

WEEKEND *z rodziną*

● **Relacje** Miłość w czasach online: dla kogo aplikacje randkowe? Nowe technologie na stałe zagościły w życiu niemal każdego człowieka. Wiele rzeczy dzięki temu się zmieniło, w tym także szukanie miłości swojego życia. Coraz więcej ludzi decyduje się na poznawanie potencjalnych przyszłych partnerek i partnerów przez internet **str. 5** ● **Marcin Dorociński** Choć zaczynał od teatru, to w kinie odniósł największe sukcesy. Popularność nie przewróciła mu w głowie. Nadal jest skromnym człowiekiem **str. 6**



Sobota-niedziela
14-15.01.2023

Nr 11 (4863)
Nakład: 8.680 egz.

www.gp24.pl
Cena 3,90 zł (w tym 8% VAT)

Słynny „leningrad”
w Bornem Sulinowie
z nowym
właścicielem **str. 14**



Operowy karnawał
Gwiazdy polskiej
i światowej sceny
w najpiękniejszych
utworach **str. 15**

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570



TRAGICZNA ROCZNICA 30 LAT TEMU NA BAŁTYKU ZATONAŁ POLSKI PROM M/F „JAN HEWELIUSZ”. ZGINEŁO 55 OSÓB

Mayday, mayday, mayday...



To była największa katastrofa w historii Polskiej Marynarki Handlowej. Podczas ataku huraganu Junior prom przechylił się na lewą burtę i nie zdołał się już podnieść. „Jan Heweliusz” wyszedł w rejs do Ystad przed północą, zatonął nad ranem. Do dziś nie ma oficjalnego wyroku, który stwierdzałby jednoznacznie, co doprowadziło do tragedii... **str. 2**

W poniedziałek w naszej gazecie Sportowy24

● Relacje z wydarzeń sportowych
w regionie, kraju i na świecie

Zamów prenumeratę Głosu

☎ 94 340 11 14

prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

...all ships. Mayday. Polish ferry „Jan Heweliusz”

Dramat na morzu
Temat z pierwszej strony

Często mówi się, że tragedii, która się wydarzyła, nic nie zapowiadało. Tę sprzed 30 lat wydaje się zapowiadało wszystko.

- Na głębokości 12 metrów jest jego prawa burta, strzaskane samochody ciężarowe wysypane z pokładu samochodowego na dno. Wewnątrz pokładu kolejowego przemieszane wagony z samochodami ciężarowymi z naczepami. Widać potęgę, siłę morza rozsłającego - opowiadał mi dwadzieścia lat temu Tomasz Stopyra, właściciel szczecińskiej szkoły nurkowania Dive Point. On i jego koledzy nurkowali do wraku promu kolejowo-samochodowego M/F „Jan Heweliusz”, który od kilku lat spoczywał kilkanaście mil od niemieckiej wyspy Rugia.

Tęj nocy, ze środy na czwartek, z 13 na 14 stycznia 1993 roku Bałtyk rzeczywiście pokazywał swoją siłę. Wielu marynarzy nabrało się już, sądząc, że to przecież tak niewielki akwen, więc i sztormy muszą być na nim całkiem znośne. Tymczasem nasze morze ma krótką, zrywną falę, często nakładają się więc jedna na drugą. A kiedy wieje bardzo mocno, robi się naprawdę niebezpiecznie. Tak było tej nocy. Chociaż kiedy prom z dwugodzinny opóźnieniem opuszczał Świnoujście, aura jak na styczcień była normalna. Owszem wiało, ale 6-7 w skali Beauforta. Pogoda na przelot do Ystad może nie idealna, ale do zaakceptowania.

„Heweliusz” miał wyjść z portu około 22, mniej więcej wówczas, kiedy w programie drugim TVP trwał Express Reporterów. Wyszedł, kiedy w programie pierwszym emitowano jedenasty odcinek „Królowej Bony”. Przyczyną opóźnienia były problemy techniczne. Trzy dni wcześniej w Ystad uszkodzona została furta rufowa. Armator Euroafrica nie zgłosił tego faktu i zamiast porządnego remontu usterkę starano się naprawić własnym sumptem. To nie był zresztą pierwszy przypadek, w którym coś złego działo się z promem. A to jak w 1982r. opierał się o nabrzeże, bo przesuwały się wagony kolejowe i ciężarówki, a to jak cztery lata wcześniej przewracał się, bo źle funk-



„Jan Heweliusz” w Świnoujściu. Czerwiec 1992 roku, czyli pół roku przed zatonięciem

cjonowały zbiorniki balastowe. Te wszystkie przypadki nagłonożono zaraz po katastrofie. Nieco później opinia publiczna poznała skutki remontu, który w 1986 roku został przeprowadzony w Hamburgu. Tam, by wyrównać zniszczenia po groźnym pożarze, wylano na górny pokład 60 ton betonu. Od lat między innymi na ten fakt zwracał uwagę Marek Błus - publicysta, ale jednocześnie kapitan żegluga wielkiej. Jak mówił, rok temu w wywiadzie dla portalu „Zawsze Pomorze” sprawa wciąż czeka na rozwiązanie. Wyroki polskich izb morskich wskazujące na zły stan techniczny statku i błędy kapitana w 2005 roku podważył Trybunał Praw Człowieka w Strasbourgu. To oznacza, że wciąż nie ma jednoznacznego wyroku, co stało się trzydzieści lat temu. Czy kiedyś będzie? - Podstawowe pytanie brzmi: czy wśród rodzin ofiar, nawet w kolejnym pokoleniu, znajdzie się ktoś wystarczająco zdeterminowany, by to kontynuować - mówił rok temu Błus.

„Heweliusz” zaczął rejs do Szwecji całą naprzód. Trzeba było spróbować nadgonić stracony czas. Szybko udało się wyprzedzić „Silesię”, która minęła Stawę Młyny, czyli słynny świnoujski wiatrak pięć minut wcześniej. Mający olbrzymie, bo ponad trzydziestoletnie doświadczenie w pracy na morzu ochmistrz Edward Kurpiel, po zakończeniu swojej pracy, poszedł do kajuty. Było koło wpół do drugiej w nocy.

- Nie odczuwałem żadnych przechyłków, żadnych wstrząsów. Kładłem się normalnie. W nocy

zbudził mnie szum. Uderzenie przesuwanego naczyń w kabinie. Zorientowałem się, że jest przechył, ale przy pogodzie lekko sztormowej to było normalne. Położyłem się z powrotem - mówił kilkanaście godzin po ocaleniu reporterowi Polskiego Radia Szczecin.

On spał, a kapitan Andrzej Ułasiewicz próbował nawiązać kontakt z idącą w przeciwnym kierunku bliźniaczą jednostką „Heweliusza” promem „Mikołaj Kopernik”. Sytuacja stawała się coraz trudniejsza.

„Kopernik”, „Kopernik”. „Heweliusz” - wołał w eter Ułasiewicz.

- Tak, odpowiadamy - nadeszła zwrotka z „Kopernika”.

- Przechyły były tak duże, że wszystko spadało, meble się przesuwały. Po chwili usłyszałem dzwonek alarmowy i komunikat kapitana wzywający pasażerów i załogę do opuszczenia statku - wspominał kolejne minuty Edward Kurpiel, tym razem w rozmowie z dziennikarką „Głosu Szczecińskiego” Krystyną Pohl kilkanaście lat później.

- Mamy przechył 30 stopni. Ogłoszono alarm szalupowy - „Heweliusz” meldował „Kopernikowi”.

- Podaj pozycję - apelowano z „Kopernika”. - Podaj pozycję! „Heweliusz”, „Heweliusz”, „Kopernik” - coraz bardziej nerwowo szukano kontaktu ze statkiem, który zgłaszał kłopoty. - Gdzie jesteście? Czy będziecie... Czy pomocy potrzebujecie?

Na te apele z „Heweliusza” odpowiadały tylko szumy.

- Podajcie pozycję - krzyczał „Kopernik”. - Jesteście już

na północ czy na południe od Arkony? Spróbujcie aktywnym na drugą stronę, żeby wiatr was podniósł.

Tym razem nadeszła odpowiedź. - Przewróciły nam się lory i mamy przechył na lewą burtę i nie jesteśmy w stanie w tej chwili go zlikwidować.

- To co, ogłaszacie mayday czy co? - padło pytanie z „Kopernika”.

- Tak, ogłaszamy mayday.

Ogłoszenie mayday to znak, że sytuacja zagraża życiu wszystkim, którzy są na pokładzie, a statku nie uda się już ocalić i trzeba będzie go opuścić. - Mayday, mayday, mayday all ships, all ships. Mayday, mayday. Polish ferry „Jan Heweliusz” with heavy list to the portside. I give you my position shortly...

- Ledwie wydostałem się z kabiny, a przechył był już tak duży, że podłoga stała się ścianą. Z trudem założyłem skafander ratowniczy. Koledzy pomogli mi wygramolić się na pokład. „Heweliusz” już leżał na lewej burcie. Wiatr dął z niewyobrażalną siłą. Otworzyliśmy tratwy i skakaliśmy w spienione fale. Czegoś takiego jeszcze nie doświadczyłem - opowiadał Kurpiel. - Woda rozbijała się na taką mgiełkę, która wchodziła w oczy w usta, w uszy. Nie było nic widać. Byłem miotany ileś metrów w górę w dół. Nie wiem, nic nie widziałem, nic nie czułem i w pewnym momencie ręka natrafiła na sznur. To była tratwa...

Na wezwanie mayday odezwała się duńska stacja CRS Ronne Radio. Jej operatorka próbowała dowiedzieć się o pozycję, na jakiej znajduje się prom. To

okazało się bardzo trudne. W ustalanie, gdzie tak naprawdę jest tonący „Heweliusz”, włączyły się jeszcze załogi promów „Nieborów” i „Silesia”. Próbowano na podstawie własnych pozycji określić położenie „Heweliusza”.

Kolejne wezwanie mayday i kolejna uwaga, że ratownicy potrzebują określenia pozycji.

- 16 miles from Arkona, 16 miles west from Arkona.

W kolejnym komunikacie jest już jedynie informacja o tym, że przechył osiągnął 70 stopni i dotarcie do radia na mostku staje się prawie niemożliwe. Z polskim promem kontaktować zaczęło się także niemieckie Arkona Radio. Jednak „Heweliusz” przestał odpowiadać. - O godzinie drugiej w nocy statek przekazał wiadomość, że ma przechył około 30 stopni, a o godzinie 4:57 następną wiadomość, że przechył zwiększył się do 70 stopni i parę minut potem kapitan nadał mayday. W tym momencie

urwała się łączność ze statkiem - przekazał komunikat szczecińskim dziennikarzom nawigator Euroafrica, kapitan żegluga wielkiej Antoni Janusz.

Rozpoczęta nad ranem akcja ratownicza trwała wiele godzin.

- Uratowanych mogło być więcej, gdyby lepiej i sprawniej była przeprowadzona. Kilka godzin siedzieliśmy w tratwie wypełnionej wodą, zanim pojawił się pierwszy śmigłowiec. To był niemiecki śmigłowiec. W tratwie ludzie tracili z zimna siły, polski kierowca TIR-a umarł na naszych rękach - wspomina Edward Kurpiel. Niestety, niemieccy ratownicy nie schodzili na dół do rozbitków, ze śmigłowca spuszczały tylko linę z pasem. Rozbitek miał się zapiąć sam. - To było okropnie trudne, bo zgrabiące z zimna ręce były jak drewniane kłody. Po chwili stało się coś strasznego. Kolejny raz spuszczone liną z pasem, miotana wiatrem zahaczyła o drugą tratwę i przewróciła ją. Ludzie znaleźli się pod tratwą. Byli w kombinezonach ratowniczych i nie mogli się spod niej wydostać. Ich rozpaczliwe krzyki, błagania o ratunek słyszę do dziś. A my byliśmy bezzilni, nie mogliśmy nic zrobić - kończy jeden z 9 ocalałych członków załogi.

W sztormie podczas huraganu Junior, który zatopił M/F „Jan Heweliusz” w nocy 14 stycznia 1993 roku zginęło dwudziestu marynarzy i trzydziestu pięciu pasażerów. Czasami wydaje się, jakby wciąż byli wśród nas. - Był taki moment podczas nurkowania, że kolega otworzył schowek kierowcy w kabinie tira i wypłynęły kanapki zapakowane tak, jakby ten kierowca za chwilę miał po nie przyjść jeszcze. ©©

30 LAT TEMU ZATONAŁ JAN HEWELIUSZ

14 stycznia 2023 roku (sobota) przypada 30. rocznica zatonięcia promu „Jan Heweliusz”. Jest to największa katastrofa morska w powojennej historii Polskiej Marynarki Handlowej. W związku z rocznicą, zaplanowane zostały następujące uroczystości:

● Sobota – o godz. 9 w Świnoujściu, na Placu Rybaka pod tablicą pamiątkową M/F „Jan Heweliusz”, odbędzie się uroczystość upamiętniająca katastrofę promu.

● Niedziela – 15.01 – o godz. 18 w Filharmonii im. Mieczysława Karłowicza w Szczecinie odbędzie się koncert Requiem Wolfganga Amadeusza Mozarta.

Zwyczajem lat ubiegłych, załogi promów pływających do Szczeciny zrzucają w miejscu katastrofy okolicznościowe wieńce.

Kurier lub
dostawa przez
aplikację w razie
nagłej potrzeby

PORADNIK, *str. 7*

Tanie i smaczne
pasty do kanapek:
roślinne, rybne
i mięsne

KUCHNIA, *str. 8*

WEEKEND *z rodziną*

Najmodniejsze
makijaże
i paznokcie
na studniówkę

URODA, *str. 9*

Supraśl
– podlaskie
uzdrowisko
wśród drzew

PODRÓŻE, *str. 11*

GŁOS

Sobota-Niedziela, 14-15.01.2023

MIŁOŚĆ W CZASACH ONLINE, CZYLI CO KRYJĄ APLIKACJE RANDKOWE?



Aplikacje randkowe adresowane do różnych grup osób pozwalają nawiązywać znacznie szersze kontakty niż we własnym środowisku, zapewniając dyskrecję. Jednak poznając ludzi w ten sposób, trzeba zachować zdwojoną ostrożność. Niektórzy w ten sposób znajdują partnera na życie, inni piękne przyjaźnie. Ale gwarancji nie ma **TEMAT TYGODNIA** *str. 5*

Nicole Młodziejewska



MIŁOŚĆ W POŚPIECHU

Pędzimy. Praca, projekty, nadgodziny, szkolenia. Choć nikt nas do tego nie zmusza, to coś każe nam ciągle biec. Mało śpimy, jemy w biegu, zapominamy o najbliższych, a weekendy często są jedynym czasem na nadgonienie obowiązków domowych. Nie ma czasu na odpoczynek.

A jak w tym całym pośpiechu jeszcze znaleźć miłość życia? Zwłaszcza, jeżeli czasy studenckich imprez i wzmożonych kontaktów towarzyskich mamy już dawno za sobą?

Tu z pomocą przychodzą aplikacje randkowe. Większość z nich oparta jest na podobnych zasadach, które - tak, jak nasze życie - w założeniu mają być szybkie. Na ekranie pojawia się potencjalny kandydat. Rzucamy okiem na kilka zdjęć, czytamy opis i... już wiemy, czy dajemy mu szansę, czy wolimy go odrzucić.

Choć wydaje się to wygodnym rozwiązaniem - bo jak poznać kogoś, ledwo mając czas dla siebie? - to jednak są tego też ciemne strony. Po pierwsze, trudno mówić o poznaniu osoby, jeżeli bazuje się tylko na kilku jej zdjęciach (z pewnością wybranych po wnikliwej selekcji) i dwóch zdaniach opisu. Po drugie, rozmowy poprzez aplikacje często niewiele mają wspólnego z dialogiem, a bliżej im do wymiany krótkich „co tam” i „dobrze”. Po trzecie, zdarzają się kandydaci, którzy szukają towarzystwa na jedną noc i ani myślą o związku. Nie wspominając już o oszustach i wyłudzaczach pieniędzy.

Nie powiem jednak, że aplikacje randkowe to kit. Nie mogę powiedzieć, że sama z nich nigdy nie korzystałam. Tak, jak nie powiem, że nie można znaleźć tam prawdziwej miłości, bo znam małżeństwa, które poznały się na Tinderze. Chcę jednak przestrzec przed nastawieniem się na to, że aplikacja zagwarantuje nam miłość, jak z bajki. Tych, którym się to uda, z pewnością będzie mniej, niż tych, którzy przez długi czas będą przesuwać kolejne profile. Niemniej, uważam, że warto spróbować, by sprawdzić, czy nam to odpowiada. Poza tym, randki z aplikacji mogą być początkiem świetnej znajomości, nawet jeśli nie skończy się ona związkiem.

Nieporadnik Tatusia

PODRÓŻNICY

- Ale to było najpyszniejsze śniadanie w moim życiu! - rzecze starszy. Młodszy wtórzy: najpyszniejsze. I prosi o powtórkę.

Mamo, jesteś najlepszą kucharką na świecie - rzeczą chorem. Sęk w tym, że to jakoś szczególnie mamy nie uszczęśliwia... No popatrzcie, sałata, papryka, pomidor, kromka chleba i jest już najpyszniejsze śniadanie. Aha, jeszcze szczypta gór.

Tegoroczna podróż od ubiegłorocznej różniła się znacznie. Robimy na koniec podsumowanie. Starszy: tylko raz zapytałem, czy daleko jeszcze. Fakt, rok temu pytał tak jakoś co kilometr.

Młodszy: a ja tylko raz chciałem siku. To prawda. W czasie poprzedniej podróży nawet nocnik na parkingu pełnym tirów był w użyciu.

W ogóle kolejna podróż to jakiś przełom. Marudzenia praktycznie brak, tata mógł nawet za kółkiem posłuchać swoich płyt, mama mogła poczytać (lampa podróżna robi robotę). Poszło jak z płatka.

Z jedną tylko przerwą, gdy gdzieś, na pustej trasie, tata dostrzegł opuszczoną stację benzynową. To znaczy opuszczoną przez klientów, bo byliśmy jedynymi. Więcej ekspresów do kawy niż gości. Młódzie: hot-dogi, hot-dogi, hot-dogi! Dostali. Starszy: jaki to był pyszny hot-dog! Powiem pani kasjerce! Poszedł, powiedział.

A ona mi później szepcze: Cudny jest ten pana syn. Taki odważny. Wiecie, jak ojcu serce rośnie? Tata

Gwiazda

KIEDY NIE PRACUJĘ NA PLANIE, WOLEĘ POSIEDZIEĆ Z DZIECIĄKAMI, WYJŚĆ NA SPACER, OBEJRZEĆ STARE FILMY(...). LUBIĘ SPOKOJNIE WYPIĆ RANO KAWĘ, WYJŚĆ PO GAZETY...

Marcin Dorociński, aktor



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Zdrowie

Najnowszy subwariant Omikronu przenosi się nawet do 40 proc. szybciej

Subwariant Omikronu XBB.1.5 przenosi się nawet do 40 proc. szybciej, niż dotychczasowe warianty SARS-CoV-2 - poinformowała w rozmowie z PAP wirusolog prof. Agnieszka Szuster-Ciesielska. Dodała, że w Stanach Zjednoczonych jest przyczyną już ok. 40 proc. wszystkich zakażeń.

Odnosząc się do najnowszego subwariantu Omikronu XBB.1.5 ekspertka wyjaśniła, że jest tzw. rekombinantem, czyli wirusem powstałym w wyniku wymiany materiału genetycznego przedstawicieli dwóch sublinii BA.2. „Różni się od formy rodzicielskiej obecnością 14 mutacji w białku kolca, a dodatkowo posiada mutację w miejscu 486, która odpowiada za ściślejsze połączenie XBB.1.5 z receptorem komórkowym ACE2. Bardzo wysoka jest też jego transmisja. Niektórzy naukowcy mówią, że XBB.1.5 przenosi się nawet do 40 proc. szybciej, niż dotychczasowe warianty SARS-CoV-2” - podkreśliła prof. Szuster-Ciesielska.

Jak zaznaczyła, świadczy o tym ogromna liczba zakażeń w Stanach Zjednoczonych. Przekazała, że XBB.1.5 jest tam przyczyną 40 proc. wszystkich zakażeń, a w północnej części Ameryki nawet 75 proc. nowych przypadków jest spowodowana tym konkretnie subwariantem.

NASZA OCHRONA JEST SŁABSZA

Wirusolog zwróciła również uwagę, że ten najnowszy wariant najskuteczniej - spośród dotychczasowych - ucieka zarówno przed odpornością po szczepieniu, jak i po infekcji. „Z niektórych doniesień naukowych wynika, że ochrona wobec XBB.1.5 jest nawet 49 razy słabsza w porównaniu z odpornością



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

wiedzą odpornościową uzyskaną po kontakcie z subwariantami BA.4 i BA.5, wliczając w to aktualizowane pod te subwarianty szczepionki” - poinformowała profesor.

Podkreśliła, że nie jest to dobra wiadomość, ale jednocześnie nie powinna nas skłonić do zaprzestania szczepień, bo w dalszym ciągu szczepionki dają nam ochronę. „Warto się zaszczepić, nawet przy niższej skuteczności szczepionek. Dla porównania, szczepienia przeciwko grypie - w zależności od sezonu - są skuteczne od 30 do 70 proc., a mimo to dalej zachęcamy do zaszczepienia się, aby złagodzić objawy ewentualnego zakażenia, a przede wszystkim ustrzec się komplikacji” - podała przykład wirusolog.

Odnosząc się do objawów chorobowych, które wywołuje

XBB.1.5 powołała się na doniesienia WHO mówiące o tym, że nic nie wskazuje na to, aby ten wariant powodował poważniejszy przebieg choroby COVID-19. „Objawy są raczej podobne do poprzednich wariantów. Generalnie Omicron uważany jest za dający mniej poważne dolegliwości, ale biorąc pod uwagę skalę zakażeń, liczba zgonów wcale nie jest o wiele niższa, niż w przypadku Delta” - stwierdziła prof. Szuster-Ciesielska zaznaczając, że kwestią czasu jest tylko, kiedy XBB.1.5 dotrze do Europy.

W kontekście nazywania subwariantów Omikronu w nawiązaniu do mitologicznych, groźnych postaci typu Cerber czy Kraken, zaapelowała, aby media i opinia publiczna powstrzymywała się przed rozpowszechnianiem takich nazw dla wirusa SARS-CoV-2.

„Zaczął się od tego, że któryś z dziennikarzy zaproponował takie nazwy dla subwariantów Omikronu, co spotkało się z aprobatą mediów i dalej zaczęło się rozpowszechniać. Jest to nie tylko nieprawidłowe - bo każdy subwariant ma swój symbol - ale przede wszystkim szkodliwe, bo wzbudza niepotrzebny strach. Rozumiem, że systematyczne nazwy subwariantów są trudne do zapamiętania dla przeciętnego człowieka, ale nazywanie ich np. Krakenem czy inną postacią mitologiczną nie ma żadnego uzasadnienia” - zwróciła uwagę prof. Szuster-Ciesielska.

Jej zdaniem, powoduje to, że ludzie zaczynają się oswajać z niebezpieczeństwem, przez co mogą stać się mniej czujni i wrażliwi. „W przyszłości możemy za to zapłacić, bo jeśli już w tej chwili mówi się w tak groźnych słowach na temat nowych wariantów, to co będzie dalej? A nie wiadomo, jakie jeszcze zagrożenia na nas czekają” - oceniła ekspertka.

ILU ZASZCZEPIONYCH?

Jak przekonuje ekspertka należy się dalej systematycznie szczepić. Ile łącznie osób w Polsce zostało zaszczepionych? Okazuje się, że od 27 grudnia 2020 r., gdy rozpoczęły się w Polsce szczepienia przeciw COVID-19, podano 57 813 383 szczepionki - wynika z ostatnich danych zamieszczonych na stronach rządowych.

W pełni zaszczepionych jest 22 629 302 osoby; podano też 15 013 203 dawek przypominających. Dzienna liczba szczepień wyniosła 193. Z zestawienia wynika, że po wykonaniu ponad 57,8 mln szczepień zgłoszono 18 611 niepożądanych odczynów. Większość z nich była łagodna, objawiająca się zaczerwienieniem i krótkotrwałą bolesnością w miejscu wkłucia. PAP

Jak znaleźć drugą połowę dzięki aplikacjom randkowym?

Weronika Błaszczyk
weronika.blaszczyk@polskapress.pl

Serwisy i aplikacje randkowe cieszą się ogromnym zainteresowaniem, co trzeba zaznaczyć, nie tylko wśród młodych ludzi. Coraz więcej Polek i Polaków decyduje się na szukanie swojej drugiej połówki w sieci. Dzięki temu mogą oni czatować w każdym miejscu i o każdym czasie. To dobre rozwiązanie dla wszystkich osób, które nie mają możliwości poznać kogoś w rzeczywistym świecie.

Wśród zalet takiej formy randkowania można też wskazać większą anonimowość i dyskrecję, darmowy dostęp do aplikacji czy szukanie według określonych kryteriów, np. miejsca zamieszkania czy konkretnego wyznania. Czy są one skuteczne? Według pana Piotra ze Środy Wielkopolskiej jak najbardziej.

Swoją żonę poznałem na nieistniejącym już portalu Studentix, zrzeszającym studentów przez internet. Pochwaliłem wtedy jej zdjęcie, które wstawiła na swój profil, i „przywitałem ją” - to było takie danie polubienia przed erą Facebooka. Zaczęliśmy ze sobą pisać. Okazało się, że pochodzimy z tego samego miasta. Po mniej więcej tygodniu umówiliśmy się na pierwsze spotkanie. Reszta jest historią - opowiada Piotr, który ze swoją żoną są już małżeństwem od trzynastu lat.

„Masz wiadomość” w XXI wieku

Liczba i różnorodność portali randkowych może zaskoczyć. Jest ich naprawdę wiele, dzięki temu bez trudno można znaleźć taki, który spełni nasze oczekiwania. Najpopularniejszymi dzisiaj są: Tinder, Badoo, Sympatia czy MyDwoje.

Konta tam może założyć każda pełnoletnia osoba. Podczas rejestracji podaje się swoje imię, nazwisko i wiek. Ponadto dodaje się swoje zdjęcie i krótki opis samego siebie. W kolejnym kroku można też zaznaczyć między innymi, jakiego się jest wyznania, ile się ma wzrostu, czy się pali i pije alkohol oraz jakiej płci poszukuje się drugiej połówki. Po uzupełnieniu danych zaczyna się część właściwa. Wyświetlają się kandydaci, których można symbolicznie polubić lub odrzucić. Z wybranymi osobami da się także oczywiście czatować.

Warto też wskazać, że aplikacje randkowe często są sprofilowane, np. na konkretny zawod lub jakąś cechę. Wśród nich można wskazać, na przykład portale dla katolików, takie jak: Chrześcijańskie Randki, Zapisani Sobie czy Randkujmy.

To miejsca łączące ze sobą osoby, dla których wiara katolicka jest szczególnie ważna. Na takiej stronie poszukujący mogą poznać ludzi wyznających podobne przekonania i zasady czy trzymających się chrześcijańskich tradycji. To dobra opcja dla tych, którzy nie chcą tracić czasu na spotkania np. z ateistami.

Żeby znaleźć swoją drugą połowę na wsi, można zainstalować sobie aplikacje randkowe dla rolników: Ilove.Agrobiz oraz Szukam Rolnika. To doskonała okazja dla ludzi, pracujących na co dzień w gospodarstwach i zajmujących się uprawą roślin czy hodowlą zwierząt. Niektórzy mieszkający w mieście nie wyobrażają sobie przeprowadzki na wieś, dlatego też takie portale to ciekawy sposób na szukanie miłości wśród takich osób, które są przyzwyczajone do życia z dala od ruchliwych ulic lub gotowe na zmianę.

Miłość w internecie nie jest przeznaczona jedynie dla młodych. Osoby dojrzałe także wciąż mogą jej poszukiwać poprzez różnego rodzaju aplikacje randkowe. Specjalnie z myślą o nich powstały takie, które skierowano głównie dla ich grupy wiekowej. Gdzie szukać miłości, mając kilkadziesiąt lat? Choćby na portalach: Razem50plus, Seniorra, Randki Dojrzałych czy 45plus.

Możliwości jest oczywiście znacznie więcej. Luxy to portal randkowych dla bogaczy, Lovege dla wegetarian, a Krużynka oraz Pulchniejsi dla osób o większych kształtach. Warto też wspomnieć o aplikacji Schmooze. Co prawda nie jest jeszcze dostępna w Polsce, ale wyróżnia się tym, że dobiera w pary na podstawie żartów, które uznano za zabawne.

Umawiając się jednak przez internet, należy zachować szczególną ostrożność. Nigdy nie ma się całkowitej pewności, z kim dokładnie się rozmawia, dlatego też nie wolno nikomu przysyłać pieniędzy czy swoich danych poufnych. Na pierwsze spotkanie warto też wybrać bezpieczne miejsce, w którym będą przebywać inni ludzie, a ponadto dać komuś bliższemu znać, gdzie randka się odbędzie.

Miłość i biura matrymonialne

Idea portali randkowych jednak nie każdego przekonuje. Nowoczesna technologia i bycie wystawionym na klikanie i przeglądanie przez setki osób można wydawać się mało zachęcającą. Przed ich powstaniem rolę takiego swata-pośrednika odgrywały biura matrymonialne. W ostatnich latach co prawda straciły na popularności, ale wciąż wiele

Nowe technologie na stałe zagościły w życiu niemal każdego człowieka. Wiele rzeczy dzięki temu się zmieniło, w tym także szukanie miłości swojego życia. Coraz więcej ludzi decyduje się na poznawanie potencjalnych przyszłych partnerek i partnerów przez internet.

MIŁOŚĆ W CZASACH ONLINE: DLA KOGO APLIKACJE RANDKOWE?



Randkowanie przez internet to dobry sposób na poznanie ciekawej osoby, zawsze jednak należy zachować ostrożność



W sieci łatwiej znaleźć kogoś, kto podziela nasze hobby

osób decyduje się na skorzystanie z ich usług.

Może się tam zgłosić każda pełnoletnia osoba. Pracownicy takich punktów dbają o ochronę danych osobowych, a niekiedy także wizerunku. Przedstawiają oferty poszczególnych osób, z których wybiera się te najbardziej interesujące. W przeciwieństwie do aplikacji randkowych korzystanie z takiego biura jest od początku płatne.

Kolejną ciekawą możliwością poza biurami matrymonialnymi są także tzw. szybkie randki (ang. speed dating). By wziąć w nich udział, należy się wcześniej na takie spotkanie zapisać. W wydarzeniu uczest-

nicy równa liczba kobiet i mężczyzn. Wszyscy otrzymują kartę do głosowania, na której zaznacza się ulubionych rozmówców. Po odbyciu krótkich, trwających kilka minut, rozmów z każdym uczestniczką/uczestnikiem, oddaje się kartę organizatorom. Jeżeli dwie osoby oddały na siebie głosy, wówczas otrzymują do siebie dane kontaktowe.

Możliwości na znalezienie swojej drugiej połówki w nieco bardziej nowoczesny i nietypowy sposób, jak widać, jest wiele. Dla niektórych będą one bardziej skuteczne, a dla innych mniej. Jedno jest jednak pewne, miłość można spotkać wszędzie.

Sylwetka

Aktorstwo pozwala mu radzić sobie z kompleksami

Choć zaczynał od teatru, to w kinie odniósł największe sukcesy. Popularność nie przewróciła mu jednak w głowie. Nadal jest ciepłym i skromnym człowiekiem.

Paweł Gzyl
pawel.gzyl@polskapress.pl

Ma w tej chwili chyba „najgorętsze” nazwisko wśród polskich aktorów. Kilka tygodni temu gruchnęła wiadomość, że wystąpi u boku samego Toma Cruise’a w dwóch kolejnych częściach „Mission Impossible”. Mało tego: właśnie pojawił się w międzynarodowym serialu „Wikingowie: Walhalla”, a do kin trafi za tydzień film „Niebezpieczni dżentelmeni”, w którym wciela się w postać Witkacego. Wszystko to sprawia, że jego aktorskie akcje idą w górę. - To prawda, że od pewnego czasu mam szczęście do ról. Ale myślę, że ja temu szczęściu pomagam również swoją pracą. Staram się skupić nad tym, co jest do zagrania. I dawać tyle, na ile pozwalają mi scenariusz, reżyser i inni aktorzy. Wiem, że to praca zespołowa i że wszyscy mają wpływ na końcowy efekt filmu. Staram się więc patrzeć i słuchać innych ludzi. To proste - mówi nam aktor.

Szkola życia

Wychował się w Kłudzienku pod Milanówkiem. To mała wieś, w której niegdyś stały tylko trzy bloki. Jego ojciec utrzymywał się z pracy swoich rąk - był kowalem. Marcin ma trzech braci: dwóch starszych i jednego młodszego. Rodzice trzymali chłopaków w ryzach, starając się im przekazać wartości wypływające z Dekalogu. Mały Marcin najpierw chciał być strażakiem, a potem zainteresował się piłką nożną. Myślał, że zwiąże się ze sportem zawodowo, ale zerwanie więzadła w kolanie przekreśliło te plany.

- Gdy byłem dzieckiem, na wakacje jechałem w rodzinne strony mamy. Wszyscy w tej miejscowości wychodzili pracować w pole, a ja zostawałem na podwórku. Większość czasu spędzałem na dworze. Na tym podwórku w budzie mieszkał duży pies, podobny do dobermana. Ja wchodziłem do jego budy, spędzałem z nim godziny



FOT. SYLWIA DĄBROWA

rozmawiając. A on mi odpowiadał w jakiś sposób. Może właśnie takie wychowanie, sprawiło, że mam jakiś rodzaj empatii - wspomina w serwisie Dzikie Życie.

Dwa starsi bracia Marcina zostali policjantami. On wybrał po podstawówce technikum, gdzie uczył się obróbki skrawaniem. Praktyki w fabryce samochodów w Żeraniu szybko pokazały jednak, że ma dwie lewe

ręce do spraw technicznych. Pewnego razu nauczycielka poprosiła go, aby zaśpiewał na szkolnej akademii.

Tak dobrze wypadł, że zasugerowała, aby zdawał do akademii teatralnej. Rodzice nie byli tym zachwyceni, ale chłopak dostał się za pierwszym razem i mając 19 lat wyjechał na studia. - Zajęcia trwały od rana do wieczora. Codziennie. Nie wytrzy-

mywałem ciśnienia. Zdarzało mi się zasypiać podczas wykładów. Ale miałem wokół siebie dobre duchy. Byliśmy rokiem kontrastów i indywidualistów. Adam Woronowicz, Monika Krzywkowska, Borys Jaźnicki, Ewa Gorzelak, Janek Wieczorkowski, Kaśka Kwiatkowska, ja. To była dobra szkoła. Szkoła zawodu. I życia - opowiada w Onecie.

MARCIN DOROCIŃSKI

Polski aktor kinowy, telewizyjny i teatralny. Urodził się w 1973 roku w Milanówku. Dorastał w Kłudzienku z trzema braćmi. Ukończył Technikum Mechaniczne w grodzkim Zespole Szkół Technicznych i Licealnych nr 2 z tytułem technika obróbki skrawaniem. W 1997 roku ukończył warszawską Akademię Teatralną. W teatrze zadebiutował już na drugim roku studiów, a w kinie - na trzecim. W latach 1997 - 2011 występował w warszawskim Teatrze Dramatycznym. Rozpoznawalność przyniosła mu rola komisarza Despero w filmie „Pitbull”. Potem stworzył ciekawe role w „Boisku bezdomnych”, „Rewersie”, „Róży”, „Jacku Strongu” i „Moje córki krowy”. Oglądaliśmy go też w serialach, choćby „Bez tajemnic” czy „Gambit królowej”. Jest żonaty ze scenografką Moniką Sudół, z którą ma dwójkę dzieci - syna Stanisława (ur. 2006) i córkę Janinę (ur. 2008).

Własne pomysły

Już na drugim roku zagrał w Teatrze Telewizji obok Krystyny Jandy. Nic więc dziwnego, że nie miał problemów z etatem postudiach. Choć trafił do Teatru Dramatycznego w stolicy, szybko okazało się, że pieniądze, które zarabia, nie wystarczają na wiele. Dlatego miał się dodatkowych zajęć: pracował jako kelner, reklamował szampon i prowadził telewizyjny program. Dopiero, kiedy P. Vega powierzył mu rolę Despero w „Pitbullu”, los się dla niego odwrócił. - Patryk Vega zobaczył we mnie kogoś innego, charakterystycznego typka. To był przełom. Nie tylko zupełnie inna rola, ale także przewartościowanie tego, z czym kojarzyło mi się dotąd kino. Dopiero podczas pracy nad „Pitbullem” zrozumiałem, że nie powinienem obawiać się własnych pomysłów. Tylko wtedy praca ma sens, jest twórcza i dopingująca. Poszczególne pomysły mogą być lepsze lub gorsze, ale są moje - tłumaczy w Onecie. Sukces „Pitbulla” sprawił, że Marcin zaczął dostawać ciekawe propozycje kinowych ról. W efekcie stworzył udane kreacje w takich filmach, jak „Boisko bezdomnych” Kasi Adamik czy „Róża” Wojciecha Smarzowskiego. Publiczność najbardziej pokochała go jako pułkownika Kuklińskiego w „Jacku Strongu” Władysława Pasikowskiego. Występy te przyniosły mu nie tylko sympatię widzów, ale również prestiżowe wyróżnienia i nagrody. Sława nie przewróciła mu jednak w głowie. - Nie czytam portali plotkarskich i nie chcę trafić na ich łamy. Nie jestem też specem od wszystkiego, pochwyciłem od przepisu, jak upiec chleb zgodny z zasadami diety Dukana, a kończąc na parapsychologii. Inne będę się wypowiadał na każdy temat, o wojnach w Afryce czy modzie w telewizji śniadaniowej. Chcę po prostu grać. Reszta mnie nie interesuje - deklaruje w „Polityce”.

Wyładowanie emocji

Marcin jest typem amanta i nigdy nie miał problemów z kobietami. Przez pewien czas spo-

tykał się z Małgorzatą Kożuchowską, ale z czasem relacja się rozpadła. Swoją przyszłą żonę poznał na planie „Pitbulla”. Monika Sudół była scenografką i aktorowi nie przeszkadzało nawet to, że jest rozwódką i ma syna z poprzedniego małżeństwa. Okazało się, że oboje świetnie od siebie pasują. Para wzięła ślub i do dzisiaj jest wzorem małżeństwa. - Dom jest najważniejszy. Kiedy nie pracuję na planie, wolę posiedzieć z dziećmi, wyjść na spacer, obejrzeć stare filmy albo nawet pomilczeć. Nie ma w tym żadnej ideologii. Jestem przywiązany do szczegółów. Chodzi o całkiem małe rzeczy, rytuały codziennosci. Lubię spokojnie wypić rano kawę, wyjść po gazety, porozmawiać z sąsiadami. W naszej dzielnicy mieszka sporo starszych ludzi. Codziennie ich spotykam, często rozmawiamy. Imponują mi dystansem, poczuciem humoru, mądrością - zdradza w Onecie.

Marcin i Monika doczekali się dwójki dzieci. Aktor od ich przyjścia na świat bardzo angażuje się w rodzicielstwo. Sądzi nie raz widywali go z wózkami na spacerze, potem regularnie pojawiał się na wywiadówkach, a w wakacje cała rodzina zawsze wyjeżdża na wspólne wakacje. Mało tego: Marcin wypracował również wyjątkowo dobre relacje z pasierbem. Mimo zawodowych triumfów pozostaje bowiem ciepłym i skromnym człowiekiem. - Jestem aktorem i bardzo lubię swój zawód. Na razie nie planuję z niego zrezygnować na rzecz innego, choć kto wie? Chyba musiałbym się bardzo zdenerwować, by podjąć taki krok. Bycie aktorem wymaga ode mnie naprawdę wiele wysiłku. Wyładowania emocji związane z graniem powracają i często są obciążające. Ale jednocześnie pozwalają mi w jakiś sposób radzić sobie z własnymi kompleksami. Chcę powiedzieć, że bycie aktorem jest trudne i cudowne i nie chciałbym z tego zrezygnować - podkreśla w serwisie Dzikie Życie.

Z dostawą do domu

Kurier lub dostawa w razie nagłej potrzeby

Lekarstwa z apteki, zakupy, posiłek z dostawą do domu czy dostarczenie komuś dokumentów lub kluczy - to sprawy, które za niewielką opłatą można załatwić za pomocą smartfona

Monika Kaczyńska
monika.kaczynska@polskaiexpress.pl

Lakupy przez internet z dostawą do domu są coraz popularniejsze. Oferuje je coraz więcej punktów i coraz chętniej z nich korzystamy. Czasem jednak wyjście z domu jest utrudnione bądź niemożliwe, a potrzeby nietypowe. Wtedy z pomocą mogą przyjść kurierzy Glovo. Za drobną opłatą kupią co potrzeba lub dostarczą z miejsca na miejsce cokolwiek, co da się przewieźć rowerem - dokumenty, książkę, klucze, ubranie czy drobny sprzęt AGD. By skorzystać z ich usług - wystarczy smartfon oraz karta kredytowa bądź debetowa, by uregulować opłaty. Korzystanie z aplikacji jest bardzo proste, a dostępność coraz większa. Obecnie obejmuje ponad 250 miejscowości w Polsce. Ich pełną listę można znaleźć na stronie internetowej <https://glovoapp.com/pl/pl/map/miasta/>.

Jak zacząć?

Pierwszym krokiem jest instalacja aplikacji w smartfonie. By to zrobić, trzeba wejść do sklepu z aplikacjami (Play), wyszukać Glovo i kliknąć zainstaluj. Gdy ten etap mamy już za sobą - trzeba zarejestrować się w aplikacji. W rubryki, które się pojawiają, należy wpisać imię, adres e-mail.

Kto jest posiadaczem konta na Facebooku, może skorzystać z opcji „Połącz się przy użyciu Facebooka”. Po wybraniu sposobu rejestracji - postępujemy zgodnie z instrukcjami. Rejestrując się przez adres e-



mail - musimy odebrać przechodzącą wiadomość z Glovo; jeśli zdecydowaliśmy się na rejestrację przez konto na Facebooku, musimy wpisać cztero-cyfrowy kod, który został wysłany na numer telefonu podany na Facebooku.

Kolejny etap to dodanie adresu dostawy. Najpraktyczniej wprowadzić ten, na który będziemy zamawiali usługi Glovo najczęściej - z reguły będzie to adres domowy i ten aplikacja będzie traktowała jako domyślny. Jednak przy każdym

kolejnym zamówieniu bez problemu będziemy mogli wskazać dowolny inny.

By móc korzystać z Glovo - musimy dodać sposób płatności - czyli podać kartę debetową lub kredytową, która będzie obciążana, gdy będziemy korzystali z usług kurierskich czy płacili za zakupy. Transakcje realizowane w ten sposób są bezpieczne i nie istnieje zagrożenie, że z konta znikną nam jakieś pieniądze za zakupy czy usługę, z której nie korzystaliśmy. Kto jednak ma związane z tym obawy, może zamówić przedpłaconą e-kartę, przeznaczoną wyłącznie do płatności w internecie. Tego typu karty ma w ofercie większość banków (na ogół nie mają one postaci fizycznej - otrzymujemy jedynie dane potrzebne do korzystania z niej, czyli numer karty, kod CVV/CV, informację o dacie ważności), ich zasadniczą zaletą jest to, że przed transakcją wpłacamy na kartę pewną sumę, korzystamy z tych pieniędzy przy transakcjach przez internet, nie martwiąc się jednocześnie, że ujawniamy komukolwiek informacje o karcie, z której korzystamy na co dzień.

Jakie usługi są dostępne?

Gdy przejdziemy już wszystkie procedury rejestracyjne, przy każdym otwarciu aplikacji będzie pokazywał nam się ekran z dostępnymi usługami. Ich zakres może się różnić w zależności od lokalizacji. Z reguły w większych miastach opcji jest nieco więcej, ale i tu oferta między poszczególnymi dzielnicami

może się istotnie różnić. Pewnymi elementami są jednak opcje „Zamów cokolwiek” oraz „Zakupy spożywcze”.

Gdy wybierzemy tę drugą opcję, pojawi się lista sklepów, które mamy do dyspozycji. Wybrawszy sklep, możemy uzupełniać koszyk wybranymi produktami. Jaki będzie asortyment - zależy od sklepu. Gdy korzystamy z takiego przy stacji benzynowej, będziemy mogli wybierać wśród bardzo ograniczonej liczby produktów spożywczych, które co prawda pozwolą przetrwać dzień czy dwa, jednak z typowymi zakupami mają niewiele wspólnego. Jeśli wyświetli się oferta supermarketu - siłą rzeczy wybór mamy znacznie większy, łącznie ze świeżymi warzywami, rybami czy mięsem, a ceny niższe. Ale można także kuriera Glovo po prostu wysłać z listą zakupów do ulubionego sklepu.

Wybieramy wtedy opcję „Zamów cokolwiek”. Po kliknięciu pojawią się nam znów dwie opcje: „Cokolwiek” i „Kurier”. Wybieramy znów „Cokolwiek” i w wolne pole wpisujemy listę zakupów, możliwie dokładnie opisując, czego potrzebujemy. Potem podajemy szacunkowy koszt zakupów oraz wpisujemy dokładny adres sklepu, w którym zakupy mają być dokonane.

Gdy zamawiamy zakupy, na naszym koncie zostanie zablokowana nieco wyższa kwota, niż wynikałoby to wprost z zamówienia, ale ostatecznie zostaniemy obciążeni kwotą z paragonu (który zostanie dostar-



czony wraz z zakupami) oraz opłatami za dostawę.



Ile kosztują usługi Glovo?

To zależy od sklepu i odległości, którą kurier ma do pokonania. Z reguły im mniejsza odległość i wyższa wartość zamówienia, tym opłata niższa. Stawki zaczynają się od 3,99 zł i kończą z reguły na 14,99 zł. Je-

śli pada lub na dworze panuje ujemna temperatura, jest doliczana dodatkowa opłata za złą pogodę, wynosząca około 3 zł - wszak kurierzy poruszają się na rowerach. Ważne jednak, że opłaty za dostawę nie są zaskakujące. Ich wysokość wyświetla się już w momencie, gdy wybieramy punkt, z którego chcemy dostawę.

Prezent z dostawą do domu

Co istotne, korzystając z Glovo, można także zamówić zakupy dla kogoś (wtedy oczywiście jako adres dostawy należy podać adres tej osoby, która ma zakupy otrzymać).

Korzystając z opcji „Zamów cokolwiek”, można obdarować kogoś na przykład kwiatami.

Wartą uwagi możliwością są też usługi kurierskie. Jak z nich skorzystać? Po kliknięciu na „Zamów cokolwiek”, wybieramy opcję „Kurier”, później w oknie, które się pojawi, opisujemy, jak ma wyglądać usługa: np. odebranie i dostarczenie paczki. Następnie wpisujemy adres odbioru i adres dostawy, potwierdzamy i gotowe. Tego typu usługi są jednak nieco droższe i zależą od odległości. Na ogół trzeba się liczyć z wydatkiem kilkudziesięciu złotych.

Jedyne, czego nie przewożą kurierzy Glovo, to żywe zwierzęta - niezależnie od ich wielkości.

Czas dostawy

Wszystkie usługi Glovo są realizowane maksymalnie w ciągu godziny, choć często czas bywa krótszy. Decydując się na usługę - można wybrać opcję jej realizacji natychmiast lub zaplanować na określony z góry przedział czasowy.



W kuchni



Tanie i smaczne nie tylko roślinne pasty do kanapek

Pasty do kanapek to dobry sposób na urozmaicenie codziennej diety. Są smaczne, zdrowe, bardzo łatwe w przygotowaniu i, co nie bez znaczenia, także z reguły niezbyt kosztowne

Pasty do kanapek, niegdyś bardzo popularne, dziś nieco odeszły w zapomnienie. Warto wrócić do starych przepisów, a także wykorzystać te, które pojawiły się wraz z popularnością egzotycznych kuchni. Pozwalają wykorzystać resztki produktów, z którymi nie bardzo wiadomo co zrobić, są szybkim sposobem na nakarmienie głodnych gości, gdy w lodówce jest niewiele, można je łatwo modyfikować, dodając dodatkowe składniki lub rezygnując z niektórych, tak by odpowiadały indywidualnym upodobaniom.

Można je robić ze wszystkiego: warzyw (nie tylko strączkowych), jaj, mięsa, twarogu, ryb wędzonych lub konserwowanych, czy to w sosie własnym, oleju czy w sosie pomidorowym. Pasty są zresztą często dobrym sposobem, by do ryb przekonać niechętnie im dzieci.

AWANTURKA

1 makrela wędzona obrana z ości i skóry, 250 g białego sera tłustego lub półtłustego, 5-6 ogórków konserwowych (lub kiszonych), 2 cebule dymki lub 1 cebula biała, majonez lub kwaśna śmietana

Najpierw z makreli usuwamy skórę i wszystkie ości. Na-

stępnie blendujemy z twarogiem i cebulą na gładką masę. Dodajemy pokrojone w kostkę ogórki, przyprawiamy do smaku. Jeśli masa jest zbyt sucha, dodajemy nieco majonezu lub kwaśnej śmietany. Przed podaniem posypujemy obficie natką pietruszki.

PASTA Z PIECZAREK

300 g pieczarek, 2 średnie cebule, 2 łyżki masła, 2 łyżki oleju, pęczek pietruszki, do smaku sól, pieprz, majeranek, kumin

Umyte pieczarki przekrawamy na pół. Cebulę obieramy, kroimy w plastry. Na patelni rozgrzewamy olej, wrzucamy cebulę, smażymy, aż zmięknie, następnie dodajemy pieczarki i majeranek. Smażymy tak długo, aż cała woda z pieczarek wyparuje, a cebula będzie miękka. Dodajemy masło i smażymy jeszcze aż pieczarki się zrumienią. Studzimy, przekładamy do wysokiego naczynia, dodajemy natkę pietruszki i miksujemy na gładką masę. Przyprawiamy do smaku i jeszcze raz miksujemy.

PASTA Z SUSZONYCH ŚLIWEK I POMIDORÓW

1/2 szklanki gorącej wody, 10 sztuk suszonych śliwek, 150 g

suszonych pomidorów, 3/4 łyżeczki wędzonej papryki, 1/4 łyżeczki mielonej kolendry, chili, pieprz, sól do smaku

Śliwki zalewamy gorącą wodą, odstawiamy, aż zmiękną (na kilkanaście minut). W kielichu blendera lub innym wysokim naczyniu umieszczamy suszone pomidory oraz pozostałe składniki. Dodajemy także osączone z wody śliwki (nie wylewamy płynu - dodając go, będziemy regulować gęstość pasty). Wszystko razem dokładnie miksujemy. Stopniowo, cały czas miksując, dodajemy płyn od moczenia śliwek, aż do uzyskania odpowiedniej konsystencji. W razie potrzeby dodatkowo przyprawiamy i miksujemy ponownie.

(2x eksplozjasmaku.es)

TAPENADA Z ZIELONYCH OLIVEK

200 g zielonych oliwek (mogą być też oliwki nadziewane serem pleśniowym), 3 łyżki oliwy z oliwek, 2 łyżeczki świeżej bazylii, kilka kropel soku z cytryny, szczypta pieprzu zielenego, opcjonalnie 1 ząbek czosnku, kielki rzodkiewki, 1 łyżka sera pleśniowego

Do wyższej miski dodajemy oliwki bez pestek, czosnek,

oliwę z oliwek, świeże listki bazylii, sok z cytryny, ser pleśniowy, a także szczyptę pieprzu. Wszystko dokładnie blendujemy. Gotową tapenadę przechowujemy w lodówce. Podajemy z pokrojoną bagietką lub grzanką. Wierzch dekorujemy kielkami rzodkiewki.

PASTA JAJECZNA Z AWOKADO

3 jajka, 1/2 awokado, kilka kropel soku z cytryny, 1 ząbek czosnku, 2 płaskie łyżki majonezu, sól, pieprz do smaku, opcjonalnie 1/2 łyżeczki posiekanego koperku, 1 łyżka startego żółtego sera

Jajka gotujemy na twardo. Następnie odlewamy wrzątek i zalewamy jajka zimną wodą. Odstawiamy na chwilę do przestygnięcia. Zimne jajka obieramy i kroimy w bardzo drobną kosteczkę wraz z obranym awokado. Przekładamy posiekane jajka i awokado do miski. Dodajemy także przeciśnięty przez praskę czosnek, kilka kropel soku z cytryny i majonez. Doprawiamy szczyptą soli i pieprzu. Opcjonalnie można dodać jeszcze starty na drobnych oczkach żółty ser i posiekany drobno koper. Całość dokładnie mieszamy. Przechowujemy w lodówce.



Pielegnacja

PROMIENNA CERA I... UMIAR

Jaki makijaż wybrać na swoją studniówkę? Podpowiadamy, jak uniknąć błędów i wyglądać bardzo sztywnie. Oto sprawdzone pomysły

Natalia Krawczyk
natalia.krawczyk@polskapress.pl

Studniówka to wyjątkowy bal, na którym każda dziewczyna chce wyglądać i czuć się świetnie. Przed młodymi kobietami spore dylematy - jak się ubrać, uczesać i umalować? Lepiej wybrać się na wizytę do makijażystki czy wystarczy make-up wykonany samodzielnie? Przygotowaliśmy podpowiedzi w zakresie wizażu. Czym warto się kierować? Podpowiadamy.

Makijaż przede wszystkim powinien być wykonany starannie. Większość przyszłych maturzystek jest na bieżąco z kosmetykami i prosty, samodzielny make-up nie stanowi problemu.

Delikatne rysy twarzy wystarczą delikatnie podkreślić, bez przerysowywania i nakładania grubej warstwy kosmetyków. Korektor, puder, tusz do rzęs i błyszczyk sprawdzą się świetnie, jeśli chcemy wyglądać świeżo i młodzieńczo. Studniówka to jednak wyjątkowa okazja, kiedy to młode kobiety mają ochotę pozwolić sobie na trochę więcej.

Klasyka zawsze się obroni

Na imprezę świetnie sprawdzą się mocniejsze kreski wykonane tuż przy linii rzęs, do tego czerwona szminka i oczywiście mocno wytuszowane rzęsy. Jeśli lubisz - można doczepić kępki rzęs w kącikach oczu tak. Radzimy unikać jednak gęstych, zbyt długich rzęs, które zamiast otworzyć - zamkną i obciążą oko.

W przypadku imprez klubowych są kosmetyki, którymi będziemy wykonywać makijaż. Dobrze, aby były trwałe - pod warunkiem, że nie mamy, na któryś ze składników uczulenia. Warto wykonać próbę kilka dni wcześniej, aby nic nas nie zaskoczyło w dniu imprezy. Dobrej jakości produkty utrzymają się na twarzy przez całą noc - nie spłyną podczas tańca, kiedy to robi nam się nieco ciepło.

Z pewnością skorzystanie z profesjonalnej usługi u makijażystki zapewni długotrwały makijaż. Dziś taka usługa może kosztować od 80 do nawet 350 zł. Wszystko zależy od wiedzy,



FOT. PEXELS/ALI PAZANI

Pod makijaż zastosuj bazę, która sprawi, że będzie trwalszy i zadba o odpowiednie nawilżenie

doświadczenia i popularności specjalistki. Dobra makijażystka nie tylko wykona nieskazitelną make-up, ale dobierze go do naszego typu urody. Trzeba się jednak zastanowić, ile możemy przeznaczyć pieniędzy na przygotowania do studniówki. W końcu sukienka, buty, dodatki, wizaż sporo kosztują. Być może masz wystarczająco dużo umiejętności, aby wykonać imprezowy make-up samodzielnie.

Mniej znaczy więcej

Młodość ma to do siebie, że wystarczy delikatny makijaż podkreślający atuty i już wyglądamy, jak milion dolarów. W końcu naturalność i młodzieńczość zawsze są na topie. Przede wszystkim dobrze jest zadbać o cerę, aby w dniu imprezy była ona promienna, odpowiednio oczyszczona i nawilżona, wówczas makijaż będzie się trzymał zdecydowanie dłużej.

W stylizacji ważny jest umiar. Jeśli podkreślisz jednocześnie usta i oczy będzie tego stanowczo zbyt wiele, dlatego wybierając szminkę w intensywnym kolorze, rzęsy jedynie wytuszuj. Niech te dwa - choć zapewne piękne - elementy nie będą dla siebie konkurencją. Poza tym należy pamiętać, że na studniówce dobrze, abyśmy wyglądały klasycznie, dziewczęco, ale i nieco skromnie. Makijaż powinien zatem pasować do wieku.

Błędy - tego unikaj

Błędy w makijażu, które dadzą lat i sprawią, że będziemy wyglądały źle mogą przydarzyć się każdemu.

Warto wiedzieć wcześniej, czego unikać, aby w dniu imprezy nie zrobić sobie krzywdy. Faux-pas jest dobieranie cieni do powiek pod kolor sukienki - wygląda to dość infantylnie. Do granatowej sukienki możemy użyć na przykład brązowych lub metalicznych cieni.

Zacznij od przygotowania powieki, nakładając na nią cienką warstwę korektora - powinien być nieco jaśniejszy niż podkład. Korektor nie tylko zatuszuje ciemniejsze miejsca, ale także posłuży za bazę pod cień. Dzięki niemu makijaż będzie trwalszy. W pierwszej kolejności należy użyć na całej powiece oraz pod łukiem brwionym jasnego, bazowego cienia. Kolejnym krokiem jest cień przejściowy - np. w odcieniu fioleto, zieleni czy brązu, który nałożymy na środku powieki.

Ostatnim krokiem będzie aplikacja najciemniejszego cienia w zewnętrznym kącie oka. Całość dobrze jest delikatnie rozetrzeć w kierunku załamania powieki. Proponujemy podkreślić też dolną powiekę, kreska najlepiej, aby była rozarta - nie zbyt cienka, ale też niezbyt szeroka.

Kolejnym błędem jest nieodpowiednio dopasowany bronzer. Przede wszystkim nie może być zbyt ciemny i nakładany zbyt nisko. Najlepiej zdecydować się na bronzer w chłodnym odcieniu, który nie będzie przytłaczał całości makijażu. Nadmiar produktu dobrze jest usunąć wcześniej z pędzla - wystarczy delikatnie postukać nim o paletę cieni.

Warto zwrócić uwagę także na kolor konturówki do ust. Jeśli decydujemy się jej użyć, pamiętajmy, że kolor nie może być zbyt ciemny, a kreska zbyt gruba. Od kiedy moda na duże usta załaziła internet, kobiety zaczęły używać kredki poza konturem ust. O ile taki zabieg wykonany delikatnie wygląda dobrze, o tyle gruba kreska rzuca się w oczy i wygląda po prostu nieestetycznie. Najlepiej sięgnąć po kredkę w podobnym kolorze do naszych ust i jeśli chcemy wyjść poza kontur, zrobić to tylko w centralnej części ust. Środek wypełnijmy matową lub połyskującą szminką w kolorze zbliżonym do naszych ust.

Poza tym - takie zabiegi jak regulacja brwi, nakładanie henny czy zabiegi poprawiające wygląd naszej cery warto wykonać kilka dni wcześniej. Tym bardziej, jeśli nie zdecydowałaś się na to wcześniej i nie wiesz, jak Twoja skóra zareaguje. W przypadku podrażnienia, musi mieć ona czas na regenerację. Dotyczy to głównie zabiegów oczyszczających.



FOT. PEXELS/PIXABY

Sukienkę w wyrazistym kolorze najlepiej połączyć z delikatnym makijażem



FOT. PEXELS/PIXABY

Brunetki o ciemnej karnacji dobrze będą wyglądały w makijażu o ciemnych, głębokich odcieniach

Kreacje na studniówkę

SUKIENKA MAXI, DOPASOWANE FASONY I GORSETY

Studniówka to dzień zapadający w pamięć na długi czas. Dlatego tak ważny jest dobór idealnej stylizacji, która świetnie będzie się prezentowała nie tylko na zdjęciach

Gabriela Puczyłowska
gabriela.puczyłowska@polskapress.pl

Kiedyś wybór stylizacji na studniówkę był o wiele prostszy. Ograniczenia były znaczne – dopuszczalne trzy kolory (czarny, granatowy i biały), długość tuż przed lub tuż za kolana, bez dużych dekolatów i odsłoniętych ramion. Teraz mamy wolną rękę. Możemy więc nałożyć, co tylko chcemy. Sukienki nie muszą być wyłącznie klasyczne. Ważne jednak, aby stylizacje były przemyślane, idealnie dopasowane do naszych sylwetek oraz nie były wyzywające. Należy również pamiętać, że na studniówce obowiązuje styl wieczorowy i należy się temu podporządkować.

Sukienka idealna

Sukienka na studniówkę to kreacja, która na długo zostanie w naszej pamięci i wywoływać będzie w nas wiele wspaniałych wspomnień. Dlatego tak ważne jest, aby była idealna pod każdym względem. Odpowiednio dobrana powinna podkreślać naszą figurę i urodę. Dobrze układać się w tańcu oraz być wygodna (musimy przecież przetańczyć w niej całą noc). Aby znaleźć tą jedyną, należy więc zająć się tegorocznymi trendami.

Pierwszy problem, z którym spotykają się dziewczyny przy wyborze tej idealnej sukni jest jej długość. Dress code nie mówi nam jasno na jaką postawić. A więc długa, a może krótka? Postaramy się Ci w tym pomóc i rozwiać wszelkie wątpliwości. Rok 2023 – to czas maxi sukienek. Postaw więc na tą, która będzie sięgać do samej ziemi. W niej poczujesz się naprawdę wyjątkowo. Dodatkowo podkreśli ona charakter tej wielkiej uroczystości oraz przyciągnie uwagę wszystkich gości. Idealnie nada się dla osób, które stawiają na klasykę oraz elegancję. Jeśli lubisz swoją figurę postaw sukienkę o kroju rybki. Podkreśli ona twoje kształty i sprawi, że będziesz wyglądała posagowo i majestatycznie. Warto rów-



Na zdjęciu niedawna studniówka Technikum Elektroniczno-Mechanicznego w Poznaniu. Dziewczęta olśniły kreacjami

niez wziąć pod uwagę te rozkłoszowane z lekkimi falbanami. Świetnie układają się w tańcu i nadają kobiecej subtelności. Równie dobrze jest postawić na te z wycięciami i wbudowanym gorsetem.

Żle się czujesz w długich sukienkach? A może po prostu podobają Ci się te krótkie? To żaden problem. Postaw na małą czarną w nowocze-

snym wydaniu. Idealna będzie mocno dopasowana o kroju marynarki, z marszczonym dołgiem, albo ta z bufiastymi rękawami. Idealnie sprawdzą się również błyszczące wykończenia i dobrze dobrane dodatki. Bardziej dziewczęcą propozycją to ta zwiewna z falbanami. Na pewno spodoba się fankom romantycznych klimatów i stylu boohoo. Ważne jest, aby

oprócz kroju oraz długości dobrać odpowiedni kolor. W 2023 królować będą odważne kolory. Warto więc postawić na: fioletowy, butelkową zieleń, czerwony, granatowy oraz winiowy. Oczywiście jeśli na co dzień nie nosisz takich barw i źle się w nich czujesz – wybierz takie, które będą pasowały do twojej osobowości i dodawały ci pewności siebie. Bo

przecież to jest najważniejsze, abyś czuła się dobrze.

Istotny jest też krój naszej sukienki. Najlepszy będzie taki, który zamaskuje nasze mankamenty i podkreśli atuty. Aby ukryć odstający brzuszec idealnie sprawdzą się ta z marszczonkami w okolicy pasa. Natomiast gdy chcesz wyglądać na wyższą, to postaw na tą krótką z dekoltem w kształcie litery V.

O czym jeszcze należy pamiętać? O tym, że dodatki są tak samo ważne, co kreacja. Najważniejszym z nich są oczywiście buty. W tym sezonie królują te na wysokim, mocnym obcasie. Pomimo wysokości, nadal należą do tych wygodnych. A wszystko dzięki platformie znajdującej się z przodu.

Coś dla mężczyzn

Nie tylko kobiety tego wieczoru chcą wyglądać niesamowicie. Studniówka to doskonała okazja dla chłopaków, aby pokazać się w nieco innej odsłonie niż zazwyczaj.

Dlatego męskie stylizacje powinny być pełne klasy oraz elegancji. Nad ich wyborem warto więc się dobrze zastanowić i poświęcić temu dłuższą chwilę. Najlepiej jest postawić na uniwersalność. Dzięki czemu strój ten przyda nam się podczas innych wydarzeń, które wymagają formalnego i eleganckiego ubioru. I będzie służył nam przez dłuższy czas.

Podstawą stylizacji jest oczywiście garnitur. Ważne, aby był on dopasowany do ciała. Postaw na ten w ciemnych kolorach. Jasne mogą nadać nieco biurowego charakteru. Nie musisz kupować wyłącznie czarnego. Idealnie sprawdzą się też te granatowe oraz w grafitową kratę. Nie bój się ubrać weluru. W tym roku wraca on do łask. Pamiętaj także o dodatkach – to ważne.



Przy wyborze kreacji pamiętaj też o dodatkach – czyli m. in. modnych butach



Szczęście na maturze ma przynieść nowy garnitur kupiony na studniówkę. Ten sam należy założyć na egzamin. Na fot. studniówka 2022 Zespołu Szkół nr 2 w Rzeszowie

Turystyka



FOT. WIKIPEDIA.ORG / JACEK DACZYŃSKI

Cerkiew Zwiastowania NMP w zespole klasztornym ojców bazylianów.

Województwo podlaskie od zawsze słynęło z terenów pięknych, lecz trochę tajemniczych. Supraśl, czyli pełne zabytków i atrakcji uzdrowisko skryte pośród drzew idealnie wpisuje się w profil podlaskiego miasta. Otoczone bujną roślinnością, stwarza warunki sprzyjające pobytom w w sanatorium i krajoznawczym wycieczkom.

Zlokalizowany na Wysoczyźnie Białostockiej Supraśl to jedno z najładniejszych miast woj. podlaskiego. Choć położony niecałe 20 kilometrów od Białegostoku, otaczająca go Puszcza Knyszyńska nadaje mu aury tajemniczości i odrobinę magii. Tamtejszy krajobraz wyjątkowo sprzyja powrotowi do zdrowia. Na terenie supraskich placówek leczone są (dzięki olejkom eterycznym z drzew iglastych i borowinom spod wsi Sokołda) schorzenia reumatologiczne, neurologiczne, narządu ruchu, dol-

nnych dróg oddechowych oraz kobiety po mastektomii.

Założony w 1500 roku Supraśl, na dość niewielkiej powierzchni skrywa multum atrakcji. Miasto słynie z tradycji włókienniczych, nie brak w nim także zabytkowych świątyń i innych obiektów religijnych, muzeów oraz atrakcyjnych tras spacerowych.

Celem jednej z takich wypraw może być Muzeum Ikon w Supraślu. Wypełniają je ikony przedstawiające Chrystusa, Matkę Boską, cerkiewnych świętych: m.in. św. Mikołaja czy św. Jerzego. Wśród najważniejszych atrakcji jest tam własnoręczne pisanie ikon, a także piszący ikony mnich oraz przydrożna kapliczka. Najstarsze z eksponatów pochodzi z XVIII wieku.

Będąc w Supraślu warto zobaczyć także Pałac Buchholtzów. Okazały budynek, który obecnie jest siedzibą Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych im. Artura Grottgera, kiedyś był domem rodziny fabrykanckiej, która przeniosła się do Supraśla z Łodzi. Przypomi-

nający nieco włoskie lub francuskie rezydencje renesansowe, pałac z początku nie był aż tak zachwycający – z biegiem czasu dobudowywano kolejne jego elementy. Dokoła rozciąga się także zadbane park, a obok głównej budowli można znaleźć także dawną koniusznię oraz budynek stróża.

Prawdziwą atrakcją dla turystów może być też: Muzeum Sztuki Drukarskiej i Papiernictwa w Supraślu. Otwarte w 2014 roku muzeum oferuje zwiedzającym prawdziwą podróż po świecie drukarstwa – dwa pomieszczenia wypełnione eksponatami mieszczą się w wyjątkowym budynku klasztornym, czyli prawosławnym monasterze męskim Zwiastowania Przenajświętszej Bogurodzicy Maryi i św. Apostoła Jana Teologa, bo to właśnie tam ojcowie Bazylianie założyli drukarnię. Niezwykłą ekspozycję tworzą m.in. maszyny, repliki pras drukarskich, niemiecki tygiel drukarski z XIX wieku. To także świetne miejsce na to, by poznać różne techniki druku.

Ferie 2023 i zimowe wyprawy.
Co warto zobaczyć w jednym
z najpiękniejszych miast na Podlasiu?

SUPRAŚL – UZDROWISKO SKRYTE WŚRÓD DRZEW

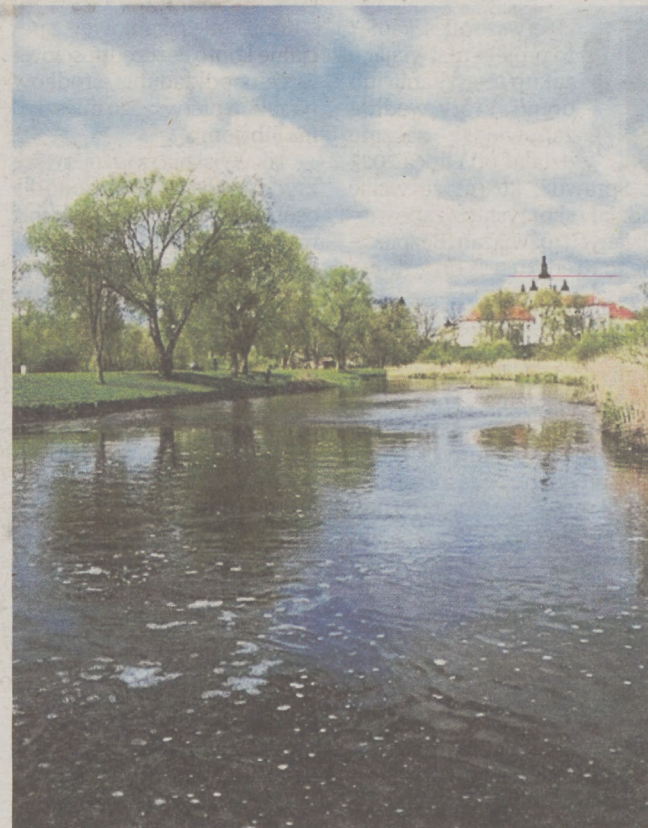
Od listopada aż do wiosny kolejnego roku muzeum jest zamknięte – nie oznacza to jednak końca jego działalności. Każdy, kto chce zobaczyć bogate zbiory placówki w tym okresie może skontaktować się z muzeum telefonicznie i ustalić indywidualną datę zwiedzania.

A dokąd na spacer? Na przykład do Ogrodu Saskiego i parku krajobrazowego.

Na terenie miasta mieści się także Ogród Saski, który jest miejskim parkiem pełnym dostosowanych do spacerów alejek. Ci, którzy preferują podziwianie uroków przecinającej Supraśl rzeki (o tej samej nazwie), mogą napawać się tym widokiem z nadrzecznych bulwarów lub plaży.

Supraśl położony jest w bałecznym miejscu, tereny dokoła porasta bowiem Puszcza Knyszyńska, w której odnaleziono pozostałości osadnictwa sprzed 10 tys. lat! Tamtejsze tereny, oprócz pięknej przyrody, znane są także z... nielegalnej produkcji bimbrowu.

Patrycja Seklecka



Supraśl płynie przez... Supraśl. Ten prawy dopływ Narwi ma długość ponad 102 km kw.

FOT. WIKIPEDIA.ORG / ADAM SOKOŁOWSKI



FOT. WIKIPEDIA.ORG / ANDRZEJ OTRĘBSKI

Pałac Buchholtzów



FOT. WIKIPEDIA.ORG / ANDY THE VINE

Dom Ogrodnika i monaster w Supraślu.

Poradnik



Program „Pierwsze Mieszkanie” ma wystartować w połowie 2023 r. (zdjęcie ilustracyjne)

P „Pierwsze Mieszkanie” to projekt ułatwiający zakup mieszkania lub domu, który według zapowiedzi zacznie działać od 1 lipca 2023 r. Sprawdź, kto może wziąć udział i skorzystać z zapowiedzianych rozwiązań: Bezpiecznego Kredytu 2 % oraz Konta Mieszkaniowego.

„Pierwsze Mieszkanie” to nowy rządowy program skierowany do osób, które – jak sama nazwa wskazuje – chcą kupić swoje pierwsze mieszkanie lub dom jednorodzinny. Uczestnicy programu będą mogli uzyskać kredyt hipoteczny na preferencyjnych zasadach, z dopłatą od państwa, dzięki której kredytobiorca będzie płacił niskie raty. Nieruchomość można będzie nabyć zarówno na rynku pierwotnym, jak i wtórnym.

Według ministra rozwoju i technologii Waldemara Budy program wystartuje 1 lipca 2023 r. W ramach programu zaplanowano dwa rozwiązania:

- Bezpieczny Kredyt 2% - kredyt hipoteczny z dopłatą od państwa na zakup pierwszego mieszkania lub domu,

- Konto Mieszkaniowe - specjalne konto oszczędnościowe w celu odkładania środków na zakup pierwszego mieszkania lub domu

Jak wyjaśnia rząd, pierwsze z tych rozwiązań stworzono dla osób, które już są gotowe kupić nieruchomość na kredyt, a drugie – dla osób, które chcą to zrobić za kilka lat i muszą najpierw nieco odłożyć. - Od 2 lat obserwujemy, jak dynamicznie zmienia się sytuacja na rynku mieszkaniowym. Od boomu, kiedy to oprocentowanie kredytów spadło do rekordowo niskiego poziomu, aż po dzień dzisiejszy, kiedy to inwestorzy napotykają na serię problemów. A dotyczą one przede wszystkim: braku zdolności kredytowej, wkładu własnego czy rosnących kosztów związanych z zaciągniętymi zobowiązaniami finansowymi. Ekspertiści już prognozują, że niebawem zacznie brakować mieszkań na rynku pierwotnym. Ten szereg problemów ma rozwiązać właśnie zapowiedziany program „Pierwsze Mieszkanie” – uważa Marta Kaleta-Domaradzka, ekspert serwisu z projektami domów Extradom.pl.

Kto ma szansę?

W programie może wziąć udział każdy, kto nie ukończył 45. roku życia (w dniu udzielenia Bezpiecznego Kredytu 2%). Warunek jest tylko jeden: uczestnik nie może być właścicielem żadnego mieszkania ani domu (dotyczy także spółdzielczego prawa do nieruchomości). Co ważne, z udziału w programie wykluczone są także osoby, które już kiedyś miały na własność mieszkanie lub dom, nawet jeśli od tamtej pory straciły nieruchomość.

- W przypadku małżeństwa lub rodziców co najmniej jednego wspólnego dziecka, warunek wieku i „pierwszego mieszkania” spełnić będzie musiało przynajmniej jedno z nich – podaje Ministerstwo Rozwoju i Technologii.

O udział w programie i Bezpieczny Kredyt może się ubiegać wspólnie także para bez ślubu (związek nieformalny). Jeśli taka para wychowuje wspólnie minimum jedno dziecko, może uzyskać wyższą kwotę kredytu (tak samo jak małżeństwu z dzieckiem). O kredyt mogą się starać także obcokrajowcy, o ile prowadzą

gospodarstwo domowe na terenie Polski.

Jak uzyskać preferencyjny kredyt?

To, jak duże dofinansowanie można uzyskać, zależy od wielkości gospodarstwa domowego. Przewidziano dwie maksymalne kwoty kredytu:

- 500 tys. zł - dla jednoosobowych gospodarstw domowych, - 600 tys. zł - dla pary wychowującej co najmniej jedno dziecko.

Pieniądze z Bezpiecznego Kredytu 2% można przeznaczyć na zakup mieszkania lub domu jednorodzinnego (w tym także zakup działki budowlanej i wykończenie nieruchomości) z rynku pierwotnego lub wtórnego. W ramach programu można kupić nieruchomość o dowolnej cenie i standardzie – nie obowiązują żadne limity cen metra kwadratowego, jak np. w programie „Mieszkanie bez wkładu własnego”.

- Dużym profitem jest fakt, że program ten obejmuje mieszkania z rynku pierwotnego oraz wtórnego i nie będzie mu towarzyszyć limit metrażowy. To oznacza, że finansowanie o niskim oprocentowaniu przysługiwać

będzie tak na kawalerkę, jak i na apartament – nie zamykając wachlarza inwestycyjnych możliwości, jak robiły to poprzednie programy – komentuje ekspert Extradom.pl.

Resort rozwoju ujawnił również zasady działania Bezpiecznego Kredytu 2%. Osoba zakwalifikowana do udziału w programie uzyska preferencyjny kredyt hipoteczny na maksymalnie 500-600 tys. zł, z okresowo stałym oprocentowaniem 2% (plus marża i prowizja banku). Do kredytu przez 10 lat będzie dopłacało państwo, dzięki czemu raty będą niższe. W tym okresie kredytobiorca będzie spłacał raty malejące.

- Budżet państwa przez 10 lat będzie dopłacał różnicę między stałą stopą ustaloną w oparciu o średnie oprocentowanie kredytów o stałej stopie w bankach kredytujących (aktualne na dzień ustalenia wysokości oprocentowania stałą stopą kredytową w dniu udzielenia kredytu i po 5 latach), a oprocentowaniem kredytu zgodnie ze stopą 2% – wyjaśnia Ministerstwo Rozwoju i Technologii.

Po 10 latach spłaty rząd przestanie dopłacać do kredytu,

a raty się zmienią. To, o ile zwiększy lub zmniejszy się rata, zależy od kilku czynników, m.in. od poziomu stóp procentowych oraz długości okresu kredytowania. Warto pamiętać, że przy Bezpiecznym Kredycie 2% kredytobiorca będzie ponosił dodatkowe koszty kredytu porównywalne z tymi przy „zwykłym” kredycie.

Programy można łączyć?

Program „Pierwsze Mieszkanie” można łączyć z programem „Mieszkanie bez wkładu własnego”. Oznacza to, że preferencyjny Bezpieczny Kredyt 2% może otrzymać osoba nieposiadająca środków na wymagany wkład własny – dzięki udziałowi w „Mieszkaniu bez wkładu własnego” państwo pokryje ten koszt. Połączenie programów ma jednak jeden minus – w takim przypadku nie można skorzystać z mechanizmu spłaty rodzinnej. Przypomnijmy, że chodzi o umorzenie części kredytu, przysługujące uczestnikom „Mieszkania bez wkładu własnego”, którym w trakcie spłaty urodzi się drugie lub kolejne dziecko.

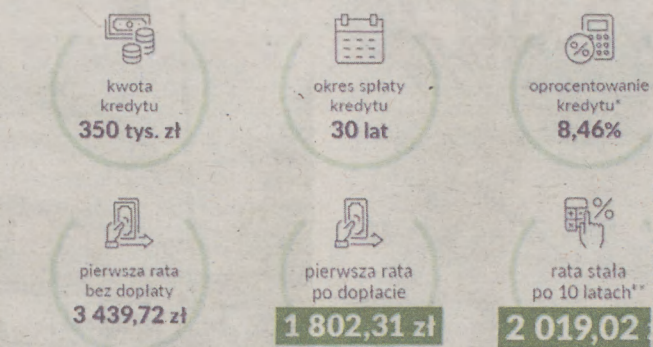
Przemysław Zańko-Gulczyński

Bezpieczny Kredyt 2% – przykłady: Ania i Bartek, rodzice rocznego Maciusia



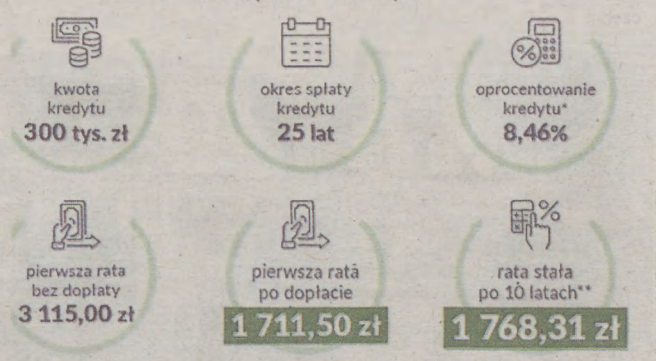
* Oprocentowanie rynkowe kredytu mieszkaniowego o stałej stopie 8,46% (przykład dla aktualnej oferty w Banku Pekao S.A. dla ustalenia dopłaty oprocentowanie kredytu pomniejszone o 10% (względnie do składnika marży)).
** Przy założeniu, że warunki zostają bez zmian.

Bezpieczny Kredyt 2% – przykłady: Iwona, współwłaścicielka salonu kosmetycznego



* Oprocentowanie rynkowe kredytu mieszkaniowego o stałej stopie 8,46% (przykład dla aktualnej oferty w Banku Pekao S.A. dla ustalenia dopłaty oprocentowanie kredytu pomniejszone o 10% (względnie do składnika marży)).
** Przy założeniu, że warunki zostają bez zmian.

Bezpieczny Kredyt 2% – przykłady: Karol, pracownik sklepu



* Oprocentowanie rynkowe kredytu mieszkaniowego o stałej stopie 8,46% (przykład dla aktualnej oferty w Banku Pekao S.A. dla ustalenia dopłaty oprocentowanie kredytu pomniejszone o 10% (względnie do składnika marży)).
** Przy założeniu, że warunki zostają bez zmian.

Program
Pierwsze Mieszkanie
Przedstawiciele ministerstwa przygotowali symulacje dla osób znajdujących się w różnych sytuacjach

Dzięki nim dowiemy się, jaką ratę po 10 latach zapłaci na przykład współwłaścicielka salonu kosmetycznego

A jaką zapłaci pracownik sklepu, który wziął kredyt samodzielnie

Program
Pierwsze Mieszkanie
PierwszeMieszkanie.gov.pl

Program
Pierwsze Mieszkanie
PierwszeMieszkanie.gov.pl

Słownik: akme, Osz, Renoir, tonkin.

ROZWIĄZANIE: MYŚL TO PIERWSZY ETAP CZYNU.

Leningrad... Słynny blok made in ZSRR

Rajmund Welnic
Region

Blok mieszkalny wyłożony błękitną mozaiką, jeden z charakterystycznych punktów Bornego Sulinowa, właśnie zmienił właściciela. Miasto sprzedało budynek wraz z sąsiednią działką. Niedawno nawet nowy właściciel wystawił go na sprzedaż - wraz z projektem urządzenia tam 90 mieszkań.

Obiekt - jeden z ostatnich takich relikwów obecności sowieckiej w Bornem - był do kupienia za około 1,8 miliona złotych.

Opuszczony, niebieski blok 30 lat po wyjeździe Rosjan z Bornego Sulinowa wciąż straszny pustymi oczodolami okien. Blok przy miejskim targowisku nie został zagospodarowany do dziś, w odróżnieniu do pozostałych siedmiu borneńskich „leningradów”, jak nazywane są te bloki. Dziś - w mocno przebudowanych - mieszkają w nich mieszkańcy miasta, ten jeden pozostał pamiątką po czasach obecności wojsk sowieckich w Polsce. Ten w rejonie ulic Wojska Polskiego i Orła Białego był ostatnim, którego już nie dokończono. Mimo upływu lat solidna żelbetowa konstrukcja jest w dobrym stanie.

Dawne dzieje „leningradów”

W archiwum Dariusza Tederko, pasjonata i badacza lokalnej historii, znajdujemy kilka zdjęć z budowy borneńskich



Zdjęcia z budowy borneńskich „leningradów”, lata 80. XX wieku

„leningradów”. Wzniesli je - w odróżnieniu od innych bloków budowanych przez polskie firmy - sami Rosjanie. Stawiała je tzw. stroitielnaja rota, czyli kompania budowlana. „Leningrady” powstały w latach 80., były to jedne z ostatnich, jeżeli w ogóle nie ostatnie inwestycje wojsk sowieckich w Bornem Sulinowie, gdzie stacjonowała dywizja pancerna. W roku 1992 Rosjanie wyjechali z Bornego na zawsze.

Oficerowie i podoficerowie zawodowi nie mieszkali oczywiście w poniemieckich koszarach, w których kwaterowali szeregowcy Armii Radzieckiej z poboru. Oprócz ich rodzin w Bornem mieszkali cywili

pracownicy wojska, nauczyciele, ekspedientki, lekarze, pielęgniarzy i inne służby. Było to samowystarczalne miasteczko, a cywile też musieli gdzieś mieszkać.

Swoją nazwę „leningrady” zawdzięczały projektowi Kombinatu Budownictwa Mieszkaniowego w Leningradzie-Awtowo. Jeszcze w latach 60. projektem 9-piętrowych bloków „uszczęśliwiono” Gdańsk i jego stoczniovców. Miał to być dar Leningradu (dziś Petersburg) dla bratniego miasta, choć to i tak strona polska pokrywała większość kosztów. Prefabrykaty przyływały do Gdańska statkiem. Podobne realizacje miały miejsce także w innych

polskich miastach m.in. w Szczecinie.

W większości wypadków „leningrady” stawiano jednak w licznych miejscach stacjonowania czerwonoarmistów. Tak jak w Bornem Sulinowie, czy pobliskim Kłominie. Nie były to wieżowce, jak te z Gdańska, tylko czterokondygnacyjne budynki. Idea szybkiego budowania całych osiedli z gotowych elementów nie ominęła i krajów zachodnich.

Bloki made in ZSRR utorowały w Polsce modę na wielką płytę, jak nazywano w PRL obiektu wznoszone z gotowych prefabrykatów. Wkrótce i nasz kraj dorobił się własnych projektów „wielkiej płyty”, fabryk



Lata 90. XX w. Na zdjęciu inny z borneńskich „leningradów”

domów wytwarzających żelbetowe elementy do układania całych osiedli. Podobne stawiano zresztą w całym bloku wschodnim. Miało być szybko i tanio, a wiadomo, co się z tym wiąże - fatalna jakość.

Zmora demoludów

O blokach w wielkiej płycie można by napisać całą książkę. Że są architektonicznymi koszmarkami, że są niefunkcjonalne i zamieniły Polskę w kraj klockowych bunkrów do zamieszkania. Problemem była niska jakość wykonania, w wersji „leningradów” wręcz legendarna. Szpary szerokości dłoni między elementami i ścianami nie były tam niczym niezwykłym. Miało

być tanio, to było. Ze wszystkimi tego konsekwencjami. Swoje robiło byle jakie wykonawstwo, któremu - jak widać na zdjęciach - musieli poddać zwykli żołnierze. Stawiało się je faktycznie szybko - wspomniane pierwsze gdańskie „leningrady” zasiedlono po czterech miesiącach od rozpoczęcia inwestycji. Budynki były niedocieplone, ściany i stropodachy przemarzały, a mieszkający w nich krótko na czas służby wojskowi lokatorzy prawie zupełnie się o lokale nie troszczyli. Słynne gazety w oknach to nie wymysły. Nic więc dziwnego, że bloki takie szybko doprowadzono do ruiny.

©P

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 12
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 12
Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03
Oddział Szczecin: Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 91 48 13 310

RUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH:

■ NIERUCHOMOŚCI
■ HANDLOWE
■ MOTORYZACJA

■ FINANS/BIZNES
■ NAUKA
■ PRACA

■ ZDROWIE
■ USŁUGI
■ TURYSTYKA

■ BANK KWATER
■ ZWIERZĘTA
■ ROŚLINY, OGRODY

■ MATRYMONIALNE
■ RÓŻNE
■ KOMUNIKATY

■ ŻYCZENIA
■ /PODZIĘKOWANIA
■ GASTRONOMIA

■ ROLNICZE
■ TOWARZYSKIE

Nieruchomości

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany,
tel. 535-480-794.

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

A do Z skup-skupujemy
każde pojazdy, płacimy nawet
za wraki, oferujemy najwyższe ceny,
536079721

AUTO skup wszystkie

695-640-611

Praca

ZATRUDNIĘ

HOLANDIA, spawacz, 22 euro

na godzinę, tel.: 575-001-116.

NIEMCY: murarz, cieśla,

hydraulik, malarz, ślusarz, spawacz:

601218955

Zdrowie

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

PRALKI naprawa w domu. 603775878

BUDOWLANO-REMONTOWE

POKRYCIA dachowe, Słupsk,

501942474

AUTOPROMOCJA

Dzień dobry w **poniedziałek**

Kup dziennik z dodatkiem Sportowy24

gs24.pl
gp24.pl
gk24.pl

Karnawał. Najpiękniejsze utwory z oper i operetek



Bilety na karnawałowy koncert kosztują 80, 70 i 60 zł. Można je kupić na portalu Biletyna.pl

Anna Czerny-Marecka
Słupsk

W ostatni piątek stycznia, 27, filharmonia Sinfonia Baltica zaprasza na koncert karnawałowy z hitami muzyki operowej i operetkowej.

Na scenie zobaczymy gwiazdy polskiej i światowej opery Iwonę Sochę (sopran), Katarzynę Zając-Caban (sopran), Dario Di Vietri (tenor) i Piotra Wołosza (bas), którzy zaprezentują najwspanialsze utwory z oper i operetek, a także pieśni

neapolitańskie oraz hity włoskiej piosenki. Akompaniować będzie orkiestra Polskiej Filharmonii „Sinfonia Baltica” im. Wojciecha Kilara w Słupsku pod dyktando Marty Kosielskiej. Prowadzenie: Jan Połowianuk. Reżyseria koncertu: Magdalena Wołosz.

Program:

J. Strauss II - „Polka Tritsch-Ttatsch”; G. Puccini - Aria Mussetty „Quando m'en vo” z opery „Cyganeria”; G. Rossini - Aria Don Bartolo „La calunnia” z opery „Cyrylik Sewilski”; Ch. Gounod - Aria Julii „Jeux vi-

vre” opery „Romeo i Julia”; G. Puccini - Aria Calafa „Nessun dorma” z opery „Turandot”; J. Offenbach - „Galop” z operetki „Orfeusz w piekle”; I. Kalman - „Czardasz Sylwii” z operetki „Księżniczka Czardasza”; I. Kalman - Duet „Ach jedź do Varasdin” z operetki „Hrabina Mariza”; F. Lehar - Aria Giuditty „Kto me usta całuje ten śni” z operetki „Giuditta”; I. Kalman - Duet „co się dzieje oszaleję” z operetki „Księżniczka Czardasza”; F. Lehar - Duet „Usta milczą dusza śpiewa” z operetki „Wesoła wdówka”; J. Strauss -

Marsz Radetzkiego; „Tarantella Neapolitana” - włoska melodia tradycyjna; L. Arditi - „Il Baccio”; G. Rossini - „Don Basilio! Cosa veggio!”; C. Di Chiara - „La Spagnola” - pieśń neapolitańska; E. Di Capua - „o sole Mio” - pieśń neapolitańska; Ricchi e Poveri - „Sara perche Ti Amo”; Al. Bano & Romina Power - „Ci Sara”; T. Cutugno - „L'Italiano”; Al. Bano & Romina Power - „Sharazan”; D. Modugno - „Nel blu dipinto di blu”; Al. Bano & Romina Power - „Felicita”; Ricchi e Poveri - „Mamma Maria”. ©©

KRÓTKO

KINO REJS PRZY UL. 3 MAJA W SŁUPSKU

Myszka Yuku zaprasza do kina



W kinie Rejs 14 stycznia o godz. 16.30, 15 stycznia, godzina 12 oraz 17-19 stycznia, godzina 11 - dzieci mogą obejrzeć film „Yuku i magiczny kwiat”. To historia małej myszki Yuku, która musi opuścić rodzinne strony, aby pomóc babci. 17 i 19 stycznia po seansie zajęcia feryjne (w cenie biletu). (MARA)

TEATR MUZYCZNY ADRIA W KOSZALINIE

Wieczór na Manhattanie

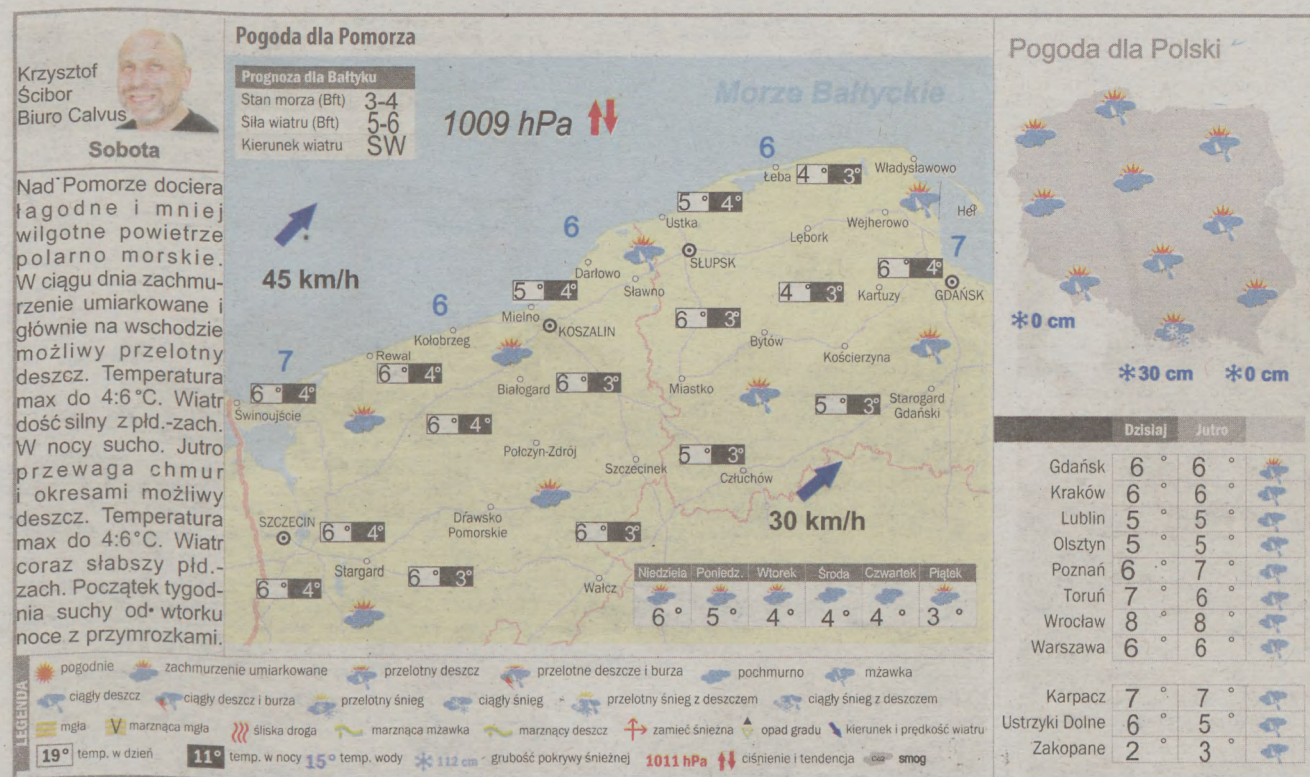
15 stycznia o godz. 17 w Filharmonii Koszalińskiej Orkiestra Reprezentacyjna Straży Granicznej zaprezentuje się w repertuarze świąteczno-noworocznym. Bilety od 30 zł.

Kolejna propozycja na 15 stycznia: o godz. 18 w Hali Widowiskowo-Sportowej przy ul. Śniadeckich 4 Golec uOrkiestra wystąpi z koncertem kolęd i pastorałek. Muzycy z rodzinną orkiestrą zapraszają do wspólnego kolędowania. Zespół gwarantuje, że

sluchacze poczuja góralski bożonarodzeniowy klimat. Bilety w cenie od 99 zł.

21 stycznia o godz. 18 w Teatrze Muzycznym Adria rozpocznie się „Fame”, opowieść o trudnym dojrzewaniu, wielkim talencie, pierwszej miłości, pasji życia i cenie, jaką trzeba zapłacić za sukces. „Fame” to wielkie przeboje, splatające pop, rap, hip-hop, rock and roll, jazz i soul. Bilety: 50-60 zł. (JCK)

POGODA



SZCZECIN

Adam Sztaba zaprasza



W sobotę, 14 stycznia, o godzinie 19 w Filharmonii w Szczecinie usłyszymy utwory m.in. Kaczmareckiego, Maanam, Prońko, Cichowskiego i Soyki w aranżacji Adama Sztaby. Maestro poprowadzi również wszystkich zgromadzonych na scenie muzyków, czyli Orkiestrę

Symfoniczną Filharmonii w Szczecinie, wybitnych instrumentalistów, pośród których znajdziemy m.in. Pawła Tomaszewskiego, a także liczną grupę wokalistów, którzy zostali wyłonieni w specjalnym internetowym konkursie. (MK)

Narodziny Jezusa i spisek Heroda

Jasełka (od staropolskiego słowa: jaso - żłób) to widowiska o Bożym Narodzeniu wzorowane na średniowiecznych misteriach. Występowały też u protestantów na Pomorzu. Współcześnie również. Na zdjęciach jasełka w kościele ewangelicko-augsburskim w Słupsku

