



CZERWIEC 2012

Śmigło

KRAKOWSKI MAGAZYN MŁODYCH



Demoty i memy,
czyli jak internet
zmienia nasz język

Pokolenie
dobrobytu

Hikikomori
– współcześni pustelnicy



NARESZCIE ZBLIŻAJĄ SIĘ WAKACJE. WIELU Z NAS WYJEDZIE W DALEKIE, CZASEM EGZOTYCZNE PODRÓŻE.

OTO KILKA CIEKAWOSTEK DOTYCZĄCYCH ZWYCZAJÓW OBOWIĄZUJĄCYCH W RÓŻNYCH STRONACH ŚWIATA.

Nie bez powodu pojęcie „savour-vivre” pochodzi z języka francuskiego. Francję postrzega się jako kraj ludzi kulturalnych i eleganckich. Nawet jeśli chce się rozmawiać z Francuzami po angielsku, to lepiej z tym uważać i na wstępie przeprosić za nieznamość ich rodzimego języka. Jeszcze surowiej niż Polacy oceniają oni trzymanie rąk w kieszeni czy żucie gumy podczas rozmowy towarzyskiej. Te zachowania kojarzą się z amerykańską popkulturą, która jest według wielu Francuzów gorsząca. Mimo przestrzegania reguł *savour-vivre*, mieszkańcy Francji też mają swoje wady. Moją znajomą, Sylwię – Polkę mieszkającą w Paryżu, razi u tamtejszych mężczyzn brak zwyczaju przepuszczania kobiet w drzwiach czy ustępowania miejsca w metrze.

Cola niemile widziana

Co warto wiedzieć o krajach południa Europy? Hiszpanie słyną z otwartości i bezpośredniości. Nie powinny więc nikogo zaskoczyć śmiałe pocałunkowe powitania. Warto wiedzieć, żeby do panny zwracać się *señorita*, do mężatki *señora*, a do mężczyzny *señor*. Z kolei we Włoszech, kraju kochanków, gangsterów, maminsynków i radosnych kibiców, cappuccino wypada pić tylko rano. Do obiadu natomiast lepiej poprosić o wodę niż o colę. Picie popularnego amerykańskiego napoju uważane jest za profanację posiłku. Gdy ją zamówimy, możemy spodziewać się, że personel restauracji spojrzy na nas jak na nieokrzesanych dzikusów.

Nie jedz na ulicy

Jadąc do Afryki, a szczególnie Egiptu trzeba zdawać sobie sprawę, że tamtejsza kultura znacznie różni się od europejskiej. W trakcie ramadanu (muzułmańskiego postu, który w tym roku przypada na okres od 20 lipca do 18 sierpnia) na publiczne spożywanie napojów, jedzenie czy palenie papierosów można pozwolić sobie tylko pomiędzy zmierzchem a świtem. Tej zasady lepiej przestrzegać, mimo że post nie dotyczy m.in. turystów czy kobiet ciężarnych. W Egipcie mężczyźni chętnie zaczepiają dziewczyny na ulicy, dlatego, by nie prowokować ich natarczywości, przy poznaniu lepiej poczekać, aż chłopak wyciągnie pierwszą rękę na powitanie. Warto też pamiętać, żeby nie patrzeć muzułmaninowi prosto w oczy, bo odbiera się to jako przyzwolenie na podryw.

Nie wbijamy pałeczek w ryż

W orientalnych krajach, a szczególnie Chinach powinno się jeść pałeczkami, nawet gdy to nam nie wychodzi. Podczas przerwy w jedzeniu nie powinno się zostawiać pałeczek wbitych pionowo w potrawę, bo traktuje się to jako obrazę uczuć religijnych. Do Japonii z kolei można jechać w butach bez sznurówek, żeby oszczędzić swój czas na ich ściąganie, a potem wiązanie. W niektórych restauracjach i świątyniach wymaga się wejścia bez obuwia. Jeśli nadarzy się możliwość ubrania kimono, to jego lewa strona (poła) musi być na wierzchu, a prawa pod spodem. Z odwrotną kolejnością ubiera się zmarłych.

🕒 Aleksandra Chojnacka

KRAKOWSKI REKORD

JESZCZE ŻADNE MIASTO
W HISTORII ROZGRYWEK
MISTRZOSTW EUROPY
W PIŁCE NOŻNEJ NIE
GOŚCIŁO TYŁU DRUŻYN
JEDNOCZEŚNIE – MÓWI
PAWEŁ OPACH, ZASTĘPCA
DYREKTORA WYDZIAŁU
SPORTU URZĘDU MIASTA
KRAKOWA.

Już niedługo w Polsce i na Ukrainie rozpoczną się Mistrzostwa Europy w piłce nożnej UEFA EURO 2012. Kraków został wybrany przez trzy reprezentacje na bazę treningowo-pobytową. Na tle innych polskich i ukraińskich miast to liczba rekordowa...

To także rekord wśród wszystkich miast goszczących dotychczas reprezentacje w finałach Mistrzostw Europy!

Skąd aż takie zainteresowanie Krakowem?

Zadecydował z pewnością niezaprzeczalny urok Krakowa! Ale w przypadku każdej z tych trzech reprezentacji historia ma się inaczej. Holendrzy od bardzo dawna nie ukrywali swojej fascynacji naszym miastem. I kiedy tylko zapewnili sobie awans do finałów turnieju, zgodnie z dyspozycją trenera Berta van Marwijk przyjechali do Krakowa. Już w połowie 2011 roku byli zdecydowani na wybór naszego miasta, stadionu miejskiego przy ul. Reymonta (Wisła) oraz zakwaterowanie w Hotelu Sheraton.



WSZECH CZASÓW

Włosi byli natomiast pod wrażeniem kontaktów z przedstawicielami miasta, od dawna wykazywali też zainteresowanie hotelem „Turówka” i stadionem miejskim przy ul. Kałuży (Cracovia). Najciekawiej ma się jednak historia z Anglikami, którzy skupiają przecież największą uwagę mediów! Po porozumieniu z Holendrami i Włochami nie mieliśmy w oficjalnej ofercie kolejnego obiektu, który byłby przygotowany do celów treningowych. Tymczasem Brytyjczycy po nieudanych rozmowach w sprawie innego miejsca przygotowań (zamieszczonego w oficjalnym katalogu UEFA) złożyli nam wizytę połączoną z oglądaniem stadionu Hutnika. Martwiliśmy się, że na tym nasze kontakty się zakończą, ale po dwóch miesiącach Angielska Federacja Piłkarska razem z ówczesnym trenerem Fabio Capello (obecnie Fabio Capello nie jest już trenerem reprezentacji Anglii, na tym stanowisku zastąpił go Roy Hodgson – przyp. red.) podjęli decyzję, że podczas Mistrzostw Europy będą trenować na wyremontowanym obiekcie Hutnika i mieszkać w Hotelu Starym. Co najważniejsze, Anglia i Holandia potwierdziły swoją wolę zamieszkiwania w Krakowie przed oficjalną ceremonią losowania grup finałowych EURO 2012 w Kijowie i pomimo rozgrywania meczów na Ukrainie federacje te swojej wcześniejszej decyzji nie zmieniły. Włosi, którzy rozważali możliwość zmiany decyzji w przypadku wylosowania „ukraińskiej” grupy, mieli szczęście trafić na polskie stadiony.

Jednakże w Krakowie nie zostanie rozegrany ani jeden mecz EURO 2012. Czy nie jest to strata tak wielka, że nie wynagrodzą nam jej nawet te trzy reprezentacje mieszkające w mieście?

Dla typowego kibica stadionowego być może tak. Ale my liczymy na przyjazd kibiców – turystów, ludzi, którzy kochają piłkę nożną i przyjadą do Krakowa razem z reprezentacjami swoich krajów, a przy okazji zwiedzą nasze miasto i zakochają się w nim. Poza tym nasz największy stadion, obiekt Wisły Kraków mógłby pomieścić widzów zaledwie w fazie grupowej EURO 2012. Na mecze ćwierćfinałowe – według przepisów UEFA – dysponuje zbyt małą widownią. Tak więc emocje związane

bezpośrednio z turniejem mogłyby w Krakowie nieco osłabnąć wraz z ostatnim meczem fazy grupowej (19 czerwca), a tak myślę, że miasto i odwiedzający nas goście – biorąc pod uwagę renomę i potencjał mieszkających tu reprezentacji piłkarskich – będą żyli sportową atmosferą Mistrzostw zdecydowanie dłużej. Mamy nadzieję, że aż do finału. Kraków – biorąc pod uwagę reprezentacje Polski, Holandii, Anglii i Włoch oraz fakt szczęśliwego losowania ich do czterech różnych grup – ma cztery razy więcej szans na mistrzostwo Europy niż inne miasta (śmiech).

Czy wiadomo już, ilu przyjedzie kibiców?

Ciężko zdobyć precyzyjne dane, ponieważ oficjalne fankluby reprezentacji podają tylko liczbę kibiców wybierających się na mecze. Udało nam się jednak ustalić orientacyjną liczbę spodziewanych przyjezdnych dzięki rezerwacjom w hotelach i na lotniskach. Nie spodziewamy się drastycznego wzrostu liczby odwiedzających. Będzie ich mniej więcej tylu, ilu zawsze odwiedza Kraków w tym okresie. Można to ująć tak: standardowy turysta zostanie zastąpiony przez „turystę-kibica”.

Jak Pan ocenia szanse Polaków na EURO?

Ja będę kibicował Polsce. Myślę, że mamy szansę, bo na sukces składa się wiele czynników: „własne ściany”, doping kibiców, zapal, przygotowanie fizyczne, determinacja.

A ma Pan faworytów poza Polakami? Być może jest to któraś z drużyn mieszkających w Krakowie...

Poza Polakami będę uczcł i z ręką na sercu kibicował naszym gościom: Anglikom, Holendrom i Włochom. Każdego dnia w fazie grupowej będę mocno ścisnął za nich kciuki. Problem może pojawić się w ćwierćfinałach: a nuż Polska trafi na Holandię, a Anglia na Włochów? Wtedy będę musiał znaleźć bardziej „ekumeniczny” sposób na kibicowanie (śmiech).

Ostatnie pytanie: jakie atrakcje przygotował Kraków dla kibiców podczas turnieju?

Jeszcze przed EURO będzie można wziąć udział w otwartych treningach (każda reprezentacja według przepisów UEFA musi przeprowadzić co najmniej jeden taki trening – przyp. red); kolejno: 5 czerwca o godz. 19:00 na stadionie Cracovii – Włosi, 6 czerwca o godz. 17:30 na stadionie Wisły – Holendrzy, 8 czerwca na stadionie w Nowej Hucie – Anglicy. Bezpłatne wejściówki na te treningi będą rozprowadzane 2 czerwca w Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego przy ul. Powiśle oraz kasach klubowych przy stadionach Wisły i Cracovii. A na Błoniach wybudowana zostanie Strefa Kibica, która będzie mogła pomieścić do 15 tysięcy widzów i działać będzie od 8 czerwca do 1 lipca w dni meczowe od godz. 15:00 do 24:00. Miasto przygotowało także bogaty program imprez towarzyszących, często niezwiązanych bezpośrednio z futbolem. Wszelkie informacje na temat niezwykle bogatej oferty Krakowa na czas EURO 2012 można znaleźć na miejskim portalu Magiczny Kraków.

🗨 Rozmawiała Julia Kowalska



CO W ŚMIGLE

6

Demoty i memy, czyli jak internet zmienia nasz język

7

Pokolenie dobrobytu

8-9

Pożegnanie z subkulturami?

10

Gdzie by się tu spotkać...

11-12

Niszczące motylki

12-13

**Hikikomori
– współcześni pustelnicy**

14-15

**Skarby z drugiej ręki
Rozmowa z Olą, miłośniczką second-handów**

16

Kłopoty z mundurem

17

Bezcenny sport

18

Rusz się w wakacje

19

U progu lata



Wydawca:

Urząd Miasta Krakowa, Program „Młody Kraków”
Wydział Spraw Społecznych Urzędu Miasta Krakowa
Os. Centrum C 10, 31-931 Kraków

Adres redakcji:

Dzienny Ośrodek Socjoterapii „Na Mogińskiej”
ul. Mogilska 58, 31-545 Kraków

Kontakt z redakcją:

tel. 12 616-78-10, e-mail: redakcja@mlodziez.info

Redaguje zespół: Tomasz Talaczyński (redaktor naczelny), Aleksandra Chojnacka, Wiktoria Tarnowska, Agnieszka Karolczyk, Magdalena Więsek, Kuba Janas, Magdalena Chyłka, Julia Pełka, Katarzyna Płachta, Marysia Grajewska, Angela Mazurczak, Krzysztof Materny, Nadia Mikołajczyk, Weronika Opyrchal, Karolina Kałkus, Anna Pełka, Lidia Nawara

Opracowanie graficzne, pomoc redakcyjna i korekta:

Pracownia Register, ul. Halczyna 7, 30-086 Kraków,
tel. 12 378-48-33, e-mail: biuro@pracowniaregister.pl
www.pracowniaregister.pl (Agata Gruszczyńska, Katarzyna Zalewska, Miłosz Kluba)

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo ich skracania, zmiany tytułów oraz redakcyjnego opracowywania tekstów przyjętych do druku. Fotografie zamieszczone w magazynie są ogólną ilustracją tekstów, nie zawsze przedstawiają bohaterów artykułów.



Program „Młody Kraków” jest kontynuacją realizowanego od 1999 roku w Krakowie Miejskiego Programu Przeciwdziałania Przemocy i Przestępczości Młodzieży (MPPPM). Adresatem programu są dzieci i młodzież w wieku szkolnym oraz środowiska związane z ich codziennym życiem, edukacją, wychowaniem i czasem wolnym.

Realizacja programu opiera się na wielopłaszczyznowej współpracy różnych podmiotów (samorząd, organizacje pozarządowe, instytucje edukacyjne, Kościół, środowiska naukowe oraz organy porządku publicznego).

Program „Młody Kraków” realizowany jest w Urzędzie Miasta Krakowa przez Referat ds. Młodzieży (Wydział Spraw Społecznych) przy współpracy ze Społecznym Doradcą Prezydenta Miasta ds. Młodzieży ks. Andrzejem Augustyńskim CM.

Magazyn powstaje we współpracy ze Stowarzyszeniem „Siemacha”.



Jacy jesteśmy, czyli nasz pokoleniowy miniportret

Od dobrych kilkudziesięciu lat mówi się, że młodzież to buntownicy i indywidualiści. Jeszcze dwie dekady temu na ulicach można było spotkać metalów, punków lub inne kolorowe postacie. A jak jest dzisiaj? Czy młodzież nadal chce się buntować i ma przeciw czemu? Wydaje się, że indywidualistów jest coraz mniej, a nastolatki coraz częściej lubią te same ciuchy, muzykę, kawę. Śmiejemy się z tych samych powiedzonek, oglądamy te same strony w internecie.

W niniejszym wydaniu magazynu próbujemy stworzyć skrócony portret czy też obraz naszego pokolenia, by przez chwilę pomyśleć o tym, jacy jesteśmy? Piszemy o życiu młodzieży, o tym, co dla nas charakterystyczne i co lubimy. Poświęcamy więc trochę miejsca naszemu językowi i odchodzącym chyba do przeszłości subkulturom; zajmujemy się naszym stosunkiem do ciała i osobistego wizerunku, także konsekwencjami z tym związanymi. Przy okazji piszemy, że markowe nie musi być drogie, a coraz więcej z nas wybiera poszukiwanie własnego gustu i ucieka przed wymaganiami modowych trendów.

Temat numeru zamykają teksty, które też mówią coś ważnego o nas – nastolatkach. Przedstawiamy japoński fenomen hiki-komori, samotników, którzy świat wirtualny przedkładają nad relacje z żywymi osobami. Wracamy też do tematu mundurków szkolnych. Wiele młodych osób odrzuciło je, uważając, że ograniczają ich indywidualność i swobodę. Ale są i tacy, którym szkolny ubiór nie przeszkadzał, a nawet chodzili w nim z dumą.

○ Marysia Grajewska

**Magazyn „Śmigło”
oraz portal „Młody Kraków”
poszukują
dziennikarskich talentów!**

Z wielką przyjemnością nawiążemy współpracę z redakcjami gazetek szkolnych oraz z uczniami krakowskich gimnazjów, którzy nie boją się wyzwań związanych z tworzeniem tekstów.

Oferujemy szkolenie z zakresu tworzenia form dziennikarskich oraz udział w przygodzie, jaką jest współtworzenie mediów młodzieżowych.

Spotkania zespołu „Śmigła” odbywają się w środy o godz. 16.30 w siedzibie redakcji w ośrodku Siemacha, ul. Mogilska 58.

Wszelkie informacje o zasadach współpracy z magazynem oraz portalem uzyskacie u redaktora naczelnego, tel. 12 616-78-10 w godz. 9.00–15.00.

DEMOTY I MEMY,

CZYLI JAK INTERNET ZMIENIA NASZ JĘZYK

GDY WIDZĘ SKLEP
OPATRZONY SZYLDDEM
„SALE”,
OD RAZU WCHODZĘ.

JOGURT JEST „LIGHT”, MYDŁO
„SENSITIVE”, A WSZYSTKO
OCZYWIŚCIE „NEW”
I „FRESH”. A PODOBNO
POLACY NIE GĘSI...

Zapożyczenia z innych języków to nic nowego. Po raz pierwszy na dobre rozgościły się w Polsce w XVI wieku za sprawą Sarmatów, którzy do swych wypowiedzi często wplatali łacińskie zwroty. Dziś takie „wploty” pojedynczych wyrazów i zwrotów nazywamy barbaryzmami lub też makaronizmami.

Pokolenie skrótu

Język to żywe zjawisko, wciąż się zmienia, a niemal każde pokolenie wnosi do niego coś nowego. My, nastolatki jesteśmy pierwszym pokoleniem, które dorasta w epoce internetu, więc nasze nawyki językowe mają wiele wspólnego z obecną w nim skrótowością i powierzchownością. Wystarczy wejść do sieci, przeczytać komentarze pod nową „ślit fotką” na „fejsie, fejsbuku, fcb”. By zaoszczędzić trochę czasu, nie tylko zapożyczamy wyrazy, ale także namiętnie je skracamy. Zw, btw, thx – dla niewtajemniczonych wyglądają jak tajne szyfry, a przecież to zwykłe: „zaraz wracam”, „by the way” (czyli angielskie „swoją drogą, przy okazji”) i „thanks”.

Masz demotywne świat

By nie przegapić nowych, bardzo przydatnych zwrotów i neologizmów, należy bacznie śledzić strony internetowe. Filmik „Ale urwał” stał się hitem youtube i został na zawsze wpisany do języka naszego pokolenia. Ostatnio prym wiedzie „Mięśny jeź” i superprodukcja ostatnich lat, czyli „Jem zupę”. Jeśli chodzi o strony internetowe, fenomenem stał się kwejk, detronizując demotywatory i komixy. To właśnie te witryny wykreowały „Lol face”, „co ja paczę”, kota z serem na głowie, czyli tzw. memy. Mogą być to obrazki, frazesy czy filmiki powielane i rozpowszechniane przez użytkowników.



W poszukiwaniu rozrywki

Na czym polega fenomen kwejka i demotów? Jesteśmy pokoleniem, które szuka rozrywki. – Czasami trzeba odreagować, gdy się jest na coś wkurzonym albo zestresowanym. To dobry sposób na zapomnienie o problemach. Gdy pojawi się coś śmiesznego, można oderwać się od rzeczywistości i zapomnieć na chwilę o szkole, chociaż w tym czasie można zrobić coś bardziej konstruktywnego. Jednak czasami człowiek nie ma ochoty nic robić po szkole. Wchodzi więc na facebooka, by z kimś pogadać, albo na kwejka i czyta wypociny innych – mówi Justyna.

Każdy jest twórcą

Młodzi ludzie podchodzą do życia z humorem i dystansem. Dlatego każda ważna informacja ze świata polityki czy popkultury szybko staje się nowym demotem, przedstawieniem rzeczywistości w krzywym zwierciadle. W dodatku każdy może mieć własnego demota czy komixa, każdy może tu dodać coś od siebie. A gdy już stworzysz lub wyszperasz ciekawy obrazek na kwejku, wrzucasz go na tablicę, by podzielić się z innymi i przy okazji nabić trochę „lajków”. Przede wszystkim wiele tego typu obrazków jest niezwykle życiowych.

A może chociaż 15 minut mniej?

Przeciętny polski internauta spędza w internecie średnio 18 godzin i 25 minut tygodniowo. To prawie 80 godzin miesięcznie i niemal 1000 godzin w roku, czyli aż 40 dni zmarnowanych na ślęczeniu przy komputerze! Być może warto siedzieć przed ekranem 15 minut krócej i skupić się na rozwijaniu swoich pasji, talentów czy pielęgnowaniu prawdziwych, nie tych fejsbukowych, przyjaźni? Z pewnością zaowocuje to bardziej niż oglądanie filmiku o samochodowej stłuczce czy konsumowanej zupie...

 Magdalena Chyłka

Pokolenie dobrobytu

iPhone, iPad i Converse. W uszach białe słuchawki, z których wydobywają się dobrze znane piosenki zagranicznych zespołów. Szymek idzie spotkać się ze znajomymi, prawdopodobnie wypiją kawę w Bunkrze, bo jest modny, więc przy okazji będą mogli oznaczyć się na fejsie, a potem sami polubić swój status. Po wyjściu z kawiarni pójdą na Bulwary, gdzie możliwe, że spotkają kogoś jeszcze, a po tym mile spędzonym wieczorze wrócą do domu, by wspominać go na wyżej wymienionym portalu społecznościowym.

Bunt? A po co?

Bunt? Oczywiście, że Szymek się buntuje. Ostatnio rodzice nie puścili go na imprezę, co jest dla niego niezrozumiałe. Ma przecież 15 lat i uważa, że może o sobie decydować. Dobrze wie, co jest dobre, a co złe. Nie potrzebuje żadnej niańki. Poza tym słucha muzyki, która dokładnie opisuje jego poglądy: „Hej, człowieku w pierwszym rzędzie (...) mamy butelki z benzyną i kamienie wymierzone w ciebie!”. Chociaż tak naprawdę to nie chce mu się buntować, bo w sumie to po co? Przecież zazwyczaj otrzymuje to, czego chce, żyje mu się naprawdę spokojnie. Poza tym czasami lepiej być pokornym i grzecznym wobec rodziców czy nauczycieli, bo to właśnie wtedy dostaje się to, czego się potrzebuje, opór daje odwrotny skutek. Szymek nie jest więc rebeliantem, nie czuje takiej potrzeby. Z jakiego powodu ma zmieniać coś dobrego, odpowiadającego mu? Jest fajnie.

Ogarnąć codzienność

W zwykły dzień Szymek wstaje o 6:45, ogarnia się, je śniadanie i wychodzi do szkoły. W sumie to jest ona całkiem spoko, ale nie za bardzo chce mu się tam codziennie chodzić. Bo i po co? Siedzi te 7 czy 8 godzin, zazwyczaj nic nie robiąc. Do czego jest mu potrzebne milion sposobów otrzymywania kwasów czy znajomość przywilejów szlacheckich? Na szczęście jest wi-fi, więc zawsze może sprawdzić fejsa czy łatwo ściągnąć na sprawdzianie. Po tych zmarnowanych godzinach Szymek zazwyczaj nie idzie prostu do domu, bo albo czekają go jakieś zajęcia dodatkowe (trening kosza czy angielski), albo wychodzi

gdzieś ze znajomymi. W sumie to nie ma na co narzekać, jest zadowolony ze swojego życia. Wieczorem, jak wróci do domu, to znowu fejs, ogarnie coś na kolejny dzień do szkoły, no i idzie spać, żeby znowu wstać o tej 6:45. Czasami jeszcze oglądnie jakiś film, bo w sumie to interesuje się kinem.

U progu nowego wspaniałego świata

Szymek ostatnio spotkał się z wujkiem, który mówił mu o subkulturach, że gdy on był młody, to prawie każdy był metalem, punkiem, skinem czy jeszcze kimś innym. Opowiadał o chodzeniu na koncerty, o rywalizacji między poszczególnymi grupami. To wszystko brzmiało strasznie fajnie. Tylko potem zaczął narzekać na dzisiejszą młodzież, no i to było zdaniem Szymka trochę żałosne, który szczerze nienawidzi, gdy ktoś mówi, że „za jego czasów” było tak pięknie i wspaniale, a teraz to jest syf. Wujek powiedział, że teraz to wszyscy młodzi są tacy sami, nazwał ich „pokoleniem dobrobytu”. Narzekał na to, że nie buntują się, że nie mają własnego zdania, że ich jedynym źródłem informacji i wiedzy są media, że są uzależnieni od facebooka, że cała młodzież w tym momencie staje się jedną masą. Ale Szymek się z tym nie zgadza. Uważa, że to, iż nie ma już subkultur, a przynajmniej nie w takim stopniu, jak kiedyś, nie jest złe. Brak buntu? Opieranie swojej wiedzy na mediach? Młodzi będą jeszcze mieć czas na zainteresowanie się polityką czy problemami społecznymi. Szymek zgadza się tylko z tym, że wszyscy powoli stają się tacy sami, ale też uważa, że jego wujek przesadził w narzekaniu. Skoro osiągnięto ideał, do którego większość z młodych dąży, to chyba wszyscy powinni być szczęśliwi, że w końcu udało się uzyskać „porozumienie ponad podziałami”? Ale w sumie to Szymek nie wie, bo gdy tak dłużej pomyśli, to wydaje mu się, że to, co powiedział jego wujek, tak naprawdę „nic nie znaczy, to o niczym nie świadczy”. Nawet jeśli „pokolenie dobrobytu” istnieje i dzisiejsza młodzież nie buntuje się tak jak poprzednie pokolenia, to czy to znaczy, że jest od nich gorsza? Może jest na odwrót? Może to właśnie Szymek i jego kumple są tymi, którzy będą żyć w lepszym świecie, pełnym zrozumienia, tolerancji i równości? W nowym wspaniałym świecie?

POŻEGNANIE z SUBKULTURAMI?

KOLOROWE WŁOSY, KOLCZYKI W RÓŻNYCH MIEJSCACH CIAŁA, OSTRY MAKIJAŻ, UBRANIA, W KTÓRYCH WIELU NIE ODWAŻYŁOBY SIĘ WYJŚĆ NA ULICĘ. DZIŚ SPOTYKAMY ICH RZADZIEJ NIŻ JESZCZE KILKA LAT TEMU.

CZY SUBKULTURY ODCHODZĄ DO PRZESZŁOŚCI?

Subkultury pojawiły się jako wyraz buntu i sprzeciwu wobec rzeczywistości, przede wszystkim wobec rodziców oraz wartości i norm przyjętych w społeczeństwie. Każda z nich ma swoją ideologię. Ich znakami rozpoznawczymi są specyficzny wygląd, związany z nimi gatunek muzyki i styl zachowania się. Subkultury mają swoją historię.

Punk, czyli bez przyszłości



Punk to subkultura, która narodziła się w latach 70. XX wieku w Stanach Zjednoczonych i Wielkiej Brytanii. W Polsce znalazła wielu zwolenników głównie dzięki negatywnemu stosunkowi do rzeczywistości i pesymistycznej ocenie możliwości przeprowadzenia jakichkolwiek zmian.

Młodzi Polacy znaleźli w niej sposób, by wyrazić swój sprzeciw wobec realiów komunistycznych PRL-u. Okazywali to na wiele sposobów. Naczelnym hasłem punków było: „Nie ma przyszłości” (ang. „No future”). Na charakterystyczny wygląd członka tej subkultury składa się czarna skórzana kurtka, irokez na głowie, agraftki wpinane w ciało, czarne wysokie wojskowe buty. Muzykę w tym nurcie tworzyli m.in. Sex Pistols, The Clash, Blondie i Suicide.

Hipisi, czyli miłość i pokój



Wcześniej, bo na przełomie lat 60. i 70. poprzedniego stulecia pojawili się hipisi. Była to rewolucja wyrażająca się poprzez bunt młodych przeciwko światu dorosłych, przymusom, zakazom, normom społecznym, podporządkowaniu swojego życia pogoni za zdobywaniem dóbr materialnych i odarciu życia człowieka z duchowej wartości. Ruch hipisowski odwoływał się do pacyfistycznej ideologii, którą wyrażały hasła „Czyń miłość, nie wojnę” (ang. „Make love, not war”) oraz „Pokój i miłość” („Peace and love”). Hipisi byli zwykle wegetarianami, chodzili boso, nie mieli stałego miejsca zamieszkania, a mężczyźni zapuszczali długie włosy. Polscy hipisi buntowali się przede wszystkim przeciw tyranii ideologicznej komunistycznego państwa, bo dla nich było ono źródłem przymusu.

Tak wyglądały subkultury za czasów naszych rodziców. A jak to wygląda dzisiaj?

Metale, czyli braterstwo grupy

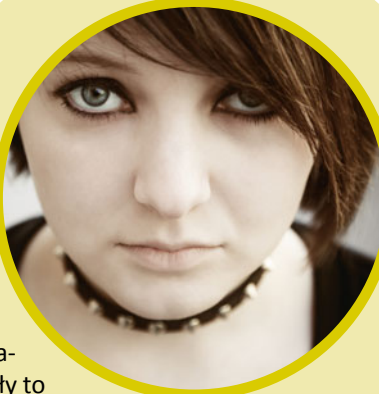


Współcześnie najczęściej spotykaną podkulturą są tzw. meta- le. Tacy osobnicy najczęściej są ubrani w koszulki z nadrukami nawiązującymi do zespołów, których słuchają, czarne spodnie i głany. Strój dopełniają pieszczochy (skó-

rzane bransolety nabijane ćwiekami) lub inne ozdoby i gadżety (najczęściej jest to po prostu plecak kostka). Mogłoby się wydawać, że bycie metalem to nic specjalnego, jednak i oni mają swoją ideologię. „Życie to nieustająca walka o siebie, o wolność, braterstwo – wszyscy tobie podobni to twoi bracia i powinniście być solidarni, walczyć razem jeden za drugiego, wszyscy razem jesteście silni, dumni” – jak mówi Ola, dumna „metalowa”. Grupa jest wobec siebie solidarna i każdy członek wie, że nikt nie zrozumie go lepiej niż inny jej uczestnik.

Emo, czyli wrażliwi i emocjonalni

Kilka lat temu bardzo popularną subkulturą było Emo. Podręcznikowo określa się ją jako grono osób, które są wrażliwe, nieśmiałe, zamknięte w sobie, kierujące się w życiu emocjami. Jednak wiele osób przyznawało się do tej subkultury tylko dlatego, że była modna. Kreowały to kolorowe gazety, telewizja, internet. W Krakowie Emo zazwyczaj spotykali się pod Galerią Krakowską lub na Rynku, spędzając po prostu razem czas. Dziś już prawie nie spotyka się osób z tego nurtu.



Hipsterzy, czyli poza głównym nurtem



Od niedawna swoją świetność przeżywają hipsterzy. Po raz pierwszy pojawili się w latach 40. XX wieku, a od niedawna znowu stali się popularni. Hipsterzy silnie manifestują niezależność, oryginalność, indywidualność i pogardę dla tzw. mainstreamu – głównego nurtu kultury. Robią wszystko, by unikać markowych sklepów z ubraniami. Interesują się głównie muzyką i kinem niezależnym. Nie wiadomo, skąd wzięła się ich niechęć do głównego nurtu. Pomimo swoich deklaracji ich głównym gadżetem jest laptop firmy Apple lub iPhone. Są dumni z tego, że ubierają się w second handach, ale często można zauważyć, że ciuchy hipsterów dodatkowo ozdobione są metkami znanych i drogich sklepów.



Dresiarze, czyli życie na ławce

Pisząc o subkulturach, nie można pominąć polskich osiedli i dresiarzy. Jak sama ich nazwa wskazuje, najczęściej ubrani są w dres. Przesiadają w dużych grupach na osiedlowych ławeczkach lub pod sklepem. Bujają się w rytm muzyki techno lub disco puszczanej z samochodu lub telefonu tak, aby wszyscy słyszeli, jakie piosenki lubią najbardziej. Zawsze są gotowi nieść pomoc, a chęć ta przejawia się w krótkim pytaniu: „Masz jakiś problem?”. Jednak dla własnego dobra lepiej odpowiedzieć, że takiego nie mamy. Próbują swoich sił również w sztuce graffiti. Kończy się to zazwyczaj napisaniem nazwy swojej ulubionej drużyny piłkarskiej na murze. Pomimo krytycznego stosunku społeczeństwa, „subkultura” ta zyskuje coraz młodszych fanów.

Coraz ich mniej

Z pewnością to niepełny i nieco subiektywny przegląd subkultur. Charakterystyczne jest jednak to, że osób, które z nimi się identyfikują, jest coraz mniej. Po co się buntować?! Żyjemy w świecie, w którym niczego się nie zabrania i niemal wszystko wolno, a rodzice to źródło dotacji na nasze zachcianki, więc lepiej ich nie denerwować. Poza tym wszyscy podążają za modą. Dziewczyny przestały zwracać uwagę, że w pewnych momentach wszystkie wyglądają tak samo. Być może następne pokolenie to zauważy, a subkultury przeżyją swój renesans.

Wiktorja Tarnowska



Gdzie by się tu spotkać...

KAWA, SOK, CUPCAKE, PIKNIK. SŁOŃCE, TRAWA, WODA, BOISKO. GALERIA, KINO, KAWIARNIA, KLUB. ISTNIEJE WIELE SPOSOBÓW NA SPĘDZANIE WOLNEGO CZASU. GDZIE SPOTYKAJĄ SIĘ MŁODZI KRAKOWIANIE?

Galeria Krakowska

Odkąd kilka lat temu pojawiła się w centrum miasta, niezmiennie pozostaje najczęściej odwiedzanym miejscem. Czy to chęć pójścia na zakupy, czy ochota na jedzenie, coś sprowadza młodzież właśnie tutaj. Świetna lokalizacja, mnogość sklepów i fast foodów. Oczywiście, jest i mała czarna. Idąc do szkoły, można wstąpić po kubeczek aromatycznej kawy ze Starbucksa i od razu dzień staje się piękniejszy. Ach, i ten prestiż ;-).

Aromaty kawy

W obliczu coraz bardziej zarywanych nocy i wiążącego się z tym braku snu, coraz większą popularność zyskują wszystkie miejsca, w których można kupić kawę. Oddziały Coffeeheaven, Coffeeshop robią furorę. To nie tylko miejsca dobre do tego, by posiedzieć i poplotkować, ale w nich można także zdobyć lansiarski kubeczek. I oczywiście spróbować mnóstwa rodzajów kaw we wszelakich smakach.

Coś na słodko

Do kawy najlepiej pasuje coś słodkiego. A jak słodkie to... Cupcake Corner. Ale czymże są te przypominające muffiny słodycze? Jak dla mnie jest to jedno i to samo, ale znawcy znają różnicę. Cupcake to taka miniatura ciasta z polewami lub bitą śmietaną, a muffinek się nie ozdabia. W Cupcake Corner można spróbować różnych smaków: marchewkowe, jagodowe i oczywiście czekoladowe. To najlepszy prezent dla urodziny znajomego. Taki podarunek nabierze uroku, jeśli zapakuje się je w oryginalne cupcake'owe pudełeczka.

Na świeżym powietrzu

Fani sportu, opalania się czy spacerowania również mają kilka swoich ulubionych miejsc. Choć Bulwary powoli zaczynają być już passé, to klub „Plaża” dalej kusi i zaprasza chętnych do tańca na imprezę przy Wiśle. Również i Planty, a szczególnie Ławeczki przy alejkach, są chętnie okupowane. Ale i tak dalej fenomenem pozostaje Park Jordana, gdzie oprócz opalania na trawie, zabawy na placu dla dzieci, można pograć w piłkę oraz podziwiać deskorolkarzy jeżdżących po rampie. Mnóstwo korzyści w jednym miejscu.

Wieczór z piosenką lub filmem

W Krakowie odbywa się wiele wydarzeń kulturalnych, często są tu też organizowane koncerty. Fani nie tylko polskich zespołów mogą posłuchać swoich ulubieńców w kilku klubach. Klub Żaczek, Kwadrat, Studio, Forty Kleparz – to tam najczęściej można posłuchać muzyki i poskakać. Tylko jest tu jeden mały minus – bilety na koncerty kosztują. Rozsądny wybór jest pożądany.

Oczywiście kina, zarówno te studyjne, jak i multipleksy, są chętnie odwiedzane, szczególnie gdy na ekranach pojawia się wielki hit.

Tak prezentują się najbardziej prestiżowe miejsca w Krakowie. Tam się bywa!

● Agnieszka Karolczyk



NISZCZĄCE MOTYLKI

temat numeru

PROBLEMY Z NADWAGĄ,
KILKA CENTYMETRÓW WIĘCEJ
W PASIE PO IMPREZIE,
JEDNA NOGA GRUBSZA OD
DRUGIEJ.... TO TYLKO KILKA
(I AŻ KILKA) POWODÓW DO
DIETY-CUD.

CZY SZANUJEMY SVOJE CIAŁO I AKCEPTUJEMY, JAKIE JEST?

Zaczyna się od chęci zrzucenia kilku kilogramów, bo wakacje tuż-tuż, a chłopcy chcą skupić wzrok na czymś ładnym. To częsty argument za tym, że czas rozpocząć dietę. Zamiast siedzieć na facebooku, dziewczyny oblegają strony internetowe z poradami „Jak szybko schudnąć?”. Obok diety wysiłek fizyczny, skakanie na skakance i wykonywanie „brzuszków” stają się ulubionym zajęciem nastolatek. Wmawianie rodzicom, że to tylko zatrucie pokarmowe, niestety skutkuje, i opiekunowie nie zauważają jakichkolwiek zmian zachodzących w ciele. Ze strachu, że może dojść do zniechęcenia, „efektu jojo”, zaczyna się etap liczenia kalorii. Miłośniczka „niskiej wagi” twierdzi, że może pozwolić sobie do 1000 kcal dziennie, a pod wieczór czekają ją jeszcze ostre ćwiczenia. Comiesięczne stawanie na wadze staje się rutyną, kilogramy znikają, lecz chęć do chudnięcia przybywa. W końcu domowe menu ogranicza się do kromki chleba, kilku szklanek wody mineralnej (niegazowanej, bo ma mniej kalorii), a w sytuacjach przymusowych – zbożowego batonika.

Moja przyjaciółka dieta

„Gruba nie może być przecież szczęśliwa! Otyłość jest równoznaczna z nieszczęściem, chudość to szczyt marzeń. Bycie szczupłą jest dla wielu symbolem sukcesu” – tak krytykuje swoje ciało jedna z „grubych i nieszczęśliwych” blogerek. Anoreksja to częsta choroba, która jest uważana za problem psychiczny. Dotyka ona wiele młodych dziewcząt (coraz częściej w Polsce), nieznających umiaru w swojej diecie. Nastolatki dotknięte tym zjawiskiem zakładają własne fora, w których wspierają dziewczyny niezadowolone z osiągniętych efektów oraz udzielają porad. Takie grupy nazywają się „motylkami” (od nazwy motyla ano, którego nazwa jest taka jak trzy pierwsze litery choroby). Niektóre motylki nazywają tę chorobę „swoją przyjaciółką”, co potwierdza wypowiedź siedemnastoletniej blogerki: „Poznałam anoreksję. Od tamtej chwili jesteśmy przyjaciółkami. Lubi mnie coraz bardziej. To dlatego, że jestem coraz szczuplejsza”. Ma 162 cm wzrostu, a waży tylko 30 kg. Uważa, że jeszcze nie doszła do perfekcji.



Święte prawa

Według alfabetu anorektyczek litera „Z” oznacza zero, czyli wymarzoną wagę. Chudość i wystające kości to ideał figury, który chce osiągnąć większość dziewczyn. Patrzenie w lustro wywołuje rozpacz i przygnębienie. Ta sama siedemnastolatka, która uważa anoreksję za swoją przyjaciółkę – „motylek” – stworzyła „Dekalog Anorektyczki”, który pomaga jej osiągnąć „piękno”:

1. Jeśli nie jesteś chuda, to znaczy, że nie jesteś atrakcyjna.
2. Bycie chudą jest ważniejsze od bycia zdrową.
3. Będziesz się głodziła i robiła wszystko, co w Twojej mocy, aby wyglądać coraz szczuplej.
4. Nie będziesz jadła bez poczucia winy.
5. Nie będziesz jadła niczego bez ukarania siebie za to.
6. Będziesz liczyła każdą kalorię i ograniczała ich ilość.
7. Najważniejsze jest to, co mówi waga.
8. To proste: chudnięcie jest dobre, a przybieranie na wadze – złe.
9. Nigdy nie jesteś zbyt chuda.
10. Bycie chudą i niejedzenie są dowodami prawdziwej siły woli.

Anorektyczka musi przestrzegać tych praw, bo są one najważniejsze, nawet ważniejsze od rodziny. Jeśli je złamie, to karą jest grubość i efekt jojo, a to oznacza katorgę od nowa: „Wierzę w piękno, bo czasami mam wrażenie, że w nim żyję”.

Koszmar z jojo

Najgorszym efektem po diecie-cud jest wspomniany już „efekt jojo”. To przemienne wahanie masy ciała – gdy nagle schudniemy, od nowa przybieramy na wadze i to o wiele więcej, niż się spodziewaliśmy. Najczęściej występuje on po zbyt drastycznych dietach. „Efekt jojo” może doprowadzić do zmiany tempa metabolizmu. To horror, najgorszy skutek zrzucania kilogramów – zniechęcenie przez nastolatki.

ciąg dalszy na str. 12

dokończenie ze str. 11

Brak szacunku

Przez diety-cud bardzo niszczy się organizm. Włosy stają się pozbawione blasku, wypadają i rozdwarzają się. Bardzo chce się spać, a przez to, że jest się na diecie, nie wolno pić kawy, ponieważ kofeina ma sporo kalorii... Same minusy. Do tego ćwiczenia, które doprowadzają do wielkiego przemęczenia, gdyż wcześniej nie robiliśmy tego. W dodatku nastolatki zabierają się za dietę w nieodpowiednim momencie – w okresie dojrzewania. Wtedy organizm potrzebuje jak najwięcej składników i minerałów, aby wzmacniać kości i kontrolować przebieg prawidłowego rozwoju. Poprzez brak jakichkolwiek środków ciało zaczyna się buntować (np. efekt jojo), a to sprawia, że dziewczyny biorą się za ostrzejsze odchudzanie, bo czują, że ich wnętrze szwankuje i niby odrzuca kalorie.

Z życia wzięte

„Sama skóra i kości” – tak wypowiada się na temat swojej koleżanki Kuba. Ta dziewczyna jeszcze nie trafiła do szpitala, chociaż wygląda bardzo źle. Podobnie Olga. Moja szesnastoletnia znajoma niestety znalazła się w szpitalu z powodu nagłego odwodnienia. Dziewczyna chciała chociaż trochę schudnąć, ale jej wstręt do jedzenia czegośkolwiek wzrósł niezwykle szybko. Olga miała bardzo słabe wyniki badań, ponieważ miesiącami nie jadła mięsa. Spędziła kilka tygodni w szpitalu na terapii, po której wyszła chemicznie wykończona. Podczas wczesnej anoreksji jej ciało wyglądało na bardzo przeciążone ciągłymi dietami. Dziewczyna uprawiała też sport (piłka nożna), co dodatkowo obciążało jej organizm, który wkrótce nie wytrzymał. Teraz Olga omija szerokim łukiem diety i książki z poradami na temat „jak dobrze wyglądać”. Chęć do odchudzania może trafić się każdemu, ale nie należy przesadzać – mogą powstać z tego nieprzyjemne konsekwencje.

Chuda nie znaczy piękna

„Chuda nie może być, bo wygląda nie za dobrze. Wolę trochę przy kości” – opinia internauty „Kurka” jest odpowiedzią jednoznaczna. Mężczyźni nie lubią „kościotrupów”. Cieszą się, jak dziewczyna jest szczupła i ma ładną figurę. Jednak za dużo wystających kości ich odrzuca. Czy warto ryzykować zdrowie i życie dla wymyślonych ideałów? Nieważne, czy się waży 45 czy 65 kg. Najważniejsze jest to, aby czuć się w swoim ciele jak najlepiej i lubić siebie. Głodzenie się nie jest mądrym i dobrym wyjściem z „grubej” sytuacji. Wystarczy prowadzić zdrowy i aktywny tryb życia, żeby czuć się znakomicie i szczupło.

Jeżeli w naszym otoczeniu dostrzegamy objawy anoreksji, nie wahajmy się zaoferować pomoc.

Julia Pelka

Hikikomori

STRES, POCZUCIE
OSAMOTNIENIA,
ZAGUBIENIE
– TO KONSEKWENCJE
SZYBKIEGO WEJŚCIA
W DOROŚŁOŚĆ
I UCZESTNICTWA
W „WYŚCIGU SZCZURÓW”.

PODOBNE PROBLEMY MAJĄ
MŁODZI LUDZIE W WIELU
MIEJSCACH ŚWIATA.
NA PRZYKŁAD W JAPONII.

Hikikomori narodziło się w Japonii i oznacza tyle, co „oddzielenie”, „odosobnienie”. Ludzi, których określa się tym mianem, charakteryzuje kompletny brak zaangażowania w życie społeczne i jawna niechęć do uczestniczenia w nim. Wielu z nich spędza w odizolowaniu nawet kilkanaście lat, nie chodząc do szkoły ani pracy, z innymi ludźmi kontaktując się wyłącznie przez internet, czas zabijając grą na konsoli, surfowaniem w sieci czy czytaniem komiksów.

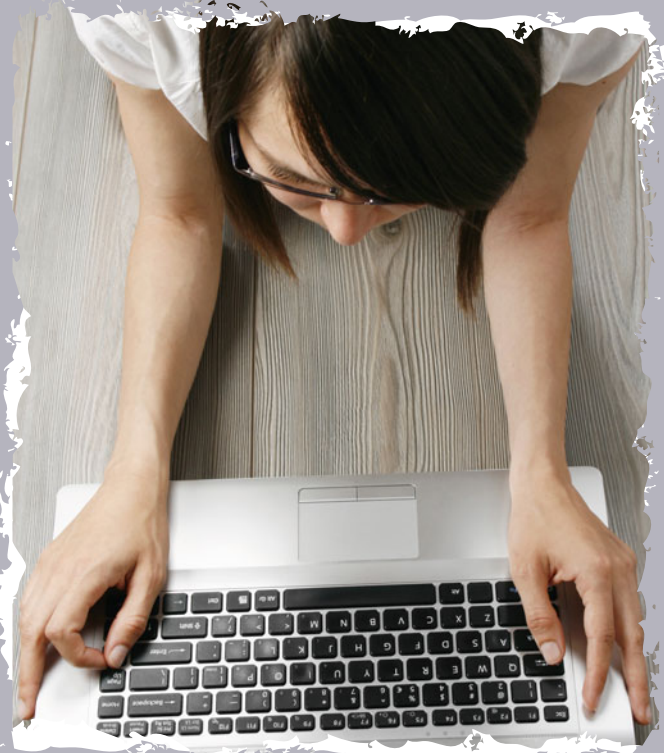
APATIA zrodziła się z niemocy i rozpacz

Kiedy w połowie lat 80. XX wieku do gabinetu psychiatry Takemiego Saito zaczęli przychodzić odrętwiali, introwertyczni młodzi ludzie, mężczyźni myślał, że są to przejawy zwykłej depresji. Przepisywane leki nie pomagały jednak, wywołując jedynie u pacjentów jeszcze większy strach przed wychodzeniem z pokoju. Liczba takich osób wzrosła w końcu do tego stopnia, że psychiatra zrozumiał, że nie ma do czynienia z chorobą, lecz ze zjawiskiem społecznym – i to na skalę całego kraju – liczbę hikikomori szacuje się bowiem na około milion osób.

Ich tryb życia jest odwrócony do góry nogami – najczęściej śpią w ciągu dnia, a ożywają się w nocy. W ich pokojach znaleźć można telewizory, konsole do gier, komputery, czasami też mikrofalówki, lodówki, a nawet przenośne toalety. Większość hikikomori widuje się raz na jakiś czas z rodziną, gdy wychodzi po coś do jedzenia czy do toalety; niektórzy robią także zakupy w sklepach całodobowych, tzw. kombini, najczęściej jednak pod osłoną nocy, by ograniczyć kontakty interpersonalne do minimum. Przeważnie ich jedynym oknem na świat jest internet. Przypadki krytyczne potrafią przez cały dzień siedzieć w jednym miejscu i gapić się w ścianę.

współcześni pustelnicy

temat numeru



WINOWAJCÓW jest wielu

„Wycofani” nie są tacy od początku. Niszczy ich – krok po kroku – japoński system, to, że od wczesnego dzieciństwa zmuszeni są rywalizować z innymi, brać udział w wyścigu szczurów, który nigdy się nie kończy. Rodzice – zamiast wspierać – najczęściej obciążają dzieci wymaganiami, których te nie są w stanie spełnić. Stres towarzyszy im od samego początku, gdy rozpoczynają naukę; nie pomaga brak zaangażowania opiekunów ani tym bardziej prześladowania rówieśników. Wielu hikikomori zamyka się właśnie dlatego, że byli w szkole wyszydzani, poniżani i bici. Jak mówi japońskie przysłowie: „Gwóźdź, który wystaje, należy wbić”. A owym gwoździem jest wszystko, co inne, czy będzie to tusza, wada wymowy, a nawet (zbyt) dobre oceny. Tak – tutaj oberwać mogą także ci „lepsi”. Trudno ustalić, czy więcej jest tych, którzy mieli dość presji na wyniki w nauce, czy tych, którzy nie znieśli prześladowań rówieśników. Wiadomo, że 80 procent to chłopcy. Kobiety lepiej odnajdują się w społeczeństwie i nie muszą się ścigać – ich jedynym zadaniem w przyszłości jest bycie dobrą żoną. To nie na nich spoczywa obowiązek utrzymania rodziny.

TABU – wyklęte dzieci wyrodných rodziców

Szanse „wycofanych” na powrót do normalnego życia byłyby pewnie większe, gdyby nie bierność ich rodziców. Japonia to sfera kulturowa, w której nie ma zwyczaju zwracania się o pomoc do obcych, bo byłoby to równoznaczne z przyznaniem się do klęski. Rodzice, których stać na utrzymanie hikikomori (a tych jest wielu, bo najwięcej przypadków zdarza się w zamożnych rodzinach), nie robią nic, by mu pomóc,

ograniczając się do stawiania mu posiłków pod drzwiami. Początkowo o „oddzielonych” się nie mówiło – stanowili oni margines społeczeństwa, coś, o czym wstyd było rozmawiać. Być może sytuacja ta trwałaby nadal, gdyby nie kilka skrajnych przypadków, po których w mediach zawrzało. W 2000 roku zamknięty w domu psychiatrycznym hikikomori uciekł, porwał autobus i zabił pasażera. Inny porwał małą dziewczynkę i więził ją w pokoju prawie 10 lat. Kolejny z zimną krwią zamordował kolegę. W prasie zaczęły pojawiać się artykuły o „społecznych pasożytach”; zjawiskiem zaczęto się interesować na dużą skalę, państwo zaczęło dotować instytucje, które próbują przywrócić „pustelników” społeczeństwu. Jedną z nich – „Nowy Początek” – zatrudnia także wolontariuszy, zwanych „zastępczymi siostrami” i „zastępczymi braćmi”, których zadaniem jest otworzyć hikikomori na świat i wyciągnąć ich z pokoi. Z ich relacji wynika jednak, że zanim „odosobniony” wyjdzie, mija czasem wiele miesięcy żmudnej, jednostronnej rozmowy. Jeśli tak się stanie, trafi do ośrodka, w którym pracuje, uczy się żyć z innymi ludźmi; jeśli uda mu się przystosować, wróci do szkoły lub pracy. Bywa jednak też mniej optymistycznie – 30 procent nie opuści swych pokoi, a kolejne 10 powróci do swej „celi”.

POPKULTURĘ tworzy się dla pieniędzy

Zjawisko hikikomori pojawia się w wielu tytułach japońskiego rynku wydawniczego, w filmach oraz anime („Sayonara Zetsubō Sensei”, „NHK ni yōkoso!”, „Tokyo!”). Fakt, że popkultura skupia się głównie na robieniu pieniędzy, nie przeszkadza Japończykom omijać mainstream szerokim łukiem i zabierać się za kino indywidualne, artystyczne i mocno wyrafinowane. Nietuzinkowe rozwiązania sprawiły, że część „pustelników” wróciła do życia w społeczeństwie, natchniona przez fikcyjnych bohaterów, z którymi mogła się utożsamiać.

Plaga ludzi odosobnionych ogarnia coraz większe obszary. Na całym świecie występują przypadki hikikomori, także w Polsce niektóre osoby przyznają się anonimowo na stronach internetowych do bycia „wycofanym”. Problem został poruszony w kontrowersyjnej „Sali samobójców” Jana Komasy, którą przez długi czas błędnie utożsamiano z subkulturą emo (choć przewija się tam ideologia tego nurtu), a która ukazuje klasyczny przykład hikikomori.

Jakkolwiek by nie ujmować zjawiska, jest ono głębokim i poważnym problemem społecznym. W dobie facebooków i innych twitterów coraz większy nacisk kładzie się na bycie „fajnym”; jeżeli coś odstaje od normy, bezlitośnie się to linzuje. Być może dlatego tak wielu młodych ludzi rezygnuje z indywidualizmu na rzecz ogólnie przyjętych wzorców „piękna” i daje się uniformizować. Przestaje dziwić, że ludzie niemogący się dopasować wolą zamknąć się w bezpiecznej twierdzy własnego pokoju, niż wychodzić naprzeciw szaloneму, niedającemu się zatrzymać światu.

○ Karolina Bajor

SKARBY

NASTOLATKOWIE CORAZ CZĘŚCIEJ KUPUJĄ W SECOND-HANDACH, A JESZCZE NIEDAWNO SKLEPY Z UŻYWANĄ ODZIEŻĄ BYŁY SYNONIMEM OBCIACHU.

Powszechnie wydaje się, że klientami lumpeksów są emeryci, niemający pieniędzy na kupowanie w markowych sklepach. Jednak od pewnego czasu to już tylko stereotyp. Normą stało się już, że w second-handach kupują młodzi ludzie, którzy szukają markowych ciuchów za niewielkie pieniądze.

Ciuch z duszą

Przyczyny, dla których nastolatki kupują w takich sklepach, są przeróżne. Jedni łapią się za głowę, że jedna wizyta w galerii rujnuje im budżet, innych namówi kolega czy koleżanka lub po prostu chcą nosić ubrania jedyne w swoim rodzaju. Bo ciucha, którego kupimy w lumpeksie, nie znajdziemy na pewno w markowym sklepie, w którym kupuje większość osób. Najtrudniej przełamać uprzedzenie. Na pierwszą wizytę najlepiej wybrać „polecany” second-hand. Na początku możemy się nieco zawieść, bo żeby coś znaleźć, trzeba poświęcić sporo czasu. Nie wszystko widać na pierwszy rzut oka i trzeba trochę poszperać i poprzekładać. Rajdy po szmateksach są najbardziej opłacalne w dniu dostawy, chociaż koleżki potrafią przerazić. Ceny wahają się od kilku do kilkudziesięciu złotych za sukienki, buty itp. Niektóre rzeczy są wyceniane „na oko”. Ustala je sprzedawca po obejrzeniu ubrania. W prawie każdym lumpeksie są rzeczy „na wagę” i wycenione. Te pierwsze są zazwyczaj bardziej znośne i tańsze, co nie znaczy, że wśród nich nie można znaleźć niczego sensownego.

Sweter z Zary za 5 zł

W internecie znajdziemy mnóstwo forów na temat second-handów. Dziewczyny wymieniają się adresami, informują, kiedy są dostawy w poszczególnych sklepach i umawiają się na wspólne rajdy. Polowania w szmateksach stały się porównywalne do polowań w galeriach. Są one trudniejsze, jednak bardziej satysfakcjonujące, bo ktoś by się nie cieszył z upolowania sweterka z Zary za 5 zł. Jednak takie okazje nie zdarzają się codziennie. Takie „polowanie” jest też dość kłopotliwe, ponieważ ubrania rzadko są poukładane zgodnie z kolorem czy fasonem i trzeba je przeglądać wieszak po wieszaku. Cierpliwość to w przypadku tego zajęcia podstawa. Gdy już się wprawimy, buszowanie po sklepie nie będzie nam zajmowało wiele czasu. Na pierwszy rzut oka będziemy w stanie ocenić, co nam się podoba, a co nie. W dobrych lumpeksach każdy może znaleźć coś dla siebie, co jest ich niewątpliwą zaletą.

Koniec z obciachem

W ostatnich latach opinie o sklepach z używaną odzieżą uległy wielkiej zmianie. Przestają być one synonimem obciachu, dla wielu są miejscem, w którym można ubrać się ze smakiem. Nie każdego stać, żeby kupować ubrania w galeriach handlowych. Szukamy okazji, żeby ubrać się modnie i oryginalnie za niewielkie pieniądze. Nie trzeba się tego wstydzić. Ponadto każdy poszukuje swojego indywidualnego stylu i niekoniecznie musi podporządkowywać się trendom magazynów mody, które zmieniają się co sezon. Moda ewoluuje, ale szuka inspiracji z poprzednich dekad, co jeszcze bardziej zachęca nas do kupowania w lumpeksach. Są one kopalnią pomysłów na nowe stylizacje, z którymi z pewnością nie zetknęlibyście się na co dzień.

Angela Mazurczak



z drugiej ręki

temat numeru



ROZMOWA Z OLĄ, MIŁOŚNICZKĄ SECOND-HANDÓW

Lubisz kupować w lumpeksach. Skąd zainteresowanie tymi sklepami?

Pierwszy raz do second-handu zaprowadziła mnie moja babcia. Miałam wtedy może z 10, 11 lat. Widząc markowe rzeczy za tak niską cenę, zakochałam się w tym sposobie kupowania ubrań. Potem coraz częściej, najpierw z mamą, a potem sama, chodziłam tam na zakupy. Na początku kupowałam dużo, jak to teraz oceniam, tanich, spranych albo nie za dobrych rzeczy. Później, chodząc częściej, wiedziałam już, gdzie jest najfajniejszy towar, kiedy są dostawy i gdzie są przeceny. Nauczyłam się wybierać markowe ubrania w dobrym stanie.

Dużo młodych osób widujesz w lumpeksach?

Ich klienci to przede wszystkim starsze panie. Ale gdy już spotkasz tam młode osoby, to widać, że wyróżniają się stylem i „znają się na rzeczy”.

A spotkałaś się z wyśmiewaniem ludzi, którzy kupują ubrania w ciucholandach?

Mnie osobiście z tego powodu nikt nie dokuczał, ale często słyszę, że jak się chce komuś dogryźć, to pojawiają się teksty w stylu „taaa... z ciucholandu to masz”, czy coś takiego. Trochę mnie to wtedy boli, bo znam ludzi, którzy wyglądają beznadziejnie, a kupują w markowych sklepach, a także i osoby, które mają świetny styl, a ubierają się za grosze właśnie w szmateksach.

Jakie są twoje największe „zdobycze” i co czujesz, gdy taką „upolujesz”?

Jest naprawdę wiele takich rzeczy. Ale kilka najciekawszych to: spodnie Mustang – 6 zł, buty Nike – 12 zł, spodnie Levis

– 1 zł, buty Converse – 1 zł, bluzy Adidasa – obie za ok. 4 zł. Gdy znajdę takie cudneńka, to czuję się przeschęśliwa, bo wiem, że za takie ciuchy ludzie dają duże pieniądze, a ja mam je za grosze.

Ile czasu jesteś w stanie spędzić w jednym ciucholandzie i z kim tam chodzisz?

Jak mam czas, to potrafię spędzić nawet dwie i pół godziny, ale gdy jestem „przelotem”, to wystarczy mi 15 minut i coś znajdę. Najchętniej chodzę sama, bo wtedy nikt nade mną nie „wisi” i nie mówi „chodźmy już” albo „Olka, tu nic nie ma”. Ale znam osoby, które też lubią takie „wycieczki” i powiedzą mi, w czym wyglądam dobrze, a w czym nie powinnam się pokazywać.

Musisz się pewnie nieźle najeździć po Krakowie?

Czasami tak, ale rekompensują mi to kupione rzeczy.

A masz jakieś specjalne względy u pań sprzedawczyń?

U mnie na osiedlu panie już mnie znają. Przykładowo, jak czegoś szukam w sklepie, to zostawiam u nich za ladą swoje rzeczy, w których przysłałam, np. kurtka, torebka, żeby z tym nie chodzić. Czasami odkładają mi wypatrzone rzeczy, kiedy na przykład nie mam przy sobie pieniędzy.

A zauważyłaś jakieś zmiany w second-handach na przestrzeni tych lat?

Tak, są coraz lepsze rzeczy i coraz więcej ludzi zaczyna się tym interesować. Staje się to coraz popularniejsze i ludzie zaczynają się tym „jarać”.

🗨 Rozmawiała Angela Mazurczak

Kłopoty z mundurem

Mundurki szkolne mają w Polsce długą historię, noszono je już w XVIII wieku. Jeszcze trzydzieści lat temu były normą. Paradowanie w nich nie ominęło zapewne rodziców wielu z nas. Także i moich, którzy codziennie musieli ubierać do szkoły tzw. „fartuszek” koloru granatowego ze szkolną tarczą. Na dobre uwolniono od nich młodzież dopiero pod koniec lat 80. minionego wieku. W 2007 roku Ministerstwo Edukacji Narodowej zadecydowało o przywróceniu ich do szkół. Miały przyczynić się do ukrycia różnic materialnych pomiędzy uczniami i do zmniejszenia agresji w szkole.

Byłem dumny z mojej szkoły

Obowiązek noszenia mundurków wszedł w życie, gdy rozpocząłem naukę w gimnazjum. Bardzo szybko zaakceptowałem ten pomysł. Krakowska „szesnastka”, do której chodziłem, wprowadziła dzinsowe kamizelki z logotypem szkoły. Czułem się w niej bardzo dobrze. Z przekonaniem chodziłem w tej kamizelce zarówno na terenie szkoły, jak i poza nią. Bardzo polubiłem ten strój, ponieważ utożsamiałem się z moją ówczesną szkołą, w której czułem się doskonale. Jednak byłem jednym z niewielu zwolenników mundurków. Inni uczniowie mojego gimnazjum nie byli już tak przychylni do nich nastawieni. Chodzili w szkolnym „stroju firmowym” jedynie na terenie gimnazjum. Dziwili się, gdy widzieli mnie w szkolnym stroju na ulicy. Z wyrazami sprzeciwu spotkałem się także ze strony niektórych nauczycieli. Jedna z profesorek wprost powiedziała nam, że jest mundurkom przeciwna, ponieważ odbierają nam indywidualność. Większość nauczycieli przyrykała oko, gdy ktoś z nas nie miał na sobie szkolnego ubioru podczas lekcji. Gdy MEN zlikwidowało obowiązek noszenia mundurków, dyrekcja gimnazjum zadecydowała o ich zniesieniu. Ta decyzja dała uczniom powody do radości. Niechęć do mundurków jest dość powszechna. Od moich znajomych z innych szkół również słyszałem niepochlebne opinie na ich temat.

Zaprojektowany przez uczniów

Są jednak społeczności, w których mundurek się przyjął. Znalazłem szkołę, która w bardzo ciekawy sposób wprowadziła jednolity strój. To nieistniejący już Zespół Szkół Zawodowych nr 2 im. Heleny Modrzejewskiej w Zakopanem. Wart uwagi jest fakt, iż uczniowie sami zaprojektowali, a potem uszyli mundurki, które zostały wybrane w drodze konkursu. Zwyciężyły ubrania zrobione z polaru z logiem szkoły. Jak się okazało, ten pomysł okazał się wielkim sukcesem. Uczniom mundurek

spodobał się właśnie dlatego, że został zaprojektowany i wybrany przez nich samych.

A jak było kiedyś?

Zapytałem moich rodziców o to, jaki za ich czasów był stosunek do mundurka. Ich zdaniem nikomu nie przeszkadzał. Mama wyjaśniła mi, że noszenie jednolitego stroju było zwyczajem. Jednak nie codziennie uczniowie z jej szkoły byli zmuszeni do jego noszenia. W każdą sobotę (w tamtych czasach uczniowie tego dnia również chodzili do szkoły) był dzień kolorowy. Polegał on na tym, że każdy ubierał się w to, na co miał ochotę.

Mundurki na Wyspach

Nasi rówieśnicy z Anglii strój szkolny noszą obowiązkowo. Będąc w Londynie, widziałem uczniów w różnych szkolnych ubraniach, które w przeciwieństwie do Polski nie ograniczają się tylko do samego t-shirtu. Na mieście mogłem zaobserwować dzieci i młodzież zarówno w bardzo skromnych strojach, jak i w eleganckich i gustownych garniturach.

W niektórych placówkach młodzież ma obowiązek noszenia nawet galowych strojów. Jednak najbardziej popularne szkolne ubranie młodego Anglika składa się z czarnych spodni, czarnej kurtki oraz białej lub niebieskiej koszuli. Gdy zapytałem mojego nauczyciela z Anglii, czy uczniom przeszkadza jednolity strój, odpowiedział, że w Wielkiej Brytanii jest to normalne.

Dlaczego nie wyszło?

Nadal uważam, że mundurki są dobrym pomysłem, ale wprowadzając je do szkół, popełniono błędy. Nierozsądne było, że szkoły nie konsultowały wyglądu stroju z uczniami. Zapewne zapraszając uczniów do współdecydowania o szkolnym ubiorze, dorośli mieli większą szansę na to, by szkolny strój spotkał się z przychylnością, tak jak to było w Zakopanem. Szkołom dostało się także od mediów. Zarzucano im, że wprowadzały strój szkolny bez przekonania i pomysłu; jedynie podkoszulek a nie komplet, tylko po to, by wypełnić obowiązek prawny. Sądzę, że w niechęci do mundurków istotną rolę odgrywa także stosunek młodych ludzi do szkół, których zazwyczaj nie lubią.

NIE WSZYSTKIE DYSCYPLINY SPORTU WYMAGAJĄ
SPECJALNEGO MIEJSCA I DROGIEGO SPRZĘTU.

JAK POPRACOWAĆ NAD KONDYCJĄ, NIE WYDAJĄC
MAJĄTKU I DOBRZE SIĘ BAWIĄC?

W mieście

Bieganie stało się w ostatnich latach niesamowicie popularne. Zasadniczo tym, czego potrzebujemy najbardziej, jest motywacja. Na początku nie jest łatwo – zwłaszcza jeśli brakuje nam kondycji. Na tym etapie najważniejsze to zarezerwować sobie konkretne dni i się nie poddawać. Po pewnym czasie bieganie sprawia coraz więcej radości. Możemy biegać coraz dłużej i na dłuższych dystansach. A męczymy się coraz mniej.

Nie potrzebujemy właściwie żadnego specjalistycznego sprzętu. Wystarczą wygodne, lekkie buty, krótkie spodenki i przewiewna koszulka. Przy słonecznej pogodzie mogą się jeszcze przydać ciemne okulary albo czapka z daszkiem. Do tego nieduża butelka wody i możemy ruszać w poszukiwaniu odpowiedniego miejsca. Dobrze jest znaleźć jakiś park w pobliżu domu – żeby bieganie zaczynać tuż za progiem, a nie męczyć się dodatkowo w autobusie.

Na przełaj

Kiedy już trochę się rozbiegamy, można pomyśleć o trasach przełajowych. Chodzi o bieganie poza wygodnymi i utwardzonymi ścieżkami – w lesie czy na łące, gdzie przyroda będzie nam nieco utrudniała bieg. Będzie to miła odmiana, bowiem w popularnych miejscach – takich jak choćby Błonia – odpoczynek utrudnia przede wszystkim tłum biegaczy, rowerzystów, spacerowiczów i rolkarzy.

Trzeba jednak pamiętać, że biegi terenowe są o wiele bardziej wymagające niż miejskie. Nierówne podłoże, zmiany wysokości, przeszkody – to wszystko zwiększa ryzyko kontuzji. Najpierw należy zadbać o swoją kondycję, a potem rozważyć wybrać trasę do biegu przełajowego. Im dokładniej znamy dany teren – tym lepiej.

Z przyjaciółmi

Niezależnie od tego, jakie biegi zdecydujemy się uprawiać, warto przygotować się także teoretycznie. W internecie jest mnóstwo artykułów o tym, „jak zacząć”. Sklepy oferują coraz więcej sprzętu (butów, plecaków, odzieży) dla amatorów – tanich, ale spełniających swoje zadania. Modne stają się również rozmaite aplikacje na telefony komórkowe. Zapisują one gdzie, kiedy, jak daleko i jak długo chodziliśmy, biegaliśmy

czy jeździliśmy na rowerze. Pozwalają też od razu podzielić się tym z przyjaciółmi i znajomymi na różnych portalach społecznościowych. Równie dobrze jednak o godzinie treningu może nam przypomnieć najzwyklejszy budzik, a przyjaciół lepiej po prostu zabrać ze sobą. Niech też się trochę poruszają.



Rusz się w wakacje

PIERWSZE DNI WAKACJI TO WIELKIE ODSYPIANIE, ODPOCZYNEK I SŁODKIE LENISTWO. A POTEM? WALKA Z NUDĄ!

JEŚLI ZOSTAJESZ W MIEŚCIE, WYSTARCZY RZUT OKA NA MAPĘ OKOLIC KRAKOWA, BY CIEKAWIE ZORGANIZOWAĆ SOBIE CZAS.

Sól z dawnej osady

Do odwiedzenia ciekawych miejsc i odechnięcia trochę świeższym powietrzem nie potrzeba ani wielkich funduszy, ani wysiłku. Grunt to dobry pomysł i odrobina zapachu. Dla miłośników spokojnych, spacerowych wycieczek idealnym wyborem może okazać się Bochnia – położona ok. 40 km od Krakowa (godzina jazdy bussem). To jedno z najstarszych miast Małopolski. Pierwsze wzmianki o nim pochodzą z przełomu XII i XIII wieku i dotyczą pozyskiwanej tam soli, w średniowieczu cenniejszej niż złoto. O tym, jak ją wydobywano, a także jak wyglądały przedmioty codziennego użytku, jedzenie czy lekarstwa można przekonać się, odwiedzając „Osadę sześciu oraczy”. To położona tuż obok głównego wejścia do kopalni soli rekonstrukcja wioski z XIII wieku. Życie dawnej osady można nie tylko zobaczyć, ale i wziąć w nim udział – dmuchając w kowalski miech, kręcąc własny kawałek liny czy rozpoznając zioła. Później warto zajrzeć do kopalni soli i przespacerować się po rynku.

Piknik pod klasztorem

Wyjazd do podkrakowskiego opactwa benedyktynów w Tyńcu to propozycja dla bardziej aktywnych. Dystans nieco ponad dziesięć kilometrów jest idealny na wycieczkę rowerową, a nawet na długi spacer. Samo opactwo pochodzi z XI wieku,



Fot. Mirek Henicki/Fotolia

Mazury w Krakowie

Lepszym miejscem na wodne szaleństwa jest Przylasek Rusiecki – z piaszczystą plażą i strzeżonym kąpieliskiem. To zaledwie kilka kilometrów od Nowej Huty, a atmosfera prawie jak na Mazurach. Kiedyś wydobywano tam żwir potrzebny przy budowie kombinatu metalurgicznego. Powstałe wyrobiska wypełniła później woda, tworząc doskonałe miejsce letniego wypoczynku. Będąc w okolicy, warto zajrzeć do dworu w Branicach, gdzie swoją siedzibę ma no-

wohucki oddział krakowskiego Muzeum Archeologicznego. Pokazywane są tam zarówno eksponaty związane z historią dworu, jak i z wykopaliskami archeologicznymi prowadzonymi w Nowej Hucie.

Skatek ciąg dalszy

To tylko garść pomysłów na wakacyjne eskapady. Szczegółowe informacje bez problemu można znaleźć w internecie – na stronach takich jak www.bochnia.pl, www.tyniec.benedyktyni.pl lub po prostu korzystając z wyszukiwarki. Jest też wiele miejsc, których nie sposób zobaczyć w całości w jeden dzień – jak chociażby Ojcowski Park Narodowy. Trzeba wybrać coś ciekawego, a potem wyłączyć komputer i ruszyć w teren.

UPAŁ, SŁOŃCE, WYSOKA
TEMPERATURA – TO
SŁOWA JAK NAJBARDZIEJ
PASUJĄCE DO
CZERWCOWEJ POGODY!

KORZYSTAJĄC
Z PRZYJAZNEJ AURY,
POSTANOWIŁYŚMY
ZNOWU POBAWIĆ SIĘ
MODĄ.
TYM RAZEM NASZĄ
MODELKĄ BYŁA MONIKA.



U progu lata

Niedzielnny spacer

Niedzielnny poranek. Słońce daje o sobie znać od samego rana. Aby się troszkę „ochłodzić” i zaczerpnąć orzeźwiającego powietrza, chętnie wybieramy się nad wodę. Na tę okazję przygotowaliśmy zarówno elegancki, jak i wygodny strój. Czarny podkoszulek, na który zakładamy przezroczystą, lekką koszulę oraz jasne spodnie – to idealna kompozycja. Czarna bluzka jest świetnym akcentem wśród pozostałych jasnych części ubioru. Do tego kwieciste koturny. Nie za wysokie, aby było wygodnie przechadzać się po brzegu rzeki.

Nie dać się zmylić!

Choć dzień jest upalny, wieczór niekoniecznie musi być taki sam. Wiadomo, temperatura gwałtownie nie powinna spaść, ale może pojawić się zimniejszy wiatr. Dlatego na wieczorne schadzki proponujemy do krótkich spodenek założyć np. rajstopy lub legginsy. Na zwykły podkoszulek narzucić bluzę, którą zawsze można ściągnąć lub założyć z powrotem. Wieczne słońce, póki całkowicie nie zajdzie, bardzo razi w oczy, więc radzimy mieć ze sobą okulary!

A może randka?

Czarne, krótkie spodenki, różowa luźna koronkowa bluzka, szpilki – tyle wystarczy, aby oczarować każdego chłopaka. Monika na rękę założyła biały zegarek i kilka delikatnych bransoletek. Na szyi ma zawieszony naszyjnik – zegarek. Gdy zakładamy dodatki, powinniśmy pamiętać o jednej podstawowej zasadzie: co za dużo to niezdrowo.

📍 Ania Pełka





KAŻDA POSTAĆ RUCHU

WAKACYJNE PROMOCJE W HUCIE

OD 1 CZERWCA DO 31 SIERPNIA

- ⚡ Siłownia karnet miesięczny 89 zł // DLA STAŁYCH KLIENTÓW
- ⚡ Siłownia karnet miesięczny 99 zł // DLA NOWYCH KLIENTÓW
- ⚡ Spinning/Fitness/ Dance karnet miesięczny 89 zł // DLA STAŁYCH KLIENTÓW
- ⚡ Spinning/Fitness/ Dance karnet miesięczny 99 zł // DLA NOWYCH KLIENTÓW
- ⚡ Pływania karnet miesięczny 159 zł
- ⚡ Wakacyjna szkoła pływania 110 zł

WAKACYJNE PROMOCJE NA PROKOCIMIU

OD 1 LIPCA DO 31 SIERPNIA

- ⚡ Bilet dla pary za 10 zł // dla dzieci i młodzieży do 18 roku życia
- ⚡ Bilet za 6 zł dla dzieci, studentów, emerytów i rencistów (Pn-Pt od 6³⁰ - 14⁰⁰)
- ⚡ Bilet za 7 zł HAPPY HOURS dla wszystkich (Pn-Pt od 14⁰⁰ - 16⁰⁰)
- ⚡ Karnet za 99 zł 1000 min.
- ⚡ Wakacyjna szkoła pływania 110 zł

🌐 WWW.COMCOMZONE.PL

📍 UL. PTASZYCKIEGO 6, KRAKÓW - NOWA HUTA

✉ RECEPCJA@COMCOMZONE.PL

☎ 12 682 11 10

🌐 WWW.FACEBOOK.COM/COMCOMZONE

📍 UL. KURCZABA 29, KRAKÓW - PROKOCIM

✉ RECEPCJA.PROKOCIM@COMCOMZONE.PL

☎ 12 651 08 40