

**Poradnik na lipiec: Jak znaleźć ekipę na wspólny wyjazd?
Gdzie jechać na festiwale? Co czytać? Czego słuchać?**

Cogito®

DWUTYGODNIK MŁODZIEŻOWY

www.cogito.com.pl

Nr 13 (475)
2 – 22 VII 2015
cena: 6,50 zł
(w tym 5% VAT)

Pismo specjalistyczne, nakład: 15 000 egzemplarzy

Trenuj z coachem:
**Jak zostać
zwycięzcą**

**Na przekór
chorobie**
— Patrycja na drugim
końcu świata

**Jak fotografować
smartfonem?**
— radzi Jacek Bonecki,
artysta fotografik

**Warsztaty dziennikarskie:
Sztuka pisanie recenzji**

**Przeżyć wakacje
po swojemu!**

Pasje i inspiracje:
**Boom
na bieganie**

**Sprawdź,
jaki masz talent,
i się rozwijaj!**

**NIE DOSTAŁEŚ SIĘ NA STUDIA?
JEST DRUGI NABÓR**

**MISJA SPECJALNA?
STUDIA NA RESOCJALIZACJI**

**WETERYNARIA – KIERUNEK
NIE DLA WSZYSTKICH**

ISSN 1231-160X

indeks 324736



9 771231 160153



13

OD REDAKCJI:

Bez zakazów, nakazów, bez nudy... Sam odpoczynek... Nieważne gdzie, ważne z kim!... Z przygodami, ale tak, by nie krzywdzić innych... W mieście, pracując, ucząc się lub imprezując... Ilu licealistów, tyle patentów na udane wakacje. Pamiętajcie – spędźcie je tak, jak CHCECIE. To wasze wakacje, pomysły. Nie rezygnujcie z nich dlatego, że nie wszystkim się podoba.

To wasz pomysł, wasz plan!

Nie dajcie się odciągnąć od swoich marzeń. Przeżyjcie lato PO SWOJEMU! Trzymam kciuki!

Ola Siewko

W TYM NUMERZE „COGITO”:

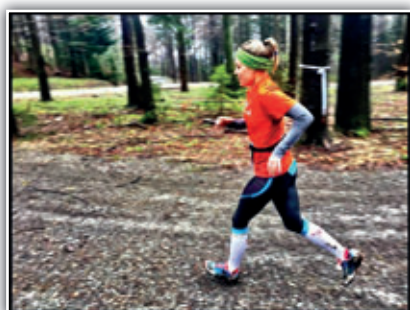


WAKACJE?
PO SWOJEMU!

← **str. 6**

NA PRZEKÓR
NIEULECZALNEJ
CHOROBY
PATRYCJA ZDOBYWA
SWÓJ BIEGUN!

→ **str. 8**



BOOM
NA BIEGANIE
TRWA!

← **str. 10**

SPOSOBY, BY ZNALEŹĆ
FAJNĄ EKIPE NA LATO,
POZNAĆ CIEKAWYCH
LUDZI!

→ **str. 14**



SPIS TREŚCI

4 Informator

6 Na temat: Jak przeżyć lato?
PO SWOJEMU!

8 Reportaż: Patrycja zdobywa biegun!

10 Pasje inspiracje: Życie w biegu...

14 Pomysł na lato:
Szukam ekipy na wyjazd

16 Trenuj z coachem:
Żyj według kodeksu wygranych!

19 Psychotest: Mam talent. Ale jaki?

22 Rozmowa: Polowanie na temat i światło

24 Podróże: Pochleb i korbę, czyli moje
gadugadu po tybetańsku

28 Przewodnik rekruta:
Rekrutacyjne kombinowanie

30 Pytania o studia

Zdjęcie okładowe: Ingram Publishing

W NASTĘPNYM NUMERZE

INWAZJA GLINOLUDÓW

Jeżeli myślisz, że ludzie są jedyną inteligentną formą życia na ziemi – jesteś w błędzie. Obcy są wśród nas...

PIERWSZE TAKIE WAKACJE

To lato było startem w dorosły świat... Jak ten start wyglądał? Jakie wakacyjne doznania zafundował?

KABARET JEST PO TO, BY ŁAMAĆ TABU!

Czy kabaret może być jak rodzina? Jakich skeczów nigdy nie wykonają? Czy w memach szukają inspiracji? I czy da się robić kabaret bez talentu? – na te i inne pytania odpowie **Kabaret Jurki**.

str.16

KODEKS
WYGRANYCH
– TRENING COACHA



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-Mastowska
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.

32 Studia życie:
Misja specjalna? Resocjalizacja

34 Start do kariery:
Kariera doktora Dolittle'a

36 Muza, książka, film

41 Qfer

42 Czas na debiut

44 ArtQuiz: Czy znasz te muzea?

46 Warsztaty: Pisz recenzję!

51 Info: prenumerata



SPRAWDŹ SIĘ,
W CZYM
MASZ TALENT

str.19

JAK ROBIĆ FOTKI
SMARTFONEM? RADZI
JACEK BONECKI,
CENIONY FOTOGRAF!



str.22

WARSZTATY
DZIENNIKARSKIE:
JAK PISAĆ
RECENZJĘ

str.44



Więcej reportaży
i konkursów!
Ciekawe kierunki studiów!
Koncerty, festiwale, przeglądy,
konwenty... na SIERPIEŃ!
**UWAGA: Numer 14 „Cogito”
już od 23 lipca!**
Szukaj w kioskach i empiakach
lub zamów prenumeratę.
Szczegóły na str. 51.

Cogito

EUROPA ZA FREE!

Gdzie za darmo są muzea? W którym z krajów
możesz biwakować bez pozwolenia? W jakiej
stolicy nie wydasz kasy na komunikację?
Informator dla tych, co ruszają na podbój
Europy!

W STRONĘ SZCZĘŚCIA

Hawaje, uśmiechnięte twarze i poczucie
wewnętrznej równowagi... Chcesz być
szczęśliwym i wśród życzliwych ludzi?
Trening z coachem pozwoli ci to poczuć.

PSYCHOTEST: JAK SIEBIE POSTRZEGASZ?

Co komunikujesz innym ubraniem? Jak działasz
na otoczenie? Czy zmiana wizerunku jest pilna?
Rozwiąż test, odpowiedzi dadzą ci wskazówki,
co dalej robić.

WARSZTATY TWÓRCZE: ZOSTAŃ SPECEM OD WYWIADU!

Czy wywiad to tylko seria pytań i odpowiedzi?
Jak odbiorca wpływa na sposób prowadzenia
wywiadu? Co to jest autoryzacja? Jak uniknąć
najczęstszych błędów dziennikarskich
podczas rozmowy? Na te wszystkie pytania
znajdziesz odpowiedź!

www.cogito.com.pl



STUDENCI PROJEKTUJĄ MOBILNĄ

PLATFORMÓWKĘ DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Jedną z niewielu gier dla niepełnosprawnych zaprojektował zespół Marcina Krawczaka, studenta informatyki w Akademii Finansów i Biznesu Vistula w Warszawie. Gra Mafia: Settle in Chicago jest mobilną platformówką. Jej stylistyka jest wzorowana na czarno-białych filmach o gangsterach oraz grach 8-bitowych. Akcja dzieje się w Chicago w latach 60. Diego, główny bohater, musi poradzić sobie z gangiem, który opanował miasto. Do dyspozycji ma pełen arsenał broni. – Jesteśmy grupą młodych osób pełnych pasji i determinacji. Chcemy pomagać innym i zmieniać to, co zmienić możemy na lepsze. Na rynku jest bardzo mało gier, które mają na tyle prostą nawigację, aby mogli z nich korzystać wszyscy. Dlatego dajemy możliwość zmiany rodzaju sterowania, zwiększenie kontrastu grafiki i zamianę barw (dla osób niedowidzących), bezproblemową obsługę jedną ręką – podkreśla Marcin Krawczak, inicjator projektu. Autorzy gry Mafia: Settle in Chicago potrzebują 12 000 zł, aby zrealizować projekt. Wsparcia finansowego można udzielić za pośrednictwem platformy Polak Potrafi: https://polakpotrafi.pl/projekt/mobile-hunters?utm_source=projects. Dla wpłacających przewidziane są nagrody.

NAJGORSZY ZAWÓD? DZIENNIKARZ PRASOWY!

Zawód dziennikarza prasowego znalazł się na ostatnim miejscu rankingu 200 profesji w Stanach Zjednoczonych. Raport „Jobs Rated Almanac” jest przygotowywany przez serwis CareerCast i obejmuje statystyki 200 zawodów w USA. Przy tworzeniu zestawienia brane są pod uwagę: środowisko pracy, zarobki, stres pracy oraz perspektywy rozwoju na określonym stanowisku.

Autorzy wyliczyli poziom stresu żurnalisty na poziomie ponad 69 pkt, perspektywy rozwoju zawodowego na minus 13,3. Średnie roczne zarobki w tym zawodzie w USA wynoszą 36,2 tys. dol. Na pierwszym miejscu rankingu znalazł się zawód aktuariusza, czyli osoby zajmującej się oceną ryzyka i wartości projektów finansowych (stres oceniono na 16,3 pkt, natomiast perspektywy na 25 pkt, roczne zarobki w tej profesji ponad 94,2 tys. dol). W pierwszej dziesiątce najgorszych zawodów w roku 2015 są też: drwal, wojskowy, kucharz, prezenter telewizyjny, fotoreporter, strażnik więzienny, taksówkarz, strażak, listonosz.



JAKA MATKA, TAKA CÓRKA?

Jak wynika z badania IQS, to córka zyskuje autorytet, a tym samym zmienia się jej rola w rodzinie. Aż co druga matka córki pomiędzy 15 a 25 rokiem życia twierdzi, że ze swoim dzieckiem łączy ją wiele tematów. **85%** matek jest zdania, że wraz ze swoją córką czerpie inspiracje w wielu dziedzinach. Matki przyznają się, że używają podobnych kosmetyków (**55%**), wymieniają się ciuchami (**43%**) i lubią te same marki (**36%**). Co druga matka potwierdza, że ma co najmniej kilku takich samych znajomych na Facebooku. Córki decydują, co kupują ich matki. Szczególnie, jeśli chodzi o nowe ubrania czy kosmetyki. Córki zauważają znacznie mniej wspólnych cech, ale wciąż pozostają z matką w dobrych relacjach. Niemal 1/3 dziewczyn na pytanie „Kogo cenisz najbardziej?”, odpowiedziało: „Mamę”...



KRYMINALISTYKA I TECHNIKI ŚLEDcze – NOWOŚĆ NA WSB

Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej po raz kolejny zajęła pozycję lidera niepublicznych szkół wyższych w województwie śląskim w Rankingu Perspektyw. Znajduje się też na 9. pozycji w krajowym zestawieniu niepublicznych uczelni. Dla kandydatów na studia zaś przygotowała interesującą nowość. Na kierunku **bezpieczeństwo narodowe** uruchomiła specjalność: **kryminalistyka i techniki śledcze**. To idealny wybór dla tych, którzy marzą o pracy docho-dzeniowca, swoją zawodową przyszłość wiążą ze zwalczaniem przestępczości i pracą w służbach mundurowych. Ta specjalność dostarczy studentowi wiedzy i umiejętności praktycznych z zakresu wykorzystania metod i środków technicznych do rozpoznawania i wykrywania ujemnych zjawisk społecznych, przestępstw i ich sprawców oraz umiejętności udowad-niania związku między osobami a zdarzeniami.

Dzięki zdobytej wiedzy, absolwent WSB w Dąbrowie Górniczej będzie mógł podjąć pracę w komórkach docho-dzeniowo-śledczych, jak: Policja, ABW, Żandarmeria Wojskowa, CBA czy w firmach zajmujących się kompleksowym zapewnieniem bezpieczeństwa.



SWPS STAJE SIĘ UNIWERSYTETEM

Innowacyjność, odwaga w działaniu oraz dbanie o wysokie standardy kształcenia i badań naukowych – te wartości świadczą o jakości uczelni. Wysoki poziom dydaktyki i działalności naukowej Uczelni potwierdziła zmiana nazwy na uniwersytet. Uniwersytet SWPS oferuje praktyczne programy studiów dostosowane do wymagań dynamicznego rynku pracy, takie jak psychologia, neurokognitywistyka, prawo, dziennikarstwo i komunikacja społeczna, psychokryminalistyka, komunikacja wizualna, grafika czy wzornictwo. Uczelnia współpracuje z ponad tysiącem firm i instytucji, które umożliwiają studentom realizację praktyk, staży i zdobycie zatrudnienia jeszcze przed końcem nauki. – Ogromnym wsparciem jest dostrzeganie tych najlepszych, zaangażowanych studentów, którzy mogą, dzięki stypendiom naukowym, twórczym czy sportowym, stale się rozwijać – mówi Małgorzata Osowiecka, laureatka Studenckiego Nobla 2014, uczestniczka Interdyscyplinarnych Studiów Doktoranckich, wykładowca na Wydziale Zamiejscowym w Sopocie.



KIERUNEK LEKARSKI? RÓWNIEŻ NA UZ!

W roku akademickim 2015/2016 na Uniwersytecie Zielonogórskim ruszy kierunek lekarski. Planowana liczba studentów na studiach stacjonarnych to 60 osób.

Na pierwszym roku zajęcia prowadzone będą w salach Wydziału Nauk Biologicznych, Wydziału Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu UZ. Natomiast zajęcia praktyczne z przedmiotów klinicznych na starszych latach prowadzone będą w szpitalu w Zielonej Górze.

Podpisane zostały umowy ze szpitalami, m.in. z kliniką w Cottbus. Pojawiła się możliwość współpracy ze szpitalem w Poczdamie w zakresie praktyk dla studentów.



ZNAMY, ALE NIE BADAMY – CO WIEMY O CZERNIAKU?

85% Polaków nigdy nie odwiedziło lekarza, by zbadać podejrzanego znamie! Ankieta przeprowadzona przez TNS na zlecenie Akademii Czerniaka w 2015 r. pokazuje, że większość z Polaków (**90%**) słyszała o czerniaku, ale tylko **15%** respondentów udało się do lekarza raz, aby skontrolować pieprzyki. Ponad połowa (**63%**) Polaków deklaruje, że w przypadku zaobserwowania na swoim ciele podejrzanego znamienia od razu udałaby się do lekarza. Tymczasem aż **39%** osób uważa, że nie ma żadnych zmian, które należałoby obserwować, **14%** w ogóle nie zwraca na nie uwagi. Polacy rzadziej prowadzą też samoobserwację skóry. Co zwiększa ryzyko zachorowania? Najczęściej wymienianymi czynnikami są: korzystanie z solarium (**37%**), przebywanie na słońcu (**36%**) i skłonności genetyczne (**25%**). Jednak **17%** badanych decydowało się na odpowiedź nie wiem, trudno powiedzieć.

STAŻYSTA POTRZEBNY OD ZARAZ! DUŻE ZMIANY NA POLSKICH UCZELNIACH!

Od przyszłego roku akademickiego uczelnie zawodowe będą zobowiązane do zapewnienia studentom trzymiesięcznych praktyk. Wprowadzone przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego zmiany mają zmobilizować uczelnie do współpracy z przedsiębiorstwami. W tej chwili jedynie największe ośrodki naukowe pracują nad dostosowaniem oferty dydaktycznej do wymogów rynku pracy. Przykładem może być Uniwersytet Łódzki, realizujący wspólne projekty m.in. z firmą Hewlett-Packard.

– Pomysł wprowadzenia obligatoryjnych praktyk jest bardzo dobrym rozwiązaniem – mówi Patryk Mordel ze SMART MBC, agencji pośrednictwa pracy i doradztwa personalnego. – Pracodawcy najczęściej zwracają uwagę na fakt, że osoby kończące studia posiadają niewielkie lub żadne doświadczenie zawodowe. Absolwenci usprawiedliwiają się tym, że nie mieli możliwości zdobycia odpowiedniego doświadczenia, choćby ze względu na zbyt dużą liczbę zajęć teoretycznych. Dobrą praktyką jest organizowanie projektów stażowych połączonych z konkursami, w których można wyłonić najlepszych kandydatów. Warto podjąć współpracę z organizacjami studenckimi, kołami naukowymi. Nasza firma prowadzi projekt pod hasłem KARIERA, czyli cykliczną rekrutację, w czasie której odkrywamy talenty.

