.

sz



70 lat temu, 26 października 1939 roku, na okupowanych przez hitlerowców terenach II Rzeczypospolitej zostało utworzone Generalne Gubernatorstwo.

65 lat temu, 3 października 1944 roku, zostało podpisane zawieszenie broni oficjalnie kończące powstanie warszawskie.

63 lata temu, 1 października 1946 roku, ogłoszono wyroki w procesie norymberskim zbrodniarzy hitlerowskich.

60 lat temu, 1 października 1949 roku, Mao Tse-tung proklamował Chińską Republikę Ludową.

57 lat temu, 25 października 1952 roku, telewizja nadała pierwszy ogólnopolski program telewizyjny.

47 lat temu, 11 października 1962 roku, rozpoczął się Sobór Watykański II, uważany za najważniejsze wydarzenie w dziejach chrześcijaństwa w XX wieku.

31 lat temu, 16 października 1978 roku, konklawe wybrało metropolitę krakowskiego kardynała Karola Wojtyłę na nowego papieża.

25 lat temu, 19 października 1984 roku, funkcjonariusze SB porwali, a następnie zamordowali księdza Jerzego Popiełuszkę.

26 lat temu, 5 października 1983 roku, Lechowi Wałęsie przyznano Pokojową Nagrodę Nobla.

19 lat temu, 3 października 1990 roku, doszło do zjednoczenia Niemiec – tereny dawnej NRD zostały przyłączone do RFN.

18 lat temu, 27 października 1991 roku, w Polsce odbyły się pierwsze po wojnie w pełni demokratyczne wybory do Sejmu RP.

12 lat temu, 17 października 1997 roku, weszła w życie nowa, obowiązująca do dziś, Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej.



TORUŃ Nie tylko gotyk

Zabytki gotyckiej architektury, Mikołaj Kopernik oraz pierniki – oto znaki rozpoznawcze Torunia. Ale to jedno z najładniejszych miast w Polsce ma do zaoferowania o wiele więcej. Dziś Toruń zaskakuje odwiedzających swoim nowoczesnym obliczem i z sukcesem promuje kulturę.

Choć zazwyczaj postrzegany przez pryzmat swoich średnio-wiecznych zabytków, Toruń to miejsce, które przyciąga nie tylko turystów. Prawie jedną piątą mieszkańców miasta stanowią studenci tutejszego uniwersytetu, jednego z największych w Polsce. Oprócz nich Toruń chętnie odwiedzają także koneserzy teatru oraz sztuki współczesnej.

Pełna kultura

Otwarte w połowie 2008 r. Centrum Sztuki Współczesnej

„Znaki Czasu” to pierwszy w Polsce od 1939 r. wybudowany całkowicie od podstaw obiekt poświęcony sztuce współczesnej. Poprzez ceglana fasadę budynek nawiązuje do historycznych zabytków Torunia, równocześnie manifestując swoją nietypową bryłą nowoczesność rozwiązań architektonicznych. Misją instytucji jest upowszechnianie i promocja sztuki współczesnej, jego powierzchnia – ponad cztery tysiące metrów kwadratowych –

plasuje toruńskie CSW w czołówce największych ośrodków wystawienniczych w kraju.

Życie jest teatrem

W Toruniu znajduje się też Teatr im. Wilama Horzycy – jeden z najciekawszych teatrów w kraju. Od 1991 r. organizuje on prestiżowy Międzynarodowy Festiwal Teatralny „Kontakt”,

TORUŃ:

Województwo: kujawsko-pomorskie
Uzyskał prawa miejskie: w 1233 r.
Powierzchnia: 115,72 km kw.
Liczba ludności (stan na 2008 rok): 206 tys.
Gęstość zaludnienia: 1779 os/km kw.

Centrum Sztuki Współczesnej
„Znaki Czasu”



fot.: W. Olech

który promuje najciekawsze wydarzenia teatralne z państw Europy Środkowej i Wschodniej oraz konfrontuje je z teatrami z Europy Zachodniej. Inną wyjątkową instytucją kulturalną Torunia jest Baj Pomorski, w którym odbywa się Międzynarodowy Festiwal Teatrów Lalek „Spotkania”. Baj Pomorski jest uważany za jeden z najładniejszych teatrów w Polsce.

Ze względu na swój nietypowy, pełen rzeźb i ozdób fronton zyskał nawet przydomek magicznej szafy. Nocą podświetlany różnokolorowymi światłami budynek wygląda bajkowo.

Kaniony i wulkany w gazowni

W Toruniu znajduje się jeden z najnowocześniejszych w Polsce i na świecie stadionów żużlowych. Budowa Motoareny Toruń, oddanej do użytku w maju bieżącego roku, trwała zaledwie rok. Obiekt mieszczący 15 tys. widzów, jest w pełni zadaszony i przypomina stadion piłkarski. Nowoczesne jest także toruńskie planetarium im. Władysława Dziewulskiego, wybitnego polskiego astronoma. Obiekt uchodzi za najlepiej wyposażony i najbardziej zaawansowany technologicznie w naszym kraju. Mieszczące się w dawnej gazowni miejskiej planetarium to jedna z najczęściej odwiedzanych atrakcji turystycznych miasta. W ciągu dziesięciu lat działalności odwiedziło je prawie półtora miliona osób!

Dotknąć gotyku

Założony przez Krzyżaków w 1233 r. Toruń może się poszczycić wyjątkowymi średniowiecznymi zabytkami. Od 2003 r. Toruń

reklamuje się hasłem „Goty na dotyk”, które w różnych rankingach plasuje się w czołówce najlepszych haseł promocyjnych miast w Polsce. Znakiem rozpo-

WAŻNE MUZEA W TORUNIU:

- W ratuszu staromiejskim mieści się **Muzeum Okręgowe**, w którym znajduje się m.in. galeria sztuki gotyckiej i galeria malarstwa polskiego XVIII-XIX w.
Rynek Staromiejski 1
- **Dom Mikołaja Kopernika** to oddział Muzeum Okręgowego. Można tu zobaczyć pracownię uczonego oraz wystawę poświęconą życiu i największemu dziełu Kopernika.
ul. Kopernika 15/17
- **Muzeum Podróżników** im. Tony'ego Halika prezentuje zbiory poświęcone słynnemu toruńskiemu podróżnikowi - Tony'emu Halikowi i pamiątkom z jego wypraw.
ul. Franciszkańska 11
- **Muzeum Etnograficzne** ze skansenem w swoich stałych ekspozycjach pokazuje m.in. tradycyjne rybołówstwo ludowe w Polsce oraz budownictwo i kulturę ludową Polski północnej.
ul. Wały Sikorskiego 19
- **Muzeum Piernika** pozwala zwiedzającym upiec słynne pierniki w pomieszczeniach, narzędziami i w takiej technice, jaką stosowano do ich wyrobu kilka wieków temu.
ul. Rabińska 9

Teatr Baj Pomorski



fot.: studiodzz@wp.pl



Ratusz
staromiejski

fol. S. Szczepaniak



Dwór Artusa

▶ znawczym Torunia jest gotycka sztuka i architektura. Tutejsza starówka w 1997 r. została wpisana na listę światowego dziedzictwa UNESCO, stając się jednym z trzynastu polskich obiektów w tym prestiżowym rejestrze. W Toruniu zachowało się wiele autentycznych średniowiecznych budowli – miasto może się poszczycić aż sześcioma zabytkami klasy zerowej. Jednym z nich jest staromiejski ratusz zaliczany do najwybitniejszych osiągnięć średniowiecznej architektury mieszczańskiej w Europie.

Test na sumienie

Jedną z większych atrakcji toruńskiej starówki jest słynna już krzywa wieża, odchylona od pionu o 1,4 metra. Jedną z legend głosi, że wybudował ją Krzyżak, który przedłożył miłość do jednej z mieszanek miasta nad miłość do Boga. W ramach pokuty zakonnik wybudował krzywą wieżę jako symbol odchylenia się jego życia od reguł zakonu krzyżackiego. Tak naprawdę zaś ta pochodząca z XIV wieku 15-metrowa baszta obronna z jednej strony nieco się zapadła

– została wybudowana częściowo na piaszczystym podłożu i z tej właśnie strony ugięła się pod swoim ciężarem. Legenda dała jednak początek zwyczajowi cieszącemu się wielką popularnością wśród odwiedzających miasto turystów. Aby sprawdzić, czy ma się coś na sumieniu, trzeba stanąć przy samej ścianie wieży i z wyciągniętymi do przodu rękami ustać tak dłuższą chwilę.

Miasto naukowego rewolucjonisty

Toruń znany jest przede wszystkim jako rodzinne miasto Mikołaja Kopernika, najśłynniejszego polskiego naukowca, który w XVI wieku „wstrzymał Słońce i ruszył Ziemię”. Potwierdzona przez Kopernika heliocentryczna wizja wszechświata to jeden z największych przełomów naukowych w dziejach. I choć Kopernik w Toruniu spędził niewiele lat swego życia, dla Polaków jest symbolem miasta. W domu, w którym przyszedł na świat, znajduje się poświęcone temu wybitnemu astronomowi muzeum. Jego imieniem nazwano też toruński uniwersytet, jedną z największych i najlepszych uczelni wyższych w kraju.

Śłodki traktat

Żyjący w XV wieku Jan Długosz, jeden z najwybitniejszych polskich historyków, autor „Roczników, czyli kronik słynnego królestwa polskiego”, pisał, że oprócz gdańskiej gorzalki, krakowskiej panny i warszawskich trzewików „najlepszą rzeczą w Polsce” są toruńskie pierniki. Uwielbiał je m.in. Fryderyk Chopin, a wybitny poeta Zbigniew Herbert napisał nawet dzieło zatytułowane „Mały traktat o piernikach”. Wypiekane od ponad 500 lat toruńskie pierniki zyskały renomę jednych z najlepszych w Europie, a ich znaczenie dla miasta dość dobrze oddaje powiedzenie: dla Torunia tym jest piernik, czym dla statku dobry sternik. Od 2002 r. w mieście odbywa się corocznie Święto Piernika, a w Muzeum Piernika turyści sami mogą je wypiekać według średniowiecznej receptury.

Miasto dla każdego

Nie bez powodu Toruń uważa się za jedno z najładniejszych polskich miast. Wiślana panorama Torunia zajęła drugie miejsce w zorganizowanym w 2007 r. ogólnokrajowym plebiscycie na siedem cudów Polski. Ale Toruń to nie tylko piękne widoki i unikalne zabytki. To także miejsce dla kibiców spragnionych sportowych emocji oraz koneserów poszukujących prawdziwej sztuki w najlepszym wydaniu.

Sebastian Szczepaniak

WYDARZY SIĘ W TORUNIU W PAŹDZIERNIKU:

- 3 października w klubie studenckim Od Nowa grupa Behemot zagra koncert w ramach trasy Nowa Ewangelia Tour 2009.
- 9 października w klubie studenckim Od Nowa wystąpi zespół Kult.
- do 9 października w Galerii „Rusz” będzie można zobaczyć wystawę prac Joanny Górskiej i Rafała Góralskiego.
- do 11 października potrwa organizowane w Galerii Sztuki „Wozownia” Międzynarodowe Triennale Grafiki „Kolor w grafice”. Tożsamość a tradycja.
- 16 października w klubie studenckim Od Nowa zagra polski zespół thrashmetalowy Acid Drinkers.
- do 18 października na dziedzińcu ratusza staromiejskiego można oglądać wystawę „Toruń w okresie okupacji”.
- do 31 października w CSW Znaki Czasu można oglądać wystawę „Traktat o obrazie” Zbigniewa Rybczyńskiego, prezentującą rysunki, szkice, wykresy oraz obrazy filmowe i elektroniczne artysty.



CzechTourism

www.czechtourism.com

Zapraszamy do Czech

Miłośników sportów zimowych
zapraszamy na **strony internetowe**
w języku polskim

www.czechtourism.com
www.krkonose.eu
www.jizerske-hory.cz
www.sumava.net
www.beskydy.com
www.orlickehory.cz
www.vychodni-cechy.cz
www.kr-ustecky.cz

Zapraszamy wszystkich miłośników
czeskiej **kuchni**
i czeskiego **wina** na **strony internetowe**
w języku polskim

www.vinarske.stezky.cz
www.wineofczechrepublic.cz

Aktualne warunki
pogodowe na stronie internetowej
w języku polskim

www.holidayinfo.cz

Jeżeli chcesz regularnie otrzymywać aktualne informacje
o Czechach, prześlij swój kontakt na: info-pl@czechtourism.com

Dumne serce Europy

Dla Brytyjczyków, odwiecznych wyspiarzy, ich ojczyzna to centrum świata. Wszystko inne znajduje się hen za morzem i jest jakby mniej istotne. Turyści zaś zgodnie przyznają, że monumentalne piękno starej Anglii zachwyca i wręcz onieśmiela. Jest inspiracją nie tylko dla artystów.

ANGLIA

Powierzchnia: 130 395 km kw.
Ludność: 51,1 mln
Duże miasta: Londyn, Nottingham, Derby, Lincoln, Birmingham, Liverpool, Leeds, Manchester, Bristol, Plymouth, Leicester



©iStockphoto.com/ Andrea_Venanzi

ANGLIA to największa część Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej. Na zachodzie graniczy z Walią, na północy – ze Szkocją. Od wschodu opiera się o kanał La Manche i Morze Północne. Dzieli się na dziewięć regionów, a każdy z nich na hrabstwa.

Mimo że tu kształtują się najnowsze trendy w sztuce, modzie czy nauce, to jednak wciąż najbardziej do powszechnej wyobraźni przemawia klimat starej Anglii. Pełnej dumy i dystansu, uroczu staroświeckiej i świetnie zachowanej.

Duma bez uprzedzeń

Najbardziej reprezentatywne dla staroświeckiej Anglii są hrabstwa leżące na północ od Londynu w regionie East Midlands. Miasteczka i rezydencje hrabstwa Lincolnshire stały się sceną m.in.



©iStockphoto.com/ lillisphotography

znakomitej adaptacji filmowej z 2005 r. książki Jane Austen „Duma i uprzedzenie”, której akcja rozgrywa się na przełomie XVIII i XIX wieku. W Stamford, gdzie realizowano zdjęcia, bardzo dobrze zachował się wdzięk i kojący spokój starej Anglii. To kamienne, typowo gregoriańskie miasteczko wymagało niewielu zmian, by udawać Meryton, rodzinną miejscowość bohaterki Elizabeth Bennet (w tej roli Keira Knightley).



©Stockphoto.com/rognar



©Stockphoto.com/rognar



©Stockphoto.com/davidmartyn



©Stockphoto.com/Petegar

Nie tylko anioły

Do utrwalonych w filmie należy także rezydencja Burghley koło Stamford, gdzie kręcono sceny do kontrowersyjnego „Kodu Leonarda da Vinci”. Niektóre z nich rozgrywają się w katedrze Lincolń, która zdumiewa ogromem i wiekiem (sięga czasów normanńskich). Jej patronem jest XII-wieczny biskup Lincolń – św. Hugon. Część świątyni zwanej prezbiterium św. Hugona ukończono za jego życia. Z kolei prezbiterium anielskie – dobudowane

w 1280 r., by wierni mieli lepszy dostęp do grobu biskupa – zdobi 28 aniołów (ponad szczytami okien) i jeden... diabeł. Figurka na jednym z filarów, zwana „Diabełkiem z Lincolń”, przypomina, że na tym świecie nic nie jest całkiem anielskie i doskonałe...

Karta swobód

Główne miasto Lincolńshire powstało za czasów celtyckich jako fort nad jeziorem – zwano je wtedy Lindon. Za czasów rzymskich jako Lindum Colonia było jedną z czterech stolic Anglii. Stare miasto z normanńską katedrą leży na wzgórzu, skąd stromo



► schodzą ulice. Przy głównej, Step Hill, stoi najstarszy w mieście dom mieszkalny: Jew's House z XII wieku. Powyżej znajduje się wąska i nieco krzywa kamieniczka, która miała za lokatora sir Lawrence'a – słynnego szpiega brytyjskiego. Teraz mieści się tu restauracyjka z tradycyjną staroangielską kuchnią.

Poza katedrą św. Hugona najważniejszym zabytkiem miasta jest zamek Lincoln. Niegdyś więzienie, dziś muzeum, którego chlubą jest Wielka Karta Swobód – jedna z czterech zachowanych do dziś kopii dokumentu z 1215 r., wydanego przez króla Jana bez Ziemi.

Ukryta Anglia

W filmie utrwalono też charakterystyczne budowle i plenery hrabstwa Derbyshire. Chatsworth, stateczna angielska rezydencja, znakomicie udawała rodzinny dom bohatera filmu „Duma i uprzedzenie” – pana Darcy'ego (w tej roli Matthew MacFadyen). Salę bankietową średniowiecznego dworu Haddon Hall zamieniono na gospodę w Lambton.

Zielone krajobrazy

Oprócz imponująco zachowanych dworów i rezydencji na niepowtarzalny klimat starej Anglii składają się typowe dla regionu krajobrazy. W jednym filmie „zagrał” Peak District. Łagodne kopulaste szczyty o długich zielonych zboczach, nieraz niespodziewanie i stromo spadające w wąwozy, otwierają widok na rozległe wrzosowiska oraz przebiegające tu i ówdzie rzeki i jeziora. Tędy przebiegają ulubione trasy wypraw brytyjskich wędrowców oraz cyklistów.

W Derbyshire założono pierwszy brytyjski park narodowy – Peak District National Park.

Królewska porcelana

Historia stolicy Derbyshire sięga czasów rzymskich i normanńskich. W XIX wieku Derby stało się kolebką przemysłu – tu zaczęła się industrializacja, która odmieniła oblicze Wysp Brytyjskich, a potem świata.

W Derby właśnie powstał pierwszy młyn jedwabiu na rzece Derwent. Dziś otwiera interesujący szlak młynów – Derwent Valleys Mills – uzna-

nych za dziedzictwo narodowe. I choć teraz miasto jest ośrodkiem przemysłu motoryzacyjnego, to najbardziej słynie z porcelany. Kolebką znajdującej się tu słynnej fabryki porcelany Royal Crown Derby była manufaktura zbudowana w 1750 r. Do dziś kolekcjonerskie sztuki zdobi się tu ręcznie, a serwisy z logo Royal Crown Derby służą panującej dynastii.

Pępek świata

Jednak najważniejszym punktem na mapie Anglii jest oczywiście i niezaprzeczalnie Londyn! Niegdyś ośrodek władzy ogromnego imperium brytyjskiego, dziś stolica Zjednoczonego Królestwa Wielkiej Brytanii, Irlandii Północnej i od dziesięciu wieków stolica Anglii. Londyn z 8,2 mln mieszkańców to druga co do wielkości metropolia Europy (po Moskwie, przed Paryżem). Zajmuje 1607 km kw., jest ostoją angielskiego porządku i stałości, a jednocześnie światowym centrum nowoczesności oraz bogactwa.

Przez londyńską dzielnicę Greenwich (umieszczoną, wraz z królewskim obserwatorium astronomicznym, na liście UNESCO) przebiega linia południka zero. Nic więc dziwnego, że nie tylko przez Brytyjczyków miasto uważane jest niemalże za pępek świata. I widać to na co dzień. Niektóre ulice i dzielnice miasta,

MUZEA

W Londynie znajduje się około 250 muzeów, często prywatnych. Na uwagę zasługują m.in. szacowne British Museum z kolekcją Victorii i Alberta (4,5 mln eksponatów sztuki i rzemiosła artystycznego) czy słynne Muzeum Sherlocka Holmesa przy Baker Street.



jak choćby Camden Town, wyglądają wręcz egzotycznie (ok 20 proc. mieszkańców wielokulturowej metropolii pochodzi z Azji, Afryki, Karaibów). Londyńczycy mówią w blisko 300 językach i narzeczach!

Rzuć oka na Londyn

Jednym z przyjemniejszych sposobów poznawania Londynu jest wieczorny rejs statkiem po Tamizie. Reflektory kolejno wyławiają z ciemności najbardziej znaczące budynki – i te historyczne, i te, których historia dopiero się pisze. Za Tower Bridge wyłaniają się mury Tower of London, starego fortu Wilhelma Zdobywcy. Kiedyś brytyjscy monarchowie trzymali tu więźniów, a dziś strażnicy (zwani beefeaters – zjadaczami wołowiny) pilnują klejnotów brytyjskiej korony oraz karmią kruki – w myśl przepowiedni póki kruki mieszkają w Tower, póty zapewniona jest ciągłość brytyjskiej monarchii.

Symbole miasta

Sylwetkę wieży Big Ben z największym w Wielkiej Brytanii zegarem znają chyba wszyscy. To część opactwa Westminster. W tutejszej katedrze koronowali się kolejni brytyjscy monarchowie, a w Pałacu Westminsterskim do XVI wieku mieścił się ośrodek monarszej władzy. Po dziś dzień jest siedzibą parlamentu. Szacownej instytucji w 1605 r. zagroził Guy Fawkes, próbując wysadzić w powietrze Izbę Lordów. Spiskowiec został stracony na starym dziedzińcu, a do dziś na pamiątkę udaremnienia tzw. spisku prochowego każdego roku 5 listopada londyńczycy hucnie i wesoło obchodzą Guy Fawkes Day.

Wspaniałe widoki na Londyn rozpościerają się także z ufundowanego na przełomie tysiącleci London Eye. Ogromne koło w przeszklonych kapsułach wynosi pasażerów na wysokość 135 m, skąd widoczność dochodzi nawet do 40 km w każdą stronę.

Pomiędzy dwoma charakterystycznymi dla klimatu starej Anglii hrabstwami: Derbyshire i Lincolnshire, leży Nottinghamshire znane szerzej z lasów Sherwood, które upodobał sobie bohaterski Robin Hood. Wszystkie te hrabstwa wchodzi w skład regionu East Midlands – jądra uroczu staroświeckiej, prawdziwej Anglii, która zachwyca nieustannie od setek lat.

Liliana Olchowik

FOTOGRAFICZNY KONKURS DLA CZYTELNIKÓW!



Zrób fajne zdjęcie związane z tematyką kolejową i wygraj jedną z wielu cennych nagród o łącznej wartości 35 tysięcy złotych! W konkursie może wziąć udział każdy! Wystarczy mieć cyfrowy aparat fotograficzny lub telefon komórkowy z wbudowanym aparatem.

Kategorie konkursowe:

- 1 „Zielona Kolej”,
- 2 „W Podróży”,
- 3 „Chwilo trwaj” (tylko dla zdjęć wykonanych telefonem komórkowym)
- 4 „KolejNaIntercity” (fundatorem nagrody w tej kategorii jest PKP Intercity)

W każdej kategorii zostaną przyznane trzy nagrody – za pierwsze, drugie i trzecie miejsce. Specjalne wyróżnienie w kategorii „Zielona Kolej” przyzna spółka PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. Najlepsze zdjęcie wybierają też internauci. Nadesłane prace zostaną umieszczone na stronach internetowych: www.wpodrozy.eu oraz www.kow.com.pl.

Do wygrania, m.in.:

- aparaty fotograficzne E 520 marki Olympus,
- zestawy kosmetyków MARY COHR i DERMATOLOGICA,
- weekendy w ośrodkach Natura Tour

a także pobyty w SPA, sprzęt fotograficzny i wiele innych. W kategorii „KolejNaIntercity” nagrodami są bilety: kwartalny, miesięczny, weekendowy, a zdobywca wyróżnienia w kategorii „Zielona kolej” otrzyma od PKP PLK sprzęt fotograficzny o wartości 2500 zł.

Regulamin i zasady konkursu na stronie www.wpodrozy.eu oraz www.kow.com.pl

Organizator: M-square Media&Marketing, będąca indywidualną marką KOW.

M-square
Media & Marketing

Sponsorzy: MARY COHR, DERMATOLOGICA, PKP PLK, PKP Intercity, ELESTER-PKP, Trade trans, Natura Tour i Travel Channel.



dermalogica
a skin care system researched and developed by The International Dermal Institute

PKP POLSKIE LINIE KOLEJOWE S.A.



ELESTER-PKP
www.elester-pkp.com.pl

PKP INTERCITY



trade trans

NATURA
tour

travelchannel

Patronat: Ministerstwo Infrastruktury.

CENTRA PEŁNE OFERT

– Z KRZYSZTOFEM CELIŃSKIM,

PREZESEM PKP INTERCITY, ROZMAWIA MARIA KACZMARCZYK

W przyszłym roku PKP Intercity zadebiutuje na warszawskiej giełdzie. Jak zostaną inwestowane pozyskane w sposób środki

Nasza firma jest oceniana przede wszystkim z punktu widzenia pasażerów. Dlatego będą to inwestycje taborowe oraz w systemy sprzedaży, wszak kupno biletu to pierwsze zetknięcie pasażera z przewoźnikiem. Chcemy, aby na polskich dworcach pojawiły się automaty biletowe. Będziemy rozwijać też sprzedaż internetową oraz inwestować w centra obsługi klientów.

W styczniu r. w ycie tzw. III pakietu przewidywany jest otwarcie rynku przewozów kolejowych oraz liberalizacja rynku przewozów międzynarodowych. Jak nowe przepisy wpłyną na Intercity

Pierwszy dzień 2010 r. nie przyniesie rewolucji, to jest po prostu data w przepisach. Nadal będziemy blisko współpracować z zagranicznymi partnerami. Najnowszym projektem PKP Intercity oraz kolei niemieckich jest uruchomienie wspólnego biura marketingu w Berlinie, gdzie pracuje zarówno nasz przedstawiciel, jak i reprezentant kolei niemieckich. Biuro będzie zachęcało do korzystania

z transportu kolejowego między naszymi krajami. W ruchu zagranicznym wiele osób podróżuje autokarami, samochodami osobowymi, stosunkowo niewielu podróżnych korzysta z kolejowych linii zagranicznych.

PKP Intercity zakupiła nowoczesniejsze lokomotywy Eurosprinter firmy Siemens. Kiedy pojawią się one na polskich torach

Dostaliśmy propozycję nowego rozkładu jazdy na 2010 r. Dzięki tej lokomotywie z Warszawy do Krakowa będziemy mogli dojechać w 2 godz. 20 min., a do Katowic w 2 godz. 28 min. Pozwoli ona więc znacząco skrócić czas jazdy.

Czego uznałby Pan za największy sukces firmy

Przede wszystkim wymianę taboru. Dużym sukcesem jest też istotne zwiększenie sprzedaży biletów przez internet. Chcemy rozwijać tę ofertę, by w przyszłości w ten sposób można było kupować bilety nie tylko na pociągi z rezerwacją miejsc.

Wkrótce wprowadzimy automaty do sprzedaży biletów na Dworcu Centralnym w Warszawie. Opracowaliśmy również plany modernizacji centrum



obsługi klienta, które teraz znajduje się w Łodzi, a niestety nie obsługuje całej Polski. Uzgodniłmy już ważne sprawy z Telekomunikacją Polską SA, będziemy rozmawiali z operatorami telefonów komórkowych.

Do centrum będzie można zadzwonić z całej Polski i uzyskać informacje na temat wszystkich pociągów, nie tylko naszej spółki.

Gdzie dostrzega Pan największe problemy

Podstawowym problemem całej branży są jej wieloletnie zaniedbania. Obecnie mamy przestarzałą flotę wagonów. Gdyby porównać to do transportu samochodowego, możemy powiedzieć, że jeździmy polonezami z połowy lat 80. To jest podsta-

wowe zmartwienie: jak szybko sfinansować wymianę przestarzałej floty, czyli wagonów i lokomotyw, ale także wyposażenia zaplecza, gdzie mamy zbytłukowe maszyny wpisane do rejestru zabytków. My musimy mieć urządzenia nowoczesne. Do tego doszedł jeszcze kryzys. W czasie koniunktury łatwiej jest inwestować, pożyczać.

W tej chwili trudniej uzyskać dofinansowanie na modernizację. Ponadto dzisiaj, z powodu recesji, wiele osób się waha, czy jechać na urlop, czy nie. Jeżeli nawet wyjeżdżają, to decydują się w ostatniej chwili. Wszystkie koleje europejskie narzekają, że jest bardzo mało zakupów w przedsprzedaży.

Czy nie obawia się Pa Polacy odwrócić się od y kolejami Będą wy samochody a na dłu szach samoloty

W wewnętrznych połączeniach między miastami Polski jest coraz mniej miejsca dla transportu lotniczego. Owszem, Polacy będą coraz więcej latać za granicę, ale nie w kraju. Autostrady zwiększą dostępność wielu rejonów kraju. Równolegle będzie jednak postępować modernizacja linii kolejowych, co da podobny efekt. To spowoduje konieczność zrewidowania dotychczasowych przyzwyczajeń. Kolej będzie mogła zaoferować czas przejazdu między głównymi miastami oscylujący wokół dwóch godzin, dzięki czemu – o to jestem spokojny – nadal będzie atrakcyjna. Bo do autostrady najpierw trzeba dojechać, a korki w miastach robią się coraz większe. Dlatego pociąg będzie mieć nadal spore wzięcie.

Jaka przyszłość czeka pociąg pasażerski

Z pewnością kolej będzie bardziej otwarta dzięki wdrożeniu nowoczesnych rozwiązań. Już dziś nasz pasażer za pośrednictwem strony www.intercity.pl może kupić bilety na pociągi kategorii InterCity, Ekspres i TLK (niebawem również na wybrane pociągi pociągów pospiesznych), zarezerwować hotel w kilkuset miejscach w kraju i za granicą. W planach mamy budowę następnych centrów obsługi klienta. W sześciu już istniejących w Warszawie,

Gdańsku, Szczecinie, Wrocławiu i Poznaniu pasażer obsługiwany jest w wygodnych, klimatyzowanych wnętrzach. W przyszłości to właśnie centra obsługi klienta mogłyby, z racji przyjaznych rozwiązań architektonicznych, stać się punktami oferującymi kompleksową obsługę pasażerów przed podróżą i po jej odbyciu, w tym szczególnie pasażerów niepełnosprawnych. Na dworcach pojawiają się interaktywne infomaty oraz biletomaty.

Czego możemy się spodziewać ze strony Intercity jesienią

Oferty „Tani Bilet” za 19 zł. Dzięki niej codzienne i weekendowe podróże do Krakowa, Trójmiasta czy Zakopanego będą komfortowe i przystępne cenowo. W ofercie znajdzie się ponad 40 połączeń. Zachęcamy również do korzystania z naszego internetowego systemu sprzedaży e-IC, gdzie w ramach promocji „Wcześniej i Taniej” kupimy bilety od 59 zł na wszystkie InterCity i ekspresy. Zachęcam też do odwiedzenia naszego stoiska na gdańskich targach TRAKO odbywających się od 14 do 16 października br. Będzie można uzyskać tam szczegółowe informacje na temat oferty przewozowej, a także wejść do kabiny naszej najnowszej lokomotywy Eurosprinter ES64U4 Simensa, ochrzczonej mianem Husarza.



ZOBACZ NOWY TABOR PKP INTERCITY

PODZAS ZBLIŻAJĄCYCH SIĘ MIĘDZYNARODOWYCH TARGÓW KOLEJOWYCH TRAKO BĘDZIE MOŻNA ZAPOZNAĆ SIĘ Z NAJNOWOCZEŚNIEJSZYM TABOREM, JAKIM OD TEGO ROKU DYSONUJE PKP INTERCITY. W RAMACH EKSPOZYCJI SPÓŁKA ZAPREZENTUJE LOKOMOTYWĘ SIEMENS EUROSPRINTER WRAZ Z NAJNOWSZYM WAGONEM PASAŻERSKIM KLASY I. OBA POJAZDY MOGĄ JECHAĆ Z PRĘDKOŚCIĄ 200 KM/GODZ.

Prezentowany wagon został wyprodukowany w poznańskich zakładach H. Cegielski FPS w ramach umowy na dostawę 17 wagonów pasażerskich dla PKP Intercity. Wśród zamówionych znajdują się trzy wagony bezprzedziałowe 1. klasy, trzy wagony z przedziałami menedżerskimi 1. klasy, osiem bezprzedziałowych 2. klasy oraz trzy wagony 2. klasy przystosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych. W bezprzedziałowych wagonach 1. klasy (typu 158 A) po raz pierwszy wykorzystano rozwiązanie zabudowanych mostków przejściowych Hubnera (szczelnego, ciśnieniowego złączenia między wagonami), zapewniające komfort pasażerom przemieszczającym się między wagonami. Pojazdy wyposażono w przetwornice statyczne dużej mocy, klimatyzację, zamknięty system WC, elektroniczne systemy diagnostyki pokładowej oraz instalacje przeciwpożarowe. Wyróżnikiem nowego taboru spółki oprócz firmowych barw jest również kształt okien, między którymi umieszczono specjalną malaturę imitującą szkło. Dzięki temu na całej długości wagonu powstał ciąg połączonych okien.

Beata Czemerajda

PROMOCYJNA JESIEŃ Z PKP INTERCITY

KOREKTA ROZKŁADU JAZDY ORAZ JESZCZE WIĘCEJ PROMOCYJNYCH BILETÓW DO TRÓJMIĘSTA, WARSZAWY, KRAKOWA, ZAKOPANEGO I PRZEMYŚLA W CENIE OD 19 ZŁ ZA PRZEJAZDY POCIĄGAMI INTERCITY ORAZ EKSPRES – OTO NAJWAŻNIEJSZE ZMIANY, JAKIE PKP INTERCITY PRZYGOTOWAŁO NA JESIEŃ.

W ramach wrześniowej korekty spółka zoptymalizowała siatkę połączeń pociągów pospiesznych oraz ekspresowych, dostosowując ją do zainteresowania podróżnych. Bez zmian będą za to kursować pociągi kategorii InterCity i międzynarodowe. W ofercie PKP Intercity pozostanie nadal ponad 500 pociągów kategorii EuroNight, EuroCity, InterCity, Ekspres, TLK i pospieszne.

Tani Bilet do Przemyśla, Zakopanego, Krakowa, Warszawy i Trójmiasta

Od 1 września PKP Intercity umożliwia przejazd bezpośrednimi pociągami InterCity w wyjątkowo atrakcyjnej cenie. Pula Tanich Biletów za 29 zł obowiązywać będzie we wszystkich 14 pociągach kursujących na trasie Warszawa – Gdynia – Warszawa, w 12 pociągach relacji Kraków – Gdynia – Kraków, w 2 pociągach relacji Przemyśl – Gdynia – Przemyśl oraz w 2 pociągach relacji Zakopane – Gdynia – Zakopane. W ramach promocji pasażer otrzyma możliwość podróży w klimatyzowanych wagonach klasy drugiej, z gwarantowaną miejscówką, a w pociągach kategorii InterCity z bezpłatnym poczęstunkiem.

Pociągi objęte ofertą Tani Bilet od 29 zł:

IC 3506 **Kaszub** Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 IC 5306 **Kaszub** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł.
 IC 3500 **Lajkonik** Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 IC 5300 **Lajkonik** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł.
 Ex 3510 **Małopolska** Przemyśl Gł. – Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 Ex 5310 **Małopolska** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł. – Przemyśl Gł.
 IC 1501 **Neptun** Warszawa Zach. – Gdynia Gł.
 IC 5100 **Neptun** Gdynia Gł. – Warszawa Zach.
 IC 3502 **Norwid** Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 IC 5302 **Norwid** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł.
 Ex 3512 **Sawa** Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 Ex 5312 **Sawa** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł.
 Ex 35400 **Tetmajer** Zakopane – Kraków Gł. – Warszawa – Gdynia Gł.
 Ex 53400 **Tetmajer** Gdynia Gł. – Warszawa – Kraków Gł. – Zakopane



Kraków – Warszawa – Kraków 19 zł

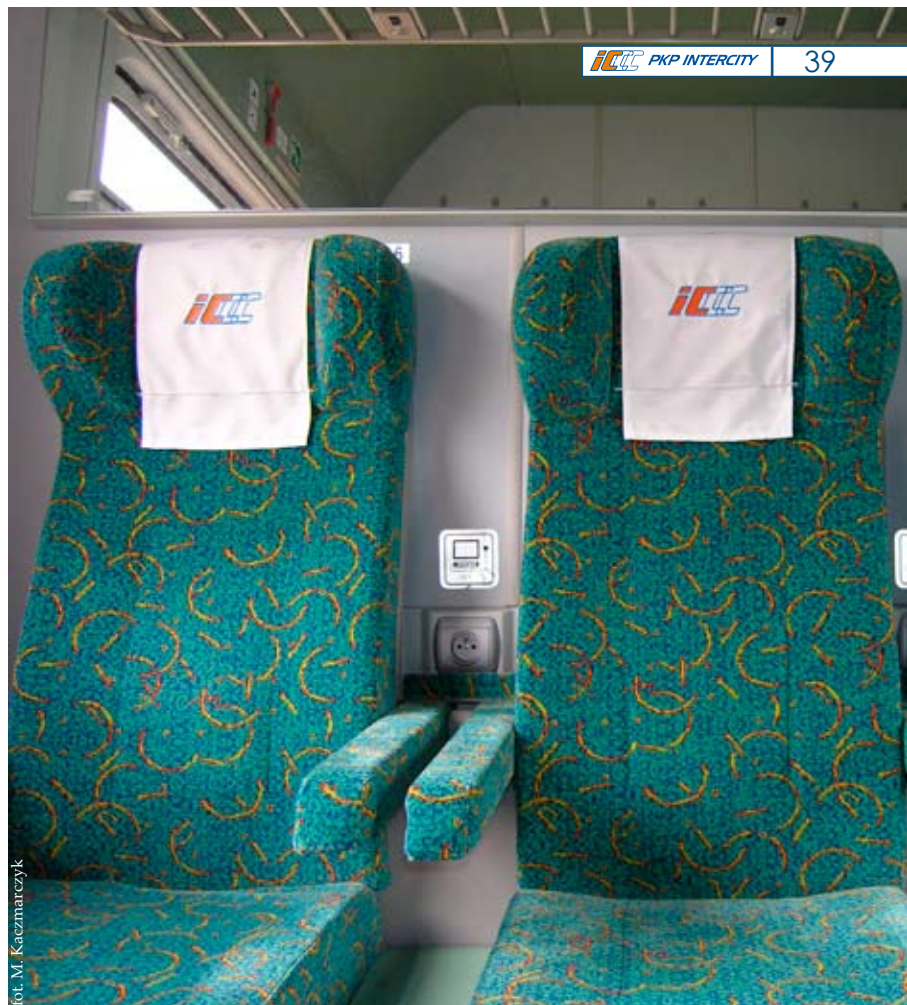
Jeżeli podróżny ceni sobie pewność rezerwacji miejsca, krótki czas przejazdu oraz komfort w niewygórowanej cenie, powinien wybrać ofertę Tani Bilet na trasie z Warszawy do Krakowa. Już od 1 września br. w każdym pociągu InterCity i Ekspres kursującym na tej trasie będzie można kupić pulę Tanich Biletów za 19 zł. Możliwość niewiarygodnie taniego podróżowania w pociągach najwyższej kategorii uzyskają także osoby planujące wypoczynek w Zakopanem, Krynicy czy odwiedzające Rzeszów bądź Przemyśl.

Pociągi, w których znajdziemy ofertę Tani Bilet za 19 zł :

Ex 1311 **Ernest Malinowski** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 Ex 3110 **Ernest Malinowski** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 13411 **Ernest Malinowski** Warszawa Wsch. – Kraków Gł. – Krynica
 Ex 31410 **Ernest Malinowski** Krynica – Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 IC 1307 **Józef Bem** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 IC 3106 **Józef Bem** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 IC 1301 **Kościuszko** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.

IC 3100 **Kościuszko** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 IC 1303 **Krakus** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 IC 3102 **Krakus** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 1315 **Matejko** Warszawa Wsch. – Kraków Płaszów
 Ex 3114 **Matejko** Kraków Płaszów – Warszawa Wsch.
 IC 3105 **Mickiewicz** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 IC 1304 **Mickiewicz** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 Ex 1309 **Pieniny** Warszawa Wsch. –
 Kraków Gł. – Przemyśl Gł.
 Ex 1309 **Pieniny** Warszawa Wsch. –
 Kraków Gł. – Nowy Sącz
 Ex 1309 **Pieniny** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 Ex 3108 **Pieniny** Przemyśl Gł. –
 Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 3308/3108 **Pieniny** Nowy Sącz –
 Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 3108 **Pieniny** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 1313 **Tatry** Warszawa Wsch. – Kraków Płaszów
 Ex 3112 **Tatry** Kraków Płaszów – Warszawa Wsch.
 Ex 13413 **Tatry** Warszawa Wsch. – Kraków Gł. – Zakopane
 Ex 31412 **Tatry** Zakopane – Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 Ex 13415 **Witkacy** Warszawa Wsch. – Kraków Gł. – Zakopane
 Ex 31414 **Witkacy** Zakopane – Kraków Gł. – Warszawa Wsch.
 IC 13407 **Wyspiański** Warszawa Wsch. – Kraków Gł.
 IC 31406 **Wyspiański** Kraków Gł. – Warszawa Wsch.

Więcej informacji o ofertach i rozkładzie jazdy znajduje się na stronie www.intercity.pl marka



fot. M. Kaczmarczyk

BILETOMATY

Na dworcu Warszawa Centralna PKP Intercity uruchomiło pierwsze biletomaty. Pasażerowie mogą już korzystać z czterech nowoczesnych urządzeń, które stanęły w hali głównej obok wejścia do Centrum Obsługi Klienta. Do czerwca przyszłego roku firma planuje zainstalować około stu biletomatów w całej Polsce. Biletomaty, z których mogą już korzystać pasażerowie odjeżdżający z Centralnego, umożliwiają kupno biletu oraz tzw. miejscówki na wszystkie pociągi InterCity, Expres oraz TLK kursujące po Polsce. Na razie za bilet można płacić kartą płatniczą Visa lub MasterCard, ale – jak wynika z badań, które przeprowadził przewoźnik kolejowy – ta forma płatności jest obecnie coraz częściej wybierana przez klientów i oceniana jako najbardziej komfortowa. Bilety można rezerwować na pociągi odjeżdżające w dniu zakupu oraz w ciągu dwóch najbliższych dni. marka



fot. M. Kaczmarczyk

WIELKI SUKCES ORANGE KINO LETNIE

PONAD 100 TYS. OSÓB OBEJRZAŁO FILMY WYŚWIELANE W KINACH POD GWIAZDAMI W CZASIE TRWAJĄCEJ PRZEZ CAŁE LATO AKCJI ORANGE KINO LETNIE. NAJWIĘKSZĄ POPULARNOŚCIĄ CIESZYŁY SIĘ PROJEKCJE NA SOPOCKIM MOŁO. OBEJRZAŁO JE 62 TYS. OSÓB. KOLEJNYCH 35 TYS. WIDZÓW ZASIADŁO NA ZAKOPIAŃSKICH KRUPÓWKACH, A PRAWIE 10 TYS. OGŁĄDAŁO FILMY W JEŹDZĄCYM PO KRAJU WAGONIE FILMOWYM.

W tym roku wydarzenie zostało przygotowane we współpracy z miastami partnerskimi Sopotem i Zakopanem oraz z PKP

Intercity. Bardzo ciekawym elementem projektu Orange Kino Letnie był wagon filmowy oficjalnego przewoźnika projektu – spół-

ki PKP Intercity. Przez całe wakacje kursował on pomiędzy Sopotem a Zakopanem, łącząc zimową i letnią stolicę Polski. W czasie wakacji wagon pokonał swoją trasę 71 razy, a wyświetlane w nim filmy obejrzało blisko 10 tys. pasażerów.

Zaskoczeni organizatorzy

W Orange Kinie Letnim w dwóch najpopularniejszych polskich kurortach można było za darmo oglądać seanse filmowe wyświetlane pod gołym niebem. Zainteresowanie tegoroczną ofertą plenerowego kina było ogromne. By zająć miejsce na leżaku lub góralskiej ławie, widzowie przychodzili nawet godzinę przed seansem. W obu miejscowościach konieczne okazało się zwiększenie liczby miejsc na widowni. Ogółem zorganizowano 453 seanse, które obejrzało ponad 100 tys. widzów. Pokaz zamykający tegoroczną edycję projektu odbył się w ostatni weekend sierpnia.

Aż 99 filmów

W repertuarze Orange Kino Letnie znalazło się 99 najciekawszych tytułów filmowych ostatnich lat. Wśród nich każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Tytułami najchętniej oglądanymi były: „Slumdog. Milioner z ulicy”, „To nie tak jak myślisz, kotku”, „Sen Kasandry”, „Pulp Fiction”, „Frida”, „Vicky, Cristina, Barcelona”, „Wszystko gra”, „Coco Chanel”. Rekord popularności pobił „Step Up – taniec zmysłów” – niemal 2 tys. widzów w Sopocie i przeszło 800 w Zakopanem.

Promowanie kultury

Wagon filmowy jest kolejnym przykładem zaangażowania PKP Intercity w promocję kultury. Ponadto jest ciekawą innowacją, której celem jest zwiększenie komfortu podróży. Projekt ten został bardzo dobrze przyjęty przez podróżnych, więc możemy się spodziewać, że w przyszłym roku w wakacje wagon pojawi się na dobrze znanej podróżnym trasie. Mamy nadzieję, że pasażerowie pociągów PKP Intercity będą mogli go także spotkać w innych relacjach. Wagon filmowy jest doskonałym miejscem na zorganizowanie eventu firmowego a także doskonałym i niekonwencjonalnym nośnikiem reklamowym. Jesteśmy otwarci na Państwa propozycje. Osoby zainteresowane prosimy o kontakt pod adresem marketing@intercity.pl. Więcej informacji o wagonie oraz o ofertach PKP Intercity można znaleźć na www.intercity.pl

Maria Kaczmarczyk

INTERCITY DZIECIOM

**DZIĘKI PKP INTERCITY PONAD 400 TYS.
DZIECI I MŁODZIEŻY DOTARŁO BEZPIECZNIE NA
TEGOROCZNY WAKACYJNY WYPOCZYNEK.**

Jak co roku PKP Intercity przygotowało dla zorganizowanych grup dzieci i młodzieży ofertę, dzięki której można było bezpiecznie i tanio dotrzeć na wakacyjny wypoczynek. Młodzi pasażerowie podróżowali w regularnie kursujących pociągach oraz w specjalnie przygotowanych pociągach kolonijnych (uruchomiono 45 takich składów). Gdyby nie zaangażowanie kolei w transport zorganizowanych grup dzieci i młodzieży, każdej wakacyjnej doby na polskie drogi musiałyby wyjechać 122 dodatkowe autokary.

Wśród organizatorów, którzy skorzystali z ulgowych (50%) przejazdów, były zarówno duże ogólnokrajowe organizacje, takie jak Związek Harcerstwa Polskiego, jak i małe, lokalne stowarzyszenia, szkoły, fundacje, parafie i kluby sportowe. Organizatorzy kolonii najczęściej wybierali połączenia do Trójmiasta, Kołobrzegu, Zakopanego, Białego Dunajca, Kłodzka, Mikołajek i Giżycka. W czasie wakacji w pociągach nocnych, ciesząc się największym zainteresowaniem

podróżnych, zapewniono dodatkową ochronę licencjonowanej agencji.

W tym roku PKP Intercity po raz pierwszy zostało partnerem programu „Lato z Polską” – wspólnej inicjatywy stowarzyszenia Wspólna Polska i Senatu Rzeczypospolitej Polskiej – dzięki której na letni wypoczynek do naszego kraju przyjechały dzieci białoruskiej Polonii. PKP Intercity zapewniło 1,5 tys. dzieciom komfortowe warunki, a także zadbało o dobrą atmosferę w czasie podróży. Dzieci otrzymały drobne upominki oraz porcję wiedzy o Polsce przy okazji licznych konkursów.

PKP Intercity wspólnie z Krajową Radą Izb Rolniczych oraz Ministerstwem Rolnictwa i Rozwoju Wsi włączyło się także w pomoc dzieciom pochodzącym z rodzin najbardziej poszkodowanych przez tegoroczną powódź. Ponad 600 maluchów dotarło specjalnymi wagonami dołączonymi do pociągów PKP Intercity z Krakowa do Słupska i z powrotem na niezapomniane wakacje.

Maria Kaczmarczyk





fot. M. Moczulski



BOHATERSCY KOLEJARZE



fot. M. Moczulski

Pasażerowie pociągów PKP Intercity podróżujący 1 września br. przez most na Wiśle pod Tczewem byli zaskoczeni widokiem strzelaniny na sąsiednim obiekcie drogowym. Polscy żołnierze 2. Batalionu Strzelców

w Tczewie walczyli z Niemcami, którym nie udało się przejąć tych strategicznych obiektów. Oniepowodzeniu akcji „Pociąg” zadecydowała postawa polskich kolejarzy i celników z Szymankowa, którzy pociąg pancerny zmierzający w stronę Tczewa skierowali na boczny tor. Za swój czyn zostali zamordowani. Byli pierwszymi ofiarami

II wojny światowej. Rekonstrukcja zdarzeń sprzed 70 lat była fragmentem widowiska patriotyczno-historycznego, które zorganizowano z okazji wybuchu II wojny światowej. Wcześniej delegacje kolejarzy i celników złożyły wiązanki kwiatów pod pomnikami w Kałdowie oraz Szymankowie. Obchody są organizowane od 20 lat z inicjatywy Sekcji Krajowej Kolejarzy NSZZ „Solidarność”.

Marek Moczulski



fot. M. Moczulski

SOLIDARNIE PRZEZ POLSKĘ

Pierwszy „Ekspres Solidarności” przyjechał do Gdańska w ubiegłym roku w ramach obchodów 25. rocznicy przyznania Lechowi Wałęsie Pokojowej Nagrody Nobla. Podróżowało nim 200 młodych ludzi z 44 krajów świata, m.in. Meksyku, Gwatemali i Wenezueli.

Tegoroczna edycja „Ekspresu Solidarności” była związana z 70. rocznicą wybuchu II wojny światowej. Pociąg uruchomiony przez PKP Intercity wyruszył z Krakowa 26 sierpnia. Do Gdańska, zgodnie z rozkładem jazdy, dotarł 30 sierpnia o godzinie 12.03. W trakcie czterodniowej podróży jego pasażerowie odwiedzili miejsca ważne dla naszej historii, a także uczestniczyli w wykładach, warsztatach oraz spotkaniach ze świadkami historii. Projekt organizuje Europejskie Centrum Solidarności we współpracy z Ministerstwem Spraw Zagranicznych RP.

Mar



fot. M. Moczulski

TRZY MUZYCZNE ŚWIATY

PKP INTERCITY ZAPRASZA NA WYJĄTKOWY KONCERT LUTOSPHERE, KTÓRY ODBĘDZIE SIĘ 29 PAŹDZIERNIKA BR. W KRAKOWSKIEJ FILHARMONII IM. KAROLA SZYMANOWSKIEGO. KONCERT JEST ORGANIZOWANY W RAMACH OBCHODÓW 15. ROCZNICY ŚMIERCI WITOLDA LUTOSŁAWSKIEGO.

Czy udana współpraca jazzmana improwizatora, klasyka wirtuozą i didżeja awangardzisty jest w ogóle możliwa? Czy muzycy grający tak różną muzykę są w stanie muzycznie się ze sobą porozumieć? Jak pogodzić perfekcję klasycznego wykonawstwa z nieobliczalną jazzową improwizacją albo jak połączyć wyrafinowanie brzmienia akustycznych instrumentów z nieustępliwością elektronicznego pulsu? Odpowiedzią jest Lutosphere, projekt trzech artystów z trzech różnych muzycznych światów.

Okazją i pretekstem do tego nietypowego spotkania był rok 2004, ogłoszony przez Sejm RP rokiem jubileuszowym kompozytora. Lutosphere to projekt hołd. Wzięli w nim udział wiolonczelista Andrzej Bauer, pianista Leszek Możdżer i muzyk wywodzący się z nurtu DJ – M.Bunio.S. Ideą przewodnią było wspólne wykonanie ich własnych utworów inspirowanych muzyką Witolda Lutosławskiego. W efekcie powstał zwarty program zawierający elementy jazzu, elektronicznej improwizacji oraz klasyczne elementy muzyki współczesnej.

Lutosphere to próba stworzenia nowej muzycznej jakości, w której Możdżer, Bunio i Bauer wykazują się dużą elastycznością oraz sporym dystansem do swoich dotychczasowych dokonań. Zniekształcona elektronicznie wiolonczela przepuszczona przez heavymetalowy fuzz, Możdżer improwizujący na sześciu dźwiękach (w „Wariacji Sacherowskiej”), Bunio pieczołowicie realizujący niesymetrycznie rytmiczne podziały wyciągnięte z partytur Lutosławskiego, a nad tym wszystkim pocięty na sample głos kompozytora mówiący: „To, co było wczoraj, jest złe! Tylko to, co jest dzisiaj, może być dobre! Zaś gdy dobre będzie to, co będzie jutro – to, co jest dzisiaj dobre, będzie już złe”.

Na koncert do krakowskiej filharmonii najszybciej można dojechać pociągami PKP Intercity. Więcej informacji o rozkładzie i ofertach specjalnych zaczynających się już od 19 zł można znaleźć na stronie www.intercity.pl

marka



DJ – M.Bunio.S., fot.: K. Gozdan

Andrzej Bauer, fot.: K. Gozdan

Leszek Możdżer, fot.: M. Liese

Słońce w gniazdku

W ciągu roku na każdy metr kwadratowy afrykańskiego piasku Słońce wysyła energię o wartości równej 1,5 mln baryłek ropy naftowej. W niedalekiej przyszłości ta dotąd marnująca się energia zostanie wykorzystana. Wszystko za sprawą Desertec – sieci gigantycznych elektrowni słonecznych, które powstaną na Saharze.

Desertec to największe na świecie przedsięwzięcie w dziedzinie energii odnawialnej. Do 2025 r. sieć pustynnych helioelektrowni ma produkować 15 proc. zużywanego w Europie prądu. Docelowo w 2050 r. ma to już być aż 50 proc. zapotrzebowania Europy, Afryki i Bliskiego Wschodu na elektryczność. W lipcu tego roku w Monachium podpisano porozumienie w sprawie zainicjowania budowy sieci pustynnych elektrowni. Pod koniec października działanie rozpocznie zespół DII – Desertec Industrial Initiative – mający za zadanie opracowanie planu finansowania całości przedsięwzięcia. W ciągu kilku lat, prawdopodobnie w Egipcie, powstanie pilotażowa jednostka przyszłej sieci, która pozwoli przetestować skuteczność zastosowanych technologii i wprowadzić ewentualne udoskonalenia.

Zrównoważony rozwój

Pomysł na stworzenie Desertec'u narodził się w Klubie Rzymskim, europejskiej organizacji działającej na rzecz popularyzacji idei zrównoważonego rozwoju. W badaniach nad możliwością wcielenia w życie zakrojonego na tak szeroką skalę projektu uczestniczy Niemiecka Agencja Kosmiczna, a całemu przedsięwzięciu patronuje niemieckie ministerstwo środowiska, które obiecało podjąć próbę przekonania Komisji Europejskiej do finansowego wsparcia inwestycji. W grupie inicjatorów projektu znalazły się m.in. niemieckie spółki energetyczne RWE i E.ON, Siemens, szwedzko-szwajcarski koncern z branży automatyki i energetyki ABB, hiszpańska spółka Abengoa zajmująca się m.in. produkcją czystej energii oraz Deutsche Bank.



Pożytki z pustyni

Projekt Desertec zakłada rozmieszczenie na silnie nasłonecznionych terenach północnej Afryki i Bliskiego Wschodu – od Maroka po Arabię Saudyjską – sieci elektrowni słonecznych. W sumie panele kumulujące energię słoneczną mają pokryć 0,3 proc. powierzchni, jaką na kuli ziemskiej zajmują obszary pustynne. Pozyskiwana w nich energia będzie następnie doprowadzana do Europy za pośrednictwem kabli ułożonych pod dnem Morza Śródziemnego. Łączna moc wszystkich elektrowni wyniesie aż 100 GW (elektrociepłownie w Polsce produkują w sumie ok. 10 GW). Planowany koszt inwestycji to 400 mld euro.

Zwierciadła i para

Na jakiej zasadzie mają działać elektrownie? Energia z promieniowania słonecznego wyłapywana będzie przez paraboliczne lustra obracające się wraz z ruchem słońca. Odbite promienie trafią do kolektora słonecznego, gdzie zamienią się w ciepło i podgrzeją zebraną w nim wodę. Parująca ciecz napędzi turbinę elektryczną, która wyprodukuje prąd. W nocy do wytwarzania elektryczności wykorzystywane będzie ciepło zgromadzone w ciągu dnia. Przesyłanie energii odbywać się będzie za pośrednictwem nowoczesnych sieci wysokiego napięcia HVDC (High Voltage Direct Current), których zaletą jest niewielka utrata energii przy przesyłaniu prądu na duże odległości – zaledwie 3 proc. na 1000 km.

Słońce i polityka

Jednak nim projekt Desertec zostanie wcielony w życie, trzeba będzie pokonać mnóstwo przeszkód. Aby doszło do urzeczywistnienia tak ogromnej inwestycji, wspól-



SŁOŃCE

Powstało 4,5 mld lat temu. Jest oddalone od Ziemi o 150 mln km. Temperatura na jego powierzchni wynosi 5,5 tys. stopni Celsjusza. Energia najbliższej nam gwiazdy jest pochodną syntezy jądrowej – przemiany wodoru w hel. Za ok. 5 mld lat Słońce powiększy się i pochłonie trzy najbliższe planety (a więc również Ziemię). W ciągu kolejnych 5 mld lat będzie się zmniejszało.

działać będą musieli ze sobą przedstawiciele kilkunastu państw – europejskich, afrykańskich i azjatyckich – reprezentujący przeróżne grupy interesów. Europa zapewni sobie wprawdzie dostęp do czystej energii, ale jednocześnie uzależni się od krajów niestabilnych politycznie, takich jak Algieria i Libia – ostrzegają przeciwnicy idei. Przedstawiciele Desertec przekonują jednak, że umocnienie ekonomiczne biednych państw wpłynie korzystnie na ich stabilizację polityczną w przyszłości.

Na wypadek burzy piaskowej

Sam projekt budzi także wiele wątpliwości. Czy rzeczywiście bardziej opłacalne i słuszne jest budowanie sieci połączonych ze sobą centrów słonecznych zamiast lokalnych, niewielkich elektrowni? Czy zainstalowane urządzenia okażą się wystarczająco odporne na trudne warunki klimatyczne, w których będą funkcjonować? Poza tym zabezpieczenie infrastruktury przed burzami piaskowymi i dobowymi skokami temperatury charakterystycznymi dla obszarów pustynnych pochłonie ogromne kwoty. Nie wiadomo też, jak działanie Desertec wpłynie na klimat oraz środowisko naturalne, zarówno w obrębie regionu, jak i całego świata. Państwa północnej Afryki będą mogły wprawdzie ograniczyć emisję dwutlenku węgla, jednak w zamian za to do atmosfery uwalniane będą znacznie większe ilości pary wodnej, która podobnie jak CO² odpowiedzialna jest za efekt cieplarniany.

Ekokolonizacja?

Zwolennicy budowy Desertec muszą zmierzyć się również z zarzutami, że elektrownia mająca dostarczać Europie wyprodukowaną na Saharze energię to swego rodzaju „ekonomiczny kolonializm” i kolejny pomysł Zachodu na eksploatowanie dóbr naturalnych Afryki. Jak dotąd wciąż nie wiadomo, jaki procent wyprodukowanej na pustyni energii trafi na Stary Kontynent, a jaki zostanie na miejscu. Reprezentujący Desertec specjaliści zapewniają, że mniej rozwinięte kraje uczestniczące w projekcie będą traktowane na zasadach partnerskich. Jak przekonują, dzięki inwestycji powstaną nowe miejsca pracy (choć warto pamiętać, że będzie to praca w wyjątkowo niesprzyjających warunkach), obiecują transfer nowych technologii oraz kształcenie kadry miejscowych specjalistów. Czy rzeczywiście spełnią swoje obietnice? Czy projekt okaże się rentowny? Odpowiedzi na te pytania poznamy dopiero za kilkadziesiąt lat.

Dorota Relidzyńska





cena 20 790 zł

PANERAI DLA INDYWIDUALISTÓW

Jedyny, wyjątkowy i niepowtarzalny design sprawia, że ten zegarek można pokochać lub znienawidzić. Ma tyle samo zwolenników, co przeciwników. Jedno jest pewne: nie jest typowy, nudny i nie da się przejść obok niego obojętnie. Charakterystyczna ochrona koronki sprawia, że nikt nie pomyli go z żadnym innym czasomierzem.

Firma Panerai od ponad 100 lat zajmuje się produkcją zegarków dla Włoskiej Marynarki. To dodatkowa rekomendacja i dowód na doskonałe wykonanie.

IWC BUSINESS CLASS

Ten dostępny na pasku ze skóry aligatora czasomierz idealnie komponuje się z garniturem. Średnica 40,9 mm sprawia, że mogą go nosić również osoby ze stosunkowo małym obwodem nadgarstka. Funkcja chronografu pozwoli zmierzyć czas z dokładnością do 1/4 sekundy.



cena: 25 850 zł

LONGINES SPORTOWA ELEGANCJANA

Ambasadorką marki Longines została w tym roku Agnieszka Radwańska. Zegarek z linii Grande Vitesse to chronograf z drugą strefą czasową, która szczególnie przyda się osobom często podróżującym. Na tarczy producent umieścił także wskazania daty, licznik 30 - minutowy i 12-godzinowy oraz mały sekundnik.



cena 11 960 zł

Jaeger-LeCoultre PRESTIŻ

Zegarek jednej z najbardziej cenionych, szwajcarskich manufaktur na świecie. Pochodzi z serii Reverso, której cechą charakterystyczną jest obracana o 180 stopni koperta. To unikatowe rozwiązanie pozwala chronić szafirowe szkło znajdujące się na wierzchniej stronie czasomierza np. podczas gry w polo.



cena 23 010 zł



Cena: 1099zł.

FESTINA KLASA EKONOMICZNA

Oficjalny zegarek Tour de France i Tour de Pologne 2009. Mineralne szkło (objęte dodatkową gwarancją) i wytrzymały pasek (kautczuk z elementami karbonu) tego kwarcowego zegarka sprawiają, że sprawdzi się zarówno podczas rowerowej wycieczki, jak i wieczornego joggingu. Niespotykana kolorystyka tarczy, liczne elementy nawiązujące do kolarstwa i atrakcyjna cena mają skusić do zakupu miłośników dwóch kółek.


FESTINA



CHRONO BIKE

[Era, Plus GSM: 071 784 56 53]

Infolinia 0801 011 423* | www.festina.pl



Olympus mju-7010:

**ultraszerokokątny zoom,
ultrasmukły i precyzyjny.
Nowa twarz aparatów z serii μ .**





OLYMPUS

Your Vision, Our Future

Mju 7010 to wyjątkowy aparat z 7-krotnym, szerokokątnym zoomem optycznym (28 -196 mm*) w smukłym metalowym korpusie.

Ciekawy styl nie wyklucza zaawansowanej funkcjonalności, dlatego ten ultrasłukowy model może poszczycić się np. podwójną stabilizacją obrazu. Pod ręką są również automatyczne śledzenie ostrości oraz tryb i-Auto. Dodatkowo, μ-7010 daje użytkownikowi nowe możliwości fotograficznej ekspresji w postaci kreatywnych magicznych filtrów, z których może korzystać naprawdę każdy. Na przykład filtr Pop-Art nasycia zdjęcia mocną kolorystyką, nadając większą intensywność i żywe barwy. Inne wspaniałe kreatywne efekty obejmują: fotografię otworkową, szkic oraz efekty rybiego oka. Prezentowany nowy aparat klasycznej serii μ dysponuje interfejsem obsługi w 39 wersjach językowych. Ów kompleksowy zestaw bogatych i praktycznych funkcji dopełnia kompatybilność z kartami xD-Picture Card oraz microSD. Warto mieć Olympus mju 7010!

* Odpowiednik ogniskowych dla formatu małoobrazkowego - 35mm



Życie pod parasolem

Polisę trzeba raz na jakiś czas wyjąć z szuflady – radzą eksperci. Dzięki regularnemu dostosowywaniu sumy ubezpieczenia do zmieniających się potrzeb życiowych nie będziemy marnować pieniędzy.

46 proc. Polaków przyznało, że z obawy o przyszłość rodziny skorzystałoby z ochrony ubezpieczeniowej bez niczyjej namowy – wynika z badań przeprowadzonych przez Instytut Rozwoju Gospodarczego SGH w Warszawie. Jednak od deklaracji do zawarcia polisy daleka droga.

Agent z bankiem

Specjaliści twierdzą, że niewiele osób podpisuje umowę z ubezpieczycielem z własnej inicjatywy. Do wykupienia polisy najczęściej zmusza nas fakt korzystania z produktów bankowych (np. kredytów

hipotecznych, konsolidacyjnych czy ratalnych) lub wzmożona aktywność agenta ubezpieczeniowego. W pierwszych sześciu miesiącach 2008 r. padł historyczny rekord: na ubezpieczenia na życie Polacy wydali 13,1 mld zł – trzykrotnie więcej niż w 2007 r. – To zasługa współpracy ubezpieczycieli z bankami – przyznaje Marek Kurowski, starszy analityk w Polskiej Izbie Ubezpieczeń. Jednak często osoby ubezpieczające się podejmują decyzję ad hoc, tylko po to, by pozbyć się natrętnych

agentów lub spełnić wymagania banków. Specjaliści jednak przestrzegają, by nie podpisywać umowy ubezpieczeniowej pochopnie, bo skutki mogą być odwrotne od zamierzonych!

Po co się ubezpieczać?

Przed podpisaniem polisy należy zastanowić się, jaki jest cel ochrony ubezpieczeniowej. Czy polisa ma chronić przed ryzykiem utraty zdolności do wykonywania pracy i zarabiania pieniędzy, czy zabezpieczyć najbliższych? Trzeba też określić zakres ochrony oraz wysokość ubezpieczenia, czyli kwotę, która ma być wypłacona w przypadku śmierci lub choroby ubezpieczonego. Dokładna kalkulacja powinna uwzględniać szereg czynników, np. wysokość zobowiązań rodzinnych, liczbę i wiek osób będących na naszym utrzymaniu, koszty ich utrzymania oraz okres, na który chce się zapewnić najbliższemu finansowanie. Znając wszystkie konieczne parametry, warto sprawdzić oferty działających na rynku towarzystw ubezpieczeniowych, by porównać

NAJCZĘŚCIEJ UBEZPIECZAMY SIĘ, ABY:

- zapewnić sobie odpowiedni standard życia na emeryturze,
- zabezpieczyć środki na niespodziewane wydatki,
- sfinansować wydatki związane z wykształceniem dziecka,
- zapewnić dziecku środki na start w dorosłe życie,
- zabezpieczyć rodzinę na wypadek własnej śmierci,
- uniknąć konsekwencji niespłaconych zobowiązań.

RODZAJE UBEZPIECZENIA

Produkty ubezpieczeniowe dzielą się na ochronne i ochronno-inwestycyjne. Ochronne służą wyłącznie zabezpieczeniu finansowemu wskazanych osób, którym są wypłacane pieniądze po śmierci ubezpieczonego. Ubezpieczenie to może stanowić także zabezpieczenie spłaty np. kredytu bankowego. Istnieje również możliwość rozszerzenia posiadanej ochrony poprzez zawarcie dodatkowych umów, np. na wypadek utraty zdrowia. W pakiecie ochronno-inwestycyjnym można wybrać kapitałowe ubezpieczenie na życie lub ubezpieczenie na życie z funduszem kapitałowym. Jedno i drugie stanowi finansową ochronę bliskich, ale poza tym pozwala gromadzić kapitał na przyszłość. Po upływie określonego czasu następuje wypłata środków zagwarantowanych w umowie.

wysokość proponowanych składek i zapoznać się z ogólnymi warunkami ubezpieczenia (OWU). Należy zwrócić uwagę przede wszystkim na zakres ubezpieczenia, czyli na to, co musi się wydarzyć, aby firma ubezpieczeniowa wypłaciła nam odszkodowanie. Bardzo ważne są też tzw. punkty wyłączenia odpowiedzialności. Przykładowo, jeśli ubezpieczony zatai, że jest chory, a po podpisaniu umowy ubezpieczenia na życie nastąpi zgon w wyniku tejże choroby, firma nie wypłaci rodzinie świadczenia, chociażby składki były opłacane regularnie. Warto też sprawdzić, co firmy ubezpieczeniowe rozumieją pod pojęciem następstw nieszczęśliwych wypadków czy uszczerbku na zdrowiu. Ubezpieczyciele odmiennie interpretują te terminy.

Co i kiedy chronić

Agenci ubezpieczeniowi przyznają, że raz wykupiona polisa nie pokryje wszystkich potrzeb i trzeba ją modyfikować, dostosowywać do zmieniającej się sytuacji – bytowej, rodzinnej czy zdrowotnej. Dlatego raz na jakiś czas trzeba wyjąć z szu-

flady polisę, by przejrzeć zakresy ochrony i sumy ubezpieczenia. Nie ma sensu płacić składek na wypłatę świadczenia z tytułu urodzenia dziecka, gdy rodzina jest już pełna. Dorosłe dziecko powinno mieć własne ubezpieczenie na życie. Gdy założy własną rodzinę, ubezpieczony odpowiada już tylko za współmałżonka. Gdy został sam, sumę ubezpieczenia może obniżyć, zwiększając wpłaty na gromadzenie środków na emeryturę.

Idealna polisa

Produkty ubezpieczeniowe są niczym buty. Nie powinny być za ciasne na przyszłe po-

trzeby ani zbyt uwierające dla bieżącego domowego budżetu. Ważne też, aby wziąć pod uwagę możliwości finansowe na starcie aktywności zawodowej, a potem w trakcie wykonywania pracy obliczać, jak wysokie składki jesteśmy w stanie miesięcznie opłacać. Idealna polisa to ta, która daje pełną ochronę, a nie ta, która jest najtańsza. Za niską składkę otrzymamy bowiem niskie świadczenie w przyszłości. Trzeba więc zawrzeć kompromis między możliwościami finansowymi a przyszłymi potrzebami i dobrze je wyważyć!

Dorota Skrobisz

Geny z charakterem

Charakter oraz poglądy są częściowo zapisane w genach – twierdzą naukowcy. Przez długi czas przeważała opinia, że osobowość człowieka kształtowana jest głównie poprzez odpowiednie wychowanie. Jednak w ostatnich latach badacze znajdują coraz więcej dowodów zaprzeczających tej tezie.

Pierwszą cechą, którą naukowcy wiązali z genami, była inteligencja. Już 150 lat temu Francis Galton, pionier genetyki behawioralnej, wykazał w swoich badaniach, że zdolności są częściowo dziedziczne. Dziś lista cech, które zdaniem naukowców mogą zależeć od genów, jest znacznie dłuższa. Znajdują się na niej m.in. podatność na określone używki (np. na alkohol), skłonność do ryzykownych zachowań i stosowania przemocy, otwartość na nowości, a także orientacja seksualna czy poglądy polityczne.

CO TO JEST GEN?

Gen to fragment DNA, w którym zapisana jest informacja o budowie białek, a mówiąc dokładniej – o kolejności ułożenia aminokwasów, czyli podstawowych cząsteczek budujących białka. Każda nićka DNA składa się z cukru, reszty kwasu fosforanowego oraz czterech zasad azotowych. To właśnie kolejność ułożenia zasad na nićce DNA decyduje, jaki aminokwas (i jakie białko) powstanie. Zmiany w kolejności zasad azotowych są odpowiedzialne również za mutacje genetyczne i choroby. W sumie ludzki genom składa się z około 30 tys. genów kodujących informacje o ponad milionie białek.

Poszukiwanie genu

Mocny argument zwolennikom genetyki behawioralnej dały zeszłoroczne badania naukowców z Yale i California University nad genem kodującym tzw. białko RGS2 (m.in. od niego zależy praca receptorów nerwowych). Szereg różnych eksperymentów wykazał, że dzieci ze zmutowanym genem RGS2 są bardziej nieśmiałe i ostrożne, a dorośli to introwertycy. Z kolei posiadacze jednej z wersji genu D4DR (reguluje poziom neuroprzekaznika dopaminy związanego m.in. z odczuwaniem przyjemności) wciąż poszukują nowych bodźców i są otwarci na zmiany.

Od DNA...

Tajemnica tego, jak geny kształtują charakter, tkwi w sposobie, w jaki komórki „porozumiewają się” ze sobą. W genach zapisana jest informacja o budowie białek, zaś jednym z typów białek są tzw. neuroprzekazniki – specjalne substancje chemiczne przekazujące wiadomości pomiędzy komórkami. Geny, które przechowują tę samą informację, nie zawsze są identyczne. Pojedynczy gen ma średnio 14 wersji, choć zdarzają się też mające ponad 50 odmian. Różnice w budowie genu mogą być subtelne, ale znacząco wpływają na pracę neuroprzekazników. W zależności od wersji genu powstają różne warianty tego samego neuroprzekaznika, które mogą być mniej lub bardziej efektywne w przekazywaniu informacji pomiędzy komórkami. I tak na przykład badania przeprowadzone na grupie ponad 500 kobiet pokazały, że panie, które miały wersję genu odpowiadającą za niższą zawartość serotoniny (neuroprzekaznik odpowiedzialny za zachowania impulsywne) w organizmie, wykazywały większy stopień wrogości i agresji niż pozostałe.

Jeden gen to za mało

Poziom neuroprzekazników może wpływać także na preferencje polityczne. Badania na bliźniętach pokazały, że 80

proc. bliźniąt jednojajowych, czyli posiadających identyczne geny, ma te same poglądy polityczne. W przypadku bliźniąt z różnym materiałem genetycznym wskaźnik ten był niższy o 20 proc.

Naukowcy zgodnie jednak twierdzą, że nie istnieje coś takiego jak gen konserwatyzmu, przemocy czy szczęśliwości. Jak podkreślają, kształtowanie charakteru to skomplikowany proces, na który wpływ ma wiele genów, środowisko i wychowanie. Fakt, że ktoś posiada wariant genu odpowiedzialny np. za niższą przyswajalność serotoniny, nie oznacza, że na sto procent wpadnie w depresję. Na pewno wszystkie osoby z taką odmianą genu będą miały skłonność do zamartwiania się, ale to, czy będą popadały w depresję, zależy bardziej od środowiska, w którym żyją, i od nich samych.

Geny – środowisko, do przerwy 0:0

Co ciekawe, wpływ genów i środowiska może się zmieniać w czasie. Psycholodzy badający religijność zauważyli, że o ile w dzieciństwie i młodości na religijność człowieka większy wpływ ma środowisko niż geny, o tyle u osób dorosłych sytuacja jest odwrotna. Na pytanie „natura czy wychowanie” postawione 150 lat temu przez Francisca Galtona dziś naukowcy odpowiadają zgodnie – nasz charakter kształtują i geny, i środowisko. Jednak na razie wciąż nie wiadomo, który z tych czynników ma na nas większy wpływ.

Katarzyna Bogusz

GENETYKA BEHAVIORALNA

Genetyka behawioralna to dział biologii zajmujący się badaniem powiązań pomiędzy czynnikami genetycznymi a zachowaniem. Początkowo interesował się tylko dziedzicznością inteligencji oraz chorób psychicznych, ale z czasem lista cech charakteru badanych przez genetykę behawioralną znacznie się wydłużyła. Choć zwiększyła się też liczba metod badawczych, a naukowcy m.in. nauczyli się lokalizować konkretne geny związane z określonymi cechami osobowości, podstawą w genetyce behawioralnej niezmiennie od 150 lat są badania polegające na obserwacji bliźniąt.

Dlaczego ptaki migrują?

Szlamnik potrafi przelecieć nawet 10 tys. km bez odpoczynku, a jerzyk może osiągnąć prędkość 130 km/godz. Fenomenem są młode bociany: po raz pierwszy wyruszając w trasę z Europy do Afryki bez rodziców, wylatują wcześniej i trafiają dokładnie w to miejsce, w które zmierzają ich rodzice. Ptasie migracje wciąż zadziwiają naukowców oraz miłośników przyrody.

Specjaliści podkreślają, że w Polsce są doskonałe warunki do obserwowania ptasich wędrówek. Nad krajem przebiegają trasy przelotu wielu gatunków zmierzających z północnej Europy i północno-zachodniej Azji do cieplejszych regionów – południowej części naszego kontynentu lub Afryki. Ptaki pokonują tysiące kilometrów, co jest możliwe dzięki ich niezwykłym zdolnościom.

Rekordy na trasie

Wyczyny niektórych migrujących ptaków są imponujące. Burzyk szary, którego tereny lęgowe znajdują się m.in. w Nowej Zelandii, na Falklandach i Ziemi Ognistej w Ameryce Południowej, w czasie jednego roku może pokonać do 64 tys. km (dolatuje m.in. do Japonii oraz na Alaskę). Rekord najdłuższego jednorazowego przelotu należy jednak

do szlamnika, ptaka z rodziny bekasowatych, który zamieszkuje północne rejony Europy, Azji i Ameryki Północnej, zimuje zaś m.in. w zachodnich Indiach. Podczas migracji zdolny jest do nieustannego lotu przez ponad 10 tys. km!

Szybszy niż gepard

Wrażenie robią też pułapy, na jakich latają ptaki wędrowne. Załoga pewnego pasażerskiego odrzutowca zaobserwowała kiedyś stado łabędzi lecących na wysokości 8,2 tys. m. Natomiast gęsi indyjskie podczas swoich wędrówek przelatują nad najwyższymi szczytami Himalajów! Imponująca jest także prędkość lotu ptaków. Wędrowny jerzyk potrafi osiągnąć prędkość 130 km/godz.! Dla porównania gepard, najszybszy ssak lądowy, w biegu może osiągnąć maksymalną prędkość 110 km/godz.

Od kilku dni do miesięcy

Przygotowania do przelotów zajmują ptakom długie tygodnie. W tym czasie radykalnie zmieniają dietę – na bogatą w tłuszcze oraz cukry, żywią się zazwyczaj nasionami i owocami. Niektóre gatunki w ciągu kilku tygodni potrafią zgromadzić tak duże zapasy tłuszczu, że niemal dwukrotnie zwiększają masę ciała. Wszystko to jest im potrzebne, gdyż każdy długi przelot jest dla ptaków ogromnym wysiłkiem – pokonując tysiące kilometrów, rzadko zatrzymują się na odpoczynek i prawie wcale nie żerują. Czas przelotów uzależniony jest przede wszystkim od odległości, jaką mają pokonać. Najszybciej cel wędrówki osiągają te, które zimują w południowej Europie, np. kaczki, lecąc z prędkością 40-50 km/godz., kończą podróż po kilku bądź kilkunastu dniach. Najwięcej czasu w drodze spędzają ptaki zimujące w południowej Afryce. Bociany na dotarcie do tych terenów potrzebują nawet trzech miesięcy!

Lecą, bo muszą

Już starożytni zauważali ptasie migracje, a nawet próbowali wyjaśnić to zjawisko. Jednak dopiero współczesnej nauce udało się odpowiedzieć na pytanie, dlaczego każdego roku ptaki pokonują tysiące kilometrów. Okazuje się, że powszechnie znany powód – zimowe chłody – nie jest do końca prawdziwy. Co prawda ptaki nie przepadają za mrozem, jednak nawet te, które potrafią wytrzymać



temperaturę 30 stopni Celsjusza poniżej zera, jak np. mysikrólik, migrują. Okazuje się, że zimą oprócz niskiej temperatury ważnym czynnikiem skłaniającym ptaki do wędrówek jest krótszy dzień oraz zmniejszone natężenie światła słonecznego. Wszystko to sprawia, że zwierzętom trudniej zdobywać pokarm. Dotyczy to zwłaszcza młodych osobników, które przyszły na świat w regionach o klimacie umiarkowanym lub subpolarnym, bo to właśnie tam, a nie w ciepłych krajach, wiele gatunków ma tereny lęgowe.

Magnetyczny zmysł

Do dziś ludzi zadziwia wyjątkowa zdolność ptaków do orientacji w przestrzeni. Większość gatunków spędza letnie i zimowe miesiące w tych samych regionach, leżących często na dwóch różnych kontynentach. Jak to możliwe, że zawsze trafiają do celu? Lecąc w ciągu dnia, ptaki rozpoznają kierunek podróży na podstawie położenia słońca na niebie, w nocy zaś służy im do tego gwiazda polarna. Ptaki mogą też odnaleźć biegun nocnego nieba, czyli punkt, wokół którego krążą gwiazdy na nieboskłonie. Doskonałe jest też ich wyczucie pokonywanych dystansów. Niektóre gatunki posiadają również „zmysł magnetyczny”, czyli zdolność wyczuwania linii ziemskiego pola magnetycznego. Te ptasie talenty od lat są przedmiotem badań naukowców, jednak wciąż nie

wyjaśniono fenomenu wielu z nich. I tak na przykład młode bociany urodzone w Europie wylatują do Afryki wcześniej od swoich rodziców. Choć jest to dla nich pierwszy przelot w życiu, potrafią trafić dokładnie w to samo miejsce w Afryce, do którego dążą ich rodzice. Naukowcy do dziś zastanawiają się, skąd znają drogę.

Podróżnicy z polskim paszportem

Pierwsze ptasie migracje z Polski rozpoczynają się już na początku czerwca – ze swoich miejsc lęgowych odlatują czajki. Jednak prawdziwa fala odlotów rozpoczyna się w sierpniu. To właśnie wtedy z polskich łąk znikają bociany udające się do środkowej i południowej Afryki, a także muchołówki, wilgi i turkawki. We wrześniu fala migracji nieco opada, by wzrosnąć gwałtownie na początku października. Można

wówczas obserwować masowe przeloty ptaków z rodziny drozdowatych (kosi, kwiczoły), sikorek i mysikrólików. Celem podróży większości z nich jest południowa i zachodnia Europa. Niektóre gatunki dolatują też do północnej Afryki oraz Azji Mniejszej. Jako ostatnie opuszczają nasz kraj ptaki wodne: kaczki, łyski i łabędzie, zimujące zwykle w południowej Europie. Na odlot decydują się dopiero, gdy rzeki i jeziora, przy których żyją, zaczynają pokrywać się lodem. Jednak coraz cieplejsze zimy sprawiają, że ptaki te często rezygnują z migracji w ogóle. Aby podziwiać ptasie wędrówki, nie potrzeba ani wiele wysiłku, ani specjalnych środków. Lornetka, atlas ptaków i trochę wolnego czasu wystarczą, by obserwować ten niezwykły przyrodniczy fenomen w pełnej krasie.

Robert Gaik

INDIE TO PAŃSTWO POŁOŻONE W AZJI POŁUDNIOWEJ, NA SUBKONTYNENCIE INDYJSKIM. ZE WZGLĘDU NA BOGATĄ TRADYCJĘ, KULTURĘ I HISTORIĘ TEREN TEN CO ROKU PRZYCIĄGA CORAZ WIĘCEJ TURYSTÓW, KTÓRZY NIEJEDNOKROTNI WRACAJĄ W TEN UROKLIWY ZAKĄTEK ŚWIATA. TO, CO WYRÓŻNIA KULTURĘ INDYJSKĄ OD INNYCH, TO PRZED WSZYSTKIM SPOSÓB UBIERANIA SIĘ, WESELA JAK Z BAJKI, ALE TAKŻE EGZOTYCZNA, PEŁNA SMAKÓW KUCHNIA.

MODA W STYLU HINDI

Indie to kraj kolorów, żywych barw, iskrzących paciorków, brokatu oraz najróżniejszych materiałów. Strój w Indiach ma ogromne znaczenie. To nie tylko partia materiału, który ma zdobić i chronić ciało przed zimnem. Po stroju można ocenić zamożność i pozycję społeczną jego właściciela. Ubranie jest elementem wybieranym starannie, z uwzględnieniem wszystkich łączyjących się ze strojem obyczajów, tradycji i okazji, na które się go zakłada. Dla Europejczyków ubrania mieszkańców Indii stanowią o egzotyce i wyjątkowości tego kraju. Kobiety w Indiach pozostają wierne tradycji i noszą przede wszystkim sari. Do jego uszycia wystarczy jedna sztuka materiału, który jest odpowiednio drapowany i upinany. Pod sari zakładane jest coli, czyli bluzeczka z krótkim rękawkiem, odstawiająca brzuch, oraz bawełniana halka. Często kobiety dobierają do swojego stroju duppate, czyli długi szal pasujący do reszty stroju. Mężczyźni często wybierają strój europejski – koszula i długie spodnie – który rozprzestrzenił się w Indiach podczas panowania brytyjskiego. Jednak można spotkać i mężczyzn ubranych w tradycyjne dhoti, lungi i mundu. Jest to luźny ubiór przypominający sarong. W południowych Indiach mundu noszą zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Dhoti i mundu są to białe stroje, lungi jest kolorową odmianą mundi.



BAJECZNE WESELE

Wesele w Indiach jest ceremonią szczególną. Nie jest łatwo do niego doprowadzić, dlatego też jeśli uda się połączyć dwoje młodych ludzi, ich zaślubiny są wyprawiane iście po królewsku. Tradycyjne wesele hinduskie odbywa się na świeżym powietrzu, w specjalnie przygotowanym na tę okazję namiocie ślubnym. Panna młoda ubrana jest w białe lub czerwone sari, dłonie i stopy ma wymalowane henną w piękne wzory, całą jej postać zdobi bogata biżuteria. Pan młody zakłada tradycyjny hinduski strój wraz z turbanem, często strój jest koloru złotego. Pan młody przyjeżdża do swojej wybranki przystrojony w kwiaty, zdarza się, że karetą lub na słońcu. Towarzyszy mu orszak złożony z orkiestry i weselników. Uroczystość zaślubin odprawiana jest przez kaptana, tzw. branina, tradycyjnie pod drzewami konopii lub w świątyni. Wesele w Indiach to gwar, kolor, muzyka i zabawa nawet przez kilka dni. Liczba gości często sięga tysiąca. Zarówno goście, jak i młodzi obdarowują się nawzajem prezentami. Zupełnie niespotykanym zwyczajem jest również wyprawianie wesela żabom. W niektórych regionach Indii panuje przekonanie, że zaślubiny żab mogą przynieść deszcz w okresie suszy. Żabie wesele odbywa się zgodnie z przyjętym

obyczajem – po ceremonii zaślubin odbywa się huczne wesele, na którym bawią się goście, nie złozenie bynajmniej z przedstawicieli gatunku państwa młodych!

Więcej informacji o tym intrygującym kraju można zdobyć, oglądając program „Indyjska uczta”, tylko na Travel Channel.

Indyjska uczta Premiera 5 października o godzinie 20.00

Październik wcale nie musi oznaczać końca wakacji, zwłaszcza z Travel Channel. Mimo że jesień zbliża się wielkimi krokami, w tym miesiącu kanał ten przygotował dla swoich widzów mnóstwo ciekawych atrakcji oraz nowości programowych. Jedną z premier będzie „Indyjska uczta”.



Jest to program dla wszystkich tych, którzy chcieliby zobaczyć miejsce ze swoich marzeń, inspirujący do upragnionych wakacji, ale nieprzypominający nudnego przewodnika.

Wyruszając do Indii, można przedłużyć sobie wakacje, zwłaszcza że w kraju tym prawie zawsze świeci słońce. Przekona się o tym prezenter programu Barry, miłośnik dobrej kuchni oraz wielki łakomczuch, a jednocześnie pasjonat dalekich podróży. W programie Barry weźmie udział w święcie tego azjatyckiego państwa. Dowie się, ile kolorów oraz dobrej zabawy towarzyszy temu fascynującemu wydarzeniu. Wizyta w Indiach będzie także niepowtarzalną okazją do tego, by poznać indyjską kulturę, ale i dowiedzieć się czegoś więcej o przemyśle spożywczym. W odcinku „Wiejskie wesele, Jaisalmer i Pushkar” Barry wyruszy do małego miasteczka Ghanerao, które położone jest w centrum Radżastanu. Okolica ta słynie z tradycyjnych indyjskich



wesel. Gospodarz programu spotka tam sympatyczną rodzinę kucharzy, która udzieli mu wiele praktycznych wskazówek na temat gotowania. Następnie uda się do położonego przy granicy z Pakistanem miasta Jaisalmer, gdzie znajduje się wielka atrakcja turystyczna, fort Jaisalmer. Obiekt ten został zbudowany w 1156 r. przez maharadżę Dżajśala na szczycie wzgórza Trikuta. Do dnia dzisiejszego fort ten jest zachowany w bardzo dobrym stanie.

Pod koniec wyprawy Barry odwiedzi święty Pushkar, miasto, w którym co roku odbywa się słynne Camel Fair, wielki targ wielbłądów, w którym bierze udział nawet 50 tys. zwierząt. Charyzmy oraz niepowtarzalnego klimatu dodają temu wydarzeniu ogromne diabelskie młyny wesołych miasteczek oraz jezioro, w którego wodach można obmyć grzechy swojego życia.

Travel Channel zaprasza!





©iStockphoto.com/webphotographer

TENIS Gra z umysłem

Jest sposobem na wielkomiejską aktywność, lekarstwem na słabą kondycję i samopoczucie. Tenis poprawia nie tylko zdrowie.

Kilkaset tysięcy Polaków regularnie gra w tenisa – wynika ze statystyk.

A w każdym większym mieście jest od kilku do kilkudziesięciu kortów tenisowych. To niezbyt dużo jak na sport niewymagający szczególnych predyspozycji. W tenisa bowiem grać może każdy.

Łatwy do nauki

„Będę uderzać jak łamaga, wstydę się” – często mówią wychodzący na kort po raz pierwszy. Niepotrzebnie, bo nic w tym dziwnego, że ktoś, kto nigdy nie trzymał rakiety w ręku, nie umie się nią posługiwać. Podstaw tenisa można się nauczyć dość szybko. Na początku pomocny będzie instruktor, który pokaże

kilka podstawowych elementów gry, pomoże wybrać odpowiednią technikę. Ale już po kilku miesiącach treningu wiele osób zauważa, że różnice między ich grą a grą pozostałych stają się coraz mniejsze.

Gra z pasją

Tenis zbliża ludzi. Poszukiwania partnerów do gry ułatwia internet. Na portalach poświęconych tenisowi łatwo można ich znaleźć. Same zaś anonse nieraz przypominają te z serwisów randkowych, np.: „Poszukuję partnera do gry w tenisa. Mam czas w soboty i niedziele (również przed południem). Poziom niewysoki, ale mam warunki i chęci, to już dużo. Tomasz, 37 lat”. Często jednak wystarczy po prostu zachęcić znajomych. Tenis to pasja – twierdzą ci, którzy od wielu lat regularnie przychodzą na korty. Przywiązanie

do tej dyscypliny deklarują m.in. Cezary Żak, Marcin Dąbiec, Robert Rozmus czy Tomasz Stockinger, ale także Tom Hanks i Robin Williams.

Idziemy na mączkę

Ocenia się, że w Polsce jest kilkaset kortów i choć budowa jednego kosztuje od kilkudziesięciu do kilkuset tysięcy złotych, ciągle przybywa nowych. Najczęściej powstają przy klubach sportowych, pływalniach i parkach. Porządny kort to nie tylko pole do gry i siatka, ale również łazienki, przebieralnie, wypożyczalnia sprzętu, mały sklepik. Sezon letni na kortach odkrytych trwa od maja do listopada. Przez resztę roku tenisowej pasji można się oddawać w halach bądź ogrzewanych namiotach. Korty kryte są odporne na kaprysy pogody, ale korzystanie z nich jest nieco droższe, czasem nawet dwukrotnie. Początkujący gracze powinni wybierać te z nawierzchnią typu mączka ceglana. Osoby, które grają dłużej, wolą sztuczną nawierzchnię, np. trawę, ponieważ jest bardziej wymagająca fizycznie.

Milion za godzinę

Grając intensywnie, w ciągu miesiąca na trening można wydać tyle, ile kosztuje zatankowanie jednego baku paliwa samochodu, czyli około 200 zł. Godzina treningu kosztuje od 25 do 50 zł latem i od 40 do 80 zł zimą, ale koszt dzieli się na dwóch zawodników. Za godzinną lekcję z instruktorem trzeba zapłacić od 50 do 120 zł. Za odpowiednio wysoką stawkę można też zamówić sobie indywidualny trening pod okiem znanego zawodowego tenisisty. Kilka miesięcy temu szwajcarski mistrz tenisa Roger Federer zainkasował milion dolarów za godzinę nauki gry dziecka jednego z dalekowschodnich milionerów.

Złapiesz szklankę

Tenis śmiało można polecić każdemu! To sport cechujący się niewielkim ryzykiem kontuzji, mało obciążający stawy i serce, a wytrenowane podczas treningu ścięgna są mniej narażone na nadwyżężenia. Do zyskania jest wiele – dobra sylwetka, kondycja, ale także koordynacja ruchowa i refleks. Po kilku miesiącach treningu na pewno uda się złapać lejącą na podłogę szklankę. Tenis wzmacnia też odporność organizmu. To zasługa zwiększania wydolności oddechowej – im lepiej dotleniony organizm, tym bardziej odporny. Niektórzy lekarze taki wysiłek polecają

©iStockphoto.com/mibirdy



PRZEWAGA SZNURÓWEK

Wiązanie sznurówek jest starym, wypróbowanym i co najważniejsze skutecznym sposobem na wytrącenie przeciwnika z równowagi. „Wiąż sznurówki co najmniej dwa razy w każdym gemie” – brzmi jedna z rad doświadczonych tenisistów.

REKORD

Rekord prędkości serwowanej piłki należy do amerykańskiego tenisisty Scotta Carnahana. Padł podczas turnieju w Los Angeles w 1976 r. i wyniósł 220 km/godz.

KORT

Rozmiary kortu tenisowego (23,7 m długości i 8,2 m szerokości) określono w roku 1877, zaś wagę piłek (między 56 a 59 g) w roku 1902.

pacjentom z astmą oskrzelową. Przy schorzeniu pomoc może już miesiąc regularnych zajęć. Trening taki pozytywnie wpływa także na pracę trzustki i poziom cukru w organizmie. Może też zapobiegać cukrzycy w późniejszym wieku. Najbardziej jednak docenianą korzyścią związaną z uprawianiem tenisa jest po prostu skuteczne spalanie tkanki tłuszczowej. Godzina gry zabiera około 700 kilokalorii, a więc wartość energetyczną równą porządному obiadowi.

Gra ze sobą

Gra w tenisa pomaga dostrzec swoje mocne i słabe strony, uczy koncentracji i cierpliwości. Psycholodzy sportowi mówią, że tenis to gra tocząca się w umyśle zawodnika. Aby wygrywać i robić postępy, trzeba walczyć z własnymi błędami i brakiem koncentracji. Wtedy można pokonać dwóch największych przeciwników: nerwowość i brak wiary w siebie. Pokonawszy ich na korcie, łatwiej pokonać w życiu.

Michał Wrzosek



smak lata



Fetina



Ravenna



San Marino



Piada
Włoska finezja smaku

WARS jako pierwszy w Polsce poleca Piadę

Wyśmienity włoski placek Piada, z regionu Emilia Romagna.

Teraz Piada Dostępna we wszystkich wagonach gastronomicznych WARS.



fot.: z arch. A. Grebieniow

Podróż za jeden **pomysł**

Można pokonać na rowerze dwie górskie pustynie, przefrunąć na żaglowozach przez stępy Mongolii albo poznać ciężkie życie poganacza wielbłądów w karawanie podróżującej przez Saharę. Młodzi Polacy potrafią znaleźć wiele niebanalnych sposobów na poznawanie świata i wyprawy będące niezapomnianym przeżyciem!

Poszukując sposobu na zupełną izolację, Piotr Milaniak (33 l.) z Mszany Dolnej samotnie przejechał rowerem dwa górskie płaskowyże Ameryki Południowej: Puna de Atacama oraz Altiplano. Młody Polak przez ponad trzy miesiące zmagał się z tak ekstremalnymi warunkami, że swoją wyprawę nazwał po powrocie do kraju „Absurd Expedition”.

Dwa koła przygody

W trakcie wyprawy Piotr często walczył z huraganowymi wiatrami, tak silnymi, że nawet pchanie roweru było

niemożliwe. Ale czasami wiatr stawał się sprzymierzeńcem młodego podróżnika. – Pewnego dnia wiało mi w plecy tak mocno, że bez pedałowania jechałem pod górkę z prędkością 20 km/godz.! Gdybym tego nie doświadczył osobiście, nie uwierzyłbym, że to możliwe – opowiada Piotr. Na górskich

pustyniach położonych ponad 4 tys. m n.p.m. Milaniak zmagał się też z poparzeniami skóry. Słońce grzało z taką mocą, że nie pomagały żadne filtry. Nagrodą za te wszystkie trudy były wręcz bajkowe pejzaże: białe od soli salary (dna wyschniętych jezior) przecinające się z krwistoczerwonymi



► piaskami pustyni. W lagunach dreptały stada różowych flamingów, a nad wszystkim górowały ośnieżone stożki wulkanów. – Te widoki wydawały się wręcz nierealistyczne – wspomina Piotr.

Tracili kontakt z rzeczywistością

Dotrzeć na rowerach do małej wioski, o której przed II wojną światową pisał podróżnik Arkady Fiedler w swojej książce „Madagaskar. Gorąca wieś Ambinanitelo” – taki był cel wyprawy Arkadiusza Ziembę, Piotra Sudół i Zbigniewa Sasa. Jechali po dziewięć godzin dziennie, często do gra-

nicy wytrzymałości. Czasami z wycieńczenia tracili kontakt z rzeczywistością. – Jeden z nas ciągle myślał: „Gdzie ten czwarty?”, a drugi zadawał sobie pytanie: „Czemu jedziemy we dwójkę?”. A cały czas było nas trzech – wspomina Arkadiusz Ziembę, organizator wyprawy. Pod koniec dnia bywali tak głodni, że jedli nawet przez trzy godziny, celebrując każdy najdrobniejszy kęs. Oprócz głodu i wycieńczenia trzydziestoletni szczecinianin musieli pokonać miejscową przyrodę. Jak wspomina, po przedzieraniu się przez bagniste tereny musieli zazwyczaj wycinać robaki spod skóry i paznokci!

Czarownicy z dżungli

Polacy dotarli do odciętych od świata wiosek, gdzie jeden cukierek był tak cenny, że dzieliło się nim siedmioro dzieci! Czasami tubylcy uciekali w popłochu przed Polakami wynurzającymi się z dżungli, bo uznawali ich za czarowników. Dopiero łyk rumu z szefem wioski przełamywał lody, a podróżnicy byli goszczeni jak królowie. We wsi Ambinanitelo Polacy odnaleźli ostatniego człowieka, 89-letniego Alphonsa Isaia, który pamiętał naszego rodaka z maszyną do pisania. Malagasz z rozrzewnieniem opowiadał o pobycie Fiedlera, wspominał historie, które legendarny podróżnik pominął w swoich publikacjach. – Na Madagaskarze zostawiliśmy część siebie, przeżyliśmy emocje, o które trudno w naszym poukładanym świecie – podsumowuje Ziembę.

Walcząc z Gobi

Grupa innych polskich podróżników postanowiła pokonać 1,5 tys. km piasków i stepów Mongolii, jadąc żaglowozami (konstrukcje przypominające bojery na kołach rowerowych). Przed startem nasi rodacy zorganizowali



NIEZWYKŁE POMYSŁY NA PODRÓŻ ŻYCIA:

- Jola Czupik i Dominik Stokłosa dojechali w Himalaje zwykłym cinquecento.
- Członkowie stowarzyszenia Czysty Świat przemierzają Amerykę Południową traktorem Ursus.
- Grupa podróżników SlowRiders dotarła czterema starymi fiatami 126p aż do Mongolii. Na liczącej 17,5 tys. km trasie ponad 50 razy złapali gumę.
- Paweł Wróblewski przejechał na rowerze przez 13 krajów Afryki. Podróż zakończył w Kongu, gdzie poznał swoją obecną czarnoskórą żonę. O wyprawie pisze w książce „Do ciepłych krajów”.
- Beata Jakuszevska pół roku mieszkała z nomadami na Saharze.
- Dominik Włoch doszedł pieszo z Gdańska do Jerozolimy.



foto: P. Milaniak

w Ułan Bator, stolicy Mongolii, konferencję prasową. Pisały o nich wszystkie gazety. Jazda żaglowozami dostarczyła podróżnikom ogromnych emocji. Przy silnym wietrze pojazdy rozpędzały się do 75 km/godz. i prawie frunęły nad stepem. Wielokrotnie wywracały się, wpadały w szczeliny, dziury. Notorycznie coś się psuło: pękały koła, w aucie towarzyszącym wyprawie najpierw padł gaźnik, a na totalnym odludziu skończyło się paliwo. – Chyba w ten sposób Gobi próbowała nas zatrzymać – wspomina Ania Grebieniow (30 l.) z Poznania, kierownik wyprawy. Ale pustyni to się nie udało.

Po sześciu tygodniach walki z przeciwnościami losu Polacy szczęśliwie dotarli do swojej mety – Mandal Gobi. – To była przygoda życia – podsumowuje Ania.

Ciężkie życie poganiacza

By poznać ginącą już tradycję ludów Sahary, Jakub Pająk (29 l.), doktorant z Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie, zatrudnił się jako poganiacz wielbłądów w karawanie transportującej sól z kopalni w Taoudenni w północnym Mali do legendarnego Timbuktu w centrum kraju. – Za kilkanaście lat te karawany pewnie znikną – tłumaczy swoją decyzję Jakub. Na liczącym 1,5 tys. km szlaku poznał surowy tryb życia Maurów. U rodziny Hassana, przewodnika karawany, z grzeczności zjadał śmierdzące i zepsute mięso. Jedzenie było straszne – po trzech tygodniach bez warzyw Jakubowi zaczęły chwiać się zęby.

Awantura o wielbłąda

Podróżnik wykonywał tę samą ciężką pracę co inni poganiacze – pilnował wielbłądów, karmił je, ładował na nie ciężkie płyty solne. Dziennie przerzucał około czterech ton soli w płytach. – Taka wyprawa to świetna kuracja odchudzająca

– śmieje się Polak. Jakub przeżył też chwile grozy, gdy na środku Sahary nie zauważył, że uciekł wielbłąd z jedzeniem i piciem, którego miał pilnować. Hassan wpadł we wściekłość.

– Myślałem, że użyję swojego sztyletu – wspomina Jakub. Skończyło się tylko na wielkiej awanturze. Po trzech tygodniach trudów Polak dotarł do kopalni soli w Taoudenni – miasteczka, w którym domy są zbudowane z płyt solnych! Za swoją oryginalną wyprawę Pająk dostał nagrodę na najbardziej prestiżowym polskim festiwalu podróżników

– Kolosy 2008.

Dostać w kość

Jakub Pająk chce dołączyć do Tuaregów przemierzających karawanami kolejny saharyjski szlak. Ania Grebieniow myśli o przeleceniu balonem całej Patagonii mającej prawie milion kilometrów kwadratowych powierzchni. Piotr Milaniak przymierza się do pokonania na rowerze najbardziej nieprzyjaznej ludziorz części Tybetu – lodowo-piaszczystej Chang Tang. – Chcę dostawać w kość, tak by jeden dzień takiej wyprawy niósł więcej emocji niż miesiąc życia w Polsce – tłumaczy Piotr.

Takie poświęcenie i ciekawy pomysł gwarantują silne przeżycia, niezapomniane chwile, a te zachęcają do organizowania kolejnych wypraw. Globtroterzy przestrzegają, że ekstremalne podróżowanie potwornie wciąga oraz uzależnia niczym narkotyki.

Krzysztof Boczek

Powrót prywatek

Homing

Homing to nie tylko długie rozmowy ze znajomymi z muzyką w tle. To styl życia oraz moda, która zatacza coraz szersze kręgi. Od pewnego czasu spotykanie się z przyjaciółmi w domowym zaciszu cieszy się o wiele większą popularnością niż clubbing. Dlaczego?



„Gdzie się podziały tamte prywatki niezapomniane?” śpiewał Wojciech Gąsowski.

W PRL-u tak określano nieformalne spotkania, podczas których młodzi ludzie mogli otwarcie porozmawiać na wszystkie

tematy. „Na prywatkach – jak pisał Jerzy Kosiński – kształtowały się style życia, konfrontowano gusty, oczekiwania, mody, idoli muzycznych. Słowem to wszystko, co określamy mianem kultury młodzieżowej”. Dzisiaj

prywatki znów są w modzie, tyle że mają trochę inną formę i... nazwę. Homing jest ich młodszym bratem.

Zagraniczna moda

Homing, czyli moda na organizowanie domowych imprez, jest absolutnym przeciwieństwem clubbingu, który polega na odwiedzeniu kilku klubów i pu-

bów jednej nocy. Niektórzy skrupulatnie wyliczają, ile w ciągu jednej nocy odwiedzili lokali. Rekordziści bywają nawet w dziesięciu. A nie wystarczy tylko wejść i wyjść. Trzeba w każdym miejscu chwilę pobyc, wypić drinka, potańczyć. Jednak ostatnimi czasami clubbing uprawia coraz mniej osób. Nastąpiła bowiem era homingu. Trend na tzw. domówki dotarł do nas z Ameryki i Europy Zachodniej, a rozpropagowały go rodzime gwiazdy, które przyznają,

ulubionych gwiazd, nauczyli się, że tzw. domówki to nie tylko długie rozmowy, wspólne słuchanie muzyki przy dobrym winie. To także przeróżne gry towarzyskie (scrabble, monopol, poker, brydż itp.), wspólne gotowanie czy oglądanie filmów.

zujemy w klubach, są bardzo powierzchowne, na dodatek bardzo często hałas utrudnia lub wręcz uniemożliwia rozmowę. – Kameralne spotkania bliskich sobie osób z długimi i treściwymi rozmowami pełnymi prawdziwych emocji mają dużą wartość dla



że na domowych kameralnych imprezach w wąskim gronie znajomych czują się bardziej komfortowo i naturalnie niż podczas zabawy w klubach. Zdeklarowanymi zwolennikami homingu są m.in. Hanna Śleszyńska, Olga Bończyk, Magda Cielecka, Agata Kulesza, Dorota Wellman, Andrzej Chyra i Piotr Gąsowski. Polacy, podglądając i naśladując zwyczaje

NOVIKA, WOKALISTKA, DIDŹEJKA:

Osobiście wolę określenie „domówka” niż „homing”, choć przecież chodzi o to samo. Takie spotkania są dla mnie bardziej ekscytujące, bo z racji wykonywanego zawodu rzadziej udaje mi się w nich uczestniczyć. Homing ma bardzo wiele plusów. Słysząc, co każdy mówi, i nie trzeba do siebie krzyczeć, jak w klubie. Poza tym podczas domowych imprez, zwykle kameralnych, liczy się błyskotliwa rozmowa i humor. To sprawia mi frajdę. Ważny jest pozytywny klimat. Jeśli mam wolny wieczór i decyduję się na homing, muszę mieć pewność, że będę się dobrze czuła w zaproszonym towarzystwie. Słyszałam, że moi znajomi w czasie takich imprez grają w zagadki muzyczne, organizują kwizy i tym podobne. Moi przyjaciele i ja najczęściej po prostu jemy pyszne rzeczy, pijemy coś dobrego, ale przede wszystkim rozmawiamy, zaśmiewając się do łez... Słuchamy też muzyki. Najczęściej gospodarz prezentuje nam swoje muzyczne odkrycia, co bywa bardzo inspirujące.



foto: M. Cecko

Przesył clubbingu

– Clubbing zwyczajnie nam się przejadł, jak wszystko, czego jest w nadmiarze przez dłuższy czas – tłumaczy psycholog Krzysztof Orzechowski. Kontakty, które nawią-

dzisiejszych zabieganych ludzi – mówi psycholog.

Gotowanie to rytuał

Przez ostatnie lata nauczyliśmy się jeść poza domem,

► a z każdym rokiem przybywa ludzi stołujących się na co dzień w barach, restauracjach i lunchowniach. Natomiast wieczorem zamawiamy pizzę albo odgrzewamy pierogi z zamrażarki. Często nie mamy albo czasu i możliwości, albo chęci, by przyrządzić sobie porządny dwudaniowy obiad z podwieczorkiem, jak kiedyś robiły to nasze mamy i babcie. – Obecnie na gotowanie mamy czas tylko w weekendy, przez co staje się ono swego rodzaju świętem oraz rytuałem – ocenia Orzechowski. To dlatego chętnie zapraszamy wtedy przyjaciół czy bliskich i urządzamy prawdziwe biesiady: w stylu southwestern (fajita i nachosy), eko (gulasz sojowy plus sok z brzozy) albo staropolskim (żur oraz dziczyzna).

Być jak Makłowicz

Zachętą i inspiracją do szykowania wystawnych uczt są cieszące się dużą popularnością programy kulinarne. Nasi ulubieńcy z ekranu ciągle coś pichcą i przyrządzają. Nigella Lawson z ogromnym luzem robi trzydaniowy obiad, a potem zaprasza kilkoro znajomych do stołu, podobnie Pascal Brodnicki. Też tak chcemy. Kupujemy więc książki kucharskie, szukamy przepisów w internecie, uczymy się ich na pamięć i pokazujemy, że tak jak Robert Makłowicz na szczycie Alp potrafimy usmażyć pysznego pstrąga w ziołach, tyle że we własnej kuchni. – Gotowanie i wszystko, co z nim związane, staje się ważną częścią miejskiego stylu życia

– uważa Orzechowski. I, dodajmy, coraz bardziej modne. Dlatego też dużą popularnością cieszą się wymyślne gadżety kuchenne, np. fartuszki z zabawnymi hasłami, kolorowe naczynia, luksusowe designerskie garnki i ekspresy do kawy, naczynia sygnowane przez najlepszych projektantów, zestawy do przyrządzania fondue czy barmańskie akcesoria. Ich ceny wahają się od kilkudziesięciu do kilku tysięcy złotych.

Centrum życia rodzinnego

Kiedyś nasze mieszkania były o wiele mniejsze, kuchnie nieduże, czasem ślepe, a pokoje dzieńne zastawione regałami, biurkami i łózkami. Jednak te czasy to już przeszłość. Obecnie w architekturze wnętrz dominują otwarte przestrzenie, w tym kuchnie łączone z salonem. – Dziś kuchnia często stanowi centrum życia rodzinnego, w którym skupia się również życie towarzyskie – mówi psycholog Krzysztof Orzechowski. Przy szerokich blatach i wyspach kuchennych pomieści się wielu zaproszonych gości. Jedna osoba robi sałatkę grecką, inna kroi ciasto, kolejna nalewa do kieliszków wino. Wszystkiemu towarzyszą żarty, śmiechy, panuje luźna atmosfera, a o to w homingu przecież chodzi.

JACEK BORCUCH, AKTOR, REŻYSER:

Jesień oznacza dla mnie powrót do homingu. Na clubbing mam ochotę zwykle wiosną i latem, wtedy lubię wychodzić z domu, do ludzi. Zimą zapadam w stan podobny do snu zimowego i wolę pielesze domowe. Takie spotkania mają dużo uroku. Tradycyjnie świętujemy dużą ekipą rozpoczęcie sezonu jesienno-zimowego. Przez kilka kolejnych miesięcy spotykamy się spontanicznie u różnych znajomych. Co gospodarz, to inne menu. My z żoną proponujemy zwykle kuchnię polską i śródziemnomorską. Zupy, lekkie mięsa, ryby i sałaty. Lubimy w kuchni improwizować, wybieramy dania w zależności od potrzeby chwili, nastroju, sezonu. Rzadko gotujemy razem z gośćmi. Zasada jest taka, że to gospodarze decydują o menu. I druga: na imprezach nie oglądamy telewizji. Muzyka? Bywa, ale nie zawsze. Podstawą są rozmowy. Można pośpiewać, powspominać, pożartować. W domu tworzy się swojska i serdeczna atmosfera, a ludzie są ze sobą blisko. Bo najważniejsze jest bycie razem.

W kapciach w dalmatyńczyki

Na ogromną popularność homingu wpływ ma również fakt, że po całym dniu spędzonym w pracy człowiek bardziej marzy o odpoczynku niż bieganiu od jednego miejsca do drugiego. – Ludzie po pracy chcą zobaczyć znajome twarze i wreszcie zdjąć krawat albo szpilki. W domowych pieleszach mogą w końcu założyć ukochane kapcie w dalmatyńczyki albo spodnie od dresu – dodaje Orzechowski. Poza tym ludziom mającym własne mieszkania i rodziny łatwiej zaprosić znajomych do domu, niż umawiać się na kolację na drugim końcu miasta albo siedzieć w klubie do rana. – Doceniliśmy tak bardzo homing, bo łączy on dwa elementy, które są ważne dla wielu Polaków: dom oraz przyjaciół – konkluduje psycholog.

Magdalena Kuszewska



WITTCHEN

hand made



www.wittchen.com

Jak na szpilkach

Niegdyś wyznacznik statusu społecznego, dziś nieodłączny element eleganckiego stroju. Krytykowane przez lekarzy i uwielbiane przez większość pań – **wysokie obcasy** są jednym z najważniejszych symboli kobiecości.

Madonna określiła kiedyś wysokie obcasy jako „lepsze niż seks, równie przyjemne, a o ile trwalsze”.

Te charakterystyczne buty są dziś nałogowo kupowane przez kobiety, które poddają się nawet specjalnym treningom oraz operacjom plastycznym, aby móc w nich chodzić. Wszystko po to, by natychmiast poprawić swój wygląd i samopoczucie.

Kulturowy fetysz

Kulturowa fascynacja wysokimi obcasami rozpoczęła się w latach 40. XX wieku za sprawą postaci kreowanych przez Ginger Rogers, która „robiła wszystko to, co Fred Astaire, ale w drugą stronę i na szpilkach”. Na hollywoodzkie uwielbienie dla luksusowego obuwia szybko odpowiedział świat mody. W latach 50. XX wieku Christian Dior zaprezentował pierwszy pantofel określany dziś jako „stiletto”, czyli szpilka na bardzo cienkim obcasie. Stała się ona nieodłącznym elementem stroju powojennej dekady, w której nienaganna elegancja i styl symbolizowały powrót do luksusów przedwojennego życia. Lata 60. przyniosły spódniczkę mini, która stworzyła ze szpilkami nieodłączny, do

dziś przez jednych uwielbiany, a przez innych krytykowany, symbol agresywnej kobiecej seksualności. Różowe lata 70. to czas niższych, mniej widocznych obcasów, z kolei feminizm lat 80. ostro krytykował szpilki jako narzędzie męskiej dominacji nad kobietami.

Limuzynowe szpilki

W latach 90. szpilki powróciły do łask dzięki projektantowi Manolo Blahnikowi. On pierwszy uczynił z tych butów najważniejszy element kreacji, a nie jedynie praktyczny dodatek do stroju. Zaprojektowane przez niego wysokie obcasy do dziś pojawiają się na wszystkich wybiegach obok kolekcji najważniejszych domów mody. Zainspirowani nowatorskim podejściem

Blahnika, inni projektanci także zrezygnowali z użytkowej funkcji obuwia i dziś prześcigają się w tworzeniu tzw. szpilek limuzynowych. Przeznaczone jedynie do pokonywania bardzo małych odległości buty (np. do przejścia się po czerwonym dywanie) wykonane są z najbardziej drogocennych materiałów i kamieni szlachetnych, a ich ceny zaczynają się od kilku dziesięciu tysięcy dolarów.

Kobieca postawa

Przywiązanie do tego niezwykle wymagającego fizycznie elementu ubioru ma swoje podłoże nie tylko w obrazach serwowanych nam przez kulturę masową, ale w realnej zmianie wyglądu. W swojej książce zatytułowanej po prostu „Buty” Linda O’Keefe, amerykańska pisarka zachana w szpilkach, stwierdza: „Obcasy sprawiają, że nie tylko ma się niesamowicie długie nogi, szczuplejsze kostki i ponętne łydki, ale także figurę przypominającą klepsydre, ponieważ piersi zostają wypchnięte do przodu. Niższy odcinek kręgosłupa jest lekko zakrzywiony, a ramiona zostają odsunięte odrobinę do tyłu”. Z kolei naukowcy na podstawie badań stwierdzili, że mężczyźni zwracają szczególną uwagę na panie w szpilkach, ponieważ wysokie obcasy zmuszają kobiety mięśnie do napinania się w sposób podobny do tego, jaki ma miejsce podczas stosunku seksualnego. To wszystko sprawia, że kobiety nie mogą sobie odmówić efektu, jaki daje założenie nowej pary wysokiego obuwia, nie tylko kosztem komfortu, ale także zdrowia. Lekarze bowiem od dawna ostrzegają, że zbyt długie chodzenie na wysokich obcasach osłabia układ kostny oraz nerwowy, a także powoduje bóle kręgosłupa i powstawanie żylaków.

Aerobik na szpilkach

Ponieważ chodzenie w butach na wysokim obcasie nie należy do najwygodniejszych czynności, w Ameryce powstały specjalne szkoły oferujące tzw. aerobik na szpilkach. Uczestniczki zajęć wykonują serię ćwiczeń wzmacniających łydki oraz podbicie stopy, tak aby mięśnie nóg wytrzymały wielogodzinny nacisk. Panie, które nie mają czasu lub ochoty na taki trening, coraz częściej wybierają najnowszą propozycję chirurgii plastycznej. W amerykańskich klinikach istnieje możliwość alteracji stopy w taki sposób, aby pasowała do standardowego obuwia na wysokim obcasie. Zabieg polega na usunięciu części tkanki, a nieraz nawet kości w stopie. Pomimo wysokiego

ryzyka oraz bólu związanego z operacją decyduje się na nią coraz więcej kobiet. Wielką popularnością cieszą się również zastrzyki silikonu w podbicie stopy, zmniejszające ból spowodowany wielogodzinnym noszeniem szpilek.

Złudne początki

– Szpilki wymyśliła kobieta, którą zbyt często całowano w czoło – zażartował kiedyś Christopher Morley, amerykański poeta. Choć chodzenie w butach na wysokich obcasach nie należy do najwygodniejszych, paradoksalnie wynalazek ten miał służyć wygodzie, a nie ładnemu wyglądowi. W starożytnym Egipcie wysokie obca-

sy pojawiły się jako konstrukcje używane przez rzeźników w celu uniknięcia kontaktu z podłogą zabrudzoną krwią. Podobną rolę pełniły popularne od czasów średniowiecza tzw. pattens, noszone przez szlachtę nakładki na obuwie, pozwalające uniknąć brudu oraz kurzu.

Wysoko postawieni

Choć dziś ciężko w to uwierzyć, aż do XIX wieku szpilki były częściej używane przez mężczyzn niż kobiety! Męscy przedstawiciele arystokratycznych rodów używali ich, by dodać sobie powagi podczas przebywania na dworach królów i książąt oraz w trakcie rozpraw sądowych. Prawdopodobnie stąd właśnie wzięło się do dziś używa-

ne określenie „wysoko postawieni” dla ludzi cieszących się przywilejami społecznymi. Symbolikę tę w XVI wieku umiejętnie wykorzystała Katarzyna Medycejska. Była ona jedną z pierwszych kobiet, które wysokimi obcasami sygnalizowały swoją wysoką pozycję społeczną. W dniu ślubu z księciem Henrykiem de Valois (późniejszym królem Francji Henrykiem II Walezjuszem) stosunkowo niska i nieuchodząca za piękność księżniczka postanowiła założyć wysokie obcasy, aby pokazać swoją dominację nad przyszłym małżonkiem i uczynić się wyższą od jego kochanki Diany de Poitiers. Choć wysokie obcasy nie łączą piękna z komfortem, nadal stanowią jeden z najbardziej pożądanых dodatków kobiecego stroju. Coraz bardziej wymyślne fasony szpilek i nieraz drastyczne sposoby uzyskania komfortu chodzenia w nich świadczą o tym, że ten współczesny symbol kobiecości z pewnością doczeka się kolejnych, jeszcze bardziej zaskakujących wersji.

Katarzyna Grynienko



Witaminowa róža

Pozwala zapobiegać przeziębieniu, ale przede wszystkim pomaga zwalczać tzw. wolne rodniki mogące wywoływać wiele poważnych schorzeń, np. nowotwory czy alergie. Witamina C, której dorosły człowiek powinien spożywać od 150 do 1000 mg w czystej postaci i dużej ilości, występuje m.in. w owocach dzikiej róży.

Aż trudno uwierzyć, że dopiero w 1928 r. węgierski naukowiec Albert Szent-Georgyi odkrył witaminę C i po przebadaniu tysięcy roślin ustalił jej budowę.

Do tego czasu nie wiadomo, jak ważna jest ona dla zdrowia i w jakich pokarmach można ją znaleźć. Z czasem okazało się, że jej bogactwem są cytrusy.

A w latach 40. XX wieku odkryto, że nieznana powszechnie dzika róža tej witaminy ma o wiele więcej.

Dzika i nieznana

Tragiczne doświadczenia lat II wojny światowej i odcięcie Anglii od bogatych w owoce kolonii doprowadziły do powołania Królewskiej Komisji Apropizacyjnej, której celem miało być przebadanie roślin występujących na Wyspach i określenie ich wartości odżywczych. Bezapelacyjną zwyciężczynią w konkurencji „największa zawartość



witamin C” okazała się – nieznana dotąd szerokiej publiczności – dzika róža. Komisja stwierdziła, że zawartość naturalnej witaminy C w dzikiej róży jest aż trzydzieści razy większa niż w uchodzących wówczas za skarbnicę dobroczynnej witaminy cytrusach.

Witaminowy sok

Przez okres wojny, a i długo po niej, w Zjednoczonym Królestwie produkowano ciesząc się wielkim uznaniem syrop z owoców dzikiej róży. Ciągłe jednak nie wiadomo, jak z tego wartościowego, ale trudnego w obróbkę owocu uzyskać sok. Zadania tego w latach 60. XX wieku podjęli się polscy naukowcy. Lata wytężonych badań doprowadziły do ustalenia technologii produkcji soków różanych. Co więcej, w trakcie pracy udało się wyhodować odmianę dzikiej róży, w której zawartość naturalnej witaminy C dochodziła do 2500 mg w 100 g owoców.

Nie przedawkujesz

Dlaczego witamina C jest taka ważna? Niewiele osób wie, że człowiek w procesie ewolucji utracił umiejętność produkowania witaminy C w swoim organizmie, podczas gdy zachowały ją prawie wszystkie inne ssaki! Zatem kot, pies czy koń sam produkuje ją w takiej ilości, jaka jest

WITAMINY

Jedynie witaminy naturalne są w pełni przyswajane przez człowieka. Witaminy w postaci środków syntetycznych absorbujemy tylko w niewielkiej części.



Od **30** lat
produkujemy wyroby najwyższej jakości
w trosce o Państwa zdrowie.

potrzebna w danej chwili. Człowiek powinien spożywać od 150 do 1000 mg witaminy C dziennie. Ale można jej przyjmować i więcej. Bez obaw, znajdującej się w wielu warzywach i owocach witaminy C nie można przedawkować! Jej ewentualny nadmiar jest automatycznie usuwany z organizmu.

Warto wiedzieć, że jedynie witaminy naturalne są w pełni przyswajane przez człowieka. Często nie jesteśmy świadomi, że nasze organizmy mają problem z absorpcją syntetycznych środków witaminowych – przyswajamy tylko niewielką część zawartych tam witamin.

Róża w diecie

Zapotrzebowanie na witaminę C jest zmienne i zależy od trybu życia. W uproszczeniu można powiedzieć: im mniej zdrowo żyjemy, tym więcej jej potrzebujemy. Najczęściej kojarzy się ją z zapobieganiem przeziębieniu (bo ona go nie leczy), ale choć to jedno z jej

DZIKA RÓŻA

W dzikiej róży zawartość naturalnej witaminy C jest aż trzydzieści razy większa niż w cytrusach.

działań, to należy do tych mniej istotnych. Jedną z ważniejszych jej właściwości jest usuwanie z organizmu wolnych rodników. Na ich powstawanie nie mamy wpływu – mogą pojawić się w wyniku stresu, nasyconego dodatkami chemicznymi pożywienia, palenia tytoniu czy zanieczyszczenia środowiska. Jeśli nie będziemy się przed nimi bronić, pozwolimy na ich wyniszczającą działalność. A systematyczne działanie wolnych rodników w organizmie może doprowadzić do najbardziej tragicznych schorzeń, jak np. nowotwory, różnego rodzaju alergię czy cukrzycę. Aby powstrzymać wyniszczający proces działania wolnych rodników, należy ciągle dostarczać organizmowi witaminę C. To ona w naszym imieniu „obezwładnia” wolne rodniki. W przyrodzie jej podstawowym źródłem są owoce i warzywa. Warto pamiętać o tym, układając codzienną, zdrową dietę.

red

Sok z dzikiej róży to naturalna odporność dla Ciebie i Twojej rodziny!

Sok z róży to **polskie odkrycie!** Naturalna, łatwo przyswajalna owocowa witamina C. Nieoceniony sojusznik w zwalczaniu szkodliwych dla organizmu wolnych rodników.

Wyróżniają nas: tradycyjna technologia, prostota produkcji, wyjątkowa dbałość o surowce i uczciwość wobec Klientów.

Sok tłoczony ze świeżych owoców. Naturalnie mętny. Bez konserwantów. Bez sztucznych barwników. Bez sztucznych aromatów. Bez cukru.



Odwiedź naszą stronę:
www.polskaroza.eu



Moc aromatu NALEWKI



Powinna być łagodna jak łania i delikatna jak jedwab – mówią koneserzy. Swoim ciepłem obdarowuje pijącego stopniowo, pozostawiając wrażenie błogości. Dobra nalewka to prawdziwy skarb.

Przykurzone butelki, przygaszone światło, delikatny zapach mieszanek ziół... To urokliwa atmosfera piwniczek, w których kiedyś w wielu domach przechowywano wyborne nalewki. Bo – jak mawiał Pawlak, bohater filmu „Sami swoi” – dobra nalewka w każdej domowej spiżarni być powinna – dla zdrowotności!

Dawno temu w gąsiorze...

Przygotowanie pierwszej nalewki przypisuje się Hipokratesowi, około 400 lat p.n.e. Nie znano wówczas procesu destylacji, więc napitek przypominał bardziej mieszankę wina, miodu i ziół niż klarowny trunek. Według innej hipotezy nalewki wynaleźli Słowianie umiejący „ujarzmiać” silne alkohole poprzez nadawanie im różnorodnych smaków. Na pewno jednak proces przygotowywania nalewek do perfekcji opanowali... mnisi. Macerowali

mieszanki ziołowe, korzenie oraz susze owocowe, które łączyli z alkoholem i w ten sposób przyrządzali lekarstwa na większość dolegliwości.

Chroniona receptura

Dzisiejsza medycyna nie potwierdza właściwości leczniczych nalewek, ale lekarze ich nie zakazują. Większość domowych sposobów na walkę z przeziębieniem przewiduje kieliszek malinówki. Na trawienie nie zaszkodzi z pewnością odrobina orzechówki, jałowcówki czy anyżówki. Nalewka z dzikiego bzu ma działanie przeciwgorączkowe, a benedyktyнка pomaga w zasadzie na wszystko. Najważniejsza jest receptura

NALEWKI

Jedną z najsłynniejszych nalewek jest przyrządzana z blisko 40 różnych składników benedyktyнка, której historia sięga ponad 400 lat! Na wschodnich rubieżach kraju popularna była niegdyś „żenicha kresowa”, przygotowywana na bazie owoców dzikiej róży, które – jak głosi legenda – zbierały panny na wydaniu.

POPULARNE

Jedną z bardziej znanych w Polsce nalewek jest śliwowica – zwłaszcza na południu. Na wschodzie zaś królują jarzębinówki, pigwówki i żurawinówki.

nalewki. Kiedyś zapisywana w testamentach, dziś stanowi tajemnicę domu lub producenta. W dobrej nalewce nie wyczuwamy mocy użytego alkoholu, bo jej smak jest zdominowany przez aromat owoców (np. wiśnie, maliny, żurawinę, tarninę) oraz ziół.

Pocałunek panny

Produkcja nalewki nie jest zbyt skomplikowana, ale wymaga staranności i cierpliwości. Swoją przygodę z nalewkami najwięcej osób zaczyna od przetwarzania malin. Ale popularne są także nalewki z róży z miodem lipowym, wytrawna nalewka tarninowa lub cierpkawa żurawinówka. Jedną z bardziej oryginalnych może być wiśniówka. Głównie dlatego, że odpowiednio przyprawione wiśnie zyskują niepowtarzalne smaki (np. wiśniówka z nutą migdała), a same nalewki charakterystyczne nazwy, np. „pocałunek panny” (nalewka czerwona i słodka) czy „bajka” (z miodem i ziołami). Jedną z bardziej znanych w Polsce nalewek jest śliwowica – zwłaszcza na południu. Na wschodzie zaś królują jarzębinówki, pigwówki i żurawinówki. Za jeden z najbardziej pracowitych trunków uchodzi nalewka z płatków jaśminu, która, co ciekawe, obecnie jest już produkowana na skalę handlową.

Specjalnie podane

Nie tylko przygotowanie nalewki wymaga staranności. Ważne jest też jej podanie. Nalewkę należy serwować w kryształowych karyfkach lub ozdobnych butelkach z rżniętego szkła. Pije się ją ze specjalnych kieliszków – mniejszych od wina, ale nieco większych niż te przeznaczone do wódki. Nalewki najlepiej prezentują się w kieliszkach z kryształu – zazwyczaj głęboki kolor trunku podkreśla załamujące się światło i urzeka grą kolorów. Do przechowywania nalewek najlepiej nadają się butelki z ciemnego szkła. Należy je umieszczać w chłodnym i ciemnym miejscu, np. piwnice lub spiżarni.

Aleksandra Czarnewicz-Kamińska

©iStockphoto.com/jwbilim





©iStockphoto.com/DjordjeZ

WIŚNIÓWKA

2 kg wiśni, 1,5 kg cukru, 0,5 l winiaku.

Dojrzałe wiśnie umyć, wydrylować i zasypać cukrem. Słój zawiązać gazą i postawić na słońcu, aby wiśnie puściły sok. Po tygodniu dolać winiak, a słój zamknąć szczelnie i odstawić na sześć tygodni, co kilka dni wstrząsając. Po wlaaniu winiaku nie stawiać już na słońcu. Po tym czasie zlać nalewkę, przefiltrować, rozlać do butelek i postawić w ciemnym, chłodnym pomieszczeniu. Nalewka powinna dojrzewać przez sześć miesięcy.

PIOŁUNÓWKA

2-3 wysuszone gałązki piołunu,
5 kwiatów dziurawca z listkami,
kardamon,
kilka (5-6) ziaren pieprzu,
50 g rodzynek,
torebka herbaty ekspresowej,
łyżka miodu,
litr wódki dobrej jakości.

Gałązki piołunu zalać wódką, dodać pozostałe składniki. Następnie słoik wstawić do gorącej kąpieli wodnej na około dwie godziny.

Po tym czasie usunąć torebkę herbaty. Całość szczelnie zamkniętą odstawić na 7-10 dni do ciemnego miejsca. Odlew przesączyć, odstawić do uzyskania klarowności. Delikatnie zlać. Piołunówka nie musi dojrzewać.

MALINÓWKA

80 dag malin,
40-50 dag cukru,
0,5 l spirytusu rektyfikowanego dobrej jakości,
0,5 l przyzwoitej wódki.

Owoce przebrać i opłukać. Maliny zalać w szczelnym słoju mieszaniną wódki i spirytusu (wymieszane wcześniej!). Odstawić w ciepłe miejsce na tydzień, codziennie mieszać. Po tym czasie zlać nalew do butelki, a do tego, co zostało, dodać syrop cukrowy. Do syropu można dodać odrobinę mniej cukru, a w jego miejsce dodać miód. Po 10-14 dniach odciedzić i odcisnąć maliny. Wymieszać z nalewem, rozlać do butelek i czekać przynajmniej trzy miesiące.



Piada RICCIONE

1 placek piada,
2-3 plasterki sera żółtego,
2-3 plasterki szynki,
4-5 plasterków pomidora,
kilka listków sałaty,
majonez/keczup.



Placek podgrzać na rozgrzanej patelni (bez oleju) przez ok. 1,5 minuty z każdej strony. Na jednej połowie piady układać warstwowo: liście sałaty, plastry pomidora, plasterki szynki oraz sera. Do tego dodać ulubiony sos (majonezowy lub na bazie keczupu) i ponownie przykryć liśćmi sałaty, następnie nakryć drugą połówką piady. Przed podaniem całość przekroić w poprzek. Zapraszamy na piadę RICCIONE do wagonów barowych WARS. Kucharze WARS-u potwierdzają, że piada stała się ulubionym przysmakiem podróżnych.



Mój PEN. Moja inspiracja. Mój świat.

Dołącz do społeczności PEN i poczuć inspirację.

www.olympus.pl/pen



To nie kompakt. To nie lustrzanka.
To jest PEN.

OLYMPUS





Sat Assist.

Wzywanie pomocy technicznej.
Bezpośrednie połączenie alarmowe.

Wykrywanie prób nieautoryzowanego holowania pojazdu.

Bezpośrednia komunikacja głosowa z Centrum Sat Assist.

Możliwość uzyskania korzystnych zniżek na ubezpieczenia AC, OC, NW.
System wykrywania wypadków i wzywania natychmiastowej pomocy.
Natychmiastowa satelitarna lokalizacja auta w przypadku kradzieży.



**Passat z Sat Assist
już od 68 110 zł**

Passat z Sat Assist.

Satelitarny system bezpieczeństwa **Sat Assist**. Automatyczny asystent parkowania **Park Assist**. Ekologiczne, nowatorskie technologie **BlueMotion**. Rewolucyjna, dwusprzęgłowa automatyczna skrzynia biegów **DSG**.

To nie fantastyka. To fantastycznie wyposażony Passat.

Teraz również dostępny z **Pakiem 1190** – z reflektorami bixenonowymi z funkcją doświetlania zakrętów, radioodtwarzaczem RCD 510 i zmieniaarką płyt CD, kierownicą multifunkcyjną, czujnikami parkowania i innym wyposażeniem o wartości nawet **17 390 zł** – w cenie **1190 zł**.

W ofercie **kredyt 3%** na 3 lata z **ubezpieczeniem AC/OC/NW** za **3%** wartości samochodu albo **leasing 105%** na 3 lata.

VOLKSWAGEN BANK POLSKA S.A.
VOLKSWAGEN LEASING POLSKA SP. Z O.O.



Das Auto.

Oferta, o której mowa powyżej, nie obejmuje niektórych elementów wyposażenia widocznych na zdjęciu. Roczna rzeczywista stopa oprocentowania dla Passat 1.6 Trendline o wartości 77 110 zł wynosi 9,64% i obejmuje koszt ubezpieczenia AC w okresie trwania umowy kredytowej oraz 3% prowizji bankowej. Leasing 105%, wpłata wstępna 25%, okres spłaty 36 miesięcy, wartość końcowa 1%. Oferta dostępna u dealerów biorących udział w promocji.