

MŁODY

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO W BIAŁYMSTOKU

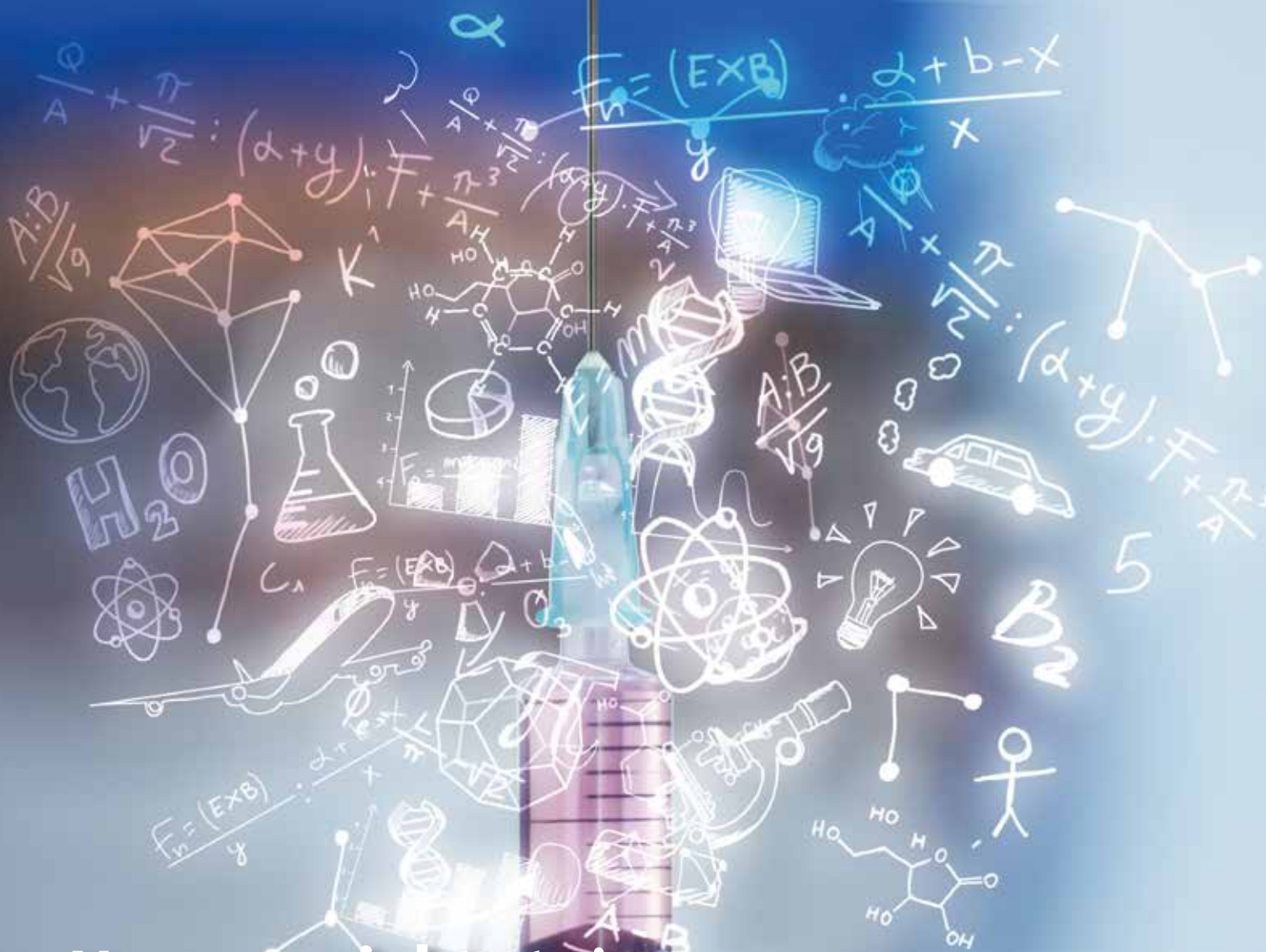
Nr 08 (155)

GRUDZIEŃ 2017

MŁODY

1950

OKO



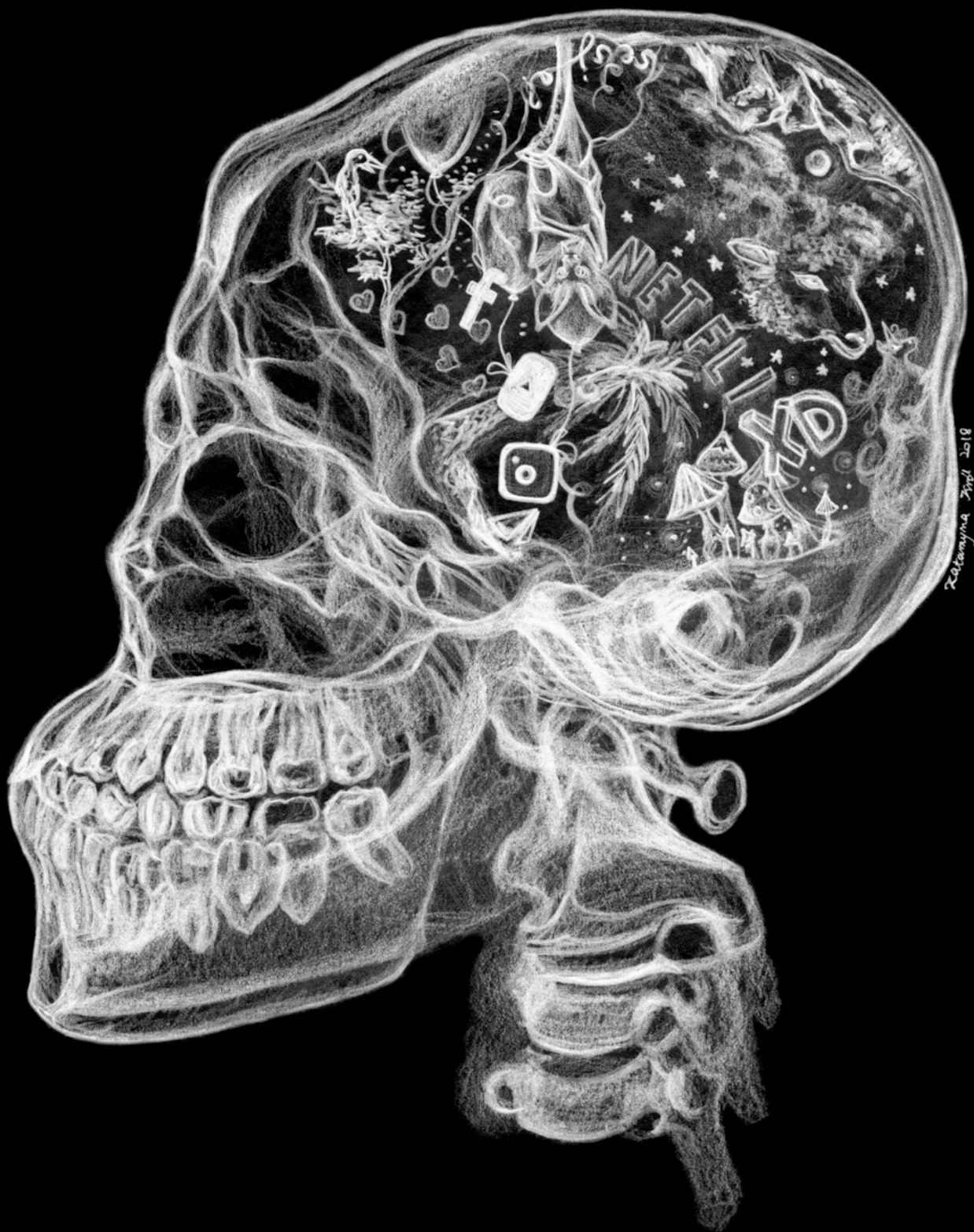
Nowy projekt stażowy s. 4

Szczepienia - fakty i mity s. 5

Nie za wszelką cenę s. 7

Tura kultury s. 8

RENTGENOGRAM CZASZKI PACJENTA



Z ZESPOŁEM OTEPIENIA ŚRODSESYJNEGO



MŁODY MEDYK

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UNIwersYTETU MEDYCZNEGO W BIAŁYMSTOKU

MŁODY

1950

OKU

Sesja jak zwykle przyszła zbyt szybko. Mając jeszcze w pamięci grudniowe wieczory, spędzone w gronie najbliższych oraz sylwestrowe wspomnienia, czas na przygotowanie książek i skrupulatne uporządkowanie materiałów, gromadzonych przez wiele miesięcy. Podstępnie wkradający się stres – przez wielu określany „tym dobrym”, może być przyczyną większej mobilizacji, czego z pewnością każdy z nas by sobie życzył. Kiedy semestr zimowy na uczelni dobiega końca, a każdy kolejny dzień staje się podobnym do poprzedniego, to znak, że nadchodzą egzaminy. Gdy zaczyna robić się ciężko, przypominam sobie o moim koledze, który, żeby nie marnować czasu, w czasie sesji robił kawę w garnku. Podobnych historii jest na pewno mnóstwo, a o sposobach radzenia sobie w tym jakże wyjątkowym czasie, można by napisać książkę.



Tak jak wszyscy, mamy swoje motywacyjne wzloty i upadki. Musimy jednak pamiętać, że nauka na studiach zdecydowanie różni się od tej w liceum. Nie uczymy się po to, by jak najlepiej napisać maturę, co otworzy nam drzwi do dalszej edukacji. Będąc na studiach medycznych przychodzi taki dzień, kiedy uświadamiamy sobie, że uczymy się wyłącznie dla siebie. Nie po to, by dostać piątkę, a za miesiąc zapomnieć, co było warunkiem zaliczenia. Przed nami znacznie trudniejsze egzaminy. Egzaminy, których dnia ani godziny nie dane nam będzie wcześniej poznać. Stojąc naprzeciw drugiego człowieka nie czas już będzie na wertowanie podręcznika, a szybkie i konkretne działanie. Na decyzję, podjętą na podstawie tych kilku lat nauki. Wieczorach, spędzonych z książką przy biurku, w towarzystwie kolejnego kubka kawy. Zdecydowaliśmy się na studia, które nieodzownie związane są z wielką odpowiedzialnością. Nauka na każdym z kierunków, istniejących na naszej Uczelni, wiąże się z niesieniem pomocy drugiej osobie. Tylko od nas zależy, czy zaangażujemy się w nią na tyle, by któregoś dnia usłyszeć „dziękuję”.

Magdalena Rybaczek

Spis treści

- MICHAŁ PAWŁOWSKI, DR HAB. TOMASZ HRYSZKO
4 **Rusza nowy projekt stażowy dla studentów V roku kierunku lekarskiego!**
- PATRYCJA DAJNOWICZ
5 **Szczepienia – fakty i mity**
- MAŁGORZATA GROCHOWSKA
6 **Z Diagnostą po zdrowie. Dzień Babci i Dziadka**
- OLGA ZWOLIŃSKA
6 **Oleje w kosmetyce cz.2**
- AGNIESZKA RUCZAJ
7 **Nie za wszelką cenę**
- PATRYCJA ŚWIDERSKA, KRZYSZTOF ŻUKOWSKI
8 **TURA KULTURY**
- JOANNA KULIKOWSKA
9 **Pokaż dziadkom**
- AGATA RYBAK
10 **Miłość okiem naukowca**
- KRZYSZTOF KONON
11 **Czy medyk może być polimatem?**
- MARTA BACZEWSKA
11 **Czwartki z Samorządem**
- MATEUSZ JANKIEWICZ
12 **Chóralne inspiracje: Eric Whitacre**
- MATEUSZ JANKIEWICZ
12 **A imię jego będzie czterdzieści i cztery...**
- MATEUSZ JANKIEWICZ
13 **O teatrze Wierszalin**

Autor rysunku na str. 2 – Katarzyna Król

SKŁAD REDAKCJI MŁODEGO MEDYKA:

Redaktor naczelny: Magdalena Rybaczek

Zastępca: Karolina Siedlaczek

Sekretarz: Tomasz Charytoniuk

Korekta: Katarzyna Miniewska

Członkowie: Marta Baczevska, Patrycja Dajnowicz, Małgorzata Grochowska, Mateusz Jankiewicz, Krzysztof Konon, Joanna Kulikowska, Agnieszka Ruczaj, Agata Rybak, Patrycja Świdrska, Olga Zwolińska, Krzysztof Żukowski

Siedziba Główna Redakcji: Collegium Universum, ul. Adama Mickiewicza 2C, 15-001 Białystok

Kontakt: tel. 573 367 167 (Magdalena Rybaczek)

facebook.com/mlodymedyk.umb;

mlodymedyk@gmail.com

Rusza nowy projekt stażowy dla studentów V roku kierunku lekarskiego!

Już 1 marca 2018 rozpoczynamy rekrutację na udział w stażach organizowanych na Wydziale Lekarskim dla studentów V roku kierunku lekarskiego. Aby jak najlepiej skorzystać z inicjatywy, już teraz warto poczynić pierwsze kroki, przede wszystkim nawiązując kontakt z instytucją, w której chcielibyśmy odbyć wymarzony staż. Może być to zarówno oddział szpitalny, laboratorium czy też instytut badawczy znajdujący się w Polsce lub kraju Unii Europejskiej. Czyli jeżeli planujemy związać swoją przyszłość zawodową np. z transplantologią, szukamy oddziału transplantologicznego w Polsce lub Unii Europejskiej, gdzie w trakcie wakacji wzbogacimy swoją wiedzę praktyczną dotyczącą przeszczepiania narządów, a także będziemy mieli szansę zaprezentować się przyszłemu pracodawcy. Uczelnia dysponuje ograniczoną liczbą miejsc w zagranicznych jednostkach, które potwierdziły swoją gotowość do współpracy w ramach programu. Jest ona dostępna na stronie internetowej projektu pod adresem <http://www.umb.edu.pl/praktykiwl>.

Z jakich środków finansowane są staże?

Staża dla przyszłych lekarzy współfinansowane są przez Unię Europejską ze środków Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 w ramach projektu „Wzmocnienie praktycznych kompetencji studentów kierunku lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku”.

Jakie staże oferowane są w projekcie?

Staża dla V roku kierunku lekarskiego trwają miesiąc, w okresie od lipca do września 2018 i 2019 roku. Staż można odbyć w dowolnej jednostce klinicznej lub badawczej. Planowane są dwie edycje programu w kolejnych dwóch latach akademickich, przy czym w obecnej edycji dostępnych jest 25 miejsc na staże krajowe i 33 na staże zagraniczne.

Kto może aplikować na staż?

W procesie rekrutacyjnym na staże mogą wziąć udział studenci i studentki V roku studiów stacjonarnych i niestacjonarnych kierunku lekarskiego UMB, którzy mają średnią ocen co najmniej 3,0 (dla staży krajowych) lub 3,6 (dla staży zagranicznych) i nie uczestniczą w tym samym czasie w Programie Erasmus+.

Jak aplikować na staż?

Aby aplikować na staż, należy złożyć w Dziekanacie Wydziału Lekarskiego (pokój 22) formularz rekrutacyjny wraz z niezbędnymi załącznikami. Instytucję przyjmującą (zagraniczną) można wybrać z listy udostępnionej przez UMB lub wybrać ją samodzielnie. Rekrutacja trwa od 1 do 31 marca 2018, a jej wyniki zostaną ogłoszone 14 dni po zakończeniu, na stronie internetowej projektu.

Znalazłem/am się na liście osób przyjętych, co dalej?

Osoby zakwalifikowane na staż podpisują w Dziekanacie zestaw wymaganych dokumentów, z których najważniejsze to umowa trójstronna pomiędzy UMB, Instytucją Przyjmującą, a stażystą i – w przypadku samodzielnego wyboru Instytucji Przyjmującej – list intencyjny. Podpisane dokumenty należy złożyć w pokoju 22 Dziekanatu.

Z kim załatwiamy kwestie związane z finansowaniem stażu?

Formalności dotyczące kosztów wyjazdu należy załatwiać w Dziale Spraw Studenckich po podpisaniu wszystkich dokumentów, ale nie później niż 14 dni przed planowaną datą wyjazdu. Ze środków projektu dofinansowane zostaną koszty podróży i zakwaterowania oraz ubezpieczenie NNW, jak również koszt biletów komunikacji miejskiej w przypadku stażu krajowego. Środki na odbycie stażu zostają przekazywane stażystom na podstawie umowy stypendialnej podpisywanej w Dziale Spraw Studenckich.

O czym jeszcze powinienem wiedzieć?

Kilka ważnych informacji na koniec. Podróż na staż krajowy powinna się odbywać pociągiem lub autobusem. Bilety lotnicze w przypadku stażu zagranicznego zakupowane są przez UMB. Koszt podróży rozliczamy na podstawie biletów i faktur. Koszt zakwaterowania rozliczany jest na podstawie rzeczywiście poniesionych wydatków i należy się liczyć z koniecznością wstępnego pokrycia tych kosztów ze środków własnych. W trakcie odbywania stażu stażystami opiekuje się Opiekun po stronie Instytucji Przyjmującej. Wszelkie informacje związane z realizacją staży znajdują się na stronie internetowej projektu, przede wszystkim w plikach „Krok po kroku” i FAQ (<http://www.umb.edu.pl/praktykiwl>).

Co muszę zrobić w trakcie i po powrocie ze stażu?

W trakcie stażu, stażysta wypełnia Dziennik stażu, który zawierał będzie opinię Opiekuna stażu po stronie Instytucji Przyjmującej i Certyfikat Odbycia Stażu. Staże należy rozliczyć w przeciągu 7 dni od powrotu, najpierw u Opiekuna stażysty po stronie UMB (merytorycznie), a następnie w Dziale Spraw Studenckich (finansowo).

Osoby do kontaktu:

Koordynatorem merytorycznym projektu jest dr hab. Tomasz Hryszko, Prodziekan Ds. Rozwoju Wydziału Lekarskiego i Nauczania Anglojęzycznego UMB.

Opiekun stażystów po stronie UMB: dr Alicja Rydzewska-Rosołowska (alicja.rosolowska@umb.edu.pl)

Koordinator administracyjny projektu (Dział Projektów Pomocowych UMB): mgr Michał Pawłowski (michal.pawlowski@umb.edu.pl; tel. 85 686 51 40) ■

**MICHAŁ PAWŁOWSKI
DR HAB. TOMASZ HRYSZKO**

Szczepienia – fakty i mity

Wpisałam w wyszukiwarkę internetową słowo: „szczepionki”. Co zobaczyłam? Po stronie Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego, znanej internetowej encyklopedii i paru blogach medycznych czy popularno-naukowych, pojawił się szereg stron o takich tytułach jak: „Szczepienia – niewygodne informacje i komunikaty”, „7 najbardziej niebezpiecznych szczepionek” czy nawet „Alternatywy dla szczepień i homeopatyczne szczepionki”. Nietrudno zauważyć, że temat jest popularny wśród internautów – wyników jest prawie dziewięćset tysięcy. Z czego wynika kontrowersja wokół tego zagadnienia?

W styczniu, w Euroregionalnym Centrum Farmacji odbył się wykład zorganizowany przez Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne oraz Okręgową Izbę Aptekarską pt. „Szczepienia – fakty i mity”. Prelegentem była pani dr n. med. Iwona Paradowska-Stankiewicz, Krajowy Konsultant ds. Epidemiologii, kierownik Pracowni Epidemiologii Chorób Zwalczanych Drogą Szczepień z Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego.

Jako Młoda Farmacja od początku kibicowaliśmy podjęciu tego tematu. Na studiach farmaceutycznych nie mamy zbyt często styczności z tą tematyką, a reprezentując już niedługo środowisko medyczne, w dobie tak szerokiego zaafektowania tym aspektem, warto mieć merytoryczną opinię. Wykładu wysłuchało około 150 osób, a po nim odbyła się bardzo ciekawa dyskusja. Postanowiłam przytoczyć kilka zagadnień, które Pani Doktor ujęła w swoim wystąpieniu.

Podczas spotkania usłyszeliśmy, że zawarta w szczepionkach rtęć nie jest niebezpieczna dla zdrowia, ponieważ występuje w związku konserwującym, który jest wydalany, więc nie ulega kumulacji, a szczepienia nie powodują autyzmu. Druga teoria znana jest od 1998 roku, kiedy Andrew Wakefield opublikował pracę naukową, w której dowodził, że jest prawdopodobna relacja między stosowaniem szczepionek MMR a rozwojem autyzmu oraz pewnych chorób jelita u dzieci. Pracę parę lat później wycofano, a Wakefielda usunięto z rejestru brytyjskich lekarzy po udowodnieniu mu licznych błędów i zafałszowań podczas prowadzenia badań.

Prelekcja objęła również takie tematy jak udowodniona skuteczność szczepionek. Została potwierdzona znana informacja, że nie możemy się szczepić podczas choroby. Dowiedzieliśmy się, że szczepienia nie obciążają w sposób nadmierny organizmu, nie zawierają szkodliwych substancji oraz że powinniśmy szczepić się również na te choroby, które nie występują już w naszym środowisku.

Mimo wielu niezaprzeczalnych zalet szczepień, wprost powiedziano, że nie są one całkowicie bezpieczne dla zdrowia, ale ryzyko związane z chorobami zakaźnymi jest wielokrotnie wyższe niż ryzyko niepożądanych odczynów poszczepiennych.

Dyskusja po wykładzie dotyczyła takich zagadnień jak brak dostępności w Polsce niektórych rodzajów szczepionek, obecność w nich glinu i związanej z nim choroby Alzheimera. Dyskutowano o ewentualnej przewadze bądź niebezpieczeństwie związanym z naturalnym nabywa-



niem odporności na choroby zakaźne przez dzieci i braku informacji na temat składu szczepień (jednakże karty charakterystyk wszystkich produktów leczniczych są szeroko dostępne w internecie). Padły pytania o cel podawania tak dużej ilości szczepionek już w pierwszych miesiącach życia dziecka. Omawiany był też wybór dostępnych szczepionek na pneumokoki. Długa dyskusja udowodniła obecnym, że temat jest interesujący, złożony i wciąż niewyczerpany.

Jakie były moje wrażenia po? Wiele się dowiedziałam i poznałam różne punkty widzenia. Uznałam również, że było to ciekawe źródło obserwacji socjologicznych. Bo dlaczego przy tak ogromnym spektrum substancji leczniczych dostępnych na rynku, akurat szczepionki wywołują największą kontrowersję? Uważam, że kwestią o tym decydującą jest to, że szczepienia dotyczą najmłodszych – niemowląt i dzieci. Jest to zagadnienie obecne w życiu każdego rodzica. A kto zna uczucie silniejsze niż miłość matki i ojca do dziecka? Troska o dziecko i stres z nią związany to niesamowicie silne uczucia, nic więc dziwnego, że bardzo często w tej dyskusji biorą one górę.

Inną kwestią, która ma wpływ na tak silną polaryzację społeczeństwa w tym temacie, jest pewien relatywizm naukowy, który według mnie jest problematyczny nie tylko w aspekcie szczepionek. Mam na myśli zjawisko występujące w internecie, gdzie każdą opinię uważa się za równoważną – tę podpartą szeregiem badań naukowych jak i tę napisaną na kolanie między innymi czynnościami. Każdy może wypowiedzieć się na każdy temat, nie zastanawiając się nad konsekwencjami głoszonych koncepcji oraz stawianych tez. I co gorsza – każdy może je przeczytać i uznać za właściwe.

Każdy z nas ma możliwość sam zbudować swój punkt widzenia. Jednocześnie bardzo zależy mi na tym, abyśmy analizowali przyswajane informacje, budowali własne zdanie opierając je o wiedzę osób kompetentnych oraz dowody i badania naukowe. To podstawa merytorycznej dyskusji w tym jak i każdym innym temacie. ■

PATRYCJA DAJNOWICZ

PRZEWODNICZĄCA MŁODEJ FARMACJI BIAŁYSTOK

Z Diagnostą po zdrowie. Dzień Babci i Dziadka



20 stycznia 2018 roku w centrum handlowym „Atrium Biała” odbyła się II edycja akcji profilaktycznej „Z Diagnostą po zdrowie. Dzień Babci i Dziadka”, przygotowana przez organizację Kreatywny Diagnosta Laboratoryjny. W wydarzeniu brali także udział studenci należący do organizacji: Innowacyjny Kosmetolog, IFMSA-Oddział Białostok, PTSS Białostok, Młoda Farmacja Białostok, jak i kół naukowych naszego Uniwersytetu: SKN przy Zakładzie Farmakognozji oraz SKN „Dietetyk”. Głównym celem akcji była promocja zdrowia i profilaktyki chorób wśród seniorów, poprzez podniesienie świadomości społecznej w zakresie czynników chorobotwórczych, sposobu ich ograniczenia oraz

utrwalaniu prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia. Podczas wydarzenia zostały przeprowadzone pomiary glikemii przygodnej, ciśnienia krwi, spirometryczne płuc, poziomu witaminy C, nawilżenia skóry oraz zostały wykonane przeglądy stomatologiczne, masaże dłoni, a także analiza składu ciała. Studenci przedstawili naturalne leki stosowane w chorobach starczych, udzielili porad dietetycznych i stomatologicznych oraz przeprowadzili profilaktykę nowotworów jąder, szyjki macicy i piersi oraz profilaktykę HIV/ADIS. Podczas akcji można było skorzystać z porad podologicznych, których udzielała Pani Marta Pankiewicz -właścicielka salonu podologiczno-kosmetycznego „Rebecca”. Wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem dzięki pomocy partnerów medialnych m.in. TVP3 Białostok, Radio I, Radio Akadera, SCR Radiosupeł czy Polskie Radio Białostok. Krajowa Izba Diagnostów Laboratoryjnych oraz Polskie Towarzystwo Diagnostów Laboratoryjnych oddział Białostok objęli akcję patronatem honorowym.

Mamy nadzieję, że tego typu działalność profilaktyczna przyczyni się do zwiększenia świadomości seniorów na temat zdrowia. ■

MAŁGORZATA GROCHOWSKA

Oleje w kosmetyce cz.2

1. Olej arganowy pozyskiwany jest w wyniku tłoczenia na zimno owoców arganii żelaznej. Bogaty w niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe (omega-3, omega-6, omega-9), odgrywające ważną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu skóry. Wpływają one na aktywność fibroblastów zwiększając produkcję kolagenu, elastyny oraz kwasu hialuronowego co skutkuje poprawą jędrności i elastyczności skóry. NNKT zmniejszają również odparowywanie wody z warstwy rogowej naskórka oraz wpływają na utrzymanie prawidłowej struktury cementu międzykomórkowego zapewniając odpowiedni poziom nawilżenia. Olej arganowy zawiera także duże ilości witaminy E działającej antyoksydacyjnie, przeciwzapalnie, hamuje degradację kolagenu oraz przyspiesza gojenie się ran. Ze względu na swój skład oraz wynikające z niego właściwości olej ten może być stosowany przez osoby z każdym typem skóry. Znakomicie sprawdzi się przy skórze suchej zwiększając jej nawilżenie, przy cerze dojrzałej poprawiając napięcie, przy tłustej regulując produkcję sebum.

2. Olej jojoba to ciekły wosk otrzymywany z nasion simondsii kalifornijskiej, zawierający dużą ilość fitosteroli, witaminy A, E, F oraz skwalen. Skład chemiczny oleju jojoba zbliżony jest do składu ludzkiego sebum, dzięki czemu sprawdza się on bardzo dobrze w przypadku pielęgnacji każdego typu cery również cer łojotokowych, czy atopowych. Olej ten reguluje proces wydzielania sebum, przez co przyczynia się do mniejszego przetłuszczania się skóry, nie



powoduje powstawania zaskórników, łagodzi stany zapalne i przyspiesza gojenie drobnych ran, wykazuje działanie przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze, działa regenerująco, antyoksydacyjnie, zmiękcza i nawilża.

3. Olej rycynowy pozyskiwany jest w wyniku tłoczenia na zimno nasion rącznika pospolitego. Doskonale sprawdza się jako odżywka do włosów (zamyka łuskę włosa oraz zapobiega rozdławianiu końcówek), a także w pielęgnacji brwi oraz rzęs sprawiając, że stają się lepiej odżywione oraz wzmocnione. Włoski są grubsze, szybciej rosną oraz nabierają ciemniejszego zabarwienia. Ważne, aby przy aplikacji oleju nie dostał się on do oczu, ponieważ może wykazać działanie drażniące. ■

OLGA ZWOLIŃSKA

Nie za wszelką cenę

Przeszkody są po to, żeby je pokonywać, a słabości – by uczynić z nich źródło siły. Dążenie do perfekcji w ważnej dla nas dziedzinie może więc być czymś pożądanym. Otaczająca rzeczywistość podpowiada, że trzeba pracować coraz więcej i zapewnić sobie jak najlepszą pozycję materialną w świecie. Czy nasze starania, aby osiągnąć upragniony cel, mogą stać się pułapką? Kiedy należy powiedzieć STOP i dać sobie przynajmniej chwilę wytchnienia?

Twoja poprzeczka zawieszona jest wysoko, porażki bardzo długo i mocno bołą, a sukcesy nie cieszą? Brzmi znajomo? Jeżeli tak, pewnie masz w sobie coś z perfekcjonisty. Jest to osoba, która wyznacza sobie (a nierzadko również innym ludziom) wysokie standardy i stara się wszystkie powierzone jej zadania wykonać na 100%. Często bagatelizuje swoje osiągnięcia i trudno przychodzi jej pogodzenie się z faktem, że poszło jej gorzej od innych. Nie potrafi zaakceptować własnych błędów, oskarża się za potknięcia i długo o nich myśli. Niejednokrotnie w schemacie myślenia takiej osoby istnieje czarno-biała rzeczywistość, w której nie ma nic pomiędzy skrajnościami – doskonałością i beznadzieją. Perfekcjonista może ponadto mieć trudności z podejmowaniem decyzji (z obawy, że okażą się one nietrafione), jak też bać się podejmowania nowych aktywności ze strachu przed byciem początkującym. Wielokrotnie popada też w pracoholizm i niechętnie przekazuje swoje zadania innym, gdyż jest przekonany, że sam wykona je najlepiej.

Skutki perfekcjonizmu sięgają o wiele dalej niż zwykłe zmęczenie, które mija po drzemce. Lęk i napięcie towarzyszące długotrwałej walce z samym sobą i z innymi o najlepszą pozycję mogą być przyczyną bólu głowy, zaburzeń trawienia, wzrostu napięcia mięśniowego czy problemów sercowo-naczyniowych. Perfekcjonizmowi mogą towarzyszyć również zaburzenia obsesyjno-kompulsywne, anoreksja, różnego rodzaju uzależnienia czy depresja.

Co warto więc w sobie zmienić? Przede wszystkim – sposób myślenia. To najtrudniejsze, ale zarazem najbardziej efektywne. Najlepiej zacząć od postawienia sobie podstawowego pytania: „Czy nie za dużo od siebie wymagam?”. Rozwój w dziedzinach, które nas interesują czy z innych względów są dla nas istotne, jest bardzo cenny i potrzebny, jednak nałożenie na siebie zbyt wielu obowiązków może przyczynić się tylko do pogłębienia frustracji, poczucia, że z niczym się nie wyrabiam i na nic nie mam siły. Kluczowe jest zatem ustalenie priorytetów, świadome określenie własnej hierarchii wartości, tego, do czego w dalszej per-

spektywie dążę i w jakim kierunku chcę się rozwijać. To pomoże wybrać to, na czym trzeba się skupić najbardziej.

Kolejną ważną rzeczą jest, by nie patrzeć na swoje sukcesy przez pryzmat osiągnięć innych. Zdarza się tak, że wyznaczamy sobie jakiś cel i go osiągamy. Przez chwilę udaje nam się wykrzesać z siebie radość. Mija ona jednak, gdy dowiadujemy się na przykład, że koleżance z roku poszło lepiej lub też, że poszło jej równie dobrze mimo że ona – w przeciwieństwie do nas – działa jeszcze w wolontariacie i śpiewa w chórze. Po takiej wiadomości zaczynają się oskarżenia siebie samego: mogłam/mogłem włożyć w to więcej pracy i osiągnąć lepszy rezultat, mogłam/mogłem to zrobić lepiej... Nie ma sensu się o to tygodniami obwiniać. Można natomiast spróbować wyciągnąć wnioski na przyszłość i poszukać sposobów bardziej wydajnej pracy. Jeśli już z kolei patrzymy na innych i im zazdrościmy – czemu nie poprosić ich o pomoc? Nie do wszystkiego musimy przecież dochodzić sami. Nawet błaha z pozoru wskazówka pozwoli niekiedy oszczędzić cenny czas, który być może tracimy na samodzielnym szukaniu najlepszego rozwiązania.

Porażki i upadki bołą (perfekcjonisci odczuwają to szczególnie dotkliwie), ale gdy już nas spotkają, one także mogą być dla nas źródłem cennej wiedzy. Przyjrzenie się im i krótka refleksja mogą nam pomóc uniknąć podobnych błędów w przyszłości. Nie bójmy się więc panicznie tego, że coś nam nie wychodzi!

Warto spojrzeć na siebie z dystansem. Próbą zrobienia tego jest uczestnictwo w aktywności, która będzie dla nas formą rozrywki, a więc i obszarem, który nie musi być perfekcyjny. Dobrą opcją jest karaoke czy taniec. Nawet jeśli nie śpiewasz świetnie albo nigdy nie byłeś na zajęciach tanecznych, spróbuj! Jest to nie tylko sposób na ciekawe spędzenie czasu i oderwanie się od codziennych obowiązków, ale też szansa na uświadomienie sobie, że niektórych rzeczy nie musisz robić perfekcyjnie, wystarczy, że czynność ta sprawia Ci przyjemność.

Nastawienie na wielozadaniowość, ciągły bieg i stres to zjawiska wpisane w naszą codzienną rzeczywistość. Warto jednak mądrze kierować swoim życiem – tak, aby rozwijać się i stawać się coraz lepszym w tym, co się robi, ale jednocześnie znaleźć czas na odpoczynek i nie pozwolić, by za gonitwę za sukcesem przypłacić własnym zdrowiem. ■

AGNIESZKA RUCZAJ



TURA KULTURY

Cześć! Po spektakularnym sukcesie nowej rubryki „Młodego Medyka” i setkach maili od fanów oraz propozycjach współpracy z największymi – wracamy z kolejną porcją pysznych kulturalnych rzeczy, gotowych do konsumpcji w czasie mniej lub bardziej intensywnej sesji zimowej. Bo pamiętajcie – aby przyswojona wiedza została w głowie (przynajmniej do czasu egzaminu), należy pozwolić jej się odpowiednio ułożyć stosując system przerw, nagród i motywacji. Poniższe propozycje łączą w sobie wszystkie trzy, rzućcie na nie okiem.

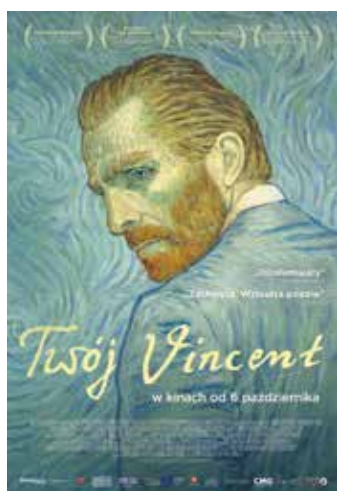
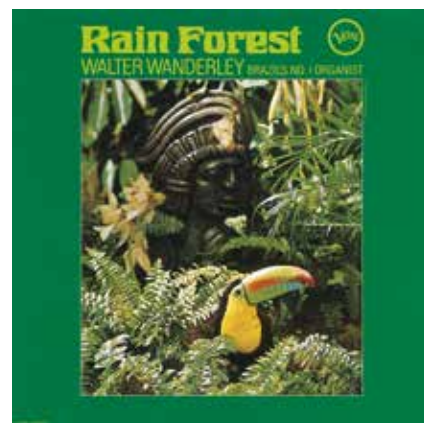


Koniec świata na dobry początek

Po reportażu wydawnictwa Czarnego często sięgam w ciemno. Tak też było tym razem. Potrzebowałam czegoś „na teraz” i w taki sposób w moich dłoniach wyładowała książka **Ilony Wiśniewskiej „Białe. Zimna wyspa Spitsbergen”**. Początkowo sama zastanawiałam się, co może być ciekawego w miejscu gdzie żyje więcej niedźwiedzi polarnych niż ludzi, krajobraz jest jednorodnie biały, a dni ciągną się jeden za drugim. Już po pierwszych kilku stronach znalazłam odpowiedź - to nie wyspa jest tu na pierwszym planie, a ludzie tam mieszkający - jak się okazuje obywatele prawie pięćdziesięciu krajów! Istny tygiel kulturowy. Dzięki temu, teren z pozoru nieprzyjazny staje się niezwykle przyciągający. Nawet dla mnie - wiecznego zmarzlucha. Jeżeli nie jesteś ciekawy świata, nie sięgaj po tę książkę.

Dźwięki dżungli lat 60.

Czołówka „Wielkiej Gry” albo muzyka z windy. Takie skojarzenia jako pierwsze pojawiają się po włożeniu do odtwarzacza płyty **„Rain Forest” Waltera Wanderley’**a. To wszystko zasługa niesamowitego instrumentu, jakim są organy Hammonda model B3. Jego charakterystyczne brzmienie momentalnie przenosi nas w drugą połowę lat 60. ubiegłego wieku, kiedy bossa nova była w szczycie popularności. Artysta łączy brazylijskie brzmienia nowej fali z jazzem w bardzo przyjemny i przystępny sposób. Od pierwszego utworu album wywołuje uczucie odprężenia, które jest wzmacniane z każdym następnym utworem, dlatego polecam go jako przerywnik między intensywnymi godzinami nauki przed egzaminami sesji zimowej. (znajdziesz go na YT)



Żywy portret

Jeżeli jeszcze (jakimś cudem) nie słyszałaś/eś o animacji **„Twój Vincent”** to czas najwyższy to nadrobić. Ten trwający niecałe 90 minut film to wynik polsko-brytyjskiej kooperacji dwojga artystów: **Kobieli i Welchmana**. Fabuła, choć skromna, opowiada głównie o tajemniczej śmierci Vincenta van Gogha, tworząc tym samym połączenie dramatu z kryminałem. Rzecz jasna, nie sposób nie wspomnieć o stronie technicznej i wizualnej, które bez wątpienia budzą podziw. Film najpierw nakręcono w tradycyjny sposób - z aktorami, by następnie każda z 65 tysięcy klatek została odtworzona na płótnie przy pomocy farb olejnych przez ponad 100 polskich i zagranicznych artystów. To pierwsze w historii takie dzieło, dlatego też zasługuje na tegorocznego Oscara. Trzymam kciuki! ■

**PATRYCJA ŚWIDERSKA
KRZYSZTOF ŻUKOWSKI**

Pokaż dziadkom

Niedowład połowiczny, asymetria twarzy, afazja – podstawowe objawy udaru niedokrwiennego mózgu są doskonale znane nam, studentom Uniwersytetu Medycznego. Jednak nasza wiedza nie wystarczy, aby udar mózgu był rozpoznawany wystarczająco wcześnie. Wcześniej – to znaczy w ciągu 4,5 godziny od wystąpienia objawów. Tylko w tym czasie neurologicy mogą zastosować trombolizę, czyli najskuteczniejsze leczenie przyczynowe. Aby chorzy na udar trafiali na czas do szpitala niezbędna jest wysoka świadomość społeczna głównych objawów udaru niedokrwiennego mózgu. Jako Studenckie Koło Naukowe przy Klinice Neurologii chcemy zwiększyć ich znajomość, dlatego też w ubiegłym roku akademickim rozpoczęliśmy akcję „Pokaż dziadkom”. Pomysłodawczynią tego projektu jest Paulina Werel, przewodnicząca Koła Neurologicznego. Całe przedsięwzięcie odbywa się pod czujnym okiem Pani Docent Aliny Kułakowskiej. Nasze działania skierowane są on głównie do starszych osób, będących w grupie ryzyka. Do tej pory, w ramach projektu, zorganizowaliśmy liczne wydarzenia min.: akcje edukacyjne w galeriach handlowych, organizacja Światowego Dnia Udaru Mózgu, stoisko Koła Neurologicznego podczas Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Najbardziej jesteśmy jednak dumni z nagrania filmu dotyczącego objawów udaru mózgu, w którym wystąpili pacjenci Kliniki Neurologii UMB. Nagranie dotarło do szerokiego grona odbiorców. Film stał się popularny w Internecie, aktualnie jest również wyświetlany z napisami w salach obsługi klienta w Zakładach Ubezpieczeń Społecznych w całej Polsce. Ponadto zorganizowaliśmy kampanie społeczne w lokalnych rozgłośniach radiowych, projektem zainteresowano się również w mediach ogólnopolskich np. w Pytaniu na Śniadanie. Tak jak w roku ubiegłym, również w tym roku zorganizowaliśmy akcję „Pokaż dziadkom” w białostockich



przedszkolach. Całe przedsięwzięcie polegało na tym, że przed wystąpieniami dzieci z okazji Dnia Babci i Dziadka, w przystępny sposób edukowaliśmy seniorów na temat objawów udaru mózgu i postępowania w przypadku ich wystąpienia. „Ręka, noga, twarz i mowa” – to łatwe do zapamiętania hasło przewodnie, które chcieliśmy przekazać naszym słuchaczom. Osoby obecne na spotkaniu dowiedziały się o tym, że nie należy czekać aż objawy same miną tylko natychmiast po ich zauważeniu trzeba dzwonić po pogotowie ratunkowe. W udarze mózgu liczy się czas, dokładnie 4,5 godziny. Na koniec Dziadkowie otrzymywali od nas materiały informacyjne oraz gadżety dotyczące przekazywanych przez nas informacji. Spotkaliśmy się z bardzo dużym entuzjazmem oraz zrozumieniem potrzeby przeprowadzania takich akcji, zarówno ze strony dyrekcji, pań przedszkolank, jak i dziadków. Podobnie jak rok temu wzbudziliśmy zainteresowanie mediów – Kuriera Porannego oraz TVN 24. W tym roku odwiedziliśmy ponad 30 grup przedszkolnych, w przedszkolach numer: 4, 7, 25, 26, 36, 44, 45. Mamy nadzieję, że za 12 miesięcy do tej listy dołączą kolejne placówki. W tym miejscu ogromne podziękowania należą się wszystkim osobom, które włączyły się w „Pokaż dziadkom”, w szczególności członkom Koła Neurologicznego. Dzięki wsparciu białostockiego oddziału IFMSA udało nam się zebrać dużą grupę osób, które dostrzegły sens i wartość naszych działań. Pomimo mrozów, licznych zaliczeń oraz innych trudności wiele osób postanowiło odwiedzić przedszkola, niekiedy kilkukrotnie. W przeprowadzonych przez nas dwóch edycjach akcji, uświadomiliśmy blisko 2000 seniorów. Biorąc pod uwagę wszystkie organizowane przez nas wydarzenia, liczba ta wielokrotnie się powiększa. Jest to ogromny sukces, ponieważ każda osoba, znająca objawy udaru niedokrwiennego, będzie potrafiła je rozpoznać nie tylko u siebie, ale również u innych. Ta coraz większa świadomość społeczna może uratować zdrowie i życie nie tylko anonimowym ludziom, ale również Waszym rodzicom, babciom i dziadkom. ■

JOANNA KULIKOWSKA

STUDENCKIE KOŁO NAUKOWE PRZY KLINICE
NEUROLOGII UMB



Miłość okiem naukowca

*„Kochać – jak to łatwo powiedzieć
Kochać – to nie pytać o nic
Bo miłość jest niewiadomą (...).”*

Myślę, że czytając pierwsze słowa w Waszych głowach popłynęła melodia piosenki śpiewanej w latach 60. przez Piotra Szczepanika, do której nasi dziadkowie kołysali się w pierwszych wolnych tańcach. Ale czy na pewno w dzisiejszych czasach miłość jest niewiadomą? Otóż niezupełnie!

Jak napisał autor tekstu, łatwo powiedzieć „kocham”. Zdecydowanie łatwiej powiedzieć, niż zbadać naukowo. Jak bowiem w warunkach laboratoryjnych skłonić uczestników eksperymentu do zakochania się w sobie? A gdyby nam się to nawet udało, to jak analizować powstałe uczucie? Objawy fizjologiczne w postaci braku apetytu, kołatania serca, czy bezsenności, tak często kojarzone z miłością, mogą równie dobrze towarzyszyć zatruciu pokarmowemu. Ponieważ miłość, jako przedmiot badań, nie jest sprawą prostą, przez wieki definiowaniem tego pojęcia zajmowali się poeci, artyści i filozofowie. Stąd prędyj kojarzymy ją z określeniami nieco abstrakcyjnymi (np. żarem wypełniającym dusze lub połączeniem dwojga serc), niż naukowymi.

Czasy się zmieniły i mając do dyspozycji nowoczesną aparaturę oraz badania biochemiczne, uczeni postanowili ogołocić miłość z budowanej przez wieszczów magicznej otoczki i poszukać racjonalnego wytłumaczenia zjawisk towarzyszących zakochaniu.

Jeden z najślawniejszych starożytnych filozofów, Arystoteles, siedliskiem uczuć i myśli uczynił serce i do dziś jest ono symbolem miłości. Współcześnie wiemy, że za odbiór i przetwarzanie wszelkich wrażeń jest odpowiedzialny mózg. Naukowcy używając Emisyjnej Tomografii Pozytonowej (PET) odnaleźli dokładny rejon ośrodkowego układu nerwowego, w którym „mieszka” miłość. Jest nim część przodomózgowia stanowiąca element układu

limbicznego. To dość zaskakujące, gdyż zdolność do kochania jest uważana za cechę wyłącznie ludzką, spodziewalibyśmy się więc umiejscowienia miłości np. w korze mózgu, a nie w układzie obejmującym filogenetycznie najstarsze obszary.

W toku poszukiwań odkryto substancję odpowiedzialną za euforię i podniecenie obecne w początkowych etapach zauroczenia. Mowa tu o fenyletyloaminie (PEA), związku strukturalnie podobnego do amfetaminy. Jednak z biegiem czasu wytwarzanie przez organizm PEA maleje, zatem sama fenyletyloamina nie zapewni zbudowania długotrwałej relacji między dwojgiem ludzi. Dojrzałą fazę miłości, której nie towarzyszą już tak gwałtowne emocje, lecz poczucie bezpieczeństwa i spokoju, warunkują głównie dwa hormony, wazopresyna i oksytocyna. Eksperymenty przeprowadzone na nornicach preriowych, nielicznych monogamistach w świecie zwierząt, wykazały, że samiec nawiązuje więź z partnerką i staje się opiekuńczy wobec potomstwa na skutek działania wazopresyny, a samica trwale wiąże się z samcem dzięki oksytocynie. Co prawda, ciężko porównywać związki nornic ze związkami ludzi, jednak badania te dają nadzieję na odnalezienie czynników, dzięki którym trwamy przy ukochanej osobie całe życie.

Mimo iż naukowcy i artyści odmiennie określają pojęcie miłości, myślę, że co do jednego są zgodni, najważniejsze, żebyśmy jej w życiu doświadczali, bez względu na definicję.

Opracowano na podstawie:

„Chemia miłości” Krzysztof Szymbroski

„Chemia miłości – co się dzieje w organizmie w czasie zakochania” Magdalena Moraszczuk

„Serce na dłoni” Łukasz Dziatkiewicz ■

AGATA RYBAK

Czy medyk może być polimatem?

W dobie bezmiaru wiedzy, narastającej we wręcz przyspieszającym tempie, zauważyć można postępującą tendencję do specjalizowania się, a więc zawężania zakresu wiedzy zdobywanej przez jednostkę. Doskonale widoczne jest to w medycynie – choćby w wydzieleniu się hipertensjologii z kardiologii czy też diabetologii z endokrynologii. Niewątpliwym jest, iż nie da się uniknąć zawężania wiedzy, w której jest się ekspertem. Jednak czy to oznacza, że niemożliwym jest współcześnie bycie człowiekiem renesansu?

Szczególnie aktualne pytanie to wydaje się być względem osób związanych z medycyną, przyswajających szczególnie duże ilości wiedzy. Jednak nim na nie sobie odpowiemy, ustalmy najpierw, co właściwie oznacza bycie człowiekiem renesansu? Błędne jest patrzeć na ten termin przez pryzmat historii. Bycie takowym nie wymaga bezbłędnej gry na lutni czy pisania, niczym wieszcz, wierszy trzynastozgłoskowcem. Wbrew pozorom do noszenia tego miana nie jest niezbędna również znajomości Wikipedii na wyrywki.

Pojęcie polimata należy raczej postrzegać jako zestaw cech i wartości, w których zawierają się znajomość języków, wrażliwość na kulturę czy własna twórczość, a zwłaszcza ciekawość świata, z której wynika chęć wszechstronnego rozwijania się i zdobywania doświadczenia w wielu dziedzinach. Niemniej ważne jest jednak dążenie do biegłości w wybranej sferze. Ludzi takich nazywa się *versatilist* czy bardziej obrazowo *T-shaped person* („T”, gdyż kreska pionowa symbolizuje wąską specjalizację, a szerokie umiejętności ją uzupełniające kryją się za kreską poziomą).

To, że można pogodzić bycie medykiem i polimatem pokazują nam przykłady z przyszłości bardziej, jak i tej mniej odległej. Nie sposób nie wspomnieć o Mikołaju Koperniku, który był przecież nie tylko astronomem, ale i lekarzem. Niezwykłą postacią jest Albert Schweitzer (1875-1965), który jako lekarz poświęcił się niesieniu pomocy ludziom

w Gabonie (za co dostał nawet Pokojową Nagrodę Nobla w 1952r.), a jednocześnie wśród muzykologów znany jest jako twórca jednej z najważniejszych monografii o Janie Sebastianie Bachu. Równie ciekawy jest przykład Hilarego Koprowskiego (1916-2013) – polskiego lekarza i naukowca, który stworzył doustną szczepionkę przeciw wirusowi polio i ogłosił swoją pracę o tym na rok przed Jonasem Salkiem i na 2 lata przed Albertem Sabinem. Jego oddanie nauce nie przeszkodziło mu jednak być jednocześnie pianistą, kompozytorem, a nawet pływakiem.

Jednak właściwie dlaczego warto sobie zadać ten trud? Zdawać by się przecież mogło, że skupienie się na jednym aspekcie powinno lepiej procentować w karierze, pomóc się wybić ponad konkurentów. Jednakże nabyte umiejętności mogą się przydać nawet w najmniej spodziewanym momencie, a wszechstronność poszerza horyzonty, umożliwiając bardziej kompleksowe spojrzenie na problemy, kreatywniejsze i nieszablonowe działanie – często połączenie pozornie odległych, niezwiązanych ze sobą doświadczeń daje zaskakujące efekty. Nie mniej ważne jest to, że czyni to z Ciebie osobą bardziej interesującą i budzącą szacunek, co przydatne jest nie tylko w życiu prywatnym, ale również tym zawodowym.

To już ostatni akapit, więc najwyższy czas na podsumowanie. Jak być może przekonałem Ciebie, drogi Czytelniku, warto w rozwoju osobistym postawić na wszechstronność. Pozostaje ostatnie pytanie: jak stać się takim człowiekiem renesansu? Nie ma jednej drogi, ale niewątpliwie ważna jest ciekawość świata i otwartość na różnorodność oraz ciągła chęć zdobywania wiedzy. Możliwości jest wiele: tak przez studia (np. podyplomowe), wszechobecne warsztaty o przeróżnej tematyce, jak i lekturę książek czy nawet oglądanie filmów, jednak wybór należy do Was. ■

KRZYSZTOF KONON



wydarzenia będą na bieżąco publikowane na naszym Facebook'u. Zapraszamy do obserwowania, dzięki temu żadna ważna informacja Was nie ominie! ■

MARTA BACZEWSKA

Czwartki z Samorządem

Nowy rok, nowa inicjatywa! „Czwartki z Samorządem!” 11 stycznia w Klubie CoNieCo odbyło się pierwsze spotkanie z cyklu „Czwartki z Samorządem”, które ma na celu integrację społeczności akademickiej. Podczas inauguracyjnego spotkania studenci mieli szansę zmierzyć się w gry planszowe z Jego Magnificencją Rektorem Adamem Krętowskim, Prorektorem Marcinem Moniuszko oraz wieloma innymi przedstawicielami Władz Uczelni. Specjalnie dla Was wypożyczamy najnowsze gry, można też skorzystać z kultowych Scrabble czy Monopoly. Turnieje Studenci vs Władze stają się już tradycją UMB, tym razem podczas rywalizacji zwyciężyły Władze osiągając wynik 135:115 pkt. Jesteśmy bardzo zadowoleni z ogromnej frekwencji i zapraszamy wszystkich studentów oraz pracowników na kolejne spotkania. Najbliższy „Czwartek z Samorządem” już w marcu! Widzimy się w Klubie CoNieCo! Wszystkie

Chóralne inspiracje: Eric Whitacre

Chór Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku słynie z doskonałego repertuaru. Należy przyznać, że nie istnieją słowa, które oddadzą w pełni przeżycia z sali koncertowej. Tego po prostu trzeba posłuchać osobiście! Poczet wielkich kompozytorów, z których czerpiemy otwiera **Eric Whitacre**. Jego twórczość jednak nie łatwo sklasyfikować, cechuje go bowiem innowacyjność. Zastąpił w szerokim gronie melomanów przede wszystkim jako inicjator projektu *The Virtual Choir*. Udało mu się połączyć ludzi z całego świata, różnych narodowości, języków i przekonań w sposób iście wizjonerski. Muzyką. W ostatniej edycji dyrygował jednocześnie niemal 6 tysiącami ludzi z 101 krajów, a na pewno nie jest to jego ostateczne słowo! Każdy, kto chciał spróbować swoich sił w śpiewie otrzymał krótki film, z którego mógł nauczyć się swojej partii, a następnie wysłał swoje wykonanie kompozytorowi. Następnie wszystkich wykonawców połączono i stworzono monumentalne dzieło, które jest dostępne w internecie. Muzyka Whitacre'ego to swista kantylenowa introwersja przepelniona kuriozalną czasami harmoniką. *Lux Aurumque* przywołuje na myśl stopienie się ludzkiej percepcji i reszty wszechświata w jedno istnienie, jako pieśń stworzonej, samotnej wśród mnogości rzeczy świadomości. Szczególnej siły nabiera w kontek-



ście tęsknoty za czymś nienamacalnym, o czym trudno mówić w kategoriach *istnienia*. Lotność twórczości Erica Whitacre'ego rzuca nas w głęboką kontemplację. Jest dualistyczna, początkowa lekkość przeradza się w niepokój za sprawą dyskretnych dysonansów, które wreszcie coraz mniej zakłócając płynny charakter dzieła, znikają w ciszy, pozostawiając odbiorcę w uniesieniu. Czerpiąc inspirację z dorobku kompozytora, Chór UMB pragnie nieco ujarzmić monumentalne zapędy artysty, nadając bardziej intymny charakter jego utworom. O ile wielki skład *The Virtual Choir* zachwyca swoją różnorodnością i kunsztem, o tyle wizja Medyków jest stworzenie bliskiej relacji ze słuchaczem. Dźwięki, w których łatwo utonąć, służą stworzeniu nici emocjonalnego porozumienia między artystą a odbiorcą. Aktualnie Chór pracuje nad *Sleep* i wspomnianym wcześniej *Lux Aurumque*. To trzeba usłyszeć! ■

MATEUSZ JANKIEWICZ

A imię jego będzie czterdzieści i cztery...

To jest właśnie Teatr Wierszalin – wychodzisz i szukasz odpowiednich słów nadających się do nazwania tego, co czujesz. W końcu nie mówisz nic. Istotnie, trudno znaleźć jakiegokolwiek słowa, gdy w woni kadzidel i płomieniu okłasków opuszczasz kameralną salę teatru. Salę, która przenosiła chłonną Wielką Improwizację od stepów syberyjskich do ciasnej celi.

Piotr Tomaszuk nie spoczął na laurach po Nocy Pierwszej Dziadów, która odbiła się głośnie echem wśród publiczności, czego wyrazem jest zdobyte Grand Prix na festiwalu *Klamra 2017*. Tym razem reżyser wraz ze swoimi artystami do życia powołał spektakl *Dziady: Noc druga*. Umiejętnie wydobył ze strof Adama Mickiewicza kwintesencję i (jako *Guślarz*) dorzucił do ognia dosłownie i w przenośni. Jakby przerwy między obiema Nocami nigdy nie było. Tak zaczyna się balet ni to cieni, ni to duchów pochłaniający z każdą sceną coraz mocniej. Z nich wyłania się Gustaw (niezastąpiony Rafał Gąsowski), ale już inny. W łańcuchach. Tak zaczyna się pełna symboliki i niuansów historia przemiany w Konrada. *Pilnujmy myśli!* One bowiem już są w rękach guślarza i mar Gustawa. Widz bezwzględnie jest rzucony w ramiona potężnego przekazu zrealizowanego w sposób absolutnie

oryginalny. Doskonałe oddanie korelacji klaustrofobicznego, piętrzącego się wokół więzienia i obrazu wewnętrznego rozdarcia Gustawa. Mistrzostwo Gąsowskiego pozwala utonąć w odmętach monologu. Jego misterium jest uwidaczniane stopniowo przy doskonałym kontrapunkcie zjaw, zacierając granicę między widocznym, a niewidzialnym. Ten dualizm splatający zarówno mocne, jak i złudnie zwiewne sceny jest dopełniany efektami muzyczno-dźwiękowymi wykonywanymi na tradycyjnych instrumentach, lecz w nowatorski sposób. Każde słowo w spektaklu jest przemyślane i znajduje się dokładnie tam, gdzie powinno. Trudno oprzeć się wrażeniu, że widz nie jest jedynie biernym obserwatorem. Emocjonalnie utożsamia się poprzez wszystkie etapy przemian głównego bohatera.

Wisienką na torcie jest ten niezastąpiony klimat supraskiego Teatru. Nie wyobrażam sobie miejsca, które lepiej pasowałoby do całokształtu dzieła. I tak, wychodząc z teatru, trudno odróżnić jawę od snu. Czy to faktycznie była tylko sztuka, czy uczestniczyliśmy w starosłowiańskim proroczym obrzędzie? ■

MATEUSZ JANKIEWICZ



Fot. Wojciech Ziemiński



Fot. Wojciech Ziemiński

REPERTUAR

- 02.II, godz. 19.00 – „Dziady – Noc Pierwsza”
- 03.II, godz. 19.00 – „Wykład”
- 09.II, godz. 19.00 – „wziołowstąpienie”
- 10.II, godz. 19.00 – „wziołowstąpienie”
- 16.II, godz. 19.00 – „Dziady – Noc Druga”
- 17.II, godz. 19.00 – „Wykład”
- 23.II, godz. 19.00 – „Wykład”
- 24.II, godz. 19.00 – „Wykład”

Rezerwacja biletów: tel. (85) 710 88 45, www.wierszalin.pl



O TEATRZE WIERSZALIN

Zespół teatralny założony w 1991 przez reżysera Piotra Tomaszuka oraz grupę współpracujących z nim aktorów. Siedzibą teatru jest miejscowość Supraśl pod Białymstokiem.

Fascynacja dziedzictwem kulturowym pogranicza europejskiej cywilizacji ukształtowały zarówno charakterystyczną estetykę tego teatru, jak i jego światopoglądową perspektywę. Oblicze teatru cechuje niezwykła prostota, spektakle nasycone są muzyką i śpiewem, drewniane rzeźby, figury i maski współlistnieją z żywymi aktorami.

Wierszalin porównywany jest przez krytykę do takich światowych zjawisk teatralnych jak „Teatr LABORATORIUM” Jerzego Grotowskiego czy „Cricot 2” Tadeusza Kantora. Zespół gościł na scenach Tokio, Chicago, Toronto, Londynu, Sydney, Delhi, na Wystawie Światowej EXPO 2000 w Hanoverze, wielokrotnie występował w Niemczech, Włoszech i Szwajcarii, odniósł spektakularny sukces występując w 2005 roku na scenie nowojorskiego Teatru LA MAMA.

Wierszalin jest trzykrotnym laureatem prestiżowej nagrody Fringe First przyznawanej na światowym festiwalu teatralnym w Edynburgu. W 1994 otrzymał z rąk Ministra Spraw Zagranicznych R.P. dyplom uznania za wybitne zasługi dla kultury polskiej na świecie, a w 1998 Nagrodę Krytyków Międzynarodowego Instytutu Teatralnego w uznaniu wartości wnoszonych do teatru światowego.

Od 2006 roku TEATR WIERSZALIN funkcjonuje jako wojewódzka samorządowa instytucja kultury współprowadzona przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego RP. ■

