

Ewa Jastrzębska

Bliżej nas

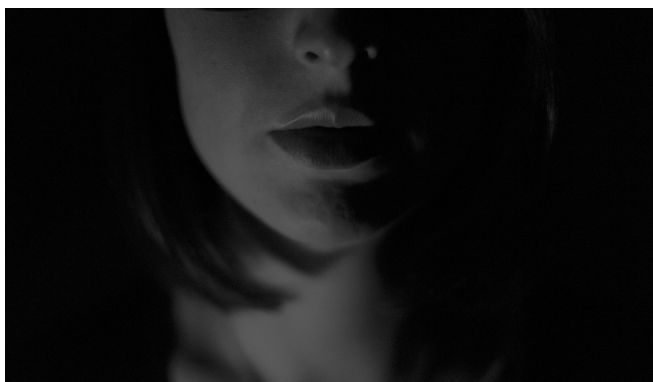
Ucieczka z cienia

To brzmi jak tytuł jakiejś powieści kryminalnej, ale w tym wypadku dotyczy to prawdziwego życia. Chodzi o nieśmiałość. Ludzie nieśmiali bardzo często trzymają się w cieniu, czyli nie są zbyt towarzyscy. Często siedzą cicho i zachowują się tak, jakby ich nie było. Wiem coś o tym, bo sama należę do tej grupy. Tym, którzy nie mają takich problemów, możemy wydawać się dziwni, niemający własnego zdania. Nieco mijają się to z prawdą, bo tak naprawdę mamy własne zdanie na wiele różnych tematów, a jedyne, czego nam brakuje, to pewność siebie, by głośno wyrazić swoje poglądy.

W moim przypadku nieśmiałość wynika ze strachu. Boję się, że zostanę odrzucona przez innych ludzi. Kiedy spotykam kogoś, z kim zapewne nie będę miała więcej do czynienia, to jestem w stanie z nim normalnie porozmawiać. Nawet kiedy zrobię z siebie błązna, to i tak pewnie więcej nie spotkam tej osoby i nie będzie z tego wielkiej sprawy. Inaczej sprawa się ma, gdy mam świadomość, że z moim rozmówcą będę jeszcze np. przez parę lat w klasie. Wtedy jestem ostrożniejsza, bo w przypadku, kiedy powiedziałabym coś nieodpowiedniego, ta osoba mogłaby to sobie zapamiętać i wtedy robi się dziwnie.



Sama się sobie dziwię, ale kiedy piszę ten artykuł, zdaję sobie sprawę, że to, czego się przez tyle czasu obawiałam, jest niedorzeczne. Przecież to nic takiego. Co z tego, że będzie dziwnie? Przecież da się z tym żyć. Zawsze, gdy powie się coś nieodpowiedniego, można przeprosić i zapomnieć o sprawie, mimo że czasami to trudniejsze niż może się wydawać. Można obrócić wszystko w żart, potraktować z przymrużeniem oka. Może też okazać się, że to, co wydawało mi się wielką wpadką, jest nią tylko dla mnie, a mój rozmówca w ogóle nie zwrócił na to uwagi. W takim razie na co jeszcze czekam? Powinnam zacząć więcej rozmawiać z osobami z klasy i nie tylko. Może zacznę na początek od grupowego czatu? Zawsze to coś. A może Ty też masz z tym problem? Może też jesteś nieśmiały/nieśmiała? Odezwij się do mnie. Chętnie cię wysłucham i może to być początek ciekawej znajomości.



cień

unsplash.com

Zdaję sobie sprawę, że niełatwo jest pokonać nieśmiałość, ale mam zamiar tego dokonać. Może nawet założę bloga? Coś wymyślę, a na razie do zobaczenia w następnym numerze „Lesera”.

Kornelia Wójcik

Blżej nas

POPULARNOŚĆ, CZYLI SUPER ŻYCIE?

Popularność. Czym jest? Bardzo często zadaję sobie to pytanie. Popularne są gwiazdy filmowe, aktorzy i zwykli uczniowie w szkole. Wydaje się, że bycie popularnym to bardzo łatwe i przyjemne zajęcie. Otóż nie! Czy wiecie, że bycie znaną osobą to wielka odpowiedzialność? Tacy ludzie są autorytetami! Dlatego muszą się starać, aby nie robić nic nieodpowiedniego.



Niektórym ludziom sława uderza do głowy i stają się niemili i opryskliwi. Nie mówię tu tylko o światowej sławy osobowościach, ale także o zwykłych nastolatkach. Wokół nas nie brakuje osób, które cieszą się uznaniem innych. Ja zawsze myślałam, że popularność to świetna rzecz. Niestety, myliłam się i to grubo. Kiedy zauważyłam, że pewna osoba pod wpływem popularności bardzo się zmienia, od razu zmieniłam zdanie.



Z drugiej strony popularność to bardzo fajna rzecz. Być rozpoznawalnym wszędzie! Wiele osób chciałoby tak mieć, choć nie wszyscy. Te polubienia zdjęć na portalach społecznościowych, im więcej, tym lepiej! Zauważyłam, że w dzisiejszych czasach właśnie one określają, czy ktoś jest popularny.

Wielu z nas zapomina często o swoim prawdziwym charakterze i kreuje się na kogoś, kim nie jest tylko po to, by być popularnym. Nie dajmy się temu zwieść i nie zapominajmy o naszych prawdziwych osobowościach!

Julia Hołub

Dużo warci projektanci

VERSACE



W tym artykule chcielibyśmy przybliżyć Wam historię jednej z najbardziej rozpoznawalnych marek na świecie. Mowa tu o Versace. Jak to się zaczęło? Kto teraz kieruje rodzinną firmą? Na te i więcej pytań możecie tu znaleźć odpowiedź.

Historia marki Versace, chociaż zaczyna się dosyć typowo i tradycyjnie, to z pewnością nadaje się na niejeden filmowy scenariusz. Pierwszy kadr mógłby wyglądać następująco: rok 1954, malownicze włoskie miasteczko, mała pracownia krawiecka. Za ladą stoi kobieta, wokół biega gromadka rozkrzyczanych dzieci. To Francesca Versace – matka małego Gianni, późniejszego założyciela firmy. Chłopiec podnosi z podłogi skrawki materiałów, przygląda się pracy swojej rodzicielki i stara się ją naśladować. Mimo iż ma dopiero kilka lat, już dziś wie, że w przyszłości chce zostać wielkim kreatorem mody. Ze strzępków tkanin szyje szmaciane lalki... tak zaczyna się jego droga do kariery.

W wieku zaledwie 9 lat Gianni projektuje swoją pierwszą sukienkę, a osiem lat później sprzedaje pierwszy wyprodukowany przez siebie model. Następne lata zajmuje mu nauka. Pragnie on założyć własne modowe imperium. Z pomocą przychodzi mu brat- Santo, który w 1978 roku przyjeżdża do Mediolanu. Wspólnymi siłami bracia chcą wspiąć się na szczyt modowej hierarchii. W latach 80. dołącza do nich siostra- Donatella Versace. W tym czasie pojawiają się pierwsze osiągnięcia rodzinnej firmy. Współpraca z teatrem La Scala, nowe linie ubrań i wiele innych pomysłów.

Jednak to pasmo sukcesów przerywa nagła śmierć Gianni'ego. Latem 1997 roku, w wieku 50 lat, zostaje on zastrzelony przez seryjnego mordercę. Ta niespodziewana śmierć wstrząsa bliskimi projektanta. Mimo tego rodzinny biznes nie ulega załamaniu. Donatella przejmuje obowiązki głównego projektanta, a zgodnie z ostatnią wolą wielkiego mistrza 50% udziałów w firmie przypada jego siostrzenicy Allegrze. Pod nowymi sterami Versace dalej prężnie się rozwija i z uwagi na wzornictwo i charakterystyczne kobiece kroje firmie udaje się utrzymać stałe grono licznych wielbicieli. Niektóre decyzje budzą jednak pewne kontrowersje, jak chociażby kolaboracja z piłkarskim klubem Inter Mediolan. Włoski dom mody zaprojektował bowiem kolekcję ubrań dla zarządu, zawodników i trenerów, w których reprezentować będą oni barwy swojego klubu podczas oficjalnych uroczystości.

Obecnie charakterystyczne logo sygnuje perfumy, zegarki, biżuterię, elementy wyposażenia wnętrz, telefony komórkowe, a także hotel... Sukces Versace potwierdza, że rodzinny biznes może przerodzić się w wielkie imperium.

Materiał zaczerpnięty z:

http://lamode.info/marki/articles/wszystko_zostaje_w_1

MAJONEZ&KECZUP

PORADY(NIE)ŻYCIOWE

5 SPOSOBÓW NA ... WIOSNĘ!

Pierwszy astronomiczny Dzień Wiosny już za nami, więc w tym numerze „Lesera” przedstawimy Wam 5 sposobów na przetrwanie tej pięknej pory roku.

1. ŚMIEJ SIĘ!

Kiedy się śmiejesz, Twój organizm wytwarza endorfiny, które sprawiają, że czujesz się dużo lepiej. Co ciekawe, śmiech wzmacnia Twój układ odpornościowy, a w okresie zimowo-wiosennym bardzo łatwo o choroby. Śmiech to zdrowie, więc śmiej się jak najwięcej!



2. RUSZAJ SIĘ!

To właśnie na wiosnę wybucha epidemia reklam firm, które chcą nam wcisnąć nowe buty czy akcesoria do biegania i innych ćwiczeń. Nie namawiamy oczywiście do kupowania nowych butów, ale w zdrowym ciele zdrowy duch! Wszelkie ćwiczenia przyspieszają krążenie krwi i rozluźniają napięcie w mięśniach, przez które jesteśmy zmęczeni i nasze ciało ma trudność z wytwarzaniem endorfin. Przez sport osiągniemy również ładną sylwetkę. Same plusy. Wiosna to idealna pora, żeby zacząć się ruszać.

3. ZMIENŲ WYSTRÓJ POKOJU!

Chociaż drobne kwiatki w dzbanek, czy odświeżacz o kwiatowym zapachu pomoże nam poczuć wiosenną atmosferę pomimo śniegu padającego czasem za oknem. Wiosenne porządki też wypadałoby zrobić, skądś się w końcu musiał wziąć ten zwyczaj... Rusz się więc w końcu z fotela i zacznij zmieniać swoje życie na lepsze, poczynając może właśnie od otoczenia.

4. PÓJDŲ NA SPACER!

Na zmęczenie najlepszy jest ruch na świeżym powietrzu i od niego właśnie należy zacząć wiosenną przemianę. Wybierz się na długi spacer z psem lub przyjacielem, tam gdzie jest jak najmniej spalin i samochodów, np. do parku czy do lasu. To świetny pomysł na dotlenienie swojego organizmu oraz na poprawienie relacji ze swoim przyjacielem!

5. CZAS NA ZMIANY!

Pewnie masz na ten rok kilka zaplanowanych zmian, które chcesz zrealizować już od kilku lat. Myślimy, że wiosna to idealny czas na odważne decyzję, bo kiedy, jak nie teraz, kiedy wszystko jest możliwe i zaczyna się od nowa rodzić do życia.

Alicja Załęska Blżej nas **Zakupowe chwytty, czyli jak nie dać się złapać**

W czasach, w których przypadło nam żyć, jednym z głównych filarów handlu jest reklama. Jest ona wszechobecna i coraz bardziej natarczywa. Oglądając ulubiony program telewizyjny, nie unikniemy informacji o niesamowitych przecenach lub o nowym modelu samochodu. Słuchając radia, dowiemy się o cudownych lekach, które zwalczają ból w dwie minuty, ponieważ współczesny człowiek nie ma czasu na choroby. Parkując auto przed sklepem, musimy być świadomi, że po powrocie pod wycieraczką znajdziemy informację o czekających nas niesamowitych okazjach, a kiedy otwieramy skrzynkę pocztową, jesteśmy zasypani stertą ofert.

Z pewnością wiecie, jaką sztuką jest pokonanie odcinka Aura-Stare Miasto, nie będąc ani razu zatrzymanym w celu wręczenia, a raczej wepchnięcia ulotki.

Skoro reklama jest wszędzie, jak mamy się nie dać oszukać? To całkiem proste, musimy skupić się na fakcie, że głównym celem producenta jest sprzedaż i według niego wcale nie 'jesteśmy tego warte'. Reklamy często stosują uwielbiane przez dzieci metafory oraz związki frazeologiczne. W tle najczęściej gra irytująca, ale jednocześnie wpadająca w ucho melodyjka, która nieraz towarzyszy nam do końca dnia.

Oprócz reklamy istnieją inne sposoby na zwiększenie sprzedaży. Nad poniższymi metodami pracuje wielu psychologów. Bardzo często, wchodząc do supermarketu, czujemy zapach świeżego pieczywa lub soczystych owoców, a wszystko po to, by klienci stali się głodni i kupili więcej jedzenia. Taką metodę stosują również restauracje. Inną sztuczką jest rozmieszczenie produktów w określony sposób. By zdobyć te podstawowe, należy pokonać masę cudownie wyglądających łakoci i przekąsek. Na poziomie wzroku umieszcza się artykuły, które sklep chce promować, za takie umieszczenie producenci często płacą duże kwoty.

Zauważyliście może, jak często środkowe półki wyglądają na zabałaganione, ponieważ znajdujące się na nich towary są przewracane? Wygląda to tak, jakby klienci to zrobili, poszukując czegoś, co warto kupić, więc i ty oglądasz te artykuły, które są przedstawione jako bardzo pożądane. W rzeczywistości robi to obsługa właśnie po to, byś tak pomyślał.

W sklepach nawet podłoga ma swój cel. W wielu z nich kafelki w alejkach z droższymi produktami są mniejsze, więc kiedy idziesz nią, twój wózek z zakupami robi większy hałas. Przez to odnosisz wrażenie, że idziesz bardzo szybko, dlatego zwalniasz i spędzasz więcej czasu w tym obszarze. Inne supermarkety rezygnują z okien po to, żebyśmy nie zauważyli, jak się ściemnia i zostali dłużej.

Przedsiębiorcy mieliby znacznie niższe zyski, gdybyśmy wchodzili prosto do środka, brali to czego potrzebujemy, a następnie wychodzili. Podobnie w sklepach odzieżowych przymierzalnie i kasy są zazwyczaj daleko od wejścia. Centra handlowe czasem mają skomplikowany plan pięter, żebyśmy łatwo dostali się do środka, ale zblądzieli przy wyjściu. Również schody ruchome oddzielające działy są pośrodku sklepu, co sprawia, że musisz przejść niemal cały sklep, by dostać się na górę. Im więcej czasu spędzasz w środku, tym więcej pieniędzy wydasz. Pamiętaj o tych sztuczkach i nie daj się na nie złapać!



sklep

Yuriy Trubitsyn [unsplash.com]

Aleksandra Stefanowicz

(nie) tylko dla dziewczyn

Blond jak u anioła

Ombre, sombre, balejaż, pasemka czy może cała czupryna na inny kolor? Przy takim wyborze rozmaitych farb, rozjaśniaczy, tonerów ciężko się zdecydować. Producenci reklamują coraz to nowsze, bardziej innowacyjne formuły kosmetyków. Oprócz zmiany barwy, włosy powinny pozostać w nienagannym stanie, ponieważ tego właśnie oczekują klienci (piękne włosy to zdrowe włosy!). Przez wiele lat dla chemików było to niełatwym zadaniem.

Rewolucjonistą w tej dziedzinie został Eugene Schueller- założyciel światowej marki L'Oréal. Francuz jako pierwszy opracował formułę farby delikatnej dla włosów jednocześnie nadającej naturalny kolor. Chemik stworzył odcień blond nazwany „Aureolą”. Kosmetyki potraktowane produktem stawały się miękkie, błyszczące i delikatne jak u anioła. Od pierwszego specyfiku pochodzi późniejsze określenie marki- łac. „aureale”.



Wynalezienie innowacyjnego kosmetyku stało się początkiem wielkiej kariery Schueller'a. 1907 to rok założenia firmy, pierwotnie nazwanej „Société Française des Teintures Inoffensives pour Cheveux” („Francuska Spółka do Produkcji Nieszkodliwych Farb do Włosów”). Kolejnym wynalezionym przez chemika produktem było mleczko do włosów oraz szampon - dużo delikatniejszy od dotychczasowych. Promując wynalazki, Francuz chciał zachęcić klientów do częstszego mycia głowy i dbania o higienę osobistą. Niestety, wszelkie rytuały oczyszczające należały wtedy do rzadkości. Rok po śmierci Schueller'a (1958r.) powstaje sprej, dzięki któremu włosy stawały się jedwabiste i lśniące.

Ludzie zachwycali się nowymi pomysłami Schueller'a. W ciągu kilku lat firma rozrosła się i posiadała przedstawicielstwa nie tylko we Francji, ale w znacznej części państw europejskich, USA, na Dalekim Wschodzie i w Brazylii. Marka L'Oréal rozwijała się w szybkim tempie, zdobywając zwolenników na całym świecie.



Dzisiaj koncern jest największym producentem kosmetyków do włosów i ciała. Naukowcy dbają o jakość i skuteczność produktów, tworząc nowe formuły pielęgnacyjne. Specyfiki znajdziemy w drogeriach, a profesjonalnych linii szukajmy w salonach czy specjalistycznych sklepach kosmetycznych.

Należy pamiętać, że nawet najdroższy i ceniony wśród innych produkt nie musi sprawdzić się u nas. Na etykietach czytamy o wspaniałych efektach otrzymanych po zastosowaniu. Producenci mogą napisać wszystko tylko po to, by zachęcić do kupna. Jednak PRAWDZIWA INFORMACJA tkwi w SKŁADZIE. Prawidłowe odczytanie półproduktów wymaga sporej wiedzy z zakresu kosmologii. Podstawowe wiadomości znajdziemy w sieci. Szperając na urodowych blogach, znajdziemy informacje o interesującym nas produkcie, dzięki temu możemy przemyśleć, po co sięgnąć z drogeryjnej półki. Czasem te najbardziej niepozorne opakowania sprzedawane po niskiej cenie okazują się najlepsze, ale aby dojść do swojego faworyta, musimy testować. Dla prawdziwej kosmetykomaniaczki nie ma nic przyjemniejszego J.

Ania Leszczyńska

Nie taka książka straszna...

Facilis descensus Averno*

Witajcie z powrotem! Ten miesiąc jest dość szalony dla każdego z nas, w szczególności dla trzecioklasistów. Ledwo wróciliśmy po przerwie świątecznej, a już trzeba się brać za naukę i przygotowania do zbliżających się nieuchronnie egzaminów.

Na ten czas najlepsze książki to takie, przy których można się zrelaksować, które swoją fabułą wciągną nas do innego świata. Ja taką książkę znalazłam, to seria Dary Anioła autorstwa Cassandry Clare. Na ten moment jestem w trakcie czytania piątego tomu, ale już mogę powiedzieć, że seria jest wspaniała.

Opowiada o nastoletniej Clary Fray, która z pozoru wydaje się zwyczajną nastolatką. No właśnie, z pozoru. Okazuje się, że jest jedną z Nocnych Łowców – starożytnej rasy mającej w sobie krew ludzi i aniołów, walczącej z demonami. Jednak dziewczyna jest tego nieświadoma – jej matka zadbała o to, by zapewnić jej bezpieczeństwo. Clary dowiaduje się o tym przez Jace'a – tajemniczego Łowcę, który wydaje się najbardziej narcystycznym i sarkastycznym człowiekiem chodzącym po ziemi. Jednak jej rodzina skrywa wiele tajemnic, które wychodzą na jaw całkowicie zmieniając jej życie.

Cassandra Clare przekazuje nam historię dopracowaną w każdym szczególe, nic nie jest w niej przypadkowe, ale jednocześnie ma pewną lekkość, nie przytłacza nas długimi opisami i nadmiarem informacji *ykhm, *Krzyżacy*, ykhm*. Czyta się ją łatwo i przyjemnie i ciężko się od niej oderwać. Historia jest tak wciągająca, że chcąc przeczytać jedną część, przeczytałam cztery w niecałe półtora tygodnia. Jest pełna szokujących zwrotów akcji i postaci, o których do ostatniego momentu nie do końca wiadomo, czy są dobre czy złe. Jednak to sprawia, że całość nie nudzi – seria jest fenomenalna i chętnie podyskutuję na ten temat, jeśli ktoś uważa inaczej.

Serdecznie Wam polecam tę serię, ale ostrzegam – jeżeli macie niedużo wolnego czasu, rozplanujcie czas na czytanie w taki sposób, by z niczym nie kolidował – z doświadczenia wiem, że czytanie podczas zajęć dodatkowych czy przed odrabianiem lekcji jest fatalnym pomysłem.

Mam nadzieję, że jakoś radzicie sobie z przejściem do porządku dziennego po tygodniu wolności. Do następnego!

*łac. *Łatwe jest zejście do piekieł* – Wergiliusz, „Eneida”

Marcel Luszowski

nie taka książka straszna...

Sen czy hiperrzeczywistość?

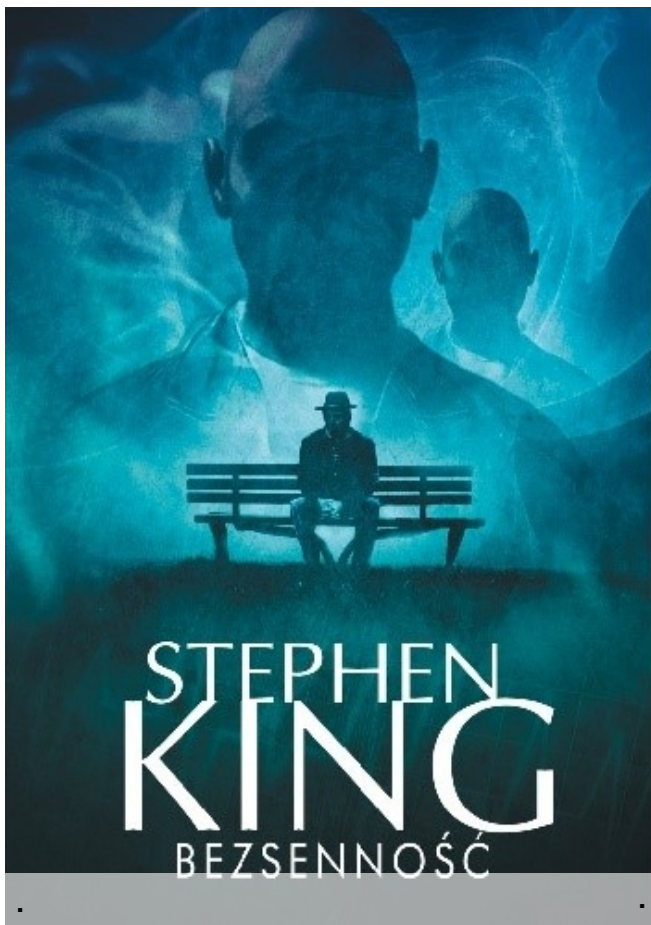
Stephen King to wybitny pisarz, nazywany też "królem horroru". Jego utwory zostały przetłumaczone na kilkadziesiąt języków. Ale czy sukces większości powieści sprawia, że każda następna też będzie dobra?

Tu pojawia się "Bezsenna": fantastyka tak nieprawdopodobna, że tylko King mógł sprawić, że czytelnik w nią uwierzy. Powieść ma 655 stron (w moim kieszonkowym wydaniu), po pierwszych stu miałem jej dość, a po kolejnych czterystu znów zaczęła być wciągająca. Moim problemem były bardzo gwałtowne zmiany tempa fabuły, w środku akcji autor brał się za opisywanie krajobrazów lub postaci.

A o czym jest "Bezsenna"? To historia wdowca, który rok po śmierci żony zaczął widzieć ludzkie aury oraz sypiać mniej każdej nocy. Oprócz tego zostaje wplątany w sprawy "długoterminowych". Traci kontrolę nad własnym losem, jego przyjaciele zaczynają umierać (na pozór nic dziwnego, gdy nikt nie ma poniżej siedemdziesięciu lat), a nawet staje się ofiarą zamachu. Wszystko to w klimacie Derry lat dziewięćdziesiątych.

Generalnie, gdyby nie znudzenie towarzyszące mi przez 400 stron, ta książka nie znalazłaby się tutaj. Czytałem ostatnio sporo, ale ta pozycja wpłynęła na mnie najmocniej, mimo że nie podobała mi się.

Więc dobra rada: jeśli macie tę powieść na liście, to przesuńcie ją na spód.



Gabriela Koncewicz

Szczypta poezji, odrobina prozy

"Miłość, morze i..."

Asia siedziała w przestronnej poczekalni. Jedną nogę podciągnęła pod brodę, a drugą trzymała daleko wyciągniętą do przodu. W dłoniach miała grubą książkę i próbowała ją czytać. Po chwili wyprostowała się i skrzywiła. Pomyślała, że krzesło, na którym siedzi, jest bardzo niewygodne.

Nie chciała tu być. Spojrzała kątem oka na kobietę siedzącą obok niej. Siedziała idealnie prosto, a nogi miała założone jedna na drugą. Na jej twarzy widać było grubą warstwę profesjonalnego makijażu, a długie blond włosy związane miała na czubku głowy tak, że spod gumki nie wystawał ani jeden ich kosmyk. Była spokojna i opanowana, jakby wcale nie znajdowała się w poradni psychologicznej.

Asia westchnęła, przypominając sobie ten przykry fakt i spojrzała na białe drzwi po lewej stronie. Za tym wejściem znajdowały się jej siostra Pulina z ich mamą. Obie zdecydowały się na tę terapię po wiadomości o śmierci chłopaka Pauliny, Bartka. Asia wciąż pamiętała te noce, w czasie których słyszała tłumiony szloch w pokoju siostry.

- Jesteś siostrą Pauliny, prawda? - odezwała się nagle siedząca obok Asi blondynka, a dziewczyna drgnęła przestraszona.

- Tak - odpowiedziała niepewnie. - A o co chodzi?

- Jestem matką Bartka, jej chłopaka - odpowiedziała kobieta, a Asia otworzyła szerzej oczy. Nie mogła dostrzec podobieństwa.

- No cóż, bardzo... - zaczęła, chcąc złożyć kondolencje, kiedy blondynka uciszyła ją gestem.

- Nie chcę słyszeć, że ci przykro - powiedziała zimno.

- Chciałabym tylko, byś przekazała tej biednej dziewczynie - wskazała głową w stronę drzwi do gabinetu lekarskiego - żeby nie płakała po Bartku. To nie ma sensu, zbyt wiele przed nią ukrywał. - Po tych słowach kobieta odwróciła się i wyjęła z torebki gazetę. Chwilę później nie zwracała już na Asię uwagi, pogrążona była w lekturze.

Nagle drzwi gabinetu otworzyły się i wybiegła z nich Paulina. Nie wyglądała na wściekłą ani smutną, po prostu była zrezygnowana. Nie oglądając się za siebie wyszła z budynku.

Asia natychmiast podniosła się i spojrzała na mamę. Kobieta wzruszyła tylko ramionami i sięgnęła do portfela, by zapłacić psychologowi.

Asia postanowiła iść za Pauliną. Nie uważała, że zdoła przekonać ją do terapii, ale stwierdziła, że powinna powiedzieć jej to, co usłyszała od matki Bartka, cokolwiek miało to znaczyć.

- Słuchaj - zaczęła, kładąc siostrze dłoń na ramieniu. - Jest coś, co powinnaś wiedzieć.

- Tak? - zapytała Paulina z ledwie ukrywaną pogardą. - Co takiego? Może, że Bartek żyje?

- Przestań - powiedziała Asia, siłąc się na spokojny ton. - Ta umalowana blondyna w poczekalni to...

- Matka Bartka, wiem - Paulina lekceważąco machnęła ręką. - I co w tym odkrywczego?

- To, że powiedziała mi, że Bartek wiele przed tobą ukrywał.

- No, to jest trochę zacofana.

Asia nie wiedziała, co odpowiedzieć. Była pewna, że Paulina będzie zdziwiona, chociaż trochę, może smutna lub rozczarowana, ale takiej reakcji zupełnie się nie spodziewała.

- Dostałam kiedyś od niego książkę - odezwała się ponownie starsza z siostr, nie patrząc na Asię, a gdzieś daleko przed siebie. - O żeglarstwie. Na początku myślałam, że chce mnie zarazić tym, co kocha, ale myliłam się. On wiedział, że rzucę ten podręcznik w ką i o nim zapomnę. To miało tak być, wiesz? Miałam sobie o tej książeczce przypomnieć po jego wyjeździe. Okazało się, że to było coś w rodzaju jego notatnika, a ja musiałam umieć czytać między wierszami. No i się doczytałam - przerwała na chwilę. Asia chciała zapytać, co takiego jej siostra wyczytała, ale wiedziała, że nie powinna jej przerywać. - I w pamięci utkwilo mi jedno zdanie. Tak miało być, pogodzę się z tym i nie robię tego dla siebie. Tak brzmiało. I dopisek, nazwa tego miejsca, w którym jego łódka zatonała.

- Czekaj... - powiedziała niepewnie Asia. - Rozumiesz przez to, że Bartek popełnił samobójstwo?

- Właśnie to przez to rozumiem - odpowiedziała Paulina i uśmiechnęła się sztucznie do siostry. -

Jestem tylko ciekawa, dlaczego to zrobił... Tak idealnie zaplanowane.

Asia głośno wypuściła powietrze ustami. Zdumiewał ją fakt, że chłopak popełnił samobójstwo, ale nie mogła

- Też uważasz, że nie mógł tego zrobić? - zapytała ciemnowłosa.
- Otóż to - przytaknęła Asia. - To by było bardzo, naprawdę bardzo dziwne. Zauważyłabyś, gdyby czuł się źle.
- Chyba że jest dobrym aktorem.
- To jest jeszcze mniej prawdopodobne niż wersja z samobójstwem - powiedziała Asia swoim stałym, ironicznym tonem, a Paulina uśmiechnęła się, choć jej oczy nadal pozostawały smutne.



Kasia Chudy



Kasia Chudy

Kasia Zielińska

szczypta poezji, odrobina prozy

„Jutro cz.2”

Kilka dni zmieniło się w kilka tygodni.
Kilka godzin zmieniło się w kilkanaście.
Wiosna zmieniła się w lato.

Jej oczy zmieniały się z każdą minutą.

Byliśmy w parku. Siedziałem na ławce, patrząc na Ninę, która leżała na trawie i wpatrywała się w niebo. Zza zielonych liści wystawał kawałek jej nosa, a palce u stóp co chwila pojawiały się i znikaly. Dookoła nas biegały dzieci z rodzicami. Psy ze swoimi właścicielami spacerowały po dróżce dookoła parku. Na pobliskiej ławce siedziała starsza siwa pani i karmiła gołębie. Po drzewach co chwila przebiegały rude wiewiórki, goniąc się nawzajem. Widok na pozór normalny. Zwyczajni ludzie nie zdawali sobie sprawy z tego, że wokół nich są tacy, którzy są inni.

Mały chłopiec kolejny raz podczas ostatnich kilku minut przebiega przed moimi stopami, trzymając w dłoniach kolorowy samolot. Z jego ust wychodzi cichy warkot, który najwyraźniej ma przypominać odgłos silnika. Patrzyłem na niego, a on zdawał się nie widzieć nic innego oprócz zabawki. Przez swoją nieuwagę chwilę później zniknął pod zielonym dywanem. Zerwałem się z miejsca, kiedy zobaczyłem, że potknął się o Ninę, która od razu zareagowała podobnie do mnie. Co dziwne, do moich uszu nie dobiegł żaden płacz ani nawet szloch.

Uklęknąłem przy dziecku, które patrzyło na mnie teraz wielkimi zielonymi oczami.

- Wszystko w porządku? – pytam, patrząc to na chłopca, to na Ninę. Dziewczyna patrzyła na chłopczyka z przerażeniem w oczach.

- Tak. Przepraszam, panią. Mamusia dużo razy mówiła, żebym patrzył pod nogi. – Uśmiechnął się do dziewczyny, otrzepując kolana z niewidzialnego kurzu.

– Jestem Max – wyciągnął przed siebie rączkę, która była lekko ubrudzona trawą.

Nina niepewnie spojrzała na chłopca, ale kiedy w oczach Maxa zobaczyła iskierki, lekko uniosła dłoń. Chłopiec ścisnął ją i potrząsnął. Widząc, że Nina nie robi nic więcej, to ja przejąłem inicjatywę.

- Ja jestem Daniel – przedstawiłem się. - To moja przyjaciółka Nina. – Dodałem i zauważyłem, że na słowo „przyjaciółka” dziewczyna spojrzała na mnie ze zdziwieniem na twarzy. Uśmiechnąłem się do niej, a ona spuściła wzrok. Max zauważył to i od razu nachylił się w moją stronę.

- Ona chyba cię nie lubi – szepnął mi konspiracyjnie na ucho. Zaśmiałem się i również się do niego przybliżyłem.

- Może mnie nie lubi – odszepnąłem, wiedząc i tak, że dziewczyna nas słyszy. – Jednak ja lubię ją. Nawet bardzo – dodałem, udając, że nie widzę, jak kącik jej ust drga.

Max pokazał rząd białych ząbków, a chwilę później przy naszym boku pojawiła się kobieta. Uniosłem wzrok i zobaczyłem te same oczy, jakie miał chłopiec.

- Mamusiu! Patrz kogo poznałem! To Daniel, a to jego super, mega przyjaciółka, Nina – zielonooki pokazał kolejno na mnie i Ninę.

- Max, kochanie, prosiłam, żebyś nikomu nie przeszkadzał – zganiła go mama. Chłopiec od razu spojrzał na mnie, szukając wsparcia.

- Mamo, ja nie przeszkadzałem! Prawda, Danielu? Powiedz mamusi, że nie przeszkadzałem – poprosił władczym głosem, ale po chwili uśmiechnął się tak jak małe dziecko.

- Wydaje mi się, że nie. Według mnie nie przeszkadzałeś.

- No dobrze. Dziękuję za zaopiekowanie się moim synem. Max, chodź już – kobieta wyciągnęła rękę w stronę syna.

Chłopiec podniósł z ziemi samolot i złapał kobietę za rękę.

- Pa! – krzyknął i pomachał nam na do widzenia.

Odpowiedziałem tym samym. Spojrzałem na Ninę, która, patrząc na Maxa, lekko machała.

Chwilę później znów zniknęła w zasłonie trawy. Bez wahania położyłem się obok niej, również patrząc przed siebie.

- Zastanawiałeś się dokąd lecą? – odezwała się po kilku minutach ciszy.

- Kto?

- Ptaki... - odpowiedziała, jakby to była najoczywistsza rzecz na świecie.

- Nad tym się zastanawiam. Lecą cały czas. Jaki jest ich cel?
- Nie wiem – zaśmiałem się cicho. – Po co to wiedzieć?
- A ty nie zastanawiasz się, jaki masz cel? Chyba każdy go ma, prawda?
- A jaki jest twój? – zapytałem, a dziewczyna cicho westchnęła.
- Chcę zapomnieć... to chyba oczywiste.
- Żeby zapomnieć, musisz to z siebie wydobyć. Powiedzieć to, co jest trudne i wtedy zapomnieć...
- Chciałbyś tego słuchać? – przerwała mi i cicho prychnęła. – Znasz tę historię. Po co chcesz jej słuchać?
- Bo nie chcę jej znać z kartek zapisanych przez kogoś, kto nie miał zielonego pojęcia, co się wydarzyło. Chcę wiedzieć to od ciebie...
Po moich słowach nastąpiła długa cisza. Bałem się, że tymi kilkoma zdaniem zniszczyłem to, co udało mi się osiągnąć.
To co udało nam się osiągnąć...
- Chyba jestem gotowa – wyszeptęła.



ptaki

unsplash.com

unsplash.com

Pola Zarzycka

NIE JEM PO 18

Jeśli jesteście osobami, które ćwiczą lub interesują się zdrowym odżywianiem, to na pewno nieraz słyszeliście różne mity na ten temat. Być może nawet w nie wierzycie. Przybliżymy Wam, jakie dokładnie chodzą pogłoski o ćwiczeniach i dietach.

• Gdy zaczynamy się odchudzać, chcemy wyeliminować z diety wszelkie tłuszcze. A brak tłuszczu może nieść ze sobą poważne skutki zdrowotne dla organizmu, jak na przykład zaparcia czy problemy hormonalne. Więc możemy ograniczyć tłuszcz, ale nie powinniśmy z niego rezygnować.

"Jeśli będę ćwiczyć codziennie, to szybciej schudnę"
Nie, jedynie wykończysz swój organizm. Wiadomo, że trzeba ćwiczyć regularnie, aby osiągnąć efekt, ale nasz organizm potrzebuje przynajmniej jednego dnia regeneracji w tygodniu. Odpoczynek jest tak samo ważny jak ćwiczenie.

• Następną rzeczą jest zamienianie przekąsek na owoce. Oczywiście owoce są dobrym źródłem witamin, ale zawierają też cukry. Po zjedzeniu ich sporej porcji poziom insuliny produkowanej przez trzustkę wzrośnie tak samo, jak byśmy zjedli słodczy. Gdy natomiast po jakimś czasie się obniży, znowu będziemy mieli na coś ochotę.

"Produkty 'light' są zdrowsze"
Nie są zdrowsze, jest w nich więcej chemii. Niektóre składniki np. cukier są zastępowane np. słodzikami. Dzięki temu producent może napisać, że i kalorii jest mniej, a wtedy produkt jest 'light'.

"Nie jem po 18.00"
To chyba najpowszechniejsze MYLNE przekonanie o zdrowym stylu życia. Bardzo dużo osób w to wierzy, mimo że to głupota. Jeśli ktoś idzie spać o 1.00 w nocy, to też ma jeść o 18.00 i później. Brak pożywienia przez 6 godzin to jest po prostu głodzenie się. Ostatni posiłek jemy ok. 2 godzin przed snem. Obojętnie, o której idziemy spać.

"Ziemniaki i chleb są niezdrowe."
Jeśli ziemniaki są ze śmietaną, a chleb jest pszenny to owszem, są niezdrowe. Ale jeśli będą to po prostu ugotowane ziemniaki, a chleb będzie na przykład z mąki razowej i z ziarnami, to są produkty jak najbardziej dopuszczalne.

"Nie będę ćwiczyć, bo nie chce wyglądać jak kulturysta"
Nie będziecie tak wyglądać, nie będziecie nawet mieli bardzo widocznych mięśni, o ile nie będzie to trening siłowy. Przy ćwiczeniach tzw. cardio jedynie spalimy tkankę tłuszczową i poprawimy swoją kondycję.

Wiele z nas pewnie myśli, że po każdej diecie jest efekt „jo-jo”. Po rozsądnej diecie takiego efektu nie otrzymamy. Jeśli stosujemy nowe, nieznane, bardzo kontrowersyjne diety, to może pojawić się taki efekt. Jeśli stosujemy głodówki, to praktycznie efekt „jo-jo” mamy murowany. Natomiast jeśli będziemy stosowali dietę ułożoną przez dobrego dietetyka lub po prostu będziemy się zdrowo odżywiali, to nie mamy się o co martwić.

Martyna Gola

NIEZWYKŁA "SZATNIA" PRZEBUDZONYCH

Olsztyńskie Baby Teatralne odbyły się piątego marca na scenie Centrum Edukacji i Inicjatyw Kulturalnych. Wystąpiło tam osiem amatorskich grup teatralnych, niestety ja widziałam tylko cztery z nich. Wszystkie grupy świetnie sobie poradziły, ale najbardziej urzekła mnie sztuka "Szatnia", wystawiana przez Teatr Przebudzeni z Ostródy, która inspirowana jest twórczością Tadeusza Kantora.

Sztuka zachwyca wyjątkowością z wielu względów. Jest to zabawa konwencją. Zaczynając od aktorów, którzy są niepełnosprawni, uczestnictwo dla nich - jak sami twierdzą - "jest z pewnością formą terapii, ale i wyrażenia samego siebie". Zespół poprzez pracę obala stereotypy dotyczące takiej formy teatru. Gra jest naprawdę dobra i da się odczuć profesjonalizm, dojrzałość i świadomość teatralną aktorów. Na czas spektaklu zapominamy o niepełnosprawnościach postaci, by dać się im poprowadzić przez wszystkie stany i emocje. Nie ma scen, które gorszą, każda ma wyraz artystyczny. Ta, w której aktorzy rozbierają się niemal do bielizny, a ich ciała nie są idealne, sprawia, że znów zapominamy o pewnych ułomnościach na rzecz sympatii. Wszystkie słowa podziwu i owacje są w pełni zasłużone. W sztuce ciekawy jest fakt, że nie przekazuje nic dosłownie, co pozwala widzowi samemu doszukiwać się przesłania. Nie wymusza myślenia na siłę, każdy sam chce to robić. Posługuje się metaforami, przedstawia historię za pomocą obrazów, jednakże wszystko jest czytelne i zrozumiałe. Muzyka również dodaje dramaturgii, jest grana na żywo i świetnie skomponowana. Wyróżnia ważne szczegóły.

Postacie są niesamowite, pełne emocji, każda jest unikatowa i symboliczna. Zachowują swą prostotę. Stawiają sobie, ale i publiczności pytanie "Co dalej?", jako pytanie o sens życia lub relacji międzyludzkich. Akcja rozwija się wraz z refleksją nad śmiercią i życiem. Sztuka trwa w nieokreślonym zawieszeniu.

"Szatnię" polecam każdemu, nie jest ukierunkowana i nie ma docelowej grupy odbiorców. Jest dla mnie ogromną inspiracją. Z całą pewnością zobaczyłabym ją jeszcze raz, tak samo jak inne spektakle Teatru Przebudzeni z Ostródy.

Maria Perduta

Okciem zoologa

Felis catus - zwierzę dziewięciu żyć

„Kocie oczy to okna, przez które można zajrzeć do innego świata.”

Cześć, w tym numerze zapoznam Was z kilkoma ciekawostkami na temat kotów. Pewnie wiecie, że kot to udomowiony gatunek ssaka z rodziny kotowatych. Wikipedia podaje, że oswojono je ok. 9500 lat temu. Obecnie to najpopularniejsze zwierzę domowe na świecie. Początkowo kot był obiektem kultu, wiązano go z boginią Bastet, a zwłoki kotów mumifikowano. Później zaczęto wykorzystywać go do tępienia gryzoni.



1. Zastanawialiście się kiedyś, ile kocich lat ma wasz czworonóg? Możecie to sprawdzić w poniższej tabelce:

Wiek kota w porównaniu z wiekiem człowieka

kot	człowiek	kot	człowiek	kot	człowiek	kot	człowiek
1 miesiąc	6 miesięcy	8 miesięcy	16 lat	7 lat	45 lat	14 lat	72 lata
2 miesiące	10 miesięcy	1 rok	18 lat	8 lat	50 lat	15 lat	74 lata
3 miesiące	2 lata	2 lata	25 lat	9 lat	55 lat	16 lat	76 lat
4 miesiące	5 lat	3 lata	30 lat	10 lat	60 lat	17 lat	78 lat

2. Kolejną ciekawą sprawą jest próba doświadczalna wykonana w 1879 roku w Belgii. Polegała ona na zastąpieniu gołębi pocztowych kotami. Otóż 37 zwierząt wywieziono z Liège (miasto we wschodniej Belgii) do miejscowości położonej w promieniu 30 km. Koty wyposażono w odpowiedni ekwipunek i wypuszczono – wszystkie wróciły do Liège, jednak większość pozbyła się w drodze przesyłek. :)

3. Kot spędza średnio 2/3 doby na drzemce. Oznacza to, że dziewięcioletni kot przespał całe sześć lat swojego życia. Natomiast blisko 1/3 czasu, w którym nie śpią, wykorzystują na mycie się.

4. Kot może skoczyć jednym susem na wysokość 5 razy większą niż długość jego rozprostowanego ciała, a maksymalna prędkość biegnącego kota to 49km/h.

5. Koci grzbiet jest bardzo elastyczny, bo składa się aż z 53 luźno ze sobą połączonych kręgów. Koty mają 32 mięśnie kontrolujące ruchy ucha zewnętrznego. Zwierzę ten może obracać obojgiem uszu, niezależnie od siebie, o 180 stopni.

6. Koty z łatwością wdrapują się na drzewa, lecz zejście z powrotem na ziemię stanowi dla nich problem. Haczykowate pazurki wygięte są tylko w jedną stronę, dlatego zejście z drzewa musi odbywać się w tej samej pozycji co wejście.

7. Każdy koci nos jest pokryty niepowtarzalnym wzorem linii, które tworzą unikalny wzór tak samo jak linie papilarne na opuszkach palców człowieka.

8. Najstarszy dotąd kot, Creme Puff z USA, odszedł za tęczy most trzy dni po swoich 38 urodzinach. Koty z reguły mogą żyć do 20 lat, które odpowiadają 98 ludzkim latom.

9. Koty są wyjątkowo wyczułone na wibracje i drgania. Podobno są w stanie wyczuć zbliżające się trzęsienie ziemi na 10-15 min przed człowiekiem.

Laura Taraszkowska
przymrużeniem oka

Z

Suchary na wiosnę

Jak się nazywa kobieta pozbawiona głosu?
- Ideal

Brytyjscy naukowcy udowodnili, że najwięcej witamin jest w... aptece.

Jak się nazywa miasto, które żegna ryż?
- Paryż.

Czemu blondynka się cieszy, gdy ułoży puzzle w 4 miesiące?
- Bo na pudełku jest napisane od 5 do 10 lat.

Dlaczego książka szkolna nie jest mokra?
- Bo jest podręcznikiem.

Jak się nazywa zgrzana Ewa?
- Zgrzewka

Czego piłkarz nie lubi w matematyce?
- Słupków

Co mówi nauczycielka geografii przy mapie?
- Witam państwa.

Kto wygrał program "1 z 10"?
- 1 z 10

Co robi matematyk podczas świąt?
-Zadania z gwiazdką

Marta Ciechanowicz

Kulturalna mapa Warmii i Mazur

Wiosenne atrakcje

Cześć!

Kwiecień i maj to czas wiosny, a to z kolei wiąże się z wieloma imprezami w plenerze.

Pewnego dnia zapewne będzie się Wam nudzić, więc przygotowałam parę propozycji na zabicie czasu. Rzućcie okiem!

28.04.2016 w Hali Uranii o godzinie 19.30 wystąpi Kabaret Smile, który zdobywa publiczność wszędzie, gdzie się pojawi. Duża dawka humoru przeznaczona dla każdego!



1-03.05.2016 na lotnisku w Kętrzynie odbędzie się Lotnicza Majówka z Wojskiem. Wśród atrakcji znajduje się ekspozycja bojowego sprzętu wojskowego, będzie można również aktywnie uczestniczyć w różnych propozycjach programowych.

6.05.2016 Premiera filmu „Kapitan Ameryka. Wojna bohaterów”. Podczas kolejnej międzynarodowej akcji z udziałem superbohaterów dochodzi do strat w ludności w cywilnej. Rosną naciski, aby poddać herosów nadzorowi, a Kapitan Ameryka staje na czele drużyny Avengers, aby ocalić ludzkość.

7-8 maja 2016 w Mrągowie na jeziorze Czoz zostaną rozegrane regaty. Impreza będzie miała rangę ogólnokrajowej. Żeglarze z Mrągowa i okolic będą mieć okazję ścigać się z innymi zawodnikami startującymi na regatowych jachtach kabinowych. Liczymy na słońce i dużo wrażeń!

Na 13.05.2016 zaplanowana jest premiera płyty Meghan Trainor pt. „Thank you”. Autorki takich piosenek jak „All About That Bass” i „Like I’m Gonna Lose You”. Płyta na pewno będzie wielkim hitem!

14.05.2016 Noc Muzeów w Twierdzy Boyen. Giżycko kolejny raz zaprasza na nocne zwiedzanie Twierdzy, która powstała latach 1843-1855. Jest to jeden z najlepiej zachowanych zabytków architektury obronnej XIX w Polsce.



Hubert Arentewicz

Far Cry Primal – wywiad z Hesharem

Niedawno nastąpiła premiera nowego Far Cry'ya – Primała. Tak jak przy temacie wojny konsol, sięgnę po opinię Heshera. Heshar to youtuber nagrywający let's playe i vlogi, a ostatnio historię serii gier Tekken ([youtube.com/OldHeshar](https://www.youtube.com/OldHeshar)). Dzisiejszym tematem jest Far Cry Primal oraz to, jak się w niego gra, jaki ma klimat.

– Zaczniemy od podstawowego pytania: Jakie są twoje pierwsze wrażenia z najnowszego FC?

– Moje wrażenia? Bardzo, bardzo pozytywne. Nie chodzi tylko o fabułę, ale też mechanikę. Gra wciągnęła mnie na wiele godzin.

– Z tego, co wiem, jest to twój pierwszy FC. Czy Primal wywarł na tobie dobre wrażenie i chęć zagrania w poprzednie odsłony?

– Szczerze? Nie. Po Primała sięgnąłem ze względu na umieszczenie gry w prehistorii, nie interesuje mnie strzelanie z karabinów.

– Jak oceniasz rozgrywkę? Co myślisz o klimacie tej gry?

– Uważam, że rozgrywka jest poprowadzona po mistrzowsku, a klimat gry jest bardzo wciągający. Smaku dodaje język stworzony na potrzeby gry, muzyka i widoki.

– Na czym polega fabuła nowego FC?

– Fabuła oscyluje wokół uratowania plemienia Łindzia oraz walce z wrogimi plemionami zamieszkującymi przedstawiony świat.

– Wiem, że w odsłonie na ps4 znajduje się platynowe trofeum, na którym bardzo ci zależy. Jakie było według ciebie najtrudniejsze trofeum do zdobycia w tej grze?

– To „Łzy wstydu”. Nie chodzi o trudność samego zadania, lecz problem moralny, gdyż należy tu zabić oswojone zwierzę po czym je oskórować.

– W poprzednich odsłonach Far Cry'a główną bronią była broń palna. Jakim arsenałem twórcy zastąpili ją w tej grze?

– Zyskujemy maczugi, łuki, dzidy, noże do rzucania oraz praktycznie każdą broń, którą można wytworzyć z surowców naturalnych. Oczywiście można je ulepszać.

– Jako że jest to gra ze stajni Ubisoftu, to muszę Cię o to zapytać: czy napotkałeś jakieś błędy?

– Błędy, które napotkałem, są małe i nieprzeszkadzające w rozgrywce (np. wiszące postaci oraz ptaki wlatujące w skały). Takie błędy są typowe dla gier z otwartym światem.

– Na koniec pytanie dotyczące twojej rozgrywki w Primała. Ile czasu mniej więcej poświęciłeś na odkrywanie mapy i polowaniu na zwierzęta?

– Dużo więcej niż na fabułę. Myślę, że poszło na to

informacje ze świata gier

Polska produkcja o czasie – Super Hot

Niedawno łódzkie studio Blue Brick wydało grę, w której prototyp mogliśmy zagrać już ponad dwa lata temu. Został on stworzony na potrzeby konkursu 7DFPS. Jest ona strzelaniną FPP, w której całość skupia się nie na samym strzelaniu, ale umiejętnemu wykorzystywaniu zatrzymującego się czasu, dzięki któremu możemy unikać wystrzelonych w naszą stronę pocisków, jednocześnie dokładnie mierząc w głowę kolejnego przeciwnika.

Gra zrealizowana jest w prostej oprawie graficznej, w której dominuje biel i czerwień.

Nowa gra Toma Clancy'ego – The Division

Pierwszy trailer The Division ukazał się na targach E3 w 2013 roku. Tom Clancy's The Division to trzecioosobowa gra akcji z elementami RPG, stworzona z myślą o rozgrywkach sieciowych. Wiele osób porównuje nową produkcję Ubisoftu do Destiny, lecz uważam, że bardziej trafne jest porównanie do Diablo. Zamieńcie miecze i łuki na broń palną, potwory na różne grupy przestępcze, przenieście się z Sanktuarium do Nowego Jorku i zastąpcie Deckarda Caina agentką Faye Lau. Początek gry jest standardowy: zostajemy wprowadzeni do fabuły, określamy wygląd postaci (dostępne są tylko presetki wyglądu, przez co tworzenie postaci jest mniej zaawansowane niż w np. Falloucie 4), zostajemy wezwani do jednego ze schronów organizacji Strategic Homeland Division, po czym zostajemy wprowadzeni do gry kilkoma prostymi misjami w Brooklynie. Po ukończeniu samouczka w Brooklynie przenosimy się do właściwego miejsca rozgrywki, czyli Manhattanu. Największymi zaletami tej gry jest klimatycznie przedstawiony postapokaliptyczny Nowy Jork, dobra grafika i animacje postaci, duży otwarty świat oraz możliwość rozbudowy swojej bazy operacyjnej. Ta gra ma też oczywiście kilka wad, takich jak na przykład powtarzające się misje poboczne, przerysowanie niektórych postaci, brak zabezpieczeń przeciwko hackerom oraz największa wada tej gry: używa ona serwerów Ubisoftu...

Poradnik początkującego biegacza

Trawa się zieleni, ptaszki ćwierkają, w sklepach pojawiły się rzodkiewki, a młodsze rodzeństwo w ramach pracy domowej hoduje rzeżuchę. Jednym słowem – wiosna przyszła.

Wiele osób w ramach poprawy kondycji i zrzucenia paru zbędnych kilogramów postanawia, że wiosną zacznie biegać.

Nie wszyscy jednak wytrwają w tym bądź co bądź trudnym postanowieniu, bo bieganie to, jak wiadomo, nie przelewki. Żeby nie zniechęcić się po dwóch dniach, musimy być solidnie przygotowani. Przede wszystkim musimy być odpowiednio zmotywowani. Mniej więcej rok temu wiele osób wrzucało na Facebooka zdjęcia pięknych, wysportowanych osób z dopiskiem „Potrzebuję motywacji; jeden lajk – jedna pompka”. Możemy pójść za ich przykładem i opublikować selfie w stroju do biegania z dopiskiem „jeden lajk – jeden metr”.

Jeśli wypadniemy niezbyt korzystnie i nasze zdjęcie polubi tylko mama, siostra i ciocia Kryśka, to przynajmniej nie będziemy musieli się specjalnie wysilać. Dystans równy odległości od kanapy do lodówki umie pokonać nawet największy amator. Jeżeli nasze zdjęcie zacznie bić rekordy popularności i okaże się nagle, że musimy kilka razy obieć równik – no cóż, taka jest cena popularności.

Skoro jesteśmy już zmotywowani, możemy przystąpić do zbierania ekwipunku.

Po pierwsze potrzebujemy butów. Jakieś tam stare, wytarte adidas się nie nadadzą. Potrzebujemy obuwia z prawdziwego zdarzenia! Przecież cały świat ma wiedzieć, że traktujemy swoją nową pasję poważnie! Zdobycie pieniędzy na markowe trampki nie powinno być problemem. Rodzice z pewnością zgodzą się zasponsorować coś, co nie jest siedzeniem przed komputerem.

Następną rzeczą jest symbol każdego porządnego biegacza – słuchawki z motywującą muzyką. Z tym też nie powinniśmy mieć kłopotów. Chyba każdy ma w domu słuchawki i wie, jaka muzyka motywuje go najbardziej.

Możemy też zaopatrzyć się w dodatki takie jak dres, oddychające skarpety albo miernik tętna, ale to raczej zestaw dla zaawansowanych.

Teraz pozostaje nam już tylko wytyczyć trasę, która długością mniej więcej będzie odpowiadała ilości otrzymanych wcześniej lajków (liczy się każda trasa! – ta od kanapy do lodówki też!) i opublikować ją na Facebooku, żeby pokazać, że nie jesteśmy gołostowni, a następnie iść biegać.

Jak widać, sprawa nie jest bardzo trudna.

Podstawowym przyrządem, jaki musi opanować początkujący biegacz, jest Facebook, którego można założyć bardzo łatwo i zupełnie za darmo. Bieganie może nam za to przynieść wiele korzyści, jak zwiększone zaufanie rodziców (kiedy chcesz wyjść z domu wystarczy powiedzieć, że idziesz biegać, a oni nie zadają żadnych pytań, tylko cieszą się, że ich dziecko zdrowo żyje) albo podziw płci przeciwnej nad twoimi wymodelowanymi łydkami.

A co, jeśli stwierdzimy, że bieganie chyba jednak nie jest dla nas?

No cóż, nic nie stoi na przeszkodzie, żeby znów zasiąść do komputera. Nie bez przyczyny gry nazywa się przecież e-sportem! Nie dajcie się zwieść ludziom, którzy mówią, że grając w nie tylko obrastacie w tłuszcz!

Wiosna będzie przecież też za rok, a następny level sam się nie nabije.

