

9-16 STYCZNIA 2022 | NUMER 92

BEZBIEK

bezcenna dawka *chwilki* Chyłki



W TYM NUMERZE:

DOPADŁO MNIE UZALEŻNIENIE	5
A PAMIĘTACIE, JAK... LODOWY ŚLUB MICHAŁA WIŚNIEWSKIEGO I MANDARYNY	6
TOP REMIGIUSZY	8
CHŁODNE BRZMIENIA I CIEPŁE SŁOWA, CZYLI POLECAJKI MUZYCZNE!	10
DLACZEGO KACZKOM NIE MARZNĄ STOPY?	12
RANKING CHŁODNYCH TYPKÓW	14
KĄCIK LIRYCZNY	17
ALFABET MROZA – ODKRYWAMY PEŁNY OBRAZ KRÓLA KRYMINAŁU!	18
KRIOTERAPIA W FIZJOTERAPII – CZY MAM TĘ MOC?	21
MR FREEZE – NAJLEPSZY PRZECIWNİK BATMANA?	22
RECENZJA KSIĄŻEK REMIGIUSZA MROZA (NA PODSTAWIE OKŁADEK)	24
MRÓZ W 50 JĘZYKACH	26
SUDOKU	27
RANKING MEMÓW	28
BEZBEKOWY HOROSKOP	30
SKRÓTY ODCINKÓW	32
BYĆ MOŻE ZA TYDZIEŃ:	34
CZY TWÓJ REMEK...?	35

DO BEZBEKOWICZÓW

Urszula Skorodziłto

DRODZY CZYTELNICY,

pisanie bywa pasją i zmorą. Są dni, kiedy wszystko przychodzi z łatwością: słowa układają się jak miękkie masło na chałce, a postaci w opowiadaniach wiedzą, co chcą zrobić z własnym życiem, zaś narrator wie, jakie kłody im rzucić pod nogi. Czasami jednak wszystko idzie nie tak. Może nie ma weny. Może nastrój nie taki. Może czasu brak. W ostateczności nic nie idzie jak trzeba. Zrezygnowany wchodzisz na Facebooka, a tam Remigiusz Mróz reklamuje nową książkę, a kolejna pewnie jest już prawie gotowa. Tobie humor się nie poprawia, ale może będzie chociaż coś nowego do poczytania.

Ten numer magazynu jest poświęcony właśnie temu znanemu wszystkim autorowi oraz memigiuszowi. Mogłabym długo jeszcze pisać o nim samym, jego książkach lub całej reszcie, jednak zmora mojego pisarstwa nadeszła i nagle brak mi słów, by kontynuować. Sam zainteresowany również mógłby wam coś napisać, jednak od nas też nie odebrał telefonu. Nikogo oskarżać nie będziemy, bo przyczyna mogła być inna, na przykład taka, że nie mamy jego numeru. Zostawiam Was więc w sprawnych rękach redaktorów Bezbeke, którzy całkiem nieźle poradzili sobie z pytaniem, co autor miał na myśli.

Mroźnego dzionka!
Ula

P.S. Wszystkiego bezbęcznego Remigiuszu! Telefon od Karola może Cię zaskoczy, ale kto wie – może dzwoni, aby złożyć Ci życzenia.

DOPADŁO MNIE UZALEŻNIENIE

Każdy ma jakieś uzależnienia. Powody wejścia w nie są bardzo różne. Potrzeba zyskania nowych znajomości, zaimponowanie innym podczas rozmów, próba radzenia sobie poprzez natóg z wydarzeniami traumatycznymi, bunt wobec pewnych norm społecznych. To jedynie przykładowe wyliczenie, ponieważ przyczyn jest więcej.

Często bywa tak, że powoli wpędzamy się w nie sami. Usprawiedliwia nas też przyzwolenie społeczne na daną substancję. Można usłyszeć, że każdy to robi, po jednym razie się przecież nie uzależnisz, wszystkiego trzeba w życiu spróbować, etc. Rzadko jednak zauważamy, w jakim momencie zażywania przekroczyliśmy moment, w którym jeszcze mieliśmy wszystko pod kontrolą.

W moim przypadku wszystko zaczęło się od Radostawa Kotarskiego. Tak, dobrze czytacie. To on zorganizował konkurs i wysłał mi paczkę. Wtedy jeszcze nie wiedziałam, że otwieram puszkę Pandory. Gdy spróbowałam tej jednej – chciałam więcej. I z jednej paczki zrobiło się kilka.



Kilkanaście. Kilkadziesiąt. Trwa to od 2016 roku. W nałogu utrzymywało mnie tempo dostarczania „nowego towaru”. W końcu skoro na rynku pojawiało się coś nowego, trzeba było tego spróbować. Zmierzyłam się z 41 produktami z 50 dostępnych na rynku. Wszystkie pochodziły od jednego diler.

Rodzina na początku nie zdawała sobie sprawy ze zmian, jakie nastąpiły w moim życiu. Szczególnie że w pierwszych kilku miesiącach łatwo było ten fakt ukryć. Im było dalej, tym większą sprawiało to trudność. Mama zaczęła zauważać podejrzone transakcje na moim koncie. Wszystkie opiewały na podobne kwoty i były wysyłane do jednego adresata. Próbowałam zmienić coś w swoim życiu. Powiedzieć STOP nałogowi. Na początku stosowałam proste metody. Staralam się wyeliminować przyzwyczajenie innym, lecz nieszkodliwym. Jadłam mnóstwo lodów Willisch. Są pyszne, ale nie pozwalały mi zapomnieć o starym uzależnieniu. Stwierdziłam, że może czas na drastyczniejsze środki – zastąpię używkę inną. Wypróbowałam mnóstwo innych dostawców – zarówno polskich, jak i zagranicznych. Bezskutecznie. Po prostu ten jest bezkonkurencyjny.

Mogę śmiało powiedzieć – jestem uzależniona.

Od książek Remigiusza Mroza.

Aleksandra Narecka
grafika: Maria Pysznińska

P.S. Teraz już zupełnie poważnie. Proces przyznania się do bycia uzależnionym może trochę potrwać. Jeżeli dostrzeżesz u bliskiej Ci osoby oznaki uzależnienia, zaoferuj pomoc. Nie oceniaj jej. Nie krytykuj. Słuchaj oraz pokaż, że Ci zależy. Jeżeli dostrzeżesz oznaki u siebie, powiedz o tym zaufanej dorosłej osobie lub sam umów się na wizytę u specjalisty, który może zaoferować Ci niezbędną pomoc w walce z problemem. Nie lekceważ go. Nie zawsze możemy poradzić sobie ze wszystkim sami.

A PAMIĘTACIE, JAK... LODOWY ŚLUB MICHAŁA WIŚNIEWSKIEGO I MANDARYNY

Są takie okazje, których nie wypada przegapić – jedną z nich jest możliwość napisania o ślubie wszech czasów polskiej pary królewskiej w Laponii. I nie, wcale nie chodzi o państwa Lewandowskich ani nawet Majdanów, lecz o państwa (jeszcze wtedy) Wiśniewskich i lodowy ślub za 2 miliony złotych, który cała Polska oglądała z zapartym tchem. Ale zacznijmy od początku...

A pamiętacie, jak Michał Wiśniewski – gwiazda nad gwiazdami, Gwiazdor, miłościwie nam śpiewający i zachęcający do zwierzeń na kozetce u dobrego psychiatry – miał swój program w telewizji? *Jestem jaki jestem* był kunsztem polskiej rozrywki i najwyższym przejawem bycia gwiazdą muzyki na świecie oraz... programem o Michale Wiśniewskim. Ale to nie jest tekst o tym, bo do samego *Jestem...* jeszcze na pewno w tej serii wrócę. W każdym razie w grudniu 2003 roku wyemitowano najspecialniejszy odcinek programu w historii telewizji, w którym pokazano przygotowania i ceremonię ślubu kościelnego* Michała Wiśniewskiego z Martą „Mandaryną” Mandrykiewicz. Tę kasetę ze ślubu oglądało kilka milionów Polaków!

A pamiętacie, że Marta była zarówno drugą, jak i trzecią żoną Michała? Otóż w momencie lodowego ślubu para była już dawno po ślubie cywilnym, który odbył się w 2001 roku (w 2002 roku natomiast odbyło się wesele, co wiemy z późniejszych relacji samych zainteresowanych) i miała już dwójkę dzieci – syna Xaviera (usilnie nazywanego Ksawerym) oraz córkę Fabienne (nie wiem, czy to było przekręcane, ale z pewnością nie raz zapominał). Bajkowy ślub był zatem drugim ślubem pary, drugim i ostatnim (dotychczas) dla Marty, trzecim z siedmiu dla Michała (DOTYCHCZAS!).

A pamiętacie, że ślub odbył się w Kirunie w Szwecji? Mieście, które już nie istnieje. To ciekawa historia, ponieważ przez kopalnię, która wydobywała rudy żelaza, tereny wokół miasta zaczęły się zapadać i aby chronić zdrowie

i życie mieszkańców, władze zdecydowały o przesunięciu miasta na południowy wschód od jego początkowego położenia. Całkowite przesiedlenie ma zakończyć się w 2100 roku, czyli można powiedzieć, że miasto to z roku na roku przestaje istnieć w takiej formie, w jakiej było pierwotnie. Zupełnie tak samo jak lodowy hotel, w którym odbyła się ceremonia – wykuwany jest w październiku, a około kwietnia topnieje, a potem znów tworzy się go na nowo na jesieni. Ale wróćmy do meritum...

A pamiętacie, jak na wstępie odcinka Michał mówił, że ten ślub to happy end i finał bajki Michała Wiśniewskiego? Jak to brzmi z perspektywy czasu. Cała narracja, którą Michał okrasza ten specjalny odcinek, jest dzisiaj niesamowita, jakbyśmy mogli nagle spojrzeć w przyszłość, która w rzeczywistości jest już przeszłością. W perspektywie wiedzy, że dwa i pół roku później para była już po rozwodzie, słowa te wydają się znamienne. Odbywamy podróż z naszymi bohaterami oraz ponad setką zaproszonych na ślub gości: najpierw samolotem, a potem skuterami śnieżnymi za krąg polarny. Oczywiście nie obywa się bez obozowiska w lesie, grochówki z renifera, bitwy na śnieżki oraz irytujących żartów Konja. Tę wycieczkę odbywają tylko goście w kwiecie wieku, bo starsi i dzieci przenoszą się magicznie od razu z lotniska do hotelu.

A pamiętacie, że ten wyjazd to nie był tylko ślub, lecz także i chrzest dzieci Wiśniewskich? Cała rodzina ubrana na biało (no dobra, Xavier był na srebrno) świętowała wspólnie z przyjaciółmi ten podniosły moment. Ksiądz udzielający sakramentu również usilnie mówił „Ksawery”, mimo że był przyjacielem rodziny. Tak naprawdę to ów ksiądz wymyślał mu wszystkie imiona świata. Po rytualnym naznaczeniu krzyżem dzieci następuje „modlitwa z egzorcyzmem i włożenie ręki”. Na szczęście nie musimy obawiać się scen jak z filmów o Emily Rose. Na sam koniec uroczystości dorośli polewają śpiące dzieci zimną wodą... halo, a może was tak polać, gdy śpicie?

* Ślub był odprawiony w obrządku katolickim, do którego należy (należała?) Marta, natomiast Michał jest protestantem.

A pamiętacie, jak w końcu odbył się ślub? Były pióra we włosach, suknia wyszyta 30 tysiącami kryształków Swarovskiego, garnitur z dziurawej skóry i kwadratowe buty. W Kirunie temperatura wówczas spadała do -20 stopni Celsjusza, dlatego Michał podczas przygotowań opowiedział widzom, ile par kalesonów ma na sobie. Pana Młodego na widok Panny Młodej zatkało, a raczej cisnęło mu na ustach niecenzuralne słowa, ale cóż się dziwić, wyglądała pięknie. Młodzi do lodowej kaplicy pojechali zaprzęgiem ciągniętym przez samicę renifera, a telewizja uświetniła ten wzruszający moment tematem z *Piratów z Karaibów*. Przed ołtarzem stały dwa lodowe trony wyłożone skórą renifera. Cały ołtarz był wykuty w lodzie i rozświetlony, a goście zamiast garniturów mieli grube puchowe kurtki i czapki z futra. Byliśmy świadkami przysięgi oraz wzruszenia, jakie towarzyszyło parze oraz gościom. Dobra, przyznam, że i mnie się łezka w oku zakręciła, ale już sama nie wiem, czy od wzruszenia, czy od lodowatego wiatru. Po krótkich ogłoszeniach parafialnych Michała telewizja postanowiła puścić temat z *Arizona Dream*. Swoją drogą bardzo ciekawy wybór ścieżki dźwiękowej...

A pamiętacie, że wesele odbyło się w Czarnym Psie? Zanim państwa Wiśniewskich powitali goście, musieli odbyć maraton wywiadów dla mediów, bo przecież jak to tak dać im się nacieszyć tym wszystkim, stojąc z boku? Ale spoko, bo ksiądz udzielający ślubu także udzielił obszernego wywiadu, a jakże! Sala weselna niestety nie była z lodu, ale zbudowana została w taki sposób, aby przypominała to, co otaczało ją z zewnątrz. Toastom nie było końca, a wszystkiemu przewodził nie kto inny, jak nasz ulubiony Jacek Łągwa. Do jedzonka dla gości był renifer, ale specjalnie dla Michała zrobiono włoski kotlet mielony, a dla Marty rybę. Gwiazdor zabrał za biegun nawet zespół, żeby grała na weselu muzyka na żywo. Po przyjęciu państwo młodzi weszli do zasy, w której mieścił się lodowy hotel. Z lodu było w nim wszystko, włącznie z łóżkiem, na którym Wiśniewscy nie spali *wing-wing*.

Michał powiedział w materiale, że zorganizował taki piękny ślub nie tylko dla siebie, ale przede wszystkim dla Marty, aby mogła mieć ślub z bajki jak prawdziwa księżniczka. I myślę, że zdecydowanie taki miała, najpiękniejszy i jedyny. Taki, który trudno potem w życiu przebić.

Elizabeth Landeberg

TOP REMIGIUSZY

WIEDZIELIŚCIE, ŻE IMIĘ REMIGIUSZ WYWODZI SIĘ Z ŁACIŃSKIEGO *REMIGIUM* I OZNACZA „WIOSŁARZA” LUB „WYTWÓRCĘ WIOSEŁ”?

Jeśli nie, no to już wiecie, a my dzięki temu mamy za sobą wstęp. A skoro przy okazji to wydanie jest tak mroźne, to wypada sięgnąć po łopaty i odśnieżyć wiedzę o najślawniejszych Remigiuszach!

Św. Remigiusz (436–530) – jest kilku kanonizowanych o tym imieniu, ale tutaj wspomnimy tylko o biskupie Reims. Ochrzcił króla Franków Chlodwiga, czym zapoczątkował chrystianizację Francji. Miało to miejsce w Boże Narodzenie 496 roku i jest to oficjalna data chrztu Francji, która została pierwszym chrześcijańskim krajem na Zachodzie.

Ludwik Remigiusz Benoist – niby Ludwik, a jednak w sercu zawsze Remigiusz. Być może i jego życie nie było łatwe, ale zapisał się na kartach historii jako jeden z francuskich męczenników podczas okresu rewolucji we Francji. W tym państwie XVIII wiek to zdecydowanie nie był najlepszy okres dla kościoła katolickiego i duchownych.

Remigiusz Maciaszek – znany też jako „Rockalone2k”; jeden z najstarszych twórców YouTube „nowej ery”. Ponad dekadę temu widzowie polubili go za sympatyczny charakter, spokojny ton wypowiedzi, ograniczanie wulgaryzmów i przyjemne materiały z gier. Dziś skupia się on głównie na podcaście *Rock i Borys*, prowadzonym wraz z Borysem Nieśpielakiem. Panowie omawiają tam ważniejsze wydarzenia związane ze światem show-biznesu, gier, kina itp. Obecnie *Rock* ma prawie 1,5 mln subskrybentów.

Remigiusz Wierzoń – kolejny jutuber. ReZigiusz (bo taki też przyjął nick) zaczynał od nagrywania gier, ale dziś, po 9 latach twórczości, produkuje materiały z kategorii popularnej, czyli wyzwania kulinarne, zabawy w chowanego ze swoją ekipą, próby przetrwania w różnych miejscach przez noc lub całą dobę itd. Liczba subskrypcji: 4,3 mln.

Remi Gailard – no i kolejny jutuber, tym razem z zagranicy. Zajmuje się robieniem pranków i przez kilkanaście lat na swoim kanale udało mu się zgromadzić lekko ponad siedem milionów odbiorców. Format ten skopiował później u nas Sylwester Wardęga, ale ten z kolei po latach robienia tego samego uznał, że lepiej jednak komentować dramy w internecie. *Fun Fact*: Remi oraz Sylwester mieli okazję się spotkać i nawet nagrać materiał, że niby Druid od Francuza nie kopiuje, ale wszyscy znamy prawdę.

Remigiusz Grzela – prozaik, dramaturg, poeta, autor wielu powieści i biografii, m.in. o związku Kaliny Jędrusik ze Stanisławem Dygatem tudzież o Barbarze Krafftównie.

Remigiusz Pośpiech – aka Remi z duetu muzycznego *Kalwi&Remi*; DJ radiowy, który wraz z kolegą z branży, Krzysztofem Kalwatem, założył w 2003 roku duo i debiutował utworem o nazwie *Explosion*. Przez lata tworzyli muzykę klubową/trance, wydali sześć albumów, 24 single i nakręcili 13 teledysków. Ich ostatni singiel, *Unbreakable*, ukazał się cztery lata temu i zdobył drugie miejsce w notowaniach listy RMF FM.

Remigiusz Łupicki – znany jako DJ Remo; producent muzyczny, właściciel wytwórni *My Music*, który poza solową działalnością artystyczną wraz z Robertem M i Dirty Rushem tworzy projekt *3R*. Na rynku muzycznym istnieje od 1994 roku, na swoim koncie ma osiem albumów i 19 singli, zaś do jego najpopularniejszych utworów należą *Ta Ta Ta*, *Feelin'*, *You Can Dance* czy *Bombsite A*.

To wszyscy ZNANI Remigiusze, którzy przychodzą nam do głowy. Być może istnieją jeszcze jacyś, o których nie wiemy? Jeśli takowi są, koniecznie dajcie nam znać!

Angelika Konieczna
Mateusz Matłok

CHŁODNE BRZMIENIA I CIEPŁE SŁOWA, CZYLI POLECAJKI MUZYCZNE!

LINK DO PLAYLISTY – [HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/PLAYLIST/24OZO5L5YYQP52NRRFY-OPH?SI=28DC286F04BE4324](https://open.spotify.com/playlist/24OZO5L5YYQP52NRRFY-OPH?si=28DC286F04BE4324)



Bieg po cienkim lodzie – BAJM

W to zestawienie zabiera nas Beatka, która swoim ogniem na scenie rozpałiłaby niejedno serce i stopiłaby każdy lód! W takim wypadku... wspomniany bieg może okazać się sporym wyzwaniem. Kolejnym jest również przejście obojętnie obok soczystego basu, riffów gitarowych, dynamicznej perkusji oraz nieskazitelnych chórków BAJM-u. Po co kawa, skoro można z rana słuchać Beaty?

Życie to bieg po cienkim lodzie! Ja-A-AA-aa-Ha-a-a-a A-a-@-a-ak radzić sobie mam?!

Etiuda Zimowa – LemON

Kompozycja zapowiadająca cały album jest zdecydowanie mieszanką wybuchową, wprowadzającą w krainę śnieżnych zamieci. Bogactwo artykulacji, zmienność dynamiki i charyzma prowadzenia linii wokalne jest zdecydowanie warta dostrzeżenia, zatrzymania się na chwilę i przeżycia jej we własnym zakątku. A potem, czy dość już masz tych etiud?



Hipotermia – Zeus

Stan osoby, która pogrążona jest w hipotermii, stopniowo się pogarsza. Kumulujące się zaniedbania mogą prowadzić do nawet śmierci. Zeus, mimo tendencji zniżkowej, nie zawodzi i pozwoli zostać ze sobą na dłużej. Nie umie znaleźć w sobie światła, nawet w świetle dnia, jednak nikt nie powiedział, że zawsze będzie idealnie. Nie można wyjść z niej ot tak, a jedynie z pomocą profesjonalistów i dużymi pokładami ciepłości.



Idzie zima – Kwiat Jabłoni

Ta pozycja to niewątpliwie raj dla konserwów akustycznego brzmienia oraz sekcji dętej. Działa ona niczym miech, który potrafi tchnąć powietrzem kolejne płomienie w palącym się kominku brzmień. Mimo niesprzyjającej aurze za oknem zostajemy ukołysani rytmizacją mandoliny i znanym nam dobrze duetem wokalnym. Wszystko to zamknięte w zgrabnej scenarii, która przenosi każdego do ciepłych wspomnień z lat dzieciństwa.





Mróz – Kasia Sochacka

Kasia Sochacka w albumie *Ciche dni* zabiera nas do nieco innego świata. Maszerując myślami w rytm elektronicznych wstawek i akustycznej perkusji, mijając wybrzmiewające struny wiolonczeli lub gitary, wtapiamy się w krainę pełną spokoju i ciepłych brzmień. Całość dopełnia warstwa liryczna, która mimo cichych dni opowiada, a przede wszystkim wyraża sobą więcej, niż można by się po niej spodziewać.



Nadzy na mróz – happysad

Klasyka polskiej sceny muzycznej nie daje o sobie zapomnieć w albumie z 2017 roku. Stawiając retoryczne pytania, zatrzymujemy się, aby tak naprawdę spojrzeć na siebie z innej strony. Powtarzające się schematy zarówno tekstowe, jak i muzyczne sprawiają, że nie da się przejść koło tego utworu obojętnie!

Mam tę moc – Kraina Lodu

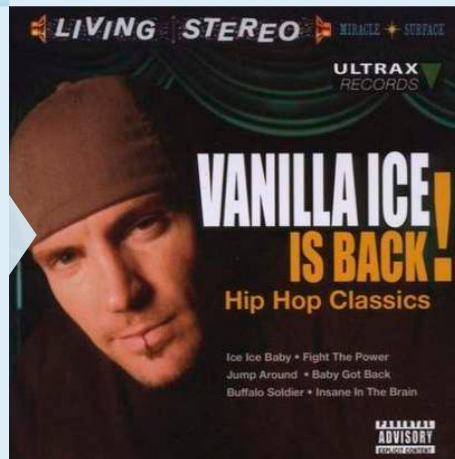
Tego hitu chyba nie trzeba przedstawiać. Trudno też przeczytać ten tekst bez rozpoczęcia nucenia lub widoku Elsy w lodowej krainie. Mam tę.....!



Ice Ice Baby – Vanilla Ice

Ice ice... is back!

Kolejny szlagier i płomień nadziei na rozkręcenie szalonej domówki kilka dekad temu. Tekst nie jest zbyt skomplikowany, także szybko wchodzi i długo nie wychodzi z głów. Nie dziękujcie.



Hot N Cold – Katy Perry

Powiew zza granicy. Trochę trudno zdecydować, w którą stronę ostatecznie zepchnie nas ten dylemat ciepły, aczkolwiek trzeba przyznać, że wielu z nas podczas słuchania tego utworu zobaczy swoje dyskoteki szkolne.



Miliony Monet – Mrozu

A tutaj... Hmm... Wnioski nasuwają się same.

DLACZEGO KACZKOM NIE MARZNĄ STOPY?

Środowisko naturalne kaczki kojarzy się ze środowiskiem wodnym. Często można podpatrywać to majestatyczne ptactwo zażywające kąpieli w różnych akwenach. Jednakże tak samo, jak nas polski klimat również ich nie oszczędza. Zatem jakim cudem kaczki nie marzną, gdy pozostają ze stopami zanurzonymi w wodzie? Jak się okazuje, są one świetnie przystosowane do takich warunków, a mechanizmy biologiczne im to umożliwiające są niebywałe.

Warto na początku wspomnieć o tułwii kaczki, który też jest zabezpieczony przed termicznymi niedogodnościami. Dzięki gruczołom kuprowym, które pokrywają pióra tłuszczem, ciało jest odizolowane od zimnej wody i nie moknie. Ponadto natłuszczone pióra konturowe ściśle do siebie przylegają i tworzą nieprzemakalną warstwę od środka ocieploną warstwą piór puchowych oraz podskórną warstwą tłuszczu.

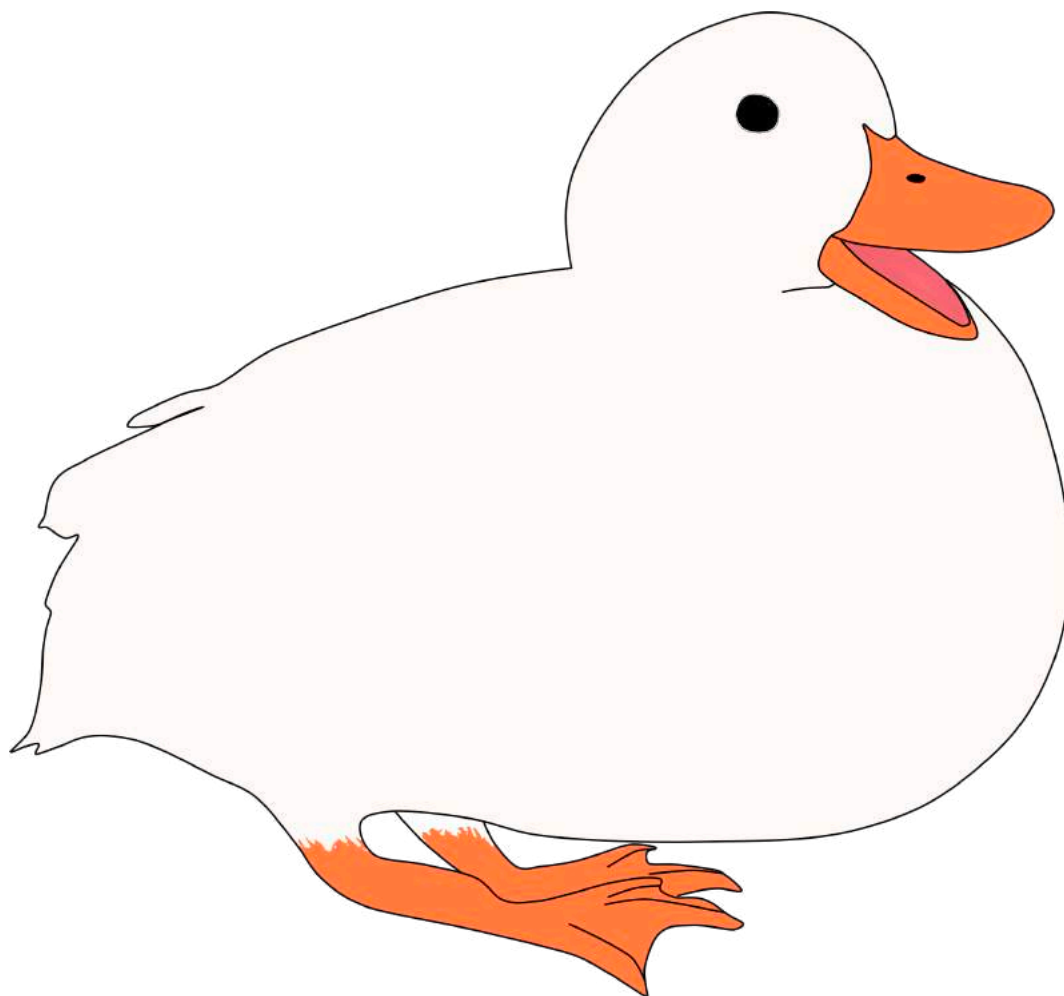
Przechodząc do samych stóp – one nie są w żaden sposób bezpośrednio odizolowane od wody, dlatego muszą być chronione w inny sposób. Pomaga im w tym przeciwprądowy wymiennik ciepła. Jest to metoda nieco bardziej skomplikowana niż zwykła izolacja puchem i tłuszczem. W skrócie polega ona na modulowaniu przepływu krwi, która roznosi ciepło po całym organizmie kaczki.

Podczas kontaktu cieplejszego ciała z chłodniejszym, ciepło przechodzi zawsze do tego zimniejszego. Im większa jest różnica temperatur, tym szybciej zachodzi zjawisko oddawania ciepła. Dlatego kaczki musiały zabezpieczyć się przed nadmierną utratą

ciepła przez swoje dolne kończyny, ponieważ bez tego ciepła krew z serca bardzo szybko ochładzałaby się po dotarciu do stóp i wracała wciąż bardzo zimna, gdyż nie zdążyłaby się ogrzać. W ten sposób kaczka zbyt szybko traciłaby ciepło, a to mogłoby być dla niej sporym zagrożeniem.

Przeciwprądowy wymiennik ciepła ma za zadanie zmniejszyć różnicę między temperaturą krwi wychodzącej z serca i podążającej do stóp a tą powracającą ze stóp do serca. Dzieje się to dlatego, że krew zmierzająca do dolnych kończyn oddaje ciepło zimnej krwi powracającej ze stóp. Jest to możliwe dzięki równoległemu położeniu tętnic oraz żył, pomiędzy którymi zachodzi wymiana ciepła.





Ochłodzona krew w stopach nie traci tak szybko ciepła ze względu na mniejszą różnicę temperatur pomiędzy nią a wodą. Z kolei zimna krew powracająca do serca jest po drodze ocieplana przez krew zmierzającą w drugim kierunku i dzięki temu organizm kaczki również nie wychładza się tak szybko.

Co ciekawe przeciwprądowy wymiennik ciepła jest atutem nie tylko ptactwa. Pomaga on przetrwać także rybam. Przykładowo tuńczyk, który jest bardzo aktywny w wodzie, traciłby bardzo dużo ciepła poprzez rozgrzane mięśnie. Dzięki temu systemowi obronnemu nie dochodzi do takiej sytuacji.

Wracając do kaczek, wyżej opisane sposoby na mróz nie są jedynymi, jakimi mogą się chronić. Otóż wcześniej wspomnianemu przeciwprądowemu wymiennikowi ciepła pomaga metoda obkurczania naczyń krwionośnych w stopach. Do tego dochodzi anastomoza, czyli bezpośrednie połączenia tętnicy z żyłą, omijające naczynia włosowate. Skutkuje ona tym, że krew nie dociera do zewnętrznej części skóry. Jednak ostatnia metoda nie jest idealna, ponieważ niedokrwienie niektórych partii ciała

powoduje odcięcie ich od tlenu oraz substancji odżywczych, a produkty przemiany materii nie mogą zostać wydalone, dlatego anastomoza jest uaktywniana jedynie okresowo.

Kaczki w swoim życiu jedzą nie tylko chleb. Prawdziwe procesy odbywają się w środku tej kwaczącej maszyny. Pozostaje im tylko pogratulować, że w przeciwieństwie do morsujących ludzi potrafią spędzić w wodzie naprawdę długi czas, a nie tylko kilka minut.

Adus
grafika: Agata Iwanow

Źródła:

H. Czerski, Burza w szklance wody. Fizyka w życiu codziennym
<https://www.swiatnauki.pl/8,441.html>
<https://puszcza.tv/edukacja/55/dlaczego-kaczki-nie-marznaj>

RANKING CHŁODNYCH TYPKÓW

BRR! WAM TEŻ JEST ZIMNO? MRÓZ DOPADŁ NAS NA CAŁEGO, A TO DOPIERO POŁOWA STYCZNIA!

Nic nie poradzimy na to, że temperatura w tym numerze nie podskoczy powyżej zera, ale możemy przynajmniej odnaleźć chociaż kilku gości, dla których taki klimat byłby wybawieniem. Przed Wami mój subiektywny ranking chłodnych typków z popkultury. Numeracja nie ma znaczenia!

1. Arktos



Kto za dzieciaka nie oglądał „Tabalugi” jako Wieczorynki, ten nie wie, co to życie! Bohater niniejszego podpunktu zdołał zaskarbić sobie sympatię wielu młodych widzów, a przy tym zyskać większą popularność niż postać małego smoka, który ratował krainę zwierząt przed wieczną zimą. Duży, ożywiony bałwan z nosem-marchewką i oczami w czarnym meloniku miał wszystko: lodowy pałac, wiernego pomagiera – pingwina Jakuba – oraz niemałą armię zimowych stworzeń, takich jak niedźwiedzie polarne, morsy czy fokki. Niestety Internet kojarzy go dziś głównie z memicznym tekstu „Jakubie, zrób mi loda” – każdy z nas go zapamiętał, a tymczasem ani razu takie słowa nie padają z ust Arktosa. Tak, bałwan ten lubi zjadać gałki lodowe w wafelku, ale nigdy nie poprosił o swój ulubiony przysmak w ten sposób.

2. Dr Victor Fries

A właściwie Mr Freeze, czyli najbardziej dramatyczny i prawdopodobnie najlepszy przeciwnik Batmana. Więcej o nim możecie przeczytać w tekście Mary, dlatego tutaj poświęcę mu jedynie kilka słów. Victor specjalizował się w kriogenice, pracował w laboratorium i nade wszystko kochał swoją żonę o imieniu Nora, która pewnego dnia zachorowała na ciężką chorobę. Z braku lekarstwa Fries postanowił zamrozić Norę i utrzymywać ją w stanie lodowej petryfikacji do momentu wynalezienia odpowiedniego specyfiku. Niestety jego pracodawca nie życzył sobie nadużywania firmowej aparatury, więc ochroniarze usiłowali go powstrzymać. Reszty możecie się domyślać: szarpanina, zatrucie chemikaliami oraz zmiana tolerancji cieplnej u Victora, przez którą musiał zrobić sobie kombinezon i przy okazji broń zamrażającą wszystko, w co wystrzeli. Pojawiał się m.in. w filmie „Batman i Robin” z 1997 roku (grał go wtedy Arnold Schwarzenegger), grach z serii „Arkham” i serialu animowanym „Harley Quinn”.



3. Król Lisz

Nie będę tu streszczał całego *lore* WarCrafta, nim się ono doszczętnie skopało, jednak wypada pokrótce opowiedzieć o tym charakterystycznym jegomościu zamieszkującym zimowe pustkowia Northrend znane graczom WarCrafta 3 i World of Warcraft. Stworzony niegdyś przez demony w celu kontrolowania nieumarłych, z czasem zyskał niezależność, by siedzieć na Mroźnym Tronie i pilnować swoich plugawych sług. Kiedyś w jego zbroję wsadzono orkowego szamana, potem jego koronę założył pozbawiony duszy młody ex-książe Arthas, a po jego śmierci lodową władzę objął jakiś tam Bolvar Fordragon, bo „zawsze musi być Król Lisz”. Zainteresowanych zapraszam do zagrania w strategię WarCraft 3 tudzież przeczytania książki „Arthas. Przebudzenie Króla Lisza” pióra Christie Golden, która w zasadzie jest streszczeniem gry z ciekawym rozszerzeniem kilku wątków. Gorąco polecam, bo to prosta, ale dobra historia.



4. Nocny Król



Kolejny król na tej liście? Hmm, coś ta nasza kultura bardzo lubi koncept lodowych władców. Nocny Król również kontroluje nieumarłych, ale przy tym ma moc dostrzegania wszystkich, którzy na niego patrzą oczami kruka. Posiada dobry zmysł taktyczny, wskrzesza setki naraz jedynie poprzez podniesienie ramion, nigdy się nie odzywa i zawsze wygląda cool! W serialu nawet mu smoka dokoptowali, ale nad jego końcem rozwodzić się nie będę, bo ósmy sezon „Gry o Tron” należy usunąć z pamięci. Napisalbym, żeby to zakopać pod lodem, ale dajmy tej naszej planecie odetchnąć i pozostawmy lodowce w spokoju. Wracając do Nocnego Króla, niewiele o nim wiemy: stworzyły go Dzieci Lasu, a jego jedynym

celem było podbić Westeros. I w sumie tyle. Oczywiście bazuję wyłącznie na serialu, bo do tej pory przeczytałem tylko dwa pierwsze tomy „Sagi Pieśni Lodu i Ognia”, więc nie mam jak porównywać.

5. Ice Man

Musiał się tu pojawić lodowy superbohater, a jakże! Robert Louis Drake, ksywka „Bobby”. Jak u wielu młodych mutantów, tak i u niego moce ujawniły się wraz z dojrzewaniem. Młodziak ukrywał swoje lodowe zdolności do czasu, gdy podczas randki z jego dziewczyną został napadnięty. Ukochana się od niego odwróciła, lokalna społeczność wyklęła, lecz pomocną dłoń wyciągnęła do niego akademia profesora Xaviera, w której wielu takich jak on uczyło się panować nad mocami. Bobby potrafił zamieniać innych w lód, schładzać gorące rzeczy w mgnieniu oka, a nawet tworzyć lodowe przedmioty. Najczęściej spotkać go można w komiksach, choć wystąpił również w czterech filmach z marki Marvela, od „X-Men” z 2000 roku do „X-Men: Days of The Future Past” z 2014 r. W Ice Mana wcielił się Shawn Asmore.



6. Mroźon

No dobra, ale kogo tak naprawdę interesuje Ice Man? Umówmy się: prawdziwym superherosem władającym mocą lodu jest Lucius Best, czyli po polsku Lucjan. Wygadany, dowcipny, niestroniący od ryzyka – taki typowy fajny wujek, na którego rodzice krzywo patrzą, bo jest fajny, ale i tak zawsze chętnie pomoże coś ogarnąć. Mroźon umie zamrażać i tworzyć lodową ścieżkę, po której szusuje jak australijski surfer podczas zawodów! Ma też superstrój, który przypadkiem raz trafił do śmieci oraz niezwykle upierdliwą żonę, która bardziej od bezpieczeństwa świata ceni sobie wypad do rodziny. JEJ rodziny oczywiście. Występuje w obu filmach Pixara „The Incredibles”/”Iniemamocni”, a głos podkładają mu Samuel L. Jackson (w oryginale) oraz Piotr Gąsowski (polski dubbing)



7. Sub-Zero



Ten koleś nie dość, że zamraża, to jeszcze spuszcza taki łomot, że dosłownie rynce o(d)padają. Jeden z wojowników towarzyszący marce „Mortal Kombat” od początku jej istnienia i równocześnie jeden z najbardziej rozpoznawalnych. Co prawda sam w żadnego „Mortala” nigdy nie grałem, ale widziałem rozgrywki z nowszych gier i nawet jako laik mogę przyznać, że ten gość prezentuje się świetnie. Jest to przede wszystkim zasługa lekkiego niebieskiego wdzianka nin-ja i stylowej maski, choć jego fatality – ciosy ostateczne – również są efektowne. Ktoś powiedziałby, że w grach wygląda podobnie do Scorpion, ale wiadomym jest również, że niebieski zawsze pozostaje lepszy od pomarańczowego, więc ten drugi nawet podejścia do niego nie ma. Tym razem nie napiszę tu nic o jego *lore*, bo jest tego nawet jeszcze więcej niż w przypadku WarCrafta, nie wspominając o mojej szczątkowej wiedzy na temat uniwersum MK. Niech wystarczy samo to, że nawet ignoranci, tacy jak ja, na samo wspomnienie o turnieju

prania się po facjatak od razu skojarzą postać wojownika o uderzeniu równie mrozącym, co jego spojrzenie.

M. Matłok
grafika: M. Matłok

KĄCIK LIRYCZNY

M. Matłok

JEDZIE MRÓZ PRZEZ PUCK

Jedzie Mróz przez Puck
Worek książek wiezie
A za Mrozem
Wicher z lodem
Się po mieście niesie

Jedzie Mróz przez Brzostek
Chce powieści sprzedać,
By na wiosnę
Mógł zazdrośnie
Karol nań spojierać

Jedzie Mróz przez miasto,
Chyba to Dębica
Coś mu trzaśto,
Auto zgaśto,
Nie pojedzie dzisiaj

Idzie Mróz na nogach,
Worek książek tacha
Burczy w brzuchu,
Brzęczy w uchu,
Nie ma sensu wracać

Idzie Mróz przez gruz
Za nim jedzie ktoś
Niespodzianie
Bogacz Radek
Podwieźć chce dziś go

Patrzy Mróz w kamerę,
Ludzi tłum dokoła,
Już się trzęsie,
Co to będzie,
Chyba nie podoła!

Siedzi Mróz w hotelu,
Dał podpisów setki,
Boli ręka,
Lecz nie pęka,
Bo zarobek wielki!

Antoni Forenda
MROŻNE STROFY

czy

mrożno mi pisać
na taflę papieru
choć jeszcze sunę
i nawet szalik mam, to

mrożno mi pisać
o tym i o tamtym
bo chłód mnie przesywa
przez skuwkę, krew i żyły, tak

mrożno mi pisać
o łzach i uśmiechu
gdy wizje ujemne
krzepną w podłożu, prawdziwie

mrożno mi pisać
gdy ciebie nie ma
a z ust tylko para
i tylko śnieg, lód, śnieg, i

mrożno mi pisać
bo czas mój doptywa
na krze oderwanej
od rzeczywistości, nie

mrożno mi pisać
bo padnę trupem
i wtedy dopiero
zamarzną na zawsze

ALFABET MROZA – ODKRYWAMY PEŁNY OBRAZ KRÓLA KRYMINAŁU!

REMIGIUSZ, HA-TFU, MRÓZ TO PRAWDZIWY MISTRZ SŁOWA – POTRAFI W MIESIĄC MACHNAĆ KSIĄŻKĘ NA 500 STRON ALBO W JEDNYM KOMENTARZU ZGASIĆ KAROLA I JEGO PRZYDŁUGĄ LITANIĘ. OPRÓCZ TEGO POSIADA TEŻ NIESAMOWITĄ ZDOLNOŚĆ ZWRACANIA NA SIEBIE UWAGI – W KOŃCU KRADNIE SHOW LEKKO STRONNICZYM, WYSYŁAJĄC SVOJE AKTORSKIE DEMO, NA KTÓRYM NIE PADA ANI JEDEN WYRAZ (NASZYM ZDANIEM SPOKOJNIE MOŻE ZASTĄPIĆ ADAMCZYKA W NASTĘPNYM MARVELU). I CHOĆ WSZYSTKO BRZMI PIĘKNIE, UBAW MAMY PO PACHY, A SAM AUTOR WYSKAKUJE NAM Z LODÓWKI NIE TYLKO ZA SPRAWĄ NAZWISKA I LICZNYCH POWIEŚCI, TO TAK NAPRAWDĘ ZA TYM WSZYSTKIM KRYJE SIĘ MROczNA TAJEMNICA... A MY CZUJEMY SIĘ W OBOWIĄZKU PRZEDSTAWIĆ WAM, KTO I CO STOI ZA MARKĄ REMIGIUSZ MRÓZ. I WCALE NIE MAMY NA MYŚLI TYCH SIEDEMNASTU GHOSTWRITERÓW!

R

Ropczyce. Mróz raz po raz podkreśla, jak ważny jest *research* w jego powieściach i że bez niego nie może wczuć się w historię. Tak wyuczony i powtarzane tysiąc razy formułki stanowią zastaloną dymną dla jego kryminalnych występów! Z rozmów z niejakim Tym Drugim, które udało nam się nielegalnie pozyskać, jasno wynika, że 16 stycznia – w Światowy Dzień Śniegu, na działce należącej do niejakiego Markowicza ma dojść do zabójstwa! Panowie podobno do Ropczyc wybierają się pociągiem, a przynajmniej tak sugeruje treść SMS-a: „PKP zamilknij na wieki”. Dla własnego bezpieczeństwa radzimy unikać tej trasy...

E

Ekstremista, trzeci tom przygód Edlinga, w którym syn Gerarda – Emil, namiętnie ogląda LS-a i chce przekonać do programu ojca. I choć taka wzmianka wydaje się dość miłym gestem i ukłonem w stronę prowadzących, to prawda jest dużo brutalniejsza. Mróz bowiem na początku roku zaliczył niezły spadek sprzedaży książek! Biedak łapał się wszystkiego, co możliwe – ognistego trójkąta w serii z Zaorskim, egzotycznych wycieczek Chyłki i Oryńskiego, a nawet współpracy z PigOut przy sprzedaży kosmetyków znanej marki. Nic jednak nie przynosiło efektu... do czasu tej wzmianki! Sprzedaż podskoczyła, a sam Remigiusz od tego momentu stał się prawdziwą gwiazdą na grupce Impo... Impompapapilia... No, sami wiecie jakiej.

M

Memigiusz, osoba wykreowana w Internecie, rzekomo na potrzeby tworzenia chlewu. Pojawił się nagle i niespodziewanie, niczym pierwszy mróz w grudniu i zaskoczył bardziej niż zima kierowców. Jego znakiem rozpoznawczym są tematyczne memy, a zwłaszcza: Ah, gównu, tutaj idziemy znów. Radzimy zapamiętać te wszystkie informacje, ponieważ Memigiusz stanowi tylko ułamek większej kampanii marketingowej! Sławetny żarcik z końcem Lekko Stronniczych, który miał zelektryzować widzów, to przy tym pikus! Naszym zdaniem chłopaki powinni się uczyć od mistrza suspense, bo w przeciwieństwie do nich, jemu nikt nie musi wybaczać...

I

Imponderabilia, grupa niby Karola, ale w sumie jest go tam teraz najmniej. Mróz dumnie sprawuje urząd naczelnego memiarza grupy i przodownika pracy, przebijając tym samym Gądka i Okonia. Jesteśmy w stanie to zaakceptować, ale próbować przebić także Marię?! To nam się już w głowach nie mieści! Tego samego zdania jest chyba Papryk, który ponownie próbuje skrać serca Polaków swoimi memixami wrzucanymi na fanclub Remigiusza. Apelujemy więc o spokój i zaprzestanie memicznych pojedynków, bo gdy dojdzie do rozstrzygnięcia sporu, to z całą pewnością ktoś będzie potrzebował Liotonu 1000 na ból pewnej części ciała. OBY TYLKO NIE BYŁA TO MARIA.

G

Gądek Maciej. Naturalny następca Piotra Langer Juniora, a i bije się lepiej od tego ulizanego psychopaty. Doszły nas słuchy, że TVP, odkąd dowiedziało się o końcu Chytki, planuje przeczekać i za kilka lat wykupić od Mroza prawa do serii z niepokorną panią mecenas. W rolach głównych, obok Gądka, wystąpią: Księżna Sapieha jako Chyłka oraz Kuba Talar jako Zordon. O rolę trupa ubiegają się Remigiusz Mróz, Włodek Markowicz i Karol Paciorek, ale coś czujemy, że pozabijają się jeszcze przed ostatecznym castingiem.

I

Improwizacja. Jeśli myślicie, że Karol ot tak potrafi wymyślać rymy na wizji, to życie w błędzie! Sztuka improwizacji to pierwszy warunek, jaki trzeba spełnić, ubiegając się o możliwość pisania książek pod pseudonimem R.M. W końcu wszyscy wiemy, że w książkach najpopularniejszego pisarza w kraju można natknąć się nie tylko na przenosiny w czasie czy magiczną reinkarnację, ale także na takie cuda, jak słyszenie głosów zmarłych (ale jednak żyjących) czy przynoszenie jedzenia przez ducha... Ćwicz, Karol, ćwicz! Może kiedyś napiszesz pięćdziesiątą Chytkę.

U

Uniwersum, które przerosło już niejednego mroźnego czytelnika, ale dla możliwości ustawienia spotkania Chytki z hrabią Potockim i brudzia księżnej Sapiehy z Gerardem jesteśmy w stanie dalej namiętnie czytać wszelkie pozycje Mroza (bez zbędnych myśli!). Wydaje nam się, że LS i Remigiusz mają niepisany zakład – czy chłopaki nagrają więcej odcinków, niż Mróz wyda książek? A może Remigiusz w ciągu następnych kilku lat nas zaskoczy i z dumą ogłosi premierę na każdy dzień roku? Biorąc pod uwagę, że jest do tego zdolny, to trochę boimy się zasnąć, bo nigdy nie wiadomo, w jakiej rzeczywistości się obudzimy.

S

Sukces – inaczej synonim słów Remigiusz i Radziu. Mróz, podczas jednej z zakrapianych imprez po targach książki, kiedy to już wypił pół lampki wina i opowiadał, kto jest prawdziwym słońcem, które krąży wokół jego ziemi (cholerny z niego poeta), zdradził nam sekret swojej udanej znajomości z Kotarskim! Podobno panowie tak dobrze się dogadują właśnie dzięki sukcesowi, który osiągnęli! Mają bowiem wspólne tematy – miliony na koncie, rzesze fanów, jeden reklamuje bank, a drugi sam w sobie jest reklamą. Niestety po tym wyznaniu padł, niczym Chyłka w *Rewizji*, i nie obudził go nawet dzwoniący telefon z kolejną ofertą fotowoltaiki. A szkoda, bo miałyśmy pytać, co tam nowego słychać u Chytki...

Z

Zajebany. I nie, nie gówniarzu zasrany zajebany. To po prostu zajebany Mróz. Tyle zajęć sobie narzucił, że nie ma czasu na odebranie telefonu od Włodka! Wiadomo – splendor, stawa, mamona i codzienne bieganie... A przecież trzeba jeszcze znaleźć czas na rozmowy z prawnikami. Prędej czy później Karol z Włodkiem pochwalą się pozwem od Remigiusza, ha-tfu, Mroza za te wszystkie żarciki i wiązanki w jego stronę. I ciekawe kto ich wtedy będzie bronił, bo Chyłka ma napięty terminarz. Jak coś to się polecamy, w końcu oglądałyśmy *Magdę M.* i *Prawo Agaty*.

M **Miejscowość** z najważniejszym paczkomatem w Polsce, który przy każdej mroźnej premierze jest zapchany do granic możliwości. Oczywiście chodzi o Brzostek. Apelujemy, by to właśnie tam wysłać Gerarda Edlinga, by wyczytał coś z ruchów ciała twórców klipu reklamującego powstanie paczkomatu. Nie wierzymy, by tylko narkotyki brały w tym udział, musiało być w tym coś więcej.

R **Referencyjny.** Taki obraz ponoć ma ten słynny Kuro. Można to ocenić, oglądając na nim pięć sezonów *Chyłki*, no i oczywiście *Behawiorystę*. A potem jeszcze dla kurażu rozmowę Karola z Remigiuszem o gangsterach, bo, nie oszukujmy się, film *Jak zostać gangsterem* przy tym wymięka. Szczerze liczyliśmy, że Mróz, z okazji kupna mieszkania w Warszawie, zaopatrzy się także w jedyny prawidłowy telewizor, ale coś oporny jest na te wszelkie polecenia jutuberów. Co innego, gdy w grę wchodzi Avon, wtedy to pierwszy leci na złamanie karku. Smutne, lecz prawdziwe.

Ó **Ósmy** tom trylogii. Już niedługo – komisarz Wiktor Forst zmierzy się z grozą, o jakiej jeszcze nikt nie słyszał! W hurtowni lodów Willisch doszło do potężnego wybuchu, po którym pozostała tylko plama oleju na podjeździe i tajemnicza wizytówka? Kim tak naprawdę jest poszukiwany przez śledczych? I co wspólnego z tym wszystkim ma D. Kielek – ochroniarz, który w noc wybuchu, zamiast stać na służbie, czyścił jego ujebany sprzęt?

Z **Zdrajca.** Tak kochani, to jest po prostu prawda. Trzeba to ujawnić. Znamy przyczynę nieodbierania telefonów przez Remigiusza! W czasie, gdy Włodek stara się utrzymać z Szanownym Autorem jakikolwiek kontakt, ten... plotkuje sobie z Kotarskim! Ostatnia rozmowa trwała 74 minuty. Czyżby negocjowali stawkę za udział w najnowszej reklamie Apartu? A może planowali wydać wspólną książkę? Biorąc pod uwagę fakt, że Radosław trzyma się z Filipem Pławiakiem, który zagrał w adaptacji *Chyłki*, groźba wydania książki i nakręcenia serialu na jej podstawie wydaje się wysoce prawdopodobna!

P.S. Pozdrawiamy ghostwriterów #5, #9 i #14, którzy w wolnej chwili pomogli nam napisać ten tekst. Dzięki chłopaki!

A to wszystko pisałyśmy my –
Natalia, Asia i Ola
z oficjalnego fanklubu Remigiusza.

KRIOTERAPIA W FIZJOTERAPII – CZY MAM TĘ MOC?

KRRR... KRIII... KRIOTERAPIA? CZY PAN MNIE OBRAŻA? O CO TU W OGÓLE CHODZI? TO COŚ Z SERCEM LUB KRWIĄ?

Tak naprawdę krioterapia to nic innego jak leczenie zimnem. Co ciekawe, takie sposoby leczenia stosowali już starożytni Egipcjanie, a pierwsze próby współczesnej ery te same metody to głównie XX wiek podczas leczenia schorzeń reumatologicznych.

chłodne słupy powietrza. Ich temperatura może się wahać od -100 do -180 stopni Celsjusza. Warto wspomnieć, że zabieg trwa od jednej do maksymalnie 3–4 minut, co jest całkowicie bezpieczne i nie dopuszcza do stałych odmrożeń (delikatne poruszanie dyszą urządzenia gwarantuje chłodzenie trochę innych obszarów ciała).



Zabieg krioterapii polega na oziębieniu całego organizmu lub jego określonej części np. prawej kończyny górnej. Najczęściej wskazaniem do jej wykonania są niedawne urazy, obrzęki pozabiegowe, krwiaki czy niektóre formy zapaleń. Bardzo często jest ona również uzupełnieniem do innych zabiegów rehabilitacyjnych. Podczas ochłodzenia tkanek dochodzić może m.in. do pobudzenia procesów fizjologicznych, metabolicznych, a także do wzbudzenia napięcia mięśni i zmniejszenia pobudliwości włókien nerwowych.

W przypadku zabiegów miejscowych najczęściej wykorzystywana jest mieszanka zimnego powietrza i rozprężonego azotu. Urządzenie, którym posługuje się personel, przypomina w sumie odkurzacz wydmuchujący na nas

Oczywiście nie ulega wątpliwości, że uczucie chłodu w przypadku dolegliwości jest dobrym sposobem na wykorzystanie istnienia ujemnej temperatury. Polecam wszystkim rehabilitowanym i nie tylko.

tangensywakcji
grafika: tangensywakcji

MR FREEZE – NAJLEPSZY PRZECIWNIK BATMANA?

Batman przez wiele lat bycia torturowanym przez twórców komiksów, gier i filmów poprzez ponowne przeżywanie traumy związanej z tragiczną śmiercią rodziców zdążył zbierać sobie całkiem pokazną galerię łotrów, z którymi musiał się mierzyć. Jeżeli znasz głównie adaptacje filmowe tej postaci, to pewnie pytanie postawione w tytule artykułu wydaje Ci się absurdalne. Zresztą nie dziwię się po tym, jak przedstawił tę postać Arnold Schwarzenegger w filmie *Batman i Robin* (jest to najślabiej oceniony przez krytyków i widzów film z człowiekiem przebranym za nietoperza, do którego ja jednak czuję sporą sympatię, ale jest to temat na osobny artykuł).

Mr Freeze w komiksach zadebiutował w 1959 roku pod pseudonimem Mr Zero i był postacią dość jednowymiarową, opierającą się na tym, że zamiast mrozić krew w żyłach słowem czy niecnymi planami, robił to po prostu dosłownie. Ot, postać, której moce miały widowiskowo wyglądać na panelach komiksowych. Wszystko jednak zmieniło się w 1992 roku wraz z premierą

jednego z pierwszych odcinków *Batman: The Animated Series*, który nie tylko zmienił pseudonim złoczyńcy, ale też dopisał mu poruszającą i tragiczną historię. *Heart of Ice*, bo taki tytuł nosi omawiany odcinek, przedstawia nam postać Dr Victora Friesa, który nie mogąc pogodzić się ze śmiertelną chorobą żony Nory, postanowił umieścić ją w komorze kriogenicznej do czasu, aż uda mu się znaleźć lek. Nikt jednak nie pokrzyżuje ci planów

tak, jak CEO wielkiej korporacji. Badania

Victora zaczęły przynosić straty firmie

GothCorp, dlatego też kazano mu je zakończyć. Victor wiedział, że

wiązałoby się to ze śmiercią

Nory, wpadł w panikę i zaczął mierzyć z broni do szefa

organizacji. W wyniku

przepychanki w miejscu

przepętnionym

delikatną aparaturą

i różnymi substancjami

doszło do

wypadku, w którym

powstał właśnie Mr

Freeze. Ciało Victora

nie mogło od tej pory

przetrwąć w temperaturze

pokojowej, dlatego też

zawsze musiał

chodzić w kombinezonie

utrzymującym temperaturę

jego ciała na poziomie

zera absolutnego. W tym

momencie zaczyna się

historia złoczyńcy, którego

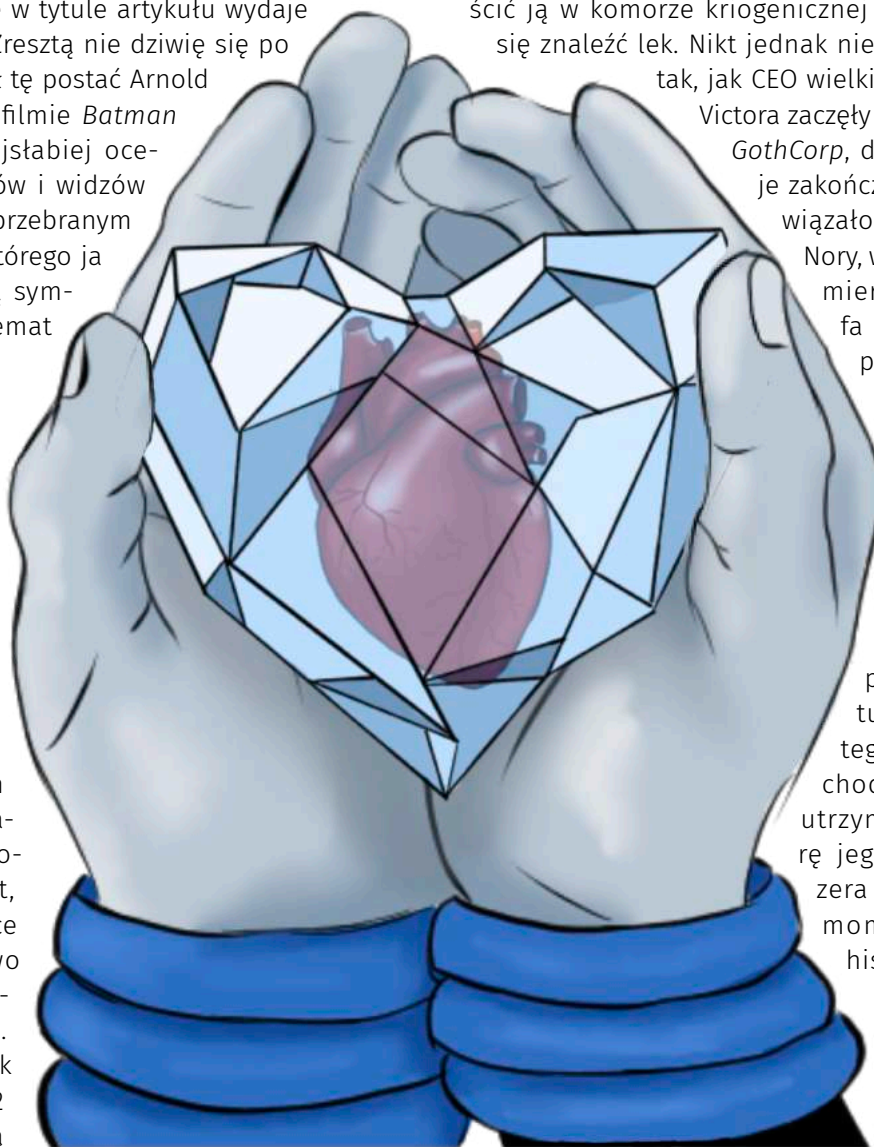
moralność balansuje

na skali szarości. Z

jednej strony to,

w jaki sposób próbuje

osiągnąć środki



na leczenie Nory, jest jednoznacznie złe, ale z drugiej możemy się zastanawiać czy w podobnej sytuacji nie postąpilibyśmy tak samo.

Komiksowe wersje postaci są prowadzone w różny sposób i często ich historia staje się zbyt zawiła, żeby ją jakkolwiek streścić, więc skupię się na zamknięciu wątku Victora i Nory, który jest najbliższy memu sercu. W dodatku *Season of Infamy* do gry *Batman: Arkham Knight* Bruce ponownie spotyka na swojej drodze Mr Freeza i pomaga mu w odnalezieniu Nory, w wyniku czego jednak komora kriogeniczna ulega uszkodzeniu i Nora się wybudza. Wyznaje wtedy, że te wszystkie lata były dla niej jak jeden wielki sen, ale słyszała jednocześnie wszystko, co mówił do niej Victor. Ten próbował ponownie ją namówić do powrotu do tego stanu i zapewniał, że jest bliski znalezienia leku. Nora jednak chciała po prostu przeżyć dni, które jej zostały, u boku męża. Jest to dość tragiczna historia,

która sprawia, że bardziej sympatyzujemy z Victorem, niż uważamy go za złoczyńcę. Zresztą sam Batman chciał mu pomóc i widział, że nie jest człowiekiem fundamentalnie złym, a jedynie zagubionym, pełnym goryczy i rozpacz.

Czy Mr Freeze jest więc najlepszym przeciwnikiem Batmana? Nie ma wątpliwości, że jest na pewno najmroźniejszym, co dobrze koresponduje z naszym najmroźniejszym superbohaterem. Myślę, że jeżeli tragiczna historia Victora i Nory była w stanie stopić lód w sercu mściciela z Gotham, to tym bardziej trafia ona do widza. Samą serię gier przechodziłam kilkakrotnie i za każdym razem wzruszałam się w momencie konfrontacji Nory z Victorem i pogodzenia się z tym, że zostało im niewiele czasu, więc muszą go jak najlepiej wykorzystać wspólnie. Batman ma wielu kultowych złoczyńców, jednak moje skute lodem serce skradł właśnie ten.

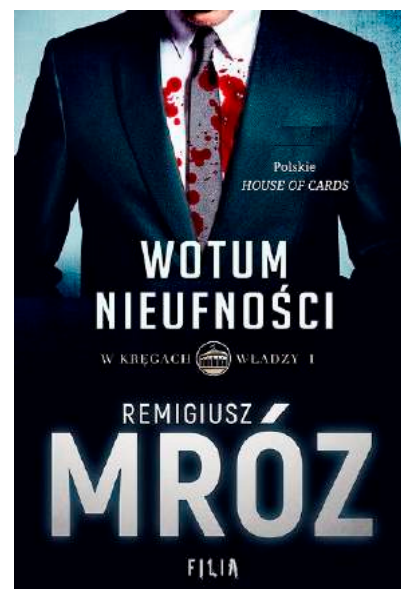
Maria Pyszniowska
grafika: Maria Pyszniowska

RECENZJA KSIĄŻEK REMIGIUSZA MROZA (NA PODSTAWIE OKŁADEK)

W tym numerze nie mogłoby zabraknąć szczegółowej analizy twórczości Pana Mroza, dlatego postanowiłem podjąć się recenzji kilku najważniejszych pozycji w jego dorobku. Jednak ze smutkiem muszę stwierdzić, że zabrakło mi czasu na ich przeczytanie, więc skupię się na najistotniejszym – okładkach. Z dobrej okładki na pewno łatwo wywnioskować fabułę dzieła, a nawet dokonać wstępnej recenzji. Zaczynamy, bo zimno!

Wotum nieufności

Od razu podoba mi się, że okładka pozwala na zobaczenie nazwiska autora z 15 metrów, we mgle lub w brudnych okularach. Jest to zabieg słuszny, bo fani twórczości Pana Mroza będą mogli łatwo wypatrzeć ten tytuł na półce sklepowej, a przeciwnicy ominą szerokim łukiem. Jeśli chodzi o fabułę, to mamy tu do czynienia z prawdziwą intrygą. Widać, że autor to zawodowiec. Otóż pewnego dnia do pralni przychodzi mężczyzna ubrany w garnitur i przekazuje torbę właścicielowi zakładu. W torbie znajduje się koszula z czerwonymi plamami. Pan Kazimierz (założmy, że Kazimierz) nie wie, czy ma do czynienia z krwią, winem czy może barszczem czerwonym. Zastanawia się, co powinien zrobić. Wezwać policję? Użyć sody oczyszczonej? Soli kuchennej? Kilka dni później mężczyzna w garniturze powraca, odbiera koszulę i zostawia kolejną z podobnymi plamami. Sytuacja powtarza się regularnie. Pewnego razu pan Kazimierz pyta tajemniczego mężczyznę o pochodzenie zabrudzeń. Mężczyzna prosi o zaufanie. Nie mam śmiałości, żeby zdradzić więcej. Podoba mi się. 8/10

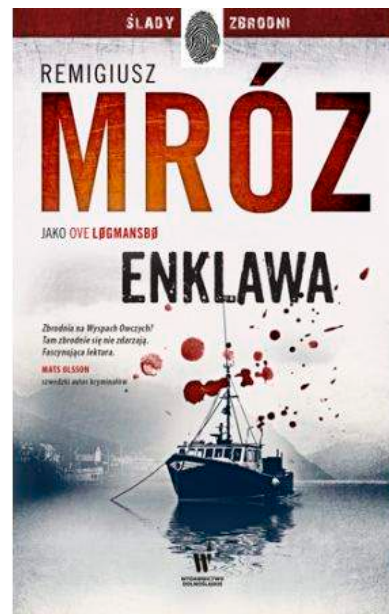


Hashtag

To pozycja, która bazuje na dotychczasowym sukcesie autora. Znanе nazwisko pozwala rozszyfrować, że ta książka nie została napisana przez Remigiusza Hashtaga i nie nosi tytułu „Mróz”. Za to fabuła niestety nie zaskakuje. Początkujący instagramer walczy o nowych obserwujących. Za pieniądze z pierwszej współpracy wynajmuje mieszkanie w Warszawie. Jego kariera się rozwija, dopóki nie używa zakazanych hashtagów, które ograniczają jego zasięgi i chłopak zaczyna mieć problemy finansowe. Kiedy jest na dnie, zostaje mu odcięty dostęp do prądu, co jest zobrazowane na okładce. Moim zdaniem Pana Remigiusza stać na więcej. 2/10

Enklawa

Na samym początku zastanowiło mnie to, w jaki sposób tajemniczy statek łączy się z bałkańskim deserem, ale po szybkiej weryfikacji okazało się, że myślałem o baklawie. Niemniej, jednak jeśli Pan Mróz zdecyduje się na następną pozycję z tej serii, jest to tytuł do rozważenia. Oczywiście nie namawiam, ponieważ wydaje mi się, że Pan Mróz zasługuje na urlop. Krople krwi sugerują, że książka została napisana za szybko i z uszczerbkiem na zdrowiu autora. Tak intensywne korzystanie z klawiatury, jak widać, niesie za sobą pewne niebezpieczeństwa. Sama książka przedstawia codzienne życie wędkarzy morskich. W pierwszym rozdziale łowią dorsze, w drugim – śledzie, a w trzecim – szproty. Fajnie, ale brakuje jakiegoś haczyka. 3/10



Nieodgadniona

Z początku chciałem podejść do tej okładki bardzo krytycznie. W końcu umiejętność zmiany rozmiaru fontu na mniejszy jest dość podstawową umiejętnością, którą powinien opanować każdy *designer*. Jednak po głębszej analizie podejrzewam, że był to zabieg zamierzony i niezwykle sprytny. Zakładam, że ma on zwiastować nadchodzący zwrot akcji, w którym główna bohaterka, w wyniku nieudanego eksperymentu w laboratorium, zamienia się w żądnego krwi jaszczurę. Po Panu Remigiuszu nie spodziewałem się współpracy z Marvelem – jestem pozytywnie zaskoczony. Gratuluję. 9/10

Tym samym kończymy naszą podróż po twórczości Pana Remigiusza Mroza. Zdecydowanie autor zabrał mnie w obszary, których się nie spodziewałem. Mam nadzieję, że będę miał szansę nie przeczytać jeszcze wielu jego książek.

Filip Pisarski

MRÓZ W 50 JĘZYKACH

CZY JEST W WAS CHĘĆ POZNANIA JAK BRZMI SŁOWO MRÓZ W INNYCH JĘZYKACH? Z NASZYM MAGAZYNEM TO BANALNIE PROSTE! PRZYGOTOWAŁAM DLA WAS TŁUMACZENIE Z JĘZYKA POLSKIEGO NA 50 INNYCH.

- | | | | |
|--------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 01 J. angielski
frost | 14 J. azerski
sojuq | 27 J. łaćniński
gelū | 40 J. serbski
mraz |
| 02 J. francuski
grand froid | 15 J. baskijski
antzigar | 28 J. litewski
vėsa | 41 J. słowacki
mráz |
| 03 J. hiszpański
helada | 16 J. białoruski
мароз | 29 J. łotewski
sals | 42 J. suahili
baridi |
| 04 J. niemiecki
der Frost | 17 J. birmański
အအေး | 30 J. macedoński
студ | 43 J. tajski
น้ำค้างแข็ง |
| 05 J. rosyjski
мороз | 18 J. bośniacki
hladnoća | 31 J. malajski
beku | 44 J. turecki
ayaz |
| 06 J. włoski
gelo | 19 J. bułgarski
студ | 32 J. maltański
bard | 45 J. ukraiński
мороз |
| 07 J. czeski
mráz | 20 J. chiński
霜 | 33 J. nawaho
sho | 46 J. wietnamski
rét |
| 08 J. islandzki
Frost | 21 J. chorwacki
mraz | 34 J. niderlandzki
vorst | 47 J. kataloński
gelada |
| 09 J. norweski
en Frost | 22 J. duński
frost | 35 J. ormiański
դրամ | 48 J. estoński
külм |
| 10 J. fiński
Pakkanen | 23 J. grecki
παγωδιά | 36 J. perski
نادر بخی | 49 J. gruziński
ბინძვ |
| 11 J. afrikaans
ryp | 24 J. hebrajski
רוק | 37 J. portugalski
geada | 50 J. japoński
霜 |
| 12 J. albański
ngricë | 25 J. indonezyjski
beku | 38 J. romski
fadszo | |
| 13 J. arabski
عرقاص | 26 J. irlandzki
cuisne | 39 J. rumuński
ger | |

Aleksandra Narecka

SUDOKU

„REMIGIUSZ MRÓZ”

		R	I	M	Z	G		
	S	G				Z	E	
R			U		M			G
		Ó		Z		M		
I			E		S			Z
	I	U				Ó	Z	
		E	Ó	I	U	S		

SUBIEKTYWNY TYGODNIOWY

RANKING MEMÓW

BY LENA ŚNIADAŁA

autor: Łukasz Jaworski

Rynek NFT: *staje się bardzo popularny i generuje obrót dużymi sumami pieniędzy*

Włodek:



autor: Tomasz Brzostowski

Będą k*rwa jeździć Rolexami

~Włodek Markowicz





autor: Grzesiek Hat

autor: Krzysztof Kandefer



autorka: Kat Kupińska

BEZBEKOWY HOROSKOP

NIEZAWODNE PRZEPOWIEDNIE BEZBECKIE 16.01–22.01

Baran (21.03–20.04)

Życie jest pełne niespodzianek, ale niektórych możesz uniknąć. Na przykład pijąc mniej tequili na piątkowej imprezie. Baw się, ale uważaj tylko na to, żeby Cię nie porwali na Kajmany. Choć w obecnej sytuacji politycznej, może jednak to nie jest takie głupie...

W sumie to kup asekuracyjnie więcej butelek. Wino też może być.

Byk (21.04–21.05)

Czeka cię całkiem udany dzień. Wieczorem położysz się do łóżka z radością i ze spokojem. Szkoda tylko, że rano niczego nie będziesz pamiętać, w Twoim telefonie pojawi się dziwny SMS, a na nocnym stoliku będzie leżała tajemnicza paczka z figurką czaszki... Oby następny tydzień okazał się lepszy. Zacznij może od tego, żeby nie wyrabiać tylu nadgodzin.

Bliźnięta (22.05–22.06)

Nie wszystko potoczy się po Twojej myśli. Musisz przygotować się na to, że w Twoim życiu wybuchną pożary, których nawet Wiktor Forst nie będzie w stanie ugasić. Pamiętaj jednak, że nic nie dzieje się bez przyczyny. Wyciągnij z nich wnioski na przyszłość.

Rak (23.06–22.07)

Twój ulubiony Sunrise, restauracja Nowina a może Davidoffy? Wybierz jedno, a konkretnie. Podejmując decyzje, rób to z rozwagą. Twój wybór będzie mieć wpływ na kolejne miesiące. Choć znając Twój charakter, nie będziesz się ograniczać i pójdziesz na całość.

Lew (23.07–23.08)

Nie bój się siły prawdziwej miłości! Najgorsze, co możesz zrobić, to przed nią uciekać. Przekonali się o tym Seweryn i Burza, którzy lata temu stchórzyli i z siebie zrezygnowali. A na pewno nie chcesz na starość musieć ukrywać się w różnych dziwnych miejscach, jak gałęźnik czy cmentarze, by oddać się tam sztuce miłości... W takich miejscach zdecydowanie zbyt łatwo złapać kleszcza, gdy jesteś bez ubrania!

Panna (24.08–23.09)

W najbliższych dniach czekają na Ciebie wyzwania, które spędzą Ci sen z powiek. I choć boisz się zaryzykować przy podjęciu decyzji, to warto rzucić się na głęboką wodę. Już teraz możesz odwołać ekipę sprzątającą, bo pozamiatasz niczym Mróz w komentarzach.

Waga (24.09–23.10)

Miej oczy dookoła głowy i obserwuj ludzi, którymi się otaczasz, bo w każdym z nas może obudzić się psychopata. Kluczowe jest, by w porę go wypatrzeć! W końcu nikt nie chce stać się elementem krwawego Dylematu, w którym trzeba będzie wybrać między nowym odcinkiem LS-a a premierową książką Mroza...*

Skorpion (24.10–22.11)

Uważaj, co zakładasz na bal karnawałowy. Nie daj się zwieść dziwnym maskom, które mogą okazać się magiczną konchą powodującą większe zatrucie organizmu niż wypicie butelki wina na hejnał. Zamiast we własnym łóżku możesz wtedy wylądować w wymyślonej rzeczywistości niczym na Rah'ma'dul – tajemniczej planecie z książek Mroza, a powrotu do domu po takiej imprezie nie ułatwi nawet nocny kebab na grubym cieście...

Strzelec (23.11–21.12)

Ten tydzień będzie dla Ciebie wyjątkowo wyczerpujący. Twoim najlepszym przyjacielem stanie się kawa z Hard Rock Cafe. Unikaj natomiast jedzenia typu fastfood. Jeden hot dog może spowodować, że wylądujesz w szamańskim namiocie z egzorcystą. Zakładam, że jest to ostatnia rzecz jakiej pragniesz.

Koziorożec (22.12–20.01)

Niczym Gerard Edling doskonale odczytasz komunikację niewerbalną osoby, która nie miała w stosunku do Ciebie dobrych intencji. Dzięki temu osiągniesz korzyści, które będą miały przełożenie nie tylko na Twoje życie prywatne, ale także zawodowe!

Wodnik (21.01–18.02)

Tiktok, Instagram, Facebook, Twitter... Znowu poniosą Cię nerwy, gdy będziesz oglądać transmisje polityków lub ich wpisy. Na przykład Seydy lub Hauera. A nie... Moment. To nie oni będą sprawcami zamieszania, ale mogą Cię zapewnić, że Ci, których aktualnie posiadamy, zapewnią Ci równie dużą dawkę emocji w tym tygodniu. Postaraj się poświęcić czas na przyjemności. Najlepiej zrób sobie przerwę od social mediów.

Ryby (19.02–20.03)

Nie ufaj nieznanym. Niby żeby poznawać ludzi trzeba poznawać ludzi, ale wszyscy dobrze pamiętamy, jak kończyły się nowe znajomości dla osób, które trafiły akurat na nowo poznanego przystojnego oraz szarmanckiego Langerę.

Bajaderka
we współpracy z Oficjalnym Fanklubem Remigiusza Mroza

grafika: Natalia Siuta

*Mam nadzieję, że wybraliście mądrze.

SKRÓTY ODCINKÓW #1636–#1640

PONIEDZIAŁEK

LS #1636

Pomóżcie nam zrozumieć Misie NFT, bo my już nie rozumiemy

Lekko Stronniczy dywaguje nad sprzedażą klatek z filmów jako NFT, w tzw. *presale* za 2 lub 3 tysiące złotych. Nie no, żarcik. Włodek wyjątkowo mocno nie rozumie, czym są te certyfikaty. O cholera, jak mocno się z nim utożsamiam. Jest to token, jest to waluta, jest to nowoczesna sztuka, wychodzi na to, że może być wszystkim. Ale mówiąc już tak na serio, chodzi tu o poświadczenie – certyfikat, który jest potwierdzeniem oryginału. Dla chłopaków, w wyniku równania finansowego, jest to swoista piramida finansowa. Włodek i Karol dziadzieją? Włodku, chciałbym Cię pocieszyć: wartości, które wyznaje jedna osoba, nie muszą być takie same dla innej, a więc macie bardziej wyostrzony ogląd na rzeczywistość. W dzisiejszym świecie można mieć dom na krypto wyspie. Czuję się dokładnie tak samo, jak Włodek – chciałbym się schować. W świecie rzeczywistym raczej nie okradnie Cię dildo podłączone do kompa, więc waluty fiducjarne mają znaczącą przewagę. ZAiKS vs NFT – co lepsze? I napiszcie w komentarzach pod odcinkiem, dlaczego tego nie rozumiemy. ■DŚ

WTOREK

LS #1637

Andrij Szewczenko będzie trenerem reprezentacji Polski

Najważniejsze informacje na temat nowego trenera reprezentacji pojawiły się we wszystkich najważniejszych mediach. Dzięki dobrej jakości zdjęcia panowie redaktorzy sprawdzili, jakiej marki koszule on kupuje. Lekki szok. Kłótnia na temat tego, jakiego trenera chcecie, panowie, jest tak dziwna... chyba że macie jakieś doświadczenia w PZPN-ie. Oglądanie reklamy foteli do wygodnego oglądania filmów, to idealne podsumowanie tego typu odcinka. Są w staropolskim rytmie – od Sasa do lasa. Coś czuję, że Włodek naprawdę zaopatrzy się przy budowie w domu w sprzęt niezbędny do wybudowania małego kina przy swoim domu. Jeśli mam rację, to Włodku, zamrugaj dwa razy i mam nadzieję, że dostaniemy zaproszenie jako redakcja. ■DŚ

ŚRODA

LS #1638

Takiej reakcji Jasona Derulo nie spodziewał się nikt

Film oparty o tezę: Włodek wie, jak robi się filmy i Karol nie jest w stanie uwierzyć, że takiej prostej manipulacji mógł ulec CZŁOWIEK FILMU. Tak, padły takie słowa. Warto je zapamiętać! A co Karol ma wspólnego z Trumpem? Karol polecił grę na kajak. No i rozkręca się temat, dokładnie tak, jak sylwestrowa impreza w Zakopanem. Sylwester Marzeń z Jasonem Derulo, który skasował post. Jason nie ma tolerancji dla pomyłek, ale takie zachowanie jest poniżej krytyki. Czytajmy to razem – nowa akcja LS-a, zamiast „Poczytaj mi, Mamo”. A jak Wam minęła podróż z Sylwestra? Może chcecie podzielić się informacją z serwisem onet.pl? ■DŚ

CZWARTEK

LS #1639

Decyzja należy do Ciebie. Oglądamy najlepszy program w TVP

Włodek tworzy nowe związki frazeologiczne, a Karol zawsze broni naszego ulubionego redaktora. To była ich wspólna decyzja, żeby obejrzeć program telewizyjny, który powstał w roku mojego urodzenia. Rozróżnienie bohaterów DC i Marvela od dziś będzie już mega proste. Jakie świetne były mieszkania, w późnych latach 90. Nie ten samiec zapłodni, to inny, dla p. Kofy to nie problem. Złapanie męża na dziecko jest moralne? TVP ma odpowiedź na to pytanie. Program bardzo mocno opierał się na wywołaniu silnych emocji, na które nie ma dobrych odpowiedzi. Poniekąd mam wrażenie, że oglądanie takiego materiału w trakcie obiadu z rodziną, mogło wywołać srogą kłótnię z mężem, matką czy dorosłym dzieckiem. Droga TVP, dlaczego już nie produkujecie tak dobrych programów? ■DŚ

PIĄTEK

LS #1640

Zgadzasz się z innymi? Sprawdź dlaczego

To już ten wiek, że Włodekowi zebrało się na głębokie przemyślenia. Porównał LS-a do starego małżeństwa, a PKP do młodej, niedoświadczonej, dopiero kwitnącej relacji. Chyba muszę zacząć przygotowywać sobie coś mocniejszego przed oglądaniem niż kisiel. Karol dalej udaje, że jest młodzieżowy i pokazuje Włodekowi Tiktoki. W jednym z nich został przeprowadzony eksperyment społeczny, który miał pokazać, że człowiek potrafi zmienić swoje zdanie pod wpływem presji grupy. Oczywiście jest to LS, więc nie merytoryka była tu najważniejsza, a perfekcyjne miny kobiety, na której eksperyment był przeprowadzany. Karol powiedział, że tak właśnie wyglądają widzowie LS-a i miał rację, tak wyglądam za każdym razem, jak Karol otwiera usta, żeby coś powiedzieć. Włodek, jak zwykle, chce zamykać ludzi, którzy mu nie pasują, kojarzy mi się to z paroma postaciami i zaczynam się lekko obawiać. Lubuskie w widowiskowy sposób przeprasza za Mejzę, wykorzystując 11 m² agrowłókniny. Napis „Sorry za Mejzę” podobno widać nawet z kosmosu. Bałwan na środku jezdni to większy problem, niż by się mogło wydawać. W akcji usunięcia 2-metrowego śnieżnego bydlaka uczestniczyły dwa patrole policji, ale i to okazało się być za mało. Musiały zostać wezwane posiłki w postaci ptugopiaskarki... piaskarkoptugu... nie wiem, nigdy nie interesowałam się ornitologią. Karol ma problem z określeniem rozmiaru i to nie tylko, jeżeli chodzi o bałwana, ale już spieszę z pomocą. 2 metry to 13,3 iPhone'a. Gdyby tak je sprzedać, to nie tylko by człowiek oglądał piwko z żoną, ale też mógłby się go nawet napić. Na koniec Karola wzięto na wspominki i zaczął się zastanawiać, czy tęskni za Krakowem. Odpowiedź była tak jednoznaczna, jak ta skryby Otisa.

■MP

BYĆ MOŻE ZA TYDZIEŃ:

1. Nowość! Misie nie NFT!
2. Ile razy padło imię Dominika w tym filmie, a ile razy podali, o jaki film chodzi (o linku nie mówiąc)? Rozważcie tę nierówność!
3. Kto zna Dominika, ten zna
4. Tłumaczymy chłopakom, co to jest NFT
5. Czy LS się sprzeda jako cyfrowy certyfikat własności?
6. BEZBEKOWY markecik – zaczynamy mintować!
7. W jakim czasie można zmienić zdanie, żeby (nie) wyjść na hipokrytę? [SONDA]
8. Jakimi zwierzętami są Karol i Włodek?
9. Decyzja należy do Ciebie!*
10. *Redakcja zastrzega sobie prawo do zmiany Twojej decyzji
11. Dobrze, stare programy telewizyjne
12. Co Karol ma w głowie? Włamujemy się do mózgu!
13. Konformiści, komuniści i komornicy – co mają wspólnego?
14. #tomiejscemożebyćTwoimNFT

ZNAJDŹ NAS:

Magazyn Bezbek sp. niejawna
ul. Bezbecji 25/10 lok. 1

38-870 Wieliczka, koło Krakowa

Tel: 0 000 000 000

E-Mail: magazynbezbek@gmail.com

FB: Magazyn Bezbek

WWW.MAGAZYNBEZBEK.PL

REDAKCJA:

ZAŁOŻYCIELKA: Urszula Skorodziłło

KOREKTA: Hanna Wysopolska, Angelika Konieczna, Lena Śniadała, Sebastian Czapliński, Monika Lepionka

SKŁAD I EDYCJA TEKSTU: Agata Szulc

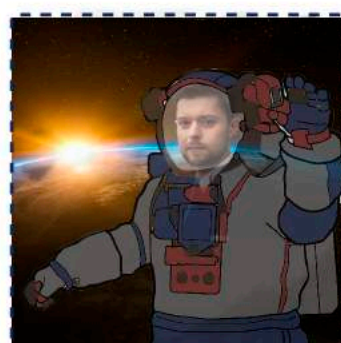
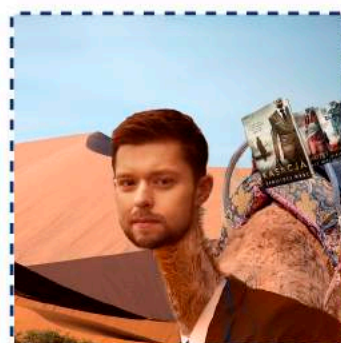
GRAFIKA: Angelika Konieczna, Agata Iwanow

AUTORZY: M. Matłok, A.Narecka, Oficjalny Fanklub Remigiusza Mroza (Ola, Natalia, Asia), Maria Pyszniowska, Bajaderka, Adus, Antoni Forenda, Angelika Konieczna, Elizabeth Landeberg, Filip Pisarski

OKŁADKA: Malv Dziechciarow

Czy Twój Remek..?

Wytnij karty i graj!



aut. Angelika Konieczna (tangensywakcji)
grafiki: pixabay.