

PULS

GAZETA STUDENTÓW

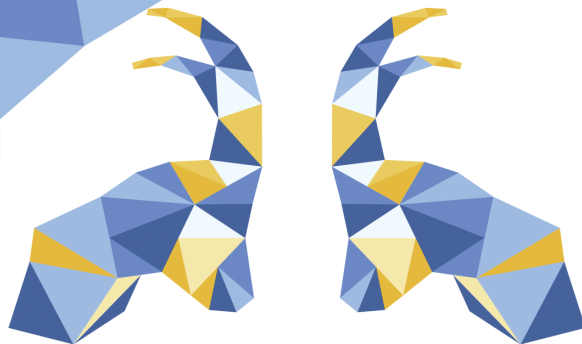
NR 207 • 04-2020

**KANARKI,
KOBIETY,
I WOJNA ŚWIATOWA**



**W OBRONIE
ŻYCIA?**

**7 RZECZY,
KTÓRE STUDENT
MOŻE ROBIĆ W DOMU**



20th ICYMS

International Congress
of Young Medical Scientists

28th–30th May 2020

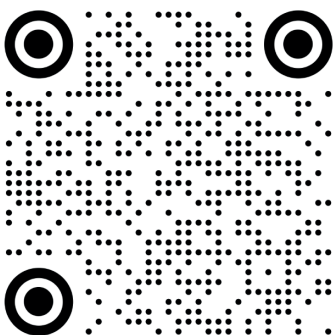
What awaits the participants?

Workshops

Lectures

Scientific Sessions

HOLD ONLINE!!!



*Find us
on Facebook!*

A thick black curved arrow pointing from the text 'Find us on Facebook!' towards the QR code.

PULSUM

GAZETA STUDENTÓW

NR 207 • 04-2020



MATEUSZ SZULCA
REDAKTOR NACZELNY

Przedstawiona w zeszłym numerze refleksja nad pamięcią i wyciąganiem wniosków, szczególnie w odniesieniu do światowych epidemii, miała być pewnym memento i niemal dogmatem – nie z intencji autora, a z racji powagi tematu i obecnej sytuacji pandemicznej. Założone działanie powinno być „proste” – mając do dyspozycji solidny model działania oraz choćby szczątkowe przyzwolenie społeczne, światowa ochrona zdrowia zostałaby ulepszona i lepiej pełniłaby swoją funkcję. To niestety wersja wyidealizowana; los kształtuje charaktery, a przy tym niejednokrotnie bywa przewrotny, nic więc dziwnego, że ludzie otrzymują tę cechę, i swoim działaniem potrafią pokrzyżować nawet najszczytniejsze cele.

Choć o rychłym końcu epidemii w Polsce próżno jeszcze marzyć, błyskawicznie potrafiło się zmienić nastawienie części społeczeństwa do pracowników ochrony zdrowia. Niemal miesiąc temu traktowani jako zdrowotne „przedmurze” kraju, doceniani za bezinteresowną pracę na skraju możliwości, przedstawiani jako ci, którzy od dawna próbowali ratować życie, bez względu na przeciwności takie jak brak sprzętu czy chaos organizacyjny. Niestety, do tej dobroci społeczeństwo przyzwyczało się zbyt szybko, zapominając o swoich niedawnych pochwałach, w efekcie przemianowując bohaterów na wektory wirusa, którzy mają chęć wracać wieczorami do swoich mieszkań, i narażać innych mieszkańców. Muszę przyznać, że uznawałem nieufność, jedną z polskich przywar narodowych, za ironicznie korzystną w czasie pandemii – mniej kontaktu z innymi ludźmi spowalnia szerzenie się wirusa; może to brak wyobraźni albo naiwność, ale w sytuacji krytycznej trudno mi było uwierzyć w społeczne zwątpienie, dotyczące zawodu zaufania publicznego, do którego należą pracownicy ochrony zdrowia. Jak widać, papier przyjmiemy

wszystko, a zaufanie jest jedynie figurą retoryczną, frazesem stanowiącym podstawę państwa teoretycznego.

Niccolo Machiavelli, autor traktatu politycznego „Książe”, twierdził, że dobry władca musi budzić w ludziach jedną ze skrajnych emocji – strach bądź miłość. Jeśli nie potrafił zaskarbić sobie tej drugiej, zostawała mu jedynie pierwsza opcja. Nie sugeruję, że medycy powinni terrorizować społeczeństwo katastroficznymi wizjami; wystarczająco dużo negatywnych emocji drzemie już w przestrzeni publicznej. Chciałbym jednak zwrócić uwagę, że dopóki Polacy autentycznie bali się wirusa, nie było mowy o szeroko zakrojonych, negatywnych dyskusjach na temat środowisk medycznych. Mam jednak nadzieję, że ponownie naiwną i życzeniową, że kiedy całe to szaleństwo się skończy, społeczność zrozumie, że zawsze stoimy po ich stronie, nawet w niepewnych czasach, nawet w świetle krytyki.

SPIS TREŚCI

KWARANTANNA

- 5 **Co zrobię po kwarantannie?** *Alicja Światała*
- 6 **7 rzeczy, które student może robić w domu** *Katarzyna Oziewicz*
- 7 **Literaturę w koronawirusa.**
W poszukiwaniu straconego czasu... *Kamila Jaz*
- 9 **Rekomendacje filmowe** *Tamara Dunajewska*
- 10 **Jak chceć, kiedy mi się nie chce? – oszukaj umysł i weź się do roboty** *Paulina Chmiela*
- 11 **Samorządy, wybory i pielęgniarstwo – jak to wszystko funkcjonuje?** *Patrycja Trębacka*

ROZMAITOŚCI

- 14 **Co kryje w sobie rok 2020?** *Patrycja Trębacka*
- 15 **Kanarki, Kobiety i I Wojna Światowa** *Weronika Musiał*
- 18 **Strony chwały**
- 20 **W obronie życia?** *Aleksandra Glowinkowska*
- 21 **[nie]Znana Tarczyca** *Olga Łukaszewska*
- 22 **Moda mniejszego zła – część II** *Paulina Wójcik*
- 23 **Podstępny rak jądra – opowieść przestroga** *Andrzej Bałoniak*

KULTURA

- 24 **O przeznaczeniu antyarytmików i fatalnej pogodzie w wiktoriańskiej Anglii** *Nina Barankiewicz-Tyc*
- 28 **Poetyckie potyczki UMP** *Weronika Szymonik*
- 29 **Wtapiając się w dźwięk⁽¹⁸⁾** *Franek Maja*

ROZRYWKA

- 30 **Let's play a game vol. 18** *Aleksandra Cichowicz*
- 32 **Jolka** *Aleksandra Cichowicz*

HUMOR

- 34 **Suchary**

Kolegium: Adrianna Baturo, Nina Barankiewicz-Tyc, Karolina Broda, Piotr Chałaj, Paulina Chmiela, Aleksandra Cichowicz, Tamara Dunajewska, Mikołaj Dynda, Aleksandra Glowinkowska, Aleksandra Grześkowiak, Karolina Jankowska, Kamila Jaz, Ewa Kołodziej, Anna Konopka, Natalia Krajewska, Katarzyna Oziewicz, Sandra Kowalczyk, Kinga Marzec, Joanna Nowacka, Karolina Stachowiak, Mateusz Szulca, Alicja Światała, Patrycja Trębacka, Bartosz Wojtera, Jacek Wątorok, Paulina Wójcik, Filip Zerbst

Adres redakcji: DS Eskulap, ul. Przybyszewskiego 39, 60-356 Poznań, tel. (61) 658-44-35

pulsum.ump.edu.pl • fb.com/PulsUMP • teksty@pulsum.pl

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji tekstów oraz zmiany ich tytułów. Zgłoszenie tekstu do druku jest jednoznaczne z przekazaniem Redakcji prawa do jego własności.

Redaktor naczelny: Mateusz Szulca (m.szulca@pulsum.pl)
Z-ca redaktora naczelnego: Filip Zerbst (f.zerbst@pulsum.pl)
Z-ca redaktora naczelnego: Tamara Dunajewska (t.dunajewska@pulsum.pl)
Redaktor techniczny: Filip Zerbst (f.zerbst@pulsum.pl)
Marketing: Kamila Jaz (k.jaz@pulsum.pl)
Skład: Aleksandra Grześkowiak, Katarzyna Oziewicz
Oktadka: Aleksandra Grześkowiak
Strona internetowa: Piotr Chałaj, Filip Zerbst
Korekta: Weronika Frąckowiak, Ilona Lewicz, Gabriela Pasik

Numer zamknięto: 30.04.2020

Nakład: wydanie internetowe

W A R I O G R A F

IMIE I NAZWISKO: Izabela Chudzicka - Strugała
STOPIEŃ NAUKOWY: dr n. med.
STANOWISKO: Starszy wykładowca
STAŻ NA UCZELNI: 20 lat



TRZY SŁOWA, KTÓRE NAJTRAFNIEJ MNIE OPISUJĄ: lekarz, wykładowca, pasjonat.

JESTEM MISTRZYNIĄ W: organizacji, przekazywaniu wiedzy, byciu przewodnikiem, nadzorowaniu i szybkim mówieniu.

MAM SŁABOŚĆ DO: słodyczy i naprawdę dobrej kawy.

NIE POTRAFIĘ: kłamać, usiedzieć w jednym miejscu.

ZAWSZE CHCIAŁAM SIĘ NAUCZYĆ: języka chińskiego, hebrajskiego i włoskiego.

CHCIAŁABYM JESZCZE: dotrzeć z misją medyczną do jak największej liczby osób potrzebujących pomocy.

AUTORYTETEM SĄ DLA MNIE: moi rodzice i Leonardo da Vinci.

KIEDY KŁAMIĘ: nie kłamię.

SŁOWA, KTÓRYCH NADUŻYWAM: "Proszę Państwa".

IRYTUJE MNIE: oszustwo, chytrość, brak empatii.

KIM LUB CZYM CHCIAŁABYM BYĆ, GDYBYM NIE BYŁA TYM, KIM JESTEM: prokuratorem lub przewodnikiem turystycznym.

STUDENTOM ZAZDROSZCZĘ: wolnego czasu i długich wakacji.

KIEDY STOJĘ W KORKU: śpiewam i załatwiam wszystkie sprawy telefonicznie.

MOJE HOBBY TO: pomaganie ludziom, muzyka, taniec i podróże.

ZAWSZE MAM PRZY SOBIE: stetoskop.

NIEZWYKŁA UMIEJĘTNOŚĆ, KTÓRĄ POSIADAM: słuchanie innych, hodowla arbuźów.

MOJE ULUBIONE MIEJSCE NA ZIEMI: Dom i Raja Ampat.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ SIĘ BAWIĘ: Dominique Misone i Bonny Tayler.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ ODPOCZYWAM: koncert fortepianowy Es-dur Beethovena, koncert na dwie wiolonczele Vivaldiego, koncert fortepianowy F-moll Chopina.

ENERGII DODAJE MI: rozwiązywanie problemów, pokonywanie trudności, uśmiech na twarzach pacjentów i studentów.

MOJA RADA DLA STUDENTÓW: nigdy nie spoczywajcie na laurach, rozwijajcie swoją wiedzę i pasję, bądźcie otwarci na potrzeby innych.

NETFLIX, HBO CZY TELEWIZJA: Netflix.

ANDROID CZY IPHONE: iPhone.

ULUBIONE HASŁO, KTÓRE CZĘSTO WYPOWIADAM: "Weźmy się w końcu do pracy" i "Zostawmy to na czarną godzinę".

Co zrobię po kwarantannie?

ALICJA
ŚWITAŁA



Czas, w jakim obecnie żyjemy, różni się od codzienności, którą znamy. Nową codzienność, która już trwa od ponad miesiąca, znamy już z filmów katastroficznych lub z książek science-fiction. Niektórzy z Nas wrócili do domów rodzinnych i tam próbują odnaleźć się w nowej rzeczywistości. Inni zostali jednak w Poznaniu – są wolontariuszami lub pracownikami szpitali, pomagają w walce z COVID-19. Niektórzy pozostali w swoich mieszkaniach, ponieważ w domu mają osoby, które są bardziej narażone na zachorowanie. Z utęsknieniem czekają na ustabilizowanie sytuacji i możliwość odwiedzenia swoich rodzin.

Napisanie artykułu na temat: *Co zrobię po kwarantannie?*, skłoniło mnie do przeprowadzenia ankiety ze znajomymi i rodziną, by zrozumieć, jak oni widzą swoje życie po kwarantannie oraz co zrobią, gdy już wszystko wróci do normy. Dostałam wiele różnych i ciekawych odpowiedzi, jednak nie mogłabym pominąć wypowiedzi skryby z filmu „Asterix i Obelix: misja Kleopatra”. Ta odpowiedź była niezwykle obszerna:

Moim zdaniem to nie ma tak, że dobrze albo że niedobrze. Gdybym miał powiedzieć, co cenię w życiu najbardziej, powiedziałbym, że ludzi. Ekhm... Ludzi, którzy podali mi pomocną dłoń, kiedy sobie nie radziłem, kiedy byłem sam. I co ciekawe, to właśnie przypadkowe spotkania wpływają na nasze życie. Chodzi o to, że kiedy wyznaje się pewne wartości, nawet pozornie uniwersalne, bywa, że nie znajduje się zrozumienia, które by tak rzec, które pomaga się nam rozwijać. Ja miałem szczęście, by tak rzec, ponieważ je znalazłem. I dziękuję życiu. Dziękuję mu, życie to śpiew, życie to taniec, życie to miłość. Wielu ludzi pyta mnie o to samo: Ale jak ty to robisz? Skąd czerpiesz tę radość? A ja odpowiadam, że to proste, to umiłowanie życia, to właśnie ono sprawia, że dzisiaj na przykład buduję maszyny, a jutro... kto wie, dlaczego by nie, oddam się pracy społecznej i będę ot, choćby sadzić... doć... marchew.

A teraz przejdźmy do mnie, cóż mogłabym zrobić po kwarantannie? Po pierwsze, z racji, że mam trochę duszę introvertyka i spędzanie czasu sama ze sobą nie jest dla mnie uciążliwe, to wyszłabym z domu z wielkim uśmiechem. Spojrzałabym w prawo, potem w lewo, wzięłabym kilka głębokich oddechów, uniosłabym twarz w stronę słońca i ... wróciłabym do domu, aby, teraz na spokojnie, odpocząć. Po drugie, wróciłabym w końcu do rodzinnego miasta. Odwiedziłabym rodziców i przyjaciół, za którymi bardzo tęsknię. Mogłabym rozpisnąć się bardziej, ale czas na odpowiedzi innych osób, które poprosiłam o odpowiedź na to, jakże trudne, pytanie.

Kiedyś szokujące, a teraz marzenie niektórych osób: powrót do szkoły lub na uczelnię i spotkanie swoich rówieśników, mimo że wcześniej Cię denerwowali. Kolejne propozycje to pójście na koncert ulubionego artysty, wyjście do kina, teatru, opery lub na mecz. Z powodu obostrzeń, te aktywności

zostały nam uniemożliwione, a terminy wydarzeń kulturalnych zostały przełożone na bliżej nieokreśloną przyszłość. Niektórzy marzą o spotkaniu z przyjaciółmi na kawie i porozmawianiu o różnych absurdach życia lub co u nich się wydarzyło podczas spędzania czasu w domu. Mimo iż rozmawiali poprzez komunikatory społecznościowe, to nie zastąpi to spotkania na żywo. Wyjścia z nimi w końcu na spacer, do klubu czy pubu. Z racji, iż nie wiadomo jak będą wyglądały obrony naszych dyplomów, to na pewno, po zakończeniu kwarantanny, chcielibyśmy mieć to już za sobą i spotkać się na uroczystym dyplomatorium. Podróże, zwiedzanie nowych miejsc, w Polsce i za granicą, to kolejny pomysł, jaki będziemy mogli zrealizować po powrocie do normalności. Teraz możemy zaplanować miejsca, które chcielibyśmy odwiedzić, a później ... „ahoj przygodo!”.

Oczywiście to, co najważniejsze, to powrót do normalnej pracy lub rozpoczęcie pracy w zawodzie, a także poszerzanie swoich umiejętności i wiedzy — poprzez kursy i konferencje. W niektórych mogliśmy uczestniczyć online, ale gdy już wszystko wróci do normy, to czemu by nie pojechać na nie osobiście? Nie zaspokoić swojego głodu wiedzy, poprzez zadawanie pytań prelegentom i ciekawym osobistościom? A przy okazji, czemu by nie spędzić miło czasu w gronie swoich znajomych? Nie zapominajmy również o aktywności fizycznej, która jest bardzo ważna. Nie utuczmy się zbyt bardzo podczas kwarantanny — abyśmy, po wszystkim, mogli wyjść z domu na rower, rolki, pobiegać czy na zwykły spacer. Przecież pragniemy wyjść kiedyś z domu, a jeśli nie zmieścimy się w drzwiach, to może być trudne...

Z tego miejsca chciałabym podziękować za to, że mimo trudnych czasów, jakie nastały, dajemy radę izolować się i wychodzić tylko po najpotrzebniejsze rzeczy. Wszyscy troszczymy się o swoich bliskich oraz doceniamy czas, który został nam dany, aby zastanowić się nad tym, co w życiu jest najważniejsze. Czasami należy zwolnić na chwilę i docenić otaczający Nas świat i ludzi.

7 rzeczy, które student może robić w domu

KATARZYNA
OZIEWICZ



Minął już miesiąc przymusowej izolacji w domach. Większość z nas, mimo braku zajęć w tradycyjnej formie, uczestniczy w zajęciach prowadzonych zdalnie. Mimo tego, posiadamy jednak zasoby czasowe, które możemy kreatywnie wykorzystać na rzeczy niezwiązane z nauką na uczelni. Oto lista 10 przykładowych czynności, które dostarczą rozrywki i sprawią, że czas kwarantanny nie będzie kompletnie zmarnowany:

1. Nadrabianie zaległości książkowych i serialowych

To co napisałam, nie jest chyba niczym odkrywczym, gdyż prawdopodobnie każdy z nas ma listę książek/seriali (niepotrzebne skreślić), które chciałby obejrzeć/przeczytać, jednak ciągle stało mu coś na drodze, żeby to zrealizować. Najczęściej był to brak czasu, spowodowany dużą liczbą codziennych obowiązków. Teraz z powodu narodowej kwarantanny tempo życia zdecydowanie spadło, możemy bez wyrzutów sumienia się wychillować pod kocem z ciekawą książką w ręce lub przed ekranem, chłonąc fabułę najnowszego odcinka.

Moje polecanki:

Seriale:

- Dom z Papieru
- Unorthodox

Książki:

- „Okularnik” Katarzyna Bonda

2. Odkryj nowe hobby (lub rozwijaj dalej te, które już masz)

Zawsze chciałeś/aś spróbować rysować/programować/zsydeklować lub coś jeszcze innego? Teraz jest na to idealny moment! Masz przecież sporo wolnego czasu do wykorzystania, dlatego więc nie pogłębić wiedzy z dziedziny, która od dawna cię pasjonuje? Świetnym pomysłem będzie też spróbowanie swoich sił w nowej dyscyplinie (oczywiście mówię w tym momencie o rzeczach nie wymagających wychodzenia z domu, ponieważ wszyscy widzimy, jaka jest sytuacja i szczególnie zachęcam do zastosowania się do zaleceń #zostańwdomu).

3. Nauka języków

Zawsze marzyłeś/aś by zacząć się uczyć nowego, ciekawego języka lub chcesz podszkolić dotychczasowe umiejętności? Teraz jest na to świetna pora! W Internecie można znaleźć masę tutoriali i stron oferujących pomoc w nauce, nawet od kompletnych podstaw. Ponadto, dzięki aplikacjom takim jak Duolingo czy Babbel nauka będzie o wiele przyjemniejsza.

Dodatkowo poniżej przedstawiam linki do darmowych kursów, które wydały mi się ciekawe i warte przetestowania:

<http://www.ebrio.pl/> <- Hiszpański

<https://podstawyfrancuskiego.pl/> <- Francuski (ta strona pozwala przejść też do kolejnych stron oferujących podstawowe

kursy z niemieckiego, hiszpańskiego, włoskiego i rosyjskiego)
<https://deutsch.info/pl> <- Niemiecki (kurs przygotowany przez Erasmus+)

<https://www.loecsen.com/pl> <- różne języki

4. Samokształcenie

Skoro jesteśmy już przy temacie kursów internetowych, to szczerze polecam zainteresować się również rozwijaniem z innych dziedzin, niż tylko nauka języków. W Internecie, choćby na youtube znajdziecie setki tutoriali pokazujących krok po kroku, jak coś zrobić. Poniżej wstawiam link do artykułu, pod którym znajdziecie sporo darmowych kursów, może coś wam wpadnie w oko: <https://lifegeek.pl/darmowe-kursy-online-po-polsku/>

5. Zostań filmowcem-dokumentalistą

O pandemii koronawirusa już mówi się, że jest ona doświadczeniem pokoleniowym. Dlaczego więc nie udokumentować tego wydarzenia ze swojej perspektywy, w postaci efektownego wideo-pamiętnika. Wystarczy do tego przecież kamera w telefonie i odrobina dobrych chęci. Jeśli jednak chcesz, by Twój materiał był ładnie zmontowany, możesz do tego celu użyć np. darmowego programu DaVinci Resolve. Sama jeszcze nie miałam okazji go przetestować, ale słyszałam o nim mnóstwo pozytywnych opinii.

6. Napisz opowiadanie/powieść

Od dawna piszesz do szuflady i trochę bałeś/aś podzielić się swoimi utworami ze światem? Dzięki aplikacji/portałowi Wattpad możesz to zrobić anonimowo i sprawdzić, jak twoją twórczość odbierają inni.

7. Zadbaj o formę

Nie wiem jak ty, ale ja siedząc w domu mam wrażenie, że cały czas jestem głodna. Takie ciągłe szukanie jedzenia, w połączeniu z brakiem ruchu, w długotrwałej perspektywie może przyczynić się do spadku formy i przybrania kilku dodatkowych kilogramów. Aby zminimalizować skutki takiego trybu funkcjonowania, warto rozważyć podjęcie się jakichś ćwiczeń ruchowych. Mogą to być przysiady, brzuski czy pompki. Jeżeli jednak dla Ciebie to za mało, w Internecie pełno jest fit trenerów, oferujących za darmo kompletne zestawy ćwiczeń lub filmiki instruktażowe z komentarzem. Fanom jogi bardzo polecam wypróbowanie ćwiczeń prowadzonych na platformie Teams przez Panią dr Agnieszkę Żok z naszego UMP. Uczestniczyłam w pierwszych zajęciach i mimo tego, że wcześniej z jogą nie miałam do czynienia, to udało mi się zrobić wszystkie prezentowane asany, więc nawet będąc kompletnie początkującym warto spróbować, bo zajęcia są świetnie prowadzone :)

Literatura w koronawirusa W poszukiwaniu straconego czasu...

KAMILA
JAZ



We mnie niszczało wiele rzeczy, o których myślałem, że powinny trwać wiecznie, i nowe wyrosły, dając początek nowym troskom i radościom, których wówczas nie byłbym mógł przewidzieć, tak samo jak dawne stały mi się trudne do zniesienia. Od dawna już ojciec nie może powiedzieć: « Idź do tego malca ». Możliwość takich godzin już się nie odrodzi dla mnie nigdy. Ale od niedawna zaczynam bardzo dobrze słyszeć, kiedy nadstawię ucha, tkanie, które zdołałem powstrzymać w obecności ojca i które wybuchło dopiero wówczas, kiedy zostałem sam z matką. W rzeczywistości tkanie to nie ustało nigdy; i jedynie dlatego, że życie milczy teraz bardziej dokoła mnie, słyszę je na nowo, niby owe dzwony klasztorne, w ciągu dnia tak stłumione hałasami miasta, iż zdawałoby się, że zamarły, ale które zaczynają znów dzwonić w ciszy wieczornej.

Wartości uniwersalne, których czytelnik nieustannie poszukuje w utworach nigdy wcześniej nie zostały tak wyraźnie nakreślone jak w arcydziele Prousta. W poszukiwaniu straconego czasu to zachwycająca głębią opowieść o potędze czasu, rzeczach nierealnych kształtujących realia. Wielotomowy cykl, podzielony na siedem części to dzieło życia Marcela Prousta, stanowiące największy dorobek pisarza i uznawane zgodnie za arcydzieło literatury światowej. Ten biały kruk francuskiej literatury po dziś dzień wzbudza zachwyt w ojczyźnie pisarza, pojawiając się niezmiennie na listach najlepszych francuskich książek XX wieku. O wartości literackiej spuścizny Prousta nie zapominają i inne międzynarodowe autorytety. Co czyni ten utwór tak wyjątkowym? Na jakiej podstawie opiera się tak chwalebna opinia?

Jak na ironię sam autor miał ogromne problemy z wydaniem wspomnianego "kruka". W 1911 roku pierwsze fragmenty W stronę Swanna ukazały się we współpracującym z Proustem dziennikiem Le Figaro. Marzeniem autora była jednak pełna publikacja. Niestety wprowadzenie proustowskiego arcydzieła w krąg paryskiego środowiska literackiego było nie lada wyzwaniem. Proust w Paryżu był zdecydowanie "nie w modzie". Po śmierci rodziców i odziedziczeniu ogromnego majątku autorowi zgrabnie przypięto łatkę światowca, egzaltowanego dyletanta. Istotnie, trudno było sprecyzować kwalifikacje pana Marcela Prousta. Wychowany w zamożnej, mieszczańskiej rodzinie uznanego lekarza, obracający się od lat najmłodszych w kręgach arystokracji młody Marcel zdobywał jakże nienamacalne i ulotne wykształcenie wśród znanych osobistości świata literackiego i artystycznego Paryża, chłonał nieuchwytnie zasady, od wieków kształtujące stosunki między ludźmi, których wnikliwe odbicie znajdujemy niejednokrotnie na łamach utworu. Światowe koneksje, których osobliwości były dla Prousta inspiracją, dyskredytowały go w oczach wielu ówczesnych wydawców.

Owoc ukazanego talentu autora uznano za kaprys znudzonego bogacza. Rekopis pierwszego tomu odrzucają wiodące francuskie wydawnictwa (jak się później okazuje, bez czytania), odrzuca nawet wydawniczy gigant Gallimard. Proust zmuszony jest wydać dzieło własnym kosztem. Ostatecznie,

pierwsze tomy W stronę Swanna ukazują się czternastego listopada 1913 roku w wydawnictwie Grasset nakładem samego autora.

Recenzje trudno uznać za przychylne. Nie pomaga nawet uhonorowanie pisarza nagrodą Goncourtów za drugą część powieści, zatytułowanej figlarnie W cieniu zakwitających dziewcząt. Niech o ogólnej opinii zaświadczy cytat jednego z recenzentów przywołany przez Żeleńskiego-Boya w jego wstępie do utworu: "Tym razem – pisze któryś – Goncourci dali nagrodę pisarzowi naprawdę nieznanemu. Nie jest młody, ale nieznan i nieznan pozostanie". Cóż, trudno o bardziej mylną opinię.

Tymczasem nie ustają przychylne głosy przyjaciół autora dopraszających się kontynuacji utworu. Reputacja Prousta-pisarza rośnie, rośnie także niezadowolenie wielu utrwalonych na kartach powieści osobistości. Choć sam autor wzbraniał się przed takim uproszczeniem, wskazując na częste, celowe przerysowania osobowości postaci mających w sobie rysy wielu osób, publice nie umyka to widoczne podobieństwo. Kolejne części przynoszą autorowi coraz większy rozgłos, ale też zrażają do niego wielu z dawnych przyjaciół. Nieprzejdą one w odzwierciedlaniu prawdziwej natury ukazanych postaci, obnażający zawołowaną często gorzką prawdę Proust staje w ogniu krytyki ze strony osób, które poczuły się urażone tak bezpośrednim odbiciem.

Wrażliwa natura autora każe mu przejmować się za dużo oskarżeniami o bycie istnym enfant terrible. U coraz bardziej osamotnionego Prousta nasilają się ataki astmy; ostatnie tomy Sodomy i Gomory – poruszające wątki homoseksualne wychodzą jeszcze za życia autora; na zebranie pozostawionych pośmiertnie rękopisów w opasłe tomy trzeba poczekać lata kolejne.

Poczytuję sobie za wielkie szczęście, że arcydzieła wielu wybitnych francuskich pisarzy doczekały się tłumaczeń godnych swojego mistrzostwa. Myśląc o polskim przekładzie À la recherche du temps perdu Marcela Prousta nie sposób nie wspomnieć geniusza słowa – Tadeusza Żeleńskiego-Boya, którego niestrudzona praca nad trudnym w swojej formie utworem przybliżyła polskiemu czytelnikowi prawdziwy ar-

tyzm tkwiący w słowie. Pierwsze pięć części W poszukiwaniu straconego czasu w przekładzie Żeleńskiego-Boya zachwycają mistrzowskim oddaniem stylu Prousta. Sam tłumacz we wstępie przyznaje, że ciągnące się, prawie homeryckie zdania oryginału przysparzały nie lada kłopotów przy przekładzie. Uważny czytelnik spostrzeże, że zarówno piąta część – Uwięziona, jak i szósta – Nie ma Albertyny oraz siódma – Czas odnaleziony utrzymane są już w nieco innej stylistyce. O ile w Uwięzionej możemy jeszcze podziwiać kunszt skrupulatnej pracy Żeleńskiego-Boya, o tyle niestety dwie ostatnie części zostały przetłumaczone przez innych tłumaczy, przez co pewna charakterystyczna, aksamitna forma ustępuje miejsca innej stylistyce. Powodu tej delikatnej, lecz namacalnej zmiany dostarcza także osobisty styl pracy Marcela Prousta – jak wyjaśnia Żeleński-Boy, Proust zwykł dużo pracować przy poprawkach. Autor, będący bezwzględny perfekcjonistą często przeredagowywał całe fragmenty utworu by stworzyć nieskazitelną całość, zwieńczając swe homeryckie opisy puentą zdolną scalić obszerną konstrukcję. Jak wspomniano powyżej, czwarta część utworu była ostatnią, na którą Proust zdążył nanieść poprawki. W konsekwencji w miarę zgłębiania arcydzieła stylistyka kolejnych części nieco blaknie. Mimo tej niewielkiej niedogodności proustowskie uniwersum pozostaje nienaruszone, odkrywając przed czytelnikiem wyjątkową głębię analizowanych wspomnień.

Proustowska myśl zachwyca złożonością. Sam autor lękał się czy złożoność jego myśli nie okaże się zbyt złożona dla przeciętnego czytelnika. To, co Proust ukazuje w pierwszej części cyklu jest niczym preludium do głębszych rozmyślań, które w miarę postępowania fabuły tworzą głębszą całość by dopiero na końcu obnażyć przed czytelnikiem swoje prawdziwe oblicze. Warto zaznaczyć, że w proustowskim dziele to nie fabuła fascynuje. Postęp akcji nie jest ani wartki, ani tym bardziej czarujący dla współczesnego czytelnika, wychowanego w szalonym tempie XXI wieku. Proustowski czas zdaje się upływać bardzo wolno; przyjęcie, na które zaprasza czytelnika autor trwa nieubłagane przez następnych kilkadziesiąt stron; nie to jednak jest tutaj najważniejsze – kluczowa jest koncepcja, którą sam autor w wydaniu przez Penguin Books zbiorze esejów *Days of reading* nazywa "psychologią w czasie". Na przykładzie budowanych charakterów obserwujemy niezrównane oddanie psychologicznego aspektu zmiany mentalności postaci w miarę trwania utworu. Widzimy ludzi ukazanych w perspektywie czasu; między poszczególnymi tomami mijają lata, między częściami – lat klikanaście. To właśnie wtedy czas demonstruje swoją odmienną moc – jesteśmy świadkami niezwyklej zmiany zachowań postaci w aspekcie psychologicznym; to, co uznawane było za niemożliwe, możliwe staje się za sprawą upływającego czasu, a tym co w literaturze było dotychczas nieznanne to unaocznienie drogi, która do tej swojej zmiany doprowadziła. Proustowi udaje się odzwierciedlić tę przemianę dzięki uważnej analizie postaci w sposób bezkompromisowy, nie stroniąc od tematów w ówczesnej literaturze głównego nurtu przemilczanych jak homoseksualizm czy budząca się, kobieca zmysłowość. W konsekwencji, ukazane

w nadzwyczajnej wyrazistości stosunki międzyludzkie zachwycają realnością, zbliżając czytelnika do prawdy w sposób stopniowy, niczym pojedyncze pociągnięcia pędzla w obrazie impresjonisty.

Proust w swoim dziele ociera się o wielorakie nurty filozoficzne; w utworze znajdziemy wiele myśli charakterystycznych dla czasów fin de siècle. Warto jednak w tym miejscu zwrócić uwagę na myśl w dziele Prousta znamionną – a mianowicie na sensualną stronę wspomnień. Tym, co u Prousta jest niezwykle wymowne, co pojawia się nieugięte – od fragmentu proustowskiej magdalenki aż do elektryzujących Swanna sonat Vinteuila to odkrywca moc zmysłów, która rozbudza wspomnienia. Za doskonały przykład niech posłuży nam poniższy fragment:

Posłała po owe krótkie i pulchne ciasteczka zwane magdalenkami, które wyglądają jak odlane w prążkowanej skorupie muszli. I niebawem przytłoczony ponurym dniem i widokami smutnego jutra, machinalnie podniosłem do ust łyżeczkę herbaty, w której rozmoczyłem kawałek magdalenki. Ale w tej samej chwili, kiedy łyk pomieszany z okruciami ciasta dotknął mego podniebienia, zadrżałem, czując, że się we mnie dzieje coś niezwykłego. (...) I z chwilą gdy poznałem smak zmoczonej w kwiecie lipowym magdalenki, którą mi dawała ciotka (...) natychmiast stary, szary dom od ulicy, gdzie był jej pokój, przystawił się niby dekoracja teatralna do wychodzącej na ogród oficynki (...) tak samo teraz wszystkie kwiaty z naszego ogrodu i z parku pana Swanna, i lilie wodne z Vionne, i prosci ludzie ze wsi, i ich domki, i kościół, i całe Combray, i jego okolicę, wszystko to przybrawszy kształt i trwałość wyszło – miasto i ogrody – z mojej filiżanki herbaty.

Słynny motyw magdalenki, smaku ciastka przywołującego zdawałoby się zatarte już wspomnienia, u Prousta nabiera głębi – jest bodźcem do poznania, zajrzenia w głąb siebie, zrozumienia tego, czego pragniemy i za czym tęsknimy.

Z perspektywy narracji interesujący jest sam bohater. Nadmienić należy, że wszystkie części utworu napisane zostały w narracji pierwszosebowej. Dla współczesnego czytelnika to żadne novum, jednak w czasach autora była to narracja mało znana i rzadko stosowana. Stawiając bohatera w roli narratora Proust uzyskał efekt pewnej lekkości prozy, czyniąc osobie relacjonowanej doświadczenia niezwykle zajmującymi.

Bohaterem powieści jest wrażliwy, nieco chorowity młodzienc Marcel, w którym trudno nie doszukać się sylwetki samego autora. Kolejne części utworu uwidaczniają zachodzącą zmianę także w osobie Marcela, która o ile wydawać by się mogła podobną do innych zawirowań w charakterach postaci o tyle jest ona ważnym odzwierciedleniem dorastania jednostki do roli artysty. Jest to jedna z niewielu tak szczegółowo ukazanych przemian – człowieka początkowo zafascynowanego literaturą i sztuką do roli dojrzałego twórcy – geniuszu artysty sportretowanego na kartach Czasu odnalezionego.

Styl Prousta trudno porównać z jakimkolwiek innym pisarzem. Splecione niczym łańcuch zdania są nieskazitelne

w swojej prostocie, w formie zadziwiającej złożonością. Sam autor wielbiący styl Anatole France, wkładał wiele wysiłku w oddanie estetycznego charakteru utworu – w konsekwencji zdania są niczym poezja, zachwycają znajomą fonetyką, tak doskonale zachowaną w przekładzie Żeleńskiego-Boya. Pełen wdzięku i melodyjności styl Prousta jest czymś co często nie-nawykłych od powieści odstręcza – budowa tej wyrafinowanej konstrukcji wymaga wielu słów, w rezultacie proustowska idea rozwija się na isticie homeryckie podobieństwo – na kilku stronicach. Wrażliwość przebijających się myśli, powiedziałaby ktoś – przewrażliwienie nadaje utworowi charakter niezwykle uczuciowy. I niejednemu raz czytelnikowi ta emfaza wyda się zbędna, jednakże to właśnie nieprzejednany sentymentalizm dominujący nad stylistyką powieści jest czymś, co niejednokrotnie porusza.

Istnieje tyle wymiarów, w których analizować można by arcydzieło Prousta. Ograniczam się jednak jedynie do przedstawienia skromnego zarysu powyższego dzieła żywiąc nadzieję na pozostawienie czytelnika otwartego na prawdziwe literackie doznania.

Cykl W poszukiwaniu straconego czasu do polskiej literatury wprowadził Tadeusz Żeleński-Boy. Tłumaczenia ostatnich części podjęli się: Juliusz Rogoziński, Maciej Żurowski i Magdalena Tulli. Nowsze wznowienia cyklu zostały wydane przez wydawnictwa: Prószyński i spółka, Wydawnictwo Mg oraz Avia Artis.

Tekst ukazał się również pod tytułem „W stronę Méséglice” w kwartalniku kulturalnym „Nowe Pro Arte” w numerze drugim z czerwca 2018 roku.

Rekomendacje filmowe

TAMARA
DUNAJEWSKA



Kina zamknięte oddłuższego czasu, a perspektywa ich otwarcia wciąż daleka. Premiery filmowe odroczone w czasie, a ich daty w większości nieznane. Dla miłośników kina to nie problem! Najwyższy czas nadrobić wszystkie zaległości. W internecie znajdziemy mnóstwo platform, które pozwolą nam nadrobić hity kinowe. Serwisy streamingowe prześcigają się w swoich ofertach, proponując niestety, w znacznej większości, niezbyt interesujące produkcje. Jednak gdy dobrze przeszuka się te odmęty, można w całym tym morzu komedii romantycznych odnaleźć prawdziwe perełki. Oszczędzając Wasz czas spędzony na skrołowaniu stron internetowych przygotowaliśmy listę filmów, które koniecznie musicie zobaczyć! Oto ona:

4 miesiące, 3 tygodnie, 2 dni – film dla tych, którzy zawsze marzyli o nadrobieniu canneńskich hitów. Problemy związane z aborcją, choć w tej produkcji dotyczą młodych Rumunek, są aktualne i w naszych realiach. Poruszający i niezwykle dobitny obraz ujmujący kobiecość w jej najtrudniejszych chwilach.

Spirited Away: W krainie Bogów – mała dziewczyna gubi się w tajemniczym mieście. Przemierzając magiczną krainę poszukuje swoich rodziców. Jedną z najlepszych animacji niezawodnego studia Ghibli. Pełna ukrytych kontekstów, symboliczna i wspaniale zrealizowana.

Tamte dni, tamte noce – eteryczna opowieść o miłości z niepowtarzalnym klimatem. Poetycko nakręcony dramat, uwodzący sentymentalnością i delikatnością. Historia, w którą można się zanurzyć, zapomnieć o całym świecie i poczuć promyki słońca na twarzy.

Persepolis – historia rewolucji islamskiej w Iranie ubrana

w przepiękną czarno-białą animację. Wojna widziana oczami dziecka. Nie jest kliwka, nie jest patetyczna, jest po prostu prawdziwa.

Boże Ciało – a co gdyby przeciętny wychowanek poprawczaka został księdzem? Historia, jakiej jeszcze w polskim kinie nie było. Młody chłopak staje na czele kościoła w niewielkiej wsi. Film ukazujący najgorsze stereotypy naszego społeczeństwa nie szczędząc w środkach. Wybitny i mądry. Refleksja pozostaje długo po seansie. Tego filmu nie zapomnicie!

Girl – poruszająca historia młodej baletnicy stojącej u progu kariery. Urodzona w ciele chłopca dziewczyna, mierzy się ze swoją własną seksualnością. Opowieść o przeobrażaniu się w kobietę, pozyskiwaniu świadomości własnego ciała. Historia pełna bólu i rozczarowań, analizująca dogłębnie nasze postawy i zachowania, a przy tym wszystkim, nie narzucająca widzowi konkretnej opinii. Takich filmów brakuje!

Rocketman – coś na rozluźnienie. Dla fanów Eltona Johna i nie tylko. Lekka biografia, ubrana w energetyzującą ścieżkę dźwiękową, ukazująca blaski i cienie kariery słynnego brytyjskiego artysty. Kolorowa, olśniewająca i pełna kontrastów, taka jak sam Elton.

A na koniec klasyk. Dla tych, którzy mają naprawdę duże zaległości:

Mechaniczna pomarańcza – Stanley Kubrick. Nic dodać nic ująć.

Milego seansu!

Jak chcieć, kiedy mi się nie chce? – oszukaj umysł i weź się do roboty

PAULINA
CHMIELA



Z parapeetu zsuwają się książki. Czujesz ich ciężar na swoich barkach. Wiesz, że powinieś coś zrobić, nawet byś chciał, ale siedzisz jedynie z herbatą na łóżku i obserwujesz ich okładki, z okrzykniętą jako bezpieczną odległością dwóch metrów. Każdy student wie, jak to jest. I każdy nie raz zastanawiał się, w jaki sposób wykrzesać z siebie resztki motywacji.

Co tak właściwie kryje się pod tym słowem? Pierwsza definicja, jaka nasuwa mi się na myśl, to chęć do działania. Chociaż chęć do napisania tego artykułu miałam już w lutym, byłam na tyle „zmotywowana”, że powstaje on w połowie kwietnia. To nie jest takie proste. Szybki podgląd do Wikipedii i... wiem już, że słowo to pochodzi z łaciny. I to dla mnie jedyna rzecz, która jest jasna w tej definicji. Teraz rozumiem, dlaczego tak ciężko było mi się zebrać do pisania... Jako, że nie jestem wykładownicą i nie obowiązują mnie żelazne zasady, nie będę wchodzić głębiej w znaczenie tego słowa i podejdę do tego z bardziej praktycznej strony.

Załóżmy, że chciałbyś zacząć ćwiczyć na siłowni. Postanowienie piękne, ale ty nadal siedzisz na kanapie i tłumaczysz to współlokatorowi brakiem motywacji. On łapie się za podbródek, patrzy na ciebie z zaciekawieniem i pyta: „Właściwie, to czemu ty chcesz zacząć ćwiczyć?”. Tu pojawia się Twoja konsternacja. Bo przecież to oczywiste: chcesz lepiej wyglądać, zadbać trochę o kondycję, bo to dobre dla zdrowia... Tylko te argumenty, powtarzane milion razy przez samozwańczych guru fitnessu brzmią tak pusto, jak slogany reklam suplementów diety i nie przekonują nawet Ciebie.

Jeśli czegoś chcesz, zastanów się najpierw: dlaczego Ci właściwie na tym zależy. Same uświadomienie sobie przyczyny może zdziałać cuda. Aczkolwiek sekret polega na tym, by znaleźć taką przyczynę, która odniesie się do Twoich priorytetów. Zwykle na szczytach list jest zdrowie, rodzina i miłość. Później pojawiają się takie określenia jak: samorealizacja, akceptacja, spokój, niezależność i pozycja społeczna. Oczywiście to tylko inspiracja. Kiedy zaczniesz tworzyć swoją listę (do czego zachęcam), odkryjesz wartości, których tu nie ma. Jak to wygląda w praktyce? Jeśli jesteś istotą bardzo społeczną i masz wielu znajomych, których pasją jest np. chodzenie po górach, a Ty chcesz się po wejściu na drugie piętro, wizja czynnego uczestniczenia w następnym wyjeździe w Bieszczady, będzie wystarczającą zachętą (odwołanie się do akceptacji).

Zdarza się niestety, że nawet jeśli dobrze ukierunkujemy swoją motywację, nie jesteśmy w stanie ruszyć się z fotele. Problem ten pojawia się szczególnie, jeśli odwołujemy się do zdrowia. Dlaczego pomimo faktu, że jest to dla nas jedna z najważniejszych wartości, tak słabo nas motywuje? Ten dysonans jest zjawiskiem, który niezmiennie mnie fascynuje, bo obnaża niedoskonałości ludzkiej natury. Każdy z nas, ma bowiem

w swoim życiu sprzymierzeńca, który na co dzień niezwykle ciężko dla nas pracuje, ale bywa, że w pewnych sytuacjach sabotuje nasze działania. Nasz mózg.

Mimo jego najlepszych chęci, ewolucja nie nadążyła za dynamicznym rozwojem społecznym i technologicznym naszego gatunku. On oczekuje szybkiego zastrzyku chemicznej mieszanki, która od razu wynagrodzi jego wkład w przedsięwzięcie. Nie patrzy tak dalekośięźnie, jak my byśmy chcieli. Nie słucha logicznych argumentów. Ma swój wypracowany przez tysiąclecia sposób kierowania naszymi pragnieniami, który pozwalał się nam skupić na kluczowych czynnikach warunkujących przetrwanie i motywował do ich powtarzania. Zdobyłeś pokarm? Brawo, a oto nagroda. Powtórz to kolejny raz, a znów cię wynagrodzę. Pokarm-nagroda. Zupełnie jak u psa z eksperymentów Pawłowa. Gonienie za czymś odległym mogłoby nas zabić.

Jak to się ma do zdrowia? Gdy robimy coś z myślą o nim, zwykle odbiegamy naszymi myślami o kilka lat do przodu. Problemem jest też fakt, że pojedyncze pozytywne działania, nie dają zauważalnego szybkiego efektu, tak samo jak nie odczuwamy od razu negatywnych skutków naszych zdrowotnych wyborów, które mogły nas od ich wykonywania odciągnąć.

To, co kiedyś pomagało nam przetrwać, teraz uprzykrza życie. Jako gatunek wysoce rozwinięty, nie pozostaliśmy jednak bez broni. Swym intelektem jesteśmy w stanie przechrzyć zakorzenione w nas instynkty i zmusić je do pracowania na naszą korzyść. Chociaż sam sposób pewnie Cię rozczaruje, bo nie jest to magiczna sztuczka, która odmieni Twoje życie. Wymaga od nas pomysłowości i indywidualnego podejścia do każdego przypadku. Tajemnica polega na tym, by skupić się na szukaniu przyjemności z samego wykonania danego zadania. Zilustruję to na przykładzie. Będę konsekwentna i zostanę przy aktywności fizycznej. Jak czujesz się po skończonych ćwiczeniach? Ruch świetnie odstresowuje, poprawia samopoczucie, mi także pomaga poukładać myśli. Właśnie to staram się sobie przypomnieć, szykując się do sportu. Kiedy nie mam ochoty na naukę, zaparzam herbatę, zapalam świeczki i owijam się w koc, ciesząc się tą chwilą. Nie kuś swojego umysłu jedynie mglistą wizją. Pokaż, że samo dążenie do celu może być przyjemne.

Uwaga! W poszukiwaniu motywacji jest jedna pułapka, która niezwykle często podcina skrzydła. Fachowa jej nazwa to motywacja lękowa, a mechanizmu jej działania znowu należy się dopatrywać w podstawach zwierzęcych zachowań. Odpowiedzią zwierząt na lęk, jest albo zastygnięcie w bezruchu, albo ucieczka. Walka raczej należy do ostateczności. Mimo naszych odwiecznych chęci odcięcia się od przynależności do świata zwierząt, w takich sytuacjach postępujemy bardzo

podobnie. Gdy usłyszymy coś, co wzbudzi w nas negatywne emocje lub lęk, słabną nasze możliwości odbioru, skutecznego przetwarzania i rozumienia informacji. Próbuje się je zagłuszać albo racjonalizować. Jeśli nasza motywacja do zrzucenia wagi będzie wynikać z obawy przed zapadnięciem na chorobę, zjedzenie produktów o wysokiej gęstości energetycznej wytłumaczmy sobie stwierdzeniem: „Przecież od jednego ciasteczka nikt nie przytył” albo: „Moja ciocia je chipsy codziennie i jest chuda jak patyk”. Z tego samego powodu umieszczanie makabrycznych zdjęć na opakowaniach papierosów, daje często odwrotny efekt. Bardziej się uodporniamy na negatywne informacje dotyczące naszego wpływu na zdrowie, gdyż mamy już przygotowany system obronny. W końcu „moja babcia paląc papierosy dożyła 90 lat”. Uff, spokój ducha zachowany.

Myślę, że gdyby powstała pigułka, która uruchamiałaby w nas wewnętrzną motywację, ludzie szybko okrzyknęliby ją kapsułką szczęścia i wydawaliby majątek, by chciało im się chcieć. Rozkoszna wydaje się wizja w której z łatwością zabierasz się za wszystko, co tylko sobie zaplanujesz, a świadomość, że doszedłeś do celu dzięki swojej ciężkiej pracy, niosłaby ze sobą taki ogrom satysfakcji, że mała kapsułka nie wpłynęłaby zbytnio na wartość tego sukcesu. Jakie możliwości by to otwierało? Na jak wielu polach poprawiłoby się twoje ży-

cie? Jak wielką satysfakcję byś z niego czerpał? Krótka wydaje się droga od silnej motywacji do wymarzonego życia. Wystarczyłoby tylko chcieć...

Coach: Możecie wszystko! Macie w sobie uśpionego tygrysa

Mój uśpiony tygrys:



Samorządy, wybory i pielęgniarstwo – jak to wszystko funkcjonuje?

PATRYCJA
TRĘBACKA



Zaczynając ten cudowny czas w życiu, jakim jest studiowanie, pewnie mało kto z nas interesuje się strukturami, w których szeregi wejdziemy po uzyskaniu dyplomu potwierdzającego nasze kwalifikacje zawodowe. Często osoby już pracujące, zapytane o tę kwestię, potrzebują dłuższej chwili na zastanowienie i w ich głowie pewnie pojawiają się pytania typu: *Serio, to takie coś istnieje i ja do tego należę? Ale jak? Przecież nigdzie się nie zgłaszałem/am. A pochwili Czemu to służy? i Może mogę z tego jakoś skorzystać?.* Bądź w wersji humorystycznej: *Taaa, ten wykładzik to akurat mi się ominęło.* Kontynuując, dla niektórych to po prostu temat nudny, nieznaczący. Bowsumie *Będę miał/a dyplom i pracę, do tego będę ją dobrze wykonywać, pacjenci będą uśmiechać się na mój widok w ten fajny, miły i wdzięczny sposób. To po co mi te wiadomości? Otóż po to, aby budować i wznosić zawód Pielęgniarski/Pielęgniarki na coraz to wyższy poziom. Pewnie każdy z nas ma Przyjaciela/Przyjaciółkę – osobę, do której może się zgłosić po radę w razie jakiegoś problemu, na którą może liczyć, z którą może działać, realizować pomysły, a w sytuacjach kryzysowych szukać wsparcia, nawet finansowego. Wystarczy oczywiście odpowiednio i zrozumiale to zakomunikować. Dlatego, skoro mamy taką osobę w życiu codziennym, warto byłoby tak samo dobrze wiedzieć, gdzie*

i do kogo się zwrócić w danej sytuacji dotyczącej naszego zawodu. Uważam, że świetnymi w tej roli będą: Naczelna Izba Pielęgniarek i Położnych, Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych oraz tytułowe Samorządy.

W celu zgłębienia wiedzy i przedstawienia informacji w rzeczowej formule przeprowadziłam wywiad z Panią Sekretarz Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych – Jolantą Plens-Gałąską.

Patrycja: Na czym polegają wybory delegatów w Rejonach Wyborczych i jakie jest ich znaczenie w dalszych Wyborach do Samorządu?

Pani Sekretarz ORPiP: Co 4 lata odbywają się Wybory Samorządowe do Samorządu Zawodowego. Okręgowa Rada Pielęgniarek i Położnych ustala Rejony Wyborcze, w których spośród uczestników zebrania wyborczego zostają wybrani delegaci na Okręgowy Zjazd Pielęgniarek i Położnych. Następnie, zgodnie z wcześniej wyznaczonym terminem, organizowany jest Zjazd Sprawozdawczo-Budżetowo-Wyborczy, mający, jak już wspomniałam, miejsce raz na cztery lata. Niestety, wśród Pielęgniarek i Położnych jest niewielkie zainteresowanie pracą w samorządzie, o czym świadczy mała liczba osób uczestnicząca w zebraniu wyborczym. Raz na cztery lata odbywa się też

Krajowy Zjazd Pielęgniarek i Położnych, w którym uczestniczą Delegaci wybrani na Okręgowym Zjeździe Sprawozdawczo-Budżetowo-Wyborczym.

Patrycja: Z kim współdziała samorząd i jakie są jego najważniejsze cele?

Pani Sekretarz ORPiP: Samorząd współdziała z innymi samorządami zawodowymi, z organami administracji rządowej, stowarzyszeniami. Powstało w tym celu Porozumienie Samorządów Zawodowych Zawodów Zaufania Publicznego. Jesteśmy odrębną korporacją zawodową regulowaną odrębnymi przepisami, która ustala swoje prawa i obowiązki, i ich przestrzega. Najważniejszym zadaniem samorządu zawodowego jest nadzór nad należytym wykonywaniem zawodów.

Patrycja: Jak bardzo zmienia się skład samorządu w wyniku wyborów do Samorządu Pielęgniarek i Położnych?

Pani Sekretarz ORPiP: Skład samorządu nie może zmienić się na pewno w całości, gdyż osoby wchodzące w jego skład są osobami doświadczonymi, znającymi doskonale zadania, jak i funkcjonowanie samorządu, więc dobrze jest, aby w wyniku wyborów wyłonić około 30% nowych delegatów, co nie zaburza sprawnego i należytego funkcjonowania Samorządu. Przykładowo, bardzo ważne stanowisko Przewodniczącej/Przewodniczącego powinna objąć osoba, która ma dużą wiedzę i doświadczenie w tym zakresie, aby sprawnie zarządzać i działać, zapewniając ciągłość pracy samorządu. Najczęściej te osoby już działały w strukturach, mają doświadczenie w pracy w Naczelnej Radzie Pielęgniarek i Położnych, bo uczestniczą w posiedzeniach Rady, Komisji i innych organów. Osoba na stanowisku Przewodniczącej OR powinna mieć doświadczenie samorządowe.

Patrycja: Kto może startować do samorządu?

Pani Sekretarz ORPiP: Wszyscy, którzy mają prawo wykonywania zawodu, otrzymując to prawo automatycznie stają się członkami Samorządu Zawodowego. Płyną z tego tytułu prawa, jak i obowiązki. Przede wszystkim należy opłacać składki na rzecz Samorządu Zawodowego, bo z nich finansowana jest pośrednio działalność organów, komisji i zespołów oraz prawników.

Patrycja: Na czym polega projekt bezpłatnego kształcenia podyplomowego?

Pani Sekretarz ORPiP: W tej chwili nie ma takiego projektu. Projekt zakończono w zeszłym roku, a trwał dwa lata. Unia Europejska zdobyła pieniądze na bezpłatne kształcenie podyplomowe Pielęgniarek i Położnych na różnych kursach kwalifikacyjnych oraz specjalistycznych. Były dedykowane konkretne kursy, np. ordynowania leków i wystawiania recept, EKG, które ukończyło ok. 1500 pielęgniarek i położnych.

Patrycja: Czy obecnie OIPIP prowadzi jakieś kursy?

Pani Sekretarz ORPiP: Tak, zajmuje się tym dział szkoleń.

Na pewno prowadzimy kurs kwalifikacyjny w pielęgniarstwie operacyjnym, który niedługo się kończy. W zeszłym roku zakończyło się sześć specjalizacji bezpłatnych.

Patrycja: Co należy zrobić, aby uzyskać przeszkolenie po przerwie w wykonywaniu zawodu przez pielęgniarkę/położną?

Pani Sekretarz ORPiP: Należy złożyć wniosek o przeszkolenie w dziale rejestru. Wniosek jest dostępny do pobrania na naszej stronie internetowej. Wtedy zbiera się Komisja do spraw Przeszkoleń i na podstawie informacji, jak długo Pielęgniarka/Położna nie wykonywała zawodu, Komisja ds. Przeszkoleń ustala okres odbycia przeszkolenia, jednak nie może być on krótszy niż 3 miesiące, a dłuższy niż 6 miesięcy.

Patrycja: Jaka jest średnia zgłaszalność do takiego przeszkolenia?

Pani Sekretarz ORPiP: Po wzroście wynagrodzeń, które Pan Minister Zembala z nami wynegocjował i podpisał w 2015 roku, dużo osób się zgłosiło.

Patrycja: Jak wygląda współpraca między Okręgową Izbą w Poznaniu, a Naczelną Izbą Pielęgniarek i Położnych?

Pani Sekretarz ORPiP: Współpraca jest stała, bo my podlegamy organizacyjnie i administracyjnie pod Naczelną Radę. Naczelna Rada jest organem nadrzędnym, który wydaje różne dokumenty w randze uchwał i zarządzeń, które Okręgowe Rady zobowiązane są wykonywać. Jeśli chodzi o finanse, każda Okręgowa Izba jest niezależna, pod względem dystrybucji środków. Natomiast wszystkie uchwały Naczelnej Rady należy wykonywać.

Patrycja: Czy są jakieś obowiązki wynikające z bycia w samorządzie?

Pani Sekretarz ORPiP: Oczywiście. Mamy swoje prawa i mamy obowiązki. Są zapisane w Ustawie o Samorządzie. Można się z nimi dokładnie zapoznać, natomiast obowiązkiem podstawowym Członka Samorządu jest etyka w pracy i współżyciu społecznym, stosowanie się do Uchwał Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych i regularne opłacanie składek na rzecz Samorządu Zawodowego."

Patrycja: Jaka jest to wysokość?

Pani Sekretarz ORPiP: To jest jeden procent od wynagrodzenia podstawowego, więc jeżeli przykładowo Pielęgniarka w szpitalu zarabia 3500 złotych, to płaci 35 złotych.

Patrycja: I to jest jednorazowa opłata, tak?

Pani Sekretarz ORPiP: Miesięczna, ponieważ Członkowie korzystają z różnych programów finansowych takich, jak fundusz socjalny lub refundacja różnych szkoleń, czy konferencji. Pielęgniarka zwraca się z wnioskiem i otrzymuje zwrot adekwatny do zapisu w regulaminie Komisji Refundacji/Socjalnej(...). Również Pielęgniarki, których zdrowie, lub zdrowie

członków ich rodziny, się pogorszyło, dostają od nas jednorazową pomoc finansową. Dużo jest spraw prowadzonych przez Komisję Socjalną. Szkolenia, które są w całości finansowane przez Ministra Zdrowia, nie podlegają refundacji, natomiast jeżeli są to szkolenia komercyjne, to Pielęgniarka może otrzymać zwrot części kosztów kształcenia”.

Patrycja: Czy trudno jest uzyskać taką refundację kosztów kształcenia?

Pani Sekretarz ORPiP: Nie, trzeba złożyć wniosek i mieć odpowiednie dokumenty załączone do wniosku, i regularnie opłacać składkę członkowską.

Patrycja: W Poznaniu znajduje się Okręgowy Sąd Pielęgniarek i Położnych. Jak wygląda jego praca?

Pani Sekretarz ORPiP: Jest to organ niezależny w skład, którego wchodzi: Przewodniczący Sądu oraz Członkowie Okręgowego Sądu. Do Sądu trafiają sprawy, które są przekazywane od Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej. Do Rzecznika kierowane są zgłoszenia Pacjenta lub jego rodziny, związane z błędami bądź nieodpowiednim zachowaniem Pielęgniarki względem Pacjenta i/lub jego rodziny. I to jest plus działania Samorządu Zawodowego, muszę tu podkreślić, ponieważ w innym przypadku ta sprawa trafiłaby do Sądu Cywilnego. Natomiast w tym przypadku skarga najpierw trafia do Nas, jako do Korporacji Zawodowej, i tutaj jest rozpatrywana.

Patrycja: Czym zajmuje się Okręgowa Komisja Rewizyjna?

Pani Sekretarz ORPiP: Komisja Rewizyjna rewiduje to, czy wszystko w Okręgowej Izbie jest prowadzone poprawnie pod względem finansowym – najczęściej sprawdzane są Uchwały Finansowe, ale również listy obecności, wykorzystanie urlopów pracowniczych oraz czy są one wykorzystywane zgodnie z tym, jaki jest na dany rok plan urlopów.

Patrycja: Naczelna Izba Pielęgniarek i Położnych prowadzi Monitorowanie Agresji w Ochronie Zdrowia. W jakim celu?

Pani Sekretarz ORPiP: Działa to od niedawna. Prowadzona jest dokumentacja związana z agresją, w związku z czym rozesłane zostały prośby do Pielęgniarek Naczelnych i Przełożonych o informacje wskazujące na zachowania agresywne. Jest to związane z tym, że Pacjenci i ich rodziny są coraz bardziej agresywni. Pielęgniarka ma status funkcjonariusza publicznego. Coraz więcej jest agresji nie tylko w szpitalach psychiatrycznych, ale również na oddziałach np. pediatrycznych – rodzice, ze względu na swoje dzieci, są agresywni w stosunku do pielęgniarek. Także na razie monitorujemy i czekamy na odpowiedzi.

Patrycja: Jak działa ten system? Na czym on polega?

Pani Sekretarz ORPiP: Te systemy powinny być aktywowane w każdym zakładzie pracy. Powinna być osoba, która się tym zajmuje i Pielęgniarki Oddziałowe, tak myślę, czy ordynatorzy powinni zgłaszać takie sytuacje do danej Komisji, tak jak

w przypadku zakażeń. W większości placówek nie jest prowadzony rejestr udokumentowanych zachowań agresywnych, choć zostało zgłoszone, że były takie zachowania.

Patrycja: Czy samorząd współpracuje z organizacjami pozarządowymi bądź zagranicznymi?

Pani Sekretarz ORPiP: Z pozarządowymi tak – z fundacjami, stowarzyszeniami, a z zagranicznymi – pośrednio, (...) mamy np. Zespół Pielęgniarek Operacyjnych, współdziałający z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem Instrumentariuszek, który ma siedzibę w Białymstoku. OSI od kilku lat działa w strukturach Europejskiego Stowarzyszenia Pielęgniarek Operacyjnego – EORNA, więc na poziomie Pielęgniarstwa Operacyjnego współpracujemy z zagranicznymi instytucjami.

Patrycja: Czy ma jakiegokolwiek znaczenie dla działania samorządu ilość Pielęgniarek i Położnych w Polsce?

Pani Sekretarz ORPiP: Tyle, ile jest Pielęgniarek w Polsce, tyle jest Członków Samorządu (...) Jeżeli na naszym terenie w tej chwili jest około 13 tysięcy Pielęgniarek i Położnych, to wszystkie należą do Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Poznaniu, która prowadzi rejestr zawodów, bo musimy wiedzieć, ile jest Pielęgniarek i Położnych w danej specjalności. (...) Składamy także co roku sprawozdania do GUS/ sprawozdanie SOF-4i5/i to jest SOF-45 oraz sprawozdanie MZ-10B, które też co roku składamy i to pokazuje liczbę Pielęgniarek i Położnych z odpowiednim wykształceniem, w danej grupie wiekowej (...).

Patrycja: A jeśli Pielęgniarka nigdy nie pracowała w zawodzie, choć posiada do tego wykształcenie ona tak samo wchodzi w skład samorządu?

Pani Sekretarz ORPiP: Jeżeli po ukończeniu szkoły nie wystąpiła z wnioskiem o przyznanie prawa wykonywania zawodu – wtedy nie jest naszym Członkiem, nie ma prawa do wykonywania wyuczonego zawodu, chociaż z wykształcenia jest Pielęgniarką.

Patrycja: Co to jest ePUAP?

Pani Sekretarz ORPiP: ePUAP jest to platforma, przez którą teraz Pielęgniarki i Położne mogą się uwierzytelnić/podpisać elektronicznie, co umożliwia m.in. zapisanie się na różnego rodzaju szkolenia podyplomowe w systemie SMK.

Patrycja: Co zrobić, aby uzyskać wpis do Rejestru Praktyk Zawodowych Pielęgniarek i Położnych w Rejestrze Podmiotów Wykonujących Działalność Leczącą (RPWDL)?

Pani Sekretarz ORPiP: Należy złożyć wniosek w Dziale Rejestru i to wszystko obecnie odbywa się online.

Patrycja: Jak wygląda uzyskanie prawa do wykonywania zawodu? Co trzeba spełnić?

Pani Sekretarz ORPiP: Trzeba pobrać wniosek, bo Prawo Wykonywania Zawodu jest wydawane na mocy Uchwały

Okręgowej Rady albo Prezydium Okręgowej Rady. Prezydium odbywa posiedzenia raz w miesiącu i wtedy Pielęgniarki, Pielęgniarze i Położne, którzy złożyli uprzednio wniosek o przyznanie PWZ są wprowadzani w księgi rejestrowe. Dokumentem właściwym jest uchwała.

Patrycja: Kto może zostać wybrany do organów Izby?

Pani Sekretarz ORPiP: Każdy kto nie był karany i posiada PWZ oraz odpowiedni staż pracy. Jeżeli chodzi o organy takie jak Rzecznik i Sąd – co najmniej 10 lat stażu pracy.

Patrycja: OIPiP organizuje kursy dla pielęgniarek. Jak się na nie zapisać?

Pani Sekretarz ORPiP: W systemie SMK, tylko i wyłącznie. Oczywiście do działu szkoleń pielęgniarki i położne dzwonią albo piszą e-mail, czy interesujące je szkolenie aktualnie jest

prowadzone przez Okręgową Izbę Pielęgniarek i Położnych w Poznaniu. Jeżeli nie ma w ofercie to można odbyć je u innych organizatorów, którzy prowadzą szkolenia na tym terenie. Dodatkowo, aby szkolenie się odbyło musi się zebrać określona grupa osób.

Patrycja: Czy można robić kursy od razu po licencji?

Pani Sekretarz ORPiP: Nie. Jeżeli chodzi o kursy kwalifikacyjne – pół roku trzeba pracować, natomiast jeżeli chodzi o specjalizacje trzeba pracować dwa lata.

Patrycja: I na koniec mam jeszcze jedno pytanie: Jakie są najważniejsze cele Izby Pielęgniarskiej?

Pani Sekretarz ORPiP: To jest czuwanie nad należytych wykonywaniem zawodu- w szerokim tych słów znaczeniu.

Co kryje w sobie rok 2020?

PATRYCJA
TRĘBACKA



Może nie wszyscy jeszcze wiedzą, ale z dumą mogę napisać, że rok 2020 decyzją Międzynarodowej Rady Pielęgniarek, został ogłoszony Międzynarodowym Rokiem Pielęgniarki i Położnej! Dlaczego akurat ten rok? Z kim jest to związane i co się z tym wiąże? Odpowiedź na te wszystkie pytania kryje się w dwóch słowach, a dokładniej imieniu i nazwisku pewnej silnej kobiety. Kobiety, która pomimo swego pochodzenia i naporu ze strony innych trzymała się uparcie swoich marzeń i wytrwale dążyła do ich spełnienia. Mowa oczywiście o Florence Nightingale. Ta wyjątkowa kobieta w tym roku obchodzi 200 rocznicę swoich urodzin. Jeśli jej nazwisko nic Wam nie mówi, to przygotowany przez nas artykuł jest świetną okazją, aby przybliżyć sobie postać naszej bohaterki.

Florence urodziła się w 1820 roku we Florencji. W wieku 24 lat oznajmiła rodzinie, że pragnie zostać pielęgniarką, co niestety spotkało się z ogromnym sprzeciwem. Zastanawiacie się pewnie, dlaczego się sprzeciwili, skoro zawód ten jest niesamowicie szlachetny, potrzebny i pomocny? Wyjaśnienie jest proste – kiedyś pielęgniarkami zostawały kobiety z niskich warstw społecznych, a Florence pochodziła z bogatej arystokracji. Wybierając ten zawód, zhańbiłaby dobre imię swojej rodziny. I tylko tyle? Nie, to dopiero początek!

Florence uważa się obecnie przede wszystkim za twórczynię nowoczesnego pielęgniarstwa. Została przełożoną w Zakładzie Opieki dla Chorych Dam w Londynie i uczyniła z tej instytucji wzorowy szpital tamtych czasów. Zaczęła również szkolić przyszłe pielęgniarki, którym przekazywała ogromną wiedzę. Florence poszerzała również kwalifikacje swoje oraz pozostałych pielęgniarek. Dbała także o ich poziom moralny, by pielęgniarka nie była już utożsamiana wyłącznie z kobietami niskich sfer. Dążyła do tego, by przyciągać także kobiety

o nieposzlakowanej reputacji, przez co skojarzenia z zawodem z czasem mogły ulec zmianie. W obecnych czasach, ówczesna opinia o zawodzie pielęgniarki całkowicie zniknęła. Ta niesamowita kobieta przez lata swojej pracy wypracowała wzór, na którym opiera się współczesny wizerunek pielęgniarki. Zdefiniowała również metody i sposoby pielęgnowania chorych oraz poszkodowanych. W roku 1860 założyła przy Szpitalu św. Tomasza w Londynie pierwszą szkołę pielęgniarstwa – The Nightingale Training School obecnie: The Florence Nightingale School of Nursing and Midwifery. Dzięki swojej ciężkiej pracy, wytrwałości w dążeniu do celu oraz poświęceniu, Florence Nightingale stała się wzorem do naśladowania dla współczesnych pielęgniarek i położnych.

Prezes Naczelnej Rady Pielęgniarek i Położnych – Zofia Małas – powiedziała: „Mamy do zrealizowania bardzo ważny cel: zainteresowanie młodzieży naszym zawodem i zachęcenie jej do studiowania pielęgniarstwa oraz podejmowania pracy w ochronie zdrowia”.

Jeśli znasz jakąś Pielęgniarkę/Pielęgniara bądź Położną/Położnika przypomnij jej/jemu o tym że to rok jej/jego zawodu. Cieszcie się tym wyjątkowym czasem razem! Dzięki takim gestom, przedstawiciele tych zawodów mogą poczuć, że o nich pamiętamy, doceniamy trud ich pracy oraz wspieramy w niełatwej lecz pięknej i pełnej satysfakcji drodze!

Kanarki, Kobiety i I Wojna Światowa

WERONIKA
MUSIAŁ



Pierwsza wojna światowa to moment, w którym świat nie-co ruszył do przodu. Stary porządek legł w gruzach i nastąpiły duże zmiany w społeczeństwie. Podczas wojny mężczyźni walczyli na froncie, a kobiety, które pozostały w domach, coraz częściej pomagały swojej ojczyźnie, pracując w fabrykach. W Wielkiej Brytanii płeć piękna masowo zatrudniała się w fabrykach, wykonując nie tylko prace fizyczne, ale również te wymagające precyzji. Ponad 80% osób zatrudnionych w fabrykach amunicji stanowiły kobiety. Pracowały często za mniej niż połowę męskiej pensji. Codziennie, przed wejściem do zakładu pracy, dziewczyny były przeszukiwane celem sprawdzenia, czy nie wnoszą fajek, zapalek, spinek do włosów lub innych przedmiotów, które mogłyby spowodować wybuch.

Ale co mają z tym wspólnego kanarki? Otóż ktoś musiał pracować przy chemikaliach, a to wiązało się z ogromnym niebezpieczeństwem. Narażone na nie były pracownice, zajmujące się ładowaniem mieszanki amatołu, czyli trotylu i saletry amonowej do łusek pocisków. Musiały precyzyjnie zważyć materiały, aby w trakcie walki pocisk wybuchł – produkcja po-

cisków wiązała się więc z dużym ryzykiem wybuchu. Kobiety pracowały przy oparach truczyn, które przyniosły wiele skutków ubocznych. Skarżyły się na migreny, nudności, poważne zapalenie gardła, metaliczny posmak w ustach czy deformacje piersi. Kobiety na początku pracowały bez odzieży ochronnej, masek czy dobrej wentylacji w fabryce. Substancje reagowały z melaniną w skórze, powodując zabarwienie skóry na żółto. Wszystko, czego dotknęły, zmieniało kolor na żółty, bo ich ubrania i włosy były ciągle pokryte dziwnym osadem. Skutki uboczne mieszanki amatołu nie dotyczyły tylko pracowników fabryk amunicji, ale także urodzonych przez nich dzieci. Tzw. „Canary Babies” rodziły się z lekko żółtym kolorem skóry, który po czasie zanikał.

Niestety, nie obyło się bez wypadków. Najbardziej tragiczna eksplozja, która nastąpiła w fabryce, miała miejsce w 1918 roku, w zakładzie pracy w Chilwell. Eksplozja 8 ton trotylu zabiła ponad 130 pracowników, przez co została zapamiętana, jako najbardziej śmiertelny wybuch związany z eksplozją podczas pierwszej wojny światowej.

[illegible]

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

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

STRONY

W grudniu 2019 roku Gazeta Puls UM organizowała zbiórkę charytatywną dla syna naszej absolwentki – Magdaleny Jutrzenki. Alex potrzebował 9 milionów złotych na terapię genową w Stanach Zjednoczonych. Udało się nam dołożyć cegiełkę. Zebraliśmy wśród studentów UMP prawie 2700 zł! To nasz wielki sukces i pokaz jedności w tak trudnej sytuacji.

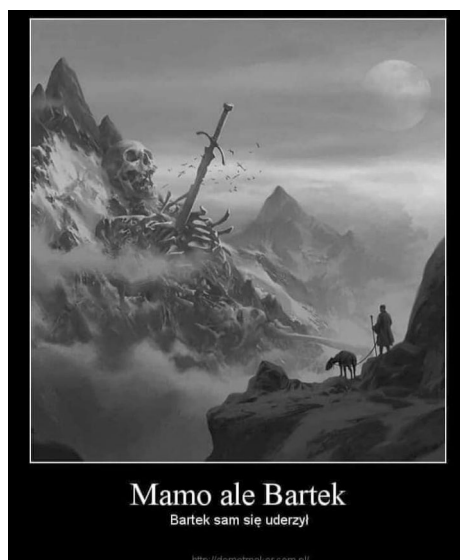
Dwie grupy dziekańskie, które zebrały najwięcej to:

- grupa 10 z II roku lekarskiego,
- grupa 10 z I roku lekarskiego.

W ramach nagrody mogły zagospodarować jedną stronę w naszej Gazecie.

Grupa 10 z I roku lekarskiego postanowiła podzielić się ze światem ich ulubionym typem memów – memami ze „szkieletorami”. Jeżeli ich nie rozumiecie, to spokojnie... My też nie.

Grupa 10 z II roku lekarskiego zdecydowała się na pamiątkowy year book w formie „fantasy” wraz z pseudonimami. Wierzmy, że po ukończeniu naszego Uniwersytetu sprawi im dużo zabawy odgadywanie, kto kryje się pod każdym ze zdjęć.



C H W A Ł Y



DOKTOR CHAM-STWA I SARKAZMU



DOKTOR DZIWNY



DOKTOR KUBA



FRED



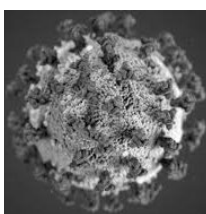
FOOOD



GOTOWA NA WSZYSTKO



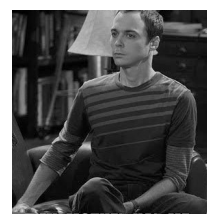
GREGORY HOUSE



MIŁO WAS POZNAĆ



NIE MÓW DO MNIE Z RANA



NOT CRAZY



SPECJALISTA PULMONOLOG



OAZA SPOKOJU



ZMĘCZONA



THE COOLER DANIEL



TO BY NIC NIE DAŁO



OBUDŹ MNIE KIEDY BĘDZIE WEEKEND



SZEF WSZYSTKICH SZEFÓW



ŻYRAFA



TRZYNASTKA



SUBTELNIE WZBURZONY



ZNACHOR



ZOSIA

W obronie życia?

ALEKSANDRA
GŁOWINKOWSKA



Wdobie pandemii koronawirusa rządy na całym świecie poszukują sposobów na walkę z nim oraz ochronę naszego zdrowia. Mimo kontrowersji, autorytetem dla większości krajów świata pozostaje Światowa Organizacja Zdrowia – WHO. Organizacja ta oprócz wydawania wielu rekomendacji i wytycznych, ustanowiła także standardy prowadzenia edukacji seksualnej dzieci i młodzieży oraz Powszechną Deklarację Praw Seksualnych.

Czternastego kwietnia tego roku polski Sejm, zamiast zająć się sprawami priorytetowymi dla ochrony zdrowia Polaków oraz gospodarki, debatował nad ograniczeniem podstawowych praw obywateli. Zaprezentowane między innymi projekty zakładają wprowadzenie surowych kar, w tym nawet pozbawienia wolności dla osób realizujących prawa zawarte w Powszechnej Deklaracji Praw Seksualnych. Penalizacja miałaby dotyczyć uprawnień określonych w punktach dziewiątym i ósmym Deklaracji^[1].

Punkt 9. Deklaracji WHO – Prawo do informacji seksualnej opartej na badaniach naukowych.^[1]

W ostatnim czasie w naszym kraju standardy WHO dotyczące prowadzenia edukacji seksualnej dzieci i młodzieży stały się tematem kontrowersji. Grupa radykałów stworzyła projekt ustawy „Stop pedofilii”, którego założenia nie mają nic wspólnego z ochroną dzieci przed pedofilią. Już na samym początku uzasadnienia ustawy czytamy:

Proponowana zmiana zapewni prawną ochronę dzieci i młodzieży przed deprawacją seksualną i demoralizacją, która rozwija się w niebezpiecznym tempie i dotyka tysięcy najmłodszych Polaków za pośrednictwem tzw. „edukacji” seksualnej.

Projekt zakłada między innymi karę do 3 lat więzienia za rozmowę z młodzieżą o bezpiecznym seksie, uświadamianie młodzieży o sposobach antykoncepcji, informowanie o tym czym jest zły dotyk i jak zabezpieczać się przed miedzy innymi zakażeniem wirusami HPV czy HIV. Kto oglądał obrady Sejmu 14 kwietnia, ten mógł odnieść wrażenie, że edukacja seksualna jest potrzebna nie tylko dzieciom i młodzieży. Z mównicy sejmowej padały wyrazy zawstyżenia i zakłopotania poruszającą tematyką. Posłowie o sprawach seksu mówili: *ehm, ym, te sprawy*. Parlamentarzyści, rzadko będący lekarzami, pielęgniarkami czy seksuologami, natomiast będący częściej filozofami, historykami czy nauczycielami, polemizowali z suchymi faktami. Dane naukowe wprost wskazują na to, że edukacja seksualna chroni dzieci i młodzież przed chorobami przenoszonymi drogą płciową, zapobiega niechcianym ciążom oraz zapewnia mechanizmy chroniące przed przemocą seksualną.

Punkt 8. Deklaracji WHO – Prawo do podejmowania wolnych i odpowiedzialnych decyzji dotyczących posiadania potomstwa.^[1], który to punkt jest rozwinięty w punkcie 12 innego istotnego dokumentu, Deklaracji Praw Seksualnych Światowej Organizacji Zdrowia Seksualnego.

Punkt 12. Deklaracji Światowej Organizacji Zdrowia Seksualnego – „Prawo do podejmowania decyzji o posiadaniu lub nieposiadaniu dzieci, o ich liczbie oraz odstępach czasowych między dziećmi oraz prawo do informacji i środków niezbędnych do podejmowania tych decyzji:

Każdy człowiek ma prawo do podejmowania decyzji o nieposiadaniu lub posiadaniu dzieci, o ich liczbie oraz odstępach czasowych między kolejnymi dziećmi. Korzystanie z niniejszego prawa wymaga dostępu do odpowiednich warunków determinujących zdrowie i dobrostan oraz do odpowiednich warunków mających na nie wpływ, w tym do świadczeń i usług w zakresie zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego w zakresie ciąży, antykoncepcji, płodności, przerwania i zakończenia ciąży oraz adopcji”.^[2]

W Polsce mówi się, że projekty tak skrajne, jak ten omawiany 14 kwietnia w Sejmie, są tematami zastępczymi. Mają za zadanie odwrócić uwagę społeczeństwa od innych wprowadzanych zmian. Są także swego rodzaju gorącym ziemniakiem, którego każda władza boi się dotknąć. Nawet jeśli większość sejmowa nie planowałaby przegłosować wspomnianych wcześniej projektów, to bulwersujące jest, że podstawowe prawa człowieka wykorzystywane są do skłócania ze sobą różnych grup społecznych i do odwracania uwagi opinii publicznej od innych istotnych kwestii. W krajach, w których prawa człowieka nie podlegają dyskusji którejkolwiek większości parlamentarnej, samo wystosowanie podobnego pomysłu zakończyłoby się szybkim w dół spadkiem poparcia dla partii, która nie odrzuciłaby natychmiast podobnego projektu.

W 1997 roku w ramach kompromisu aborcyjnego odebrano Polkom i Polakom fundamentalne prawo do decydowania o nieposiadaniu potomstwa. Na podstawie ostatnich wydarzeń wyraźnie widać, że polityka ma bezpośredni wpływ na nasze życie. W cywilizowanym świecie nieprzestrzeganie praw człowieka nie powinno być sankcjonowane większością 50% w Sejmie, ani żadną inną większością.

1 World Health Organization, (2002), Deklaracja praw seksualnych

2 World Association for Sexual Health, (2014), Deklaracja praw seksualnych

[nie]Znana Tarczyca

OLGA
ŁUKASZEWSKA



Choroby tarczycy a COVID-19

W 2020 roku światu przyszło zmierzyć się z tragedią oskutkach niemożliwych do przewidzenia, która sprawiła, że życie milionów ludzi odwróciło się o 180 stopni – mowa oczywiście o COVID-19. W marcu bieżącego roku Światowa Organizacja Zdrowia ogłosiła stan pandemii w związku z ciągle rosnącą liczbą zachorowań. Wiemy, że w grupie szczególnego ryzyka ostrego przechodzenia tego wirusa znajdują się osoby starsze oraz osoby mierzące się z niektórymi przewlekłymi schorzeniami.

Czy choroby tarczycy zaliczają się do tego grona?

Ten niewielki gruczoł, kształtem przypominający motyla, znajduje się w dolnej części szyi, pod jabłkiem Adama. Jest on częścią skomplikowanej sieci, zwanej układem hormonalnym. Mimo że u dorosłych waży zaledwie 25 gramy, nie dajmy się zwieść jej rozmiarom – ma ogromną moc. Wydziela hormony: trijodotyroninę (fT3), tyroksynę (fT4) i hormon peptydowy – kalcytoninę. Odpowiada za wiele aktywności naszego organizmu, jak choćby produkcję hormonów regulujących reakcje metaboliczne, czy syntezę białek. Pracuje na zasadzie sprzężenia zwrotnego z przysadką mózgową, regulując poziom TSH, kluczowy do utrzymania odpowiedniego poziomu hormonów w organizmie. Choroby tarczycy, takie jak nadczynność, niedoczynność oraz autoimmunologiczne zapalenie tarczycy Hashimoto, stały się niezwykle poważnym problemem dotykającym znaczącą część społeczeństwa, a przez niektórych zaliczane są nawet do chorób cywilizacyjnych XXI wieku. Szacuje się, że niedoczynność tarczycy dotyka około 3-10% dorosłych, a szczególnie kobiety i osoby starsze.

Wiele osób cierpi na choroby tego gruczołu, choć część nawet nie zdaje sobie z tego sprawy. Dlatego warto być świadomym, jakie symptomy powinny nas szczególnie zaalarmować. Jeśli zauważymy u siebie takie zjawiska jak: nagłe zmiany masy ciała, ciągłą nerwowość lub apatię, problemy ze snem, osłabione włosy, paznokcie, problemy z pamięcią, suchą skórę, uderzenia gorąca, czy zimna – należy skierować się do lekarza, aby przeprowadzić badanie poziomu TSH. Jeśli okaże się on powyżej lub poniżej normy, specjalista dobierze odpowiednią terapię opartą na przyjmowaniu leków przeciwtarczycowych, uzupełnieniu braków hormonów tarczycy bądź leczeniu jodem promieniotwórczym.

Tak więc, czy osoby cierpiące na choroby tarczycy powinny szczególnie obawiać się zarażenia wirusem SARS-CoV-2, jako że uznawane są one za osoby chore przewlekłe? British Thyroid Foundation oświadcza, że część układu odpornościowego, która odpowiada za autoimmunologiczne choroby tarczycy, nie jest zależna od układu odpornościowego, który jest odpowiedzialny za zwalczanie infekcji wirusowych takich jak COVID-19. Do pacjentów o sklasyfikowanym osłabionym układzie odpornościowym zalicza się: osoby chore na biał-

łaczkę, HIV, AIDS lub osoby, które są na sterydach, lekach immunomodulujących na reumatoidalne zapalenie stawów lub stwardnienie rozsiane bądź po przeszczepieniu narządów. Przebiecie chemioterapii również zalicza się do silnych czynników osłabiających odporność.

Leki na zaburzenia tarczycy, takie jak lewotyroksyna, Carbimazole oraz propylotiouracyl, nie należą do terapii immunomodulacyjnych, a co za tym idzie, nie osłabiają układu odpornościowego. Jednakże do wyjątków zaliczają się pacjenci cierpiący na oftalmopatię Gravesa-Basedowa, którzy przyjmują leki steroidowe w dużych dawkach oraz osoby biorące codziennie mykofenolan (MMF), czy rytuksymab. Powinny one zachować wzmoczoną ostrożność i stosować się do odgórnych zaleceń.

Obecnie nie ma dowodów na to, że osoby, które dopiero niedawno rozpoczęły leczenie lub nie przyjmują leków na tarczycę zgodnie z zaleceniami, są szczególnie narażone na infekcje wirusowe. Jednak prawdopodobieństwo powikłań związanych z jakąkolwiek infekcją u osób ze słabo zarządzaną tarczycą, bądź z jej nadczynnością, jest większe. Dlatego szczególnie ważne jest dbanie o regularne przyjmowanie leków.

Następną kwestią jest leczenie niedoczynności tarczycy jodem bądź metodą operacyjną. W zaistniałej sytuacji większość zabiegów, których nieodbycie się nie stanowi zagrożenia życia, jest przełożona. Uspokaja się lekarzy i pacjentów, że środki te w większości przypadków są bezpieczne i dopuszczalne. Jeśli osoba przeszła niedawno leczenie radiojodem, możliwa będzie konieczność leczenia lewotyroksyną, czego szczególnie warto skonsultować z lekarzem.

Niestety, należy pamiętać, że choroba COVID-19 jest stosunkowo nowa i nie została przeprowadzona odpowiednia liczba badań, by z całą pewnością wykluczyć korelację między chorobami tarczycy, a wirusem. Mówi się, że jeśli taka korelacja by istniała, zostałaby zauważona kilka miesięcy temu w Chinach, jednak baza danych pochodząca stamtąd jest niezwykle okrojona. Stanowisko endokrynologów nie jest zgodne i nikt nie może z całą pewnością oświadczyć, że pacjenci chorujący na tarczycę są w zupełności pozbawieni wzmoczonego ryzyka.

Dlatego warto pamiętać, że każdy, bez względu na wiek czy pozornie dobrą sytuację zdrowotną, jest zagrożony SARS-CoV-2 i powinien bezwzględnie stosować się do zaleceń wydanych przez Światową Organizację Zdrowia takich, jak: częste mycie rąk, zachowanie "social distancing", unikania dotykania oczu, uszu i nosa, zachowanie higieny podczas kaszlu oraz szybkie odszukanie pomocy medycznej w razie dostrzeżenia objawów zakażenia. Kluczowe jest pozostanie dobrze poinformowanym z zaufanych źródeł przekazu – najlepiej instytucji oficjalnie specjalizujących się w danym zakresie.

Moda mniejszego zła

Część II

PAULINA
WÓJCIK



PODOBNO branża modowa stara się zmienić dotychczasową politykę i wykazuje w swoich działaniach troskę o środowisko. Raporty donoszą, że 75 procent badanych firm, z całego świata, w 2017 roku podjęło konkretne kroki prowadzące do zrównoważonego rozwoju. Ponad 50 procent z nich przyznało, że kluczowe decyzje były podejmowane z uwzględnieniem troski o środowisko. Powstają więc torebki i buty ze skórek ananasa, a z łupiny kokosa robione są już nie tylko miseczki, ale nawet torebki. Podczas mojej ostatniej podróży do Azji moją uwagę przyciągnęły torebki w różnych rozmiarach i rodzajach wykonane z wykorzystaniem papierowych torebek sklepu IKEA. PODOBNO w naszym kraju też zachodzą zmiany na lepsze. Z badań wynika, że 96 procent firm odzieżowych działających w Polsce, stara się dbać o środowisko naturalne. Niestety, ale w tej kwestii należy być bardzo ostrożnym i dość nieufnym. Czy słyszeliście o pojęciu *greenwashing*? W skrócie: jest to przekonywanie, że wytwarzane przez daną firmę produkty powstają w zgodzie z naturą, a sama firma podejmuje ekologiczne rozwiązania. Tak naprawdę, jest to manipulowanie świadomością konsumentów. Marki odzieżowe doskonale wiedzą, że chętniej kupimy ich produkty, jeśli chociażby napomkną w kampanii reklamowej o ekologii i recyklingu. Pewna znana marka odzieżowa, kilka lat temu, podczas kampanii reklamowej ogłosiła, że 1,3 miliona ich ubrań powstało z recyklingu. Brzmi wspaniale, prawda? Aż 1,3 miliona, niesamowite! Świat zmienia się na lepsze, recykling ma sens! Otóż: ilość 1,3 miliona stanowiła tamtego roku zaledwie 0,21 procenta całkowitej produkcji, gdyż wyprodukowane zostało 600 milionów produktów. Konsumenci uwierzyli w ekologiczne pobudki, marka zarobiła swoje, a środowisko jak było zanieczyszczane — tak jest.

Dużo mówi się o tym, aby nie nosić prawdziwego futra i ubrań/dodatków wykonanych ze skóry. Zwraca się uwagę na cierpienie zwierząt i na to, że o ile w dawnych czasach ciepłe futra pozwoliły ludziom przetrwać mrozy, o tyle w dzisiejszych czasach mamy materiały, którymi możemy futro i skórę zastąpić. Zanim rozważymy „za” i „przeciw”, chciałabym zwrócić uwagę na nazewnictwo. Przywykliśmy do podziału na skórę naturalną i skórę ekologiczną. Czas więc rozwiązać wszelkie wątpliwości i zdać sobie sprawę, że tak zwana skóra „ekologiczna” z ekologią nie ma nic wspólnego, jeśli mówimy o ekologii w kontekście dobra planety. Jest to imitacja skóry wykonana z tkaniny poliestrowej, która rozkłada się setki lat. Co wobec tego wybrać? Zwolennicy powiedzą, że nie ma porównania w wygodzie butów między skórzanymi a tymi wykonanymi z imitacji skóry, oczywiście na korzyść tych pochodzenia zwierzęcego. Co więcej, spotkałam się z opinią, że płaszcz z prawdziwego futra rozkłada się szybciej niż płaszcz z futra

sztucznego. Stąd moje pytanie, czy powinniśmy kierować się w tej sprawie ekologią, czy dobrem zwierząt? Zwróćmy uwagę na to, że torebka skórzana może ze spokojem służyć nam kilka — kilkanaście lat bez szwanku, podczas gdy tanie torebki, wykonane z materiału sztucznego, niszczą się bardzo szybko i przez kilkanaście lat jesteśmy w stanie kupić ich wiele, jedna po drugiej. Ubrania i dodatki wykonane ze skóry rozkładają się około 25 — 40 lat. To długo czy krótko? Bluza z wełny merynosa potrzebuje do tego samego procesu dziewięć miesięcy, kurtka dżinsowa 12 miesięcy, a nylonowe rajstopy — aż 40 lat. Prawdziwym zagrożeniem są, jak się okazuje, sportowe stroje z dodatkiem lycry oraz włókna poliestrowe, które rozkładają się całe 200 lat! Torebki z popularnych sieciówek są zrobione właśnie z poliestru lub poliuretanu, który rozkłada się setki lat.

Okazuje się, że wszystko, co nosimy, jest w jakimś stopniu szkodliwe dla środowiska. Akryl, nylon czy poliestr produkowane są z ropy naftowej i rozkładają się przez wieki. Jedwab, len i bawełna są bezpieczniejsze dla środowiska, ale w procesie ich rozkładu do atmosfery przedostaje się szkodliwy metan. Niemal 75 procent ubrań kończy na składowisku odpadów lub jest spalane.

Dzięki segregacji ubrania mogą zostać wykorzystane ponownie. Odzież nienadająca się już do noszenia można przeobrazić na dywany, zasłony, poszewki, okładki do książek, banery reklamowe, czy paliwo alternatywne.

Zastanawialiście się kiedyś, dokąd trafiają ubrania z pojemników PCK? Część z nich jest kupowana przez firmy. Pracownicy pozyskują z kontenerów nie tylko ubrania czy buty, ale też pościel, ręczniki, maskotki, torebki, plecaki. Pierwszym etapem jest sortowanie. Rzeczy w najlepszym stanie (czyli około 20 procent ubrań z kontenerów) są przekazywane do lumpeksów prowadzonych przez firmę. Niektóre rzeczy wysyłane są do państw Azji i Afryki. Najbardziej zniszczone ubrania są poddane recyklingowi. Podczas kilku godzin można przerobić 300 ton materiałów. Celem jest jak najlepsze wykorzystanie wyjętych z kontenerów materiałów. Jak się okazuje, z odpadów można pozyskać nawet paliwo alternatywne. To specjalny rodzaj płynu, który może zostać wykorzystany w cementowniach lub dużych zakładach. Posiadają one odpowiednie filtry do spalania tych materiałów w sposób bezpieczny dla środowiska. Niektóre materiały, z powodzeniem, służą do wytwarzania szmatek do czyszczenia maszyn. Z elementów plastikowych tworzone są elementy płotów, a to, co metalowe (guziki i zamki) — sprzedawane jest do hut.

Przerabiany jest, niestety, mały procent tego, co mogłoby zostać odzyskane, a przecież wrzucenie ubrania do kontenera nie kosztuje nas nic!

By chronić środowisko, powinniśmy też nauczyć się lepiej

dbać o ubrania, które już w naszych szafach są. Nie wszystkie wymagają prasowania i prania w wysokich temperaturach czy detergentach. To, co będzie dla natury dobre, to środki, które równie skutecznie usuną plamy, ale nie będą zawierać chemicznych wzmacniaczy. Do produkcji własnego proszku do prania możemy użyć np. boraksu, płatków mydlanych, czy sody oczyszczonej, a nawet olejków eterycznych. Pralkę nastawiamy dopiero wtedy, gdy jest pełna i wybieramy 30 stopni Celsjusza, zamiast 60 czy nawet 90. Piorąc w niższej temperaturze, zużyjemy mniej energii!

Zużyte rzeczy wcale nie muszą od razu trafiać do kosza na śmieci! Okazuje się, że mamy wiele opcji, aby zrobić z nich użytek. Internet podpowiada, aby przerobić na przykład starą koszulkę na szmacianą torbę, za dużą bluzę — na kocyk dla naszego psa, a podkoszulki — na ściereczki do sprzątania.

Kupujmy lokalnie! Wspierajmy rodzimych producentów, których fabryki mieszczą się w kraju. Rzeczy te często są droż-

sze od tych dostępnych w sklepach sieciowych czy Internetowych, ale ich jakość jest dużo lepsza, więc posłużą Ci dłużej. Poza tym, ludzie, którzy je produkują, są godziwie wynagradzani.

Kontrowersyjnie dodam, uważajmy z rzeczami, które kupujemy na wakacjach. Świetnym przykładem są popularne koszule w słonie z Tajlandii. Są piękne i myślę, że każdy chętnie taką koszulę by założył. Pytanie tylko: czy raz, czy dwa? Materiały, z których są zrobione te ubrania, są bardzo niskiej jakości, sztuczne, nieprzyjemne w dotyku, ale są też bardzo tanie. Turystom łatwo jest podjąć decyzję o kupnie takiej koszuli, nawet jeśli mieliby ją założyć tylko raz. Zwracajmy uwagę na jakość i zastanówmy się dwa razy przy metce z napisem *Made in China*.

Moda może być ekologiczna i chociaż przed nami dużo pracy, to warto zacząć od swojego podwórka i od swojej szafy.

Podstępny rak jądra – opowieść przestroga

ANDRZEJ
BAŁONIAK



Rak jądra. Taką diagnozę usłyszał Adam, 21-letni student informatyki z Poznania, który parę dni wcześniej źle się poczuł oraz zaobserwował obrzęk w jednym z jąder. Badanie USG przeprowadzone przez urologa ukazało dość dużego guza na lewym jądrze. Jak to możliwe? Przecież zdrowo się odżywał, regularnie ćwiczył, spał odpowiednią ilość godzin, nie chorował na nic przewlekłe. Jednak rak jądra, tak jak i wszystkie nowotwory, to podstępny zabójca. Przez długi czas nie daje objawów, pacjent może czuć się doskonale, aż nagle zaczyna pogarszać się jego ogólne samopoczucie, następuje spadek masy ciała, powiększają się węzły chłonne pachwinowe oraz pojawiają się bóle w podbrzuszu. Wtedy może być już za późno, gdyż nowotwór ten w fazie inwazyjnej bardzo szybko daje przerzuty, nawet do mózgu, a rokowanie w tej sytuacji jest złe. W dodatku Adam znajdował się w grupie ryzyka obejmującej mężczyzn od 14 do 35 roku życia. Niestety, nikt go o tym nie poinformował. Nie wiedział również, że należy dokładnie badać jądra raz w miesiącu, po ciepłej kąpieli, poszukując wszelkiego rodzaju guzków lub narośli. Fizjologicznie jądra są gładkie, a jedyne miejsce, gdzie mogą znajdować się nierówności, znajduje się z tyłu jąder i są to najądrza, którymi nie należy się przejmować.

Adam uczestniczył w listopadzie w Targach Piwnych, które odbywały się na Międzynarodowych Targach Poznańskich. Swoje stanowisko posiadali tam również studenci medycyny zrzeszeni w Międzynarodowej Organizacji Studentów Medycyny IFMSA, którzy prowadzili akcję Movember. Miała ona na celu edukację mężczyzn nt. profilaktyki raka jądra. Obecny

był również urolog w specjalnej kabinie, który bezpłatnie dokonywał USG jąder. Nasz bohater został zagajony przez jednego z uczestników akcji, możliwe nawet, że przeze mnie, jednakże na samą myśl o pokazaniu „sprzętu” komukolwiek innemu niż swojej dziewczynie, dostał zawrotów głowy i szybko zakończył rozmowę. Taka postawa jest niestety nadal powszechna wśród mężczyzn w środkowo-wschodniej Europie, stąd tak ważna jest ciągła edukacja i poszerzanie świadomości społecznej.

Teraz Adama czekać będzie, w zależności od stadium nowotworu, radykalne usunięcie jednego z jąder (a może nawet i dwóch) wraz z towarzyszącym węzłem chłonnym oraz w przypadku przerzutów – chemioterapia. Cała historia może niestety skończyć się śmiercią naszego bohatera, a trwała utrata płodności wydaje się być jednym z bardziej optymistycznych scenariuszy. Takich dramatów można uniknąć poprzez nieustanną, energiczną edukację, zwłaszcza tych, którzy wydają się być na nią najbardziej oporni, ale przede wszystkim samemu regularnie obserwując siebie oraz swoich bliskich. Niestety, profilaktyka chorób organów płciowych nadal wydaje się być czymś wstydliwym, tematem tabu, zwłaszcza wśród mężczyzn, którzy zdecydowanie mniej poważnie podchodzą do kwestii swojego zdrowia, aniżeli kobiety. Na to nie można pozwolić, gdyż chodzi tutaj o ludzkie życie.

O przeznaczeniu antyarytmików i fatalnej pogodzie w wiktoriańskiej Anglii

NINA
BARANKIEWICZ-TYC



*Fatum jedno spokojne, niewzruszone,
rozum nieubłagany świata,
patrzy z wysoka na żywiry ziemi i nieba.*

Zygmunt Krasiński, *Irydion*

Los chce ze mną grać w pokera, raz mi daje, raz zabiera.

Zenon Martyniuk, *Przekorny los*



John Constable, *Stonehenge*, 1835



Stonehenge, 9 sierpnia 2011 r.

Kamienie nie miały ani kurtki przeciwdeszczowej, ani kaloszy, ani parasolek. Nie miały też nadopiekuńczej matki, która po obejrzeniu prognozy pogody w telewizji zadzwoniłaby rano i przypomniała im, by ciepło się ubrały. Kamienie więc zmoły, ale nie wydawały się niezadowolone z tego powodu; nie drgnął ani jeden minerał mimiczny, żaden grymas rozżalenia nie pojawił się na ich **kamiennych twarzach**. W całym atymicznym lapidarium nie padło ani jedno słowo frustracji czy narzekania. Niewzruszone bryły (w przeciwieństwie do mnie i moich dwóch koleżanek toczących z wiatrem walkę już nie o parasolkę, a o życie) wydawały się przyjmować tę absurdalną sierpniową pogodę ze stoickim spokojem oraz jakąś dziwną, niezrozumiałą pokorą i akceptacją. Jakby całkowicie poddały się naturze i zawierzyły jej swój nieznośnie lekki byt. Nie wzięły losu w swoje ręce (bo to kamienie i, co oczywiste, rąk nie mają), tylko biernie oczekiwały na to, co i tak ma nadejść.

Turcy powiedzieliby, że to *kadar*. Grecy wspomnieliby coś o Ananke i Apollinie, a Szwajcarzy o Kalwinie i predestynacji; Thomas Hardy i Denis Diderot o fatalizmie. Wisława Szymborska może przeprowadziłaby wywiad z Atropos, a Jacek Malczewski namalowałby Pytię. Zenon Martyniuk zaśpiewałby *Przekorny los*. Ale jakby nie nazwać i nie sklasyfikować przeznaczenia, wiara w nie może rzeczywiście jest słuszną życiową filozofią; pozwala nie przejmować się nazbyt porażkami, umożliwia przyjmowanie doczesności z większym dystansem.

Uczy pokory. Ludzie przecież próbują zmieniać bieg świata, wszystko kontrolować, na każdym kroku udowadniać autonomię swojego jestestwa, a i tak umierają, nie osiągnawszy eutymii. A Stonehenge, choć z pozoru głupie, bo awolijonalne i dające się obmywać deszczom fatalizmu, stoi nieprzerwanie od pięciu tysięcy lat i cicho kpi sobie z tych, którym wydaje się, że mają na coś wpływ...

John Constable (1776–1837), obok J.M.W. Turnera, Williama Blake'a czy Samuela Palmera, był czołowym przedstawicielem angielskiego romantyzmu. Pod wpływem rewolucji francuskiej i licznych wojen w Europie, tak jak inni twórcy (Friedrich, Delacroix, Géricault), odrzucił oświeceniowe kierowanie się rozumem i wiernie realizował myśl romantyzmu. Przenosił swój wewnętrzny świat emocji na płótno. Był przede wszystkim znany z nastrojowych, sielankowych pejzaży (*Farma w dolinie*, *Wóz siana*, cykl *Katedra w Salisbury*) ilustrujących rodzinne hrabstwo Suffolk, w którym się urodził i przeżył całe swoje życie. Miał bardzo bezpośredni stosunek do potężnej natury; malował pejzaże niezwykle wierne rzeczywistości, a mimo to – liryczne. Nastrojowość przyrody aż kipi z jego obrazów: słychać spokojny nurt rzeki niosący łagodne krople, każdą z osobna, zwiewny szelest każdego pojedynczego liścia na drzewie czy smyczkową orkiestrę strydulujących świerszczy, których cykanie jakby wybrzmiewa spod trawiastych warstw farby olejnej. Jednak nad sielankowymi krajobrazami tłoczą się

ciemne skłębione chmury, które z groźnego nieboskłonu zdają się zwiastować nieuchronnie nadciągającą tragedię...

John Constable namalował *Stonehenge* (1835) w bardzo trudnym dla siebie okresie życia. Zmarła jego ukochana żona Maria, odszedł jego przyjaciel John Fisher, a dwóch najstarszych synów wyprowadziło się z domu. Bajroniczna akwarela, bardzo niecharakterystyczna dla jego stylu, bo daleka apoteozie życia wiejskiego, oddaje wszechogarniającą artystę rozpacz. Porozrzucane grobowe monolity, pojedyncze pozostałe trylity oraz żałobny fiolet nałożony frenetycznymi ruchami pędzla podkreślają samotność i rozpaczliwy ból, z jakim zmagał się artysta przez długi czas po utracie najbliższych mu osób. Tragicznej sytuacji nie polepszał fakt, że malarz nie mógł zdobyć uznania w świecie artystycznym i przez prawie całe życie trwał w cieniu swojego wielkiego adwersarza – J.M.W. Turnera.

Maria Constable nie była jedyną żoną, której śmierć ukierunkowała myśl twórczą męża. Ostatnią lekturą Sharon Tate, drugiej małżonki Romana Polańskiego, była *Tessa d'Urberville* pióra Thomasa Hardy'ego (w najnowszym filmie Quentina Tarantino *Pewnego razu... w Hollywood* możemy zobaczyć scenę, w której aktorka kupuje książkę w księgarni). Nim ciężarna Tate została brutalnie zamordowana przez członków sekty Charlesa Mansona, zasugerowała swojemu mężowi, by ten zekranizował powieść. Polański po dziesięciu latach od tragedii zrealizował pomysł żony, a oglądając *Tess* (1979), przy napisach początkowych możemy dostrzec sentymentalną dedykację „to Sharon”. (Jednak, o ile zakochałam się w *Oficerze i szpiegu*, tak tego filmu, mimo pięknej muzyki, nie polecam; lepsza jest serialowa wersja BBC z 2008 roku z Gemmą Arterton i Eddiem Redmaynem w rolach głównych).



Scena z filmu Romana Polańskiego *Tess*, 1979

A książka? Śmiało mogę napisać, że jest jedną z moich ulubionych. Nawet w przypływie czułości sieć domowego wi-fi nazwałam „Tess of the d'Urbervilles 2”. Dodałam „2”, bo system uparcie odrzucał samo imię i nazwisko. Być może któryś z sąsiadów już wcześniej zajął tę nazwę i w konsekwencji nie było możliwe onomastyczne zdublowanie? Nie wiem. I nie ukrywam, że byłam zawiedziona, ale uznałam, że tak po prostu miało być. Jednak do dziś, za każdym razem, gdy idę wyrzucić śmieci, bacznie przyglądam się mieszkańcom osiedla, quasi-panoptikonu, i zastanawiam się, który z nich to ów tajemniczy miłośnik wiktoriańskiej literatury...

Fatalistyczna *Tessa d'Urberville* to najsłynniejsza powieść Thomasa Hardy'ego. Tragiczna, pesymistyczna, mroczna. O wielkiej miłości i nieuchronnej konieczności zła. O ironii ludzkich losów i odgórnie przegranej pozycji indywiduum we wszechświecie. O koncepcie czystości, społecznych prawach, grzechu i wierze w Boga. Tessa zмага się z Fatum od momentu, gdy jej ojciec dowiaduje się, że nie jest zwykłym zubożałym mieszkańcem wsi, a potomkiem wielkiego rodu d'Urberville'ów. **Lapidarnie:** dziewczyna, miotana wiatrami przeznaczenia (i to dosłownie, bo z każdą kolejną stroną powieści coraz bardziej wieje i pada), trafia do Trantridge, gdzie zostaje zgwałcona przez Aleca Stoke'a-d'Urberville'a; rodzi mu dziecko, które umiera. Chcąc zostawić za sobą przeszłość, ucieka z rodzinnych stron do odległej mlecznej farmy, w której poznaje Angella Clare'a. Ten **przepada jak kamień** w wodę, dowiedziawszy się po ślubie prawdy o jej mrocznej przeszłości.

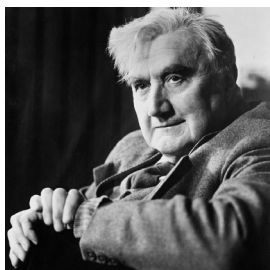


Scena z *Tess of the d'Urbervilles* Davida Blaire'a, 2008

Autor pozostawia czytelnika bez złudnej nadziei, że Tessie cokolwiek w życiu się uda. Bezradna i nieszczęśliwa heroina wszystko przed sobą samą tłumaczy „Najwyższą Mocą rządzącą światem, która nie zmienia swych planów”, a fakt swoich narodzin uważa za „poniżający przymusowy wyrok”. W który zakątek Anglii by nie uciekła, i tak dopadnie ją przeznaczenie. Lecz rodzi się w niej bunt: zabija Aleca i schodzi się z mężem. W trakcie ucieczki przed tyralierą policjantów małżeństwo zatrzymuje się w Stonehenge (**rzut kamieniem od Salisbury**) – może wielkim cmentarzysku, może pogańskiej świątyni. Megalityczne sanktuarium składa się z dwóch rodzajów kamieni: wewnętrzzną „podkowę” tworzą błękitne skały, zewnętrzną – głazy sarsenowe. Angel układa Tessę na centralnym, przewróconym kamieniu, niby-katafalku, i tak jak kiedyś poganie słońcu, tak teraz on składa z niej ofiarę nieubłaganemu Losowi. Najwyższej sprawiedliwości rządzącej wszystkim i wszystkimi. Ajschylowskiemu Przewodniczącemu Nieśmiertelnych. Ten wielki i wstrząsający moment pożegnania poprzedza ostatnią scenę – wykonanie na Tessie kary śmierci przez powieszenie. O ósmej rano na szczyt więziennego masztu Mojry wysuwają ostateczną czarną chorągiew. Przeznaczenie dziewczyny się dopełnia.

Ralph Vaughan Williams (1872–1958), angielski kompozytor, oczarowany powieścią Hardy'ego, przed śmiercią skom-

ponował *IX Symfonię e-moll*, która pierwotnie miała stanowić swoistą „ilustrację” powieści. Choć początkowy koncept nie został do końca zrealizowany, druga część jego łabędziego śpiewu (*Andante sostenuto*) oddaje mrok i powagę sceny w Stonehenge. Nieprzypadkowo w symfonii wybrzmiewa osiem uderzeń dzwonów orkiestrowych. Symbolizują one godzinę ósmą, czas nieuchronnej egzekucji. Godzinę tę bowiem wybijały zegary miejskie w Wintoncester, gdy bezlitosna pętla na szczupłej szyi Tessy odłączała jej duszę od ciała. Choć szybko, robiła to bardzo sumiennie i dokładnie – kawałek po kawałku odklejała fragment psyche od każdej pojedynczej komórki. Gdyby działała w nadmiernym pośpiechu, delikatna błona duszy nadrywałaby się jak zdrapywana paznokciem z tyłu książki etykieta cenowa i, miast naraz, zgrabnie – trzeba by było z frustracją odłączać ją fragmentarycznie. Śmierć to proces umierania i nawet tu potrzebny jest czas, by przez śmierć kliniczną i *vitę intermedię* dotrzeć do śmierci biologicznej – śmierci ostatniej komórki tworzącej ostatnią styczną z *membraną animi*; zniszczenie tej właśnie stycznej warunkuje śmierć, czyli nieuchronną dychotomię człowieka na psyche i somę, ironiczny powrót do punktu wyjścia.



Ralph Vaughan Williams



Miles Vaughan Williams

Co ciekawe, Ralph Vaughan Williams był wujkiem – *no-men omen* – Milesa Vaughana Williamsa (1918–2016), autora dobrze nam znanej klasyfikacji leków antyarytmicznych. Jako że ta grupa leków jest **przeznaczona do** leczenia pacjentów z zaburzeniami rytmu serca, a więc do naprawiania popsutego kardiologicznego metronomu – całą rodzinę można uznać za muzycznie uzdolnioną. Węzeł zatokowy to przecież Fatum narzucające częstość rytmu; główny rozrusznik serca, nadrzędny ośrodek, który za pomocą impulsów elektrycznych determinuje prace inferiornych oddziałów. Każda próba chodzenia swoimi ścieżkami, tworzenia dodatkowych szlaków

przewodzenia (profesjonalnie określanych zespołami preekscytacji) kończy się złością Wielkiego Ablatora, utrzymywaną siłą podżębrową hegemonią. Zabiegiem przypominającym o determinującej wszystko konieczności, o konsekwencjach wyrwania się z immanentnego szeregu. Ileż takich walk musi toczyć się codziennie w kłatkach piersiowych! Iluż Edypów zostaje zgładzonych!

Diderotowski Kubuś Fatalista uważał, że nie tylko życie każdego z nas, ale i losy całego świata są odgórnie zapisane na wielkim, supremacyjnym zwoju. Jesteśmy nikim innym, jak tylko lichymi aktorami *theatrum mundi*, niespektującego zasady trzech jedności; marionetkami na niepewnej *orchestrze*, które nie mają wpływu na swoje kwestie. Lecz kto ma? Czy niebiańskie Hollywood zatrudnia scenarzystów, którzy skrupulatnie zapisują na wstęgach przeznaczenie każdego pojedynczego człowieka? Rywalizują o najbardziej pomysłowe i zawile życiorysy? A na corocznej **loscarowej** gali wybierają najciekawsze życia tych, którzy w ostatnim sezonie odeszli? Konferansjerzy elegancko ogłaszają: „Nagroda za najlepszy życiorys męski wędruje do autora losów pana Henryka z Londynu; nieustępliwy mężczyzna miał sześć żon, był skonfliktowany z lokalnym proboszczem i doprowadził do podziału wśród sąsiadów”; „Nagroda za najlepszy życiorys żeński wędruje do autora losów pani Gracji z Filadelfii; piękna aktorka porzuciła wielką karierę z miłości do księcia z malutkiego kraju”.

Skoło losy każdego z nas są zapisane na owych diderotowskich zwojach, to dlaczego by ich nie odczytać? Amerykanie mawiają: *Prevention is better than cure*. Lecz nie można już udać się do wyroczni w Delfach. Pytła siedząca na trójnogu nad szczeliną, z której wydobywają się prorocze wyziewy, już dawno odeszła na emeryturę. Należy więc skorzystać z innych współcześnie nam dostępnych metod: czytania z dłoni (chiromancji), wróżenia z kart, wosku, kuli czy... fusów.

Zaintrygowana ostatnią metodą, zerknęłam na stojący obok komputera kubek. Przed utonięciem we wrzątku uratowała się jedynie żółta karteczka z napisem „Lipton”. Wisiała z ulgą i niedowierzaniem na zewnętrznym brzegu naczynia. Sznurek, do którego była przyczepiona, prowadził do leżącego na dnie przemokniętego woreczka, samotnej ofiary herbacianej diaforezy. Za to wewnętrzne ścianki kubka pokrywał uparty brunatny osad – patognomoniczny dla poznańskiej twardej wody. Oprócz tego, że nie domyłam kubków (osad był już przed zrobieniem herbaty), o swojej przyszłości nie dowiedziałam się niczego. Woreczek nie otworzył się; zamknął w swoim napęczniałym brzuszku wszystkie fusy, które mogłyby zdradzić mi co nieco o planach Fatum...

Dawniej jako czynnik etiologiczny wielu chorób pojmowano siły nadprzyrodzone; wierzono na przykład, że zachorowanie na grypę jest zapisane na niebie. To wpływ gwiazd determinował zdrowie lub jego brak. Stąd do dziś grypę określa się jako „influenza” (od włoskiego *influenza* oznaczającego „wpływ”). Za to pacjenci psychiatryczni z zaburzeniami obsesyjno-kompulsywnymi to pacjenci o osobowości **anankastycznej** (od Ananke – greckiej bogini przeznaczenia). To perfekcjonści, nadmiernie pochłonięci regulaminami, zbyt dokładnie wy-

konujący swoją pracę. Kompulsywne działania pozwalają im rozładowywać stres, a obsesyjne – dają poczucie pozornej kontroli. Jednak podejmowanie jakichkolwiek decyzji budzi w nich paniczny lęk; rozważając każdy najdrobniejszy aspekt tak długo, że w końcu to czynniki zewnętrzne decydują za nich.

A czy decydują za nas? Czy możemy im zaufać? Czy Fatum będzie dla nas litościwe? Czy ze spokojem można oddać swój los w jego ręce i mieć pewność, że to ręce zadbane i łagodne? Codziennie smarowane agapicznym kremem, pobłażliwym i niemściwym? Jak wstydlive i pełne nadziei złączone ręce kochanków na pierwszym wspólnym spacerze w parku; ręce opiekuńczego ojca, który gładzi przed snem dziecięcy policzek swojej ukochanej córeczki; ręce starszego mężczyzny, osnowa troskliwych zmarszczek, zmieniające opatrunek umierającej żonie? Nie ręce zaciskające się na szyi Desdemony, nie ręce **rzucające kamieniami?**

Ile w tym naszej woli, a ile nieodwołalnego zamiaru boskiego? **Na dwoje babka wróżyła** – nie wiem. Czy wszystkie nasze życiowe niepowodzenia możemy przypisywać Przewodniczącemu Nieśmiertelnych? Każdą decyzję, której żałujemy, tłumaczyć najwyższą koniecznością? Zdecydowanie nie! Zwyczajnego nieuczenia się i obłania egzaminu nie należy usprawiedliwiać fatalizmem, a przyjąć jako skutek najwykolejszego... lenistwa. W życiu trzeba być nie tyle pokornym, co pełnym nadziei, że i do nas uśmiechnie się słońce (w czym upewnia mnie optymistyczny anagram losu – „sol”). Należy pogodnie wierzyć, że spotkają nas przede wszystkim dobre rzeczy i to ich, a nie tych złych, należy wyczekiwać. I jeśli Fatum rzeczywiście jest, nie należy się bać, a rzucić mu rękawicę; zdecydowanie przyjąć aktywną postawę wobec własnego życia, przynajmniej spróbować **być panem własnego losu.**



John Constable, *Katedra w Salisbury, widok od strony gruntów biskupich*, 1826

W listopadzie spojrzałam w wieczorne niebo. Gwiazdy konstelacji epidemiologicznej powtarzały jak mantrę ostrzeżenie o nadchodzącej epidemii grypy. Zaniepokojona, zakupiłam w aptece szczepionkę. W przychodni zbadała mnie wysoka, ciemnowłosa lekarka. W trakcie osłuchiwania nie mogłam oderwać wzroku od oryginalnego naszyjnika na jej szyi: dwurzędowego, megalitycznego wisiora. Wewnętrzny okrąg składał się z grynszpanowych minerałów, które ładnie podkreślały jej jasną karnację; zewnętrzny tworzyły sarsenowe ka-

myczki. Całość dawała wrażenie niezwykle ciężkiej. Choć była to późna jesień, do gabinetu wpadały przyjazne promienie, reminiscencje letniego słońca, które zdawały się wybiórczo oświetlać centralny błękitny labradoryt. Niemila pielęgniarka brutalnie wyrwała mnie z kontemplowania pięknego naszyjnika, bez wycucia wkuwając się w chude ramię. Ot, rzutem na rutynową taśmę – kolejna pacjentka z głowy; jeszcze osiem osób i będzie mogła pójść do domu. Milcząca kozetka i krzywo nad nią wisząca niewielka reprodukcja *Katedry w Salisbury* były jedynymi świadkami niecodziennej antynomii w zwykłym gabinecie zabiegowym. Dla pielęgniarki – to tylko rutynowa czynność: nużące założenie kolejnej pary równie znużonych rękawiczek, kilka sekwencyjnych ruchów i już, po zastrzyku. Dla mnie – aż – wielka próba oszukania przeznaczenia.

Ninn of the d'Baranvilles

Klasyfikacja Vaughana Williamsa:

- klasa Ia: chinidyna,
- klasa Ib: lidokaina,
- klasa Ic: propafenon,
- klasa II: metoprolol, esmolol,
- klasa III: amiodaron,
- klasa IV: werapamil, diltiazem.

Poetyckie potyczki UMP

WERONIKA
SZYMONIK



Most

*Był most nad brzegiem płynącym
Nad brzegiem płaczu i smutku
Nad brzegiem upadającym
Nad brzegiem pragnienia bez skutku*

*Gdy krok na nim, marząc, zrobiłam
Marząc o szczęściu, wolności
Marząc, obawy swe skryłam
Marząc o słodkiej miłości*

*Lecz wtedy się tłumy zerwały
Tłumy przejść nie pozwoliły
Tłumy, co kiedyś most zbudowały
Tłumy ten most dziś spaliły*

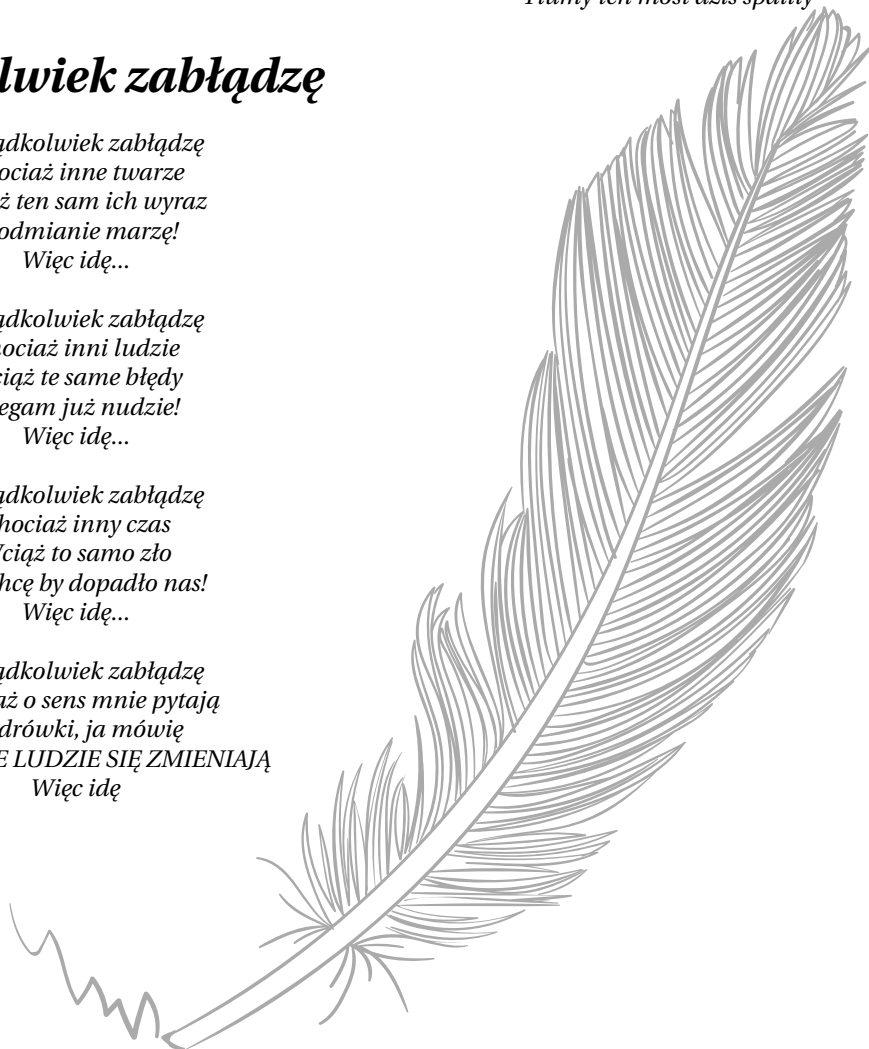
Dokądkolwiek zabłądzę

*Dokądkolwiek zabłądzę
Chociaż inne twarze
Wciąż ten sam ich wyraz
O odmianie marzę!
Więc idę...*

*Dokądkolwiek zabłądzę
Chociaż inni ludzie
Wciąż te same błędy
Ulegam już nudzie!
Więc idę...*

*Dokądkolwiek zabłądzę
Chociaż inny czas
Wciąż to samo zło
Nie chcę by dopadło nas!
Więc idę...*

*Dokądkolwiek zabłądzę
Chociaż o sens mnie pytają
wędrowni, ja mówię
W DRODZE LUDZIE SIĘ ZMIENIAJĄ
Więc idę*



Wtapiając się w dźwięk⁽¹⁸⁾

FRANEK
MAJA



Prawdę powiedzieć bym chciał, choć niewiele słuchać jej zechce. A co dziesiąty z nich przyjmie ją do siebie, i uwierzy. Tak powiada pismo:

W zamierzchłych czasach, na polskiej ziemi żył Szlachcic-Zarządca. Posiadał ogromny majątek: kilkanaście folwarków, pola, sady, stada owiec i bydła. Pomimo swojego bogactwa Szlachcic nie próżnował – na co dzień doglądał prac w swoich posiadłościach. Był bardzo wymagający wobec chłopów, i surowo karał za wszelkie przejawy lenistwa i popełnione błędy. Nieraz zdarzyło się mu skatować na śmierć nieposłusznego poddanego.

Gdy przychodził ostatni dzień tygodnia, Szlachcic wystawiał huczne uczty, na które zapraszał okolicznych ziomków. Wszyscy jedli i pili do woli, a gdy byli już upojeni pozwalali sobie na wszystko na co tylko mieli ochotę. Bili chłopów, gwałcili kobiety, kaleczyli zwierzęta, do momentu, gdy któryś z nich zaczął obrażać innego. Rozpocynało to wielką bójkę, w której każdy z nich walczył przeciw wszystkim innym. Kiedy nie mieli już sił, aby stać na nogach, udawali się do swoich domostw przeklinając Zarządcę i siebie nawzajem. Wiedzieli jednak, że po upływie tygodnia zjawią się uśmiechnięci w jego bramie, aby znów sobie poużywać.

Szlachcic miał brata, z którym poróżnił się w młodości. Ich konflikt niemal nie zaprzepaścił majątku przekazanego przez ojca. Brat został wygnany – resztki przyzwoitości nie pozwoliły Zarządcy na zamordowanie go. Od tamtej pory mieszkał w małej drewnianej chacie nieopodal granicy ziemi ojca. Prowadził skromne, samotne życie. Ziomkowie Szlachcica regularnie go okradali, wyśmiewali i dokuczali mu, po to by przypodobać się Panu, a wszyscy inni ludzie stronili od niego w obawie przed karą.

Wygnany Brat na co dzień zajmował się cierpliwym naprawianiem szkód, które wyrządzono w jego domostwie. Wycho-

dził na poszukiwanie resztek jedzenia, zbłąkanych zwierząt, drewna na opał. Sam nie mógł hodować choćby jednej krowy, bo prędzej czy później zostałaby zabita lub uprowadzona. W ostatni dzień tygodnia udawał się do opuszczonej świątyni, w której zarówno on, jak i Szlachcic byli przed laty ochrzczeni. Piesza wyprawa zajmowała mu kilka godzin, a na modlitwie trwał, dopóki nie zapadł zmrok. Wracał późną nocą, akurat w porę, by móc ocenić straty spowodowane powrotem z uczty pijanych kompanów Zarządcy.

Pewnego roku wiosną Szlachcica miał odwiedzić Król. Z tej okazji zabito najtłustsze wieprze, przygotowano najlepsze wino oraz najdroższą zastawę. Pan przykazał ziomkom zachowanie umiaru w ucztowaniu oraz trzymanie nerwów na wodzy pod groźbą śmierci. Wszystko po to, by godnie przywitać Władcę i zaprezentować się jak najlepiej. Wygnany Brat nie miał zaś pojęcia o nadchodzącej wizycie.

W nocy poprzedzającej odwiedzin Króla, obudził go ogień zajmujący jego łóżce. To przednie straże zbliżającego się Króla postanowiły spalić szkaradną chatę, aby nie gorszyła oczu Władcy. Spłonął cały dobytek Brata, a on sam ledwo uszedł z życiem.

Dnia następnego Szlachcic został obsypany złotem na rozkaz życzliwego mu Władcy. Jak się okazało wizyta Króla miała mieć charakter wynagradzający zasługi w rozwoju gospodarki państwa. Zarządca otrzymał wyrazy dożgonnego zaufania i przyjaźni oraz oficjalne błogosławieństwo przesłane przez samego Arcybiskupa.

I ten, kto ma dużo, będzie mieć dużo więcej, a ten kto nic nie ma – wszystko zabiorą. Tak powiada pismo.

Dr Misio – Pismo

Let's play a game vol. 18

AKLEKSANDRA
CICHOWICZ



Za oknem zrobiło się ciepło i wszystkim jest ciężko usiedzieć w domu. Dlatego po bardzo długiej przerwie wracamy z wykreślanką, żeby umilić Wam choć trochę ten czas.

Zasady gry są naprawdę proste: najpierw musicie odpowiedzieć na podane pytania dotyczące artykułów umieszczonych w tym numerze. Odpowiedzi znajdziecie w tekstach i będą to zwykle pojedyncze słowa (chyba że podano inaczej), które następnie należy skreślić w wykreślanke; dla urozmaicenia w diagramie umieszczono również nadprogramowe wyrazy. Na koniec zostało oczywiście hasło – utworzą je litery, które znajdują się **po prawej stronie** lub **nad** pierwszą literą każdego skreślonego wyrazu. Proponuję przy tym, byście najpierw znaleźli wszystkie wyrazy, a dopiero potem litery. Hasło musicie odczytać tak jak w zwykłej wykreślanke – litery są „czytane w kolejności występowania rzędami” (cytat prosto z Wikipedii; zbierajcie litery od lewej do prawej, z góry do dołu – począwszy od tej, która jest najwyżej i najbardziej po lewej stronie). Ruszcie zatem swoje synapsy i do dzieła!

Do wygrania w tym numerze:

1. Stetoskop

A oto pytania:

1. Co miało miejsce w zakładzie pracy w Chilwell w 1918 r.?
2. Jakie ciastka wyglądają, jakby były odlane w skorupie muszli?
3. Jak nazywa się mieszanka umieszczana w łuskach pocisków?
4. Jaka szkoła została założona w 1860 r. w Londynie?
5. Jak nazywa się sprzymierzeniec każdego człowieka, który zwykle dla nas pracuje, ale czasem sabotuje nasze działania?
6. Myśląc o czym zawsze odbiegamy kilka lat do przodu?
7. Co odłącza duszę od ciała Tessy?
8. Śmierć to podział człowieka na co? Dwa słowa, umieszczone osobno
9. Czyją chatę spalili ludzie Króla?
10. Co powstaje w procesie rozkładu bawełny?

Musicie zatem znaleźć **jedenaście** wyrazów – **dziewięć** z nich pionowo i **dwa** na skos, część z nich wspak. Powodzenia!

Odgadnięte hasło, wraz ze swoim imieniem, nazwiskiem i kierunkiem studiów, prosimy przysyłać na adres **jolka@pulsum.pl** z dopiskiem *Let's play a game* do **20.05.2020**. Termin może zawsze ulec zmianie, dlatego śledźcie uważnie nasz profil na Facebooku! Wszelkie uwagi również mile widziane.

**Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki
z numeru 206 „Pulsu UM” nagrody otrzymują:**

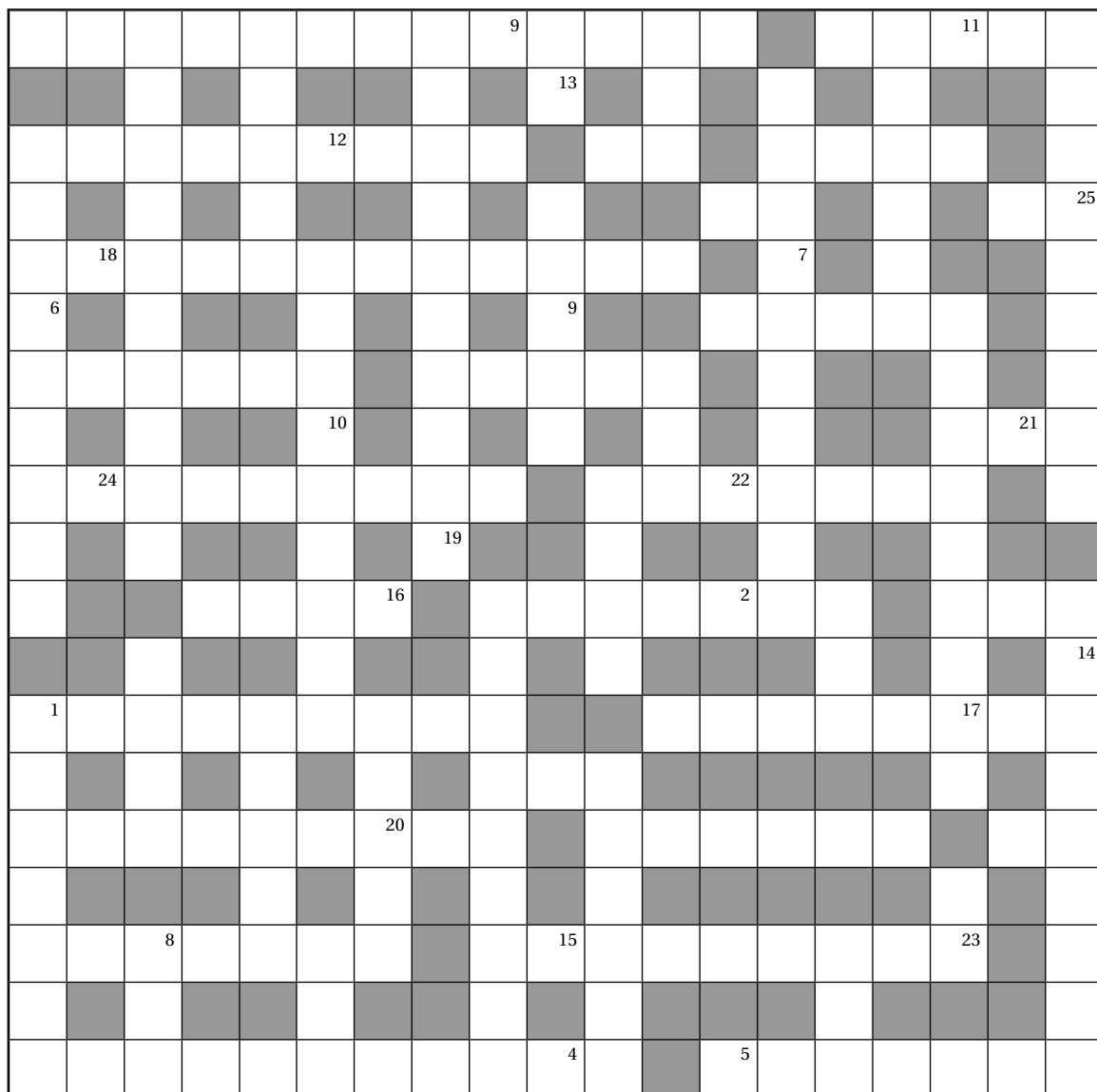
Marcin Sobkowiak – stetoskop

Jagoda Tuz – stetoskop

*Zwycięzcy zostaną poinformowani o wygranej również
mailowo.*

V	P	O	Z	N	A	Ń	F	T	W	T	Ż	R	Z	X	B	Ż	G	O	Ś
Ń	Ż	Ż	K	A	W	T	C	I	N	L	O	R	W	O	N	M	D	H	L
J	W	Y	D	O	T	P	Ń	D	G	X	O	K	Y	M	I	S	Ą	O	P
J	Y	R	I	F	S	F	R	S	Z	Y	P	E	B	D	E	Ó	T	R	N
A	G	A	Y	S	R	O	B	H	Ó	P	S	Q	U	R	E	A	A	E	Z
K	M	P	W	Z	A	B	N	M	M	S	Y	O	C	T	M	W	K	I	M
G	K	D	Y	L	I	R	N	O	G	A	C	E	H	A	A	S	S	W	K
E	I	G	G	A	N	A	Ę	Ń	A	O	H	L	X	D	M	W	R	O	K
N	U	C	A	C	G	M	Ę	B	A	M	E	P	Y	D	A	C	O	R	D
K	Z	Z	P	H	Ę	E	V	R	L	Ż	O	Q	E	H	G	Z	M	D	O
B	J	A	I	C	L	T	Q	A	Z	J	N	S	D	K	D	Ł	Ś	Z	O
E	M	J	K	I	E	A	N	T	S	T	A	T	I	M	A	G	G	B	O
S	p	D	R	C	I	N	Ż	Q	U	N	N	R	Ł	W	L	B	O	A	J
E	Ę	W	O	Ć	P	U	T	Z	M	K	A	K	Q	C	E	E	Ę	C	O
T	T	H	W	B	U	S	E	Z	U	C	N	T	B	R	N	Ć	M	U	T
A	L	W	A	R	S	Z	A	W	A	P	A	B	J	W	K	E	U	Ł	Q
N	A	E	F	F	G	Ł	G	Z	O	N	S	L	T	F	I	Z	Z	P	R
Ą	Z	Ś	Ń	P	G	D	W	U	T	L	E	N	E	K	W	Ę	G	L	A

Jolka

 AKLEKSANDRA
CICHOWICZ


1	2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12		13	14	15	16	17
					18	19	20	21	22	23	24	25						

Nagrody:

1. Stetoskop
2. Stetoskop

Prawidłowe odpowiedzi, podpisane imieniem i nazwiskiem oraz kierunkiem studiów, przesyłajcie na adres:
jolka@pulsum.pl do 20.05.2020.

PIONOWO

- inaczej starożytność
- miejsce składania ofiar
- nielegalnie łapie lub zabija zwierzęta
- Grzegorz... – członek zespołu Kombii
- miejsce, gdzie leży wiele zatopionych statków
- jest złotem, mile widziane w kinie
- człowiek ... – specjalista od wszystkiego
- ochraniacz na palec używany podczas szycia
- Karol... – „ojciec polskiej bibliografii”
- interfejs programowania aplikacji (skrót)
- khaki – kolor munduru wojskowego
- ma koronę, szyjkę i korzeń
- odpowiednik generała w marynarce wojennej
- dobrowolne przeniesienie wiarygodności z jednej osoby na inną
- najsilniejsza karta
- pojedynczy element tworzący łańcuch
- otarcie się piłki tenisowej o taśmę podczas serwisu
- pozaukładowa jednostka energii (skrót)
- tajemnicza, bezpostaciowa i nadprzyrodzona siła panująca na świecie (w starożytnym Rzymie)
- procesor (skrót)
- zwijanie części żagla
- pojedyncza linijka tekstu
- inaczej wino (jedna z kolorów kart)
- pomarańczowa koleżanka Boba Budowniczego
- inaczej smród, fetor
- najliczniejsze plemię Indian kanadyjskich

POZIOMO

- statek z dwoma kadłubami
- najzimniejszy kolor podstawowy
- zły czarodziej z Władcy Pierścieni
- autor eposów opowiadających o wojnie trojańskiej i tułaczce Odyseusza
- naładowane ujemnie indywiduum chemiczne
- inaczej wieki ciemne
- sieć kawiarni z syreną w logo
- piąty stopień harcerski w ZHP (skrót)
- najgłębsza część Pacyfiku – Rów...
- film Stevena Spielberga opowiadający o przyjaźni chłopca i kosmity
- największy wulkan Europy
- Ignacy... – wynalazca lampy naftowej
- symbol chemiczny ołowiu
- drugie największe miasto Kanady
- ryba z wąsami
- zmieniło się w niego Brzydkie Kaczętko
- jednostka częstotliwości w układzie SI
- zrzeczenie się tronu
- upoważnić kogoś do działania w swoim imieniu
- mini gitara hawajska
- dokładna kopia
- używana do zapisania dźwięku
- drzewo, które płacze
- Światowa Organizacja Zdrowia (skrót)
- z bratem i synem należy do naczelnej triady bóstw starożytnego Egiptu
- jednostka ciśnienia w Wielkiej Brytanii
- wyciąg narciarski znany jako „kotwica”, „kilof” lub „banan”

Suchary

Rozmawia dwóch kolegów:

- Słyszałem, że masz problemy łóżkowe. Co się dzieje?
- Ja się staram, żona stara...

- Potwornie nudna ta książka, zero fabuły, a tak dużo postaci.
- Stary, to książka telefoniczna...

Co ma cztery nogi i Chińczyk tego nie zje?
Krzeseł.

- Rodzina w restauracji. Po konsumpcji ojciec mówi do kelnera:
- Proszę zapakować te resztki. Weźmiemy dla pieska.
- Na to dzieci:
- Tatusiu, hura! Naprawdę kupisz nam pieska?!

Dlaczego kardiochirurg jest zawsze sympatyczny?
Bo ma serce na dłoni.

Policjant do biegacza:

- Obywatelu, a gdzie maseczka?
- W lesie nie trzeba nosić.
- Proszę Pana, tutaj jest środek Poznania!
- Poznać leży w Polsce, a w Polsce, jak wiadomo, jest jak w lesie.

Jak walczą elektrycy?
W zwarciu.

Nauczycielka idzie do lekarza i mówi:

- Za każdym razem, jak sprawdzam listę obecności, to chce mi się spać.
- To przez liczenie baranów.

Pornografia daje młodym ludziom nierealistyczny obraz tego, jak szybko może przyjechać wezwany pilnie hydraulik.

Rozmawiają dwie kobiety:

- Sandra, wyobraź sobie, że Janusz mi się oświadczył.
- No tak, kiedy dałam mu kosza przed tygodniem, groził mi, że zrobi sobie krzywdę.

Psycholog do pacjenta:

- Pamiętaj, że liczy się wyłącznie twoje zdanie. Twoja dziewczyna ma się podobać tobie i tylko tobie. Nie twoim rodzicom, nie twoim kolegom, nie twojej żonie.

Parafianka pyta księdza:

- Proszę księdza, czy nasza parafia jest przygotowana na koronawirusa?
- Tak, oczywiście.
- A w jaki sposób?
- Dokupiłem pół hektara cmentarza.

Nauczycielka: Pani syn ciągle ściąga na sprawdzianach i kartkówkach.

Mama: Nic na to nie poradzę. Zdiagnozowano u niego zespół torrenta.

Kobieta biologicznie potrzebuje około 80 kg włochatego stworzenia.

W zależności od okoliczności może to być facet lub 10-15 kotów.

„Nie dotykać!” – musi być jedną ze straszniejszych rzeczy do przeczytania w języku Brailla.

Ilu Niemców potrzeba do wkręcenia żarówki?

Jednego. Są bardzo wydajni i mało dowcipni.

Mój dziadek ma serce lwa i... dożywotni zakaz wstępu do zoo.

Syn do ojca:

- Mam dwie wiadomości...
- Pewnie dobrą i złą?
- Tak jakby, ale dwa w jednym...
- Jak to?!
- Dziadek przestał chrapać.

Co może uderzyć blondynkę, a ta nawet nie będzie o tym wiedzieć?

– Myśl.

Rozmawia dwóch lekarzy:

- Wiesz, że na koronawirusa najlepszy jest czosnek?
- Podnosi odporność?
- Nie, ale sprawia, że nikt się do ciebie nie zbliży na mniej niż metr.

Zakonnica przychodzi do lekarza ze skargą na nieustającą czkawkę. Lekarz zbadał ją i mówi:

– Siostra jest w ciąży.

Zakonnica ucieka z przerażeniem. Po pewnym czasie opatka wzywa tego lekarza:

- Doktorze, powiedziałeś siostrze Marii, że jest w ciąży?
- Chciałem tylko pozbyć się jej czkawki. Nie pomogło?
- Pomogło, tylko ojciec Aleksander spadł z dzwonnicy.

– Panie doktorze, uzależniłam się od narkotyków. Bez nich nie potrafię się rozweselić.

– Próbowała pani dowcipów?

– A nie może pan dać czegoś dożylnego?

Psychoanalityk: Opowiedz o swoim dzieciństwie.

Pacjent: Miałem szczęśliwe dzieciństwo...

Psychoanalityk: To nic, naprawimy to!

Przychodzi Jasio do taty i woła: Tato, tato, słyszałem, że Twój ojciec był głupi.

A ojciec na to: Chyba Twój!

20th International Congress of Young Medical Scientists W pytaniach i odpowiedziach vol. 2

Czy ICYMS odbędzie się pomimo obecnie panujących warunków epidemiologicznych?

Tak! Tegoroczny Kongres będzie wydarzeniem zorganizowanym w całości online za pośrednictwem Internetu.

W jaki sposób prezentowane są prace podczas ICYMS?

Prace prezentowane są w formie prezentacji multimedialnej za pośrednictwem platformy internetowej Clickmeeting. O wszystkich szczegółach technicznych będziemy informować na bieżąco na fanpagu STN i stronie wydarzenia.

Ile czasu na prezentację ma uczestnik?

W sesjach prac oryginalnych – 7 minut oraz 3 minuty na dyskusję z jury, natomiast w Case Report 5 minut na prezentację plus 2 minuty na dyskusję.

Kto wchodzi w skład jury sesji?

W skład jury wchodzi pracownicy naszej uczelni oraz zaproszeni goście.

Co jest ocenianie podczas wystąpień?

Podczas wystąpienia jury ocenia takie rzeczy jak: wartość merytoryczna pracy, wkład własny w pracę prezentującego, aspekt wizualny prezentacji, sposób prezentacji przez autora oraz poziom prowadzenia dyskusji. Ważna jest również płynność językowa, ponieważ wszystkie prace prezentowane są w języku angielskim.

W jaki sposób wydawane są certyfikaty uczestnictwa?

Certyfikaty uczestnictwa wydawane są w formie elektronicznej. Po zakończeniu kongresu stosowny dyplom zostanie wysłany przez koordynatora odpowiedniej sesji.

Kto bierze udział w Golden Session?

Do wielkiego finału, czyli właśnie Golden Session, przechodzą zwycięzcy poszczególnych sesji prac oryginalnych. Nie biorą w niej udziału zwycięzcy sesji Case Reports. Jeśli zwycięzca sesji prac oryginalnych nie może z różnych względów wziąć udziału w Golden Session – zwycięzca drugiego miejsca w sesji nie może zająć jego miejsca.

Gdzie mogę znaleźć więcej informacji o ICYMS?

Zapraszamy nasz fanpage STN, a także na wydarzenie na Facebooku. Za leniwy, żeby szukać? Wystarczy, że zeskanujesz załączony kod QR i zostaniesz przeniesiony na stronę wydarzenia!

**Do zobaczenia na naszym jubileuszowym już
20th International Congress of Young Medical Scientists!**

Check it here!





sklepdlalekarza.com

UWAGA NOWY ADRES

JUNIKOWSKA 64 Poznań - 600m od ul.Grunwaldzkiej
(łatwy dojazd MPK - przystanek Grotkowska)



tel.: 61 670 31 96 lub 61 810 75 01 fax: 61 624 26 95

sklepdlalekarza.com/dlastudentow

we speak english

