



# MIŁODY MEDYK

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UMB



Po wyjeździe integracyjnym Młodego Medyka mogę spokojnie stwierdzić, że nadajemy się idealnie na pomocników kuchnika. Potrafimy obierać ziemniaki, kroić warzywa i słuchać poleceń szefa kuchni (to ostatnie to tak piąte przez dziesiąte, ale dajemy radę). Jeśli ktoś jest zainteresowany zatrudnieniem taniej siły roboczej do przygotowywania katering, prosimy o kontakt przez maila redakcji. Jeszcze podbijemy rynek gastro!

Nie pozdrawiam lekarza z anestezjologii w USK, który po praktykach zaprosił mnie tylko do znajomych na Facebooku, a nie na kawę.

Poszukiwana towarzyszką podróży zwanej życiem. W lipcu napisałem egzamin z farmy, spakowałem się i wyleciałem na Sycylię do pracy na miesiąc. Dopiero na miejscu dowiedziałem się, że zdałem. Był to więc bardzo ryzykowny lot, biorąc pod uwagę to, że poprawka odbyła się dwa tygodnie później. Jeśli lubisz igrzać z ogniem i jesteś choć w połowie tak szalona jak ja – odezwij się.

Szukam męża. Musi być lekarz (to wymaganie mojej mamy), wiek poniżej 50 lat (wymaganie mojego taty, jedyne, o co prosił, żeby wybrankę nie był starszy od niego), ja proszę tylko o święty spokój. I ładny samochód (Mustang 2015, ew. Subaru BRZ).

Nowy rok, nowe wyzwania! Poszukujemy ze znajomymi studentów (studentki też przygarniemy!) do wspólnego oblewania egzaminów i kucia giełd. Kontakt przez redakcję.

Chciałabym wszystkich ostrzec przed piciem cydru w Krakowie. Zostałam perfidnie oszukana. Marzyłam o romantycznym wieczorze z jakimś przystojnym Hiszpanem, a dostałam randkę z loperamidem. Nie polecam.

Sprzedam tanio szkielet do nauki osteologii. Zawiera wszystkie 206 kości, stan trochę nadszarpnięty zębem czasu. 100% naturalny, na kupno umawiamy się po zmroku. Jeśli przyjdiesz z glinami, to nic z tego.

**Ironia** ma postać starej panny z papierosem w ręku, łowiącej swoje odbicie w szybie wystawowej sklepu z sukniami ślubnymi.

**Sarkazm** to przystojny singiel idealnie w jej wieku, który patrząc jej w oczy, dał jej ognia i poszedł dalej, od razu o niej zapominając.

**Cynizm** to zarośnięty facet po drugiej stronie ulicy, wciśnięty w jedną z sukien i ciskający w nich zapalniczkami.

**Groteską** może być ekspedientka w sklepie: piękna młoda dama o delikatnych rysach wychuchanej szlachcianki, co klnie przepaskudnie jak dziesięciu szewców bodaj.

**Satyra** to imię uszczypliwej krawcowej, która zdejmując miarę z klientek, zawsze przesadza tam, gdzie i tak ledwo starczy metra.

Piotrek Walicki



**MŁODY MEDYK**

LUBISZ PISAĆ ALBO RYSOWAĆ?  
MOŻE W SZKOLE BYLEŚ/AŚ  
MISTRZEM/MISTRZYNIĄ PISANIA DYKTAND?  
ALBO PO PROSTU CHCESZ MIŁO SPĘDZIĆ  
CZAS I POZNAĆ NOWYCH LUDZI?  
JEŚLI TAK, DOŁĄCZ DO NAS!  
ZAPRASZAMY NA SPOTKANIE OTWARTE  
25 PAŹDZIERNIKA GODZ. 19.00  
SIEDZIBA ORGANIZACJI STUDENCKICH DS1-  
WIĘCEJ INFORMACJI NA NASZYCH SOCIAL  
MEDIACH!

## Kochani Czytelnicy!

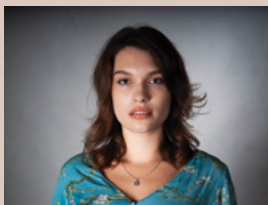
Witam się z Wami po długiej, wakacyjnej przerwie. Chcę przywitać zarówno naszych wiernych czytelników (serdecznie ściskam moją największą fankę – babcię Jasień), jak również osoby, które pierwszy raz mają w rękach nasz miesięcznik. Mam nadzieję, że te 3 miesiące przyniosły Wam zasłużony odpoczynek (albo chociaż spokojnie pozdawańcze wrzesniowe egzaminy) oraz dużo przygód i niezapomnianych wspomnień. Moje wakacje były zupełnie inne niż sobie zaplanowałam. Miałam porządnie się wyspać, dużo się nauczyć na praktykach z interny, przeczytać 10 książek, na chwilę zrobić przerwę od mojej ukochanej chirurgii oraz pojechać rekreacyjnie w góry. Cóż, jak to w życiu bywa, kiedy człowiek sobie coś zaplanuje, wszystko toczy się inaczej. Nie było czasu ani okoliczności na spanie całe dni (śmieciarka o 7 rano pod oknem). Na praktykach z interny przez 4 tygodnie jedyną wartą uwagi rzeczą było osłuchanie pani z migotaniem przedsionków, co zajęło łącznie 40 sekund, ale naprawdę było warto chodzić 4 tygodnie (nie, nie było). Przeczytałam zaledwie 2 cieniutkie książki. Wcale nie odpoczęłam od chirurgii, bo nie mogłam nie ulec pokusie chodzenia na blok operacyjny. Wyjazd w góry okazał się nie być rekreacyjnym urlopem tylko szkołą przetrwania podczas wspinania się na dwutysięczniki w Tatrach. Ale wiecie co? Było super. Może nie było tak, jak chciałam, ale było lepiej. Tak jak mawia moja znajoma: „Życie to nie bajka. Ale jest lepsze”. Wracam więc wypoczęta, naładowana pozytywnymi wspomnieniami, ale przede wszystkim naładowana dobrą energią od ludzi, z którymi te wakacje spędziłam i którzy chcieli spędzić je ze mną. Mam nadzieję, że w takim samym nastroju jesteście Wy.

Kochani Czytelnicy, w tym październikowym numerze mamy dla Was wiele tekstów, tak różnych jak jesienna pogoda. Jest aktualizacja Przewodnika Białostockiego (który możecie pamiętać z poprzedniego roku) oraz jego wersja angielska, artykuł o startupach medycznych, recenzja kolejnego dobrego filmu, napisana przez niezawodnego Piotra czy mój pisany z przymrużeniem oka antyprzewodnik. Gdybym przeczytała coś takiego na pierwszym roku studiów, może nie wydałabym takich pieniędzy na chusteczki. Owińcie się ciepłym kocem z kubkiem parującego pumpkin spice latte i przeczytajcie naszego Medyka!

Ściskam Was ciepłutko,

**Redaktor naczelna**

*Róża Maria Huszcza*



 / MŁODYMEDYK.UMB



# MŁODY MEDYK

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UMB

## Spis treści

- 4-6 REDAKCJA MŁODEGO MEDYKA  
**Przewodnik Białostocki**
- 7-8 NATALIA OLSZEWSKA  
**How to survive in Białostok**
- 8-9 RÓŻA MARIA HUSZCZA  
**Antyporadnik na pierwszy rok**
- 10-11 REDAKCJA MŁODEGO MEDYKA  
**Wakacyjne przygody, czyli co przydarzyło się naszym redaktorom**
- 12-13 PIOTREK WALICKI  
**Barbenheimer '23**
- 13 ŁUKASZ DANIELSKI/ NATALIA OLSZEWSKA  
**Przepis na zupę dyniową**
- 14-15 HUBERT KOROWICKI  
**I want to get high!**
- 15 KNUR W KITLU  
**Czy mi wolno?**

.....  
Autorką okładki jest Anna Kożuchowska.  
.....

### SKŁAD REDAKCJI MŁODEGO MEDYKA:

**Redaktor naczelny:** Róża Maria Huszcza  
**Zastępca:** Natalia Olszewska  
**Sekretarz:** Wiktoria Żakowicz  
**Dyrektor Korekty:** Magdalena Burel  
**Zespół Social Media:** Wiktoria Żakowicz  
**Redaktorzy:** Natalia Olszewska, Wiktoria Żakowicz, Paweł Ciura, Miłosz Barańczuk, Michalina Kowalska, Piotr Walicki, Gabriela Pęska, Edyta Gołaś, Karolina Karwowska, Wiktoria Ciok, Miłosz Nesterowicz, Maja Talacha, Jakub Aleksiejuk, Tomasz Kredowski, Hubert Korowicki  
**Korekta:** Magdalena Burel, Natalia Olszewska, Katarzyna Pikora, Wiktoria Żakowicz  
**Zespół graficzny:** Anna Kożuchowska, Katarzyna Pietranis, Karolina Sabczewa, Marta Lewicka, Piotr Depta, Larys Lubowicki  
**Poprawki graficzne:** Marta Paślawska, Kinga Danowska-Idziok, Katarzyna Pietranis, Magdalena Domin  
**Skład i druk:** TOP DRUK, ul. Nowogrodzka 151A, 18-400 Łomża

Siedziba Główna Redakcji: Dom Studenta Nr 1, ul. Akademicka 3, 15-267 Białystok

Facebook.com/mlodymedyk.umb;  
mlodymedyk.redakcja@gmail.com

## Jedzenie budżetowe

(nie napiszemy, że tanie, bo nic już nie jest tanie)

### 1 Hortex, Skłodowskiej-Curie 15

Na pewno warto pójść na naleśniki z serem, polecamy też krokiety i sałatkę grecką.

### 2 WNOZ, Szpitalna 37

Wszyscy kochają go za zupę i filet z kurczaka.

### 3 Uzdrowsko (podziemie UDSK, naprzeciwko szatni studentów, na piętrze -1)

Domowo, przepyszne kopytka z cebulką i zdecydowanie za dużo ciast, jeśli jesteście na diecie.

### 4 Bar w Herkach, Collegium Universum

Najlepsze na świecie kanapki na ciepło z obłędnie pachnącym sosem i dobra kawa (must have, żeby nie zasnąć na zajęciach). Plusik za motywujące plakaty „Egzamin powtórzysz, imprezy nie”.

### 5 Bar „Podlasie”, Rynek Kościuszki 15

Najbliższy uczelni bar z długiej listy barów PSS Społem. IMHO, król barów mlecznych.

### 6 Gorący Trójkąt, Lipowa 12 i Galeria Alfa

Pizza na kawałki. Obowiązkowy przystanek w trakcie nocnych wozów po klubach.

### 7 Pizzeria 105, Jurowiecka 1

Duża, tania, na gastrofazę i szybko przychodzi. Polecają koledzy z Wydziału Gier i Zabaw (czyt. Wydziału Inżynierii Zarządzania).

### \* Tomcio Paluch Gastro, Raginisa 5

Najlepszy kebab w mieście - otrzymał najwyższą rekomendację od kolegów z polibudy.

### \* Bar Mleczak, Żelazna 9

Po zajęciach w UDSK obowiązkowy przystanek na naleśniki, krokiety i zupę szczawiową. Mają szeroki wybór dań dla vegetarian (kotlety warzywne z serem snią się na nudnych zajęciach). Na posiłki kosztujące powyżej 10 złotych obowiązuje zniżka 10%. Aby zaoszczędzić na jedzonku, nie zapomnijcie o zabraniu legitymacji studenckiej!

## Jedzenie na wyjścia

### 8 Paradiso, Skłodowskiej-Curie 9

Pizza o smaku dzieciństwa w Białymstoku. A w szczególności ta z Nutellą.

### 9 Elvis Burger, Białówny 9

Według moich informatorów - najlepsze burgery w mieście.

### 10 500 stopni - Pizza Napoletana, Nowy Świat 3

Pyszna, włoska, neapolitańska. Co tydzień nowa pizza tygodnia - niedzienne smaki i zawsze 29 zł (chyba że znowu będzie inflacja).

### 10 350 Stopni - Pizza Romana & Prosecco, Jana Kilińskiego 7/1

Młodsza siostra wyżej wymienionej. Pyszna pizza rzymska na cienkim i chrupiącym cieście, a poza tym cotygodniowe unikalne menu lunchowe w przystępnej cenie. No i jest zaraz obok Pałacu.

### 11 Ram 'N' Base, Sienkiewicza 26

Jeśli macie ochotę na ramen to właśnie tu. Pierožki też mają pyszne.

### 12 Pierogarnia Soodi, Jurowiecka 19/1

Jak sama nazwa wskazuje - pyszne pierogi. Można przebierać wśród różnorodnych smaków. Gotowane, smażone, pieczone, meksykańskie, żydowskie, na słodko - bierz, co chcesz.

### 13 Sztuka mięsa, Krakowska 11

Nie jest tanio, ale każda białostoczanka oszaleje, jeśli ją tam zabierzesz na randkę.

### \* Cechowa, Warszawska 6

Bardzo klimatyczne miejsce, świetne menu lunchowe, stylowy jeleń na rykowisku.

## Kawa, słodkie, cukrzyca

(nie no, oby nie)

### 14 Klubokawiarnia Duży Pokój, Malmeda 3

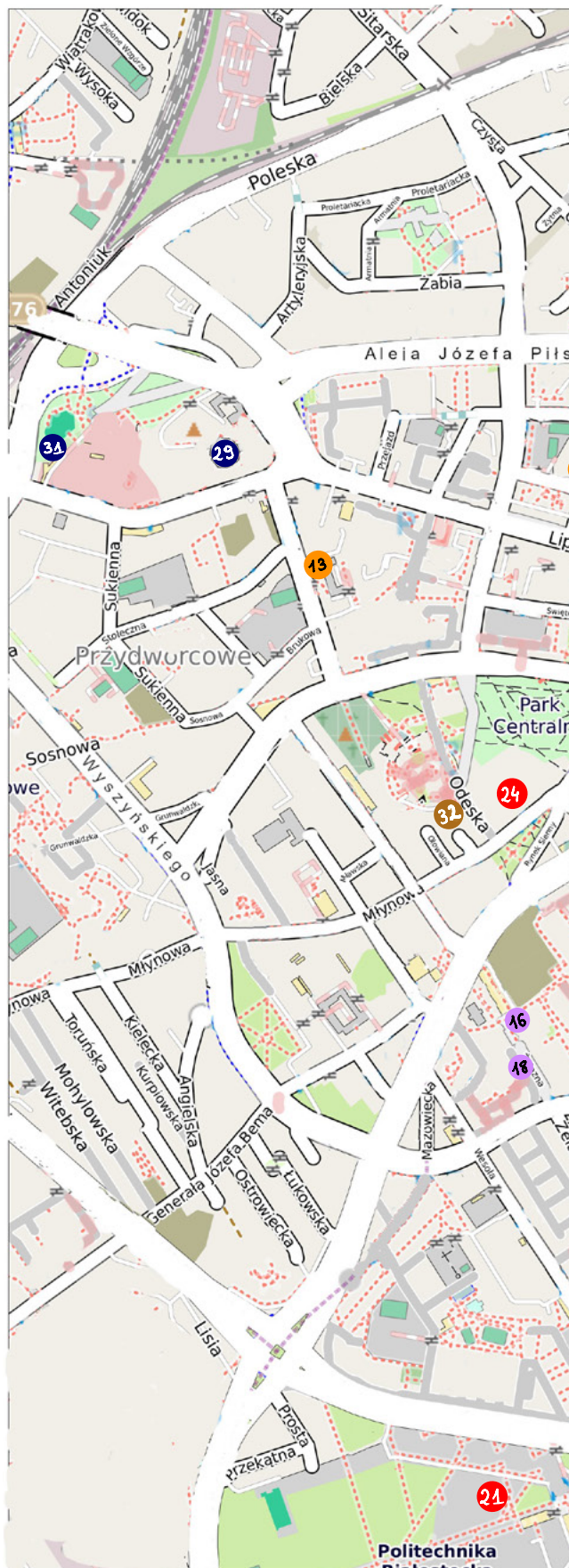
Nie jest tanio, ale smak brownie z kajmakiem w chrupiącej polewie z czekolady i zimowa herbata w ogromnym kubku, która rozgrzeje nawet serce Twojego byłego (mojego nie), zrekompensuje Wam wszystko! Ponadto śledźcie ich na fb - można trafić na fajne

koncerty i wydarzenia, takie jak nasz redakcyjny Wieczór z Poezją.

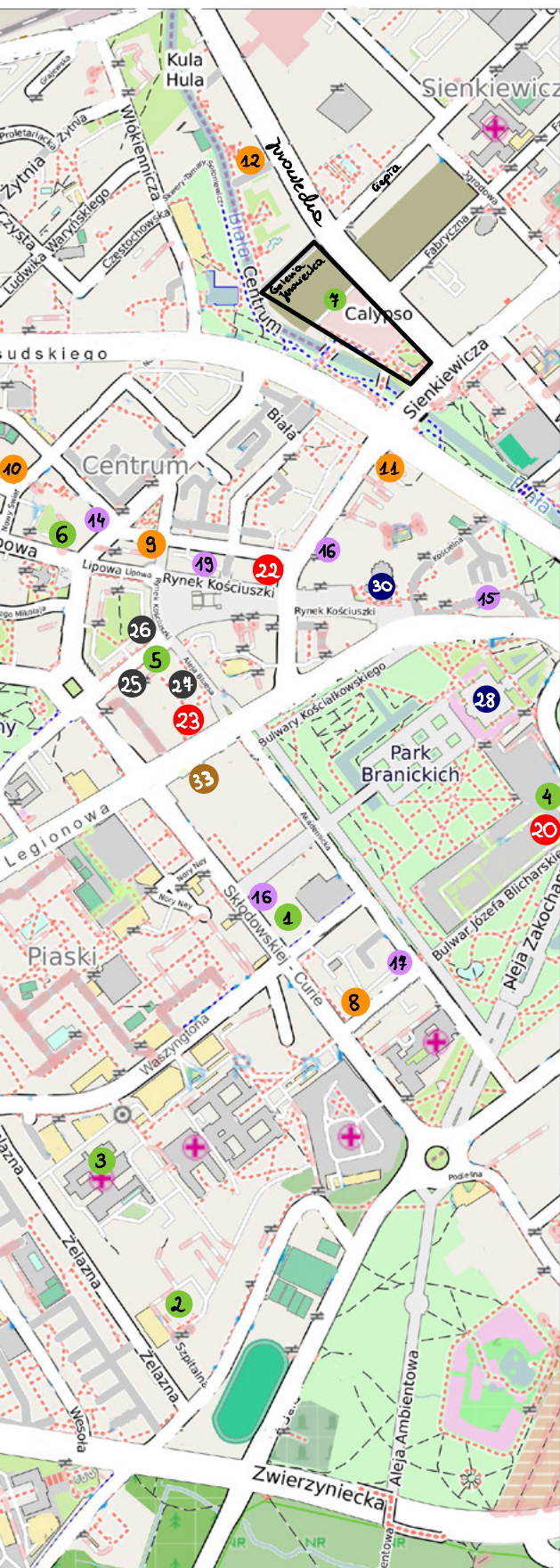
### 15 Maison du Cafe, Kilińskiego 10

Mała, klimatyczna i w stylu francuskim. Oddacie wszystko za ich cynamonki z kremową polewą, latte i ogromną bezę z galaretką porzeczkową. Jak coś, wymawia się [mezą du kafe], nie dziękujcie.

# Przewodnik



# Białostocki



## 16 White Bear Coffee

Dosłownie na każdym rogu Białegostoku, ale polecamy te na Żelaznej 7, Sienkiewicza 6 i Skłodowskiej-Curie 13. Zbawienne miejsca, kiedy biegniecie z Pałacu, Collegium Universum czy DS1 do szpitala albo na odwrót i potrzebujecie kawy teraz, i „to go”.

## 17 Pawilon Towarzyski, Akademicka 30

Konieczne idźcie na krem sułtański. Konieczne. Ale tylko kiedy on płaci.

## 18 Cukiernia Słodka Dama, Waszyngtona 32/2

Uroczą, różową cukiernikę naprzeciwko UDSK. Pytajcie o słodkości, które dzisiaj panie polecają.

## 19 Bella Vita, Rynek Kościuski 22

Świetne lody, szeroki wybór, obecnie niecodzienne smaki.

## \* Kocie Cafe, Warszawska 30B

Jeśli lubicie koty, nie macie alergii, nie dostaniecie wstrząsu anafilaktycznego i nie skończycie na SORZE to idźcie na pewno! Kotki chodzą po całej kawiarni, można się z nimi pobawić albo w ogóle zaadoptować. Pyszne brunchy (gustownie podane), dobra kawa, domowe ciasto i przystępne ceny. Czego chcieć więcej?

## \* Cofix, Sienkiewicza 4

Kawiarnia w samym centrum Białegostoku. Duża przestrzeń, przyjazna atmosfera - doskonale miejsce do nauki w towarzystwie

przepysznej kawki i innych studentów. Do tego pokaźna liczba kontaktów i darmowe wi-fi. Gorąco polecam croissantsy pistacjowe oraz sezonowe kawy i herbatki np. aromatyczne pumpkin spice latte z bitą śmietaną i posypką z suszonej limonki - idealne na jesienną porę. Od razu humor lepszy, mówię Wam.

## \*Wytwórnia wypieków, Młynowa 40

Mała rzemieślnicza wytwórnia wypieków. Przepyszne, świeże drożdżówki i aromatyczna kawa. Minimalistyczne, ciepłe i kameralne wnętrze. Konieczne spróbujecie kardamonek i cynamonek - warto dla nich zgrzeszyć.

## \* Rowerowa Naleśniki i Kawa, Skłodowskiej-Curie 6

Najlepsze naleśniki w Białymstoku. Przyjazna atmosfera i przytulne wnętrze wypełnione zielonymi, żywymi roślinkami. Rowerowa znajduje się blisko szpitala, więc jest doskonała, gdy musicie czekać godzinami na wasze ulubione zajęcia. Z legitymacją studencką macie 10% zniżki, często są też inne promki - idealne na studencką kieszeń!

## \* PSS Społem

PĄCZEK DOMOWY W SPOŁEM JEST KRÓL PĄCZKÓW JAK LEW JEST KRÓL DŻUNGLI (nie idźcie w Tusty Czwartek nigdzie indziej, nie warto).

## Kluby

## 20 Herkulesy, podziemia Collegium Universum

Nasz rodzimy. Polecamy Otwieracz już 6 października. Info o imprezach na ich fb. Warto być.

## 21 Gwint, Zwierzyniecka 10

Klub polibudy, darmowe wejścia, świetna muzyka i dużo miejsca do tańczenia. We wtorki karaoke, a w czwartki „Studenckie Czwartki”. Musicie tam pójść.

## 22 SkyClub, Sienkiewicza 3

Szału nie ma, 20 zł wejście, ale jeśli w Herkach pustki, to zawsze coś.

## 23 Rokoko 2.0, Legionowa 14/16

Kilka sal, dużo małałów i studentów z Erasmusa. Dość mało miejsca, ale jeśli lubicie latynoskie rytmy, to odnajdziecie się na parkiecie Rokoko Cubano. I można tu znaleźć meża. Cudzego na pewno.

## 24 Młynowa, Młynowa 6

Otwarta latem, na świeżym powietrzu. Czasem trafia się Silent Disco. Wybierzcie się, jak będzie się zbliżać lato i sesja.

## \*Zmiana Klimatu, Warszawska 6.

Klub dla dojrzałych i sentymentalnych. Polecam.

## Piwo

## 25 Pub Fiction, Suraska 1

Po każdym kolosie, egzaminie, zaliczeniu zapewniony studentami UMB.

## 26 PRL Lux, Suraska 2

Dużo promocji, obowiązkowe miejsce na tanie piwo dla biednych studentów.

## 27 33 krany, Legionowa 14/16

Serio mają 33 krany i dużo rodzajów dobrego piwa. Nie jest tanio, miejsce bardziej dla koneserów.

## \*Moto Pub, Młynowa 14

Praktycznie cały tydzień z promocjami na piwo (Wielka Dolewka co czwartek!), a w każdą środę karaoke.

▶ ▶ ▶

## Turystyka, czyli co pokazać rodzicom, jak przyjadą

### 25 Pałac Branickich, Kilińskiego 1

Pokaż rodzicom miejsce, gdzie donosiłeś po czasie papiery z praktyk, płaciłeś karę za przetrzymanie książki i oblałeś egzamin z mikrobiologii. Będą dumni.

### 29 Biały Kościół (oficjalnie Kościół Św. Rocha), ks. Abramowicza 1

Wysokiej próby przedwojenny modernizm. Ma taras widokowy, podobno zdarza się otwarty. Warto iść w czasie Nocy Muzeów - jest piękny widok na miasto.

### 30 Kościół Farny, Kościelna 2

Największa samowolka budowlana w Białymstoku, jeszcze z czasów

zaborów. Zbudowany w stylu neogotyckim. Warto się przejść, szczególnie jeśli jest się wierzącym. Wnętrze jest piękne.

### 31 Spodki, czyli modernizm kosmiczny, Św. Rocha 14

Prawdziwa nazwa to Podlaski Instytut Kultury, ale nigdy nie słyszałam, żeby ktoś mówił inaczej niż Spodki. Cały budynek wygląda tak, jakby miał zaraz odlecieć na Marsa. Ktoś miał świetny pomysł na kosmiczny akcent. Warto się tam przejść na regionalnie imprezy, warsztaty i wystawy.

**\*Sgraffita** rozsiane po całym centrum Białegostoku – zadrzyj głowę spacerując, to świetne grafiki.

### \*Muzeum Pamięci Sybiru, Węglowa 1

Łapiące za serce muzeum. Żeby je odwiedzić, trzeba być w naprawdę melancholijnym nastroju. Wizyty nie mogą uznać za przyjemną, ale na pewno bardzo pouczającą.

### \*Muzeum na Węglowej, Węglowa 8

Lubisz zabytkowe samochody i dawną technikę? Wybierz się w niedzielę.

## Kultura, czyli czasem warto się odchamić

### 32 Opera i Filharmonia Podlaska, Odeska 1

Pożera 90% budżetu województwa na kulturę, choćby z tego powodu warto tam pójść. Co roku odbywa się tam inauguracja roku akademickiego (chodzimy tam z redakcją tylko dla poczęstunku).

### 33 Kino Forum, Legionowa 5

Kino studyjne, repertuar (zbyt) ambitny, ciekawe festiwale filmowe

i spotkania z reżyserami. Dodatkowo bilety są tańsze niż w Heliosie! Niedawno wymienili też wszystkie fotele, więc da się już wysiedzieć na trzygodzinnych odysejach.

### \*Teatr Dramatyczny, Elektryczna 12

Ciekawy repertuar. Organizują też festiwal Kierunek Wschód. Przed teatrem często odbywają się koncerty. Warto być na bieżąco!

### \*Białostocki Teatr Lalek, Kalinowskiego 1

Tuż obok Opery. Mają piękne spektakle, organizują też warsztaty. Na miejscu można przejść się do klimatycznej kawiarni.

## Jak poruszać się po Białymstoku?

1. Nie, nie ma metra.
2. Nie, nie ma tramwajów.
3. Po centrum w sumie pieszo.
4. Są autobusy. Od szczytu pandemii w 2020 zaczęły jeździć bardzo rzadko. Pandemia minęła, a więcej autobusów jak nie było, tak nie ma. Opłaca się kupić 3-miesięczny studencki bilet za 185 zł lub miesięczny za 65 zł. Jeśli się nie uda, to w każdym autobusie macie biletomat.

### Jak kupić sobie bilet okresowy?

- Odbierz legitymację. Jeśli chcesz wyrobić kartę miejską, weź zdjęcie takie samo jak do legitymacji czy dowodu.
- Idź do punktu BKM: np. Lipowa 16, Składowa 11 (Urząd Miejski)
- Powiedz przy okienku, że chcesz kupić bilet miesięczny. Tam już Ci powiedzą, co dalej robić (ja nie podejmę się wyzwania napisania „co zro-

bić dalej”, bo to wiedzą tylko „przemile” panie w okienku)

- Na pewno trzeba będzie chodzić w te miejsca przedłużać ulgę (zgodnie z terminami naklejek na legitytce).
- 5. Do sprawdzenia rozkładu autobusów polecamy aplikację mobileMPK lub Jakdojade (w tej pierwszej mniej błędów).
- 6. Samochodem jeździ się dobrze, są dwie strefy płatnego parkowania (obowiązuje od 9 do 17) – B w centrum i A w ścisłym centrum.
- 7. Są też miejskie rowery - aplikacja Nextbike.
- 8. Skutery elektryczne blinkee.
- 9. Hulajnogi - aplikacja Bolt.
- 10. Panek Carsharing też jest, ale cenowo wychodzi jak taksówka.
- 11. Standardowo Bolt, Freenow, Uber, taksówki, jeśli chcecie wrócić autem z imprezy do domu.

**PIERWSZA POMOC** - czyli co robić, jak dostaniesz rozstroju żołądkowo-jelitowego (według chirurgów „analnego tornada”)

1. Lekarz rodzinny przyjmuje w przychodni w DS1.
2. Nocna i świąteczna opieka zdrowotna jest dostępna od 18.00 do 8.00 od poniedziałku do piątku, a w dni wolne od pracy całodobowo w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym (to naprzeciwko USK) oraz w Szpitalu Miejskim im. PCK.
3. Apteki otwarte 24 godziny na dobę znajdują się na ulicy Suraskiej 2 i 4. ■

**Redakcja „Młodego Medyka”**

# How to survive in Białystok

Hi there! If you're reading this, you are probably a newbie. Starting university and moving to a different city or even country must be scary. All kinds of questions come up. Do people speak English? Where can I eat out? What am I even doing here? Let me help you out! Below you'll find some survival tips. Chin up! You're gonna love the city and the people.

## 1 Sounds good, but let's grab a bite first

As a passionate foodie I cannot imagine any other first point of the city guide. Student's budget is often tight but it doesn't mean that you are doomed to instant ramen. In Białystok there is a variety of diners and bars where you can eat typical Polish food. My top three places are: **Hortex** (15 Skłodowskiej-Curie Street), **Bar Mleczak** (9 Żelazna Street) and **Bar Podlasie** (15 Rynek Kościuszki Street). We also have cafeterias on MUB campus: **Uzdrowisko** (17 Waszyngtona Street, Children's Hospital, floor -1, opposite the students' locker room) and **Herkulesy Club** (2C Mickiewicza Street, Collegium Universum, floor -1).

## 2 Coffee time

During the academic year caffeine basically runs in my veins, so I totally understand the urge to grab some good coffee. I love **Duży Pokój Café** (3 Malmęda Street). It's just so cosy inside and there's always something interesting going on. I highly recommend following the café's social media in order not to miss any cultural events. You may feel an even sweeter vibe at the **Maison du Cafe** (10 Kilińskiego Street) due to the French-like interior style and delicious cakes.

When I want to focus, I go to the **Cofix Café** (4 Sienkiewicza Street). So many people come here to study that I instantly feel much more motivated as soon as I step in. However, in case of severe sleep deprivation I head straight to **White Bear Coffee**. There are a couple of cafés of this chain in Białystok: on 7 Żelazna Street, 6 Sienkiewicza Street, 13 Skłodowskiej-Curie and 5/4U Liniarskiego Street. The taste of their coffee always puts me back on my feet and the smile of a friend behind the counter cheers me up.

## 3 You can redo an exam, but never a party

Studying is great but come on, you're not gonna study all the time. Everybody deserves to have some fun. I really recommend following the social media of **Herkulesy Club** to stay up-to-date with all students' events. They are a great opportunity to meet people. Protip: if any of your professors seem scary, remember that in the 90's they all probably partied on the exact same dancefloor as you right now.

On the campus of Technical University there is **Gwint Club** (10 Zwierzyniecka Street). Many concerts are held there, as well as karaoke nights. But if you'd like to go clubbing, I'm gonna be honest - there aren't a lot of places in Białystok. However, the best recommendation would probably be **Rokoko 2.0 Białystok Club** (14/16 Legionowa Street). If you prefer latin rhythms, **Rokoko Cubano** right across the street should be a better option. In both clubs everybody speaks English because there are always lots of students from the English Division and Erasmus programme.

**Młynowa** (6 Młynowa Street) is one of the unique places in Białystok. You may eat some street food, do shots and hit the dancefloor in the open air during summer time. When the exams are looming on the horizon that's your place to while away the time. Procrastination feels less intimidating on the fake beach in the middle of the city.

**Zmiana Klimatu** (6 Warszawska Street) is also worth mentioning. I'm really sentimental about this club. I've been going there since I started high school. I have so many good memories of concerts, meetings with authors, dancing at the silent disco and having fun at the themed parties. This place just has a soul.

## 4 Where my gym rats at

I love all kinds of sports so I totally understand why finding a place to exercise is a basic necessity for many people. There are many gyms in Białystok and they are more or less the same. If you are between 16 and 26 years old the most budget friendly option is getting a **BeActive card**. The whole process is very short and the card will be shipped to you in a couple of days after registration. It is important to mention that you're gonna need to show your student ID card and BeActive card every time you enter the gym. Be smarter than me and always check if you have these two cards before leaving home. Otherwise you will have to come all the way back!

We also have **pools** for swimming lovers. Two most popular places are located on 4 Włókiennicza Street and 1A Stroma Street. The pass costs a couple of zlotys (don't forget your student ID card!). If you want to go swimming in the rush hours the price is going to be a little bit higher.

I have to mention my favourite sport of all - climbing. My go-to climbing gym is **Climbing Centre Flash** (60 Przędzalniana Street). You can practise bouldering, top roping and lead climbing. Everybody is super chill there so don't be afraid to ask for assistance. Just so you know - you can do bouldering basically without supervision but you'll need a course to climb on the higher wall.

▶▶▶

If you want to get started, hit me up, I'll introduce you to the climbing club at our uni.

There are many other options for sports lovers such as dancing classes, boxing clubs, crossfit, you name it. I'm sure everybody will find something for themselves.

## 5 How to navigate around the city

I described all the interesting topics and now is the time for transport talk. I know - thrilling. Still it is kinda important because there are a couple of things that are common knowledge for Polish people but not really for foreigners. For example: we don't have underground or trams in Białystok, only buses. The upside is that the city is not very big, the campus is in the centre and you can easily get to your classes on foot. In order to buy a monthly bus pass you'll need your student ID card and a photo. The **information points** are located on 16 Lipowa Street and 11 Składowa Street. You may check the bus schedule in an app called mobileMPK.

From April to October you can use **city bikes**. All you need is the Nextbike app and a couple of zlotys on your account. It is worth mentioning that the first 25 minutes of the ride are free. Most of the time I ride a city bike free of charge around the city centre. It's really convenient especially when you want to come home after the party. Please don't do that while you're nearly blackout drunk. The same with scooters!

## 6 Last but not least - pick up some Polish!

Hey, don't roll your eyes or say that's impossible. I've been learning many languages over the years and I can see why Polish is one of the most difficult ones. However, don't treat it as an excuse. You need to pick up some basic words. Do it for the sake of essential conversation with a sweet, elderly shop assistant. You live in Poland now. I can assure you that little thing makes a difference.

If you have any questions, please, hit me up via this email: [mlodymedyk.redakcja@gmail.com](mailto:mlodymedyk.redakcja@gmail.com).

Remember: you are not alone and everything is gonna be fine.

See ya! ■

**Natalia Olszewska**

1. Po pierwsze primo: musisz się stresować. Najlepiej zacznij już miesiąc wcześniej. Idealnie pomoże w tym zapoznanie się z zagadnieniami na pierwszą anatomię. Wydaje Ci się, że to niemożliwe, aby nauczyć się wszystkich dołków, bruzd czy wyrostków kręgow szyjnych? To dobrze Ci się wydaje. Nikt nigdy się tego nie nauczył. Odpuść już teraz i zacznij rozpaczać.

2. Pamiętaj, że na pierwszej anatomii na pewno każdy wie więcej od Ciebie. I nikt nie powtarza w popłochu w głowie: „Ale jak była po łacinie ta rękojeść mostka?”

3. Najważniejsza zasada studiowania na lekar-  
skim: każdy to Twoja potencjalna konkurencja na rynku pracy. Od razu musisz wszystkich wyeliminować. Nie dawaj notatek (albo rób fałszywe), nie dziel się materiałami, najlepiej nie odpisuj na żadne wiadomości i nie daj się podpuścić, kiedy ktoś zaprosi Cię tylko na „piwo”. Z pewnością czegoś chce. Nie ufaj nikomu.

4. Porównuj się z innymi na każdym kroku. Na pewno wszyscy są bardziej inteligentni od Ciebie, tylko Ty jesteś tutaj z przypadku. Wcale nie dlatego, że ciężko na to pracowałeś/aś. Z pewnością nikt nie poprawiał matury (i to nie jeden raz), nie był już na innych studiach i nie miał warunku.

5. Pamiętaj, że jeśli cokolwiek będziesz musiał/a poprawiać, to już będzie koniec. Raz powinie Ci się noga – Twoja kariera skończona. Wszyscy prowadzący i koledzy będą wytykać Cię palcami, a Twoje zdjęcie zawiśnie na specjalnej tablicy przy dziekanacie: „Dumni bohaterowie Kampanii Wrześniowej”.

6. Nie pytaj starszych kolegów i koleżanek, czego się spodziewać na poszczególnych zajęciach i z jakich książek korzystać. Grozi to drastycznym obniżeniem Twojego poziomu kortyzolu, nie zaliczysz bezsennych nocy i w ogóle będziesz za bardzo spokojny/a.

7. Nie śpij. Sen jest dla słabych. Zarywaj każdą noc-  
kę, ładuj w siebie hektolitry kawy i energetyków, aż dostaniesz nadciśnienia. Siedź ledwo żywy/a na zajęciach i nie ogarniaj niczego, łącznie z tym jak się nazywasz. Dla Ciebie nie istnieje żadne „work-life balance”.

8. Nie chodź na imprezy. Na medycynie nie ma na to czasu. To zdecydowanie zbyt wiele luzu, relaksu i dobrej zabawy. Pamiętaj, że cierpienie uszlachetnia, więc siedź sam w domu nad książkami. Herkules to dla Ciebie tylko źródło kanapek, a nie imprez.

9. Nie odpoczywaj. Przecież musisz się uczyć cały czas, nie ma ani chwili do stracenia. Pamiętaj, jeśli zrobisz choć na chwilę przerwę, zakatuj się wy-



# ANTYPORADNIK NA PIERWSZY ROK

## edycja kierunek lekarski

Mem własnego autorstwa, stworzony na 1 roku



rzutami sumienia. Inni przecież nawet na toalecie siedzą z atlasem Sobotty na kolanach. Nie, przepraszam, z Bochenkiem. Przecież to must have każdego lekarza. Jak go nie przeczytasz, nie dostaniesz prawa wykonywania zawodu. Zobaczysz, Rektor Cię z tego odpyta.

**10.** Biochemia – królowa wśród przedmiotów na pierwszym roku. Słynny cykl Krebsa masz recytować z pamięci, nawet obudzony/a o 3 w nocy (nieważne, że położyłeś/aś się dopiero pół godziny temu). I dobrze Ci radzę, lepiej się tego naucz, bo stracisz szansę na bycie lekarzem z memów, który nie wie, co jest pacjentowi, ale na pocieszenie może narysować cykl Krebsa. Nie słuchaj tych z 4 roku, którzy na kolanach poszli na pielgrzymkę dziękować za zdalny egzamin z biochemii i całkiem nieźle sobie teraz radzą (nie umiając absolutnie nic).

**11.** Nie wyniosłeś/aś żadnej wiedzy z fizyki z liceum? Jedyne, co kojarzysz, to jakiś wzór  $E=mc^2$ , ale i tak nie wiesz, na co on jest? W takim razie kup sobie 2 opakowania chusteczek i wiadro melisy, bo czeka Cię nie fizyka, ale BIOFIZYKA. Przedmiot owiany złą sławą, na który trzeba uczyć się z tajemnego skryptu zrozumiałego jedynie dla osób go piszących (dla których językiem najbardziej obcym jest język polski, bo jakoś nie martwili się o znaki interpunkcyjne). Na pewno nie uda Ci się zaliczyć wejściówek, czytanie skryptu nie wystarczy

(zaopatrzyć się w podręczniki do fizyki kwantowej) i wcale nie dostaniesz punktów za aktywność na zajęciach. Zapomnij również o zwolnieniu z egzaminu. To tylko dla tych najbardziej zdolnych, z pewnością nie dla pracowitych i zaangażowanych na zajęciach.

**12.** Histologia – po tych zajęciach zniechędź się kolor różowy. Fioletowy w sumie też. Przed ćwiczeniami obowiązkowo należy zaliczyć kurs rysunku w wakacje poprzedzające rozpoczęcie studiów i wyposażyć się w zestaw najdroższych kredek dla profesjonalnych malarzy, 256 odcieni. Jak przyjdiesz z jakimiś śmiesznymi bambino z czasów przedszkola, nawet nie wpuszczą Cię na salę. I lupa, weź lupę. Żebyś idealnie mógł/mogła narysować łuski szczupaka (przecież to właśnie szczupaki będziesz leczyć).

**13.** Nie dołączaj do żadnej organizacji studenckiej. Nie masz czasu nagrywać reportaży dla Radiosupła, występować na scenie w CoNieCo, udzielać się w samorządzie czy pisać do jakiejś śmiesznej gazetki „Młody Medyk”. To będzie dla Ciebie zbyt miła odskocznia, za duże zaangażowanie w życie uczelni i zdecydowanie poznasz zbyt wiele fajnych osób.

**14.** Nie ciesz się życiem. Mówili, że studia to najlepszy okres w życiu? Zapomnij o tym. Nie dla Ciebie. Dla Ciebie tylko 6 lat męczarni, litry wylanych łez i niekończące się nieprzespane noce. Nie ciesz się dostaniem na wymarzony kierunek, ludźmi o podobnych zainteresowaniach, wspólnymi wyjściami na kawę i ciasto między zajęciami i nie śmiej się z niczego (na pewno nie z wkurzających prowadzących). To za bardzo rozładowuje napięcie.

**15.** Nie proś o pomoc. Tracisz radość z życia, nie możesz spać, nic nie sprawia Ci przyjemności? Tak właśnie ma być. Zaciśnij zęby. Nie idź do uczelnianego psychologa, który pomoże Ci poradzić sobie ze stresem. Celebryzuj cierpienie, nie mów o niczym rodzinie i przyjaciołom. Najlepiej w ogóle nie liczyć na żadne wsparcie.

**P.S.** Antyporadnik powstał w celach humorystycznych i nie ma celu nikogo urazić. Żeby czuć się dobrze na pierwszym roku, należy robić wszystko jak wyżej, tylko na odwrót. Każdy z nas przez to przechodził. Każdy kiedyś zaczynał. I każdy dał radę, więc Ty też dasz!

**P.P.S.** Myśl zawsze, że i głupszy od Ciebie te studia skończyli :) ■

**Róża Maria Huszcza**

# Wakacyjne przygody, czyli co przydarzyło się naszym redaktorom



**1.** Na wakacje pojechałam z koleżankami w góry. Wybór padł na Bukowinę Tatrzańską. Wiadomo, po co szukać noclegu w Zakopanem, lepiej jechać do Bukowiny, żeby móc biegać za busikami i stresować się codziennie, kiedy i czy w ogóle przyjadą. Pierwszego dnia, po 12 godzinach podróży pociągiem w dusznym przedziale, z wyjątkami dziećmi obok oraz psem, który osmarkał mnie 3 razy, zdecydowałyśmy się pojechać na termy do Białki Tatrzańskiej. Zostawiłyśmy rzeczy na kwaterze i pobiegłyśmy na autobus. Byłyśmy wcześniej na przystanku i jak to w życiu bywa, kiedy jest się przed czasem, busik w ogóle nie przyjechał. Godzina 18, na rozkładzie tego dnia nie było już nic do Białki. Została nam jedna opcja - łapanie stopa. Trochę słabo, łapać go dla 5 osób, ale cóż, innych opcji brak. Z pobliskiego sklepu wzięłyśmy karton, napisałyśmy zgrabnie naszą destynację i stanęłyśmy na przystanku. Od razu zatrzymał się samochód:

- Dziewczyny, wsiadajcie, to auto ma 7 miejsc – zapiszczałyśmy z radości, a podziękowaniom nie było końca. Młody góral powiedział, że to dla niego oczywiste, że się zatrzymał. Przecież trzeba sobie pomagać. Podwiózł nas pod same termy i życzył udanego wyjazdu. Zostawiłyśmy mu dwadzieścia złotych i gwarancję zaklepanej kolejki do nas na NFZ. Zapomniałyśmy jednak o naszej koleżance,

która siedziała na dodatkowym miejscu w bagażniku. Ale spokojnie, nie zostawiłyśmy jej. Krzyczała zbyt głośno. Wróciłyśmy po nią, mówiąc chłopakowi:

- Cóż, dwadzieścia złotych i koleżanka to uczciwa cena za przejazd – jednak nie skorzystał. Może dlatego, że mówił o żonie i dwojgu dzieci.

Pluskałyśmy się w termach cały wieczór. Najbardziej polecam ogromny wodny plac zabaw dla dzieci. Zdradzę Wam protip, jak na niego wejść tak, aby dzieci i rodzice dziwnie na Was nie patrzyli. Idziecie jak gdyby nigdy nic, wchodzicie na zjeżdżalnię, a potem krzyczycie: „Antoś, Kasia mamusia Was szuka, nigdzie nie idźcie, mamusia już jedzie!”, a potem na luzie zjeżdżacie. Działa dopóki żadne dziecko (pewnie o imieniu Kasia lub Antoś), nie zacznie podejrzliwie na Was patrzeć.

Po wyjściu z term trzeba było znów dostać się do Bukowiny, a jak się domyślacie nic już nie jechało, więc znowu łapałyśmy stopa. Funfact, zatrzymał się ten sam góral, z którym jechałyśmy do Białki, bo wracał z zakupów. Podwiózł nas pod samą kwaterę, a my zaczęłyśmy mówić, że jest naprawdę bardzo dobrym człowiekiem i będziemy się za niego modlić. Odparł:

-A za mnie to nie ma co, ja i tak do piekła pójde. Ale dlatego, że chce. Bo w Niebie to wino dają, a w piekle bimber- i właśnie tak zakończył się pierwszy dzień naszych wakacyjnych przygód.

**2.** Jedną z zalet zagranicznych wojaży jest możliwość popularyzowania wiedzy o polszczyźnie. Nasz ojczysty język nie przypomina w niczym języków z południa Europy. Kiedy chcemy się z kimś dogadać w sklepie czy w restauracji, może to stanowić nie lada problem. Jednak w opisanej poniżej sytuacji jest to wielka zaleta. Razem z przyjaciółką wyruszyłyśmy na polonistyczną krucjatę na Wyspy Kanaryjskie. Poznałyśmy wiele osób, które były przekonane, że pochodzimy z Syberii. Niektórych nie chciało nam się poprawiać, a innych wprowadzałyśmy w tajniki języka polskiego. Okazało się, że Hiszpanie są bardzo skorzy do nauki, szczególnie słów komplementujących naszą urodę. Tak oto cały klub w środku turystycznej miejscowości mógł usłyszeć przez mikrofon wyznaczenie: „Ju ar soł ściera”.

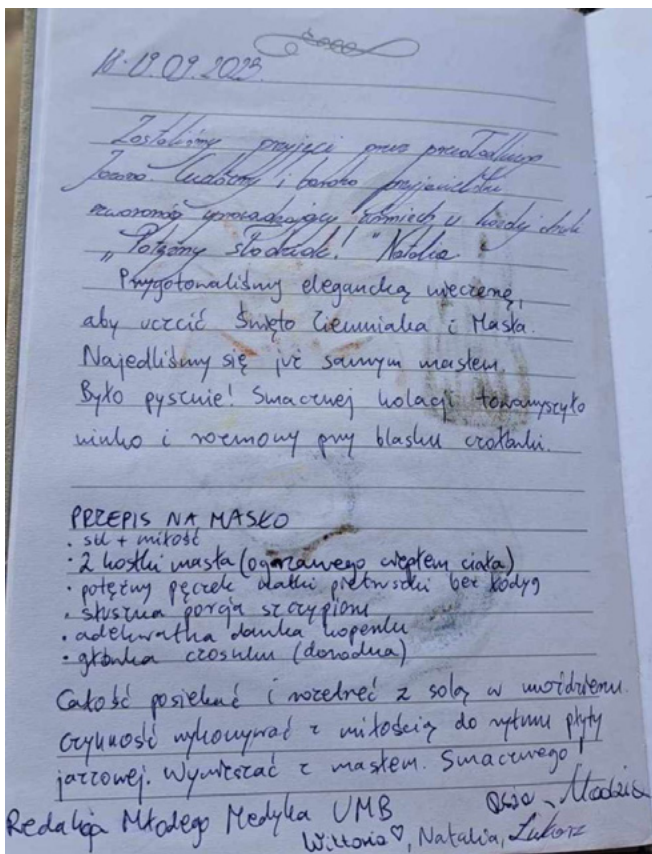
**3.** Mieliśmy jechać ze znajomymi w Bieszczady. Bardzo się cieszyłam na ten wyjazd. Nigdy nie byłam w Bieszczadach, a słyszałam tyle cudownych opowieści od znajomych, że po prostu musiałam to miejsce zobaczyć na własne oczy. Niestety, pogoda miała wobec nas inne plany. Przez cały po-

był miało ciurkiem łać, a w górach to nie dość, że do bani, to jeszcze może być naprawdę niebezpiecznie. Odpaliliśmy więc booking.com i zaczęliśmy szukać czegoś w centralnej Polsce - chyba jedynym miejscu w tym czasie, które nie było zalane deszczem. Znalazłam mieszkanie w Warce. Nawet nie wiedziałam, gdzie to dokładnie jest. Jedyne, z czym mi się kojarzyła ta miejscowość, to piwo, które nawet mi nie smakuje. Stwierdziliśmy, że na krótki wyjazd last-minute to chyba będzie okay. Nie byliśmy do końca przekonani, ale lepsze to niż siedzenie w domu. Pojechaliliśmy. Wyjazd okazał się być naprawdę super. Byliśmy na spływie kajakowym Pilicą i spacerze w Kozienickim Parku Krajobrazowym. Spotkaliśmy mnóstwo pięknych piesków, więc automatycznie byłam w bardzo dobrym humorze, nawet jak złapał nas deszcz. Gotowaliśmy wspólnie pyszności i oglądaliśmy filmy (w tym Paddingtona, zakochałam się w obu częściach). Udało się też trochę popracować nad zaczętymi projektami. Produktywny wyjazd. Polecamy Warkę!

**4.** W sierpniu wybieraliśmy się z rodziną do Kalifornii. Najpierw cieszyłem się z samego wyjazdu, a potem, że LOT nie odwołał naszego przelotu (serio, w te wakacje co drugi lot był odwołany, jakaś chora ruletka; LOT, czy wy jesteście normalni). Moja wdzięczność do losu skończyła się, kiedy ogarnąłem, że na dwanaście godzin zostałem zamknięty w metalowej puszcze z potężną klimą i drącymi paszeczki bąbelkami. Na dodatek tuż obok mnie siedziała baba z kotem. Nie żeby coś, koty są super słodkie i pocieszne. Tylko na zdjęciach, a nie wtedy, kiedy ma się na nie mocną alergię. Mój ulubiony lekowy koktajl złożony z ibuprofenu, bilastyny i deksametazonu wjechał na pełnej i tylko dzięki temu jakoś przeżyłem. Doleciałem chory, niewyspany i zakatarzony. Ale hej! Przynajmniej byłem w LA!

**5.** W połowie września pojechaliliśmy na nasz pierwszy, redakcyjny wyjazd integracyjny na Suwalszczyznę. Było pływanie w jeziorze Wigry, siedzenie do nocy przy ognisku, niekończące się rozmowy i wspólne gotowanie. Polecamy zupę dyniową Łukasza, na którą macie przepis w tym numerze, pieczone ziemniaki i masło. W sumie polecamy wszystko, Łukasz świetnie gotuje! Atrakcją wieczoru był pies Róży - Jazon. 60 kg puchatego szczęścia, które tuliło się do wszystkich i było wniebowzięte taką liczbą ludziów głaszczących go po brzuszku. Wpisaliśmy się do książki gości, sami zobaczcie jak było. ■

Redakcja „Młodego Medyka”



# Barbenheimer '23

Ten rok mógł być nieco ciekawszy, jeśli chodzi o premiery filmowe. Owszem, dostaliśmy „Tár” z niezawodną Cate Blanchett, „Kota w Butach: Ostatnie życzenie” i wdychaliśmy, że na swój drobny sposób walczy z macyzmem. Były dramaty, jak „Duchy Inisherin” czy „Wieloryb”. Był zadziwiająco nierozczarowujący „D&D: Złodziejski honor”. Ale to też rok, gdy na srebrnym ekranie wylądował nowy Asteriks i Obeliks, John Wick, Indiana Jones, Mission Impossible i nikt już o tym nie pamięta! Doliczmy do nich kilka raczej znanych znaków handlowych, jak Super Mario Bros, Transformers i uprzejmie zapomnijmy o gangach komiksyarzy (choć „Strażnicy Galaktyki: Volume 3” dali radę). W ten sposób z grubsza zamknijemy trzy czwarte blockbusterek sezonu w pudełku opatrzonym wielgachnym napisem „TO JUŻ BYŁO”. Czy producenci filmowi wreszcie zrozumieli, że nie lubimy odgrzewanych kotletów? Oczywiście, że zrozumieli, dlatego teraz polewają je sosem tysiąca wysp.

Ostatni kwartał to zaledwie kilka produkcji, na których oko zaczepia się samo: „Chłopi” od załogi „Twojego Vincenta” (13 października), „Napoleon” Ridleya Scotta z Joaquinem Phoenixem (22 listopada), „Wonka” z Timothée Chalamelem (13 grudnia). O „Zielonej granicy” wspominam z kronikarskiego obowiązku, bo pióro w atramencie moczę na dwa dni przed jej premierą (i żałuję, że nie będzie mnie na spotkaniu z reżyserką w piątek 22 września w kinie Forum w Białymstoku, szczególnie w kontekście emocji właśnie trwającej kampanii wyborczej). Druga „Diuna” została wyeksmitowana na początek przyszłego roku, gdyż scenarzyści w Hollywood słusznie stwierdzili, że zasługują na coś więcej niż pensja minimalna, podczas gdy finansujący ich producenci mają coraz większą zadyszkę w trakcie domykania swoich garażów wypchanych po brzegi prywatnymi odrzutowcami. Być może też „Doppelgänger. Sobowtór” z Gierszałem i Sewerynem (29 września) i „Czas krwawego księżyca” z DiCaprio (20 października) dowiozą. Czas oceni.

W skrócie można rzec, że posuchy nie ma, ale lepiej też było. Dlatego data 21 lipca, czyli dzień premiery „Barbie” oraz „Oppenheimera”, stała się w internecie niezłą wymówką do zorganizowania niewielkiego święta kultury masowej, które odbyło się oczywiście głównie w formie zmasowanego memowania w czasie adwentu premiery. Główną



płaszczyzną żartów stał się kontrast między kampanią reklamową obydwu produkcji. Kicz, agresywny róż, sztuczne uśmiechy trailera „Barbie” przeciwko „męskiej” powadze, stonowanym barwom i widocznemu napięciu odmalowanym na plakatach „Oppenheimera”. Myślę, że próbę czasu przetrwa żart, gdy dowolni, poważnie wyglądający dzentelmeni stoją przy kasie kina i rzucają tekstem „x tickets to Barbie, please”. Znane były też memy „target audience vs actual audience” ironicznie sugerujące, że choć każdy z tych dwóch blockbusterek celuje w swoją własną pulę odbiorców, ostatecznie wyjdzie

na to, że widownia „Oppenheimera” pójdzie na „Barbie” i odwrotnie. Trochę na zasadzie „co się próbuje sprzedawać mężczyznom kontra czego mężczyźni chcą naprawdę”. Ja byłem na obydwu filmach w okolicach premiery. Sale dość wypełnione (przez to duszne), obok mnie kilka grup facetów pod krawatem na „Oppenheimerze” i kilka grupek dziewczyn w neonowych bluzkach na „Barbie”. Chyba nikt już nie wątpi w stwierdzenie, że było to święto popkultury.

„Barbie” mnie zmęczył. Mało powiedziane - przeczołgał. Prawdopodobnie wyjąkałem kilka wulgaryzmów wychodząc z sali. Generalnie bazując na doświadczeniu z poprzednimi filmami reżyserki Greta Gerwig, spodziewałem się feministycznej obyczajówki (którą relatywnie lubię, przysięgam). Natomiast „Barbie” w drugiej połowie okazał się totalnym, postmodernistycznym mózgotrzepem traktującym o egzystencjalnym kryzysie kobiet i mężczyzn w patriarchacie (słowo to pada ze czterdzieści razy w ciągu seansu). W mojej opinii produkcja podchodzi do tematu w sposób intrygujący, ale drenujący emocjonalnie i „niezapraszający do dyskusji” dla widza nawet otwartego, ale, cóż, żyjącego w naszym społeczeństwie. Nie jestem też do końca przekonany, co do trafności feministycznego moralizowania, którym ten film ocieka, gdyż w pewnym momencie zgubiłem się w dociekaniu, co jest aluzją lub metaforą. Doceniam temat filmu, jednak nie przeceniajmy „Barbie”. To, że film-reklama krzyczy o patriarchacie i tożsamości, nie znaczy od razu, że robi to dobrze. Bo na pewno nie przystępnie. W społeczeństwie nawet nie zamruczał dyskurs o sztywności ról społecznych po premierze filmu. Natomiast krzykliwą robotę marketingową wykonał wzorowo. W te wakacje nad Zalewem Solińskim oraz na Półwyspie Helskim widziałem tematyczne

fastfoody Barbie, no i trochę kłopotów na straganach. Ach, no i zapomniałbym: film to audiowizualnie wspaniała zabawa kiczem, miejscami nawet piękna. Margot Robbie jest fantastyczną, błyszczącą Barbie, a Ryan Gosling idealnym, spychanym na margines Kenem.

„Oppenheimer” zaś był dokładnie takim filmem, jakiego się spodziewałem. Reżyser, Christopher Nolan, jak twierdzą złośliwcy, nadal na swój sposób zapęnia niszę po Stanleyu Kubricku, podejmując się każdego tematu i żonglując różnymi stylami wizualnymi i narracyjnymi. Według mnie potrzebne jest takie kino, któremu koneserzy mogą wiele zarzucić, ale i tak chętnie obejrzą. A my, zwykli Kowalscy, dostaniemy możliwość zobaczenia na wielkim ekranie po prostu dobrej opowieści. „Oppenheimer” to trzygodzinne, kompleksowe zderzenie z polityczną, naukową i środowiskową grą wielkich umysłów, szkło powiększające nałożone na życie twórcy projektu Manhattan. Pojawiały się głosy, że Nolan wybielił postać „twórcy bomby atomowej”, J. Roberta Oppenheimera (granego przez Cilliana Murphy’ego). Nie zapominajmy jednak, że film jest biografią, siłą rzeczy prowadzoną z perspektywy

genialnego naukowca. Jednym z jego oczywistych celów jest więc uzmysłowienie widzowi, przed jak ważnymi w skali ludzkości wyborami musiał on stanąć, i to w pełni świadomie. Czuję się też zobowiązany ostrzec, że film jest przegadany. Jest to jednak konieczne, by oddać zaledwie namiastkę tarć między naukowcami, politykami i wojskiem, by oddać ich wszystkich małostkowość, wahanie, otaczającą ich zewsząd presję opinii publicznej. Co może natomiast irytować, to reżyser, który w typowy dla siebie sposób przedstawił historię w formie przeplatanki kilku oddalonych od siebie w czasie wątków, a widz potrzebuje na wstępie dobrej chwili, by się w tym połapać.

Na koniec chciałbym krótko przeprosić za liczbę nawiasów w tym artykule. Zakładając powrót do standardowej formuły w przyszłym numerze, liczba dygresji nie powinna mnie już przerosnąć na tyle, żebym musiał się do nich uciekać (a jeśli tak się stanie, dorobię przypisy :). ■

**Piotrek Walicki**



Przedstawiamy legendarny przepis na zupę dyniową. Jest to danie proste w przygotowaniu, a jednocześnie ma w sobie coś wykwintnego. Można śmiało podawać teściowej, aby jej zaimponować. Można serwować dziewczynie na randce, aby pokazać, że przynajmniej potrafimy udawać światowych. Gwarantujemy stuprocentową skuteczność. W razie zażeń prosimy takowe zgłaszać swym ludzkim od ruchom. Bo coż zupa nieszczęściu winna?

### **Składniki**

- Dynia piżmowa lub hokkaido
- Oliwa
- Rozmaryn
- Sól
- Pieprz
- Sok pomarańczowy

### **Opcjonalnie**

- Papryczka chilli
- Śmietanka 18%
- Pomarańcze
- Granat
- Świeża mięta
- Grzanki
- Tymianek

# Przepis na zupę dyniową

## Przepis

Dynię dokładnie umyć, wydrążyć i pokroić na mniejsze kawałki.

Ułożyć na blaszce do pieczenia i zamarynować w oliwie z rozmarynem, solą i pieprzem.

Piec do miękkości w 200°C. Gdy dynia łatwo odchodzi od skórki, jest już gotowa.

Miąższ przetrzucić do garnka. Przy młodej dyni można nie obierać jej ze skórki, wystarczy dobrze wyszorować. Przy starszej – lepiej jest oddzielić miąższ od skórki.

Miąższ zalać sokiem pomarańczowym.

Doprawić do smaku solą i pieprzem. Opcjonalnie dodać niewielką papryczkę chilli, jeśli lubimy ostrzejsze wersje.

Podgrzewać zupę na małym ogniu.

Opcjonalnie pofiletować pomarańcze, obrać granat oraz posiekać drobno listki mięty lub przygotować grzanki na patelni.

Podgrzaną zupę zblendować na gładki krem. Opcjonalnie dodać śmietankę 18%.

Krem podawać z pomarańczami, granatem i mięta lub grzankami z dodatkiem oliwy i tymianku.

**Bon appétit! ■**

**Łukasz Danielski / Natalia Olszewska**



Foto: Bożena Cymaniuk

# I want to get high!

Piękny, letni poranek. Śpiew ptaków, rosa na trawie, upalne słońce od samego wschodu. Nagle podchodzi do mnie instruktor:

- Kto pierwszy? Hubert? Wsiadaj, szkoda czasu, takiej pogody długo nie będzie!

Wsiadam powoli do kokpitu.

- Zapiąłś dobrze spadochron? Usiądź wygodnie i wyreguluj rudder. Zapnij pasy, zamknij czaszę, sprawdź mikrofon. Wszystko gra? To lecimy. Puchacz gotowy do lotu.

Szybowiec leniwie zaczyna startować. Ruszył, ruszył... i nagle czuję niesłychany wyrzut adrenaliny. Kurde, przecież ja zaraz będę w powietrzu! Ledwo kończę myśl i zostajemy wystrzeleni jak z procy. Instruktor lekko podciąga ster do siebie i bez ostrzeżenia chwilę później dociska go do końca. Lecimy z prędkością 10m/s pionowo w górę. Całe życie mijają mi przed oczami. A co, jak to akurat ja będę tym przypadkiem z PKBWL i zostanę tylko anegdotą na szkoleniach teoretycznych? Przynajmniej umarłem, jak chciałem - myślę już w czasie dokonanym. Hubert, opanuj się, chciałeś być pilotem myśliwca, a tutaj wymiękasz?

Nagle na 330 metrach odczepiamy linę i odczuwam totalną błogość. Spadek tlenu czy nieważkość? Pewnie obydwaj po trochu.

- I jak się czujesz? — pyta roześmiany Maciek.

Spoglądam na Białystok przez szybę.

- Nigdy lepiej — odpowiadam bez wahania.

I była to całkowita prawda — pierwszy lot szybowcem jest niezapomniany.



Foto: Bożena Cymaniuk

Niby wszyscy wiedzą, że w Białymstoku jest lotnisko, ale mało kto już wie, że istnieje tam aeroklub, a jeszcze mniej osób wie, że każdy tak naprawdę może zostać pilotem. Tak, nawet Ty! Kto nigdy nie marzył o lataniu, niech pierwszy rzuci kamieniem. Nawet osobom z lękiem wysokości przeszło to kiedyś przez myśl. Bycie w powietrzu jest dla ludzi zbyt fascynujące, odkąd tylko istnieją cywilizacje. Może Dedalowi i Ikarowi to nie wyszło na dobre, ale ktoś musi być pionierem. Jeśli pragniesz spróbować tego tylko raz — nic prostszego! Wystarczy zadzwonić w słoneczny dzień do szefa wyszkolenia i umówić się na lot, on wszystko już chętnie wyjaśni. Jeden lot nie kosztuje fortuny,

aczkolwiek też nie tak mało – około 250zł. Jeśli się spodoba (jeśli?!), droga wolna do niezwykle przystępnej, jaką jest uzyskanie licencji pilota! Tutaj koszt jest już zgoła inny – trzeba liczyć ponad 10 tysięcy złotych, ale nikt nie spodziewał się chyba, że latanie jest tanie. W każdym razie, licencja SPL ważna jest na całym świecie dzięki konwencji chicagowskiej, która umożliwia nam latanie praktycznie

wszędzie, gdzie chcemy. Czy warto? Warto. Ale nie wiercie mi na słowo, tylko spróbujcie raz sami. Tylko na koniec ostrzegam – jazda samochodem już nigdy nie będzie taka satysfakcjonująca jak kiedyś... ■

**Hubert Korowicki**

## Czy mi wolno?

Mam wiele wad. Ludzie, którzy mnie znają nawet powierzchownie, z pewnością to potwierdzą. Ci bardziej wysportowani już z daleka zauważają moją korpulentną posturę i niezgrabny, prawie kaczy chód. Ci bardziej majętni zwrócą uwagę na to, że nie trzymają się mnie pieniądze. Niektórzy dodadzą, że nie robią tego również kobiety. Ci, z którymi idzie mi imprezować, zarzucają mi słabą głowę, kiedy odprowadzają mnie półprzytomnego do domu. Jest jednak wada, którą zauważą wszyscy – jestem powolny, naprawdę bardzo powolny.

Pierwsze moje zetknięcie z własną powolnością nastąpiło wieki temu, kiedy podczas szkolnego wuefu mieliśmy truchtem robić rundki dookoła asfaltowego, skwierczącego z gorącą boiska. Po uwieńczeniu osobistego maratonu przedostatnim miejscem, dostałem zasłużoną dwójkę (ciekawe, czy pałę dostaje się w trakcie jazdy karetką na SOR). Schemat powtarzał się do ostatnich zajęć z wychowania fizycznego w systemie edukacji obowiązkowej. Zaryzykowałbym nawet stwierdzenie, że powtarza się do dnia dzisiejszego, bo kto inny zamyka pochód z grupką znajomych, jak nie ja?

Sama powolność fizyczna byłaby czymś do zignorowania. W mojej własnej czasoprzestrzeni trwam już przeszło ponad dwadzieścia pięć lat, co jak co, ale z tym sobie radzę. Do zwykłej mozolności w ruchach dochodzi jednak jej o wiele bardziej złośliwa siostra – mozolność umysłowa.

Licealna polonistka pochwaliła się kiedyś, że czytanie jednej strony literatury pięknej zajmuje jej kilka sekund. Mi zajmuje dwie minuty. Teksty podręcznikowe i naukowe to z kolei zupełnie inny świat, gdzie przebijanie się głową przez ścianę tekstu może zająć na spokojnie od kwadransa do pół godziny. Wystarczyło za nastolatka naczytać się internetowych mądrości, żeby od tamtej pory uważać to za tempo przysługujące ludziom wiadomo jakim. Techniki szybkiego czytania sporządzo-

ne Specjalnie Dla Mnie™ przez internetowych kapitalistycznych guru odbijały się ode mnie jak piłka kauczukowa – po krótkiej chwili czytania musiałem i tak wrócić kilka zdań wstecz, bo przestałem ogarniać wątek. Całe dwadzieścia sekund zaoszczędzonego tak mądrze (i pożytecznie!) czasu szlag trafił.

Czy z taką zatrwającą prędkością jest dla mnie miejsce na tym świecie? Czy w momencie, kiedy życie drugiego człowieka będzie zależało od szybkości mojej decyzji, będę mógł zwalić winę na to, że po prostu „taki jestem”? Mam nadzieję, że w pewnym momencie przestanie to mieć znaczenie, jednak wygląda na to, że przed tą chwilą czeka mnie długa batalia z otaczającym mnie dynamicznym światem, w którym na początku tego roku nie słyszało się jeszcze o bezpośrednim zagrożeniu sztuczną inteligencją. A nawet nie pół roku po święcie Trzech Króli widzę współlokatora prowadzącego rozmowę z Chatem GPT. Tymczasem ja, jak to ja, potrzebuję dodatkowego kwadransa, żeby pomyśleć sobie, że moja rola w społeczeństwie chyba jest zagrożona

i potrzebuje akcji. Szybkiej, zdecydowanej akcji. Niestety, moją wadą jest...

Chyba zataczyłem koło. Zrobiłem to w niespełna czterystu pięćdziesięciu słowach, których napisanie szło bardzo powoli. Wolne tempo, wolny mózg, wolny ja. Jest jedna rzecz, której mi nie wolno – nie wolno mi się poddać. Niech tak na razie zostanie. ■

**Knur w kitlu**

