

ŻYCZĘ WAM TRÓJEK
WIKTOR ŚWIETLIK



O POLAKACH W FINALE EURO 2016
SPECJALNIE DLA KONCEPTU
- TOMASZ ZIMOCH

Koncept

magazyn akademicki

ŻYCIE NA LEKKIM RAUSZU
MATEUSZ ZARDZEWIĄŁY

(NIE)ZROBIENI W BALONA
PAWEŁ SZPALA

PRZETRWAĆ
SESJĘ
I NIE ZWARIOWAĆ
JUSTYNA KSIĄŻEK



JUWENIALIA

20.05.2016



16

UKSW

X₂ DWA SŁAWY

SOKÓŁ I
MARYSIA
STAROSTA



STRACHY
NA LACI

GODZ. 17:30 | AGRYKOŁA | WSTĘP WOLNY



WSZECHNICA POLSKA
SZKOŁA WYŻSZA W WARSZAWIE



WARSZAWSKA
WYŻSZA SZKOŁA
INFORMATYKI

Samorząd
Studentów
UKSW



Zadanie zostało zrealizowane dzięki wsparciu finansowemu Miasta Stołecznego Warszawy

PATRONAT HONOROWY:





TOMASZ GRZYWACZEWSKI

REDAKTOR NACZELNY „KONCEPTU”

Ostatnio świat nauki zelektryzowała wiadomość o odkryciu tzw. fal grawitacyjnych, przewidzianych już przez Einsteina w jego ogólnej teorii względności. Zespół badaczy (wśród których znajdują się Polacy) pracujący w USA przy mierzących 4 kilometry długości interferometrach laserowych LIGO zarejestrował zakrzywienie czasoprzestrzeni rzędu zaledwie tysięcznych średnicy protonu. Tę anomalię wywołały właśnie fale grawitacyjne. A z kolei same fale są efektem zderzenia dwóch czarnych dziur (o masie odpowiednio 29 i 36 mas Słońca), które nastąpiło miliard lat świetlnych od Ziemi, a zatem również miliard lat temu. Przed samą trwającą ułamek sekundy kolizją obiekty poruszały się z prędkością 150 000 km/s (połowa prędkości światła).

Ale w zasadzie dlaczego o tym piszę? Ano jak co roku wielkim krokami zbliża się budząca grozę SESJA. Egzaminy, zaliczenia, zakuwanie po nocach, oceny, wyniki (inshallah bez „kampanii wrześniowej”), stres i niewyspanie. Sesja to bez wątpienia dosyć nerwowy okres. Dlatego w tym numerze mamy dla Was garść porad jak z tym nieuniknionym wydarzeniem sobie poradzić i nie zwariować. W dosłownym tego słowa znaczeniu. Bo niestety szaleńczy tryb życia wymuszono

Sesja z głowy

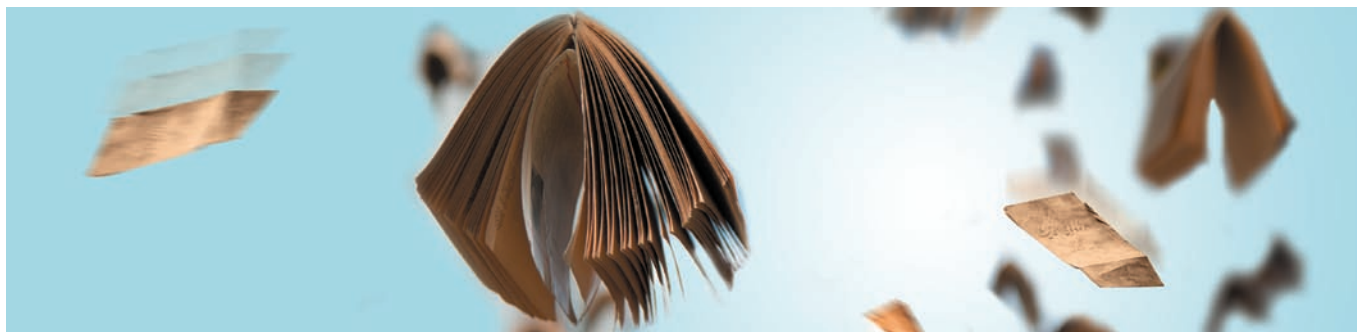
ny przez współczesny świat powoduje, że coraz więcej młodych ludzi cierpi na zaburzenia psychiczne z głęboką depresją włącznie.

A przecież egzaminy nie ominęły nikogo. Nawet legendy komentatorstwa sportowego Tomasza Zimocha, który musiał zmierzyć się z wymagającymi profesorami podczas studiów prawniczych, a potem z aplikacją sędziowską. Zawsze lepiej zdać, niż nie zdać, ale nawet jeśli komuś powinie się noga, to świat się raczej nie skończy. A o tym, co będziemy robili w życiu, rzadko decyduje ocena w indeksie. Jak w swoim felietonie trafnie zauważa Wiktor Świetlik – lepiej mieć tróję i myśleć samodzielnie, niż piątkę i być obkutym na blachę intelektualnym impotentem.

„Łatwo wam mówić, bo wy już studia pookńczyliście” – możecie powiedzieć i trudno się z tym nie zgodzić. Ale my też sesję musieliśmy jakoś przetrwać. Mój pierwszy egzamin pamiętam, jakby był wczoraj. Następne już słabiej, bo im dalej brnąłem w edukację wyższą, tym bardziej byłem wyluzowany. A poradze-

nie sobie ze stresem to podstawa sukcesu. Wróćmy do czarnych dziur. Jeśli dopadnie Was egzaminacyjna panika, pomyslcie sobie tak: gdzieś tam setki facetów z profesorskimi tytułami urządzeniem za miliardy dolarów właśnie zajmuje się niewyobrażalnie małym przesunięciem rzeczywistości będącym wynikiem zderzenia czegoś niewyobrażalnie wielkiego niewyobrażalnie dawno i daleko od nas, ludzi spokojnie zdających egzaminy na kawałku skały i wody zwanej Błękitną Planetą. To są prawdziwie kosmiczne problemy. W końcu nie na co dzień na naszych oczach zderzają się ze sobą czarne dziury.

Egzaminy, no cóż, zdać trzeba, a potem można świętować. Jak to robili nasi wybitni rodacy o artystycznych duszach, możecie przeczytać w „Życiu na lekkim rauszu”. Po garści porad o przetrwaniu sesji znajdziecie tam garść porad, jak ją uczcić. Ludzka (a w szczególności polska) fantazja nie zna granic. Także zdawajcie egzaminy, a potem się bawcie. Tylko z głową, żeby potem ta głowa za bardzo nie bolała



KONCEPT MAGAZYN AKADEMICKI

Wydawca: FIM, adres red.: ul. Solec 81b; lok. 73A, 00-382 Wa-wa,
 Redakcja: Tomasz Grzywaczewski (red. nac.), Jarosław Gajewski (zast. red. nac.), Olga Kotakowska (sekr. red.), Wiktor Świetlik,
 Mateusz Zardzewiały, Monika Wiśniowska, Tomasz Lachowski, Mikołaj Różycki, Marta Rybicka i inni,
 Projekt graficzny: Jan Majda,
 E-mail: redakcja@gazetakoncept.pl, www.gazetakoncept.pl
 Aby poznać ofertę reklamową prosimy o kontakt pod adresem: reklama@gazetakoncept.pl osoby zainteresowane dystrybucją „KONCEPTU” na uczelniach, prosimy o kontakt pod adresem redakcja@gazetakoncept.pl

B

Polecamy blog
 Głównego Ekonomisty 

Adama Czyżewskiego

www.napedzamyprzyszosc.pl



TEMAT NUMERU

6 | JAK PRZETRWAĆ SESJĘ I NIE ZWARIOWAĆ?
JUSTYNA KSIĄZEK

8 | NAUKA Z APKĄ
MONIKA WIŚNIEWSKA | Najlepsze apki do organizacji pracy

NA POCZATEK

3 | SESJA Z GŁOWY
TOMASZ GRZYWACZEWSKI

5 | BYŁO JEST BĘDZIE



SPOŁECZEŃSTWO

9 | STUDENT NA ANTYDEPRESANTACH
MONIKA WIŚNIEWSKA

NZS

11 | UCZ SIĘ TAK, JAK LUBI TWÓJ MÓZG

SYLWIA WASIŁEK

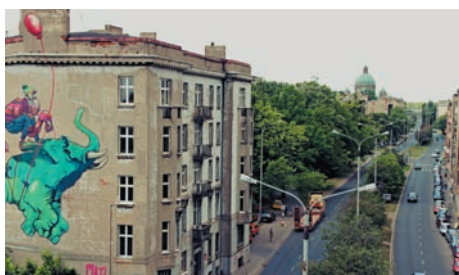
PRACA

12 | STARTUP NA STUDIACH, CZYLI RYZYKO PRZEKUTE W SUKCES

MATEUSZ KALINOWSKI

ROZMOWA KONEPTU

14 | ZAWÓD: KOMENTATOR
DOROTA MARIA NOWAK



KULTURA

16 | MODA NA MURALA
MARTYNA KOŚKA

PODRÓŻE

18 | (NIE) ZROBIENI W BALONA
PAWEŁ SZAPALA

PSPR

20 | #PROTESTPCZ: STUDENCI BRONIĄ STUDENTÓW

LAJFSTAJL

21 | STRESUJĄCY EGZAMIN
ANNA POPEK

DODATEK

ABC INWESTOWANIA:

22 | KAPITAŁNE INWESTYCJE, O RYNKU KAPITAŁOWYM I GIEŁDZIE
MARTYNA KOŚKA

24 | ZASADY I PSYCHOLOGIA INWESTOWANIA
JAROSŁAW GAJEWSKI

25 | ANALIZA GŁUPCZE!
MARTYNA KOŚKA

EKSPERCI

26 | ZUS MIGA DO SWOICH KLIENTÓW

HISTORIA

28 | ŻYCIE NA LEKKIM RAUSZU
MATEUSZ ZARDZEWIĄŁY

SPORT

30 | WIELCY NIE TYLKO NA BOISKU
MIKOŁAJ RÓŻYCKI



ŚWIAT

32 | W TYM RAJU CHCİWOŚĆ JEST DOBRA
WITOLD SKRZAT

MNISW

34 | DEREGULACJA: NA RATUNEK POLSKIM UCZELNIOM

FELIETON

35 | ŻYCZĘ WAM TRÓJEK
WIKTOR ŚWIETLIK

BYŁO JEST BĘDZIE:

Stypendia START przyznane 3,5 miliona złotych dla młodych badaczy

121 zdolnych badaczy stojących u progu kariery naukowej otrzyma od Fundacji na rzecz Nauki Polskiej stypendia START. W czwartek FNP ogłosiła laureatów konkursu. Wysokość rocznego stypendium to 28 tys. zł.

Do już 24. edycja konkursu dla najzdolniejszych młodych naukowców z całej Polski. Łączna kwota, którą Fundacja na rzecz Nauki Polskiej przeznaczyła na stypendia START w 2016 roku, wynosi niemal 3,5 mln zł – poinformowała FNP w przesłanym PAP komunikacie.

START jest największym w Polsce programem stypendialnym dla najlepszych młodych badaczy reprezentujących wszystkie dziedziny nauki. To najdłużej realizowany program FNP. W programie START co roku przyznawanych jest ponad 100 stypendiów. Mają one wesprzeć finansowo młodych naukowców w trudnych początkach kariery badawczej i umożliwić im pełne poświęcenie się nauce. Laureaci mogą przeznaczyć stypendia na dowolny cel.

Laureaci tegorocznej edycji konkursu zostali wyłonieni spośród 1291 kandydatów. Są to naukowcy przed 30. rokiem życia (albo do 32. roku życia, jeśli korzystali z urlopow macierzyńskich lub wychowawczych), tuż przed zrobieniem doktoratu

lub niedługo po doktoracie, pracujący w ośrodkach badawczych w całej Polsce.

Fundacja przyznaje wyróżnienia kandydatom, których osiągnięcia badawcze zostały najwyższej ocenione przez recenzentów konkursu. W tym roku wyróżnienia otrzymało trzech laureatów. Stypendia tych osób zostaną podwyższone do kwoty 36 tys. zł ze środków uzyskanych przez FNP z wpłat 1% podatku dochodowego od osób fizycznych.

Podwyższone stypendium otrzymał dr Michał Pilipczuk z Instytutu Informatyki Uniwersytetu Warszawskiego. Jego prace dotyczą fundamentalnych zagadnień informatyki teoretycznej. Dr Pilipczuk ma niezwykle znaczące, również międzynarodowe, osiągnięcia w zakresie algorytmiki (stopień doktora uzyskał w wieku 25 lat). Dr Pilipczuk został wyróżniony w programie START już po raz drugi.

Wyróżnienie otrzymał także dr Piotr Rzymiski z Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego im. Karola

Marcinkowskiego w Poznaniu, badacz o imponującym dorobku naukowym z zakresu biologii środowiskowej oraz aktywny popularyzator nauki. Wyniki prowadzonych przez dr. Rzymskiego prac znacznie przyczyniają się do zrozumienia działania toksyn produkowanych przez sinice występujące w wodach Europy, Australii, Azji, Antarktydy i Ameryki Północnej.

Podwyższone stypendium trafiło także do dr. Krzysztofa Sośnicy z Wydziału Inżynierii Kształtowania Środowiska i Geodezji Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu. Dr Sośnica jest współautorem empirycznego modelu orbit dla satelitów geodezyjnych i oprogramowania do precyzyjnych analiz obserwacji satelitarnej. Współtworzy też koncepcję misji badawczej na Wenus.

Średni wiek tegorocznych laureatów programu START wynosi 29 lat, a 67% laureatów posiada stopień doktora. Grono laureatów wszystkich konkursów, łącznie z tegorocznym, liczy już ponad 2700 osób.

Polka na czele europejskich doktorantów

Nową przewodniczącą EURODOC (The European Council of Doctoral Candidates and Junior Researchers) jest Ewelina Pabjańczyk-Włazło, doktorantka z Politechniki Łódzkiej – poinformowało Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego na swojej stronie internetowej.

Ewelina Pabjańczyk-Włazło jest członkinią Krajowej Reprezentacji Doktorantów. Została wybrana podczas EURODOC Annual General Meeting 2016, który odbył się w Luksemburgu pod koniec kwietnia.

Podczas spotkania wybrano zarząd EURODOC, w którym znaleźli się stu-

denci studiów III stopnia z Polski, Litwy, Francji, Węgier, Ukrainy i Finlandii. Pabjańczyk-Włazło to nie jedyna osoba z Polski, która będzie miała wpływ na działania EURODOC. Marcin Styryna z Politechniki Krakowskiej dołączył do Advisory Board, organu doradczego zarządu i całej organizacji.

W skład delegacji z Polski na Annual General Meeting weszli m.in. członkowie Krajowej Reprezentacji Doktorantów oraz doktoranci z polskich uczelni.

EURODOC zrzesza organizacje reprezentujące doktorantów oraz młodych naukowców z 32 krajów i reprezentuje

ich interesy na arenie międzynarodowej, w szczególności przed Komisją Europejską i innymi jednostkami Unii Europejskiej.

To organizacja pozarządowa. Jej zadaniem jest monitorowanie sytuacji wczesnych karier naukowców z Europy, z uwzględnieniem takich zmiennych jak mobilność, warunki pracy, możliwości zatrudnienia, ścieżki kariery.

EURODOC powołano w 2002 r. w Hiszpanii. Od 2005 r. organizacja ma siedzibę w Brukseli.

Jak przetrwać sesję i nie zwariować?



JUSTYNA KSIĄŻEK

DOM MEDIOWY PIMEDIA

Wzrastająca za oknem temperatura to nieodzowny znak, że sesja letnia zbliża się wielkimi krokami. Studenci, którzy już teraz są tego świadomi, mają ogromną przewagę nad tymi, którzy obudzą się na tydzień przed sesją. Jednak czas to nie wszystko, trzeba go jeszcze odpowiednio wykorzystać – nie mam tu na myśli sprzątnięcia i gotowania, zajęć szczególnie popularnych w obliczu zbliżającej się sesji.

A MOŻE NAJPIERW...

Przy wszystkich czynnościach wymagających odrobiny wysiłku (niezależnie od tego, czy chodzi o wysiłek fizyczny, czy intelektualny) najtrudniej jest zacząć – zawsze przecież zostaje tyle innych rzeczy do zrobienia, prawda? W przypadku studentów tendencją do odkładania nauki na później jest nagminna. Nie ma chyba innego okresu w roku, podczas którego studenci tak chętnie robią porządki w szafach, kolekcjach płyt, domowych biblioteczkach czy na biurkach. Poza tym jest jeszcze gotowanie i robienie zakupów – nagle się okazuje, że rzeczonemu studentowi wcale nie jest takim beztalenciem kulinarnym, jak się wszystkim dotychczas wydawało i wręcz uwielbia spędzać czas w kuchni – szkoda, że tylko w czasie sesji. Takie zachowania można obserwować między innymi na Facebooku, gdzie w okresie sesji pojawiają się statusy wrodzaju „Właśnie skończyłam porządki w

szafie z ubraniami. 5h z życia... a miałam się uczyć” albo „Znowu się nie uczyłem, ale udało mi się naprawić rower, więc nie jest źle”.

Warto się zastanowić, czy dobrym pomysłem jest marnowanie czasu, który należałoby poświęcić na naukę, a nie na czynności, które spokojnie można wykonać po zaliczeniu egzaminów. Oczywiście, to nie tak, że student podczas sesji nie powinien wychylać głowy zza stołu notatek – popadanie w skrajności nie jest dobre i efektów raczej też nie przyniesie. Najlepszym rozwiązaniem wydaje się zatem znalezienie złotego środka, czyli takiego sposobu nauki, który będzie efektywny. Żeby taki złoty środek znaleźć, należy najpierw odpowiedzieć sobie na kilka pytań, które pomogą wybrać odpowiednią metodę.

W DZIEŃ CZY W NOCY?

Nie ma jedyne słusznego sposobu. Każdy człowiek ma swój własny chronotyp, czyli dobowy typ aktywności. W zależności od tego, w której części doby jesteśmy najbardziej efektywni i kiedy nasz organizm funkcjonuje na najwyższych obrotach, można nas przypasować do typu skowronka lub sowy.

„Skowronki” to osoby, które bez problemu wstają rano i od razu są pełne energii – nauka o poranku to dla nich najlepsze rozwiązanie, zwłaszcza że zwykle w godzinach popołudniowych odczuwają już zmęczenie i spada ich efektywność. „Sowy” są skrajnym przeciwieństwem „skowronków” – wstanie z łóżka bez

„Właśnie skończyłam porządki w szafie z ubraniami. 5h z życia... a miałam się uczyć” albo „Znowu się nie uczyłem, ale udało mi się naprawić rower, więc nie jest źle”.



budzika, a czasem nawet dwóch, jest dla nich nierealne. Również poranna nauka nie ma w ich przypadku większego sensu, ponieważ po prostu nie czują się wtedy tak dobrze, jak w godzinach po południu czy wieczorem. To ten typ studenta, który zaczyna naukę o osiemnastej i siedzi nad notatkami aż do późnej nocy. I choć może się to wydawać niemądre, bardzo często taka osoba nauczy się więcej w ciągu trzech godzin w nocy niż przez pięć w ciągu dnia. Nie warto więc z tym walczyć. Jak przyznaje Natalia Kruszyńska, absolwentka kulturoznawstwa na Uniwersytecie Śląskim: „Najkorzystniej jest uczyć się wtedy, kiedy twój organizm czuje się najlepiej. Niektórzy lubią uczyć się rano, inni w nocy, każdy ma swój rytm i, o ile to możliwe, warto go uszanować. Ja najbardziej lubię poranki. Kiedyś uczyłam się do egzaminów w sesji letniej codziennie od szóstej rano do późnego popołudnia, a wieczory miałam dla siebie”.

Oczywiście to nie tak, że każdy z nas jest „sową” albo „skowronkiem” – większość ludzi znajduje się gdzieś pomiędzy tymi dwoma typami, jednak tak czy inaczej każdy z nas ma jakieś upodobania i znajomość własnego chronotypu może pomóc określić najbardziej optymalny czas nauki. Dla jednych zarwana noc będzie wartościowa, inni tylko zmarnują cenny czas, który w dodatku będą musieli później odespać, co zaburzy ich harmonogram.

PLANOWANIE CZASU

Terminy egzaminów są ogłaszane jeszcze przed rozpoczęciem sesji – czasami wcześniej, czasami później. W każdym



razie gdy już posiadamy całą rozpiskę egzaminów i wiemy, który egzamin będzie pierwszy, a który ostatni i ile będziemy mieli czasu pomiędzy jednym a drugim egzaminem, możemy się zabrać za planowanie naszego czasu. W jaki sposób? Natalia Kruszyna uważa, że: „Warto zrobić sobie kalendarz. Sesja to jedyny moment w roku, kiedy korzystam z samodzielnie zrobionego plannera, który pomaga mi opracować strategię czasową w danej sesji. Rysuję na kartce kwadraty – każdy dzień to jeden kwadrat – a następnie zapisuję terminy kolokwium i egzaminów, daty oddania prac, czas na przyswojenie określonych części materiału itd. Na takiej planszy dużo łatwiej ogarnąć całość sesji. Potem wykreślam każdy dzień, aż do końca, do ostatniego zaliczenia. Gdy się widzi, ile już minęło, łatwiej z siebie wykrzesać jeszcze trochę sił”.

Sposób podziału materiału jest jedną z najważniejszych rzeczy w czasie sesji, warto więc poświęcić na to trochę czasu – wbrew pozorom dzięki temu uda nam się go trochę zaoszczędzić. Sam podział nauki zależy od wielu kwestii, w tym od kierunku studiów i naszego usposobienia. Niektórzy planując swoją naukę oceniają trudność danego przedmiotu oraz stopień jego ważności i na tej podstawie tworzą strategię. Są też osoby, które dzielą materiał jednakowo i nie zastanawiają się nad priorytetami czy poziomem skomplikowania. Do takich osób należy Kasia Kuryś, absolwentka filologii angielskiej oraz filologii rosyjskiej na Uniwersytecie Śląskim: „Patrzyłam, ile mam materiału do nauczenia, następnie liczyłam, ile mam dni do egzaminu i dzieliłam sobie ten materiał po równo. Ostatniego dnia

„Zazwyczaj czytałam notatki od dwóch do pięciu razy, a potem dzwoniłam do koleżanki i zadawałyśmy sobie nawzajem pytania. Przed samym egzaminem siadałam z grupą znajomych osób i słuchałam, jak powtarzają – dużo wtedy zapamiętywałam”

natomiast powtarzałam jeszcze raz całość, tak dla odświeżenia”.

Sytuacja oczywiście wygląda zupełnie inaczej, gdy jesteśmy w czasie sesji i do egzaminów nie zostało zbyt wiele czasu. Wtedy, jak przyznaje Magdalena Kelniarz, absolwentka prawa na Uniwersytecie Warszawskim: „Lepiej dobrze nauczyć się połowy materiału niż całości po lebkach”. Podobnego zdania jest Martyna, absolwentka pedagogiki na Uniwersytecie Łódzkim, która dodaje: „Nigdy też nie uczyłam się na dwa przedmioty naraz, ponieważ wtedy wszystko się miesza”.

NAUKA GRUPOWA

Dobłą alternatywą dla nauki indywidualnej stanowi nauka wspólna, która często daje dodatkową motywację – przy podziale materiału na konkretne osoby mamy świadomość, że musimy dać z siebie wszystko i jak najlepiej przygotować swoją część, bo jeśli zawiedzimy, to nie tylko siebie. Dominika Słezak, absolwentka politologii na Uniwersytecie Śląskim, zapytana o najlepszy sposób nauki opowiada: „Do dużych kolosów i egzaminów uczyłam się z kilkoma innymi osobami. Oczywiście na początku na luzie. Z koleżankami przed ostrym wkuwaniem jechałyśmy do centrum handlowego kupić sobie coś do ubrania, albo wyjeżdżałyśmy w kilka osób w góry do domku, gdzie nie było Internetu ani zasięgu w telefonach.

Ale kiedy był czas pracy, to naprawdę wszyscy z zaangażowaniem powtarzali materiał, by podczas spotkań móc opowiedzieć innym o swojej części przydzielonej pracy”.

Wspólna nauka pozwala na spojrzenie na materiał z kilku różnych punktów widzenia, dzięki czemu łatwiej sobie pewne rzeczy przyswoić. Martyna przyznaje, że właśnie to pozwalało jej opanować materiał: „Zazwyczaj czytałam notatki od dwóch do pięciu razy, a potem dzwoniłam do koleżanki i zadawałyśmy sobie nawzajem pytania. Przed samym egzaminem siadałam z grupą znajomych osób i słuchałam, jak powtarzają – dużo wtedy zapamiętywałam”. Wspólne opracowywanie materiału i powtarzanie w grupie to dobry sposób, zwłaszcza dla osób, które uczą się ze słuchu lub poprzez rozmowę.

Sesja nie jest czymś, co zdarza się podczas studiów raz, co można przeżyć i natychmiast o tym zapomnieć – to wydarzenie cykliczne i prawda jest taka, że każda kolejna jest mniej stresująca, ponieważ już mamy świadomość, jak to wszystko wygląda (i że nie jest tak strasznie, jak mówią niektórzy). Zamiast więc podchodzić do niej jak do największego zła, warto nastawić się pozytywnie i po prostu otworzyć umysł – z doświadczenia i obserwacji wiem, że dobre podejście do sesji czyni ją o wiele przyjemniejszą, czasem nawet na tyle, że potem brakuje nam całej tej adrenaliny.

Nauka z apką



MONIKA WIŚNIEWSKA

DZIENNIKARKA I PASJONATKA MEDIÓW
SPOŁECZNOŚCIOWYCH

Sesja naciąga. Warto przejrzeć najciekawsze aplikacje do organizacji pracy i czasu

TRELLO

Lista zadań jest bardzo długa, nad jednymi rzeczami wciąż pracujesz, a inne musisz zrobić jutro? Nie chcesz zapomnieć, że część masz już za sobą? Aplikacja Trello to wirtualna tablica pozwalająca na szybkie i sprawne zarządzanie szkolnymi oraz zawodowymi obowiązkami. Co ważne – w pełni synchronizuje się z serwisem internetowym o tej samej nazwie, dzięki czemu można z niej korzystać również na komputerach.

Uporządkowany układ graficzny, kolorowe motywy i bardzo prosta obsługa sprawiają, że nawet chaotyczne osoby w końcu odnajdą się w zawiłościach swoich obowiązków.

EPIC WIN

Jesteś fanem gier typu RPG? Jeśli tak, wyobraź sobie, że na początku wybierasz jedną z pięciu postaci. Za dodanie nowego zadania albo oznaczenie go jako wykonane zdobywasz kolejne punkty, które umożliwiają postaci awans na wyższy poziom – dzięki temu odkrywasz nowe krainy! Inną ciekawą opcją jest rozwój różnych parametrów postaci takich jak siła, wytrzymałość, intelekt, duchowość oraz społeczność – oczywiście poprzez dodawanie kolejnych zadań.

Aplikacja to idealna propozycja dla wielbicieli gier, którzy chcą zdobywać kolejne poziomy i nagrody również „w realu”.

TIME IT!

Przypomnij sobie czas przed sesją. Ile razy dziennie robisz wtedy herbatę albo sprzątasz biurko? Zapewne zajmuje to zbyt wiele czasu. Prosta aplikacja Time it! pozwala zliczyć, ile godzin spędzasz na robieniu różnych czynności. Każdą aktywność należy wpisać do aplikacji osobno, a następnie zabrać się za jej wykonanie w towarzystwie tykającego zegara. Twórcy zaplanowali dziesięć podstawowych kategorii takich jak praca, posiłki czy... marnowanie czasu. Warto sprawdzić, czy właśnie ta ostatnia czynność nie pochłania zbyt wiele cennych minut.

LIFELOG

Całe życie w jednej aplikacji? To wcale nie absurdalny wymysł, lecz zadania wykonywane przez Lifelog. Apka monitoruje nie tylko długość snu, liczbę kroków zrobionych w ciągu dnia i spalane kalorie, lecz także czas spędzony na słuchaniu muzyki czy oglądaniu filmów. Niektóre funkcje telefonu (np. słuchanie muzyki) mogą zostać odblokowane dopiero po otrzymaniu pozwolenia, a jeśli czas przeznaczony na aktywność zostanie przekroczony, aplikacja oczywiście o tym poinformuje. Być może jest to propozycja dla tych, którzy chcą uporządkować nie tylko zadania do zrobienia.

PROCRASTINATION

Czy wiesz, że prokrastynacja to zaburzenie psychiczne polegające na nieustannym przekładaniu koniecznych do wykonania czynności? Brzmi jak codzienność studenckiego życia? Jeśli tak, warto skorzystać z zabawnej aplikacji, która pozwala zaznaczyć te zadania, które udało się wykonać dziś, jak również sprawnie przenieść część z nich na następny dzień. Żeby nie było tak pięknie – aplikacja pozwala na uruchomienie powiadomienia z całą listą zadań, która ma nas zmobilizować do tego, żeby wykonać je dziś. ■

Student na antydepresantach



MONIKA WIŚNIEWSKA

DZIENNIKARKA I PASJONATKA MEDIÓW
SPOŁECZNOŚCIOWYCH

Złe oceny, brak perspektyw, nadmierny stres, przeciążenie obowiązkami – jest wiele przyczyn problemów emocjonalnych i stanów depresyjnych studentów. Zbliżająca się sesja zwiększa skalę tego zjawiska.

Depresja zjawia się po cichu. Na samym początku walczysz z drobnostkami, ale zwykle je ignorujesz. Tak samo jak ból głowy. Mówisz sobie, że to chwilowe i że przeminie. To po prostu kolejny zły dzień. Ale to nie to. Tkwisz w tym stanie. Przyzwyczajasz się do zakładania maski i żyjesz wśród innych ludzi, bo tak trzeba. Tak robią inni. Jednak problem nie znika. Walczysz ze sobą, próbując każdego dnia dawać przedstawienie. To zaczyna kosztować cię coraz więcej. Dlatego zapadasz się jeszcze głębiej i zaczynasz się cofać, czasami całkowicie odgradzając się od przyjaciół i rodziny”. To początek filmu o depresji, który w ubiegłym roku stworzyła polska vlogerka Katarzyna Napiórkowska. W tym momencie film w serwisie YouTube ma już ponad dwa miliony wyświetleń. Celem autorki było zarówno pokazanie chorym, że nie są ze swoim problemem sami, jak i uświadomienie ich rodzinom i przyjaciołom, jak poważny jest to stan.

Według Światowej Organizacji Zdrowia depresja to czwarty największy problem zdrowotny na świecie – szacuje się, że choruje aż dziesięć procent populacji, jednak wiele osób zataja swoje dolegliwości i nie poddaje się leczeniu, a to oznacza, że nie wiadomo, jak dużej grupy osób rzeczywiście dotyczy ta choroba.

życiem. Do tego dochodzi fakt, że same studia są dużym obciążeniem intelektualnym. Następna rzecz jest taka, że wielu studentów rzeczywiście wchodzi w okres dojrzewania bez dobrego przygotowania emocjonalnego. Są jeszcze po prostu niedojrzali” – wyjaśnia Zagdańska w wypowiedzi dla Radia Eska.

Jeżeli zły nastrój i niemoc utrzymują się długo i nie pomagają już rozmowy z przyjaciółmi, czujemy, że nic się nie zmienia, jest to już wystarczający powód, by udać się do specjalisty

Z raportu „Zdrowie nastolatków na świecie” opublikowanego w 2014 roku wynika, że depresja jest główną przyczyną występowania chorób i niepełnosprawności u dorastających dziewczyn i chłopców w wieku od dziesięciu do dziewiętnastu lat, a samobójstwo znajduje się na trzecim miejscu wśród przyczyn zgonów. Niektóre badania podają, że u połowy osób z zaburzeniami psychicznymi pierwsze symptomy wystąpiły przed czternastym rokiem życia. (PAP)

STUDENCI Z PROBLEMAMI

Główną bohaterką filmu Napiórkowskiej jest młoda dziewczyna wyglądająca jak studentka. Doktor Marta Zagdańska z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu, która przez dwa lata przebadła aż 400 osób, twierdzi, że aż czterdzieści procent badanych przez nią studentów miało zaburzenia lękowe i depresyjne.

„To jest taki moment, w którym po raz pierwszy muszą zderzyć się z dorosłym

Depresja najczęściej ma źródło w jednym z trzech czynników – może być to następstwo silnych urazów psychicznych, długotrwałego stresu, skutek innych chorób albo efekt obciążenia genetycznego. Na depresję mogą zachorować osoby, które cierpią na zaburzenia układu nerwowego czy układu krążenia (często prowadzą one do niedotlenienia mózgu). Ponadto niektóre leki przyjmowane na nadciśnienie czy preparaty uspokajające zwiększają ryzyko zachorowania na depresję.

JAK ROZPOZNAĆ PIERWSZE OBJAWY DEPRESJI?

„Należy pamiętać, że sam smutek nie świadczy o depresji, tak jak depresja nie zawsze objawia się smutkiem. Istnieją kryteria, według których diagnozujemy chorobę” – tłumaczy Karolina Jankowska z Centrum Psychoterapii VIDE. Jej zdaniem chora osoba odczuwa co najmniej kilka objawów takich jak obniżenie nastroju, znaczne zmniejszenie

zainteresowania codzienną aktywnością i niezdolność do odczuwania przyjemności. Dodać do tego należy również zmianę masy ciała, bezsenność albo odwrotnie – nadmierną senność i poczucie winy.

Agata Bronikowska z Pracowni Psychologii ANIMA dodaje do tego również niechęć do podejmowania różnych zadań i brak motywacji. W skrajnych przypadkach mogą pojawić się myśli albo nawet próby samobójcze.

„Im wcześniej zauważymy niepokojące sygnały, tym lepiej. Dlatego jeżeli zły nastrój i niemoc utrzymują się długo i nie pomagają już rozmowy z przyjaciółmi, czujemy, że nic się nie zmienia, jest to już wystarczający powód, by udać się do specjalisty, aby zrozumieć, co się dzieje oraz żeby znaleźć drogę wyjścia z choroby. Są też objawy, których nie należy lekceważyć, a należą do nich tendencje samobójcze, destrukcyjne myśli, urojenia i inne. W takiej sytuacji niezwłocznie należy zwrócić się po pomoc do specjalisty – psychiatry albo psychoterapeuty. Farmakoterapia pozwala na dość szybkie zmniejszenie uciążliwych objawów, dzięki czemu chory może wrócić do swoich codziennych obowiązków. Jednakże w bardzo wielu przypadkach to psychoterapia umożliwia zmianę wewnętrznych przekonań odnośnie do siebie, świata, innych osób. Leki pomagają pozbyć się objawu, ale dopiero psychoterapia leczy źródło problemu” – wyjaśnia Karolina Jankowska.

CZY DA SIĘ TEMU ZAPOBIEGAĆ?

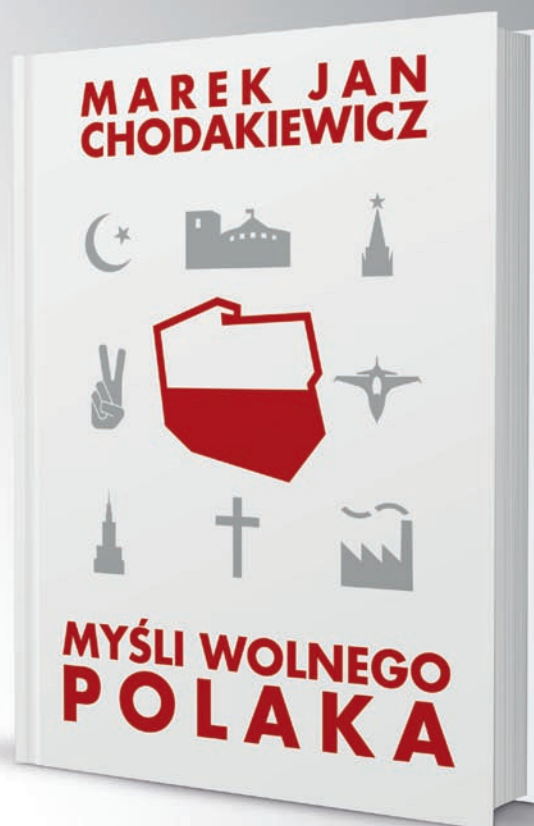
„Depresja jest chorobą zarówno psychiki, jak i ciała” – opisuje Jankowska. „W związku z tym troska o siebie na wielu płaszczyznach, tj. psychicznej, fizycznej oraz społecznej, jest najlepszą profilaktyką. Należy być swoim własnym przyjacielem, troszczyć się o swoje dobro, prawa i potrzeby. Nieocenione są także relacje z najbliższymi, które dają oparcie, gdy dzieje się coś dla nas trudnego”.

Agata Bronikowska dodaje, że choć warto czytać na temat depresji, to jednak koniecznie w sprawdzonych źródłach, takich jak fachowe książki czy artykuły. „Jeśli ktoś nie decyduje się na terapię, niech zasięgnie porady specjalisty, sprawdzi zdobyte informacje, opracuje sposób postępowania w razie nasilenia się objawów” – radzi Agata Bronikowska.

TWOJE PRAWA

„Od trzech lat choruję na depresję. Chorowałam na anoreksję. Wciąż jestem pod opieką psychiatry i psychologa. Leczenie wspomagane jest lekami psychotropowymi, których dawkę

Nowa książka polskiego historyka z Waszyngtonu!



Sponsor projektu



Bank Polski

PATRIA MEDIA

mam teraz największą, jaką miałam do tej pory... Mimo to jest źle... Ciężko mi wstać z łóżka, ubrać się, zjeść. Przez stres na uczelni (ciężkie i ambitne studia) mam coraz większe problemy z jedzeniem. Zaburzenia odżywiania znów wracają... Jest mi ciężko i potrafię płakać przez większą część dnia. Mieszkam poza rodzinnym miastem ze względu na studia. Bardzo kocham ten kierunek i to chcę robić w życiu, ale czuję, że na chwilę obecną nie dam rady...” – opisuje swoją sytuację na forum internetowym studentka o pseudonimie LepszeJutro.

Co można zrobić w takiej sytuacji? Polskie przepisy gwarantują poufność danych dotyczących zdrowia, jednak

w przypadku studentów z problemami zdrowotnymi poinformowanie wykładowców może ułatwić współpracę obu stron. W takim przypadku warto prosić o indywidualny kontakt przy okazji zaliczenia materiału, bądź też umożliwić zmianę formy zaliczenia, na przykład z ustnej na pisemną.

W skrajnych przypadkach lepszą możliwością jest wnioskowanie do dziekana o przyznanie urlopu zdrowotnego, w trakcie którego studentowi przysługują pełnia praw (np. wciąż ważna jest legitymacja studencka, a za zgodą dziekana w trakcie urlopu można zaliczać niektóre przedmioty bądź przystępować do egzaminów). Wszystkie szczegóły znajdują się w regulaminach uczelni.

Ucz się tak, jak lubi twój mózg



SYLWIA WASILEK

WICEPRZEWODNICZĄCA
DS. PROJEKTÓW N.Z.S. UW

Studia to okres, w którym jesteście zmuszeni do szybkiego i efektywnego przyswajania dużej ilości materiału. Wiedza konieczna do zdania egzaminu niejednokrotnie przewyższa tę potrzebną do poradzenia sobie z maturą. Studia to nie tylko zajęcia, raporty z laboratoriów czy nauka, lecz także czas pierwszej pracy, praktyk, staży, wolontariatu, działalności społecznej, zabawy, próbowania nowych rzeczy. W jaki sposób znaleźć czas na to wszystko i dodatkowo bardzo dobrze zdać egzamin? Świadomość tego jak działa nasz mózg i wykorzystanie prostych sztuczek może poprawić wynik naszego egzaminu.

PORZĄDKOWANIE INFORMACJI

Naszą pamięć możemy porównać do struktury folderów w komputerze. Każdy z nas trzyma masę katalogów podzielonych na różne kategorie. Podobnie jest z naszym mózgiem. Posiada on odpowiednio „ścieżki” informacji, które są ze sobą powiązane. Łączenie nowej wiedzy z tą, którą już posiadaliśmy jest dla naszego mózgu naturalne. Przypomina to porządkowanie informacji w komputerze. Każdy z nas posiada strukturę folderów, w których zapisuje odpowiednie pliki. Pomaga to w szybszym znajdowaniu interesujących nas danych. Jeśli zapisujemy nowe pliki na pulpicie, a nie w odpowiednich katalogach, w pewnym momencie przestają się one na nim mieścić, trudniej

jest cokolwiek znaleźć i z czasem się ich pozbywamy. To samo robi nasz umysł.

Jak to wykorzystać w praktyce? Przed każdym blokiem nauki koniecznie zrób wstępny przegląd materiału. Bez wglębiania się w treść, przez nie więcej niż dwie sekundy na stronę, zorientuj się, jak zbudowany jest tekst, jakie są rysunki, tabele, wykresy, nagłówki. Zbuduj szkielet informacji w swojej głowie. Taki zabieg jest szalenie ważny dla naszego mózgu, ponieważ nasze umysły bardzo opornie zapamiętują rozrzucone strzępy informacji, które podajemy im, kiedy od razu zabieramy się za czytanie danego tekstu.

KONTEKST

Czy kiedykolwiek zdarzyło ci się, że w jakimś miejscu zniemacka załapała cię fala wspomnień? A może usłyszałeś piosenkę, poczułeś określony zapach i przypomniały ci się chwile spędzone z drugą połówką? To tzw. pamięć zależna od

Jeśli zależy ci na porządnym i spokojnym zdaniu egzaminu, pamiętaj, nie żałuj sobie snu!

kontekstu. Uruchamiamy ją wtedy, gdy kontekst (sytuacja, miejsce, samopoczucie) przyswajania wiedzy jest taki sam, jak kontekst przypominania jej sobie. W 1975 roku naukowcy przeprowadzili badanie, w którym grupę nurków podzielono na dwa zespoły: pierwszy uczył się listy słówek pod wodą, a drugi na lądzie. Okazało się, że nurkowie, którzy uczyli się słówek zanurzeni, przypominali sobie ich więcej pod wodą, natomiast ci, którzy uczyli się na lądzie, lepszą pamięć mieli właśnie tam. Wystarczy, że podczas nauki skupisz się na jakimś przedmiocie, który stoi na biurku (może to być lampka, kubek, przyborek), a następnie na egzaminie wyobrazisz go sobie. Możesz też wykorzystać zapach. Inne badanie dowiodło, że zapach mięty pieprzowej wspomaga procesy uczenia. Wystarczy trzymać doniczkę mięty na biurku podczas przyswa-

jania wiedzy, a na egzaminie wykorzystając chusteczki higieniczne, które będą pełniły rolę kontekstu.

KONSOLIDACJA PAMIĘCI

W 2007 roku grupa naukowców z Harvard Medical School przeprowadziła badanie, w którym dwie grupy uczestników miały za zadanie nauczenie się identycznych par słów. Stopień zapamiętania informacji sprawdzano po 12 godzinach. Chwilę przed egzaminem obu grupom dano jeszcze po jednej liście par słów do szybkiego nauczenia. W teście od razu sprawdzano zapamiętanie słówek z obu list. Okazało się, że grupa pierwsza była w stanie przypomnieć sobie o 44% więcej par! W czym tkwił sukces pierwszej grupy? Otóż pomiędzy nauką słówek z pierwszej listy a nauką z drugiej uczestnicy spali! Sen okazał się czynnikiem, dzięki któremu poradzili sobie lepiej. Podczas snu następuje tzw. konsolidacja pamięci, czyli przetwarzanie i porządkowanie wiadomości zdobytych w ciągu dnia. Jeśli zależy ci na porządnym i spokojnym zdaniu egzaminu, pamiętaj, nie żałuj sobie snu!

NAWODNIENIE KOMÓREK

Na koniec szybki trik, który pozwoli na zwiększenie zdolności umysłowych w 10 sekund. Badacze z East London podzielili dzieci na dwie grupy, a następnie poddali je testom sprawdzającym pamięć, koncentrację oraz spostrzegawczość. Grupa, która 20 minut przed egzaminami wypita szklankę wody, wypadła w testach znacznie lepiej, nawet o 34%. Naukowcy podejrzewają, że nawodnione komórki umożliwiają sprawniejszy przepływ informacji. Pamiętaj, żeby na każdym egzaminie mieć ze sobą butelkę wody! ■

Chcesz efektywnie przyswajać wiedzę?

1. Zrób wstępny przegląd materiału.
2. Podziel naukę na czterdziestominutowe bloki z pięciominutowymi przerwami.
3. Nie przepisuj książki, notuj hasłami.
4. Po każdym bloku zrób szybką powtórkę.
5. W razie potrzeby utnij sobie piętnastominutową drzemkę.

Startup na studiach, czyli ryzyko przekute w sukces



MATEUSZ KALINOWSKI

WICEPRZEWODNICZĄCY DS. STUDENCKICH I ALUMNÓW ZARZĄDU KRAJOWEGO NZS

Wikipedia, Angry Birds, Zynga, wszystkie te projekty łączy jedno – ich twórcy zaczęli od tworzenia startupów. Termin ten w ciągu paru ostatnich lat na stałe zagościł w świadomości społecznej, spajając się z takimi pojęciami jak innowacyjność i własny biznes. Coraz częściej młodzi ludzie przekuwają swoje pomysły w realne działania, stając się najmłodszym pokoleniem polskich przedsiębiorców.

STARTUP? Z CZYM TO SIĘ JE?

Na początku warto zwrócić uwagę, że nie każda nowo założona firma jest startupem. Od tradycyjnie postrzeganej firmy ten rodzaj własnego biznesu różni jeden czynnik – poszukiwanie własnego modelu biznesowego. Klasyczne przedsiębiorstwa zaczynają działania od

odpowiedzi na pytanie, do kogo kierują swój produkt i na czym oprą zysk. Z kolei w filozofię działalności startupów wpisane są przede wszystkim eksperymenty i poszukiwanie niestandardowej drogi do sukcesu. Jeżeli poświęcicie chwilę i prześledzicie losy największych światowych startupów, łatwo zorientujecie się, że u podnóża ich dzisiejszego sukcesu stoi porażka. Tylko z pozoru brzmi to absurdalnie. Zanim Finlandczycy z firmy Rovio (twórcy Angry Birds) odnieśli komercyjny sukces, stworzyli ponad pięćdziesiąt różnych tytułów gier. Wytrwałość, ciągłe szukanie nowych form finansowania i rozwoju swojego projektu są nieodłącznym elementem tworzenia startupu. Przyjęło się, że wśród twórców startupów najczęściej można znaleźć młodych ludzi. Przemawia za tym nie tylko powszechnie znana studencka kreatywność i pęd do tworzenia innowacyjnych rozwiązań. Tworząc nowy biznes, musimy liczyć się z ogromnym ryzykiem i porażką wpisaną w proces twórczy. Mając dwadzieścia parę lat łatwiej podejmować ryzykowne decyzje i pogodzić się z niepewnością sukcesu.

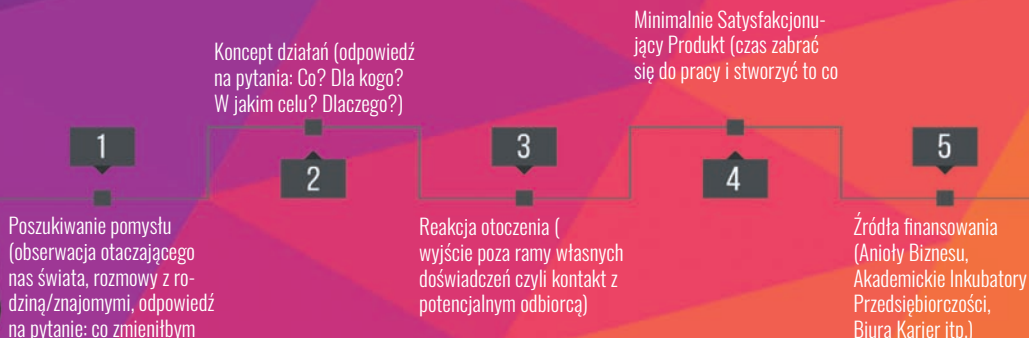
POMYSŁ, RYZYKO, EKSPERYMENT... A CO DALEJ?

Jeżeli niestraszne nam ryzyko i jesteśmy gotowi podjąć wyzwanie, czas pomyśleć o tym, co chcemy zaoferować.

Tworzenie startupu to przede wszystkim ciągłe poszukiwanie. Zaczyna się już na początku naszej przygody, kiedy stajemy przed pytaniem, czym powinien zajmować się nasz biznes. Jeżeli nie mamy w głowie gotowych innowacyjnych pomysłów, warto poszukać w najbliższym otoczeniu. Pomocne mogą okazać się tutaj zarówno poszukiwania internetowe, jak i rozmowy ze znajomymi czy rodziną. Najprostsze pomysły często znajdują się w zasięgu ręki, trzeba się tylko rozejrzeć. Gdzie zatem tkwi klucz do znalezienia odpowiedniej niszy? Marek Macionga z LLidero (studencki startup, który przetrwał okres zawieruchy związanej z początkiem działalności i obecnie oferuje klientom szeroki zakres szkoleń e-learningowych) odpowiada:

Znalezienie usługi czy produktu, który ma wartość rynkową, ma w sobie dużo losowości i choć stosuje się różnego rodzaju badania, które określają aktualne potrzeby ludzi, to jednak dojście do tego właściwego rozwiązania właśnie jest losowe. Przepis na sukces to profesjonalne zarządzanie (zespołem, produktem, sprzedażą, rozwojem, reklamą) oraz profesjonalna komunikacja z klientem. Myślę, że to zawsze będzie towar deficytowy.

Startup krok po kroku



Znalezienie usługi czy produktu, który ma wartość rynkową, ma w sobie dużo losowości i choć stosuje się różnego rodzaju badania, które określają aktualne potrzeby ludzi, to jednak dojście do tego właściwego rozwiązania właśnie jest losowe. Przepis na sukces to profesjonalne zarządzanie (zespołem, produktem, sprzedażą, rozwojem, reklamą) oraz profesjonalna komunikacja z klientem. Myślę, że to zawsze będzie towar deficytowy.

Zdecydowanie trudniej jest przejść od rozważań do realizacji. To właśnie w tym momencie dla wielu kończą się marzenia o sławie i bogactwie. Podobno samożarcie i determinacja są niezbędnymi elementami stworzenia udanego biznesu. Gdy w naszych głowach narodzi się już genialny plan, warto usiąść i spróbować odpowiedzieć na pytania: „Jak będziemy działać? Co chcesz zrobić? W jaki sposób dotrzeć do potencjalnego klienta?”. Wbrew pozorom nie chodzi tu o model biznesowy, tylko o stworzenie konceptu przyszłych działań. Kolejnym krokiem na drodze do sukcesu jest zbadanie potrzeb potencjalnego klienta. Wielu twórców startupów opiera swoje działania tylko i wyłącznie na własnych doświadcze-

niach, co stoi w sprzeczności z założeniami powstawania nowego biznesu. Ruszenie się sprzed komputera i popytanie znajomych, co sądzą o naszym projekcie, nie powinno nastęrczyć nam większej trudności. Marek Macionga mówi, jak to wygląda w przypadku produktów tworzonech przez studenckie startupy:

Trudno mówić o wdrozeniu; chodzi raczej o zainteresowanie klienta, sprawdzenie, czy produkt chwyci. Należy przeprowadzić całą masę testów. Jeżeli produkt jest innowacyjny, to trzeba go ludziom pokazywać i poprawiać, testować. Jeśli produkt naśladuje już istniejący – warto korzystać z doświadczeń innych i doświadczenia te przekraczać. Po fazie dopracowywania własnego produktu lub usługi, kiedy osiągnięta jest względna doskonałość, zaczynamy szukać klienta i tworzyć grupy odbiorców.

Jeżeli więc propozycje i rozwiązania spotykają się z pozytywną reakcją, czas zabrać się do pracy i stworzyć tzw. MVP, czyli minimalnie satysfakcjonujący produkt. Dopiero po przedstawieniu wstępnego produktu i pozytywnych reakcjach potencjalnych klientów warto pomyśleć o źródłach finansowania dalszej

pracy. Gdzie szukać środków mogących rozwijać startup? Tak naprawdę kapitał dla rozwoju firmy uzyskać jest stosunkowo łatwo. Pomocne mogą być na przykład Akademickie Inkubatory Przedsiębiorczości, rządowy program „Pierwszy Biznes – wsparcie w starcie” czy Biura Karier działające przy większości polskich szkół wyższych.

WOLNOĆ TOMKU W SWOIM DOMKU

Warto mieć świadomość trudnej drogi, która czeka młodego przedsiębiorcę. Opinia, że 9 na 10 biznesów upada w przeciągu roku od powstania wcale nie jest przesadzona. Własny startup prócz ryzyka porażki daje niesamowitą możliwość kreowania swojego życia z dala od trybów korporacyjnej maszyny „Mordoru na Domaniewskiej”. Startupy to jedna z najlepszych form nauczania się, czym jest obecnie przedsiębiorczość, a przy okazji szansa na podzielenie się ze światem innowacyjnymi pomysłami. Okres studiów to czas, gdy z łańtwością podejmujemy ryzyko. Dlaczego by nie zacząć swojej drogi ku poszukiwaniu rozwiązań, które mogą odmienić nasze codzienne życie właśnie teraz?

Krzyżówka

KOMPOZYTOR JOHANN SEBASTIAN JEDNA SZTUKA RAZOWCA	BIBLIJNY POTWÓR MORSKI	8	WARTOŚĆ W PIENIĄDZACH BEFIZYK TATAŃSKI	KOPULASTY SZALAS INDIAN	21	AMERYKAŃSKI KONSTRUKTOR BRONI	KOLOR W KARTACH	AZOT ZARZUMIAŁOŚĆ	PRZYŁADEK W PORTUGALI INSTRUMENT STRUNOWY	MYŚL PRZEWODNIA	PORĘCZCIEL	15	DO PRZENOŚZENIA CHOROBY RAINNYCH	
TANCERKA WYSTĘPUJĄCA W BALECIE							MIASTO W NIEMCZACH (W TURYNIE) SUFIT			JĘZY SIĘ NA GŁOWIE ZE STRACHU	13			
STOPIEŃ W DZIENNIKU LEKCYJNYM	22			KOBIETA, KTÓRA GORSZY KOGOS			19	11	3			MGAŁA, OBŁOK PARY	IMIE REZYSERA PAKULI	
ZUCH				TAM COŚ WŁATUJE KREĆONA PRZY RADIU	24		USTRÓJ W DAWNEJ ROSJI	18		IMIE SIOSTRY LILLI WENEDY			23	
10 GRAMÓW	BUT ZIMOWY Z WYSOKĄ CHOLEWKĄ	27	KAMIĘŃ JUBILERSKI C-DUR			FILMOWE WCELENIE SAVALASA	WIELKA IŁOŚĆ	WIECZORNE PRZYJĘCIE BEZ TAŃCÓW	UCZEN SEMINARIUM DUCHOWNEGO	WAZNA UMOWA MIĘDZYNA-RODOWA	PORANNA LUB WIECZORNA ZBIÓRKA W WOJSKU			
					6	KRWIOPŁCĄ ZNAID STAWU WYNIK ODEJMOWANIA			DRWINA, SZYDERSTWO CZĘŚĆ NOGI		9		TEREN POŁOŻONY NIEDALEKO	14
PISMO DO RZĄDU INNEGO PAŃSTWA			FASON, MODEL UBIORU	NAFTOWA			25	SALA AKADEMICKA		FOTEL KRÓLEWSKI				
		2	MIASTO WE WŁOSZACH			RYZYMARZ FIGUROWY NA RZECZE Z PIASKIEM		16		STERTA	SSAK Z KRÓTKĄ TRABĄ		JEDNA Z IZB PARLAMENTU	
SKARBIEC MEBEL DO SIEDZENIA				RECHOCZE PSEUDONIM MACIEJA DA- WIDOWSKIEGO				SŁODKI WYPYEK Z KREMEM		LEK PRZECIW- BÓLOWY				
NACZYNIĘ DO PODAWANIA ZUPY	ARABSKE IMIĘ MĘSKIE		IMIE IVANOWIĆ, TENISISTKI SERBSKIEJ	PIOSENKARZ KANADYJSKI DOPEŁNY RODANU			MIASTO KOŁO LĘBORKA	GWIEZDNY KURZ	BIJE NAWET DAMĘ	20	... KRÓTKI - KRÓL FRANKÓW		PIWO Z ANGLII * ... MAKOWER ORZESZKO- WEJ	
10			SALVADOR, MALARZ HISZPAŃSKI			ROŚLINA OLEISTA	12							26
AMERYKAŃSKI SSAK NADRZEWNY LANCA		28			17		ISTNIENIE		KATARZYNA, AKTORKA (JUSTYNA W "PLEBAINIE")	4				
			STOLICA TURCJI			5	TAMUJE KRWAWIENIA			7	ROZBÓJNIK MORSKI		1	

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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Zawód: Komentator

Kilka minut przed dziewiętnastą. Z głośników płynie jeden z najbardziej rozpoznawalnych polskich głosów. Chwilę później Tomasz Zimoch zaprasza mnie do studia. Móc być w sercu radia – to bez wątpienia wspaniałe doświadczenie. „Randka sportu z muzyką” właśnie się zaczęła. Pan Tomasz łączy się z dziennikarzami i na bieżąco informuje słuchaczy o wyniku finałowego meczu siatkarskiej Ligii Mistrzów oraz spotkania Wisła-Górniki. A gdy w głośnikach rozlegają się pierwsze dźwięki znanych piosenek, Tomasz Zimoch zdejmując słuchawki i odpowiada na moje pytania.



DOROTA MARIA NOWAK

PASJONATKA DZIENNIKARSTWA I SPORTU

Dorothea Maria Nowak: Jest pan ikoną dziennikarstwa, legendą komentatorstwa sportowego. Uwodzi pan słuchaczy. A co pana uwiodło w dziennikarstwie sportowym?

Tomasz Zimoch: Po pierwsze, to ja jestem nie żadną ikoną, tylko zuczkiem.

Gdzie tam, ja legendą? Aż się rumieniłem, jak słyszałem te słowa. Co mnie uwiodło w sporcie? Emocje. Sport był od dziecka moim wielkim przyjacielem. Nie mogłem tego sportu uprawiać, bo poważnie chorowałem. Rodzice bali się o moje życie. Sportem zaraził mnie ojciec, razem z nim chodziłem na mecze. Oglądaliśmy relacje w telewizji, słuchaliśmy transmisji radiowych. To zainteresowanie rozwinęło się w końcu w miłość. A to dlatego, że sport jest niepowtarzalny, w sporcie nie można niczego przewidzieć. Ta nutka, ten znak zapytania – on jest zawsze, nawet gdy

faworyt gra ze zdecydowanie słabszym przeciwnikiem. Sport to też wielkie postaci, idole – identyfikowałem się z wieloma sportowcami, razem z nimi walczyłem, grałem, startowałem, przeżywałem wznoszenia i upadki. Tak się zaczęło i to nie była jedna krótka randka. Ciągłe tę miłość do sportu, a jednocześnie miłość do radia, pielęgnuję. Czas szybko leci, a sport nadal jest czymś wyjątkowym i myślę, że to nie tylko w moim życiu.

Osiągnął pan bardzo wiele w swoim zawodzie. Przez lata pracy wzbił się pan na wyżyny dziennikarstwa radiowego.

Czy jest jeszcze coś, co chciałby pan osiągnąć jako komentator? Jakie są pana marzenie w tym zakresie?

Mam sporo takich marzeń. Zaczyna mnie pociągać dokument. Chciałbym młodemu pokoleniu przypomnieć sportowców i wydarzenia sprzed lat. Często widzę, że niektórzy młodzi kibiccie postrzegają sport jako coś, co zaczęło się dzisiaj, może wczoraj, a najdalej – przedwczoraj. Myślę, że o wielu wydarzeniach w sporcie warto mówić i warto je przypominać.

Czeka nas wielkie wydarzenie sportowe – Euro 2016. Kto według pana ma największe szanse, by wygrać te zawody?

Mam nadzieję, że to będzie piękny turniej. Że nie będziemy się bali ani o formę piłkarzy, ani o to, co ewentualnie może się zdarzyć. Że wygra sport, wygra życie, wygra normalność. Trudno powiedzieć, kto jest faworytem, bo mocnych drużyn jest wiele. Przy mistrzostwach siatkarzy czy piłkarzy ręcznych grono faworytów się zawęża, ale w piłce nożnej – zwłaszcza dzisiaj – każdy może wygrać. A jeśli nie każdy, to co najmniej połowa ze startujących. W tym stwierdzeniu naprawdę nie ma przesady. Może potrafiłbym wytypować 6-8 finałowych drużyn, ale nigdy nie ośmieliłbym się z całą pewnością wskazać tych kilku najlepszych. A dlaczego w finale nie mieliby zagrać Polacy?

Finał jest w naszym zasięgu?

No jasne. Jak nie teraz, to kiedy? Jak nie my, to kto? To jest naprawdę możliwe. Ale nie popadajmy w samozachwyt – musimy pamiętać, że wyjście z grupy wcale nie będzie łatwe. Po losowaniu zapanował entuzjazm. Trafiliśmy na przeciwników, z którymi można wygrać. Ale to wbrew pozorom nie będą łatwe mecze. Niemcy – wiadomo. Ukraina – pamiętajmy, że dla naszych wschodnich sąsiadów sport ma w obecnej sytuacji politycznej bardzo silne patriotyczne znaczenie. To będzie ich mobilizowało do ostrej walki. A Irlandia również może okazać się wymagającym przeciwnikiem. Naprawdę wyjście z grupy nie będzie łatwe... Ale, jak już mówiłem, finał jest możliwy i wszystko się może zdarzyć.

Kibicom trudno jest wyobrazić sobie jakiegokolwiek ważne wydarzenie sportowe bez pana głosu. Dlatego też wspaniałą informacją jest dla nas to, że nie zabraknie pana na sierpniowych igrzyskach olimpijskich w Rio de Janeiro. Jak ocenia pan szanse medalowe Polaków?

Zawsze jestem optymistą. Kto wie, czy to nie będą najlepsze igrzyska od wielu, wielu lat? Mamy naprawdę pewnych nie tylko faworytów czy kandydatów, ale

powiedziałbym wręcz, że złotych medalistów. W niektórych konkurencjach – nie chcę mówić, w których dokładnie – wygranie przez kogoś innego niż Polak byłoby wielką sensacją. Jeśli nasi sportowcy w przygotowaniach nie popełnią żadnych błędów albo nie będą kontuzjowani, to zapowiadają się wspaniałe sukcesy. Myślę, że takich szans medalowych jest zdecydowanie więcej, niż w poprzednich latach.

Miałam przyjemność być w Brazylii i poznać nieco mentalność południowców. Jest ona pogodna, szalona, żywa. Ale też zaraźliwa. Czy myśli pan, że udzieli się ona również panu? Czy możemy się spodziewać isticie brazylijskiego show w Pańskim wykonaniu?

Myślę, że przede wszystkim w wykonaniu polskich sportowców (śmiech).

Chciałbym młodemu pokoleniu przypomnieć sportowców i wydarzenia sprzed lat. Często widzę, że niektórzy młodzi kibiccie postrzegają sport jako coś, co zaczęło się dzisiaj, może wczoraj, a najdalej – przedwczoraj. Myślę, że o wielu wydarzeniach w sporcie warto mówić i warto je przypominać.

Igrzyska zmieniły się w ostatnich latach. Dzisiaj warunki i względy bezpieczeństwa nie zostawiają wiele miejsca na spontaniczność, nie tylko sportowcom, lecz także akredytowanym korespondentom. To jest mordercza praca dla dziennikarza radiowego. Od wczesnego ranka do późnego wieczora. Mamy taką adrenalinę przez te siedemnaście dni, że dopiero gdy zgaśnie olimpijski znicz, spływają z nas wszystkie emocje. Ale nie ulega wątpliwości, że w ten rytm samby będziemy chcieli wejść, że miejsce, w którym odbywa się sportowa walka, ma duże znaczenie. Przed wyjazdem staramy się poznać brazylijską kulturę, ich spojrzenie na sport, zrozumieć, co te igrzyska oznaczają dla jej mieszkańców. Myślę, że to na pewno będzie sportowy karnawał. Jestem o tym przekonany.

Studiował pan dość nietypowy dla swojego zawodu kierunek – prawo. Czy te studia pomogły panu w pracy?

Bardzo mi pomogły. To są takie studia, jak ja mówię, rozszerzające i dające solidne podstawy. Jasne, że studia prawnicze, podobnie jak lekarskie, wymagają późnej

dokształcania; lekarze robią specjalizację, prawnicy aplikacje. Ja zrezygnowałem z aplikacji etatowej, bo już pracowałem w Polskim Radiu. Ale ukończyłem tzw. aplikację pozaetatową i zdałem egzamin sędziowski. Te studia dały mi ogólne spojrzenie na świat. Proszę zwrócić uwagę, że prawnik bez żadnych kłopotów rozumie pewne problemy i sam potrafi je szybko rozwiązać. Uważam, że dla dziennikarza to jest naprawdę fajny podstawowy kierunek.

Jak pana otoczenie zareagowało na to, że został pan dziennikarzem?

Tata na początku chciał, żebym kontynuował rodzinne, prawnicze tradycje. Ale potem, podobnie jak reszta rodziny, zrozumiał, że dziennikarstwo radiowe to spełnienie moich marzeń. Choć ja sam nie miałem pojęcia, jak to się wszystko potoczy. Wielokrotnie myślałem: „a może trzeba było zostać w zawodzie prawnika?”. Czasami zastanawiam się, jakim byłbym sędzią. Czy wydawałbym sprawiedliwe wyroki? Radio to moja prawdziwa pasja. Jestem w czepku urodzony – mogę wykonywać zawód, który sobie wyśniłem.

Studenci będą przeżywać trudny czas. Sesja przypada na Euro 2016, a czas nauki do poprawek (miejmy nadzieję, że nie będą one potrzebne!) na sierpniowe igrzyska olimpijskie. Czy mógłby pan coś poradzić studentom, biorąc pod uwagę swoje doświadczenie? Jak przetrwać sesję?

Studenci, co wy wiecie o egzaminach (śmiech)? Gdy odbywały się mistrzostwa świata w piłce nożnej w Argentynie, to różnica czasu powodowała, że nie było czasu na sen. A teraz Mistrzostwa Europy we Francji – to spokojnie, noc wcale nie będą zarywane. Pamiętam, jak to było wtedy, i pamiętam też jeden z egzaminów. Nie powiem, u którego profesora, ale był on wielkim kibicem sportu, zwłaszcza piłki nożnej. Po meczu Polska-Argentyna, kiedy Kazimierz Deyna nie wykorzystał rzutu karnego, następnego dnia miałem egzamin i na egzaminie rozmawialiśmy głównie o piłce nożnej. Więc co bym radził? Normalnie uczcie się, ale dopingujcie Polaków. Wszystko można wbrew pozorom pogodzić. A jak coś nie będzie szło, to zawsze mówcie egzaminatorom: „Wczoraj meczu pan nie oglądał?”. To też jest rada, bierzcie na litość, taką narodową, o! A co do poprawek – nikomu ich nie życzę i nie wierzę, że przytrafi się wam sesja poprawkowa, więc to będą spokojne igrzyska. Mogę dodać, że jak studiowałem, to przeżywałem igrzyska. Noce w studenckim gronie dopingującym Polaków – to jest dopiero super sportowe przeżycie!

ETAM CRU al. Politechniki 16, Łódź
fot. Maciej Stempij

Moda na murala



MARTYNA KOŠKA

PRAWNIK, WSPÓŁPRACUJE Z PORTALEM
OBSERWATORFINANSOWY.PL

Historia murali jest tak długa jak historia człowieka na Ziemi. Zmianom ulegała tylko technika uwieczniania obrazów. Te najstarsze, odnalezione w grobowcach czy jaskiniach, były wykonywane z użyciem farb sporządzonych z pigmentu i gliny.

Korzeni dzisiejszych murali trzeba szukać w tworzonych od starożytności freskach. Ich wykonanie było bardzo żmudne, gwarantowało jednak niezwykłą trwałość dzieła. Prawdopodobnie zrobione freski dobrze znoszą upływ czasu i są odporne na trudne warunki atmosferyczne. Przez wieki freski wykonywano w kościołach i wnętrzach reprezentacyjnych. Z czasem zaczęto dostrzegać, że obrazy na ścianach mogą nie tylko ozdobić, lecz także nieść za sobą dodatkowy przekaz, reklamowy lub ideologiczny; potrafią zmuszać do refleksji lub po

prostu wywoływać uśmiech. Już pod koniec XIX wieku mieszkańcy niektórych rejonów w Stanach Zjednoczonych byli zachęceni do robienia zakupów właśnie przez wielkie reklamy umieszczone na ścianach budynków.

WSPÓŁCZESNA KOLEBKKA

Ojczyznę murali w takiej formie, jaką znamy dzisiaj, wcale nie są Stany Zjednoczone, lecz Meksyk. W latach 30. ubiegłego wieku działało tam Trzech Wspaniałych (Los tres grandes), którzy za pomocą wielkoformatowych malowideł opowiadali historię kraju, głosili hasła rewolucyjne i promowali idee marksistowskie. Do grupy tej należeli José Orozco, David Siqueiros i, najlepiej znany polskim odbiorcom, Diego Rivera, mąż malarki Fridy Kahlo. Choć ich nazwiska wymienia się razem, to artyści bardzo się od siebie różnili. Rivera był utopistą i realistą i w tym duchu kreował świat na swoich muralach. Orozco pesymistycznie patrzył w przyszłość, jego dzieła są pełne wątpliwości i niepewności. Najbardziej radykalny z całej grupy był Siqueiros, który poza tym, że chętnie sięgał po motywy futurystyczne, dużo uwagi poświęcał portretowaniu mas proletariackich. Wszyscy trzej byli komunistami i żywili przekonanie, że ich sztuka powinna mieć konkretne

OS GEMEOS/ARYZ | ul. Roosevelta 5, Łódź



TOP 5 murali w Łodzi:

1. ul. Roosevelta 5
2. al. Wyszyńskiego 80, blok 267 (os. Retkinia)

przesłanie polityczne. W różnym czasie mieszkali w Stanach Zjednoczonych i spopularyzowali murale także tam. Od początku lat 70. XX wieku najwięcej murali o tematyce politycznej malowano na ścianach w miastach Irlandii Północnej, zwłaszcza w Belfaście i Derry. Poświęcone były walce o przyłączenie Irlandii Północnej do Irlandii, ale nawiązywały także do martyrologii i najważniejszych wydarzeń historycznych. Szacuje się, że od początku lat 70. powstało ich tam około dwóch tysięcy.

NAJBARDZIEJ TAJEMNICZY ARTYSTA

Choć murale rozpowszechniły się na całym świecie, nazwiska ich autorów nie zapisały się w społecznej świadomości. Wśród rzeszy anonimowych artystów funkcjonuje jedno nazwisko, a właściwie pseudonim, który znany jest nie tylko miłośnikom street artu, czyli sztuki ulicy. Chodzi o Banksy'ego, tajemniczego artystę z Bristolu, który zaczął od graffiti, by z czasem swoje lewicowe i antykapitalistyczne poglądy przedstawiać za pomocą szablonów. Murale Banksy'ego można oglądać przede wszystkim w Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych, jednak przed kilkunastoma miesiącami zdecydował się namalować serię obrazów na murach w zniszczonych domach w Strefie Gazy. Różny jest los murali autorstwa Banksy'ego: niektóre zamalowano, inne z miejsca stały się atrakcją turystyczną i przyciągają setki zainteresowanych, jeszcze inne po prostu

INTI | al. Wyszyńskiego 80, Łódź
fot. Maciej Stempij



INTI | al. Wyszyńskiego 80, Łódź
fot. Maciej Stempij



SHIDA | ul. Wojska Polskiego 82, Łódź
fot. Maciej Stempij



3.al. Politechniki 16
4.ul. Wojska Polskiego 82
5.ul. Uniwersytecka 3

wycięto razem z tynkiem i sprzedano na aukcjach za dziesiątki tysięcy dolarów.

OD PRL-U DO STREET ARTU

W naszym kraju murale pojawiły się w okresie PRL i służyły do reklamowania firm, głównie państwowych (PKO, Peweks); niekiedy miały wzmacniać robotniczy etos i ducha współpracy. Na Zachodzie powstawały w tym czasie „murałe zaangażowane”, które były nośnikami wartości i oczekiwań społecznych. W latach 90. murale, systematycznie zastępowane przez reklamy wielkoformatowe, przestały pełnić dotychczasową funkcję marketingową i powoli znikwały – niekiedy dosłownie, bo ginęły pod warstwami nowej farby lub też wyburzane były budynki, na których je umieszczono. Mylił się jednak ten, kto myślał, że całkowicie znikną z naszych ulic: stało się odwrotnie i polska mapa murali powiększa się o coraz to nowe pozycje. Korzystają wszyscy – dla artystów mural jest fantastyczną formą wypowiedzi, a dla wspólnot mieszkaniowych czy władz miasta, zamawiających wykonanie murali, są one niekiedy najlepszym sposobem na zapełnienie pustych i odrażających dotychczas ścian. Za pomocą murali upamiętnia się ważne wydarzenia historyczne, oddaje cześć zasłużonym mieszkańcom (np. utrzymany w stylistyce kalejdoskopu portret Artura Rubinsteina w Łodzi) czy ciekawie opowiada historię miasta. Na polską stolicę murali wyrosła Łódź, która, ze względu na dużą liczbę pustostanów i budynków pofabrycznych, daje artystom prawie nieograniczoną powierzchnię do realizacji ich pomysłów. ■

PKN ORLEN PONOWNIE WYRÓŻNIONY TYTUŁEM
THE WORLD'S MOST ETHICAL COMPANIES®



(Nie)zrobieni w balona



PAWEŁ SZAPALA

AUTOR BLOGA PODRÓŻNICZO-FOTOGRAFICZNEGO CZLOWIEKPRZYGODA.PL

Oszustwa zdarzają się wszędzie. Są tak powszechne jak przydrożne straganiki z Pad Thai w Tajlandii. Możemy wyróżnić wiele rodzajów oszustw, ale absolutnie nie mam tu na myśli szwindli w stylu „pojechałam z moim chłopakiem do Egiptu, wczasy były w promocji poza sezonem i nie dostaliśmy pokoju, który figurował w katalogu”. Mam na myśli oszustwa, z którymi zmagają się backpacker codziennie lub, na jego nieszczęście, nawet dwa razy dziennie. Przez ostatnie lata podczas podróży z plecakiem poznałem naprawdę skuteczne metody wyłudzenia pieniędzy od turystów. Myślę, że jeśli byłby prowadzony ranking, to Azję można by uhonorować pierwszym miejscem, nie tylko za tupet i bezczelność, lecz także za oryginalność.

NA HERBATKĘ

Dla przykładu – mogę podać klasyczne wyłudzenie „na herbatę ze studentami”. Typowałbym większe miasta na wschodzie, w których można się na to załapać, takie jak Szanghaj, Bangkok, Hongkong czy Pekin. Mi przytrafiło się to w Pekinie, pod wejściem do Zakazanego Miasta. Kiedy spacerowałem i robiłem zdjęcia z moim przewodnikiem, namierzyła nas trójka studentów. Młodzi ludzie następnego dnia jechali do domu, ale zaproponowali, że dzisiejszy wieczór spędzą z nami, ćwicząc przy tym swój angielski. Każdy, kto wystarczająco długo

podróżuje, ma w sobie system alarmowy, który informuje go przed nadciągającym niebezpieczeństwem lub utratą pieniędzy. Wojciech Cejrowski ma swoją kosmatą panikę, Tomek Michniewicz – Rogera, a ja jestem wyposażony w Czerwoną Lampkę, która zapala się w mojej głowie i wydaje odgłos syreny strażackiej. Kiedy jedna ze studentek powiedziała mi, że jestem przystojny jak Brad Pitt, syrena zawyła... Ale nie chciałem być niemiły dla naszych gospodarzy i swojego przewodnika. Zresztą był to mój pierwszy wyjazd do Azji i zwykła ciekawość przeważała szalę. Przyjacielscy studenci zaprowadzili nas do knajpki z herbatą. Ja zamówiłem piwo, moja przewodniczka – kawę. Sprawdziłiśmy dokładnie ceny w menu. Studenci poprosili o chrupki, mandarynki oraz herbatę. Atmosfera była super. Obierali dla nas mandarynki, piliśmy z nimi herbatę, podjadaliśmy chipsy. Kiedy chciałem zrobić im zdjęcie, usłyszałem uprzejmą odpowiedź, że nie można im robić fotografii, bo tracą przez to kawałek duszy. Moja syrena zawyła ponownie, ale i tym razem ją zignorowałem. Zacząłem tylko grzebać w myślach – gdzie ja słyszałem ten fragment o traceniu duszy? W jakim to było filmie? Tymczasem na stół wjechał rachunek i wszyscy moi towarzysze wpadli w panikę. Tylko ja jeden trwałem w błogiej nieświadomości spowodowanej nieznaną języczką chińskiego. Rachunek za przekąski „studentów” opiewał w przeliczeniu na sto euro. A że żarłem ich mandarynki, jadłem chipsy i piłem herbatę sprzed tysiąca lat, podzieliłiśmy się rachunkiem i zapłaciłem pięćdziesiąt euro.

Był to mój pierwszy i ostatni przekręt, na jaki dałem się nabrać w Azji. Jest też na tę sytuację sposób. Jeśli kiedyś natraficie na podobnych ludzi i będziecie mieli trzydzieści minut, możecie się zabawić ich kosztem. Idźcie z nimi na tę herbatkę, a kiedy siądziecie przy stoliku, zamówcie sobie coś do picia z menu, w którym będzie podana cena.

Wasz nowy przyjaciel prawdopodobnie zamówi parę rzeczy i będzie chciał Was nimi częstować. Gdy będzie podsuwał mandarynki, powiedzcie mu, że polska religia zabrania wam jeść mandarynki.



Żelazne zasady

Skuter

Przed wypożyczeniem skutera w Azji dokładnie go obejrzyj i sfotografuj, tak aby wypożyczający widział, że to robisz. Zmniejsz to ryzyko późniejszego wyłudzenia pieniędzy za uszkodzenie, które nie zostało zrobione podczas Twojego użytkowania.

Pieniądze

Nie trzymaj wszystkich pieniędzy i kart kredytowych w jednym miejscu. Najlepiej je podzielić, umieścić część w portfelu, część w pasie podróżniczym, a ostatnią część schować w ukrytym schowku plecaka. Warto mieć odliczone kwoty.



podróżowania

Taksówki

Przed ruszeniem taksówką zawsze kaź włączyć kierowcy licznik.

Jedzenie

Nie zamawiaj jedzenia, jeżeli w menu nie ma cen. Różnie się to może skończyć.

Atrakcje turystyczne

Zawsze sprawdzaj przed głównymi atrakcjami ich ceny (może wstęp jest darmowy?). Przeważnie tam istnieje największe ryzyko trafienia na naciągacza, który będzie próbował sprzedać ci bilet do miejsca, w którym nie płaci się za wstęp.

Będzie chciał połać herbaty – trzeba podziękować i wykpić się jakimś uczuleniem. Posiedźcie sobie pół godziny, poczekajcie na rachunek i napawajcie się chwilą, w której biedny student będzie się tłumaczył. Oczywiście nie dawajcie mu żadnych pieniędzy. Bo za co, jeśli się nic od niego nie jadło i nie piło.

NA KONIEC TRASY

Podczas wypraw do Azji często spotykałem się z sytuacją, w której późnym wieczorem kierowca autobusu zatrzymywał się gdzieś na przystanku przy ulicy X i kazał wysiadać. Oczywiście pod przystankiem był zaprzyjaźniony hotel, pewnie jego kuzyna, który za drobną opłatą dwudziestu dolców was przenocuje. Z tej sytuacji są dwa wyjścia. Pierwsze: on nie mówi po angielsku, ty nie mówisz po angielsku. Jeżeli masz kupiony bilet do stacji głównej, to najlepszą metodą jest siedzieć jak baran, patrzeć na niego i nie reagować. Nie klócić się i nie podejmować żadnej rozmowy. Po pięciu minutach zrezygnowany kierowca ruszy, a ty znajdziesz się na dworcu głównym.

Druga metoda polega na tym, że wysiadasz z autobusu, rozglądasz się za przygodą, a potem idziesz szukać taniego hotelu. No chyba że podróżujesz na bogato i stać cię na hotel. Ale równie dobrze można polecieć na wakacje z biura podróży, prawda?

NA PODATEK OD BIAŁEGO

Z najbardziej zuchwałym oszustwem spotkałem się na granicy Laosu z Kambodżą. Jeśli chcemy się przedostać przez granicę w rejonie Don Det, to specjalne autobusy zabierają nas pod granicę. Siedzi tam sobie pan w drewnianej budzie i przy stawianiu pieczątki krzyczy „ONE DOLLAR!”. 90% ludzi, którzy tam podchodzą, daje mu tego jednego dolara. Jeśli masz tupet i byłeś tam już wcześniej, nie dajesz mu dolara i idziesz dalej na pewniaku. Chłopa co najwyżej zamuruje, w najgorszym razie może coś tam do ciebie pokrzyżać. Dalej między Laosem a Kambodżą jest około pięćdziesiąt metrów ziemi niczyjej. Na tej ziemi jest specjalistyczny stolik do lemoniady przykryty białym obrusem, przy którym siedzi dwóch chłopów w kitlach lekarskich z elektronicznym termometrem i próbuje wyglądać profesjonalnie. Sprawdzają, czy człowiek nie wnosi żadnej choroby tropikalnej do Królestwa Kambodży. Opłata obowiązkowa w wysokości jednego dolara. Kolega, który był ze mną i za późno zaszczepił się na wyprawę, miał objawy WZW, siadała mu wątroba, oczy miał żółte jak banany. Usiadł przy tym stoliku, inspekcja sanitarna go bada, termometr zapiszczał jak u każdego,

W międzyczasie zerkałem na managera lokalu i lekko uśmiechającego się kelnera. Czerwona lampka plus syrena. Oddałem bez słowa telefon, zapłaciłem za jedzenie bez napiwku, wstałem i wyszedłem... mogliby dać sobie spokój z wyłudzeniem kasy przy jedzeniu.

lekarz stwierdził że jest „okay, one dollar”. I go puścił. Ostatnim elementem legalnego haraczu jest trzecia budka postawiona na granicy Kambodży. Jak już kupi się wizę i zostanie ona wklejona do naszego paszportu, to tłusty strażnik przebiję ją pieczątką, za jednego dolara oczywiście. Oficjalnie wiza kosztuje dwadzieścia dolarów, ale na granicy może dojść nawet do dwudziestu pięciu dolców – zależy od humoru strażników. Najlepszym sposobem jest pewność siebie i dobry rozpęd na samym początku – gdy idziesz pewnie, to nikt Cię nie zatrzyma, nikt nie każe płacić. Wchodzisz, jakbyś był tam tysiąc razy. Niestety większość ludzi nabiera się i płaci każdemu.

NA OKRADZONEGO STUDENTA

Z najbardziej niesmacznym oszustwem spotkałem się podczas jedzenia obiadu w knajpce w mieście Ayutthaya. Podszedł do nas manager lokalu z telefonem komórkowym i słabym angielskim. Oznajmił, że jego znajoma z USA została okradziona w Bangkoku, zresztą ona to wyjaśni, i podał mi telefon. Przez telefon rzeczywiście mówiła kobieta, ale jej amerykański akcent pochodził raczej ze stanu Południowa Tajlandia. Przerażona Tajka mówiła, że została okradziona i żebym jej zrobił przelew pieniężny, a ona na pewno mi to odda, gdy będzie w Ayutthaya. W międzyczasie zerkałem na managera lokalu i lekko uśmiechającego się kelnera. Czerwona lampka plus syrena. Oddałem bez słowa telefon, zapłaciłem za jedzenie bez napiwku, wstałem i wyszedłem... mogliby dać sobie spokój z wyłudzeniem kasy przy jedzeniu.

Na zakończenie chciałbym dodać, że oszuści są wszędzie i tylko od nas zależy, czy damy się nabrać oraz jak to przyjmujemy. Najlepszym sposobem na to, by nie paść ofiarą oszustw, jest zapoznanie się z regionem, w który się udajemy – nie z przewodników książkowych, bo mogą być nieaktualne, a wiele rzeczy może zostać pominiętych. Korzystajcie ze stron dla backpackerów, blogów i innych witryn internetowych poświęconych podróżowaniu. Szerokiej drogi, wolnych miejsc w busie i ciekawych przygód.

#ProtestPCz: Studenci bronią studentów



OLIWIA SIWIŃSKA

DYREKTOR BIURA PRASOWEGO PSRP,
STUDENTKA DZIENNIKARSTWA NA UW

Śród skandalicznych sytuacji na Politechnice Częstochowskiej wymienić można utrudnianie procesu wyborczego (brak obwieszczeń i organizowanie wyborów, gdy studenci są na obowiązkowym wyjeździe kursowym), zmuszanie studentów do wnoszenia opłat za uczestnictwo w juwenaliach finansowanych ze środków publicznych, próby zastraszania studentów, obsadzanie stanowisk w samorządzie osobami, które otrzymały wyrok za nielegalne sprzedawanie alkoholu na juwenaliach.

Hubert Pietrzak, prezes ESN, a teraz przewodniczący Studenckiego Komitetu Protestacyjnego, podczas prób interwencji u władz PSRP i w ministerstwie został oskarżony o rzekome pomówienie uczelni i działanie na jej szkodę. Wniosek został umorzony.

Między studentami a prorektorem nie ma żadnego dialogu. Próbowaliśmy od dwóch lat, całkowicie bezskutecznie. Nie ma się co dziwić, że studenci sami wzięli sprawy w swoje ręce – mówi. Nasze protesty to jest ostateczna droga – władze uczelni nie rozumieją, że to oni powinni być dla studentów, a nie my dla nich. Dopiero teraz, kiedy stajemy do walki o naszą prawa, zaczynają się z nami liczyć.

STUDENCI RAZEM

Parlament Studentów RP prowadzi sprawę od samego początku, w związku z tym jego przedstawiciele będą ze studentami również na nadzwyczajnym posiedzeniu senatu PCz.

Cieszymy się, że obecnie inne organizacje studenckie, jak choćby NZS czy ESN, dołączają się do naszych działań. Wierzymy, że jesteśmy w stanie wyplenić patologię z uczelni i zagwarantować studentom przestrzeganie ich elementarnych praw – komentował Mateusz Mrozek, przewodniczący PSRP.

Mateusz Mrozek pojawił się na

Pierwsza od dwudziestu lat groźba rozpoczęcia strajku studenckiego zatrzęsała murami Politechniki Częstochowskiej. Ale jej podstawy już od dawna chwieją się od nieprawidłowości i małych skandali.

nadzwyczajnym posiedzeniu senatu uczelni 6.04.2016. Na spotkanie – mimo że wstępnie zamknięte – przybyły media, około dwustu pięćdziesięciu studentów i przedstawiciele organizacji studenckich. Protesty kadry akademickiej i próby wyrzucenia obecnych z sali nic nie dały. Posiedzenie było transmitowane na żywo i oglądane przez setki widzów.

Cztery godziny obrad doprowadziły prorektora Andrzeja Ruska, oskarżanego o protektorat nad Bartoszem Czają i Adrianem Piotrowskim, zarządzającymi samorządem studenckim i sprawnie blokującymi wybory elektorów, do złożenia wniosku o zawieszenie. Profesorowi Andrzejowi Ruskowi zarzuca się firmowanie nieprawidłowości w działaniach samorządu studenckiego, zastraszanie „niepokornych”, niejasne rozliczenia finansowe. Listę zarzutów przygotował zaangażowany w sprawę poseł Kukiz'15, Tomasz Jaskóła. Rektor przyjął wniosek o zawieszenie go w czynnościach.

TO JESZCZE NIE KONIEC

Dzisiaj wygrali studenci – komentował Mateusz Mrozek, przewodniczący PSRP po zakończonym posiedzeniu Senatu, podczas którego pani rektor prof. Maria Nowicka-Skowron podpisała dokument z postulatami Komitetu Strajkowego.

W sprawie wciąż pojawiają się nowe wątki. Poseł Jaskóła w kwietniu ujawnił nagranie sprzed niemal roku (10.06.2015), w którym na posiedzeniu samorządu studenckiego PCz ktoś mówi: Ten, kto będzie mieszał przy tych wyborach, straci palce, a może nawet rękę. W sieci pojawił się też filmik, w którym zawieszony już rektor zabiera z USOS dane personalne członków Komitetu Strajkowego.

Za studentami PCz organizacje studenckie stanęły murem. Trzeba zawiesić Pana Piotrowskiego – napisał na portalu społecznościowym Przewodniczący PSRP, Mateusz Mrozek. Rektor PCz spełniła ten postulat.

Sytuacji przygląda się Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Piotr Müller, doradca Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego Jarosława Gowina, złożył wniosek o przesłanie pełnej dokumentacji związanej z procedurą wyborczą w ramach kolegium elektorów.

Agenda wydarzeń:

27.05.2015, Wydział Inżynierii i Produkcji Materiałów PCz – Wybory do samorządu studenckiego, brak obwieszczeń wyborczych, wybory odbywają się w Domu Studenckim.

Juwenalia 2015 – studenci płacą za wstęp na imprezę powiązaną z Juwenaliami. Samorząd nie zgłasza zbiórki publicznej do US w Częstochowie. Nielegalnie sprzedawany jest alkohol. Przewodniczący samorządu studenckiego Bartosz Czaja zostaje prawomocnie skazany na karę grzywny.

30.06.2015 – PSRP zgłasza wniosek w trybie dostępu do informacji publicznej, który zawiera pytania o finansowanie juwenaliów oraz działalność samorządu studenckiego. PCz długo nie odpowiada. PSRP składa skargę na bezczynność.

3.02.2016 Mimo wyroku karnego B. Czaja zostaje wybrany wiceprzewodniczącym URSS i członkiem Studenckiej Komisji Wyborczej.

03.2016 Wybory na sześcioro sześcioro istniejących wydziałów przegrywają rządzący. Wybory zostają unieważnione bez podania przyczyny. Podczas wyborów elektorских dochodzi do zatrzymania przez policję dwóch studentek, które posiadają przy sobie sfałszowane legitymacje studenckie.

3.02.2016 na bis PSRP wystosowuje wniosek do MNiSW o nadzór nad PCz.

4.04.2016 Ogłoszenie pierwszego od dwudziestu lat strajku studenckiego.



Stresujący egzamin



ANNA POPEK

DZIENNIKARKA TVP

Życie studenta to ciągłe egzaminy. Póki sesja jest jeszcze daleko, wydaje nam się, że materiał wcale nie jest trudny, a czasu mamy mnóstwo. Wiadomo, taka jest natura ludzka. Dopiero termin wiszący nad głową jak miecz Damoklesa sprawia, że uruchamiają się nasze zdolności mobilizacyjne. Wyciągamy gdzieś z zakamarków duszy pracowitość, silną wolę i ambicję okraszzone wrodzoną inteligencją i zaczynamy się uczyć.

Dzięki mojej córce, która przygotowywała się do matury, wiem, że najlepiej działa podzielenie materiału do nauki na mniejsze odcinki, a następnie planowe ich opracowywanie. Na przykład w poniedziałek robiła polski, we wtorek angielski, w środę geografii i tak dalej. Colin Rose, brytyjski wykładowca i trener zajmujący się psychologią uczenia, zaobserwował, że najszybciej uczymy się wtedy, gdy angażujemy wszystkie zmysły. Czyli nie tylko czytamy tekst po cichu, lecz także na głos (a nawet śpiewamy!) i

wyobrażamy sobie dokładnie opisywane zagadnienie. Właśnie w wyraźnym wyobrażeniu sobie przedmiotu nauki tkwi sekret szybkiego uczenia. Trzeba poczuć jego kształt i zapach. Zobaczyć coś, co mózgowi urealni przedmiot poznania. Metoda Colina Rosa jest wykorzystywana między innymi do błyskawicznej nauki języków obcych.

Nauka nauką, ale swoją wiedzę trzeba jeszcze jak najlepiej przekazać. Nie dać się zjeść nerwom i zabłysnąć, czyli dobrze się sprzedać.

WEŹ SPRAWY W SVOJE RĘCE

A zatem – jak pokonać stres? Kiedyś denerwowałam się przed każdym programem na żywo, każdym publicznym wystąpieniem. Oczywiście zawsze wszystko w końcu się odbywało zgodnie z planem, ale pamiętam te długie minuty za kulisami, kiedy powtarzałam swoje kwestie i nazwiska zaproszonych gości. Zastanawiałam się, jak wejść na scenę, czy mikrofon jest włączony... Z czasem mi przeszło, po prostu się przyzwyczaiłam, ale rzecz w tym, żeby pokonać stres natychmiast, bo przecież pierwsze wrażenie możemy zrobić tylko raz. Niedawno miałam debiut w programie „Świat się kręci”. Pozornie nie była dla mnie sytuacja szczególnie stresująca. Formułę tego typu programów znam od lat. A jednak nowe studio, nowe elementy, nowe otoczenie, a przede wszystkim oczekiwania innych obarczały ten przyjemny skądinąd moment podjęcia nowego wyzwania dużym

Nauka nauką, ale swoją wiedzę trzeba jeszcze jak najlepiej przekazać. Nie dać się zjeść nerwom i zabłysnąć, czyli dobrze się sprzedać

stresem. Dopóki nie wzięłam spraw w swoje ręce, dopóki nie przeszłam przez studio sama krok po kroku, dopóki nie sprawdziłam wszystkich swoich tekstów, nie przeczytałam ich na głos i wreszcie nie wyobraziłam sobie siebie samej, stojącej na środku studia – czułam lekki dreszcz niepewności.

MIEJ FRAJDĘ

Kluczowe jest przeniesienie uwagi z siebie na przedmiot zagadnienia – w przypadku egzaminu na naukę jako taką. Przy okazji programu – na to, co widz z tego będzie miał. Nie jest wtedy dla mnie ważne, czy ładnie wyglądam, czy się nie pomylę; ważne, żeby w dobrym miejscu i czasie, we właściwy sposób przekazać to, co jest do przekazania.

A już na koniec – trzeba znaleźć w tym trochę frajdy, zaciekawienia, radości. W moim zawodzie to dość łatwe, bo mam super tematy i gości. W przypadku studentów na przykład mechatroniki, których podziwiam, może być to nieco trudniejsze. Ale wtedy można sobie pomysłować, że zdobywają unikatową wiedzę, która pozwoli im być kimś zupełnie wyjątkowym. Powodzenia!



ABC inwestowania:

Kapitałne inwestycje o rynku kapitałowym i giełdzie



MARTYNA KOŚKA

PRAWNIK, WSPÓŁPRACUJE Z PORTALEM
OBSERWATORFINANSOWY.PL

Rynek kapitałowy, ze względu na swój globalny zasięg i różnorodne możliwości inwestycyjne, stanowi atrakcyjne miejsce do lokowania pieniędzy. Umożliwia inwestorom lokowanie wolnych środków m.in. w akcje przedsiębiorstw, w których pokładają nadzieje - tym samym finansują oni ich rozwój.

RYNEK KAPITAŁOWY JAKO CZĘŚĆ RYNKU FINANSOWEGO

Rynek kapitałowy jest częścią większej całości – rynku finansowego, który,

ujmując to w najprostszych kategoriach, można rozumieć jako miejsce, w którym spotykają się podmioty poszukujące finansowania z tymi, które takie środki mogą zaproponować. I tak, o ile na rynku kamieni szlachetnych przedmiotem transakcji są kamienie szlachetne, a na rynku nieruchomości – domy i działki, to na rynkach finansowych przedmiotem są instrumenty finansowe. Do najbardziej typowych instrumentów finansowych zaliczamy papiery wartościowe (akcje, obligacje i certyfikaty inwestycyjne), instrumenty pochodne (np. opcje i kontrakty terminowe).

W zależności od instrumentu, który jest przedmiotem obrotu, wyodrębnić

możemy różne segmenty rynku finansowego. Jednym z takich typów jest właśnie rynek kapitałowy.

Na rynku kapitałowym są zawierane kontrakty średnio- i długoterminowymi instrumentami finansowymi, takimi jak akcje i obligacje. Ze względu na swoją rozbudowaną formę i ogromny, właściwie globalny zasięg, rynek kapitałowy przyciąga inwestorów jako atrakcyjne miejsce do lokowania kapitału.

Rynek kapitałowy możemy dzielić stosując różne kryteria. I tak, biorąc pod uwagę przepływy finansowe, wskażemy na rynek pierwotny, na którym emituje się nowe papiery wartościowe, dzięki któremu firma emitująca np. akcje, może

Potocznie przez giełdę rozumie się miejsce, w którym odbywają się transakcje akcjami i innymi papierami wartościowymi. Bardziej poprawne jest jednak inne rozumienie giełdy – jako regularnych i podporządkowanych określonym zasadom „spotkań” kupujących i sprzedających

pozyskać środki na rozwój. Jest też rynek wtórny, na którym jedni sprzedają, a inni kupują już wcześniej wyemitowane papiery.

Biorąc pod uwagę sfery obrotu, wyróżniamy rynek regulowany oraz alternatywny system obrotu. Rynek regulowany zapewnia wszystkim uczestnikom powszechny, równy i jednoczesny dostęp do informacji. Wszyscy zainteresowani nabyciem i sprzedażą instrumentów finansowych robią to na jednakowych warunkach. W ramach rynku regulowanego wyodrębnimy rynek giełdowy (Rynek Główny Giełdy Papierów Wartościowych) oraz rynek pozagiełdowy (prowadzi go BondSpot S.A.).

Z kolei alternatywny system obrotu cechuje się tym, że nie musi zapewniać uczestnikom powszechnego, pełnego i jednakowego dostępu do informacji o ofertach, nie musi także stwarzać jednakowych warunków nabywania i zbywania instrumentów finansowych. Powszechnym błędem jest utożsamianie alternatywnego systemu obrotu z rynkiem pozagiełdowym. Występują między nimi istotne różnice, z których najważniejsza polega na tym, że system alternatywny nie jest regulowany – w przeciwieństwie do rynku pozagiełdowego. Oznacza to, że dla spółek w tym systemie nie stosuje się licznych regulacji dotyczących spółek notowanych na rynku regulowanym. Obrót w systemie alternatywnym jest organizowany i regulowany przez Giełdę - to GPW określa wymogi formalne i obowiązki informacyjne spółek. Najważniejszym rynkiem, prowadzonym w ramach alternatywnego systemu obrotu, jest NewConnect. To rynek przeznaczony przede wszystkim dla młodych spółek o kapitalizacji zazwyczaj niższej niż na rynku głównym. Większość notowanych na NewConnect spółek działa w sektorze nowych technologii.

W starszych książkach do ekonomii jest jeszcze jedno kryterium wyodrębnienia, które bierze pod uwagę stopień zorganizowania rynku. Autorzy wskazują tu na rynek giełdowy – czyli po prostu giełdę papierów wartościowych i pozagiełdowy. Dziś ten podział wzbudza wątpliwości, bo wraz z rozwojem nowych technologii i metod obracania papierami wartościowymi, coraz trudniej jednoznacznie usta-

lić, czy miejscem dokonywania transakcji jest giełda, czy też chociażby serwer, za pośrednictwem którego uczestnicy rynku składają polecenie sprzedaży czy zakupu.

Jeszcze 40 lat temu sytuacja była bardziej klarowna: można było inwestować albo na giełdzie, albo poza nią. Innej kategorii nie było. Wątpliwości w głowach teoretyków zasiało ustanowienie w 1971 r. NASDAQ (National Association of Security Dealers Automated Quotations), który nie był giełdą, bo nie spełniał stawianych przez prawo wymogów, ale jednocześnie był pierwszym tak dobrze zorganizowanym rynkiem pozagiełdowym. Sposób działania NASDAQ zbliżał go do giełdy; np. istniały podobne regulacje w zakresie informacji o zawieranych transakcjach czy wymogi informacyjne skierowane do emitentów. Jednocześnie istniała bariera, która uniemożliwiała zaliczenie NASDAQ do rynku giełdowego: miejsce zawierania transakcji.

Stało się jasne, że podział na rynki giełdowe i pozagiełdowe jest anachroniczny i nie przystaje do aktualnych potrzeb. Ostatecznym argumentem za rezygnacją z tego podziału było... uzyskanie przez NASDAQ licencji giełdowej.

Rynek kapitałowy podlegał w ostatnich 20 latach ogromnym przemianom, na co wpływ miały choćby globalizacja i znacząca liberalizacja rynku. Sama giełda bardzo dawno temu przestała być miejscem bezpośrednich spotkań kupujących i sprzedających. Krzyczących do telefonu maklerów w czerwonych szelkach, którzy na palcach pokazują sobie różne znaki zobaczymy już tylko w amerykańskich filmach, których akcja toczy się najpóźniej w pierwszych latach XXI wieku.

Dziś wszystkie operacje odbywają się za pośrednictwem bardzo rozbudowanych systemów elektronicznych, dzięki którym w czasie realnym można kupować i sprzedawać papiery wartościowe z dowolnego miejsca na świecie.

GIEŁDA – WIRTUALNE MIEJSCE SPOTKAŃ

Potocznie przez giełdę rozumie się miejsce, w którym odbywają się transakcje akcjami i innymi papierami wartościowymi. Bardziej poprawne jest jednak inne rozumienie giełdy – jako regular-

nych i podporządkowanych określonym zasadom „spotkań” kupujących i sprzedających. Jedynym miejscem, w którym takie „spotkania” mogą się odbywać w Polsce, jest Giełda Papierów Wartościowych w Warszawie S.A. Do jej zadań należy organizacja obrotu instrumentami finansowymi, zapewnienie sprawnego i bezpiecznego przebiegu transakcji oraz pozyskiwanie nowych uczestników rynku. GPW odpowiada ponadto za rozwój i promocję obrotu instrumentami finansowymi oraz długoterminowych oszczędności.

Pierwsza sesja giełdowa odbyła się 16 kwietnia 1991 r. Obracano wtedy akcjami zalewie 5 firm. Dziś na giełdzie notowane są akcje blisko pięciuset spółek, reprezentujących różne sektory gospodarki.

Od 2010 r. sama GPW jest spółką publiczną notowaną na Giełdzie Papierów Wartościowych w Warszawie.

JAK ZACZĄĆ INWESTOWANIE?

Każdy, kto chce zainwestować pieniądze na giełdzie, musi założyć rachunek inwestycyjny w biurze maklerskim. Dokonywanie transakcji kupna-sprzedaży na GPW odbywa się wyłącznie za pośrednictwem domów maklerskich. Za pośrednictwem biura pobierają prowizję od każdej zawartej transakcji. Prowizję płaci zarówno kupujący, jak i sprzedający, a jej wysokość zależy od wartości transakcji. Po dokonaniu transakcji biuro maklerskie za pośrednictwem banku rozlicza się z klientem oraz z Krajowym Depozytem Papierów Wartościowych, czyli instytucją odpowiedzialną za prowadzenie i nadzorowanie systemu rejestracji papierów wartościowych oraz systemu rozrachunku transakcji. Zawarcie jakiegokolwiek transakcji skutkuje zmianą zapisów na kontach prowadzonych przez KDPW i zmianą na rachunkach klientów, prowadzonych przez domy maklerskie.

Funkcjonowanie giełdy precyzyjnie regulują przepisy, a dodatkowo Komisja Nadzoru Finansowego sprawuje nadzór nad obrotem papierami wartościowymi i tym, by biura maklerskie, fundusze inwestycyjne i sama GPW działały zgodnie z prawem. Wobec tego inwestorzy indywidualni mogą być pewni, że ich pieniądze są bezpieczne. Oczywiście, żadna zewnętrzna instytucja nie ponosi odpowiedzialności za nietrafione decyzje inwestycyjne. To, czy inwestor – bez znaczenia, czy duży, czy mały – zarobi na giełdzie, jest zawsze wynikiem splotu czynników, do których należą umiejętności przewidywania zmian cen akcji, wyczucie oraz umiejętność interpretowania sygnałów w gospodarce i w otoczeniu giełdowym.

ABC inwestowania:

Zasady i psychologia inwestowania



JAROSŁAW GAJEWSKI

ZASTĘPCA REDAKTORA
NACZELNEGO „KONCEPTU”

Najważniejsze w działalności indywidualnego inwestora giełdowego jest coś, co wiąże się z jego osobowością. To zdolność niezależnego myślenia, umiejętność spojrzenia z zewnątrz na dynamikę zdarzeń (notowań), trafność analizy i opanowanie pozwalające na zachowanie dystansu wobec owczego pędu.

Polacy, którzy chcą dziś oszczędzać, mają problem. Historycznie niski poziom stóp procentowych oraz utrzymująca się od półtora roku deflacja (również historyczne zjawisko – ostatnio ujemny koszyk cen podstawowych mieliśmy w Polsce w okresie przedwojennym) sprawiły, że pomnażanie oszczędności przez zakładanie depozytów i lokat bankowych stało się mało atrakcyjne. A to przecież najpopularniejsza w naszym kraju forma inwestowania zaoszczędzonych pieniędzy! Jeśli dodamy do tego marginalizację otwartych funduszy

emerytalnych oraz zachowawczą postawę Polaków wobec funduszy inwestycyjnych, to otrzymamy pełny obraz dylematów osób, które mają wolne środki, ale nie widzą zbyt wielu sposobności dobrego ich „zaparkowania”. Potwierdzają to dobitnie ostatnie dane Narodowego Banku Polskiego. Mimo przeprowadzenia kilkuletniej akcji edukacyjnej banku centralnego oraz upowszechniania przez banki płatności mobilnych i kart zbliżeniowych, Polacy trzymają sporo gotówki w domach. Na koniec marca 2016 były to aż 154 miliardy złotych, ponad 15% więcej niż rok wcześniej.

PROSTE TECHNIKALIA, SPORE WYZWANIA

W każdym kraju o ugruntowanej gospodarce wolnorynkowej wachlarz możliwości dla indywidualnych inwestorów oferuje giełda. W przypadku Polski – Giełda Papierów Wartościowych (GPW). Zatem jeśli ktoś z czytających niniejszy tekst dysponuje wolną gotówką, może spróbować swoich sił na warszawskim parkiecie. (Jest tylko jeden warunek – proszę przeczytać artykuł do końca!). Kwestie techniczne nie są trudne do opanowania, a samo przedsięwzięcie kosztuje niewiele. Konto w wybranym biurze maklerskim można założyć w zasadzie za darmo; opłaty związane są z realizacją zleceń (około 0,3% wartości dokonywanej transakcji). Wyzwanie stanowi natomiast

wszystko to, co wiąże się z aktywnością giełdowego gracza. Tu już potrzeba czasu, zaangażowania, decyzyjności i – czasami – mocnych nerwów.

PYTANIA I ZASADY

W ramach przygotowania się do roli inwestora giełdowego warto odpowiedzieć sobie na następujące pytania: co chcę osiągnąć? Ile i w jakim czasie chcę zarobić? Ile czasu mogę poświęcić na analizę tego, co mnie interesuje? Kiedy już precyzyjnie odpowie się na powyższe pytania, trzeba (albo przynajmniej warto) zapamiętać kilka najważniejszych zasad indywidualnego inwestora giełdowego. Nie są skomplikowane, a mogą zminalizować ryzyko związane z giełdową dynamiką zdarzeń.

Zasady inwestowania

1. Zachowaj zimną krew...
2. Opracuj własną strategię.
3. Nie inwestuj w to, o czym nie masz pojęcia.
4. Nigdy nie inwestuj na giełdzie wszystkich oszczędności.
5. Rozgrzyż mechanizmy funkcjonowania spółek, które cię interesują.
6. Zdywersyfikuj portfel, nie inwestuj wszystkiego w jedną spółkę.

Osobowość gracza ma odbicie w jego giełdowej strategii – przecież tzw. daytrading to nic innego jak codzienna porcja adrenaliny. Długofalowe inwestycje cechują zaś ludzi o spokojniejszej naturze.

GIEŁDA KSZTAŁTUJE CHARAKTER

Złośliwi mówią, że „na parkiet wchodzi się z chciwością, a wychodzi ze strachu”. To jednak perspektywa zero-jedynkowa, czarno-biała, mocno zdeformowana. Oczywiście, istnieje i strach przed stratą, i nadzieja na wysokie zyski. Najważniejsze w działalności indywidualnego inwestora giełdowego jest coś innego – coś, co wiąże się z jego osobowością. To zdolność niezależnego myślenia, umiejętność spojrzenia z zewnątrz na dynamikę zdarzeń (notowań), trafność analizy i opanowanie pozwalające na zachowanie dystansu wobec owczego pędu. Bo najważniejszą walkę toczymy sami ze sobą – ze swoimi zasadami, słabościami i emocjami.



MARTYNA KOŃSKA

PRAWNIK, WSPÓŁPRACUJE Z PORTALEM
OBSERWATORFINANSOWY.PL

To, czy inwestowanie na giełdzie przyniesie zyski czy też stanie się źródłem strat, zależy od wielu czynników. Na część z nich inwestor nie ma wpływu, ale wiele z nich jest w stanie kontrolować. Błędne decyzje wynikają często z niewiedzy lub braku umiejętności analizowania sytuacji rynkowej. Dlatego każdy inwestor powinien, we własnym interesie, uzyskać możliwie dużo informacji o spółce przed podjęciem decyzji o inwestowaniu.

Proces pozyskiwania informacji przez inwestorów indywidualnych bywa wyzwaniem. Zdarza się, że nie mają oni wystarczającej wiedzy lub czasu, by zgłębić dużą liczbę dokumentów, w których opisane są dotychczasowe wyniki spółki, jej obciążenia i perspektywy rozwoju. Źródłami informacji mogą być zarówno dokumenty pochodzące z samej spółki, do udostępnienia których jest zobowiązana przez przepisy (np. prospekt emisyjny, sprawozdania finansowe zawarte w raportach), jak i oświadczenia przedstawicieli spółki wyrażone w mediach czy artykuły w prasie branżowej. Jeśli inwestor potrafi te wiadomości powiązać z analizą aktualnych trendów na rynku, zwiększa swoje szanse na podjęcie trafnych decyzji na giełdzie.

Z drugiej strony, tak rozbudowana analiza jest czasochłonna, i wymaga zaangażowania. Wielu inwestorów indywidualnych rezygnuje wobec tego z dokonywania własnych badań stanu spółki i wyciąga wnioski wyłącznie w oparciu o opracowania biur maklerskich, które profesjonalnie zajmują się analizą danych.

WIELE METOD DZIAŁANIA

Inwestorzy, którzy chcą samodzielnie badać sytuację spółek, mogą skorzystać z różnych typów analiz. Jedną z najpopularniejszych jest analiza fundamentalna, czyli analiza „fundamentów” spółki, a więc jej wyników finansowych, otoczenia rynkowego, strategii rozwoju, zdolności generowania zysków itp. Analizie podlega wszystko, co składa się na długotermino-



ABC inwestowania:

Analiza głupcze!

wą wartość firmy - niezależną od zmian ceny wynikającej z bieżących nastrojów inwestorów,

Inne podejście prezentuje analiza techniczna, która obejmuje badanie trendów cenowych z wykorzystaniem danych historycznych. Na ich podstawie analitycy wyciągają wnioski o możliwych dalszych zmianach na rynku, uwzględniając różne okresy.

3 filary wnioskowania

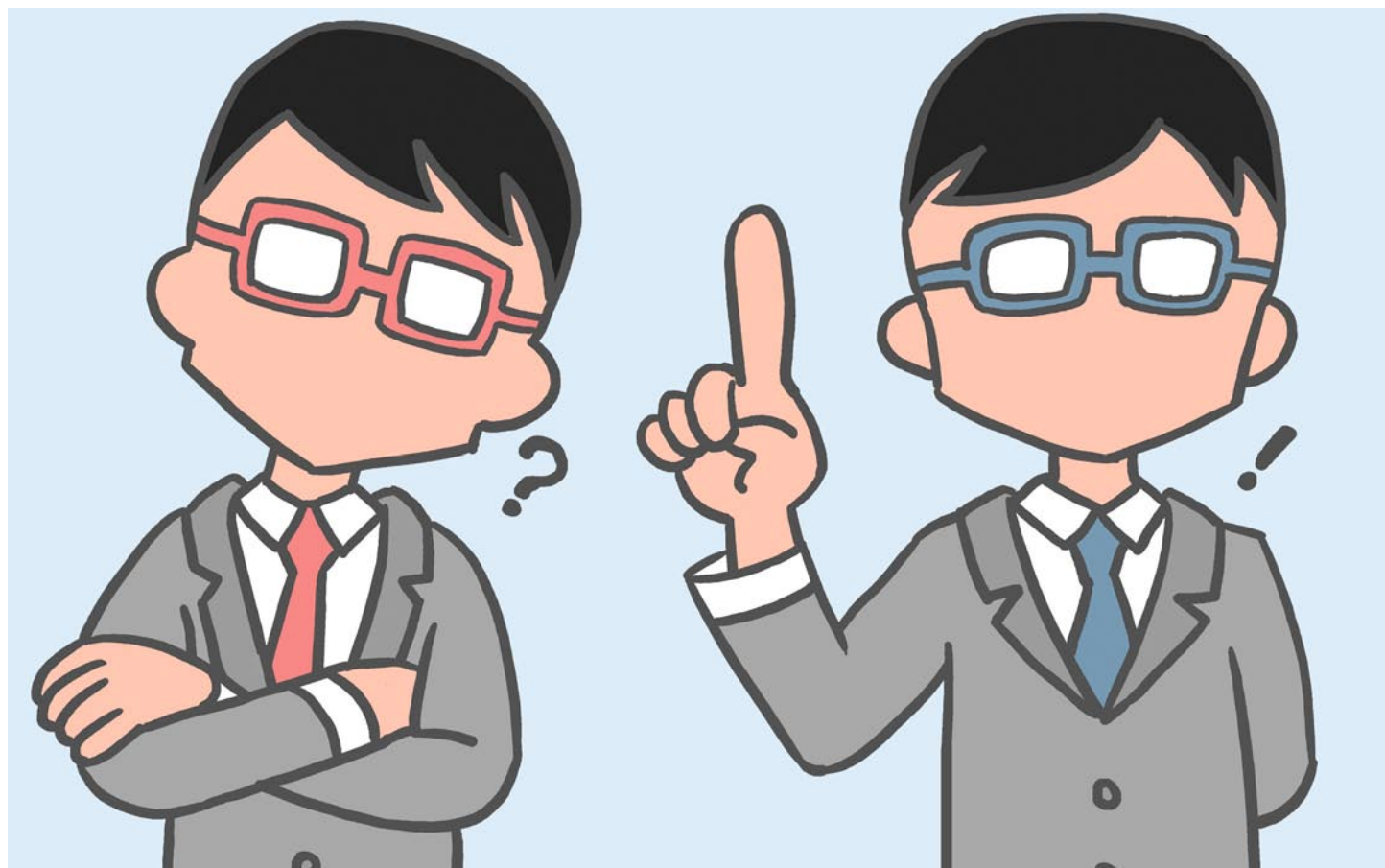
■ **rynek dyskontuje wszystko – cena rynkowa uwzględnia wszelkie informacje dotyczące papieru wartościowego, sytuację gospodarczą i uwarunkowania polityczne**

■ **ceny podlegają trendom – ceny podlegają określonym trendom tak długo, jak nie nastąpi wyraźny sygnał o jego odwróceniu się**

■ **historia się powtarza – zachowania inwestorów na rynku powtarzają się według określonych schematów**

Bez względu na powyższe, inwestor powinien dywersyfikować portfel inwestycyjny (to znaczy dbać o to, by jego skład był zróżnicowany, a więc by znajdowały się w nim różne papiery wartościowe). Znalezieniu bezpiecznych inwestycji służy analiza portfelowa. Bada ona zależności między maksymalizacją stopy zwrotu przy określonym poziomie ryzyka lub minimalizacją ryzyka przy określonym poziomie stopy zwrotu. Analiza ta zakłada takie dywersyfikowanie portfela, by obniżyć jego ogólne ryzyko.

Analiza fundamentalna, techniczna i portfelowa to przykłady kilku najpopularniejszych metod stosowanych przez inwestorów. Każda z nich ma swoje zalety i wady, nie można więc powiedzieć, że jedna jest zdecydowanie lepsza i bardziej wiarygodna od pozostałych. Ostatecznie o tym, która okaże się bardziej precyzyjna, zadecyduje sam rynek.



ZUS miga do swoich Klientów

Szacuje się, że liczba osób głuchych w Polsce waha się od 45 tys. do 50 tys., a niemal 900 tys. ma poważny uszczerbek słuchu. Prawie 2 tys. osób niedosłyszących to studenci polskich szkół wyższych. Stosunkowo często załatwienie sprawy urzędowej jest dla nich niemałym wyzwaniem. ZUS jako firma odpowiedzialna społecznie, której dobro jej obecnych i potencjalnych Klientów jest dobrem nadrzędnym, wychodzi naprzeciw ich oczekiwaniom i w Salach Obsługi Klientów uruchamia wideo tłumaczenie na język migowy oraz oferuje wsparcie przeszkolonych z tego zakresu pracowników.

W 243 placówkach Zakładu Ubezpieczeń Społecznych osoby niesłyszące mogą liczyć na wsparcie w obsłudze spraw przez pracowników przeszkolonych z Systemu Językowo-Migowego (SJM) lub Polskiego

Języka Migowego (PJM). W 2015 r. prawie 3 400 niesłyszących klientów skorzystało w placówkach ZUS z obsługi tłumaczonej na język migowy przez pracowników. Niemniej część spraw, z którymi zgłaszają się osoby niesłyszące jest na tyle skom-

plikowana, iż wymaga dużo większych umiejętności w zakresie komunikacji w języku migowym.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom niesłyszących klientów, ZUS uruchomił od 18 kwietnia 2016 r. usługę wideo tuma-



Nowoczesne
Zarządzanie
Biznesem

Teoria · Praktyka · Sukces
www.nzb.pl

Partnerzy programu edukacyjnego Nowoczesne Zarządzanie Biznesem:





**Zdobądź dodatkową wiedzę bez wychodzenia z domu!
Wejdź na www.nzb.pl/e-learning i rozwiń skrzydła.
Zaświadczenie NZB naprawdę warto mieć w CV.**

Także urzędomaty ZUS, które są do dyspozycji Klientów w 153 placówkach przez 24 godziny na dobę są dostosowane do potrzeb osób niesłyszących, niewidomych oraz poruszających się na wózku inwalidzkim.

czenia rozmów na PjM w Salach Obsługi Klientów w siedzibach swoich wszystkich 43 oddziałów (wykaz placówek, jak i inne informacje dla osób niesłyszących są dostępne na stronie internetowej ZUS w informacjach zamieszczonych na BIP oznaczonych znakiem ucha). Jeżeli podczas obsługi Klienta niesłyszącego będzie istniała konieczność wsparcia przez osobę posiadającą biegłą umiejętność tłumaczenia na język migowy, wówczas rozmowę przejmie wykwalifikowany pracownik Centrum Obsługi Telefonicznej ZUS i będzie ją prowadził za pośrednictwem komputerowego programu do wideokonferencji. Dodatkowo pracownik COT będzie miał bezpośrednią „słuchawkową” łączność z pracownikami Sali Obsługi

Klientów. Osoby niesłyszące, które zechcą skorzystać z usługi wideotłumaczenia powinny w Sali Obsługi Klientów pobrać bilet do stanowiska, na którym jest ona realizowana. W tym celu należy w bileto- macie wybrać pole oznaczone „uchem”. Osoby posiadające zarejestrowany profil na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) mogą umówić wizytę w jednostce z usługą wideotłumaczenia na język migowym właśnie za pośrednictwem portalu PUE.

ZUS BEZ BARIER

Zakład Ubezpieczeń Społecznych od dłuższego czasu stara się podnosić standardy obsługi osób niepełnosprawnych. Większość budynków, w których znajdują się Sale Obsługi Klientów jest dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych – wejście zorganizowane jest z poziomu chodnika albo zbudowano pochylnię albo zamontowano windę zewnętrzną lub transporter schodowy, drzwi wejściowe otwierają się automatycznie, jednocześnie zostały zlikwidowane bariery budowlane wewnątrz budynków w postaci progów, stopni, wąskich ciągów komunikacyjnych.

Także urzędomaty ZUS, które są do dyspozycji Klientów w 153 placówkach przez 24 godziny na dobę są dostosowane do potrzeb osób niesłyszących, niewidomych oraz poruszających się na wózku inwalidzkim.

* * *

Zakład Ubezpieczeń Społecznych jest partnerem Programu Edukacyjnego „Nowoczesne Zarządzanie Biznesem”, w module „Oszczędzanie oraz inwestowanie długoterminowe”.

Moduł ma na celu zachęcenie do długoterminowego oszczędzania i inwestowania poprzez zwiększenie świadomości na temat różnych form oraz korzyści płynących z podejmowania tego typu działań. W szczególności moduł poszerza wiedzę uczestników z zakresu metod dywersyfikacji ryzyka, systemów emerytalnych w Polsce i na świecie, różnych form inwestowania (w tym na giełdzie) oraz ubezpieczeń.

Więcej: www.nzb.pl oraz www.facebook.com/NowoczesneZarzadzanieBiznesem

Życie na lekkim rauszu



MATEUSZ ZARDEWIAŁY

DZIENNIKARZ SUPER EXPRESSU

„Zastanów się nad tym faktem, że Bóg stworzył świat na pierwszej stronie Pisma Świętego, a już na czwartej Noe leży urzęnięty w pień” – radzili swoim czytelnikom redaktorzy „Cyrulika Warszawskiego”. Nie jeden Noe lubił się napić. U progu lata „Koncept” przypomina kilka barwnych alkoholowych perypetii.

Inteligenci gorszego sortu lubią po krzykiwać, że alkohol to zło. Ale kto by chciał ich słuchać? Chętnych raczej nie ma. Co więcej – są ludzie, którzy potrafią skutecznie odeprzeć tę wrogą propagandę. Na przykład Jan Himiłbach. Pewnego razu ten popularny aktor udał się do kawiarni SPATiF w stanie, który pozwalał posądzić go o pewną zażyłość z napojami wysokowymi. Zapewne to właśnie buzujące w jego krwi procenty przejęły nad nim władzę, gdy w dosadnych słowach „Inteligencja, wypierd****!” poprosił jasno zdefiniowane grono gości o możliwie sprawną zmianę lokalu. Na wezwanie odpowiedział Gustaw Holoubek, który wstał od swojego stolika, rozejrzał się po sali i poinformował biesiadników: „Nie wiem, jak państwo, ale ja będę wypierd****”.

Czytelnikom, którzy tu ze mną zostali, opowiem kilka historii – ich bohaterowie, jak to poetycko określił Himiłbach, „wprowadzili bajkowy nastrój do organizmu”.

PRZYCZYNY PICIA

Ale w zasadzie – po co alkoholizacja? Powodów może być wiele, ale jednym z najczęstszych jest fakt, że świat na trzeź-

wo jest nie do zaakceptowania. Doskonale wiedział o tym poeta Bolesław Leśmian, który część swojego życia spędził w Kijowie. Gdy wrócił do Warszawy, nie dało się nie zwrócić uwagi na bijącą od niego melancholię. No ale jak ma wyglądać cierpiący na depresję i myślący o odebraniu sobie życia człowiek? Tej okazji nie mógł przepuścić Stanisław Przybyszewski. Kierując się wątpliwym moralnie kodeksem etycznym postanowił pomóc i przyniósł planującemu samobójstwo Leśmianowi... rewolwer! Jednak są w życiu sprawy ważne i ważniejsze. Dlatego gdy poeta miał już w ręku broń, od razu zweryfikował swoje priorytety. Zamiast pociągnąć za spust, rewolwer sprzedał, a uzyskane w ten sposób pieniądze natychmiast przepił z przyjaciółmi. Czyli prawdą jest, że alkohol może być zbawieniem.

WYJDŹ POZA SCHEMAT

Trzeba jednak pamiętać, że są też ludzie w sposób wytrwały dążący do postawionych sobie celów. Nawet gdy ich realizacja niesie za sobą tragiczne skutki. W tym kontekście pryncypalnym inno miłośnika wysokoprocentowych płynów, Edwarda Stachurę. Nie miał on tyle szczęścia, co Leśmian. Prawdę mówiąc, w ogóle go nie miał. Wszystko wskazuje na to, że usilnie próbował zapić się na śmierć. Bezskutecznie. Wobec fiaska tego cokolwiek kosztownego planu, postanowił skorzystać z metody może mniej wyrafinowanej, ale znacznie bardziej skutecznej – powiesił się na jedwabnym sznurze.

Wiernym kompanem od kieliszka był dla Stachury pisarz Ireneusz Iredyński, równie wielki entuzjasta bajkowych nastrojów. Iredyński znany był między innymi z tego, że wszędzie zabierał ze sobą flaszkę wódki, z której od czasu do czasu pociągał sążnisty łyk – tak, by stale być na rauszu. Nic więc dziwnego, że gdy Ireneusz dowiedział się o tragicznej śmierci Stachury, był nieco pod gazem. Dzięki temu dostarczył koronny argument na potwierdzenie tezy o zbawiennym wpływie alkoholu na kreatywność. Gdy

bowiem smutna informacja o samobójstwie przyjaciela dotarła do Iredyńskiego, ten zamyslił się, powtórzył raz jeszcze jej treść, po czym zadał absolutnie niecodzienne pytanie: „A skąd ten skurwysyn wziął jedwabny sznur”? To świetny przykład wyłamania się ze schematów, idealny przypadek myślenia „out of the box” postulowanego przez większość szarlatanów tzw. rozwoju osobistego. Więc, zamiast czytać te idiotyczne poradniki o samodoskonaleniu, można sobie polać. Efekty będą zbliżone.

PIJ JAK WITKACY

Lecz nie jest tak, że wystarczy się solidnie napić, by od razu wprowadzić swój mózg w podobny stan twórczego fermentu. Tu raczej należy przyznać rację starej, ludowej mądrości: pić to trzeba umieć. Jak więc powinna przebiegać alkoholizacja, jeśli wolimy spędzać czas konstruktywnie? Okazuje się, że kluczem do zagadki jest nie tylko dobór odpowiedniego trunku, lecz także jego umiejętność dozowania. Oddajmy głos specjalistom. Jakich wskazówek udzieli nam ekscentryczny Stanisław Ignacy Witkiewicz? „Piwo tylko pite nałogowo (po kilka bomb, do kilkunastu nawet dziennie) daje niebanalne wyniki:

Ale w zasadzie – po co alkoholizacja? Powodów może być wiele, ale jednym z najczęstszych jest fakt, że świat na trzeźwo jest nie do zaakceptowania. Doskonale wiedział o tym poeta Bolesław Leśmian

ożywienie i wzmożenie wytwórczości (w przeciwieństwie do senności, którą wywołują małe dawki u początku piwozy)”. Dlatego idąc na zupełną chmielową, pamiętajcie o starej zasadzie: jedno piwo to pół piwa, dwa piwa to dopiero piwo i dalej w zgodzie z tym równaniem.

KU CHWALE OJCZYZNY

Jak w praktyce działa metoda kilkunastu bomb? Z góry muszę przyznać, że źródła historyczne nie obfitują w relacje ludzi podążających za wskazówkami Witkacego. Jednak z dużą dozą prawdopodobieństwa można uznać, że popularny w XX wieku polski aktor Władysław Grabowski osiągnął zbliżony efekt wzmożonej twórczości. Opracował prosty, a zarazem genialnie skuteczny sposób na ożywienie gospodarki. Jak wygląda jego zbawienna dla finansów recepta? Aby to przestawić, zacytuję fragment książki „Alkohol i Muzy” autorstwa Sławomira



Kopra: „Grabowski, wracając kiedyś rano z pewnej mocno zakrapianej imprezy, wdał się w dyskusję ze szklarzem niosącym na plecach ramę z szybami. Szklarz żalił się na brak zamówień, wobec czego Grabowski postanowił mu pomóc. Rozbił laską najbliższą szybę wystawową, po czym zniknął w bramie swojego domu”. Choć mam mgliste pojęcie o ekonomii, muszę przyznać, że na pierwszy rzut oka wszystkie elementy powyższego rozwiązania współgrają idealnie.

CUDZE ŻONY

Oczywiście wiele osób żyje na bakier ze specjalnością profesora Balcerowicza. Na przykład komuniści mają tak błędne pojęcie o działaniu rynku, że po mieście krążą takie oto pogłoski: gdyby uczniowie Marksa rządźli na Saharze, już po

trzech latach zabrakłoby tam piasku. Nic więc dziwnego, że ludzie z wyższym wykształceniem salonowym nie traktują tej czerwonej zarazy z poważaniem. A już szczególnie nikt rozsądny nie darzy sympatią przedstawicieli komunistycznych elit. I tu wracamy do Ireneusza Iredeńskiego, który, rzecz jasna w bajkowym nastroju, w sposób dosadny pokazał Jerzemu Urbanowi, kto tak naprawdę jest samcem alfa. Ten popularny pisarz upokorzył komunistycznego watażkę. Przytoczę relację z pierwszej ręki, oddając głos samemu Urbanowi: „Pewnego dnia wróciłem z terenu i mojej żony nie było w domu. Poszedłem do Bristolu, zastałem ją tam z Iredeńskim. Dołączyłem do towarzystwa. Kiedy zabierałem żonę do domu, Iredeński zapytał, czy może do nas wpaść i zabrać swoją szczoteczkę do zębów”. Re-

lacje damsko-męskie na szczytach władzy są szalenie ciekawe; cofnijmy się do czasów odległych, do epoki starożytnego Rzymu. Na dworze cesarza Kaliguli panowały niecodzienne obyczaje. Jednym ze zwyczajów tego władcy było „zapraszanie” żon wizytujących go dostojników do prywatnych komnat. Gdy mężowie potulnie czekali, władca oddawał hołd Erosowi. Po wszystkim Kaligula wracał do swych gości i omawiał z nimi wady i zalety ich życiowych partnerek. Co prawda nie dam sobie uciąć ręki, czy w czasie tych igraszek był na rauszu, ale zakładam, że nikt trzeźwy raczej nie wpadłby na podobny pomysł.

ELIKSIR ŻYCIA

Warto jednak pamiętać o negatywnych skutkach wprowadzania się w bajkowy nastrój. Okazuje się, że jedną z groźniejszych rzeczy związanych alkoholem jest... jego odstawienie! Oto co spotkało człowieka, który zdecydował się na tak drastyczny krok. Relacja Iredeńskiego: „Tylko czysta i broń Boże odstawiać. Taki (...) twórca Tadeusz Kubiak powiedział, że przerzuca się na mleczko. I co? Długo pożył? Góra dwa tygodnie. Organizm nie zniósł wstrząsu”. Wprowadźmy więc kilka zasad zdrowego stylu życia do naszej codzienności i polejmy sobie od czasu do czasu.

Kac morderca nie ma serca

Życie to nie bajka. Pewnie dlatego próby wprowadzenia się w bajkowy nastrój mają często opłakane skutki w postaci zniechęcenia do życia. Jak wygrać tę nierówną walkę? „W celu zneutralizowania niepożądanych aromatów i w ogóle doprowadzenia się do przyzwoitej formy, aplikowaliśmy sobie „polską ostrygę”. Przyrządzało się ją następująco: do wysokiej szklanki wlewało się po kolei, nie mieszając ze sobą, szklankę tłustej kwaśnej śmietany, na to dwa surowe żółtka, po czym duży kieliszek oliwy nicejskiej i sok z dwóch cytryn. Wypijało się tę „ostrygę” jednym haustem, a zagryzało kilkunastoma ziarenkami palonej kawy, aby zabić zapach wódki”. Oto sposób kawalerzysty II RP Grzegorza Cydzika, oficera służącego w 13. pułku ułanów wileńskich.





Wielcy nie tylko na boisku

„I nie kontuzje, nie porażki i nawet nie rodzina, ale właśnie pomaganie innym to sfera życia, o której Kuba nie rozmawia. Działalność charytatywna to dla niego temat tabu. (...) Na ten temat nie będę rozmawiał – ucina, gdy jeden z dziennikarzy pyta o szczegóły i wysokość kwoty, jaką Błaszczykowski przekazał na leczenie ciężko chorego chłopca”. Ten fragment biografii „Kuba” autorstwa Małgorzaty Domagalik z 2015 roku, przeplatanej wypowiedziami najbliższych osób naszego słynnego piłkarza, dobrze obrazuje część pozasportowej aktywności polskich sportowców.



MIKOŁAJ RÓZYCKI

POLITOLOG, PRACOWNIK FUNDACJI
ROZWOJU SYSTEMU EDUKACJI

Według mnie zaangażowanie społeczne i wolontariackie czynnych i emerytowanych zawodników wygląda w Polsce coraz bardziej obiecująco. Świadczy to o dojrzałości sportowców, ich poczuciu odpowiedzialności za otoczenie, społeczność lokalną,

kibiców, innego człowieka” – mówi w rozmowie z „Konceptem” Arkadiusz Mierkowski prowadzący przez 3 lata ogólnopolski program „Mój Orlik” na zlecenie Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Część z nich angażuje się w działania podejmowane przez różne fundacje i stowarzyszenia, część po prostu wspiera finansowo i wizerunkowo konkretne akcje, a jeszcze inni zakładają swoje organizacje.

„Świetne przykłady dobrze zorganizowanych przedsięwzięć dają Mariusz Gor-

tat czy Mariusz Wlazły. Nasz jedynak w amerykańskiej lidze koszykówki NBA powołał do życia Fundację MG13, która między innymi popularyzuje koszykówkę wśród dzieci i młodzieży, a sam Gortat w co każde wakacje przyjeżdża do kraju i organizuje słynne już Gortat Campy” – dodaje Dorota Kleszczewska, prezes Świeżej Bazylii, agencji Public Relations. „Z kolei Mariusz Wlazły pod egidą własnej fundacji promuje siatkówkę, zwłaszcza wśród młodzieży gimnazjalnej. Program Volley Project to między innymi otwarta niedawno specjalna klasa sportowa o profilu siatkarskim w gimnazjum w Wieluniu. Zaangażowanie takich partnerów jak koncert PGE czy Klub Skra Bełchatów tylko zwiększa rozpoznawalność ich marek w kontekście społecznej odpowiedzialności. Nie muszą tworzyć własnych projektów, bazują na pomysły Wlazłego. To bardzo profesjonalne, biznesowe połączenie z korzyścią dla wszystkich stron, w tym tej najważniejszej – młodzieży chcącej iść w ślady idola” – uzupełnia Dorota Kleszczewska.

ZAGRANICZNE WZORCE, NASZA HISTORIA

Marcin Gortat amerykańskie wzorce przeniósł do Polski w dość ważnej, a zapomnianej przed media i państwo kwestii – wspierania wojennych weteranów, którzy walczyli w ostatnich konfliktach w Iraku i Afganistanie. Kiedy tylko usłyszał o prowadzonej od 2012 roku akcji „Szacunek i wsparcie”, wymyślonej przez weterana misji w Czadzie Andrzeja Pindora, zaprosił na jeden ze swoich meczów poszkodowanych zdrowotnie żołnierzy. Kibice zgotowali im owację na stojąco. Jego wyczyn powtórzył później Robert Lewandowski, a w kwietniu 2016 roku inny nasz reprezentant, grający we francuskim Rennes Kamil Grosicki.

CZĘSTO NIE SAME PIENIĄDZE SĄ WAŻNE

Wielu sportowców przekazuje swoje pamiątki czy elementy stroju na aukcje charytatywne bądź licytacje w corocznej Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy. Zwykle wykorzystują popularność do promowania akcji czy zbiórek na konkretny cel, zwłaszcza w mediach społecznościowych. Jakub Rzeźniczak grający w warszawskiej Legii praktycznie w każdym miesiącu reaguje w ten sposób na prośby organizacji charytatywnych oraz rodziców chorych osób. Sportowcy często uświetniają lokalny turniej czy konferencję poprzez wręczenie nagród czy poprowadzenie wykładów, bez wynagrodzenia, niekiedy nawet bez zwrotu kosztów dojazdu. „Miałem okazję współpracować z Mamedem Chalidowem (zawodnikiem MMA) w ramach jednej z charytatywnych akcji w moim rodzinnym Mrągowie. Okazał się wrażliwym, bezinteresownym człowiekiem. Poświęcił czas i pieniądze na przyjazd. Innym razem na konferencję dla trenerów i instruktorów małych, wiejskich klubików sportowych z okolic Szczytna i mojego Mrągowa przyjechał trener piłkarskiej reprezentacji do lat 21, Marcin Dorna. Przeprowadził pokazowy trening i motywacyjny wykład. Niby nic wielkiego, ale możliwość zobaczenia z bliska szkoleniowca znanego uczestnikom z łamów gazet czy ekranów telewizorów była dla nich wielkim przeżyciem. Na pytanie o wynagrodzenie tylko się roześmiał” – dodaje Arkadiusz Mierkowski.

NAJWAŻNIEJSZE MECZE I ZAWODY

Uważni czytelnicy „Kuby” Małgorzaty Domagalik mogli zorientować się, że w jednym z ważniejszych „meczów” Błasz-

czykowski walczył w pierwszej połowie 2013 roku nie tylko o zwycięstwo Borussia Dortmund w Lidze Mistrzów, lecz także o życie małej Dominiki: „To wszystko zaczęło się przed Euro 2012. Kuba jako kapitan reprezentacji pojawiał się często w telewizji i Dominika, która miała wtedy sześć lat, bardzo go sobie upodobała. (...) Nadszedł wrzesień 2012 roku i świat nam się zawałił. Trafiliśmy do szpitala w Centrum Zdrowia Dziecka. To był glejak mózgu. Pewnego dnia przyszła do nas Pani z Fundacji „Mam marzenie” i zapytała, czy nasza córeczka ma jakieś. (...) Kuba się odezwał i doszło do spotkania. (...) Dominika bardzo się ucieszyła i od tego momentu zaczęła odzyskiwać siły. (...) Widać było po nim, że bardzo przeżywał to spotkanie. Miał być tylko piętnaście minut, a siedział całą godzinę. (...) Kuba dał jej takiego powera, ofiarował Dominice jeszcze rok życia. (...) Na pogrzebie stał gdzieś z boku” – wspominają rodzice Dominiki. Życie samo dopisało puentę do historii Błaszczkowskiego i jego wyborów: autorka została prezeską założonej przez Kubę latem ubiegłego roku fundacji Ludzki Gest.

Osobnym wątkiem są fundacje powołane przez rodziny i najbliższych tragicznie zmarłych sportowców u szczytu kariery. Misją Fundacji Kamili Skolimowskiej jest, jak czytamy na jej stronie internetowej, „pielęgnowanie pamięci o naszej najmłodszej mistrzyni olimpijskiej, pomoc sportowcom w ich powrocie do sportu oraz propagowanie lekkiej atletyki wśród dzieci i młodzieży”. Jej medal odkupiony przez Polski Komitet Olimpijski stał się podstawą do założenia specjalnego funduszu jej imienia. Przez kilka lat z pomocy finansowej w zakresie rehabilitacji i leczenia skorzystało ponad siedemdziesięciu młodych sportowców. Robert Skolimowski, ojciec Kamili, mówił tak: „Może jest jakiś młody sportowiec, który ma podobne do Kamili problemy ze zdrowiem. Może nie stać go na leczenie albo choroba przerwała dobrze zapowiadającą się karierę. Istnieje szansa, że sfinansowanie operacji bądź rehabilitacji pozwoli wrócić mu do uprawiania sportu”.

Z kolei Fundacja Kropla Życia im. Agaty Mróz-Olszewskiej, słynnej siatkarki, powstała po to, by poprawić opiekę zdrowotną nad osobami cierpiącymi na nowotwory krwi i choroby pokrewne. Fundacja robi to, co tak wyróżniało Agatę: promuje oddawanie krwi i szpiku kostnego. Oprócz tego organizuje co roku specjalny memoriał jej imienia, który ma nie tylko wymiar sportowy, lecz także edukacyjny i kulturalny. ■

Ranking najbardziej charytatywnych sportowców świata

Według organizacji Dosomething.org w 2015 roku sportowcem, który wywarł największy wpływ na działalność charytatywną, był Cristiano Ronaldo. W pierwszej dziesiątce uplasowała się tylko jeszcze jedna osoba z Europy, a była nią mająca dziś ogromne problemy Maria Szarapova. Cały ranking zdominowały Amerykanki i Amerykanie: Serena Williams, LeBron James, Mone Davis. Ranking powstał w wyniku głosowania internautów oraz badania wpływu, jaki poprzez kanały social media wywarł dany sportowiec (np. ile osób trafiło dzięki nim na stronę organizacji dobroczynnej i wpłaciło pieniądze). Pora pomyśleć o podobnej klasyfikacji w Polsce.



Jak to wygląda za oceanem

Ameryka Północna to zupełnie inna od naszej kultura społecznego angażowania się sportowców. Na każdym poziomie. Najbliżej jej do brytyjskich wzorców i do poczucia wielopokoleniowej odpowiedzialności za tzw. local community.

Rozróżniłbym dwa zasadnicze poziomy tego zaangażowania: pierwszy to sport akademicki, gdzie zawodniczki i zawodnicy, blisko związani z lokalnymi społecznościami, najczęściej inicjują albo wspierają działania charytatywne. Jest to element wychowania i społecznej odpowiedzialności uniwersytetów, które reprezentują. Drugim jest to, co robią zawodowcy grający w ligach zawodowych. Tych aktywności jest tak dużo, że ciężko za nimi nadążyć. Oczywiście w niektórych przypadkach jest to narzędzie wspomagające wizerunek i marketingowy przekaz, na czym korzystają też bezpośredni sponsorzy czy partnerzy danego zawodnika. Większość amerykańskich gwiazd sportu musiało latami przebijać się z nizin społecznych, by osiągnąć sukces. Wiedzą skąd są i co można zrobić dla poprawy sytuacji. To dobry przykład dla naszych sportowców.

Michał Szustak, twórca i redaktor naczelny portalu www.MarketingSportowy.pl

W tym raju chciwość jest dobra

WITOLD SKRZAT

DZIENNIKARZ,
ZNAWCA TEMATYKI GOSPODARCZEJ

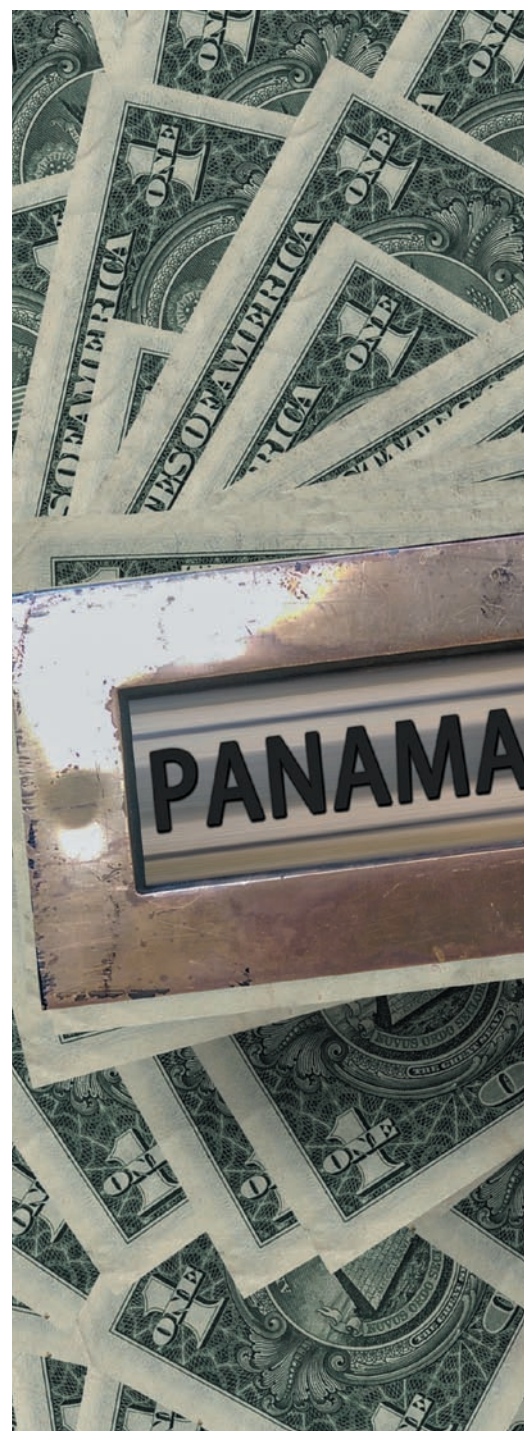
Panama to jedynie wierzchołek góry lodowej. Światowe mocarstwa od lat walczą z unikaniem opodatkowania i ucieczką kapitału do rajów podatkowych. Oczywiście o ile sprawa nie dotyczy ich własnych rozwiązań w tym zakresie.

Znawcy tematu są zgodni: obecne dwa kluczowe rajy podatkowe związane są z wyspami. Myślicie o Kajmanach czy Jersey? Pudło. Mowa o mglistej ziemi ze stolicą w Londynie oraz o skrawku lądu zwanym Manhattanem. Współczesne rajy podatkowe, kojarzone z tropikalnymi wyspami na Pacyfiku czy bogatymi enklawami w Europie, to nie wymysł lokalnych rządów czy watażków. Choć brzmi to jak spiskowa teoria dziejów, nie ma krzty przesady w stwierdzeniu, że tzw. tax heavens są produktem stworzonym przez lobbystów i prawników opłacanych przez najmożniejszych tego świata. Tu działa niewidzialna ręka wolnego rynku: najbogatsi uznali, że nie zamierzają być głównymi sponsorami rozwijających się demokracji i ich zdobyczy społecznych. Jednocześnie wyścig korporacji za optymalizacją kosztów pcha je w objęcia kreatywnych księgowych. Choć oficjalnie i amerykańscy, i polscy miliarderzy deklarują przywiązanie do idei patriotyzmu gospodarczego, to ich czyny mówią: „tak,

chciwość jest dobra”. Ze z taką postawą raczej nie mają co liczyć na miejsce w niebiańskim rajku? Cóż, na ziemskim padole czołowe korporacje i biznesmeni bawią się w najlepsze. Dość powiedzieć, że według kilku niezależnych statystyk kraje rozwijające się (takie jak Polska) na skutek transferu kapitału i zysku do rajów podatkowych tracą nawet dwa procent PKB rocznie. Łącznie co dwunasty dolar w obiegu „zaparkowany” jest w systemie finansowym oferującym drastycznie niższe podatki niż w kraju faktycznego wytworzenia zysku czy pozyskania kapitału. Mówimy tu o przepływach pieniężnych rzędu... tryliona dolarów rocznie. Szacuje się, że trzydzieści trylionów dolarów już jest zakotwiczonych w rajach podatkowych.

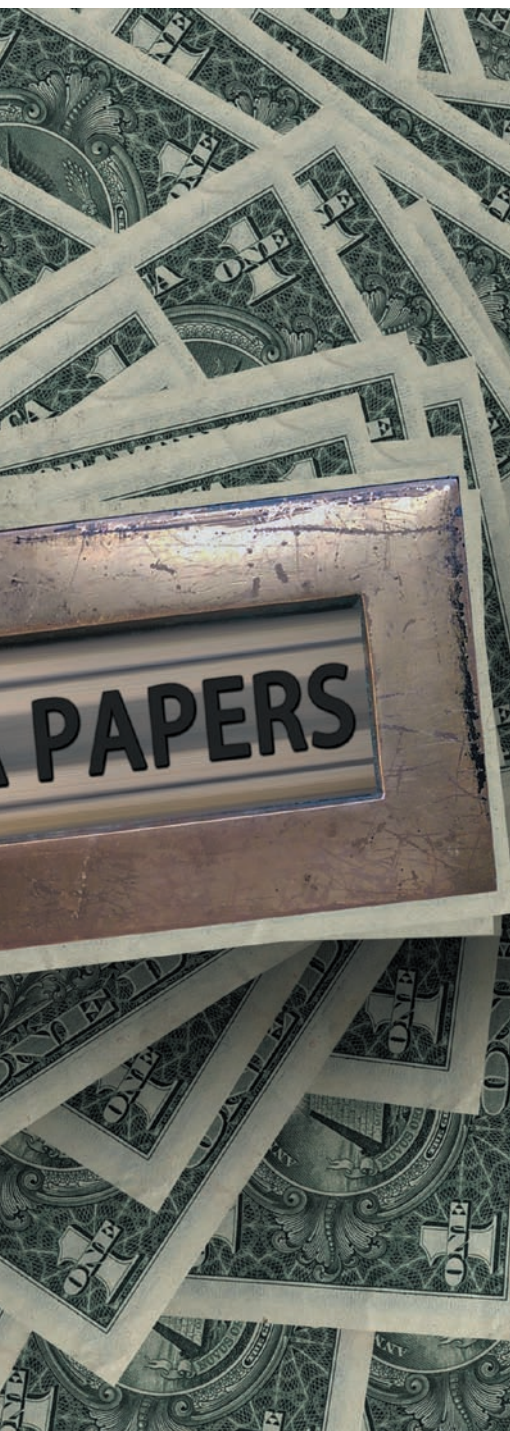
DOM NA PIASKU

Każdy, kto zadał sobie trud odnalezienia właściciela spółki działającej w rajku podatkowym, odszedł z kwitkiem. Naczelną zasadą tychże systemów obejmujących około czterdziestu krajów i terytoriów jest bowiem pełna ochrona danych osobowych, źródła pochodzenia kapitału i oczywiście atrakcyjny system podatkowy, na przykład stawka zero procent od zysku. Zatem dziennikarskie śledztwa dociekające źródeł kapitału zaczynają się zwykle w którejś z szanowanych kancelarii prawnopodatkowych, by rozgąłęzić się następnie na zestaw dziwacznych, przy-



Mówimy tu o przepływach pieniężnych rzędu... tryliona dolarów rocznie. Szacuje się, że trzydzieści trylionów dolarów już jest zakotwiczonych w rajach podatkowych

padkowych nazw spółek i skończyć na ich egzotycznych siedzibach, sprawdzanych za pomocą opcji widoku ulicznego w Google Maps. Na ekranie migają palmy, jachty, turyści w klapkach. Na przybrzeż-



„Podatki to cena, jaką płacimy za cywilizację” – między innymi pod takim hasłem Amerykanie rozpoczęli kilka lat temu oficjalną wojnę z firmami transferującymi zyski za granicę.

wego podatku na importowane dobra, ateńscy kupcy składowali je wspólnie na wyspach w okolicach Aten i dopiero stamtąd przemycali do stolicy niewielkimi partiami. W inną stronę poszły w XVII wieku miasta Ligii Hanzeatyckiej. Tu preferencje podatkowe i celne miały zachęcać kolejne nadbałtyckie ośrodki do wzmacniania handlowego monopolu Hanzy. Jeśli jednak popatrzymy na raje podatkowe, które przetrwały przez wieki aż do dziś, to kandydat na lidera jest jeden: Stany Zjednoczone. Amerykanie odbijają piłeczkę do Szwajcarów, których neutralność gwarantował już w 1815 roku kongres wiedeński. Jednak sto lat wcześniej to amerykańscy kolonizatorzy przetrzymali dobra handlowe przez Amerykę Łacińską by uniknąć zakusów brytyjskiego fiskusa. Pod koniec XIX wieku eksplodujące gospodarstwo Stany Zjednoczone rozpoczęły coś, co miliarder Warren Buffett ze smutkiem nazywa „wojną, którą prowadzimy i którą wygrywamy”. Niemal sto trzydzieści lat temu stan New Jersey, a wkrótce i sąsiedni Delaware, ogłosił, że luzuje politykę fiskalną dla biznesu obciążanego w innych rejonach USA i Europy coraz to nowymi podatkami. Pomysł na ten pokerowy ruch przyszedł prosto od bankierów trzęsących Wall Street. To były jeszcze czasy, gdy język biznesu nie znał pojęcia raj, operując ideą offshore (ang. „daleki od brzegu”), związaną z morskim charakterem ówczesnego handlu. Raje w słowniku biznesu to europejski wynalazek.

BRYTYJSKA EGZOTYKA

Europejską stolicą niskich podatków jest Zurych. Szwajcarzy – już w latach 30. zeszłego wieku – zaczęli wzmacniać poufność swojego systemu bankowego wobec skandali finansowych między innymi we Francji. Po drugiej wojnie światowej Zurych stał się mekką dla szukających kraju nietkniętego wojenną zawieruchą i nienakładającego kolejnych podatków na odbudowę oraz przywileje socjalne. Zresztą w tamtejszym banku do dziś nikt specjalnie nie pyta, skąd masz pieniądze i dlaczego wysyłasz je akurat na Panamę. Właśnie – Panama oraz cała rzesza brytyjskich włości na Oceanie Spokojnym

weszły do gry w optymalizację podatkową już w końcu lat 50., gdy Bank of England zezwolił bankierom z City na operacje na rynku europejskim dokonywanym przez spółki spoza Kontynentu. Narodziły się tax heavens – niewielkie, liczące poniżej miliona mieszkańców tropikalne wyspy. Bez perspektyw, szans na konkurencyjną gospodarkę, skazane dotąd na wegetację w rytmie lądowań samolotów z turystami spragnionymi karaibskich klimatów. Wystarczyło kilku rzutkich bankierów i prawników zmieniających część lokalnych przepisów finansowych.

W ten sposób zbudowano potęgę Kajmanów, gdzie zarejestrowanych firm z kapitałem zza granicy jest więcej niż mieszkańców. Według najnowszego zestawienia Financial Secrecy Index, grupującego dziewięćdziesiąt dwa kraje i terytoria uważane za raje podatkowe, Kajmany są tuż za podium, wyprzedzone jedynie przez Szwajcarię, Hongkong i USA. Co ciekawe, dwadzieścia trzy procent przedstawicieli tej niechlubnej listy jest bezpośrednio lub pośrednio powiązanych z Wielką Brytanią.

CENA ZA GRABIENIE

„Podatki to cena, jaką płacimy za cywilizację” – między innymi pod takim hasłem Amerykanie rozpoczęli kilka lat temu oficjalną wojnę z firmami transferującymi zyski za granicę. I choć większość najpotężniejszych Amerykańskich firm i tamtejszych bogaczy zatrudnia tabuny doradców od obniżania płaconych danin, to każdy z nich od 2010 roku – o ile działa za granicą USA – podlega Foreign Account Tax Compliance Act. Tzw. FATCA to jednostronne zobowiązanie, na mocy którego dany kraj (podpisały go wszystkie najważniejsze kraje Unii Europejskiej oraz Szwajcaria) przekazuje amerykańskim służbom dane finansowe związane z obywatelami USA lub firmami zza oceanu. W ten sposób administracja Baracka Obamy zacieśniła pętlę wokół uciekinierów podatkowych. Unia Europejska też walczy o swoje przychody, twardo negocjując z karaibskimi rajami zmianę ich łagodnej polityki wobec obywateli i przedsiębiorstw w obszarze UE. Co roku kolejne państewka ulegają naciskom i znikają z unijnej czarnej listy. Te zdecydowane i ostre działania nie zmieniają faktu, że podatkowe grabie zagarniają do siebie; w rajach Delaware Amerykanie wciąż z chęcią i dyskretnie optymalizują zyski tysięcy zamożnych Europejczyków. Tak samo jak w księstwie Monako rezydenci z USA rozkoszują się życiem wolnym od podatku w sercu Starego Kontynentu. Ot, rajski status quo.

nej wymie wyróżnia się czystą elewacją piętrowy budynek z przyciemnionymi szybami – to adres rejestracji inkryminowanej firmy. Towarzyszy jej kilkaset innych z całego świata. Z miejsca przywołuje to echa starożytnych pierwowzorów wysp podatkowej szczęśliwości.

WOJNA ATEŃSKA

To przecież kilkanaście wieków temu władze Aten pierwszy raz na szeroką skalę wystawiły na próbę pomysłowość biznesu w kwestii unikania opodatkowania. Wobec nałożonego niewielkiego, dwuprocento-

Deregulacja: na ratunek polskim uczelniom

O postępującej biurokratyzacji polskich uczelni wiadomo od dawna. Niebawem do sejmu trafi projekt ustawy deregulacyjnej. – To pierwszy krok w stronę poprawienia sytuacji na polskich uczelniach – opowiada podsekretarz stanu w MNiSW, dr hab. Teresa Czerwińska. Co się za tym kryje i jakie zmiany czekają na uczelnie?

Opotrzebie deregulacji przepisów wokół resortu mówiło się wiele już od początku nowej kadencji. Pierwszym pomysłem Jarosława Gowina było właśnie odbiurokratyzowanie polskiego szkolnictwa wyższego oraz nauki. Podobnie jak w przypadku Ustawy 2. o czy Białej Księgi Innowacyjności, ministerstwo położyło duży nacisk na konsultacje i rozmowy ze środowiskiem.

POZWOLIĆ NAUKOWCOM ZMIENIAĆ NAUKĘ

Specjalny formularz deregulacyjny pojawił się na stronie ministerstwa już w marcu. Każdy mógł wskazać konkretny przepis w ustawie Prawo o szkolnictwie wyższym oraz innych określających kompetencje uczelni i zaproponować jego konkretną zmianę. – Blisko 500 nadesłanych propozycji pokazało, jakie jest ogromne oczekiwanie w środowisku na podjęcie tematu – skomentowała wynik minister Czerwińska, która czuwa nad realizacją projektu.

Projekt, który trafił do sejmu koncentruje się przede wszystkim na zmianie przepisów Prawa o szkolnictwie wyższym. Modyfikacjami innych ustaw resort zajmie się w dalszym terminie. Spowodowane jest to przede wszystkim chęcią jak najszybszego wprowadzenia zmian. – Bardzo byśmy chcieli, żeby nowe przepisy weszły w życie z nowym rokiem



akademickim. Wierzymy, że się uda – deklarowała w rozmowie z PAP Teresa Czerwińska.

POZBYĆ SIĘ PAPIEROLOGII

Projekt deregulacyjny skupia się przede wszystkim na wyeliminowaniu zbędnych obciążeń biurokratycznych. Zarówno Jarosław Gowin, jak i minister Czerwińska wypowiedzieli się krytycznie na temat „papierologii” produkowanej przez uczelnie. – Niczego nie poprawia, ale zajmuje wiele czasu. A przecież kreatywność powinna być skierowana na naukę, a nie na produkcję biurokracji – zauważa podsekretarz stanu.

Część rzeczy udało się naprawić, efektywniej wykorzystując istniejące już narzędzia. O wiele większego znaczenia nabierze system POL-on, w którym gromadzone są niemal wszystkie dane na temat funkcjonowania uczelni. Dzięki ich pełnemu wykorzystaniu, zbędne staną się kolejne dodatkowe potwierdzenia wysyłane do ministerstwa... tradycyjną pocztą. Usprawnienie cyfrowych zasobów pozwoli również na zmniejszenie częstotliwości ocen okresowych pracowników naukowych.

ZADBAĆ O JAKOŚĆ

Oprócz odciążenia dydaktyków oraz pracowników administracyjnych, pakiet deregulacyjny to również szansa na poprawę m.in. jakości kształcenia. Nowe rozporządzenie zmienia charakter funkcjonowania Polskiej Komisji Akredytacyjnej, która czuwa nad poziomem uczelnianej dydaktyki. Działanie PKA przestanie być

ograniczone do sprawdzania kolejnych sprawozdań, a jej eksperci pomogą szkołom wyższym wejść na nowy poziom.

Kreatywność powinna być skierowana na naukę, a nie na produkcję biurokracji”

W projekcie znalazły się również zmiany, o których środowisko mówiło od dawna. Jedna z nich dotyczy zasad awansu zawodowego. – Kiedy pracownik zrobi doktorat albo obroni habilitację, naturalne jest, że awansuje na stanowisko wyższe. A na uczelniach awans naukowy ściśle związany był dotąd z konkursem na stanowisko – tłumaczy Teresa Czerwińska. Zniesienie tego obowiązku umożliwi uczelniom awansowanie swojego pracownika. Taka zmiana ma również zapobiec powstawaniu patologii takich jak fikcyjne konkursy ogłaszane pod jednego kandydata.

W reakcji na niepokojące sygnały o obniżającej się jakości studiów doktoranckich, część przepisów reguluje sytuację doktorantów. – Proponujemy, by uczelnia zapewniła stypendia dla nie mniej niż 50 proc. przyjmowanych uczestników studiów stacjonarnych – wyjaśnia minister Czerwińska. Oprócz tego liczba studentów na stacjonarnych i niestacjonarnych studiach III stopnia ma być równa. – Wierzymy, że to pozwoli na większą odpowiedzialność za te przyjęte osoby – dodaje.

Przygotowane przez resort zmiany mają wejść w życie już od nowego roku akademickiego.



WIKTOR ŚWIATLIK

DYREKTOR CENTRUM MONITORINGU
WOLNOŚCI PRASY SDP

Życzę wam trójelek

Jest to podział starszy nawet niż ten na zwolenników PO i PiS, zamachu i katastrofy, miłośników piwa i wina, mięsa i sałaty, wielbicieli i przeciwników piłki nożnej.

No, może w tym ostatnim przypadku to przesada – podział na kobiety i mężczyzn jest nieco starszy, choć pod tym względem ja akurat zaliczam się coraz bardziej do kobiet. Mecze oglądałem z rzadka i to przeważnie rozgrywki reprezentacji. Nadal wiem, na czym polega spalony. No i wciąż nie zadałbym pytania, które zadała kiedyś dziewczyna znajomego dziennikarza sportowego: „czy Legia Warszawa zagra w mistrzostwach świata w Niemczech?”. Elegancka odpowiedź brzmiała: „ależ oczywiście, kochanie, jestem przekonany, że trener Janas powoła do reprezentacji wyłącznie zawodników Legii Warszawa”. Ja nie zadałbym takiego pytania, ale też nie udzielił takiej odpowiedzi, bo mimo upływu lat wciąż jestem zbyt mało kulturalny i elegancki.

Zostawmy jednak piłkę nożną. Ludzie w Polsce różnie się dzielili. Kiedy zacząłem być dziennikarzem po koniec lat 90., najważniejszym dla wszystkich podziałem był wciąż ten na postsolidarność i postkomunę. Pamiętam, że jeden ze starszych ode mnie, bardzo mądrych dziennikarzy przekonywał mnie, że podział ten będzie funkcjonował przez resztę mojego życia, że jest jak DNA. Dziś nie ma nawet jego śladów. Wystarczy spojrzeć na świat polityki. Postkomunista Kwaśniewski i postsolidaruch Komorowski zwalczają razem postsolidarucha Kaczyńskiego po cichu wspieranego przez postskomunistę Millera. Wszystko się pozacierało. Korporacje polityczne po prostu się przeorganizowały. Doszło do kilku

fuzji, upadków, przejęć, restrukturyzacji i by biznes się kręcił, trzeba było do tego podziału dostosować też konsumenta.

Innym ważnym, naprawdę ważnym podziałem, który pamiętam sprzed lat, nawet z dzieciństwa, był ten na wieś i miasto. Do dziś zostały po nim takie sformułowania jak „robić wieś”, „mieć słomę w butach”. Ponieważ wychowywałem się w domu jednorodzinnym położonym w wiejskiej jeszcze wówczas okolicy, ale między dwoma miastami, w dodatku strasznie uprzemysłowionymi, a pod domem jeździł tramwaj, trudno było mi się

Wszyscy i ze wsi, i z miasta, przenieśli się do Facebooka. W związku z tym, zapewne dziś istotniejszy jest podział na posiadaczy Samsungów i iPhone'ów

w tym podziale określić. Dziś on już chyba w ogóle nie funkcjonuje. Po pierwsze, tylko w niektórych środowiskach, zakompleksionych i oderwanych, które spotykają się dziś na rozmaitych marszach, wieś to wciąż symbol zacofania (autentyczny tytuł: „Andrzej Duda wygrał przez wieś”). Dziś ludzie przenoszą się z powrotem poza miasto, a wieś kojarzy się z przedsiębiorczością. Po drugie, wszyscy i ze wsi, i z miasta, przenieśli się do Facebooka. To, czy za oknem mają krowę, czy bloki, nie ma większego znaczenia, bo i tak ich nie widzą spodem ekranu smartfona. Dziś

istotniejszy jest zapewne podział na posiadaczy Samsungów i iPhone'ów niż na tych z Olsztyna i z Nowej Wsi.

Oczywiście pozostaje kwestia Warszawy, w której wciąż specyficzny rasizm wobec przyjezdnych ludzi się pojawia (jak pisał dziennikarz z koncernu wydającego „Gazetę Wyborczą”: „słoiki przywożą wszy do miasta”). Ale i to zanika, bo słoiki przysięgły reszcie, w tym bardzo aktywne w podkreślaniu swojej stołeczności dzieci i wnuki niepiśmiennych milicjantów, ubeków i strażników więziennych pozwozonych tu w latach 50. czy 60. do cudu budownictwa mieszkaniowego, jakim było na przykład straszące do dziś Osiedle Za Żelazną Bramą. Swoją drogą, kiedyś pisałem małe reportażyki o terenach popegeerowskich (PGR-y to miały być takie cuda kolektywnej gospodarki PRL – pozostała po nich nędza). Pamiętam jeden, który był naprawdę straszny. Ludzie żyli tam wtedy w potwornej wprost nędzy i apatii. Ale jeden z nich przekonywał mnie, że oni są z miasta. Bo za komuny dwa bloki u nich wybudowali.

No dobrze, wróćmy do podziału, o którym pisałem na początku. Jeden jest starszy niż te wszystkie powyższe. To podział na ludzi, którzy doceniają myślenie i tych, którzy go nie doceniają. Wbrew pozorom to nie banał. Obserwuję, jak zmieniają się matury i egzaminy akademickie. Kiedyś doceniano zdolność własnej analizy, umiejętność odnajdowania analogii, łączenia faktów, wysnuwania własnych, odważnych wniosków. Dziś zastępuje je często, niestety także w humanistyce, umiejętność odgadnięcia odpowiedzi, która jest pożądana przez autorów testów. Dlatego z okazji sesji życzę wam samodzielności. Choćby i była okupiona trójką. ■

Juwenalia 2016

21 MAJA 17:30

FUNKOLOGIA

NATALIA PRZYBYSZ

MROZU

HEY

AGRYKOLA
WSTĘP WOLNY

Zadanie zostało zrealizowane dzięki wsparciu finansowemu Miasta Stołecznego Warszawy

PATRONAT HONOROWY:

