

POZNAŃ

naszemiasto.pl

Poniedziałek, 20 stycznia 2014 | Rok III | Nr 4 (127) | poznan.naszemiasto.pl

/Rozrywka.

Wywiad z pisarką Reginą Brett. Co dobrego płynie z pisania? ●STR. 8



/Sport.

Trenerzy podpowiadają, jak zimą wrócić do formy. ●STR. 12



/Konkurs.

Kolejna zabawa Naszego Miasta. Co można wygrać? ●STR. 5

Babcię zabierz w tropiki, dziadka na lodowisko

/Rodzinne święto. Często to właśnie oni dostarczają wnukom rozrywek i sprawują nad nimi opiekę. Jak podziękować babciom i dziadkom za to, że są z nami?

– Pędzą wnuki ulicami z ogromnymi laurkami. Te laurki pełne kwiatków są dla wszystkich babć i dziadków – ten i dziesiątki innych wzruszających wierszyków już jutro i pojutrze deklamować będą mali poznaniacy w domach, szkołach i przedszkolach.

Oprócz tradycyjnych form świętowania Dnia Babci i Dziadka w Poznaniu nie brakuje propozycji, które sprawią, że te dni będą naprawdę wyjątkowe. Nadarza się niezwykła okazja, by zabrać babcię i dziadka na wycieczkę w tropiki. – Przeprowadzimy kurs łowienia ryb, wykona-

my tropikalny makijaż i odznaczymy babcię i dziadków medalami – mówi Natalia Trojanowicz, animatorka, która przeprowadzi Tropikalny Dzień Babci i Dziadka w Palmiarni Poznańskiej.

Zabawa odbędzie się we wtorek między godziną 13 a 15, a udział w niej dla babć, dziadków i wnucząt jest bezpłatny. Zapłacić trzeba tylko za wstęp do palmiarni: 2,50 zł za ulgowy i 3,50 zł za normalny bilet.

Ci, którym nie w smak tropikalne klimaty, Dzień Babci i Dziadka mogą świętować na Ligawie przy ul. Bułgarskiej. Spe-

cjalnie na tę okazję przygotowano promocję. We wtorek i w środę babcie i dziadkowie za wejście na lodowisko między godziną 9.00 a 15.30 zapłacą tylko złotówkę. Warunek jest jeden: trzeba przyjść z wnuczkami. Chcący spędzić ten dzień aktywnie mogą też wybrać się do Areny. Tam od godziny 10.30 w środę Przyjaciele Włóczyki, czyli dzieciaki z Przedszkola nr 75 w Poznaniu, zorganizują mnóstwo sportowych zabaw. Wstęp bezpłatny.

Nie zabraknie też pomysłów na kreatywne świętowanie. Babcie i dziadkowie razem z wnuczętami mogą wziąć udział

w warsztatach mydlarskich w Cafe Bebe przy ul. Strzeleckiej. – To wspaniała zabawa dla małych i dużych, a przy tym ciekawa lekcja chemii – zapewniają organizatorzy. – Można będzie wykonać wspaniałe pamiątki dla ukochanych dziadków! – zachęcają. Warsztaty odbędą się w piątek 24 stycznia. Można w nich brać udział między godziną 15.30 a 18.00, koszt udziału to 18 zł.

Więcej propozycji na Dzień Babci i Dziadka znajdziecie na stronie poznan.naszemiasto.pl

● **POMYSŁ NA PREZENT? STR. 4**

/Hobby.

Gdzie dziś jeszcze można kupić czarną płytę?

● Wraca moda na winyle. Choć coraz częściej można je kupić w sklepach muzycznych i salonach RTV, najwięksi fani dźwięków z czarnej płyty robią zakupy w sklepie przy ul. Taczaka. ●STR. 5

/Moda.

T-shirty z Poznania sprzedają się w Los Angeles i Casablance

● Patryk ma 22 lata, Zuzia – 17. Razem produkują koszulki, w które ubierają się Niemki, Amerykanki i Marokanki, a w ich ekologicznych futrach chodzi modelka i aktorka Iza Miko, a najnowszą kolekcję swoim nazwiskiem i wizerunkiem firmuje kontrowersyjna Luxuria Astaroth, gwiazda teledysku do popularnego utworu „My, Słowianie” Donatana. – Nie uważamy się za projektantów – mówią twórcy marki. – My tylko wpadamy na pomysły. ●STR. 5

/Rozrywka.

Co się dzieje w naszym mieście? Czytaj przewodnik

● Koncerty, spotkanie z laureatką Nagrody Nike Joanną Bator albo zdo- bywczynią ośmiotysięczników, himalaistką Kingą Baranowską. Na jakie imprezy warto wybrać się w tym tygodniu? Podpowiadamy! ●STR. 6

/Fotoreportaż.

Licealiści z całego Poznania bawią się na studniówkach

● Piękne panie i eleganccy panowie, uroczysty polonez, wystawna kolacja, ale przede wszystkim bal do białego rana. Fotoreporterzy Naszego Miasta towarzyszą licealistom podczas studniówek, a ich wprawne oko wyłapuje tych, którzy bawią się najlepiej. Odnajdźcie się na fotografiach na stronach naszej gazety i w internecie na www.poznan.naszemiasto.pl! ●STR. 7

/Kino.

●STR. 9

Mówią, że to premiera roku i sposób, żeby mieć kaca



FOT. JACEK DRYGAŁA

60 SEKUND

Kraj i świat z „Głosem Wielkopolskim”



Ludzie spojrzeli na zapchane fitness kluby. Zdali sobie sprawę, że to wszystko kosztuje. W tej sytuacji wybrali bieganie, które jest najłatwiej dostępną formą ruchu. Stwierdzenie, że biegać można samemu i wszędzie, to banał, ale po prostu tak jest.
Paweł Januszewski, były płotkarz, w rozmowie „Rzeczpospolita”

FOT. GRZEGORZ DEBINSKI

/KRAJ.

/Kraków.

Stolica Małopolski najlepszym miastem dla turystów

● Kraków wyprzedził Rzym, Barcelonę, Wenecję, Londyn i zwyciężył w prestiżowym konkursie holenderskiego portalu turystycznego Zoover na najlepsze miasto na podróż w 2014 r. To pierwszy tak duży sukces stolicy Małopolski. Jak podał portal złożyła się na niego analiza aż 30 tys. opinii internautów dotyczących m.in. jakości hoteli, oferty kulturalnej miasta, życia nocnego i ogólnej atmosfery w nim panującej. Co ciekawe, zagraniczni turyści, którzy wysoko ocenili Kraków zwrócili także uwagę nie tylko na ścisłe centrum miasta, chwaląc sobie Nową Hutę, punkt widokowy na Kopcu Kościuszki, czy żydowską dzielnicę Kazimierz.
BLD



FOT. WOJCIECH MATYSK

/Wrocław.

Naukowcy pracują nad konkurencją dla Google

● Nekt - tak ma się nazywać nowa polska wyszukiwarka internetowa. Ma być o wiele bardziej zaawansowana i precyzyjna od wyszukiwarki Google. Pracują nad nią specjaliści od sztucznej inteligencji z Politechniki Wrocławskiej, lingwiści z Uniwersyte-

tu Wrocławskiego oraz naukowcy Polskiej Akademii Nauk. Badacze chcą do czerwca tego roku zeskanować w sumie 500 mln dokumentów (tekstów - m.in. artykułów czy plików pdf), a więc połowę polskiego Internetu. Wtedy też Nekt ma być udostępniony użytkownikom. Z czasem badacze chcą zbierać i na bieżąco aktualizować dane o wszystkich polskich tekstach w Internecie.
BLD

/Łódź.

W monopolowym badają trzeźwość klientów

● Właściciele jednego ze sklepów monopolowych w Łodzi powinni otrzymać medal za działania prewencyjne i zwalczanie plagi pijanych kierowców. Usługa kosztuje złotych. Zyski z opłaty mają pokryć koszty zakupu sprzętu, jednorazowych ustników i kalibracji alkomatu. Przez pierwsze cztery dni od wprowadzenia usługi w sklepie dmuchały 33 osoby.
BLD

/ŚWIAT.

/USA.

Kolejny pomysł na „slit focie”. Tym razem dla kobiet

● Nowy trend - Bikini bridge - pojawił się w Internecie i robi furorę wśród pań na całym świecie. Na czym to polega? Wystarczy zrobić zdjęcie okolic swoich bioder w kusych majtkach, wciągając brzuch tak, by pomiędzy skórą a nimi utworzyło się coś w rodzaju kieszonki, czy też jak wskazuje nazwa - mostu. Popularność tego rodzaju zdjęć, pomijając ich bezcelowość, jak ostrzegają eksperci może być jednak zgubna. Istnieje obawa, że kobiety znów zaczną się mocno odchudzać, by lepiej wyglądać na zdjęciach, choć tak naprawdę każda dziewczyna, gdy wciągnie brzuch i położy się na płaskim jest w stanie wykonać podobne zdjęcie.
BLD



FOT. BARTŁOMIEJ WUTK

/Holandia.

Holendrzy mają najzdrowsze jedzenie na świecie

● Według rankingu sporządzonego przez organizację Oxfam Holandia ma najbardziej pożywną i najzdrowszą żywność na świecie. Sporządzając dokument organizacja brała pod uwagę procent ludzi otyłych, chorujących na cukrzycę,

dostępność i ceny żywności. Ostatnie miejsce w rankingu zajęły państwa afrykańskie, co ciekawe zarówno Stany Zjednoczone, jak i Japonia nie zmieściły się nawet w pierwszej dwudziestce.
BLD

/Rosja.

Sentyment za ZSRR nadal żywy

● Jak podaje Polskie Radio nasi sąsiedzi zza wschodniej granicy nadal darzą ogromnym sentymentem czasy panowania Chruszczowa i Breżniewa. Z sondażu przeprowadzonego przez Centrum Analityczne Jurija Lewady wynika bowiem, że aż 57 proc. Rosjan bez względu na wiek i wykształcenie, żałuje rozpadu Związku Radzieckiego. Najwyższy wskaźnik nostalgii za systemem komunistycznym wykazała grupa mająca powyżej 55 lat (86 proc.). W całej grupie badanych aż 53 proc. uważa, że rozpadu Związku Radzieckiego można było uniknąć.
BLD

/Komunikacja.

Tramwaj sterowany komputerem

● W połowie roku ma zostać uruchomiona zajezdnia tramwajowa na Franowie. Będzie to

pierwsza nie tylko w Poznaniu, ale także w całej Polsce zajezdnia całkowicie zautomatyzowana. Ruch pojazdów na terenie zajezdni, kolejność ich wjeżdżania i wyjeżdżania oraz porządek postoju będą sterowane komputerowo. **PRE**

Odmalują helikopter papieża Jana Pawła II



FOT. MUZEUM LOTNICTWA POLSKIEGO

Mi-8 z Krakowa przejdzie renowację w Wielkopolsce

Napisali w Głosie Wielkopolskim

● Śmigłowiec papieża Jana Pawła II, którym latał on podczas pielgrzymek po Polsce zostanie odnowiony przy udziale „pancernych magików” z firmy Artura Zysa z Pławców. Mi-8 o numerze bocznym 620 służył Janowi Pawłowi II podczas jego pielgrzymek po Polsce. Obecnie znajduje się w zbiorach Muzeum Lotnictwa Polskiego w Krakowie, które chce aby śmigłowiec został odnowiony do czasu kanonizacji papieża Polaka. Do pomocy w tym zgłosiło się m.in. Przedsię-

biorstwo Usług Komunalnych Artur Zys z Wielkopolski. - Kiedy dowiedziałem się, że krakowskie muzeum nie ma środków na odnowienie papieskiego śmigłowca zaoferowałem pomoc - wyjaśnia Artur Zys, właściciel firmy. Nazywani „pancernymi magikami” spece z Pławców mają już w swoim dorobku renowację czołgów T-70 i Sherman Firefly i oraz niemieckiego ciągnika gąsienicowego Sd.Kfz 6, a obecnie rekonstruują polską tankietkę TK-S dla Muzeum Broni Pancernej w Poznaniu. Na przeprowadzenie „malarskiej” renowacji specjaliści z Pławców mają prawie trzy tygodnie. ●

WŁASNYM ZDANIEM.



Dobry wynalazek

Mamy w domu takie powiedzenie, zaczerpnęte z książki z czasów dzieciństwa, że babcia to dobry wynalazek. Trudno się z nim nie zgodzić, bo przecież babcia zawsze znajduje czas, żeby ugotować dobre, przytulić do serca, pocieszyć dobrym słowem i powiedzieć, że „jakoś to wszystko będzie, nie ma się co na zapas martwić”. Babcia to dobry wynalazek. Równie dobry jak dziadek, który sprzedaje niewybredny dowcip, opowie niewiarygodną historię, w dzieciństwie wybroni przed babcynym gniewem, a kiedy trzeba porządnie wytarga za uszy, żeby głupie pomysły nie przychodziły do głowy. Babcia z dziadkiem nie przestają być dobrym wynalazkiem nawet wtedy, gdy człowiek wyrasta już z rysowania rozczulających, ko-

ślawych laurek i deklamowania częstochowskich rymowanek na przedszkolnych akademiach. Wtedy do starszych życiowym stażem, mających większy bagaż doświadczeń dziadków, można iść po niezawodną mądrą radę w sprawach sercowych, zawodowych i rodzinnych. Babcia z dziadkiem to dobry wynalazek. Choć im więcej mija czasu, tym częściej zauważam, że moi dziadkowie potrzebują pomocy młodszego pokolenia do tego, by odnaleźć się we współczesnym świecie. Dziadek, choć dobiega osiemdziesiątki, zapisał się na lekcje angielskiego, by dobrze rozumieć takie pojęcia jak design, wszechobecny gender, like na Facebooku, leasing, lifting, czy reklamowe hasła „I'm loving it” i „Just do it!”. I wciąż mnie pyta, czy dobrze wymawia konkretne słowa. Babcia natomiast chętnie zadaje pytania związane z obsługą telefonu komórkowego, wysyła smsy z życzeniami i mmsy ze zdjęciami swoich niezrównanych obiadów, na które przepisy podpatruje w telewizji albo na internetowych blogach. Wciąż chcą się uczyć. Warto przy okazji tego rodzinnego święta rozejrzeć się wokół i zorientować, czy otaczają nas ludzie ciekawi współczesnego świata. Może to właśnie teraz my, młodzi możemy się odwdzięczyć za ciepłość, którą oni mieli dla nas przez tyle lat?

REKLAMA 1013482353

Multikino Więcej niż kino.

24.01 (PIĄTEK) START 22:00

NOC HOBBITA

HOBBIT: NIEZWYKŁA PODRÓŻ
HOBBIT: PUSTKOWIE SMAUGA

na wydarzenie filmowe zaprasza Orange

DEMOITYWORY.PL FILM@WEB naszemiasto.

POLSKA

szczegóły na www.multikino.pl

Kurs, jazda, egzamin = stres? Całe szczęście AUTODRIVE jest!

AutoDrive



Zapraszamy na kursy kategorii: B, C, D, CE!

Kursy prowadzone są w systemie ciągłym

Kursy prowadzone są w miłej i przyjaznej atmosferze, dzięki czemu kursanci szybko przyswajają wiedzę i czują się bezpiecznie za kierownicą już po pierwszych godzinach jazdy.



W ofercie mamy również szkolenia:

- dla kierowców zawodowych:
SZKOLENIA OKRESOWE oraz KWALIFIKACJE WSTĘPNE
- szkolenia zawodowe: na operatora wózka jezdniowego
- obowiązkowe 3-dniowe warsztaty dla instruktorów
- kursy na instruktorów nauki jazdy
- darmowe szkolenia dofinansowane z UE



Boisz się nowych testów?

Przyjdź i sprawdź się,
potem zdecydujesz,
czy się zapiszesz na kurs.



UWAGA!
Zdawalność nowych testów
na poziomie bliskim 100% !!!
80% zdających nie popełniło
ŻADNEGO BŁĘDU.
Po naszym kursie nie musisz
obawiać się teorii!
**Uczymy najlepiej
jak tylko można!!!**



kontakt: ul. Kasprzaka 11a, 60-216 Poznań,
tel. 61 662 69 70, kom. 691 347 477
e-mail: biuro@autodrive.com.pl
www.autodrive.com.pl

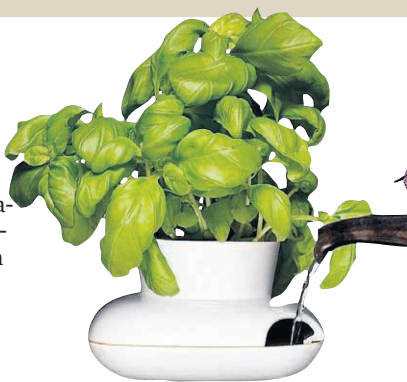
Zeskanuj QR code i zobacz co się dzieje w Twoim mieście



/POMYSŁY NA PREZENTY DLA BABCI I DZIADKA.

Świeże zioła wprost z domowego parapetu

● Świeże zioła są w kuchni niczym kropka nad „i”. Osłonka zaprojektowana z myślą o hodowaniu świeżych ziół na kuchennym parapecie na pewno się przyda. Do gadżetu można wstawić doniczki lub same łodyżki ziół. **Pojemnik na zioła, DUKA, cena: 69,90 zł**



Pochmurne dni mogą być kolorowe

● Spacer w deszczowy dzień nie musi być pod znakiem czerni czy szarości. Kolorowa parasolka z kwiatowym motywem albo pejzażem to dobry pomysł na prezent. **Parasol Tiffanyważka, piękneparasolki.pl, cena: 109 zł**



Słodkie życzenia serdeczności

● Zaskocz babcię czekoladowym telegramem. Sam możesz wybrać treść życzeń i rodzaj czekolady. **Czekoladowytelegram.pl, cena: 42,60 zł**



Zegar nie musi być nudny

● Dobrze jest wiedzieć, która godzina. Oryginalny zegar w rowerowym kole ucieszy dziadka. **Zegar stojący BIKE, Home&You, cena: 99,99 zł**



Zachować wspólne chwile

● Zdjęcie oprawione w ładną ramkę albo album na zdjęcia to drobiazg, który z pewnością ucieszy każdą babcię. **Album Antico, Home&You, cena: 79,00 zł**

Gorące stopy, gorące serce

● Po zimowym spacerze czasem trudno rozgrzać stopy. Na pewno specjalna poduszka może w tym pomóc. Rozgrzewający gadżet do stóp. **Tchibo.pl, cena: 49,95 zł**



Wspólna partyjka szachów?

● Jeśli dziadek jest zapalonym szachistą-amatorem, to komplet do gry z pięknymi figurami to strzał w dziesiątkę. **Szachy.com.pl, cena: 89,90 zł**



Super koszulka dla superdziadka

● W takim t-shircie każdy dziadek z dumą wypnie pierś do przodu. Do wyboru są również inne napisy na koszulki. **Zobaczsam.pl, cena: 29,90 zł**

REKLAMA

1003403656

GŁOS ROCK FESTIWAL

apostolis anthimos trio

ORGANIZACJA I PRODUKCJA

RANUS

www.ranus.pl

28 stycznia 2014

KLUB BLUE NOTE

PATRONI MEDIALNI:



naszemiasto.



Wygraj kupony na smaczne kanapki

/Konkurs. Energetyczne, pożywne i smaczne. Sezonowe menu czeka na Was w McDonald's. **Prześlijcie maila i zgarnijcie kupony!**

● Kanapka Górska to zupełna nowość w menu McDonald's. To dwa kotlety z wołowiny, przełożone plasterkiem sera ementaler oraz dwoma plasterkami szynki szwarcwaldzkiej. Do tego rukola, prażona cebula i miodowo-musztardowy sos.

Do zimowej oferty powraca także Kanapka Drwała. Ta rozgrzewająca propozycja to soczysty kawałek mięsa wołowego oraz placek serowy w panierce. Smaku dopełnia nie tylko prażona cebulka, ale również bekon. Ostrości dodaje posypka serowo-bekonowa na górnej części bułki.

W menu restauracji pojawiły się też dwie zimowe przekąski. Chrupserki to kawałki sera camembert, a kartofelki to smażone plasterki ziemniaków w fantazyjnych kształtach.

Spragnieni nowości? Dla Czytelników Naszego Miasta mamy zaproszenia na ucztę w sieci restauracji McDonald's. Żeby je zdobyć wystarczy wysłać maila z dokończeniem naszego tradycyjnego zadania konkurso-

wego: „Uwielbiam fast food, bo...”.

Na Wasze odpowiedzi wraz z podpisem czekamy dziś między godziną 9.30 a 10.00 pod adresem mailowym konkurs.poznan@naszemiasto.pl.

Nagrodzimy najbardziej kreatywnych Czytelników, a o wygranej poinformujemy drogą mailową. ●

Paulina Rezmer
p.rezmer@naszemiasto.pl



Spróbuj zimowych przekąsek. Weź udział w zabawie z NM

FOT. WOJCIECH GADOMSKI



Aquanet buduje kolektor. Będą korki na Niepodległości. Do 20 kwietnia 2015 roku ma trwać budowa kolektora ogólnospławnego. Oznacza to duże utrudnienia w ruchu. poznan.naszemiasto.pl

Boro i Marc od futer

/Moda.

Choć robi zdjęcia, nie nazywa siebie fotografem. Choć jego t-shirty sprzedają się w USA i Maroko, twierdzi, że nie jest projektantem. Marka stworzona przez poznaniaków podbija światowy rynek.

Na potrzeby zagranicznych rynków zbytu zmienił nazwisko. - Wbrew pozorom wymowa słowa „Borowiak” sprawiała naszym klientom duże kłopoty - śmieje się Patryk. - Postanowiłem więc skrócić je do Boro - tłumaczy. To właśnie nim firmuje markę odzieżową, Boro&Marc, którą założył ze swoją dziewczyną, siedemnastoletnią Zosią Marciniak.

T-SHIRT W LOS ANGELES

Boro&Marc to marka oferująca t-shirty, sztuczne futra, torby i sukienki. Choć produkty Zosi i Patryka sprzedają się w sieci jak ciepłe bułeczki, w Polsce o firmie wie niewiele osób. Jej twórcom wcale to nie przeszkadza. - Nasze produkty można kupić w Maroko, Stanach Zjednoczonych, Niemczech - wylicza Patryk. - Dostajemy również zamówienia z Ameryki Południowej. W ciągu jednego dnia nasza firma potrafi zarobić nawet 10 tysięcy złotych.

Mimo takiej popularności marki ani Patryk, ani Zosia nie chcą nazywać się projektantami. - To błąd, który popełnia wielu twórców w Polsce - podkreślają. - Trzeba pamiętać, że pomysł na fajny t-shirt, czy futro nie czyni jeszcze z nikogo projektanta. Trzeba wiedzieć, jak stworzyć go-



Futra i t-shirty pomysłu Patryka i Zosi sprzedają się za granicą jak świeże bułeczki

towy produkt, jak go uszyć. Tym zajmują się u nas krawcowe z czterdziestoletnim stażem pracy. My tylko nadzorujemy proces - dodają skromnie.

SZEWEC W BUTACH

Patryk ma 22 lata i zna przepis na sukces. - Jest stary jak świat! - śmieje się. - Wystarczy, że robisz to, co lubisz i angażujesz się w to całym sercem - stwierdza. - W moim przypadku ta zasada sprawdza się podwójnie. W końcu pracuję z moją ukochaną dziewczyną, więc oboje wkładamy we wszystko wiele emocji. Bywa burzliwie, ale w końcu dochodzimy do kompromisów.

W jednym Patryk i Zosia zgadzają się zawsze: najważniejsza jest dobra promocja. Dlatego sami chodzą w ciuchach firmowych logo Boro & Marc. - Promujemy własną markę gdzie tylko się da - podkreślają. Ale nie tylko oni. Produkty od Boro & Marc reklamuje między innymi aktorka i modelka Izabella Miko oraz znana z teledysku Donatana „My Słowianie” Luxuria Astaroth. - Naszą koszulkę zamówiła ostatnio prezenterka TVN, Jolanta Pińkowska - mówi Boro. - Wiele t-shirtów zostało zainspirowanych codziennością, na początku powstawały z myślą o jednej oso-

bie, ale szybko okazywało się, że z napisami umieszczanymi na koszulkach identyfikuje się więcej osób - wyjaśnia Patryk. - Największą popularnością cieszy się ten z napisem „Love me like my money” (kochaj mnie tak, jak moje pieniądze). To ulubiona koszulka kobiet biznesu.

Żeby ubierać się w Boro & Marc nie trzeba mieć wielkich pieniędzy. Za t-shirt zapłacimy 90 zł, oryginalne futro można mieć za 200 zł. To kwoty porównywalne z tymi, które proponują popularne odzieżowe sieciówki. ●

Paulina Rezmer
p.rezmer@naszemiasto.pl

Bo prawdziwy fan jest zawsze biedny...

/Miejsca.

„Kup sobie płytę i zaśmiej się empetrójkom prosto w twarz” - taki napis widnieje między półkami w sklepie Masłowski CD. Jeszcze 10-15 lat temu w Poznaniu istniało kilkanaście sklepów muzycznych, dziś trudno je znaleźć na mapie miasta.

Wciśnięty w kamienicę przy ulicy Taczaka 21 sklep-komis od lat cieszy się sympatią wśród miłośników czarnych płyt. Tu, na kilku metrach kwadratowych upchany został kawał prawdziwej historii. Historii muzyki. Zapisanej na płytach winylowych i kompaktach.

- Nie mam pojęcia, ile tego jest - śmieje się Andrzej Masłowski, właściciel sklepu. - Winyli... kilka tysięcy. Płyty CD nie mieszczą się w sklepie i część z nich schowana jest na zapleczu.

Na półkach, stolikach, na podłodze, w kartonowych pudłach prezentują się uszeregowane płyty. Jest muzyka klasyczna, pop z lat 70 i 80-tych, kilkanaście pudeł z rockiem: Motorhead, Cafferty, Bob Seger, muzyka polska: Połomski, piosenka żołnierska, punk rock... Nie da się wymienić wszystkiego.

- Jak się lubi muzykę, to trzeba kupować płyty - kwituje Andrzej Masłowski. - Muzyka to też to, co jest poza nią samą: to okładki, wkładki, kolory, grafika, krój pisma, labele na płytach. To wszystko nadaje posmak zbieractwa, kolekcjonerstwa. Gdy człowiek zaczyna swoją kolekcję, to liczy płyty. Liczy, że ma ich 100, 500...

a potem liczy się, że ma to, czego nie mają inni. Ja już nie liczę, ile mam ich w domu. Nie liczę nawet, ile mam wydań samej „Ciemnej strony księżycy” Floydów. W ciągu godziny drzwi do sklepu z płytami otwierają się dwa razy. Ktoś chce coś kupić, ktoś - coś sprzedać. Masłowski okiem znawcy patrzy na przyniesione w komis winyle.

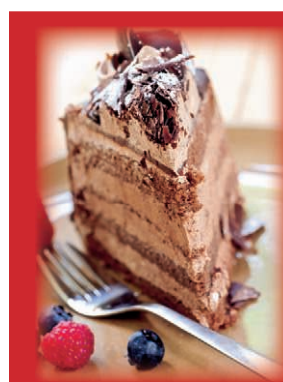
- To jest podróbka - ocenia niebieski krążek Nirvany. - I wiem, kto to rozprowadza. A to całkiem popularna rzecz - mówi, patrząc na żółtą okładkę „Love” Beatlesów. W końcu dobijają targu. - Ci, którzy tu przychodzą, potrafią wy-

Muzyka to także okładki, wkładki, grafika, krój pisma i labele na płytach. To wszystko nadaje posmak kolekcjonerstwa

dać wszystkie pieniądze na winyle. Prawdziwy fan muzyki jest zawsze biedny. Jest taki jeden klient - opowiada właściciel sklepu. - Jego żona wyjeżdża czasem do rodziców na weekend. Zostawia mu pieniądze. Ten kupuje jakieś cienkie parówki a resztę wydaje na płyty.

Sklep Masłowski CD to azyl dla miłośników muzyki. Tej wyjątkowej, muzyki z duszą, która sączy się z trzeszczącej płyty. ● **Agnieszka Goździejewska**
a.gozdziejewska@glos.com

REKLAMA i003489926



Zapraszamy
po słodkie upominki
dla Babci i Dziadka!

www.facebook.com/cukiernialuna
ul. Krokusowa 25
60-175 Poznań
tel. 61 867 80 58, 512 227 849

REKLAMA i003492345

PREMIUM POŻYCZKI
OFERUJEMY WIĘCEJ

Pożyczka CHWILÓWKA
z obsługą w domu **300- 600**

zadzwoń
lub wyślij **61 623 34 44**
sms o treści **pożyczka** **605 052 769**

Pieniądze do 24h minimum formalności * opłata wg taryfy operatora



W sklep przy ul. Taczaka został upchnięty kawał historii

FOT. AGNIESZKA GOZDZIEJWSKA

Zeskanuj QR code
i zobacz co się dzieje
w Twoim mieście

Nastolatki bez kompleksów

/Koncert.

Nie mają jeszcze 18 lat, a już zaczęli deptać po piętach bardziej doświadczonym twórcom muzyki elektronicznej. Synth-popowy duet The Dumplings z Zabrza wystąpi we wtorek w klubie Pod Minogą.

Silne emocje, eksperymenty rytmiczne i doskonała harmonia między wokalem i bitami. Tak można scharakteryzować twórczość młodego duetu The Dumplings, który stał się



FOT. FACEBOOK THE DUMPLINGS

Utalentowany duet z Zabrza tworzy synth-pop

ubiegłorocznym objawieniem na polskiej scenie synth-popowej. Choć do tej pory utalentowani artyści z Zabrza nie nagrali jeszcze płyty, udało im się wystąpić podczas listopadowych targów muzycznych CJG w Warszawie. Koncert w stolicy zebrał na tyle dobre recenzje, iż zaowocowała pierwszą, wyprzedaną trasą koncertową.

W Poznaniu The Dumplings po raz drugi pojawiają się w Poznaniu w środę. Koncert zaplanowano w klubie Pod Minogą. Bilety kosztują 15 i 20 zł. Początek o godz. 20.●

Błażej Dąbkowski
b.dabkowski@naszemiasto.pl

Klasyki krótkiego metrażu w zamkowych murach

/Kino.

Ci, którzy cenią polskie filmy krótkometrażowe powinni wybrać się dziś do CK Zamek. W Klubie Krótkiego Kina zobaczymy produkcje reżyserki Ewy Kruk.

● Aż pięć filmów dokumentalnych Ewy Kruk z lat siedemdziesiątych zobaczymy dziś podczas cyklicznych, poniedziałkowych pokazów w ramach Klubu Krótkiego Kina. W sali kinowej w CK Zamek zostaną wyświetlone obrazy „Sezon”, „Hydrobudowa”, „Ktoś od nich”, „Pradziadek

Sól” oraz „Limanowa 74”. Reżyserka za przedostatni z filmów otrzymała nagrodę „Brazowego Lajkonika” podczas Ogólnopolskiego Festiwalu Filmów Krótkometrażowych w Krakowie. „Pradziadek Sól” jest portretem Stanisława Sikonia, chłopskiego działacza politycznego, którego pamiętniki otrzymały nagrodę literacką tygodnika „Polityka”.

Bilety jednorazowe można nabyć w kasie CK Zamek w cenie 5 zł. Dostępne są również karnety na trzy spotkania z Klubem Krótkiego Kina, za które zapłacimy 10 zł. Początek o godz. 19.●

Błażej Dąbkowski
b.dabkowski@naszemiasto.pl

/KRÓTKO.

/Kabaret.

Bezczelnie młodzi panowie w Apollo

● Kabaret Młodych Panów, którego skecze można zobaczyć w programach telewizyjnych na antenach największych polskich stacji wystąpi we wtorek w kinie Apollo. Grupa z Rybnika w trakcie swojej 9-letniej kariery zdobywała laury na najważniejszych festiwalach i przeglądach, takich jak PAKA. Występy kabaretu to przede wszystkim społeczno-obyczajowy humor z dużą dawką ironii i dystansu do tego co aktualnie się dzieje w Polsce. Bilety na występ kabareciarzy kosztują 48 i 60 zł. Początek zaplanowano na godz. 20.30.

BLD

REKLAMA

Auto po amerykańsku
Najciekawsze samochody z USA w Polsce

SUV-y NA POLSKIM RYNKU CO DZIESIĄTY SAMOCHÓD ZAREJESTROWANY W NASZYM KRAJU TO POLSKI REKREACYJNY

MOTOSALON

350 zł

AMG

TOP 20 NA JPOPULARNIEJSZE AUTA Z USA

ASTON MARTIN DB5

ROZMAITOCI

Czytaj MOTOSALON - magazyn, w którym znajdziesz wszystko, co interesuje prawdziwego fana motoryzacji

MAGAZYN MOBILNEGO MĘCZYZNY

MOTOSALON

1003412609

Spotkaj się z laureatką Literackiej Nagrody Nike - Joanną Bator

/Spotkanie.

Pisarka, publicystka, nauczycielka akademicka i laureatka tegorocznej Literackiej Nagrody Nike, Joanna Bator przyjedzie we wtorek do Poznania. Spotkać ją będzie można w CK Zamek.

● Od jutra w Zamku startuje roczny cykl spotkań z wybitnymi polskimi pisarzami i krytykami literackimi „Klucze do wyobraźni”. Gościem pierwszego będzie Joanna Bator. Pisarka na swoim



Joanna Bator

koncie ma 9 książek, z czego „Japoński wachlarz” otrzymał Nagrodę im. Beaty Pawlak, a „Piaśkowa góra” oraz „Chmurdalia” były nominowane do Literackiej Nagrody Nike. Ostatecznie, w ubiegłym roku Joannie Bator udało się zdobyć prestiżową nagrodę za powieść „Ciemno, prawie noc”. Spotkanie rozpocznie się o godz. 18 w Sali Wielkiej. Poprowadzą je krytycy - Juliusz Kurkiewicz i Eliza Szybowicz. Wstęp bezpłatny.●

Błażej Dąbkowski
b.dabkowski@naszemiasto.pl

Progresja, groove i alternatywny metal w Klubie u Bazyla

/Koncert.

Thrash metal, death metal i groove wypełnią w czwartek wnętrze klubu u Bazyla. Zagrają Youdash, Enoly i Rotengeist.

● Przed poznańską publicznością wystąpią trzy formacje: Rotengeist, ciężki, thrashowy skład z Przemyśla, który ma na koncie dwie płyty.

Do pieca dołoży formacja Youdash z Rzeszowa. W jej dorobku znalazły się dwie płyty,



Rotengeist wystąpi u Bazyla

w tym reprezentujący kawał dobrego metalu minialbum „Na pohybel” z 2012. Koncert Rotengeist i Youdash odbywa się w ramach ogólnopolskiej trasy, przy okazji której formacje zapraszają do współpracy lokalne kapele. Nie może więc zabraknąć poznańskich akcentów.

Wieczór rozpocznie występ progresywnej formacji Enoly, która właśnie pracuje nad epką „Rise”. Wstęp na koncert 10 zł, start o godzinie 19.30.●

Paulina Rezmer
p.rezmer@naszemiasto.pl

Królowa gór spotka się z poznaniakami

/Turystyka.

Himalaistka i zdobywczyni ośmiu ośmiotysięczników, Kinga Baranowska będzie gościem Wyższej Szkoły Bankowej.

● Góry inspirują, zachwycają, kształtują ludzi, ich myślenie i zachowania. Ale zdobywanie szczytów jest też jednak ogromnym wyzwaniem dla ciała i umysłu. Osiem kilometrów nad ziemią trzeba zmagać się z pogodą, zimą i zmęczeniem. Jak pokonać wszystkie te przeciwności?

Opowie o tym Kinga Baranowska należąca do światowej czołówki kobiecego himalaizmu, a także członkini kadry narodowej Polskiego Związku Alpinizmu.

Podzieli się z słuchaczami swoją fascynacją, wiedzą i doświadczeniami.



Kinga opowie o górach

Otwarty wykład odbędzie się jutro na terenie Wyższej Szkoły Bankowej, w budynku PB przy ul. Powstańców Wlkp., w auli 004. Spotkanie o godzinie 13:00.●

Paulina Rezmer
p.rezmer@naszemiasto.pl

naszemiasto.pl/ROZRYWKA



W podziemiach fary grzebano zakonników i dobroczyńców kolegiaty, w czasie okupacji mieścił się schron dla żołnierzy niemieckich, a w okresie PRL-u przechowywano... wino!
poznan.naszemiasto.pl



Studniówkowe szaleństwo nadal trwa! Od początku stycznia nasi fotoreporterzy odwiedzają poznańskie szkoły, by podejrzeć jak bawią się tegoroczni maturzyści. Zobaczcie jak do tej pory spędzili swoje studniówki uczniowie uczęszczający do poznańskich szkół: Zespołu Szkół Budownictwa, XX LO, VII LO oraz VI LO. Więcej zdjęć oraz relacji z imprez znajdziecie w naszym serwisie internetowym. Oprócz fotorelacji przygotowaliśmy dla Was także specjalny serwis, w którym znajdują się odpowiedzi maturalnych testów
poznan.naszemiasto.pl





Licealiści! Jesteśmy z Wami na próbnych maturach i studniówkach. Arkusze maturalne i zdjęcia z bali znajdziecie na naszych stronach internetowych! poznan.naszemiasto.pl



Regina Brett: nie warto się szarpać z życiem, jeśli się nie musi

FOT. ANDRZEJ BANAS

Z pisania może płynąć coś dobrego

/Rozmowa.

Z Reginal Brett, amerykańską pisarką i dziennikarką, autorką „Bóg nigdy nie mruga” i „Jesteś cudem. 50 rad, jak uczynić niemożliwe możliwym”, które zostały wydane w 26 krajach.

Dlaczego zdecydowała się Pani napisać „Bóg nigdy nie mruga”, opowiedzieć o trudnych doświadczeniach, które stały się Pani udziałem? Czy nie jest tak, że i tak każdy musi sobie po swojemu poradzić ze swoimi problemami?

Nie, nie chcę, żeby ludzie szarpali się z życiem, jeśli nie muszą, jeśli ktoś może im w tej walce choć trochę pomóc. Przez wiele lat borykałam się z problemami w życiu - z problemami w pracy, w życiu osobi-

stym, z chorobą nowotworową - dlatego pomyślałam, że jeśli udało mi się stworzyć swego rodzaju mapę, to muszę się nią podzielić z innymi. Jeśli mogę komuś pomóc, sprawić, żeby rozwiązał problem z pracą, której nie lubi, znalazł w sobie siłę do podjęcia trudnej decyzji, której się boi - chcę to zrobić. Obydwie moje książki, „Bóg nigdy nie mruga” i „Jesteś cudem”, właśnie tego dotyczą. Oferuję lekcje na trudne chwile w życiu.

Nie jest to jednak typowy poradnik z rodzaju tych, które zapełniają półki księgarń.

Może dlatego, że piszę o moich własnych doświadczeniach. Wiele lat spędziłam nie wiedząc, co robić, jak podejmować decyzje, przejmując się rzeczami, którymi nie powinienam być się przejmować. Jeśli mogę komuś

tego oszczędzić, to świetnie. To mój cel.

To odważne napisać ciepłą, optymistyczną książkę w świecie, gdzie rządzą szybkie newsy i Twitter.

No właśnie, większość tych sposobów komunikacji jest błyskawiczna, nie daje chwili na refleksję, a poza tym wiadomości przekazywane w ten sposób są zwykle złe. Poza tym mam wrażenie, że im bardziej obcesowo, niemiło podany news czy opinia, tym robi większe wrażenie. Ktoś się z kogoś nabija, wytyka błędy, obraża... A ja myślę, że z pisanie może płynąć wiele dobrego. Dlatego napisałam swoje książki - żeby pokazać, że ciepłe słowo może zmienić czyjeś nastawienie, nastrój, a czasem - życie.

Wielu czytelników może być początkowo nastawionych

/Kim jest?

Amerykańska felietonistka, dziennikarka i pisarka nominowana do Nagrody Pulitzera. Jej debiut literacki, bestseller „Bóg nigdy nie mruga”, został przetłumaczony na 20 języków. Druga książka „Jesteś cudem” powtórzyła ten sukces. Pisze o trudnych sprawach, które dotyczą każdego z nas w sposób, który pomaga przetrwać najtrudniejsze chwile w życiu. - Po to pisze moje książki - żeby, dzięki swoim doświadczeniom, pomagać innym - mówi.

/Insignis.

„Jesteś cudem”, Regina Brett

• Autorka dzieli się z nami opowieściami o tym, że szczęście zależy od nas samych - naszych wyborów i decyzji, które najczęściej nie są aż tak trudne, jak się z pozoru wydają. A każda próba zmiany świata wokół siebie na lepsze sprawia, że dokonujemy cudów. Regina Brett nie stawia przed swoimi czytelnikami zadania ponad ich miarę. To 50 felietonów, które obudzą w czytelniku natchnienie. **MST**



sceptycznie - łatwo pomyśleć, że to kolejna książka, której autorka chce mi powiedzieć, jak żyć.

Myślę, że to, co odróżnia moje książki od typowych poradników, to fakt, że to nie jest po prostu garść informacji i porad. To ujęte w felietony historie, części mojego życia, życia ludzi, których spotkałam na swojej drodze. Nie opisują złotego sposobu na szczęście, pokazują tylko, że z każdej trudnej sytuacji można znaleźć rozwiązanie. I że każdemu zdarzają się gorsze chwile. Wiem, że to działa, bo stosuję te sposoby w moim życiu.

Kiedy stwierdziła Pani, że warto się tą wiedzą, którą Pani zgromadziła, podzielić z czytelnikami?

To był proces. Początkowo pisałam felietony do gazety. Okazało się, że największym powodzeniem cieszyły się te, w którym pisałam o sobie, o moich własnych przeżyciach. Ludzie pisali do mnie i mówili w listach, że te teksty im pomagają, że czują się tak, jakby to było o nich. Wycinali te felietony z gazety i przyklejali na lodówkach w swoich domach albo nosili w portfelu. Nie mogłam w to uwierzyć, że to, co napisałam lata temu, jest dla kogoś na tyle ważne, żeby zachować przez wiele lat i traktować jako rodzaj talizmanu.

Szalejący kryzys, brak pieniędzy, złe wiadomości atakujące z mediów - trudno za-

chować optymizm. Każdy może być szczęśliwy?

Myślę, że tak. Znam historie ludzi, którzy mają za sobą naprawdę trudne, okrutne wręcz doświadczenia, a mimo to znaleźli szczęście. W pierwszej książce opisałam historię mojego wuja Paula i jego żony. Mieli szóstkę dzieci, ona zachorowała na raka piersi. Zmarła po krótkiej chorobie. Wujek został sam z szóstką dzieci, z których najmłodsze miało zespół Downa. Stracił pracę, ponieważ opieka nad dziećmi zajmowała mu tak dużo czasu. Mógł nic nie robić, tylko narzekać, jakiego ma w życiu pecha i jak bardzo jest nieszczęśliwy. A nie było nawet dnia, żeby narzekał. Znalazł inną pracę, kochał swoje dzieci i poświęcał im każdą chwilę. Uważał, że wszystko to robi dla swojej zmarłej żony, dlatego starał się zawsze uśmiechać. Z drugiej strony jest tak wiele osób, które mają wszystko, a jednak nie są szczęśliwe.

Na czym polega różnica?

Sądzę, że szczęście to wybór. Budzisz się rano i postanawiasz, że bez względu na to, co się dziś wydarzy, będziesz szczęśliwy. To trudne, jasne, ale to kwestia ćwiczeń. Ludzie śmieją się ze mnie i mówią: Bo dla ciebie wszystko jest dobre! Nie, nie wszystko, ale nawet w tym, co się dzieje negatywnego, można znaleźć jakieś jasne strony zamiast się użalać. •

Anna Dudek
redakcja.warszawa@naszemiasto.pl



Rondo Kaponiera znowu jest przejezdne. Pasażerowie muszą przyzwyczajać się do nowego rozkładu jazdy. Ja zmieniła się komunikacja miejsca? poznan.naszemiasto.pl

Czy picie to nasz sport narodowy?

/Kino.

Jego filmy są pełne dynamitu. Prowokują i poruszają. Najnowszy jest mocny jak spirytus. Spróbujcie koktajlu Wojciecha Smarzowskiego.

Smarzowski mówi o swoim najnowszym filmie, że jest „mocny jak spirytus i wybuchowy jak dynamit”. Reżyser, który tworzy filmy głośne, kontrowersyjne, ciemne i przynębiające, tym razem stworzył jeden z najbardziej oczekiwanych filmów roku, dzieło, które „ma zachwiać Polską” i pozostawić nas z solidnym kacem.

„Pod Mocnym Aniołem” to opowieść o miłości, jak to w większości filmów bywa. Ale tu miłości są dwie – do kobiety i do wódki. Film jest ekranizacją książki Jerzego Pilcha. Przełożenie nagrodzonej Nike powieści na ekran film



W filmie zagrał m. in. Robert Więckiewicz. To dzieło o miłości do kobiety i do... wódki

mowy nie było łatwym zadaniem. Książka nie jest fabularna, to opis uczuć alkoholika, zbiór jego przemyśleń i refleksji, wgląd w sam środek pijackiego świata. Smarzowski wyszedł więc od pomysłu pokazania filmu w czasie nieliniowym, bo właśnie w taki

sposób czas odbierają alkoholicy. W pijanym widzie łatwo gubią godziny i minuty, podobnie widz ma zapętlić się w świecie bez początku i końca, za to z butelką wódki w roli głównej. Przez ten świat prowadzi Jerzy (Robert Więckiewicz), który jest pisarzem

i alkoholikiem. Poznajemy go w momencie, w którym uwierzył, że może wygrać z nałogiem. Zakochuje się w młodej dziewczynie (Julia Kijowska) i czuje, że ma dla kogo żyć. Nie wytrzymuje jednak długo i pewnego dnia idzie do baru Pod Mocnym Aniołem,

gdzie zaczyna pić... Trafia potem na oddział intensywnej terapii i po raz kolejny zostaje skierowany na odwyk. Tam spotyka doktora, personel i innych pacjentów, którzy opowiadają historie, zabawne i niekiedy wstrząsające.

Jak wiemy, Smarzowski to przede wszystkim reżyser znakomitych aktorów. W głównej roli obsadził Roberta Więckiewicza, któremu towarzyszy Julia Kijowska. Na ekranie zobaczymy też Andrzeja Grabowskiego, Marcina Dorocińskiego, Arkadiusza Jakubika, Izę Kunę, Mariana Dzięziela, Kingę Preis oraz Iwonę Bielską.

Smarzowski tym filmem udowodnia, że picie to nasz sport narodowy, że pije kierowca tira, fryzjerka i ksiądz, farmaceutka, inżynier i robotnik. Jedni piją z nieśmiałości, inni w seksualnym uniesieniu, są też tacy, którzy piją, bo lubią. Smarzowski od początku swojej kariery filmowca porusza tematy, które go uwierają, nurtują, boją. A alkoholizm jest

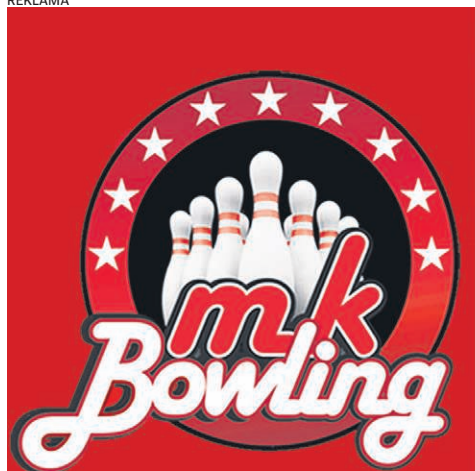
tematem tyle ważkim, co uniwersalnym. W Polsce 900 tys. osób jest uzależnionych od alkoholu. Dotyczy to młodych i starszych, kobiet i mężczyzn, biednych i bogatych. Temat musiał więc pojawić się w twórczości reżysera.

Już we wcześniejszych jego filmach bywało, że alkohol łął się strumieniami. Reżyser doszedł do wniosku, że warto zrobić film wyłącznie o picciu i... zamknąć temat. W efekcie powstało dzieło dla niektórych ostrzegawcze, ale nie moralizatorskie. Reżyser podkreśla, że „wszystko jest dla ludzi” i pić można, ale z umiarem i z głową. Wątkiem ważniejszym od samego nałogu, stało się pytanie o to, czy można wytrzeźwieć dla drugiej osoby. Dzieło jest z początku lekkie, a nawet zabawne, z czasem jednak powoduje zażenowanie, a finalnie ma przerazić. Czy tak właśnie będzie? Warto wybrać się do kina by samemu się o tym przekonać. ●

Katarzyna Głowacka
k.glowacka@naszemiasto.pl

REKLAMA

1003498729



Rodzinne
Centrum
Rozrywki

Ferie

kregle
i bilard

za drugą
grę i godzinę
codziennie
do 17.00

zł

Galeria MM, Poznań, ul. Święty Marcin 24 tel. (61) 222 50 51 recepcja www.mkbowling.pl



Polacy są rozhistoryzowanym narodem, czyli jak w internecie uczyć ciekawie historii

/Portal. 25-latek z Wolbromia pod Krakowem 9 lat temu stworzył portal historia.org.pl, który jest kopalnią wiedzy naukowej i ciekawostek dla miłośników historii. Wszystkich uczy patriotyzmu.

Wojtek Duch jest świeżo upieczonym absolwentem prawa na Uniwersytecie Jagiellońskim i dalej planuje rozwijać swój portal. Prawnicza kariera nie przeszkadza mu w kierowaniu ogólnopolskim medium, które stworzył jako 16-latek.

Rocznie jego portal historia.org.pl odwiedza milion internautów, a 19 tysięcy fanów na śledzi go na Facebooku. Na Twitterze konto Wojtka Duchy znalazło się w pierwszej setce polskich dziennikarzy. Zdaniem Wojtka, portal zawdzięcza ogromny sukces szczęśliwemu zbiegowi okoliczności.

OD PROSTEJ STRONY

– Zaczęło się bardzo prozaicznie. Kolega napisał do mnie, żeby pochwalić się, że samodzielnie stworzył stronę internetową. Pomyślałem wtedy, skoro on może, to ja nie będę gorszy – mówi Wojtek Duch, założyciel i redaktor naczelny portalu historia.org.pl. – Zastanawiałem się nad tematem strony. Wybrałem historię, bo interesowała mnie najbardziej. Pasją do tej dziedziny nauki zaraził mnie mój tata, który jest historykiem – dodaje.

Na początku samodzielnie zaprojektował stronę, która była w formie jak i treści bardzo prosta, by nie rzeć prymitywna. – Z czasem zaangażowałem się w ten projekt i zacząłem poświęcać mu coraz więcej czasu. Pojawili się także pierwsi współpracownicy. Z biegiem lat tamta prosta strona zmieniła się w profesjonalny portal, którym jest obecnie – opowiada Wojtek.

Oprócz strony internetowej powstało także forum, które początkowo było bardziej popularne, ale z czasem proporcje się zmieniły. Dziś to portal cieszy się



Twórca portalu historia.org.pl

większym zainteresowaniem niż forum, mimo iż jest ono jednym z największych forów historycznych w kraju jest w cieniu.

ZBIÓR CIEKAWOSTEK

– Niektórzy mają psa, czy kota, a ja mam historia.org.pl. Traktuję ten portal jak swoje dziecko, którym cały czas się opiekuję – śmieje się Wojtek. Strona obfituje w newsy historyczne, cieka-

wostki, recenzje książek, informacje o rekonstrukcjach historycznych, wystawach w muzeach, artykuły naukowe i popularnonaukowe. – Osobiście zajmuję się przede wszystkim: publicystyką, polityką historyczną oraz reportażami z wydarzeń historycznych i przeprowadzam wywiady – dodaje Duch.

Podkreśla, że jego celem jest przede wszystkim popularyzowa-

nie historii. W 2012 roku Wojtek został nominowany w plebiscycie na popularyzatora nauki organizowanym przez PAP i Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

WYDARZENIE ROKU

[Historia.org.pl](http://historia.org.pl) organizuje plebiscyt na najważniejsze wydarzenia historyczne roku. W tym roku głosowanie odbędzie się po raz szósty. – Plebiscyt wymyśliłem razem z Sebastianem Pawliną – tłumaczy Wojtek Duch. – Honorujemy organizatorów, twórców oraz inicjatorów najciekawszych przedsięwzięć historycznych w minionym roku – dodaje.

Organizatorzy zachęcili do współpracy Muzeum Historii Polski w Warszawie. – W trakcie trwania plebiscytu co roku dociera do nas kilkadziesiąt zgłoszeń z całej Polski – mówi Wojtek. W ubiegłorocznej edycji wydarzeniem roku zostało odnalezienie szczątków Władysława Raginisa – bohatera obrony nad Wisłą.

Po odnalezieniu ciała bohatera Minister Obrony Narodowej przyznał Raginisowi pośmiertny awans. – Na początek ustaliśmy komisję i zbieramy głosy – wyjaśnia Wojtek Duch. Spośród zgłoszeń jury złożone ze muzealników, historyków oraz dziennikarzy wybiera finałową dziesiątkę, na którą głosują już internauci.

W tegorocznej edycji wygrał projekt edukacyjny towarzyszący musicalowi „Korczak”, który służył budowaniu dialogu pomiędzy różnymi kulturami. Organizatorami była Opera i Filharmonia w Białymstoku. Musical wystawiono w Filharmonii w Białymstoku. Organizatorzy plebiscytu wręczają zwycięzcy pamiątkową statuetkę.

Gala wręczenia nagrody zawsze odbywa się w miejsku, związanym ze zwycięskim wydarzeniem. – Nasze głosowanie zapewnia rozgłos i prestiż wydarzeniom, a ich organizatorom ogromną dumę. Planujemy już kolejny plebiscyt – na fanpage historyczny na Facebooku. Chcemy wybrać najwartościowszy i zawierający

najciekawsze informacje profil. Jest ich przynajmniej kilkadziesiąt. Uważam, że wiele z nich świetnie popularyzuje historię – dodaje Wojtek.

Z DALA OD POLITYKI

Wojtek Duch podkreśla, że każdy miłośnik historii może się uaktywnić na łamach portalu. Nie liczy się podejście polityczne, ale poprawność merytoryczna tekstu. – Można nawet publikować artykuły o postaciach, których nie lubię... (śmiech). Są u nas ludzie o różnych poglądach od prawej do lewej strony. Jeżeli artykuł jest dobrze napisany, w zgodzie z faktami, to nie widzę przeszkód, aby został opublikowany. Jeżeli pojawiają się wiadomości, które są polityczne, staramy się ich nie oceniać, ale relacjonować – tłumaczy Wojtek.

ZAPOMNIANY BOHATER

Dla niego postacią historyczną, do której ma szczególnie sentyment jest generał Tadeusz Rozwadowski. – Podziwiam Rozwadowskiego, choć jest to postać szalenie zapomniana i niewdzięcznie potraktowana przez historię – mówi Wojtek Duch.

Rozwadowski był Szefem Sztabu Generalnego w czasie bitwy Warszawskiej. Wcześniej zasłynął jako organizator Wojska Polskiego i niezłomny obrońca Lwowa. Trochę ze strachu przed popularnością generała Piłsudski „zesłał” go na misję do Paryża. Kiedy Rosjanie podchodzili do Warszawy, Piłsudski ściągnął Rozwadowskiego na miejsce, a ten obejmując dowództwo mimo beznadziejności sytuacji mobilizował żołnierzy: Panowie wygramy tę wojnę!

Wydał rozkaz będący ostatecznym planem bitwy warszawskiej. Z kolei podczas zamachu majowego stał na czele wojsk broniących konstytucji, dochował wierności wojskowej przysiędze, którą stawiał ponad swoje cele i polityczne ambicje – opowiada Wojtek. Zdaniem pomysłodawcy portalu historia.org.pl winę za zniekształcony obraz historii u niektórych Polaków w dużej

KIm jest?

Wojciech Duch jest kandydatem ogólnopolskim w plebiscycie Naszego Miasta Patriotycznie Zakręceni. Jego portal historia.org.pl jest nie tylko kopalnią wiedzy o naszej historii ale także elementarzem patriotyzmu dla wielu czytelników

części ponoszą media. – Kiedy wspomina się o rocznicy bitwy warszawskiej wszyscy mówią tylko o Piłsudskim. – Dzięki mediom mamy wrażenie, że sam jeden Piłsudski na kasztance pogonił bolszewików, a przecież tak nie było. Zapomina się o innych postaciach, albo pokazuje w marginalny sposób. Z kolei, gdy przychodzi dzień np. rocznicy wielkiego zwycięstwa pod Kłuszynem, to media milczą. Za to z lubością relacjonują obchody rocznic martyrologicznych – dodaje.

Wojtek nie boi się, że historia w naszym kraju straci na znaczeniu, a zainteresowanie portalem będzie słabło. – Historia w Polsce jest bardzo popularna. Widać to jakie emocje wywołują spory o II RP, czy okres PRL-u. Polacy od zawsze byli bardzo rozhistoryzowani... (śmiech) – tłumaczy Wojtek Duch.

Zdaniem twórcy portalu kolejnym dobrym dowodem na ważne miejsce historii w życiu Polaków jest np. wzrost liczby tygodników historycznych oraz duża liczba książek historycznych wydawanych każdego roku, wiele z nich to bestseller.

Miesięczniki, dzienniki również mają swoje rubryki historyczne - Internauci też robią dobrą robotę. Często zastępują media przypominając o zapomnianych bohaterach świetnymi memami publikowanymi na portalach – słusznie zauważa Wojtek. ●

Sylvia Nowosińska
s.nowosinska@gk.pl

patriotycznie zakręceni

nieruchomości

mieszkania - sprzedam

●TBS Folwarczna, 49 m², odstępnę 125 tys., tel. 508-121-910

garaże

●Blaszane garaże (całe ocynkowane) raty, producent. 12/2715150, 601-349-934, www.transtal.com

●Bramy garażowe, ogrodzenia. Raty. Producent. 12/372-29-40, 665-444-113, www.pol-bram.pl

handlowe

materiały budowlane

●Skup złomu z odbiorem 662-743-308

kolekcjonerstwo, sztuka

●Skup starych monet, srebra i odnaceń. Płatne gotówką. e-mail: staremonety@op.pl tel. 601-738-532 Poznań, ul. 28 Czerwca 1956 r. nr 176 pn-pt 12.00-18.00

sport i rekreacja

●Sprzedajemy sanki drewniane z oparciem firmy FORTIS. w cenie 80 zł. tel. 515253660 ul. Kosidowskiego 8 Poznań (grunwald)

motoryzacja

osobowe kupię

Abak autoskup do 9tys. 695-295-519

●Auto każde kupię!, tel. 724-94-73-65
●Auto każde kupię!, tel. 724-94-73-65

●Auto skup - gotówka, 501-593-124

uszkodzone, rozbite kupię

KUPIEMY AUTA DO ZŁOMOWANIA. Gotówka i dokumenty od ręki. tel. 61/64-29-168 i 601-757-165

finanse biznes

kredyty, pożyczki

Absolutnie atrakcyjna pożyczka dla każdego, bez BIK 517-817-208

Ale szybka gotówka - nawet 7000 zł! Proste zasady, bez zbędnych formalności. Provident Polska S.A. - 600 400 295 (taryfa wg opłat operatora).

●Lombard JAGUŚ! Pożyczki pod zastaw. Skup, sprzedaż, zamiana złota. Poznań, ul. Piątkowska 121, 61/8233-656

●Masz problem z chwilówkami? Mamy na to rozwiązanie: konsolidacja chwilówek - pierwsza taka oferta w Polsce, 708-870-880 (7,69/min)

●Pozabankowe pożyczki pod zastaw nieruchomości, tel. 530-127-700.

●Pożyczka natychmiastowa 61/865-75-40, 696-480-271

●Pożyczki pod hipoteki, 539-032-544

●Pożyczki pod zastaw nieruchomości gruntów i sprzęt, oddłużanie 533-203-020

Pożyczki! Chwilówki! Szybko! Bez zaświadczeń o dochodach, tel.: 61\654-56-66, 518-807-807, 0801-807-807 (opłata 33 gr.) EURO-CASH

Szybka pożyczka w 24 h. 7000 zł bez zbędnych formalności. Provident 600 400 288 (Taryfa wg opłat operatora)

nauka

korepetycje

●Matematyk nauczyciel 515-530-483
●Matematyka 784 643 154

praca

zatrudnię

REKLAMA i003413869

Poszukujemy opiekunek z doświadczeniem.

Legalna praca Niemcy. Niemiecki kontaktowy dobre warunki.

SHD 0049231589-798-88
www.shd-dortmund.de

REKLAMA i013448964

Pożyczki! Chwilówki! Szybko!

Bez zaświadczeń o dochodach!

tel.: (61) 654 56 66
(61) 654 56 67 po 17.00

infolinia 0801 807 807 (opłata 33 gr.)
518-807-807

EuroCash **OCF**

REKLAMA i003491006

POŻYCZKI GOTÓWKOWE CHWILÓWKI

EURO FINANS

- minimum formalności
- bez poręczycieli
- bez zgody małżonka
- do 10 000 w 12h

500 517 527, 504 466 868

zdrowie

ginekologia

●Ginekolog od A - Z, Pń 602-397-280

usługi

budowlano-remontowe

●Cyklinowanie, układanie, przekładanie 61/8470-648, 500-800-223

●Dekarstwo, remonty, awarie 602320750

●Malarka szpachel tania, 512-822-577

●Malowanie, szpachl. tynk 517-379-206

instalacyjne

●Elektryk 518-936-872.

●Junkersy 61/843-03-45, 506-270-003

porządkowe

●Wywóz gruzu / śmieci - najtaniej!!! Zapraszamy ZUZPER tel. 601-481-219, 721-000-031, 61/610-00-61

przeprowadzki

●Pandera-przeprowadzki, 500-310-977

transportowe

●Bezpłatnie złom, szkło Tania: gruz śmieci pisaek wszystko załadunek 662-743-308

turystyka

noclegi - pensjonaty

●Karpacz tania tel. 603-59-11-69

noclegi - pokoje gościnne

●Rewal! Pokoje z łazienkami blisko morza parking, tel. 601-375-020

matrymonialne

●B. Serenada, 510-580-466 serenada.pl

●Biuro MAGNES - ponad 1000 fotoofert. 792-904-590, www.matrymonialne24.pl

●Zabawa karnawałowa w restauracji 40/os. (posiłek, orkiestra) 503-089-175

różne

●Skup książek, płyt muzycznych. Dojeżdżamy. Gotówka. Tel. 509-675-586.

●Wróżka Maryla. Tarot. 510-180-375

Szukasz?



Mieszkanie



Dom



Działka

wejdź na dom gratka.pl

Adresy biur ogłoszeń

<p>Poznań ul. Grunwaldzka 19 tel. 61 869 41 43 tel. 800 472 852 (połączenie bezpłatne) czynne pn.-pt. 8-18, sob. 9-12</p>	<p>Wągrowiec ul. Kościuszki 6 tel. 67 262 82 83 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Nowy Tomyśl ul. Kolejowa 20, tel. 61 442 54 43 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>
<p>Kalisz ul. Gómoślaska 10 tel. 62 757 55 66 czynne: pon.-pt. 8.00-17.00</p>	<p>Śrem ul. Wojska Polskiego 5 tel. 61 283 07 80 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Grodzisk Wilkp. ul. Szeroka 1, tel. 61 444 76 85 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>
<p>Międzychód ul. Rynek 1C/4, tel. 95 748 53 03 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Krotoszyn ul. Mały Rynek 13 tel. 62 725 36 00 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Wolsztyn ul. 5 Stycznia 5 tel. 68 384 33 15 czynne: pon.-pt. 9.00-15.00</p>
<p>Piła ul. Wojska Polskiego 26 tel. 67 212 20 67 czynne: pon.-pt. 8.00-17.00</p>	<p>Gniezno ul. Łubieńskiego 4, tel. 61 424 36 36 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Opalenica ul. Wyzwolenia 23 tel. 61 447 70 00, 502 499 744 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>
<p>Pleszew ul. Słowackiego 14 tel. 62 742 40 08 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Chodzież ul. Wojska Polskiego 8 tel. 67 282 02 02 czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>	<p>Szamotuły ul. Dworcowa 12 tel. 61 292 6070, 61 292 42 51 czynne: pon.-pt. 8.00-17.00</p>
		<p>Oborniki Wilkp. ul. Rynek 11A czynne: pon.-pt. 9.00-17.00</p>

REKLAMA i033414074

Pożyczki dla Rolników

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA 22 266 86 86

REKLAMA i063414075

55.000 za **329,78** miesięcznie
150.000 za **899,40** miesięcznie

POŻYCZKA GOTÓWKOWA 6% W SKALI ROKU

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA 22 266 86 86

Przykład reprezentatywny (niezależnie wybrany zestaw pożyczek): czas spłaty: 15 lat; kwota pożyczki: 60 000,00 zł; rata: 508,28 zł; Składowi raty: umiarkowana stopa procentowa 6,00%; opłaty administracyjne: 0,00 zł; całkowita kwota kredytu: 60 000,00 zł; opłata: 3 600,00 zł; prowizja: 0 zł; Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania: 7,20 %; całkowita kwota do zapłaty: 84 720,28 zł; Reklamodawca: Pomocna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs nr 0000119317

Pomocna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs nr 0000119317

REKLAMA i013413717

Splacamy wszystkie zadłużenia

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA 22 266 86 86

Pomocna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs nr 0000119317

REKLAMA i033413717

Chcesz płacić niższą ratę?

OGÓLNOPOLSKA INFOLINIA 22 266 86 86

Pomocna Pożyczka Sp. z o.o. z siedzibą w Gdańsku krs nr 0000119317

Zeskanuj QR code
i zobacz co się dzieje
w Twoim mieście



Trenerzy radzą, jak wrócić do formy i płaskiego brzucha

/Zdrowy tryb życia.
Pytamy instruktorów i trenerów, jak spełnić noworoczne postanowienie o powrocie do formy.

W ostatnich dniach minionego roku bardzo łatwo można było przytyć o kilka kilogramów. Ustaliliśmy co zrobić, aby szybko je zgubić nadmierne kilogramy i przygotować swoją sylwetkę na cieplejsze dni. Instruktor fitness, trener personalny i trener CrossFit – z tymi osobami ustaliliśmy dekalog początkującego sportowca. Przygotowaliśmy 10 zasad, które pomogą wszystkim, którzy chcą zacząć swoją przygodę z amatorskim sportem lub zapragną wrócić do formy sprzed kilku miesięcy.

I. PRZYJEMNOŚĆ Z TRENINGU

Należy szukać takiej formy aktywności, która zagwarantuje przyjemność. Dla jednych będzie to krótki, dynamiczny wysiłek (jak np. CrossFit), dla innych długie, spokojne marsze w samotności. Na świecie istnieje ponad 500 dyscyplin sportu i form rekreacji ruchowej! Wybór jest wielki.

II. DIETA I JAK NAJMNIEJ PRZETWORZONE PRODUKTY SPOŻYWCZE

Każda forma obróbki jedzenia (najczęściej termiczna) powoduje straty mikro- i makro- elementów, w przypadku roślin i zbóż w pierwszej kolejności usuwany jest błonnik. – To powoduje, że produkty które jemy, są mniej wartościowe. Uboższa w elementy wersja mięsa czy makaronu sprawia, że czerpiemy z tego mniej, niż powinniśmy – podkreśla

Krzysztof Bajera, łódzki instruktor fitness i CrossFit.

III. REGULARNE POSIŁKI

To bardzo istotny fundament kształtowania ludzkiego metabolizmu. Wpływa pozytywnie na perystaltykę jelit. – Trudno powiedzieć, że więzienna dieta jest idealna, ale ma ona jeden, wyjątkowy plus. Zakłada regularność i powtarzalność w ciągu dnia, tygodnia i miesiąca – dodaje Krzysztof Bajera.

IV. WARZYWA I OWOCE

Na tych produktach trzeba opierać system odżywiania, a organizm nie będzie potrzebować preparatów witaminowych z syntetyczną wersją, np. witaminy C. Warto też zdecydować się na dietę, która bez wielkich wyrzeczeń pozwoli nam schudnąć. – Polecam dietę Paleo, która jest bezglutenowa. Składa się w 40 proc. z węglowodanów, 30 proc. z tłuszczów i 30 proc. z białka. Główne produkty to mięsa np. wołowina i kurczak, warzywa, jaja, owoce, czy olej kokosowy – mówi Lucyna Kiszczak, trenerka personalna z Gdańska.

V. SUPLEMENTY DIETY

Nie są potrzebne człowiekowi, który prowadzi aktywny tryb życia i dba o to, co znajduje się na talerzu. Jeśli decydujemy się na suplementy to tylko sprawdzone i nie ingerujące w nasz organizm. – Najlepiej spytać się instruktora w siłowni co by nam polecił do naszego rodzaju treningu. Jestem zdania, że osoba ćwicząca amatorko w siłowni może korzystać z białka, dodatkowych witamin i napoju izotonicznego. Nic więcej nie potrzeba – wyjaśnia wrocławianin Paweł Czaplicki, trener CrossFit level 1.

VI. TRENINGOWA RUTYNA

Nie należy uprawiać jednej dyscypliny sportu. Ludzki organizm ma ponad 200 mięśni, 3 różne szlaki pozyskiwania energii, a ciałem można



Lucyna Kiszczak, trenerka personalna



Paweł Czaplicki, trener CrossFit Level 1



Krzysztof Bajera, trener

poruszać w wielu kierunkach, z różną prędkością zarówno w wodzie jak i na lądzie. Jeśli dana osoba chce być wszechstronnie sprawna, powinna budować swoją sprawność poprzez różne dyscypliny sportu. – Najbardziej rozbudowany zestaw ćwiczeń zawiera CrossFit. Każdy trening jest inny, a do tego bezpieczny, skuteczny i zapewniający ogólny rozwój organizmu – zapewnia Paweł Czaplicki.

VII. HIGIENA SNU.

Organizm powinien być wypoczęty, jeśli chcemy przeprowadzić efektywny trening. – Wypoczęty organizm to sprawny organizm. Nie da się w żaden sposób oszukać układu nerwowego. Tylko wystarczająca ilość snu i względnie stały rytm dnia gwarantuje naszemu ciału odpowiednią sprawność i wykorzystanie pełnego potencjału – mówi Krzysztof Bajera. – Ktoś powie, że w obecnych czasach mamy dużo obowiązków. Zgadzę się, ale zrezygnujemy z niepotrzebnych rzeczy. Proponuję mniej oglądać telewizję, czy śledzić Facebooka. Pamiętajmy o tym, że pomiędzy godzinami 24 a 3 w nocy hormon wzrostu naszych mięśni jest najbardziej aktywny. Dodam, że 8 godzin snu powinno wystarczyć każdemu – opowiada Lucyna Kiszczak.

VIII. DOBÓR SPRZĘTU.

Jeśli ktoś planuje spędzić w sezonie kilkadziesiąt godzin biegając, powi-

nien kupić porządne obuwie. Ktoś inny może pasjonować się jazdą rowerem, więc powinien znaleźć możliwość jak najlepszy dla siebie rower. – Pamiętajmy, że uprawiając sport rekreacyjnie możemy zdecydować się na wypożyczenie sprzętu – przyznaje Krzysztof Bajera.

IX. ĆWICZENIE ZE ZNAJOMYMI.

Zajęcia grupowe w salach fitness, wspólne bieganie, czy jazda na łyżwach powoduje, że trening zyskuje dodatkowe walory – socjalizacyjne. Warto to wykorzystać, jeśli zawodzi motywacja. Najlepsi sportowcy na świecie mają swoich trenerów i partnerów treningowych którzy pomagają im wspiąć się na wyższy poziom. – Ważne, żeby taka osoba miała te same cele, czyli chciała odpowiednio trenować, można oczywiście poplotkować, ale z umiarem! – przestrzega Lucyna Kiszczak.

X. ZDROWY ROZSADEK.

Niezależnie od wybranej aktywności, warto zachować zdrowy rozsądek. Więcej treningów nie znaczy lepiej, a często coś zupełnie odwrotnego. Może narazić ćwiczącego na kontuzje. Dobranie odpowiedniej intensywności i objętości treningu to kluczowa sprawa w budowaniu własnej formy i sprawności. Trzeba być bardzo uważnym w słuchaniu własnego ciała. ●

Jan Rygielski
redakcja.lodz@naszemiasto.pl