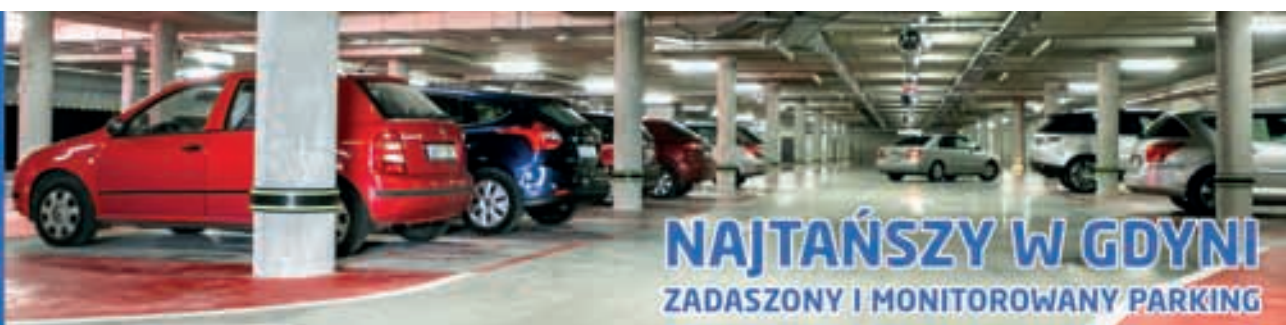




Podziemny parking w centrum
Gdyni pod Placem Grunwaldzkim
- wjazd od ul. Wybickiego
- przystosowany dla osób
niepełnosprawnych, z bezpośrednim
wejściem do Teatru Muzycznego.



GAZETA BEZPŁATNA DLA SENIORÓW I ICH RODZIN

Gdyniński IKS

Nr 65, kwiecień 2019

Informacje - Kultura - Społeczeństwo

Z WIOSNĄ

DOOKOŁA ŚWIATA

Nawet nie zdają
sobie Państwo
sprawy, jak bardzo
się cieszę, że mogę
to napisać: nareszcie
mamy wiosnę! Z tej
okazji warto poznać
kilka wiosennych
zwyczajów naszych
bliższych i dalszych
zagranicznych
sąsiadów.

Zacznijmy od Anglii, a dokładniej od Gloucester. Co roku w maju odbywają się tam bardzo osobliwe zawody w...turlaniu sera (*ang. cheese rolling*). Ze szczytu wzgórza Cooper's Hill rzuca się ponad 4 kilogramowy ser, który jest w stanie osiągnąć prędkość nawet do 114 km na godzinę! Zadaniem uczestników jest... biec za turlającym się przysmakiem. Wygrywa ten, kto pierwszy znajdzie się na linii mety i złapie ser. Widok jest dosyć niecodzienny i na pewno u niektórych cieszy oko, jednak szczerze mówiąc, jestem trochę sceptycznie nastawiona do tej tradycji, ponieważ często kończy się mniej lub bardziej trwałym uszczerbkiem na zdrowiu uczestników. Oczywiście, że na

www.freepik.com, kolaz



dole czeka nich opieka medyczna i lekarstwo w postaci alkoholu, ale czy warto tak szaleć?

Pozostawmy jeszcze w sferze gastronomii. Tym razem będzie o jajkach (trochę powiało Wielkanocą, prawda?). Przenieśmy się teraz do Bośni, gdzie odbywa się *Cimburijada*, czyli *Festiwal Jajeczniczy*. Jej smakosze spotykają się o brzasku, nad brzegiem rzeki w bośniackim mieście Zenica. Czekają tam na nich wielka patelnia jajeczniczy i chlebek na zagrychę. Niestety, nie mam in-

formacji, czy jajecznicę można modyfikować wedle preferencji (boczek, szczypiorek itp.). Kto wie, może jest opcja przyniesienia własnych składników? Trzeba się jednak spieszyć, bo chętnych na ten poranny przysmak jest wielu. Myślę jednak, że mimo ogromnego apetytu, w przeciwieństwie do *Cheese Rolling*, tutaj nie ma obrażeń cielesnych. Jak Państwo myślą, czy coś takiego sprawdziłoby się u nas w Gdyni?

Rozbudziłam już kubki smakowe, a teraz się trochę ogrzejemy

w Meksyku, a dokładniej w Chichén-Itzá, prekolumbijskim mieście założonym przez Majów na półwyspie Jukatan. W okolicach Równonocy tysiące ludzi gromadzi się wokół tamtejszej Piramidy Kukulcána, aby zobaczyć spektakularne widowisko z udziałem węża. Nie ujrzymy jednak żywego gada, ale jego cień. Jak to możliwe? Otóż, właśnie w Równonoc, kiedy słońce zaczyna zachodzić, rzuca na tę fantastyczną budowlę cień o węzowatym kształcie. W pewnym momencie mamy

wrażenie, że spod wrót Kukulcána wypelza autentyczny wąż. Być może brzmi to jednocześnie ekscytująco i nieco przerażająco, ale na pewno jest to niesamowite zjawisko potwierdzające potęgę naszej natury.

Czy poczułiśmy już wiosnę? Mam nadzieję, że tak! W następnym numerze naszego IKS-a napiszę o innych wiosennych zwyczajach. Przenieśmy się między innymi do Australii. Ciekawe, co nas tam spotka...?

Katarzyna Małkowska

Posiadasz niepotrzebne rzeczy i nie wiesz, co z nimi zrobić? A może potrzebujesz sprzętów na nowy sezon działkowy?

Rzeczy niezbędne na działce: meble, narzędzia, koce, kubki,
sztućce i wiele innych przedmiotów – wszystko to znajdziesz
w Sklepie charytatywnym „Z głębokiej szuflady”



*Przywitaj
wiosnę
w swoim
ogrodzie*

Urządź swoją
działkę tanio
i z pomysłem razem
z naszym sklepem
charytatywnym!

SKLEP
CHARYTATYWNY

„Z głębokiej szuflady”
poleca swoje
kolekcje!

Sklep charytatywny

„Z głębokiej szuflady”

Gdynia, ul. Świętojańska 36

(Pasaż w Starym Kinie Warszawa)

tel. 515 150 420

www.zglebokieszuflady.pl

www.facebook.com/zglebokieszuflady

W PRAWO

Jak rozliczyć się z dłużnikiem?

Odpowiedź na tak postawione pytanie brzmi: **jak najkorzystniej** i na tym w zasadzie można byłoby zakończyć rozważania związane z tą problematyką. Jednak nie jest to odpowiedź w pełni opisująca złożoność problematyki rozliczeń między stronami stosunku zobowiązaniowego.

W pierwszej kolejności wypada wskazać, że ten, który jest dłużny, tj. który ma coś zrobić, albo zapłacić na rzecz innej osoby, to dłużnik, a ten, który może takiego zachowania lub zapłaty żądać, to wierzyciel. W sytuacji, gdy dłużnik zwraca pieniądze, często spotykanym zjawiskiem jest sytuacja, gdy ma on więcej niż jeden dług względem tego samego wierzyciela lub też winien on zapłacić sumę główną oraz odsetki, np. za opóźnienie lub wynikające z umowy, które są pożytkiem (korzyścią, zyskiem) dla wierzyciela.

Reguły dokonywania rozliczeń z dłużnikiem określa art. 451 kodeksu cywilnego. Stanowi on, że dłużnik, mający względem tego samego wierzyciela kilka długów tego samego rodzaju, może przy spełnieniu świadczenia wskazać, który dług chce zaspokoić. Jednakże to, co przypada na poczet danego długu, wierzyciel może przede wszyst-

kim zaliczyć na związane z tym długiem zaległe należności uboczne oraz na zalegające świadczenia główne. Jeżeli dłużnik nie wskazał, który z kilku długów chce zaspokoić, a przyjął pokwitowanie, w którym wierzyciel zaliczył otrzymane świadczenie na poczet jednego z tych długów, dłużnik nie może już żądać zaliczenia na poczet innego długu. W braku oświadczenia dłużnika lub wierzyciela spełnione świadczenie zalicza się przede wszystkim na poczet długu wymagalnego, a jeżeli jest kilka długów wymagalnych - na poczet najdawniej wymagalnego.

Z przedmiotowej regulacji wynika w pierwszym rzędzie, że to dłużnik może wskazać, na jaki dług ma zostać zaliczona dokonana przez niego wpłata. Brak takiego wskazania otwiera pole do działania wierzycielowi. Otóż przy braku wskazania dłużnika, na jaki dług ma zostać zaliczona wpłata, to do wierzyciela należy prawo zaliczenia dokonanego świadczenia. Wierzyciel może w pierwszej kolejności zaliczyć wpłatę na przypadające mu odsetki. I tak np., jeśli dług wynosi 1.000 zł i 100 zł tytułem odsetek na dzień świadczenia, w którym dłużnik dokonał wpłaty na rzecz



dłużnika 100 zł, to jego dług nie ulega zmniejszeniu. Spłacone zostaną przez taką wpłatę przy braku oświadczenia dłużnika o zaliczeniu tylko odsetki, które od tego dnia zaczną się naliczać na nowo od nieprzerwanie istniejącego długu. Do takiego zarachowania potrzebne jest w zasadzie oświadczenie wierzyciela względem dłużnika.

Zdaniem judykatury omawiany przepis jest w zasadzie uprawnieniem wierzyciela i stanowi, że nawet wtedy, gdy dłużnik, spełniając świadcze-

nie, wyraźnie stwierdzi, że spłaca należność główną, wierzyciel nie jest wyborem związany i może zaliczyć wpłatę na należności uboczne (por. Wyrok Sądu Apelacyjnego w Łodzi z dnia 19 grudnia 2017, I ACa 1041/17). W świetle art. 451 § 1 k.c., a w szczególności zdania drugiego, nie budzi wątpliwości, iż odrębnymi długami uzasadniającymi wybór dłużnika nie są wymagalna należność główna i przysługujące od niej odsetki, względnie zaległa część należności głównej (w razie rozłożenia jej na

raty). W rozumieniu art. 451 § 1 zd. 1 k.c. stanowią one jeden dług. Wierzyciel nie ma obowiązku zawiadamiania dłużnika o zaliczeniu dokonanej przez niego wpłaty w pierwszej kolejności na poczet zaległych odsetek, czy zaległych rat należności głównej. Taki obowiązek nie wynika z przepisów k.c. W związku z tym, jeżeli dłużnik zaznacza w tytule zapłaty, że czyni to na poczet zaległej należności głównej, w sytuacji, w której odmienny w stosunku do przepisu art. 451 § 1 zd. 2 k.c. sposób zaliczania nie wynika z łączącej wierzyciela i dłużnika umowy, powinien uzyskać u wierzyciela informację, czy rzeczywiście w taki sposób zaliczył jego wpłatę. Milczenie wierzyciela nie oznacza, że wyraził zgodę i odstąpił od uprawnienia z tego przepisu. Inaczej będzie w przypadku, gdy wierzyciel potwierdzi zaliczenie zgodnie ze wskazaniem dłużnika. Wówczas wierzyciel nie ma już możliwości skorzystania z uprawnienia przewidzianego w art. 451 § 1 zd. 2 k.c. Podkreślić należy, iż wyrażona w art. 451 § 1 zd. 2 k.c. reguła ma zastosowanie również, gdy dłużnik spełniający świadczenie ma względem wierzyciela nie kilka, lecz tylko jeden dług złożony z należności głównej i zaległych odsetek-argumentum a maiori ad minus (por. Wyrok Sądu Najwyższego z dnia 4 listopada 2016 r., I CSK 732/15).

adw. dr Tomasz A. Zienowicz

„W estetyce nowoczesności” - otwarty cykl spotkań o polskim wzornictwie

„W estetyce nowoczesności” to tytuł najnowszego cyklu spotkań poświęconych fenomenowi odrodzenia polskiego wzornictwa w latach 50 i 60. Organizatorzy zapraszają na te spotkania trójmiejskich fanów, kolekcjonerów oraz użytkowników kulturowych przedmiotów *made in Poland*.

Spotkania z polskim wzornictwem będą stanowiły okazję do kilku pokoleniowych rozmów i opowieści o ich twórcach, genezie projektu, miejscach powstawania, produkcji, a także niezwykłym geniuszu ich rozwiązań tak technicznych, jak i estetycznych. Dobry design okazuje się ponadczasowy, stąd tak nagła eksplozja w XXI w. świadcząca o ponownym zainteresowaniu się projektami sprzed ponad pół wieku oraz

pojawienie się całej rzeszy jego nowych kolekcjonerów.

Pasja do wzornictwa powstaje z bagażu doświadczenia, wiedzy, bliskiego obcowania z rzadkimi, niezwykłymi rzeczami. W przedmiotach ukryte są historie ludzi, czasów, a często także wyobrażeń danej epoki nt. NOWOCZESNOŚCI. Nowoczesność w zależności od dekady czerpała z odmiennych wartości, przybierała różne formy, nie raz bardziej swojskie, inspirowane np. sztuką ludową, a nieraz zupełnie oderwane od codzienności, wręcz futurystyczne.

Opowieści o wyśnionej nowoczesności odkrywamy bardzo często w rzeczach, które trafiają z naszych piwnic i szaf do lamusa. Ci, którzy połknęli bakcylię, potrafią zestawić je w niezwykle wartościowe kolekcje, określić

genezę narodzin, rozpoznać geniusz ich twórcy. W każdym jednak przypadku poznajemy ukryte w nich pragnienia i aspiracje, czy to naszych rodziców, czy ich rodziców.

Najbliższe spotkanie zaplanowano na 30 marca, start o godz. 12:00, BOX 306 w podziemiu Hali Łukowej, ul. Wójta Radtkego 36, zaś kolejne 25 maja w tym samym miejscu.

W czasie każdego ze spotkań zaplanowano m.in. autorską prelekcję kolekcjonera gdyńskiego Adama Szczepańskiego połączoną z dyskusją moderowaną przez Arkadiusza Brzeczka oraz prezentacją wybranej części kolekcji polskiego wzornictwa z lat 50, 60 i 70.

www.haletargowegdynia.pl
www.facebook.pl/haletargowegdynia



Droga Krzyżowa przedstawiana oczami artystów



Fot. Basia Miecińska

Fot. Basia Miecińska

Fot. Basia Miecińska

Droga Krzyżowa jest nabożeństwem upamiętniającym przejście Chrystusa ulicami Jerozolimy z siedziby Piłata, gdzie wydany został wyrok na Jezusa, aż na Golgotę, gdzie dopełniła się Jego męka. Wierni, wędrując od stacji do stacji w kościele lub na zewnątrz świątyni, czy w obrębie miejsca kalwaryjnego, powtarzają, dosłownie i symbolicznie, drogę męki Jezusa. Zatrzymują się przy kolejnych stacjach, których uświęcona tradycja liczba zmieniała się na przestrzeni stuleci. Obecnie przyjmuje się istnienie 14 stacji, choć w uzasadnionych teologicznie przypadkach pojawia się ich więcej. Stacje mogą być zaznaczone w najróżniejszy sposób: od prostego krzyżyka na ścianie świątyni do wyrafinowanej, wielopostaciowej grupy rzeźbiarskiej w plenerze. Kult Drogi Krzyżowej jest bardzo dawny i bierze swój początek w Jerozolimie. W średniowieczu wierni, wchodząc do kościoła, zawsze napotykali obraz Umęczonego Pana umieszczony w ołtarzu, czy w centrum świątyni na „łuku tęczy”. W późniejszych czasach w Europie i w Polsce rozpowszechnił się zwyczaj zakładania odrębnych Dróg Krzyżowych, najpierw w kościołach zakonów franciszkańskich, później niemal we wszystkich kościołach parafialnych.

Artystyczne realizacje stacji Męki Pańskiej są rozmaite i datują się od średniowiecza. Najbardziej rozbudowaną formę mają specjalne kaplice wznoszone

w rozległych parkach kalwaryjnych (w Polsce m.in. w Kalwarii Zebrzydowskiej i bliżej nas, na Ziemi Kaszubskiej, w Kalwarii Wejherowskiej). Rozpowszechnione są przedstawienia malarskie, rzeźbiarskie (pełnoplastyczne lub płaskorzeźbione) czy też graficzne, ułożone w cykle o różnej liczbie scen, a ukazujące poszczególne epizody z Pasji Chrystusa. Najbardziej typowe są obrazy lub płaskorzeźby zawieszane na ścianach wewnątrz kościołów, czasami dzieła znanych artystów. Z XIX i XX wieku w kościołach pozostały przeważnie oleodruki, seryjne płaskorzeźby gipsowe itp., najczęściej co najwyżej przeciętne z artystycznego punktu widzenia, ale za to bardzo czytelne w swej warstwie alegorycznej.

Droga Krzyżowa pozostaje dla artystów bardzo ważnym tematem osobistej wypowiedzi. Współcześni twórcy najczęściej dążą do ograniczenia realistycznej warstwy w tego rodzaju cyklach, akcentując raczej uproszczony znak i symbol.

W ciągu ostatnich stu lat w sztuce sakralnej temat Drogi Krzyżowej Chrystusa podejmowali niekiedy bardzo wybitni artyści. Takim artystą był Jerzy Duda Gracz. W górnej kondygnacji Jasnogórskiego Sanktuarium w Częstochowie na początku trzeciego tysiąclecia chrześcijaństwa znalazło miejsce jego osiemnaście obrazów stacyjnych. Prace nad tym cyklem cały czas konsultowane były z Zakonem Pauli-

nów na Jasnej Górze. Artysta, będący w najszerszym tego słowa znaczeniu realistą, odtworzył w pełni czytelny obraz Jezusa i świadków Jego Męki. Duda Gracz przedstawia w tych obrazach świat „realnych” ludzi. Najczęściej jakby nieco zdeformowanych, czasami wykrzywionych, brzydkich, gorszych, śmiesznych lub żałosnych. Na tle tego dziwnego tłumu postaci współczesnych i historycznych, typowych i wyjątkowych artysta ustawia cierpiącego, jakże ludzkiego Chrystusa. Jerzy Duda Gracz nie traktuje Męki jako wydarzenia historycznego, przeszłego, już nieaktualnego. Męka Jezusa Chrystusa rozgrywa się w dzisiejszych czasach, w każdym z nas, jej świadkami, jeśli nie współsprawcami, jesteśmy my wszyscy. Twórca tego monumentalnego malarskiego dzieła wierzy w zdolność ludzi do moralnego odrodzenia i w ostateczny triumf dobra.

Golgota Jerzego Dudy Gracza zmusza ludzi do głębokiej refleksji i zaangażowania. Nawołuje do tego nie tylko od święta – choćby tak wielkiego jak celebrycje Wielkiego Tygodnia – ale i na co dzień.

Niech Golgota Jasnogórska Jerzego Dudy Gracza będzie dla nas i przyszłych pokoleń dobrym znakiem czasu, naszej bolesnej i trudnej współczesności, bezsprzecznie pełnej jednak nadziei na lepsze jutro.

Basia Miecińska

OPOWIEDZ NAM SWOJĄ HISTORIĘ

Pamiętki rodzinne

Przedmioty otaczają nas wszędzie, są wpisane w naszą codzienność. Często nie zwracamy na nie uwagi, mijamy je obojętnie, posługujemy się nimi bezwiednie i automatycznie. Chociaż są anonimowe, to przecież każdy z nich ma swoją historię – dosłownie każdy, bez wyjątku. Ale wśród nich są i takie, które budzą nasz sentyment – to drobiazgi przywiezione z podróży, prezenty od szczególnie lubianych czy kochanych osób, przedmioty, które towarzyszyły nam w wyjątkowych chwilach i te odziedziczone po bliskich. Spojrzenie na nie przyspiesza bicie naszego serca, a często i łzy się w oku zakręca, gdy zaczynamy wspominać ludzi, sytuacje i chwile z konkretnymi pamiętkami związane. Te ostatnie mają często długie, piękne, dramatyczne lub romantyczne koleje losu. I o niektórych z nich chcę opowiedzieć.

Pierwszą moją pamiętką jest piękny, śmiałowski, porcelanowy serwis do kawy. Jego historia sięga początku lat 30. ubiegłego stulecia, kiedy to jako prezent ślubny został wręczony nieznanej mi z imienia krewnej, matce chrzestnej mojej cioci. Zawsze zastanawiałam się, dlaczego jedna z filiżanek, chociaż malowana w taki sam wzór, jest mniejsza od pozostałych. Okazało się, że w ostatnich tygodniach II wojny światowej przez dom chrzestnej przetoczyła się nawałnica rosyjska. Jeden z oficerów tak zachwyił się scenami namalowanymi na porcelanie, że nie zdając sobie sprawy z jej kruchości i delikatności, zgniótł małe cacko. Podobno ten jego podziw uratował serwis przed całkowitym zniszczeniem. W 1949 r. serwis ponownie stał się prezentem ślubnym, tym razem dla wspomnianej cioci. Filiżankę, choć nie identyczną, udało się dokupić w jakimś poznańskim antykwariacie. Pamiętam, jak pięknie się prezentował za szybami dużego kredensu. Lubiałam dotykać i podziwiać cieniutką, półprzezroczystą porcelanę, malutkie filiżanki, dzbanuszek i cukiernicę. Tak serwis przetrwał wiele lat, aż w 2005 r. stał się moją własnością. Dzisiaj stoi w moim domu wraz z innymi pamiętkowymi

przedmiotami. Wartość materialna tego serwisu nie ma dla mnie znaczenia, na pewno nigdy się go nie pozbędę, a kiedyś jako pamiętka rodzinna trafi w ręce mojej siostrzenicy.

Drugim przedmiotem, który darzę sentymentem, jest szklana misa mojej babci. Była ona prezentem od jej przyjaciółki i aż do II wojny światowej zdobiła jej warszawskie mieszkanie. W czasie Powstania Warszawskiego dom został całkowicie zniszczony. Ocalało niewiele przedmiotów, a wśród nich cudem ta szklana waza. Wiem, że wraz z uciekinierami tułała się po rodzinie, aż znalazła swoje miejsce w Gdańsku, dokąd po wojennej zawierusze zostali skierowani dziadkowie. Swoją przystań znalazła na fortepianie. Pamiętam ją z niedzielnych, rodzinnych obiadów. Po odejściu dziadków misę odziedziczyła ich córka, a moja ciocia z Warszawy. Jako żona dyplomaty często zmieniała miejsca zamieszkania, a wraz z nią i całym dobytkiem przenosiło się również to kruche, szklane naczynie. Teraz, po wielu latach, właścicielką i czułą opiekunką tej pięknej pamiętki stałam się ja. Waza, jak dawniej, stała się ozdobą, tym razem stołu.

Mam też wiele innych przedmiotów, które darzę sentymentem i byłoby mi trudno się z nimi rozstać. Traktuję je jak talizmany, których pozbycie się byłoby przykre nie tylko dla mnie, ale i obdarowującego.

Rodzinna pamiętka w postaci cennego instrumentu znajduje się również w domu mojej przyjaciółki. Oddaję jej głos, a właściwie pióro, aby sama opisała jego historię:

W moim domu do cennych przedmiotów należało zawsze stare, doskonałe pianino marki Sommerfeld, wyprodukowane przed II wojną w Bydgoszczy. Zakupione zostało przez dziadka w latach trzydziestych XX wieku. To na nim moja mama i dwie ciocie uczyły się grać. Przed wojną w wielu domach znajdowały się pianina, a umiejętność gry na nich była bardzo popularna. Do dwóch starszych córek przy-



chodziła nauczycielka muzyki, najmłodsza była samoukiem. Mozolnie przepisywała od koleżanek zapisy nutowe znanych szlagierów, a „Modlitwa dziewczycy” Tekli Bądarzewskiej często była podobno przez nią grywana i śpiewana.

Pod koniec wojny, kiedy zbliżał się front, pianino zostało wywiezione na furmance wraz z innymi cennymi przedmiotami z Gdyni do Skorzewa koło Kościerzyny. Do dzisiaj jeden z pedałów jest zniekształcony po tej pamiętnej jeździe po wiejskich wykrótach. W Skorzewie, oprócz córek mojego dziadka, w zależności od tego, które prze-

taczały się wojska, najpierw grywali na nim oficerowie niemieccy, a potem rosyjscy. Z opowieści mojej mamy wynikało, że byli solidnie wykształceni muzycznie, często i dobrze grali utwory klasyczne. Muzyka zawsze łagodziła obyczaje.

Po latach rodzinny instrument dostałam w prezencie od babci z Gdyni i obie z siostrą uczyłyśmy się najpierw prywatnie, a później w szkołach muzycznych. Dzisiaj ta bezcenna pamiętka stoi w moim mieszkaniu na Żabiance, gdzie czasem grywam walce i mazurki Chopina, wspominając, ile stare pianino przeżyło. Ku

mojemu zadowoleniu sąsiedzi nie zamykają okien, a czasem proszą, czy mogą posłuchać, siedząc wygodnie na kanapie. Trzy lata temu zorganizowałam dla nieżyjącej już cioci dłuższy koncert, a wzruszona krewna popłakiwała nieco. Stało się też tradycją, że w okresie świątecznym urządzamy z koleżankami mały koncert kolęd i pastorałek.

Pamiętki rodzinne powinny być dumą każdego z nas. Wartość materialna tych przedmiotów nie jest ważna, najcenniejsze są wspomnienia z nimi związane. Przechowujemy więc te przedmioty i pielęgnujemy wspomnienia o nich, aby móc przekazać je wraz z ich historią następnym pokoleniom.

Ma An

Od redakcji: Dziękujemy autorom i zachęcamy naszych czytelników do przysyłania swoich wspomnień, przemyśleń lub ciekawych historii. Korespondencję z dopiskiem „Wspomnienia” można kierować na adres biura Fundacji: ul. Świętojańska 36/2, 81-371 Gdynia, dostarczyć osobiście lub przesłać pocztą elektroniczną: wspomnienia@gdynskiiks.pl z dodaniem w temacie e-maila słowa „Wspomnienia”.

Małgorzata Łaniewska



OBRAZKI Z KUBY

Kubę dla Europy odkrył Krzysztof Kolumb w 1492 roku. Zastał na niej plemiona indiańskie: mieszkających w jaskiniach Guanahatabejów, Sibonejów, po których w Cueva de Ambrosio pozostały naskalne malowidła i zajmujących się uprawą manioku, tytoniu i bawełny Tainów. Wkrótce liczącej około 100 000 osób rdzennej ludności Kuby wypowiedziano wojnę, której dowodził przybyły wraz z drugą wyprawą Kolumba konkwistator Diego Velázquez de Cuéllar. Po tych walkach Indian, których przetrzebiły przywiezione z Europy choroby, została garstka. W 1521 roku Kubę włączono do wicekrólestwa Nowej Hiszpanii. Z powodu braku surowców mineralnych założono plantacje trzciny cukrowej, ale wkrótce zabrakło rąk do pracy. Zaczęto więc sprowadzać niewolników z Afryki. I ten stan rzeczy trwał do drugiej połowy XIX wieku.

Z kapitanem żeglugi wielkiej **Julianem Buckerią** rozmawia **Sonia Langowska**

Kuba – największa wyspa Antyli - kojarzy się z niewolnikami, trzciną cukrową, cygarami, rumem, rewolucją i Fidelem Castro. Niewolników już nie ma, emocje rewolucyjne opadły, dyktator nie żyje, a cygara palą nieliczni. Jaka jest współczesna Kuba? Co zmieniło się od czasów upadku hojnego sponsora, jakim był ZSRR?

- W 1998 roku Kubę odwiedził papież Jan Paweł II, którego obecność miała ogromny wpływ na odrodzenie się duchowości chrześcijańskiej i nawiązanie stosunków dyplomatycznych z Ameryką. Coś się ruszyło w zakresie międzynarodowego handlu samochodami. Po wielu latach otwarta została ambasada USA, a w marcu 2016 roku do Hawany przyleciał ówczesny prezydent USA Barack Obama. I była to historyczna wizyta dla obu krajów. Mimo że Raul Castro nie wyszedł po Baracka Obamę na lotnisko, dwa lata później, podczas uroczystości pogrzebowych Nelsona Mandeli, obaj panowie podali sobie dłonie, co zostało odczytane jako symboliczny gest pojednania.

W kwietniu 2018 roku doszło do wyboru nowego prezydenta Miguela Diaza -Canela, który przyrzekł Kubańczykom, że będzie kontynuował politykę braci Castro wraz reformami gospodarczymi rozpoczętymi przez Raula, który jeszcze przez dwa lata będzie pełnił funkcję sekretarza generalnego Komunistycznej Partii Kuby. W jakim kierunku idą metamorfozy polityczne, skoro z jednej strony istnieje enklawa komunizmu, z drugiej strony dynamikę gospodarce może zapewnić tylko gospodarka rynkowa?

Państwo kubańskie nie przeistoczy się w okamgnieniu w nowoczesny kraj, choć pozytywne zmiany już nastąpiły. Po pierwsze - ośrodek władzy nie jest skupiony w rękach jednej rodziny, poza tym Kuba jedną nogą stoi na progu gospodarki rynkowej. Systematycznie poszerza się udział sektora prywatnego. Niszczącym miastom sukcesywnie przywraca się dawne oblicze. Przed rewolucją, co widać na filmie, który oglądałem w jednej z hawańskich restauracji, stolica Kuby była ważnym ośrodkiem turystyki amerykańskiej. Tę rolę przejęło później Miami na Florydzie. Miejsce ciepłe, słoneczne, ale nie mogące się równać z urodą stolicy Kuby. Stara Hawana (La Habana Vieja) nosi stylistyczne piętno jej hiszpańskich budowniczych. Barokowe kamienice są rzęsiście oświetlone



Cienfuegos

słońcem. Upał i pełna radości muzyka, która dobywa się z otwartych na oścież kafejek ulicy Obispo, strząsają niepokoję codzienności. Nagłe zetknięcie się z dawną kulturą Hiszpanii, splecioną z egzotyczną aurą, może wywrzeć na zwiedzającym kolosalne wrażenie. Wspaniale odnowiono wznoszącą się na Placu Katedralnym barokową Archikatedrę Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Marii Panny, której fasada wykonana jest z koralu wyciętego z rafy pochodzącej z dna Zatoki Meksykańskiej. Dwie wieńczące budynek wieże różnią się od siebie szerokością. W prawej dzwonnicy zawieszono są dwa odlane ze srebra, złota i brązu dzwony, których brzmienie jest niezwykle rzewne. Niepowtarzalny klimat tworzą także pastelowe elementy architektoniczne zabudowy Starego Placu, od którego zacząłem zwiedzanie Hawany. Wokół placu, będącego niegdyś miejscem pokazów, mieszczą się budynki mieszkalne z podcieniami. Z prawej jego strony znajduje się fontanna, z lewej metalowa figura koguta z jeźdźcem na grzbiecie. Na jednej ze ścian budynków wiszą fotografie placu zrobione w latach lat 80. Widać na nich

morze ruin. Zresztą te nie zniknęły teraz całkowicie z panoramy miasta. Są w Hawanie dzielnice, które przywodzą na myśl zrujnowaną przez Niemców Warszawę. Kwartęły biedy, miejsca, gdzie „diabeł mówi dobranoc”. Kościoły, do których wchodząc, na próżno szukałem ołtarza, bo zostały przekształcone w muzea. Niedaleko portu, w obrębie starówki przy ul. San Pedro, wznosi się zbudowana w 2004 roku okazała cerkiew prawosławna pod wezwaniem Matki Bożej Kazańskiej. Pierwsza umowa dotycząca projektu architektonicznego sięga 2002 r. Cerkiew powstała z inicjatywy Fidela Castro, który - jak wynika z jego wspomnień - uważał świątynię za pomnik przyjaźni rosyjsko - kubańskiej. Oczom każdego podróżnika wpływającego na statku do portu w Hawanie ukazują się zza zdewastowanego magazynu złote kopuły prawosławnej świątyni.

Co można kupić w stolicy Kuby?

- Przede wszystkim warto zauważyć, że walutą obywateli Kuby jest peso, ale przyjezdni muszą się zaopatrzyć na miejscu w CUC-i (peso wymienne), co

w rodzaju bonów płatniczych, jakie były używane w byłych krajach socjalistycznych. Ich kurs jest wyższy niż kurs dolara. Sklepów poza starówką jest niewiele. Można oczywiście nabyć rum, pójść na prezentację cygar, czy wziąć udział w degustacji alkoholu, ale, umówmy się, nie są to artykuły pierwszej potrzeby. Dyszą jeszcze księgarnie z bogatym księgozbiorem, ale i te dopadł światowy kryzys czytelnictwa. Napotkałem sklepy z artykułami hydraulicznymi, kosmetykami, lokalnymi ubraniami z bawełny i lnu, pamiątkami w postaci srebrnej czy miedzianej biżuterii, bądź koszulek z wizerunkiem Che Guevary. Ale wielkich galerii handlowych, jakie znamy z Europy czy Ameryki, nie widać.

W jakim stanie są drogi w Hawanie?

- Poza starówką, wyłączoną z ruchu samochodowego, jezdnie są bardzo szerokie. Jeżdżą po nich kolorowe amerykańskie auta z lat 40. i 50., których żadna rdza przy tej pogodzie się nie ima. I one - spośród nowych, japońskich czy koreańskich aut - wyróżniają się dawną hollywoodzką urodą. Do zabytków motoryzacji, utrzymanych w nieskazitelным stanie, należą także fiaty 126 p.

Jakie miasta zwiedził pan poza Hawaną?

- Santiago de Cuba - miejsce urodzenia i pochówku Fidela i oczywiście prologu rewolucji 26 lipca 1953 roku. Zwiedziłem również uroczy kurort Cienfuegos.

Wrażenia z wizyty w Santiago?

- Moje pierwsze wyjście do miasta zakończyło się porażką. Już z okna kabiny zobaczyłem mało malowniczy pejzaż portowy i po zejściu z trapu, wymianie pieniędzy, wpadłem w ręce żylatego rikszarza, który od razu skręcił w lewo. I strona, którą wybrał, miała symboliczne znaczenie. Właściciel przerdzewiałej, trzęsącej się na nierównej, pełnej dziur jezdni, zawzięcie pedałowal i po kilkunastu minutach zawiózł mnie pod bramę cmentarza świętej Ifigenii ze skromnym grobem Fidela Castro, mauzoleum XIX - wiecznego poety i tłumacza José Martíego oraz miejscem pochówku bohatera walk wolnościowych sprzed ponad 100 lat Carlosa Manuela de Céspedes del Castillo. Dowiedziałem się wówczas, że życzeniem Fidela Castro był zakaz budowania jego pomników i nazywania ulic jego imieniem.

W drodze powrotnej, z sercem na ramieniu z powodu mało komfortowej tury, mineliśmy częściowo opustoszałe, posowieckie osiedla, które z powodzeniem mogłyby zagrać w filmie science fiction według scenariusza braci Strugackich. Przysłowiowy brud i smród. Mam kilka fotografii tych bloków, ale i one nie odzwierciedlają całej prawdy. Podczas powrotu do portu po obu stronach jezdni widziałem pola graniczące z chodnikami, pasące się na nich konie, kury dziobiące gazety i ludzi w trakcie popołudniowej sjeisty stojących na dachach swoich zrujnowanych, acz kolorowych domków. Gdybym następnego dnia nie wyjrzał z innego okna statku, z którego wylaniała się panorama miasta, do końca życia byłbym przekonany, że Santiago to miejsce, które należy omijać z daleka, a patrząc na zapyziałe dzielnice, przestałbym się dziwić, dlaczego 26 lipca 1953 roku właśnie tam wybuchła rewolucja. Gdy kolejnego dnia oczom moim ukazała się górująca nad miastem błękitno - biała Katedra Wniebowzięcia, postanowiłem po raz wtóry wyjść do miasta. Tym razem żaden riksarz ani kierowca czerwonego bentlya nie namówił mnie na przejażdżkę. Poszedłem na spacer w kierunku starówki. Teraz miasto ukazało zupełnie inne, barwne, pięknie odnowione oblicze. Barokowa katedra z dwiema wieżami, która do niedawna miała żółtawą fasadę, dziś już wygląda trochę jak część nieba, trochę jak tort. Na starym mieście wiedziałem liczne sklepy z produktami *made in America*, salony urody, ładnie ubranych młodych ludzi, sporo psów (grzecznych!) na ulicach. Zresztą pieski



Hawana turyści i samochody



Cienfuegos - Pallacio de Valle

z przyczepionymi do obroży metryczkami statków, do których należały, widziałem wszędzie.

Wspominał pan o Cienfuegos, to był ostatni przystanek w podróży po Kubie?

- Tak. Szczepnie polecam wizytę w Cienfuegos, które słusznie nazywane jest perłą południa. Miasto leży na południu kraju, jakieś 250 km od Hawany na obszarze żyznych ziem i uprawy trzciny cukrowej, mango, tytoniu oraz kawy. Zostało założone w 1819 r przez Hiszpanów, ale z czasem zasiedlili je francuscy imigranci, którzy, prawdę mówiąc, nadali zabudowie ostateczny charakter. Położone na brzegu Morza Karaibskiego Cienfuegos zostało zbudowane w stylu neoklasycyżnym, ale z czasem pierzeja śródmieścia stała się bardziej eklektyczna. Wśród budynków, które podobały mi się najbardziej, jest niebieski Palaze Azul (słowo 'azul' znaczy niebieski) i Palacio de Valle - zabytkowa willa zbudowana w stylu mauretańskim w latach 1913-1917 przez włoskiego architekta Alfredo Coliego. Pierwotnym klientem willi był kupiec Celestino Caces, który następnie sprzedał go Acisclo del Vallemu. Dziś w budynku mieści się ekskluzywny hotel i restauracja. Piękne są parterowe domy w soczystych kolorach. Wykonane ze szczególną starannością otwierają przed nami nieznane dotychczas oblicze architektury Ameryki Łacińskiej. Miasto, w którym nawet w styczniu świeci słońce, gdzie nad turkusowym morzem fruwią pelikany, a na horyzoncie bielą się żagle jachtów, zauroczyć może każdego.

Zauważył pan jakieś emblematy rewolucji na Kubie?

- Na wielkim telebimie w Santiago widziałem przemawiającego Fidela Castro. Wyjawszy liczne magne-

sy czy koszulki z wizerunkiem Ernesta Che Guevary cieszącego się powszechną sympatią, Kuba nie epatuje symbolami rewolucji.

Zauważył pan jakieś emblematy rewolucji na Kubie?

- Wyjawszy magnesy czy koszulki z wizerunkiem Ernesta Che Guevary cieszącego się powszechną sympatią, Kuba nie epatuje symbolami rewolucji. Mimo że wciąż oficjalnie mówi się o kontynuowaniu idei rewolucji, nad wyspą czuje się powiew ideologicznej wiosny. Wbrew pozorom wiele dobrego zrobiła dyktatura Castro o zakazie wznoszenia jego pomników i nazywania ulic jego imieniem. Kiedy podczas spaceru po Santiago de Cuba, zauważyłem gazeciarzy sfotografować ich. W pewnej chwili i oni mnie dostrzegli. Kiedy wgrałem fotografie do komputera, okazało się, że na obu fotografiach są różne strony tych gazet. Na mój widok, gazeciarze pokazali ostatnią stronę trzymanyh egzemplarzy. Widniała na niej twarz Fidela. Ale pokazali ją tylko mnie. Inni turyści nie mieli pojęcia o wartości dziennika.

Jakie wrażenie zrobili na panu Kubańczycy?

- Jak to Latynosi. Mili, bezpośredni, spontaniczni. Riksarz z Santiago, prowadząc swój chybliwy pojazd, lewą ręką pokazywał miasto, a prawą, gdzie był chodnik, wyciągał w stronę idących po chodniku młodych dziewcząt. Zagadywał je i cmokał. Nie przestając pedałowac, kolebał riksza na wszystkie strony. Angielski znalazł tyle, o ile, ale zawiózł i przywiózł z powrotem. Z serdecznością spotkałem się w księgarni, do której zaszedłem kupić książki. A tych do wyboru, do koloru. Literatura całego świata i to nie tylko wydana po hiszpańsku, Dziewczyna, która szukała dla mnie poezji i powieści po hiszpańsku była świetnie zorientowana w interesującej mnie tematyce, no i mówiła po angielsku. Wykształcony przewodnik również posługiwał się biegle angielskim, zresztą był niegdyś pracownikiem jakiegoś ministerstwa, ale z powodu niskiej pensji, zmienił zawód.

Czy wróci pan na Kubę?

- Jeżeli będę miał możliwość, to z pewnością wrócę, Ciekaw jestem metamorfozy tego kraju, która w dużej mierze zależy od polityki krajowej i amerykańskiej. Chwilowo stosunki amerykańsko - kubańskie ochłodziły się. Prezydent Donald Trump zażądał zwrotu majątku pozostawionego na Kubie przez amerykańskich przedsiębiorców. A ten po rewolucji został przecieź znacjonalizowany. Mam jednak nadzieję, że to, co zrobiono, by otworzyć kraj na świat, nie zostanie zaprzepaszczone.

Witold Gombrowicz
BANKIET
Premiera: 23 marca 2019

Adaptacja i reżyseria:
Tadeusz Bradecki
Scenografia i kostiumy:
Hanna Wójcikowska – Szymczak
Światło: Marek Perkowski
Asystent reżysera:
Szymon Sędrowski
Obsada:
Agnieszka Bała,
Dorota Lulka,
Rafał Kowal,
Szymon Sędrowski,
Dariusz Szymaniak

„BANKIET” WITOLDA GOMBROWICZA W TEATRZE MIEJSKIM W GDYNI

Teatr Miejski w Gdyni w październiku obchodzić będzie 60 rocznicę swego powstania. Teatr przez lata zmieniał nazwy, by ostatecznie w 1991 roku powstał Teatr Miejski. Dopelnieniem tego wieloletniego procesu przekształceń było przyjęcie w 2000 roku patronatu Witolda Gombrowicza. Dumnie nosi się nazwisko patrona, jednak przez te wszystkie lata teatr nie wystawił żadnej sztuki tego autora.



Reżyser Tadeusz Bradecki, który jak mówi „zajmuje się Gombrowiczem od 1988 roku”, podjął się niełatwej pracy zrealizowania na Małej Scenie teatru sztuki opartej na twórczości Witolda Gombrowicza. I trzeba przyznać, że mu się to udało.

„Bankiet” to zgrabnie połączone teksty czterech opowiadań Gombrowicza: „Pampelan w tubie”, „Bankiet”, „Filibert dzieckiem podszyty” i „Biesiada u hrabiny Kotłubaj”. Dzięki reżyserowi stanowią one doskonałą całość.

Gombrowicz w swych utworach wymyśla śmieszne nazwiska i sytuacje, aby nadać postaciom bardziej groteskowy wymiar. Jest przecież mistrzem groteski, ironii, drwiny z wad Polaków. Jego utwory to satyra na samouwielbienie i manieryczność uprzywilejowanych sfer, które w czasach Gombrowicza, a nawet obecnych, zachowują się właśnie w taki sposób. W tych czterech obrazach podczas bankietu, biesiady czy przyjęcia, wśród arystokratów dochodzi do obnażenia ich złych cech.

W przedstawieniu gdyńskiego teatru pięcioro aktorów gra

różne postacie, wciela się w różne role, a gra całego zespołu jest rewelacyjna. Bardzo podobała mi się Agnieszka Bała, która jest świetna zarówno w roli Maciulka w „Pampelanie w tubie”, pokazując fałsz i zakłamanie swojej rodziny, jak i w roli arcyksiężnej Renaty Adelajdy, która szybko demaskuje hipokryzję brzydkiego i chciwego króla Gnula w „Bankiecie”. Rewelacyjna jest również w roli bezzębnej Markizy w „Biesiadzie u hrabiny Kotłubaj”, gdzie stworzyła doskonałą karykaturę wielkiej arystokratki.

Agnieszka Bała wykazała, że na wiele ją stać i jeszcze nieraz zadziwi widzów swą wspaniałą grą.

Dorota Lulka bawiła widzów zarówno jako generałowa w „Pampelanie w tubie”, czy jako minister dworu w „Bankiecie”.

Doskonale zaprezentował się na scenie Rafał Kowal w roli hrabiego i generała, dumnego ojca rodziny, która na nieszczęście ma niewydarzonego najmłodszego syna w „Pampelanie w tubie” oraz jako król Gnulo w „Bankiecie”.

Dariusz Szymaniak w roli Erazma dyplomaty i brydzysty w „Pampelanie w tubie”, kancle-rza w „Bankiecie”, czy narratora w „Biesiadzie u Hrabiny Kotłubaj” świetnie popisuje się swoją grą. Nie sposób nie wymienić Szymona Sędrowskiego w rolach syna sportowca i kobieciarza w „Pampelanie”, czy jako kucharza Filipa w domu hrabiny Kotłubaj.

Bardzo prosta, a jednocześnie ciekawa jest scenografia Hanny Szymczak, która jest równocześnie autorką kostiumów. Piękne, jasne kolory kostiumów przenoszą nas w czasy pokazywanej epoki.

Muszę się przyznać, że idąc na spektakl, byłam pełna powątpiewania, czy będę zadowolona po obejrzeniu sztuki, wszak pisarstwo Gombrowicza jest raczej trudne w odbiorze dla przeciętnego czytelnika czy widza. I zostałam zaskoczona. Ten spektakl jest absolutnym triumfem Teatru Miejskiego im. Witolda Gombrowicza w Gdyni. „Bankiet” Witolda Gombrowicza będziemy z pewnością długo jeszcze gościć na deskach teatru.

Basia Mieczińska

Kino zmienia świat

Film Nadine Labaki „Kafarnaum” wyświetlany niedawno w kinach opowiada o piekle, jakie świat zgotował dzieciom pozbawionym edukacji, beztroskiego dzieciństwa, poczucia bezpieczeństwa. Dzieciom samotnym, porzuconym i pozostawionym samym sobie w nieprzyjnym świecie. Reżyserka wybiera taką formę przekazu, uznając sztukę za „sprawdzony sposób na to, by wprowadzić jakąś zmianę”.

Siła oddziaływania filmów ma większą moc, niż wypowiedzi polityków. Film to nie tylko rozrywka, ale przede wszystkim medium o ogromnej sile oddziaływania i pełniące ważną rolę społeczną. We współczesnym świecie język filmowy jest językiem zrozumiałym dla ludzi żyjących w różnych zakątkach świata. Może inspirować dialog między różnymi światami, prowokować, informować, zaskakiwać, pozbawiać złudzeń, otwierać oczy, nieść nadzieję. Kino jako sztuka masowa dociera do szerszej publiczności, może wywołać reakcję, zapoczątkować debatę. Obraz często mówi więcej niż słowa, ujawnia to, co widzą wszyscy i to, czego nikt jeszcze nie dostrzegł. Ta funkcja kina wywołała reakcję ze strony tych, którzy uznają zasadę, że wartości są zależne od oceniającego człowieka.

Od początku istnienia kina filmy podlegały ocenie i cenzurze. W Stanach Zjednoczonych panowało przekonanie, że film może wywierać zły wpływ na młodzież. Twórcy, których filmy zagrożone były zakazem dystrybucji, powoływali się w sądach na zasadę Pierwszej Poprawki, która mówi, że władza nie może tłumić idei, która jej się nie podoba. Konserwatywni cenzorzy i obrońcy moralności uznawali filmy za najbardziej niebezpieczne narzędzie. W 1915 roku w kinach pojawił się film „Narodziny narodu” D.W. Griffitha. Wywołał on w Stanach Zjednoczonych protesty i demonstracje. Blokowano wejścia do kin, uniemożliwiając widzom obejrzenie filmu. W niektórych stanach

zakazywano wyświetlania filmu ze względu na treści rasistowskie, stronnictwo i brak rzetelności historycznej.

Kościół katolicki kontrolował przede wszystkim treść filmów. W latach dwudziestych XX wieku przedstawił listę zalecanych filmów. Te, które nie uzyskały aprobaty, poddano ostrej cenzurze. Wiele z nich wycofano lub zniszczono. Dopiero w 1952 roku Sąd Najwyższy orzekł, że wypowiedzi środkami filmowymi zgodnie z Pierwszą i Czternastą Poprawką podlegają gwarancjom wolności słowa i publikacji. Nadal jednak pojawiają się głosy organizacji politycznych i religijnych domagające się usunięcia pewnych treści z filmów. Często powoływano się na obsceniczność. Taki los spotkał film Volkera Schlöndorfa „Blaszany bębenek” według powieści Guntera Grassa. Jedną z organizacji fundamentalistów religijnych dopatrzyła się w nim pornografię dziecięcą. „Lista Schindlera” Stevena Spielberga była jednym z najbardziej uhonorowanych filmów, otrzymała m. in. 8 Oscarów, w tym 3 dla polskich twórców: Janusza Kamińskiego za najlepsze zdjęcia, Allana Starskiego i Ewy Braun za najlepszą scenografię i dekorację wnętrza. W Stanach Zjednoczonych Kościół mormoński wyciął z filmu sceny nagości i seksu. W Malezji, Jordani, Libanie i Egipcie zakazano filmu ze względu na propagandę syjonistyczną. W Tajlandii i na Filipinach zakazano filmu ze względu na sceny nagości i seksu.

W Polsce Ludowej cenzorzy ingerowali, gdy w filmie za mało było treści nawiązujących do nowej, socjalistycznej rzeczywistości albo film nie odzwierciedlał zachodzących zmian, bądź bohater był zbyt kontrowersyjny i niejednoznaczny. Każdy film podlegał ocenie. Jeżeli nie spełniał określonych kryteriów albo nie spodobał się rządzącym, odkładano go na półkę. Taki los spotkał „Nóż w wodzie” Romana Polańskiego i „Ósmy dzień tygodnia” Aleksandra Forda. „Przesłuchanie” Ryszarda Bugajskiego przeleżało na półce 7 lat, a „Człowiek z marmuru” Andrzeja Wajdy spotkał się z krytyką kierownictwa partii. Domagano się usunięcia kilku scen, żeby osłabić wymowę filmu. Ograniczono jego rozpowszechnianie, a w prasie ukazywały się krytyczne recenzje

pisane na zamówienie przez specjalnie sprowadzonego do Warszawy krytyka z prowincji. Stanowisko stracił wspierający artystów ówczesny wiceminister kultury Mieczysław Wojtczak. Na półkę trafiały filmy Krzysztofa Kieślowskiego - klasyka współczesnego kina. Kieślowskiego nie interesowała polityka, chciał zrozumieć skomplikowane i niejednoznaczne zachowanie człowieka. Jego kino to kino moralnego niepokoju. Szukał odpowiedzi na istotne pytania o cel i sens życia. Swoimi filmami mówił, że zagubiliśmy w sobie wrażliwość, potrzebę miłości. Był ateistą, ale interesowała go tajemnica wiary. Szukał sposobu na życie. Nie tylko w czasach PRL-u twórcy mieli problemy

z realizacją własnych pomysłów. Krzysztof Zanussi mówi, że dzisiaj nie może dostać funduszy na nowe projekty. Jego „Barwy ochronne” to jeden z najważniejszych filmów moralnego niepokoju. Nadal aktualne są pytania o sens istnienia, wewnętrzną prawdę, wartości, których nie wolno zgubić. Młodzi twórcy rzadziej odnoszą się do polityki, nie ma w nich zapiekłości ideologicznej. Interesuje ich problem ludzkiej kondycji i tożsamości jak w filmie „Ida” Pawła Pawlikowskiego. Wojciech Smarzowski mówi o sobie, że robienie błahych filmów go nie interesuje. Portretuje współczesną Polskę bez znieczulenia. Pokazuje ludzi, którym stanowisko daje poczucie władzy i bezkarności,

pokazuje moralną degrengoladę. Jego filmy pokazują świat przerażający, ale prawdziwy. „Wesele”, „Drogówka”, „Dom zły”, „Kler” to filmy, które boją, ale dają jakieś prawdy o sobie i świecie. Nie moralizuje, nie ma tu publicystyki. Dorota Kędzierzawska robi filmy o słabych, mówi, że nie wolno odwracać się od tych, którzy żyją na marginesie. Może właśnie dlatego Andrzej Wajda mówił, że kino może zmienić świat.

Twórca powinien iść własną drogą, mówić o tym, co jest dla niego ważne. Czy polityk, który zmienia partię, albo zmienia zdanie, kłamie, jest bardziej wiarygodny od obrazu, który nie kłamie, bo pokazuje rzeczywistość taką, jaka jest?

Jolanta Krause

ZBIÓRKA PAMIĄTEK!

MUZEUM MARYNARKI WOJENNEJ W GDYNI

Celowniczy 20 mm działka plot. Oerlikon Mk II w boju - zdjęcie propagandowe z okresu II wojny światowej

- **W Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni trwają prace nad wystawą stałą** pt. „Mamy rozkaz Cię utrzymać. Historia Polskiej Marynarki Wojennej 1918-2018”.
- **Gorąco apelujemy do Polaków** w kraju i za granicą o przekazywanie do Muzeum Marynarki Wojennej pamiątek, odznaczeń, elementów umundurowania, dokumentów, zdjęć czy elementów wyposażenia okrętowego. Szczególnie tych, które związane są z początkami polskiej Marynarki Wojennej.
- **Pamiątki te mogą być uzupełnieniem ekspozycji stałej** dokumentującej historię i tradycje Polskiej Marynarki Wojennej oraz kolekcji stanowiących ważne źródło dla tematycznych wystaw czasowych.

Muzeum Marynarki Wojennej
 ul. Zawiszy Czarnego 18, 81-374 Gdynia
 tel. 58 620-13-81, www.muzeummw.pl

Dyrektor Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni
 Tomasz Miegoin

NOMINACJE DO NAGRÓD ARTYSTYCZNYCH DLA GDYŃSKIEGO CENTRUM KULTURY!

Nominacje do Nagrody Galiion Gdyński za rok 2018

W tym roku już po raz dwudziesty czwarty przyznane zostaną Nagrody Artystyczne Prezydenta. Galiiony Gdyńskie otrzymają wyróżniający się artyści i animatorzy kultury. Zostanie także wręczona nagroda za najbardziej efektywne wspieranie przedsięwzięć kulturalnych. W tym roku o statuetkę zaważczą dwie osoby związane z naszą instytucją:

W kategorii Animacja Kultury: Karolina Klawitter – za cykl działań muzyczno-edukacyjnych Mała Gdyńska Filharmonia.

W kategorii Debiut Artystyczny: Piotr Sobierski – za książkę „Więcej niż musical. Teatr Wojciecha Kościelniaka”.

Laureatów tegorocznej Nagrody poznamy podczas uroczystej gali 15 kwietnia o godzinie 18.00 w Konsulacie Kultury.

Skład Kapituły Nagrody: przewodniczący Marek Stępa; członkowie: Karolina Grabowicz-Matyjas, Włodzimierz Grzechnik, Ewa Ignaczak, Leszek Kopeć, Karin Moder, Maja Wagner, Kamil Wicik.

Nominacje do Pomorskich Sztormów

Z wielką radością informujemy, że mamy dwie nominacje do Pomorskich Sztormów! Nagród przyznawanych przez Wyborczą. pl Trójmiasto!

W kategorii Odkrycie roku w kulturze nominacje otrzymał:

- Konsulat Kultury, czyli nasza nowa siedziba,
- Piotr Sobierski za książkę „Więcej niż musical. Teatr Wojciecha Kościelniaka”.

Nagrodę w tej kategorii przyznaje kapituła. Wyniki poznamy na gali, która 27 marca odbędzie się w Muzeum Emigracji.

Piotr Sobierski

Gdyńskie Centrum Kultury zaprasza

29 marca. godz. 19:00, odbędzie się premiera spektaklu «Ożenek» Nikołaja Gogola w reż. Piotra Jankowskiego.

Klasyka światowej komedii powraca na deski trójmiejskiego teatru. Nikołaj Gogol buduje absurdalny komizm dialogów, zagląda wewnątrz człowieka i wyśmiewa jego próżność, obawy i... głupotę. – Ten tekst jest wciąż niezwykle aktualny, pełen barwnych postaci. Dla bohaterów ważniejsze jest mieć, a nie być – mówi reżyser Piotr Jankowski.

„Ożenek” Nikołaja Gogola to komedia w najczystszy znaczeniu! Tekst napisany w 1836 roku, w nowym tłumaczeniu Agnieszki Lubomiry Piotrowskiej, w połączeniu z pasją aktorów staje się energetycznym wulkanem. – W spektaklu zagra ośmiu studentów i jedna absolwentka Wydziału Wokalno-Aktorskiego Akademii Muzycznej w Gdańsku – dodaje Jankowski, który również pojawi się na scenie jako aktor. W spektaklu będą wykorzystywane fragmenty „Requiem” Wolfganga Amadeusza Mozarta.

6 kwietnia sobota godz. 19:00 odbędzie się **50. pokaz „Psiunia”** w reż. Grzegorza Chrapkiewicza. Zabawne dialogi, brawurowa gra aktorów i cała prawda o związku pomiędzy kobietą a mężczyzną.

Pies to najlepszy przyjaciel człowieka. Równie często uwielbiany, co niedoceniany. Okazuje się, że czasami wie więcej niż nam się wydaje. Czy może celowo uciec z domu, aby uświadomić właścicielowi coś, czego sami nie są w stanie zauważyć? Małżeństwo ze stażem, odchowanym synem i... ukochanym psem. Gdy ten niespodziewanie znika, w pozornie spokojne życie wkrada się ogrom frustracji i wzajemnych oskarżeń. Małżonkowie wyciągają dawne winy, kłamstwa i zdrady.

„Psiunio” to tragikomedia, która dzięki humorystycznym dialogom i brawurowej

wej grze aktorów obnaża słabości związku pomiędzy kobietą a mężczyzną oraz przedstawia relacje międzyludzkie w zupełnie nowym świetle.

22 czerwca - 200. pokaz „Mayday. Run For Your Wife” w reż. Dariusza Majchrzaka.

Najzabawniejsza teatralna produkcja Trójmiasta!

Gdzieś pomiędzy ulicami Portową a Legionów w Gdyni żyje sobie pewien taksówkarz – człowiek jakich wielu, a jednak skrywa on pewną tajemnicę, która nieoczekiwanie wychodzi na jaw. Zapraszamy na najbardziej oblegany spektakl sezonu – mrozącą krew w żyłach historię o tym, jak ważne jest przestrzeganie rozkładu jazdy i... jak żyć z dwiema żonami i nie zwariować.

Mayday to niezwykle zabawna sztuka teatralna, okrzyknięta najlepszą współczesną komedią omyłek. Obok innych sztuk Ray’a Cooney’a brytyjskiego mistrza farsy, podbiła serca widzów Europy Zachodniej oraz Broadway’u. Od czasu polskiej premiery w 1992 roku była w repertuarze ponad dwudziestu polskich teatrów i dzięki swojemu inteligentnemu komizmowi nieustająco prowokuje teatralnych twórców do wciąż nowych inscenizacji.

Dzięki znakomitemu połączeniu komizmu sytuacyjnego z komizmem językowym, absurdalnych zwrotów akcji z błyskotliwymi i ciętymi dialogami nieustannie cieszy się olbrzymim powodzeniem i rozśmiesza do łez szerokie kręgi publiczności, a niektóre jej wystawienia grane są już ponad tysiąc razy.

Gdyński taksówkarz i bigamista prowadzi beztroskie życie. Do czasu niespodziewanego wypadku... Zaskakujące zdarzenia, trudne do rozwiązania i piętujące się nowe historie wciągają w bieg przyjaciół, sąsia-

dów i osoby postronne. Następujące po sobie humorystyczne zdarzenia nie pozwalają odpocząć od śmiechu.

7 kwietnia niedziela godz. 17:00 odbędzie się koncert **Młynarski Kameralnie** - na scenie Iza Połóżka i Zbigniew Zamachowski, wydarzenie w Sali Koncertowej Portu Gdynia

Koncert MŁYNARSKI KAMERALNIE to kolejny projekt Izy Połóżkiej i Leszka Kołodziejskiego. Jest wyrazem tęsknoty za czasem kiedy jakość, precyzja, inteligencja i tzw. czucie słowa, czyli prawdziwa umiejętność zamykania myśli i spostrzeżeń w słowa stanowiła wartość nadrzędną i jednocześnie była pewnego rodzaju oczywistością, wymogiem dla tzw. autora tekstu.

Chyba Nikt w historii polskiej piosenki nie żonglował owymi składnikami tak celnie jak Mistrz Wojciech Młynarski, jednocześnie spowijając opowiadane historie w lirykę rodem z Gałczyńskiego. I chyba Nikt nie potrafił w tak wysoce intelektualny, elektryzujący sposób pisać o miłości...

Skąd to się wzięło? Z fascynacji pierwszymi polskimi kabaretami? Z miłości do twórczości Boya-Żeleńskiego, Tuwima, Przybory, wspomnianego Gałczyńskiego i wielu Innych Poetów... z domu rodzinnego, z Miłości Matki?

Na te pytania Autorzy koncertu i Ich Wyjątkowy Gość Zbigniew Zamachowski postarają się w trakcie koncertu poszukać odpowiedzi.

Projekt miał swoją premierę 25 stycznia 2019 roku w Filharmonii Łódzkiej w wersji na orkiestrę symfoniczną. Prezentowany jest także w wersji na orkiestrę kameralną i jazzband.

Patronat nad koncertem sprawuje Fundacja im. Wojciecha Młynarskiego.



MARYSIA MA

Każdy ma jakieś oczekiwania względem życia. Może nie każdy, ale... prawie każdy. Bo, od życia powinno się oczekiwać – a jakże! Przecież, jedynie marzenia wymarzone mają szansę się spełnić, prawda?

Marzenia ma również Marysia, tytułowa bohaterka muzycznego przedstawienia dla całych rodzin (a szczególnie dla dzieci w wieku 3+). Zapragnęła wyjątkowo mocno, aby w dniu swoich urodzin dostać od kochanych rodziców rybkę. Taką w akwarium. Ale, nie byle jaką – złotą rybkę. Czasami jednak trudno spełnić marzenia. Rodzice zamiast upragnionej rybki podarowali Marysi... glonojadą. Glonojad, o szlachetnym imieniu Ryszard, jest równie rozczarowany faktem, że został Marysią prezentowany, jak ona tym, że otrzymała go w prezencie. Nawet to, że Rysio potrafi w niewytłumaczalny sposób teleportować Marysię w podwodną, kolorową toń swojego akwarium tego nie zmienia.

Spotkajmy się na moście w Mostarze

Mostar jest jednym z najpiękniej zlokalizowanych miast Bośni i Hercegowiny, położonym u podnóża gór i wzdłuż nurtu rzeki Neretwy. Jego najcenniejszym miejscem jest XVI-wieczny most, wpisany kilka lat temu na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Samo miastem liczy niewiele ponad 100 tysięcy mieszkańców i zalicza się do największych ośrodków miejskich kraju. Mostar pełni też rolę stolicy Hercegowiny.

Historia Mostaru sięga okresu neolitu, zamieszkała była także w czasach rzymskich, ale dopiero w czasach średniowiecza osada o tej nazwie pojawia się w dokumentach. W tym czasie, kiedy tereny zajmowali Turcy były to dwie osady połączone drewnianym mostem przez rzekę. Pod koniec XVI wieku istniała już warowna twierdza, a drewniana konstrukcja mostu została zastąpiona kamienną. Rozwijające się po obu stronach miasto kwitło jako ośrodek handlowy i centrum administracyjne. Doskonale prosperowało również rzemiosło. Po powstaniu antytureckim w 1875 roku Mostar przeszedł w ręce Austro-Węgrów. W tym okresie rozwijała się kultura serbska i serbski ruch narodowy. Kwitła też nauka, bowiem miasto skupiało wielu wykształconych ludzi. Po I wojnie światowej Mostar wszedł w skład Królestwa Serbów, Chorwatów i Słoweńców, późniejszej Jugosławii. Pozorna zgoda wielu narodowości i wzajemne współistnienie sprzyjało rozwojowi gospodarczemu i przemysłowemu. Miasto przyciągało też turystów. Od marca 1992 roku Mostar znajdował się w granicach niepodległej Bośni i Hercegowiny, ale przez półtora roku toczyły



się tu walki narodowościowe, które doprowadziły do zniszczenia wielu zabytków. Dziś miasto jest podzielone pomiędzy dwa narody – Boszniaków i Chorwatów.

Jednym z najpiękniejszych i najstarszych zabytków Mostaru jest słynny most, zbudowany z białego kamienia. Jego historia sięga czasów średniowiecza, kiedy po powstaniu twierdzy tureckiej zastąpił most drewniany. Most świetnie wkomponowany jest w otoczenie, ponieważ większość miejskich zabudowań również powstała z tego budulca. Miejskowa legenda mówi, że kiedyś Bóg leciał z workiem kamieni, a diabeł ten worek przedziurawił. Wszystkie ka-

mienie wysypały się przez dziurę w jednym miejscu i tak powstała Hercegowina. Mostar jest częścią tego miejsca – kamiennym miastem. Sam most był wielokrotnie przebudowywany w miarę rozwoju twierdzy i potrzeb. Most poza wartością historyczną posiada też symboliczną. Ponieważ dwie strony rzeki zamieszkiwali Serbowie i Chorwaci most stanowił łącznik pomiędzy narodami. Ciekawa historia łączy się też z samą budową mostu. Sułtan zlecając budowniczemu dzieło zagroził, że jeśli mu się nie uda, zostanie ścięty. Ten ze strachu uciekł w góry, ale jednocześnie tak się postarał, że pozostawił po sobie arcydzieło. Wznoszą-

cy się 20 m. nad wodą most, przypominający sylwetką półksiężyc, wybudowano z 456 bloków białego marmuru, połączonych żelaznymi klamrami. W wyniku wojny w byłej Jugosławii został zburzony przez Chorwatów w listopadzie 1993 roku. Ponownie odbudowany w lipcu 2004 roku.

Jeżeli chcesz na własne oczy przekonać się o pięknie tego miejsca zapraszamy na wycieczkę z Fundacją FLY: BAŁKANY: CHORWACJA, BOŚNIA I HERCEGOWINA 2019 w terminie 23.04 - 01.05.2019 r. Szczegóły na www.turystyka.fundacjafty.pl. Zapraszamy!

Radosław Daruk

„Gdyński IKS” wydaje:

Fundacja FLY



ISSN 2353-2157
ul. Świętojańska 36/2,
81-372 Gdynia
tel. 693-99-60-88, 517-38-38-28
redakcja@gdynskiiks.pl
Nakład 10.000 egz.

Redaktor Naczelna
Dorota Kitowska

Sekretarz Redakcji
Radosław Daruk

Redakcja

Radosław Daruk, Maria Gromadzka,
Jolanta Krause, Małgorzata Łaniewska,
Irena Majkowska, Katarzyna Małkowska,
Barbara Mieczińska,
Sonia Watras-Łangowska, Michał Wilk,
Łukasz Zagórski

Współpraca

dr Jarosław Kłodziński, Magdalena Koj,
adw. Bartłomiej Owczarek, Marzena
Szymik-Mackiewicz, Janina Wasylka,
adw. dr Tomasz Zienowicz

Korekta:

Irena Majkowska, Maria Gromadzka

Edycja:

Radosław Daruk

Reklama: tel. 508 245 584
promocja@fundacjafty.pl

Grafika: Łukasz Bieszke,
Radosław Daruk

Skład: ALFA SKŁAD Łukasz Bieszke,
biuro@alfasklad.com.pl

Redakcja nie odpowiada za treść
ogłoszeń i tekstów reklamowych.

RYŚIA

Czy Marysia spełni wreszcie swoje marzenie i zostanie właścicielką rybki, ale złotej? Czy Rysiowi uda się wrócić do sklepu akwarystycznego? Czy rezolutna, choć uparta dziewczynka i sprytna, choć uszczypliwa rybka pomogą sobie wzajemem? Czy wreszcie zrozumieją, że to czego pragną nie jest tym, czego potrzebują? „Marysia ma Rysia” to spektakl o tym, że prawdziwą przyjaźń można odnaleźć w najmniej spodziewanym dla siebie miejscu i momencie. To także opowieść o radości i spokoju, jakiego dzięki wsparciu przyjaciela można doświadczyć. I o tym, że nie warto żywić urazy i pielęgnować żalu. Podczas przedstawienia można usłyszeć śpiewane na żywo, oryginalne piosenki napisane specjalnie na potrzeby spektaklu, jak również popularne przeboje dla najmłodszych. Te ostatnie to znane wszystkim (a na pewno, prawie wszystkim) przedszkolakom, choć wykonane w nowych aranżacjach, szlagiery, jak

ponadczasowy „Jestem sobie przedszkolaczek”, nieśmiertelny „Stary niedźwiedź mocno śpi”, czy chwytający w żelazny uścisk i ściskający bezlitośnie serce „Jesteśmy jagódki”.

Gdyńskie Centrum Kultury

ul. Jana z Kolna 25
Czas trwania: 55 minut
Bilety: 25 zł
Kategoria wiekowa 3+

REALIZATORZY:

Reżyseria - Agnieszka Płoszajska
Autor scenariusza - Emil Płoszajski
Muzyka - Ignacy Wiśniewski
Kostiumy i scenografia - Aleksandra Harasimowicz
Ruch sceniczny (konsultacje) - Michał Cyran

OBSADA:

Marysia - Julia Ostaszewska
Głonojad - Bartłomiej Sudak
Mama Marysi, Ślimak Robert, Rozgwiazda Patrycja, Jagódka - Justyna Kacprzycka
Złota Rybka, Niedźwiedź Zachary, Jagódka - Mateusz Deskiewicz

Swing ról męskich
- Łukasz Walczak

PREMIERA 27.04.2019

Wiosenne zaproszenie

Pani Wiosna już do nas zawitała. Kusi słonecznymi promieniami i daje nam do zrozumienia, że czas wyjść z domu. Można pójść na spacer, ale także wyruszyć na wycieczkę. Kilkadziesiąt wyjazdów, przygotowanych przez nas na rok bieżący, cieszy się dużym zainteresowaniem ze strony **Naszych Seniorów**.

Ostatnie wolne miejsca występują na następujących tygodniowych wycieczkach krajowych:

- Wyżyna Lubelska i Polesie [23 do 29 lipca]

- Lublin, Nałęczów, Puławy, Kazimierz Dolny, Koźłówka, Włodawa, Jabłeczna, Kodeń, Poleski Park Narodowy.

- Ziemia Tarnowska [28 lipca do 3 sierpnia]

- Bochnia, Tarnów, Zalipie, Nowy Wiślicz, Dębno, Lipnica Murowana, Kąśna Dolna, Ciężkowice, Korynówka Wierchosławice.

- Suwalszczyzna i Wilno [5 do 11 sierpnia]

- Augustów, Kanał Augustowski, Suwałki, Wigry, Sejny, Puńsk, Stańczyki, Jezioro Hańcza, Góra Cisowa, Szeszup, Wilno, Troki.

- Zamojskie i Roztocze [18 do 24 sierpnia]

- Krasnobród, Szlak Szumów, Chełm, Hrubieszów, Tomaszów Lubelski, Zamość, Zwierzyniec, Łabunia, Szczepleszyn,

Spośród kilkunastu wyjazdów jednodniowych

na czterech znajdziemy jeszcze wolne miejsca.

Oferują ciekawe atrakcje turystyczne z terenu Pomorza [dofinansowane przez Miasto Gdynia].

- Z wizytą u sąsiadów [13 maj] – Sopot [stadion lekkoatletyczny], Twierdza Wisłoujście, Wester-

platte, rejs statkiem po Porcie Gdańskim z muzyką szanty na żywo i śledzikiem w trzech odsłonach, Gdańsk Główny, Oliwa – katedra, park, prezentacja organów.

- Wzdłuż krowiego ogona, a może Helskiej kosy

[31 lipca] – Swarzewo – sanktuarium, Półwysep Helski – obelisk „Początek Polski”, Park Wydmowy, Muzeum Rybołówstwa, Fokarium, Jurata.

- W poszukiwaniu platynowego pierścienia

[4 września] – Rzućewo – Osada Łowców Fok, Zamek, Puck – Muzeum Ziemi Puckiej, Pracownia Szkoła Artystycznego, Sławutowo – Osada Słowińska, ognisko z pieczeniem kielbasek.

- Śladami Damroki i starych klasztorów

[18 września] – Żukowo – zespół poklasztorny, Szymbark – Dom Sybiraka, Trapera, Powstania Polskiego, Bunkier „Gryfa Pomorskiego”, Dom do Góry Nogami, Najdłuższa Deska Świata, Największy Fortepian Świata oraz Stół Noblisty, ognisko, pieczenie kielbasek, Chmielno [kaszubskie Saint-Tropez] – Muzeum Ceramiki Kaszubskiej Neclów, Kartuzy – kolegiata, zwana „Perłą Ziemi Kaszubskiej”.

Dajmy się porwać wiosennej pokusie

Informacje i zapisy:

Fundacja FLY, ul. Świętojańska 36/2, 81-372 Gdynia
Tel. 693-99-60-88; biuro@fundacjafty.pl,
www.turystyka.fundacjafty.pl

Wiadomość z ostatniej chwili

Zwolniło się jedno miejsce na wycieczce do Warszawy w dniach 12-14 kwietnia. W programie m.in. udział w spektaklach teatralnych w prestiżowych Teatrach Polskim i Kwadrat, z plejadą gwiazd polskiego teatru i kina. Zapraszamy

ZDROWIE Z NATURY

Jak wzmocnić odporność naszych dzieci

Aloes barbadeński wykazuje działanie: przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe, przeciwbólowe, stymulujące odporność organizmu, wspomagające regenerację i odbudowę tkanek, ściągające, odkażające, a nawet antynowotworowe.

Jestem mamą czterech synów w wieku: 7,5, 10, 17 oraz 20 lat, a temat zdrowia i odporności jest mi szczególnie bliski. Jako mikrobiolog uważam, że dobra odporność moich dzieci powinna być moim priorytetem. Zgodnie z zasadą, że „lepiej zapobiegać niż leczyć” postanowiłam wcielić od ich narodzin mądrą profilaktykę prozdrowotną, co odniosło oczekiwany skutek. Jaka jest moja recepta na zdrowie dzieci, całej rodziny i najbliższych?

Systematyczne wzmocnianie odporności. Od 4-ego miesiąca życia budowałam odporność dzieci podając po kilka kropel czystego (pozbawionego skóry) miąższu aloesowego 3 razy dziennie (aktywność biologiczna aloesu wynosi do 5 godzin w organizmie) podczas karmienia. Z czasem jak dziecko rosło, ilość zwiększałam do pół łyżeczki. Dziecko roczne spokojnie wypijało po 1 łyżce stołowej 3 razy dziennie. Dodatkowo kruszyłam naturalną witaminę C (z papai i cytrusów) np. w rozdrobnionym bananie z jabłkiem, a także wysokiej jakości propolisu - skarbu z ula. W wieku przedszkolnym, gdy kontakt z rówieśnikami jest codzienny i zwiększa się prawdopodobieństwo infekcji, podawałam profilaktycznie czosnek z tymiankiem. W razie nasilenia infekcji wirusowej (która niepowstrzymana w porę, otwiera

niestety często wrota do rozwoju bakterii) zwiększałam ilość: propolisu, czosnku z tymiankiem, witaminy C trzy razy dziennie wraz z popitym miąższem aloesowym z żurawiną.

Aloes barbadeński

Aloes barbadeński wykazuje działanie: przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe, przeciwbólowe, stymulujące odporność organizmu, wspomagające regenerację i odbudowę tkanek, ściągające, odkażające, a nawet antynowotworowe. Zawiera aż 6 substancji antyseptycznych. Czysty miąższ aloesowy działa również prebiotycznie na florę jelitową. Przyspiesza gojenie nadżerek, owrzodzeń, śluzówki żołądka i jelit. Wspomaga leczenie choroby Leśniowskiego-Crohna oraz wrzodziejącego zapalenia jelita grubego. Aloes

ten stosuje się na zewnątrz w postaci galaretki (miąższ na nośniku żelowym o ok. 80% stężenia) na otarcia, trądzik, bóle i opuchlizny stawowe, oparzenia, egzemę, atopię, hemoroidy, ukąszenia, łuszczycę, blizny, trudno gojące się rany, rozstępy, pękające naczynka, żylaki, oparzenia słoneczne. Aloes okazuje się być skuteczny nawet w leczeniu odleżyn, oparzeń, odmrożeń oraz oparzeń po rentgeno-i radioterapii. Takie szerokie spektrum działania aloesu barbadeńskiego jest związane ściśle z bogactwem mnóstwa substancji biologicznie czynnych.

Naturalna odporność

Jako świadoma mama – mikrobiolog jestem przeciwna podawania antybiotyków chemicznych (odkąd urodziłam pierwszego syna ich nie podaję) tak na wszelki wypadek, na wy-

rost, bez uprzedniego zrobienia indywidualnego antybiogramu. Organizm, to nie królik doświadczalny, a jego żołądek i wątroba to bardzo wrażliwe i delikatne organy. Ogromne spustoszenie po niewinnej, jak się niektórym wydaje 7-dniowej kuracji antybiotykowej, doprowadza do wyjąłowania organizmu nawet na okres 2 do 4 lat! Takie są fakty. Podawanie probiotyku i jogurtu nie wystarcza.

Joanna Porada – absolwentka wydziału mikrobiologii Uniwersytetu Gdańskiego. Od 20 lat konsultant naukowy d/s aloesu barbadeńskiego i żywności funkcjonalnej. tel.: 660434886; joannaflpp@wp.pl

Na spotkania z Joanną Poradą zapraszamy w każdą środę godz.9:30 w Fundacji FLY ul. Świętojańska 36/2 tel.: 693-99-60-88; 517-38-38-28.

Mała ojczyzna – Witomino

Mieszkam na Witominie dopiero od 7 lat, ale na tyle zżyłam się z tą dzielnicą, że mógłbym ją nazwać swoją małą ojczyzną.

Wiele dzielnic jest bardzo podobnych do siebie, ale każda posiada również coś wyjątkowego, coś, co sprawia, że czujemy, że to nasze miejsce na ziemi, coś, co powoduje, że zawsze chcemy tu wracać, oddychać tym samym powietrzem, spacerować po tych samych chodnikach i ścieżkach.

Witomino zostało przyłączone do Gdyni w 1933 roku. Obecnie dzielnica liczy 19.000 mieszkańców. Na jej terenie znajdują się: 2 publiczne przedszkola, 4 szkoły, 2 biblioteki, 3 placówki pocztowe, 3 przychodnie lekarskie, komisariat policji, 2 parafie katolickie, galeria handlowa, klub fitness i kryta pływalnia. Nie ma w tym nic nadzwyczajnego, bo tego typu instytucje i miejsca rekreacji znajdują się w wielu dzielnicach. Ale jest coś, co sprawia, że Witomino jest naprawdę wyjątkowe.

Po pierwsze, jest jedyną gdyńską dzielnicą w całości otoczoną lasem. Pomimo że znajduje się tylko 3 kilometry od śródmieścia, to wystarczy kilkunastominutowy spacer, by z każdego miejsca dotrzeć do lasu. Co więcej, dzielnica w sporej części graniczy z Trójmiejskim Parkiem Krajobrazowym. W witomińskich lasach znajdują się oznakowane szlaki dla miłośników nordic walkingu, biegaczy i rowerzystów. Często można tam spotkać właścicieli z psami, a w soboty i niedziele leśne ścieżki są atrak-

cyjnym miejscem rodzinnych spacerów.

Po drugie, Dom Seniora im. dr Jadwigi Titz-Kosko. Budynek, w którym mieści się ta instytucja, powstał w 1973 roku i od tamtej pory jest jednym z najbardziej charakterystycznych miejsc na Witominie. Inicjatorką tej inwestycji była dr Jadwiga Titz-Kosko, wieloletnia dyrektorka Szpitala Reumatologicznego w Sopocie.

Obecnie budynek nie sprawia wrażenia wyjątkowego, ale w latach 70. był czymś niezwykle, ponieważ oferował 250 mieszkań, w których mogły zamieszkać osoby niepełnosprawne ze schorzeniami reumatologicznymi. Zapewniał na miejscu opiekę zdrowotną, fizykoterapię i rehabilitację. Był to ewenement nie tylko w skali miasta czy województwa, ale nawet kraju.

Po trzecie, żłobek „Koniczynka”. W 2014 roku na Witominie został otwarty żłobek samorządowy „Niezapominajka”, do którego mogło uczęszczać 55 dzieci. W 2018 roku został rozbudowany, zmienił nazwę i obecnie do „Koniczynki” uczęszcza aż 192 dzieci. Jest to największy żłobek w całej Gdyni.

Jednak w każdej beczce miodu jest również łyżka dziegciu. Witomino jest dobrze skomunikowane zarówno ze śródmieściem, jak i z zachodnimi dzielnicami Gdyni, ale niektóre

witomińskie ulice mają fatalny stan nawierzchni. I nie dotyczy to tylko osiedlowych uliczek, ale także jednej z najważniejszych ulic w Gdyni - Chwarznińskiej. Innym mankamentem Witomina jest brak restauracji. Na terenie dzielnicy zdecydowanie brakuje miejsca, gdzie można zjeść dobry obiad z rodziną albo napić się piwa ze znajomymi.

Mimo wszystko warto tu mieszkać. Korzyści jest znacznie więcej niż niedogodności. Witomino - mała ojczyzna.

Michał Wilk

IKS W KUCHNI

Święta Wielkanocne

Święta Wielkanocne to najważniejsze i najstarsze święto obchodzone przez chrześcijan na pamiątkę zmartwychwstania Jezusa Chrystusa. Tradycyjnie w czasie Świąt Wielkiej Nocy odbywają się rodzinne spotkania, gdzie podawane są potrawy oraz słodkie wypieki. Wielkanoc to radosne i wyjątkowo uroczyste obchodzone święto. Co roku wielu z nas staje przed problemem wyboru odpowiednich potraw na wielkanocny stół, dlatego podaję moje propozycje. Mam nadzieję, że przypadną Wam do gustu i zagospodzą na Waszych stołach.

Salatka szwajcarska – sprawdzony przepis na sałatkę z sera żółtego, szynki i ogórków konserwowych. Jest wiele wersji tej sałatki, jednak proporcje w tym przepisie są dla mnie idealne.



Składniki:

20 dag sera żółtego
20 dag szynki konserwowej
Natka pietruszki
6 ogórków konserwowych
1 łyżka majonezu
1 łyżka jogurtu naturalnego
Pieprz
Sól

Przygotowanie:

Ser żółty, szynkę, ogórki pokroić w paseczki, natkę pietruszki posiekać. Wymieszać majonez z jogurtem i dodać do pozostałych składników. Sól i pieprz dodać do smaku. Ta sałatka idealnie spraw-

dza się na Wielkanoc, spotkania przy stole, imprezy, jest też idealnym dodatkiem do grillowanych dań podawanych na ciepło.

Biała kielbasa pieczona w piwie

Składniki:

50 dag białej kielbasy (ok. 4 sztuki, parzonej)
15 dag cebuli
200 ml jasnego piwa
1 łyżka musztardy
1 łyżka miodu
pieprz czarny, majeranek, sól
1 listek laurowy

Przygotowanie:

Białą kielbasę nakłuć wykałaczką kilka razy z każdej strony. Następnie przełożyć ją do miski i zalać jasnym piwem. Dodać musztardę, miód, czarnego pieprzu, majeranku, soli oraz listek laurowy.

Całość razem wymieszać i włożyć do lodówki na około 1 godzinę, od czasu do czasu odwracając kielbasę. Cebulę obrać, opłukać i pokroić w piórka. Następnie przełożyć ją do naczynia do zapiekania, a na nią wyłożyć białą kielbasę i całość zalać marynatą. Naczynie z kielbasą włożyć do nagrzanego piekarnika i zapiekać przez około 20 minut w temperaturze 160 °C, od czasu do czasu polewając marynatą piwną, a następnie kielbaski odwrócić i dalej zapiekać przez około 20 minut w temperaturze 160 °C. od czasu do czasu polewając marynatą. Gotową kielbasę podawać na gorąco z chrzanem. To fajna propozycja na świąteczne śniadanie lub kolację. Smacznego!

Dorota Kitowska

