

magazyn kulturalno - studencki

CZERWIEC
Nr 4 (173)
ISSN 1641-9316

Multis Multum



Nauka zdalna w WSZiB

Dzień otwarty WSZiB

Praca zdalna

*Status studenta
a rodzaj umowy zatrudnienia*



**WYŻSZA SZKOŁA ZARZĄDZANIA
I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE**



JUBILEUSZOWA REKRUTACJA TRWA!

Zapisz się na studia i świętuj z nami 25 lat!

 rekrutacja@wszib.edu.pl

 www.wszib.edu.pl  [wszib](https://www.facebook.com/wszib)

25-lecie WSZiB!

Przed Wami czas egzaminów. Po raz pierwszy odbędziecie je w formie zdalnej. Życzę Wam więc powodzenia, wiele optymizmu a w szczególności, aby wiedza, którą zdobyliście dotychczas została z Wami na zawsze i abyście mądrze ją wykorzystali. W przerwie między nauką zachęcam Was do przeczytania najnowszego numeru Multis Multum.

Wyższa Szkoła Zarządzania i Bankowości w Krakowie kształci i przekazuje wiedzę popartą wieloletnim doświadczeniem. W tym roku nasza Uczelnia obchodzi bowiem Jubileusz 25-lecia. Przez te wszystkie lata nasze mury opuściły tysiące ambitnych i zdolnych studentów – jesteśmy z tego bardzo dumni. A teraz z nadzieją patrzymy w przyszłość i pracujemy na kolejne lata owocnej nauki!

W najnowszym numerze kwartalnika znajdziecie m.in. wywiad z wykładowcą WSZiB oraz studentką, którzy opowiedzieli jak w ich ocenie przebiegało nauczanie zdalne w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości w czasie epidemii.

Jeden z naszych studentów przygotował bardzo ciekawe artykuły dotyczące pracy zdalnej i zarządzania intencją. Teksty te nawiązują do epidemii koronawirusa, który zmienił nagle życie wielu ludzi.

Zachęcam także do przeczytania artykułów, w których nasz kreatywny student pokazał jak przerobić stary obiekt manualny, aby współpracował z nowymi aparatami oraz jak wykonać własny głośnik Bluetooth. Po-

nadto polecam tekst pt.: „Podróże 360°” – tym razem absolwent WSZiB podzielił się z nami swoją wyprawą w Tatry.

Jak zawsze w naszym kwartalniku znajdziecie dział motywacyjny. Dlatego odsyłam Was do artykułów, w których nasze studentki poruszyły tematy o tym, czy warto być optymistą, jak pokochać siebie dbając o swój dobry nastrój oraz jak niewiele potrzeba, aby być szczęśliwym.

Nie zabraknie także czegoś dla miłośników Informatyki. Nasi studenci piszą o języku, który uciekł z przeglądarki (JavaScript) oraz o tym czym jest wirtualizacja.

Waszej uwadze polecam również skróty prac dyplomowych naszych absolwentów.

Na koniec pragnę Was zachęcić do zapoznania się z działalnością Koła Naukowego BATNA działającego w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości. Spotkania Koła mają charakter warsztatowy, a ich celem jest praktyczne zapoznanie się z szeroko pojętą sztuką negocjacji.

Jak zawsze zapraszam wszystkich chętnych studentów do współpracy z Redakcją Multis Multum – spróbuj swoich sił w roli dziennikarza!

**Pozdrawiam serdecznie
Redaktor Naczelna**

mgr Aneta Idzik-Nowak



Redakcja:

Magazyn Kulturalno – Studencki MULTIS MULTUM
30-079 Kraków; al. Kijowska 14, www.multis.wszib.edu.pl

Redaktor Naczelna: mgr Aneta Idzik-Nowak,
a.idzik@wszib.edu.pl

Adiustacja: dr inż. Dominika Woźny

Fotografie: Mateusz Luzar, Grzegorz Ososiński,
fotolia.com, pexels.com

SPIS TREŚCI

Dzień Otwarty WSZiB	4
25-lecie WSZiB	6
Nauka zdalna w WSZiB	7
Strategia wielkich kąpiel na przykładzie spółek notowanych na giełdzie w latach 2015-2018 - skrót pracy dyplomowej	12
Modelowanie i symulacja procesu sprawozdawczego na potrzeby statystyki monetarnej (MONREP) przy wykorzystaniu notacji BPMN 2.0 - skrót pracy dyplomowej	14
Status studenta a rodzaj umowy zatrudnienia	15
Praca zdalna	16
Zarządzanie intencją	17
Podróże 360°	18
Afryka – fotografując zamieszkujące tam dzieci wcale im nie pomagasz!	22
Mocniej w stronę retro kryminalów	24
Jak przerobić stary obiekt manualny, aby współpracował z nowymi aparatami	25
Wykonanie własnego głośnika Bluetooth	26
Czy warto być optymistą?	27
Pragniesz być szczęśliwy? Po prostu wyluzuj!	28
Pokochaj siebie dbając o dobry nastrój	29
Na ratunek skórze	31
O języku, który uciekł z przeglądarki	32
Wirtualizacja	34
English Corner 3	36
Koło Naukowe BATNA	37
Kącik smakosza	38
Sudoku	39

mgr Aneta Idzik-Nowak

Dzień Otwarty WSZiB

5 marca 2020 r. drzwi Wyższej Szkoły Zarządzania i Bankowości zostały szeroko otwarte dla Wszystkich chcących uzyskać informację o Uczelni, zapoznać się z ofertą dydaktyczną czy spotkać się z wyjątkowymi ludźmi. W ramach Dnia Otwartego WSZiB studenci przygotowali stoiska związane z kierunkami studiów. Informacji udzielali studenci studiów dualnych, przedstawiciele kwartalnika Multis Multum, członkowie Samorządu Studenckiego oraz Kół Naukowych. W tym dniu była również możliwość zwiedzania uczelni, naszych sal wykładowych oraz pracowni informatycznych.

WSZiB przygotowała 15 prelekcji, które wygłosili nasi wykładowcy oraz zaproszeni goście.

Byli to:

- **Magdalena Knapik-Woch**
 - CV „szyte na miarę” czyli jak zaprojektować efektywne Curriculum Vitae i dostać pracę marzeń?
 - „Dobre rady” czy sprawdzony patent na udaną rozmowę kwalifikacyjną.
 - „Poznaj siebie”. Niezbędna wiedza, aby odkryć „Co chcę robić w życiu?”
- **dr Justyna Michniak-Szladerba**
 - Rozwiń skrzydła. Warsztat rozwoju osobistego.
 - Zarządzanie sobą w czasie.
- **dr Magdalena Kowalska-Musiał**
 - Bohater Wate Whats, czyli porozmawiajmy o zagrożeniach w sieci.
 - Poznaj swoją osobowość i buduj mosty w relacjach z innymi.
- **dr inż. Dominika Woźny**
 - Publiczne wystąpienie – jak się do niego przygotować?
- **lic. Agata Kołodziejczyk**
 - Introwertyk vs. Ekstrawertyk. Pokolenie „Z” na rynku pracy.
- **mgr Karolina Sztylek**
 - „Mamo zostanę influencerką.” - Influencer jako zawód przyszłości.
- **Firma Sirus – Przemysław Kołsut, Tomasz Kolbusz**
 - Ścieżka kariery w agencjach reklamowych i reklamie.
- **mgr inż. Marcin Mikłas**
 - .GitHub – Internetowy serwis dla projektów programistycznych – wprowadzenie.
- **Studenci II roku Finansów i Rachunkowości – pracownicy Aon**
 - Jak połączyć studia z pracą? Bezpłatne studia w WSZiB.
- **Koło negocjacji „Batna”**
 - Sztuka przekonywania na podstawie gry „Lawina”.

Dla pedagogów prelekcję poprowadziła Pani mgr Elżbieta Michalska na temat „Zarządzanie czasem w dążeniu do celu”. W wydarzeniu wzięło udział 550 os. Zapraszamy do zobaczenia fotorelacji na naszym **Facebooku**.



25 LAT WYŻSZEJ SZKOŁY ZARZĄDZANIA I BANKOWOŚCI W KRAKOWIE!

4 043 dyplomów ukończenia
studiów podyplomowych

22 290 uzyskanych dyplomów,
w tym **6 419** Magistrów

26 habilitacji
wykładowców WSZiB



139 obron doktoratu
wykładowców WSZiB

Własne platformy
intranetowe **SUSZI** i **SAKE**

18 zdobytych tytułów profesora
wykładowców WSZiB

Dziękujemy, że jesteście z nami!

Czas pandemii w WSZiB

Czas pandemii to okres, którego nikt się nie spodziewał i nikt na niego nie był przygotowany. Jednak pandemia koronawirusa SARS-Cov-2 nie skazała nas na przerwę w pracy w tym sensie, że od dawna wdrażaliśmy metody, które ułatwiają życie i pracę naszym studentom oraz pracownikom. Było to możliwe dzięki uczelnianym, szeroko rozwiniętym systemom intranetowym oraz niezawodnemu Działowi IT. Tak więc bez problemu prowadziliśmy zajęcia zdalne, w wyniku czego nasi słuchacze na bieżąco mogli się kształcić metodami e-learningu.



Już na początku pandemii zainaugurowaliśmy studia II stopnia (magisterskie). W dniu 28.03.2020 r. Rektor WSZiB rozpoczął semestr letni roku akademickiego 2019/2020 łacińską sentencją *Quod felix, faustum fortunatumque sit!* Inauguracja odbyła się w formie online za pośrednictwem MS Teams.

Uczelnia wprowadziła kształcenie zdalne w studiach I i II-go stopnia oraz studiach podyplomowych. Nie straciliśmy ani jednej godziny, a ponadto większość zajęć wynikających z planów studiów zrealizowano w trybie zapewniającym kontakt w czasie rzeczywistym studenta i nauczyciela akademickiego.

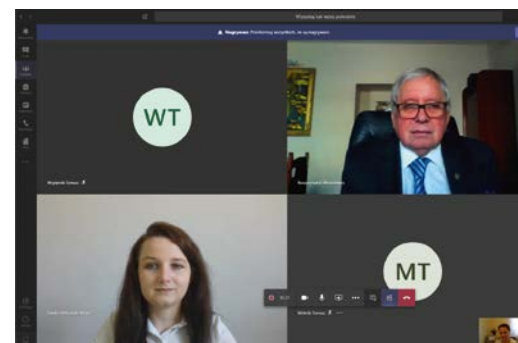
Wychodząc naprzeciw potrzebom naszego środowiska akademickiego, przygotowaliśmy się do przeprowadzania egzaminów dyplomowych z wykorzystaniem aplikacji Microsoft Teams. To internetowe narzędzie umożliwiło odbywanie wideokonferencji, zadawanie pytań i odpowiedzi w czasie rzeczywistym. Dzięki bogatej infrastrukturze technicznej naszej uczelni możliwe było wyko-



rzystanie tej aplikacji na wielu płaszczyznach funkcjonowania WSZiB, w tym przy obronach prac dyplomowych inżynierskich, licencjackich i magisterskich.

Serdecznie dziękuję wszystkim Studentom, Wykładowcom i Pracownikom za nasz wspólny sukces!

Rektor WSZiB w Krakowie
prof. zw. dr hab inż. Włodzimierz Roszczyński



Do dnia 6.05.2020 r. w WSZiB odbyło się zdalnie 40 obron, a 129 wykładowców przeprowadziło 1100 jednostek dydaktycznych.

Nasza redakcja przeprowadziła wywiad z wykładowcą WSZiB dr inż. Dominiką Woźny oraz z Panią Amirą Olbrecht studentką 2 roku studiów licencjackich na kierunku Zarządzanie. Chcieliśmy poznać ich opinię odnośnie funkcjonowania Uczelni w tym trudnym czasie oraz ocenę prowadzonych zajęć zdalnych.

Redaktor Naczelna - mgr Aneta Idzik-Nowak: Jak ocenia Pani nauczanie zdalne w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości w czasie epidemii?

Studentka Pani Amira Olbrecht: Jestem bardzo zadowolona z tego, w jaki sposób Uczelnia zareagowała na kryzys wywołany pandemią i wprowadziła kształcenie zdalne, co pozwoliło nam studentom kontynuować naukę bez zbędnego stresu z zachowaniem harmonogramu zajęć. Dzięki programowi Microsoft Teams można połączyć się z wykładowcami i uczestniczyć w zajęciach online. Moim zdaniem taki sposób nauczania jest równie efektywny co zajęcia stacjonarne i pozwala przyswajać wiedzę bez wychodzenia z domu.

R.N.: Jak pracuje się Pani z Microsoft Teams pod względem technicznym? Czy jego obsługa jest łatwa i intuicyjna?

S: W programie Microsoft Teams pracuje mi się bardzo dobrze. Uważam, że ten program jest bardzo intuicyjny. Pozwala on w łatwy sposób przeprowadzać konwersacje grupowe na zadawalającym poziomie jakości połączenia. Jedną z moich ulubionych funkcji podczas wideo rozmów jest możliwość udostępniania ekranu innym. Ciekawym urozmaicheniem jest także możliwość ustawiania wirtualnego tła za członkami konwersacji, dzięki czemu możemy poczuć się np. jak na plaży

R.N.: Czy wykładowcy robią testy sprawdzające przyswojenie materiału?

S: Tak, owszem, większość wykładowców przygotowuje testy sprawdzające opanowanie materiału. Oczywiście nie są one długie, zazwyczaj składają się z od 5 do 8 pytań zamkniętych, które nawiązują do przerobionego materiału. Na rozwiązanie takiego testu mamy określony czas oraz ter-

min, po którym dostęp do niego zostaje zablokowany.

R.N.: Jak ocenia Pani zaangażowanie pracowników i wykładowców Uczelni w nauczanie zdalne?

S: Nasi wykładowcy są w 95% zaangażowani. Udostępniają nam potrzebne materiały na bieżąco oraz zawsze przed zajęciami przypominają na platformie uczelnianej o godzinie spotkania. Zajęcia odbywają się zgodnie z planem, a w razie gdyby miały się nie odbyć, zostajemy odpowiednio wcześniej poinformowani oraz ustalamy nowy termin ich przeprowadzenia. Pracownicy WSZiB również są bardzo pomocni, a kontakt z nimi jest bezproblemowy. W bardzo szybkim czasie odpowiadają na pytania i problemy studentów.

R.N.: Jakie są Pani sposoby na organizację i przygotowanie się do zajęć online?

S: W tej kwestii różni się to niewiele od zajęć stacjonarnych. Rozwiązuję zadania domowe i powtarzam materiał z ostatnich zajęć. Przed samymi zajęciami przygotowuję sobie niezbędne materiały, sprawdzam stan techniczny mikrofonu oraz połączenie z siecią.

R.N.: Co najbardziej podoba się Pani w nauce zdalnej?

S: Mówiąc szczerze najbardziej podoba mi się to, że mogę zdobywać wiedzę nie wychodząc z domu. Oszczędzam również sporo czasu, ponieważ nie muszę dojeżdżać na Uczelnię. Edukacja zdalna daje mi możliwość korzystania z zajęć dydaktycznych wszędzie tam, gdzie mam dostęp do Internetu. Jednym z plusów jest to, że w przerwie pomiędzy wykładami mogę zjeść ciepły domowy obiad w towarzystwie rodziny. Nie muszę wstawać dużo wcześniej, żeby zdążyć na autobus, a w zajęciach mogę uczestniczyć będąc w dowolnym miejscu.

R.N.: Jakie minusy w Pani ocenie ma nauczanie zdalne?

S: Dużą wadą jednak jest to, że nie mogę spotkać się bezpośrednio ze znajomymi. W dodatku podczas zadań lub projektów grupowych znacznie łatwiej komunikuje się i pracuje na żywo.

Wywiad z wykładowcą

Redaktor Naczelna: W jaki sposób prowadzi Pani zajęcia zdalne?

Wykładowca dr inż. Dominika Woźny: Zajęcia zdalne (wideokonferencje) prowadzę z wykorzystaniem aplikacji MS Teams. Dzień przed planowanymi zajęciami, które odbywają się zgodnie z harmonogramem, przypominam studentom poprzez SUSZI oraz Forum naszego przedmiotu w SAKE, że zajęcia odbywają się online. O ustalonej godzinie rozpoczynam wideokonferencję, a do zespołu dołączają studenci. Studenci widzą mnie w kamerce, a ja ich. Poprzez udostępnienie mojego ekranu przedstawiam studentom prezentacje oraz inne pliki – to samo robią studenci, czyli prezentują przygotowane przez siebie projekty, omawiają je – i widzi to cały nasz zespół (grupa). Ponadto wgrywam do SAKE różne materiały dodatkowe związane z tematyką prowadzonych zajęć (np. testy psychologiczne, case studies, artykuły z czasopism) – studenci mówią, że umilam im tym czas kwarantanny. Dodam, że po każdym zajęciach przygotowuję krótki test lub zadanie dla studentów sprawdzające ich wiedzę i umiejętności z danej jednostki dydaktycznej, które zamieszczam dla nich w SAKE. Studenci chętnie przystępują do tych testów, rozwiązują zadania.

R.N.: A jak wygląda sprawa konsultacji? Czy studenci mają możliwość indywidualnych spotkań z Panią?

W: Tak, oczywiście – również korzystuję do tego aplikację MS Teams, SUSZI oraz SAKE. Przyznam, że nie tylko w godzinach ustalonych konsultacji studenci piszą do mnie lub spotykamy się na wideokonferencjach, ale też w innych terminach. Wczoraj, konsultowałam pracę z moim dyplomantem poprzez aplikację MS Teams o godz. 22:00 – udostępniając mu plik z jego pracą; wskazywałam, które fragmenty np. należy uzupełnić lub zmienić.

R.N.: Czy uważa Pani taką formę prowadzenia zajęć dydaktycznych za innowacyjną?

W: Nie do końca... Dla studentów i pracowników WSZiB e-learning jest codzienną rzeczywistością. Platformy intranetowe SUSZI i SAKE są bowiem wykorzystywane przez nas od około 20 lat. Jedyną nowością w moim przypadku jest wzbogacenie wykorzystania tych platform o aplikację MS Teams.

R.N.: Czy nie miała Pani problemów z technicznym aspektem prowadzenia zajęć online? Czy wiedziała Pani jak używać aplikacji MS Teams?

W: Na początku nie wiedziałam. Ale szybko się nauczyłam, dzięki naszemu Działowi IT, który służy swoją pomocą non stop – np. były szkolenia dla wykładowców z zakresu prowadzenia zajęć z wykorzystaniem aplikacji MS Teams, prowadzenia testów online itp.

R.N.: A jak studenci reagują na zajęcia online?

W: Studenci są wspaniali! Gdy rozpoczynam wideokonferencję z daną grupą od razu uśmiecham się widząc obrazki profilowe studentów – jest dużo płazów, gadów, owadów itp. A mój uśmiech jest jeszcze większy, gdy widzę prawie 100-procentową obecność w czasie zajęć. Na początku zajęć studenci wykrzykują „dzień dobry”, machają do mnie ręką. Czynnice uczestniczą w zajęciach, odpowiadają na moje pytania (mam wrażenie, że są bardziej aktywni niż w czasie tradycyjnej formy zajęć), a na koniec zajęć mówią np. „dziękujemy”, „czekamy z niecierpliwością na kolejne zajęcia”. Bardzo pozytywnie oceniam reakcję studentów na zdalne prowadzenie zajęć. Ponadto studenci zadowoleni są z tego, że nie przepadła mi żadna godzina dydaktyczna.

R.N.: Czy studenci też mają kolokwia i zaliczenia online?

W: Tak, oczywiście. Terminy kolokwium, które przedstawiłam grupom podczas pierwszych zajęć semestru letniego 2019/2020 (przeważnie był to ostatni tydzień lutego 2020 r.), odbywają się zgodnie z planem – studenci przystępują do nich poprzez system intranetowy SAKE i od razu mają wyniki, tak jak to odbywa się w czasie standardowego roku akademickiego. Po takim kolokwium mamy możliwość od razu omówić wyniki kolokwium online. W czasie pandemii COVID-19 była również sesja poprawkowa semestru zimowego 2019/2020. Zdalnie przeprowadziłam zaliczenia i egzaminy poprawkowe – w formie testów w SAKE lub podczas wideokonferencji.

R.N.: A jak przebiega obecnie proces dyplomowania?

W: Obrony odbywają się zdalnie – pierwsze miały miejsce 3 kwietnia 2020 r. W czasie pandemii do połowy maja 2020 r. odbyły się 42 obrony online. Student nie musi pojawiać się osobiście na Uczelni w celu złożenia dokumentów potrzebnych do obrony, ale przesyła je do Dziekanatu tradycyjną pocztą. Po wyznaczeniu terminu obrony przez Dziekanat, pracownicy Działu IT testują połączenie ze Studentem. Podczas obrony Promotor, Recenzent oraz Student, znajdują się w domu (odbyły się już obrony studentów, którzy łączyli się z różnych miast Polski, a także z Niemiec, Au-

strii), natomiast ja, jako Przewodnicząca Komisji Egzaminacyjnej, jestem na Uczelni, aby mieć dostęp do dokumentów egzaminacyjnych. Nad przebiegiem egzaminu dyplomowego czuwają pracownicy Działu IT, którzy służą swoją pomocą w sprawach technicznych. Dzięki bogatej infrastrukturze technicznej naszej uczelni, przy wykorzystaniu aplikacji MS Teams, a także zaangażowaniu wszystkich pracowników WSZiB, obrona jest bardzo istotna dla prawidłowego zakończenia procesu dydaktycznego, przebiega w sposób właściwy.

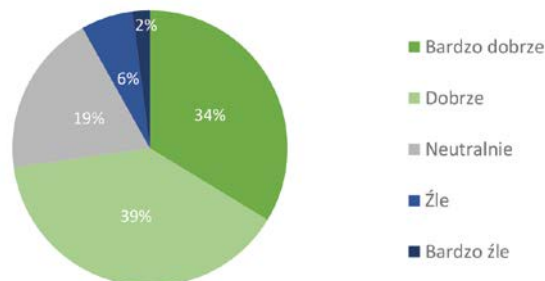
Ponadto WSZiB uruchomiła sondę internetową (w SAKE) skierowaną do wszystkich studentów, która dotyczyła zadowolenia z kształcenia zdalnego. Celem przeprowadzonej ankiety było doskonalenie metod dydaktycznych stosowanych w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości w Krakowie.

Sonda

W sondzie wzięło udział 552 studentów, w tym 96 słuchaczy studiów stacjonarnych i 456 studiów niestacjonarnych.

Jak widać większość ankietowanych wysoko ocenia jakość prowadzonych zajęć zdalnych przez WSZiB. Jest to dla Uczelni bardzo satysfakcjonująca informacja zwrotna.

Jak oceniasz prowadzone przez Uczelnię zajęcia zdalne?



Poniższy wykres przedstawia formy e-learningu, z których nasi studenci korzystali podczas pandemii. Jak można zauważyć najczęściej korzystano ze statycznych materiałów umieszczanych w naszym uczelnianym systemie intranetowym SAKE.

Z jakich form e-learningu korzystałeś/eś podczas okresu pandemii?



Poprosiliśmy naszych studentów, aby przedstawili nam jakie wg. nich zalety, a jakie wady niesie ze sobą e-learningowa forma zajęć. Poniżej przedstawiono najczęściej pojawiające się odpowiedzi.

ZALETY	WADY
<ul style="list-style-type: none"> - możliwość uczestniczenia w zajęciach nie tracąc czasu na dojazdy na uczelnie - możliwość uczestniczenia w zajęciach z każdego miejsca w Polsce - oszczędność pieniędzy na dojazdach na uczelnie - mniejsze koszty utrzymania w mieście, którego student nie zamieszkuje - czas, który przeznaczamy na dojazdy możemy przeznaczyć na odpoczynek - brak konieczności wczesnego wstawania na zajęcia - możliwość odbycia wykładów nawet w trudnych sytuacjach - możliwość nauki we własnym tempie dzięki odtworzeniu nagrań - możliwość wysłuchania wykładu w zaciszu domowym - możliwość powtórzenia materiału z nagranego wykładu - łatwa komunikacja z wykładowcą - bardzo komfortowa forma nauki - mniej stresu - więcej czasu na naukę i wykonywanie zadań - elastyczny czas wykonywania zadań i testów - możliwość robienia notatek w spokoju i zaciszu domowym - możliwość zaliczania testów - bezpieczeństwo w okresie pandemii - brak problemu z zaparkowaniem samochodu przed uczelnią - możliwość spędzenia więcej czasu z rodziną, który normalnie przeznaczamy na dojazdy jeśli jesteśmy spoza Krakowa 	<ul style="list-style-type: none"> - ograniczenia domowego sprzętu elektronicznego (jeden komputer na kilku członków rodziny, którzy muszą z niego korzystać podczas pandemii) - brak kontaktu face to face z wykładowcą - brak bezpośredniej interakcji ze znajomymi z grupy - gorsza komunikacja z grupą podczas zadań/projektów grupowych - zbyt krótkie terminy na wykonanie zadania czy projektu - nauka zdalna mniej dociera do studenta (na żywo lepiej się skupić i zrozumieć dane zagadnienia) - nadmiar zadań domowych - pojawiające się czasami opóźnienia w obrazie lub dźwięku, co jest uciążliwe, gdy studenci nie mają dostępu do sieci o wystarczającej przepustowości

Poprosiliśmy także naszych studentów o komentarze i uwagi co do ewentualnych zmian w nauce zdalnej, jakie Uczelnia powinna wprowadzić. Poniżej przedstawiono najczęściej pojawiające się sugestie:

- ograniczenie nakładu samodzielnych zadań domowych studentom
- wydłużenie terminów realizacji zadań i projektów
- wysyłanie wiadomości w SUSZI przez każdego wykładowcę o dodaniu materiałów lub zadań w SAKE (część studentów zagląda na SUSZI niż SAKE)
- ujednoczenie formy prowadzenia zajęć np. korzystanie tylko z MS Teams
- możliwość pomocy od działu IT dla studentów, którzy nie radzą sobie z platformą MS Teams
- tłumaczenie i pomoc w rozwiązywaniu problemów sieciowych
- wprowadzenie kalendarza online dotyczące zajęć i zadań domowych
- przygotowywanie przez prowadzących większej liczby przykładowych zadań wraz z rozwiązaniami, aby móc lepiej nauczyć się do egzaminów

- dostępność materiałów w SAKE minimum 2 dni przed zajęciami, aby każdy mógł się na spokojnie przygotować do zajęć.

Czy według Ciebie forma e-learningowa powinna być stosowana w zwiększonym wymiarze jako uzupełnienie tradycyjnego procesu dydaktycznego?



Podsumowując można stwierdzić, że forma kształcenia zdalnego powinna być stosowana na Uczelni w zwiększonym wymiarze jako uzupełnienie tradycyjnego procesu dydaktycznego. Jak wynika z przeprowadzonej sondy, aż 57% badanych jest za tym rozwiązaniem, co jest dla nas cenną informacją na przyszłość.

Serdecznie dziękujemy wszystkim studentom, którzy wzięli udział w badaniu.

mgr Jolanta Zięba

Strategia „wielkich kąpiel” („big bath”) na przykładzie spółek notowanych na giełdzie w latach 2015-2018

Praca magisterska napisana pod kierunkiem dr Małgorzaty Białas



Jednym z głównych źródeł informacji finansowych na temat przedsiębiorstwa są sprawozdania finansowe, a mnogość przepisów i regulacji prawnych, którym podlegają, ma za zadanie zapewnić rzetelność prezentowanych informacji. Zasady te ulegają jednak ciągłym zmianom – tak samo jak zmienia się gospodarka światowa i potrzeby informacyjne osób korzystających z tych sprawozdań. Nie dziwi zatem fakt, że rachunkowość kreatywna była, jest i nadal będzie stosowana w wielu przedsiębiorstwach na całym świecie.

Często postrzegane jako działanie na granicy prawa, stosowanie kreatywnej księgowości niesie za sobą wiele negatywnych konotacji, co związane jest głównie z kryzysem gospodarczym w latach 2007-2009, w czasie którego spółki otwarcie przyznawały, że stosowały pewne formy rachunkowości kreatywnej dla uzyskania własnej korzyści. Mimo to, literatura przedmiotu wskazuje także na pozytywne aspekty rachunkowości kreatywnej i niejednokrotnie podkreśla się, że, w przeciwieństwie do rachunkowości agresywnej, są to działania zgodne z prawem i obowiązującymi regulacjami. Ocenę etyczną tego zjawiska pozostawiono tutaj czytelnikom.

Najczęściej stosowaną formą księgowości kreatywnej jest kształtowanie wyniku finansowego i w jego ramach wyodrębnić się kilka technik: może

to być unikanie wykazywania straty, unikanie zmniejszania zysku, wygładzanie wyników lub intensywne zwiększanie zysku. Uwagę autorki niniejszego opracowania przykuła jednak znaczna redukcja wyniku/zwiększenie straty, potocznie nazywana strategią „wielkich kąpiel” („big bath”), co stało się inspiracją do napisania pracy magisterskiej.

Strategia „wielkich kąpiel” charakteryzuje się zamierzonym pogorszeniem wyniku finansowego jednostki, by móc wykazać poprawę wyniku w następnym okresie. Ku takim działaniom mogą skłaniać się jednostki, które są pewne i świadome, że w obecnym okresie i tak wykażą stratę (przykładowo w okresie światowego kryzysu lub zewnętrznych problemów dotyczących danej branży, na które nie mają wpływu), więc zwiększenie tej stra-

ty nie będzie negatywnie postrzegane. W kolejnych okresach natomiast będą mogły wykazać znaczną poprawę sytuacji finansowej, przez co staną się bardziej atrakcyjni dla inwestorów – tych obecnych jak i potencjalnych. Na tle innych przedsiębiorstw będą odbierane jako te, które najszybciej otrząsnęły się po kryzysie i mają największe szanse na przyniesienie zysków.

Dla dogłębnego zrozumienia strategii „wielkich kąpiel”, warto posłużyć się także **teorią agencji**, inaczej zwaną modelem relacji pryncypała-agenta. Za prekursorów tej teorii uważa się Michaela C. Jensena oraz Williama H. Mecklinga i traktuje ona o relacji, kontraktach i konfliktach pomiędzy pryncypałem (właścicielem przedsiębiorstwa, inwestorem) a agentem (kierownikiem lub zarządem jednostki), który zarządza własnością pryncypała. Punktem wyjściowym tej teorii jest fakt oddzielenia funkcji właścicielskiej od funkcji kontrolnej wewnątrz firmy, co jest efektem powiększania się skali działalności przedsiębiorstw. Teoria agencji zakłada, że obie strony tej relacji dążą do maksymalizacji zysków i swojej użyteczności, jednak nie zawsze ich cele się pokrywają. Prawdopodobne jest, że agent bardziej zadba o swój zysk niż o korzyść dla firmy, i na odwrót – inwestor może dążyć do maksymalizacji zysków firmy, nawet jeśli będzie to na niekorzyść zarządu. Tak powstają konflikty na linii agent-pryncypał i, aby zapewnić sprawną działalność i rozwój przedsiębiorstwa, konieczne jest łagodzenie tych konfliktów.

Teoria agencji pozwala zauważyć czynniki zarządcze wpływające na strategię „wielkich kąpiel”. Przykładowo, asymetria informacji na linii właściciel-menedżer może przejawiać się tym, że agent wykorzysta swoją przewagę wiedzy o przedsiębiorstwie i kompetencji nad mocodawcą dla własnych korzyści – np. podczas przygotowywania sprawozdań finansowych zastosuje techniki kształtowania wyniku finansowego.

Stosowanie strategii „wielkich kąpiel” może być spowodowane odejściem członka zarządu na emeryturę lub jego planami zmiany pracy. Dlaczego? Pryncypał oczekuje wysokich przepływów pieniężnych w bliżej nieokreślonym okresie, w zależności od swoich prywatnych i służbowych planów. Agent natomiast będzie oczekiwał zysków przede wszystkim w okresie, gdy pracuje w tej firmie, dlatego będzie zwykle preferował projekty krótkoterminowe. Przykładem takich działań może być zmniejszenie wydatków firmy na badania i rozwój (inwestycje długoterminowe) przed odejściem członka zarządu, co powoduje zwiększenie

zysku w bieżącym okresie. Przed odejściem menedżera często obserwuje się także tendencję do kształtowania wyniku finansowego i manipulowania polityką bilansową w taki sposób, aby zapewnić mu większy zysk przed samym odejściem.

Aby załagodzić konflikt między agentem a pryncypałem, często stosuje się system premii i bonusy dla członków zarządu, np. w formie opcji menedżerskich. Z jednej strony zachęcają zarząd do długoterminowej współpracy – a co za tym idzie – długoterminowych inwestycji i projektów, na których zależy właścicielom. Z drugiej strony, dają możliwość wykupienia akcji spółki zarządowi, więc także jemu będzie zależało na wysokich zyskach dla inwestorów, w tym na wyższych dywidendach dla akcjonariuszy. Co więcej, jest to dodatkowy zysk uzależniony od wyników spółki, co powinno zniechęcić agenta do nadużyć związanych z hazardem moralnym.

W ramach pracy magisterskiej przeprowadzono własne badania na temat strategii „wielkich kąpiel”. Miały one charakter ilościowy i obejmowały próbę 262 spółek notowanych na GPW w latach 2015-2018; łącznie przeanalizowano 1048 sprawozdań finansowych. Na temat strategii „big bath” spojrzano w sposób wielopłaszczyznowy, zatem praca obejmowała analizę zarówno czynników finansowo-ekonomicznych jak i zarządczych. Dla rozważań niniejszego artykułu jedynie pokrótce opisano aspekty zarządcze tego zjawiska.

Analiza czynników zarządczych skupiona była wokół dwóch zmiennych: wystąpienie znaczącej zmiany w składzie zarządu oraz występowanie opcji menedżerskich. Lektura literatury przedmiotu sugerowała, iż strategia „wielkich kąpiel” będzie częściej stosowana wtedy, gdy zmienia się co najmniej połowa członków zarządu oraz rzadziej występuje w spółkach, które stosują opcje menedżerskie. Ku zaskoczeniu, obydwie hipotezy badawcze zostały odrzucone, jednak należy podkreślić, że bardzo trudno ocenić celowość i motyw działania wyłącznie za pomocą badań ilościowych, co jest konieczne, aby stwierdzić stosowanie strategii „wielkich kąpiel”. Zebrane informacje nie pozwoliły zatem stwierdzić, czy ta strategia była stosowana na GPW w latach 2015-2018 czy też nie.

Podsumowując, strategia „big bath” jest niewątpliwie intrygującym poznawczo zjawiskiem, jednak próby jego uchwycenia i zbadania są równie trudne jak jego etyczna ocena. Nie powinno to jednak powstrzymywać badaczy przed kolejnymi analizami tego zjawiska – głównie ze względu na jego ogromną wagę i ogólnoswiatową skalę.

mgr Bożena Kasperska-Moszkowicz

Modelowanie i symulacja procesu sprawozdawczego na potrzeby statystyki monetarnej (MONREP) przy wykorzystaniu notacji BPMN 2.0

Praca magisterska napisana pod kierunkiem prof. WSZiB dr Bartosza Banduły

O ile istnieje mnogość opracowań rozpatrujących funkcjonowanie bankowości, to wiele z nich nie publikuje szczegółowych informacji o sposobach przygotowywania sprawozdań bankowych, zarówno ze względu na pewną hermetyczność funkcjonowania banku, silną konkurencję wewnątrzsektorową, ale też specyficzny zakres tematyczny i nieustanną zmian regulacyjnych w ostatnich latach dotyczących sprawozdawczości bankowej. Niniejsza praca wypełnia tę lukę w sposób przystający do realiów raportowych banku komercyjnego.

Sprawozdawczość bankowa to najważniejsze raporty dla banku jako jednostki gospodarczej, jak i grupy kapitałowej. Stanowi podstawowe źródło informacji na temat sytuacji finansowej oraz majątkowej banku. Jakość, użyteczność oraz prawdziwość zawartych informacji są kluczowymi punktami zainteresowania wewnętrznych i zewnętrznych odbiorców. Korzystają z nich m.in. członkowie rad nadzorczych, inwestorzy, analitycy, kontrahenci, inne banki, firmy ubezpieczające kontrakty oraz udzielające gwarancji handlowych, a także wielu innych uczestników życia gospodarczego. Sprawozdawczość bankowa jest wieloaspektowa, jej rzetelne przeprowadzenie wymaga od jednostki znakomitej organizacji i wysokiej sprawności. Zakłada to wyzwanie m.in. z powodu konieczności dostosowania się do coraz większego tempa zmian regulacyjnych czy sytuacji wewnętrznej banku. Zarządzanie procesem raportowania musi wypełnić obligatoryjne wymogi jakościowe i terminowe, a sam proces powinien być szybki, przejrzysty, elastyczny i efektywny, dostarczający na każdym swoim etapie precyzyjnej, wiarygodnej i porównywalnej informacji.

Celem pracy jest przedstawienie procesu raportowego w banku komercyjnym (spółki w grupie kapitałowej), na przykładzie jednego z obligatoryjnych sprawozdań finansowych, którego od-

biorcą jest Narodowy Bank Polski. Sprawozdanie MONREP stanowi nową wersję bazowego, przesłanego już, sprawozdania WEBIS, i wyznacza nadrzędny punkt odniesienia dla pozostałych obowiązkowych lokalnych sprawozdań bankowych.

Pierwszy rozdział pracy przedstawia bank komercyjny jako podmiot gospodarczy, spółkę - redystrybutora środków finansowych, podlegającą przepisom regulacyjnym (krajowym i unijnym), zarządzaną procesowo z wykorzystaniem najnowszych technologii. Każdy element strategii zarządzania, i konsekwentnie każdy proces uruchamiany w jednostce, odzwierciedla wymóg przepisu prawnego lub wewnętrznej polityki jakości jakiej bank podlega.

Drugi rozdział opisuje sprawozdawczość banku, usytuowanie i źródło historyczne dla sprawozdania statystyki monetarnej MONREP, jego szczegółową zawartość i aktualną strukturę komponowanej informacji sprawozdawczej.

Trzeci rozdział pracy przedstawia architekturę systemów bankowych, źródeł, przepływów i transformacji danych, ostatecznie konfigurowanych w agregatach, na podstawie których generowane jest sprawozdanie finansowe MONREP w wymaganym formacie.

Czwarty rozdział opisuje proces przeprowadzenia kompletnej, sprawdzalnej i dokumentowanej ścieżki raportowej z wykorzystaniem dostępnych narzędzi i zasobów w banku komercyjnym. Zaproponowany model procesu demonstruje rzeczywiste działania sprawozdawcze w sekwencyjnych krokach sporządzania MONREP. Badania przeprowadzone w celu przygotowania tej części pracy polegały na stworzeniu w środowisku iGrafx z wykorzystaniem składni BPMN 2.0 kompletnej mapy procesu tworzenia sprawozdania MONREP. Kolejnym krokiem było przygotowanie symulacji procesu przebiegu tworzenia sprawozdania MONREP oraz jego raportowania w oparciu o możliwości aplikacji iGrafx. Kompletny model wraz z symulacją zostały tak zaprojektowane, aby możliwe było ich zasilenie danymi ze źródeł zewnętrznych (plik z danymi lub zewnętrzna baza danych).

Weronika Kowalczyk

Status studenta a rodzaj umowy zatrudnienia

Posiadanie statusu studenta jest możliwe do ukończenia 26 roku życia. Nie ma znaczenia czy studiuje się na uczelni publicznej czy prywatnej, w trybie stacjonarnym czy niestacjonarnym. Istotne jest jednak, że słuchacze studiów podyplomowych i doktoranckich są wyłączeni z powyższej definicji. Co to oznacza? Nawet jeżeli nie ukończyli 26 roku życia, nie przysługują im status studenta w odniesieniu do warunków zatrudnienia.

Najpopularniejszymi formami zatrudnienia studentów jest umowa o pracę bądź umowa zlecenie (umowa cywilnoprawna).

W przypadku umowy o pracę osoba studiująca jest traktowana jak każdy inny pracownik. Oznacza to, że jej wynagrodzenie musi być pomniejszane o składki na ubezpieczenia społeczne tj. emerytalne, rentowe, chorobowe oraz składkę zdrowotną. Zatrudnienie na podstawie umowy o pracę uprawnia również do korzystania z płatnego urlopu wypoczynkowego. Jego wymiar w zależności od wykształcenia i przepracowanych lat wynosi 20 lub 26 dni. Dodatkowo, pracownik, który podczas zatrudnienia za zgodą pracodawcy lub z jego inicjatywy podnosi swoje kwalifikacje, może mieć przywilej w postaci płatnego urlopu szkoleniowego. W takim przypadku pracownikowi- studentowi, który przygotowuje się do obrony pracy dyplomowej (jest na ostatnim roku studiów), przysługuje 21 dni dodatkowego urlopu na przygotowanie pracy oraz podejście do obrony. Urlop ten gwarantowany jest przez ustawę (Art. 1031 KP). W kwestii wniosku o urlop na przygotowanie się do zakończenia studiów, inicjatywa leży po stronie pracownika-studenta. Ważne, że aby móc skorzystać z takiego urlopu konieczne jest uzyskanie zgody pracodawcy na podnoszenie kwalifikacji. Brak takiej zgody skutkować będzie odrzuceniem wniosku o urlop przez pracodawcę. Ma on taką możliwość np. gdy kierunek kształcenia nie pokrywa się z wykonywaną pracą. Zgoda ta nie jest potrzebna tylko w sytuacji kiedy kształcenie pracownika jest inicjatywą pracodawcy.

Zleceniobiorcę, posiadającego status studenta, zatrudnionego na podstawie umowy cywilnoprawnej, obowiązują natomiast nieco inne zasady niż w przypadku umowy o pracę. Od jego wynagrodzenia nie są odprowadzane składki na ubezpieczenia społeczne, ani ubezpieczenie zdrowotne. Zleceniobiorca - student powinien być zgło-

szony do ubezpieczenia zdrowotnego przez pracującego rodzica, opiekuna, czy np. małżonka. Dzięki temu może korzystać z opieki zdrowotnej finansowanej przez NFZ, nie opłacając składki na to ubezpieczenie z własnego wynagrodzenia. W przypadku zatrudnienia na podstawie umowy zlecenia nie nabywa się jednak prawa do płatnego urlopu wypoczynkowego.

Jedną z niewielu rzeczy, które łączą umowę o pracę i umowę zlecenie z perspektywy studenta jest obowiązujące od sierpnia 2019 roku zwolnienie z podatku dochodowego (dla osób do 26 r.ż.). Oznacza to, że od wynagrodzenia nie jest odejmowana zaliczka na podatek. Dzięki temu wypłata pracownika jest wyższa. Warto zaznaczyć, że zwolnienie z podatku nie obowiązuje w przypadku zatrudnienia na podstawie umowy o staż studencki (praktyki absolwenckie).

Ciekawą kwestią w przypadku umowy zlecenia jest moment, w którym student ukończył pierwszy stopień studiów. Następuje wtedy rozdzielenie znaczenia statusu studenta na okres od obrony pracy dyplomowej do podjęcia studiów drugiego stopnia. Oznacza to, że zachowuje się prawo do korzystania ze zniżek studenckich. Równocześnie jednak status studenta zostaje „zawieszony” w odniesieniu do zatrudnienia na podstawie umowy zlecenia. Wiąże się to z koniecznością zgłoszenia zleceniodawcy faktu ukończenia pierwszego stopnia studiów, ponieważ w tym okresie zleceniobiorca podlega obowiązkowym ubezpieczeniom społecznym (jak w przypadku umowy o pracę). Ubezpieczenie chorobowe pozostaje dobrowolne. W praktyce oznacza to otrzymywanie wynagrodzenia pomniejszonego o składki na ubezpieczenie do czasu rozpoczęcia drugiego stopnia studiów. Wraz z rozpoczęciem kolejnego etapu kształcenia status studenta zostaje „przywrócony” i zleceniobiorca nie jest już zobligowany do opłacania składek na ubezpieczenia społeczne.



inż. Sylwester Dusza

Praca zdalna

Tegoroczna wiosna przywitała nas nieoczekiwaną poprawą pogody, której towarzyszyła nieodparta chęć przebywania na zewnątrz. Tymczasem nieprzewidywalność otaczającego nas świata dała nam się mocno we znaki. Marzec to masowe przejścia pracowników firm na coś co nazywamy „pracą zdalną”, która z przebywaniem na zewnątrz nie ma nic wspólnego. Po tak nieoptymistycznym wstępie chciałbym przejść do zgłębienia tajników pracy zdalnej!

Przede wszystkim należy sobie uzmysłowić, że praca zdalna to praca. Nie jest pół-pracą, nie jest jej tańszym suplementem, lecz jest taką samą pracą jak ta, którą wykonujemy w biurze. Zmienia się tylko miejsce jej wykonywania. To, że pracujemy z domu nie oznacza, że możemy dodatkowo zająć się dziećmi, zrobić obiad dla rodziny, czy pójść na pocztę. Wydaje się to oczywiste, lecz mam wrażenie, że jest to dla nas mimo wszystko trudne. Trudne dlatego, że jako Polacy mocno przywiązujemy się do „własnej ziemi”. Szczególnie można to zaobserwować u starszego pokolenia, którego przedstawiciele często nie wyobrażają sobie życia poza swoim rodzinnym domem. I to jest ani dobrze, ani źle - tak po prostu jest! U młodszego pokolenia może to owocować chęcią kupna mieszkania/domu na kredyt i posiadania „czegoś swojego”. Stąd moim zdaniem nasza obecność w domu bardziej rujnuje stabilność pracy niż np. w kulturze zachodniej.

Co więc z tego przemyślenia może wynikać? Jeżeli da się zauważyć, że nasi domownicy nie myślą o naszej pracy jako o pracy w 100% - jest to pierwszy punkt, nad którym trzeba popracować.

Przede wszystkim dlatego, żeby uniknąć późniejszych frustrujących sytuacji przerywania lub oczekiwania, że oprócz pracy zrobimy coś jeszcze w domu. Warto również omówić sam moment przerywania, na tzw. „chwilę”. Przy pracy intelektualnej nie jest możliwe przerwanie komuś „na chwilę”. Szczegółowo zbadał tę sprawę Geralt Weinberg,

który w swoim badaniu wykazał, że jeżeli pracujemy nad dwoma projektami to nie dzielimy uwagi po połowie, lecz 40% na każdy wątek. Pozostały czas - 20% - to strata wynikająca z przełączania wątków. Jeżeli więc ktoś przychodzi do nas: „zajmę ci tylko minutę!”, tak naprawdę powinien powiedzieć: „przychodzę zając ci 20 minut - w jedną minutę mi odpowiesz, a pozostałe 19 będziesz wracał do stanu twórczej i kreatywnej pracy intelektualnej, w którym byłeś zanim przyszedłem”. Przerywanie nie jest oczywiście stricte związane z pracą zdalną, lecz pokus wtedy może być więcej.

Po ustaleniu zasad z osobami, których mamy wokół, warto przygotować sobie miejsce pracy. Dobre oświetlenie, wygłuszające słuchawki, wygodny fotel na pewno pomogą nam poczuć się bardziej jak w biurze. Mimo, że pracujemy zdalnie, nie pracujemy sami! To pociąga za sobą szereg ważnych rzeczy, które trzeba wykonać: zapewnienie, że wszyscy będą mieli dostęp do ważnych materiałów, przetestowane oprogramowania do wideokonferencji, ustalenie kiedy jesteśmy dostępni, a kiedy chcemy popracować sami, itd. Warto również pomyśleć o elemencie ludzkim. Niektóre zespoły praktykują zdalną kawę lub zdalne wyjście na papierosa z telefonem komórkowym. Dobrą praktyką jest również rozpoczynanie spotkań 10/15 minut przed czasem i stworzenie przestrzeni na zwykłą rozmowę.

Najważniejsze jest odpowiednie nastawienie i świadomość tego, że będąc w domu pracujemy, mimo że jesteśmy w domu. Kiedy się z tym uporamy wszelkie sprawy techniczne, czy komunikacyjne będą jedynie kwestią wzajemnego dogadania.

Środa, 11 marca 2020 roku. Jak co tydzień poszedłem na zakupy do jednego z większych sklepów. Niestety nie mogłem nic kupić, dlatego że w sklepie nie było już prawie nic... Szczególnie ucierpiały półki z makaronem i papierem toaletowym. Zacząłem się zastanawiać dlaczego tak się stało. Odruchowo pomyślałem, że może to być pochodną rozprzestrzeniania się wirusa COVID-19; lecz tego dnia mieliśmy w Polsce 31 zachorowań, a przyrosty były na poziomie kilku dziennie. Co ciekawe w momencie pisania tego artykułu przybywa po kilkaset zachorowań na dzień, a jedzenia w sklepach jest pod dostatkiem!

Wracając wtedy samochodem usłyszałem w audycji radiowej, że producenci makaronów wyrobili 2 miesięczną normę przez kilka dni. W dalszej części tego artykułu chciałbym rozważyć: dlaczego akurat tego dnia zabrakło w sklepach podstawowych produktów?

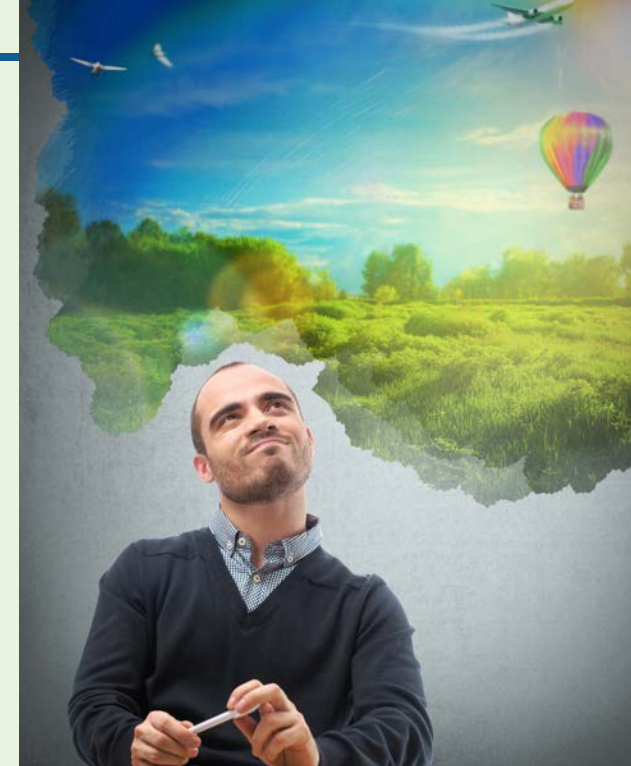
W audycji radiowej usłyszałem jeszcze komentarz psychologa, który tłumaczył tę sytuację chęcią zapewnienia sobie w ten sposób bezpieczeństwa, które miało zmniejszyć lęk u ludzi. Spotkałem się również z wypowiedziami, że jako naród mamy coś w stylu „pamięci dziejowej” związanej z latami życia pod okupacją innych krajów i odruchowo przy napotkaniu trudnej sytuacji przygotowujemy się na najgorsze. Podobnych interpretacji może być wiele. Z całą pewnością fakt wykupienia większości produktów nie jest związany tylko z jedną przyczyną - na pewno jest ich wiele.

Chciałbym więc poszukać przyczyn tej sytuacji w metodyce zarządzania kryzysowego. Nie ma zamiaru oceniać decyzji naszego, czy innego rządu, lecz chciałbym przeanalizować ten precedens pod kątem sposobu w jakim zarządzamy kryzysem. Czym tak właściwie jest zarządzanie kryzysem? Jak podaje Encyklopedia zarządzania: „W sytuacji kryzysowej najważniejsze jest szybkie podejmowanie decyzji...”.

Tak, niewątpliwie sytuacja zmienia się chaotycznie, więc pragmatyzm i szybkie decyzje będą wskazane. Jak więc to połączyć z naszą sytuacją?

A gdyby tak rząd mógł po posiedzeniu podjąć każdą decyzję i np. wprowadzić różnego rodzaju ograniczenia z dnia na dzień? W tym np. zamknąć większe sklepy? I tutaj mamy potencjalną przyczynę... Ludzie nie wiedzą jak w perspektywie czasu może zachować się rząd.

Jeżeli np. usłyszeliśmy podczas wystąpienia ministra, czy premiera: „Jeżeli poziom przyrostów zachorowań z dnia na dzień będzie na poziomie 100 przypadków, to wtedy wprowadzimy następujące ograniczenia... Jeżeli wzrosty osiągną



inż. Sylwester Dusza

Zarządzanie intencją

poziom 500, dodatkowo wprowadzimy następujące ograniczenia...”. Ludzie po takiej informacji mogliby bardziej aktywnie uczestniczyć w sytuacji kryzysowej, planując swoje następne dni i starając się unikać zagrożeń.

Czego więc brakuje w takiej sytuacji? Artykuł nazwałem „Zarządzanie intencją”, tzn. poinformowaniem kogoś, przy jakich warunkach można się spodziewać jakich decyzji.

Innymi słowy przedstawieniem perspektywy, wachlarzu możliwych decyzji w zarządzaniu kryzysowym. Tak jak pisałem, w czasie kiedy powstaje ten artykuł nie brakuje jedzenia w sklepach, dlatego że mamy względną jasność na temat ograniczeń. Zarządzanie intencją dostarcza osobom zainteresowanym wiedzę o możliwych działaniach w przyszłości. To nie jest zobowiązanie, lecz propozycja rzeczywistości w oparciu o fakty, które są w różnych krajach. Dostarczając wiedzę, redukujemy strach, który wynika z jej braku.



Wakacje w tym roku dla wielu z nas stoją pod znakiem zapytania. Możliwe, że większość spędzi urlop w Polsce. Ale dla miłośników gór, krajobrazów i natury to nie problem. Wystarczy dobra pogoda, towarzystwo i odpowiednie buty, a urlop będzie udany! W tym numerze postawiłem na Tatry. Opiszę Wam miejsca, które odwiedziłem oraz pokażę zdjęcia z panoramy 360°.

Tatrzańskie Czerwone Wierchy

Kto rano wstaje... ten idzie w góry

O godzinie 7:00 rano byliśmy już w Kirach przy wejściu do Doliny Kościeliskiej. Pomimo wczesnej pory było już sporo ludzi, co sugeruje, że na trasie może być większy ruch. Pniemy się po szlaku całkiem żwawo, tak że już po kilkudziesięciu metrach podejścia pod górę zaczyna robić się za ciepło i trzeba zrzucić niektóre warstwy ubrań. O godzinie 10:30 meldujemy się na pierwszym szczycie z pasma Czerwonych Wierchów – Ciemiaku.

Widokowe pasmo czerwonych gór

Nazwa „Czerwone Wierchy” pochodzi od czerwono-brązowej barwy, którą te góry mają zazwyczaj jesienią. Kolor ten bierze się od rośliny sit skucina, która to porasta całe zbocza tego masywu. Dojrzewając zmienia swój kolor na czerwony – nadając górcom właśnie tę barwę.

Fragment grzbietu jest jednym z ciekawszych etapów tej wycieczki. Biegnie on wzdłuż granicy polsko-słowackiej i jest mocno widokowy. Patrząc za siebie widzimy Tatry Zachodnie (do których Czerwone Wierchy należą), wraz z kawałkiem Małej Fatry. Na wprost mamy Tatry Wysokie, łącznie

z ich najwyższym szczytem, czyli Gerlachem. Kierunek południowy to słowackie doliny i Niskie Tatry. Patrząc na północ widać praktycznie całe Podhale, Babią Górę, Gorce, Pieniny czy Beskid Wyspowy. Taka panorama towarzyszy na praktycznie każdym z tych szczytów, więc ten etap wycieczki robimy najwolniej. Dużo przerw, co chwile wyciąganie aparatu czy statywu do zdjęć.

Późna pora, zmiana planów

W związku z przedłużeniem się naszej wycieczki, decydujemy się na wariant zejścia niebieskim szlakiem na Kobylarz i dalej przez Przysłop Miętusi, Ścieżką Nad Regłami do samochodu.

Początek zejścia z Małołączniaka jest dość łatwe. Po prawej stronie można podziwiać Giewont, który od „drugiej strony” wygląda zupełnie inaczej, niż od strony Zakopanego. Jednak z czasem szlak nabiera sporo ostrości i zejście zaczyna męczyć kolana. Najgorszy fragment jest w Kobylarzewym Żlebie. Natrafiamy na grupę tak około 20 ludzi stojących na dość wąskim szlaku. Pierwsza myśl – „no to sobie znaleźli miejsce na odpoczynek”. Jednak okazuje się, że przed nami jest fragment łańcucha (około 5 metrów ostrzejszego zejścia), no i zrobił się korek. Ludzie, którzy nie

do końca wiedzą jak sobie radzić z łańcuchami, schodzą dużo wolniej lub rezygnują przy próbie zejścia. Na naszych oczach chyba 3 osoby odpuściły – chociaż ciekawi mnie co zrobiły dalej, bo powrót na Małołączniak i zejście w dół przez Kopę Kondracką chyba nie wchodziło w grę.

Ostatni postój robimy na Przysłopie Miętusim, gdzie jest dobre miejsce do odpoczynku oraz ładne widoki na Giewont i Czerwone Wierchy. Szybka kanapka, herbata i jeszcze godzina drogi do samochodu.

Czerwone Wierchy są chyba przez wszystkich polecane jako dobry początek przygody z wyższymi górami, jakimi są Tatry. Stosunkowo łatwa trasa, praktycznie brak ekspozycji (co nie znaczy, że nie trzeba uważać!) – tym bardziej zachęca do wycieczek. Jednak sytuacje z łańcuchami wspomniane wyżej pokazują, że mimo wszystko to cały czas góry i dość długa piesza wycieczka przy sporych przewyższeniach. Niemniej, jednak jeśli tylko ktoś się czuje na siłach, to dla samych wrażeń widokowych zdecydowanie warto.

Tatry – Starorobociański Wierch

Po zaparkowaniu samochodu u wlotu Doliny Chochołowskiej szliśmy 2 godziny do podejścia na

czarny szlak w kierunku Siwej Przełęczy. Ludzi w dolinie jest już trochę, na szczęście czarny szlak wybiera znacznie mniej osób, więc spotykamy tylko pojedynczych turystów. Im bliżej końca doliny, tym szlak coraz bardziej pnie się do góry, regle ustępują miejsca kosodrzewinie. Po prawej stronie cały czas mamy ładne widoki na Trzydniowiański Wierch, Czubik oraz Kończysty Wierch, w oddali majaczy Starorobociański Wierch, a nam nie chce się wierzyć, że jeszcze dzisiaj tak wysoko wejdziemy.

Im bardziej podchodzimy pod Siwą Przełęcz, tym bardziej wieje. Na początku cieszymy się, bo jest to fajny chłodzący wiaterek, ale na samej przełęczy wieje już tak, że momentami ciężko się idzie. Po dotarciu na Siwy Zwornik wiatr nie ustaje, więc w mniejszych i większych podmuchach docieramy na szczyt. Trochę ludzi już na nim jest, a co chwile dochodzą nowe grupy. Ewidentnie szlak prowadzący tutaj z Trzydniowiańskiego Wierchu był w ten dzień bardziej popularny.

Na samym szczycie Starorobociańskiego widoki na całe Zachodnie, jak i część Wysokich Tatr, są rewelacyjne. Przejrzystość powietrza jest na tyle dobra, że w oddali widać nawet Babią Górę czy grzbiety Górców.





Wracając ruszamy w stronę Kończystego i Trzydniowiańskiego Wierchu. Cały czas towarzyszą nam ładne widoki. Na Trzydniowiańskim rezygnujemy z dłuższej wersji zejścia przez Dolinę Jarząbczą i schodzimy do Polany Trzydniówka, gdzie potem czeka nas jeszcze kilka kilometrów spaceru do parkingu. Mocno intensywny dzień, telefon mówi, że przeszliśmy 32 kilometry, a mapa wspominała o 1600 metrach przewyższenia. Ale patrząc na to jaką mieliśmy pogodę i widoki, to zdecydowanie warto było się pomęczyć!

Tatry – Czarny Staw Gąsienicowy

Plan wycieczki zakładał przejście nad Czarny Staw Gąsienicowy. Według map ta trasa powinna zająć około 6 godzin, jednak już od początku wiedzieliśmy, że zejdzie nam trochę dłużej, głównie ze względu na zdjęcia, które chcieliśmy zrobić. Oj tak, procedura ściągania plecaka, rozstawiania statywu, montowania kamery, robienia kilku ujęć, a potem zwijania tego do plecaka zajmuje sporo czasu.

Jako początek wybraliśmy żółty szlak przez Dolinę Jaworzynka. Brak turystów, poranne słońce i brak wiatru. Pojedyncze krokusy dopiero się budziły po chłodniejszej nocy, jednak widoki na Polanie Jaworzynka były warte postoju.

Dalej droga pięła się w górę przez las, co jakiś czas ukazując któryś z okolicznych szczytów. Kolejny postój na Przełęczy między Kopami. Dochodzi tutaj niebieski szlak z Kuźnic, więc zaczyna pojawiać się coraz więcej turystów. Dalej idziemy w stronę Doliny Gąsienicowej i schroniska Murowaniec. Na Hali Gąsienicowej krokusy już w znacznie mniejszej ilości niż w innych tatrzańskich dolinach, ale chętni dalej mogli jakieś ciekawe zdjęcia upolować. Stąd czeka nas tylko 30 minut spaceru nad Czarny Staw Gąsienicowy. Jak się później okazało – ten odcinek był już trudniejszy technicznie, gdyż był to maj i można było spotkać jeszcze sporo śniegu.

Po orzeźwiający napój i posiłek pod schroniskiem nadszedł czas powrotu. Trasa znana, więc ruszamy, przy okazji szukając skrzynek z geocachingu. Idzie się przyjemnie, bo słońce jest już wysoko i grzeje, redukując skutki lekkich podmuchów wiatru. Wracając, na Przełęczy między Kopami wybieramy niebieski szlak, który zapowiada się ciekawie pod względem widoków. No i nie mylimy się – po kilkunastu minutach docieramy na Skupniów Uplaz, czyli grzbiet wznoszący się pomiędzy Doliną Jaworzynka, którą wcześniej wychodziliśmy a Doliną Olczyšką.



Kolejny pozytywny akcent to dojście na Bozcań, gdzie z „okna” można zobaczyć Polanę Kalatówki, Giewont i Kopę Kondracką. Końcówka trasy do Kuźnic prowadzi po dość wyszlizganych kamieniach, ale na szczęście jest to tylko kawałek i szybko się kończy, po czym dochodzimy do końca trasy.

Zapraszamy również na stronę <https://podroze360.tk> oraz FB <https://www.facebook.com/podroze360tk/>, gdzie na bieżąco publikowane są nowe artykuły z podróży z panoramami 360°, dzięki której można zobaczyć wiele miejsc z zupełnie innej perspektywy.





Angelika Barzyk

Afryka – fotografując zamieszkujące tam dzieci wcale im nie pomagasz!

Wizja bogatego turysty to coś, na co Polska pracowała latami. Rozdawanie cukierków, rzucanie pisaków z turystycznego busa czy darowanie drobnych dolarów za zdjęcie kiedyś cieszyło mieszkańców czarnego lądu, a dzisiaj staje się kłopotliwe. Turyści traktowani są jak skarbonki, a mieszkańcy Afryki jak atrakcja, z którą wczasowicze robią sobie zdjęcia. Czy o to chodzi w podróży do takich krajów jak Kenia, Zanzibar czy Namibia? Jak w realny sposób można pomóc najuboższym i dlaczego nie powinniśmy robić sobie zdjęć z afrykańskimi dziećmi, o których życiu nie mamy pojęcia?

Podczas mojej ostatniej podróży do Keni zaobserwowałam smutną rzeczywistość i kreowanie się na dobrego, białego turystę, przekazującego zeszyty Masajom w świetle flesza aparatu swojej żony. Zdjęcia z obrazem wielkiej dobroci trafiają później na Facebook, a „lajków” tylko przybywa. Na Instagramie, Facebooku oraz innych kanałach społecznościowych można znaleźć mnóstwo zdjęć turystów z dziećmi, które na stałe mieszkają w odwiedzanym przez nich miejscu. Pod hasztagiem #blackchildren na Instagramie pokazuje się

blisko 100 tys. postów, pod #africanchildren 25 tysięcy, a my zwykle z automatu i bezrefleksyjnie dajemy „lajka” takim ujęciom. Dla jednych wygląda to ciekawie i egzotycznie, dla drugich to obraz dobrego, hojnego człowieka, pomagającego biednym. Niektóre dzieciaki są uśmiechnięte, inne wychudzone i ze smutnym wyrazem twarzy, nie rozumiejące dlaczego ktoś obcy podchodzi i siłą bierze je na kolana, uśmiechając się szeroko do telefonu w ręce. W takiej sytuacji dobrze zastanowić się, czy chcielibyśmy, żeby nasze dzieci lub rodzeństwo było traktowane jak atrakcja dla turystów, z którą można zrobić zdjęcie, lub która zatańczy i zaśpiewa za cukierka. Niestety kenijskie dzieci są przyzwyczajone do takich realiów, nie widzą nic złego w pozowaniu do zdjęć za cukierki lub buty, ale czy nie jest to poniżające?

Należy pamiętać, że ludzie to nie eksponaty w muzeum. Nie możemy ich traktować w taki sposób i używać do tego, by zainteresować publikę na Instagramie i zwiększyć ilość obserwujących.

Niektórzy podchodzą do sprawy jeszcze inaczej. Umieszczają w sieci zdjęcia z dzieckiem i przytaczają jego smutną historię. To z kolei ma

zwrócić uwagę ludzi na jego los i przyczynić się do tego, że ktoś będzie w stanie mu pomóc. Jak nie trudno się domyślić, oprócz setek smutnych komentarzy pod zdjęciem nie dzieje się nic innego. Wyjątkiem mogą być sławne osoby, których zasięgi w Internecie są ogromne, a oni sami przekazują konkretne datki, albo też wspierają organizacje, których celem jest realne wsparcie dla młodych ludzi z krajów trzeciego świata.

Jeśli turysta jedzie na wycieczkę i da dziecku dolara za jeden uśmiech do zdjęcia, to wcale mu nie pomożecie, a jedynie zaszkodzi. Wyrobi w nim poczucie, że takie zachowanie jest prawidłowe, a nawet konieczne.

Kolejną bardzo ważną kwestią w podróżach do krajów trzeciego świata jest rozdawnictwo, głównie drobnych rzeczy typu: pisaki, kredki, zeszyty czy cukierki. Co do obdarowywania lokalnych dzieci - ilu ludzi, tyle opinii. Jedni uważają, że w biedniejszych krajach mamy obowiązek w ten sposób pomóc lokalnej społeczności a inni, że uczy to jedynie roszczeniowości, odwołuje od edukacji i zapału do normalnej pracy. Wydaje się, że jeden ołówek czy cukierek nie wpłyną źle, natomiast nic bardziej mylnego. Wyciąganie rąk po prezenty przez najmłodszych powoduje, że widzą oni lepszą perspektywę w „nic nie robieniu” i czekaniu, niż w edukacji i pracy. Z czasem najmłodszy dorastają i jako dorośli popadają we frustrację widząc, że podarunki i pieniądze trafiają do młod-

szych, a nie od nich. Wybierają wtedy pracę lub niestety idą prostą drogą kradzieży. Turyści rozdają prezenty podczas lokalnych wycieczek, czy na plaży, ale są też tacy, którzy prezenty wyrzucają przez okna samochodów. Często skutkiem tego są rzucające się pod koła pojazdu dzieci, ulegające wypadkom i bijące się wzajemnie o to, komu przypadnie jakiś fant.

Jeśli ktoś chce pomóc realnie, to może wspierać konkretne organizacje na portalach typu: Dzieci Afryki, czy UNICEF. Można też po prostu pozwolić ludziom zarobić w inny sposób, niż robienie sobie z nami SELFIE za dolara. Kupowanie pamiątek u lokalnych sprzedawców, korzystanie z usług oferowanych przez społeczność, od czyszczenia butów i kupowania owoców, po jedzenie w ich restauracjach, spanie w małych pensjonatach zamiast w sieciowych hotelach i korzystanie z niewielkich biur wycieczek na miejscu. Na całym świecie nie brakuje opcji, by wydać trochę pieniędzy bezpośrednio u mieszkańców danego regionu. Bardzo często wsparcie lokalnego biznesu przyczynia się do poprawy standardu życia całej rodziny, a głównie dzieci, które mogą dzięki temu nosić np. nowe mundurki szkolne.

Jeśli chcemy cieszyć się egzotycznymi zdjęciami z podróży, zamiast fotografii z nieznanymi, ciemnoskórymi dziećmi na tle chudych kóz, krów i małych chat, warto wybrać rajską plażę.



lic. Magdalena Czełusniak

Mocniej w stronę retro kryminalów

Powieść kryminalna, charakteryzuje się fabułą, która toczy się wokół zbrodni, wyjaśnia okoliczności jej powstania, a także demaskuje sprawcę. Dodany przedrostek „retro” to nic innego jak umieszczenie fabuły powieści w czasach zamierzchłych. Nawiązując do jednej z takich powieści:

„Rok 1913, przeraźliwie sroga zima, skuwająca lodem nie tylko rzeki, ale też samych ludzi. W chwilach odwilży, która powinna dawać wytchnienie od mrozu, z wód Odry wyłaniają się kobiece ciała. Kto rozwiąże zagadkę ich śmierci? Tymczasem miasto znów zapada w zimowy sen.”

Powyższe słowa wstępu nawiązują do jednego z dzieł Nadii Szagdaj. Autorki retro kryminalów. Akcja dzieje się w przedwojennym Breslau (współczesny Wrocław). Twórczyni nie tylko opisuje wygląd miasta z okresu lat 20. XX w., ale także oddaje jego charakter. Miasto tworzą mieszkańcy, więc czytelnikom udaje się poznać miejsca, których dawno już nie ma. Jeżeli gmachy Breslau nie są czytelnikom po drodze to może Kraków?

Końcówka XIX w. Maryla Szymczkowa i „Tajemnice Domu Helclów” – zniknięcie jednej z pensjonariuszek domu opieki z klimatycznym Krakowem i Kazimierzem w tle. Polacy coraz częściej sięgają po retro kryminały. Gatunek został spopularyzowany w głównej mierze przez Marka Krajewskiego, dzięki cyklowi powieści o Eberhardem Mockiem. Na podstawie jego dzieł został także stworzony spektakl w teatrze muzycznym Capitol we Wrocławiu, który od dnia swojej premiery cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem. Warto zwrócić uwagę, że ten gatunek powieści pozwala czytelnikom poznać w szczegółowy sposób dzia-

łania służb mundurowych w czasach odległych. Co zaskakujące, można wyciągnąć wniosek, iż nie różnią się w sposób znaczący od tych znanych nam dzisiaj. Zmieniły się jednak na pewno narzędzia i metody wykorzystywane przez policjantów.

Powieści o gatunku retro kryminalów możemy znaleźć naprawdę sporo na rodzimym rynku. Dzięki temu poznamy, nie tylko losy bohaterów, ale także duszę miast z przed lat, która uleciała bezpowrotnie.



Paweł Malec

Jak przerobić stary obiektyw manualny, aby współpracował z nowymi aparatami

Obecnie każdy z nas na co dzień ma przy sobie aparat w formie smartfona, gdzie stosowną głębię zdjęć uzyskuje się za pomocą zaawansowanego oprogramowania. Powodem tego rozwiązania jest niewielki rozmiar matryc stosowanych w naszych telefonach. Wiele osób marzy o posiadaniu aparatu fotograficznego jednak odrzuca je cena obiektywów. W niniejszym artykule przybliżę Wam temat fotografii manualnej.

Na co zwrócić uwagę przy zakupie starego obiektywu? Przede wszystkim czy szkła nie są zawilgocone, nie posiadają licznych rys oraz czy są kompletne.

Najczęściej spotykane stare obiektywy to takie, które posiadają bagnet (mocowanie) M42. W tym przypadku jedyne co jest nam potrzebne to odpowiednia przejściówka. Przykładem jest Sony, który posiada gwint E lub Olympus 4/3. Warto szukać obiektywów: Tessar Carl Zeiss jena, Meyer-optik Domiplan, Pentacon, Helios. Należy tutaj podkreślić, że obiektywy tego typu nie będą automatycznie ustawiać ostrości oraz ogniskowej, gdyż są one w końcu w pełni manualne. Jednak pozwala to poczuć, że zdjęcie robimy my, a nie aparat. W obecnym świecie technologii warto czasem przejąć kontrolę, odetchnąć od wszelkiej maści automatyzacji i ponieść się naszej własnej kreatywności.

Wiemy już o najprostszej metodzie czyli przejściówkach co dalej? Możemy spróbować swoich

sił w majsterkowaniu. Najtańszymi i prostymi w zaadoptowaniu obiektywami są: Rosyjskie Łomo z aparatów Smiena, czy chociażby Triplet. Aby wyjąć obiektyw oraz usunąć migawkę wraz z przesłoną, taki aparat wystarczy rozkręcić. Przed tego typu modyfikacją zalecam poszukać pomocnych informacji na forach lub na YouTube. Migawka to element aparatu, który odsłania się na odpowiedni czas w celu naświetlenia filmu. Nasz aparat posiada już własną migawkę, dlatego jest ona zbędna. Tak przygotowany obiektyw testujemy na pokrywcę z wyciętym otworem, bądź dowolnej przejściówce do naszego aparatu. Odległość dopasowujemy tak, aby obiekt w wybranej odległości stał się ostry. Możemy nastawić go na makro czy chociażby portret. Dobraną odległość warto utrwalić drukując dystans w drukarce 3D lub samodzielnie docinając tekturę odpowiednio zabarwioną na czarno pisakiem. Wszystko należy odpowiednio skleić i w ten sposób będzie już gotowe do użytku.

Dla osób lubiących „coś innego” polecam wypróbować obiektywów z kamer przemysłowych głównie pod nazwami TV lens. Posiadają bardzo ciekawe dystorsje i rozmycia, są ciekawe i nie przewidywalne. Inne efekty można także uzyskać przykręcając pod przejściówkę M42 obiektywy od powiększalników. Powodują, że obraz staje się miękki oraz przyjemnie ciepły. Poza przejściówką przydadzą nam się także dodatkowe pierścienie pośredniczące, aby dobrać odpowiednią odległość od matrycy, a co za tym idzie ostrość.





Paweł Malec

Wykonanie własnego głośnika bluetooth

Bezprzewodowe głośniki stały się bardzo popularne nie tylko z powodu braku potrzeby użycia kabla minijack, ale także dzięki ich kompaktowym rozmiarom. W tym artykule chciałbym przybliżyć jak taki głośnik stworzyć samodzielnie, gdyż nie jest to tak trudne jak mogło by się wydawać. Dla uproszczenia budowy będziemy stosować gotowe moduły elektroniczne, aby umożliwić wykonanie tego projektu każdemu. Jedyнным narzędziem jakiego będziemy potrzebować jest lutownica oraz zdolności manualne.

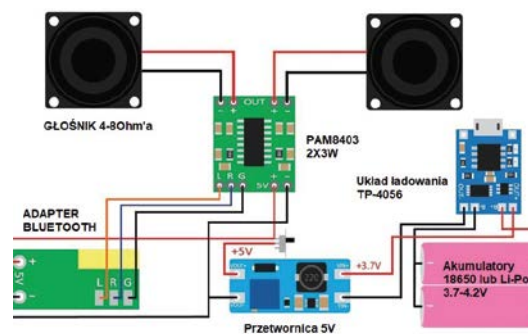
Przede wszystkim będziemy potrzebować głośników, które najłatwiej będzie zdobyć ze starego radia magnetofonowego, choć pojawiają się również ogłoszenia już wymontowanych głośników. Najważniejszym ich parametrem będzie impedancja wyrażona w Ohmach. Powinny posiadać impedancję od 4 do 8 Ohmów. Moc musi być jak najbliższa do mocy wybranego wzmacniacza, co zapewni odpowiednią ich dynamikę w czasie działania. Zwróćmy uwagę już teraz na wielkość, tak aby odpowiadała do finalnych rozmiarów projektu. Warto zastosować głośniki szerokopasmowe.

Drugi z najważniejszych komponentów to wzmacniacz. Najtańszy i sprawdzony to popularny PAM8403 pojawiający się w różnych kombinacjach, czy to z możliwością ustawienia głośności potencjometrem czy też bez. Moc tego wzmacniacza to 2x3W. Jeśli chcemy coś odrobinę mocniejszego, polecam PAM8406, który posiada moc 2x5W. Najlepiej, aby płytka elektroniczna posiadała już moduł bluetooth. Jednak jeśli jej nie będzie wystarczy dokupić adapter bluetooth. Skupiamy się na wzmacniaczach działających na napięcie 5V, gdyż zastosujemy taką przetwornicę.

Nic nie stoi na przeszkodzie, aby głośnik był zasilany napięciem 12V co otwiera nam furtkę na wzmacniacze takie jak seria TPA czy Yamaha YDA138. Zwróćmy tutaj uwagę na wydajność prądową zasilania baterijnego bądź sieciowego.

Poniższy schemat przedstawia połączenie najprostszego oraz najtańszego głośnika bluetooth. Składa się on ze wzmacniacza PAM8403 przyjmującego sygnał audio z adaptera bluetooth. Obydwa moduły zasilane są z przetwornicy 5V, która czerpie zasilanie z akumulatorów typu 18650 lub Litowo-Polimerowych. Akumulatory są ładowane za pomocą popularnej ładowarki opartej o układ TP4056.

Obudowa może zostać wykonana nawet z etui po okularach, drewnianego pudełka po herbacie czy chociażby twardszej tektury. Pokryć ją można dowolnym materiałem lub pomalować farbą w sprayu. Elementy najłatwiej będzie przymocować za pomocą gorącego kleju, ale warto zaopatrzyć się także w tradycyjną kropelkę. Polecam zastosować również przełącznik, aby po zakończeniu pracy móc wyłączyć urządzenie.



Karolina Średnicka

Czy warto być optymistą?



Optymistów często uważa się za osoby, które cały czas ślepo patrzą na świat przez różowe okulary. Jednak czy takie jest ich rzeczywiste postrzeganie świata? Największą przewagą optymistów jest to, że porażkę uważają za okazję, nie załamują się, a do tego są pewni siebie. Ich przeciwieństwo czyli pesymizm charakteryzuje się ciągłym wymyślaniem czarnych scenariuszy i przejmowaniem się każdym możliwym niepowodzeniem. Za równo podejście optymistyczne jak i pesymistyczne zostało zakorzenione w nas w czasie naszego wychowania i dorastania. Pesymiści często byli krytykowani w dzieciństwie i podcinano im skrzydła, natomiast optymiści zawsze mogli liczyć na wsparcie i docenianie ze strony otoczenia. Warto jednak pamiętać, że wszelkie złe nawyki nabyte w przeszłości zawsze da się pokonać wkładając w swój rozwój odrobinę pracy. Wystarczy robić jeden mały krok dziennie. Pesymizm zdecydowanie warto porzucić ze względu na jego wpływ zagrażający naszemu zdrowiu. Wbrew pozorom nie chodzi tylko o zaburzenia psychiczne, ale zmiany fizyczne zachodzące w naszym organizmie. Pesymiści mają znacznie mniejszą odporność organizmu oraz większą podatność na zachorowania. Dodatkowo ciągle poczucie lęku i beznadziei prowadzi do nadmiernego wytwarzania hormonu stresu zwanego kortyzolem. Hormon ten negatywnie wpływa na układ krwionośny i pokarmowy zaburzając jego prawidłowe funkcjonowanie i przyczyniając się do wielu chorób. Wiedząc, że same myśli

są w stanie tak bardzo zaszkodzić naszemu zdrowiu, dlaczego nie spróbować podejścia optymistycznego? Podobnie jak w przypadku pesymistów, pogodniejsze nastawienie do życia ma swoje odbicie w funkcjonowaniu naszego organizmu, tyle że wpływa na niego pozytywnie. Optymiści mogą pochwalić się zdecydowanie lepszą odpornością oraz mniejszym ryzykiem chorób serca. Warto zauważyć, że osoby z pozytywnym podejściem do życia zdecydowanie częściej się uśmiechają, co powoduje u nich wytwarzanie endorfiny, czyli hormonu szczęścia. Następnym razem, gdy dopadną Cię pesymistyczne myśli spróbuj uśmiechać się bez przerwy przez 5 minut, a zobaczysz, że poczujesz się szczęśliwszy. Działa nawet kiedy zrobisz to na siłę! Humor szybko poprawi Ci także zjedzenie banana, który również posiada dawkę hormonu szczęścia w postaci zawartej w sobie serotoniny. Optymiści to także osoby pewne siebie. Jak szybko poczuć się pewnej? Wystarczy, że staniesz na parę minut w pozycji otwartej, czyli w lekkim rozkroku z dłońmi położonymi na biodrach. Nie zapomnij unieść wysoko głowy i wypiąć klatkę piersiową do przodu. Najlepszy efekt osiągniesz stając w tej pozycji na stole albo łóżku, patrząc w ten sposób na świat z góry. Takie drobne sztuczki zastosowane w codziennym życiu pozwalają na lepsze samopoczucie, a tym samym dłuższe i szczęśliwsze życie.

Warto być optymistą! Koniecznie spróbuj!

Pragniesz być szczęśliwy? Po prostu wyluzuj!

Dzisiejszy świat to bardzo sztuczna rzeczywistość. Ludzie skutecznie są manipulowani przez reklamy i media społecznościowe. Pędzimy przed siebie, w głębokim stresie starając się sprostać oczekiwaniom otoczenia, chcąc być na szczycie i lepszym od wszystkich, szczególnie od zniechęconego sąsiada. Nie masz już tego dość? Może nie chcesz już dłużej kierować się emocjami, które są sztucznie wywoływane przez reklamy i przestać wierzyć w ten wykreowany przez media świat? Prawda jest taka, że wszelkie aktualne chwyt marketingowe przestaną na nas działać, jeśli odnajdziemy wewnętrzną równowagę. Nikt nie interesowałby się już sztuczną rzeczywistością i ciągłym zamartwianiem. Nasz naturalny ludzki instynkt doskonale wie czego potrzebujemy. Nawet najcudowniejsza i apetyczna reklama batona tego nie zmieni, skoro organizm czuje, że dobre jest dla niego zdrowe i nieprzetworzone jedzenie. Najlepsza wersja nas to ta naturalna i

wbrew pozorom dążąca do samorealizacji. Ludzie mylnie postrzegają szczęście jako emocję, krótką chwilę radości po spełnieniu marzenia, którym zwykle jest zakup nowego gadżetu. Podążając wciąż tym samym tokiem myślenia chcą mieć ciągle jeszcze lepszą pracę, jeszcze więcej pieniędzy, coraz nowsze modele samochodów, telefonów, wszystko dla krótkiego momentu radości, który kiedyś opada i sprawia, że znowu nie jesteśmy szczęśliwi. Szczęście to tak naprawdę naturalne uczucie, a nie emocja. Możemy być smutni z powodu nieszczęśliwego wydarzenia, a jednocześnie szczęśliwi ze względu na wewnętrzną równowagę. Jak to możliwe? Prawdziwe szczęście to stały fundament budowany dzięki zaspokajaniu potrzeb, tyle że tych, które są zgodne z naszym faktycznym zapotrzebowaniem. Najprostszym sposobem rozpoznania naszych potrzeb jest odpuszczenie sobie. Tak, wyluzuj! Na początek odrzuć wszystko co uważasz, że musisz zrobić, co ogranicza Ciebie, co chcesz mieć bo inni mają i zachowywać się tak jak inni mówią. Odpręż się i myśl o tym, że nic nie musisz i wsłuchaj się we własny instynkt. Organizm sam umie znaleźć równowagę, więc kiedy przestaniesz na niego naciskać zauważysz, że da się żyć zgodnie ze sobą i być szczęśliwym. Nie będziesz się zmuszać do sprzątanego ponieważ zrobisz to naturalnie, gdyż będziesz wiedział, że wdychanie kurzu i zanieczyszczeń jest szkodliwe, a brak porządku tak naprawdę zaburza Twoją równowagę. Jeżeli uważasz, że w bałaganie czujesz się lepiej to zrozumiesz po wsłuchaniu się w instynkt, że to była wymówka, ideologia stworzona dla własnej wygody. Ludzie są niesamowici, są w stanie zależeć czas na wszystko, dążyć do szczęścia. Warunkiem jest to, abyś nie blokował siebie i swojego instynktu. Presja i stres, którą na siebie nakładasz przeszkadza często nawet w poprawnym wykonaniu łatwego zadania, a jego koniec nie przynosi takiej satysfakcji jakiej potrzebujemy. Wykonywanie codziennych obowiązków i czynności zgodnie z instynktem i świadomością, że te rzeczy są dla nas dobre, przynosi szczęście, buduje odporność na sztuczne emocje i obniża szkodliwy dla nas stres. Weź głęboki wdech i wyluzuj. Nic nie musisz. Sam najlepiej wiesz czego tak naprawdę Ci potrzeba.



Agata Tomczyk

Pokochaj siebie dbając o dobry nastrój!

Często mówimy o dbaniu o innych, o tym jak bardzo jest to ważne i w jaki sposób powinniśmy to robić. Niestety często zapominamy, że równie istotne jest dbanie o samego siebie. Jest to przecież klucz do dobrego samopoczucia oraz zdrowia psychicznego.

1. Muzyka - często o niej zapominamy, a to właśnie ona pozwala nam skutecznie poradzić sobie z napięciem nerwowym. Jest w stanie wpływać na chemię mózgu, co, jak wiadomo, w tym wypadku działa korzystnie na cały nasz organizm! Nie ma na co czekać, puść swoją ulubioną piosenkę, zamknij oczy i zrelaksuj się!
2. Muzyka - często o niej zapominamy, a to właśnie ona pozwala nam skutecznie poradzić sobie z napięciem nerwowym. Jest w stanie wpływać na chemię mózgu, co, jak wiadomo, w tym wypadku działa korzystnie na cały nasz organizm! Nie ma na co czekać, puść swoją ulubioną piosenkę, zamknij oczy i zrelaksuj się!
3. Uśmiech - zastanów się przez chwilę, na widok czego lub kogo uśmiechasz się najczęściej. Może jest to zabawne zdjęcie z przyjaciółmi, jakieś wspomnienie czy śmieszny filmik na YouTube. Uśmiechając się umacniasz tendencję do bycia w dobrym nastroju!

zmniejszają się nasze skłonności do zwątpień i złych, przygnębiających myśli.

4. Zdrowe posiłki - na pewno nie raz słyszeliście już „jesteś tym, co jesz”. Zacznij dzień od porządnej dawki energii! Kluczowym elementem w budowaniu dobrego nastroju jest jedzenie pokarmów utrzymujących stały poziom cukru we krwi i wpływających korzystnie na równowagę chemiczną mózgu. Zamiast słodkiej drożdżówki wybierz na śniadanie pełnoziarniste pieczywo, warzywa, chude mięso (źródło witaminy b12, która ułatwia sen i łagodzi depresję) lub pełnowartościową owsiankę z ulubionymi owocami. Smacznego!

5. Woda - poprawia nastrój w kontekście natury, ale i w znaczeniu żywieniowym. Odpowiednie nawodnienie organizmu sprawia, że nie odczuwamy zmęczenia. Gdy to zaniedbamy powodujemy spadek energii, koncentracji, jesteśmy bardziej podatni na stres i ból. Na początek dobrym sposobem jest „liczenie szklanek”, czyli wypijanie ich około ośmiu dziennie, dodatkowo zawsze warto mieć przy sobie małą butelkę wody. Polecam również picie wody przez słomkę, nie wiesz kiedy, a woda już znikła. Proste, prawda?

6. Ruch - jak wiadomo, sport to zdrowie, również i psychiczne. Większości z was na pewno znane są endorfiny szczęścia, które powodują, że potrafimy cieszyć się z najmniejszych rzeczy. Aktywność fizyczna jest wspaniałym sposobem na od-

stresowanie się, wyładowanie negatywnych emocji. Uprawianie sportu zapobiega powstawaniu zaburzeń emocjonalnych, stanów lękowych czy depresyjnych. Dyscyplinując się rozwijamy funkcje poznawcze, co przekłada się na lepsze efekty w przyswajaniu wiedzy. Jak widać, sport to same korzyści!

7. Przytulaj się - jest to kolejny sprawdzony sposób na radzenie sobie ze stresem i negatywnymi emocjami. Poprzez przytulanie zwiększa się nasze poczucie bezpieczeństwa, przeganiamy w ten sposób lęk i strach. Redukujemy wrażenie bycia wrażliwym na opinie innych ludzi, tym samym czując się swobodniej. Już wiadomo, dlaczego akcje „przytul mnie” cieszą się coraz większą popularnością.

8. Zdrzemnij się - zły nastrój idzie w parze z brakiem snu, dlatego zamknij oczy i postaw na krótki „reset” organizmu. Zniknie uczucie zmęczenia, dostaniesz zastrzyk energii, powróci koncentracja, którą odebrał Ci niewyspany organizm. Chyba każdy z nas usłyszał chociaż raz od wyjątkowo zdenerwowanego kolegi, że jego zachowanie spowodowane jest „niezmruczeniem oka”?

To tylko kilka z wielu sposobów, jak zadbać o swoje dobre samopoczucie. Warto zadać sobie pytanie, co daje nam szczęście i jak możemy wprowadzić to do życia codziennego, reszta jest tylko kwestią przyzwyczajenia. Powodzenia!



Ewelina Podsiadło

Na ratunek skórze

Niskie temperatury, mroźny wiatr, suche i gorące powietrze od kaloryferów sprawiają, że często nasza skóra potrzebuje szybkiego ratunku. Co jeść i jak pielęgnować skórę, aby przywrócić jej naturalny blask, zdrowy i świeży wygląd?

Szara, zmęczona i zanieczyszczona skóra to bardzo częste zjawisko, które dotyka nie tylko kobiet, ale również i mężczyzn. W trudnym okresie jesienno-zimowym musimy szczególnie skupiać się na prawidłowej pielęgnacji naszej skóry. Aby prawidłowo ją pielęgnować, należy pić około 1,5-2l wody dziennie, jeść dużo warzyw i owoców oraz wspierać się suplementami diety.

Weźmy pod lupę witaminy – np. wit. C, która jest świetnym antyoksydantem (zwalcza wolne rodniki tlenowe, które odpowiedzialne są za procesy starzenia się skóry). Świetnie spisuje się ona w rozjaśnianiu wszelkich przebarwień na skórze, a także uszczelnia naczynia krwionośne. Z kolei wit. D, nie bez powodu nazwana witaminą słońca, poprawia nam samopoczucie, przyczynia się do odpowiedniego rozwoju kości i stanowi podstawę prawidłowego rozwoju naszego organizmu.

Kiedy już zadbamy o odpowiednie odżywianie i suplementację, watro zwrócić uwagę na pielęgnację skóry, a przede wszystkim jej prawidłowe oczyszczanie. Pamiętajmy, żeby regularnie złuszczać martwe komórki naskórka za pomocą peelingu co zapobiega powstawaniu zaskórników oraz by mocno nawilżać skórę. Tylko w ten sposób będziemy w stanie ją ochronić przed szkodliwym działaniem czynników zewnętrznych.

Co ciekawe, zarówno peelingu do twarzy jak i ciała, możesz zrobić samemu w domu! Jak? Wystarczy, że zmieszasz 1 łyżeczkę octu jabłkowego z 1 łyżeczką startego jabłka i nałożysz na twarz. Otrzymujemy w ten sposób peeling enzymatyczny, który perfekcyjnie sprawdza się nawet w przypadku osób, które mają bardzo wrażliwą skórę. Pozostaw powstałą maseczkę na 10-15 minut, po czym zmyj ciepłą wodą. Ocet jabłkowy zmniejsza

wydzielanie sebum, przyspiesza gojenie się skóry i ją rozjaśnia.

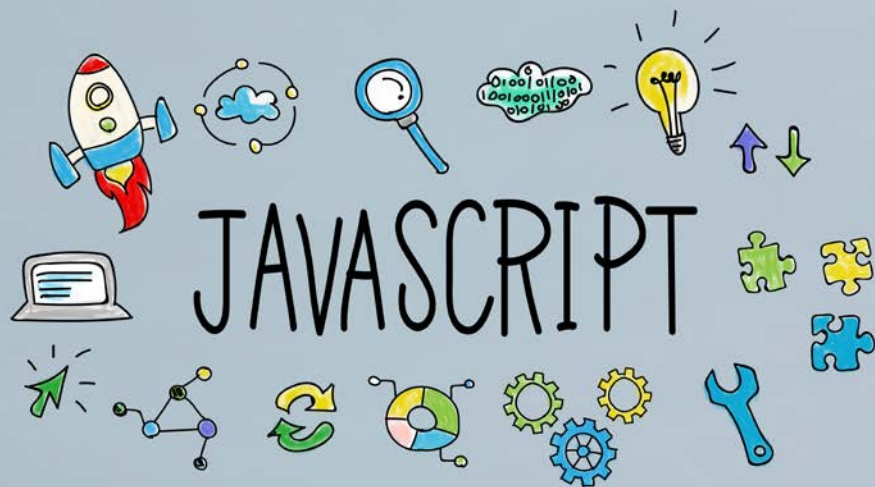
Pięknie pachnący, a w dodatku antycellulitowy peeling do ciała DIY? Nic prostszego! Zmieszaj kilka łyżek fusów z uprzednio zaparzonej, zmielonej kawy z paroma łyżkami oliwy z oliwek i wykonaj masaż ciała. Nie dość, że skóra po takim zabiegu pięknie pachnie to w dodatku jest świetnie nawilżona.

Ze względu na zbliżające się lato, które jest czasem wylegiwania się na słońcu przygotowałam również kilka praktycznych porad, jak prawidłowo zadbać o skórę, by podczas opalania nie doprowadzić do jej poparzenia oraz jak chronić ją przed szkodliwym działaniem czynników zewnętrznych.

Po pierwsze i najważniejsze – filtry i blokery ochronne. Podstawą ich prawidłowego działania jest odpowiednie używanie. Czy wiesz, że większość powszechnie dostępnych filtrów działa tylko przez około 3-4h? Dlatego ważne jest, żeby smarować się dosyć często i nie dopuścić do tego, żeby przestał działać. Wybierajmy przebadane kosmetyki z odpowiednio wysokim SPF, z filtrami UVA i UVB oraz takie, które są wodoodporne i fotostabilne, czyli takie, których właściwości ochronne nie zmieniają się wraz z czasem ekspozycji skóry na słońce.

Po drugie, planując opalanie, pamiętajmy, aby bezpośrednio przed nie używać perfum. Jest to bardzo ważne ponieważ większość substancji zapachowych w połączeniu z promieniowaniem słonecznym wykazuje działanie fototoksyczne, tzn. że na naszej skórze mogą pojawiać się pęcherze, przebarwienia czy rumień.

Zadbaj o swoje ciało już teraz!



Edwin Harmata

O języku, który uciekł z przeglądarki

Choć wszystkie języki programowania podlegają pewnym ograniczeniom i prawom logiki, to jednak różnią się między sobą w podejściu do poszczególnych problemów i rozwiązań, jakie narzuca nam architektura komputera czy system operacyjny. Wśród mnogości języków programowania jest jeden, będący często wzgardzonym

przez programistów backendowych, a z którego korzysta, według raportu [geeksforgeeks.org](https://www.geeksforgeeks.org)¹, aż 67,9% zawodowych programistów.

Tym językiem jest oczywiście słynny JavaScript, który po dziś dzień często mylony jest z Javą. Został on zaprojektowany pod koniec lat 90. XX wieku na potrzeby firmy Netscape, która

wówczas wprowadzała do użytku przeglądarki internetowe, z których dziś korzystamy niemal bez przerwy. Pierwotny plan, by w przeglądarkach wykorzystać Javę, spalił na panewce i ostatecznie Brendan Eich na podstawie Javy, Scheme i Self stworzył dynamicznie typowany język, który miał być przyjazny i łatwy do implementowania interaktywności do naszych stron internetowych. Dzięki wprowadzeniu tego języka przeglądarki zaczęły sukcesywnie zwiększać swoje możliwości i zaskakiwać nas coraz to większymi możliwościami. Dokumenty tekstowe w postaci plików html, które dziś uznalibyśmy za zniewagę, zaczęły pięknieć w naszych oczach. Dziś przeglądarki przy pomocy JavaScriptu i protokołu HTTP mogą pozwolić nam na interakcję z niemal każdym urządzeniem, usługą czy innym programem z dostępem do Internetu.

Popularność JavaScriptu rosła wraz z popularnością Internetu, a co za tym idzie rosła liczba zawodowych developerów zajmujących się programowaniem w tym języku. W końcu ograniczenie do środowiska przeglądarki zaczęło doskwierać ambitnym i kreatywnym developerom. W roku 2009 Ryan Dahl wyrwał JavaScript z przeglądarki tworząc platformę Node.js. Od tej chwili developerzy, którzy ograniczeni byli do pisania swojego kodu jedynie dla warstwy klienta (kod aktywował się dopiero po dotarciu do przeglądarki użytkownika), mogli rozszerzyć swoją działalność na stronę serwera.

Rozszerzenie możliwości JavaScriptu do działań po stronie serwera pociągnęło za sobą utworzenie paradygmatu „JavaScript everywhere” (ang. JavaScript gdziekolwiek), głoszącego, że najlepiej jest pisać całą aplikację w JavaScriptcie zamiast stosować inne języki backendowe. Ponadto w podobnym czasie utworzony został

nowy system nierelacyjnych baz danych, który zapisywał dane w przyjaznym dla JavaScriptu formacie JSON – Mongo DB.

Od tej chwili strony internetowe i aplikacje webowe mogły być tworzone w całości przy pomocy JavaScriptu, ale uwolnienie języka z przeglądarki nie skończyło się na zdobyciu serwerów. Nowoczesne frameworki tego języka zaczęły umożliwiać tworzenie aplikacji w stylu PWA (*Progressive Web Application*), które można pobrać na telefon i cieszyć się wyglądem pełnoprawnej aplikacji mobilnej. Twórcy frameworka *React.js* (facebook) poszli jednak o krok dalej i stworzyli programistom JavaScriptu możliwość budowania prawdziwych aplikacji natywnych na telefony przy pomocy frameworka *React Native*. Dzięki temu rozwiązaniu JavaScript po podbiciu serwerów i Internetu dostał się do naszych telefonów.

Zdaje się jednak, że potencjał tego języka domaga się ciągłego rozwijania i nie lubi ograniczeń. Obecnie JavaScript, który dla wielu osób „nie jest prawdziwym językiem programowania”, zaczyna być stosowany w zupełnie niespodziewanym obszarze dla języka z przeglądarek, a mianowicie IoT (*Internet of Things*). *Internet* rzeczy to obecnie jeden z obszarów programowania, który zyskuje coraz większą popularność i prawdopodobnie w nadchodzących latach będzie zyskiwał na popularności. Inteligentne domy, roboty kuchenne, roboty sprzątające (typu Roomba) czy drony sterowane przy pomocy aplikacji na telefon to tylko kilka z obszarów, w których swoją rolę może odegrać JavaScript. Niesamowicie szybki rozwój technologii informatycznych i ta historia, którą przeszedł JavaScript od mrugającego tekstu do sterowania dronami, rodzą pytanie: czym jeszcze zaskoczy nas ten język?



¹ <https://www.geeksforgeeks.org/javascript-vs-python-can-python-overtop-javascript-by-2020/> [dostęp: 03.02.2020 roku]

Wirtualizacja

Co to jest wirtualizacja? Zapewne niewielu z nas kojarzy ten termin. Możemy go wytłumaczyć tak, że wirtualizacja to przeniesienie fizycznych i programowych zasobów infrastruktury komputerowej do zasympulowanego środowiska. Co to oznacza? Najprościej – w jednym uruchomionym systemie możemy mieć kilka innych działających niezależnie w tym samym czasie. Będą one korzystać z fizycznych zasobów komputera jak RAM, wątki procesora, przestrzeń dyskowa, a co więcej – możemy ustawić je tak, by mogły się komunikować ze sobą.

Wirtualizować można prawie wszystko, począwszy od aplikacji, przez sieci komputerowe aż po całe systemy.

Zalet wirtualizacji jest bardzo dużo, najważniejszymi z nich m.in. są obniżone koszty – dzięki wirtualizacji nie trzeba inwestować w ogromne serwerownie, wystarczy kilka mocnych maszyn, które będą w stanie poradzić sobie z dużą ilością maszyn wirtualnych. Oszczędność będzie można zauważyć też przy licencjach na oprogramowanie, chociaż nie zawsze może się to sprawdzać. Wszystko będzie zależać od ilości rdzeni, które posiada nasz procesor w komputerze.

Bezpieczeństwo – wirtualne maszyny pracują w swoich własnych odizolowanych środowiskach i jeżeli stałoby się coś z jedną z nich, to tak naprawdę tylko ona na tym ucierpi bez względu na inne systemy. Mogą jednak wystąpić problemy pośrednie. Jednym z takich problemów może być zaalokowanie dla siebie zbyt dużej ilości zasobów komputera fizycznego. W konsekwencji może się zdarzyć tak, że inne maszyny wirtualne nie będą miały wystarczającej ilości pamięci RAM czy rdzeni procesora do płynnego działania.

W środowisku maszyn wirtualnych możemy testować różne rozwiązania np. przed wdrożeniem ich na systemy fizyczne, albo możemy przetestować jak działają jakieś systemy operacyjne. Łatwość obsługi – systemami zwirtualizowanymi możemy łatwo zarządzać i modyfikować je do woli bez względu na system fizyczny, w łatwy sposób

możemy stworzyć kopie bazowego systemu i z nim się bawić, a jeżeli coś się zepsuje, zawsze możemy przywrócić stan pierwotny z zachowanej kopii, albo migawki (jest to zapisanie ostatniego znanego stanu maszyny wirtualnej przed wprowadzonymi modyfikacjami).

Wirtualizację można podzielić na cztery różne terminy:

Emulacja API – służy do stworzenia sztucznego środowiska uruchomieniowego dla aplikacji, która nie jest obsługiwana przez system operacyjny, na którym pracujemy, jednak nie jest to pełna emulacja systemu, a jedynie stworzenie warstwy, w której może wykonać się kod aplikacji.

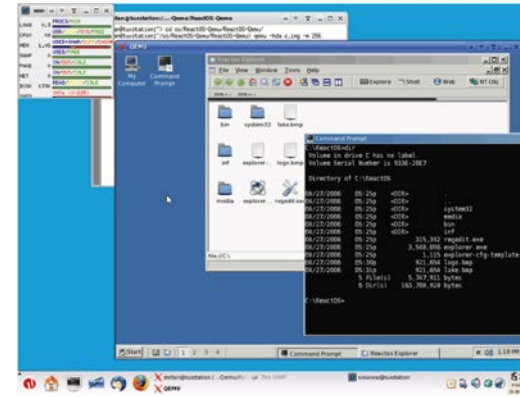
Ciekawym narzędziem jest WINE (Wine Is Not an Emulator), który pozwala uruchomić programy napisane pod system Windows na systemach UNIX. WINE działa na podstawie „warstwy kompatybilności” win32, dlatego można się spierać czy jest na emulatore API, czy środowiskiem uruchomieniowym dla aplikacji w obcych systemach.



Okienko WINE w systemie Ubuntu,
źródło: <https://linuxhint.com/install-wine-winehq-ubuntu-linux/>

Emulacja pełna – tutaj już nie tylko emuluje się środowisko uruchomieniowe (pełny system), ale także podstawowe komponenty komputera, np. procesor, pamięć operacyjna itd., a więc można stwierdzić, że są one odpowiednikami fizycznych sprzętów. Przykładami takich emulatorów jest QEMU, Frodo bądź DOSBox, na którym mamy możliwość uruchomić stare programy jeszcze sprzed ery Windowsa XP.

W wirtualizacji możemy także wyróżnić **parawirtualizację**, czyli system wirtualizowany (gość) współpracujący ze środowiskiem operacyjnym gospodarza w zakresie użycia tych elementów sprzętowych, których obsługa kolidowałaby z działalnością innych środowisk wirtualnych.



Emulator pełny QEMU na systemie LINUX, w którym został uruchomiony WINDOWS,
źródło: https://www.qemu.org/screenshots/800px-Qemu_linux.png



Okienko emulatora DOSBox wraz z uruchomioną grą Wolfenstein 3-D,
źródło: https://gallery.dpcdn.pl/imgc/Tools/149/g_-_x_-_s_x20100828000659.jpg

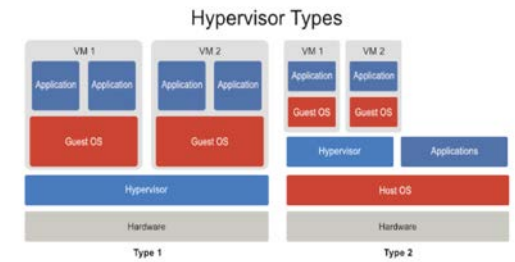
Ten typ wirtualizacji jest obsługiwany poprzez hipervisoru typu 1.

Aby wirtualizator mógł współpracować ze sprzętem komputerowym wymagane jest użycie hipernadzorcy (hypervisor, hiperwizor) wirtualnego. Hipernadzorcę można podzielić na dwa typy:

Hypervisor typu 1 – program realizujący tę rolę pracuje bezpośrednio na sprzęcie komputera fizycznego i przydziela zasoby sprzętowe maszynom wirtualnym bez ingerencji ze strony systemu operacyjnego gospodarza. W takim przypadku każda maszyna wirtualna jest osobnym obszarem.

Hypervisor typu 2 – program realizujący rolę hipernadzorcy działa w systemie operacyjnym gospodarza i poprzez system operacyjny przydziela zasoby fizyczne dla maszyn wirtualnych.

Graficzny podział hipervisorów:



źródło: <https://www.vembu.com/blog/top-11-microsoft-hyper-v-terminologies-you-need-to-know/>

Wirtualizacja – pozwala ona na uruchomienie wielu systemów operacyjnych na jednym sprzęcie fizycznym i systemie operacyjnym. Ograniczeniem takiego rozwiązania jest tylko sprzęt fizyczny.

Na rynku jest wiele dostępnych programów do wirtualizowania środowisk, m.in.:

ESXI – jest najpotężniejszym i najbardziej znanym rozwiązaniem w tego typu zastosowaniach. Oprogramowanie zostało stworzone przez firmę VMware i nadal jest rozwijane od 2001 roku. Jest to hipernadzorca typu 1.

Microsoft Hyper-V – funkcja systemu Windows stworzona dla wirtualizowania środowisk. Aby z niego korzystać potrzebujemy minimum wersji Windowsa 10 PRO, jest to hipernadzorca typu 1.

VirtualBox – jeden z najpopularniejszych menadżerów stworzonych do wirtualizacji, hipernadzorca typu 2.

VMware Workstation – oprogramowanie na rynku istnieje od wielu lat, jest to dość prosty program do stworzenia swojej własnej maszyny wirtualnej. Ten program jest jednym z przykładów hipernadzorcy typu 2.

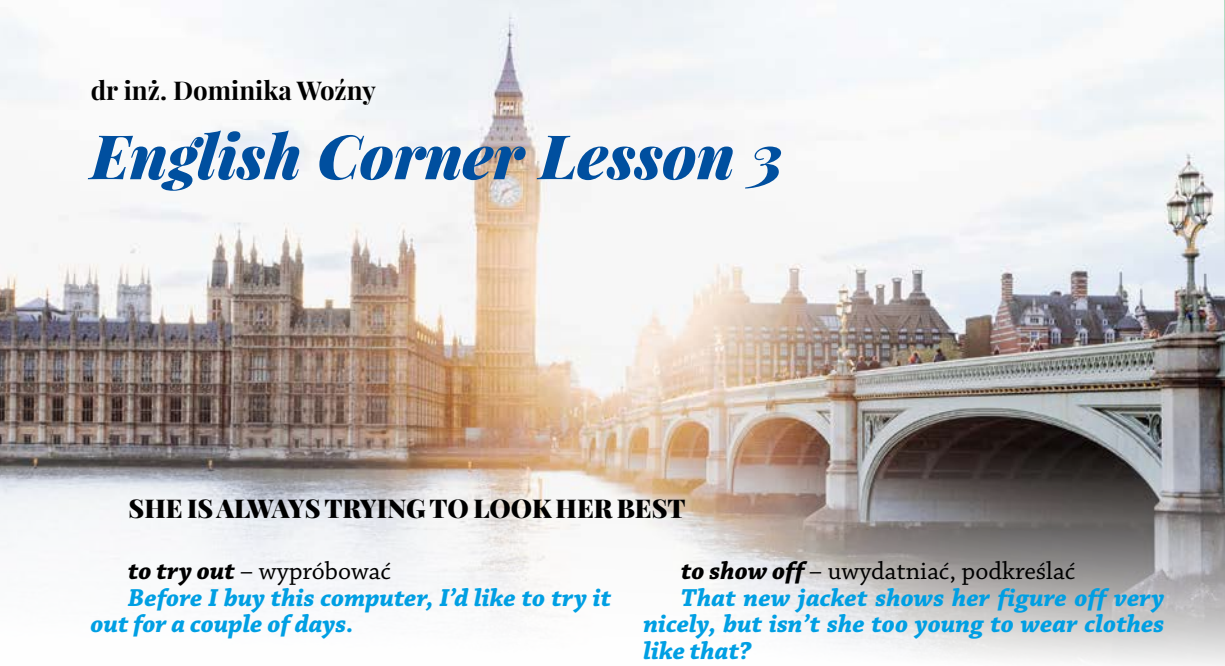
KVM – środowisko wirtualizacyjne dla użytkowników systemu Linux opierające się na wirtualizacji jądra systemowego, hipernadzorca typu 2.

Podsumowując, wirtualizację możemy wykorzystać do wielu przeznaczeń, np. do:

- testowania różnych środowisk systemowych
- uruchomienia starszych programów, które już nie mogą zostać otwarte w nowszych systemach operacyjnych
- uruchomienia więcej niż jednego systemu operacyjnego na jednej maszynie fizycznej
- stworzenia swojego własnego VPS

Jak widać wirtualizacja daje nam ogromne możliwości jeśli chodzi o wykorzystanie mocy naszego komputera, która w nim drzemie.

English Corner Lesson 3



SHE IS ALWAYS TRYING TO LOOK HER BEST

to try out – wypróbować
Before I buy this computer, I'd like to try it out for a couple of days.

to put on – ubrać, włożyć
You've put my hat on. Where's yours? Have you lost it again?

to take off – zdjąć
I took off my coat when I entered the room.

to help somebody on with – pomóc komuś włożyć
He always helps her on with her coat.

to help somebody off with – pomóc komuś zdjąć
He helped me off with my coat.

to try on – przymierzyć
You should try this jacket on before you buy it.

to go with – pasować do, z
Do you think my suit will go with her red dress?

to dress up – wystroić się
Where are you going all dressed up like that? Are you getting married?

to go together – pasować do siebie
Those white shoes and black socks don't go together.

to look one's best – korzystnie, ładnie wyglądać
She was looking her best that day and I was impressed with her.

to show off – uwydatniać, podkreślać
That new jacket shows her figure off very nicely, but isn't she too young to wear clothes like that?

to be in fashion – być w modzie
Such shoes haven't been in fashion for years, but I wear them because they're very comfortable.

to be out of fashion – być niemodnym
Are hats out of fashion nowadays?

to be too loose/tight – być za luźnym/zbyt obcisłym
I think these trousers are too loose.

to come into/go out of fashion – stać się modnym/wyjść z mody
Those kinds of clothes went out of fashion years ago.

to wear down – zderzeć się
We only bought him those shoes last week and he's already worn down the heels.

to wear out – znosić
I've already worn out my shoes.

to take up/down – skrócić/przedłużyć
My dress is too long, so I have to take it up.

to let out – poszerzyć
I'm getting fatter. You'll have to let out my suits.

to take in – zwęzić
My coat was too big, so my mother took it in.

Koło Naukowe Negocjacji BATNA

Od początku 2006 r. w Wyższej Szkole Zarządzania i Bankowości odbywają się spotkania Koła Naukowego Negocjacji BATNA, na których mile widziani są wszyscy obecni studenci oraz absolwenci naszej uczelni.

Koło Naukowe Negocjacji BATNA rozpoczęło swoją działalność w listopadzie 2006 r. i od tamtej pory nieprzerwanie zachęca wszystkich studentów do zmierzenia się ze swoimi umiejętnościami interpersonalnymi. Koło zostało założone przez mgr Joannę Dreżewską, wykładowcę negocjacji i statystyki w WSZiB oraz psychoterapeutkę. Członkowie Koła biorą aktywny udział w różnych projektach, m.in. przygotowują warsztaty z negocjacji dla młodzieży oraz wyjeżdżają na turnieje negocjacyjne. Dotychczasowe osiągnięcia Koła:

- Udział w wydarzeniu KONFERENCJA „STARCIA”
- Współorganizacja Konferencji i Turnieju Negocjacyjnego N-Gram
- Wyjazdy na turnieje negocjacyjne organizowane przez uczelnie wyższe z całej Polski
- Przeprowadzanie warsztatów dla młodzieży w ramach Dni Otwartych WSZiB
- Przygotowanie projektu „Akademia Negocjacji” (specjalny cykl warsztatów skierowany do studentów WSZiB)
- Przeprowadzenie warsztatów dla Licealistów z Zespołu Szkół Ekonomicznych nr 3 w Krakowie
- Udział w Ogólnopolskim Studenckim Turnieju Negocjacyjnym
- Organizacja turniejów negocjacyjnych w WSZiB

W spotkaniach, które odbywają się średnio co dwa tygodnie, może uczestniczyć każdy student WSZiB (terminarz spotkań można znaleźć w rozkładzie zajęć opiekuna Koła – mgr Joanny Dreżewskiej) – każdy może wnieść swoje pomysły, projekty oraz część siebie. Zajęcia mają charakter warsztatowy i mają na celu praktyczne zapoznanie się z szeroko pojętą sztuką negocjacji, szerokim wachlarzem metod oraz technik negocjacyjnych, manipulacji oraz komunikacji międzyludzkiej. Spotkania mają na celu szlifowanie umiejętności prowadzenia konwersacji podczas



rozwiązywania między innymi scenariuszy (gier) negocjacyjnych. Jeżeli jeden z uczestników pragnie rozwinąć umiejętności wystąpień publicznych, temat zostaje omówiony grupowo, jak i indywidualnie, aby uczyć się na błędach swoich oraz współuczestników. Szeregi Koła zasilają ambitni studenci jak również absolwenci Uczelni, czynnie biorący udział w pracach Koła. Na potrzeby kształcenia, członkowie Koła mogą stworzyć również nowe przedsięwzięcia.

W roku obecnym uczestniczka Koła Zuzanna Brzuchacz opracowała grę negocjacyjną „Lawina”, która daje możliwości nauki perswazji oraz manipulacji. Jest to również okazja do zdobycia nowej wiedzy, którą w przyszłości można wykorzystywać w życiu prywatnym oraz zawodowym. Gra została także przedstawiona podczas warsztatów edukacyjnych, które miały miejsce w Dniu Otwartym WSZiB. Jest to gra decyzyjna, gdzie w grupie należy ustalić, kogo można uratować, a każdy uczestnik ma inne priorytety i chce przekonać pozostałych do swoich propozycji.

Uczestnictwo w Kole Naukowym Negocjacji BATNA gwarantuje nie tylko zdobycie nowych umiejętności, ale przede wszystkim miłe spędzenie czasu i poznanie nowych, interesujących ludzi. Połączenie nauki z zabawą sprawdza się nie tylko u najmłodszych, ale angażuje każdego kto chce ciągle się rozwijać. Zapraszamy wszystkich do udziału w spotkaniach Koła!

KĄCIK SMAKOSZA

Przed nami gorące lato! Każdy wie, że w tym czasie szczególnie powinniśmy zadbać o nawodnienie organizmu. Aby unikać napojów gazowanych i soków, które w swoim składzie mają głównie cukier, przygotowaliśmy dla Was przepisy na zdrowe i orzeźwiające napoje pomagające wytrwać w upalne dni. Przepisy te są smaczne, naturalne i pełne witamin, co korzystnie wpływa na samopoczucie i doskonale gasi pragnienie.

Mrożona herbata z miętą

- 3 szklanki wrzątku
- garść świeżej mięty
- 2 torebki zielonej herbaty
- 2 łyżki miodu
- sok z 1 pomarańczy
- sok z połowy cytryny
- 1 litr zimnej wody



Zieloną herbatę i świeżą miętę zaparzamy we wrzątku 10 minut. Następnie wyciągamy herbatę oraz miętę, a do powstałego wywaru dodajemy miód, sok z cytryny i pomarańczy. Całość zalewamy litrem zimnej wody i dokładnie mieszamy. Napój można podawać z kostkami lodu i pokrojoną cytryną.



Lemoniada cytrynowo-truskawkowa

- 400g świeżych truskawek
- 2 cytryny
- 1 limonka
- 1 litr wody niegazowanej
- łyżeczka miodu
- kostki lodu

Truskawki blendujemy z 500 ml wody i przelewamy do dzbanka. Następnie blendujemy obrane cytryny, limonkę i pozostałą wodę. Całość odczujemy i wlewamy do dzbanka. Na koniec dodajemy miód, kostki lodu, mieszamy i gotowe :)

Mojito bezalkoholowe

- pół limonki
- garść świeżej mięty
- 1 łyżeczka miodu
- woda gazowana
- kostki lodu



Przygotowujemy wysoką szklankę. Dodajemy do niej liście mięty, łyżeczkę miodu i pokrojoną w plasterki limonkę. Wsypujemy kostki lodu tak, aby zapełnić nimi 2/3 szklanki. Dolewamy wodę gazowaną, mieszamy i gotowe :)

Arbużowa lemoniada

- 200g arbuza
- sok z połowy cytryny
- garść świeżej mięty
- 0,5 litra zimnej wody



Arbuza kroimy i blendujemy na jednolity mus. Następnie dodajemy wyciśnięty sok z cytryny i miętę. Wszystko mieszamy i zalewamy zimną wodą. Lemoniadę możemy podawać z kostkami lodu i plasterkiem cytryny.

Sudoku

Zasady gry w Sudoku. Kwadratowa plansza jest podzielona na dziewięć identycznych kwadratów 3 x 3 - w każdym z nich znajduje się dziewięć komórek. Twoim zadaniem jest wypełnienie wszystkich komórek planszy cyframi od 1 do 9. W każdym wierszu i każdej kolumnie dana cyfra może występować jedynie raz.

			6					7
1			7					
	7	9	4	2		5		3
2			3		7	1	8	
	6			8				4
	1	7	9		4			5
7		8		3	9	6	5	
					6			4
5					2			

			6		8	4	5		
8	3			7				2	6
			9	1	6				8
9	1								
7									3
								1	5
	9			3	2	7			
4	6				8		9	2	
			7	6	1		8		

 www.wszib.edu.pl

