

Poradnik: WAKACJE z pasją i pomysłem!
REKRUTACJA na STUDIA: Odpowiedzi na trudne pytania

Cogito®

DWUTYGODNIK MŁODZIEŻOWY
www.cogito.com.pl

Nr 12 (474)
11 VI – 1 VII 2015
cena: 6,50 zł
(w tym 5% VAT)

Pismo specjalistyczne, nakład: 15 000 egzemplarzy

Na temat:
Pokolenie M²

**Zmiana
w 30 dni!**

— trening z coachem

**Współczesny
samuraj**

— od poprawczaka do parkour

Blondynka w Azji

— jak spełnić marzenia
o życiu w egzotycznym kraju

**Sposoby na tańsze
podróżowanie**

JAPONISTYKA

— STUDIA W ZNAKACH KANJI

INFORMATYKA I EKONOMETRIA

— KIERUNEK Z PRZYSZŁOŚCIĄ

**TOP ZAWÓD: SPECJALISTA SEO,
DORADCA PODATKOWY**

**Warsztaty dziennikarskie:
jak pisać felieton**

Quiz: Na tropie literatów

ISSN 1231-160X

indeks 324736



9 771231 160153 12

OD REDAKCJI:

Jedyną niezmienną częścią życia jest zmiana – tak mówi Edyta Zając, trenerka rozwoju osobistego, która przekonuje, że da się zmienić swe życie w ciągu 30 dni. Zmian chcą szczególnie ci, którzy zaczynają nowy etap w życiu. Zostają licealistami bądź studentami... Niektórzy wcale nie będą czekać do końca wakacji, by wejść w nowe środowisko. W pracy nad metamorfozą nie chodzi o to, by podejmować wielkie, trudne decyzje, ale by popracować nad tym, jak wygląda nasz zwykły dzień. Zadbajmy, by lato było okazją nie tylko do poznawania siebie, ale też odkrywania nowych pasji. Wyruszymy w podróż... Poszukajmy ciekawych ludzi... Podobno jesteśmy pokoleniem M², technologicznie wielozadaniowym, ale nie tylko... Damy radę!

Ola Siewko

W TYM NUMERZE „COGITO”:



JACY JESTEŚMY?
MOBILNI
I WIELOZADANIOWI

← **str. 6**

WSPÓŁCZESNY
SAMURAJ – PODWÓRKA,
TRZEPAKI, DACHY
GARAŻY... TU UCIEKAŁ
OD DOMOWYCH
PROBLEMÓW. A DZIŚ JEST
MISTRZEM PARKOUR



→ **str. 8**



← BEZ SZABLONU – RYSUJĄC
LITERKI..., CZYLI
HAND LETTERING

str. 10

→ ZMIANA W MIESIĄC
JEST MOŻLIWA!
– PRZEKONUJE EDYTA
ZAJĄC, COACH

str. 14



SPIS TREŚCI

4 Informator

6 Na temat: Pokolenia M²

8 Reportaż: Współczesny samuraj

12 Pasje inspiracje:
Bez szablonu – rysując literki...

14 Trenuj z coachem:
Zmiana w miesiąc jest możliwa!

16 Poradnia

18 Pomysł na lato: Zaplanowane z pasją

20 Paszport do świata:
Szukam współnika do podróżowania!

22 Podróże: Blondynka w Azji

26 Przewodnik rekruta:
Kto pyta, nie błądzi

32 Studia życie: Studia w znakach kanji

34 Start do kariery: Zawód na topie?
Ekonomista i informatyk w jednym

Zdjęcie okładowe: Ingram Publishing

W NASTĘPNYM NUMERZE

SZUKAM TOWARZYSZA NA LATO!

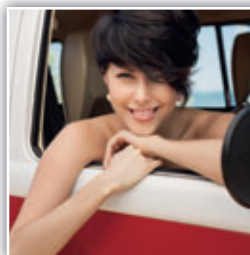
Masz pomysł na lato, ale nie ma wokół ciebie ludzi, z którymi mógłbyś go zrealizować? Bez obaw, są sposoby, by znaleźć fajną ekipę, poznać ciekawych ludzi!

ŻYCIE W BIEGU...

Można prowadzić biegowego bloga, pracować w sklepie biegowym albo biegać i samemu imprezy biegowe organizować... Boom na bieganie trwa i jak na razie nic nie świadczy o tym, aby szybko się skończył...

str.20

ZAPLANUJ WAKACJE
Z PASJĄ I ZNAJDŹ
WSPÓLNIKA
DO PODRÓŻOWANIA



Redaktor naczelna:
Ola Siewko

Zespół i współpracownicy:

Bogna Bizoń, Agnieszka Wyganowska,
Ludwik Janion, Agnieszka Lechowicz,
Artur Maciak, Ewa Nowak, Krzysztof
Nowak, Dorota Nosowska, Aleksandra
Rosa, Joanna Wyganowska-Kuc

Strony internetowe:

Aleksandra Chuda
internet@cogito.com.pl

Studio DTP:

Remigiusz Cichocki (kierownik)
Krystyna Oborska-Maslowska
Monika Rudnik-Kulikowska

Adres redakcji:

e-mail: cogito@cogito.com.pl
03-812 Warszawa, ul. Kamionkowska 45
Telefon bezpośredni: 22 610 11 73

Biurowo Reklamy:

reklama@cogito.com.pl
Magdalena Głogowska (dyrektor)
(510 273 659)
Anna Kawińska (502 535 962)

Sklep internetowy www.edukram.pl:

Aleksandra Chuda
edukram@edukram.pl

Dział sprzedaży:

Małgorzata Nadziejko-Stefanowicz
(dyrektor)
malgorzata.nadziejko@cogito.com.pl
(tel./faks 22 610 11 64)

Anna Śledzińska (kolportaż)

kolportaz.cog@gmail.com
(tel./faks 22 610 11 64)

Anna Polańska (prenumerata)

prenumerata@cogito.com.pl
(tel. 22 610 11 71)

Wydawca:

Agencja Wydawnicza AGA PRESS Sp. z o.o.

Druk:

Elanders Polska Sp. z o.o. PŁOŃSK

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych,
zastrzega sobie prawo do skrótów, adiacji,
redagowania nadsyłanych tekstów. Redakcja nie
ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych
reklam i ogłoszeń.

Wydawca dwutygodnika „COGITO” ostrzega, że
sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów
naszego pisma po cenie niższej lub wyższej
niż wydrukowana na okładce jest działaniem
bezprawnym, przynoszącym szkodę wydawcy.
W związku z tym osoby dokonujące nielegalnej
sprzedaży „COGITO” będą pociągane do
odpowiedzialności karnej i cywilnej.

36 Na starcie: SEO – profesja
przyszłości

37 Na starcie: Doradzać
w podatkach i... komponować muzykę

38 Muza, książka, film

41 Qfer

42 Czas na debiut

44 ArtQuiz: Na tropie... literatów

46 Warsztaty: Felieton – twój ostry
sąd ubrany w historyjkę

51 Info: prenumerata



BLONDYNKA W AZJI
RADZI JAK SPEŁNIĆ
MARZENIA O ŻYCIU
W EGZOTYCZNYM
KRAJU

str.22

PRZEWODNIK
REKRUTA: KTO PYTA,
NIE BŁĄDZI!

str.26



WARSZTATY
DZIENNIKARSKIE
DLA PRZYSZŁYCH
FELIETONISTÓW

str.44



Warsztaty dla
przyszłych recenzentów!
Więcej reportaży i konkursów!
Ciekawe kierunki studiów!
Koncerty, festiwale, przeglądy,
konwenty... na LIPIEC!

UWAGA: Numer 13 „Cogito”
już od 2 lipca!
Szukaj w kioskach i empikach
lub zamów prenumeratę.
Szczegóły na str. 51.

Cogito

X – KODEKS WYGRANYCH

Życie nie składa się tylko z sumy oddechów,
lecz z chwil, które zapierają dech w piersiach.
W treningu coacha znajdziesz podpowiedzi,
co i jak zrobić, by przełamać strach, pokonać
trudności i wejść na swój osobisty szczyt!

JAK FOTOGRAFOWAĆ SMARTFONEM?

By powstał ciekawy, przykuwający uwagę
obraz, nie wystarczy tylko klik. Potrzebna
jest jeszcze umiejętność patrzenia. Jacek
Bonecki, znakomity i ceniony fotograf-artysta,
podpowiada, jak robić dobre zdjęcia komórką.

PACHLEB I KORŁO, CZYLI MOJE GADU-GADU PO TYBETAŃSKU

Po tybetańsku mówi dziś ok. 8 milionów ludzi
na świecie. Od zeszłego roku Sonia uczy
się języka w Dharamsali, mieście, w którym
mieszka Dalajlama...

PRZEWODNIK REKRUTA: REKRUTACYJNE KOMBINACJE

Masz już indeks? To działaj! Nie masz? Też
nie odpuszczaj! Niech główka pracuje i szuka
alternatywnych rozwiązań!

www.cogito.com.pl

„BOHATEROWIE PRZYSZŁOŚCI” – ZNAMY ZWYCIĘZCÓW KONKURSU NAUKOWEGO!

Zadaniem zespołów uczniów gimnazjów i szkół średnich było przeprowadzenie badań naukowych i opracowanie innowacyjnych, zrównoważonych rozwiązań problemów istniejących w lokalnej społeczności.

Oto zwycięzcy:

I miejsce: Jak zmniejszyć zanieczyszczenie powietrza? – budujmy ogniwa słoneczne!

– zespół „Palokalipsa” z VIII Prywatnego Akademickiego LO w Krakowie pod opieką p. Karola Dudka.

II miejsce: Do palenia w piecyku nie trzeba „plastyku” – grupa „Berger Agents” z Zespołu Szkół im. Leokadii Bergerowej w Płocku pod opieką p. Elżbiety Milewskiej.

III miejsce: Skonstruowanie urządzenia, które w oparciu o efekt piezoelektryczny wytwarza energię z hałasu – team „Bibomaz” z I LO im. Waleriana Łukasińskiego w Dąbrowie Górniczej pod opieką p. Jadwigi Bochenek-Markiewicz.

Zwycięskie zespoły otrzymały cenne nagrody, do zdobywców I miejsca trafiły rzutnik i tablica multimedialna dla szkoły, członkowie wszystkich czterech zespołów otrzymali nagrody indywidualne.

Więcej info: <http://www.chemiatomy.pl>



POLSCY UCZNIOWIE NA PODIUM EUROPEJSKIEGO KONKURSU SCI-TECH CHALLENGE 2015!

W Bukareszcie odbył się Europejski Finał programu Sci-Tech Challenge 2015, który zachęca młodych ludzi do studiowania na kierunkach ścisłych.

Polskę reprezentowała drużyna z XI LO im. J. W. Zembrzuskich w Poznaniu pod opieką mgr Magdaleny Ciesielskiej, nauczyciela podstaw przedsiębiorczości. Skład: Vanessa Machnicka, Arkadiusz Przywecki, Eryk Ruciński, Kamil Nowak i Bartosz Garczyk. Młodzież podzielona na międzynarodowe drużyny konkurowała ze sobą o tytuł laureata VI finału Sci-Tech Challenge. Zadaniem konkursowym było znalezienie innowacyjnego sposobu zmniejszenia emisji dwutlenku węgla podczas organizacji tegorocznego Konkursu Piosenki Eurowizji.

Na znalezienie najlepszego rozwiązania drużyny miały 24 godziny. Pokonując bariery językowe i kulturowe, uczniowie wykorzystywali swą wiedzę z zakresu matematyki, inżynierii i technologii. Najlepszą koncepcję, według jury złożonego z przedstawicieli świata nauki, polityki i biznesu, opracowała międzynarodowa drużyna **The Five Electrons** w składzie: Arkadiusz Przywecki (Polska), Juliette Duval (Francja), Lauren Sillis (Belgia), Francis Jack (Wielka Brytania) i Mattia Fusetti (Włochy).

II i III miejsce zajęły kolejno drużyny: **Millenium** – z Erykiem Rucińskim oraz **Lithospherians** – z Bartoszem Garczykiem.

W europejskim finale świetnie wypadli również pozostali reprezentanci Polski – Vanessa Machnicka i Kamil Nowak. Gratulujemy wszystkim uczestnikom, w szczególności laureatom. Oby tak dalej!

MISTRZYNI WSPIERA MŁODYCH SPORTOWCÓW

Natalia Partyka, tenisistka stołowa, trzykrotna mistrzyni paraolimpijska z Aten, Pekinu i Londynu, dwukrotna uczestniczka igrzysk olimpijskich, medalistka mistrzostw Europy, na co dzień pokonuje bariery i rywalizuje też z pełnosprawnymi sportowcami, odnosząc sukcesy na arenie międzynarodowej.

–W czasie swej kariery spotkałam wiele bardzo życzliwych osób, które mi pomagały. Nadszedł taki moment, gdy chciałybym się zrewanżować – mówi Natalia Partyka. Sportsmenka przy współpracy z Fundacją Dobra Sieć w 2013 r. utworzyła fundusz stypendialny dla zdolnych sportowców, mających trudności z rozwojem kariery.

Kto może je dostać? Sportowcy w wieku od 16 do 22 lat, którzy osiągają wysokie wyniki w sporcie na poziomie klasy sportowej, w dyscyplinach indywidualnych lub grach zespołowych, w dyscyplinach olimpijskich lub paraolimpijskich. Stypendium otrzymają kandydaci, którzy z różnych przyczyn mają problemy z rozwojem kariery, ale jednocześnie mają sprecyzowane cele sportowe. Stypendia w wysokości do 1500 zł miesięcznie będą wypłacane od września 2015 r. do czerwca 2016 r. Kandydaci, prócz wypełnionego formularza zgłoszeniowego, muszą przesłać także 1-minutową prezentację wideo. Wnioski stypendialne należy składać do 30 czerwca 2015 r.

Więcej info na www.fundusznataliipartyki.pl.

IMPREZA DLA LICEALISTÓW? FESTIWAL ARTYSTYCZNY „SZTUKA 6”!

W dniach 19–21 czerwca w Zespole Państwowych Szkół Plastycznych im. Wojciecha Gersona w Warszawie przy ulicy Smoczej 6 odbędzie się Festiwal Artystyczny „Sztuka 6”.

To druga edycja wydarzenia, który ma na celu promować sztukę tworzoną przez młodych artystów. Licealiści mają okazję pokazać swe prace, które są odejściem od szkolnych ćwiczeń rysunkowych czy malarskich, obejmujących jedynie martwą naturę i postać.

W ciągu trzech dni mają miejsce wykłady i warsztaty (np. z batiku, czerpania papieru, cyjanotypii), dostępne dla wszystkich gości. Odbędą się koncerty i spektakl wyreżyserowany przez jednego z uczniów. Festiwal rozpoczyna wyjątkowy wernisaż 19 czerwca o godz. 18.00. Serdecznie zapraszamy!



ZRÓB FOTKĘ I WYŚLIJ NA KONKURS: „JEDZ LOKALNIE, MYŚL GLOBALNIE”

Polska Zielona Sieć wraz z Fundacją Otwarty Plan zapraszają uczniów oraz nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych do udziału w międzynarodowym konkursie ukazującym żywność w perspektywie lokalnej i globalnej. Zadaniem jest przygotowanie fotoreportażu oraz przesłanie go wraz z wypełnioną kartą zgłoszenia na adres: konkurs@zielonasiec.pl

W konkursie mogą brać udział zespoły uczniów z gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych (minimalnie 3, a maksymalnie 10 osób). Zdjęcia (od 3 do 5) mogą być kolorowe lub czarno-białe. Zdjęcia powinny być cyfrowe o minimalnej rozdzielczości odpowiadającej 4 megapikselom (300 dpi przy minimalnej długości krótszego boku fotografii wynoszącej 20 cm). Do przesłania plików ze zdjęciami należy skorzystać z wybranego serwisu transferu plików (np. <http://www.wikitransfer.ch/>, <https://www.wetransfer.com/>, <https://www.sendspace.com/>).

Zwycięski fotoreportaż będzie prezentowany na światowej wystawie EXPO2015 w Mediolanie we wrześniu i w październiku 2015. Zwycięzcy otrzymają też koszt produktów spożywczych z certyfikatami Sprawiedliwego Handlu (Fair Trade), ładowarkę z panelem słonecznym do telefonów, tabletów i laptopów.

REKLAMA

FOTOFOCUS NA EDUKACJĘ

Do 26 czerwca br. uczniowie szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych mogą wziąć udział w ogólnopolskim konkursie „**Akcja (foto)edukacja**” organizowanym przez Nikon Polska. Ten unikatowy w Polsce program edukacji fotograficznej od trzech lat przyczynia się do poszerzania wiedzy i umiejętności fotograficznych wśród uczniów i pedagogów w całej Polsce. Zwycięska szkoła otrzyma profesjonalny sprzęt fotograficzny na wyposażenie pracowni fotograficznej, a najlepszy młody fotograf 10 000 zł stypendium naukowego.

W ramach Akcji (foto)edukacja co miesiąc młodzież ze szkół i domów kultury walczy o warsztaty fotograficzne pod okiem zawodowego fotografa, a najlepsze prace indywidualne nagradzane są aparatami fotograficznymi. Jednymi z laureatów tegorocznego konkursu są uczniowie LO nr 1 im. Jana III Sobieskiego w Oławie oraz ich opiekunka Małgorzata Sajur. – W programie Akcja (foto)edukacja urzekło mnie to, że lekcje są przygotowane bardzo profesjonalnie. Mam pewność, co do poprawności merytorycznej – podkreśla pani Sajur.

Akcja (foto)edukacja to projekt, na który składają się multimedialne lekcje przygotowane pod okiem pedagoga i specjalistów fotografii. Laureaci w kategorii indywidualnej otrzymują atrakcyjne aparaty fotograficzne, a zwycięzca całej III edycji – stypendium naukowe w wysokości 10 000 zł. Dla uczniów, których zdjęcia zostaną najwyżej ocenione w kategorii grupowej, Nikon Polska organizuje warsztaty fotograficzne z profesjonalnym fotografem. Podczas spotkań uczniowie otrzymują literaturę fotograficzną oraz wykład o prawach autorskich w ramach



fot. Dagmara Adamus, LO Oława

współpracy z programem Fotoprawo.pl. W czerwcu br. najlepsza szkoła lub dom kultury z całej III edycji, zostaną wyposażone w profesjonalny sprzęt na potrzeby swojej pracowni fotograficznej.

– Myślę, że Akcja (foto)edukacja daje możliwości sprawdzenia siebie, a także poznania różnych technik fotograficznych – zauważa Dagmara Adamus, uczennica LO w Oławie. Jej prace m.in. wyróżniło jury konkursu.

Przed wakacjami szkoły i uczniowie mają ostatnią szansę, aby zdobyć atrakcyjne nagrody.

Ostatnia lekcja 8., zadanie konkursowe są na: <https://www.szerokikadr.pl/lekcje/efekty-swietlne-noca>.

Wywiad z Małgorzatą Sajur znajdziecie na: www.youtube.com/watch?v=4B30HolRyJE&feature=youtu.be, www.szerokikadr.pl/lekcje/liceum-ogolnoksztalcace-w-olawie.