

WEEKEND *z rodziną*

● **Temat weekendu.** Pasje pomagają nam wzmacniać poczucie własnej wartości i sprawiają, że jesteśmy bardziej twórczy, bardziej otwarci na to, co nowe. Odstresowują nas i poprawiają samopoczucie. Dlatego warto znaleźć coś, co będzie dla nas odskocznią od codzienności



Dziennik Bałtycki 79 lat

Sobota-niedziela
14-15.09.2024

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 215 (24 273) // Rok 79
Cena 4,80 zł (w tym 8% VAT)

Trójmiasto.
Będzie się działo:
koncerty, festiwale,
recenzje, targi
str. 9-12



Natura.
Co zrobić, gdy zgubisz
się w lesie? Jest kilka
ważnych zasad
str. 8

Kuchnia.
Przysmaki
na zimę. Ciesz się
przetworami
str. 14-15



EDUKACJA. WAŻNE ZASADY, KTÓRE DOTYCZĄ UBEZPIECZENIA NA STUDIACH

Są pewne „rafy”, których można uniknąć

opr. Anna Szalkowska
anna.szalkowska@polskapress.pl

Coraz bliżej początku roku akademickiego. Zanim młodych ludzi pochłonie życie studenckie, oni i ich rodzice zajmują się przygotowaniem do startu. I nie chodzi tylko o zapewnienie młodemu człowiekowi lokum niedaleko uczelni. Równie ważnym tematem jest jego ubezpieczenie. Jest kilka ważnych zasad, o których trzeba pamiętać.

- Warto wiedzieć, że student, który nie ukończył 26. roku życia, powinien być zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego przez rodziców, opiekunów prawnych lub dziadków jako członka rodziny - informuje Monika Kierat, rzeczniczka prasowa Pomorskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia.

W przypadku studenta pobierającego rentę rodzinną lub pracującego na umowę o pracę, do ubezpieczenia

zgłasza go płatnik składek, czyli organ wypłacający rentę lub pracodawca (Uwaga! Nie dotyczy to umów zlecenia dla studentów do 26. roku życia). Z kolei gdy student nie może być zgłoszony do ubezpieczenia w żaden z przytoczonych sposobów, na jego pisemny wniosek do ubezpieczenia zgłasza go uczelnia. Uczelnia zgłasza też studentów, którzy ukończyli 26. rok życia.

Jeżeli student pracował, w szczególności w oparciu o umowę o pracę, i zo-

stał zgłoszony do ubezpieczenia zdrowotnego, jego ubezpieczenie jako członka rodziny zostaje przerwane. Wówczas po zakończeniu pracy konieczne jest ponowne zgłoszenie studenta do ubezpieczenia. Przegapienie tematu może zakończyć się katastrofą finansową, np. w czasie pobytu w szpitalu.

A co ze studentami obcokrajowcami spoza Unii Europejskiej? Te osoby mają możliwość ubezpieczenia się w Polsce przez zawarcie umowy do-

browolnego ubezpieczenia zdrowotnego z NFZ. Wówczas sami opłacają składkę zdrowotną.

W pierwszym półroczu 2024 roku z takiej formy ubezpieczenia skorzystało na Pomorzu 220 osób. Jeśli studenci posiadają Kartę Polaka lub zaświadczenie o polskim pochodzeniu, obowiązek opłacenia składek na ubezpieczenie zdrowotne spoczywa na uczelni, na której studiują.

Więcej na str. 2

Latem Trójmiasto jest zaczytane.
Po Literackim Sopocie i Nagrodzie Literackiej Gdynia, w ten weekend Europejskie Centrum Solidarności zaprasza na Gdańskie Targi Książki
str. 10

Druga strona.
Ładowanie „elektryka” podczas burzy
str. 2

Nr ISSN 2353-6160

Nr indeksu 350-028



Cztery dni wrześniowej Siesty w Gdańsku. Wystąpi m.in. Yasmin Levy str. 12

W poniedziałek w naszej gazecie **Sportowy24**

● Najnowsze wydarzenia sportowe,
pomeczowe analizy i komentarze.
Wyniki najlepszych sportowców

DYŻURNY „DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO”

Pracujemy w dziale wydarzeń „Dziennika Bałtyckiego”. W weekend jesteśmy dyżurnymi reporterami i czekamy na telefony i maile.

Sobota, 14 września
stanislaw.balicki@polskapress.pl

Niedziela, 15 września
andrzej.gurba@polskapress.pl

POGODA NA POMORZU

Sobota

19°C
16°C



Wiatr
płd.
33 km/h

Uwaga
Przelotne opady

Niedziela

20°C
16°C



Wiatr
zmienny
26 km/h

Uwaga
Opady

W SKRÓCIE

PRZEPISY

Samodzielna droga do szkoły



Zgodnie z art. 43 ust. 1 ustawy Prawo o ruchu drogowym, dziecko w wieku do 7 lat może korzystać z drogi tylko pod opieką osoby, która osiągnęła wiek co najmniej 10 lat. W zapisie podkreślono, że nie dotyczy to strefy zamieszkania. „Zatem przepisy zezwalają na samodzielne, bez opieki korzystanie z drogi dziecka, które ukończyło 7 lat” – mówi nadkom. Robert Opas z Biura Ruchu Drogowego KGP. Jednocześnie podkreśla, że zapis ten nie zwalnia rodziców i nauczycieli z wykazywania troski o bezpieczeństwo dzieci (PAP).



Zmiany w naszych prawach jazdy

Mariusz Michalak
Motofakty.pl

Nowe przepisy związane są z przywracaniem prawa jazdy po czasowym zatrzymaniu. Co konkretnie się teraz zmieniło?

Wcześniej po upływie okresu zatrzymania prawa jazdy, kierowcy mieli obowiązek zgłoszenia się do urzędu, aby odzyskać prawo jazdy. Nie było to robione z automatu. Jeśli obowiązek ten został pominięty, kierujący był traktowany jak osoba prowadząca pojazd bez uprawnień. A to już może oznaczać grzywnę w wysokości minimum 1500 zł oraz zakaz prowadzenia pojazdów wydany przez sąd.

Ministerstwo Cyfryzacji ma dla kierowców dobre wiadomości. Od 10 września 2024 roku kierowcy nie muszą iść do urzędu, aby odzyskać prawo

Dokończenie ze str. 1

Obowiązek ubezpieczenia zdrowotnego studenta wygasa z dniem ukończenia studiów albo skreślenia z listy studentów. Co ważne jednak, prawo do świadczeń opieki zdrowotnej zachowane zostaje przez cztery miesiące od zakończenia nauki lub skreślenia z listy studentów. Jeśli student nie posiada własnego tytułu do ubezpieczenia zdrowotnego, a rodzic albo inna osoba uprawniona nie mają możliwości zgłoszenia studenta do ubezpieczenia zdrowotnego, bo np. rodzice lub dziadkowie studenta nie pracują i nie są ubezpieczeni, wówczas może zrobić to uczelnia. Trzeba jednak pamiętać, że:

- uczelnia nie zgłosi studenta do ubezpieczenia automatycznie po rozpoczęciu roku akademickiego;
- uczelnia może ubezpieczyć studenta tylko na jego wniosek złożony w dziekanacie;
- w przypadku rozpoczęcia przez studenta pracy w trakcie studiów, np. na podstawie umowy o pracę, uczelnia jest zobowiązana wyrejestrować studenta z ubezpieczenia, a zgłosić do niego powinien pracodawca;



Przepisy zmieniły się 10 września 2024 roku

jazdy po czasowym jego zatrzymaniu. Zgodnie z nowymi przepisami, nastąpi automatyczne przywrócenie uprawnień w systemie teleinformatycznym. Nie będą już konieczne dodatkowe formalności.

Utrata prawa jazdy na 3 miesiące lub dłużej to sankcja, która może zostać nałożona przez policję w różnych sytuacjach.



Z początkiem października rozpoczyna się nowy rok akademicki. Warto do tego momentu się przygotować

- po zakończeniu pracy uczelnia musi zgłosić studenta ponownie do ubezpieczenia zdrowotnego. **Nie stanie się to jednak automatycznie!**

Studenci z orzecznym znacznym stopniem niepełnosprawności mogą być zgłaszani do ubezpieczenia przez rodziców bez względu na wiek.

Jak sprawdzić swoje ubezpieczenie?

Można to zrobić za pośrednictwem Internetowego Konta Pacjenta (IKP) w zakładce Moje konto -> Twoje ubezpieczenie zdrowotne. Aby zalogować się

do IKP należy wejść na stronę <https://pacjent.gov.pl> i wybrać jeden ze sposobów logowania. Za pomocą:

- profilu zaufanego;
- e-dowodu;
- aplikacji mObywatel;
- bankowości elektronicznej.

Studenci obcokrajowcy spoza UE mają możliwość ubezpieczenia się w Polsce poprzez zawarcie umowy dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego z Narodowym Funduszem Zdrowia. Wówczas sami opłacają składkę zdrowotną. Jeżeli studenci posiadają Kartę Polaka lub

zaświadczenie o polskim pochodzeniu, to obowiązek opłacenia składek na ubezpieczenie zdrowotne spoczywa na uczelni, na której studiuje. Wszelkich informacji na ten temat uzyskać można za pośrednictwem Telefonicznej Informacji Pacjenta: 800 190 590. Łączna liczba ubezpieczonych obywateli w pierwszym kwartale tego roku przekroczyła 2,1 mln osób. W tym samym okresie z ubezpieczenia dobrowolnego skorzystało ponad 2,5 tysiąca osób.

opr. szal

Ładowanie samochodu elektrycznego podczas burzy

Mariusz Michalak
Motofakty.pl

Auto elektryczne można ładować w czasie wyładowań atmosferycznych, jednak aby nie stanowiło to zagrożenia dla użytkownika, trzeba bezwzględnie przestrzegać kilku ważnych zasad.

- Zarówno pojazdy elektryczne, jak i stacje ładowania, są wyposażone w tzw. urządzenia przeciwprzepięciowe, których zadaniem jest ochrona przed skutkami skoków napięcia, zarówno instalacji, jak i urządzeń do niej podłączonych. Dlatego, nawet w przypadku uderzenia pioruna, czy to bezpośrednio w stację, czy w budynek, w którym się ona znajduje, instalacja nie powinna ulec

zniszczeniu - wyjaśnia Karol Żebrowski, dyrektor operacyjny Powerdot, absolwent Wydziału Elektrycznego Politechniki Warszawskiej.

Po pierwsze, najbezpieczniejszym miejscem, w którym powinna przebywać osoba ładująca elektryka w czasie burzy, jest właśnie samochód. Z racji swojej budowy działa on jak tzw. klatka Faradaya - metalowa karoseria jest odseparowana od ziemi poprzez opony wypełnione powietrzem, które są świetnym izolatorem. Tak więc, nawet w przypadku bezpośredniego uderzenia błyskawicy w samochód, pasażerowie znajdujący w środku będą bezpieczni.

Kolejną ważną zasadą bezpieczeństwa jest niedotykanie metalowej obudowy ładowarki podczas wyładowań atmosferycznych.

Kaszubska Jesień Rolnicza. Nie przegapcie tego wydarzenia. I kolejnych

Edyta Okoniewska-Łosińska
edyta.losinska@polskapress.pl

14 i 15 września Luban stanie się sercem pomorskiego rolnictwa za sprawą Kaszubskiej Jesieni Rolniczej. Na gości czekają nie tylko pokazy, ale także możliwość zakupu lokalnych produktów. We wrześniu nie zabraknie też na Pomorzu innych wydarzeń związanych z darami natury.

W sobotę odbędą się emocjonujące pokazy i konkursy w ramach Lubańskiego strongmana, podczas których swoją siłę zaprezentują, m.in. Grzegorz Peksa i Sławomir Toczek.

Zawita także Jacek Groenwald, mistrz Polski 2024, który weźmie udział w widowiskowym pokazie sportowego cięcia i rąbania drewna „Mistrzowie piły i siekiery”. Jednym z głównych punktów programu są Zawody w Powożeniu Zaprzęgami Konnymi im. Wojciecha Dąbrowskiego, które odbędą się w nie-

dzielę. Towarzyszyć im będą uroczystości dożynkowe diecezji pelplińskiej oraz gminy Nowa Karczma, co nada wydarzeniu wyjątkowego charakteru.

Co nas czeka?

Kaszubska Jesień Rolnicza to nie tylko zawody i pokazy, ale także okazja do zakupów. Tradycyjnie na odwiedzających czekać będą liczne stoiska oferujące rośliny, nasiona, drzewka owocowe i ozdobne, a także sprzęt ogrodniczy. Nie zabraknie również regionalnych produktów - świeżego pieczywa, wędlin, serów, miodów oraz ekologicznych specjalności. Dla miłośników sztuki i rzemiosła przygotowano stoiska z rękodziełem.

Rolnicza tradycja targów w Lubaniu sięga lat 90. - Pierwszą Kaszubską Jesień Rolniczą zorganizowaliśmy w 1997 roku - mówi Aleksander Mach, dyrektor Pomorskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego w Lubaniu. - Od tego czasu stała się ona jedną z najważniejszych imprez rolniczych w regionie, podczas której spotykają się ho-



W ten weekend odbędzie się Kaszubska Jesień Rolnicza w Lubaniu. To największa, ale nie jedyna impreza w tym miesiącu

dowcy, rolnicy, przedstawiciele firm i instytucji związanych z rolnictwem, a także licznie przybywający goście.

W tym roku impreza ponownie przyciągnie uwagę nie tylko lokalnej społeczności, ale również licznych gości z całego

województwa. W trakcie wystawy będzie można podziwiać wyjątkowe okazy zwierząt hodowlanych, co - jak podkreśla

dyrektor PODR - jest nie tylko okazją do prezentacji najnowszych osiągnięć, ale także do budowania więzi między hodowcami i lokalną społecznością.

Inne imprezy

To nie jedyne takie wydarzenia. Za tydzień Dary Ziemi, które odbędą się w Parku Kolibki w Gdyni Orłowie 20-22 września.

Organizatorzy obiecują wyjątkowe rękodzieła artystów i smakołyki. Na uczestników czekają cztery polany: Tradycji i Smaku, Ogrodowa, Eko i Biesiadna.

Z kolei Gdańska Fundacja Integracji Społecznej - Ośrodek Sportów Konnych Lipce wraz z Radą Dzielnicy Orunia - Św. Wojciech - Lipce zapraszają na kolejną edycję znanego już Święta Kapusty. Wydarzenie odbędzie się 28 września w Gdańsku przy ulicy Niegowskiej 12 (500m za torami kolejowymi).

©EP

„Wrzosa za ubrania” - weź udział w naszej akcji

Chcesz zrobić porządek w szafie? Zapraszamy na jesienną odsłonę ekologicznej akcji „Dziennika Bałtyckiego” - „Wrzosa za ubranie”.

W czasach, gdy trendy zmieniają się w ekspresowym tempie, nasze szafy równie szybko zapełniają się stertami „jednorazowych” stylizacji. Tak zwana „szybka moda” to jedna z największych bolączek XXI wieku, ponieważ nadmiar syntetycznych materiałów wpływa niezwykle negatywnie na kondycję naszego środowiska.

Nasza akcja to niepowtarzalna okazja, aby nie tylko pozbyć się niepotrzebnych ubrań, ale zrobić coś dobrego dla innych ludzi. Akcja „Wrzosa za ubranie” ma wymiar nie tylko ekologiczny, ale również charytatywny. Biorąc w niej udział wspomagasz Centrum Pomocowe im. św. o. Pio w Gdyni, które otrzyma dwa wózki dla swoich podopiecznych.

Jak to zrobić? To proste! Ubrania, które już ci się nie podobają, są zniszczone lub niemodne zabierz ze sobą na akcję i wymień je na sadzonki.

W zamian za 2 kg ubrań (nie zbieramy płaszczy, kożuchów

i butów), otrzymasz jedną sadzonkę wrzosa, która może stać się pięknym akcentem jesiennych kompozycji w ogrodzie, na balkonie lub parapiecie.

- Wrzosa to najpiękniejsze jesienne dekoracje - zachęcają

organizatorzy. - Warto sadzić je szczególnie w tym okresie. Różnorodność kolorów daje możliwość tworzenia wspaniałych kompozycji w doniczkach i na rabatach. Pamiętajmy, że to rośliny wieloletnie, o ile o nie odpowiednio zadbać.

Przyniesione przez uczestników akcji ubrania zostaną włożone do specjalnych pojemników, dostarczonych przez Fundację Eco Textil.

Podczas wydarzenia obecni będą wolontariusze Fundacji Polska Press.

Gdzie i kiedy?

Nasza akcja „Wrzosa za ubrania” odbędzie się 21 września (sobota), w godz. 11.00-16.00. Miejsce: Designer Outlet Gdańsk, ul. Przywizka 8, Gdańsk.

AK

JAK PIELĘGNOWAĆ WRZOSY?

● Najlepsza gleba i stanowisko

Wrzosa najlepiej rosną w lekkiej, kwaśnej glebie o pH 3,5-5,5. Ważne, aby ziemia była dobrze przepuszczalna, co zapobiega zastojowi wody, który może prowadzić do gnicia korzeni. Preferują stanowiska słoneczne, zarówno na balkonie, jak i w ogrodzie.

● Podlewanie

Są dość odporne na suszę, ale w okresach upałów warto je regularnie podlewać. Złota zasada: jeśli rosną na balkonie. Należy unikać jednak nadmiernego podlewania.

● Sadzenie

Najlepszą porą na sadzenie wrzosa jest wiosna lub wczesna jesień (wrzesień, październik).

● Pielęgnacja i przycinanie

Aby pobudzić je do ponownego kwitnienia, zaleca się ich przycinanie tuż po przekwitnięciu (wiosną lub wczesną jesienią). Należy usuwać jedynie przekwitłe kwiatostany, zostawiając zielone części rośliny.

Będzie się działo
w Trójmieście:
koncerty, targi,
festiwale

KULTURA *str. 9-12*

Jak poradzić
sobie, kiedy
zgubimy się
w lesie?

WOKÓŁ NAS *str. 8*

WEEKEND *z rodziną*

Przysmaki
na zimę. Ciesz się
domowymi
przetworami

KUCHNIA *str. 14-15*

Jesienne
podróżowanie
bez tłumów
turystów

TURYSTYKA *str. 16*

Dziennik Bałtycki

Sobota-Niedziela, 14-15.09.2024



**ZNAJDŹMY
W ŻYCIU PASJĘ
I ODDAJMY SIĘ JEJ**

Warto znaleźć coś, co będzie dla nas odskocznią od codzienności. Posiadanie pasji wpływa na nasze dobre samopoczucie, pozytywny nastrój oraz ogólne poczucie szczęścia. Sprawia, że jesteśmy bardziej kreatywni, wyzwoleni, bardziej otwarci na to, co nowe, a więc i bardziej twórczy *str. 13*

Na noże i widelce



**Arkadiusz Onasch,
gdański restaurator,
właściciel restauracji
„Winne Grono”**

Urząd Marszałkowski zorganizował w tym roku we współpracy z gminą Starogard Gdański na terenie grodziska Owidz. Na dożynkach jak to na dożynkach. Były występy dzieci i dorosłych. Był konkurs na wieniec, tańce zespołowe, a nawet msza plenerowa. Dookoła powiaty i gminy częstowały za darmo jedzeniem, a drobni producenci żywności pomimo to próbowali coś sprzedać.

Pasieka „Bez Lipy” z Miastka wyprodukowała własny kwas chlebowy - wytrawny, pięknie gaszący pragnienie i było to moje jedyne zaskoczenie, a zarazem miłe doznanie kulinarne. Producent idealnie dostosował wyrób do zapowiadanych warunków atmosferycznych.

Ale i urzędnicy, i samorządowcy wzbudzili mój wielki podziw - elegancy, w garniturach, pod krawatami, długimi godzinami dzielnie znosili żar lejący się z nieba. Z każdym zagadali, miło do siebie i do gości się odnosili; niezależnie od politycznej opcji. Słońce miło świeciło nad nami wszystkimi i jakoś cieplej było na duszy wszystkim. Zebrany ludzimy wręcz piknikowo. Nie zauważyłem nikogo, kto przedawkowałby płyny rozweselające - normalnie Francja-elegancja. Nikt nie dał papy, ani po papie nie dostał - polecam takie zgromadzenia wszystkim tym, którzy są zniesmaczeni etykietą stadionową.

Najważniejszym doznaniem było jednak magiczne miejsce - grodzisko Owidz. Nad samą Wierzyca jest wzgórze, na którym stał drewniany, słowiański gród. Dzisiaj stoi tam jego rekon-

strukcja. Wszyscy znamy łużycki Biskupin, ale jakże mało wiemy o grodach słowiańskich!

Tę lukę zasypuje GOSiR w Starogardzie. Zasypuje nie piachem, żużlem czy żwirem, lecz autentycznymi perłami. Nie wiem jak to możliwe, że dotąd o tym cudzie kultury nie słyszałem. Nie dość, że położony jest malowniczo i zrekonstruowany z troską o smak obrazu, to dzieją się tam rzeczy, które mi się dotąd nie śniły.

Jest Muzeum Mitologii Słowiańskiej - mieszkańcy pomorskich: Swarozyna i Radogoszczy już dawno powinni tam być i u źródła czerpać wiedzę o pochodzeniu nazw swych miejscowości. Tam jak kobieta pokazuje w jaki sposób plecie się krajki, to ab ovo: od plecienia nici na kołowrotku, przez tkanie krajki na bardku, po barwienie naturalnymi, lokalnymi sposobami w glinianym gamku i stojącym w ognisku. To w Owidzu do-

wiem się o sile słowiańskiej Baby Jagi w zachodniej popkulturze i skąd się u nas wzięła. Tamże można z zielarzem wybrać się na wyprawę po dary łąki i lasu i w nagrodę zjeść kurdybany. A przy odrobinie szczęścia można tam trafić na dzień, w którym rodzimowiercy rekonstruują swe obrzędy obchodzone w rytm księżyca.

Dlatego szczęśliwy jestem, że nasze prasłowiańskie święto płonów trafiło do Owidza. Za rok, w jesienną równonoc, chciałbym zobaczyć wieńce w kształcie korony, a w nich rodzime gęsi rasy pomorskiej, dla wszelakiej pomyślności, aby znowu się gospodarzom darzyło.

Grodzisko Owidz to nie jest zwykłe miejsce. To miejsce ma duszę, a odpowiadają za jej piękny kształt ludzie, angażujący swe najwyższe umiejętności i zaangażowanie w tym, nie waham się rzec, Pomorskim Centrum Kultury Słowiańskiej.



Grodzisko Owidz to nie jest zwykłe miejsce. To miejsce ma duszę, a odpowiadają za jej piękny kształt ludzie, angażujący swe najwyższe umiejętności i zaangażowanie

FOT. A. ONASCH

Monika Kaczyńska

SCHRON PRZED BURZAMI



Posiadanie pasji jest zdrowe. Obniża ciśnienie krwi i poziom kortyzolu, zmniejsza skłonność do zajądania stresów, poprawia nastrój. Naukowcy już dawno stwierdzili, że nawet u osób, które dotknęła choroba Alzheimera, postępuje ona wolniej, jeśli tylko mają pasję. Jakąkolwiek. Nie ma znaczenia czy to operetka, hodowla roślin doniczkowych, szydełkowanie, podróże czy budowanie makiet kolejowych.

Ważne jest tylko jedno - by było to coś, co kochamy. Dla jednego ekscytujące będzie

wgryzanie się w tajniki etruskiego rękodzieła, kto inny poczuje dreszcz emocji, wypróbując 37. przepis na ciasto z wykorzystaniem żurawiny, dla innego pasją może okazać się dowolna forma aktywności fizycznej. Kiedy oddajemy się pasji - świat na chwilę traci na znaczeniu. Ulubiona aktywność wypełnia nas w całości.

Te dobre emocje sprawiają, że oddając się swojej pasji, ładujemy akumulatory, jednocześnie pozwalając sobie odpocząć od codziennej krzątaniny, tych niezliczonych „powinna”, „muszę”, „należy”.

Robienie tego, co kochamy po prostu dlatego, że chcemy to robić - to także moment, kiedy sami dla siebie jesteśmy najważniejsi, choć, o paradoksie, w centrum uwagi znajduje się przedmiot naszych działań.

Dzięki kultywowaniu pasji łatwiej wyzwolić się ze schematów, zdobyć na eksperymenty, otworzyć na nowe możliwości. Ta odwaga pójścia o krok dalej i większa kreatywność to bonus do oddawania się temu, co kochamy.

Pasja może okazać się także swoistą szczepionką przeciwko przytłoczeniu przez trudy życia. Nawet jeśli w innych sferach życia nie wszystko układa się po naszej myśli, kiedy zawodzą rzeczy i ludzie, na których zwykliśmy polegać, zawsze zostaje coś tylko naszego, do czego dostęp mają ewentualnie inni pasjonaci, jeśli zechcemy się z nimi dzielić. Nikt i nic nie jest w stanie nam tego odebrać. Pielęgnowmy więc pasję. Systematycznie i konsekwentnie. Nic jak one nie poprawia smaku życia.

AUTOPROMOCJA

0011165713

ZAWODY
ROWER
KOWE
we Władysławowie

dzieci
3-7 lat

22
WRZEŚNIA
2024

godz. **12.00**
parking przy **Estradzie Miejskiej**
ul. Generała Hallera 19

ZAPISY i informacje: www.dziennikbaltycki.pl/rowerkiwladyslawowo

ORGANIZATOR

MECENAS

PARTNER GŁÓWNY

PARTNERZY WSPIERAJĄCY

**Dziennik
Bałtycki**

WŁADYSŁAWOWO
GMINA

POWIAŁT PUCKI

**EKO
WIKI**
Sp. z o.o.

CETNIEWO
CENTRALNY OŚRODEK SPORTU
CEROWIE PRZYGOTOWAŃ OBLĘCZNIK

Rozmowa

NIKODEM ROZBICKI: Na pewno nigdy nie będę robił publicznie operacji na własnym sercu

Do kin wchodzi film „Niepewność”, opowiadający o młodszej miłości Adama Mickiewicza. W rolę przyszłego wieszczki wciela się jeden z najciekawszych aktorów młodego pokolenia – Nikodem Rozbicki. Rozmawiamy o tym, jak próbował pokazać na ekranie Mickiewicza nie jako posągową postać, ale człowieka z krwi i kości

Przemek Gzył

Pewnie miałeś do czynienia z Mickiewiczem w szkole i na studiach. Czytałeś go z przyjemnością czy z konieczności?

Czytałem oczywiście przede wszystkim dlatego, że tak wskazywał program nauczania. Ale muszę przyznać, że nigdy Mickiewicz mnie nie męczył. Zawsze czułem z nim jakąś nić porozumienia. Od małego uczyłem się różnych wierszy i recytowałem je na konkursach. Miałem więc często do czynienia z Mickiewiczem. Potem na pierwszym roku Akademii Teatralnej mój profesor Mariusz Benoit zlecił mi wykonanie „Koncertu Jan-kiela” z „Pana Tadeusza”. Rozsmakowałem się wtedy w tym poemacie. Lubiłem też jego kinową adaptację. Potem zrobiłem film „Świtezianka” i to był przedsmak tego, z czym zmierzyłem się w „Niepewności”.

Jak zostałeś młodym Mickiewiczem w „Niepewności”?

To był bardzo długi proces. Wszystko zaczęło się, kiedy byłem na pierwszym roku Akademii Teatralnej. Zadzwoniła do mnie agentka, mówiąc, że jest pewien pan, który chce się ze mną spotkać. „Kiedy?” „Dzisiaj!” „No to spotkajmy się!”. I tak na Miodowej pojawił się Waldemar Szarek, by spojrzeć mi w oczy i mnie usłyszeć. Potem powiedział mi, że już wtedy utwierdził się w przekonaniu, że to ja powinienem zmierzyć się z tą rolą. Zaczął

mnie więc powoli wprowadzać w świat „Niepewności”. Do realizacji filmu wiodła nas jednak długa i wyboista droga. Zaliczyliśmy sporo wzlotów i upadków, ale ostatecznie udało się znaleźć pieniądze na ten film.

Jak się przygotowywałeś do zagrania Mickiewicza?

Czytałem jego dzieła, momentami wręcz maniackalnie. To był bardzo ciekawy proces. Im więcej obcuje się z tą materią, tym bardziej jest ona czytelna i klarowna. Były takie pozycje biograficzne, których Waldek mi zakazał, były też takie, które mi polecił. Pojawiło się również sporo wyzwań w samym scenariuszu: od posługiwania się gęsim piórem, przez chodzenie na szczudłach i jazdę na koniach, po fechtunek.

I co było najtrudniejsze?

Chyba pisanie gęsim piórem. (Śmiech) Zaskakująco dobrze poszła mi nauka chodzenia na szczudłach. Po pierwszym treningu spacerowałem już po planie. Nauka jazdy na koniach wymagała czasu, ale w pewnym momencie zaczęła mi dawać ogromną frajdę. Z kolei pisanie gęsim piórem okazało wcale nieproste. Trzeba było poznać tę technikę, ale miałem na to dużo czasu. Udało się więc i to.

Grając Mickiewicza łatwo było popaść w romantyczny stereotyp: rozwichrzone włosy, dzikie spojrzenie, roz-

pięta koszula. Jak się przed tym broniłeś?

Na pewno było kilka rzeczy do przełamania. Postrzegamy Mickiewicza jako postać posągową, narodowego wieszczka, oderwanego od realiów świata, w którym przyszło mu żyć. Tymczasem my chcieliśmy pokazać go jako człowieka z krwi i kości, który od-dycha, marzy i cierpi. To jest uniwersalną siłą tego projektu. Ja nawet w pewnym momencie chciałem przemycić spektum autyzmu w tym bohaterze. (Śmiech) W montażu nie weszło to jednak do filmu. Waldek wiedział bowiem dokładnie czego chce, bo poświęcił temu projektowi dużą część swego życia. Sam proces realizacji filmu to była więc już uczta, choć czasem stresująca.

Mickiewicz w twoim wykonaniu to pełnokrwisty bohater. Takie pokazanie go jako zwykłego człowieka z jego wadami i zaletami to klucz do tego filmu?

Kluczy interpretacyjnych do tego filmu jest wiele. Dominantą jest oczywiście świat widziany oczami młodego poety. Ale mamy tu też kontekst ba-

śniowo-fantastyczny w postaci polowania na nimfę wodną czy historyczny w postaci zamachu na cara, mamy też odbrązawianie Mickiewicza, choćby przez pokazanie jak dostaje po twarzy od swego kolegi czy omal nie zostaje zabity w pojedynku na szable. Łapałem się nieraz, robiąc ten film, że minęło ponad 200 lat, a najgłębsze potrzeby młodych ludzi wcale się nie zmieniły. Tylko okoliczności są inne.

Myślisz, że dzisiejsze dwudziestolatki odnajdą swe rozterki w dwudziestoltnim Mickiewicz z „Niepewności”?

Myślę, że jest na to duża szansa. Fajnie byłoby, gdyby to zaowocowało też jakąś świeżością w podejściu do jego poezji. Ta historia ma swoją uniwersalność i może dotrzeć do współczesnego odbiorcy. Zostało to również dobrze wyważone, jeśli chodzi o język – gdzieś między ówczesnymi czasami a przystępnością, unikając z tego, jak mówi się dzisiaj. Podoba mi się też pomysł wpisania w tę historię fragmentów wierszowanych. To na pewno pomoże wejść współczesnemu widzowi

w świat pokazany w „Niepewności”.

Niby Mickiewicz był normalnym dwudziestolatkiem, ale był też kimś wyjątkowym ze względu na swój literacki talent. Pokazują to sceny, w których deklamuje swoje wiersze?

Rozmawialiśmy o tym nie raz i nie dwa. Waldek chciał, żeby pokazać to w scenach, kiedy Mickiewicz czeka na recenzję swej poezji, która ukazała się w „Tygodniku Wileńskim”, ze strony Maryli Wereszczakówny i swych przyjaciół. Nie wynika to jednak z jego megalomanii czy przekonania o swej wyjątkowości, tylko ze zwykłej ciekawości i chęci bycia docenionym. Kilka razy miałem ochotę pokazać, że nasz Adaś miał ułańską fantazję – i wydaje mi się, że oddają to sceny, w których parady po posiadłości na szczudłach. Pokazują one, że chłonie ten mikroklimat, ale też patrzy trochę na wszystko z góry. Może dlatego chętnie, kiedy jest okazja, wskakuje na szczudła lub nie czeka na to, aż ktoś otworzy mu bramę, tylko wdrapuje się na nią i chce być aktywnym uczestnikiem tu i teraz.

Historyczny kontekst tamtych czasów był dla was ważny?

Oczywiście. On pracuje na cały obraz Mickiewicza w tym filmie. Z jednej strony gość jest hop do przodu, ma talent i patrzy na innych z góry, ale za sprawą okoliczności, zostaje z pewnych sytuacji wykluczony. Spodobało mi się już w samym scenariuszu to, że jego serce płonie nie tylko do Maryli Wereszczakówny, ale też do wskrzeszenia Polski. Kiedy jednak dochodzi co do czego, okazuje się, że jest młodym chłopakiem, który jeszcze nie wie wiele może. To też pracuje na obraz postaci, która nie jest idealna i wyceelowana, ale taka, za którą chcemy podążać i ją poznawać.

Mówiłeś, że Waldemar Szarek miał od razu pomysł na to, jak pokazać głównego bohatera „Niepewności”. Na ile więc ten Mickiewicz jest twój, a na ile jest realizacją wizji reżysera?

Trudne pytanie. Zarwaliśmy z Waldkiem wiele nocy na przestrzeni kilku lat na rozmowach o Mickiewicz. Czasem były to rozmowy mające na celu zainicjowanie tego projektu, ale częściej – stricte merytoryczne i kreatywne. Mam wrażenie, że Waldek zaprosił mnie do tego projektu na płaszczyźnie partnerskiej. Ale oczywiście zawsze to on miał ostatnie słowo, co bardzo

mnie cieszyło, ale czasem też frustrowało. (Śmiech) Ale taka jest kolej rzeczy i hierarchia w filmie. Podobało mi się, że Waldek był na każdym etapie powstawania „Niepewności” mocno przekonany do pewnych rozwiązań. Były jednak też momenty, że frustrował się razem ze mną i bywał bezsilny. Ale takie są meandry tworzenia filmu w Polsce. Mam jednak wrażenie, że udało nam się wspólnie nakręcić kameeralny, ale ładny i wrażliwy film sielankowo-romansowy.

Jesteś pierwszym aktorem w historii polskiego kina, który zagrał Mickiewicza. Na pewno zrobi się więc o tobie głośno po premierze „Niepewności”. Myślisz, że otworzy ci to nowe drzwi?

Nie wiem. Od wielu lat pracuję na to, co wydarza się na mojej artystycznej drodze. Czasem robię krok w tył, żeby potem zrobić trzy do przodu. Aktualnie jestem w Polsce i robię bardzo fajne projekty tej jesieni. Dobre rzeczy więc nadchodzą i wierzę, że jeszcze wielobarwnych i wielowymiarowych postaci przede mną.

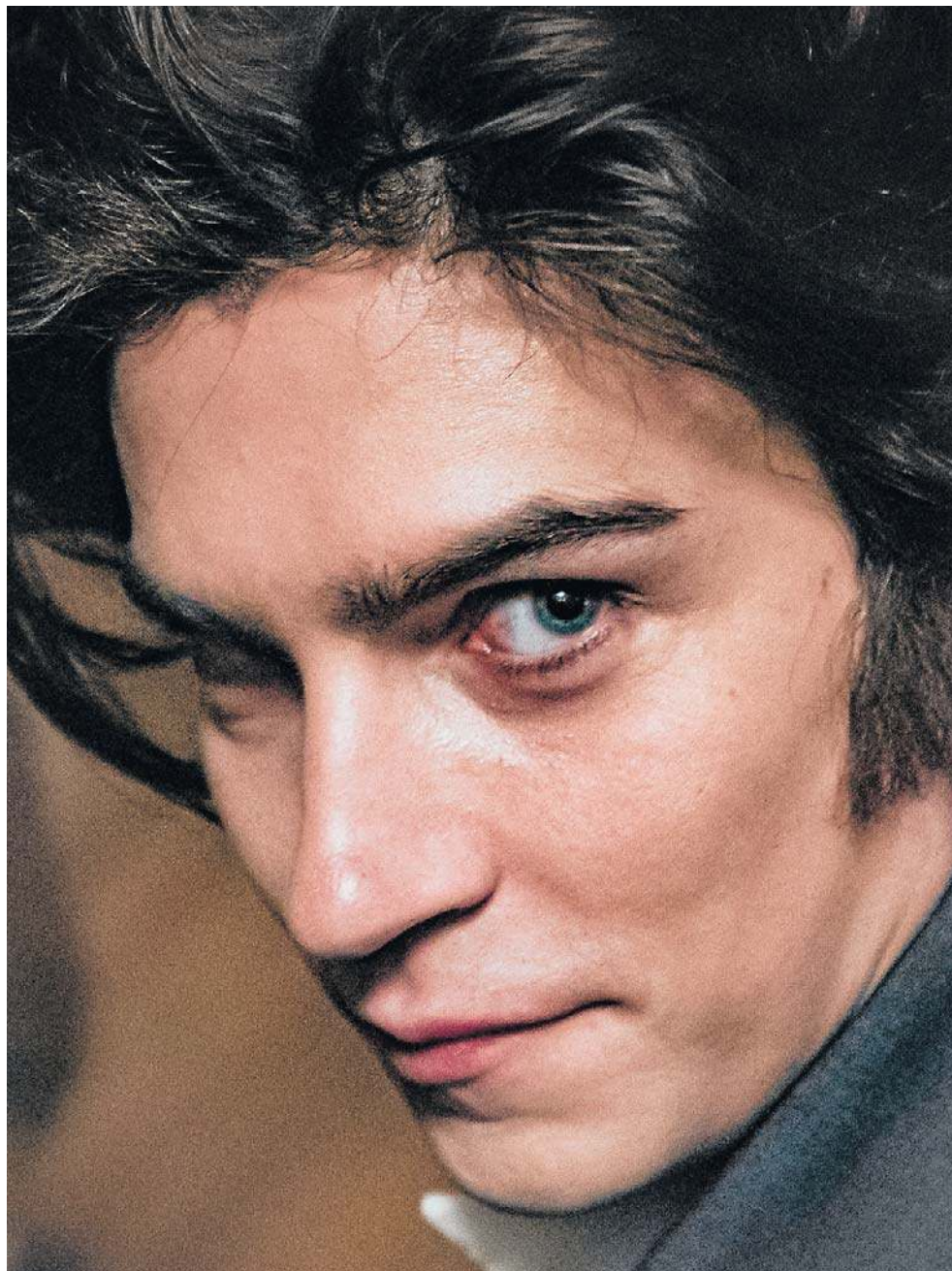
Kiedyś powiedziałeś: „Zawsze byłem bardzo ciekawy życia i świata”. To dlatego zostałeś aktorem?

Tak. Na pewno ta ciekawość świata jest dla mnie nadal mocnym stymulantem. Dzięki niej nadal jestem aktorem i staram się walczyć o jakość tego, co robię. To rzeczywiście jeden z niewielu zawodów, który daje na to szansę. To oczywiście jego jasna strona, bo są też ciemne. Zawsze byłem ciekawy, zadawałem wiele pytań, chciałem widzieć rzeczy, które mogłem zobaczyć. I dalej to w sobie mam. Lubię się konfrontować z nowymi sytuacjami, lubię być obserwatorem miasta i ludzi. Myślę, że to może dawać narzędzia, by wykonywać ten zawód. Z drugiej strony pogłębiał swój warsztat, studiując aktorstwo. To jednak bardziej podróż do wnętrza siebie niż sposób na poznawanie świata.

Poznaliśmy cię jeszcze jako nastolatka, kiedy wystąpiłeś w „Bejbi Blues”. Jak to się stało, że niemający żadnych doświadczeń z kamerą maturzysta dostał jedną z głównych ról w tym filmie?

Miałem wtedy swój rockandrolowy band i tworzyłem z nim swoją muzę. Ale marzyło mi się, żeby kiedyś zrobić coś większego. Bo zawsze czułem, że jestem stworzony do czegoś wielkiego. (Śmiech) Pomyślałem więc, że warto skusić los i pojawiłem się na ulicy Narbutta w Warszawie latem 2011 roku, by wziąć udział w ca-

CZYTAŁEM DZIEŁA MICKIEWICZA
MOMENTAMI WRĘCZ
MANIAKALNIE. TO BYŁ BARDZO
CIEKAWY PROCES



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Nikodem Rozbicki: Wszystkie etapy kształcenia aktorskiego są podróżą do wnętrza siebie. Na pewno już mi to dało dużo. Przede wszystkim świadomość samego siebie

stingu do „Bejbi Blues”. Nagrałem się i wyjechałem na wakacje. Wtedy zadzwonili, że chcą mnie znowu zobaczyć. Powiedziałem im, że mnie nie ma i myślałem, że sprawa się skończyła. Tymczasem znowu się odezwali i wziąłem udział w kolejnych etapach castingu od września do grudnia. Szukano bowiem żeńskiej głównej bohaterki. No i w styczniu podpisaliśmy umowę. Reżyserująca film Kasia Rosłaniec podjęła decyzję, że zostanę Kubą. I tak się zaczęła ta piękna przygoda, dzięki której zachłysnąłem się tworzeniem filmu.

Jak to się stało?

„Bejbi Blues” był tworzony w niesamowity sposób. Kaśka zaprosiła nas do procesu szczerej i intymnej pracy współtwórczej: siedzieliśmy w mieszkaniu na Madalińskiego w mieszkaniu i mieliśmy tam co weekend próby i improwizacje. Ona słuchała nas i przepisywała scenariusz – dialogi i sceny. To było niesamowite wejście do kuchni filmowej. Potem sama realizacja też była na wysokim poziomie. Początkowo myślałem, że zawsze tak to wygląda, ale rzeczywistość szybko zweryfikowała to myślenie. Zacząłem robić różne filmy i okazało się, że to nie to samo. Cóż: kiedy aktorstwo staje się zawodem, nie zawsze robi się to, co totalnie czuje się swoim serduszkiem. Stąd u mnie te pozafilmove rzeczy: robienie muzyki czy projekty biznesowe. To wynika nie z tego, że nie chce mi się robić aktorstwa, tylko z tego, że chciałbym robić wyłącznie to, co będzie dla mnie wyzwaniem i będzie czymś wartościowym.

Po maturze zacząłeś studia dziennikarskie w Uniwersytecie Warszawskim. Nie myślałeś wtedy, że będziesz aktorem na poważnie?

Myślałem wtedy, że to wspinała przygoda, ale nie wiadomo, ile będzie trwała. Poza tym zdawałem sobie sprawę,

że nie ma nic gorszego niż być sfrustrowanym aktorem czekającym na telefon. Stwierdziłem więc, że lepiej się zabezpieczyć i robić inne rzeczy. Bo świat pędzi do przodu i nie ogląda się za siebie. Tymczasem, kiedy byłem młody, mówiono, że aby robić coś dobrze, trzeba robić tylko jedną rzecz, bo nie da się być ekspertem w kilku dziedzinach. Ja uważam, że to przestarzała teoria i można dbać o jakość w kilku przestrzeniach, tylko trzeba zadbać o odpowiednią organizację pracy.

Co ci dały te studia?

Poszedłem na studia w Uniwersytecie Warszawskim nie po to, żeby być politykiem czy działaczem społecznym, ale po to, żeby dowiedzieć się czegoś o świecie i poszerzyć swoje horyzonty. I okazało się, że te studia są bardzo uziemiające i uczłowieczające. Mieliśmy dużo zajęć terenowych – choćby w zakładach karnych.

Mogłeś od czasu do czasu grać w filmach i serialach bez szkoły aktorskiej. Ostatecznie zdecydowałeś się jednak zdać do warszawskiej Akademii Teatralnej. Dlaczego?

Po „Bejbi Blues” i „Obietnicy” zacząłem robić lepsze i gorsze filmy komercyjne i seriale. I doszedłem do momentu, kiedy przyznałem, że nie na to umiałem się sam ze sobą, kiedy wchodziłem w świat aktorstwa. Dlatego pomyślałem, że to dobra chwila, aby zrobić krok do tyłu, zamknąć się na chwilę w „klaszkorze” i poznać obowiązujące w tym zawodzie zakłęcia. I to była bardzo dobra decyzja. Dzięki temu zacząłem grać w teatrze, choćby u Krystiana Lupy w „Capri” i to były rzeczy, w których dotknąłem wyjątkowej jakości aktorskiej. Wróciłem też do filmu – i ten powrót otworzył przede mną nowe i fajne perspektywy.

Z pewną niechęcią mówisz o rolach w komercyjnych produkcjach. Tymczasem polscy widzowie znają cię właśnie dzięki „Listom do M.” czy „Koglu-moglu”, a nie spektakłom Krystiana Lupy. To kino komercyjne daje aktorowi popularność. Nie dbasz o to?

Popularność jest wypadkową działalności w szeroko pojętym show-biznesie. Raz może być, potem zniknąć, później znowu się pojawić. I tak samo jak jest błogosławieństwem, tak i klątwą. Nie podchodzę do niej tak, że bardzo chcę ją osiągnąć. Bardziej myślę o aktorstwie konkretnymi projektami. I nie mówię, że komercyjne produkcje to są złe rzeczy. Bardzo się cieszę, że wystąpiłem w tych filmach i tego nie żałuję. Miałem jednak ostatnio dużą tęsknotę za artystycznym kinem. I udało mi się ją zrealizować na przestrzeni ostatniego czasu.

Mam wrażenie, że ciekawsze role zagrałeś nie w kinie, a w serialach – choćby w „Chyłce”, w „Braciach” czy teraz w „Odwilży”. To znak czasów?

To prawda. Do tych wymienionych przez ciebie seriali, dorzuciłbym jeszcze „Sexify”. To była też superprzygoda i odważna rola. Wziąłem się za nią od podstaw – i sam napisałem piosenki, które wykonywał mój bohater. Równie mocno wkleiłem się w „Braci”: wymyśliłem wygląd swojej postaci, napisałem dla niej trzy piosenki, zasugerowałem muzyczny leitmotyw. W filmach kinowych jest trochę inaczej: moja fizys sprawia, że dostaję niewdzięczne role takich bohaterów, którzy nie są wykreśleni ani w prawo, ani w lewo, a ich funkcją jest prowadzenie fabuły. To postaci z boku są

bardziej charakterne czy zabawne. Dopiero teraz widzę, że reżyserzy obsady zaczynają dostrzegać, że mogę się uplastycznić na różne kierunki. Dzięki temu i ja pozwalam sobie na większą odwagę w ramach tych propozycji.

Z tego, co mówisz interesuje cię aktorstwo, które jest trochę więcej niż aktorstwem. Wyraźnie chcesz mieć kreatywny wpływ na swoją postać, a nawet na cały film. Czy to nie utrudnia ci czasem życia jako aktorowi?

(Śmiech) Czasem tak. Jedni reżyserzy to lubią, a inni nie. Bo rzeczywiście jestem aktorem wtrącającym się. Ale to wszystko z troski o jakość. Lubię te momenty, kiedy reżyser potrafi mi zaufać.

Od niedawna mieszkasz w Los Angeles, gdzie studiujesz słynną „metodę” Lee Strasberga. Skąd taki pomysł?

To wynika z tej mojej ciekawości siebie i świata. Kiedy byłem pierwszy raz w Los Angeles, pomyślałem, że dobrze mi tam i chciałbym kiedyś wrócić do tego miasta. Gdy skończyłem Akademię Teatralną w Warszawie, zerknąłem na stronę Lee Strasberga i zobaczyłem, że za dwa miesiące zaczynają się organizowane przez nich warsztaty w Paryżu. Zaaplikowałem tam – i po tych warsztatach dostałem od nich stypendium oraz zaproszenie do Los Angeles. To był mocny argument, żeby odważyć się na ten krok. Aktualnie mam za sobą dwa semestry nauki, a teraz zrobiłem sobie przerwę, żeby pograć trochę w Polsce. Chciałbym jednak tam wrócić i skończyć ten kurs.

Czym będziesz się wyróżniał od innych aktorów, którzy go nie zrobili?

Dla mnie wszystkie etapy kształcenia aktorskiego są podróżą do wnętrza siebie. Na pewno już mi to dało dużo. Przede wszystkim świadomość samego siebie. Podobnie jest z „metodą” – fajnie jest mieć w swoim plecaczku różne narzędzia, bo nigdy nie wiadomo, co się kiedy przyda. Uzbaram się więc, by być gotowym na różne okoliczności.

Próbujesz też zaistnieć w Los Angeles jako aktor?

Na początku lipca zrobiłem tam film krótkometrażowy. To był profesjonalny plan zdjęciowy, zagrałem główną rolę. Obecnie nakręcony materiał jest na stole montażowym.

Tutaj w Polsce sensację wywołały twoje wspólne zdjęcia z córką Bruce’a Willisa i Demi Moore – Scout Willis. Co się za tym kryje?

To koleżanka z kursu, z którą właśnie zagrałem we wspomnianym filmie.

Ostatnio głośno też o tobie w polskich mediach w związku z twoim życiem prywatnym. Jest to jakaś cena, którą płacisz za bycie popularnym aktorem. Jak sobie z tym radzisz?

Tak jak mówiłem: wszystko związane z rozpoznawalnością, jest błogosławieństwem i klątwą. Dobrze sobie jednak z tym radzę. Trzeba po prostu na to się uodpornić. Już trochę lat jestem w tym show-biznesie i wiem, jakie bzdury wypisują plotkarskie portale, tworząc coś z niczego, gdy tymczasem ważne rzeczy są kompletnie bagatelizowane. Staram się sam w sobie budować silny pancerz ze świadomości, co stanowi o mojej wartości. W skrajnych przypadkach chronię się za zakłeciami typu „Psy szczekają, karawana idzie dalej”. (Śmiech)

Ta celebrycka strona bycia aktorem nie jest dla ciebie pociągająca?

Nie jest. Słowo „celebryta” jest ostatnio nacechowane ujemnie, dlatego nie lubię, kiedy wrzuca się mnie do tego worka. Mogłbym na tym oczywiście lecieć bez problemu: na rozgrzebywaniu mojej prywaty, robić znacznie więcej reklam tu i tam, pojawiać się częściej na ściankach. Dbam jednak o swoją godność i na pewno nigdy nie będę robił publicznie operacji na własnym sercu.

Kiedyś powiedziałeś: „Aktorstwo to zawód wymagający dobrej kondycji fizycznej, ale przede wszystkim psychicznej”. Spełniasz te wymagania?

Staram się. Chodzę choćby na siłownię. (Śmiech) Co więcej? Każdy człowiek raz na jakiś czas potrzebuje skonfrontować się z kimś z zewnątrz na temat własnego wnętrza. Różnie ludzie to rozgrywiają: niektórzy pójdą do spowiedzi, inni do wróżki, a jeszcze ktoś inny do psychoterapeuty. Te rzeczy nie wykluczają się i mogą spełniać podobną funkcję. Każdy wybiera to, co mu odpowiada i nie ma tutaj złych metod. Ja też korzystam z różnych tych trybów, by zadbać o swoje zdrowie psychiczne. Najważniejsze to jednak mieć bliskich ludzi wokół siebie. Nie musi ich być wielu. Rodzina jest dla mnie niezwykle ważna, przyjaciół też traktuję w tych kategoriach. Kiedy nie jesteś sam, możesz przejść przez największy syf, jaki czasem dopada każdego.

Wokół nas

NIE MUSISZ SIĘ ZGUBIĆ W LESIE.

Wystarczy znać kilka zasad

Wyjście do lasu na grzyby to dla wielu czas relaksu i szansa by na chwilę zapomnieć o codzienności. Niestety jest też pewne ryzyko. W pogoni za najlepszymi okazami można stracić orientację i wówczas znajomy las staje się labiryntem. Co zrobić, kiedy zamiast pełnego koszyka grzybów, trzymamy w rękach tylko telefon i desperacko próbujemy odnaleźć drogę powrotną? Zamiast paniki, potrzebna jest znajomość kilku prostych zasad

Edyta Łosińska-Okoniewska
edyta.losinska@polskapress.pl

Wyprawa do lasu i powrót z koszem pełnym grzybów to wyjątkowo satysfakcjonujące zajęcie. Niestety często, gdy w lasach wysyp, przyroda w starciu z człowiekiem nie ma szans. Nieuprawniony wjazd do lasu pojazdem silnikowym, parkowanie w miejscach niedozwolonych, pozostawianie śmieci, używanie ognia i niepokojeniu zwierząt w ich ostojach - to częste przypadki leśnych przewin. Nie zapomnijmy, że las to miejsce szczególne i wymagające specjalnego traktowania.

- Zachęcamy wszystkich do korzystania z uroków i darów lasu, ale równocześnie apelujemy żeby kontakt ten odbywał się z poszanowaniem zasad obowiązujących na terenach leśnych - podkreślają strażnicy leśni.

Grzybiarze w poszukiwaniu najlepszych okazów potrafią zawędrować daleko, a że nie wszyscy zwracają uwagę na kierunek, w którym podążają, bywa, że gubią drogę. Leśnicy wówczas muszą się wykazać detektywistycznym zmysłem, aby pomóc odnaleźć zazwyczaj zagubiony samochód.

- Jako, że nasze lasy są bardzo chętnie odwiedzane przez grzybiarzy, od czasu do czasu zachodzi potrzeba udzielenia im pomocy. Na szczęście nie pomocy w ratowaniu zdrowia, a zwyczajnie, prozaicznie w odszukaniu samochodu - mówi Zdobysław Czarnowski, leśniczy leśnictwa Podrąbiona.

Leśniczówka Podrąbiona znajduje się wewnątrz bardzo dużego kompleksu leśnego. Są to w dużej mierze nasadzenia z czasów zaborów lub początku państwowości polskiej, w czasach gdy w sadzeniu dominowała tylko i wyłącznie sosna. W związku z tym lasy te dla nieprawidłowego oka są w każdym miejscu praktycznie takie same.



Grzybiarze w poszukiwaniu grzybów mogą stracić orientację. Leśnicy radzą, co zrobić, aby do tego nie doszło

Corocznie dochodzi do sytuacji, gdy zagubiony grzybiarz kołaczę do drzwi leśniczówek.

- „Procedura” poszukiwań jest praktycznie taka sama - mówi Zdobysław Czarnowski. - Pada pytanie, czy w miejscu gdzie Pan/ Pani pozostawił pojazd jest coś charakterystycznego np. stos drewna, niedaleko jest łąka lub inne nietypowy obiekt. W 90 proc. pada odpowiedź: „Nie, las jak wszędzie, nic tam takiego nie było”. Po zlokalizowaniu auta bardzo często okazuje się, że jednak jest obok jakiś stos drewna, jest polana, kamień z opisem dojazdu lub tablica z numerem drogi. Rekordzista odległości został starszy pan, który pozostawił samochód w Konarzynach, a dotarł pieszo aż do Podrąbionej. Bagatela 10 km, ale idąc tylko po drodze. Na szczęście ten pan pamiętał, gdzie stoi jego auto, tylko w ferworze zbierania stracił orientację.

Nie brakuje też innych rekordów, chociażby tych pod względem czasu poszukiwań. Kolejnym rekordzistą był grzybiarz, który pozostawił auto w miejscu, w którym nie „było nic charakterystycznego”. Po ponadgodzinnym poszukiwaniu pojazdu okazało się, że zaparkował przy poletku łowieckim. Gdyby wspomnieli o tym, że parkuje w jego pobliżu, byłby na miejscu w ciągu 10 minut.

- Wielu grzybiarzy nie zwraca uwagi na nawierzchnię drogi, po której jadą. Z szosy z reguły wjeżdżają w drogi pożarowe, które są szerokie i utwardzone, ale gdzieś tam po drodze skręcają w zwyczajną drogę leśną, trawistą i z korzeniami - dodaje leśniczy. - W pamięci pozostaje im jednak tylko ta utwardzona część i upierają się, że skręcili z szosy w drogę o numerze np. 23 i na niej stoi samochód. Prawda z reguły jest inna... Niestety, spora grupa grzybiarzy, szczególnie

nie z większych miast, po wjeździe do lasu zapomina o przepisach ruchu drogowego. Nagminnie parkują oni na skrzyżowaniach dróg leśnych zapominając o innych użytkownikach tych dróg.

- W zdumienie wprowadza ich pytanie „Czy Pan w miejscu swojego zamieszkania także parkuje na skrzyżowaniu?” - mówi Zdobysław Czarnowski. - Po drogach leśnych oprócz aut osobowych często poruszają się samochody do wywozu drewna, sprzęt który pracuje w lesie czyli harwestery czy forwardery. Są to pojazdy znacznych gabarytów, długości czasami kilkunastu metrów, do skrętu potrzebują o wiele więcej miejsca, niż zwykła osobówka. Na szczęście nie zdarzyło się jeszcze u nas, aby samochód osobowy przeszkadzał w dojeździe samochodowi gaśniczemu, ale kierowcy i taką ewentualność powinni mieć na uwadze.

Jest też pewien swoisty typ grzybiarzy, który sądzi, że tam gdzie słychać odgłosy pił, rośnie więcej grzybów. Drogi dojazdowe do powierzchni roboczych oznaczone są tablicami ostrzegawczymi, jednak osoby idące lasem nie widzą ich. Często zdarza się, że drwalowi ścinającemu drzewa raptem jak spod ziemi wyrasta niczego nieświadomy grzybiarz.

W trakcie grzybobrania warto nie tylko wpatrywać się w ściółkę, ale również obserwować las i zapamiętać charakterystyczne punkty terenowe. W mniej znanym sobie terenie warto trzymać się drogi, bo w głębi lasu łatwiej się zgubić. W przypadku braku znajomości obszaru leśnego, należy rozważyć wybranie do lasu z osobami, które znają teren.

W przypadku zgubienia się warto wyteńczyć słuch. Być może w okolicy jest ruchliwa szosa i usłyszymy odgłos pojazdów.

A przede wszystkim nie panikować, tylko iść leśną drogą przed siebie. W Polsce nie ma syberyjskich tajg, więc prędzej czy później dojdziemy albo do wsi, albo do utwardzonej drogi. Tylko potem nogi mogą trochę boleć. Dobrze jest też tak zaplanować wycieczkę, aby w lesie nie zaskoczył nas zmrok.

- W dobie powszechnej elektroniki powinno się mieć ze sobą naładowany telefon komórkowy, aby w razie czego móc wezwać pomoc. Nowoczesne telefony mają moduł GPS, który należy włączyć i zaznaczyć pozycję wyjściową. W przypadku zabłądzenia GPS wskaże nam właściwą trasę powrotną - radzą strażnicy, którzy często biorą udział w poszukiwaniach. - Pomocna może być również aplikacja na telefon o nazwie mBDL (mobilny Bank Danych o Lasach), która umożliwia bezpośredni dostęp do map lasów na telefonach i tabletach. Działa też w trybie offline, więc można w niej zapisać planowaną trasę, co pomoże potem wrócić do punktu wyjścia.

W lesie charakterystycznymi punktami są białe słupki oddziałowe z numerami oddziałów, zazwyczaj znajdujące się na skrzyżowaniach dróg. Jeśli ktoś się zgubi i zatelefonuje na policję, to po numerach takiego słupka służby szybko go znajdą.

Aby ułatwić dla służb mundurowych odnalezienie nas w lesie warto zatrzymać się przy jakimś charakterystycznym punkcie (np. kapliczce, ambonie myśliwskiej), słupku oddziałowym lub stosie ściętych drzew (na każdej kłodzie powinna znajdować się czerwona tabliczka do ewidencji drewna z unikalnym numerem, na podstawie którego leśnicy szybko ustalą nasze położenie).

Gdy już dojdzie do zgubienia się w lesie, nie czekajmy z decyzją o zgłoszeniu tego faktu do służb. Szybko zapadający zmrok może utrudnić działania służb mundurowych w zakresie odnalezienia zaginionej osoby.

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

Ponad naszym patronatem

MUZYCZNE POŻEGNANIE LATA

Wrzesień w Klubie Żak zaczyna się koncertami spod znaku Festiwalu Jazz Jantar, zaplanowanymi na 19 - 20 września: pierwszy odbędzie się pod szyldem Młoda Polska. Podczas drugiego na scenie Sali Suwnicowej będą królować fortepiany Steinway. A 21 września czeka nas jeszcze trzeci koncert

Trójka młodych muzyków - Mateusz Tomiak, Kosma Góra oraz Wojtek Zieliński - została doceniona przez Jury XXV Przeglądu Jazzowego Sax Clubu organizowanego przez Przemka Dyakowskiego. Występowali pod nazwą Gypsy Brothers Bombaclatt Project, a nagrodą jest koncert w ramach Festiwalu Jazz Jantar. Swoją muzykę określają jako modernistyczny jazz ze sporymi domieszkami rocka i free.

Myra Melford i Satoko Fujii występują w duecie od 2007 roku, a każdy ich koncert to wyjątkowe przeżycie. Przebycie podobnej drogi i zbieżność artystycznych założeń sprawiają, że ich wspólne występy to poruszające doznanie.

A to jeszcze nie wszystko bo doszedł jeszcze jeden dzień dobrego grania. Zespół Muzyka Końca Lata ma koncie sześć płyt.

W czerwcu 2024 roku ukazał się album „Perła Wszechświata”, który ku zaskoczeniu fanów MKL wypełniony został piosenkami inspirowanymi muzyką reggae. To album będący pochwałą życia na planecie Ziemia. Dotyka tematów ekologicznych i metafizycznych. Podczas koncertu zespół zaprezentuje swoje hity, ale też utwory z najnowszej płyty. Będzie też projekt specjalny, którym zarządza Roman Puchowski. Jak tłumaczy muzyk, projekt z Tymańskim jest spełnieniem jego marzeń. I dodaje: „Fascynacja akustycznym, jazzowym brzmieniem pojawiła się u mnie chyba po pierwszej wizycie na festiwalu Jazz Jamboree w roku 1988. Istotą tego, co przez lata we mnie wyewoluowało jest połączenie tej właśnie energii jazzowego ensemble'u z brzmieniem Deltę - ekspresyjnej gitary Dobro, granej slide. Dobro ma tę niebywałą aurę,



MAT. PRASOWE
Muzyka Końca Lata - zespół wystąpi w Klubie Żak 21.09

pełną subtelnych, ledwie słyszalnych brzmień. W takiej właśnie konstelacji pojawia się dla tych subtelności przestrzeń. Z Tymonem i Michałem Gosem nasze energie się zapętłają i pojawia się właśnie vibe. Uwielbam z nimi improwizować. Jako że jestem songwriterm, wszystko dzieje

się na niwie moich pieśni. Część utworów, które będziemy prezentować skomponowałem podczas podróży przez Deltę Mississippi. Aby stosownie konwencję przełamać, „dopalić” frywolną melodyką, postanowiłem zaprosić Ireneusza Wojtczaka.”

opr. szal

PROGRAM

● 19.09, 19.00

27. Festiwal Jazz Jantar Tomiak, Góra, Zieliński / Laureaci XXV Przeglądu Jazzowego Sax Clubu
Mateusz Tomiak - gitara, Kosma Góra - bas, Wojciech Zieliński - perkusja

● 20.09, 20.00

27. Festiwal Jazz Jantar Myra Melford & Satoko Fujii / Avant Days
Myra Melford - fortepian, Satoko Fujii - fortepian

● 21.09, 19.00

Muzyka Końca Lata / Perła Wszechświata / premiera
Bartosz Chmielewski - gitara, wokół, Ola Bilińska - wokół, klawisze, Marcin Biernat - gitara, wokół, Piotr Majczyk - bas, Arkus - bębny. Puhovsky Gos Tymański Feat. Ireneusz Wojtczak / projekt specjalny. PUHOVSKY - śpiew, Dobro, gitara romantyczna, bas, slide, Tymon Tymański - kontrabas, gitara, Michał Gos - perkusja, Ireneusz Wojtczak - klarnet basowy, saksofon (gościnnie).

● Bilety 20 - 100 zł.

Klub Żak, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 195/197, kasa@klubzak.com.pl

Muzyka

WYJĄTKOWY KONCERT W ARCHIKATEDRZE OLIWSKIEJ

14 września Polski Chór Kameralny zaprasza do Archikatedry Oliwskiej na koncert prezentujący sześć motetów oraz monumentalną Mszę e-moll na chór i zespół instrumentów dętych. To dzieło Antona Brucknera uznawane za jedno z największych osiągnięć muzyki sakralnej XIX wieku. Polskemu Chórowi Kameralnemu towarzyszyć będzie Reprezentacyjny Zespół Artystyczny Wojska Polskiego przygotowany przez ppłk dra Marcina Ślázaka. Całość poprowadzi Jan Łukaszewski. Wstęp wolny.

W programie koncertu usłyszymy wybór najbardziej znanych motetów Brucknera oraz jego Mszę e-moll na chór i zespół instrumentów dętych. Będzie on szczególnym wydarzeniem, nie tylko ze względu na obchody

rocznicy urodzin wielkiego kompozytora, ale także ze względu na występ Reprezentacyjnego Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego.

Repertuar zespołu, w którym tradycja spotyka się z nowoczesnością, to przykład najwyższych standardów artystycznych, które zostaną zaprezentowane także podczas wieczoru w Gdańsku. Program wydarzenia podzielony jest na dwie części. W pierwszej usłyszymy sześć motetów Brucknera a cappella, które stanowią doskonały przykład jego mistrzostwa w łączeniu tradycyjnej polifonii z nowatorskimi rozwiązaniami harmonicznymi. - Rozpocznijemy od Locus iste (WAB 23), jednego z najpiękniejszych motetów kompozytora, napisanego na uroczystość poświęcenia kaplicy w Linzu - tłumaczy organizatorzy. - Następnie zabrzmi Ave Ma-



MAT. PRASOWE
Polski Chór Kameralny wystąpi razem z Reprezentacyjnym Zespołem Artystycznym Wojska Polskiego

ria (WAB 6), utwór, w którym delikatność melodii i głęboka harmonia oddają cześć Matce Bożej. Kolejnym dziełem będzie Os iusti (WAB 30), gdzie Bruckner

ukazuje swój mistrzowski kunszt w operowaniu polifonią. Vexilla regis (WAB 51) to hymn pasyjny, przywoła nastrój zadumy nad męką Chrystusa, na-

tomiast Christus factus est (WAB 10) oraz Virga Jesse (WAB 52) wprowadzą nas w mistyczny świat katolickiej liturgii, ukazując zarówno monumentalność, jak i subtelność brzmienia chóralnego. Druga część wieczoru będzie poświęcona wykonaniu Mszy e-moll (WAB 27), jednego z najbardziej wyjątkowych dzieł Brucknera.

Warto też zapoznać się z wykonawcami. Orkiestra Koncertowa Reprezentacyjnego Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego swoją działalność rozpoczęła w czasie II wojny światowej, pełniąc głównie funkcje paradowe, by po dwudziestu latach stać się Centralną Orkiestrą Reprezentacyjną Wojska Polskiego.

W tym czasie doskonalila swój profil artystyczny i wzbogacała repertuar oraz instrumentarium. W 1989 roku otrzymała nazwę Orkiestra Koncertowa Woj-

ska Polskiego im. Stanisława Moniuszki. W 2004 roku została włączona w skład Reprezentacyjnego Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego. Reprezentacyjnym strojem artystów są stylizowane mundury z epoki Księstwa Warszawskiego.

Polski Chór Kameralny Schola Cantorum Gedanensis jest zespołem chóralnym dysponującym najwyższymi umiejętnościami technicznymi oraz repertuarem. Sława chóru dotarła nie tylko do najważniejszych sal koncertowych w Polsce, ale także do wielu ośrodków muzycznych w Europie, Ameryce Północnej oraz Azji. Polski Chór Kameralny Schola Cantorum Gedanensis powstał w 1978 r. z inicjatywy Ireneusza Łukaszewskiego, który był jego pierwszym dyrektorem artystycznym. Teraz wciąż się rozwija pod dyktando Jana Łukaszewskiego. (szal)

Kultura

WEEKEND z autorami i książkami

Latem Trójmiasto jest zacytowane. Literacki Sopot nie tak dawno zakończył się w kurorcie, Nagroda Literacka Gdynia po raz kolejny powędrowała do rąk eseistów, poetów, prozaików i tłumaczy, a od piątku tłumnie wypełniamy Europejskie Centrum Solidarności. Gdańskie Targi Książki zapraszają od piątku do niedzieli (do 15 września).

To bez wątpienia jedno z ważniejszych wydarzeń kulturalnych późnego lata. Gromadzi wszystkich, którzy piszą, czytają, uczą się czytać, chcą rozmawiać o literaturze lub tylko o niej słuchać.

Z nagradzaną autorką lub ulubionym pisarzem można się tu spotkać nie w potężnym audytorium, które może budować dystans, ale zwyczajnie - w bibliotece, na korytarzu, w kawiarni. Wydarzenia są zaplanowane w mniejszych przestrzeniach, jednak goście przybywają tłumnie. W ubiegłym roku było ich ponad 46 tysięcy!



Goście przybywają na targi tłumnie. W ubiegłym roku było ich ponad 46 tysięcy!

Choć nad morze przyjadą wystawcy i księgarze z całej Polski, Gdańskie Targi Książki dedykowane są pisarkom i pisarzom z Pomorza. Podczas tej edycji będzie więc wiele okazji do rozmów. Jan Daniluk opowie o swojej książce „Narodziny miasta. Miniatury o wilhelmińskim Gdańsku (1890-1914)”, w sobotnie popołudnie zaplanowano spotkanie z Basilem Ker-

skim, dyrektorem ECS, i promocję „Europejczyków z kantonu Polska”.

Zbiór literackich, eseistycznych i publicystycznych refleksji, wzbogaconych o wykonane przez siebie fotografie, proponuje Stefan Chwin. - Zapraszamy na spotkanie z autorem. Wydarzenie poświęcone będzie najnowszej książce pt. „Mój Gdańsk” - mówi Przemysław

Czaja, koordynator programowy i rzecznik festiwalu.

Będzie też okazja do spotkań ze wszystkimi nominowanymi do Pomorskiej Nagrody Literackiej „Wiatr od Morza” za rok 2023 w kategorii Literacka Książka Roku. Przypomnijmy wyróżnione tytuły: „Irlandia wstaje z kolan” - Marta Abramowicz, „Welewetka. Jak znikają Kaszuby” - Stasia Budzisz,

„Urban. Biografia” - Dorota Karas, Marek Sterlingow, „Gerda” - Krzysztof A. Zajas.

Plan targów jest wypełniony po brzegi. Pierwszego festiwalowego dnia odbędzie się sporo rozmów wokół publikacji, które podejmują tematykę historyczną, społeczną i polityczną. Sobotę zaś organizatorzy oddają młodym. - Młodzi ludzie czytają. Są zafascynowani nurtem Young Adult i specjalnie dla nich przygotowaliśmy wielogodzinną serię spotkań. W sobotę aż 14 pisarzy wydawnictwa BeYa będzie podpisywało książki - dodaje Przemysław Czaja.

Niedziela to także czas dla rodzin. Wyjątkową edycję projektu „Książka w roli głównej” przygotował Teatr Miniatura. Zajęcia poprowadzi Monika Tomczyk, pedagogka teatralna. Zaplanowano też wspólne czytanie. Jeśli targi, to oczywiście premiery. Filip Springer przyjedzie z książką pt. „Szara godzina. Czas na nową architekturę”, a Izabela Morska z „Trojka”. Ponadto, ramach Akademii Reportażu ECS, odbędzie się spotka-

nie z Jackiem Hugo-Baderem. Gdańsk odwiedzi też Andrzej Stasiuk - opowie więcej o swojej „Rzecz dziecinstwa”, a Anna Goc porozmawia z ks. Adam Bonieckim i książce „Testament”.

Zagraniczną gością będzie Julia Armfield. Podczas targów Wydawnictwo Poznańskie proponuje polską premierę jej książki pt. „Nasze podmorskie żony”. Gdańsk jest jedynym polskim miastem, które odwiedzi pisarka. W tej książce historia kochania jest historią trwania. Julia Armfield połączyła powieść obyczajową z elementami horroru, thrillera i science fiction, zaopatrzyć całość w psychologiczne drugie dno i metafizyczny pogłos. Literatura popularna w najlepszym wydaniu - napisała Renata Lis, pisarka, która 15 września poprowadzi rozmowę z autorką.

Oferty 80. wydawnictw, które zaproszono na GTK znajdziemy na parterze Europejskiego Centrum Solidarności i - podobnie jak przed rokiem - w specjalnym pawilonie ustawionym tuż obok. opr. K. Kubik

Koncert

SANAH w Muzeum II Wojny Światowej

Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku zaprasza na koncert upamiętniający Dzień Polskiego Państwa Podziemnego. Zaśpiewa sanah.

Koncert będzie okazją do wspomnienia ważnego wydarzenia, które miało wpływ na kształtowanie się historii polski. Sanah, polska artystka-piosenkarka, skrzypaczka, autorka tekstów oraz kompozytorka zaprezentuje program, podczas którego

wybrzmia interpretacje muzycznych jej ulubionych polskich poetów, między innymi Mickiewicza, Sienkiewicza i Asnyka. Organizatorzy zapraszają też wszystkie osoby z biletem koncertowym na esej wystawienniczy „LAS” - Schronienie Ofiar. Kryjówka Zbrodni.

27 września, (piątek), 19.00, scena plenerowa, Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku, pl. W. Bartoszewskiego 1



Sanah zaśpiewa interpretacje utworów polskich poetów

Festiwal

NARRACJE W TYM ROKU NA NIEDŹWIEDNIKU

Mimo niedawnych, łcie letnich upałów, nieuchronnie nadchodzi jesień, a z nią NARRACJE. Instytut Kultury Miejskiej razem z Gdańską Galerią Miejską zapraszają na 15. edycję festiwalu, który w tym roku zagości na Niedźwiedniku - otoczonym lasami osiedlu będącym częścią gdańskiej dzielnicy Brętowo. Instalacje i interwencje w przestrzeni dzielnicy zobaczymy 15 i 16 listopada.

NARRACJE to festiwal sztuki współczesnej prezentowanej w przestrzeni publicznej Gdańska. Prace artystyczne stają się nawigatorem miejskiej przygody: posługując się różnymi narzędziami, pozostają w bliskiej relacji z przestrzenią. Prowokują, interwenują i zrywają warstwy codzienności, by ujawnić ukryte znaczenia. Festiwal odbywa się każdego roku jesienią, zawsze w innej dzielnicy, która staje się punktem odniesienia i inspiracją.

Kuratorami 15. edycji Festiwalu sztuki współczesnej zostali Zuzanna Mielczarek – architektka i badaczka oraz Mateusz Włodarek – socjolog i kulturoznawca.

Ich koncepcja „Uzdrowisko Niedźwiednik”, ma na celu zadanie pytania o to, czy osiedle mieszkaniowe może stać się całorocznym sanatorium dla jego mieszkańców.

© P
szal



W 2023 roku NARRACJE zawiąły na Orunię

WARTO WIEDZIEĆ:

● **Zuzanna Mielczarek** – architektka, badaczka architektury, kuratorka. Absolwentka Wydziału Architektury w Delft w Holandii, doktorantka Wydziału Architektury Politechniki Warszawskiej w dziedzinie mieszkalnictwa. Na Wydziale Architektury w Brnie prowadzi razem z Kacprem Kępińskim Inclusive Housing Studio. Ekspertka ds. projektów innowacyjnych i spo-

cznych w PFR Nieruchomości. W Narodowym Instytucie Architektury i Urbanistyki zajmuje się kuratorstwem wystaw i projektów popularyzatorskich. Wspólnie z Kamilem Trepką prowadzi „Podcast Mieszkaniowy” Krytyki Politycznej.

● **Mateusz Włodarek** – kulturoznawca, socjolog oraz badacz architektury. Ukończył studia kuratorskie na Uniwersytecie Artystycz-

nym w Poznaniu i obecnie jest doktorantem na Wydziale Socjologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Pracował w Zachęcie – Narodowej Galerii Sztuki, gdzie specjalizował się w dokumentowaniu najnowszych zjawisk w sztuce. Aktualnie związany jest z Narodowym Instytucie Architektury i Urbanistyki, gdzie pracuje nad projektami wystawienniczymi.

Premiera

PRZESIADKA W GDYNI GŁÓWNEJ

27 i 28 września Teatr Gdynia Główna i Miasto Gdynia zapraszają na premierę przedstawienia „Przesiadka”.

Noc. Na dworcu PKP spotykają się różni ludzie. Niezależnie od wieku, pozycji społecznej, płci, światopoglądu tkwią w miejscu, skąd nie ma ucieczki. Łączy ich jedno: lęk. Nie spodziewali się przesiadki, utknięcia w miejscu ciemnym i nieprzyjemnym. Poczekalnia okazuje się czystym, zakładem psychiatrycznym, a jednocześnie ringiem i estradą. Miejszem, gdzie uwalniają się lęki, poczucie winy i wątpliwości. Napięta atmosfera wyzwala w dworcowej poczekalni utarczki słowne wg rodzinnego schematu.

A jednak to spotkanie staje się dla wszystkich możliwością oswajania swoich demonów, szansą na ich wewnętrzną przemianę. Czy z niej skorzystają? Co ich wyzwoli, co uruchomi? Natrętna, kocująca na dworcu melnka? Synocórka, która przed laty złożyła dymisję z życia i jej obrazoburczy performans? Czy

wreszcie pojawienie się prof. Antoniego Kępińskiego - znanego i cenionego polskiego psychiatry, który stawiając fundamentalne pytania, buduje więź w dworcowej poczekalni i przeprowadza zbiorową terapię. Który model zachowań, świadomie lub nie, wybiorą mimowolni uczestnicy „zajęć” z profesorem? „Przesiadka” jest nie tylko testem tolerancji wobec różnorodności, ale i obrazem kondycji psychicznej polskiego społeczeństwa.

Spektakl powstał w ramach programu Dramatopisanie Instytutu Teatralnego im. Zbigniewa Raszewskiego. Przedstawienie dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Scenariusz: Jarosław Jakubowski, reżyseria: Rafał Matusz, muzyka: Ignacy Wiśniewski. Obsada: Krzysztofa Gomółka Pawlicka, Aleksandra Lis, Agnieszka Skawińska, Jakub Kornacki, Jacek Panek.

Premiera: 27-28 września, 19.00, 29 września o 18.00, 25 i 26 października o 19.00. Bilety: 30/35 zł. (szal)

KIM SĄ TWÓRCY?

Krzysztofa Gomółka - Pawlicka - aktorka, pedagogka, instruktorka teatralna, koordynatorka wydarzeń kulturalnych i artystycznych. Absolwentka Policealnego Studium Aktorskiego im. Aleksandra Sewruka w Olsztynie oraz UWM na kierunku filozofia oraz pedagogika opiekuńcza z socjoterapią.

Aleksandra Lis - aktorka teatralna, telewizyjna i głosowa, wokalistka, instrumentalistka, lektorka i dialogistka. Ukończyła Wydział Aktorski PWST we Wrocławiu. Związana z Teatrem im. Wilama Horzycy w Toruniu, a obecnie współpracuje z Kujawsko-Pomorskim Teatrem Muzycznym. Zagrała kilkadziesiąt ról teatralnych, ale najważniejszą z nich jest Wiera Gran z „Jutro będzie za późno” Wiesławy Sujkowskiej w reżyserii



Agnieszki Płoszajskiej (2016, Teatr Muzyczny w Toruniu).

Agnieszka Skawińska - aktorka scen muzycznych i dramatycznych. Zadebiutowała na deskach Teatru Muzycznego w Gdyni. Przez wiele lat współpracowała z różnymi teatrami w Polsce, m.in. Teatrem Polskim w Szczecinie, Teatrem Gdynia Główna, Teatrem Otwartym w Gdańsku, Teatrem Rozmaitości w Gdańsku.

Jakub Kornacki - absolwent PWST w Krakowie (1997), solista Teatru Muzycznego w Gdyni (do 2008), wykładowca SWA w Gdyni. Autor piosenek, tłumaczeń, książek dla dzieci i dla dorosłych, scenariuszy teatralnych i radiowych. Założyciel i lider zespołu Kanaan.

Jacek Panek - aktor, pedagog, pedagog teatru, trener TUS i animator społeczny. Ukończył Południowobałtyc-

ką Akademię Teatru Niezależnego BAIT oraz Akademię Teatru Alternatywnego przy Instytucie im. Jerzego Grotowskiego we Wrocławiu.

Rafał Matusz - reżyser, dramaturg, marketing manager. Student Krystiana Lupy i Jerzego Jarockiego. Absolwent Wydziału Reżyserii Dramatu PWST Kraków. Asystent Jerzego Jarockiego- „Pułapka” T. Różewicza i „Platonow” Michaiła Czechowa, obie realizacje przygotowane w Teatrze Polskim we Wrocławiu. Asystent Miłkołaja Grabowskiego przy realizacjach teatru telewizji w Krakowie. Absolwent poddyplomowych studiów w zakresie zarządzania kulturą w Szkole Główna Handlowa (SGH) w Warszawie. Prezes zarządu Stowarzyszenia Inicjatyw Społeczno-Kulturalnych „Europeum”.

Pod urokami ekranu

„Beetlejuice Beetlejuice”, czyli straszdyła Tima Burtona

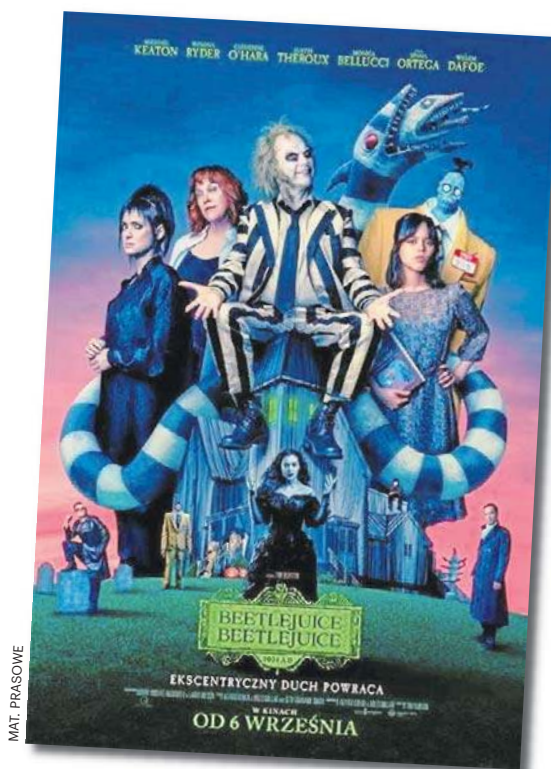
Henryk Tronowicz
henryk.tronowicz@polskappress.pl

„Beetlejuice Beetlejuice” to sequel, czy też requel „Soku z żuka”, komediowego horroru Tima Burtona z roku 1988. I tu ciekawostka. Wtenczas bowiem - przed 36 laty - ówczesni uczniowie podstawówek, którzy awansowali z trzeciej do czwartej klasy, teraz zaciągają do kina swoje wnuki na kontynuację tamtej klasycznej komedii grozy, zatytułowanej w dubeltowym zwołaniu: „Beetlejuice Beetlejuice”!

Czy jednak Tim Burton - twórca „Soku z żuka” - olśnił dzisiejsze dzieciaki straszdyłami z zaświatów? Czy „skorupka za młodu” przedszkolaków może nasiąknąć trwale szaleństwami wyobraźni ekscentrycznego artysty? Pewnie jedyna korzyść z tej konfrontacji jest taka, że kino zdobywa nowe pokolenie przyszłych entuzjastów. Bo ileż to radości okazywała parę dni temu w Multikinie działka przedszkolaków, które wbiegały w podskokach na kinową widowie. Te pędraki nie grały do kamery.

Duchy przywołują bioegzorcystę

Jaki będzie kiedyś - po kolejnych trzydziestu latach - Tim Burton, hollywoodzki sztukmistrz, twórca „Edwarda Nożycorękiego” i „Jeźdźca bez głowy”? Czy nie zostanie zapamiętany wyłącznie z powodu komiksowych przygód „Batmana” (1989) i cudacznej charakterystyki Jacka Nicholsona w roli Jokera? Tymczasem parę dni temu, po pokazie „Soku z żuka 2” w Wenecji Burton wyznał, że bynajmniej nie palił się do kręcenia kontynuacji „Soku”. Ta wypowiedź może trochę zdziwić, bo scenariusz miał atrakcyjny. Oto małżonkowie Adam i Barbara ulegają śmiertelnemu wypadkowi, a po jakimś czasie ogarnia ich tęsknota za powrotem do swojej posiadłości, gdzie jeszcze niedawno układali sobie plany na najbliższe 125 lat dalszego życia. A tu klops! Do ich domu wprowadziła się nowojorska rodzina Deetzów. Niewidzialne duchy Adama i Barbary postanawiają Deetzów się pozbyć i angażują „bioegzorcystę”, niejakiego Beetlejuice’a, który specjalizuje się w dręczeniu niewygodnych klientów.



Portal wiodący w zaświaty

W domu Adama i Barbary na ślady obecności Beetlejuice’a nieoczekiwanie natrafia Lydia

Deetz, która prowadzi w telewizji program łączności z zaświatami. W pierwotnej wersji „Soku z żuka”, kiedy Lydia była jeszcze niepełnoletnią panną, Beet-

juice palił do niej cholewy. Teraz, gdy Lydia o nim słyszy, zaczyna się poważnie lękać o losy Astrid, swej dorastającej córki. Dziewczyna wprawdzie separuje się od matki, ale zaglądając na strych, znajduje tam „Podręcznik dla niedawno zmarłych”, a po chwili natrafia na portal wiodący w zaświaty.

Przesyt okropności

Akcja „Beetlejuice Beetlejuice” przebiega w rytmie rozbrykanej farsy. Film przypomina mi zwiariowane „Czyste szaleństwo” H.C. Pottera (film z roku 1941, nancy potwornej okropności „Hellzapoppin”), w którym arsenał tricków służył również eskalacji czarnego humoru. To była siarczysta rozróbka w stylu braci Marx.

Teraz Burton w „Beetlejuice” okazuje także narracyjny wigor, ale przedobrzył w nawarstwianiu okropności, a poza tym popada w eklektyzm. Siega oto - ni stąd ni zowąd - po technikę animacji, albo posiłkuje się scenografią rodem z niemieckiego ekspresjonizmu.

Popisy reżyserskiej erudycji nic sensowego jednak do dzieła nie wnoszą. Tak samo, kiedy ak-

tora Willema Dafoe obsadza w roli dawnego... aktora, a w zaświatach robi z niego piekielnego policjanta.

„Beetlejuice Beetlejuice” to kino o spazmatycznej ekspresji, szalonym rytmie, lecz, niestety, nie bardzo klarowne w intencjach.

Postscriptum

W niektórych mediach - już po polskiej premierze „Beetlejuice Beetlejuice” - zaczęto zamieszczać informacje przypominające, że nowa wersja „Soku z żuka” niekoniecznie jest filmem godnym polecenia dzieciakom w wieku przedszkolnym.

Już w roku 1988, ze względu na przemoc, krwawe obrazy, wulgaryzmy, narkotyki, „Sok z żuka” opatrzono w Ameryce kategorią wiekową PG-13.

Kategorią 13+ z tych samych powodów objęto także „Beetlejuice Beetlejuice”. Niektóre sceny ukazujące przemoc mają oczywiście charakter karykatury, ale krew bryzga, a Burtonowi po głowie chodzą potworki, które pełzają po ścianach kliniki porodowej. Obrazki w sam raz dla przedszkolaków.

©©

Muzyka

19 września to początek i od razu potężna dawka siestowych nut i pozytywnych emocji. A później będzie jeszcze lepiej. Nad Motławą szykują się koncertowe spotkania z Yasmin Levy, Anną Marią Jopek, Lurą i Alfredo Rodriguezem. Do tego tradycyjnie fado i wieczór z afrykańskim żywiołem i bardzo piłkarskim nazwiskiem.

FESTIWAL MUZYKI SZCZĘŚLIWEJ



Lura

MAT. PRASOWE



Maria Emilia

MAT. PRASOWE



Etienne Mbatia

MAT. PRASOWE

Tomasz Chudzyński
tomasz.chudzynski@polskapress.pl

Za pasem Gdańsk Siesta Festival, Czujesz Klimat? Cztery dni, dziesięć koncertów, festiwal muzyki szczęśliwej od 19 do 22 września w Gdańsku. W Starym Maneżu, klubie Parlament i Filharmonii Bałtyckiej w Gdańsku czeka nas koniec lata z muzyką szczęśliwą.

- Dla osób spoza Pomorza, to kolejna okazja, by odwiedzić Trójmiasto by zajrzeć na plażę, pospacerować pięknymi uliczkami, sprawdzić menu paru restauracji, a wieczorami oddać się muzyce świata w ostatnich promieniach tego gorącego lata - podkreśla Maciej Farski, współorganizator Siesta Festivalu.

Tango i Morze Śródziemne

Trochę nieco wbrew tradycji ostatnich odsłon gdańskiej Siesty, początek nastąpi w Filharmonii Bałtyckiej na Ołowiance, a nie w klubie Stary Maneż (choć i tego miejsca na mapie tegorocznego festiwalu nie zabraknie). Nad Motławą pokaże się uwielbiana na całym świecie, jedyna w swoim rodzaju dama muzyki świata. Yasmin Levy - to o niej mowa, bez wątpienia jest najważniejszą postacią

pieśni sefardyjskiej XXI wieku. Nie wszyscy jednak wiedzą, że jest ona także nieodłączną interpretatorką tradycyjnego tanga! I dała się namówić, by swoje tanga przed gdańską publicznością zaprezentować. Jak zapewniają organizatorzy, będzie to pierwsze spotkanie z tangiem w historii festiwalu - od razu projekcie największego formatu!

- Jej tanga, jej pieśni ze wszystkich wybrzeży Morza Śródziemnego rozdierają i scalają na powrót dusze tysiącom wrażliwców na piękno, kulturę, jakość podania. Yasmin Levy wystąpi w Gdańsku z orkiestrą pod dyktando Krzysztofa Herdzina - podkreśla Maciej Farski.

Koncert Yasmin Levy rozpocznie się o 19.30.

Czyste fado, choć... z Brazylji

Gdańska Siesta nie może obyć się bez Nocy Fado. A to przypomnijmy, według utartego schematu, wręcz świętości swego rodzaju, „Prawdziwe Fado” mogą wykonywać tylko artyści z Lizbony, a właściwie dwóch dzielnic nadmorskich tego miasta, w tym słynnej Alfamy. Jak mówi Maciej Farski: „fado to przecież swego rodzaju wyróżnik Portugalii, to taki, powiedzmy kujawiak nie występu-

jący gdzie indziej”. Co może zaskakujące, gwiazdą Nocy Fado będzie w tym roku Maria Emilia - nie Portugalka, a Brazylijka (co prawda wychowana w Lizbonie, której ojciec zamiast bossa novy grał właśnie fado). Co ważne, od czasu jej płyty Casa de Fado nawet środowisko tradycyjistów z Alfamy uznało ją za niezwykle zjawisko na scenie fado.

- Zazwyczaj hermetyczne środowisko lizbońskiego fado przyjęło tę dziewczynę z otwartymi rękoma, śpiewała z samym Mario Pacheco, wielokrotnie występowała z nim w sławnym Clube de Fado, a od wydania rewelacyjnej płyty Casa de Fado całe środowisko fado uznało Marię Emilię za jeden z najciekawszych młodych głosów współczesnej sceny. I tę dziewczynę będziemy gościć w Gdańsku - mówi Maciej Farski.

Początek Nocy Fado nastąpi w czwartek 19 września o godz. 21 (Sala Kameralna tzw. Zielona Filharmonii Bałtyckiej). Kolejne występy odbędą się w piątek i sobotę - 20 i 21 września, o godz. 22 w Sali Zielonej Filharmonii.

Polsko-portugalski deser...

W piątek 20 września, w Starym Maneżu we Wrzeszczu, swoją interpretację muzyki

szczęśliwej zaprezentuje Anna Maria Jopek (jakość owej interpretacji jest gwarantowana). Popularna AMJ wystąpi z repertuarem z płyty „Sobremesa” (port. Deser). To oczywiście tytuł płyty tej artystki z 2011 roku, na którą zaprosiła kilku zagranicznych wykonawców, znanych wielbicielom gdańskiej Siesty. To choćby Yami, Tito Paris czy nieodżałowana Sara Tavares, której przedwczesną śmierć melomani opłakiwali w ubiegłym roku. Jak można się spodziewać, koncert Sobremesa będzie nawiązywał nastrojem do płyty sprzed ponad dekady. - Na pierwszym Siesta Festivalu Anna Maria Jopek przedstawiła publiczności rozbudowaną zawartość swojej płyty Polanna. W tym roku wraca do swej umiłowanej w Polsce i na świecie płyty Sobremesa, i już wiemy, że jeden koncert nie wystarczy, by chętni zmieścili się w Starym Maneżu. Zatem 20 września Anna Maria Jopek na Gdańsk Siesta Festival wystąpi ponownie, i to dwukrotnie, o 17.00 i o 20.00. Na ten wcześniejszy koncert podobno garstka miejsc jeszcze została... - mówi Maciej Farski.

Z tradycją Sodade

Nie może zabraknąć oczywiście festiwalowej soboty z muzyką Wysp Zielonego Przylądka. 21 września w Filharmonii Bał-

tyckiej usłyszymy brzmienia luzofońskie - specyficzny dość gatunek powstały z miks portugalskiej tradycji z afrykańską żywiołowością oraz słynną nostalgią, oddaną znakomicie przez balladę „Sodade”. Gwiazdą soboty będzie Lura, uznawana jest za najważniejszą artystkę Wysp Zielonego Przylądka i kontynuatorkę wielkiej Cesarii Evory.

- Co Wyspy Zielonego Przylądka w sobie mają prócz nadziei, tęsknoty, wiecznych wiatrów i bezkresu wody dookoła? Właśnie muzykę! Jedyną w swoim rodzaju! A bodajże najbardziej lubianą, najczęściej wymienianą, najchętniej słuchaną, ogladaną i tańczoną gwiazdą z Cabo Verde jest Lura. Jeśli państwo wiedzą, kto wystąpi w Gdańsku tego dnia na Ołowiance, to mogą szykować wygodniejsze buty do tańców na scenie i wokół niej bezsprzecznie. Bo bez tego koncert Lury jest niemożliwy, a podobnie jak jest to w przypadku Anny Marii Jopek, tak i Lura zaszczyca nas dwoma koncertami o 17:00 i o 20:00 - Filharmonia Bałtycka roztańczy się do czerwoności - tego pewien jest Maciej Farski.

I jeszcze niedziela

W niedzielę na Ołowiance, o 17:00 zjawi się wielki kontynuator kubańskich tuzów fortepianu, takich jak Leucona, Pe-

ricchno, Bebo i Chucho Valdez, czy znany choćby z pierwszego Siesta Festivalu Gonzalo Rubalcaba, Alfredo Rodriguez. Tym razem Alfredo odwiedzi nas ze swym rodzimym zespołem, z najnowszymi utworami, z brzmieniem Miami, Hawany i całego świata.

- Zaś po jego koncercie udamy się na krótki spacer do Klubu Parlament, gdzie przy szklaneczkach z parasolkami będziemy wic się opętać przy rytmach i pieśniach Etienne'a Mbatia, który pięknie wprowadzi nas w już nie festiwalowy poniedziałek i piątą nam codzienność. Ale za to z jak pozytywną energią - mówi współorganizator Siesta Festivalu.

Nazwisko Etienne'a Mbatia może się kojarzyć dość wyraźnie kibicom sportowym, wielbicielom futbolu. I to jest trafne spostrzeżenie. - Genialny kameruński basista, kompozytor, wokalista, prywatnie kuzyn jednego z najdroższych i najlepszych piłkarzy świata - mówi Maciej Farski.

Tak, tak - mowa o Kylianie Mbatie, snajperze piłkarskiej reprezentacji Francji. To wyjątkowy akcent łączący światowy futbol ze... światową muzyką.

Taki będzie koniec lata w Gdańsku. ©©

Hobby

Dorota Kowalska
dorota.kowalska@polskapress.pl

Martyna, 44-latką, pracownica korporacji, kiedy tylko zaczyna się rok szkolny, zaczyna planować wyprawy w góry. Wyprawy, to może za dużo powiedziane, krótkie weekendowe wypadki. W wakacje wybierają inne kierunki, nie lubią tłumów na szlakach, ale w ciągu roku ruszają w Beskidy, bo blisko domu i to ich ukochane tereny.

- Chodzenie po górach jest naszą rodzinną pasją już od lat - przyznaje. Wyjeżdżają najczęściej już w piątek wieczorem, po szkole synów i ich powrocie z pracy. W sobotę i niedzielę do południa są na szlaku, wieczorem meldują się w domu.

- W weekendy mamy czas, żeby nacieszyć się sobą, porozmawiać. No i uwielbiamy te widoki, atmosferę schronisk, drogę - tłumaczy.

Ona, oprócz tego, dużo czyta, mąż trochę majsterkuje, chłopcy grają w piłkę nożną. Nikt nigdy w domu się nie nudzi.

I dobrze! Badania naukowe opublikowane między innymi w Journal of Happiness Studies dowodzą, że posiadanie pasji wpływa na nasze dobre samopoczucie, pozytywny nastrój oraz ogólne poczucie szczęścia. Naukowcy wykazali również, że posiadanie dwóch pasji jest lepsze niż jednej, nawet gdy poświęcamy im tyle samo czasu, co tej jednej. Może więc warto w czymś się troszeczkę zatracić? Spacerujemy, organizujemy wycieczki rowerowe, jeśli to lubimy - zapiszmy się do fitness klubu. A może malowanie, szydełkowanie, szycie, robienie zdjęć? Znajdźmy dla siebie coś, co będzie odskocznią od codzienności.

Ola, 25-latką, fotografuje.

- To zaczęło się jeszcze w gimnazjum, bo za moich czasów gimnazja jeszcze były - wybucha śmiechem. Na jakiegoś wycieczce porobiła kilka zdjęć i spodobało jej się. Zaczęła ich robić coraz więcej.

- Z czasem kupowałam albumy ze zdjęciami, dużo czytałam o fotografii, jej historii. Rodzice wiedzieli, że to lubię, więc na urodziny, święta dostawałam coraz więcej książek związanych z fotografią - tłumaczy.

Na swoje osiemnaste urodziny znalazła pod choinką profesjonalny aparat fotograficzny. Robi zdjęcia, pracuje nad nimi, obrabia na komputerze. Stała się nawet nadzwornym fotografem paczki znajomych i swoich najbliższych.

Krystyna, 68-latką, już na emeryturze. Bardzo aktywna. Uwielbia spacerować. Ma obok swojego osiedla trzy duże jeziora, stadion piłkarski, lasy. Jak to mówi, robi dwa albo trzy kółka

trasą, która niejako otacza wszystkie te obiekty.

- To jakieś 7 tysięcy kroków - uśmiecha się dumnie, bo jak większość Polaków liczy teraz kroki.

Druga jej pasja to książki. Potrafi czytać trzy jednocześnie.

- Należę do miejskiej biblioteki i codziennie kilka godzin poświęcam na lekturę - tłumaczy. Słucha przy tym radia, ma swoje ulubione stacje i ulubionych dziennikarzy radiowych.

Co ciekawe, w badaniu przeprowadzonym przez Pracuj.pl aż 87 proc. respondentów stwierdziło, że posiada hobby, a 77 proc. przyznało, że pomaga im ono zachować work-life balance. Ponadto większość badanych Polaków uważa, że zainteresowania mogą być atutem na rozmowach kwalifikacyjnych. Biorąc pod uwagę poszczególne hobby, najczęściej deklarowane było czytanie książek (wskazane przez 41 proc. badanych), podróże (33 proc.), uprawianie sportu (31 proc.), kuchnia i gotowanie (23 proc.) oraz uprawianie działki (18 proc.). Na kolejnych miejscach znalazły się gry komputerowe, majsterkowanie, kibicowanie, muzyka i fotografia.

Z badania przeprowadzonego przez Kantar na zlecenie Empiku wynika z kolei, że największą pasją zarówno kobiet (66 proc. respondentek), jak i mężczyzn (61 proc. respondentów) jest słuchanie muzyki. Na drugim oraz czwartym miejscu rankingu znalazło się oglądanie filmów (60 proc.) i seriali (48 proc.). Trzecim zajęciem pod względem popularności okazuje się - co może zaskakiwać - czytanie tradycyjnych, papierowych książek, po które sięga niemal co drugi mężczyzna (43 proc.) i aż dwie trzecie kobiet (66 proc.). Piątą pasją Polaków jest gotowanie. Przygotowywanie potraw wypełnia wolny czas 39 proc. badanych.

Były też gry planszowe (21 proc.), grillowanie (18 proc.), zajęcia fitness (14 proc.), było rozwiązywanie krzyżówek (23 proc.), czytanie gazet i czasopism (29 proc.) czy ebooków (16 proc.), spacer (37 proc.), jazda na rowerze (36 proc.) czy hodowla zwierząt domowych (28 proc.).

Jedni wolą oddawać się pasjom samotnie, inni - w grupie.

- To, czy człowiek preferuje pasje grupowe czy indywidualne, zależy między innymi od poziomu zapotrzebowania jego układu nerwowego na bodźce - tłumaczy doktor Ewa Jarczewska-Gerc, psycholog z SWPS Uniwersytetu Humanistycznospołecznego cytowana przez www.news.empik.com.

- Osoby nisko reaktywne, które mają duże potrzeby stymulacji z zewnątrz i silnych doznań, wybierają zazwyczaj aktywności

Pasje pomagają nam wzmacniać poczucie własnej wartości, sprawiają, że jesteśmy bardziej twórczy, bardziej otwarci na to, co nowe. Odstresowują nas i poprawiają samopoczucie. Dlatego warto znaleźć coś, co będzie dla nas odskocznią od codzienności.

ZNAJDŹMY W ŻYCIU SWOJĄ PASJĘ I ODDAJMY SIĘ JEJ



Pasja pomaga rozwijać poczucie własnej wartości. Dodatkowo redukuje stres i pomaga odpocząć mentalnie

związane z funkcjonowaniem społecznym, bowiem inni ludzie są źródłem bodźców. Takie osoby preferują także pasje, które generują silne emocje. Dla odmiany osoby wysoko reaktywne, unikają takich sytuacji, bowiem dla nich nadmierne pobudzenie odczuwane jest jako przykreść lub stres. Preferują one zazwyczaj pasje wykonywane indywidualnie, w mało stymulujących warunkach, dające więcej wytężenia i relaksu - dodaje psycholog.

No dobrze, ale co nam właściwie daje hobby? W czym pomaga?

Otóż - przede wszystkim rozwija nasze poczucie własnej war-

tości. Człowiek, który ma pasję, poszukuje wyzwań, rozwija się, doskonali swoje zdolności, a tym samym zyskuje w swoich własnych oczach.

Kolejna sprawa - hobby zaspokaja naszą potrzebę relacji z innymi ludźmi, których często nam brakuje. Jeśli jednak czujemy się przebodźczeni - wybieramy zajęcia, które pozwalają nam odpocząć od innych - majsterkujemy, szydełkujemy, czytamy. Oddając się pasjom, odprężamy się, relaksujemy, odstresowujemy.

„Życie z pasją wzbudza pozytywne uczucia i wzmacnia poczucie sensu i spełnienia. Ładuje Twoje akumulatory i dostarcza

ci energii do działania, zamiast ją zużywać. Możesz działać długo i aktywnie, nie odczuwając w ogóle zmęczenia. Pasja wpływa pozytywnie na Twoje siły witalne, dzięki którym stajesz się bardziej atrakcyjny dla innych ludzi” - pisze na swojej stronie internetowej Mariusz Tomaszewski, trener rozwoju osobistego.

I dalej: „Badania wykazały silne działanie motywacyjne pasji oraz jej wpływ na zaangażowanie - jego siłę i jakość. Osoby żyjące z pasją są w stanie bardziej zaangażować się w daną działalność, potrafią intensywniej skupić się na realizowanym zadaniu oraz uzyskują lepsze efekty”.

Pasja sprawia, że jesteśmy bardziej kreatywni, wyzwoleni, bardziej otwarci na to, co nowe, a więc i bardziej twórczy.

I co ważne, posiadanie pasji wpływa także na nasze zdrowie fizyczne, może wpływać na obniżenie ciśnienia krwi, poziomu kortyzolu (hormon stresu), a nawet współczynnika BMI! Jeśli pasją jest jakaś aktywność ruchowa, tych plusów jest jeszcze więcej.

Nie ma się co zastanawiać. Poszukajmy w życiu czegoś dla siebie. Pisarz Stephen King powiedział: „Nawet z pozoru najdziwniejsza, najskromniejsza pasja jest czymś bardzo, ale to bardzo cennym”.

Zapasy na zimę



FOT. 123RF

Ciesz się domowymi przetworami na zimę

Przygotowanie zapasów na zimę to nie tylko sposób na zachowanie smaków lata, ale również świetna okazja do wykazania się kreatywnością w kuchni

Chyba wszyscy pamiętamy z dzieciństwa zapach gotujących się dżemów i domowych soków - przetwory na jesień i zimę to nasza tradycja, a sprawdzone przepisy to często pilnie strzeżone rodzinne sekrety. Choć dzisiaj wszystko łatwo dostaniemy w sklepach, samodzielnie przygotowane zapasy to cenny element diety. W słoikach z owocami lub warzywami kryje się mnóstwo cennych składników odżywczych. To przede wszystkim pewność, że unikamy sztucznych barwników i konserwantów.

DŻEM Z JEŻYŃ

1,5 kg jeżyn, 400 g cukru kryształu, 1 łyżeczka cynamonu.

Owoce dokładnie umyj, wsyp do garnka i zasyp cukrem. Wymieszaj, aby cukier pokrył dokładnie jeżyny. Garnek wstaw na kuchenkę i gotuj na małej mocy palnika przez 30 minut. Owoce powinny w tym czasie puścić sok i zmęknąć. Za pomocą chochelki wlej zagotowane owoce do przecieraka lub drobnego sitka. Powoli przecieraj owoce, aby oddzielić pestki od owocowej pulpy. Zawartość garnka gotuj przez kolejne 1,5 godziny na małym ogniu. Dodaj mielony cynamon. Sprawdź gęstość dżemu z jeżyn, wlewając łyżeczkę

plynu na schłodzony talerzyk. Gdy od razu zgęstnieje, dżem jest gotowy. Zawartość słoika przelej do czystych i wyparzonych słoików. Zakręć energicznym ruchem i przekręć do góry dnem. Gotowy dżem z jeżyn odstaw do wystudzenia. Możesz go dodatkowo pasteryzować, aby przedłużyć przydatność do spożycia. Możesz także trzymać go w lodówce i zjeść w ciągu miesiąca.

CHUTNEY Z GRUSZEK

1 kg dojrzałych gruszek, 2 łyżki oleju rzepakowego, 1 duża cebula, 2 ząbki czosnku, 100 g rodzynek, 200 ml octu balsamicznego, 150 g cukru trzcinowego, 1 łyżeczka mielonego imbiru, 1 łyżeczka cynamonu, 1/2 łyżeczki mielonych goździków, 1/2 łyżeczki soli i pieprzu do smaku.

Na początku dokładnie umyj gruszki, obierz ze skórki, usuń gniazda nasienne i pokrój na małe kawałki. W dużym garnku o grubym dnie rozgrzej olej rzepakowy. Cebulę obierz z łupin, posiekaj w drobną kostkę i wrzuć do rozgrzanego garnka. Rodzynki namocz we wrzątku przez 10 minut. Woda powinna przykryć suszone owoce. Czosnek obierz z łupin i posiekaj w plastry. Smaż na średniej mocy palnika, aż

będą złociste i miękkie.

Do podsmażonej cebuli z czosnkiem dodaj pokrojone gruszki, dorzuć rodzynki, wlej ocet balsamiczny, dosyp cukier trzcinowy i korzenne przyprawy. Wszystkie składniki precyzyjnie wymieszaj i doprowadź do wrzenia. Zmniejsz moc palnika pod garnkiem i gotuj przez 1,5 godziny. Od czasu do czasu mieszaj, aby masa się nie przypaliła. Na 10 minut przed końcem gotowania, przypraw chutney z gruszek solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem. Gotowy chutney z gruszek przelej do wyparzonych słoików, szczelnie zakręć i przekręć do góry dnem. Odstaw do całkowitego wystudzenia. Możesz go dodatkowo pasteryzować, a następnie przechowywać w chłodnej spiżarni przez 3-6 miesięcy.

GRUSZKI W SYROPIE

1 kg dojrzałych, twardych gruszek, 500 ml wody, 300 g cukru, sok wyciśnięty z 1 cytryny, 1 kora cynamonu, 2-3 goździki, 1 gwiazdkę anyżu, 4 cm korzenia imbiru, 1 laska wanilii.

Na początku gruszki umyj, obierz ze skórki i usuń gniazda nasienne. Duże owoce przekrój na połowy lub ćwiartki. Włóż do miski i skrop sokiem z cytryny. Następnie w garnku

o grubym dnie zagotuj wodę z cukrem, dodaj korę cynamonu, goździki, gwiazdkę anyżu oraz obrany kawałek imbiru i laskę wanilii. Gotuj na małej mocy palnika, aż cukier całkowicie się rozpuści. Powstały syrop ma pachnieć korzennymi przyprawami. Do gorącego syropu wrzuć pokrojone wcześniej gruszki. Gotuj na małym ogniu przez około 20 minut, aż gruszki staną się miękkie, ale nadal będą trzymały strukturę. Czas gotowania może być krótszy, w zależności od wielkości owoców. Gruszki razem z syropem przełóż do czystych i wyparzonych słoików. Zakręć słoiki energicznym, zdecydowanym ruchem i pasteryzuj w garnku z wodą przez około 20 minut. Powinny być szczelnie zamknięte. Po pasteryzacji odstaw słoiki do całkowitego wystudzenia. Przechowuj w suchym i ciemnym miejscu.

OGÓRKI PO CYGAŃSKU

2 kg ogórków gruntowych, 4 cebule, 2 szklanki koncentratu pomidorowego, 2 łyżki soli kamiennej, 1/3 szklanki cukru, 1/3 szklanki oleju, 1/3 szklanki octu jabłkowego.

Ogórki umyj i pokrój na plastry. Nie musisz ich obierać. Cebulę obierz i pokrój w pióra lub



FOT. FREEPIK.COM/USER14908374



FOT. GETTY IMAGES/MARIHA-KITCHEN



FOT. 123RF/JCHIZHE

Zapasy na zimę



FOT. 123RF



FOT. 5PH/GETTY IMAGES



FOT. GETTY IMAGES/PILPPHOTO

kostkę. Przełóż warzywa do miski, zasyp solą i odstaw na ok. 2 godziny. Odlej sok z ogórków i dodaj do nich pozostałe składniki. Wymieszaj całość i odstaw jeszcze na pół godziny. Po tym czasie przełóż sałatkę z ogórków do słoików. Pasteryzuj słoiki ok. 10 minut, a następnie zostaw do ostygnięcia.

SAŁATKA Z KAPUSTY
pół główki kapusty, 1 duża cukinia, 2 papryki czerwone, 2 marchewki, 3 cebule, czubata łyżka soli, pół szklanki cukru, pół szklanki octu jabłkowego, ¾ szklanki oleju.
Poszatkuj kapustę i umieść w dużej misce. Dodaj obraną i startą na grubych oczkach cukinię. Obierz marchew, zetrzyj na grubych oczkach i dodaj do warzyw. Dodaj także pokrojoną na cienkie paski paprykę oraz cebulę pokrojoną w pióra. Wymieszaj warzywa, dodaj sól, cukier, ocet oraz olej. Wymieszaj całość dokładnie i odstaw na godzinę. Słoiki wyparż i wysusz. Po godzinie wymieszaj sałatkę ponownie i przełóż do słoików razem z sokiem, który puściły warzywa. Słoiki umieść w dużym garnku. Zalej je do po-

łowy wodą. Gotuj 15 minut. Wyjmij słoiki i ustaw dnem do góry, aż ostygną.

CHUTNEY Z CZERWONEJ CEBULI

500 g czerwonej cebuli, 100 g cukru brązowego, 100 ml octu balsamicznego, 50 ml octu jabłkowego, 1 łyżka oleju rzepakowego, 2 ząbki czosnku, 1 łyżeczka suszonego tymianku, 1/2 łyżeczki mielonych goździków, 1 liść laurowy, 1 łyżeczka nasion gorczycy, szczypta soli i pieprzu do smaku.
Czerwoną cebulę obierz z łupin i pokrój w cienkie półplasterki. Świetnie nadaje się do tego szatkownica typu mandolina. Dzięki temu chutney będzie miał odpowiednią strukturę i będzie równomiernie gęstnieć. Na patelni z grubym dnem rozgrzej niewielką ilość oleju rzepakowego. Dodaj poszatkowaną cebulę i smaż na średniej mocy palnika przez około 10-15 minut, aż cebula stanie się miękka i lekko karmelizowana. Do miękkiej cebuli dodaj posiekany czosnek, liść laurowy, mielone goździki, nasiona gorczycy i suszony tymianek. Smaż przez kolejne 3 minuty

na średniej mocy palnika, aż przyprawy uwolnią swój aromat. Następnie wlej ocet balsamiczny i jabłkowy, a także dodaj cukier brązowy. Następnie zmniejsz moc palnika i gotuj chutney z czerwonej cebuli przez około 40 minut, aż stanie się gęsty i kleisty. Mieszaj, co kilka minut, aby cebula się nie przypaliła. Wedle uznania dodaj 30 ml wody. Pod koniec gotowania przypraw chutney solą i pieprzem. Gęsty chutney z czerwonej cebuli przełóż do wyparzonych słoików i szczelnie zamknij. Przechowuj go w ciemnym i chłodnym miejscu, np. w lodówce przez 6 tygodni. Po otwarciu zjedz go w ciągu tygodnia.

DŻEM Z WINOGRON

1 kg winogron jasnych lub ciemnych, 250 g cukru, skórka otarta z 1 cytryny, łyżka cynamonu.

Owoce zdejmij z gałązek, dokładnie przejrzyj i wybierz tylko te nieuszkodzone. Umyj je, przełóż do garnka i zasyp cukrem. Zostaw na godzinę. W tym czasie wyparż i wysusz słoiki. Do winogron dodaj skórkę otartą z cytryny oraz cynamon. Gotuj na małym

ogniu przez co najmniej 45 minut. W tym czasie winogrona rozpadną się i zgęstnieją. Mieszaj je, żeby nie przywarły. Gotowy dżem przelej do słoików. Słoiki włóż do garnka, zalej je do połowy wodą. Gotuj 15 minut. Wyjmij słoiki i ustaw na ściereczce do góry dnem, aż ostygną.

DŻEM JABŁKOWY
1 kg jabłek, 300 g cukru, 200 ml wody, 3 goździki, 5 g mielonego cynamonu, 5 g świeżo zmielonej gałki muszkatołowej, 5 g mielonego kardamonu, 10 ml soku z cytryny.
Umyte i obrane jabłka przekrój na pół, usuń z nich gniazda nasienne i pokrój je w kostkę. Umieść je w garnku z grubym dnem i ustaw na średnim ogniu. Jabłka zalej odrobiną wody, sokiem z cytryny i zasyp cukrem. Po około 10 minutach możesz dodać przyprawy i dalej gotować przez 20 minut. Dżem jest gotowy, gdy jabłka się delikatnie rozpadną. Jeśli chcesz uzyskać dżem jabłkowy o konsystencji musu, to możesz rozdrobnić jabłka tłuczakiem do ziemniaków, przecierakiem do warzyw lub blenderem ręcznym. Gotowy

dżem przełóż do słoików. Możesz go dodatkowo pasteryzować, aby przedłużyć przydatność do spożycia.

SAŁATKA Z ZIELONYCH POMIDORÓW

2 duże piersi z kurczaka ok. 2 kg zielonych pomidorów, 2 duże cebule, 2 czerwone papryki, 1 papryczka chili, 4 ząbki czosnku, 1 marchewka, 100 ml octu spirytusowego (10 procent), 200 g cukru, 2 łyżki soli, 1 łyżeczka gorczycy, 1 łyżeczka ziaren pieprzu, 3 liście laurowe, 1 litr wody.
Zacznij od dokładnego umycia wszystkich warzyw. Zielone pomidory pokrój w plasterki, cebule w półksiężycy, papryki w paski, a marchewkę zetrzyj na tarce o grubych oczkach. Z chili usuń pestki i pokrój w plasterki. Ząbki czosnku obierz z łupin i pokrój w średniej grubości plasterki. W dużym garnku zagotuj wodę z octem, cukrem i solą. Dodaj gorczycę, pieprz, liście laurowe i czosnek. Zalewę octową gotuj na małym ogniu przez około 10 minut, aż składniki dobrze się połączą i marynata nabierze intensywnego aromatu.

Do gotującej się marynaty dodaj przygotowane wcześniej warzywa. Gotuj na średnim ogniu przez kolejne 10 minut, mieszając od czasu do czasu, aby warzywa równomiernie się ugotowały i przesiąkły smakiem marynaty. Gotową sałatkę przekładaj do wcześniej wyparzonych słoików, dokładnie zakręć i ustaw do góry dnem. Następnie pasteryzuj słoiki przez około 20 minut.

DŻEM Z PIGWY
1 kg owoców pigwy, 300 g cukru, 70 ml wody.
Pigwę należy umyć, obrać, usunąć gniazda nasienne i pokroić na kawałki. Tak przygotowane owoce wrzuć do garnka o grubym dnie i gotuj na małym ogniu. Do garnka wlej ok. 30 ml wody i całość gotuj, aż będzie miękka. Wtedy do pigwy wsyp cukier. Owoce powinny puścić dużo soku, który z czasem zacznie gęstnieć. Dżem od czasu do czasu mieszaj drewnianą łyżką, aby się nie przypalił. Gorący dżem przełóż do wymytych, osuszonych i wyparzonych słoików. Zakręć je mocno i pasteryzuj.



FOT. 123RF/ZIGZAGTART



FOT. 123RF/COM/TASHKAZOO

Jesienne podróże po Europie

Brugia uznawana jest za najpiękniejsze miasto w Belgii. Urok starego miasta i kanałów zachwycą każdego turystę

Tłumy letnich turystów już wrócili do domu, bożonarodzeniowe jeszcze nie nadciągnęły. Panuje spokój. Temperatury są nadal przyjemne, zwłaszcza na południu Europy, ale nie ma upałów, więc panują idealne warunki do zwiedzania.

Inari w Finlandii

W październiku warto wybrać się na północ, by zapołąwać na pierwsze zorze polarne. Dobrym miejscem do tego jest np. miasteczko Inari w fińskiej Laponii. O tej porze roku temperatury oscylują tam przeciętnie w okolicach zera, ale większe okoliczne jeziora nie są jeszcze zamrożone. To oznacza, że wczesne zorze pięknie odbijają się na powierzchni wody. Wizyta w tym miejscu w październiku to szansa na zrobienie niesamowitych zdjęć zórz!

Gauja na Łotwie

Jesień wygląda zjawiskowo w Parku Narodowym Gauja na Łotwie. To najrozleglejszy park narodowy w krajach bałtyckich, o powierzchni 920 km kwadratowych. Porasta go wspaniały las i przecina się rzek, po których można spły-

wać na kajakach. Mają tu nawet kilka zabytków, w tym malowniczy zamek w Turaidze. Gauja to idealne miejsce na jesienny relaks dla miłośników aktywnego wypoczynku.

Minorka, Hiszpania

Jesień na Balearach to nadal dobra pora na wypoczynek. Miejscowi mówią nawet, że październik to taka „primavera l'hivern”, czyli „wiosna zimy”. Pogoda nadal dopisuje - dni są jasne i ciepłe, nawet woda ma temperaturę średnio ok. 23 stopni Celsjusza, a więc w sam raz na kąpiele. Zwłaszcza na Minorce w październiku panuje relaksująca atmosfera, cisza i spokój, bo letni turyści już się wykruszyli.

Wreszcie możesz w spokoju zwiedzać uroczą stolicę wyspy, Mahon, albo stanowiska megalityczne o fascynującej historii. Koniec letnich upałów oznacza też, że można bez ryzyka udaru cieplnego wybrać się na wycieczkę rowerową trasą Cami de Cavallas, niezwykle malowniczym szlakiem, prowadzącym wzdłuż wybrzeża całej wyspy.

Brugia, Belgia

Słynne miasta Flandrii trudno zwiedzać w sezonie wa-

kacyjnym, gdy turystów jest tak wielu, że praktycznie nic nie widać zza ich pleców. Jednak w październiku jest inaczej - nie ma już gości wakacyjnych, a ci planujący wizytę w okresie bożonarodzeniowym jeszcze nie przyjechali. Teraz możesz mieć Brugię niemal tylko dla siebie!

Październik to czas na cieszenie się kolorowymi liśćmi w brugijskich parkach lub na romantyczną przejażdżkę łódką po miejskich kanałach. Jeśli zacznie padać, odwiedź którąś ze słynnych miejskich galerii sztuki, jak Groningemuseum z obrazami van Eycka czy Bosch. A jeśli zrobi się trochę chłodniej, będziesz miał świetną wymówkę, by uraczyć się belgijską gorącą czekoladą.

Fez, Maroko

Za sprawą optymalnej pogody październik to idealna pora na zwiedzanie marokańskiego Fezu, słynącego ze swojej medyny, czyli starego miasta, z piękną bramą Bab Bou Jelud. To bodaj największe i najlepiej zachowane średniowieczne centrum w całym świecie muzułmańskim! Możesz tu zwiedzać piękne zabytki, zrobić za-

kupy na tradycyjnym targowisku.

Marche, Włochy

Marche to świetne miejsce na październikowy urlop dla poszukiwaczy spokoju i smacznego jedzenia. Prowincja leży trochę na uboczu i nie jest szturmowana przez turystów tak, jak np. Toskania.

Miłośnicy zabytków mogą wybrać się na zwiedzanie nastrojowego miasta Urbino, zapaleni piechurzy powinni wybrać się na wycieczkę do parku narodowego Monti Sibillini, październik to też nadal dobry czas na odwiedzanie lokalnych winnic.

Dalmacja w Chorwacji

W październiku w południowej części wybrzeża Chorwacji temperatury nadal utrzymują się tylko nieco poniżej 20 stopni Celsjusza. Dobra pogoda w połączeniu z niewielką liczbą turystów tworzy idealne warunki do zwiedzania!

Właśnie w październiku możesz zwiedzić Dubrownik z jego śliczną starówką i imponującymi murami, albo Split ze wspaniałym pałacem Dioklecjana, we własnym tempie i bez obijania się ciągle o innych turystów.



Należąca do archipelagu Balearów Minorka słynie z zachwycających zatok i ruin starożytnego miasta



Piękne plaże i klimat starego miasta przyciągają do Dubrownika turystów z całego świata



Łotwa to raj dla miłośników przyrody. Jesienią warto odwiedzić Park Narodowy Gauja



Winnice we włoskim Marche gwarantują przepyszne wino, a oliwki smakują wręcz idealnie

*DLA MNIE TO JEST BARDZO SZALONY ROK, ALE JA UWIELBIAM, JAK MAM WYPCHANY
KALENDARZ. WTEDY CZUJE, ŻE ŻYJĘ I CZERPIĘ Z TEGO BARDZO DUŻO ENERGII*



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Krzyżówka panoramiczna

napój owocowy z Tymbarku		stała opłata		„...gniewu” Steinbacka		ostatnie miasto Dantego		ptak wodny skórki cytrynu		dba o czyste środowisko		mecenas skrzynka wyborcza		bylina z rodziny rutowatych niedźwiadek bambusowy		kulki z mielonego mięsa		jednostka ciśnienia		zmielony cukier w postaci proszku papuga z Polinezji		pasja malinowy na kanapce					
serial w reżyserii Jerzego Gruzy																imię Thurman, aktorki				szkło powiększające							
		3						częstka żaru						wezwanie do działania		1		słodki sos do budyniu		18		26					
maszyna na stoku								zgromadzenie zakonne								wiązka słomy				gra w karty dopływ Narwii							
rycząca holerderka								zdjęcie do diaskopu						informacje urojenie, złuda				22		defekt maszyny wyższa uczelnia		21					
krymski wiersz Mickiewicza				27				anglosaskie imię męskie		duchowny islamski obraz w cerkwi						kosmetyk do skóry głos węża											
owoc krojony w plastry		moc, energia		szczelina po traku		zdrowy rozsądek								gimnastyczna w szkole				4		liche łóżko		czarny koń					
jadło, pokarm								zieleniec, kwietnik				rzeczywistość smakołyki		13		25		wciele nie boga Wisznu				spada na cztery łapy					
						bonifika, opust		pokrzyka wilcza ...						melba na deser spiętrza wodę w rzece						imię Wellesa, reżysera		smaczny kawałek strawy					
Cameron, aktorka		miasto w Rumunii ... wawelski						zabór terytorium na szyi kapłana		5						tematy miłosne stolica Ghany				wariant, odmiana		8					
				16		blagier, kłamca		otula szyję						stan upadku, zniszczenia		załoty święty byk egipski						imię Strawińskiego					
karma dla trzody		wiatr równikowy		rozmokła ziemia kolega минера						2		ryby gotowe do tarła						9		dzida, pika mąż Sawy		24					
wiano panny młodej								uchylenie się przed ciosem						prawy dopływ Renu		karne lub cywilne krezus						gruby koc					
								uchwyt słusarski		okres wakacji		brak mimiki na twarzy				6				kraik w Pirenejach		20					
kilim		rzadkie imię kobiece		waluta Iranu spiszek, knowanie								biały sport						Ludwik Jerzy, polski poeta		aromatyczna przyprawa		grecki Amor mezozoiczna					
antonim pobożności																											
Anatol, polski poeta				14				piaski strefy brzegowej										nóż ogrodniczy				w parze z Warmią					
										komplet kart do gry		15		do wynajęcia		dawny mieszkaniec Hiszpanii				10		oprawa obrazka					
młot do pali		częstka materii		przebieg debaty ojciec Erosa				28		figura w talii kart								belka na maszcie krzew parkowy				ciężarówka z Kieleczyzny					
								Jean ... Belmondo, aktor z Francji		miękki taboret		Jędrzejczak				częstka taśmy filmowej				otoczony linami		znak zodiaku					
wielkie ciężarówki												23								nifma z orszaku Artemidy		reakcja na uraz					
		12		19								gatunek wierzby				wyspa z Zatoce Saroniskiej						roślina jak imię męskie					
kolektyw, rada wielka ilość								stadium, etap rozwoju						wodnista zupa						gliniany flet							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

Słownik: amimia dyntam

ROZWIĄZANIE: POTRZĘBIE TO JESZCZE NIE UPADEK.

Krzyżówka panoramiczna

szarytka lub klaryska

punkt widzenia

bie-dactwo

patowa sytuacja

zbiór, komplet

tworzy szuwały np. wrzos

napój orzeźwiający

imię Braxton smar okrętowy

szkodnik ziemniaczany

prostak, gbur, telegram

zarazek, drobnoustrój

pozycja ciała

chroni głowę kolarza

muzealny eksponat

wołowe w sosie

przód męskiej koszuli

trunek z Azji

grecka litera

zwycięskie imię

marszczony kołnierz

papuga z Nowej Gwinei

ryba słodkowodna

klasztor pustelników, erem

delikatność, umiar

imię Sharifa, aktora

olejek o zapachu fiołków

stan w hipnozie

poetycki polot

powinowaty

Księgi Mojżeszowe

tworzy zatory na rzece

interwencja chirurgiczna

model Hyundai'a

zespół trzech muzyków

wędrowny zespół aktorów

Uśmiechnij się!

W sklepie monopolowym.
– Poproszę parę butelek czystej wódki.
– Parę?
To znaczy ile?
– ...

Litery z oznaczonych pól, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Z

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- A) dowód niewinności (5).

B) hinduska tancerka pełniąca służbę przy świątyni (8).

C) przyprawa do mięsa o ostrym smaku i zapachu (6).

D) angielski korsarz i wiceadmirał (5).

E) bezbarwny gaz palny (6).

F) materiał na reklamówkę (5).

G) rozbój na gościńcu (7).

H) kraj na Półwyspie Iberyjskim (9).

I) stan w USA z Górami Skalistymi (5).

J) Stuhr lub Trela (5).

K) pleciony z wikliny (4).

L) aktorka z telenoweli „Klan” (5,4).

Ł) przepływa przez Drezno (4).

Ż

A

- M) japoński cesarz (6).

N) kuzyn strusia z Ameryki Południowej (5).

O) osąd, zdanie (6).

P) Pier Paolo, włoski reżyser i pisarz („Dekameron”) (8).

R) przewód w instalacji gazowej (4).
- S) zimowy pojazd (5).

T) największa wśród wysp Północy Francuskiej (6).

U) uczęszcza do technikum (5).

W) łąduje na jeziorze (7).

Z) gorączki lub ciśnienia (6).

Ż) w filmie szukał jej Australijczyk (4).

Krzyżówka z hasłem

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 18 utworzą rozwiązanie – przysłowie perskie.

- Poziomo:

3) naczynie z gwizdkiem,

7) pracownik kotłowni,

8) zbiór map,

9) bryła chleba,

10) miasto koło Malborka,

12) cynober lub indygo,

14) ekspert, znawca,

16) zamek błyskawiczny,

19) zwolennik, miłośnik,

20) rzadko mówi prawdę,

21) duchowny bez święceń,

22) poprawa błędów.
- Pionowo:

1) owoc borówki,

2) kładzioną na dachu,

3) składnik iloczynu,

4) grecki bohater spod Troi,

5) dywanowy atak,

6) przerażający sen,

11) warzywo na frytki,

12) psotne dziecko,

13) tradycyjna walka z bykiem,

15) zakończenie powieści,

17) halny w górach,

18) łowny kuzyn bekasa.

internista lub chirurg

Angela, była kanclerz Niemiec

Marilyn, aktorka z USA

oświadczenie

WIRÓWKA PANORAMICZNA

instrum-strunowy

koń rasy użytkowej

Odgadywane wyrazy zawierają tylko jedną spółgłoskę. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – tytuł wiersza Juliana Tuwima.

Rozwiązaniem szyfrogramu jest przysłowie polskie.

- 1) opętany pasją:
16 – 7 – 12 – 17 – 3 – 14,

2) nieuczciwe przedsięwzięcie: 13 – 4 – 18 – 2 – 11,

3) lisia ozdoba:
8 – 5 – 1 – 15,

4) ssak z trąbą:
10 – 6 – 9 – 19.

Szyfrogram

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

Rozwiązania

Szyfrogram: Trafia kosa na kamień.
„Rzecz czarnoleska”, krzyżówka A-Z: kasztelan; „Ach, spij kocharanie”, wirówka panoramiczna: „Czerwony kapitan”; Jolka: kabaret; logogrif: „Złota z hasłem: Czas jest ojcem cudów. szyfr: Krzyżówka panoramiczna: ... siedem; krzy-

Szyfr

11

7

12

5

6

15

10

3

9

4

1

2

14

13

8

Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.
Poziomo:
12) „... księżniczka Burgunda”,
1) śledzenie, pilnowanie.

Pionowo:
11) dzieło zduna,
7) prymitywne łóżko,
6) pływają w rosale.

Logogrif

1

2

3

4

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie – tytuł filmu.

- 1) antonim zenitu,

2) dyshonor, hańba,

3) Mont ..., dach Europy,

4) odmiana jazzu.

Jolka

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- W kolejności przypadkowej:
- nad głową górnik
 - wąski pas gleby odcinany i odkładany przez pług
 - eksces, wybryk
 - ogół mecenasów
 - cienki sznur pleciony z drutu
 - Apanaczi, siostra Winnetou
 - plastikowa cytryna na wystawie
 - pokonał stado baranów pod Troją
 - ulica spacerowa we włoskim mieście
 - kolor szat kardynała
 - osoba, którą się zna osobiście lub z widzenia
 - potocznie o pieniądzech
 - ulewny deszcz

A

N

I

M

R

U

M

R

U

Wyzwanie przed siatkarzami Trefla



Od lewej Paweł Pietraszko, Voitto Koykka i Alaksiej Nasiewicz



Nowe komplety strojów - Jakub Jarosz, Fabian Majcherski i Lukas Kampa

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Przebudowana drużyna pod wodzą trenera Mariusza Sordyla spotkała się z kibicami w Forum Gdańsk. W sobotę w Gorzowie Wlkp. zaczyna serię wyjazdową w PlusLidze.

Zawodnicy zaprezentowali się w nowych strojach, w których będą występować w PlusLidze w sezonie 2024/2025. W meczowych warunkach gdańszczanie wystąpią w Ergo Arenie dopiero na początku października (5 października z Zaksą Kędzierzyn-Koźle), bo rozgrywki za-

czynają od czterech wyjazdowych konfrontacji.

W sobotę siatkarze Trefla Gdańsk rozpoczną nowe rozgrywki w PlusLidze. Będzie to 15. sezon w najwyższej klasie rozgrywkowej w Polsce. Żółto-czarni są przebudowani, a za scementowanie nowej drużyny odpowiada trener Mariusz Sordyl. Czwarty sezon w Gdańsku rozpocznie rozgrywający Lukas Kampa. Niemiecki zawodnik, uczestnik ostatnich igrzysk olimpijskich w Paryżu, jest kapitanem.

Kampa miał problemy zdrowotne na początku poprzedniego sezonu i wtedy z powodzeniem zastępował go Kamil

Droszyński. Teraz sytuacja się powtarza na innej pozycji. Powrót do formy po urazie Alaksieja Nasiewicza przedłuża się. Według sztabu Trefla utalentowany atakujący potrzebuje jeszcze około dwóch miesięcy. Zastępować go ma na początku rozgrywek Rafał Faryna.

Trefl nie zapomina także o swoich byłych zawodnikach. Piotr Nowakowski wraca do formy w Gdańsku, gdzie ma mieszkanie. Doświadczony środkowy bloku zakończył grę w Projekcie Warszawa i rozgląda się za nowym pracodawcą. - Na razie skupiam się na powrocie do satysfakcjonującej mnie dyspozycji - powie-

dział nam dwukrotny mistrz świata, który pojawił się na prezentacji Trefla w Forum Gdańsk w roli... przyjaciela drużyny.

Na spotkaniu z kibicami w galerii handlowych więcej było siatkarzy, którzy przed laty występowali już w trykotach gdańskiego klubu. Wśród nich na pierwszy plan wysuwa się Moustapha M'Baye, czyli wychowanek Trefla, który ostatnio z sukcesami grał w naszpikowanym gwiazdami Jastrzębskim Węglu, a do rodzinnego miasta wrócił po dziewięciu latach spędzonych na siatkarskim szlaku.

Do Ergo Areny wrócili także przyjmujący Rafał Sobański, atakujący Jakub Jarosz i środ-

kowy bloku Bartłomiej Mordyl. Każdy z nich służy zespołowi swoim bogatym doświadczeniem.

Mimo wielu zawodników z dużym obyciem na boiskach PlusLigi nie brakuje głosów, że Trefla czeka bardzo trudny sezon, w którym może być nawet zamieszany w walkę o utrzymanie. W 16-zespołowej tabeli „czerwone” będą aż trzy ostatnie miejsca. PlusLiga przygotowuje się tym samym do redukcji miejsc w rozgrywkach 2025/2026.

Zespół trenera Mordyla grać będzie na początku sezonu w Gorzowie Wielkopolskim z Cuprumem Stilonem, w Lu-

blinie z Bogdanką LUK-iem, w Bełchatowie z PGE GiEK-iem Skra oraz w Suwałkach ze Ślepskiem Malowem.

KADRA TREFLA GDAŃSK W SEZONIE 2024/25

Rozrywający: Lukas Kampa (Niemcy), Kamil Droszyński

Atakujący: Jakub Jarosz, Alaksiej Nasiewicz, Rafał Faryna

Przyjmujący: Jakub Czerwiński, Piotr Orczyk, Rafał Sobański, Gijs Jorna (Holandia)

Środkowi bloku: Moustapha M'Baye, Bartłomiej Mordyl, Paweł Pietraszko, Janusz Gałązka

Libero: Voitto Koykka (Finlandia), Fabian Majcherski

Trener: Mariusz Sordyl

Drugi trener: Karol Rędzioch

Asystent trenera: Dominik Posmyk

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17 i zapłać kartą kredytową
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń - Gdańsk, Połęża 3, tel. 58/3003 211

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

SKUP nieruchomości, również zadłużonych, za gotówkę, 518-878-010

Motoryzacja

SAMOCZODY OSOBOWE - KUPIĘ

ABA auta całe, uszkodzone kupię zaniedbane powypadkowe. Najlepiej płacimy, całe pomorskie 514-514-610

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zliczasz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: ibo.polskapress.pl

Praca

ZATRUDNIĘ

NIEMCY, cieśla, murarz, malarz, hydr., spawacz, op. kop., dźwig. 601-218-955

Usługi

AGD RTV FOTO

POGOTOWIE telewizyjne, 58/629-02-33

BUDOWLANO-REMONTOWE

A do Z awarie dach, blachy, kominy, papy, rynny, malowanie, 517-744-487

CYKLINOWANIE 501979520

MALUJĘ tanio i solidnie 608 788 280

Sufity Podwieszane: Napinane, Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe, Ścianki Gipsowe "Sufitex" 604-944-094, 58-558-25-65 www.sufitex.pl

ŻALUZJE. Rolety 501-005-692

KOMPUTEROWE

Laptopy, Komputery SERWIS Tanio, Dojazd, tel. 505-558-579

Turystyka

KRAJ

GÓRY

Beskidy, turnus Wielkanocny, 1100 zł, w górach koło Wadowic, tel.: 517-958-006.

PROMOCJA - pobyt - 85 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

MORZA

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

AUTOPROMOCJA

Q801564732A

nasze
komunikaty.pl

REKLAMA

0010985611

Nekrologi i kondolencje

przyjmowane są od poniedziałku do piątku w godzinach 8.30-15.30

- ☐ bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń, **Gdańsk, Połęża 3, tel. 58/300 32 11**
- ☐ drogą mailową: nekrologi@prasa.gda.pl
- ☐ poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń ibo.polskapress.pl
- ☐ w zakładach pogrzebowych współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim
 - **PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76** www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73
 - **ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31** tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl
 - **Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni** ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl



nekrologi.net

SPORT

www.sportowy24.pl

PIŁKA RĘCZNA

Nowe otwarcie w najnowszej historii Wybrzeża. Podopieczni trenera Patryka Rombla w sobotę czekać będą na swoich kibiców w hali sportowej Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego

przy ul. Dębowej 21. Tam o godz. 18 rozpoczną spotkanie 3. kolejki Orlenu Superligi ze Śląskiem Wrocław. Gdańscy szczypiorniści po latach opuścili halę AWFIS-u, która wymaga ka-

pitalnego remontu. Po raz pierwszy w nowych rozgrywkach wystąpią w dzielnicy Aniołki. Wcześniej dużo trenowali w tym nowym obiekcie, który trybunę ma tylko z jednej strony.

PIŁKA NOŻNA

„Górale” w Chojnicach. Chojniczanka w niedzielę o godz. 13 podejmie Podbeskidzie Bielsko-Biała w meczu 9. kolejki II ligi. „Chojna” uzbierała do tej pory 13 punktów, a jej najbliżsi rywale tylko 9.

Weekend ze skokami narciarskimi. Letnie Grand Prix w Wiśle

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. O weekendowych konkursach, a także przygotowaniach do zimowego sezonu polskich skoczków rozmawiamy z Rafałem Kotem, członkiem zarządu PZN.

W sobotę i niedzielę na skoczni w Wiśle odbędzie się przełożone z sierpnia Letnie Grand Prix w skokach narciarskich. Uda się bez przeszkód przeprowadzić zawody na obiekcie im. Adama Małysza?

Skocznia jest przygotowana, zabezpieczona i w pełni gotowa do przyjęcia zawodników. Powstała nowa winda, która zamiast dotychczasowego wyciągu krzesełkowego będzie wywozić skoczków na szczyt skoczni. Centralny Ośrodek Sportu dołożył wszelkich starań, aby warunki do treningów i konkursów dla zawodników były jak najlepsze.

Po dwóch pierwszych konkursach, które w sierpniu odbyły się we francuskim Courchevel, prowadzi zdobywca Kryształowej Kuli za ostatni sezon Stefan Kraft. Austriak wygrał dwa konkursy i już teraz można przypuszczać, że będzie także głównym faworytem do zwycięstwa w klasyfikacji generalnej w najbliższym cyklu?

Z pewnością tak. Jedyną niewiadomą mogą być dolegliwości z plecami, z którymi zmaga się od jakiegoś czasu i pozostaje pytanie, czy w pełni się z nimi uporał. Groźni będą też pozostali Austriacy, a także Japończycy, Słowenci i Norwegowie, którzy mają nowego trenera oraz bogatego sponsora. Zagadką będą występy reprezentantów Niemiec, po ostatnim sezonie w ich szeregach pozostał niedosyt.

We Francji wystąpiło pięciu Polaków, najlepiej spisał się Da-



FOT. REX FEATURES/EAST NEWS

Dawid Kubacki spisał się najlepiej z Polaków w pierwszych dwóch konkursach Letniego Grand Prix. Na ten moment jest ósmy w klasyfikacji generalnej

wid Kubacki zajmując 13. i 7. miejsce. W Wiśle zaprezentuje się ośmiu Biało-Czerwonych. Przygotowania do sezonu reprezentantów Polski przebiegają zgodnie z planem?

W stu procentach. Zawodnicy korzystali m.in. z tunelów aerodynamicznych w Sztokholmie. Organizowanych było kilka obozów w Zakopanem i Szczyrku oraz za granicą, w Austrii oraz Niemczech. I co ważne, po raz pierwszy od dawna w tych obozach uczestniczyli nie tylko członkowie kadry A, ale także kadry B i zaplecza, co pozwoliło na integrację całej grupy.

Kamil Stoch do nowego sezonu przygotowuje się pod okiem byłego trenera Biało-Czerwonych?

Rafał Kot: Piotr Żyła niebawem powinien wracać do pełnej dyspozycji. Ważne, by był przygotowany do sezonu zimowego

nych Michała Doleżala, jego drugim trenerem ma być Łukasz Kruczek, a trzykrotny mistrz olimpijski ma mieć własny sztab. PZN jest aż tak bardzo bogaty, że związek stać na tak rozbudowany team tylko dla jednego skoczka?

PZN nie ponosi wszystkich kosztów całego teamu - płaci tylko za to, co i tak należałoby się Kamilowi, gdyby był w kadry A - za szkolenie, sprzęt czy obozy. Kamil od dawna ma sponsorów i oni pokrywają pozostałe wydatki. Te sprawy zostały odpowiednio wyważone i na tę chwilę wszyscy są zadowoleni. Warto przypomnieć, że gdy Adam Małysza tworzył swój sztab, to PZN także nie pokrywał wszystkich kosztów. Jego były znakomity menager Edi Federer pozyskał wtedy dla niego dużego sponsora.

Dawid Kubacki i Piotr Żyła nie chcieli pójść drogą Małysza i Stocha?

Były z nimi prowadzone rozmowy, ale nie byli zainteresowani takim rozwiązaniem.

Postawa trzykrotnego mistrza olimpijskiego po tak dużych zmianach będzie dużą niewiadomą?

Jestem naprawdę ciekawy, jakie będą efekty całego przedsięwzięcia. Zawody w Wiśle są pierwszymi dla Kamila, w których zaprezentuje się po odłączeniu od kadry. Zobaczymy, na jakim jest etapie i czy wszystko idzie w dobrym kierunku. Ale i tak zdecydowanie najważniejsza jest zima, więc musimy poczekać, aby wysunąć pierwsze wnioski.

Kiedy Piotr Żyła będzie mógł już z pełnym obciążeniem trenować po zabiegu artroskopii łąkotki?

Z powodu kontuzji i zabiegu został wytrącony z cyklu przygotowań do zimy, niebawem powinien już jednak wracać do pełni dyspozycji. W Letnim Grand Prix najprawdopodobniej już nie wystąpi, ważne, aby był jak najlepiej przygotowany do zimowego sezonu.

GDZIE OGLĄDAĆ WEEKENDOWE TRANSMISJE?

SOBOTA, 14.09

Eurosport 1/TVP 1

● 14.40. Skoki narciarskie. LGP w Wiśle

Eurosport 2

● 14.55. Żużel. Grand Prix Danii (kwalifikacje)

Platforma Max

● 18.00. Żużel. Grand Prix Danii

Polsat Sport 1

● 12.00. Tenis. Polska – Korea Południowa (Puchar Davisa)
● 14.45. Siatkówka. PGE Projekt Warszawa – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (PlusLiga)

Polsat Sport 2

● 14.00. Tenis. Turniej ATP Challenger w Szczecinie (półfinały)
● 20.00. Lekkoatletyka. Diamentowa Liga w Brukseli

Polsat Sport 3

● 14.30. Siatkówka. Losowanie fazy grupowej MŚ mężczyzn

Canal Plus Sport 2

● 23.00. Tenis. Turniej WTA w Guadalajarze (półfinały)

Canal Plus Sport 3

● 17.25. Piłka nożna. Cracovia – Pogoń Szczecin (PKO BP Ekstraklasa)
● 20.10. Piłka nożna. Lech Poznań – Jagiellonia Białystok (PKO BP Ekstraklasa)

Eleven Sports 1

● 20.55. Piłka nożna. Real Sociedad – Real Madryt

Viaplay

● 14.00. Formuła 1. Grand Prix Azerbejdżanu (kwalifikacje)

● 15.30. Piłka nożna. VfL Wolfsburg – Eintracht Frankfurt (Bundesliga)

NIEDZIELA, 15.09

Canal Plus Sport 3/TVP Sport

● 17.25. Piłka nożna. Legia Warszawa – Raków Częstochowa (PKO BP Ekstraklasa)

Eurosport 1/TVP 1

● 14.40. Skoki narciarskie. LGP w Wiśle

Polsat Sport 1

● 12.30. Piłka ręczna. Górnik Zabrze – Industria Kielce (Orlen Superliga)

Polsat Sport 2

● 12.00. Tenis. Turniej ATP Challenger w Szczecinie (finał)
● 15.55. Hokej. EC-KAC Klagenfurt – Unia Oświęcim (Liga Mistrzów)

Canal Plus Sport

● 16.10. Piłka nożna. Girona FC – FC Barcelona (La Liga)
● 18.45. Żużel. Betard Sparta Wrocław – ebut.pl Stal Gorzów (półfinał PGE Ekstraligi)

Canal Plus Sport 3

● 12.10. Piłka nożna. Piast Gliwice – Puszcza Niepołomice (PKO BP Ekstraklasa)

Eleven Sports 1

● 14.55. Piłka nożna. Atalanta Bergamo – ACF Fiorentina (Serie A)

Viaplay

● 13.00. Formuła 1. Grand Prix Azerbejdżanu
● 14.00. Piłka nożna. Tottenham – Arsenal (Premier League)