

Czasopismo  
studenckie  
UPH

Numer 76  
(1/2017)

# KURIER UNIwersytecki



## W NUMERZE:

Chwalimy się s.2 Chwalimy się s.2 Chwalimy się s. 2  
Chroń swoją gwara s. 8 Chroń swoją gwara s. 8 Życie  
z tremą s. 10 Życie z tremą s. 10 Życie z tremą s. 10  
Fakty i mity o islamie s. 15 Fakty i mity o islamie s. 15  
Zaproszenie do kina s. 19 Zaproszenie do kina s. 19  
Wyobraźnia Franciszka Maśluszczyka s. 24 Medal  
olimpijski dla naszego kolegi s. 48 Medal olimpijski dla  
naszego kolegi s. 48 Karnawałowe przekąski s. 38  
Karnawałowe przekąski s. 38 Karnawałowe przekąski



# KURYER UNIwersYTECKI

**Czasopismo Uczelniane  
Uniwersytetu  
Przyrodniczo-Humanistycznego  
w Siedlcach  
Ukazuje się przy Uczelnianym  
Ośrodku Kultury**

## **Redaguje zespół:**

Katarzyna Malewicz – redaktor naczelna,  
redaktor graficzna

Łukasz Tkaczuk – zastępca redaktor  
naczelnej

Hanna Świeszczakowska – sekretarz  
redakcji

## **Redaktorzy działów:**

Justyna Dziadak - Poezja, kolaż

Katarzyna Malewicz - Galeria, Koła  
naukowe

Michał Pieńkowski - Różnorodność  
wzbogaca

Sylwia Potiopa - Nasze pasje

Hanna Świeszczakowska - Wydarzenia  
naukowe

Łukasz Tkaczuk - Nasze sprawy,  
Czytelnia

## **opiekun redakcji:**

mgr Tadeusz Goc (603 220 576, 601 220  
576)

## **za strony rektorskie odpowiada:**

dr hab. Adam Bobryk (25 643 19 18)

## **skład:**

Jolanta Szymczyk

## **projekt okładki:**

Katarzyna Malewicz (516 998 094)

graf.: <http://folkstar.pl/>

## **Kontakt z redakcją:**

Uczelniany Ośrodek Kultury,

ul. 3 Maja 49, pok. 29, 08-110 Siedlce

e-mail: [kurier.uph@gmail.com](mailto:kurier.uph@gmail.com),

[www.kuryer.uph.edu.pl](http://www.kuryer.uph.edu.pl)

ISSN 1507-2118

Druk: Drukarnia NOWATOR,

Stok Lacki

nakład: 700 egz.

## **Drodzy Czytelnicy!**

Kolejny, wspaniały rok za nami! Cieszymy się sukcesami odnoszonymi przez nasze czasopismo. Kuryer Uniwersytecki nie tylko stał się bardziej poczytny, ale zakwalifikował się do drugiego etapu ProJuvencus 2016 o czym możecie przeczytać w artykule Grzegorza Czapskiego, zamieszczonym na stronie 2. Dziękujemy wszystkim autorom, tym współpracującym z nami od dawna i tym, którzy dopiero zaczęli swoją przygodę z pisaniem. Ten numer jest niezwykle obszerny i z pewnością każdy z Was znajdzie w nim coś interesującego.

Jak w poprzednich numerach, nie zabrakło informacji o życiu studenckim, sprawach uczelnianych, ciekawych wydarzeniach, pokazaliście również, że nie brakuje Wam odwagi, by spełniać marzenia. Polecam teksty: Chroń swoją gwarę s.8, Fakty i mity o islamie s. 15, Wyobraźnia Franciszka Maśluszczaka s. 24.

Mam nadzieję, że wspólnie uda nam się jeszcze bardziej rozwinąć czasopismo. Serdecznie zapraszam wszystkich chętnych studentów i nie tylko do dzielenia się swoimi przemyśleniami, wątpliwościami i pasjami. Oczywiście nie muszą to być wyłącznie artykuły, wiemy, że wśród nas jest wielu zdolnych rysowników, fotografów, malarzy. Jeżeli ktoś z Was ma ciekawe pomysły, potrafi i chce ułożyć dla czytelników krzyżówkę, sudoku, bądź zadać zagadkę, również może to zrobić.

**Katarzyna Malewicz**

redaktor naczelna



Mark Rothko  
Violet, Black, Orange, Yellow on White and Red  
1949, farba olejna, Abstrakcjonizm

# Spis treści

## Aktualności

Docenili nas - KU wśród najlepszych mediów  
studenckich .....s. 2

## Nauka

Pora na zmiany - rozmowa z prof. Lesławem Pytką .....s. 2

Sztuki plastyczne na UPH - 45 lat uczelnianej edukacji  
artystycznej .....s. 3

Obrady logistyków - konferencja „Ekologia, logistyka,  
transport” .....s. 5

Zapraszamy do KNL - dorobek i plany koła  
logistyków .....s. 5

Specjalizacja przyszłości - biznes międzynarodowy po  
angielsku .....s. 6

Interesuje nas bezpieczeństwo - deklarują członkowie  
KNBN .....s. 7

Dołącz do nas! - zapraszają studenci z koła  
resocjalizacji .....s. 7

Co wieś to inna pieśń - tradycja zapisana w języku .....s. 8

## Nasze sprawy

Z tremą można wygrać - psycholog radzi .....s. 10

Wrzuć cukierka! - studenci dzieciom .....s. 11

## Nasze pasje

Pomaganie cieszy najbardziej - wolontariusze w Domu  
nad Stawami .....s. 12

Dobry wstęp do czegoś większego - uwaga: talent! .....s. 12

Pies na receptę? - jak działa dogoterapia .....s. 14

## Różnorodność wzbogaca

Islam - fakty i mity - przedstawia arabistka  
i podróżniczka .....s. 15

## Klub filmowy

Najważniejsze zdążyłem przekazać - kino Andrieja  
Tarkowskiego .....s. 19

Niewiele do szczęścia - opowieść o przyjaźni dwóch  
artystów .....s. 20

Kontestacyjna moc długich dystansów - sport  
odmienia .....s. 21

## Galeria

Artysta, pedagog, organizator - o Marianie  
Gardzińskim .....s. 23

Projekcje mojej wyobraźni - rozmowa z Franciszkiem  
Małuszczykiem .....s. 24

Spotkajmy się na Ławeczce! - podróże i wystawy  
malarzkiej czwórki .....s. 27

W stronę koloru - kolekcja Chi-Chi Ude .....s. 28

Kto powiedział, że artyści... - w obronie abstrakcji .....s. 29

## Czytelnia

Czekając na słowo - komu potrzebna jest poezja?.....s. 31

Dzieci doktora Korczaka - wspomnienia  
wychowanka .....s. 32

Poezja, proza i kolaż Justyny Dziadak .....s. 34

Przypomnienie o konkursie literackim .....s. 35

## Dieta

Zaproszenie na konferencję dietetyczną .....s. 36

Prawdziwe oblicze kuchni staropolskiej i jak kiedyś  
gotowano groch .....s. 36

Zielono mi! - zdrowie w szklance .....s. 37

Gastronomiczne show - KND na targach  
w Warszawie .....s. 38

Czy można pić w trakcie posiłku? .....s. 38

Przepisy nie tylko karnawałowe .....s. 38

## Rozrywka

Sudoku .....s. 41

## Strony rektorskie.

Prof. Zbigniew Tadeusz Dąbrowski doktorem *honoris  
causa* UPH .....s. 42

Jubileusz Wydziału Humanistycznego .....s. 43

Profesor Edward Pawłowski (1941-2016) *Non omnis  
moriar* .....s. 44

35 rocznica strajku studentów .....s. 45

Uniwersytet obecny poza swoimi murami .....s. 46

Siedleckie poparcie dla Manifestu Kosmicznego .....s. 47

Student UPH medalistą Igrzysk Paraolimpijskich .....s. 48

Mimo zmęczenia wracam na salę - rozmowa z Kamilem  
Rzysą .....s. 48

Księżniczka Mleka 2017 .....s. 50

Złote Jacki 2016 .....s. 50

Stosunki z Rosją w oczach naukowców .....s. 50

Więści z Wydziału Nauk Ścisłych .....s. 51

Wymiana polsko-amerykańska .....s. 53

Terminy rekrutacji .....s. 53

Konkurs Wiedzy o Rosji i Niemczech .....s. 54

Otwarte wykłady .....s. 54

Pod patronatem INSiB .....s. 55

Wspólne śpiewanie łączy pokolenia .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

Szkolenia dla młodzieży .....s. 55

**Redakcja zastrzega sobie prawo skracania  
i redagowania tekstów**

**oraz nadawania tytułów i śródtytułów.**

**Publikacja reklam na zasadach uzgodnionych  
z opiekunem redakcji Tadeuszem Gocem.**

## Docenili nas....

**Kuryer Uniwersytecki** zajął piąte miejsce w ogólnopolskim konkursie samorządów studenckich **ProJuvenges 2016** w kategorii Media Studenckie.



źródło: Internet

ProJuvenges to inicjatywa Parlamentu Studentów Rzeczypospolitej Polskiej (PSRP). Głównym celem konkursu, ogłaszanego od 2013 roku, jest nagradzanie wyróżniających się w skali krajowej projektów i działań podejmowanych przez studentów.

W 2016 roku statuetki zostały przyznane w rekordowej liczbie 8 kategorii: Media Studenckie, Dziennikarz, Juwenalia, Kultura Studencka, Naukowy Projekt Roku, NGO, Studencki Projekt Roku oraz Studia Bez Barier.

Ubiegłoroczna edycja konkursu ProJuvenges składała się z trzech etapów, o ostatecznym wyniku zdecydowało głosowanie internetowe. Zgłaszać kandydatów można było od 17 do 23 października. Kapituła Konkursu wybierała w oparciu o przesłane zgłoszenia maksymalnie sześcioro najlepszych kandydatów w ramach każdej kategorii. W kategorii Media Studenckie zakwalifikowano do następnego etapu czasopismo studenckie Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach - *Kuryer Uniwersytecki*.

Na prośbę organizatorów konkursu członkowie redakcji napisali o sobie: „Czasopismo studenckie UPH *Kuryer Uniwersytecki* daje możliwość sprawdzenia swoich sił w pisaniu i innych formach przekazu oraz dotarcia z nim do czytelników związanych z uniwersytetem siedleckim, a także poza to środowisko. Głównym przesłaniem i celem współpracowników *KU* jest dzielenie się sprawami ważnymi dla studentów, związanymi ze zdobywaniem wiedzy, intelektualnym i twórczym rozwojem, ciekawym spędzaniem wolnego czasu. Redakcja *KU* to rodzaj małej wspólnoty, otwartej dla wszystkich chętnych, w której uczymy się odpowiedzialności, obowiązkowości, współpracy, dyskusowania, patrzenia na rzeczywistość, w tym najbliższe otoczenie, jak na niewyczerpane źródło tematów godnych utrwalenia i opisanie. Jesteśmy przekonani, że efekty naszej pracy zostawią trwały ślad, istotny dla opisu pokolenia i czasu, w jakim żyjemy. Z drugiej strony, dzięki niej zgromadzimy doświadczenia i umiejętności cenne i cenione w dorosłym oraz zawodowym życiu.”

Od 28 października do 4 listopada do godziny 20:30 trwało głosowanie internautów na wybrane przez nich media studenckie, wcześniej zakwalifikowane przez komisję do tego etapu. Ostatecznie *Kuryer Uniwersytecki* zajął piąte miejsce.

Lepsi od nas byli wielkonakładowi potentaci dysponujący dużymi redakcjami (jak warszawski miesięcznik „Magiel” adresowany do studentów dwóch renomowanych uczelni) oraz telewizja studencka i radio internetowe.

**Wyniki ogłoszono i wręczono nagrody 4 listopada 2016 roku podczas uroczystej gali „ProJuvenges” w Hotelu Novotel Airport w Warszawie.**

Serdecznie dziękujemy za oddane głosy na naszą redakcję. Mamy nadzieję, że wynik osiągnięty przez *KU* zachęci studentów do podejmowania współpracy z nami i starań o lepszy poziom czasopisma.

**Grzegorz Czapski**

## Pora na zmiany

**Z prof. Lesławem Pytką, dyrektorem Instytutu Pedagogiki Wydziału Humanistycznego UPH, rozmawia Katarzyna Malewicz**

*Słyszałam o projektowanych zmianach organizacyjnych w Instytucie Pedagogiki, który ma stać się Instytutem Edukacji? Czy to prawda?*

Tak, prace nad restrukturyzacją trwały od pewnego czasu. Wymagały nie tylko pomysłów, ale także uzgodnienia ze społecznością instytutu takich zmian, które byłyby do zaakceptowania przez naszych dydaktyków. A oni są przywiązani do tradycji i myślenia o pedagogice i naukach pokrewnych zgodnie ze starymi nawykami. Podjąłem to ry-

zyko dla dobra spójności merytorycznej i formalnej instytutu jako jednostki dydaktycznej i badawczej.

*Propozycja została przegłosowana na posiedzeniu Rady Wydziału 21 grudnia ub. r. Czy była konieczna? Czy nie lepiej niczego nie zmieniać, skoro to jakoś chodzi od lat?*

Lepsze jest wrogiem dobrego. Oczywiście, każda zmiana niesie ryzyko, można wpaść z deszczu pod rynną. Dlatego powinna być poprzedzona rozpoznaniem, co i w



jakim zakresie jest funkcjonalne, czy struktury organizacyjne odpowiadają celom badawczym i dydaktycznym? Czy nazwy i funkcje jednostek instytutu odzwierciedlają stan faktyczny?

Po objęciu stanowiska dyrektora IP we wrześniu ub.r. dokonałem wraz z kolegami takiej analizy i doszedłem do wniosku, że utrzymująca się od lat formuła „pedagogiczności” instytutu jest przebrzmiała. Nie odpowiada zmianom ustrojowym, potrzebom rynku, aspiracjom studentów i pracowników nauki.

Kształcimy studentów na kierunkach wykraczających poza klasyczną pedagogikę uniwersytecką, np. w zakresie edukacji artystycznej i kryminologii stosowanej na poziomie licencjatu. Staliśmy się bardziej interdyscyplinarni. Ponadto nazwa dziedziny zwanej pedagogiką obciążona jest stygmatyzującymi nawykami myślenia niegdysiejszej, obśmianej „pedagogiki socjalistycznej” czy innych pedagogik przymiotnikowych typu: „pedagogika wojskowa”, „pokoju”, „walki”, „kryminologiczna” i nie wiadomo czego jeszcze. Nie wspomnę o „antypedagogice” postmodernistycznej i jej korelatkach edukacyjnych.

Idzie tu także o przywrócenie blasku i znaczenia pedagogiki w szerszej, staropolskiej formule edukacji społecznej. Takiej, która obejmuje nie tylko kształcenie, ale kształtowanie postaw i ról społecznych przyszłych adeptów naszego instytutu, jednak bez zrywania więzi ze specjalistycznymi „pedagogikami”. Jednym słowem, zaistniała dojmująca potrzeba zmiany kostiumu i bielizny, a przecież nikt nie pyta o zasadność czy konieczność zmiany bielizny osobistej co jakiś czas...

*Ależ Pan walnął z armaty do muchy! Czyżby zirykowała Pana Profesora, niewinnie pytając o zasadność projektu zmian?*

Przeciwnie! Rozbawiła mnie Pani i przypomniała, że optyka nauczycieli akademickich jest radykalnie odmienna od studenckiego punktu widzenia.

A teraz serio: Jak mówiłem, w obecnym instytucie realizowane są trzy kierunki kształcenia, a więc trzy zakresy działalności naukowej: pedagogika, edukacja artystyczna i kryminologia. Dwa z nich zdecydowanie wykraczają poza zakres zainteresowań pedagogiki jako dyscypliny naukowej. Instytut Pedagogiki w dotychczasowym kształcie to hybryda, tak jak wiele innych instytutów wydziałowych czy uczelnianych. Sama nazwa uniwersytetu też jest swoistą hybrydą przyrodniczo-humanistyczną. Wolałem nazwę Akademia Podlaska. Jednakże praktyczne względy i wymogi chwili dyktowały takie, a nie inne nazwy wydziałów czy innych jednostek uczelnianych.

Wróćmy do meritum. Skoro już okrzepliśmy w strukturach i funkcjach przypisanych jednostkom organizacyjnym, to warto się przyjrzeć, czy nie pora, aby doprowadzić do większej spójności merytorycznej i formalnej naszego instytutu będącego zlepkiem nieprzystających do siebie części? Uznałem zatem, że nowa struktura instytutu powinna odzwierciedlać jego spójność merytoryczną, i że nowa nazwa powinna obejmować całość naszej aktywności.

W ślad za zmianą nazwy poszła redukcja siedmiu katedr do czterech oraz trzech zakładów i towarzyszących im pracowni. Teraz struktura jest prosta i elegancka. A, co najważniejsze, nazwa instytutu odpowiada realizowanym zadaniom dydaktycznym i badawczym.

*Czy na tych zmianach skorzystają studenci?*

Nie wiem, na ile obecni studenci docenią te zmiany, ale z pewnością nowa wersja instytutu oraz ogólniejsza formuła edukacji będzie atrakcyjniejsza dla kandydatów na nasze kierunki; chcemy rozbudować ofertę o pracę socjalną. Nie będę jednak składał obietnic bez pokrycia, bo to wszystko pociąga koszty psychologiczne, społeczne i inne. Poczekajmy na akceptację naszych propozycji i na wdrożenie pierwszego ruchu.

*Dziękuję za rozmowę.*

## Sztuki plastyczne na UPH

Sztuki plastyczne są obecne w procesie edukacji od początku istnienia siedleckiej uczelni. Pierwszą jednostką dydaktyczną, utworzoną w 1971 r., była Pracownia Plastyki, a jej program nauczania wspierał pierwszy rektor doc. **Józef Kozłowski**. Rozumiał znaczenie wychowania poprzez kontakt z dziełem sztuki i stworzył kolekcję polskiego malarstwa współczesnego.

Pracownicy naukowo-dydaktyczni Pracowni Plastyki, następnie Katedry Edukacji Artystycznej, a obecnie Katedry Sztuki, biorą czynny udział w pracach artystyczno-naukowych w ośrodkach krajowych i zagranicznych. Ich działalność naukowo-badawcza jest ściśle związana z dziedziną sztuk plastycznych, dyscypliną sztuki piękne.

**Nowy kierunek artystyczny**

Od roku akademickiego 2015/2016 uruchomiono kierunek **edukacja artystyczna w zakresie sztuk plas-**

**tycznych**. Poszerzono w ten sposób ofertę dydaktyczną studiów pierwszego stopnia Wydziału Humanistycznego o obszar kształcenia w zakresie sztuki.

Baza uczelniana zapewnia prawidłową realizację programu kształcenia na kierunku z zakresu sztuki. Wybudowana przy wsparciu Unii Europejskiej nowa siedziba Wydziału Humanistycznego posiada pracownie specjalistyczne nowoczesnie zaprojektowane i służące kształceniu w dziedzinie sztuk plastycznych.

Kompetencje zdobywane przez studentów podczas realizacji programu kształcenia na kierunku edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych są podstawą do aktywności naukowej i twórczej w ramach pracy w Studenckim Kole Naukowym Edu Art. Program działalności koła naukowego sprzyja przygotowaniu studentów do pogłębionej aktywności artystycznej i naukowej, przewidzianej dla studentów studiów drugiego stopnia.





**Robert Szymani**

Nawiązując do mecenatu pierwszego rektora, w naszej uczelni prowadzona jest działalność wystawiennicza i kulturotwórcza. Początkowo, jako Galeria Akademicka w budynku przy ul. 3 Maja, a w nowych obiektach Biblioteki Głównej i Wydziału Humanistycznego jako Galeria „Przestrzeń Sztuk” i „A galeria”.



**Czesław P. Ciapało**

Działalność tych placówek spełnia istotną funkcję w prowadzeniu badań artystyczno-naukowych. Te formy aktywności pozwalają studentom rozwiązywać nowe i ciekawe problemy o charakterze praktycznym (organizacyjnym i projektowym), przygotowują do uczestniczenia w badaniach naukowych, prowadzonych przez pracowników Pracowni Sztuk Wizualnych i Pracowni Edukacji i Teorii Sztuki, uczą współdziałania w zespole, pozwalają poznać problemy dotyczące przyszłej aktywności zawodowej, uświadamiają konieczność indywidualnego rozwoju.

W obu galeriach prezentowane są autorskie dokonania najzdolniejszych studentów, będące często ich debiutem. Wystawiane są prace lokalnego środowiska artystycznego oraz twórców z ośrodków akademickich i środowisk twórczych krajowych i zagranicznych.



**Dobrosław Bagiński**

W historii Wydziału Humanistycznego naszej uczelni należy wymienić nauczycieli akademickich, którzy poprzez swoją działalność naukowo-dydaktyczną oraz organizacyjną przyczynili się do obecnego wizerunku edukacji artystycznej:

\* artystę malarza **Piusa C. Ciapało**, prof. AP, kuratora Galerii Akademickiej, opiekuna Studenckiego Koła Naukowego Trendy Sztuki;

\* artystę grafika mgr **Halinę Cholewkę**, która kierowała zespołem tworzącym nowy kierunek edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych;

\* artystę rzeźbiarza mgr. **Mariana Gardzińskiego** - koordynatora projektów pracowni specjalistycznych w nowym budynku Wydziału Humanistycznego łącznie z pawilonem rzeźby przy ul. Żytniej 39, autora logo, herbu oraz insygniów rektorskich i dziekańskich Akademii Podlaskiej, autora Medalu za zasługi dla siedleckiej humanistyki oraz logo Wydziału Humanistycznego;

\* historyka sztuki mgr. **Andrzeja Mrozowskiego** - autora opracowania „Kolekcja obrazów Akademii Podlaskiej” i monografii „Marian Gardziński”;

\* artystę grafika mgr **Bożenę Skoczeń-Ceranę**

\* artystę malarza prof. **Krzysztofa Wachowiaka**.

Kierunek edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych tworzy zespół pracowników reprezentujących dziedziny sztuk plastycznych wspomaganych przez specjalistów z nauk społecznych i humanistycznych.

Sztuki plastyczne reprezentują:

\* artysta rzeźbiarz **Dobrosław Bagiński**, prof. UPH

\* artysta malarz **Mikołaj Bieluga**, prof. UPH

\* artysta rzeźbiarz mgr **Michał Gardziński**

\* artysta grafik dr **Agnieszka Mazek**

\* artysta malarz **Tomasz Nowak**, prof. UPH

\* artysta malarz dr **Robert Szymani**

Nauki społeczne i humanistyczne reprezentują:

\* pedagog **Janina Florczykiewicz**, prof. UPH

\* historyk sztuki dr **Agnieszka Pastor**

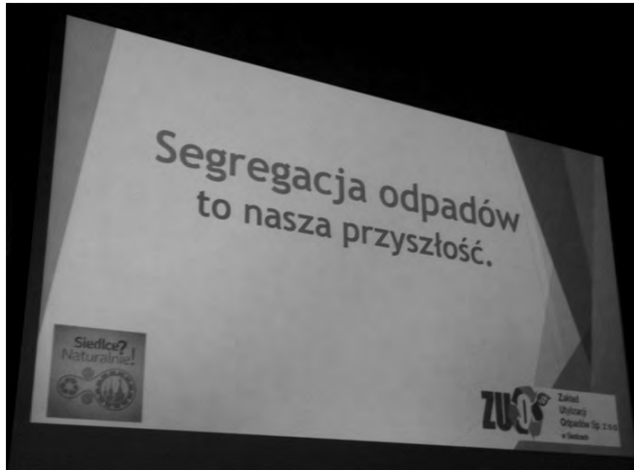
**Tomasz Nowak**

zdjęcia: **Michał Gardziński**



## Obrady logistyków

7 grudnia ub. r. Koło Naukowe Logistyków przy Wydziale Nauk Ekonomicznych i Prawnych zorganizowało w gmachu Biblioteki Głównej UPH III Ogólnopolską Konferencję Naukową „Ekologia, logistyka, transport”.



Otwarcia dokonał prodziekan ds. nauki prof. nzw. dr hab. Adam Szpaderski. Następnie Michał Chwedczuk zaprezentował działalność Koła Naukowego Logistyków. Wiedzą praktyczną podzielili się: Wojciech Cylwik, naczelnik Wydziału Dróg w Urzędzie Miasta Siedlce, Mariusz Gruda, prezes Za-

ządu Zakładu Utylizacji Odpadów w Siedlcach, Dariusz Drabek z firmy logistycznej TRANS-PACK24. Goście opowiedzieli o uwarunkowaniach rozwoju infrastruktury drogowej na terenie miasta, problemach z segregowaniem odpadów oraz o transporcie towarów niebezpiecznych drogą lotniczą.

Dalej obradowano w czterech równoległych panelach. Referaty na temat ekologii, logistyki i transportu wygłosili pracownicy naukowcy, doktoranci oraz studenci z 10 ośrodków akademickich.

Partnerem III Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Ekologia, logistyka, transport” był Zakład Utylizacji Odpadów sp. z o.o. w Siedlcach.

tekst i zdjęcia: **Grzegorz Czapski**



## Zapraszamy do Koła Naukowego Logistyków



Koło Naukowe Logistyków działa na Wydziale Nauk Ekonomicznych i Prawnych UPH. Idea jego założenia zrodziła się w odpowiedzi na wyrażane przez studentów pragnienia poszerzenia wiedzy z zakresu logistyki oraz budzenie zainteresowań naukowych i badawczych.

Pomysł powołania koła powstał pod koniec roku 2010. Procedura rejestracji trwała do marca 2011 roku, kiedy to oficjalnie powstało Koło Naukowe Logistyków (KNL). Pierwszym prezesem została Katarzyna Telakowicz. Celami koła są: kontakty z kołami logistycznymi z innych uczelni, współpraca z innymi komórkami UPH, popularyzacja i promowanie koła oraz uczelni, organizowanie konferencji i seminariów, uczestnictwo w ciekawych wydarzeniach, zdobywanie doświadczenia i kompetencji niezbędnych w karierze zawodowej.

Skład zarządu KNL w roku akademickim 2016/2017:

- Adrianna Lipka, przewodnicząca,
- Mateusz Janczuk, zastępca przewodniczącej,
- Anna Piszcz, sekretarz,

- Marlena Domańska, skarbnik

Opiekę naukową nad kołem od jego założenia sprawuje dr inż. Adam Marcysiak.

Mimo krótkiego okresu działania członkowie koła byli wyróżniani za szczególne osiągnięcia naukowe i organizacyjne. Co roku studenci KNL czynnie uczestniczą w konferencjach naukowych o zasięgu międzynarodowym, ogólnopolskim i regionalnym.

W 2017 roku planujemy: zorganizowanie cyklicznych konferencji tzn. III Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Dzień Drogowca i Transportowca. Współczesne wyzwania, zagrożenia i problemy branży transportowej”, IV Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Ekologia, logistyka, transport”, seminariów naukowych, udział w dniach otwartych UPH i w targach, wyjścia do przedsiębiorstw branży logistycznej.

Członkiem koła może zostać każdy student UPH.

Zapraszamy do polubienia naszej strony na facebooku: [www.facebook.com/sknluph](http://www.facebook.com/sknluph)

Kontakt: [knl.uph@gmail.com](mailto:knl.uph@gmail.com)

**Grzegorz Czapski**, członek Koła Naukowego Logistyków

projekt logo: **Paulina Włosińska**

## Specjalizacja przyszłości

Każdy student Wydziału Nauk Ekonomicznych i Prawnych UPH, studiujący na kierunku zarządzanie (I stopnia), po pierwszym roku musi zmierzyć się z trudnym zadaniem wyboru specjalności.

Kierunek oferuje: zarządzanie finansami i rachunkowość, zarządzanie małym i średnim przedsiębiorstwem, biznes międzynarodowy (International Business)

Specjalność **International Business** przygotowuje absolwenta do pracy w międzynarodowych organizacjach biznesowych, przedsiębiorstwach współpracujących z zagranicą, administracji krajowej i międzynarodowej (UE), instytucjach doradczych oraz do prowadzenia indywidualnej działalności gospodarczej na rynkach międzynarodowych. W ramach specjalności prowadzone są zajęcia w języku angielskim jako wykładowym.

Realizowane przedmioty to: Analiza rynków międzynarodowych (International Market Analysis), Globalizacja i regionalizacja w gospodarce światowej (Globalization and Regionalization in the World Economy), Handel międzynarodowy (International Trade), Instytucje i prawo UE (European Community Law and Institutions), Pieniądz i bankowość w nowoczesnym świecie biznesu (Money and Banking in the Modern Business World), Społeczna odpowiedzialność biznesu (Corporate Social Responsibility), Współczesne trendy w zarządzaniu organizacjami międzynarodowymi (Contemporary trends in management of international organizations), Zarządzanie innowacjami (Innovation Management), Zarządzanie międzykulturowe i negocjacje (Intercultural Management and Negotiations), Zarządzanie środowiskowe (Environment Management), Zarządzanie w środowisku wirtualnym (Management in Virtual Environment). Dotyczą one zagadnień z zakresu handlu międzynarodowego, analizy rynków międzynarodowych, globalizacji i regionalizacji w gospodarce światowej, funkcjonowania instytucji rynków finansowych. Osoby znające podstawy języka angielskiego i z dobrymi chęćmi nie będą miały problemu z zaliczeniami.



Zapotrzebowanie na specjalistów w dziedzinie biznesu międzynarodowego zgłasza wiele firm polskich i zagranicznych oraz instytucji państwowych. Wiele przedsiębiorstw ma swoje oddziały w krajach charakteryzujących się inną kulturą czy specyfiką pracy. Studencie - studiowanie na tej specjalności przygotuje Cię do pracy w największych firmach!

\* \* \*

Wybór tej specjalizacji nie był dla nas łatwą decyzją, kierowały nami wątpliwości i lęk przed nieznanym, gdyż **international business** znalazł się w ofercie edukacyjnej naszej uczelni po raz pierwszy. Argumentem za był na pewno brak opłat za studiowanie tej specjalności (na innych uczelniach bywa odpłatne). Poza tym warto mieć dwie różne specjalizacje na kierunku zarządzanie (na studiach licencjackich inną niż na magisterskich).

Specjalizacja international business rozwinęła nasze umiejętności językowe, zwiększyła otwarcie na świat, poszerzyła horyzonty, pomogła w przełamaniu bariery językowej na tyle, by pełnić rolę tłumaczek na zajęciach prowadzonych przez profesorów wizytujących z innych krajów. Dała okazję do zintegrowania się ze studentami z zagranicy, którzy studiowali na naszej uczelni w ramach *Erasmusa* i z którymi mieliśmy zajęcia. Dostarczyła nam wiedzę pożądaną na rynku pracy. Dzięki niej mamy szansę dostać zatrudnienie w firmach międzynarodowych.

W naszej nielicznej grupie (7 osób) bardzo się zżyliśmy. Spotykaliśmy się po zajęciach i współpracowaliśmy przy projektach. W ten sposób usprawniliśmy nasz warsztat językowy i umiejętność pracy w grupie. Specjalizacja biznes międzynarodowy dała nam odwagę do wyjazdu na studia zagraniczne w ramach programu *Erasmus*. Trzy osoby z tej specjalności, w tym my, wyjechały do Portugalii. Teraz pełniemy rolę opiekunów studentów z zagranicy studiujących na naszej uczelni.

Studenci pierwszego roku! Nie wahajcie się i zapisujcie się na tę specjalizację! Daje ona możliwość zdobycia cenionego wykształcenia na rynku pracy, doksztalcenia języka i otwiera furtkę na świat, jak było w naszym przypadku.

Katarzyna Starzyńska, Milena Gęsińska  
zdjęcia: Bartosz Pieńkowski oraz archiwum autorek



## Interesuje nas bezpieczeństwo

Studenckie Koło Naukowe Bezpieczeństwa Narodowego powstało z inicjatywy dwóch studentów: Grzegorza Gieruka i Mateusza Ługowskiego przy poparciu prof. Huberta Królikowskiego. Ideą spotkań była analiza wydarzeń politycznych i gospodarczych mających wpływ na politykę bezpieczeństwa.

Dyskutowaliśmy o zagadnieniach poruszanych na ćwiczeniach i wykładach, a także o szeroko rozumianym bezpieczeństwie. Inauguracyjne spotkanie - 31 października 2007 r. - zgromadziło 45 studentów pierwszego roku bezpieczeństwa narodowego. Trzy tygodnie później członkowie koła po raz pierwszy wspólnie wyszli na zewnątrz - do Siedleckiego Klubu Strzelectwa Sportowego DRAGON. Tam przeszli szkolenie w zakresie obsługi broni.

20 lutego 2009 r. działalność koła została sformalizowana - zatwierdzono statut, strukturę oraz cele. Pierwszym przewodniczącym wybrano Grzegorza Gieruka, wiceprzewodniczącym został Mateusz Ługowski, funkcję opiekuna pełnił prof. Hubert Królikowski.

W kolejnych latach, mimo wielokrotnej zmiany przewodniczących (Grzegorz Gieruk, Anna Gdula, Andrzej Rymarz, Sławomir Wierzbicki, Rafał Łęczycki, Marcin Wawrzyniak) oraz opiekunów (prof. Hubert Królikowski, prof. Mirosław Minkina, dr Malina Kaszuba, dr Małgorzata Lipińska-Rzeszutek), SKNBN uczestniczyło w wielu projektach dydaktycznych. Wśród nich były obozy naukowe w Białowieży (2009 r.), Zamościu (2010), Toruniu (2011) i Krakowie (2012).

Najlepsi studenci bezpieczeństwa narodowego i członkowie koła wzięli udział w 2013 r. w prestiżowym wyjeździe do Wiednia, na zaproszenie ambasadora Przemysława Grudzińskiego. W 2014 r., w ramach wyjazdu studyjnego (18-21maja), nawiązaliśmy współpracę z przedstawicielami Koła Naukowego Bezpieczeństwa Morskiego z Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni.



Spotkanie z byłym szefem CBA, Pawłem Wojtunikiem

Nasza działalność to także czynny udział w konferencjach i sympozjach naukowych z zakresu nauk o bezpieczeństwie oraz w spotkaniach z osobistościami związanymi z bezpieczeństwem Polski. Byli wśród nich: Bronisław Komorowski, Prezydent RP, gen. Marek Dukaczewski, b. szef Wojskowych Służb Informacyjnych, Leszek Miller, b. Prezes Rady Ministrów, prof. Leszek Balcerowicz, b. wiceprezes Rady Ministrów i minister finansów, Samad Ali Lakizadeh, ambasador Islamskiej Republiki Iranu w RP, płk. Aleksander Makowski, b. funkcjonariusz Departamentu IMSW.

Wśród innych przedsięwzięć członków koła warto wymienić, zapoczątkowany w 2008 r., coroczny udział w dniach otwartych UPH, podczas których promujemy swoją działalność oraz studia na kierunku bezpieczeństwo narodowe.

Członkowie SKNBN startowali w 2009 r. w IV Zawodach Szkolnych i Studenckich Kół Ligi Ochrony Kraju o Puchar Starosty Siedleckiego, a także uczestniczyli w ćwiczeniach obronnych pod kryptonimem „Ratusz 2015”.

**Wojciech Maksymiuk**, sekretarz Studenckiego Koła Naukowego Bezpieczeństwa Narodowego

## Dołącz do nas!

Studenckie Koło Naukowe Resocjalizacji i Profilaktyki Społecznej działa przy Instytucie Pedagogiki na Wydziale Humanistycznym naszej uczelni. Tworzy je grono studentów aktywnych, ambitnych, zainteresowanych rozwojem zawodowym i osobistym.

Praca w kole pozwala na realizowanie ciekawych projektów, poszerzanie wiedzy oraz doskonalenie w zakresie pracy resocjalizacyjnej, profilaktycznej, naukowej. SKNRiPS współpracuje z wieloma placówkami z terenu Siedlec i okolic. Dobrze układa się współdziałanie z Zakładem Karnym, Domem nad Stawami oraz placówkami oświatowymi i wychowawczymi.

Studentko! Studencie! W naszym kole poznasz interesujące metody pracy i będziesz mógł praktycznie wykorzystać to, czego nauczyłeś się na studiach. Spotkasz podobnych sobie pasjonatów i zrealizujesz swoje pomysły. Skorzystasz z możliwości, jakie daje nam uczelnia.

Członkiem SKNRiPS może zostać każdy student UPH. Jeśli chciałbyś do nas dołączyć, skontaktuj się z nami: [sknrips.uph@gmail.com](mailto:sknrips.uph@gmail.com)

**Marta Frąckiewicz**, przewodnicząca SKNRiPS

## Co wieś to inna pieśń

Wykorzystany w tytule cytat mógłby posłużyć za myśl przewodnią spotkania, które w październiku ub. roku zorganizowała w Białej Podlaskiej Fundacja Promocji Kultury i Edukacji im. Jerzego I. Illinicza. Tematem był stan badań nad gwarami Podlasia.

Trudno byłoby podważyć twierdzenie, że jako społeczeństwo jednego narodu posługujemy się tym samym językiem. Nasza mowa jest jednak wewnętrznie zróżnicowana, a wpływa na to wiele czynników: pochodzenie z



prof. Dorota Rembiszewska

konkretnego regionu, miejsce zamieszkania, środowisko, zawód, przynależność do danej zbiorowości.

### Ekspnaty w muzeum języka

Szczególną uwagę chcę zwrócić na odznaczający się wyjątkową specyfiką język wsi zwany gwara. Odbiega ona znacząco od mowy „miasta”, a charakteryzując się swoistymi właściwościami fonetycznymi, fleksyjnymi i składniowymi, w zestawieniu z językiem literackim wydawać

się może czymś niepoprawnym, błędnym i ułomnym. Myślenie takie byłoby przecież niesłuszne, bo gwara rozwijała się, czy też raczej rozwijały się one - gwary, bez hamującej ten proces (a więc narzucającej reguły poprawności) tradycji piśmiennej. Dziś traktujemy je jak zjawiska piękne i unikalne, swego rodzaju ekspnaty w muzeum ogólnonarodowego języka.

Nie bez powodu zaakcentowałem liczbę mnogą, bo nie o jednej, a o różnych gwarach można rozprawiać bez końca. Jak odnotowuje Stanisław Urbańczyk w *Zarysie dialektologii polskiej*: „mowa chłopca zależy przede wszystkim od okolicy, w której się urodził i wychował”, więc oczywistym staje się, że ona także jest obszarowo zróżnicowana. „Pod względem językowym dzielą się więc chłopcy na szereg grup terytorialnych, które wewnątrz są językowo mniej więcej jednolite, ale różnią się na zewnątrz od grup sąsiednich”. Języki terytorialne nazywamy dialektami czyli „większymi zespołami gwar”; wobec nich te ostatnie są pełnoprawnymi i wartościowymi „małymi jednostkami językowymi”.

### Kontynuatorzy Glogera

O tym, dlaczego warto badać odmiany języka oraz jakie mają dla nas znaczenie, a także ile już wiemy o gwarach Podlasia, traktowało spotkanie w Białej Podlaskiej.

Otworzył je Cezary Nowogrodzki, prezes wspomnianej fundacji, a gośćmi byli językoznawcy Instytutu Sławistyki PAN: prof. Dorota Rembiszewska i prof. Janusz Siatkowski.

Północne Podlasie to swoisty tygiel narodowości, kultur i języków, prowadzi się tam mnóstwo badań etnologicznych i archeologicznych. Niestety, wciąż nie opracowano pełnej monografii, która zbierałaby informacje o lokalnych systemach językowych, określała sposób i stopień ich wzajemnego oddziaływania. Nie posiadamy też słownika gwar tej części Podlasia, wyraźna jest potrzeba jego stworzenia.

Podejmowano próby gromadzenia słownictwa z tego obszaru. W latach siedemdziesiątych w Instytucie Sławistyki w Warszawie powstał *Słownik gwary staroobrzędowców żyjących na wschodzie Polski*, opracowany przez Irenę Maryniakową oraz Irydę Grek-Pabisową. W latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych Czesław Kudzinowski spisywał słownictwo rodzinnej wsi z okolic Knyszyna. Odnalezienie tych zapisków po 30 latach było sporym odkryciem i prof. Rembiszewska rychło na ich podstawie stworzyła *Słownik dialektu knyszyńskiego*. W XIX wieku Zygmunt Gloger podjął trud napisania *Słownika gwary ludowej w okręgu tykocińskim*, który potem opracowano; zawierał około 800 wyrazów.

Praca Glogera zainspirowała profesorski zespół w składzie: Dorota Rembiszewska, Janusz Siatkowski, Irena Maryniakowa. Językoznawcy podjęli się ułożenia słownika, który po publikacji nosi tytuł: *Różnojęzyczne słownictwo gwarowe Podlasia, Suwalszczyzny i północno-wschodniego Mazowsza*. Do stworzenia tego dzieła wykorzystano źródła leksykograficzne profesjonalne i nieprofesjonalne.

### Tradycja zapisana w języku

Okazuje się, że cennym materiałem do takich badań bywają amatorskie rejestry słówek - dzieła pasjonatów pochodzących z konkretnych wsi. Tak powstał *Słownik gwary wsi Bańki*, którego autorem był strażak, przez kilkanaście lat spisujący na maszynie słowa zasłyszane w swojej miejscowości. Podobną inicjatywę podjął hobbysta ze Szczepieszyna i stworzył zawierający ledwie 16 stron spis, co jednak nie umniejsza jego wartości w oczach badacza.

Zarówno to, co profesjonalne (np. *Słownik gwar wschodniosłowiańskich Białostoczyzny* lub podobny dotyczący okolic Suwalszczyzny), jak i nieprofesjonalne, przechodzi przez sito dialektologa. Jego wiedza, umożliwiająca selekcję i porównania, pochodzi z badań terenowych oraz możliwie największej ilości źródeł materiału językowego.



*Różnojęzyczne słownictwo gwarowe Podlasia, Suwalszczyzny i północno-wschodniego Mazowsza* spełnia podstawową funkcję związaną z badaniem gwar: w pracy zachowano kulturę wsi, która odeszła. Pokazano dawne zwyczaje, które dziś pobrzmiwają jedynie fragmentarycznie. Choćby zwyczaj polegający na tym, że przed Wielkanocą dzieci chodzą do swoich chrzestnych po jajka, co nazywano na Podlasiu *wykupnym*, *wołoczebnym*. Wiązało się z tym wędrowanie z konopielką (rodzaj pieśni ludowej o charakterze życzeniowo-zalotnym) pierwszego dnia świąt. Młodzi chłopcy śpiewali pod oknami dziewcząt, które musiały się *wykupić* jajkami lub całusem.

Słownictwo związane z dawnymi obrzędami utrwalono w pieśniach weselnych, gdzie pojawiają się: *swat*, *rajko*, *ogłady*, *przenosiny*, *poprawiny* (zachowane do dziś) albo *przystępy* - zwyczaj związany z przeprowadzaniem się (*przstępowaniem*) męża do gospodarstwa żony. Mnożyć można nazwy gwarowe związane z architekturą budynku mieszkalnego: *komórka*, *zachowanek* jako spiżarnia, *sklep* jako piwnica. Dawna mowa odzwierciedla również zmianę obyczajowości. Niegdyś kobieta z nieślubnym dzieckiem była napiętnowana, a ono z tego powodu nazywane: *bachór*, *bekart*, *bajstruk*, *przychówek*, *znajdek*, *pokrzywniak*. Dziś, w dobie rozluźnienia obyczajów, a przede wszystkim niezależności ekonomicznej kobiet, pochodzenie dziecka nie ma większego znaczenia.

### Wędrowki słów

Profesor Siatkowski akcentował rolę, jaką w dialektologii odgrywa badanie zasięgu wyrazów, co przynosi informacje o wpływach i pożyczkach. Odzwierciedlają się one w budowie danego leksemu oraz w odmiennych desygnatach tego samego słowa na różnych terenach.

Uczony skupił się na przykładach różnego pochodzenia słów gwarowych polskich i wschodniosłowiańskich. Np. *wyszki*, które na północy Polski określają poddasze w stodole, gdzie trzymano siano i snopy, są pożyczką wschodniosłowiańską, a znane pod Poznaniem jako *wyszunek* wskazują na zapożyczenie niemieckie. *Racuchy* to również pożyczka wschodniosłowiańska. Dawniej robiono je z mąki gryczanej, więc pierwotnie były to *greczuchy*, co powoli uległo przekształceniu.

### Jeśli nie my...

Jesteśmy świadkami zanikania tradycyjnej kultury polskiej, a reprezentujące ją gwary są na progu wyginięcia. Istnieje więc ogromna potrzeba utrwalania dawnej mowy, która - zgodnie z hasłem „co wieś, to inna pieśń” - w każdej wsi i wiosce brzmiała nieco inaczej.

Jest w sposobie wypowiedzania się każdego z nas coś, z czego prawdopodobnie nie zdajemy sobie sprawy, a co odróżnia nas od ludzi z innych regionów i przez nich może być łatwo zauważone. Jednak - jak podkreślała prof. Rembiszewska - jesteśmy ostatnim ogniwem, które może pokazać dobrą inność swojej wspólnoty, bo jeszcze mamy kon-

takt z żyjącymi przedstawicielami starszego pokolenia. Wiemy, skąd się wywodzimy, małe ojczyzny określają naszą lokalną przynależność, nawet gdy mieszkamy daleko od rodzinnego domu.

Wykład, a także żywa dyskusja, której uczestnicy wymieniali się „gwarowymi” doświadczeniami, pokazały, że stają się one bardziej powodem do dumy niż wstydu. Badania nad mową dawnej wsi są wciąż potrzebne i - pomimo odkryć językowych - istnieje ogrom niewiadomych lub takich kwestii, co do których nie ma (może nigdy nie będzie) stuprocentowej pewności.

Dociekania na temat gwar to utrwalanie zanikającego dziedzictwa kultury regionu, gdyż w niej zachowały się ślady zwyczajów lub ich odmian. Dzięki wysiłkom językoznawców i pasjonatów przechowano nie tylko słownictwo, które dawno wyszło z języka literackiego, ale także - co należy odnotować - zasób słów niejednej wsi. Być może dziś nie ma jej na mapie, ale udało się ocalić specyficzne elementy mowy dawnych mieszkańców. Badania językowe uzupełniają się z historycznymi i etnograficznymi, co sprawia, że coraz częściej stosowane jest podejście interdyscyplinarne.

Warto mieć świadomość, że - parafrazując wypowiedź prof. Siatkowskiego - jeśli gwarowe słowo nie zostanie utrwalone (zapisane), to w takiej formie prawdopodobnie zaginie. Owa dziedzina nauki wymaga ciągłego działania, pasji, zapału, samodyscypliny. Nie można - używając miejscowej gwary - rozwalić nóg jak motowidło i czekać.

**Łukasz Tkaczuk**, filologia polska, stopień II  
zdjęcia **Krzysztof Mazur**



prof. Janusz Siatkowski



## Z tremą można wygrać

Słowo *trema* pochodzi od łacińskiego *tremere* drżeć, bać się, trząść się.

Władysław Witwicki zdefiniował ją jako obawę przed niepowodzeniem wobec drugich.

Psychologicznie *trema* jest przykrym stanem niepewności siebie, lęku, zdenerwowania w oczekiwaniu na, lub w trakcie występu publicznego. Może być to zdawanie egzaminu, wygłoszenie prezentacji, wykładu do grupy słuchaczy, udział w audycji radiowej lub telewizyjnej, zabranie głosu w grupie seminaryjnej.

Osoba przeżywająca *tremę* z góry koncentruje się na przykrych skutkach swojego działania, jak: blamaż, kompromitacja, straty w zakresie wizerunku, szkody finansowe. *Tremie* mogą towarzyszyć objawy somatyczne: czerwienienie twarzy, drżenie rąk, nierówny oddech, wzmożone pocenie się, palpitacje serca.



fot. Michał Gardziński

Tomasz Nowak, olej, 2016

Jak widać, *trema* jest przede wszystkim stanem emocjonalnym bardzo związanym z samooceną osoby mającej wystąpić publicznie, jednak przede wszystkim w trakcie tego wystąpienia.

Pojawia się specyficzny irracjonalny monolog wewnętrzny, na przykład.: „jestem mało zdolny, nie uda mi się”, „zawsze tracę głowę na egzaminie, nie powiedzie mi się”.

*Trema* jest zjawiskiem uniwersalnym, dręczy nawet znakomitych aktorów, piosenkarzy, dziennikarzy, nauczycieli. Może występować w niektórych tylko sytuacjach, w innych już nie, ponadto jej działanie może tylko lekko przeszkadzać, w skrajnym przypadku przejść w panikę.

Pamiętajmy też, że *trema* przed wystąpieniem publicznym jest wyraźnym sygnałem ostrzegawczym i motywacyjnym: „Nie czuję się pewnie, muszę się lepiej przygotować”. Rzecz więc w tym, jak sobie z nią poradzić, a nie w ogóle uniknąć.

**Jak sobie radzić z *tremą* związaną ze zdawaniem egzaminu**

Istnieją sposoby możliwe do wykorzystania w stosunkowo krótkim terminie, powiedzmy jednego - dwóch tygodni. Są też bardziej złożone, nastawione na długoterminową pracę nad sobą, w szczególności mające na celu podniesienie samooceny.

Moim sposobem, sprawdzonym podczas studiów uniwersyteckich, było tzw. **przeuczenie się** (ang. *overlearning*), polegające na kontynuowaniu powtarzania materiału i uczenia się pomimo już osiągniętej odpowiedniej wiedzy. Wymaga to oczywiście spędzenia na nauce większej niż zwykle ilości czasu.

Podejście takie przynosi dwa ważne efekty: o wiele lepszą dostępność materiału w pamięci (na zadane pytanie odpowiadamy natychmiast bez wysiłku), ponadto osoba egzaminowana jest wtedy bardziej odporna na stres, co dodatkowo polepsza wynik.

Zauważyłem, że im więcej czasu spędzałem przed egzaminem w czytelnicy, tym lepszy dostawałem stopień. Biblioteka UPH oferuje doskonałe warunki do uczenia się, posiada bogaty księgozbiór, przestronne sale - zachęcam do korzystania!

Niektórzy studenci praktykują przygotowanie się do egzaminu w małych grupach, gdzie można sobie wzajemnie zadawać pytania dotyczące zrozumienia materiału. Inni wolą pracę indywidualną.

**Sposoby na *tremę* w dłuższym horyzoncie czasowym**

Obecnie psychologowie są zgodni co do ogromnego znaczenia pozytywnej samooceny - wiary w siebie, swoje zdolności, zalety charakteru, potencjał intelektualny. Udowodniono naukowo, że osoby z wysoką samooceną łatwiej nawiązują kontakty interpersonalne, lepiej sobie radzą ze stresem, osiągają sukcesy w pracy zawodowej, czują się szczęśliwe w małżeństwie.

**Wprawdzie zręby samooceny tworzą się w okresie dzieciństwa, ale możemy świadomie pracować nad jej podniesieniem przez całe życie.**

Znaną metodą jest zmiana monologu wewnętrznego, który ma zwykle formę nieuświadomionych, automatycznie pojawiających się opinii. Metoda polega na zapisywaniu przykrych myśli na swój temat i zastępowaniu ich pozytywnymi.

Np. myślenie: „Jestem słaby, nie uda mi się zdać egzaminu” można zastąpić: „Mam duży potencjał intelektualny, jestem zdolny do zdania egzaminu”. Zaleca się regularne, codzienne czytanie i powtarzanie tego typu zdań, zwanych też afirmacjami, w celu umocnienia ich w umyśle. Polecam świetną książkę na ten temat autorstwa Anny Dodziuk „Pokochać siebie”.



Bliskie afirmacjom jest zalecenie, aby przebaczyć sobie własne konkretne niepowodzenia i pochwalić się (na głos też!), jeśli wystąpienie publiczne udało się choćby częściowo.

Do kanonu sposobów radzenia sobie z tremą należą techniki relaksacyjne, joga, medytacja.

Warto podkreślić rolę **nauczyciela-egzaminatora lub grupy słuchaczy prezentacji.**

Czy widząc zakłopotaną osobę okazują jej zrozumienie, życzliwość, wsparcie, czy też odwrotnie - wycofują się na pozycje biernych obserwatorów? Nie chodzi o nieuzasadnione pochwały, lecz o docenienie wysiłku i tego, co jednak wyszło. Krótkie sformułowanie w rodzaju: „Rozumiem, że było ci trudno, ale dowiedziałem się sporo ciekawych rzeczy” też będzie rodzajem wsparcia, zapewne bardzo oczekiwanego, bo wyrażającego docenienie cudzego wysiłku.

Od pewnego czasu bada się nie tylko problem tremy, ale i związane z tym zjawisko **nieśmiałości**, występującej u

sporej grupy osób. Zainteresowanym tym tematem polecam obszerną, a zarazem przystępnie napisaną książkę „Nieśmiałość” autorstwa Philipa Zimbardo - wybitnego psychologa z USA, odwiedzającego regularnie Polskę. Oprócz rozdziału o zbudowaniu poczucia własnej wartości, jest tam obszerna dyskusja o tym, jak społeczeństwo może zapobiegać nieśmiałości oraz jakie narody są bardziej śmiałe od innych.

Mam nadzieję, że artykuł ten przyniesie otuchę osobom mającym problemy z wystąpieniami publicznymi oraz zachęci do dalszej lektury i twórczych poszukiwań.

**Tadeusz Paciorek**

Pozostałe wykorzystane źródła: Olga Castanyer „Jak docenić samego siebie”, wyd. eSPe, Kraków 2002, Martin Antony, Randi McCabe „10 prostych sposobów radzenia sobie z paniką”, audiobook „Skuteczna prezentacja publiczna”, EdisonTeam.pl

## Wrzuć cukierka!

Wydziałowa Rada Samorządu Studenckiego Wydziału Nauk Ekonomicznych i Prawnych, we współpracy z Wydziałami: Humanistycznym, Przyrodniczym oraz Nauk Ścisłych UPH przeprowadziła świąteczną zbiórkę słodyczy dla dzieci z Wioski Dziecięcej SOS w Siedlcach pod hasłem: „Wrzuć cukierka, radość dzieci będzie wielka”. Była to już trzecia edycja tej akcji.

Aby przyłączyć się do niej, wystarczyło wrzucić do jednego z kartonów na terenie uczelni wszelkiego rodzaju słodkości. Akcja trwała od 5 do 20 grudnia ub.r. Zebrane słodkości trafiły do dzieci z Wioski Dziecięcej SOS w Siedlcach.

Zbiórkę zapoczątkowała w roku 2014 Wydziałowa Rada Samorządu Studenckiego Wydziału Nauk Ekonomicznych i Prawnych. Wszystkim darczyńcom serdecznie dziękujemy za uśmiech na twarzach dzieci.



tekst i zdjęcie: **Grzegorz Czapski**

---



---

**ARS**  
**KANCELARIA**  
 KATARZYNA MALEWICZ

ARS Kancelaria  
 08 -110 Siedlce, ul. Sokołowska 37  
 tel. 508074019, biuro@arss.pl  
**porady prawne, odszkodowania, windykacje,  
 oddłużanie, restrukturyzacja, nieruchomości**

**JEŚLI MASZ KŁOPOTY FINANSOWE  
 ZADZWOŃ LUB PRZYJDŹ !**

---



---

## Pomaganie ciesz się najbardziej

Ubiegłoroczne andrzejki w siedleckim „Domu nad Stawami” były wyjątkowe. Odpowiednio do hasła imprezy: „Magiczny zamek” mieszkańcy, pracownicy i goście wyglądali niczym postacie z baśni, dekoracje były niezwykłe, wszyscy bawili się świetnie.

W zabawie wzięli udział mieszkańcy Domów Pomocy Społecznej, uczestnicy Środowiskowych Domów Samopomocy, studenci UPH, wychowankowie ośrodków wychowawczych, członkowie stowarzyszeń, klubów seniora oraz liczni wolontariusze. Uczestników serdecznie przywitała Maria Wierzejska, dyrektor Domu Pomocy Społecznej w Siedlcach „Dom nad Stawami”.

Do wspólnej zabawy zachęcał DJ Piotr Pastor. Rozpoczęła się walcem wiedeńskim „Fale Dunaju”. Na stołach kusyły sałatki, ciasta i napoje, kuchnia serwowała domowy bigos.

Studenci Pedagogiki Społeczno-Wychowawczej z Resocjalizacją UPH II i III roku pod opieką dr Beaty Bocian-Waszkiwicz i mgr Katarzyny Marciniak-Paprockiej przygotowali stoiska z wróżkami. Podeszli do tego z poczuciem humoru, a zarazem z pełnym profesjonalizmem. Dziewczyny przebrały się za wróżki, czarownice i Cyganki, nasz „rodzynek” wcielił się w rolę czarodzieja. Opiekunowie i goście byli pod wielkim wrażeniem przebrań studentów, magiczna atmosfera udzieliła się wszystkim, wróżkom nie było końca.

Pośród stoisk znalazły się karty tarota, czarodziejska kula, lany воск. Przepowiednie przyszłości, powodzenia w sferze zawodowej, finansowej i miłości bawiły, stanowiły miłą odskocznnię, pozwalały zapomnieć o codziennych problemach. Wir zabawy wciągnął zarówno podopiecznych, jak i studentów oraz gości. Nie obyło się bez wyborów Króla i Królowej balu, którzy zostali przystrojeni w korony, szaty i berła. Andrzejki zakończyły się spektakularnym pokazem magii, a światła i serpentyny dodały imprezie splendoru.

Mam nadzieję, że uczestnicy zabawy będą wspominać ją równie miło, ciepło i radośnie, jak ja. Po udanym wieczorze zrozumiałam, że w życiu nie są najważniejsze rzeczy materialne, które można nabyć na każdym rogu. Liczy się to, z kim spędzamy czas. Przy podobnych okazjach młodzi mogą się wiele nauczyć, są szczęśliwi, ponieważ pomagają tym, którzy potrzebują wsparcia.

W „Domu nad Stawami” przebywają przeważnie osoby doświadczone przez los. My, jako wolontariusze, możemy wpłynąć na zmianę ich samopoczucia. Już sama nasza obecność i rozmowa sprawia podopiecznym największą przyjemność, bo zapominają o swoich zmartwieniach. Moim zdaniem, praca wolontariusza jest czymś wyjątkowym, warto pomagać innym. Dobro, które oferujemy, zawsze do nas powróci.

**Martyna Tararuj**, pedagogika SWR, rok II, studia stacjonarne

## Dobry wstęp do czegoś większego

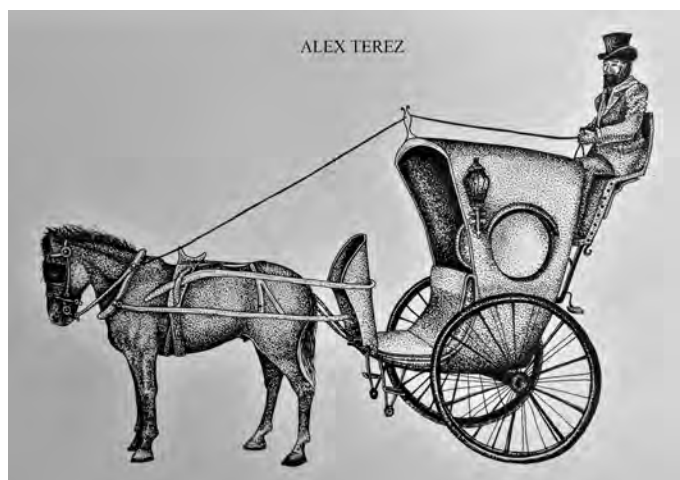
**Nazywam się Oleksandr Terez i pochodzę z Winnicy na Ukrainie. Moją pasją jest rysowanie...**

Studiuje filologię polską na II roku II stopnia na UPH w Siedlcach. Wcześniej ukończyłem filologię angielską na Ukrainie i zdecydowałem się na zdobycie wykształcenia także za granicą.

Zacząłem rysować, gdy byłem jeszcze dzieckiem. W wieku pięciu lat osiągałem całkiem niezłe rezultaty, chociaż nigdy się tego specjalnie nie uczyłem. Nie odwiedzałem szkół artystycznych ani kół plastycznych, co wyraźnie odbiło się na jakości moich rysunków. Przez to, że nie miałem nauczyciela i prawie nie znam teoretycznych podstaw tej sztuki, czasami popełniam podstawowe błędy.

Podczas edukacji w szkole, niestety, porzuciłem rysowanie, ponieważ uznałem, że nauka jest ważniejsza od moich zapędów artystycznych. Do swojej pasji wróciłem jakieś sześć lat temu. Najpierw wykonywałem proste rysunki ołówkiem lub długopisem, szkicowane na zajęciach podczas studiów. Potem zauważyłem, że potrafię dość dobrze operować cieniem i tworzyć poważniejsze formy objętościowe.

Zrozumiałem, że muszę rozwijać swój talent i stopniowo rysować trudniejsze rzeczy. Jednak nawet wtedy traktowałem to wszystko tylko jako rozrywkę lub przydatny sposób spędzania czasu. Rysowałem raczej nieregularnie, czasami jeden mały rysunek miesięcznie.







ALEX TEREZ

Każdy wie, że warunkiem rozwoju w jakiegokolwiek dziedzinie jest systematyczność, więc od dwóch lat staram się rysować częściej, nawet jeśli nie mam na to ochoty. Dzięki temu osiągam postępy w jakości swoich rysunków i potrzebuję coraz mniej czasu na ich tworzenie. Rysowanie stało się jednym z moich głównych zainteresowań.

Kiedy pięć lat temu przyjechałem do Polski, przypadkowo zafascynowałem się rysowaniem długopisem, a zwłaszcza metodą *dotwork* (czarno-białe rysowanie kropkami), która jest stosowana w tworzeniu tatuaży. Oglądałem rysunki współczesnych artystów oraz ilustratorów amerykańskich, francuskich, ukraińskich, rosyjskich (np. Dzo Olivier, Ien Levin, Alexey Kurbatov) i już wtedy miałem kilka autorytetów, których poziom chciałbym osiągnąć.

Rysowanie czarno-białe fascynuje mnie swoją uniwersalnością. Ta metoda jest precyzyjna i pozwala skupić się na detalach. Nigdy nie potrafiłem dobrze rysować farbami, zapewne przez brak szkolenia w tym zakresie. A prawdziwy artysta powinien umieć posługiwać się różnymi technikami...

Obecnie rysuję głównie ołówkiem lub czarnym długopisem na zwykłej, białej kartce. Chciałbym nauczyć się rysowania na tablicy przy wykorzystaniu programu Photoshop, ponieważ rysunki w formacie cyfrowym otwierają nowe drogi w tej pracy. Powoli zaczynam dodawać kolor do obrazków i łączyć różne metody w rysowaniu. Swoje wytwory gromadzę w teczce (jest ich około stu), a skany niektórych rzucam do albumów na Facebooku oraz Instagramie.

Trudno mi powiedzieć coś o głównych motywach, które wykorzystuję w swoich rysunkach. Kiedy szkicuję projekty w rodzaju tatuaży, motywy są raczej mroczne: czaszki, kruki... Kiedy rysuję dla przyjemności, to odwołuję się do bajek, filmów, tematyki retro oraz natury. Uwielbiam motywy morskie.

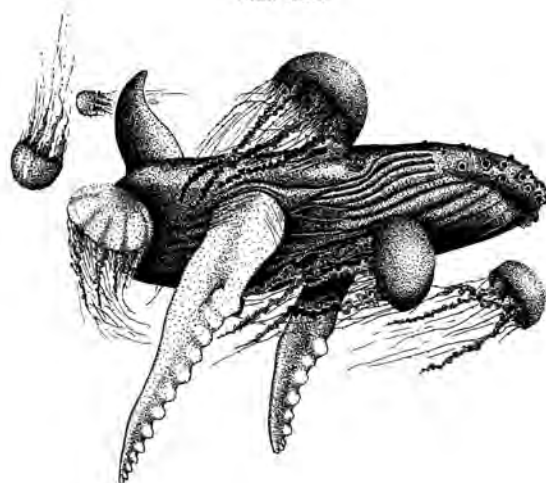
Muszę się jeszcze dużo nauczyć, by móc powiedzieć, że potrafię rysować. Ostatnio z ciekawości postanowiłem wziąć udział w konkursie internetowym na najlepszy nadruk, organizowanym przez polską firmę rowerową BikeBelle i niespodziewanie zdobyłem drugie miejsce (zob. wyżej). Jestem z tego powodu niezmiernie zadowolony i uważam, że to dobry wstęp do czegoś większego.

Chciałbym, żeby rysowanie odgrywało w moim życiu ważną rolę, bo wiem, że mógłbym być w tej pracy dobry. Dlatego moim celem jest doskonalenie umiejętności i wkraczanie w przestrzeń cyfrową. Uważam, że zdolność rysowania na komputerze jest swoistym *must have* współczesnego grafika. Umożliwia ona współpracę z firmami i organizacjami powiązanymi z reklamą, Web designem, brandami produkującymi odzież oraz we wszystkich tych dziedzinach, w których niezbędne są rysunki, grafika, obraz.

tekst i rysunki: **Oleksandr Terez**



ALEX TEREZ



## Pies na receptę?

Z pewnością każdy z nas spotkał się ze słowem „dogoterapia”. Jednak, co tak naprawdę ono oznacza? Pierwszą odpowiedzią, która przychodzi na myśl, jest terapeutyczny kontakt z psem, ale za owym pojęciem kryje się znacznie więcej.



Dogoterapia jest jedną z najbardziej znanych form mało rozpowszechnionej w Polsce animaloterapii. To metoda wspomagająca rehabilitację i leczenie osób niepełnosprawnych oraz nieprzystosowanych społecznie, w której nieocenionym pomocnikiem jest pies - terapeuta. Czworonóg, uczestniczący w tego typu zajęciach wraz ze swoim przewodnikiem, musi być uprzednio przeszkolony. Wymaga to dużego nakładu pracy i ogromnej cierpliwości z obu stron.

Lecnicze interakcje z psem są szczególnie efektywne w terapii osób niepełnosprawnych intelektualnie i ruchowo. Zwierzę to wykazuje pożądane cechy w kontakcie nie tylko z dziećmi, ale także z osobami starszymi i samotnymi.

Już sama obecność psa działa uspokajająco i kojąco. Dzięki niemu pacjent ma zapewnione bezpieczeństwo



i swobodę, a ponadto czuje się całkowicie akceptowany - zwierzę nie ocenia, nie krytykuje, nie zwraca niepożądaną uwagę na osobę niepełnosprawną i jej niezdarne ruchy, tak często negatywnie odbierane w świecie ludzi\*.

Pies jest cierpliwy, nie irytuje się. Jego obecność pozwala na nieskrępowane i emocjonalne przeżywanie czynionych postępów w trakcie wykonywania ćwiczeń. Uczestnik terapii może wtedy poczuć pełnię zadowolenia z siebie samego. Czworonóg staje się niesamowitą motywacją do rzetelnego uczestnictwa w zajęciach.

Terapia z udziałem zwierząt (AAT - Animal Assisted Therapy) ma określony cel: spowodowanie widocznej poprawy stanu zdrowia fizycznego i psychicznego pacjenta. W tym ujęciu zwierzę postrzegane jest jako integralna część procesu terapeutycznego. Każda osoba uczestnicząca w takiej kuracji ma swoją dokumentację, w której zamieszcza się opisy ćwiczeń i odnotowuje ogólny przebieg zajęć. Pozwala to na obserwowanie postępów.

System AAT został oparty na stopniowym zwiększaniu trudności. Zajęcia mogą mieć formę grupową lub indywidualną. W Polsce dogoterapia znana jest od 1996 roku, choć dawniej ćwiczenia te nie miały charakteru terapeutycznego. Założona przez Martę Czerwińską warszawska organizacja CZE-NE-KA jako pierwsza w Polsce podjęła trud promowania zajęć kontaktowych z udziałem czworonogów. Dogoterapią zajmowała się jako jedna z pierwszych Fundacja Osób Niepełnosprawnych „Przyjaciół”.

Prekursorem dogoterapii w Siedlcach i okolicy jest Wiktor Boruta, absolwent pedagogiki Akademii Podlaskiej. Posiada on tytuł oligofrenopedagoga i specjalisty II-go stopnia dogoterapii. Obecnie prowadzi badania doktoranckie na temat zooterapii osób niepełnosprawnych. Najbardziej zajmuje go problematyka autyzmu dziecięcego oraz młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie. W latach 2010-2013 wraz ze swoimi psami Sybir, rasy syberian husky i Fiona, rasy labrador retriever, Wiktor prowadził dogoterapię w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Stoku Lackim.

Kontakt z psem to świetna okazja do przemykania skomplikowanych i czasami trudnych ćwiczeń. Forma ta dostarcza pozytywnych emocji, tak bardzo potrzebnych pacjentom. Terapia z udziałem psa to forma wspomagająca rozwój osób niepełnosprawnych, a nie główny punkt rehabilitacji. Ma jednak wiele zalet i przynosi ogrom korzyści, a nagrodą bywa uśmiech pacjenta wracającego do zdrowia.

**Sylwia Potiopa**, studentka pedagogiki  
zdjęcia: **Monika Stachowicz**

\*A. Popławska, Pies przyjaciel i terapeuta: program dogoterapii przeznaczony do pracy z dzieckiem niepełnosprawnym, Fundacja Pomocy Niepełnosprawnym „Przyjaciół”, Warszawa 2004



## Islam - fakty i mity

**Zgodnie z badaniami opinii publicznej, w Polsce, gdzie mieszka zaledwie około 0,04 proc. muzułmanów, ponad połowa społeczeństwa jest do nich nieprzychylnie nastawiona.....**

Wśród naszej mniejszości islamskiej dużą grupę stanowią Polacy wyznania muzułmańskiego - od 5 do 6 tysięcy - o korzeniach tatarskich. Tatarzy litewsko-polscy pojawili się w XIV w. jako uchodźcy ze Złotej Ordy, znad Wołgi i ze stepów. Władcy litewscy, w tym książę Witold, osiedlali ich w dorzeczu Niemna i nadawali im ziemie w zamian za służbę wojskową, m.in. w walce przeciw Krzyżakom.

Osady Tatarów - muzułmanów na Litwie i przyległych ziemiach, grodzieńskiej i nowogródzkiej, przetrwały do XVIII w., a gdzieś tam i dłużej. Na Podlasiu król Jan III Sobieski nadał za zasługi bitewne kilku oddziałom Tatarów dobra, z których dwie wsie - Bohoniki i Kruszyniany - z meczetami i cmentarzami, stanowią do dziś enklawy muzułmańskie na terytorium Polski.

Z Tatarów tworzono odrębne oddziały lekkiej jazdy, ale dopiero Konstytucja 3 Maja dała muzułmanom pełne prawa polityczne. W okresie zaborów Tatarzy uczestniczyli w powstaniach - byli to między innymi Samuel Murza Ułan, który sformował pluton tatarski w powstaniu listopadowym oraz Adam Tuhan Baranowski, dowódca żandarmerii w powstaniu styczniowym.

Po upadku powstań doświadczali oni takich samych represji, jak i inni powstańcy, a w meczetach zabroniono używania języka polskiego. Po odzyskaniu przez Polskę niepodległości, w 1919 r. powstał pułk tatarski, który uczestniczył w wojnie polsko-bolszewickiej, zaś szwadron tatarski wziął udział w walkach 1939 r.

Muzułmanie polscy, cywile i żołnierze, na dobre i na złe związani byli z ludnością polską. Ponosili na równi z nią ofiary wynikające z wojny i okupacji, a potem trudy odbudowy kraju.

### Skąd więc to nieprzychylnie nastawienie?

Wizerunek muzułmanów, świata arabskiego, czy szerzej - całego islamu, rozpowszechniony w naszym społeczeństwie, jest kontynuacją obrazów, jakie powstały przed wiekami. Niewątpliwie, pewną rolę odegrała tu nasza dawna literatura, która kreowała postacie okrutnych „pohańców” pustoszących kresy i porywających w jasyr jasnawłose dziewice. Rzeczpospolita przez długi okres stanowiła tzw. przedmurze chrześcijaństwa, prowadząc liczne wojny z Turcją; najbardziej znana jest odsiecz wiedeńska króla Jana III Sobieskiego. Stąd muzułmanie byli kojarzeni z wrogami.

Współczesna sytuacja na świecie - tragiczne i krwawe zamachy fundamentalistów muzułmańskich spod znaku Al Kaidy i tzw. Państwa Islamskiego - podtrzymują wizerunek złego Obcego. Mają w tym pewien udział politycy i media układające czarne scenariusze możliwych wydarzeń, ale, moim zdaniem, wiele wynika z braku rzetelnych wiadomości o islamie wśród naszych rodaków.

Oczywiście, nie pragnę podważyć ani usprawiedliwić w najmniejszym nawet stopniu okrucieństwa tych ataków wymierzonych w niewinnych, zwykłych ludzi. Jednak, jako absolwentka Katedry Islamistyki i Arabistyki Uniwersytetu Warszawskiego, a także osoba znająca kraje muzułmańskie „od środka”, gdyż tam mieszkałam i pracowałam ponad 15 lat, chciałabym sprostować obiegowe opinie o islamie i podważyć pewne stereotypy i mity.

### Islam i jego podziały

Dla postronnego obserwatora muzułmanie stanowią jedną niepodzielną wspólnotę. Tymczasem islam dzieli się, jak i chrześcijaństwo, na liczne odłamy różniące się



*W imię Boga... początek Koranu*

znacznie od siebie. Islam jako religia uniwersalna wyznawana jest w wielu kontekstach cywilizacyjnych i geograficznych. Krajami muzułmańskimi są i kraje arabskie (Bliski Wschód, Afryka Północna), i subkontynentu indyjskiego (Pakistan, Bangladesz), kraje Dalekiego Wschodu (Indonezja) i Afryki (Nigeria). Spoglądając na układ geograficzny możemy rozwiać pierwszy stereotyp - muzułmanami są nie tylko Arabowie. Owszem, stanowią 20 do 25 proc. ogółu wyznawców, ale już następną liczebnie grupą to mieszkańcy Indonezji (ok. 20-23 proc.) niemający, oprócz religii, żadnych związków ze światem arabskim.

W muzułmańskich praktykach religijnych pojawiają się elementy kulturowe wcześniej tam istniejące, które wpływają na różnorodność świata islamu. Oprócz nich przyczynami podziałów społeczności muzułmańskich są kwestie polityczne oraz stosunek do aktualnych problemów.

Spór o przywództwo religijno-polityczne, jaki wybuchł po śmierci Mahometa, podzielił islam na dwa główne nurty - sunnitów i szyitów. W ich ramach nastąpiły dalsze podziały na liczne, mniejsze grupy. Wszyscy muzułmanie przyjmują jednakowe, podstawowe prawdy wiary i praktyki religijne. Są one, a także przepisy stricte prawne oraz dotyczący życia codziennego, zawarte w świętej księdze - Koranie - wspólnej i niezmiennej dla wszystkich odłamów islamu.

Koran został spisany w VII wieku językiem arabskim pełnym zwrotów poetyckich i bardzo archaicznych, jest więc bardzo trudny do zrozumienia i niejasny dla przeciętnego odbiorcy - oczywiście tylko i wyłącznie tego, którego językiem ojczystym jest arabski! A po arabsku nie mówi się ani w Iranie, ani w Pakistanie, chociaż tam zapisuje się miejscowy język (farsi, urdu) alfabetem arab-





okładka Koranu - wydanie arabskie

tekst. Niewykształceni Arabowie też nie rozumieją modlitw dokładnie. Stąd powstała nauka o egzegezie (interpretacji) tekstu koranicznego. Poszczególne interpretacje prawa i rozumienie niektórych zagadnień teologicznych zebrane są w specjalnych księgach zwanych hadis. Te egzegezy zależą w wielkim stopniu od przynależności ich autorów do różnych odłamów i ugrupowań islamu. Możliwa jest więc różna interpretacja, bądź nawet nadinterpretacja przepisów Koranu.

W praktyce oznacza to, że interpretując Koran w odpowiedni dla siebie sposób zbrodnicze Państwo Islamskie uzasadnia morderstwa niewinnych i terroryzm w imię tzw. religii. Istnieją opinie, które i ja podzielam, że łatwiej było dzięki temu manipulować niewykształconymi wiernymi i wmówić im, że to właśnie ich przywódcy objawiają im prawdziwe znaczenie wersetów Koranu. Nie jest to żadnym usprawiedliwieniem okrucieństwa i krwawych mordów, niemniej stanowi pewne wyjaśnienie ich akceptacji przez zwykłych ludzi.

Pierwsze zamachy terrorystyczne, jak spowodowanie eksplozji w powietrzu samolotu pasażerskiego Pan American nad Lockerbie w grudniu 1988 czy strzelanina pod ambasadą Libii w Londynie, wydarzyły się z rozkazu płk. Muammara Kadafigo - przywódcy muzułmańskiej, arabskiej Libii. Stało się to bynajmniej nie pod hasłami religijnymi, a powiedziałabym, że wręcz odwrotnie. Kadafi usiłował propagować swoje rewolucyjne i komunistyczne idee, a religię ledwie tolerował i zdecydowanie zwalczał ortodoksyjne Bractwo Muzułmańskie.

Jednocześnie istnieje postępowe i liberalne odłamy islamu, jak np. szyiicy ismailici, którym od 1957 r. przewodzi książę Karim Al-Husaini Aga Khan IV, zwani aga chanami. Jest ich ok. 15 mln w Pakistanie, Indiach, Tadżykistanie i USA. Poznałam ich niewielką społeczność zamieszkującą dolinę Hunza w Himalajach, w północnym Pakistanie.

Już ojciec obecnego przywódcy w latach 20. ubiegłego wieku polecił zakładać w Hunzie szkoły, a Aga Khan IV w 1983 r. otworzył wyższą uczelnię tylko dla dziewcząt.

skim, co może ułatwić nauczenie się arabskiego. Ale już w innych, wielkich krajach muzułmańskich, jak Indonezja, Turcja czy Nigeria, używa się do zapisu języków narodowych alfabetu łacińskiego.

Obowiązkiem muzułmanina jest modlitwa w języku Koranu czyli po arabsku. Nie-Arabowie uczą się modlitw na pamięć, często nie mając pojęcia, o czym mówią

Obecnie dostęp do wykształcenia mają wszystkie dzieci obu płci i praktycznie całe młode pokolenie jest piśmienne, gdy w innych regionach kraju analfabetyzm wśród mężczyzn wynosi 37 proc., a wśród kobiet aż 64 proc.

Pozycja społeczna kobiet w Hunzie jest wysoka i pracując uczestniczą w rozwoju gospodarczym regionu. W życiu codziennym znaczące jest, że mogą swobodnie się przemieszczać i nie są narażone na zaczepki, jakie zdarzają się gdzie indziej i które sama obserwowałam.

Aga Khan jest też znany z działań charytatywnych. Z jego prywatnych funduszy zbudowano ośrodki The Aga Khan University Hospitals w 9 miastach, które zamieszkują społeczności izmailitów, m.in. w Karachi. Ubodzy pacjenci otrzymują tam bezpłatne leczenie.

### Islam a chrześcijaństwo

Kolejnym nieporozumieniem jest twierdzenie, że w założeniach islamu jest wojna z „niewiernymi”. Bardzo często, kiedy mowa o islamie, słyszy się słowo *dżihad* w znaczeniu „święta wojna”. To słowo ma jednak w języku arabskim dosłowne znaczenie: „dokładanie starań, podejmowanie wysiłków”. Terminem tym określa się w islamie wysiłki i starania na „ścieżce Boga”.

Historycznie rzecz biorąc, ekspansja wyznawców islamu trwała od VII do XII wieku, kiedy powstawały kolejne kalifaty na terenach Bliskiego Wschodu, Afryki Północnej aż po południową Hiszpanię. W Azji muzułmanie dotarli do północnych Indii, później podboje kontynuowali Turcy, którzy weszli na Bałkany po ostatecznym upadku Bizancjum i zajęciu Konstantynopola (dziś Istambuł) w 1453 r.

Niemniej, nie prowadzono wojen pod tak jednoznacznie religijnymi hasłami, jak na przykład robili to chrześcijanie organizując wyprawy krzyżowe (XI-XIII w.). Były to raczej decyzje polityczne, m.in. w celu powiększenia terytorium państwa.

Tradycyjnie chrześcijaństwo i judaizm traktowane są przez muzułmanów z pewnym szacunkiem jako tzw. religie Księgi, to znaczy wielbiące jedyne Boga w świętych, objawionych księgach. A Jezus Chrystus jest uznawany za proroka poprzedzającego nadejście Proroka Mahometa. W praktyce życia społecznego ukształtował się obraz chrześcijan jako stojących jednak niżej od muzułmanów, gdyż wiara w Mahometa, ostatniego z szeregu proroków, jest ich zdaniem (co oczywiste) lepsza niż wiara w Jezusa-proroka.

Hadisy (przypisy interpretujące Koran) zawierają praktyczne wskazówki na temat traktowania chrześcijan. Jeśli nie walczyli oni z wyznawcami islamu, mogli spokojnie żyć i praktykować swoją wiarę jako objęta ochroną, podporządkowana mniejszość religijna, zobowiązana jednak do płacenia podatku pogłównego jako odpłaty za ową ochronę. Nie należało ich zmuszać do zmiany wiary; nawrócenie „ludzi Księgi” musiało się dokonać pokojowo, np. na drodze przykładu.

Niemniej, zawarte w hadisach wypowiedzi na temat chrześcijan nie są jednoznaczne: raz pozytywne (są pobożni, wierzą w jednego Boga), raz negatywne (dzielą się na sekty, fałszują swoje święte księgi, nie są wierni słowu Bożemu, czczą groby i obrazy). Mimo zróżnicowanego obrazu chrześcijaństwa, w praktyce kontaktów między wyz-



nawcami obu religii widać było od początku szacunek dla chrześcijan jako monoteistów i „ludzi Księgi” przy uznaniu jednak islamu za najlepszą religię.

Obraz żydów (jako wyznawców judaizmu) jest zdecydowanie gorszy, ponieważ nie uwierzyli w Jezusa, byli zawzięci w swej wrogości i prześladowali Marię, m.in. z powodu dziewiczego poczęcia Jezusa, w które nie uwierzyli. Współcześnie wizerunek żydów jest w świecie muzułmańskim znacznie bardziej negatywny, niż był w przeszłości, co wynika z konfliktu izraelsko-palestyńskiego.

### Małżeństwo i obyczaje z nim związane

Jedną z bardziej znaczących różnic między chrześcijaństwem a islamem jest podejście do sprawy małżeństwa - muzułmanie mogą mieć cztery żony!

Tak, religia zezwala muzułmaninowi na poślubienie czterech kobiet - w pewnym stopniu ma to uzasadnienie historyczne i geograficzne. Islam powstał w VII w. wśród plemion Nomadów zamieszkujących pustynne i półpustynne tereny Półwyspu Arabskiego, gdzie kobieta, a szczególnie matka małych dzieci, nie była w stanie samodzielnie przeżyć. Ekspansja polityczna w momencie formowania się islamu wiązała się z wojnami, w których przede wszystkim ginęli mężczyźni - stąd początkowe zalecenie Mahometa, aby brat przejmował opiekę nad żoną i dziećmi poległego brata - czyli ją poślubiał.

Małżeństwo bowiem jest kontraktem - umową cywilno-prawną pomiędzy mężczyzną a kobietą, o pewnym znaczeniu religijnym, ale nie tak istotnym jak w chrześcijaństwie. Obecnie w niektórych krajach muzułmańskich, jak Turcja i Tunezja, wielożenstwo jest prawnie niedozwolone.

Z czasem zgodę na poślubienie następnych kobiet rozszerzono do czterech, ale jest to obłożone warunkami. Przede wszystkim mąż ma uzyskać zgodę pierwszej żony na małżeństwo z kolejnymi kobietami; zwyczajowo pierwsza żona grała wiodącą rolę w rodzinie, a w rodzinach władców jej pierwotny syn dziedziczył tron. Poza tym małżonek ma obowiązek zapewnienia wszystkim żonom i ich dzieciom takich samych warunków bytowych. Ma obdarowywać żony jednakowo, a nawet spełniać małżeńskie obowiązki nie faworyzując żadnej z nich.

Rodzina muzułmańska jest patriarchalna - władzę w niej dźwierzą mężczyźni, ponieważ to mężczyzna ma obowiązek utrzymywać swoją żonę, względnie żony, i ich dzieci. Dla większości muzułmanów bardzo ważna jest przynależność plemienna. Małżeństwa najchętniej zawiera się w obrębie własnego plemienia, a nawet wśród bliskich krewnych. W tradycyjnych rodzinach od wieków najlepiej był widziany związek między stryjecznym lub ciotecznym rodzeństwem.

O rękę dziewczyny prosi się ojca lub seniora rodu i z tą prośbą występuje zazwyczaj ojciec chłopca. Rodzice przyszłych małżonków szczegółowo omawiają treść kontraktu ślubnego, który reguluje wzajemne prawa i obowiązki współmałżonków i ich potomstwa. Można w nim zawrzeć warunek, że mężczyzna nie będzie miał więcej żon czy też, że dzieci w przypadku rozwodu zostają z kobietą. Ustala się także wysokość daru ślubnego (mahr) ofiarowywanego kobiecie przez przyszłego męża.

I tu dochodzi do kolejnego nieporozumienia: panuje przekonanie, że mężczyzna - muzułmanin „kupuje” żonę(!) Otóż dar ślubny (mahr) ma stanowić zabezpieczenie dla kobiety w przypadku ewentualnego rozwodu - wraca ona wówczas do swojej rodziny i te kwoty są przeznaczane na jej utrzymanie. Połowa mahr-u zostaje wplacona przez rodzinę pana młodego ojcu (rodzinie) panny młodej przy zawieraniu małżeństwa, a drugą połowę otrzymuje kobieta w momencie rozwodu.

Rozwód z prawnego punktu widzenia jest łatwy; wystarczy, że mężczyzna trzykrotnie wyrazi takie życzenie przy świadkach. Jednak rozwód jest uważany w Koranie za najgorszą z dozwolonych rzeczy. Koran zezwala na to tylko w ostateczności, gdy małżonkowie absolutnie nie mogą się ze sobą dogadać i ich wspólne dalsze życie jest niemożliwe. Często podstawą do rozwodu jest brak potomstwa, o co obwinia się żonę.

Kobieta ma również prawo do rozwodu, choć nie jest to takie łatwe, jak w przypadku mężczyzny. Może się jednak rozwieść, jeśli mąż nie łoży środków na jej utrzymanie lub nie dotrzymał warunków kontraktu ślubnego. Np. ożenił się ponownie, mimo iż w kontrakcie było zastrzeżenie, że ona ma być jedyną żoną, albo gdy okaże się, że mąż cierpi na chorobę weneryczną lub inną zakaźną, stanowiącą dla kobiety źródło zagrożenia.

Muzułmanin może poślubić chrześcijankę i nie musi się ona nawrócić na islam. W sytuacji odwrotnej mężczyzna niemuzułmanin pragnący poślubić muzułmankę musi jednak przyjąć islam. Jest to bardzo prosta ceremonia - w obecności świadków wygłasza się trzykrotnie po arabsku odpowiednią, krótką formułkę stwierdzającą, że nie ma innych bogów oprócz Allaha, a Muhammad jest jego Prorokiem.

### Trudny temat - uchodźcy

Wspomniałam już o rdzennych, polskich muzułmanach, ale w tych 0,04 procentach mieści się też grupa licząca około 10-15 tysięcy muzułmanów napływowych.



Muzułmańska para młoda - Palestyńczycy w Jerozolimie

Początkowo byli to studenci, którzy otrzymywali stypendia w Polsce, a po ukończeniu studiów pozostawali, przeważnie zakładając rodziny z polskim współmałżonkiem.

Po otwarciu granic w 1989 r. rozpoczął się zwiększony napływ muzułmanów już nie tylko w celu podjęcia studiów, ale także rozpoczęcia działalności biznesowej. Największą grupę wśród nich stanowią przybysze z państw arabskich, ale są również Turcy czy Bośniacy. Muzułmanie napływowi na terenie Polski to także uchodźcy polityczni. Statystyki wykazują, że są to przede wszystkim uchodźcy z Iraku (ok. 10 proc. wszystkich uciekinierów), z Afganistanu (4 proc.), Bośni i Hercegowiny (5 proc.) oraz Czeczenii. Tych ostatnich przewinęło się przez Polskę od 1990 roku około 90 tysięcy, ale na stałe pozostało ich zaledwie około 7 tys. Pozostali albo w końcu wrócili do ojczyzny, albo ruszyli dalej w poszukiwaniu lepszych warunków życia.

Podobna sytuacja dotyczy rodzin syryjskich chrześcijan, które sprowadziła do Polski fundacja Estera. W sierpniu 2015 r. z Damaszku przyleciało 158 osób; po kilku miesiącach około 40 osób wyjechało do Niemiec - mając tam krewnych i wierząc w lepsze perspektywy. Docelowo miało przyjechać z Syrii przez fundację Estera około 300 osób, ale nie ma na ten temat dalszych informacji.

W 2014 r. Urząd do Spraw Cudzoziemców nadał status uchodźcy 262 osobom, w tym 115 Syryjczykom; wnioski złożyło 8 tys.(!). W roku 2015 status ten otrzymało 346 osób, w tym 289 Syryjczyków; wnioski złożyło 11 tys.(!). Większość osób starających się o ten status to Czeczeni, Ukraińcy i obywatele republik post-radzieckich.

Nie jest moim zamiarem włączenie się tym artykułem w dyskusję o przyjmowaniu lub nie przyjmowaniu uchodźców w Polsce. Pragnę jedynie przypomnieć, że w czasie rozbiorów, a także w czasie II wojny światowej to my - Polacy - byliśmy uchodźcami. Pozwolę sobie więc przywołać tylko kilka faktów z naszej historii.

Turcja, z którą Polska prowadziła w swojej historii liczne wojny, była jednym z niewielu krajów, który nie uznał rozbiorów. Imperium Osmańskie wyraźnie sprzeciwiało się umowie o podziale ziem polskich, podpisanej przez Rosję, Prusy oraz Austrię w roku 1772 - powodowane oczywiście własnym interesem politycznym, niemniej sam fakt się liczył. A decyzja o utworzeniu w 1842 r. polskiej gminy - osady Adampol (dziś Polonezkoy) - na terenach Imperium wtedy, kiedy państwo polskie nie istniało na mapie politycznej świata, stanowiło niezwykle znaczące wydarzenie w historii stosunków polsko-tureckich. Miejsce to było schronieniem dla polskich emigrantów politycznych: uczestników powstania listopadowego, Wiosny Ludów oraz powstania styczniowego.

W 1923 r. to właśnie Polska była pierwszym krajem, który uznał nowo powstałą Republikę Turecką. W czasie II wojny światowej Ambasada Rzeczypospolitej Polskiej działała nieprzerwanie na terenie Ankar, a rząd turecki



**buńczuk**  
(oznaka władzy wojskowej)  
Tatarów polskich

aktywnie udzielał pomocy uchodźcom z Polski.

Następnym państwem, obok Imperium Osmańskiego (Turcji), Szwajcarii i Danii, które nie uznało rozbiorów Polski, była Persja (obecnie Iran). Istnieje opinia, że już przed I wojną światową Persja posiadała w Warszawie konsula honorowego. Po upadku Rzeczypospolitej i po nieudanych powstaniach fala polskich emigrantów licznie docierała na Bliski Wschód, w tym do Persji. Tam pewna liczba Polaków wstąpiła do armii perskiej i niektórzy uzyskali w niej wysokie stanowiska. Inni złączyli swe losy z Persją pracując na jej terenie, podróżując lub prowadząc badania naukowe.

W czasie II wojny światowej, w wyniku ewakuacji żołnierzy Armii Andersa z ZSRR, w obozach dla wojskowych i ich rodzin, utworzonych w Iranie, znalazło się około 116 tys. Polaków (w tym 45 tys. osób cywilnych, wśród nich 13 tys. dzieci do lat 14). Do Isfahanu - zwanego miastem polskich dzieci - w latach 1942-1945 przybyło

2590 polskich sierot. Utworzono tam dla nich 21 placówek opiekuńczych, pedagogicznych i zdrowotnych, m.in. przedszkola, szkoły powszechne, dwa gimnazja i sanatorium. \*

Liczba przybywających dzieci przekroczyła jednak możliwości zapewnienia im dobrych warunków życia. I tu do akcji włączył się ostatni przedwojenny konsul RP w Bombaju Eugeniusz Banasiński, który uzyskał od rządu Indii zgodę na przyjęcie uchodźców. W latach 1942-48 Indie przyczerpały od 11 do 15 tys. cywili, przede wszystkim dzieci i kobiet wyprowadzonych z „niehumanitarnej ziemi” - ZSRR. Jego żona, Kira Banasińska, zorganizowała transport dzieci konwojami ciężarówek do Quetta i Karachi (obecnie Pakistan), a następnie do miejscowości Balachadi (obecnie Indie), gdzie maharadża Jam Saheb Digvijay Sinhji (1895-1966) z własnych środków wybudował i utrzymywał stały ośrodek dla samotnych dzieci do lat 16, przez który przewinęło się ponad tysiąc dzieci. W momencie jego zamykania w 1946 r., aby uchronić grupę sierot przed przymusowym zabraniem do komunistycznej Polski, maharadża zbiorowo je adoptował.

\*

**To trudny i kontrowersyjny w dzisiejszych czasach temat - uchodźcy. Prawda, my - Polacy też nimi byliśmy. Wypadałoby więc może jakoś zwrócić ten dług, odplacić innym, będącym w potrzebie, za dobro i pomoc, które kiedyś nam ofiarowano...**

**Ale... to przecież było tak dawno! To przecież już się nie liczy.... Któż by o tym chciał pamiętać?**

**Agnieszka Kondracka**

zdjęcia: autorka oraz **Krzysztof Mazur**

\*por. także wspomnienia Anny Mironowicz z okresu II wojny światowej „Od Hajnówki do Pahlawi” wyd. Editions Spotkania, Warszawa 2015 (przyp. red.)

Warto przeczytać: Tahar Ben Jellov „Co to jest islam?”, Wyd. Czarne 2015 (przyp. red.)



## Najważniejsze zdążyłem przekazać...

**Z filmu *Zwierciadło*\* Andrieja Tarkowskiego zapada w pamięć scena, w której matka z synem po wyczerpującej wędrówce dociera do kobiety, której chce sprzedać kolczyki. Są cenną pamiątką, lecz postanawia rozstać się z nimi, by nakarmić dzieci.**

Do transakcji nie dochodzi, bo matka poczuła się upokorzona. Historia z kolczykami jest prawdziwa, jak i pozostałe sytuacje pokazane w tej filmowej autobiografii. Autentyczne życie dopisało finał do losu kolczyków: Maria Tarkowska w desperacji zamieniła je na kilka kilogramów kartofli...

Reżyser uznawał *Zwierciadło* za swój najlepszy film i wielokrotnie usiłował go „usprawiedliwić” broniąc przed krytykami, którzy zarzucali mu niezrozumiałość i niedostępność intelektualną dla tzw. przeciętnego widza. Z jednej strony powtarzał, że jego filmy są dla wąskiego grona odbiorców, co wynika z założenia twórczego - chciał robić dzieła interpretujące rzeczywistość w sposób poetycki. Nie interesowało go - mówił - imitowanie rzeczywistości, a więc opowiadanie historii czy naśladowanie teatru. Uważał, że dążenie do podobania się, zdobycia publiczności, to upadek filmu.

Z drugiej strony chciał, by jego filmy były pokazywane szerszej widowni i rozumiane. Z satysfakcją opowiadał, jak grono specjalistów nie potrafiło zgodzić się co do idei *Zwierciadła*, a jego przesłanie z łatwością pojęła prosta kobieta. Miała powiedzieć po projekcji: Nad czym tu dyskutować? Człowiek narobił wiele świństw wszystkim, którzy go kochali i przed śmiercią chce się jakoś usprawiedliwić, przeprosić... Zdaniem Tarkowskiego, była to najtrafniejsza interpretacja.

Jeśli tak, to trzeba zadać pytania: Kto chciał przeprosić? I czy rzeczywiście chciał? Wydaje się, że film na nie nie odpowiada.

Wielkim nieobecny w życiu Andrieja Tarkowskiego i jego siostry Mariny, od ich najwcześniejszego dzieciństwa, był ojciec - znany w Związku Radzieckim poeta Arsenij Tarkowski. Opuścił żonę Marię, gdy ich dzieci miały trzy lata (syn) i półtora roku (córka); ta pamiętna dla całej trójki data - 1935 rok - jest przypomniana w filmie. Zostawił ich praktycznie bez środków do życia. Rodzina cierpiała nędzę i głód jeszcze długo po wojnie, matka stale pożyczala pieniądze, choć ciężko pracowała w moskiewskiej drukarni jako korektorka.

W swoich wspomnieniach Marina Tarkowska pisze, zresztą bez cienia pretensji do ojca, że zaraz po wojnie, gdy ona z bratem rysowali jedzenie patykiem na piasku, trzecia żona poety dostała od niego drogie futro. To z niedożywienia Andriej zachorował w latach szkolnych na gruźlicę i przynajmniej rok spędził w sanatorium.

Scena w *Zwierciadle* dotycząca sprzedaży kolczyków mówi o głodzie i biedzie, ale także o dumie matki. Gdy gospodyni proponuje poczęstunek, ona odmawia: Dziękuję, jedliśmy przed wyjściem.

W realnym życiu było podobnie: przed wizytą u kogoś Maria uczyła dzieci, by częstowane jabłkiem

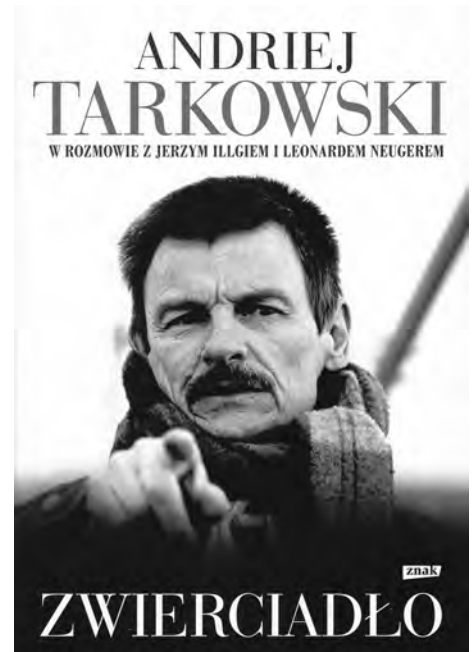
wybierały zawsze najmniejsze. Gdy czasami, w Moskwie, odwiedzał ich ojciec, prosiła tylko: Asja, poczytaj nam swoje wiersze... Nie wyszła powtórnie za męża, bo podobno do śmierci wierzyła, że Arsenij wróci...

Pierwsze „czytanki” kilkuletniego Andrieja to były wiersze ojca. Słysząc je podczas filmu w wykonaniu samego autora. Jakoś trudno przyjmować je ze wzruszeniem... W ostatnim wywiadzie przed śmiercią reżyser powiedział: Myślę, że ojciec nie miał na mnie wpływu, takiego wewnętrznego. Wszystko zawdzięczam przede wszystkim matce, to ona pomogła mi się zrealizować.

Jednak chyba na wyrost jest opinia, że *Zwierciadłem* Andriej chciał złożyć hołd matce. To raczej opowieść o samotności dzieci i Marii Tarkowskiej (w epizodach, jako starsza już kobieta, gra samą siebie), która wciąż czeka na byłego męża prowadząc z nim wewnętrzny dialog.

Nie czuje się w filmie wzajemnej miłości dzieci i matki, raczej chłód. Czy dlatego, że sam Andriej Tarkowski nie umiał kochać swoich bliskich? To właśnie zarzuciła mu w rozmowie jedna z zachodnich dziennikarek. Coś podobnego daje do zrozumienia jego siostra Marina...

Nie sposób oprzeć się wrażeniu, że Tarkowski wykreował w *Zwierciadle* obraz matki zgodny z własnymi wyobrażeniami o naturze i roli kobiety; dziś muszą być uznane nie tylko za anachroniczne, ale wręcz fałszywe i niesprawiedliwe. Widział bowiem kobietę jako istotę pozbawioną własnego świata wewnętrznego, powołaną do tego, by żyć życiem mężczyzny. Marina Tarkowska inaczej pamięta matkę: W młodości miała ambicje literackie i choć nie zdołała ukończyć studiów, to posiadała dużą wiedzę



i szerokie zainteresowania artystyczne, które przekazywała dzieciom.

*Zwierciadło* zawiera chyba większość wątków i cech właściwych twórczości Tarkowskiego, co potwierdza pogląd, że jest ona spójną całością. Zawsze obecne w niej motywy, to fascynacja przyrodą i żywiołami: wodą, ogniem, wiatrem, deszczem... To muzyka klasyczna (w tym filmie cytaty z ulubionego przez twórcę Jana Sebastiana Bacha oraz innych kompozytorów). To nawiązania do dzieł największych malarzy: Leonarda da Vinci (album przeglądany przez rodzeństwo), Pietera Brueghela starszego (scena imitująca Zimowy pejzaż z łyżwiarzami i pułapką na ptaki), Johanna Vermeera (kobieta, która chce kupić kolczyki, ucharakteryzowana na Dziewczynę z perłą). To wreszcie rodzaj deklaracji ideowej reżysera, zawarty w cytacie z listu Puszkina do Czaadajewa o roli Rosji jako przedmurza chrześcijaństwa i Europy, walczącej z nawałą koczowniczą.

Wszystkie te elementy wskazują na wagę doskonalenia się duchowego, które dla Tarkowskiego jest celem życia. Wierzył głęboko - jak deklarował - w nieśmiertelność duszy, jednak zbawczą moc dostrzegał nie w religii, a w sztuce. To dzięki jej tworzeniu i przeżywaniu człowiek może czuć się wewnątrz wolny, niezależnie od warunków zewnętrznych. W powołaniu artysty widział szczególnie obowiązek wobec społeczeństwa - uważał, że jest jego sumieniem i tak zapewne rozumiał własną rolę.

W młodości Tarkowski kształcił się w szkołach plastycznej i muzycznej, jednak to film okazał się dla niego najważniejszą ze sztuk. Może dlatego, że łączył wszystkie inne? Jemu podporządkował swoje życie i w nim się spalił; tak twierdziły jego siostra oraz druga żona. Sam mówił o reżyserii, że to zawód samobójczy. Zmarł w Paryżu 30 lat temu, w końcu grudnia 1986 r., w wieku 54 lat.

Zrealizował siedem pełnometrażowych filmów, z których większość okazała się arcydziełami (przede wszystkim *Andriej Rublow* i *Stalker*). Na planie swojego ostatniego filmu *Ofiarowanie* powiedział polskiemu reżyserowi, który kręcił o nim dokument: To, co najważniejsze, zdążyłem przekazać...

**Hanna Świeszczakowska**

\*prod. ZSRR, Mosfilm 1974, scenariusz Andriej Tarkowski, Aleksander Miszarin, reżyseria Andriej Tarkowski, zdjęcia Georgij Rerberg, w rolach głównych: Margarita Tieriechowa, Ignat Danilcew, Łarisa Tarkowska, Ała Demidowa, Anatolij Sołonicyn i in., w roli narratora Innokentij Smoktunowski.

Projekcja w UDKF *Uważność* w grudniu 2016 r.

Korzystałam z następujących publikacji:

W.I. Michałkowicz, *Andriej Tarkowski*, seria Iskusstwo nr 4/1989, Wyd. Znanije, Moskwa 1989

Andriej Tarkowski, *Kompleks Tolstoja*, Wyd. Pelikan, Warszawa 1989

*Tarkowski. Czas utrwalony*, Wyd. Świat Literacki, Izabelin 2007

*Strefa Filmu. Kino Andrieja Tarkowskiego*, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2013

Marina Tarkowska, *Okruchy zwierciadła*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2010

Andriej Tarkowski w rozmowie z Jerzym Illgiem i Leonardem Neugerem, *Zwierciadło*, Wyd. Znak, Kraków 2016

Sołomon Wołkow, *Czarodziejski chór. Historia kultury rosyjskiej od Tolstoja do Solżenicyna*, Wyd. Sic!, Warszawa 2016

Reżyser *Andriej Tarkowski*, film dok., reż. Michał Leszczyłowski, Szwecja 1988,

*Rerberg i Tarkowski: odwrotna strona „Stalkera”*, film dok., reż. Igor Majboroda, Rosja 2009

## Niewiele do szczęścia...

***Mój Nikifor\** opowiada o dwóch odmiennych osobach, które połączyła przyjaźń i zamiłowanie do malarstwa.**

Poznajemy ich w Krynicy, gdy Nikifor nawiedza pracownię malarską Mariana Włosińskiego, rozgaszcza się bez pozwolenia gospodarza, szukając miejsca do tworzenia swoich ikon - obrazków.

Niezadowolony Włosiński próbuje wyprosić Nikifora, ale ten jest uparty i tłumaczy, że Marian nie umie malować, on więc go nauczy. W pewnym sensie wypowiedź Nikifora świadczy o jego poczuciu własnej wartości oraz o stanowczości wobec drugiego artysty. Ten, szokowany sytuacją, patrzy na Nikifora jak na chorego psychicznie, z czasem jednak zaczyna rozumieć jego bełkot, sytuację życiową i świat wewnętrzny.

Tytułowy bohater filmu naprawdę nazywał się Epi-faniusz Drowniak, był nieślubnym dzieckiem malarza i Eu-

dokii Drowniak (chorej umysłowo). Mieszkał w drewnianym domu razem z gospodynią, ledwo wiążąc koniec z końcem. Kiedy Marian tam trafił, poprosił go o dowód osobisty. Ku jego zdumieniu, Nikifor wyciągnął namalowany przez siebie „dokument” przypominający dowód...

Nikifor zmaga się z odrzuceniem przez społeczeństwo, jest nieufny, wydaje się, że tylko z Marianem nawiązuje bliższy kontakt. Choć opiekun troszczy się o niego i prosi, żeby poszedł do szpitala z powodu zaawansowanej gruźlicy, Nikifor konsekwentnie odmawia.

Podczas oglądania filmu miałam wrażenie, że bohater posiada nieodpartą chęć malowania, której choroba nie może „zniszczyć”. Mimo to, na prośbę Mariana, pielęgniarzom i lekarzom udaje się umieścić go w szpitalu.

Po konsultacji z lekarzem Rosenem okazuje się, że Nikifor mógł zarazić gruźlicą Mariana oraz jego rodzinę. Zaniepokojony Włosiński informuje o tym żonę, dochodzi



do kłótni. Filmowa Hanna Włosińska zgłasza sprawę Ryszardowi Nowakowi, przewodniczącemu Prezydium Miejskiej Rady Narodowej. W kolejnych scenach okazuje się, że człowiek ten jest pozbawionym empatii karierowiczem, któremu zależy wyłącznie na pieniądzach i sławie.

W chwili próby postawa Mariana wobec Nikifora zmienia się z wymuszonej przez obowiązek opieki nad chorym na życzliwą, serdeczną i odpowiedzialną. Jednocześnie jego życie wywraca się do góry nogami, odchodzą od niego żona i dzieci, pozostaje sam z problemami. Musi zaopiekować się chorym Nikiforem, utrzymać jego i siebie.

Smutne chwile przerywa niespodziewane zaproszenie Nikifora na wystawę do warszawskiej Zachęty. Zostaje on uznany za artystę naiwnego, jednak w stołecznej galerii pozostaje nieobecny duchem, nie rozumie, z jakiego powodu się tam znalazł. Wymykają się razem z Marianem, unikając wspólnego zdjęcia z dyrektorem Zachęty oraz innymi osobistościami świata kultury.

Poza malarstwem, Nikifor uwielbia muzykę, tańczy przy niej, dodaje ona jego życiu blasku, zdaje się być pociechą wśród utrapień. Kiedy po wystawie rozmawia z Marianem na temat nieba, pyta czy jest tam radio. Artysta zapewnia, że tak.

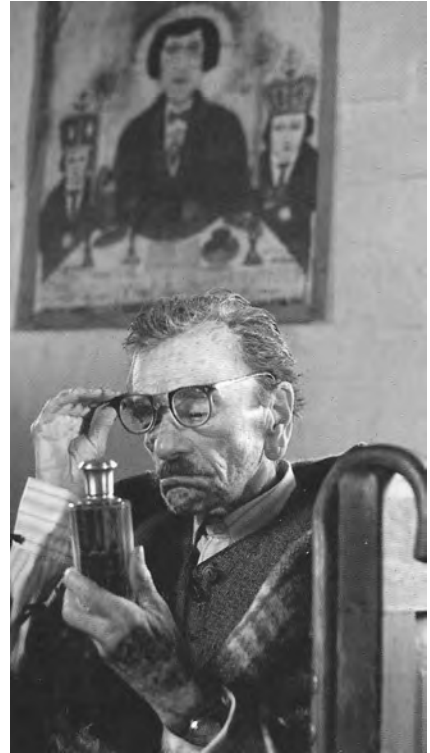
Nikiforowi niewiele potrzeba do szczęścia, wystarczą muzyka, farby, rozmowa z drugim człowiekiem. Bohater w ten sposób osiąga sacrum, którego ludzie zazwyczaj nie doświadczają w swoim codziennym zabieganiu.

Końcowe sceny zapowiadają śmierć Nikifora. Jest już bezsilny, prosi, żeby jego prace dokończyła córka opiekuna. W trudnych chwilach towarzyszy Marianowi żona, która wróciła do niego po kilku latach rozłąki. Paradoksalnie, Nikifor zmienił ich życie o 180 stopni. Gdy umarł - wrócili do punktu wyjścia.

Dramat ujmuje nas prostotą środków wyrazu artystycznego. Odtwórca roli Mariana Włosińskiego przekonuje widza swoją serdecznością wobec drugiego, schorowanego człowieka oraz pokorą wobec niespodzianek, jakie dostarcza życie. Uważam, że Krzysztof Krauze w znakomity sposób dobrał aktorów do filmu. Na szczególnie podziw zasługuje rola Nikifora zagrana przez Krystynę Feldman. Było to dla aktorki nie lada wyzwanie - przeistoczyć

się na planie filmowym w mężczyznę, do tego bardzo szczególnego, niepełnosprawnego i z poważną wadą wymowy.

Myślę, że obaj artyści, Marian i Nikifor, uczyli się od siebie nawzajem pokory, a malarstwo wzbogaciło ich duchowo. Film wzrusza, bawi i uczy. Polecam go widzom zainteresowanym znaczeniem twórczości w rozwoju człowieka, w jego samodoskonaleniu i przekraczaniu własnych ograniczeń.



Krystyna Feldman  
w roli Nikifora

phot. Wojciech Staroń, źródło: Tadeusz Lubelski, „Historia kina polskiego 1895-2014” s. 594, Fototeka FN

Olga Sitarz

\**Mój Nikifor* - dramat biograficzny, prod. Polska 2004, reżyseria Krzysztof Krauze, scenariusz Krzysztof Krauze, Joanna Kos, w rolach głównych: Nikifor, wł. Epifaniusz Drowniak - Krystyna Feldman, Marian Włosiński - Roman Gancarczyk, Hanna Włosińska - Lucyna Malec, Doktor Rosen - Artur Steranko, Ryszard Nowak - Jerzy Gudejko.

#### Ciekawostka

Pomysłodawczynią filmu była żona Krzysztofa Krauze, Joanna Kos, która od dłuższego czasu fascynowała się historią Nikifora. Podsunęła swojemu mężowi książeczkę Eli i Andrzeja Banachów „Historia o Nikiforze” i dzięki temu narodził się „Mój Nikifor” (informacja z „Historii Kina Polskiego 1895-2014” Tadeusza Lubelskiego, str. 593, wyd. Universitas)

## Kontestacyjna moc długich dystansów

**Jest letni wieczór. Przez sylwetki leśnych drzew prześwitują promienie zachodzącego słońca. Feerii barw akompaniuje śpiew niewidocznych ptaków oraz niosący się echem trzask suchych gałęzi. Całość wzbogaca miarowy odgłos moich kroków, uderzających z impetem o podłoże.**

Kilka kilometrów temu pozostawiłem za sobą ostatnie zabudowania i na jakiś czas będę wolny od wszystkiego i wszystkich. Paradoksalnie, długi dystans wcale mi się nie dłuży...

Jest w tym sporcie coś magicznego, co trudno zrozumieć i niełatwo opisać. Oto podejmujemy dobrowolny, intensywny i wycieńczający wysiłek, który mimo wszystko pozwala odpocząć wewnątrz, psychicznie i emocjonalnie, a z czasem staje się czymś więcej niż sposobem na dobrą kondycję. Gdy w końcu poczujemy jego niezwykłą moc, będziemy o krok od stania się samotnymi długodystansowcami...

Takiemu właśnie biegaczowi przyszło nam towarzyszyć podczas jednego ze spotkań naszego UDKF.





Kadr z filmu „Samotność długodystansowca”

Obejrzeliśmy film „Samotność długodystansowca” z 1962 roku, w reżyserii Tony'ego Richardsona, do scenariusza Alana Sillitoego, ze świetną rolą główną Toma Courtenaya. Choć zgodnie z hasłem klubu poświęciliśmy projekcji należytą „uwagę”, to osobiście starałem się moją uwagę podwoić, by spojrzeć na całość z perspektywy miłośnika dłuższych dystansów.

### Falszywy pupilek

„Bieganie zawsze było ważną rzeczą w naszej rodzinie, zwłaszcza ucieczki przed policją [...] Wiem tylko, że trzeba biec... nie wiedząc dokąd, przez pola i lasy. A linia mety nie kończy biegu, choćby wiwatował tam przyjazny tłum”. Tak brzmią słowa początkowego monologu głównego bohatera.

Colina Smitha poznajemy w momencie, gdy po wyroku za rabunek trafia do zakładu poprawczego. Ośrodek przygotowuje się właśnie do sportowej rywalizacji ze szkołą prywatną Renly. Szczęśliwym zbiegiem okoliczności nastolatek staje się odkryciem w dyscyplinie biegów długodystansowych. Deklasuje najlepszego wówczas zawodnika Stacy'ego i szybko zostaje „pupilkim” władz zakładu, a przynajmniej tak odbierają to inni młodzieńcy z tego zantagonizowanego środowiska. Rychło też ujawniają się różne formy zawiści i zazdrości.

Smith ma jednak własny plan, który charakteryzuje słowami: „Pozwolę im myśleć, że mnie wytresowali”. Choć inni twierdzą, że gdyby biegali tak szybko, jak on, to już dawno by stąd uciekli, Colin tym razem uciekać nie zamierza. Mając świadomość, jak ważny dla wizerunku i honoru ośrodka jest wymarzony puchar, bohater doskonale wie, na jakich tonach musi zagrać, by jego zamiar wybrzmiał najgłośniej.

### Zagubiony buntownik

Przywołane informacje doskonale kreślą portret bohatera, ale w filmie jego sylwetkę wzbogacają partie retrospektywne. Colin Smith przypomina postacie z naszej literatury po roku 1956, a ściślej - plejadę kontestatorów i outsiderów.

Bohater „Samotności” nie zadowala się tradycyjnym modelem życia, ma trudności z odnalezieniem się w

społeczeństwie, z pogardą obserwuje powszechną pogoń za pieniądzem. Sam woli szukać łatwej gotówki (najlepiej- ukradzonej), doświadczać chwilowych przygód i podniet, od przesiadywania w zadymionym barze, po spontaniczną kradzież samochodu i wypad za miasto z przygodnie poznanymi kobietami. Nie pała także chęcią do podjęcia uczciwego zajęcia: „nie mam nic przeciwko pracy, ale jak pomyślę, że mam wypruć sobie żyły, żeby szefowie zgarniali cały zysk...”.

„Tak żyje większość”, a Colin - jak na rasowego buntownika przystało - choć zupełnie nie ma pomysłu na swoją przyszłość, nie zamierza być jak inni. Warto jednak zauważyć, że Smith nie jest typowym złodziejaskiem i cwaniakiem, zasłaniającym się buntowniczą naturą. To jednocześnie bohater zagubiony, wyobcowany, niewierzący w stałe wartości. Jest samotnikiem, który zachowuje dystans nawet wobec własnego towarzystwa. Nie potrafi podporządkować się zasadom, chce wolności, ale chyba sam nie bardzo wie, co mógłby z nią począć.

Col doskonale pogrywa ze wszystkimi, wchodzi w różne role, przywdziewa rozmaite maski i jest świadom swojego „aktorstwa”. Posiada przy tym głęboką samoświadomość. Dzięki temu upewnia się, że ma jeszcze jakąkolwiek kontrolę nad własnym życiem.

### Jednym gestem...

Akcję filmu wieńczy scena zawodów sportowych. Colin Smith, który miał znaczącą przewagę nad przeciwnikiem ze szkoły Renly, zatrzymuje się tuż przed linią mety... Studzi tym samym entuzjazm władz zakładu, których przedstawiciele zdążyli ogłosić go zwycięzcą. Siłą rzeczy wygrywa zawodnik z drużyny przeciwnej.

Trudno o bardziej wymowny gest buntowniczy; Smith zachował się zgodnie ze swoim założeniem. Do końca wierzone, że postąpi według scenariusza, który miał przynieść chlubę placówce. Świadomą rezygnacją ze zwycięstwa ugodził w wizerunek ośrodka, ostentacyjnie podważył autorytet wychowawców, którzy sądzili, że urobili go pod swoje dyktando.

Bohater przegrał zawody, prawdopodobnie został znienawidzony, wyklęty. Jednak wewnętrznie zwyciężył, nie postąpił według planu, który ułożyli dla niego inni. Colin przekonał się, że jest zdolny do kreowania własnego życia. Mogła czekać go kariera, ale świadomie i manifestacyjnie z niej zrezygnował.

Bunt innych wychowanków zakładu polegał co najwyżej na zbiorowym uderzaniu pięściami w stoły jadalni. Szybko został zatuszowany i nie odbił się echem proporcjonalnym do wywołanego hałasu. Bunt Colina był głębszy, przemyślany i dla jego oponentów zdecydowanie bardziej bolesny, bo dotknął całą instytucję.

Colin uświadomił sobie, że jest wewnętrznie wolny, jednak czy cokolwiek z tą wolnością zrobił? Ostatnia scena pokazuje, że wrócił do szeregu i znów zajmuje się zwykłymi pracami warsztatowymi. Możemy snuć domysły co do jego dalszych losów, ale wątpliwym jest, że się gruntow-



nie zmienił. Prawdopodobnie postanowił być przykładowym wychowankiem ośrodka, po prostu - spolszczając tytuł znanego utworu Pink Floyd - kolejną cegłą w murze.

### Coś więcej?

Co jednak z tym całym bieganiem i dlaczego wspominać o nim dopiero teraz? Partie poświęcone pokonywaniu przez bohatera długich dystansów wyraźnie odróżniają się od pozostałych scen. Powracają cyklicznie i są swoistą osią kompozycyjną utworu. Towarzyszą im dynamiczne ruchy kamery, ogarniające przestrzeń przyrody oraz przemierzającego jej ścieżki bohatera. Całości akompaniują pogodna muzyka, dzięki której obrazy tętnią witalizmem i unaoczniają nieskrępowaną eksplozję radości. Bieg bohatera często jest niedbały, pełen podskoków, potknięć, ale dzięki temu cechuje go ekstatyczność, zachłyśnięcie się wolnością, o której wspominałem na początku.

Jednak samo bieganie nie jest tu, moim zdaniem, najważniejsze. Wcześniej było ono dla Colina uciekaniem, które - jak wspominał - stanowiło w jego rodzinie tradycję. Bohater był więc dobry w uciekaniu i nie traktował tego jako coś szczególnego, sportowego. Niech świadczy o tym fakt, że przed pobylem w ośrodku bez skrępowania palił duże ilości papierosów, nie stronił od alkoholu. Tym samym w określonym momencie bieganie stało się dla niego tylko narzędziem do osiągnięcia celu. Był w tym dobry, więc postanowił to wykorzystać.

Czy jednak bieganie stało się dla niego „czymś więcej”? Można snuć domysły, ale zachowanie bohatera pozwala sądzić, że w pewien sposób związał się z biegami emocjonalnie. Colin trenował poza ośrodkiem, przemierzał lasy, okolice jezior, przestrzeń natury. Tym samym jeszcze ciekawiej rysuje się owo egzystowanie bohatera w dwóch przestrzeniach: społecznej (miasto, ośrodek), w której czuł się obco, i tej zdominowanej przez siły natury, gdzie zachłystywał się poczuciem wolności.

### Dla biegaczy i nie tylko

„Samotność długodystansowca” to film nie tylko dla miłośników biegania; każdy, kto interesuje się ambitniejszą częścią kina, powinien docenić owo leciwe już dzieło. Natomiast długodystansowcy odnajdą w nim znaną im magię sportu, bo nawet jeśli nie ona gra tu główne skrzypce, to jest na tyle wyraźnie zarysowana, że trudno nie poczuć więzi z bohaterem.

Bo czyż nie jest to nasze bieganie (oraz pokrewne mu dyscypliny) formą buntu przeciwko szarości dnia? Czyż nie jest remedium na rozmaitych formatów marazm? Czy po jakimś czasie nie zyskujemy świadomości, że dzięki sportowemu wysiłkowi nie jesteśmy już „jak inni”?

„Tu przerwał, lecz róg trzymał...”

**Łukasz Tkaczuk**, student filologii polskiej, stopień II, rok II

Adres dla chętnych do uczestniczenia w Uniwersyteckim Dyskusyjnym Klubie Filmowym *Uważność*: [j.jedrzejewicz@onet.eu](mailto:j.jedrzejewicz@onet.eu)

## Artysta, pedagog, organizator

**Marian Gardziński** był znaczącą postacią w pejzażu naszej uczelni i miasta. Jego obiekty rzeźbiarskie i prace malarskie są szeroko znane, rozpoznawalne. Zawsze były komentowane w oczekiwaniu na kolejne propozycje artysty.

Ukończył studia na Wydziale Rzeźby Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie. Dyplom z wyróżnieniem uzyskał w 1965 r. w pracowni profesora Franciszka Strynkiewicza. Po ukończeniu studiów skupiał się zarówno na poszukiwaniach twórczych w dyscyplinach plastycznych, jak i na pracy pedagogicznej.

Marian Gardziński był rzeźbiarzem wszechstronnym, o czym świadczą jego liczne realizacje i nagrody w ogólnopolskich i międzynarodowych konkursach rzeźbiarskich i medalierskich. W 1973 r. otrzymał III nagrodę w konkursie na pomnik Fryderyka Chopina dla Londynu. Zrealizował pomniki: Henryka Sienkiewicza w Okrzei, papieża Jana Pawła II i popiersie Tadeusza Kościuszki w Siedlcach. Uczestniczył w wielu wystawach w kraju i za granicą. Od roku 1978 zajmował się malarstwem, które stało się znaczącą dyscypliną artystyczną w jego pracy twórczej.

W 1971 r. Marian Gardziński rozpoczął pracę w siedleckiej uczelni, wówczas Wyższej Szkole Nauczycielskiej. Zorganizował Pracownię Plastyki, którą przez wiele lat kierował. Działania dydaktyczne podporządkował celowi, jego zdaniem, nadrzędnemu: jakości kształcenia. Konsek-



wencją było tworzenie atrakcyjnych dla studentów programów nauczania oraz udoskonalanie infrastruktury.

Łączył w sobie wielką wiedzę i umiejętności plastyczne oraz pasję pedagogiczną, co zjednywało mu szacunek studentów i współpracowników. Gardziński wpro-





wadzał podczas zajęć niepowtarzalną atmosferę skupienia i chęci poszukiwania niekonwencjonalnych rozwiązań, nie zaniebując podstaw warsztatowych. Studia plenerowe, organizowanie wystaw twórczości studentów i niekończące się dyskusje o kolorze, formie czy kompozycji to nie były zajęcia, a spotkania z Twórcą.

Potrafił zainteresować studentów sztuką w stopniu pozwalającym na bycie, po zakończeniu studiów, wrażliwymi jej odbiorcami, nawet twórcami. Swoją pasję, szacunek dla wykonywanej pracy, przekazywał współpracownikom.

W latach 1976-1981 pełnił funkcję przewodniczącego Delegatury Siedleckiej Związku Polskich Artystów Plastyków. Jego działalność polegała na aktywizowaniu siedleckiego środowiska artystycznego. Organizował plenery dla twórców związanych z Siedlcami oraz artystów z innych ośrodków. Był kuratorem wystaw indywidualnych i zbiorowych.

Począwszy od lat 80. XX w. starał się tworzyć warunki właściwe do prowadzenia przedmiotów zaawansowanych technologicznie, jakimi są rzeźba i ceramika. Dzięki jego staraniom w przestrzeni naszej uczelni powstały dwie pracownie, a zajęcia w nich prowadzone cieszyły się dużym zainteresowaniem studentów.

Na bazie jednej z nich utworzono pracownię rzeźby przy obecnym gmachu Wydziału Humanistycznego. Autorem projektu jest architekt Witold Benedyk, z którym Gardziński konsultował powstanie wzorcowej infrastruktury specjalistycznych pracowni plastycznych od pracowni malarstwa i grafiki po multimedialne.

Artysta, pedagog, organizator - ta triada aktywności Mariana Gardzińskiego miała znaczący wpływ na dzisiejszą pozycję, jaką zajmują sztuki plastyczne w procesie dydaktycznym naszej uczelni.

**Tomasz Nowak**

zdjęcia z wystawy prac Mariana Gardzińskiego w A galerii (z archiwum autora tekstu)

## Projekcje mojej wyobraźni

Z Franciszkiem Maśluszczakiem, artystą malarzem, rozmawia Anna Rudnicka

*Proszę opowiedzieć o początkach swojej edukacji artystycznej jeszcze przed rozpoczęciem nauki w Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie.*

Ukończyłem Liceum Sztuk Plastycznych w Zamościu, gdzie nauczało wówczas wielu wspaniałych pedagogów, uroczych i sympatycznych ludzi, którym wiele zawdzięczam: F. Podobiński, S. Surdacki, B. Bartnik... Byli to m.in. uczniowie Józefa Mehoffera, Ferdynanda Ruszczyca i Wojciecha Weissa.

Zamość miał wtedy specyficzny klimat. Był piękny, ale obdrapany, ze splekanymi fasadami domów, z kruszącymi się wykuszami i portalami wydawał się starszy niż renesansowy. Szalenie nas to inspirowało.

*Sytuacja znacznie się zmieniła, gdy nastal okres kształcenia w Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie...*

Gdy dostałem się do ASP w Warszawie, zapisy do pracowni były obligatoryjne. Nie można było wybrać sobie profesora, do którego uczęszczałoby się na zajęcia, bo wszyscy chcieli się zgłaszać do Artura Nachta-Samborskiego, Michała Byliny czy Tadeusza Dominika, tak więc zapisywano nas z przydziału w sekretariacie. Mnie skierowano do prof. Janusza Strzaleckiego.

Zanim rozpocząłem naukę w Akademii, udało mi się odszukać w różnych źródłach informacje na temat pedagogów oraz tego, kto się czym zajmował na uczelni. W prasie, którą prenumerowali moi rodzice, odnalazłem wiele reprodukcji obrazów, w tym prac Janusza Strzaleckiego. Wtedy wychodził „Przegląd Artystyczny”, w którym ukazany był piękny obraz jego autorstwa „Białe krzesło” z przedstawieniem znajdującej się na nim pelargonii.

*Prof. Janusz Strzalecki zaliczany był do grupy kapistów, prawda?*

Tak, ale właściwie trudno uznać go za kapistę, ponieważ trzymał się solidnego rysunku i koloru, nie rozbijał malowanej formy.

*Jak należy rozumieć fakt, że największy wpływ na Pańską edukację wywarł prof. Janusz Strzalecki?*

Przede wszystkim profesor wymagał szalonej pracowitości i punktualności, co mi się bardzo podobało, bo w końcu znalazłem się w tym konkretnym miejscu po to, żeby malować. Zresztą wtedy było to chyba moje jedyne marzenie, a już tym bardziej w takiej szkole, jaką jest Akademia Sztuk Pięknych. Do Krakowa bałem się zdawać, zresztą marzyłem o Warszawie.



Profesor Strzałecki pozwalał swoim studentom na dużą swobodę, w przeciwieństwie do innych pedagogów, ale też dużo wymagał, gdy już zaczęliśmy pracę. Usuwał studentów, którzy nie przychodzili na zajęcia albo nie spełniali wymogów warsztatowych. Zlecał nam różne zadania, które weryfikowały poziom umiejętności. Ja często gdzieś w kącie ustawiałem się ze sztalugą i mieszałem tony farb, aby wyrazić niuanse kolorystyczne. Pewnego dnia profesor stwierdził: „Proszę pana, już pan da sobie radę”. Potem, gdy się zaprzyjaźniliśmy, często odwiedzałem jego pracownię, która znajdowała się na Starym Mieście. Tam mogłem podziwiać wspaniałe obrazy jego kolegów z okresu paryskiego.

(z arch. F. Maśluszczaka)



**Franciszek Maśluszczak**

Godnym wspomnienia jest fakt, że gdy kapiści (m.in. Cybis, Nacht-Samborski) przebywali w Paryżu, nie raz brakowało im środków do życia. Wtedy Strzałecki wychodził na ulicę i boksował się, a po wygranej dzielił się tym, co zarobił.

W późniejszych latach, gdy uczęszczałem już do innej pracowni, odwiedzał mnie w akademiku. Spotkaniom towarzyszyły opowieści o tym, jak studiował, w jaki sposób mieszano wtedy farbę, czy o naukach we Francji. Był tak oddany sztuce, że cały czas rozmawiał praktycznie tylko o malarstwie. Zresztą, cała ta grupa taka była, czyli Jan Cybis, Artur Nacht-Samborski, Janusz Strzałecki, Eugeniusz Eibisch...

Wszystko to zachwycało mnie, a na pewno byłem pełen podziwu dla tego wspaniałego artysty. Szczególnie było to, że nie stwarzał bariery, jaka czasami występuje między uczniem a nauczycielem. Czuję się jak malarz z malarzem. Obaj wiedzieliśmy, że gdy malujemy, zmagamy się dokładnie z tym samym problemem artystycznym.

Na dodatek profesor udzielił mi wielu porad, prawdziwych korekt, przez niektórych pedagogów otaczanych pewną tajemnicą. Zdarzali się przecież profesorowie, którzy nie pozwalali iść własną drogą, pozbawiając studentów indywidualności twórczej.

Gdy w późniejszych latach trafiłem do pracowni profesora Stanisława Poznańskiego, utraciłem tę możliwość i swobodę rozwijania własnego języka formalnego. Na wyraźne polecenie profesora zaprzestałem tworzyć w taki sposób, jaki interesował mnie najbardziej. Znalazłem w sobie jednak siłę, żeby realizować swoje zamierzenia poza zajęciami w akademii. I tak przetrwałem w tej niezwyklej uczelni kilka lat.

**Czy doświadczenia wyniesione z akademii wykorzystał Pan w późniejszej pracy dydaktycznej na Politechnice Warszawskiej?**

Myślę, że tak. Pracowałem przez 37 lat jako wykładowca na Wydziale Architektury PW w Katedrze Malarstwa i Rysunku. Doskonale zdawałem sobie sprawę, że absolwenci po zakończeniu studiów będą zmierzać w innym kierunku, niż to zazwyczaj bywa w przypadku, gdy ktoś kończy akademię. A więc, że nie kształcą się po to, żeby zostać malarzem, rysownikiem czy grafikiem.

Widząc tych młodych, utalentowanych ludzi wiedziałem, że niektórzy pedagogzy potrafią wymuszać pewien kierunek działań, prowadzący w niewłaściwą stronę, raczej mało kreatywną, likwidując swobodę twórczą i wypowiedź indywidualną. Wielokrotnie przypominałem studentom, że każdy człowiek ma prawo myśleć w sobie właściwy sposób i wyrażać samego siebie.

**Z tego, co wiem, zaczął Pan pracować jeszcze na studiach?**

Tak, z końcem pierwszego roku zacząłem współpracę z prasą. Pamiętam, że mój pierwszy rysunek opublikowano w jednej z rzeszowskich gazet i że otrzymałem wysokie honorarium.

Potem kilka moich rysunków znalazło się w „Szpilkach”, a było to dobre pismo satyryczne. Współpracowali z nim znakomici polscy poeci, felietoniści, graficy, m.in. Antoni Słonimski, Eryk Lipiński... Redaktorem był Krzysztof Teodor Toeplitz, który wykazywał dużą przychylność wobec młodych rysowników. Zresztą dużo osób w „Szpilkach” rozpoczęło swoje kariery, m.in. Andrzej Mleczko, Andrzej Dudziński, Andrzej Czeczot, czy nieco starszy Andrzej Krauze. Ja przez pewien czas również należałem do tego grona.

Po studiach opuściłem satyrę i zająłem się malarstwem i rysunkiem. Przystąpiłem do grupy „O poprawę”, pismo „Nowy Wyraz” zaprezentowało moje obrazy.

Poznałem bohemę artystyczną: krytyków sztuki, m.in. Macieja Gutowskiego, muzyków, m.in. Zdzisława Piernika, poetów, m.in. Zbigniewa Jerzynę. Często spotykaliśmy się w winiarni „U Hopfera”, która była dobrym miejscem do prowadzenia rozmów. Rozpocząłem współpracę z prasą literacką.

Moje rysunki towarzyszyły poezji i opowiadaniom w tygodniku „Literatura”, m.in. do utworów Ireneusza Iredyńskiego, Edwarda Stachury czy Jana Himilbsbacha. Wykonałem rysunki do poezji Ewy Lipskiej i Barbary Sadowskiej, do reportaży Hanny Krall i prozy Janusza Andermana... Współpracowałem z wydawnictwami Czytelnik i Iskry.

**Ponoć w latach 80. włączył się Pan w ruch niezależnego życia artystycznego, biorąc udział w wystawach, które odbywały się w pracowniach prywatnych.**



To było w okresie „Solidarności”, gdy Kościół objął patronatem sztukę i jej twórców. Organizowano wówczas wystawy w kościołach, m.in. w kościele św. Krzyża i na Żytnej oraz w Muzeum Archidiecezji Warszawskiej.

Sztuka stała się zaangażowana politycznie i religijnie, opowiedziała się po stronie „Solidarności”, szczególnie gdy polski kardynał został papieżem Janem Pawłem II.

Robiliśmy też wystawy całkowicie niezależne, w prywatnych domach. Najczęściej były łączone z muzyką i poezją; ktoś grał na gitarze, ktoś śpiewał, pamiętam Antoninę Krzysztóż, deklamowano wiersze. Przede wszystkim zależało nam, aby nie wystawiać w galeriach państwowych, lecz niezależnie, prywatnie. To były piękne czasy, bo dużo dyskutowaliśmy, można było dowiedzieć się, nad czym ludzie pracują, a poza tym obejrzeć obrazy, niekiedy niemające nic wspólnego z aktualną sytuacją w Polsce. Były to zatem spotkania artystyczne, które stanowiły dla nas rodzaj wyjątkowego święta. Wszyscy chętnie w tym uczestniczyliśmy z nadzieją, że coś dobrego z tego wyniknie.

***Spotykam się z różnymi określeniami Pańskiej twórczości, jak: nurt metaforyczny, ekspresjonizm metaforyczny, nowa figuracja. Czy należy traktować je synonimicznie?***

Raczej tak, w końcu wiele rzeczy jest wielorakich, prawda? Uważam, że jestem realistą, bo w swojej twórczości wykorzystuję świat realny, lecz nie jest to świat studium czy realizmu w rozumieniu naśladowania. Inspiracje są zaczerpnięte z natury, lecz stanowią projekcję mojej wyobraźni. Czasami jednak gdzieś zaciera się ta ostrość pamięci wzrokowej.

***Czy traktuje Pan kolor i rysunek na równi, jako podstawowe środki artystycznego wyrazu?***

Zdecydowanie tak. Bardzo cenię rysunek i uwielbiam rysować. Kolor jest dopełnieniem.

***W Pańskich pracach wyraźnie zaznacza się wpływ tradycji gotyckiej, niektórzy dostrzegają echa sztuki Chagalla i Nikifora. Skąd te inspiracje?***

Wychowałem się na Zamojszczyźnie, która była wielokulturowym i multietnicznym tygłem, gdzie prawosławie przemieszane było z katolicyzmem, judaizmem z grekokatolicyzmem. Stąd wpływ średniowiecza czy ikony stają się oczywiste. W dzieciństwie nasiąkałem tym specyficznym klimatem, zachwycał mnie wielobarwny świat. W powietrzu unosił się sentymentalny nastrój wywodzący się z poezji Leśmianowskiej czy obrazów Chagalla.

Z kolei, gdy patrzę na sztukę Nikifora, widzę jasno, że potrzeba tworzenia była dla niego naturalna, nie wyspekulowana czy wymyślona. Nie potrzeba ani uzasadnień, ani opisu, by zrozumieć, o co chodzi.

***Stworzył Pan własny, niepowtarzalny język formalny, którego nie spotkamy w pracach innych artystów...***

Być może moja odrębność wynika z faktu, że maluję z wyobraźni, w której jest pewien pierwiastek rzeczywistości zapamiętanej, a nie odtworzonej z natury czy modelu. Moi bohaterowie wywodzą się z obserwacji rzeczywistości, która zawsze staje się bardziej fascynująca, kiedy puścimy wodze wyobraźni.

## Franciszek Maśluszczak

Malarz, rysownik, grafik. Urodził się 21 stycznia 1948 roku w Kotlicach koło Zamościa. Mieszka i pracuje w Warszawie.

Jest absolwentem Liceum Plastycznego w Zamościu. Studiował w Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie, gdzie w 1974 roku uzyskał dyplom w pracowni grafiki pod kierunkiem prof. Juliana Pałki. Wykładał w katedrze Malarstwa i Rysunku na Wydziale Architektury Politechniki Warszawskiej.

Od 1970 roku tworzył ilustracje i grafiki. Współpracował z wieloma czasopismami, m.in. „Ty i Ja”, „Literaturą”, „Szpilkami”, „Polityką”, „Tygodnikiem Literackim”, „Gazetą Wyborczą” i „Rzeczpospolitą”. Ma także w swoim dorobku ilustracje książkowe, m.in. dla takich autorów, jak Jeremi Przybora („Kabaret jeszcze Starszych Panów”, 1980), Ryszard Schubert („Panna Lilianka”, 1983), Rena Marciniak („Ślub na gruzach Warszawy”, 1990), Roald Dahl („Wielkomilud”, 1991). Ilustrował książki Ireneusza Iredyńskiego, Edwarda Stachury, Marka Nowakowskiego i Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego. Sam też doczekał się literackiego opracowania: Hanna Krall sportretowała Franciszka Maśluszczaka w opowiadaniu „Malarnia z o.o.”.

W 2002 roku wykonał polichromię w kapliczce w Borkach koło Wrocławia, a w roku 2004 zrealizował cykl fresków Drogi Krzyżowej w kościele pw. Wniebowstąpienia Pańskiego na warszawskim Ursynowie.

Prace Franciszka Maśluszczaka znajdują się w wielu muzeach w Polsce i za granicą, m.in. w Muzeum Narodowym w Krakowie, Muzeum Narodowym w Szczecinie, Muzeum Okręgowym w Zamościu oraz w Muzeum Pokoju w Tokio, Muzeum Miejskim w Gandawie, Muzeum im. Chagalla w Witebsku oraz w licznych kolekcjach prywatnych.



## Spotkajmy się na Ławeczce!

**Ławeczka - z czym kojarzy ci się to słowo? Słyszając je widzisz wieś, drogę, chatki z drewna, a przed każdą - ławeczka...**

Zbita z trzech desek, prosta lub żelazna, ale to od dawna najlepsze miejsce spotkań. Panie w fartuszkach, panowie z buteleczkami. Właśnie tu miała początek plotka i każda prawdziwa historia. A my? My w mieście Siedlce też mamy... „Ławeczkę”.

W ubiegłym roku 18. Festiwal Nauki i Sztuki w Siedlcach zwieńczyło spotkanie z artystami i twórcami kultury związanymi z nieformalną grupą „Ławeczka”. Powstała siedem lat temu w malowniczym Mielniku nad Bugiem, utworzyli ją: Aleksandra Rykała, Maciej Tołwiński, Tomasz Nowak oraz Marcin Sutryk.

Zapytani o powód powstania grupy artyści odpowiadają, że ich celem była i jest wymiana myśli oraz wzajemna mobilizacja twórcza. Mimo wspólnych działań, zachowali autonomię wypowiedzi. Każdy autor posiada swój niepowtarzalny styl, podczas wystaw zobaczyć możemy jedno miejsce, wydarzenie widziane czterema parami oczu.

Główną ideą grupy „Ławeczka” jest propagowanie malarstwa. Tę dziedzinę sztuki artyści traktują niczym żywy organizm, który wciąż zmienia się i działa na emocje, temperament i pragnienia twórcy. Zgodnie z założeniami, grupa jednorazowo zaprasza do współpracy przy projektach innych artystów. Podczas spotkania mieliśmy okazję poznać dorobek „Ławeczki” i należy przyznać, że jest dość bogaty.

Spośród wielu wystaw wyróżniłabym z pewnością „Opowieść o El Greco” zapre-



Aleksandra Rykała



Maciej Tołwiński



Marcin Sutryk

zentowaną w Muzeum Diecezjalnym w Siedlcach. By zbliżyć się do Mistrza, grupa wybrała się aż do Toledo.

„Ławeczkowicze” podjęli również niezwykle trudny temat Holocaustu. Tak powstały prace przedstawione w 2012 roku na wystawie „Cisza pamięci” w Muzeum Walki i Męczeństwa w Treblince. Twórcy przyznali, że był to dla nich dramatyczny dylemat moralny. Czy godzi się ingerować w coś tak bolesnego, jak zagłada całego narodu? Tak kruchego, jak życie i śmierć? Czy można zrozumieć zbrodniarza i ofiarę?

Wspomnę jeszcze o wystawie „Kostomłoty” w jedynej parafii neounickiej. Nie tylko odważne kreacje malarskie o tematyce religijnej, ale również ich prezentacja zrobiły wrażenie na odbiorcach. Obrazy rozstawiono tuż przy cerkwi, na trawniku. Portrety świętych rozwieszono niczym chusty, być może jako nawiązanie do słynnej chusty, którą -

jak głosi tradycja chrześcijańska - Weronika otarła twarz Chrystusowi w drodze na miejsce kaźni. Ikony spakowano do walizki, jakby autor tuż po wernisażu wybrać się miał na uliczny kiermasz albo odpust...

Można by tak przez wiele stron opisywać dokonania owej czwórki. Kto był na jesiennym spotkaniu na Wydziale Humanistycznym UPH, ten wie; kto odwiedził choć część wystaw „Ławeczki”, ten również wiedzieć powinien. Dzięki licznym wyjazdom studyjnym - sympozjom udało się każdemu z artystów zyskać bądź zachować świeżość i naturalność, które sprawiają, że chcemy wciąż więcej zobaczyć. Pragniemy „słuchać opowieści” tej czwórki wędrowców, zaglądać w ich dusze.



A Ty? W ilu miejscach byłeś? Ile widziałeś? Czego się nauczyłeś? Wszystko zaczyna się od opowieści, historii. Kilka słów potrafi rozbudzić wyobraźnię, zachęcić, zmotywować, bądź odwrotnie. Codziennie słuchamy cudzych relacji, sami też mamy wiele do powiedzenia. O naszych przeżyciach, emocjach związanych z podróżami, codziennością, o bólach i rozterkach.

Większość ludzi opisuje wszystko słowami, to im wystarcza, jednak artysta nie zawsze potrafi wyrazić uczucia w ten sposób. Może dlatego, że wszystko wydaje mu się większe i istotniejsze? Dlatego chwyta za pędzel. Tak mi się wydaje...

**Katarzyna Malewicz**  
zdjęcia z archiwum grupy „Ławeczka”

### Realizacje „Ławeczki”:

- |  |  |
|--|--|
| 2008 - „Mielnik - Białowieża” - poplenerowa wystawa malarstwa, Galeria Akademii Podlaskiej, Siedlce  | 2011 - „Cisza pamięci” - II Sympozjum Malarskie, Treblinka   |
| 2010 - „Sztukanoc” - <i>Galeria Jednej Nocy</i> , prezentacja obiektów plastycznych w pięciu naczepach typu TIR, w ramach ogólnoeuropejskiej akcji „Noc Muzeów”, Siedlce | 2012 - „Cisza pamięci” - wystawa malarstwa, Muzeum Walki i Męczeństwa w Treblince  |
| 2010 - „Świeżo malowane” - Galeria <i>Wieża</i> , Zamek w Liwie  | 2012 - „Tunel widzimisie” - <i>Galeria Jednej Nocy</i> , wystawa w ramach akcji „Noc Muzeów”, prezentowana w przejściu podziemnym PKP, Siedlce |
| 2010 - „Kreda” - I Sympozjum Malarskie, Mielnik  | 2012 - „Jan Himilbach” - Galeria MDK, Mińsk Mazowiecki   |
| 2011 - „Widzimisie” - <i>Galeria Jednej Nocy</i> , wystawa w ramach ogólnoeuropejskiej akcji „Noc Muzeów” prezentowana na stanowiskach PKS, Siedlce                      | 2013 - Wystawa malarstwa - Galeria <i>MiTo</i> , Warszawa  |
| 2011 - „Kreda” - wystawa malarstwa, Mielnik  | 2013 - „Kostomłoty” - III Sympozjum Malarskie, Kostomłoty nad Bugiem   |
| 2011 - „4 światy” - wystawa malarstwa, Galeria <i>Zadra</i> , Warszawa   | 2015 „Opowieść o El Greco” wystawa w Muzeum Diecezjalnym w Siedlcach   |
| 2011 - „Malarstwo”, Galeria MDK, Mińsk Mazowiecki  | 2016 „Retrospektywa”, wystawa i film w ramach Festiwalu Nauki i Sztuki, Wydział Humanistyczny UPH w Siedlcach.                                 |

## W stronę koloru

Jakiś czas temu Galeria Sztuki „Wystawa” na warszawskim Żoliborzu zatrzęsa się wibracjami tysięcy wielobarwnych tonów. Wydobywały się z prezentowanych w jej wnętrzu fotografii, tkanin i strojów. Efekt rozdygotanej koloryzmem przestrzeni był wywołany prezentacją zjawiskowej kolekcji Chi-Chi Ude, której motywem przewodnim stały się garnitury.

Część śmiałych realizacji można było podziwiać bezpośrednio, resztę w obiektywie cenionych fotografików: Konrada Cioka, Panny Tutli Putli, Wiktora Franko. Dopelnieniem i zarazem wisienką na torcie były prace Tomka Sikory - owoc współpracy z artystką przy cyklu zdjęć opatrzonych tytułem „Tribute to Colours”. W rzeczy samej, ten konglomerat sztuk to ukłon w stronę koloru, o czym warto napisać.

Projektantka i wizjonerka z metafizycznym zacięciem, która wciela nowatorskie pomysły z pietyzmem i pieczołowitością. Tak najkrócej można określić Chi-Chi Ude, która swój warsztat kształci pod okiem profesorów z Łódzkiej Akademii Sztuk Pięknych na Wydziale Tkaniny i Ubioru. Ale to zdecydowanie za mało, by określić artystkę, której projekty niczym magnes przyciągają coraz większe rzesze zwolenników.

I nic dziwnego! Chi-Chi Ude wypracowała niepowtarzalny styl, pozostający w zgodzie z własną osobowością, tożsamością kulturową i postrzeganiem świata. Wszystkie jej realizacje cechuje autentyzm i świeżość w doborze zastosowanych rozwiązań, dopiero co odkrywanych na rodzimym gruncie.

Początkowo muzą dla artystki była **Marynarka**, teraz przyszedł czas na **Garnitury**. Nazwa wystawy „Preludium” stanowi więc zapowiedź dalszych dokonań w tej sferze. Choć wydawać by się mogło, że już wszystko na ten temat powiedziano w branży odzieżowej, Chi-Chi Ude burzy ten porządek, dając widzom coś, co odmienia ich spojrzenia na tzw. klasykę gatunku. Tektonika ubioru to już nie tylko forma podkreślona kolorem, lecz żywa materia przesycona menażerią barw i wzorów, układających się na jej płaszczyźnie swobodnie i naturalnie. W istocie, powstała całkiem nowa jakość podlegająca nie tylko projektowym dociekanom, lecz także ideowym rozważaniom.

Czerpanie z nieograniczonego źródła własnych doświadczeń i przeżyć to największa inspiracja dla artystki. Przebłysk impulsu twórczego jest chwilą zrodzoną nawet w trakcie codziennych czynności. Gdy dojdzie do



ureczywistnienia koncepcji, możemy być pewni, że efekty tej pracy będą zaskakujące. I nie ma w tym żadnej przypadkowości, bo wszystko dopracowane jest w najdrobniejszych detalach.

Punktem wyjścia do działania w sferze materii jest staranny dobór materiałów. Bywa, że tkaniny, z których powstają kreacje, wywodzą się z odległych krain wielobarwnych kontrastów: Afryki, Dalekiego Wschodu, Ameryki. Skondensowane odcienie barw, finezyjne hafty, etniczne kształty, orientalne wzory to dziedzictwo, które objawia się w strukturach ubiorów artystki. Część wzorów to koncepcje autorskie, powstałe w drodze własnych przemyśleń i eksperymentów.

Wpływ tych impulsów sprawia, że w strojach dominują motywy floralne i geometryczne. Układają się na tkaninie niczym szlachetne kamienie w wielobarwnej mozaice, w której kolor odgrywa decydujące znaczenie.

Projekty stanowią idealne ureczywistnienie koncepcji Kandinskiego - systemu wiążącego kolory z kształtem figur geometrycznych, przypisującego im brzmienie, i brzmienia te łączące w symfonię barw. Nie ma co do tego



wątpliwości! A „Preludium” to kwintesencja tego symfonicznego zespolenia.

W tak zgranym repertuarze forma odgrywa równie istotną rolę, lecz przybiera minimalistyczne oblicze. Dlatego artystka, niczym rozjemca w sporze, w sposób wręcz doskonały godzi ekstrawagancję z elegancją i klasyką. A unikatowe połączenie tych wszystkich cech potęguje

piękno świata zmysłowego, zaklętego w kreacjach.

Dlatego niniejszy tekst stanowi „Tribute to Chi-Chi Ude”!

tekst i zdjęcia: **Anna Rudnicka**

## Kto powiedział, że artyści... albo w obronie sztuki abstrakcyjnej

**Krytyka wylała wiadro pomysł na ten spektakl\*, nie szczędząc przy tym nikogo. Na ławie oskarżonych znalazł się każdy, kto przyczynił się do jego realizacji: autor sztuki, reżyserka, scenograf, dźwiękowcy, aktorzy. Najgorzej, że bezmyślna fala ocen dotknęła także bohatera, a tu w roli głównej nie kto inny jak Mark Rothko. Artysta o usankcjonowanej w świecie sztuki pozycji, którego nagle postanowiono strącić z piedestału.**

Oj, niech się strzeże, kto tak czyni. Bo gdy wydaje się wyrok skazujący, to trzeba mieć mocne argumenty. A tu najzwyczajniej ich zabrakło. Kląpą okazał się więc nie tyle spektakl, co ocena malarstwa przez krytyków teatralnych, mimo że i to sztuka, i to. Żeby chociaż raz w tych dywagacjach pojawiły się określenia: „color field painting” czy ekspresjonizm abstrakcyjny, to przynajmniej byłoby wiadomo, że nobliwi recenzenci z binoklem na nosie wiedzą, o czym piszą.

Co więcej, niektórzy zdobyli się na zwierzenia typu: „Czas na wstydlive wyznaczenie: lubię obrazy Marka Rothki. I więcej jeszcze: nie wiem, czemu je lubię”. O zgrozo! Doprawdy? W takim razie nie pozostaje nic innego, jak pogratulować tak odważnego przyznania się. A na marginesie, ciekawe, czy wstydzą się także Ci, co wydają na te obrazy miliony? Albo domy aukcyjne z Christie's na czele, które je wystawiają?

Ale, żeby nie było całkiem negatywnie, dopatrzono się także pozytywów. To fakt, że sztukę napisał hollywoodzki scenarzysta, ten od *Skyfall*. O tak! To zdecydowanie najważniejsze, aby podkreślić pochodzenie autora. W końcu uwielbienie dla Zachodu i USA to nasza narodowa przypadłość. Widać, że niektórym wciąż się marzy „american dream” albo udział w szybkich filmach akcji.

I może o to poszło, że nie ma „sensation”, nagłych zwrotów akcji i aktora rodem z „Holiud”. Za to jest dwóch



i to rodzimych. Są krzyki. Padają niecenzuralne słowa. I dobrze. Samo życie. W końcu zrozumieć los artysty to też sztuka. A jeszcze większa - z niej przeżyć.

Sam Rothko coś o tym wiedział przyjmując lukratywne zlecenie na wymalowanie płócien przeznaczonych do ekskluzywnej restauracji *Four Seasons* w nowojorskim Seagram Building. I właśnie ten epizod posłużył do stworzenia konstruktywnej fabuły, bądź co bądź opartej na wątkach biograficznych, lecz w nie mniejszym stopniu traktującej o dokonaniach całego pokolenia artystów, ich światopoglądzie, o szybko zachodzących przemianach w sztuce XX stulecia. *Chapeau bas* dla pomysłodawców spektaklu, że to wszystko udało się uchwycić w jednym przedstawieniu, rozegranym na dwa głosy na niewielkiej scenie.

Tylko tyle, że nie każdy docenił. A ilu zrozumiało? A szkoda, bo ten świetny scenarzysta od *Skyfall* najwidoczniej wiedział, co robi, powołując do życia swoich bohaterów. Jeden z nich to przedstawiciel pierwszego pokolenia szkoły nowojorskiej M. R., drugi to początkujący malarz Ken, który przemawia głosem młodej generacji artystów, krytyków i całej rzeszy malkontentów, którzy chcieliby „urobić sztukę” na własne potrzeby. Gra toczy się wokół ich rozmów. W nich odzwierciedla się sens tego, co jawne. Reszta pozostaje w sferze domysłów, ukryta między słowami.

Już przy pierwszym spotkaniu mistrza z uczniem obserwujemy zderzenie dwóch odmiennych światów i zawartych w nich różnic światopoglądowych oraz postaw. W pewnym sensie możemy mówić o starciu, z którego Rothko wychodzi zwycięsko.

To prawdziwy *homo universale*, odczytany w dziełach teoretyków, myślicieli i teologów: od Platona, przez Nitzcheho, po Schopenhauera. Co więcej, nie tylko doskonale znający dzieła sobie współczesnych twórców, ale i wielkich mistrzów malarstwa. I nie ma najmniejszego znaczenia, że w tej konfrontacji młody artysta wypada blado. Istotne jest, że ekspresjoniści, mimo iż byli wicherzycielami spokoju, rewolucjonistami trzującymi się nad wypracowaniem własnego języka form, uznawali całe to dziedzictwo pokoleń.

Lecz o te nowe środki wyrazu sprawa się toczy. O narodziny Abstrakcji, której pojawianie się bywa kojarzone z zerwaniem dawnej tradycji i zawiązaniem nowej. Nic bardziej złudnego. Bo w istocie możemy mówić o zerwaniu, lecz nie z tradycją, a z zasadą mimesis - naśladownictwa natury.

W końcu kto powiedział, że artyści mają zawsze ją odtwarzać? Ileż to jeszcze ma powstać figur świętych, scen rodzajowych i martwych natur? Czy nie wystarczy, że przez stulecia dochodzili do prawdy o świecie i człowieku poprzez wierne ich naśladownictwa? Czy nie należy im się prawo decydowania o tym, w jaki sposób mają się realizować twórczo? I czy sztuka ma być zawsze taka sama? Przewidywalna, powtarzalna, taka, jak ją znamy z autopsji?

Przewrót jednak nastąpił, a jednym z tych, którzy szli na czele rewolucyjnego pochodu był **Wassily Kandinsky**. Nomen omen, określenia „ekspresjonizm abstrakcyjny” po raz pierwszy użyto właśnie w odniesieniu do prac tego artysty, który około 1911 roku zarzucił malarstwo przedstawieniowe. Podobnie zresztą uczynili abstrakcjoniści, tyle tylko, że kilkadziesiąt lat później.

Dowodem na to, symboliczne, figuratywne sceny Rothki, ukazujące poczucie wyobcowania człowieka w metrze, czy na ulicach wielkiego miasta. I niech ugryzie się w język ten, kto określa go mianem malarza bohomasów. Przejście na język abstrakcji było świadomym wyborem, a nie brakiem umiejętności.

### Rozstaniem z ową MIMESIS...

o której zresztą rozprawiali najwięksi. Żeby tylko Platon i Arystoteles! Lecz o zerwaniu z Nią pierwszy wspominał ten, którego nazwisko przywoływane jest w spektaklu, a na pewno ktoś wywodzący się z kręgu abstrakcjonistów, kogo doskonale znał Rothko. Mowa o **Jacksonie Pollocku**, który twierdził: „Wydaje mi się, że współczesny malarz nie może wyrazić swoich czasów - samolotu, bomby atomowej czy też radia - za pomocą dawnych technik renesansu lub też jakiegokolwiek innej epoki. Każdy wiek musi odnaleźć swoją technikę”.

Czy była w tym słuszność? Z pewnością tak! Świat ciężko doświadczony okrucieństwami II wojny światowej, zagładą Hiroszimy i Nagasaki zmienił się nieodwracalnie. Podobnie jak człowiek, który odegrał kluczową rolę w tej machinerii zniszczenia.

Nic więc dziwnego, że artyści zaczęli poszukiwać nowych środków wyrazu, za pomocą których mogliby oddać ducha zmieniających się czasów. I niekiedy ich drogi wiodły w różnych kierunkach, jak to było u Rothko i Pollocka. Bo gdy jeden do końca pozostał posłuszny prawom rozumu oraz intelektu, drugi - całkowicie poddany emocjom - skłaniał się ku romantycznej interioryzacji.

Ta odmienność konstytuuje charakter sztuki abstrakcyjnej w ogóle. Istniały bowiem dwie tradycje formalne. Pierwsza - zakorzeniona w tendencjach geometryczno-strukturalnych, druga - posługująca się formą organiczną i biomorficzną. Twórcom spektaklu zależało raczej na pokazaniu różnic, niż tego, czy faktycznie Rothko z Pollockiem się nie lubili.

Szczęśliwie jednak obaj doczekali się sławy i to jeszcze za życia. Kiedy Rothko przyjmował zamówienie opiewające na zawrotną sumę, ekspresjoniści byli na topie i jedyne, czego pragnął, to by jego obrazy wstrząsnęły odbiorcami. I może dlatego tym większe było rozczarowanie, gdy podczas odwiedzin w *Four Seasons* uświadomił sobie, że ludzie, którzy wydają tak ogromne pieniądze na jedzenie, nie doceniają jego dzieł.

Zrezygnowany, odstąpił od ukończenia zlecenia. I słusznie! W końcu trudno posądzać ten cały establishment o to, że jeszcze będzie się dopatrywać głębszego sensu w obrazach, które wymagają refleksji i kontemplacji.



I jeśli czegoś zabrakło Markowi Rothko w tamtym okresie twórczości, to tupetu, jaki posiadał **Marcel Duchamp** naigrawający się z tych wszystkich ignorantów i hipokrytów. Kiedy pokazał swoją „Fontannę”, jasno zakomunikował wszystkim: Ja jestem artystą i jeśli mam takie życzenie, aby ten obiekt był dziełem sztuki, to nim będzie! Szybko podchwyciło. W końcu artyści mogli na dobre wyzwolić się spod presji i przymusu tworzenia pod publiczność. A w latach 50. silniej, niż kiedykolwiek zaczęli podkreślać swoją indywidualność tak, że krytyka szalała.

Bardziej jednak niż krytyków, Rothko obawiał się przedstawicieli młodego pokolenia, którzy niepokornie zaczęli wdzierać się na nowojorską scenę artystyczną z własnymi postulatami. Moment ten doskonale oddaje ducha epoki, kiedy nowopowstałe prądy i nurty, nim na dobre ugruntowały swoją pozycję, już musiały ustępować miejsca kolejnym.

Sztuka XX stulecia podlegała szybkim przemianom. Kto jak kto, ale artyści nie byli na to przygotowani. I kiedy w październiku 1962 roku galeria **Sidneya Janisa**, uprzednio wspierająca kariery ekspresjonistów, przyciągnęła uwagę odbiorców wystawą „Nowi realiści”, już widziano zapowiedź nowego. Zaprezentowane zostały na niej prace ponad 40 europejskich i amerykańskich artystów, w tym m.in. **Roya Lichtensteina, Oldenburga i Warhola**. Obawy Rothko okazały się więc w pełni uzasadnione. Już zbliżało się nowe.

Spektakl kończy się tym, że młody adept sztuki zostaje zwolniony przez swojego nauczyciela. Musi opuścić pracownię. Mimo konfliktu i sprzeciwów ostatecznie jednak rozstają się w zgodzie. Jest w tym zawarty metaforyczny przekaz, jak wiele zawdzięcza swojemu mistrzowi. Tak jak cała generacja po abstrakcjonistach, która nie odrzuciła ich dobytek całkowicie. A nawet miała dla nich szacunek, choć sztuka bardziej, niż kiedykolwiek zaczęła zbliżać się do życia.

Ułatwiło to m.in. przeniesienie zasady „areny do działania” w przestrzeń, stąd **Kaprow** otwarcie nawiązywał do twórczości Pollocka. Rothko zaś przeniósł proces twórczy w sferę rozmyślań i transcendencji. Dlatego niepodobna się zgodzić, że malarstwo abstrakcyjne jest „dowodem głębokiego duchowego omdlenia naszych czasów”.



Wręcz przeciwnie. Sztuka XX stulecia zaczęła angażować odbiorców bardziej niż kiedykolwiek. A zubożeni stają się ci, którzy chcieliby oglądać jedynie „obrazki” nie pojmując, że zarówno malarstwo przedstawieniowe, jak i abstrakcyjne wymaga głębokiego zrozumienia na wielu różnych poziomach.

Dlatego niepodobna stawiać sztuki figuratywnej w opozycji do tej drugiej, uznając wyższość jednej z nich. Obie mają równorzędne racje do współistnienia.

Czy warto wybrać się na spektakl? Oceńcie sami.

**Anna Rudnicka**

\*John Logan „Red”, reż. Agnieszka Lipiec-Wróblewska, premiera 21 listopada 2014, Teatr Dramatyczny w Warszawie

## Czekając na słowo...

**Wydawać by się mogło, że dzisiaj poezja nie pełni ważnej roli. Pogląd taki w dużej mierze reprezentuje młodzież, która doskonale pamięta swoją szkolną niechęć do twórczości Mickiewicza czy innych klasyków.**

Na przykładzie Norwida lub Sylvii Plath widać, że twórczość bywa doceniana dopiero po śmierci autora. Trzeba więc umrzeć, by wzbudzić zainteresowanie swoimi dziełami? Jest to perspektywa, która przyprawia o dreszczyk...

Kto dzisiaj czyta wiersze? Kto je pisze i jaki ma z tego pożytek? W październiku uczestniczyłam w spotkaniu sympatyków poezji naszego miasta i regionu, zorganizowanym przez siedlecki oddział Towarzystwa Literackiego im. Adama Mickiewicza we współpracy z redakcją *Kuryera Uniwersyteckiego*. W recytowaniu utworów własnych oraz wybranych przez siebie autorów

brali udział: Iwona Cymerman, Artur Rogalski, Robert Konca oraz niżej podpisana. Po ich wysłuchaniu nastąpiła żywa dyskusja na temat potrzeby czytania i pisania poezji.

Pisanie wierszy nie stanowi łatwego zadania. Można spotkać się z opinią, że jest to wywlekanie bólu egzystencjalnego. Trudno się z tym nie zgodzić. Celnym przykładem są chociażby *Treny* Jana Kochanowskiego.

Również i ja traktuję poezję jako formę terapii, wyrzucenia z siebie negatywnych emocji, a także nagromadzonego cierpienia. Czytanie i pisanie wierszy to czynności bardzo intymne. Trudno czasem uzewnętrznić się przed drugą osobą, łatwiej coś napisać, ale na słowa trzeba poczekać, bo nie przychodzą od razu, nie są „na zawołanie”. Po prostu siedzą w głowie w kolejce na swoją chwilę.

Największy pożytek z poznawania i przeżywania poezji mają chyba ci, którzy sami ją tworzą. W utworach





**Artur Rogalski**

innych autorów znajdują inspirację i odbicie własnych przeżyć: oto ktoś idealnie ujął to, co sami czują.

Wydaje się, że niewielu ludzi czyta poezję z wewnętrznej potrzeby. Większość kojarzy ją raczej z nudnymi lekturami

szkolnymi. Wiele osób twierdzi wręcz, że nie rozumie wierszy i nie widzi powodów, aby to zmieniać. Nie chcą wiedzieć, że na *Stepach akemańskich* poezja się nie kończy? A może odbieranie poezji zależy od wrażliwości osobistej? Może zanika potrzeba czytania w ogóle? Chciałabym wierzyć, że tak nie jest.

Na moje wątpliwości niech spróbują odpowiedzieć także poeci. Wybrałam dwa utwory: Władysława Broniewskiego oraz siedleckiego poety Artura Rogalskiego.

**Sylwia Potiopa**, studentka pedagogiki

**Robotnik z Radomia**

*Nie wiem, co to poezja,  
nie wiem, po co i na co,  
wiem, że czasami ludzie  
czytają wiersze i płaczą,  
a potem sami piszą,  
mozolnie i nieudolnie,  
by od dławiącej ciszy  
łkające serce uwolnić.*

(Władysław Broniewski,  
Poezje, Wyd. Lubelskie 1988, s. 256,

<https://poema.pl/publikacja/50411-robotnik-z-radomia>)

**Odbicia**

*wspomnienia i sny  
mieszają się  
jestem skazany  
na bezpowrotną utratę  
rzeczywistości  
co wydarzyło się naprawdę  
a co w snach  
nie znajduję już odpowiedzi  
pozostała po tamtej stronie  
w mieście dwóch księżyców  
mrocznym odbiciu  
bytów dotykanych  
kiedy krążę po jego ulicach i zaułkach  
chwilami wydaje mi się  
że znajduję wyjaśnienie  
zagmatwanej mitologii  
zwierciadeł  
ale zawsze brakuje jednego kroku  
i realność ocala tajemnicę  
pozostaje tylko smak  
gorzkiego przebudzenia*

(Artur Rogalski w: *Rzeki epizodyczne*,  
Wyd. Kozirzynek, Radzyń Podlaski 2009,  
s. 62)

## Dzieci doktora Korczaka

**W 1912 roku dyrektorem Domu Sierot przy ulicy Krochmalnej w Warszawie został Janusz Korczak (Henryk Goldshmit), nazywany też Starym Doktorem. Był lekarzem, żołnierzem, pisarzem, pedagogiem, społecznikiem...**

Jednak w zbiorowej pamięci trwa przede wszystkim jako opiekun dzieci, który 5 sierpnia 1942 r. wymaszerował wraz z nimi na Umschlagplatz. Razem z podopiecznymi i Starym Doktorem w hitlerowskim obozie zagłady w Treblince została zamordowana Stefania Wilczyńska, naczelną wychowawczyni Domu Sierot. Czy pamiętanie głównie o tym, jak zginął Stary Doktor, a zapominanie o jego wyjątkowym dorobku pedagogicznym i literackim jest sprawiedliwe?

Niedawno na wyprzedazy garażowej w moje oczy rzuciła się niewielka książka autorstwa Israela Zynghmana „Dzieci doktora Korczaka”. Jako studentka pedagogiki nie mogłam przejść obok tej pozycji obojętnie; nabyłam ją za całe 2 zł...

Zynghman, zwany w Domu Sierot Staśkiem, był polskim Żydem, wczesne dzieciństwo spędził na

warszawskiej Pradze. Z powodu ogromnych trudności wychowawczych, jakie sprawiał samotnej matce, trafił pod opiekę Korczaka. Po latach Stasiak napisał w języku polskim, wydaną w Tel Awiwie, książkę „Janusz Korczak wśród sierot”. Za zgodą autora na jej podstawie opublikowano „Dzieci doktora Korczaka”.\*

Przejście do Domu Sierot nie było dla chłopca łatwe, tym bardziej że - jak wyznaje - nazwisko tamtejszego opiekuna nic mu nie mówiło, a wyobraźnia co rusz podsuwała sceny z domów poprawczych. Obawy przed zimną pryczą zostały jednak szybko rozwiane. Stary Doktor powoli zdobywał zaufanie nowego podopiecznego, a Stasiak ze zdumieniem odnotowywał jego wielką troskę, jaką otaczał wychowanków.

Z zaskoczeniem obserwował, jak wiele doktor poświęcał mu uwagi, mimo iż żadnego z dzieci nie faworyzował, odnosił się do wszystkich jednakowo. Powodem, dla którego Israel często gościł w pokoju doktora, był „zaszczyt ulicznego zepsucia” oraz wątłe zdrowie chłopaka. Korczak szybko odkrył w nim talent do opowiadania historyjek z wczesnego dzieciństwa. Kilka z nich ukazało się w redagowanym przez dzieci „Małym Przeglądzie” -





cotygodniowym dodatku do gazety warszawskiej „Nasz Przegląd”.

Interesująca jest historia szczygła, trzymanego przez chłopca w klatce. Korczak wypowiada ważne słowa do policjanta, który wypuścił ptaka i przyprowadził z a p ł a k a n e g o S t a ś k a n a K r o c h m a l n ą: *Prawa dla dorosłych nie mogą być stosowane do*

*dzieci, dla nich istnieją inne prawa i inne sądy (...). Wpajamy w nich miłość do człowieka i wiarę w jego dobroć. Zrozumienie, poważanie i szacunek dla władz, a pan jednym machnięciem rozbił to, co kosztowało tyle trudu. Stróż, w ramach przeprosin, schwytał szczygła i zwrócił właścicielowi.*

Oczywiście, wychowawcy nie chodziło o to, aby więzić biednego ptaka. Chciał w ten sposób wytłumaczyć chłopcu, że szczygłowi należy się wolność, a gdyby sam go wypuścił, efekt byłby pozytywny. Tak też się stało - pod wpływem mądrego opiekuna Stasiek rozumiał, że niespokojne zachowanie szczygła świadczyło o jego wielkim cierpieniu. Jak pisze: *Ogarnął mnie rodzaj satysfakcji, jakiej dotychczas nie doznałem nigdy, gdy sam otworzył drzwi klatki.*

W Domu Sierot Stasiek nawiązał kilka wartościowych relacji. Jedną z nich była znajomość z Esterką - czternastoletnią dziewczynką o „nieprzeciętnej cygańskiej urodzie”, która zawsze okazywała mu dobroć oraz swoją przychylność. Pewnego jednak razu chłopiec wyrządził Esterce przykrość mocno pociągając ją za włosy. Wylądował za to u doktora Korczaka na dywaniku.

Wychowawca zwrócił mu uwagę, że odpłacanie złem i chamstwem za dobro i przysługi jest wykroczeniem moralnym. Dziewczynce należała się wdzięczność, której on, Stasiek, nie okazał. Wdzięczność zachęca do dobra, zaś niewdzięczność do zła: *Jest więc naszym obowiązkiem za dobro odpłacać dobrem.* Po tych słowach chłopiec zdał sobie sprawę *jak dalece niegodziwy był (jego) stosunek do Esterki* i zrobiło mu się przykro. Mądre słowa Janusza Korczaka otworzyły oczy Israelowi - Staškowi na głębsze znaczenie własnego zachowania.

W „Dzieciach doktora Korczaka” znajdzie czytelnik wiele innych historii o życiu w Domu Sierot oraz ich cha-

ryzmatycznym wychowawcy. Nie ulega wątpliwości, że pragnął on, by w pamięci i praktyce potomnych przetrwały przede wszystkim jego idee pedagogiczne.

\*

Israel Zygman trafił do Domu Sierot około 1928 r.; miał wtedy 10 lat. Nie wiemy, jak długo tam przebywał, ale przeżył Holocaust i osiadł w Izraelu. Jako dorosły człowiek docenił metody wychowawcze Janusza Korczaka, które polegały na traktowaniu dziecka jak partnera i poszanowaniu jego godności. Stary Doktor odrzucał, stosowany powszechnie i dzisiaj, przymus. Zamiast tego rozmawiał z każdym dzieckiem (miał ich w tamtym czasie 120), by mogło zrozumieć i zaakceptować obowiązujące w Domu zasady. Dzięki temu Israel - Stasiek nauczył się prawdomówności, rozwiązywania konfliktów bez używania przemocy (m.in. za pośrednictwem sądu koleżeńkiego), odpłacania dobrem za dobro, dbania o swoje rzeczy i zdrowie.

Korczak chciał, by dzieci były świadome nie tylko swoich obowiązków, ale i praw, by wiedziały, że władza wychowawców nad nimi nie polega na samowoli, lecz że wszyscy nawzajem powinni się szanować. Dlatego sam kiedyś poddał się procedurze dziecięcego sądu, prowokując pewną sytuację, którą opisał autor wspomnień. Powołał się także na jedną z fundamentalnych prac Korczaka: Jak kochać dziecko? (miała kilka wydań), w której pedagog uzasadnił swój postulat respektowania praw dziecka. Podstawowym jest prawo do miłości, z niego zaś wynika poważne traktowanie i sprawiedliwe rozważanie jego spraw i potrzeb.

Krytycy metod Janusza Korczaka zarzucali mu, że wychowywał dzieci do życia w idealnym świecie, czyniąc je nieraz bezbronnymi wobec powszechnego zła i przemocy. Historia Israela - Staška Zygmana przekonuje, że dobro doświadczane przez dziecko ze strony dorosłych trwa i jest przekazywane następnym pokoleniom.

**Sylvia Potiopa**, studentka pedagogiki

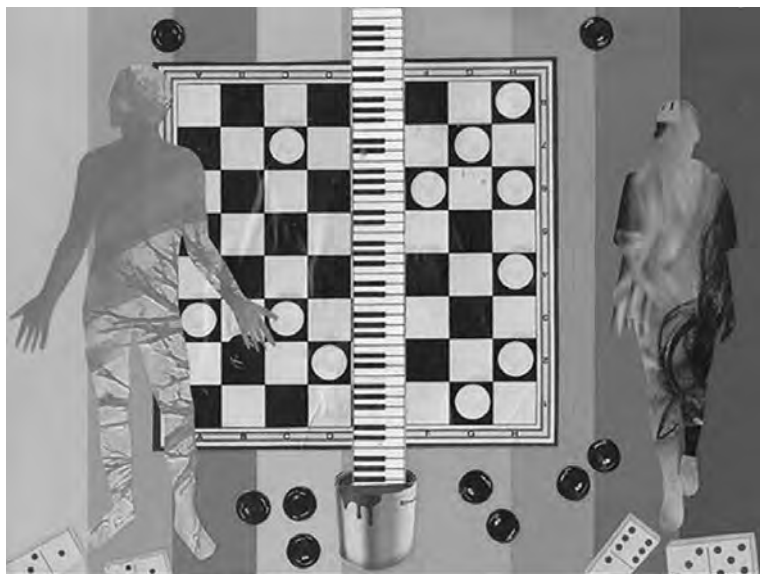
\*Israel Zygman (Stasiek), Dzieci doktora Korczaka, IW „Nasza Księgarnia”, Warszawa 1989



fol. Krzysztof Mazur

**Obóz zagłady w Treblince, symboliczny kamień upamiętniający śmierć ofiar**

Justyna Dziadak, kolaż



*Między innymi*

## że to może nadzieja

nie zasypiam już ze znakiem krzyża  
na ramionach  
więc bądź moją obroną  
czytaj mi najpiękniejsze historie  
o początku i końcu  
świata w nas  
bo myśli nietrwałe są zawsze  
jak okruch chleba  
a rzeczy które trwać będą wiecznie istnieją tylko  
tam  
gdzie księżniczki, żaby i pocałunki

chciałabym ci tyle powiedzieć  
o tych mało istotnych rzeczach  
o zdobywaniu szczytów z językiem na wierzchu  
mostach  
kotach i psach  
sierści na twoim ubraniu  
o międzyludzkich domysłaniach

## potulanki

dziwne dziewczynki  
zamknięte w ciałach kobiet  
filigranowych o wąskich biodrach  
obserwują świat  
przez niebieskie szybki  
na słomiankach zawieszają  
rozkłady jazdy  
cytują je lirycznie  
*urodziliśmy się, istniejemy, odejdziemy*  
prostymi słowami uczą się  
wypełniać życie  
w snach prowadzą drugie  
chodzą w nim w miejsca gdzie pod butami  
znajdują obrazki świętych  
potem aniołom kradną trampoliny  
by w najwyższym punkcie nieba  
budować schrony

Justyna Dziadak

## O nabieraniu życia

To żadne fajerwerki, dzwony, czy kolorowe baloniki.  
To kuchnia, stół i porcelanowa zastawa, a przy nich co-  
dzienne małe akty oddania z bezgłośnym „chcę”.

Uzmysłowił sobie pisząc te słowa, że choćby były - w  
zależności od potrzeby - najbardziej wyrafinowane, dosad-  
ne czy tkliwe, nie są w stanie oddać istoty uczucia, które  
chciał opisać. To, co najprawdziwsze jest niewypowiadal-  
ne - dzieje się poza słowami w hermetycznie zamkniętym  
obwodzie czucia, wyłącznie między dwojgiem.

Pomyślał też, że próba uchwycenia intymnej relacji  
mogłaby odbiorcę znudzić lub wywołać u niego pełen po-  
litowania sarkastyczny chichot. Postanowił więc znowu  
obserwować Małgorzatę przez okno nie wychodząc jednak  
z pościeli, w której wyczuwał zapach jej szamponu i papie-  
rosów, które paliła w ilości dla niego niedopuszczalnej.

Widzi ją na huśtawce nad jeziorem bardzo Żywym.  
Siedzi bokiem z nogami wzdłuż siedzenia, wyraźnie

odprężona. Ma na sobie tę niechlujną lnianą sukienkę, za to  
kok jak zwykle upięła nienagannie. Przyglądanie się  
dłuższą chwilę jak naturalna i mesmeryczna jest sama ze  
sobą sprawia, że chciałby być bliżej niej. I gdy opuszkiem  
palca, przez szybę prawie dotyka włosów Małgorzaty,  
zaczyna padać deszcz, a ona zrywa się pospiesznie  
zakrywając książkę w czerwonej okładce. On zostaje przy  
oknie zdumiony grą, która rozgrywa się na powierzchni  
szyby - niektóre krople niczym plemniki z wydłużającymi  
się ogonkami pędzą ku następnym, by wnikać w nie i  
powiększyć. Z kolei nowe krople porywają inne i po  
przepłynięciu w dół rozbijają się na kolejne. Fascynuje go  
ten dramat - ma w sobie coś z życiowej przyziemności.

- Kochanie... - dobiega go zza pleców.

Tak bardzo nie chce mówić wprost - stukocze mu w  
głowie.

Justyna Dziadak



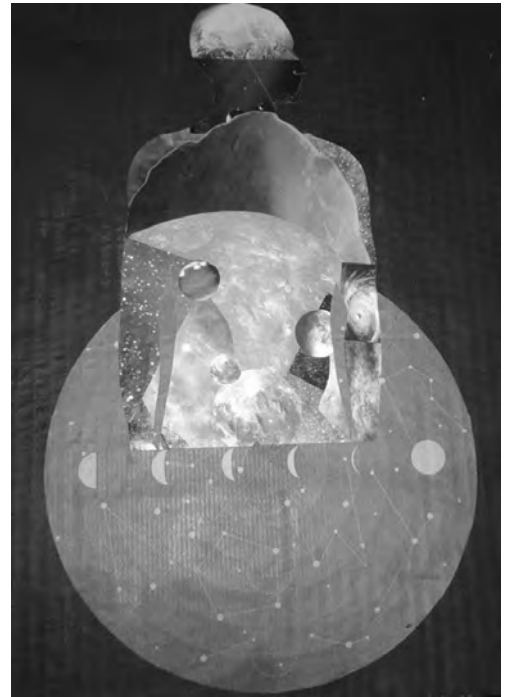
## Paranoja

Jest taki rodzaj strachu, który przyprawia cię o mdłości - kiedy to własny cień rośnie do rozmiarów grizzly, a białe łaty na kocu zdają się świecić. Wtedy nie wiesz właściwie nic, czujesz tylko nieznośny ból naprężających się nerwów. Męczarnią staje się każdy wdech i wydech a jednocześnie paraliżuje cię myśl, że może cię nie być, a świat dalej będzie toczył się po orbicie utartych spraw, tyle że już bez twoich paranoi. I oddałbyś wiele, by ktoś wszedł w twoją głowę z własnym dystansem i powiedział ci, kim właściwie jest człowiek, którym jesteś, co jest w nim prawdziwe?

I obiecujesz sobie nigdy więcej nie pić kawy przed snem.

Justyna Dziadak

Justyna Dziadak, kolaż



*I wybuchł*

### STUDENCKI OŚRODEK DZIAŁAŃ KULTURALNYCH „LIMES”

Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach

ogłasza

## XL KONKURS LITERACKI

Konkurs odbywa się w dwóch kategoriach:

- **poezji** - zestaw 5 wierszy lub poemat **do 15 stron znormalizowanego maszynopisu**
- **prozy** - mała forma prozatorska **do 20 stron znormalizowanego maszynopisu**

TREŚĆ I FORMA UTWORÓW DOWOLNE

Za najlepszy utwór związany tematycznie z Siedlcami może zostać przyznana nagroda specjalna.

Oddzielnie rozpatrywane będą prace studentów, prosimy więc zaznaczyć to na kopercie informacją „Student”

Prace konkursowe, nigdzie niepublikowane i nienagradzane, w 4 egzemplarzach maszynopisu, **opatrzone godłem, wraz z kopertą podpisaną tym samym godłem i zawierającą imię, nazwisko i dokładny adres autora** (prace niespełniające tych warunków zostaną pominięte), należy nadsyłać **do 31 marca 2017 r. na adres:**

STUDENCKI OŚRODEK DZIAŁAŃ KULTURALNYCH „LIMES”

ul. 3 Maja 49

08-110 Siedlce

z dopiskiem XL Konkurs Literacki

Ogłoszenie werdyktu Jury powołanego przez organizatora i rozdanie nagród odbędzie się jesienią 2017 r.

Konkurs odbywa się pod patronatem PREZYDENTA MIASTA SIEDLCE

Nagrodzone i wyróżnione prace zostaną opublikowane w pokonkursowym wydawnictwie zwartym.

## Zaproszenie na konferencję



Koło Naukowe Dietetyków działające przy Katedrze Dietetyki i Oceny Żywności Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach ma zaszczyt zaprosić na **II Ogólnopolską Konferencję Naukową „Żywność - zdrowie - technologia - dystrybucja”** pt. „Czynniki wpływające na rozwój młodego człowieka”, która odbędzie się **2 marca 2017r. o godzinie 9:00** w auli budynku UPH przy ul. B. Prusa 12.

Konferencja skierowana jest do praktyków, naukowców, doktorantów i studentów interesujących się szeroko pojętym tematem żywności.

Ze względu na jej interdyscyplinarny charakter zapraszamy studentów różnych kierunków, w szczególności: dietetyka i żywienie człowieka.

### Zakres tematyczny konferencji:

I sesja - „Żywienie dziecka zdrowego”

II sesja „Żywienie dziecka chorego”

III sesja „Wpływ jakości i bezpieczeństwa żywności na rozwój młodego człowieka”

### Rejestracja:

- do 15 lutego 2017 r. należy przesłać formularz zgłoszeniowy

- do 15 lutego 2017 r. należy dokonać opłaty rejestracyjnej; po opłaceniu prosimy o przesłanie potwierdzenia na adres: [zztd.2017@gmail.com](mailto:zztd.2017@gmail.com), w tytule e-maila wpisując: IMIĘ, NAZWISKO oraz OPŁATA.

WAŻNE: Faktura musi być wystawiona na osobę BIORĄCĄ udział w konferencji (bądź uniwersytet), a nie na osobę wpłacającą.

### Kontakt:

[zztd.2017@gmail.com](mailto:zztd.2017@gmail.com)

<https://www.facebook.com/knd.uphsiedlce>

Marta Warpas, Komitet Organizacyjny

## Prawdziwe oblicze kuchni staropolskiej



Świat kuchni to niedzwony element naszej kultury. Jest bogaty, żywy, pełen zapachów i smaków. A z czym kojarzy się kuchnia staropolska?

Większość Polaków zgodnie odpowie, że ociekała tłuszczem, była mało zróżnicowana, oparta na wieprzowinie, potrawach mącznych i ciężkich zupach. Nic bardziej błędnego, kuchnia ta wcale nie wymagała góry tłustego mięsiva.

Kuchnia staropolska swój rozkwit przeżywała w I Rzeczypospolitej, czyli przed zaborami. Gdy zerkniemy do przepisów z tej epoki okaże się, że kuchnia staropolska nie przypomina swojskiego jedzenia z XX wieku. Daleko jej do produktów dzisiejszego agrobiznesu.

Kuchnia ta była oparta na długim, surowym poście, który wykluczał nie tylko mięso, ale też tłuszcze typu masło (zastępowane wtedy olejem lnianym), jaja, sery, mleko, czy śmietana. Wbrew naszemu wyobrażeniu, kuchnia ta była zróżnicowana, jedzono wiele rodzajów kasz, warzyw, kiszzonek, bobu, grzybów, a przede wszystkim ryb.

Od wieków ryba była polską specjalnością. Już w pierwszej polskiej książce kucharskiej znajdujemy szereg przepisów na ryby. Potrawy z karpia były tańszą wersją dań ze szczupaka. Jadłospis w dużej mierze determinowany był przez obyczajowość katolicką, która narzucała wiele postów, zatem kuchnia rybna była wtedy jedną z podstaw żywienia, z niej słynęliśmy w Europie.

Ponad wszystko polska kuchnia pokochała przyprawy korzenne i to używane w potężnych ilościach. Mieszano przy tym smaki kwaśne, słodkie, gorzkie i ostre. Posypywano wszystko pieprzem, zalewano octem winnym lub sokiem z limonek, dodawano szafranu lub imbiru, kwitując aromatycznym cynamonem.

Oczywiście, okres postu rekompensowano sobie. Dzień po Wigilii można było wystawiać na stół dziczyznę i inne mięsa lubując się ich wspaniałym smakiem. Popijano to wszystkim winami (najczęściej węgierskimi), miodami z rodzimych lasów, bądź piwem.

W XVIII wieku w menu naszych przodków rozpoczęły się zmiany, które z czasem doprowadziły do zniknięcia kuchni staropolskiej z kulinarnej mapy Europy. Podbijający kontynent kucharze znaną z Sekwany dotarli i nad Wisłę, wykorzeniając zamiłowanie Polaków do ostrych, palących podniebienie przypraw.





Na początku XIX wieku kuchnia zwana staropolską była już tylko wspomnieniem, które dziś bywa nie tylko zapomniane, ale i zafałszowane.

Nasze wyobrażenie o kuchni staropolskiej odbiega więc od tego, czym naprawdę ona była. Współczesność przyniosła mieszanekę przysmaków pochodzących zarówno z epok przedrozbiorowych, jak i późniejszych, przypisując im staropolskie cechy.

Tymczasem potrawy po staropolsku dla dzisiejszych Polaków mogłyby się okazać w większości nie do zjedzenia. Obfitość przypraw i ich różnorodność stanowić mogłaby barierę nie do przełknięcia. Warto o tym pamiętać myśląc, że staropolskość jest synonimem doskonałości jedzenia.

#### Przepis na groch sprzed 200 lat

„Wstawiaj groch z wodą, do gotowania. I do tego kładą czasem trochę włoszczyzny, pietruszki, cebuli, marchwi, która włoszczyzna ma się z grochem gotować. Osobno także ma się gotować włoszczyzna na smak. Jak się groch dobrze ugotuje, wybiera się i rozciera, potem przez gęsty durszlak przepuszcza się, tak aby łupina wszystka została w durszlaku, a groch, aby był czysty. Do



tego dobiera się smak z włoszczyzny wygotowany. I ten groch rozbija się z tym smakiem. Potym sklaruje się masło i ukraja się najdrobniej w podłuż pietruszki, marchwi, cebuli i innej włoszczyzny, i ta włoszczyzna kładzie się w rądel na masło. I trochę się podsmażyć musi w maśle, aby nie była surowa. Potym w to masło i w tę włoszczyznę w maśle podsmażoną leje się ten groch smakiem roztworzony, który nie ma być ani gęsty, ani rzadki i tak się potym zagotuje i wydaje. Do tego pokraje się trochę chleba, gdy by do piwa. Włoży się na roztopione masło, podsmaży się chleb w maśle, potym się ostudzi. I wylawszy groch na pomisek, sypie się na groch ten chleb osmażony, zamiast garnituru. Kiedy zaś gotuje się groch zielony z pola, gotują go z sałatą. Bo kucharze mieli doświadczyć, że groch zielony, z pola, z sałatą gotowany, jest smaczniejszy.”

**Paulina Cybulska**

zdjęcia: **Krzysztof Mazur**

(wykonane w czasie Festiwalu Sienkiewiczowskiego w ZSP nr 2 w Siedlcach, tzw. Ekonomiku, w grudniu ub. r.)

źródło przepisu:

<http://kuchniastaropolska.blox.pl/html/1310721,262146,21.html?926807>

## Zielono mi!

### Green monster smoothies to zielone koktajle, pełne witamin i dobroczynnych przeciwutleniaczy.

Nie tylko poprawią nam humor, dodatkowo zadbają o uzupełnienie niedoboru niezbędnych składników mineralnych, a przy tym nie obciążą żołądka. Zima to czas, kiedy nasze organizmy są wystawiane na próbę. Zielony detoks z rana jest o wiele lepszym i zdrowszym rozwiązaniem niż kawa, a dodatkowo zagwarantuje przepływ sił witalnych.

#### Smoothie szpinak, pomarańcza, imbir

/składniki dla jednej osoby/

125 ml świeżo wyciśniętego soku jabłkowego  
garstka świeżego szpinaku  
plaster obranego imbiru  
1/2 pomarańczy

Dwa średniej wielkości jabłka umyj pod bieżącą wodą, pokrój i umieść w sokowirówce. Pomarańczę obierz, umyj szpinak. Wrzuć wszystkie składniki do kielicha blendera, dodaj obrany plaster imbiru i wlej sok jabłkowy.

Wszystko dokładnie zblenduj. Przelej do szklanki. Gotowe!

Na zdrowie!

#### Smoothie jarmuż, banan, gruszka

/składniki dla jednej osoby/

5-7 liści jarmużu

1 gruszka

1 nieduży banan

250-300ml wody

1 łyżeczka miodu

3 łyżeczki soku z cytryny

Wszystko razem zmiksować w blenderze. I tyle!

Jak widzisz, sporządzenie zielonych koktajli jest dziecinnie proste, masz nieograniczone możliwości komponowania nowych przepisów. Wybieraj ulubione składniki, łącz je i znajdź przepis, który najbardziej przypadnie do gustu Tobie i Twojej rodzinie. Tak więc, zielona mocy chlorofilu, przybawaj!

**Izabela Pastor**

## Gastronomiczne show w Warszawie

Koło Naukowe Dietetyków, reprezentowane przez Anię Powalską i Martę Warpas, w październiku ub. r. udało się na Międzynarodowe Targi Gastronomiczne *Warsaw Gastro Show 2016*. Zorganizowano je z myślą o branży spożywczej, gastronomicznej i hotelarskiej. Co roku zbierają się na nich producenci i dystrybutorzy żywności, przedstawiając oferty i promując się wśród profesjonalistów z branży.

Studentki wykonywały analizę składu ciała i udzielały porad, dzięki którym zainteresowani mogą poprawić swój styl życia. Ania i Marta opowiadały również o swoim kierunku studiów i zachęcały uczniów do podjęcia dalszej edukacji na UPH w Siedlcach.

Paulina Cybulska



zdjęcie z arch. KND

## Czy można pić w trakcie posiłku?

**Wielu z nas zmagają się z tym pytaniem. Pora więc rozwiązać wątpliwości.**

W przypadku osób zdrowych (bez dolegliwości ze strony układu pokarmowego) nie ma przeciwwskazań, aby popijać jedzenie małą ilością płynu. Warto jednak wybrać coś korzystnego dla zdrowia, na przykład świeżo wyciśnięty sok owocowy lub warzywny (źródło witamin). Dobrym rozwiązaniem są herbaty ziołowe, np. melisa, mięta, rumianek (wspomagają oraz regulują trawienie).

Jeżeli jednak mamy kłopoty ze zbyt małą zawartością kwasów żołądkowych, refluks, czy zgagę, to lepiej nie spożywać płynów w czasie jedzenia. Podczas posiłku

powinniśmy unikać napojów gazowanych, alkoholu oraz czarnej herbaty (hamuje ona wchłanianie żelaza). Dotyczy to szczególnie dzieci, kobiet w ciąży, karmiących i wegetarian, gdyż to właśnie oni narażeni są na niedobory składników mineralnych.

Pamiętaj: Nie doprowadzaj do odwodnienia organizmu. To, ile płynów powinniśmy spożyć w ciągu dnia zależy od płci, aktywności fizycznej oraz masy ciała. Rekomendowane spożycie płynów wynosi 30 ml/na kg masy ciała (np. osoba ważąca 60 kg powinna dostarczyć organizmowi 1,8 l wody dziennie).

Izabela Pastor

## Karnawałowe FIT przepisy

Karnawał to czas na zimowe bale, rozpoczyna się w Święto Trzech Króli, a kończy przed Środą Popielcową. Bal kojarzy się z zabawą, czym byłby bez dobrego jedzenia?

My jako studentki dietetyki zadbałyśmy o to, aby nie zabrakło Wam pomysłów na pyszne jedzenie w tym szczególnym czasie.

Nie sięgajcie po chipsy, paluszki i inne niezdrowe przekąski! Mamy dla Was kilka porad, które nie tylko poruszą Wasze podniebienia, ale również pomogą wytrwać w postanowieniu zrzucenia kilku zbędnych kilogramów!

### Pyszna, chrupiąca i delikatna sałatka z serem feta i kielkami rzodkiewki

Liczba porcji: 2

Wartość energetyczna i odżywcza w jednej porcji:  
energia - 267,5 kcal; białko - 12,75 g; tłuszcze - 18,7 g;  
węglowodany - 15,55 g; błonnik - 3,25 g

Składniki:

1 żółta papryka 200 g  
1 zielony ogórek 200 g  
pół opakowania kielków soczewicy - 50 g  
100 g sera feta  
2 łyżki oliwy z oliwek extra virgin -20 g, łyżeczka octu jabłkowego, łyżka wody, sól morską, pieprz kolorowy, bazylię, oregano

Przygotowanie :

Wszystkie warzywa należy pokroić w kostkę i wymieszać z kielkami. Przygotować dressing z oliwy, octu jabłkowego, wody i przypraw – najpierw mieszać oliwę z octem i wodą, aż powstanie jednolity sos, następnie dodać przyprawy. Polać dressingiem, dodać pokrojony w kostkę ser feta i delikatnie wymieszać.  
Gotowe!



## Ekspresowa sałatka z tuńczykiem, kukurydzą i rukolą

Liczba porcji: 3

Wartość energetyczna i odżywcza w jednej porcji:  
energia - 262 kcal; białko - 22,5 g; tłuszcze - 12,37 g;  
węglowodany - 20,4 g; błonnik - 2,37 g

Składniki:

opakowanie rukoli 100 g  
puszka odsączonego tuńczyka w oleju 110 g  
kula mozzarelli 125 g  
2 łyżki kukurydzy odsączonej (30 g)  
pęczek rzodkiewek 100 g  
200 g pomidorków koktajlowych

1 długi ogórek 200 g  
15 g oleju rzepakowego (1 łyżka)  
sól, pieprz  
Przygotowanie:

Pomidorki i rzodkiewki umyć i pokroić w ćwiartki. Ogórek obrać i pokroić w półksiężycy. Ser mozzarella pokroić w kostkę. Wymieszać wszystkie warzywa, łącznie z kukurydzą, dodać mozzarellę i dobrze odsączonego z oleju tuńczyka. Doprawić solą, pieprzem, octem i wymieszać. Na koniec dodać rukolę i ponownie delikatnie wymieszać.

## Fit pizza z tortilli z pomidorami, serem mozzarella i tuńczykiem

Liczba porcji: 2

Rozkład energii na składniki odżywcze w jednej porcji :  
energia - 325,5 kcal; białko - 21,65 g; tłuszcze - 11,75g;  
węglowodany - 31,8 g; błonnik - 4,65 g

Składniki:

2 szt. tortilli pełnoziarnistych  
75 g tuńczyka  
120 g pomidora  
60 g sera mozzarella

oliwa z oliwek 5 g – 1 łyżeczka  
bazylią  
sól i pieprz do smaku

Pomidor i ser mozzarella pokroić w cienkie plastry. Na tortilli ułożyć pomidory, ser mozzarella, dodać tuńczyka, skropić oliwą z oliwek i doprawić solą i pieprzem. Na rozgrzaną patelnię położyć przygotowaną fit pizzę, zakryć pokrywką i smażyć, aż ser się rozpuści. Posypać świeżą bazylią.

## Proste kotlety z soczewicy i kaszy jaglanej

**Składniki:**

250 g (1,25 szklanki) surowej zielonej soczewicy  
80 g kaszy jaglanej  
8 łyżek otrąb orkiszowych  
szczypta soli  
pieprz (dla lubiących ostrzejszą wersję warto dodać cayenne)  
tymianek

**Przygotowanie:**

Soczewicę i kaszę jaglaną gotujemy w oddzielnych naczyniach. Gdy produkty wystygną łączymy je razem z otrębami orkiszowymi. Doprawiamy do smaku.

Błachę wykładamy papierem do pieczenia i układamy na niej uformowane kotleki. Pieczemy w 180°C przez około 30 minut.

Z przepisu wychodzi około 15 sztuk kotletów. Jeden kotlet ma: 80 kcal, 4,7 g białka, 0,3 g tłuszczu, 13 g węglowodanów, 2,5 g błonnika.

Przepis jest bardzo prosty, stanowi świetną alternatywę dla tradycyjnych mielonych. Kotlety zaskakują smakiem oraz są miłą odmianą w codziennej diecie.

**Dlaczego warto przygotować kotlety z soczewicy?**

Soczewica jest skarbnicą wielu składników odżywczych. Warzywo to jest źródłem potasu, który obniża ciśnienie krwi oraz kwasu foliowego, niezbędnego dla kobiet w ciąży. Białko z soczewicy znajduje się na drugim miejscu najlepiej przyswajalnych białek pochodzenia roślinnego.



Naukowcy z Instytutu Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie znaleźli w soczewicy taniny - związki mogące chronić organizm przed nowotworami, m.in. spowalniając tempo podziału komórek nowotworowych.

tekst i zdjęcie: Paulina Cybulska

## Desery karnawałowe

### OREO – ciasteczka bez dodatku cukru

Liczba porcji: 40 ciasteczek.

Wartość energetyczna i odżywcza 1 ciastka. : energia -

52,13 kcal; węglowodany - 6,68 g; białko - 1,06 g;

tłuszcze - 2,65 g; błonnik - 0,55 g

Składniki

ciastka

- 2 garście (90g) suszonych daktyli
- 1/2 szklanki (100g) wody
- 1/2 szklanki (100g) surowej kaszy jaglanej
- 1/2 szklanki (100g) surowych płatków owsianych
- 4 łyżki (50g) oleju rzepakowego
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 2 łyżki (20g) gorzkiego kakao
- ewentualnie 2 łyżki wody z moczenia daktyli, jeżeli ciasteczka będą za suche

krem

- 1 szklanki (70g) orzechów nerkowca
- 1 szklanki (40g) ugotowanej kaszy jaglanej
- 1,5 łyżki (20g) oleju rzepakowego
- 1 łyżka miodu pszczelego

Wykonanie

1. Daktyle zalać gorącą wodą, odstawić na kilkanaście minut do namoczenia.
2. Kaszę jaglaną i płatki zmielić np. w młynku do kawy, dodać sodę, kakao, wymieszać.

3. Daktyle odsączyć i zmiksować bez wody na mus..

4. Do musu dodać olej, wymieszać.
5. Suche składniki wymieszać z mokrymi.
6. Wyrobić ciasto.
7. Jeżeli jest za sykie dodać 2 łyżki wody z moczenia daktyli.
8. Ciasto rozwałkować, najlepiej przez papier do pieczenia i wyciąć ciasteczka małym kieliszkiem. Wierzch podziurkować widelcem.
9. Można też podzielić ciasto na 40 części, uformować kulki, każdą rozpląszczyć i ułożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia.
10. Piec ok. 15 minut w temp. 180 st. C, program pieczenia góra-dół.
11. Orzechy nerkowca zalać zimną wodą i moczyć ok 8-10 h.
12. Jeżeli zapomniałaś/eś namoczyć daktyli możesz zrobić przyspieszone namaczanie, wystarczy zalać je gorącą wodą i pozostawić na ok 2h.
13. Orzechy zmiksować z kaszą jaglaną, dodać olej, ksylitol, miód.

Przekładanie ciasteczek

Ostudzone ciasteczko posmarować kremem, przykryć drugim ciasteczką, ułożyć na paterze i gotowe!

### Rafaello z kaszy jaglanej

Liczba porcji: 35 szt.

Wartość energetyczna i odżywcza jednej kulki rafaello:

energia - 53,14 kcal; węglowodany - 6,03 g ; białko -

1,35 g; tłuszcz - 3,1 g; błonnik - 1 g

Składniki:

- 1 szklanka (200 g) kaszy jaglanej
- 250 ml mleka 1,5%
- 1 łyżka miodu (20 g)
- 1 łyżeczka (5 g) masła
- 2 garści (60 g) migdałów
- 100 g wiórków kokosowych

Przygotowanie:

Kaszę jaglaną gotujemy na bardzo małym ogniu razem z mlekiem, do momentu, aż zostanie ono wchłonięte całkowicie. Kasza nie może być rzadka. Na patelni rozgrzewamy masło i prażymy w nim wiórki kokosowe na złoty kolor, zostawiając trochę do obtoczenia. Do gorącej kaszy dodajemy wiórki kokosowe i miód. Delikatnie masę studzimy. Łyżką formujemy kulki wkładając w środek migdał. Kulki obtaczamy w pozostałych wiórkach kokosowych.

Czas karnawału to czas zabawy, kiedy nie tylko sięgamy po pyszne przekąski, ale także po kolorowe drinki czy też inne alkoholowe trunki. Wtedy niekoniecznie pamiętamy, że alkohol dostarcza nam ogromnych ilości kalorii, które pochodzą nie tylko z zawartego w nich etanolu, ale także z cukrów prostych. 1 g etanolu dostarcza do naszego organizmu blisko 7,1 kcal, a cukry proste pochodzą z kolorowych syropów, soków czy też napojów typu cola, które dodajemy do alkoholu podczas tworzenia drinków.

W tabeli na następnej stronie znajdziecie wartości odżywcze przykładowych alkoholi, po które sięgamy najczęściej.

przygotowały **Katarzyna Dołęga i Daria Kołtun**



Rodzaj alkoholu	Wartość energetyczna [kcal]	Ilość węglowodanów [g]
Wódka czysta (50 ml)	110 kcal	0 g
Piwo jasne (500 ml) na przykład. Lech, Żywiec, Tyskie, Heineken	245 kcal	19 g
Piwo ciemne pełne 8,3% alk. (500 ml)	340 kcal	22,5 g
Piwo Redd's jabłkowy / żurawinowy (500 ml)	270 kcal	28 g
Piwo Desperados Tequila (400 ml)	224 kcal	0 g
<b>WINA</b>		
Wino czerwone półsłodkie (150 g)	144 kcal	8,3 g
Wino czerwone słodkie (150 g)	160 kcal	14,5 g
Wino czerwone wytrawne (150 g)	102 kcal	0,3 g
Wino białe wytrawne (150 g)	99 kcal	0,9 g
Wino białe półsłodkie (150 g)	123 kcal	4,5 g
Wino białe słodkie (150 g)	142,5 kcal	6,9 g
<b>DRINKI</b>		
Krwawa Mary	80 kcal	4 g
Mojito	180 kcal	2,1 g
Gin z tonikiem	186 kcal	14 g
Sex on the Beach	191 kcal	18 g
Pina Colada	458 kcal	31 g
Margaritta	622 kcal	61 g
<b>INNE RODZAJE ALKOHOLI</b>		
Wino musujące (100 g)	72 kcal	1,4 g
Whisky (50 g)	110 kcal	0 g
Likier kokosowy (30 g)	93 kcal	9,9 g
Nalewka wiśniowa (25 g)	77 kcal	8,3 g
Brandy (100 g)	220 kcal	0 g

## Sudoku

Rozwiązywanie SUDOKU polega na wypełnieniu - w istniejącym diagramie z ujawnionymi cyframi - pustych pól, w taki sposób, aby w każdym wierszu i w każdej kolumnie, a także w każdym małym kwadracie (3 x 3 kratki oddzielone grubszymi liniami) znalazła się każda z cyfr od 1 do 9, przy czym żadna z nich nie może w wierszu, małym kwadracie ani kolumnie się powtórzyć.

		2				5		
6				8				1
	8		1		6		7	
2		1		7		9		8
8		3		6		1		4
	1		6		9		4	
3				2				7
		6				3		

3			9	8				1
8								7
	5			2				4
		7	2	8	4	3		
				9				
		3	7	6	5	9		
	8			1			9	
2								5
7			5	6				2

Kornelia

## Prof. Zbigniew Tadeusz Dąbrowski doktorem *honoris causa* UPH

Prof. dr hab. **Zbigniew Tadeusz Dąbrowski** urodził się w 1942 roku w Mursach Nowych w powiecie sokołowskim (woj. mazowieckie). Ukończył LO im. Marii Skłodowskiej-Curie w Tczewie, studiował na Wydziale Ogrodnictwa Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. W 1964 roku uzyskał tytuł magistra inżyniera ogrodnictwa, specjalizacja ochrona roślin, a w 1969 r. stopień doktora. Po obronie rozprawy doktorskiej został zatrudniony w macierzystej uczelni jako adiunkt.

W latach 1969-1970 odbył staż naukowy w Katedrze Entomologii University of Kentucky (USA). Pogłębiał wiedzę podczas stażów naukowych w Katedrze Entomologii i Katedrze Fizjologii Zwierząt Uniwersytetu Wageningen (Holandia). Habilitował się szybko, w wieku 32 lat, na macierzystym wydziale. W roku 1984 uzyskał tytuł naukowy profesora, a 2001 r. został mianowany na stanowisko profesora zwyczajnego.

Profesor Zbigniew Tadeusz Dąbrowski jest pracownikiem naukowo-dydaktycznym SGGW, osobą zasłużoną dla nauki, a zarazem związaną z profilem naukowo-dydaktycznym Wydziału Przyrodniczego UPH. To człowiek o ogromnym autorytecie naukowym, gorącym sercu i wielkim umyśle, który swoje życie poświęcił nauce, pracy nauczyciela akademickiego i wychowaniu licznych kadr naukowych. Należy podkreślić zaangażowanie profesora Dąbrowskiego w pracę badawczą, wiązanie środowiska naukowego z praktyką ochrony roślin, a także silne związki z ziemią siedlecką oraz UPH.

W roku 1979 profesor wygrał międzynarodowy konkurs na stanowisko lidera naukowego programu integrowanej ochrony roślin. Od tego momentu w jego życiu rozpoczął się 18-letni epizod na terenie Afryki. Pracował w Nigerii, Kenii i Sudanie, gdzie oprócz prowadzenia badań, pełnił wysokie stanowiska naukowe i administracyjne. Realizowane projekty i uzyskane wyniki, aktywność w przygotowaniu miejscowych specjalistów oraz tworzenie naukowych i praktycznych podstaw integrowanej ochrony upraw, ugruntowały pozycję profesora jako światowego specjalisty w zakresie integrowanej ochrony roślin. Wśród szerokiego zainteresowań profesora należy podkreślić cztery grupy zagadnień:

1) Fizjologiczne i behawioralne powiązania między roślinami a szkodnikami, zwłaszcza przedziorkami. Pionierskie badania doprowadziły do opracowania metod selekcji odmian odpornych, zaproponowania międzynarodowego programu prac nad naturalną odpornością roślin na szkodniki, przygotowania licznych publikacji z tego obszaru oraz pierwszego w Polsce podręcznika „Podstawy odporności roślin na szkodniki”.

2) Integrowana ochrona roślin; profesor Dąbrowski jest niekwestionowanym liderem i ekspertem z tego zakresu na arenie międzynarodowej.

3) Badania dotyczące oddziaływania GMO na środowisko, w których był inicjatorem badań, jako przedstawiciel Ministerstwa Środowiska brał udział w pracach ekspertów ds. GMO przy Komisji Europejskiej i Europejskim Urzędzie ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA).

4) Znaczenie infrastruktury ekologicznej dla funkcjonalnej różnorodności biologicznej.

Potwierdzeniem ogromnych osiągnięć naukowych profesora Dąbrowskiego jest jego dorobek publikacyjny. Obejmuje on ponad 230 pozycji, w tym 133 oryginalnych, recenzowanych artykułów naukowych, z których większość została opublikowana w renomowanych czasopismach naukowych. Pod kierunkiem profesora napisano 10 prac doktorskich w Polsce oraz trzy w Afryce. Uczony uczestniczył w promocji pracowników nauki, wykonując liczne recenzje prac doktorskich i habilitacyjnych oraz przygotowując opinie w postępowaniach o nadanie tytułu naukowego profesora. Jest recenzentem grantów NCN i NCBiR oraz prac badawczych w czasopismach krajowych i zagranicznych.

Profesor posiada umiejętność pozyskiwania na badania niezbędnych funduszy zewnętrznych, czemu sprzyja współpraca z najlepszymi ośrodkami naukowymi na świecie, często w ramach tworzonych konsorcjów. Rozległe studia profesora dały po latach impuls dla opracowania dyrektywy Rady Unii Europejskiej (14 dyrektywa 2009/128/WE) i rozporządzenia Parlamentu Europejskiego (1107/2009/WE) oraz wdrożenia na terenie Polski unijnych zasad integrowanej ochrony roślin. To, jak również wykształcenie specjalistów z wymienionego zakresu oraz działalność popularyzatorska i szkoleniowa miały wpływ na upowszechnienie integrowanej ochrony upraw w naszym kraju.

Ujmująca osobowość profesora Dąbrowskiego, jego wiedza, kultura osobista, umiejętność słuchania, rozumienia i doradzania sprawiają, że cieszy się on wielkim auto-





rytetem nie tylko wśród pracowników nauki lecz także studentów oraz specjalistów z polskich i zagranicznych instytucji zajmujących się ochroną roślin. Za wybitne osiągnięcia naukowe, dydaktyczne i organizacyjne był wielokrotnie nagradzany.

Związki uczonego z Wydziałem Przyrodniczym UPH sięgają niemal początków siedleckiej uczelni (1969), gdy podczas stażu naukowego w University of Kentucky (USA) spotkał prof. Seweryna Niraza i wspólnie zdecydowali się pracować nad zjawiskiem naturalnej odporności roślin na szkodniki. Jako „syn ziemi siedleckiej” był orędownikiem utworzenia ówczesnego Wydziału Rolniczego w Wyższej Szkole Rolniczo-Pedagogicznej w Siedlcach, w rolniczym regionie Polski środkowo-wschodniej.

Profesor Dąbrowski, wspólnie z pracownikiem naszego uniwersytetu, prof. Sewerynem Nirazem, dokonał w tym zakresie naukowego przełomu, tworząc znaną i cenioną na świecie szkołę naukową badania molekularnych

podstaw umiarkowanej odporności konstytucyjnej i indukowanej. Bazą dla tych badań stała się Katedra Biochemii i Biologii Molekularnej UPH. Ta ponad 40-letnia, owocna współpraca naukowa trwa do dziś. Profesor przez cały ten okres aktywnie wspierał rozwój naukowy i dydaktyczny Wydziału Przyrodniczego UPH, udzielając konsultacji naukowych oraz przeprowadzając seminaria dla magistrantów i doktorantów.

W okresie trudnej sytuacji kadrowej Katedry Ochrony Roślin pomagał wesprzeć ją pracownikami Katedry Entomologii Stosowanej SGGW. Aktywnie uczestniczył w rozwoju kariery naukowej pracowników Katedry Biochemii i Biologii Molekularnej UPH, przygotowując m.in. oceny dorobku naukowego pięciu samodzielnych pracowników naukowo-dydaktycznych (prof. Seweryn M. Niraz, prof. Czesław Stankiewicz, prof. Antoni P. Ciepiela, prof. Bogumił Leszczyński, dr hab. Iwona Sprawka).

## Jubileusz Wydziału Humanistycznego

**Wydział Humanistyczny UPH świętował 25-lecie swojej działalności. Z tej okazji spotkali się jego pracownicy, studenci, absolwenci i przyjaciele.**

Przeszłość i terażniejszość siedleckiej humanistyki przedstawili: dziekan prof. dr hab. **Stanisław Jaczyński** oraz jego poprzednicy: dr **Franciszek Gryciuk** (1991-1996), prof. dr hab. **Piotr Matusak** (1999-2005), prof. dr hab. **Jerzy Kunikowski** (2005-2012). Nie zabrakło wspomnień o nieżyjącym już dziekanie prof. dr hab. **Edwardzie Pawłowskim** (1996-1999).

W okolicznościowym wystąpieniu JM rektor prof. dr hab. **Tamara Zacharuk** powiedziała: „Ćwierć wieku to nie tylko dni, miesiące i lata, które upłynęły od czasu powołania wydziału to przede wszystkim wielu niezwykłych ludzi, którzy tworzyli jego historię. Ludzie, którzy kształtowali i rozwijali siedlecką humanistykę: dziekani poprzednich kadencji, profesorowie, pracownicy naukowci i dydaktyczni oraz liczne grono absolwentów są dziś niezwykłymi ambasadorami naszej uczelni.

Dziś z okazji niezwykłego jubileuszu dziękuję wszystkim pracownikom - naukowym, administracyjnym, pracownikom obsługi, dzięki którym możliwa jest codzienna praca i funkcjonowanie naszego wydziału.

Od początku swego istnienia zlokalizowany on był w różnych miejscach. Choć z wielkim sentymentem wspominamy nasze dawne budynki dydaktyczne, to dziś szcycimy się nowoczesnym gmachem Wydziału Humanistycznego, miejscem inspirującym do działań naukowych i artystycznych, punktem spotkań społeczności akademickiej i wizytówką uczelni XXI wieku”.

Prorektor dr hab. **Mirosław Minkina**, prof. UPH, wraz z dziekanem prof. dr hab. **Stanisławem Jaczyńskim**



wręczyli pracownikom Medale im. Księżnej Aleksandry Ogińskiej za Zasługi dla Siedleckiej Humanistyki. Otrzymali je: dr hab. **Sławomir Sobieraj**, prof. UPH, dr hab. **Elena Koriakowcewa**, prof. UPH, dr hab. **Adam Bobryk**, prof. UPH, dr hab. **Jacek Zieliński**, prof. UPH, dr hab. **Dorota Wereda**, prof. UPH, dr **Alina Maciejewska**, dr **Marzena Kryszczuk**, dr **Renata Bryzek**, dr **Beata Gałek**, dr **Joanna Ważniewska**, dr **Rafał Roguski**, dr **Sergiusz Leończyk**, dr **Aleksander Garbalew**, dr **Iwona Czyżak**, dr **Ewa Kozak**, dr **Beata Bocian-Waszkiewicz**, dr **Ewa Jówko**, dr **Sabina Wieruszewska-Duraj**, dr **Agnieszka Araucz-Boruc**, dr **Ewa Jagiello**, mgr **Katarzyna Mroczyńska**, mgr **Barbara Sidoruk**, mgr **Beata Kapitan**, mgr **Agnieszka Mojzych**, mgr **Anna Madej**.

Dziekan prof. dr hab. Stanisław Jaczyński wręczył dyplomy pracownikom, którzy od 25 lat nieprzerwanie pracują na Wydziale Humanistycznym. Nagrodzeni

zostali: prof. **Tamara Zacharuk**, dr hab. **Barbara Sitarska**, prof. UPH, dr hab. sztuki **Tomasz Nowak**, prof. UPH, dr hab. sztuki **Mikołaj Bieluga**, prof. UPH, dr **Barbara Dobrowolska**, dr **Robert Szymani**, dr **Alina Maciejewska**, dr **Aldona Grądzka-Tys**, dr **Beata Boczukowa**, dr **Grażyna Szymańska**, mgr **Barbara Grzegorzczak**, mgr **Michał Hołownia**, mgr **Beata Gulati**, mgr **Andrzej Magryta**, mgr **Grzegorz Kramarz**, mgr **Danuta Protasiuk**, mgr **Małgorzata Zemło**.

W ramach uroczystości odbył się jubileusz 25-lecia uzyskania tytułu profesora przez prof. dr. hab. **Ryszarda Rosę**. Ponadto otwarto Pracownię Rzeźby im. Mariana Gardzińskiego oraz wystawy plastyczne i wydawnictwo pracowników Wydziału Humanistycznego. W części artystycznej wystąpili: **Irena Ochnio**, **Agata Kuczyńska**, **Karol Piątkowski**, **Krzysztof Prokurat**, **Mateusz Mazurek**, **Szymon Świerzewski**. Uroczystość wsparli sponsorzy: Dworek „Panderosa”, Zajazd „Chodowiak” i Piekarnia Ratuszowa „Radzikowscy”.

## Profesor Edward Pawłowski (1941-2016)

### *Non omnis moriar!*

Z ogromnym smutkiem przyjęliśmy wiadomość, że 25 października 2016 r. odszedł od nas Jego Magnificencja rektor prof. dr hab. Edward Pawłowski. Wszyscy straciliśmy wyjątkowo ważną dla środowiska naukowego osobę.

Profesor był niezwykle zaangażowany w życie akademickie. W sposób szczególnie dbał o wykształcenie młodych ludzi, stwarzał możliwości rozwoju ich pasji oraz zainteresowań. Przez wiele lat był związany z naszą uczelnią. Oddał jej swoje serce. Jego Magnificencja rektor prof. dr hab. Edward Pawłowski pozostanie w naszej pamięci jako wzór człowieka i pracownika nauki.

Urodził się 26 lipca 1941 r. w Gniewie nieopodal Gdańska. Miał siostrę i trzech braci. Ojciec profesora służył przed wojną w Korpusie Ochrony Pogranicza, a po jej wybuchu został zabity przez Niemców w obozie koncentracyjnym w Oranienburgu.

Szkolę podstawową Edward Pawłowski ukończył we wsi Ciosaniec, a świadectwo maturalne uzyskał w Technikum Rachunkowości Rolnej w Szczecinie-Dąbiu. W ślad za starszym bratem, który wybrał zawód wojskowego, został po maturze przyjęty do Oficerskiej Szkoły Wojsk Zmechanizowanych we Wrocławiu, którą ukończył w 1964 r. ze stopniem podporucznika.

Jako oficer Wojska Polskiego Edward Pawłowski pełnił różne funkcje dowódcze i sztabowe. Jednocześnie podjął zaocznie studia historyczne na Uniwersytecie Wrocławskim, które ukończył na Uniwersytecie Warszawskim. Po uzyskaniu stopnia magistra historii został przyjęty na seminarium doktoranckie prof. dr. hab. Stanisława Herbsta. Doktorat obronił w roku 1974. W 1981 r. przeniesiono go do Wojskowego Instytutu Historycznego w Rembertowie. Jako pierwszy w tym instytucie został doktorem



habilitowanym. W 1994 r. odebrał z rąk Prezydenta RP Lecha Wałęsy tytuł profesora.

W lutym 1993 r. profesor Edward Pawłowski przeniósł się do Siedlec. W ówczesnej Wyższej Szkole Rolniczo-Pedagogicznej został kierownikiem Zakładu Historii Wojskowości w Instytucie Historii. W latach 1993-1996 był prodziekanem ds. nauki Wydziału Humanistycznego. W latach 1996-1999 pełnił funkcję dziekana Wydziału Humanistycznego WSRP.

W tym czasie profesor obdarzył mnie wielkim zaufaniem i powierzył mi funkcję prodziekana ds. studiów Wydziału Humanistycznego. Miałam prawdziwy zaszczyt nauczyć się od tego wielkiego człowieka, jak dostrzegać w ludziach ich najlepsze strony i największe wartości. Szanowny Panie Rektorze, dziś ja, będąc rektorem naszej uczelni, jeszcze bardziej doceniam wszystkie Pańskie wskazówki i rady. Dziękuję, że miałam szczęście z Panem Profesorem współpracować.

W kolejnych latach Edward Pawłowski był ostatnim rektorem WSRP (1999), prorektorem ds. nauki Akademii Podlaskiej (2000-2005) i jej rektorem (2005-2008). Swoimi działaniami przyczynił się do rozwoju uczelni. To wtedy rektorat przeniesiony został do Pałacu Ogińskich. Zarówno będąc dziekanem, jak i rektorem profesor zabiegał usilnie o nową siedzibę dla Wydziału Humanistycznego.

Po rozpoczęciu pracy w Siedlcach profesor zainicjował szereg działań aktywizujących środowisko regionu. Został jednogłośnie wybrany prezesem Siedleckiego Towarzystwa Naukowego oraz zapoczątkował nowy, odrodzony i twórczy okres w jego działalności. To z Jego inicjatywy wznowiono wydawanie „Szkiców Podlaskich”. Od początku swojej pracy w Siedlcach był inspiratorem



i współorganizatorem wielu sesji naukowych oraz popularno-naukowych. Podejmował tematy dotyczące głównie historii Podlasia, w tym wspólnie z Wyższym Seminarium Duchownym przygotował sesję na temat Unitów Podlaskich. To pod Jego redakcją naukową przygotowana została niezwykle ważna dla nas monografia „Siedlce 1448-1995”, wznowiona w poszerzonej wersji dziesięć lat później.

Zainteresowania badawcze profesora Edwarda Pawłowskiego koncentrowały się wokół problematyki najnowszej historii powszechnej i Polski, historii II wojny światowej, polskich tradycji wojskowych, problemów grobownictwa wojennego, polskich wojsk szybkich. Jego dorobek naukowy obejmuje ponad 300 pozycji, w tym 40 książkowych. Wypromował 8 doktorów i kilkuset magistrów. Napisał liczne recenzje rozpraw doktorskich, habilitacyjnych i wielokrotnie dokonał oceny dorobku badawczego na tytuł profesora.

Był członkiem wielu organizacji i zespołów eksperckich, m.in. Rady Naukowej Wojskowego Instytutu Historycznego Akademii Obrony Narodowej, Towarzystwa Polska-Litwa oraz Komisji ds. Cmentarzy Wojennych Ministerstwa Gospodarki Przestrzennej i Budownictwa. Popularyzował historię wojska na łamach miesięcznika „Polska Zbrojna” oraz w ramach cyklu „Wojsko Polskie w kronikach filmowych Telewizji Polskiej”.

Za swoją pracę i wszechstronną działalność profesor został odznaczony m.in. „Złotym Medalem za Zasługi dla Obronności Kraju” i „Medalem Komisji Edukacji Narodowej”. Wyróżniono go także za zasługi dla Podlasia Nagrodą im. Ludomira Benedyktowicza. Prezydent miasta Siedlce uhonorował profesora „Super-Aleksandrią”. Otrzymał również liczne nagrody resortowe i rektorskie.

Odszedł człowiek wielkiej kultury i prawości, ale też tak po prostu bliski przyjaciel wielu z nas. Jakże mówić o profesorze w czasie przeszłym...? Bo choć „wędrówką życie jest człowieka”, a przemijanie, odchodzenie, śmierć to nieodłączne jego elementy, tak trudno jest nam dziś pożegnać Jego Magnificencję Rektora, kolegę, przyjaciela, wspaniałego i pełnego życzliwości dla innych człowieka.

Jakże to możliwe, że już nigdy nie usłyszymy słów rektora: „Chodź, dziewczyno. Pogadamy, wypijemy kawę...”? Wielu z nas miało zaszczyt i wielką przyjemność wypić kawę z panem rektorem i spędzić niezwykle chwile na rozmowach z nim. Bo przecież profesor zawsze miał czas dla drugiego człowieka.

Czym wyrazić możemy, jak przekazać wdzięczność za jego obecność wśród nas? Tylko szacunkiem dla jego życia i zachowaniem go w naszej pamięci. Zapamiętajmy więc słowa Wisławy Szymborskiej: „Umarłych wieczność dotąd trwa, dokąd pamięcią im się płaci”. *NON OMNIS MORIAR, szacowny Rektorze, NON OMNIS MORIAR!*

prof. UPH dr hab. **Tamara Zacharuk**, rektor UPH w Siedlcach

## 35. rocznica strajku studentów

**10 grudnia w gmachu Wydziału Humanistycznego UPH upamiętniono 35. rocznicę strajku solidarnościowego studentów WSRP, powstania w naszej uczelni Niezależnego Zrzeszenia Studentów, Studenckiego Ruchu Oporu i „drugiego” NZS z przełomu lat osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych.**

Patronat honorowy nad obchodami objęli: JM rektor UPH prof. nzw. dr hab. **Tamara Zacharuk**, JE ks. bp **Kazimierz Gurda**, **Wojciech Kudelski**, prezydent Siedlec. Partnerem strategicznym był lubelski oddział Instytutu Pamięci Narodowej.

Uroczystości rozpoczęła msza św. w katedrze siedleckiej, celebrowana przez bp. **Henryka Tomasika** i bp. **Kazimierza Gurdę**. Po niej, w gmachu Wydziału Humanistycznego, odbyła się konferencja poświęcona działalności niepodległościowej studentów siedleckich, przygotowana przez Instytut Historii i Stosunków Międzynarodowych oraz Studenckie Koło Naukowe Historyków.

Otworzył ją prof. nzw. dr hab. **Jarosław Cabaj**, dyrektor IHiSM. Przemawiali: JM rektor UPH prof. nzw. dr hab. **Tamara Zacharuk**, JE ks. bp **Henryk Tomasik**, wiceprezydent Siedlec **Jarosław Głowacki**. Dr hab.



**Marcin Kruszyński** z IPN zaprezentował temat: Świat akademicki w Polsce w latach 80., problemy i dylematy. Kilka słów o Wyższej Szkole Rolniczo-Pedagogicznej w Siedlcach w materiałach Służby Bezpieczeństwa.

Dyskusje panelowe poświęcono problemom: Powstanie NZS na WSRP, strajk 1981 r. (moderator: mgr **Roman Głowacki**), Studencki Ruch Oporu (moderator: dr **Edward Kopówka**), „Drugi” NZS (moderator: mgr **Jerzy Ireneusz Cabaj**). Okolicznościową publikację „Jeszcze zwyciężymy... 35-lecie strajku studenckiego w Wyższej Szkole Rolniczo-Pedagogicznej w Siedlcach. Materiały i wspomnienia z lat 1980-1991” zredagowali: **Jarosław Cabaj, Jerzy Ireneusz Cabaj, Roman Głowacki**.

Zasłużonym wręczono Krzyże Oficerskie Orderu Odrodzenia Polski, Krzyże Kawalerskie Orderu Odrodzenia Polski, Krzyże Wolności i Solidarności. Prezydent RP dr **Andrzej Duda** uhonorował nimi 29

działaczy solidarnościowych, wśród nich dawnych studentów WSRP. Wręczył je dyrektor lubelskiego oddziału IPN prof. nzw. dr hab. **Dariusz Magier**.

Wystawę „Od NZS do NZS” przygotowała **Anna Mielczarek**, pracownica Biblioteki Głównej UPH. Wprowadzenie wygłosiła dyrektor BG UPH **Ewa Kozarska**, ekspozycję otworzyli przewodniczący „pierwszego” i „drugiego” NZS: **Leszek Hudzik** i **Grzegorz Rękawek**.

W sali „Podlasie” MOK uczestnicy obchodów wysłuchali koncertu zespołu „Contra Mandum”: pieśni nawiązujących do przeszłości Polski i czasów „Solidarności”.

## Uniwersytet obecny poza swoimi murami



**Za nami XVIII Festiwal Nauki i Sztuki w Siedlcach. Ponad połowa tematycznych sesji, zaplanowanych w programie tegorocznej edycji, odbyła się poza budynkami Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, czyli głównego organizatora imprezy.**

Nie oznacza to jednak, że wspomniane wydarzenie zostało całkowicie przeniesione do szkół. Festiwalowe zajęcia, w różnych dydaktycznych formach, zorganizowano zarówno w salach UPH, jak i w kilku siedleckich szkołach, a także w Archiwum Państwowym w Siedlcach, Bibliotece Pedagogicznej im. Heleny Radlińskiej oraz Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli.

W programie osiemnastej odsłony imprezy wzięły udział siedleckie szkoły: I KŁO im. Świętej Rodziny, I LO im. B. Prusa, II LO im. św. Królowej Jadwigi, Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 (zwany „Elektrykiem”), Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych nr 2 (znany pod nazwą „Ekonomik”), PG nr 5 oraz Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego, czyli siedlecki „Medyk”.

Spoza Siedlec, w charakterze wykładowców, przyjechali do nas nauczyciele i uczniowie z PG nr 2 w Łukowie, z Zespołu Szkolnego w Cegłowie oraz ze Szkoły Podstawowej w Grali-Dąbrowiźnie.

Organizatorów cieszy fakt, że wraz z kolejnymi edycjami przybywa partnerów chcących współpracować programowo i organizacyjnie. Przed osiemnastoma laty zaczynaliśmy od jednodniowej imprezy zorganizowanej w całości poza uczelnią - w Centrum Kultury i Sztuki w Siedlcach. Wykładowcami byli wtedy wyłącznie pracownicy UPH (d. Akademii Podlaskiej) i Collegium Mazovia oraz goście z innych krajowych ośrodków akademickich. Dziś, oprócz nich, festiwalowe zajęcia prowadzą nauczyciele z różnych szkół, a także współpracujący z nimi uczniowie.

Uczeń nauczycielem? Dlaczego nie! Na wydarzeniu promującym wiedzę wszystko może się zdarzyć! Podobnie jak w latach poprzednich, wiele takich osób wystąpiło i w tym roku, a ze swojego zadania wywiązali się celująco. Z dużym zaangażowaniem i pasją wyjaśniali zjawiska fizyczne i chemiczne. Warto przypomnieć, że przed kilkoma laty za festiwalowe zajęcia z fizyki uczeń I LO im. B. Prusa w Siedlcach otrzymał prestiżowe wyróżnienie „Popularyzator Nauki”, przyznawane przez Polską Agencję Prasową i Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Omawiana impreza ma na celu upowszechnianie wiedzy i popularyzację nauki, ale na siedleckim przykładzie widać, że sprzyja współpracy, nawiązywaniu kontaktów oraz integracji środowisk edukacyjnych. Wszystko zgodnie z hasłem, które przyświeca nam od lat: „Festiwal scala rodziny, łączy pokolenia i czyni człowieka wolnym”.

Uniwersytet nie może kończyć się na murze okalającym jego budynki. Powinien być otwarty na kontakty z innymi i współpracować ze społecznym otoczeniem. Festiwal Nauki i Sztuki jest nie tylko doskonałą płaszczyzną takiej kooperacji, ale także sposobem na budowanie wspólnoty dydaktycznej w akademickim mieście, przyczynia się do rozwoju idei „uniwersytetu otwartego”.

Sądząc po frekwencji, najwięcej osób zechciało spotkać się z Karolem Wójcickim, popularyzatorem wiedzy związanym z Centrum Nauki Kopernik w Warszawie. Prowadził on zajęcia w wypełnionej po brzegi hali sportowej w I LO im. B. Prusa. Wszystkie miejsca były też zajęte w auli Instytutu Biologii na wykładach poświęconych neuronauce. Zapewne dlatego, że młodzi naukowcy z Fundacji Mózg podjęli próbę odpowiedzi na pytanie, czym jest miłość w świetle neuronauki.

Wielu było chętnych do spotkania się z nauczycielami i uczniami II LO im. św. Królowej Jadwigi, którzy przygotowali „królewski pokaz alchemii i filozofii naturalnej fizyką zwanej”. Porównywalnym zainteresowaniem cieszyły się zajęcia zatytułowane „Wszystko się kręci”, realizowane w hali sportowej w siedleckim „Prusie”. Podczas tegorocznego festiwalu działały niezależnie od siebie dwa planetaria: jedno w „Prusie” - stacjonarne, przybliżające tajemnice Kosmosu przez cztery dni imprezy i drugie - mobilne, dostępne w piątek w „Królówce”.

Dużą akademicką aulę wypełniła młodzież zainteresowana uczestnictwem w sesji humanistycznej „Granice dorosłości/dojrzałości w kulturze, literaturze, języku.” Kilka grup młodzieży uczestniczyło w zajęciach informatycznych i matematycznych, odbywających się pod

hasłami: „Zrób sobie wielościan”, „Liczymy po japońsku”, „Programowanie robotów”.

Nie sposób wymienić 48 zaplanowanych zajęć w programie sesji tematycznych. Wszystkie były jednak przygotowane w sposób równie ciekawy i pogładowy. Każdy, kto miał ochotę, mógł znaleźć dla siebie coś interesującego. Wiem tylko o jednym przypadku zajęć, które nie zostały przeprowadzone z powodu braku frekwencji.

Wszystkim instytucjom i osobom dziękujemy za organizacyjną oraz programową współpracę. Dziękujemy także sponsorom: Miastu Siedlce, Powiatowi Siedleckiemu, Nadleśnictwom w Siedlcach i Łukowie, Zakładowi Utylizacji Odpadów Sp. z o.o. za materialne wsparcie.

Festiwal od tego roku stał się pełnoletni, a co za tym idzie w każdym aspekcie dojrzały. Organizatorzy są zadowoleni z faktu, że udało się osiągnąć taki poziom. Co dalej?

Zgodnie z przyjętą zasadą organizowania tej imprezy w trzecim pełnym tygodniu października, data następnej edycji (dziewiętnastej) przypada na dni od 21 do 24. Zapewne władze obydwu siedleckich uczelni i partnerzy spoza akademickiego środowiska zdecydują, w którym kierunku festiwal powinien się rozwijać oraz jaką podejmować tematykę.

Ryszard Kowalski

## Siedleckie poparcie dla Manifestu Kosmicznego

Na naszej uczelni odbyła się VI Transdyscyplinarna Konferencja Naukowa „Ziemia i Kosmos - wyzwania, szanse i zagrożenia”. Obrady dotyczyły bezpieczeństwa człowieka, grup społecznych i społeczeństw.

Spotkanie miało miejsce kilka tygodni po zakończeniu I Międzynarodowego Forum Kosmicznego w Trydencie z udziałem delegacji rządowych 35 krajów, w tym Polski. Przyjęto tam dokument „Manifest Kosmiczny - Kosmiczna nauka i szkolnictwo wyższe dla globalnych wyzwań”. Siedleckie obrady wpisywały się w płynące z niego przesłanie.

Konferencję zorganizowali: Transdyscyplinarne Centrum Badania Problemów Bezpieczeństwa im. prof. K. Bogdańskiego UPH w Siedlcach, Instytut Nauk Społecznych i Bezpieczeństwa UPH przy współudziale kilkunastu akademickich ośrodków krajowych. Objęli ją patronatem honorowym: JM rektor UPH prof. dr hab. **Tamara Zacharuk** oraz prezydent miasta Siedlce **Wojciech Kudelski**. Obecnością zaszczyliły władze uczelni: prorektor ds. nauki prof. dr hab. **Mirosław Minkina**, prorektor ds. studiów prof. dr hab. **Anna Charuta**, dziekan Wydziału Humanistycznego prof. dr hab. **Stanisław Jaczyński**, dziekan Wydziału Nauk Przyrodniczych prof. dr hab. **Janina Skrzypczyńska**, dziekan Wydziału Nauk Ścisłych prof. dr hab. **Wiesława Barszczewska**.



Znaczenie kosmosu dla różnych sfer życia i bezpieczeństwa człowieka oraz jego środowiska było przedmiotem obrad dwóch sesji plenarnych, podczas których głos zabrało szesnastu referentów z jedenastu instytucji badawczych i uczelni. W problematykę relacji między Ziemią a kosmosem wprowadziły wystąpienia przedstawicieli Centrum Badań Kosmicznych Polskiej Akademii Nauk: prof. dr hab. **Jana Błęckiego**, dr hab. **Stanisława Lewińskiego**, dr **Anny Świątek**. Mówili o pogodzie kosmicznej i jej konsekwencjach oraz satelitarnym monitorowaniu zagrożeń. Zaprezentowano kilkanaście posterów.



Zdaniem specjalistów, biorąc pod uwagę znaczenie zjawisk kosmicznych dla bezpieczeństwa człowieka, należy uwzględniać zarówno pojedyncze jednostki, jak i grupy społeczne, instytucje i organizacje oraz państwa, a także krajowe i międzynarodowe służby powołane do

reagowania w sytuacjach krytycznych. Trzeba mieć wzgląd nie tylko na ochronę człowieka i jego środowiska przed zagrożeniami, ale i na zapewnienie godziwych warunków kolejnym pokoleniom.

Maryla Faldowska, Agnieszka Filipek, Joanna Ważniewska

## Student UPH medalistą Igrzysk Paraolimpijskich



**Kamil Rząsa, student kierunku zarządzanie Wydziału Nauk Ekonomicznych i Prawnych UPH, zdobył w rywalizacji drużynowej w szermierce na wózkach brązowy medal Igrzysk Paraolimpijskich w Rio de Janeiro.**

To jego kolejny sportowy sukces. Wcześniej wywalczył srebrny medal w mistrzostwach Europy, rozegranych w 2014 roku oraz srebrny w mistrzostwach świata w 2015 roku. Medaliście złożyła gratulacje podczas posiedzenia Senatu uczelni JM rektor prof. dr hab. **Tamara Zacharuk**. Stwierdziła: „Jestem przekonana, że jest to niezwykle impuls do wielu kolejnych sukcesów, które już dzisiaj godne są naszego największego uznania. Jest Pan z pewnością osobą, która może stanowić doskonały przykład, jak sięgać po najwyższe cele”.

Kamil Rząsa pochodzi z Podkarpacia. Na studia przyjechał do Siedlec, gdyż Uniwersytet Przyrodniczo-Humanistyczny ma bardzo dobrą opinię jako uczelnia realizująca program integracyjnego kształcenia osób niepełnosprawnych. Zdobywca medalu olimpijskiego podkreśla, że przed nim są kolejne ważne zadania zarówno na uniwersytecie, jak i w sporcie, zaś w pierwszej kolejności napisanie pracy magisterskiej.

## Mimo zmęczenia wracam na salę

**Z Kamilem Rząsą - studentem UPH, medalistą Igrzysk Paraolimpijskich w Rio de Janeiro, rozmawia Jarosław Skrobecki**

*Pochodzi Pan z Podkarpacia. Co spowodowało, że wybrał Pan jako swoją uczelnię Uniwersytet Przyrodniczo-Humanistyczny w Siedlcach?*

Pomimo tego, że daleko mam do domu, dobrze mi się tutaj studiuje. Nasz uniwersytet sprzyja osobom niepełnosprawnym, jest tu wszystko przystosowane do ich kształcenia. To zdecydowało o moim wyborze. Zbliżam się do ukończenia studiów i mam nadzieję, że niedługo obronię pracę magisterską z zarządzania na Wydziale Nauk Ekonomicznych i Prawnych.

*Przed Igrzyskami w Rio de Janeiro musiał Pan jednak odłożyć to zadanie...*

Ale teraz, po medalowym sukcesie, jest dobry czas na pisanie pracy, na tym się skupiam. Nie mam w tym roku intensywnych treningów, mogę więc poświęcić się nauce.

*Fascynuje mnie początek uprawiania każdego sportu. Kto Pana zaraził szermierką?*

To przypadkowy wybór. W pobliżu mojej poprzedniej szkoły były treningi szermierki i kilka razy spotkałem tre-

nera kadry. Porozmawialiśmy, zachęcił mnie do przyjścia na trening. Poszedłem raz czy dwa i tak się zaczęło, po prostu spodobało mi się.

*Na wizytówce pisze Pan: „Mój idol - rodzice”...*

Cenię swoich rodziców oraz styl i atmosferę domu, jaki prowadzą. Są komunikatywni, uprzejmi, mają dużo znajomych, często nas ktoś odwiedza, czuć ciepło rodzinne.

*Kolejny punkt wizytówki: „Moje motto życiowe - jutra może nie być”...*

W życiu czeka nas wiele przypadków losowych. Staraliśmy się zminimalizować ryzyko, ale uważam, że nie możemy być pewni jutra.

*Pisze Pan: „Najbardziej lubię wracać w rodzinne strony”. Na Pana twarzy widzę raczej ciekawość tego, co wydarzy się za chwilę!*

Jestem po kilkudniowym odpoczynku w domu, dlatego może nie widać, że mnie tam ciągnie. Bezpośrednio po Rio pojechałem odwiedzić rodzinę i odpocząć, bo tam

czuję się najbardziej komfortowo i chętnie wracam. Tylko w tym miejscu mogę naładować akumulatory, zresetować się przed pracą, treningami i nauką. Ale ciekawość to też moja cecha.

**Mówi Pan:** „Sport jest dla mnie ważną częścią życia”, o niej więc porozmawiajmy. Jest Pan medalistą wielu zawodów rangi mistrzostw Europy, świata i ostatnio Igrzysk Paraolimpijskich w Rio de Janeiro. To naprawdę duże osiągnięcia...

Szczególnie cenię sobie brąz z Rio. Mam wiele medali z mistrzostw Polski, Europy i świata, ale ten jest dla mnie najcenniejszy. To impreza odbywająca się co cztery lata i inne ważne zawody sportowe zawierają się w cyklu przygotowań do Igrzysk Olimpijskich. Jak wszyscy uczestnicy, kładę nacisk na optymalną formę w tych zawodach.

**Jak Pan przyjął wiadomość o zakwalifikowaniu do drużyny narodowej i na paraolimpiadę? Czy to było spełnienie marzeń?**

Dwa lata przed igrzyskami rozpoczął się proces kwalifikacji i wszystkie turnieje międzynarodowe były brane pod uwagę. Na tej podstawie wyselekcjonowano ścisłą światową czołówkę. Osiągnięcie kwalifikacji było bardzo trudne, ale udało nam się. Trudno nie cieszyć się w takiej chwili.

**Jesteście już w Rio, zaczyna się turniej... Przed sobą macie raczej przeciwników znanych z zawodów wcześniejszych, czy są to zupełnie nowi konkurenci? Wiecie, czego możecie się po nich spodziewać?**

Mieliśmy Chiny, Francję - to przeciwnicy dobrze nam znani, potykaliśmy się z nimi wielokrotnie, wiedzieliśmy, co potrafią i że są mocni. Mieliśmy za przeciwników również Grecję czy Włochy, trochę rzadziej spotykanych, ale generalnie wiedzieliśmy, co kto umie i jak trzeba z nimi walczyć. Założenia taktyczne przed każdym meczem mieliśmy jasne i łatwiej nam było przygotować się do kolejnych spotkań.

**Kiedy już wiedzieliście, że będziecie mieli medal, ale nie wiadomo, jakiego koloru, to celowaliście na pewno w najcenniejszy krążek, w złoto?**

Chcieliśmy zdobyć złoto, to był nasz cel. Kiedy nie udało się, ale gdy wygraliśmy z Grecją i sięgnęliśmy po brąz, radość była wielka. To przecież medal olimpijski, a jego kolor miał w tym momencie mniejsze znaczenie.

**Sport wyczynowy wymaga wielu wyrzeczeń. Jak można godzić życie prywatne i studia z tym rodzajem aktywności?**

Nie jest łatwo. Przed „zwykłą”, mistrzowską imprezą treningi mamy kilka razy w tygodniu, a przed igrzyskami to



cały cykl dzienny ustawiony pod te zawody. Ostatni rok, to już tylko sala treningowa, tam spędzałem lwią część dnia. Nie było szans na jakieś życie prywatne, nawet mieszkałem w ośrodku, w którym trenowaliśmy.

**A na co dzień, gdzie Pan trenuje? Sądząc po wynikach, musi to być profesjonalny ośrodek, w którym jest odpowiednie odżywianie, odnowa biologiczna i specyficzny tryb życia.**

Trenuję na AWF IKS Warszawa w kampusie AWF-u, gdzie mamy zaplecze sportowe, a więc trenerów, masażyстів, dietetyków i obsługę. Wszystko jest ułożone tak, żeby osiągnąć jak najlepszy

wynik sportowy.

**Czy nie zdarza się podczas ciężkich treningów moment zwątpienia albo znużenia takim życiem?**

Takie chwile oczywiście przychodzą, bo to przecież ciężki wysiłek. Po każdym treningu jesteśmy bardzo zmęczeni, przyjmujemy odpowiednie suplementy, żeby być w dobrej formie fizycznej. Musimy zwracać uwagę na drobne, wydawałoby się, szczegóły, które w całości mają ogromny wpływ na formę zawodnika. Nawet jeśli czuje się zmęczenie, to po jakimś czasie ono znika. Jeżeli ktoś poważnie zdecydował się dążyć do celu, to mimo kryzysów wraca na salę i trenuje. Każdy sukces podbudowuje, podnosi morale, motywuje do pracy. A zniechęcenie? Szybko mija.

**Kim dla Pana jest trener?**

To ważna postać w życiu zawodnika. Dobry trener potrafi, nawet siedząc na trybunach, wpłynąć na przebieg walki, odmienić ją na naszą korzyść. Mając doświadczenie trenerskie i zawodnicze potrafi zauważyć elementy, których my podczas walki nie jesteśmy w stanie dostrzec. Zawodnik wtedy jest skupiony na przeciwniku i na sobie, wie, co ma robić, ale nie dostrzega całości walki - widzi ją trener. Jestem szczęściarzem, bo mam takiego właśnie, mądrego i wszystkowiedzącego mistrza. To Marek Gniewkowski, były zawodnik polskiej kadry, pracujący w tym zawodzie od lat i fachowiec, który chyba wszystko wie o szermierce.

**Jak Pan sobie wyznacza cele? Czy następnym najważniejszym będzie olimpiada?**

Igrzyska dopiero za cztery lata, a cele najbliższe to zawody pucharowe oraz kolejne mistrzostwa Europy i świata. Gdy zaczną się kwalifikacje do olimpiady w Tokio, to na pewno będę chciał wziąć w nich udział, by zdobyć na niej jak najlepsze, medalowe miejsce.

**Dziękuję za rozmowę i życzę osiągnięcia kolejnych celów...**

## Księżniczka Mleka 2017



**Urszula Ostaszewska**, studentka kierunku bioinżynieria produkcji żywności Wydziału Przyrodniczego UPH, zdobyła tytuł Księżniczki Mleka 2017. Konkurs zorganizowała Fundacja Promocji Zdrowego Żywienia PROCIBUS pod patronatem Ministerstwa Rolnictwa,

To kolejne osiągnięcie laureatki. Wcześniej, w ramach wymiany studenckiej *Erasmus*, studiowała w Hiszpanii inżynierię rolniczą na Politechnice w Cartagenie oraz w Stanach Zjednoczonych na współpracującym z UPH Delaware Valley University.

Urszula Ostaszewska powiedziała: „Zostanie Księżniczką Mleka 2017 dało mi satysfakcję, radość, wzruszenie. Konkurs stwarza szansę rozwoju umiejętności, uczy wystąpień publicznych, autoprezentacji i kontaktu z dziećmi. Funkcja Księżniczki Mleka 2017 ma charakter edukacyjny. U podstaw idei konkursu leży uświadamianie dzieciom i młodzieży podczas pokazów szkolnych i festynów jak ważnym, pełnowartościowym produktem spożywczym w diecie jest nabiał”

## Złote Jacki 2016

W Bibliotece Pedagogicznej im. Heleny Radlińskiej w Siedlcach odbyła się uroczystość wręczenia Nagrody „Złotego Jacka”.

Kapituła, w skład której wchodzi przedstawiciele Siedleckiego Towarzystwa Naukowego, Stowarzyszenia Społeczno-Kulturalnego „Brama” oraz Muzeum Regionalnego w Siedlcach wyłoniła laureatów w trzech kategoriach. Za wybitne osiągnięcia badawcze wyróżniono prof. dr hab. **Piotra Gulińskiego**, za działalność popularyzującą naukę i kulturę - mgr. **Krzysztofa Chromińskiego**, za popularyzację osiągnięć naukowych - mgr. **Sławomira Miernickiego**. Uroczystość poprzedził wykład mgr. **Sławomira Kordaczuka**, wicedyrektora Muzeum Regionalnego, „Osiemnaście wyjątkowych miejsc pogranicza podlasko-mazowiecko-lubelskiego”.



## Stosunki z Rosją w oczach naukowców



JM rektor UPH prof. dr hab. **Tamara Zacharuk** otworzyła obrady III Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Polska-Rosja. Percepcja współczesnych wyzwań, kryzysów i konfliktów międzynarodowych”. Wzięli w niej udział badacze z ośrodków akademickich Polski, Rosji, Ukrainy i Łotwy. Przybył ambasador Federacji Rosyjskiej **Sergiej Andrejew**.

Jak stwierdziła prodziekan Wydziału Humanistycznego UPH dr **Beata Galek**, głównym celem konferencji była wymiana poglądów i opinii, prezentacja wyników badań oraz dyskusja reprezentantów różnych ośrodków naukowych dotycząca współczesnych wyzwań, kryzysów i konfliktów międzynarodowych w aspekcie relacji z Rosją. Są one coraz bardziej złożone, ale zwłaszcza dlatego środowiska naukowe winny poddawać je analizie, by wskazywać najracjonalniejsze rozwiązania.





## Więści z Wydziału Nauk Ścisłych

WYDZIAŁ NAUK ŚCISŁYCH

Od 1 maja 2016 roku na Wydziale Nauk Ścisłych ruszył projekt „Staż - najlepszy start!”, współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, skierowany do studentów WNS studiujących na kierunkach: chemia, informatyka i matematyka. Projekt przewiduje podniesienie kompetencji studentów WNS w/w kierunków, kluczowych dla gospodarki.

Osoby objęte wsparciem nabeżdżą nowe lub podniosą posiadane umiejętności poprzez udział w stażach zgodnych z profilem kształcenia na danym kierunku. Kompetencje zostaną potwierdzone bilansem kompetencji przed i po ukończeniu udziału studentów w projekcie.

Osoby objęte wsparciem podniosą kompetencje niezbędne na rynku pracy poprzez uczestnictwo w stażach, które nie są formą uwzględnioną w toku kształcenia na w/w kierunku. Projekt przewiduje kształcenie kompetencji: zawodowych - niezbędnych dla podwyższenia poziomu wiedzy ogólnej oraz umiejętności jej wykorzystania w pracy zawodowej oraz komunikacyjnych - będących podstawą do budowania relacji ze współpracownikami.

W ramach stażu studenci/studentki Wydziału Nauk Ścisłych otrzymają:

- \* **uczestnictwo w 3-miesięcznych stażach** (po 120 godzin/miesiąc) w firmach z branży: informatycznej, chemicznej i finansowej (właściwej dla kierunku studiów),
- \* **stypendium stażowe** w wysokości 2012,47 zł, za każdy przepracowany miesiąc,
- \* **ubezpieczenie** na czas odbywania stażu oraz zwrot kosztów badań lekarskich,
- \* **zwrot kosztów zakwaterowania**, w miejscu odbywania stażu znajdującym się poza miejscem zamieszkania, w przypadku gdy miejsce odbywania stażu znajduje się w odległości nie mniejszej niż 50 km od miejsca zamieszkania,
- \* **zwrot kosztów dojazdu** (tam i z powrotem) do miejsca odbywania stażu, w przypadku gdy miejsce odbywania stażu znajduje się poza miejscem zamieszkania.

Opiekunowie stażystów/stażystek w firmach i instytucjach, w których odbędą się staże, otrzymają wynagrodzenie za opiekę nad stażystami.

**Harmonogram staży zakłada 6 edycji w terminach:**

- \* 1.07 - 30.09.2016, 66 osób: 18 z chemii, 15 z informatyki i 33 z matematyki,
- \* 1.10 - 31.12.2016, 14 osób: 6 z chemii, 6 z informatyki i 2 z matematyki,
- \* 1.01 - 31.03.2017, 7 osób: 1 z chemii i 6 z informatyki,



- \* 1.04 - 30.06.2017, 23 osoby: 3 z chemii, 6 z informatyki i 14 z matematyki,
- \* 1.07 - 30.09.2017, 52 osoby: 8 z chemii, 18 z informatyki i 26 z matematyki,
- \* 1.10 - 31.12.2017, 14 osób: 2 z chemii, 10 z informatyki i 2 z matematyki.

W projekcie zaplanowano podniesienie kompetencji niezbędnych na rynku pracy przez 176 studentów Wydziału Nauk Ścisłych na kierunkach: chemia - 38, informatyka - 61, matematyka - 77 osób, w latach 2016 - 2018. Do tej pory w stażu wzięło udział i ukończyło go 66 osób, a kolejna grupa jest w trakcie jego realizacji. Projekt realizowany będzie do 31 stycznia 2018 r., natomiast ostatnie staże zakończą się 31 grudnia 2017 r.

Nasi stażyści odbywają staże nie tylko na terenie Siedlec i okolic, ale także w Warszawie i innych miastach, gdzie w znaczących instytucjach i firmach, jak: Centralne Laboratorium Kryminalistyczne Policji, Unified Factory SA, Główny Inspektorat Jakości Handlowej Artykułów Rolno-Spożywczych, Instytut Chemii Przemysłowej, Spółka KRYNICA VITAMIN S.A., Mostostal Siedlce, a także banki, biura rachunkowe, producenci oprogramowania i wiele innych, zdobywają doświadczenie zawodowe. Wiemy, że pracodawcy są zadowoleni z pracy stażystów, ich przygotowania i zaangażowania w pracę, a także stażyści chwalą atmosferę w pracy, zdobywane doświadczenia, umiejętności i wiedzę. **Najbardziej cieszy to, że wielu naszych stażystów znajduje stałe zatrudnienie u pracodawców, u których odbyli staż.**

**Zapraszamy studentki i studentów WNS, chętnych do udziału w stażu, do biura projektu mieszczącego się w Dziekanacie WNS oraz odwiedzenia strony www projektu: [www.sns.wns.uph.edu.pl](http://www.sns.wns.uph.edu.pl).**

**Kontakt do biura projektu:**

Wydział Nauk Ścisłych  
ul.3 Maja 54, 08-110 SIEDLCE  
pokój 16 (Dziekanat WNS)  
telefon/fax: (25) 643 11 86  
godziny pracy 8:00 - 15:30  
e-mail: [sns@uph.edu.pl](mailto:sns@uph.edu.pl)  
[www.sns.wns.uph.edu.pl](http://www.sns.wns.uph.edu.pl)

## Nowe studia podyplomowe na Wydziale Nauk Ścisłych

Na Wydziale Nauk Ścisłych od bieżącego roku akademickiego 2016/17 uruchomiono studia podyplomowe. **Podyplomowe Studia Ochrony przed Zagrożeniami Chemicznymi** skierowane są do absolwentów studiów wyższych, posiadających wykształcenie z dziedziny nauk ścisłych, technicznych lub pokrewnych, którzy chcą uaktualnić i poszerzyć swoją wiedzę z dziedziny bezpieczeństwa chemicznego, jak i do osób o innym profilu wykształcenia, które chciałyby zapoznać się z szeroko pojętą problematyką zagrożeń chemicznych.

W sposób szczególny skierowane są do osób pracujących lub rozważających wybór ścieżki zawodowej związanej z profesjonalnym zapewnianiem ochrony przed zagrożeniami chemicznymi w jednostkach administracji publicznej, organizacjach społecznych i samorządowych, prywatnych przedsiębiorstwach i spółkach handlowych, transporcie i gospodarce magazynowej, w komórkach odpowiedzialnych za bezpieczeństwo i sytuacje kryzysowe,

jednostkach Państwowej Straży Pożarnej, Służby Celnej, Policji, przedsiębiorstwach gospodarujących odpadami, firmach konsultingowych i innych instytucjach zajmujących się bezpieczeństwem i ochroną środowiska.

Absolwent Podyplomowych Studiów Ochrony przed Zagrożeniami Chemicznymi ma nowe uprawnienia i kwalifikacje zawodowe w zakresie znajomości substancji stwarzających niebezpieczeństwo pożaru, wybuchu, zatruc ludzi i zwierząt oraz skażenia środowiska naturalnego (gleby, wody, powietrza). Absolwent wykazuje znajomość podstawowych pojęć, praw i zjawisk chemicznych, posługiwania się nomenklaturą chemiczną oraz posiada wiedzę potrzebną do rozwiązywania zagadnień rachunkowych i praktycznych umożliwiających wyjaśnienie przebiegu procesów chemicznych. Identyfikuje zagrożenia skażeniami chemicznymi i posiada fizyczne i fizykochemiczne podstawy instrumentalnych metod ich analizy.

## Podyplomowe Studia Analizy Danych - Data Mining

Umożliwiają zdobycie wiedzy oraz umiejętności przydatnych osobom pracującym lub rozważającym wybór ścieżki zawodowej związanej z szeroko pojętą analizą danych. Szczególny nacisk położony jest na rozwijanie umiejętności samodzielnego i zespołowego rozwiązywania problemów współczesnej analizy i eksploracji danych o charakterze teoretycznym i praktycznym.

Przygotowanie uzyskane przez absolwenta Podyplomowych Studiów Analizy Danych - Data Mining jest odpowiednią na zapotrzebowanie regionalnego rynku na wykwalifikowanych pracowników z dziedziny zastosowań

matematyki oraz informatyki w medycynie, farmakologii, przemyśle. Absolwent Podyplomowych Studiów Analizy Danych - Data Mining zna zaawansowane metody obliczeniowe, w tym również przy wykorzystaniu nowoczesnych programów specjalistycznych i użytkowych. Absolwent Podyplomowych Studiów Analizy Danych - Data Mining jest przygotowany do podjęcia samodzielnej działalności w zawodach związanych z szeroko pojętą analizą rzeczywistych procesów, np. analizą danych gromadzonych podczas procesu leczenia pacjentów.

## Matematycy zapraszają na planszówki!

ZAPRASZAMY NA PLANSZÓWKI! Koło Naukowe Studentów Matematyki GRAF zaprasza na cyklicznie organizowane wieczorne spotkania, na których GRA SIĘ W GRY PLANSZOWE. Tradycyjnie - każdy przynosi gry, które ma w domu. :) KAŻDA GRA SIĘ NADAJE! Mamy na pewno: Gra o tron, Monopoly, Kolejka, Sabotażysta...

Zapraszajcie znajomych! Każdy mile widziany!

Dołączajcie do naszej planszówkowej grupy: <https://www.facebook.com/groups/PlanszowkiUPH/?fref=ts> oraz bezpośrednio do wydarzenia: <https://www.facebook.com/events/1107049062678348/>

## Siedleckie Targi Gier

Przypominamy, że w kwietniu 2017 ruszają kolejne Siedleckie Targi Gier, organizowane przez studentów Koła Naukowego Informatyków „GenBit”. O poprzednich edycjach można poczytać na stronie internetowej Wydziału Nauk Ścisłych lub bezpośrednio:

[Http://www.wns.uph.edu.pl/strona-glowna/aktualnosci/565-siedleckie-targi-gier-zakonczone-sukcesem](http://www.wns.uph.edu.pl/strona-glowna/aktualnosci/565-siedleckie-targi-gier-zakonczone-sukcesem)

## ZAPROSZENIE

Zapraszamy do udziału w „Pierwszym Dniu Wiosny z Wydziałem Nauk Ścisłych” Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach.

We wtorek 21 marca 2017 Wydział Nauk Ścisłych organizuje „Pierwszy Dzień Wiosny” (Dzień Otwarty Wydziału). Spotkanie obejmuje: wysłuchanie krótkiego, interdyscyplinarnego wykładu z zakresu nauk ścisłych, spotkanie ze studentami wydziału oraz czynny udział w cie-

kawych i pouczających pokazach doświadczeń w pracowniach instytutów: chemii, matematyki i fizyki oraz informatyki. Uczniowie szkół ponadgimnazjalnych, a w szczególności maturzyści i ich opiekunowie, którzy nas odwiedzą otrzymają pamiątkowe „Certyfikaty Wagarowicza”. Szczegóły spotkania już wkrótce na stronie WNS: <http://www.wns.uph.edu.pl/>

Mirosław Szaban

## Wymiana polsko-amerykańska

Studenci Wydziału Przyrodniczego UPH uczestniczyli w wyjeździe do Delaware Valley University w Doylestown w Stanach Zjednoczonych. Odbył się on w ramach Programu Wymiany Studenckiej Piszek/Evans/Diamond.

Katarzyna Krasnodębska, Urszula Ostaszewska, Przemysław Paskudzki, Rafał Niemyjski, Karol Noceń, Michał Czarkowski wraz z dr inż. Mileną Trubą uczestniczyli w zajęciach i odwiedzali lokalne gospodarstwa, poszerzając wiedzę z zakresu rolnictwa. Zwiedzili też wiele interesujących miejsc: Philadelpnię, Nowy Jork, Longwood Garden, Hawk Mountain.

Jak ocenił Przemysław Paskudzki: „Pobyty w Stanach był niezapomnianym przeżyciem. Oczami Polaka USA jest zupełnie innym światem, począwszy od pogody, przez ludzi, ich kulturę, zachowania, ciekawą kuchnię, kończąc na przyrodzie, drogach czy samochodach. Wszystko jest nieporównywalnie inne. Przed wyjazdem ktoś powiedział mi, że za wielką wodą nauczę się *od-dychać inaczej* i nie rozumiałem wtedy, co to znaczy. Dziś już wiem... Warto choć raz w życiu polecieć do Stanów Zjednoczonych. Ja na pewno jeszcze tam wrócę odwiedzić moich nowych, wspańiałych, amerykańskich przyjaciół”.

Podobnie stwierdził Karol Noceń: „Jestem bardzo zadowolony z wyjazdu i szczęśliwy, że mogłem poznać tak wyjątkowych ludzi”. Natomiast dr inż. Milena Truba po-



wiedziała: „Na szczególną uwagę zasługuje fakt, że od naszego przylotu do USA przez 10 dni pobytu towarzyszyły nam osoby, które gościliśmy w Polsce w maju 2016 r. Niewątpliwie, między polską i amerykańską młodzieżą powstały przyjaźnie i więzi na długie lata”.

UPH uczestniczy w Programie Wymiany Piszka/Evansa/Diamonda od 2007 roku. Każdego roku grupa studentów naszego uniwersytetu wyjeżdża na wymianę do Stanów Zjednoczonych, zaś do Siedlec przybywają przedstawiciele amerykańskiej uczelni. Współpraca finansowana jest przez Amerykańską Fundację Kopernikańską i Fundację Kopernikańską w Polsce.

## Terminy rekrutacji

Rekrutacja na studia **II stopnia** na kierunku bioinżynieria produkcji żywności, informatyka, rolnictwo, zootechnika prowadzona będzie w następujących terminach:

rejestracja elektroniczna w IRK:	<b>studia stacjonarne:</b> 10.01. - 17.02.2017 r. do godz. 15.00 <b>studia niestacjonarne:</b> 10.01. - 20.03.2017 r. do godz. 15.00
składanie dokumentów (dotyczy również dokumentów przesyłanych pocztą):	<b>studia stacjonarne:</b> 06.02. 17.02.2017 r. do godz. 15.00 <b>studia niestacjonarne:</b> 06.02.-20.03.2017 r. do godz. 15.00
ostatni dzień wniesienia opłaty rekrutacyjnej:	<b>studia stacjonarne:</b> 17.02.2017 r. <b>studia niestacjonarne:</b> 20.03.2017 r.
rozmowa kwalifikacyjna:	<b>studia stacjonarne:</b> 18.02.2017 r. godz. 10.00 <b>studia niestacjonarne:</b> 21.03.2017 r. godz. 10.00
ogłoszenie wyników:	<b>studia stacjonarne:</b> 20.02.2017 r. godz. 14.00 <b>studia niestacjonarne:</b> 21.03.2017 r. godz. 14.00



## Konkurs Wiedzy o Rosji i Niemczech

W naszej uczelni odbył się II Uniwersytecki Konkurs Wiedzy o Rosji i Niemczech dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych.

Zakres konkursu tym razem obejmował umowne daty 1933-1991, czyli od powstania faszyzmu do upadku komunizmu. Uczestnicy musieli zmierzyć się z pytaniami z zakresu historii, kultury, społeczeństwa, geografii.

Do udziału zakwalifikowano 15 trzyosobowych zespołów ze szkół regionu siedleckiego oraz studentów kierunku filologia ze specjalnością język rosyjski w biznesie oraz język niemiecki w biznesie. Nad zmaganiem uczestników czuwało jury w składzie: dr Roman Bobryk, dr Ewa Kozak, dr Marzena Lisowska.

Zwyciężyła drużyna reprezentująca Zespół Szkół Salezjańskich „Lux Sapientiae” z Sokołowa Podlaskiego w składzie: Michał Pawelec, Mateusz Trebnió, Karol Mystkowski, pod opieką mgr Sylwii Skrzyszewskiej.

Drugie miejsce zajęł zespół z I Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Skłodowskiej-Curie z Sokołowa Podlaskiego: Maksymilian Lech, Katarzyna Odowska, Jakub Lachowski, przygotowany przez mgr Wiesławę Witkowską i mgr. Sylwestra Mosieja.



Na podium stanęli również uczniowie: Karol Białecki, Julia Chacińska, Izabela Wakula z II Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Dwujęzycznymi im. św. Królowej Jadwigi w Siedlcach pod opieką mgr Aleksandry Czmocho.

## Otwarte wykłady



Na Wydziale Humanistycznym UPH odbył się otwarty wykład wybitnego polskiego kryminologa prof. dr hab. Brunona Hołysta „Współczesne oblicza przestępczości”.

Wśród obecnych znaleźli się m.in.: JM Rektor prof. dr hab. **Tamara Zacharuk**, prodziekani Wydziału Humanistycznego: prof. dr hab. **Sławomir Sobczak** i dr **Adriana Pogoda-Kołodziejak** oraz prodziekan Wydziału Nauk Ścisłych dr **Danuta Kroczevska**. Przybyli nie tylko studenci kierunku kryminologia stosowana i bezpieczeństwo narodowe, ale także uczniowie szkół ponadgimnazjalnych z naszego regionu.

Wystąpienie wzbudziło ogromne zainteresowanie. W następnej kolejności dr **Robert Białoskórski** z Instytutu Nauk Społecznych i Bezpieczeństwa UPH wygłosił wykład „Służby specjalne, mit a rzeczywistość”

## Pod patronatem Instytutu Nauk Społecznych i Bezpieczeństwa

**INSiB UPH kolejny rok kontynuuje współpracę z Zespołem Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 w Siedlcach.**

Odkąd w kwietniu 2015 r. podpisano oficjalną umowę o współpracy, współdziałanie nabrało tempa. Rozpoczęło się od wykładów dla klasy o profilu wojskowym, będącej unikatem wśród siedleckich szkół. Jej uczniowie pojawiali się w murach Wydziału Humanistycznego, aby wysłuchać wykładów o problematyce bezpieczeństwa.

Wspólnymi siłami pozyskano umundurowanie polowe dla uczniów, które powinni nosić w ramach tzw. dnia mundurowego. Z inspiracji **Jerzego Kopańskiego**, dyrektora ZSP nr 1, zajęcia uzupełniono o ćwiczenia z musztry, posługiwanie się bronią oraz podstaw szkolenia taktycznego. Są realizowane w siedleckiej jednostce wojskowej.

W rozpoczynającym się roku Instytut Nauk Społecznych i Bezpieczeństwa odwiedzać będą już dwie klasy. Z inicjatywy jego dyrektora, prof. UPH dr hab. **Mariusza Kubiaka**, poszerzono zakres tematyczny zajęć. Będą



wzbogacone o zagadnienia z zakresu wywiadu konkurencyjnego, kryminologii oraz ratownictwa medycznego.

Korzyści ze współpracy są nieocenione: młodzież ma możliwość, od pierwszych klas szkoły średniej, osvajania się z atmosferą uczelni wyższej, wzbogacania swojej wiedzy oraz planowania ścieżki edukacyjnej.

**Paweł Szmitowski**

## Wspólne śpiewanie łączy pokolenia

Tradycyjnie w połowie listopada JM rektor UPH prof. dr hab. **Tamara Zacharuk** zaprosiła społeczność akademicką i przyjaciół naszej uczelni na Wieczór Pieśni Patriotycznej.

Muzyczne obchody Narodowego Święta Niepodległości odbyły się już po raz ósmy. W pierwszej części wieczoru (16 listopada ub. r.) w programie patriotycznym wystąpili niezwykle goście - **dzieci z grupy „Biedronki”** Miejskiego Przedszkola nr 27 z Oddziałami Integracyjnymi w Siedlcach, pod opieką dyrektor **mgr Anny Malackiej** oraz **mgr Agnieszki Krzyżińskiej** i **mgr Eweliny Prac**. W kolejnej części **Chór Akademicki UPH** pod kierownictwem **mgr. Michała Hołowni** i **ks. prof. dr. hab. Michała Szulika** zaprosił wszystkich do wspólnego śpiewania. Przy pianinie zasiadł **Tomasz Wojtuś**.

Śpiewanie w Pałacu Ogińskich wpisało się na stałe w kalendarz wydarzeń kulturalnych uczelni i miasta. Dzięki fascynującym opowieściom z czasów marszałka Józefa



Piłsudskiego, wplatanym między utwory muzyczne przez prowadzącego wieczór **mgr. Michała Hołownię**, każde listopadowe spotkanie na Uniwersytecie jest niezwykłą podróżą w czasie i z pewnością łączy pokolenia.

**Ewa Nasilowska**

## Szkolenia dla młodzieży szkolnej

Na Uniwersytecie Przyrodniczo-Humanistycznym w Siedlcach rozpoczął się cykl szkoleń w zakresie bezpieczeństwa w przestrzeni publicznej i reagowania w sytuacjach zagrożeń, adresowany do młodzieży szkolnej.

Inicjatorem spotkań „Moje bezpieczeństwo” jest Instytut Nauk Społecznych i Bezpieczeństwa UPH. Kursy z tego zakresu przeprowadzają: Państwowa Straż Pożarna, Policja oraz służby ratownictwa medycznego. W pilotażowym cyklu udział bierze m.in. Zespół Szkół im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego w Sokołowie Podlaskim.





## **ŻAK ruszyła rekrutacja!**

**Rozpoczął się etap zimowej rekrutacji do ŻAKA.**

**To policealne szkoły dla dorosłych, w których łatwo, szybko i darmowo zdobyć można nowe kwalifikacje.**

**One przydają się osobom szukającym lepszej pracy.**

**Kolejny semestr w ŻAKU wystartuje w lutym 2017 roku.**

**Warto podjąć naukę na jednym z dziewięćdziesięciu atrakcyjnych kierunków, gwarantujących zdobycie dyplomu profesjonalisty.**

Do ŻAKA może zapisać się każdy dorosły, który ukończył szkołę średnią. Nie trzeba mieć matury. Nauka jest bezpłatna i trwa, w zależności od wybranej specjalizacji, rok lub dwa lata. Po tym okresie słuchacz otrzymuje dyplom profesjonalisty w wybranej dziedzinie. A to pomaga zdobyć zaufanie pracodawcy. *Mamy nowy rok, czyli świetny moment na ważne, życiowe postanowienie* mówi Marcin Tabara, zastępca dyrektora ds. marketingu ŻAKA. *Warto skorzystać z okazji i rozpocząć zdobywanie nowych umiejętności. A te mogą okazać się bardzo przydatne.*

Rynek pracy w Polsce zmienia się bardzo dynamicznie, wciąż potrzebni są fachowcy w nowych dziedzinach. A ŻAK pozwala na zdobycie kwalifikacji w kilkudziesięciu popularnych branżach takich, gdzie pracownicy są najbardziej poszukiwani. Placówki edukacyjne tej sieci znajdują się w 84 polskich miastach, w każdym regionie kraju. To sprawia, że do ŻAKA zawsze jest blisko: wystarczy wejść w Internet i znaleźć szkołę znajdującą się w sąsiedztwie.

Słuchaczem ŻAKA może stać się każda pełnoletnia osoba - absolwenci szkół zawodowych, osoby bez matury lub chcące się przebranżowić. Wśród korzystających z oferty ŻAKA znajdują się też absolwenci liceum (lub ci, którzy ich nie skończyli), osoby bezrobotne, a nawet potrzebujący nowych kwalifikacji studenci czy seniorzy. Bogata oferta specjalności sprawia, że każdy może znaleźć coś dla siebie. Wśród najczęściej wybieranych kierunków znajdują się takie jak: technik BHP, technik administracji, technik usług kosmetycznych, technik informatyk, technik turystyki wiejskiej.

Kto zapisze się do ŻAKA w okresie zimowym, rozpocznie naukę w lutym 2017 roku. Liczba miejsc na każdym z atrakcyjnych kierunków jest ograniczona. Aby zostać słuchaczem ŻAKA wystarczy zajrzeć na stronę [www.zak.edu.pl](http://www.zak.edu.pl) i odnaleźć szkołę najbliższą swojego miejsca zamieszkania. Następnie trzeba wypełnić formularz zgłoszeniowy [www.zak.edu.pl/formularz](http://www.zak.edu.pl/formularz) - i przesłać go Internetem lub zanieść osobiście do sekretariatu ŻAKA. Należy dostarczyć tam również świadectwo ukończenia szkoły średniej. Nauka odbywa się w trybie zaocznym, co drugi weekend.





**Chi-Chi Ude** - charyzmatyczna artystka i projektantka, studentka Łódzkiej Akademii Sztuk Pięknych na Wydziale Tkaniny i Ubioru.

W 2015 r. zaprezentowała w Galerii „Wystawa” na warszawskim Żoliborzu swoją kolekcję marynarek, a w rok później – garniturów w obiektywie fotografików: Konrada Cioka, Panny Tutli Putli, Wiktora Franko i Tomasza Sikory. W czerwcu 2016 r. otworzyła autorską Galerię Sztuki Projektowej przy ul. Widok w Warszawie, która stała się „mekką” dla klientów, stylistów i twórców. Wystąpiła w teledysku piosenki „Infinite” zespołu Łąki Łan. Uczestniczyła w targach mody, projektowała kostiumy do przedstawienia teatralnego „California”.

A.R.

zdjęcia: archiwum Chi Chi Ude







# JACKONALIA

to święto studentów czyli Nas!

Zapraszamy wszystkich studentów do włączenia się w pomoc przy organizacji święta siedleckich studentów - Jackonaliów 2017

Zapraszamy na naszą stronę internetową: [www.studenci.uph.edu.pl](http://www.studenci.uph.edu.pl)  
Zapraszamy do polubienia naszej strony na facebooku:  
[www.facebook.com/ParlamentStudentowSiedlce](https://www.facebook.com/ParlamentStudentowSiedlce)  
Kontakt: [Parlament@uph.edu.pl](mailto:Parlament@uph.edu.pl)  
tel. 25 643-10-38

