



**MŁODZIEŻOWE CZASOPISMO
KULTURALNO-SPOŁECZNE**

**MOK Stary Młyn
nr 7 / 2024 Zgierz**



Let's Talk About Sex

Polityka - to nas dotyczy!

**„Zobaczymy się jeszcze kiedyś!”
- Szerpowie Nadziei i ich podopieczni**

Słowo wstępne

Wracamy w 2024 r. – z nową energią i ambitnymi planami na kolejne numery! Jeśli w rzeczywistości czujecie się lekko zdezorientowani (jak nasz okładkowy szturmowiec, który znalazł się w zaśnieżonym Zgierzu), to postaramy się, by teksty tego numeru nakreśliły Wam drogę powrotu... do siebie!

Na temat numeru wybraliśmy edukację seksualną. Alicja Ślaska zebrała wyniki ankiet, które przeprowadziliśmy z młodzieżą i dorosłymi, by dowiedzieć się jak wyglądają nasze międzypokoleniowe rozmowy o seksie. Zerknijcie też na krótki tekst dotyczący chorób wenerycznych i antykoncepcji – lepiej przecież nie pękać ze strachu!

Jeśli szukacie porad na temat narzędzi przydatnych w majsterkowaniu, to koniecznie obejrzyjcie film Krzysztofa Andrzejczaka! Kod QR znajdziecie s. 11. Jeśli jednak zamiast smarów, wolicie zapach gór i przygody, to zapraszamy Was do lektury reportażu o Gabrysiu Kulasic, który jako SzERP Nadziei wspiera osoby z niepełnosprawnością w drodze do realizacji marzeń!

Jak po takim (i każdym innym) wysiłku się zregenerować, przeczytacie w materiale Girls night (facecie też mogą korzystać z porad). ;)

Na kolejnych stronach także: recenzje, wywiad, wykreślanka i... nieco przewrotne życzenia walentynkowe (lub dla podtrzymania relacji), które możecie śmiało wyciąć z ostatniej strony i wręczyć wybrance / wybrańcowi.

Autorem grafiki okładkowej jest Wojciech Medyński. Milej lektury!

SPIS TREŚCI:

- s. 2 Przepis babci Halinki
- s. 3 Let's talk about sex
- s. 4 Nie pękaj! Słów kilka o antykoncepcji i chorobach wenerycznych
- s. 5 Tokarki robią WRRR!
- s. 5 Wykreślanka
- s. 6 „Zobaczymy się jeszcze kiedyś!”
- na szczytach marzeń.
- Szerpowie Nadziei i ich podopieczni
- s. 8 Gwałtu rety! - recenzja spektaklu
- s. 9 Girls night
- s. 10 Sentymenty - fotograficzna podróż w czasy PRL
- s. 11 Narzędziownik
- s. 12 Inwazja chaosu
- recenzja filmu „Napoleon”
- s. 13 Polityka - to nas dotyczy
- s. 13 Ekspodus Youtuberów
- s. 14 Środki poetyckie na przedostatniej stronie
- s. 15 Walentynkowe życzenia

Przepis babci Halinki

Składniki:

2 małe cebule, 1 papryka, 2 piersi z kurczaka, 3 jajka, 3 łyżki majonezu, 3 łyżki mąki ziemniaczanej, sól i pieprz do smaku.

Paprykę i cebulę drobno pokroić w bardzo małą kostkę, mięso także pokroić w kostkę. Całość podsmażyć na patelni (wszystko osobno). Ubić jajka i dołożyć wszystkie pozostałe składniki do miski.

Rozmieszać wszystko, następnie dodać sól i pieprz. Małe kotleciki smażyć na oleju.

Tekst i foto:
Aleksandra Kryszicka



Projekt "Zgierz - nowoczesne miasto po godzinach",
współfinansowany ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego i Mechanizmu Finansowego EOG
na lata 2014-2021, w ramach programu Rozwój Lokalny

Let's Talk About Sex

Seks. Takie krótkie i proste słowo, a jednak wywołuje tyle kontrowersji, tyle emocji; wśród młodszych rozbawienie, wśród starszych konsternację, ale tak właściwie dlaczego? Przecież seks to coś, co dotyczy nas wszystkich na co dzień. Jednych już teraz, innych być może za parę lat, ale jednak jest to temat bliski każdemu człowiekowi. Postanowiliśmy się temu przyjrzeć.

Wspólnym, redakcyjnym wysiłkiem stworzyliśmy ankietę (osobne dla osób dorosłych i młodzieży), której wyniki w dalszej części tego artykułu postaram się wam przedstawić. Seks to temat bardzo obszerny, można go poruszać na wielu płaszczyznach, my jednak postanowiliśmy przyjrzeć się mu z perspektywy nastolatków. Dlaczego seks jest tematem tak unikany przez dorosłych? Dlaczego społeczeństwo tak bardzo boi się go poruszać? Dlaczego w szkołach nie możemy liczyć na odpowiednią edukację seksualną? W końcu właśnie nam, nastolatkom wchodzącym w okres dojrzewania, który niesie za sobą tak dużo zmian, głównie pod względem naszej seksualności – jest tak bardzo potrzebna.

Z roku na rok świat się zmienia, wiele tematów, których otwarte poruszanie jeszcze kilka/kilkanaście lat temu byłoby skandalem, teraz jest czymś jak najbardziej ok. Jednak seks wciąż jest to temat omijany i wstydlivy. I o ile rozumiem, że otwarte mówienie o swoim życiu seksualnym na przykład przy stole w wigilie, wśród wszystkich swoich krewnych, może nie być przyjemne, to jednak uświadamianie młodych ludzi na tematy takie jak: sposoby antykoncepcji, choroby weneryczne czy niebezpieczeństwo, jakie niesie za sobą na przykład oglądanie pornografii w młodym wieku (do tego jeszcze wróć) są bardzo istotne.

Bardzo często niestety nie możemy liczyć na otwartą edukującą rozmowę z dorosłymi. Większość młodych osób swoją wiedzę czerpie z Internetu lub od znajomych, którym podpowiedziało co nie co starsze rodzeństwo. Jest to moim zdaniem jak najbardziej w porządku, o ile pamiętamy, że Internet jest przepelniony mitami, w których nieświadome nastolatki mogą się jedynie utwierdzać. Osobiście pamiętam jak w drugiej klasie szkoły podstawowej koleżanka z ławki tłumaczyła mi czym są prezerwatywy, później kiedy podrosłam i miałam większy dostęp do Internetu, zaczęłam właśnie tam szukać informacji – na rozmowę z rodzicami nie bardzo mogłam liczyć. Z ankiet jasno wynika, że nie byłam jedyna.



Znaczna większość nastolatków nigdy takiej rozmowy nie doświadczyła, a jeśli już, to było to niezręczne doświadczenie, mimo że nastolatki deklarują, że są na takie rozmowy otwarci (aż 40% ankietowanych wyraża chęć poruszania tego tematu ze swoimi rodzicami!). Jednocześnie ankietowani z powodu braku takiej rozmowy, poszukiwali informacji na własną rękę (aż 78%), najczęściej w książkach, na różnych serwisach społecznościowych lub w filmach pornograficznych. Okazuje się również, że niekiedy to właśnie oni te rozmowy z rodzicami inicjowali. Przeważnie dotyczyły one tego „skąd się biorą dzieci”, ewentualnie metod antykoncepcji. Trzeba jednak pamiętać, że seks to nie tylko prokreacja, to przecież także forma okazywania sobie przez partnerów miłości i zaspokajania potrzeb. Nasi ankietowani zaznaczali jednak, że na dzień dzisiejszy nie ma tematów, które szczególnie chcieliby poruszyć, bo jak wskazują „wszystko już wiedzą, a właściwie to nawet więcej niż rodzice”.

A co z tymi dorosłymi? Jak to wygląda z ich perspektywy? Cóż, większość odpowiedzi wskazywała, że jednak chcą prowadzić takie rozmowy ze swoimi pociechami, jednakże nie są oni zgodni co do wieku, jaki uważają za idealny na poruszenie tego tematu. Odpowiedzi niemal równo podzieliły się na takie przedziały wiekowe: 8/9 lat,

11/12, 14/15, a nawet przed 8. rokiem życia, jeżeli tylko znajdzie taka potrzeba. Największa rozbieżność wśród odpowiedzi dorosłych pojawiła się przy pytaniu o tematy jakie chcieliby podczas takiej rozmowy poruszyć. Część ankietowanych dorosłych skupia się na tematyce związanej z bezpieczeństwem (antykontracepcja, bezpieczny seks, gwałt i jak się przed nim chronić, zagrożenia związane z kontaktami on-line). Duża część wskazuje na zagadnienia wokół relacji międzyludzkich, takie jak: odpowiedzialność, stawianie granic, zaspokajanie potrzeb, szacunek, zaufanie, bliskość i uczucia. Co bardzo pozytywne, są też tacy, którzy chcieliby porozmawiać z dzieckiem o kwestiach dotyczących dyskryminacji, tożsamości seksualnej, nierówności społecznych. Pojawiła się wśród respondentów deklaracja otwartości na rozmowę na każdy temat. Brawo! Teraz trzeba te pomysły jeszcze wcielić w życie. Na pytanie o potrzebę edukacji seksualnej w szkole aż 80% pytanym odpowiedziało, że zdecydowanie jest ona potrzebna.

A co, jeżeli wasi rodzice jednak nie zdecydują się na taką rozmowę? Przecież jakoś musicie zdobywać te informacje. Czy czerpać je z Internetu? Większość ankietowanych młodych ludzi nie ma wątpliwości, że tak! Internet wypełniony jest po brzegi informacjami (po wpisaniu krótkiego hasła „seks” w przeglądarkę moim oczom ukazało się aż 329 milionów wyników!), lecz nie wszystkie będą odpowiednie. Chciałabym tutaj poruszyć temat, który uważam za niezwykle istotny, czyli wspomnianą już przeze mnie pornografię. Badania wyraźnie pokazują, że oglądanie pornografii przez młodych ludzi niesie za sobą nieprzyjemne konsekwencje, takie jak: zaburzenia postrzegania własnego ciała, poczucie bycia gorszym i mniej atrakcyjnym, niechęć do podejmowania aktywności seksualnej w dorosłym życiu, czy zawyżone oczekiwania względem partnerów seksualnych (co mnie absolutnie nie dziwi, bo jednak patrzenie na te wszystkie idealne ciała prezentowane w odpowiednim świetle i kadrach, podnoszą nasze oczekiwania względem siebie i innych). Scenariusze „pornoli” normalizują przedmiotowe traktowanie i przemoc, nie mówiąc już oczywiście o tych wszystkich „happy endach”, które mogą namieszać nam w głowie. Nawet jeśli trafiliście już kiedyś na te pomarańczowo-czarne strony, to warto nauczyć się dystansu, bo to produkcje raczej z kategorii sci-fiction. Co więc wybrać jako źródło wiedzy? Zamiast porno, możemy wam śmiało polecić strony, które my sprawdzaliśmy i uważamy za godne polecenia.

POLECAMY!

Najczęściej odwiedzaną przez młodych ludzi w dzisiejszych czasach platformą jest bez dwóch zdań tik-

tok, więc to właśnie od niego zaczynam. Jednym z fajniejszych i warty polecenia kanałów z edukacją seksualną jest @konarowo, który w bardzo przystępny sposób tłumaczy podstawowe kwestie związane z seksem. Warta uwagi jest również strona SEXEDPL, na której oprócz samych w sobie porad dotyczących seksu, znajdziecie wiele innych zagadnień skupiających się bardziej na zdrowiu psychicznym lub okresie dojrzewania i jego trudnych elementach. Na Instagramie natomiast możecie trafić na takie konta jak: @kasia_coztymseksem. Po sprawdzonej wiedzy możecie kierować się także na stronę Grupy Edukatorów PONTON.

Takich źródeł jest w Internecie bardzo dużo – z pewnością znajdziecie coś dla siebie. Najważniejsze jest jedno – brak otwartej rozmowy z rodzicami to nie powód do poddawania się. Szukajcie różnych źródeł i czerpcie z nich tyle, ile tylko potrzebujecie. My życzymy Wam wspaniałych odkryć!

Na koniec, dziękujemy młodzieży i dorosłym, którzy poświęcili swój czas na wypełnienie ankiety, która namacalnie pokazała nam, że rozmowa dla obu stron jest ważna i przy odrobinie dobrej woli – możliwa!

Tekst: Alicja Ślaska

Grafika: Bartosz Trawkin

NIE PĘKAJ!!

Choroby weneryczne to ważny, lecz często pomijany temat jeśli chodzi o diagnostykę. Ważne jest, aby młode osoby były świadome i odpowiedzialny w kwestiach seksualności. Choroby weneryczne to choroby zakaźne, takie jak: chłamydia, rzeżączka, kiła zwana częściej syfilisem, opryszczka narządów płciowych czy najczęstsze HPV – wirus brodawczaka ludzkiego oraz HIV – ludzki wirus upośledzenia odpornościowego. Przenoszone są one najczęściej przez kontakty seksualne z drugą osobą. Transmisja bakterii, wirusów i grzybów odbywa się podczas stosunku analnego, dopochwowego i oralnego kontaktu błon śluzowych. Przed tego typu chorobami możemy się zabezpieczać takimi sposobami jak: prezerwatywy dla kobiet i mężczyzn, są one również jedną z metod antykoncepcji, które pomagają zapobiegać niechcianej ciąży. Inne metody antykoncepcji to tabletki antykoncepcyjne, wkładki domaciczne, plastry antykoncepcyjne, implanty podskórne czy iniekcje, czyli zastrzyki. Są również szczepionki, lecz żadna z tych metod nie daje stuprocentowej pewności.

Najlepszą metodą unikania chorób jest ograniczenie przygodnych kontaktów seksualnych i świadome dobranie partnerów. Ważne jest, abyśmy czuli się dobrze i komfortowo oraz zgłębiali informacje na temat swojego ciała i zdrowia seksualnego.

Tekst: Ola Krywicka

Grafika w tle: Oliwia Gałązka



TOKARKI ROBIĄ „WRRR!”, czyli krótko i zwięźle o wystawie Warsaw Metaltech

Warsaw Metaltech, czyli Międzynarodowe Targi Technologii i Maszyn odbywały się w tym roku w dniach 23-25 stycznia w hali Ptak Warsaw Expo w Nadarzynie (woj. Mazowieckie). Podczas wydarzenia można było obejrzeć głównie 2 rodzaje maszyn: sterowane przez wykwalifikowanego operatora oraz CNC (sterowane przez wcześniej napisany przez operatora program komputerowy). Oprócz części targowej odbywały się także wykłady prowadzone przez doświadczonych fachowców – udało mi się uczestniczyć w dwóch tego typu wykładach. Pierwszy dotyczył druku 3D w metalu, a drugi mówił o centrach obróbczych (wielozadaniowe maszyny CNC). Oba spotkania były bardzo ciekawe. Dla pasjonatów interesujące były także katalogi i ulotki reklamowe znajdujące się przy stanowisku każdej firm. Odwiedziłem Warsaw Metaltech drugiego dnia wydarzenia wspólnie z reprezentacją mojej szkoły. Zdecydowanie polecam takie wyprawy wszystkim, którzy interesują się maszynami, mechaniką czy elektroniką.

Tekst i zdjęcia: Krzysztof Andrzejczak



wykreślanka

H	A	L	L	O	W	E	E	N	B	W	E	O	S	U	Z	W	E	R	F
G	E	C	I	T	E	J	U	E	G	A	E	B	E	I	A	R	I	L	P
T	C	S	I	D	W	B	I	D	T	S	R	E	D	P	P	A	S	D	F
R	U	D	U	N	T	G	K	C	R	D	F	C	C	C	R	I	N	G	D
E	I	W	Y	V	N	G	J	A	E	F	C	N	Ś	F	O	H	U	T	A
R	L	A	T	S	J	O	K	E	R	G	G	Q	Ć	G	S	C	J	R	F
E	M	Ś	R	D	J	M	K	T	H	C	H	Ś	Ś	H	Z	N	I	E	G
T	N	M	N	F	Ś	Ć	N	A	C	A	H	Ć	D	J	E	M	O	D	T
S	B	M	E	I	N	E	N	A	Z	N	A	C	Z	O	N	Y	B	H	U
I	P	G	W	M	E	W	F	M	Z	F	J	C	Z	O	I	Z	C	A	I
N	W	E	B	F	R	N	W	E	N	A	Z	N	A	C	E	Z	T	C	I
I	E	E	R	E	F	C	I	W	E	R	T	S	Y	U	I	O	B	A	F
S	R	F	Y	G	D	R	T	E	G	Z	O	R	C	Y	S	T	A	M	A

- łyżwy
- bałwan
- film
- miłość
- walentynka
- kwiaty
- popcorn
- narty
- odpoczynek
- serduszko
- lodowisko
- randka
- wino
- pingwinek
- samotność
- singiel
- prezent
- radość
- zauroczenie
- kolega
- fabuła

Autorka: Aleksandra Krysicka

„Zobaczymy się jeszcze kiedyś”

– na szczytach marzeń. Szerpowie Nadziei i ich podopieczni

Traf chciał, że do mojej klasy uczęszczają niesamowicie utalentowani ludzie – w poprzednim numerze rozmawiałam z Zofią Kurowską, w tym opowiem Wam o Gabrielu Kulasie. Gabryś jest Szerpem Nadziei, czyli osobą, która w czasie dłuższych przerw od nauki towarzyszy osobom z niepełnosprawnościami we wspinaczkach po górach. W poniższym tekście chciałabym przybliżyć działalność tej ekstremalnie inspirującej grupy.

Określenie Szerpa wywodzi się z zawodu tragarza, który dostarczał ładunek w trudno dostępne miejsca. Zawód ten swoje korzenie ma w Himalajach, gdzie właśnie z plemienia Szerpów wybierano osoby, które miały pomagać w górskich przeprawach. Szerpowanie, o którym mowa w tekście, nie dotyczy przedmiotów, tylko ludzi, którzy na co dzień żyją z niepełnosprawnościami. Szerpowie wspomagają takie osoby w chodzeniu po górach, polanach, dolinach, ale ich misja się na tym nie kończy, bowiem kontakt z podopiecznymi trwa nadal po zakończonym wejściu. Jak mówi Gabryś: – To jest coś niesamowitego. Pomimo tego, że nie wychodzimy razem w góry, to mamy cały czas ze sobą kontakt, regularnie pytam się, co tam u nich, rozmawiam z ich rodzicami, itp.

Idea szerpowania zaczęła się od historii Maćka S., chłopaka z Tomaszowa Mazowieckiego, który urodził się z dziecięcym porażeniem mózgowym. Od małego przyzwyczajony był do różnego rodzaju aktywności z rówieśnikami, do których zachęcali go rodzice. W pewnym Maciek zainteresował się harcerstwem i został członkiem Nieprzetartego Szlaku, czyli drużyny stworzonej dla osób z różnymi



niepełnosprawnościami. Dla niego jednak to było za mało, dlatego rodzice przepisali go do „zwykłej” drużyny, z którą po pewnym czasie udał się na górski obóz. Niestety na miejscu okazało się, że w podobozie (miejscu zakwaterowania harcerzy) Maciek musiałby zostać sam, dlatego drużyna postanowiła wspólnymi siłami wnieść go na szczyt. Harcerze nie byli przygotowani na taką akcję, nie mieli nawet nosidła, które poprawiłoby komfort wspinaczki. Zdeterminowana młodzież nie chciała jednak ustąpić. Wycięli otwory na nogi w plecaku i wspólnie, niosąc go na zmianę, pomogli Maćkowi zdobyć pierwszy szczyt w jego życiu. Chociaż powyższa akcja była wynikiem wyjątkowego i pięknego zgrania grupy młodych ludzi, to oficjalne dołączenie do Szerpów Nadziei wiąże się z przejściem indywidualnej drogi, o której Gabryś mi trochę opowiedział. O pomocniczej działalności Szerpów Gabryś dowiedział się od fundacji „W drodze na szczyt”. Zainteresowany wysłał zgłoszenie, w którym należało m.in. opisać swoje doświadczenie we wspinaniu się w górach – był to jeden z czynników decydujących, do jakiej grupy będzie się przydzielonym. Gabryś zaczynał od mniej zaawansowanej grupy B, z którą przeszedł szkolenie w Bukowinie Tatrzańskiej. Byłem strasznie zestresowany, nigdy wcześniej nie miałem kontaktu z osobami niepełnosprawnymi, bałem się, że sobie nie poradzę – wyznaje chłopak.

Na miejscu okazało się, że nie było się czego bać. To było spotkanie ogromnej grupy ludzi z uśmiechami na ustach, błyskiem w oku i z otwartymi na nowych ludzi sercami. Tu wszyscy, niezależnie od sprawności, byli traktowani na równi, nikt nie czuł się wyrzutkiem, jak wspomina Gabryś: - Wszyscy byli dla siebie braćmi i siostrami.

Jednak prawdziwa przygoda zaczęła się następnego dnia, kiedy rozpoczęła się nauka jak postępować z osobami z niepełnosprawnościami, na czym polega idea szerpowania i jak przygotować się do takiej wyprawy. Podstawą tego typu wędrowki jest zebranie odpowiedniej grupy osób, które będą się wzajemnie wspierać. Do jednego Skarba, jak pieszczotliwi mówi się o podopiecznych, wybierane jest od trzech do siedmiu osób, w zależności od stopnia jego niepełnosprawności. Czasami taka ekipa sięga nawet dziesięciu osób, jeśli niepełnosprawność jest daleko posunięta. Początkujący Szerpowie poznają też sposoby wchodzenia z wózkiem: - W Tatrach oprócz drogi na Morskie Oko nie ma dobrego asfaltu, po którym można przemieszczać się wózkiem. Najczęściej są to szlaki nieprzystosowane do potrzeb osób poruszających się inaczej niż pieszo. Często korzysta się także z nosideł, w



których Skarby są noszone na plecach. Ważne jest w tym przypadku ustalenie zmiany osoby niosącej i sposobu jej wykonywania, zwłaszcza przy bardziej wymagających wyprawach. Osoba niosąca zmienia się co 10-15 minut, ze względu na komfort Szerpa oraz Skarba, który ma jako najważniejszy uczestnik wyprawy czuć się swobodnie i komfortowo. Jak podkreśla Gabryś: - Idąc w góry myślimy tylko o Skarbie,

jego bezpieczeństwie, ale musimy uważać także na siebie. Jeśli coś nam się stanie, to stanie się też coś Skarbowi. Każdy krok jest bardzo ważną decyzją. Swoją pierwszą szlak Gabryś odbył z Alą, z którą udali się na Rusinową Polanę. Pomimo przepukliny rdzeniowo-kręgosłupowej, wady rozwojowej, na którą cierpiała dziewczynka, udało się siłą całego zespołu przejść szlak i spełnić jedno z marzeń Ali. Po dotarciu na miejsce, Gabryś miał okazję zmienić zespół i wspierać Anię, która porusza się na wózku. Chcieli wejść na Gęsią Szyję, czyli szczyt tuż obok Rusinowej Polany, na który prowadzi ponad tysiąc stopni. Całą akcją zarządzali doświadczeni Szerpowie, którzy nie raz musieli improwizować na szlaku. Z powodu braku nosidła, grupa dziesięciu silnych osób przymocowała wózek taśmami wspinaczkowymi i jak konie pociągowe, idąc bokiem szlaku, wnieśli wózek z dziewczynką na sam szczyt. Całe zmęczenie, ból w mięśniach odeszły w niepamięć, gdy Szerpowie zobaczyli radość Ani po zdobyciu szczytu. Gabryś na wspomnienie tej chwili powtarza jedno słowo: *Niesamowite!* Z inną grupą na ten sam szczyt weszła też Ala, która płakała ze szczęścia, a wraz z nią dwie grupy ludzi, dla których Szerpowanie to synonim niesienia pomocy, hartu ducha i empatii. To był ostatni dzień szkolenia zakończony słowami: - *Zobaczymy się jeszcze kiedyś!*

To był dopiero początek wielkich emocji w życiu Gabryśa, bo do ich kulminacji doszło w schronisku Głodówka, gdzie w sierpniu 2023 roku odbył się event „Szerpowie Nadziei 2023”. Widok znajomych twarzy, ale też zupełnie nowych, tak samo pełnych pasji i żywiołowych... Pierwszy dzień był typowo organizacyjny: rozkładanie namiotów, zapoznanie się, rozdanie niezbędników od sponsorów, dzięki którym Szerpowie przyjmują na siebie tylko część kosztów wypraw (ich zasługą jest

także doposażenie grupy w trzy samochody elektryczne).

Gabryś wspólnie z Markiem i Agatą stworzyli nową, superekipę, która miała pod opieką Pawła. Chłopiec, mimo uszkodzonego genu i przepukliny rdzeniowo-kręgosłupowej (jedyna osoba z tego typu schorzeniem w Polsce!), jest – jak zauważa Gabryś – bardzo pozytywny, inteligentny, a co najważniejsze, cieszy się życiem. Duży wpływ na nastawienie chłopca ma jego waleczna, pełna determinacji mama, która jest bardzo zaangażowana w poprawę jakości życia swojego syna. Nowa ekipa za główny cel obrała Rusinową Polanę, kolejny punkt – Gęsia Szyja stał pod znakiem zapytania ze względu na niepewność pogody. Na polanie okazało się, że warunki atmosferyczne pozwalają wejść na szczyt, tym razem przy pomocy nosidła. Inni ludzie, ten sam szczyt i te same emocje. Młody Sierp po raz kolejny opowiada z dumą i wzruszeniem w głosie o tym, co czuli: Bo to się tylko tak powie, że Gęsia Szyja nie jest wysoka, nie ma się z czego cieszyć. Ale kiedy widzisz radosny płacz Skarba, spowodowany tym, że pomogłeś mu spełnić marzenie, to nie jesteś w stanie powstrzymać łez. Coś niesamowitego. Gabryś ma nadzieję na kolejne spotkania, regularnie kontaktuje się z mamą Pawła, planując kolejne górskie wędrówki.

Do największych wejść na szczyty Sierp zalicza wejście ze

Skarbem Frankiem na Kościelec, w którym wziął udział jeden z założycieli fundacji „W drodze na szczyt” – Maciej Mertin. Wejście jest o tyle skomplikowane, że nie ma tam żadnych sztucznych zabezpieczeń, które ułatwiłyby przeprawę. Wejście na szczęście zakończyło się sukcesem, który zachęcił Franka do planowania kolejnych wypraw.

Drugą akcją, w której Gabryś nie brał bezpośredniego udziału ale, jak mówi „rozwalila mu głowę” było drugie wejście Maćka S., z którym swoją przygodę rozpoczął Gabryś. Tym razem podopieczny wspólnie m.in., z ekipą harcerz zdobył Rysy (najwyższy szczyt w Polsce) w czasie zaledwie piętnastu godzin. To była najgłośniejsza akcja Sierpów Nadziei, którzy od tamtego momentu mają coraz większy rozgłos w mediach. Odwiedzając telewizję śniadaniową, mówi się o nich w wiadomościach oraz gazetach, wszędzie niosą ze sobą pozytywną energię i uśmiech na twarzach.

Na sam koniec chciałabym każdemu dojrzałemu czytelnikowi polecić książkę, bardzo trudną, ale wartą przeczytania, która oddaje głos rodzicom, a zwłaszcza matkom pt. „Żeby umarło przede mną. Opowieści matek niepełnosprawnych dzieci” Jacka Hołuba. Książka zdecydowanie dla dojrzałych czytelników, którzy będą w stanie wsłuchać się w głos – wcześniej niesłyszany, teraz upominający się o uwagę.

Tekst: Julia Słomka

Zdjęcia: archiwum Sierpów Nadziei

Gwałtu rety!

Pod koniec 2023 roku, w teatrze im. Stefana Jaracza w Łodzi miała miejsce premiera nowego spektaklu pt. „Gwałtu, co się dzieje!”, opartego na komedii Aleksandra Fredry o tym samym tytule. Spektakl wyreżyserował Grzegorz Kempniski, w obsadzie pojawiło się wiele znanych w teatrze im. Jaracza aktorów oraz goście.

Żyjemy w świecie, w którym nadal panuje patriarchy, ale co by się stało, gdyby układ sił był odwrotny? Świetnie ukazuje to łódzki spektakl, przedstawiający świat rządzony przez kobiety. Elementy humorystyczne bawią widownię w każdym wieku. Miłość między Kasią (Sara Lityńska) i nieakceptowanym przez matkę dziewczyny Dorębą (Szymon Nygrad), kobiety sprawujące urzędy niegdyś „zarezerwowane” dla mężczyzn – spektakl łączy w sobie wiele wątków, dzięki czemu jest wyjątkowy. Przedstawienie zwraca uwagę na ważne aspekty i normy społeczne, zarówno za czasów Aleksandra Fredry, jak i naszych, współczesnych.

Czy kobiety dadzą sobie radę? Czy świat może funkcjonować poprawnie, jeśli to mężczyźni będą... nosili spódnice? Mężowie szybko przekonają się, że życie kobiet wcale nie jest usłane różami. To, co bulwersowało za czasów Fredry, jak choćby kobiety w garniturach, dziś jest normą. Tym ciekawsze staje się tytułowe zawołanie: „Gwałtu, co się dzieje?!”. A co nas jest w stanie jeszcze zszokować?

Spektakl ten był jednym z lepszych, jakie miałam okazję ostatnio zobaczyć.

W skali cebulowej daję mu 9/10 cebul.

Tekst: Gabriela Smulczyk

Foto: materiały teatru



Girls night

Każdy z nas od czasu do czasu potrzebuje chwili odpoczynku i skupienia się wyłącznie na sobie i swoich potrzebach. Oto parę przydatnych rad, ciekawostek i wskazówek na temat tego, jak poradzić sobie ze stresem i obsesyjnymi myślami, jak przygotować sobie domowe spa i na sam koniec parę słów o muzyce i jej wpływie na nasze życie.

Pojęcie odpoczynku samo w sobie nie jest aż tak oczywiste, jak mogłoby się to wydawać. Najłatwiej jest powiedzieć komuś: „Zrelaksuj się, zajmij się czymś co cię uspokaja” – słysząc to zdanie możesz zastanawiać się, co właściwie ma na ciebie taki wpływ? Odpowiedź nie jest jednoznaczna. Wielu ludzi wmawia sobie, że słowo „relaks” musi wiązać się z ciszą, samotnością i spokojem. Oczywiście, może tak być, ale nie we wszystkich przypadkach. Dla niektórych bowiem dobrym sposobem na oczyszczenie umysłu i pozbycie się stresu jest impreza, spotkanie ze znajomymi w większym lub mniejszym gronie, spędzanie czasu z kimś, kogo darzymy dużym zaufaniem i możemy po prostu być sobą. Relaksować może także pójście na zakupy, posprzątanie całego domu, wysiłek fizyczny, gotowanie, dbanie o ogród czy nawet praca.

Wszystko, co sprawia, że jesteś w stanie odłożyć smutek i stres na drugi plan jest dobrym sposobem, jednak lepiej omijać szerokim łukiem relaks przed komputerem, przeglądanie internetu lub stosowaniem używek – mamy się zrelaksować, tak aby kolejnego dnia móc łatwiej znajdować rozwiązania na nasze problemy, a nie od nich uciekać.

Jeśli chcesz odpocząć, to nie idź na piwo w piątek wieczorem, bo w sobotę rano obudzisz się z bólem głowy. Wyśpij się i zaplanuj sobie jak ma wyglądać twój dzień wolny, w taki sposób, żeby usatysfakcjonowało to zarówno twój umysł, jak i ciało.

Dobre praktyki:

- Idź do kina, na spacer, basen, do znajomego albo zaproś go do siebie – po prostu spędź miło czas.
- Zjedz coś dobrego, ugotuj sam, poproś kogoś o pomoc lub zjedz coś na mieście.
- Pod koniec dnia zrób sobie „domowe spa” – to prostsze niż myślisz.

Domowe spa w kilku krokach:

- Zaczynaj od zrobienia względnie porządku wokół siebie, tak żeby wszystko miało swoje miejsce.
- W zależności od twoich upodobań, możesz zrobić sobie kawę lub herbatę.
- Przewietrz pokój lub całe mieszkanie, daj złej atmosferze uciec na zewnątrz.
- Zapal swoje ulubione świece albo lampki i włącz muzykę – jeśli nie masz pomysłu, może być to muzyka do medytacji – najlepiej nie na słuchawkach.
- Zmień pościel, jeśli dawno tego nie robiłeś/łaś – wszystko ma być świeże.
- Gorąca kąpiel w wannie leczy wszystkie smutki, najlepiej taka z pianą.
- Użyj wszystkiego, co masz w łazience: peeling, balsam, masło do ciała – wybierz takie kosmetyki, dzięki którym będziesz pachnieć jeszcze następnego dnia.
- Teraz zostaje ci tylko odpoczywać, czytać książkę, pomyśleć



nad tym, jak najlepiej rozpocząć kolejny dzień pracy czy szkoły, tak żeby nie stresować się powrotem do nich.

Kiedy masz już to wszystko za sobą i czujesz, że twoje zmartwienia przestały mieć znaczenie przynajmniej na ten jeden wieczór, możesz uznać swój rest-day za udany. Jeśli jednak nie jesteś w stanie pozbyć się obsesyjnych myśli, twoje problemy nie pozwalają ci spać po nocach i ilość niepożalanych spraw cię przytłacza, to mam dla ciebie parę sposobów, które być może pomogą ci się z tym uporać.

1. **Zaczynaj prowadzić pamiętnik**, opisuj wszystkie swoje odczucia. Spróbuj wracać do niego, kiedy emocje ci na to pozwolą i przemyśl, co poszło nie tak lub co możesz zrobić inaczej.
2. **Rozmawiaj** – jeśli jest coś, co ci nie pasuje i czujesz się źle, najlepiej porozmawiać z osobą której ufasz, bardzo możliwe że pomoże ci wymyślić rozwiązanie.
3. **Zrób coś dla siebie**, spraw sobie przyjemność, poczuj się dobrze z samym sobą, kiedy uda ci się to zrobić, znalezienie rozwiązania stanie się dużo prostsze.
4. **Zrób coś, czego od zawsze się bałeś/aś**, przekrocz swoją strefę komfortu i odważ się spróbować czegoś nowego. Dzięki temu twoja pewność siebie wzrośnie.

Muzyka – jak to działa?

Z pewnością nie raz miałeś/aś sytuację, w której muzyka zaważyła na twoim samopoczuciu. Jaką ma moc generowania emocji można sprawdzić oglądając filmy, w zależności od sceny muzyka oddaje nastrój smutku i spokoju, innym razem, jak np. w scenach akcji, podkreśla szybkość i trzyma w napięciu.

Twój humor zmienia się wraz z dźwiękami jakie cię otaczają – raczej nikt nie lubi słuchać głośnych krzyków dzieci, ale za to krzyki fanów na koncercie ulubionego piosenkarza są dla ciebie wręcz uzdrawiające.

Nie tylko ludzie lubią posłuchać przyjemnych melodii, zwierzęta np. krowy również uwielbiają spędzać czas przy relaksujących dźwiękach. Dlatego pamiętaj, jeśli czujesz się źle, nie dobijaj się depresyjnymi piosenkami, włącz muzykę, która zmotywuje cię do wstania z łóżka i spojrzenia w lustro z uśmiechem. Łatwiej wtedy uświadomić sobie, że jesteś wartościową osobą i zasługujesz na wszystko, co najlepsze.

Tekst: Maja Sadok

Grafika: Bartosz Trawkin

Sentymenty

fotograficzna podróż w czasy PRL

W połowie grudnia 2023 r. w Starym Młynie odbył się wernisaż wystawy fotografii Kariny Lisieckiej pod tytułem „Sentymenty”.

Nie będę ukrywać, ale przed samym wernisażem odwiedzałam wystawę dwa razy i oglądałam cały proces układania prac i tworzenia całej scenografii, która pozwalała nam wejść w klimat minionej epoki. Szczerze mówiąc, historia fotografii zainteresowała mnie na tyle, że postanowiłam porozmawiać z autorką zdjęć na temat jej twórczości i procesu tworzenia wystawy.

Od zawsze pasjonowałaś się fotografią? Twoja edukacja była z nią związana?

Karina Lisiecka: Jeśli chodzi o edukację, to nie skończyłam szkoły fotograficznej, ale jestem absolwentką filozofii i magistrem promocji sztuki, dlatego myślę obrazami, bardziej filmowo. Stąd w mojej fotografii można odnaleźć trochę tej filmowości.

Oglądając zdjęcia na wystawie, miałam właśnie wrażenie, jakby to były foty z planu jakiegoś serialu. Taki był Twój zamysł?

Początkowo to był raczej przypadek, tak po prostu wyszło. Pierwsze zdjęcie powstało dwa i pół roku temu, ale żeby mogło powstać, musieliśmy najpierw wyremontować mieszkanie, aby stworzyć odpowiednią przestrzeń z rekwizytami. Gdy zrobiliśmy pierwsze zdjęcia, to one faktycznie wyglądały jak kadry filmowe i postanowiłam iść właśnie w tym kierunku.

Na wystawie, w przestrzeni galerii pojawiają się elementy scenograficzne,



jak np. ta lampa, którą można odnaleźć też na zdjęciu.

Zależało mi na tym, aby stworzyć w galerii odpowiedni klimat, dlatego trochę rzeczy z tego mieszkania przeniosłam tutaj. Jest ten sam stoliczek, telewizor, radio, lampa, obrus i telefon...

Podobno wcześniej zajmowałaś się fotografią czarno-białą?

Tak, konkretnie w nurtach „urban-exploration” (zwiedzanie opuszczonych miejsc). Robiłam zdjęcia w takiej formie od 2008 r., gdy zaczęłam szkołę muzyczną. W połowie edukacji dostałam aparat i instrument poszedł w odstawkę. Totalnie zakochałam się w fotografii, a z uwagi na moją fascynację metalem i taki buntowniczy okres w moim życiu, poszłam w stronę fotografii czarno-białej i przygody z takimi opuszczonymi miejscami. Interesowały mnie one pod względem wizualnym, ale jeszcze bardziej z powodu ich historii. Gdy znajdujemy opuszczony dom, dużo możemy sobie dopowiedzieć i stworzyć własną historię. Trzy lata temu coś się wydarzyło, co spowodowało, że wybrałam kolor. Polubiłam go, zaczęłam



się bawić się barwami, oświetleniem. Wybierałam także modeli pod tym kątem, by mieli w sobie coś charakterystycznego dla tych „kolorowych lat”.

Oglądając Twoje fotografie myślę o latach 80.-90., charakterystyczne dla tamtego okresu bloki, makijaże w duchu tamtych lat. Ktoś Ci pomagał w tych stylizacjach?

Tak, makijaże do sesji wykonywała m.in. Karolina Dębowska. Na wystawie stylistycznie jest przewaga lat 80., bo nie ukrywam, jeśli chodzi o estetykę makijażu i ubioru, to są totalnie moje lata. Uwielbiam szalone makijaże i eksperymentowanie z kolorową biżuterią.

Skąd wzięła się u Ciebie ta fascynacja?

Mam wrażenie, że wpływ na to miał fakt, że byłam wychowana przez dziadków, z którymi spędzałam mnóstwo czasu. Przychodzili do nich znajomi, osoby starsze, średnia wieku wokół mnie wahała się pomiędzy 70 a 80 lat. Często więc przy mnie wspominali i opowiadali o dawnych czasach, ja tym po prostu przesiąkałam. W katalogu z wystawy pada nawet zdanie: „wychowałam się u dziadków w szafie”, bo strasznie interesowałam się ich ubraniami, babcynymi torebkami. To wszystko było

dla mnie inne, niezwykle. Moja babcia nadal ma płaszcz z Telimeny, one mają po 40 lat i wciąż są świetnej jakości. Na jednej z fotografii widać płaszcz kupiony w latach 60., który nadal jest w dobrym stanie. Pamiętam te wszystkie meble na wysoki połysk, imieniny z tamtych czasów – dziś się już takich nie robi. Ja jestem dzieckiem końca lat 90., ale przez te konkretne warunki, w jakich dorastałam, dużo mam właśnie takich „sentymentów” do tego wcześniejszego okresu. Widać to choćby właśnie po rekwizytach, często wypożyczonych od ważnych dla mnie osób.

Zapytam więc jeszcze o auta, które wzięły udział w sesjach. Skąd je wzięłaś?

Mam bardzo fajnego kolegę, który udostępnił mi te auta. Jest więc na zdjęciach „duży Fiat”, „Maluch”, jest też motocykl. To są takie trochę większe rekwizyty.

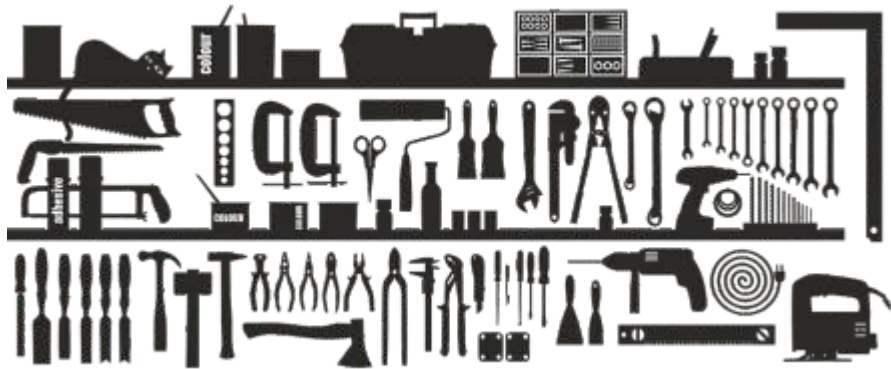
Jestem pod dużym wrażeniem wystawy – dla mnie to takie odświeżone lata 80.

Nie ukrywam, to były 3 lata bardzo fajnej zabawy, która niosła ze sobą też sporo logistycznych wyzwań. Pogoda nie zawsze chce z nami współpracować, wszyscy żyjemy w napiętych grafikach i nie zawsze da się ściągnąć kilku ludzi w jednym miejscu o tym samym czasie. W końcu jednak udało się zrealizować te zdjęcia... i jeszcze dużo więcej, bo nie wszystkie pokazałam na wystawie. Cieszę się, że młode osoby jak Ty interesują się tymi fotografiami i minioną epoką, w końcu nie jest to bardzo odległa historia.

Dziękuję za rozmowę.

Tekst: Oliwia Gałązka

Foto: Na zdjęciu Karina Lisiecka z modelem Michałem Wencławskim



Dzień dobry widzowie! W tym numerze zamieszczamy kod QR do filmu, w którym pokażę wam podstawowe narzędzi, których będziemy używać w przyszłych odcinkach tego cyklu.

Jakie narzędzia poznasz?

1. Miara zwijana, czyli po prostu miarka. Służy do mierzenia, jak sama nazwa wskazuje. **2. Nóż monterski składany**. **3. Zwykły nóż**. **4. Kombinerki**, cęgi uniwersalne, czy jak je kto nazywa. Pokażę Wam dwa rodzaje cęgów uniwersalnych: płaskoszczypy i zwykłe cęgi. Jest jeszcze jeden rodzaj kombinerek, który kiedyś pokażę, mianowicie płaskoszczypy wygięte. Możemy ich użyć do przytrzymania sobie czegoś, wygięcia czegoś, czy choćby podniesienia czegoś gorącego. **5. Grzechotka** na tzw. „bity”. Posłużyć ona nam może do rozkręcania urządzeń elektronicznych czy elektrycznych, lub do prostej naprawy samochodu lub innego pojazdu w trasie. **6.** Podobne przeznaczenie mają **wkrętaki**, chociaż wkrętaki płaskie mogą być użyte do zrobienia dźwigni, czyli do podważenia czegoś. **7. Obcinaczki** – dwa podstawowe rodzaje: czołowe i boczne. Użyjemy ich do obcinania np. linek hamulcowych w rowerze czy do obierania przewodów z izolacji. **8. Multimetry** to zaawansowane urządzenia pomiarowe. Wyróżniamy dwa główne rodzaje: cęgowe, idealne do bezpiecznego pomiaru natężenia prądu bez konieczności modyfikacji układu oraz standardowe, służące do pomiaru napięcia (czyli różnicy potencjałów), natężenia prądu (ile prądu płynie przez odbiornik na sekundę), rezystancji (oporu, który sprawia, że płynie mniej prądu, jak np. zawór w rurze z wodą) oraz ciągłości układu (czyli czy np. czy kabel przewodzi prąd). Przycisk „data hold” utrzymuje wyświetlanie wyniku, a funkcja „auto power-off” automatycznie wyłącza multimetr po pewnym czasie nieaktywności, oszczędzając energię baterii. **9. Kluczami imbusowymi** (kształt sześciokąta) możemy przykręcić lub odkręcić kierownicę w rowerze. **10. Konektorami**, kostkami oraz koszulkami termokurczliwymi zajmiemy się następnej okazji, ale już teraz sygnalizuję, że powinny znaleźć się na naszym wyposażeniu. **11. Wkrętaki** precyzyjne posłużą nam do naprawy elektroniki czy innych mniejszych urządzeń ze względu na mniejsze wkręty i śruby zawarte tam. **12. Lutownicą** możemy połączyć dwa metale ze sobą. Oczywiście nie wszystkie. My będziemy lutować głównie miedziane przewody. Cyna lutownicza to spoiwo (materiał łączący), który topnieje w stosunkowo niskiej temperaturze (ok. 300 stopni Celsjusza). **13. Grzechotka na nasadki** to narzędzie używane głównie w naprawach mechanicznych, np. wymiana koła w rowerze czy w samochodzie lub przykręcenie jakiegokolwiek innej śruby lub nakrętki, to samo można powiedzieć o kluczach płaskich i oczkowych. **14. Fazer**, inaczej fazowy próbnik napięcia, to tester napięcia, który wskaże nam mniej więcej położenie przewodów w ścianach, czy w gnieździe jest napięcie, czy w przewodach jest niskie napięcie prądu stałego oraz czy układ jest zamknięty.

Odpal film, zobacz prezentację narzędzi i... ruszaj do pracy!

Tekst i prezentacja w filmie: Krzysztof Andrzejczak

Montaż wideo: Jan Andrzejczak



INWAZJA CHAOSU

recenzja filmu „Napoleon”

„Napoleon” w reżyserii Ridleya Scotta miał swoją premierę w polskich kinach w listopadzie 2023 roku. W tytułową postać wcielił się Joaquin Phoenix, znany wcześniej m.in. z nagrodzonej Oscarem roli w filmie „Joker” z 2019 roku.

Akcja filmu rozpoczyna się w 1793 roku w trakcie rewolucji francuskiej. Film przedstawia najważniejsze momenty życia Napoleona, takie jak: awans na oficera, oblężenie Toulon, ślub z Józefiną, koronacja na cesarza Francji, bitwa pod Austerlitz, inwazja na Rosję, bitwy pod Borodino i Waterloo, zesłanie na Elbę i ostateczne zesłanie na wyspę św. Heleny.

Jednym ze słabszych punktów tego filmu była chaotyczna narracja – akcja przeskakiwała od jednego wydarzenia do drugiego, przez co zrozumienie sensu filmu było utrudnione. Zdecydowanym plusem filmu była świetna gra aktorska, postaci nie były przedstawione sztucznie, czy sztampowo. Duża w tym zasługa ciekawych dialogów. Mocną stroną tej produkcji jest również scenografia. Ujęcia były świetnie zrealizowane, a tereny bardzo realistyczne. Ścieżka dźwiękowa była niezwykle rytmiczna i przyjemna do słuchania.

Moje wrażenia podczas oglądania tego filmu były różne. Bitwy wyglądały realistycznie, kostiumy i rekwizyty były dobrze dostosowane do tamtejszej epoki, lecz epatowanie scenami seksu było moim zdaniem zbyt duże. Fabuła była wciągająca, ale przedstawiono ją bardzo chaotycznie, przez co trudno było mi zinterpretować całość.

Ostatecznie film oceniam na 5/10. Szczególnie nie polecam go wrażliwym osobom ze względu na dużo brutalnych i krwawych scen oraz młodszym widzom z powodu nadmiaru scen



Z punktu widzenia historyka.

Po obejrzeniu filmu rozmawiałem z moim wychowawcą oraz nauczycielem historii – panem Rafałem Pielesiakiem, którego opinię przedstawiam poniżej.

Gdybym miał napisać o filmie z historycznego punktu widzenia, to oczywiście w filmie jest wiele nieścisłości, a strzelanie do piramid przez żołnierzy Napoleona to tylko wierzchołek góry lodowej. Nie można też nie wspomnieć o wątku miłosnym. O ile sama Józefina była bardzo ważną postacią w życiu Napoleona, to wydaje się jednak, że Ridley Scott postawił na tanią (a może kosztowną?) sensację. Aktor grający Bonapartego w jednym z wywiadów z kolei stwierdził, że zagłębianie się w detale historyczne jest nudne. I to jest chyba największy problem. Bo pokazanie osoby Napoleona przez pryzmat jego relacji osobistych wymaga właśnie trzymania się realiów historycznych. Dlaczego? Bo potem widz, który obejrzał ten film może odnieść wrażenie, że Napoleon to był jakiś tam korsykański zawadiaka, który może i jako tako dowodził wojskiem, ale przede wszystkim był niedojrzałym emocjonalnie chłopcem uzależnionym od kobiety, w której się zauroczył po wyłącznie jednym spojrzeniu na nią. A to, że był jednym z najwybitniejszych wojskowych wszechczasów? Cóż, dla Ridleya Scotta i Joaquina Phoenixa to jak widać nudne i czepianie się przez historyków.

Tekst: Jakub Potakowski / Rafał Pielesiak

Grafika: Agata Konieczna

Polityka – to nas dotyczy!

Stowarzyszenie EZG prężnie działa już od 15 lat. Na celu ma aktywizację nastolatków poprzez różne inicjatywy. W grudniu odbyło się Forum Młodzieżowe, które było skierowane do młodzieży oraz osób współpracujących z młodymi. Była to okazja do rozmowy o naszym mieście z punktu widzenia młodego pokolenia – inicjatywa kierowana jest do pokolenia Z, czyli młodzieży między 13. a 26. rokiem życia. Podczas spotkania odbyło się podsumowanie w formie prezentacji i dzieliło się na kategorie z zakresu:

- spędzanie wolnego czasu,
- gastronomia i zakupy,
- infrastruktura i komunikacja,
- ekologia.

Problemy, które młodzi zauważyli w naszym mieście, a chcieliby zmienić to m.in. brak firmowych sklepów typu Bershka, niska atrakcyjność dla młodych przedsiębiorców, nieaktualne rozkłady jazdy, opóźnienia komunikacyjne, niezliczona ilość krzywych chodników i dziurawych ulic, zaśmiecone peryferie miasta, poczucie niebezpieczeństwa związane z wysypiskiem na „Borucie”, szpetne ruiny grożące zawaleniu oraz niewielka liczba miejsc spotkań i rekreacji.

Jest to tylko część tematów, które zostały przytoczone podczas spotkania. Prowadzącym debatę „Dobrostan młodzieży” był Adrian Pal, były przewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta Zgierza. Po zreferowaniu oczekiwań młodzieży, przedstawił elementy realizacji programu „Młodzieżowe Miasto po godzinach”, który został wprowadzony do życia we współpracy z Prezydentem i Radą Miasta. Włączenie młodzieży w proces decydowania o mieście jest niezbędny do dalszego rozwoju.

Patrząc przyszłościowo przyniesie to pozytywne skutki dla rozwoju i dobrego poczucia mieszkańców w Zgierzu, jeśli aktualna młodzież zdecyduje się zostać na stałe w rodzimym miejscu. Planowanym efektem projektu jest podniesienie jakości życia, pracy, nauki i sposobów spędzania wolnego czasu w mieście.

Natomiast po debacie odbyły się dwa rodzaje warsztatów: „O wartościach” prowadzony przez Juliana Czurko (trener, prezes Fundacji Owoc Spotkania) oraz „Zrzeszanie młodzieży w szkole” pod kierunkiem Błażeja Wodyńskiego (licealista, członek Stowarzyszenia Umarłych Statutów).

Nasi rówieśnicy mieli okazję już drugi raz zabrać głos w dyskusji, wypowiadając się o swoich potrzebach i pomysłach, gdyż pierwsze Forum odbyło się w 2022r. Klub Aktywnej Młodzieży ma bardzo pracowity i kreatywny skład. W ciągu roku jest prowadzone wiele inicjatyw na rzecz młodzieży. Trzymajcie tak dalej!!

A tak na marginesie... dodam, że nie należy zapominać o pozytywnych aspektach rozwoju zainteresowań pokolenia Zetek. Zgierz oferuje szeroką ofertę miejsc, w których można udzielać się społecznie, sportowo, jak i kulturowo. Są to m.in.: MOSIR, klub ZKS Włókniarz, MOK, CKD, MDK, Spółdzielczy Dom Kultury, Stowarzyszenie EZG, Stowarzyszenie Folkier, Hufiec ZHP.

Czego zatem życzyć młodym? Może tego, żeby ich oczekiwania i plany były realizowane, a pasje mogły rozwijać się m.in. dzięki ofercie wspomnianych wyżej instytucji i organizacji.

Tekst: Aleksandra Garbolińska

Eksodus Youtuberów

Nowy rok. Niektórzy się cieszą, bo kupili karnet na siłownię, inni, że rzucają palenie; są jednak tacy, którzy rozpaczają nad odejściem swoich ulubionych twórców. Dlaczego tak się dzieje? Czemu mnóstwo niezwykle popularnych na platformie Youtube osób odchodzi? Powody są całkiem proste i uzasadnione. Posłużę się przykładem Matpata z m.in. „The Game Theory”: - Tworzenie kontentu stało się przykrym obowiązkiem, który nie przynosi już przyjemności. Rodzina, dzieci, czternastoletni staż na platformie. Podobne przyczyny możemy zaobserwować u wielu innych: Tom Scott z dziesięcioletnim stażem mówi, że się wypalił i potrzebuje przerwy. Stampy (stampylonghead), którego oglądałam lata temu, stracił motywację do tworzenia filmów w formacie, do jakiego przywykł (video z Minecrafta, na jednym świecie). CaptainSparklez, który podobnie jak Stampy nagrywał swoją rozgrywkę w Minecraftcie, po trzynastu latach kończy z tym formatem. Normalnym jest, że tak długie kariery na jednej

platformie musiały się kiedyś skończyć, lecz internautów zastanawia zbieżność w czasie wszystkich opublikowanych jak dotąd nagrań, które wyjaśniają odejście. O rozmiarach zdarzenia niech zaświadczy fakt, że np. na Twitterze prowadzone są zakłady, kto następny przestanie tworzyć na Youtube.

Podchodzę do tego tematu bardzo emocjonalnie, wielu z wymienionych twórców (a także tych, o których nie wspominałam) było mi bardzo bliskich, głównie przez nostalgię związaną z oglądaniem ich materiałów za czasów dzieciństwa. Uważam jednak, że decyzje te zostały podjęte słusznie. Warto pamiętać, że w życiu nic nie trwa wiecznie, a twój ulubiony kanał na Youtube, twórca podcastu, czy artysta muzyczny kiedyś zakończy swoją działalność. W takiej sytuacji wypada wziąć parę głębszych wdechów, złapać za paczkę chusteczek higienicznych, jeśli trzeba, i życzyć naszym ulubieńcom powodzenia w dalszym życiu.

Tekst: Barbara Wieczorek

środki poetyckie

na przedostatniej stronie

Chcę cię poznać
Tak inaczej, bo tak naprawdę
Tak w głębi
Oczy ślepe
Dotyk płytki
Słowa puste
Zmysły próżne i naiwne
Nabieram się ciągle
Walczę z sobą
Złudzenie
Chcę patrzeć nie na ciebie, ale na twoją duszę i malować
twoje oczy w moim sercu

Aleksandra Garbolińska

na ulicy

problem z kamieniami jest taki
że są brzydkie
czemu są tak brzydkie?
nie możesz się odsunąć, głazie?
nie możesz?
lepiej zjedź mi z drogi
bo się potknę
brzydko tu pachnie i za oknem szpetny widok

Barbara Wieczorek

Krzyk ciszy

Okruch w przestrzeni
Strach w gardle
Ból w miłości
Suchość w zapewnieniach

Wszystko sprowadza otumanienie
Życie w popłochu
Otrute znaczeniem

Zamglone, mechaniczne
Niczym sprawy umilknięte

Dno osiągnięte przypadkiem
Wykrzywane ukradkiem

Iga Strzelecka

Tęsknota

Słodki ból serca,
Kiedy czujesz że ktoś jest daleko.
Wspomnienia
W naszych myślach tkwią.
Pragnienie bliskości,
które nas porywa.

Aleksandra Krysicka

STOPKA REDAKCYJNA

Redakcja: Jan Andrzejczak, Krzysztof Andrzejczak, Oliwia Gałązka, Aleksandra Garbolińska, Agata Konieczna, Aleksandra Krysicka, Wojciech Medyński, Jakub Potakowski, Maja Sadok, Julia Słomka, Gabrysia Smulczyk, Alicja Ślaska, Bartosz Trawkin, Barbara Wieczorek.

Projekt okładki: Wojciech Medyński
Opieka redakcyjna i skład: Anna Perek-Kowalska
Korekta: Magdalena Ziemiańska

Wydawca:
Miejski Ośrodek Kultury STARY MŁYN
Zgierz, ul. Długa 41A
www.starymlynzgierz.pl






*Bez Ciebie jestem
jak Shrek bez Fiony*

*Kochanie, kiedy jestem z
Tobą, serce bije szybciej...
bo właśnie przyszedł kurier
z pizzą!*

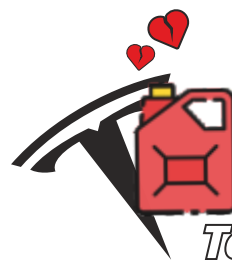
*Życie bez
Ciebie jest jak
pizza bez sera -
smutne i bez smaku...*



*Na górze róże,
na dole Ken.
Najbardziej na
świecie kocham sen!*



*Jesteś może telefonem?
Bo się od Ciebie
uzależniłem/łam*



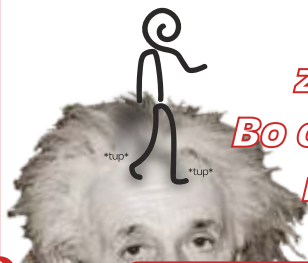
*Potrzebuję
Cię jak
Tesla benzynę*

*Jesteś jak dobry
mem, ciągle
mnie rozbawiasz*



Odbliź się ode mnie

*Jesteś może
zmęczony/na?
Bo ciągle biegasz
mi po głowie...*



*Walentynki? Nie, dzięki.
Wolę Dzień Bez Konieczności
Utrzymania Kwiatów w Żywym
Stanie.*