

#### MIASTO, S. 4

Już za tydzień juwenalia. Sprawdź, jak w tym roku będą się bawić studenci z naszego miasta.

#### MUZEJA, S. 5

Przed nami Noc Muzeów. Nocne zwiedzanie nie tylko w Toruniu, ale i całym regionie.

#### ZDROWO I EKOLOGICZNIE, S. 6-7

Moda na zdrowe jedzenie? Sprawdź porady naszych ekspertów.

#### FOTORELACJA, S. 12

Jechali z Michałem Kwiatkowskim. Obejrzyj naszą relację z zawodów kolarskich Velo Toruń.

Nr 15(26)2016

piątek, 13.05.2016  
BEZPŁATNIE, w każdy piątek

# TOR NTO

MAGAZYN TORUŃSKI



## MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ RODZIN

fot. Sławomir Jędrzejewski

REKLAMA

TRN2016051301G


26 MAJA  
REZERWACJE  
tel. 667 949 000



KWADRANS CAFE

NOWA KAWIARNIA NA RUBINKOWIE III



 TORUŃ, RUBINKOWO III (pasaż handlowy), UL. SZOSA LUBICKA 166Ł

 KWADRANS CAFE@WP.PL

 667 949 000





**MARCIN TREICHEL**

Rysowaniem i projektowaniem graficznym zajmuje się od wielu lat. Doświadczenie zdobył, pracując dla dzienników regionalnych oraz współpracując z agencjami reklamowymi przy wielu różnorodnych projektach.



**To niełatwe zadanie**

To niełatwe zadanie, kiedy po kilku latach mówienia w pracy, trzeba parę słów napisać. W radiu słowa płyną szybko, niemal bez przerwy, bo trzeba zdążyć z piosenką, reklamą środ-

ków na odchudzanie i wiadomościami z miasta w kilka minut. A pisząc, mogę się zastanowić, skreślić, wrócić, zacząć od nowa i poprawić błędy – gazeta na szczęście nie jest „na żywo”. Ale korzystając z okazji, za te wszystkie programy „na żywo” bardzo dziękuję toruńskim słuchaczom i mam nadzieję – do usłyszenia! Mogłabym jeszcze dorzucić modne zdanie o wyjściu ze strefy komfortu, bo jak wiadomo brak pracy komfortowy nie jest. Na szczęście można się nieco przebranżowić. Teraz mikrofon zmieniam na papier, który (podobno) wszystko przyjmie. Radiowiec długo bezrobotny pozostać nie może. Będzie tyle gadać o swoim bezrobociu i nie tylko, że w końcu rodzina i znajomi nakażą znaleźć radiowcowi nowe zajęcie, żeby w końcu umilkł na chwilę. Będę

więc pisać. Najważniejsze, że tematy się nie zmieniają, bo życie w Toruniu dostarcza ich wystarczająco dużo. Szczególnie kiedy jest się torunianinem napływowym jak ja, miasto potrafi zaskoczyć nawet po kilku latach porządnego zasiedzenia. Czasem się człowiek wkurzy za kierownicą, bo „drogę zamknęli bez sensu i kto w ogóle planuje te remonty”, czasem wzruszy, bo „ta nasza panorama taka piękna i wracać zawsze miło”. I o tym, co cieszy, smuci, wkurza, wzrusza i zaskakuje przeczytacie też u mnie, od dziś w „Toronto”!

**Maria Marcinkowska  
Toronto**



**Człowiek, który zamieszkał w moim życiu**

To może być wszystko. Książka, film, spektakl, wspólne wrzeszczenie na stadionie albo... komiks. Jeżeli konstelacje kosmiczne w odpowiednim momencie twojej młodości zadecydują, że to „coś” ma trafić w twoje ręce i cię olśnić, masz przechlapane. Książka, film, komiks czy krzyczenie na stadionie stają się dla ciebie czymś szczególnie ważnym i zmieniają twoje życie. Niezłe w nim mieszają. Niestety bardzo rzadko udaje się potem spotkać człowieka, który

jest mimowolnym (zazwyczaj) autorem zmiany w naszym życiu. Mnie się udało, kilka dni temu, 30 lat po „olśnieniu”. Podczas ostatniego weekendu Wojtek Łowicki, największy w kraju spec od komiksów i niestrudzony popularyzator tej sztuki, zorganizował w Toruniu festiwal kultury komiksu i kultury fanowskiej „Dwu-takt”. Wśród gości gwiazdy: Stanisław Tym, Marek Raczkowski, Edward Lutczyn i mega popularny youtuber Maciej Dąbrowski. Oraz ON! Tadeusz Baranowski. Mistrz, geniusz, guru, idol. Autor najstraszliwiej śmiesznych i absurdalnie absurdalnych komiksów: „Na co dybie w wielorybie czubek nosa Eskimosa” czy „Antresolka Profesorka Nervosolka”. Ten drugi jako jeden z dwóch polskich tytułów, znalazł się na prestiżowej liście 1001 najlepszych komiksów świata. W moim życiu zamieszkał właśnie Mistrz Baranowski. Gdy miałem 15 lat, w moje ręce wpadły jego komiksy. Jako fan

mógłbym teraz cytować wersety ociekające inteligentną satyrą, ale wolę byćcie sami je poczytali. Komiksy Baranowskiego wżarty się w mój umysł, zmieniły kierunki myślenia, pokazały, że świat nie musi być tak śmiertelnie poważny i śmiech może być lekiem na większość zła. Przyznam, że ja stary dziad, polecałem po autograf Mistrza. Po odstaniu swojego w kolejce fanów, z drzeniem rąk podałem mu zacytany na śmierć egzemplarz z 1985 roku. Podpisał, narysował coś, uśmiechnął się uścisnął dłoń. Na sekundę stałem się 15-latkim. Rodzice, starajcie się otwierać świat przed swoimi dziećkami. Dawajcie im stykać się z jak największą ilością różnych zjawisk. Nie wsadzajcie ich w ramki swoich pomysłów. „Masz być prawnikiem/lekarzem/inżynierem, bo ja tak chcę!”. Dajcie im szansę przeżycia młodzieńczego olśnienia. Będą wtedy lepszymi ludźmi.

**Jarosław Jarry Jaworski,  
specjalista public relations,  
freak**



**Sentymentalna składanka**

Wspominanie wszelkich rocznic ma swoje dobre i złe strony. Jeśli ma na celu tylko i wyłącznie celebrowanie jakiegoś wydarzenia, to bywa czasem ślepą uliczką. Jednak gdy towarzyszy temu refleksja, to zdobyty dzięki niej dystans może przynieść ciekawe rozwiązania w przyszłości. Z mojej perspektywy jest tak z pierwszą, wydaną pod szyldem HRPP Records, płytą. Minęło 8 lat, które zaowocowały blisko czterdziestoma kolejnymi tytułami. Niektóre z nich zdobyły spore uznanie, wygrywając różne plebis-

cyty, dzięki czemu zostały uhonorowane prestiżowymi nagrodami. Jednak ta pierwsza, wydana w 2008 roku składanka z okazji 10-lecia Hard Rock Pubu Pamela, nadal wzbudza moje największe emocje. Oceniając z perspektywy czasu – wszystko w niej jest oldskulowe. Po cząwszy od brzmienia, a skończywszy na okładce. Oczywiście nie umniejsza to w żaden sposób jej wartości, o której w głównej mierze stanowią zaangażowane w ten projekt osoby. Wystarczy przypomnieć grupę, które pojawiły się na tej płycie (Manchester, MGM, CT, Toronto, The Thorn – City Rockers, Saturday Night Special), aby ocenić potencjał tego wydawnictwa. Jednak gdy dodam, że krążek ten skompilował Mariusz Składanowski, to nikogo nie zdziwi ilość przychylnych recenzji towarzyszących temu albumowi. Mariusz, wybierając utwory, oprócz ciekawej muzyki zaaplikował słuchaczom

ogromną dawkę pozytywnej energii. Miało to też przełożenie na muzyków biorących udział w projekcie. Setki kilometrów przebytych z gotową już płytą, zaowocowało udziałem w wielu audycjach autorskich licznych stacji radiowych, co pchnęło projekt na nowe tory. Był więc „dobrym duchem” całego przedsięwzięcia. Mam nadzieję, że takim pozostanie w przypadku sequela tego wydawnictwa, który powstanie jeszcze w tym roku. Tym razem na planowanej płycie swoje utwory w wersjach koncertowych, pochodzących z Hard Rock Pubu Pamela, zaprezentują: Zagadka, Absurd, Dopamina oraz uczestniczące w projekcie od jego początku Manchester, Saturday Night Special i MGM. Krążek skompiluje Mariusz Składanowski. Czekam więc sporo pracy... mamy jednak swojego „dobrego ducha”.

**Darek Kowalski,  
HRP Pamela**



**Srebrne gody w Rotary**

W najbliższy weekend 25-lecie swojej obecności w mieście świętować będą toruńscy Rotarianie. Pomimo nutki tajemniczości w spotkaniach i raczej ciszy niż rozgłosu w charytatywnym działaniu, klub ten

robi dla miasta sporo dobrego. Bardzo wymierne, bo finansowe i sprzętowe zastrzyki, odznaczają zarówno toruńskie, jak i okoliczne szkoły, przychodnie, domy dziecka. Granty rotariańskie pozwalają na zakup sprzętu rehabilitacyjnego, pomocy szkolnych czy podręczników. Czasami klub pomaga wymienić stare okna w budynkach, o których już nawet pies z kulawą nogą nie pamięta, chyba „od zawsze” rotariański Święty Mikołaj przynosi prezenty dzieciakom z domów dziecka. Od lat funduje uzdolnionej młodzieży stypendia i wspiera w szeregu drobnych inicjatyw. Dla mnie jednak bardzo ważne jest jeszcze coś – młodzieżowa wymiana międzynarodowa. Przez te wszystkie lata, dzięki temu projektowi, na rok wyjechało do Ameryki czy jak mawiano kiedyś „na zachód”, całkiem liczne grono młodych torunian. A to dla młodzieży

korzyść ogromna. Sam kilka lat mieszkałem i studio wałem poza Polską, doskonale wiem, jaki to gigantyczny „przyspieszacz” w dojrzewaniu. Nigdy nie byłbym w tym miejscu, w którym jestem, bez tych lat i edukacji w Niemczech. Dlatego mimo że to w naszej rzeczywistości ciągle jeszcze, szczególnie dla rodziców, trudna decyzja, jestem pewien, że warto. Pewnie każda z mam uroni łezkę czy dwie, kiedy ukończonej latorośli zabraknie na Wigilię, a każdy tata zastanawia się, kiedy z synem znowu pójdzie na ryby czy na mecz. Jednak rok szybko mija, a do domu, z którego wyjechało dziecko, wróci już prawie dorosły człowiek. A to ma wartość większą niż największe stypendium czy grant.

**Maciej Karczewski,  
toruński przedsiębiorca**

**TORONTO magazyn toruński**

www.toronto-magazyn.pl  
redakcja@toronto-magazyn.pl

Adres:  
ul. Grudziądzka 79/6  
tel. 789 191 070  
red.nacz. Żaneta Lipińska-Patalon  
wydanie bezpłatne

wydawca:  
Interactive-Press  
Żaneta Lipińska-Patalon

Reklama:  
reklama@toronto-magazyn.pl  
tel.789 223 013, tel.789 216 119, tel.789 223 339

Opracowanie graficzne:  
Anna Paula Szmieichel  
mruff design

Druk:  
Agora SA

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczonych reklam



CENTRUM  
SZTUKI  
WSPÓŁCZESNEJ  
ZNAKI CZASU  
W TORUNIU

www.csw.torun.pl  
Wały gen. Sikorskiego 13

CSW W TORUNIU ZAPRASZA NA OTWARCIE WYSTAWY  
SZTUKI WSPÓŁCZESNEJ Z TURCJI

# CZYZSTE WODY

THIS YEARNING  
IS OURS!

13.05-18.09.2016

otwarcie wystawy / exhibition opening:  
13.05.2016, godz. 19:00 / 7 PM

kurator / curator:  
Lora Sarıaslan

artyści / artists:

Mehtap Baydu, Nezaket Ekici, Ayşe Erkmen,  
Murat Germen, Ali Kazma, Volkan Kızıltunç,  
Servet Kocuyigit, belit sağ, Nasan Tur

# NOC MUZEÓW W CSW TORUŃ

14 maja 2016, sobota

/ CSW Toruń  
/ wstęp wolny

/ 16.00-1.00

PREZENTACJA NOWYCH PRAC Z KOLEKCJI CSW (Labsen CSW)

/ 16.00-21.00

MAGAZYN SZTUKI (Labsen CSW) – rodzinne działania twórcze  
bez zapisów, dla dzieci wraz z opiekunami!

/ 16.00-24.00

Księgarnia – rabaty: 15 % przy zakupie 1 książki, 30 % przy zakupie 2 książek!

/ 18.00-22.00

Czytelnia – Specjalne wydanie BAJEK Z RZUTNIKA – LATAJĄCE MASZYNY  
bez zapisów, dla dzieci wraz z opiekunami!

/ 18.00-19.00

oprowadzanie kuratorskie po wystawie RAPORT

/ 18.30-20.30

koncert Janka Gembali

/ 19.00-20.30

oprowadzanie kuratorskie po wystawie CZYZSTE WODY z udziałem artystów

/ 21.00-22.30

Set DJ Funktion

/ 21.00-21.30

POKAZ MODY Karola Miętkiewicza

/ 21.30-22.00

oprowadzanie kuratorskie po wystawie ART NEXT TO FASHION

/ KINO – bilety 10zł

16.00 – „MODELKA” (2016), 1h 45’

18.00 – „POLITICAL DRESS” (2011), 1h 3’

20.00 – „EL CLAN” (2015), 1h 50’

22.00 – „MODELKA” (2016), 1h 45’

/ 22.30-1.00

koncert jazzowy Jacka Bułatka

# STUDENCI RZĄDZĄ MIASTEM – JUWENALIOWE YABADABADOO!

Niech nas nie zdziwią jaskiniowcy z maczugami i inni przebierańcy na ulicach, bo już w najbliższy czwartek, 19 maja, prawo do zabawy w naszym mieście będzie należało do studentów. Niech się wyszaleją przed kolejnym zakuwaniem. Startują Juwenalia UMK 2016!

A właściwie Jurania, bo w tym roku będzie prehistorycznie. To trzy dni studenckiego szaleństwa i tryumfu młodości! – Pomysł na tematykę tegorocznych juwenaliów był dość spontaniczny – podczas rozmyślenia nad imprezami tematycznymi, które organizowaliśmy, nie nasuwało się nam nic, co mogło się wpasować w wydarzenia rocznicowe w roku 2016 – wspomina Piotr Durtan, przewodniczący Samorządu Studenckiego UMK. – Podczas obmyślania koncepcji graficznych z kolegą Łukaszem Krzywdzińskim, który odpowiada za tegoroczną oprawę graficzną juwenaliów, padł pomysł imprezy prehistorycznej. Podczas prac nad logotypem pojawił się problem nazwy. Prehistoria, choć tematyka niosąca ze sobą wiele skojarzeń, nie była nazwą, która wpasowywałaby się w jakikolwiek ciekawy do prezentowania slogan. Podczas pewnego piątkowego popołudnia jeden z członków Samorządu rzucił hasło: jurania, co uznaliśmy za bardzo ciekawą grę słowną łączącą nazwę juwenalia z tematyką prehistoryczną.

Jak co roku świętowanie rozpocznie się od wspólnego zdjęcia pod pomnikiem Kopernika, skąd ruszy pochód przebierańców – mile widziane stroje z epoki Flinstonów – ulicami miasta. Przy okazji wybrany zostanie król i królowa Jurania. Już wieczorem tego samego dnia na scenie głównej koncertowej przy Collegium Humanisticum wystąpią pierwsze zespoły. Imprezy taneczne z udziałem wielu didżejów odbywać będą się w Od Nowie. Sporo atrakcji i dobrej zabawy czeka na studentów w plenerze. Będą zmagania sportowe: turniej łuczniczy, piłkarzyków, paintballa, mecz w błocie, czyli „Kop kamienia”. Kto lubi biegać, również będzie okazja. – Bieg z AZS jest inicjatywą organizowaną w ramach długofalowej

**Jak co roku świętowanie rozpocznie się od wspólnego zdjęcia pod pomnikiem Kopernika, skąd ruszy pochód przebierańców – mile widziane stroje z epoki Flinstonów – ulicami miasta.**

współpracy, którą podjęliśmy z organizacją środowiskową AZS Toruń. To bieg symboliczny o długości 3 km – ma propagować



Studenci w pełnej gotowości do rozpoczęcia Jurania

Fot. Sławomir Jędrzejewski

wśród studentów ideę zdrowego trybu życia i uprawiania sportu, o którym nie można zapomnieć nawet podczas ju-

wenaliowych szaleństw. Jeżeli chodzi o ubiór mile widziana będzie również tematyczna kreacja, ale nie jest to warun-

kiem koniecznym do wzięcia udziału w biegu. Najważniejsze, żeby każdy czuł się swobodnie – mówi Piotr Durtan. W studenckich „Siłaczach” będzie okazja do sprawdzenia swojej mocy mięśniowej podczas przenoszenia tzw. głazów jaskiniowców oraz w testach sprawnościowych na wytrzymałość. „Ał szłać” to zaproszenie do zumba. Żeby mieć sporo sił na udział we wszystkich aktywnościach, warto porządnie

wdzają swoje umiejętności orientowania się w terenie. To wyzwanie skierowane głównie do miłośników podróżowania i turystyki z wykorzystaniem GPS-a. Znowości zaplanowano m.in. „Z Flinstonem na stopa”, czyli juwenaliowy wyścig autostopowy o Puchar Marszałka Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Trasa, którą trzeba pokonać, dokumentując ją fotograficznie, to Toruń-Włocławek-Bydgoszcz. Żeby nie zapominać w tych dniach zabawy również o duchowości, odbędzie się Jezualia, w które zaangażowali się studenci z toruńskich duszpasterstw akademickich. Wspólne grillowanie oraz występy zaproszonych gości pokazą, że wiara może i powinna być radosna. Jurania to oczywiście uczta muzyczna. Na scenie głównej tłumy będą bawić zespoły: 19 maja – Sztokholm, Zeus, Kuban, małpa, 20 maja – Majestic, Bethel, Mesajah, Jamal, a w ostatnim dniu studenckiego święta – Lady Pank, Gooral, Decapitated, Rozes. Imprezy taneczne z udziałem didżejów odbędzie się w klubie On Nowa.

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

REKLAMA

TRN2016051303T

## Oryginalne włoskie smaki w samym sercu Starówki

JEŚLI KOCHACIE WŁOCHY, POCZUJECIE SIĘ JAK W KULINARNYM WŁOSKIM RAJU! W NOWO OTWARTEJ RESTAURACJI „DA FULVIO” W SAMYM RATUSZU STAROMIEJSKIM SERWOWANE BĘDĄ WYŁĄCZNIE WŁOSKIE, TRADYCYJNE SPECJAŁY.

Schodząc do piwnic Ratusza Staromiejskiego, wkraczamy do świata rodem z Italii. Włoskie dania ze świeżych produktów sprowadzanych prosto z Italii i świetni włoscy kucharze – to wszystko gwarantuje, że odwiedzający „Da Fulvio” odbędą apetyczną podróż kulinarną do Włoch, nie wyjeżdżając z Torunia. „Da Fulvio” to nie tylko restauracja i bar. Już wkrótce będziemy tam mogli również zakupić włoskie produkty w różnych regionów Italii, m.in. oliwę, wino, makarony, wędliny długo dojrzewające. Jedną z sal restauracji jest

zarezerwowana na prywatne spotkania, również biznesowe, kameralne celebrowanie rodzinnych uroczystości. Do dyspozycji będzie również ogródek na zewnątrz z widokiem na gotyk. Kto uwielbia włoską kuchnię lub ją polubi po wizycie w „Da Fulvio”, będzie mógł uczestniczyć w warsztatach pod okiem doskonałych włoskich wirtuozów kulinarnych. Duszą tego miejsca są ludzie, w tym oczywiście właściciele, dla których otwarcie restauracji jest nową przygodą. – Urodziłem się na Sardynii, ale od 7. roku życia mieszkam

w Rzymie. Przez prawie 30 lat pracowałem jako reżyser filmów i programów telewizyjnych. Poczuję, że nadszedł czas na zmiany – opowiada Fulvio Loru. – Moja żona Anna, artystka, jest Polką. Poznaliśmy się 18 lat temu właśnie we Włoszech, gdzie studiowała na Akademii Sztuk Pięknych. Od lat przynajmniej trzy razy w roku przyjeżdżaliśmy do Polski. Uwielbiam ten kraj, ludzi, ale także polskie jedzenie. Dzięki restauracji chcemy podzielić się z Polakami namiastką mojego rodzinnego kraju.

Od wszelakich makaronów, przez mięso, wędliny, sery, po przyprawy i oczywiście wino – wszystko oryginalne. A od piątku do niedzieli restauracja zaprasza na degustację świeżo dostarczanych ryb i frutti di mare. Degustowanie niemrożonego halibuta, tuńczyka, płaszczy, małży czy kalmarów nie należy do polskiej codzienności, więc warto się skusić. Menu restauracji będzie na bieżąco urozmaicane. Odwiedzający skosztują między innymi golonki z jagnięciny przygotowywanej przez 11 godzin w piecu parowym,

boczek z sosem zabajone, halibuta marynowanego w tymianku z dodatkiem topinambura, małży z gnocchi i białymi szparagami wraz z niespotykanym w polskiej kuchni dodatkiem – bottarga di muggine, czyli suszoną ikrą ryb. W menu znajdzie się również szeroki wachlarz makaronów, wraz z typową pastą z policzkiem wieprzowym, wyszukane tarty czy zupy. Dla miłośników słodkości desery: panna cota, tiramisu czy gruszka... we włoskim winie. Pozostaje obawa, że L'appetito vien mangiando – apetyt będzie wzrastał

w miarę jedzenia. Ale w końcu... celebrowanie jedzenia jest jedną z naszych ziemskich przyjemności!

**Vi invitiamo a conoscerci! Zapraszamy!**

**ul. Rynek Staromiejski 1, budynek Ratusza Staromiejskiego (wejście od strony pomnika flisaka)**

**Czynne:**

**Poniedziałek 12.00-22.00  
Wtorek, środa, czwartek 12.00-23.00  
Piątek, sobota 12.00-24.00  
niedziela 12.00-23.00**



# NIE ŚPIJ! PRZED NAMI NOC MUZEÓW



Zamiast przed komputerem czy telewizorem można spędzić wieczór, odwiedzając miejsca, na które zwykle brakuje nam czasu. Zarezerwujmy sobie godziny wieczorne z 14 na 15 maja, bo otworzą się przed nami drzwi muzeów i innych instytucji, zachęcając do ich odwiedzenia. A będzie co zobaczyć!

Po raz pierwszy zorganizowano przy okazji, inni właśnie z okazji 13 lat temu w Muzeum Narodowym w Poznaniu. Obecnie Toruń jest jednym ze 126 miast, w których sztuka wychodzi nam naprzeciw w ramach Nocy Muzeów. Nasze miasto odwiedzają mieszkańcy całej Polski – od Trójmiasta po Śląsk – jedni

**Do Muzeum na Kantora, a do Halika na tingatinga** – Z uwagi na zainteresowanie, taką noc organizujemy już nie raz, ale cztery razy w roku – mówi Justyna Matella, kierownik Działu Edukacji toruńskiego Muzeum Okręgowego. – Zawsze sporo osób korzysta

z wejścia na wieżę ratuszową – osobiście polecam, bo panorama Torunia nocą jest niezapomnianym widokiem. Na ostatnie wejście zapraszamy o 23.30. Wielu zainteresowanych co roku przyciągają nasi konserwatorzy, opowiadający o tajnikach swojej pracy. Zapraszamy także na wystawę malarstwa i rzeźby polskiej po 1945 roku, która po wielu latach i uzupełnieniu kolekcji wraca w nowej, odświeżonej aranżacji.

Na wystawie będzie można zobaczyć m.in. dzieła Tadeusza Kantora, Andrzeja Wróblewskiego, Zdzisława Beksińskiego, Władysława Hasióra



Dyrektor Muzeum Okręgowego Marek Rubnikowicz Fot. S. Jędrzejewski

czy Jerzego Dudy-Gracza. Do Kamienicy Pod Gwiazdą można się wybrać na spotkanie z kolekcjonerem japońskiego uzbrojenia. Dla osób zafascynowanych Afryką w Muzeum Podróżników poznamy sekrety malarstwa tingatinga, wysłuchamy prelekcji o Tanzanii i Mozambiku. Sporo atrakcji dla całych rodzin, bo dobrze bawią się tam zarówno najmłodszy, jak i dorośli, kryje Muzeum Historii Torunia. W formie interaktywnej osi czasu prezentowane są filmy ukazujące dzieje miasta na tle wydarzeń w Polsce i na świecie. Jest seans w 3D filmu „Księga Toruń”. Z wielkoformatowych puzzli można układać kamienice z różnych okresów historycznych oraz obserwować modę zmieniającą się na ulicach. Dowiemy się także, jak dawniej wyglądała zastawa stołowa. Odbędziemy wirtualny spacer po dawnym toruńskim porcie. Jak pakowano i ozdabiano pierniki oraz jak je fachowo wypiekać – te tajemnice odstoni przed nami Muzeum Toruńskiego Piernika. W Domu Mikołaja Kopernika na odwiedzających czeka oprowadzanie przez kustosa, drukowanie dzieła astronoma „O obrotach sfer niebieskich”, rebusy i zagadki dla najmłodszych. Jak zawsze z okazji Nocy Muzeów odbędzie się kiermasz wydawnictw muzealnych – w atrakcyjnych cenach zakupimy ciekawe pozycje książkowe.

**W CSW do 1.00 w nocy** W ramach „Magazynu sztuki” w Centrum Sztuki Współczesnej odbędą się warsztaty twórcze, których punktem wyjścia będą instalacje Jarosława Kozłowskiego. Organizatorzy zapraszają na mierzenie, ważenie, odciskanie, rysowanie na czas. Dla marzących o wzbijaniu się w przestworza na przygotowanych stanowiskach warsztatowych będzie można skonstruować własną maszynę latającą. Tematyka latania będzie poruszana w bajkach puszczańskich z rzutnika o krasnoludkach, ptakach i innych stworzeniach latających lub marzących o lataniu. Na odwiedzających CSW czekają aktualne wystawy, m.in. moda „Art next to Fashion”, wykładówców toruń-

skich Sztuk Pięknych „Raport” czy współczesnej sztuki tureckiej „Czyste wody”. Na Noc Muzeów przygotowano pokaz mody z kostiumami toruńskiego artysty Karola Miętkiewicza. W kinie zobaczymy polsko-duńską produkcję o prawdziwym obliczu świata mody – „Modelkę” oraz dokument o związkach mody i polityki „Political dress”. Dla lubiących muzykę – koncerty Janka Gębali i Jacka Bułatka oraz set DJ Funktion.

## Makatki i buraczane przysmaki

Pod hasłem „Stodkiej gadki – szmatki” zaplanowano muzealną noc w Muzeum Etnograficznym. W związku z aktualną wystawą „Mądrości i gadki z kuchennej makatki” sporo atrakcji będzie właśnie z nią związanych, m.in. spotkanie z bajkowymi postaciami zdobitymi makatki, będzie możliwość usłyszenia bajek o nich i od nich. Odwiedzający muzeum przypomną sobie dawne zabawy związane z haftowaniem, zaśpiewają tematyczne pieśni, zagrają w makatkowy flirt towarzyski. Będzie sposobność do tworzenia własnych powiedzonek, przyłączenia się do wykreowania wspólnego moralu – umoralniające hasła ozdobią jeden z muzealnych murów, poznania ściegów i tworzenia wzorów, używając piasku czy kredy. Żegnając się z wystawą „Burak z cukrem. Historia i konteksty”, burak cukrowy odstoni przed mieszkańcami tajemnice swojej stodkiej natury, nie tylko w postaci stodkich słówek. Pod mikroskopem przyjrzymy się kryształkom cukru, skosztujemy przysmaku – syropu o kontrowersyjnej nazwie „fjut” oraz najemy się krówek domowej roboty. – Na jednym ze stanowisk będzie można nadrukować sobie teksty, aforyzmy pochodzące z makatek. Dlatego wszystkich zainteresowanych prosimy o przyniesienie koszułek, toreb czy innych elementów garderoby, na których własnoręcznie wykonają napisy – informuje Olga Kwiatkowska z Działu Edukacji Muzeum Etnograficznego.

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

REKLAMA

TRN 2016051304G

## NOC MUZEÓW W REGIONIE: WYSTAWY, KONCERTY, SPEKTAKLE



Wystawa „Stanisław Czajkowski (1878–1954). Malarstwo” we włocławskim Muzeum Ziemi Kujawskiej i Dobrzyńskiej fot. Jarosław Czerwiński/MZKiD

**Cztery wojewódzkie jednostki kultury - Kujawsko-Pomorski Impresaryjny Teatr Muzyczny w Toruniu, Muzeum Etnograficzne im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej w Toruniu, Galeria Wozownia oraz Muzeum Ziemi Kujawskiej i Dobrzyńskiej we Włocławku po raz kolejny otworzą swoje drzwi dla zwiedzających w godzinach późnowieczornych. To wszystko w najbliższą sobotę (14 maja) w ramach dorocznej, międzynarodowej akcji „Noc Muzeów”.**

„Noc muzeów” to niezwykła inicjatywa, dzięki której mamy możliwość za darmo lub za niewielką opłatą uczestniczyć w wydarzeniach kulturalnych, takich jak wernisaże wystaw, koncerty czy spektakle teatralne. Serdecznie zapraszam mieszkańców regionu i jego gości do spędzenia sobotniego wieczoru w naszych instytucjach kultury – Piotr Catbecki, marszałek województwa kujawsko-pomorskiego.

**Teatr Muzyczny w Toruniu** od godziny 19 zaprasza na zwiedzenie Pałacu Dąbskich, wystawę prac ceramicznych, rzeźbiarskich i malarskich Kazimierza Kalkowskiego oraz fragmenty prób do zbliżających się premier teatru: „Jutro będzie za późno” i „Tajemnica Tomka Sawyer’a”. Na zakończenie (godzina 23) spotkanie z piosenką autorską, czyli recital Joanny Czajkowskiej-Zoń (bilety 10 zł.).

W **Muzeum Etnograficznym w Toruniu** „Noc muzeów” odbędzie się pod hasłem „Stodka gatka-szmatka”. W programie wernisaż wystawy „Mądrości i gadki z kuchennej makatki”, na którą złoży się ponad sto makatek (tkanina dekoracyjna, służąca do zawieszania na meblach, bądź na ścianach) z różnych części Europy oraz finał ekspozycji „Burak z cukrem. Historia i konteksty”. Na swoich gości muzeum czeka w godzinach 18-22.

**Galeria Wozownia** dla zwiedzających będzie otwarta w godzinach 16-22. W programie kuratorskie oprowadzanie po VII Międzynarodowej Wystawie Rysunku Studenckiego „Rysować naturalnie”, a także kiermasz, na którym będzie można zakupić wybrane albumy po bardzo atrakcyjnych cenach.

**Włocławskie muzeum** przygotowało zwiedzenie ekspozycji czasowych „Kąpiel w balii. Zwyczaj higieniczny dawnej wsi”, „Stanisław Czajkowski (1878-1954). Malarstwo” i „Początki. Stąd wyszliśmy – Grupa Kujawska 1952–1976” oraz wystaw stałych „Rzeźba ceramiczna Stanisława Zagajewskiego (1927-2008)”, „Życie i twórczość Wacława Bębnowskiego (1865-1945)”, „Kultura ludowa Kujaw i ziemi dobzyńskiej przelotu XIX i XX wieku”, a także warsztaty plastyczne „Podniebne lampiony”, pokazy, konkursy, degustacje i możliwość zakupu regionalnych potraw.

**ATRIUM  
COPERNICUS**  
Z MYŚLĄ O TOBIE

# WYGRAJ RODZINNY SAMOCHÓD!

29.04 – 14.05

WIELKA LOTERIA



[ATRIUM-COPERNICUS.PL](http://ATRIUM-COPERNICUS.PL)

DOLĄCZ  
DO NAS NA



DARMOWE WIFI

**UNICAR**<sup>2</sup>

Koncesjoner Renault i Dacia

**TIME  
TREND**

OPUSKA 2016

**Media Markt**

**Villeroy & Boch**  
1745

# ZDROWO I EKOLOGICZNIE

## EKOULTRAMARATONKA – BIEGA I UPRAWIA ZDROWĄ ŻYWNOSĆ

**MIŁOŚNICZKA ROŚLIN, ZWIERZĄT I BIEGANIA. ANNA ARSENIUK JEST ULTRAMARATONKĄ, A JEDNOCZEŚNIE RODZINNIE PROWADZI EKOLOGICZNE GOSPODARSTWO W GÓRSKU. W SWOIM ŻYCIU ŁĄCZY DWIE NAJWIĘKSZE PASJE. PRZYNAJE, ŻE OBIE SĄ RÓWNIIE PRACOCHOŁONNE.**

Bez cienia wątpliwości można powiedzieć, że Ania jest eko – łączy sport ze zdrowym odżywianiem. Zawsze lubiła aktywność fizyczną, dbała o sylwetkę i kondycję. Zaczęła biegać w podstawówce – od kilkuminutowych wypadów do lasu. Po ruchu czuła się lepiej, mijał ból zatok czy głowy. Z czasem biegi robiły się coraz dłuższe. Kiedy 16 lat temu długo nie wracała do domu, rodzina bardzo się zaniepokoiła jej zniknięciem – tak dobrze jej się biegło, że pokonała dystans z Górską do Zamku Bierzgowskiego i z powrotem, czyli jakieś 20 km. Obecnie tygodniowo pokonuje ok. 100 km. W ultramaratonach startuje od 8 lat – ma za sobą trzy starty w bieszczadzkim Biegu Rzeźnika, w maju biegnie w kolejnym, a także ubiegłoroczny debiut w 150-kilometrowym morderczym górskim Biegu Rzeźnika Ultra, który na trzystu startujących ukończyła 17 osób – Ania była wśród nich jedyną kobietą!

### Aktywność od rana do wieczora

Praca fizyczna na gospodarstwie zajmuje nieraz 12 godzin. Potem trening. Po powrocie późnym wieczorem często praca jest kontynuowana – podlewanie czy chociażby pieczenie chleba. W gospodarstwie Ani Arseniuk dominują sady, w których rosną zarówno popularne jabłonie, grusze, śliwy, jak również derenie, pigwy, rokitnik oblepicha, pa-

lecznik chiński, jagody goi, jagody kamczackie czy oliwnik baldaszkowy, który ma sto razy więcej likopenu – przeciwutleniacza działającego antynowotworowo niż pomidory. – Mamy również własne figi, cytryny i pomarańcze. A jeśli czegoś u siebie nie produkujemy, na przykład mąki, z której pieczemy chleb, to kupujemy od zaprzyjaźnionych kolegów ze Stowarzyszenia Ekołan, – opowiada Ania. U państwa Arseniuk jest ekologiczny raj – kompoty, dżemy, konfitury z winogron, z oliwnika, syropy z kwiatów czarnego bzu, soki owocowe, pasty z roślin strączkowych: bobik z pokrzywą, groch z majerankiem, fasola z pomidorami... Ekologia to również naturalne opryski – z wywarów roślinnych czy sfermentowanych paszy, ostoje owadów po-



żytecznych, miododajne krzewy i drzewa dla pszczół. To wszystko tworzy naturalną harmonię.

### Daktyle zawsze w cenie

Jak odżywia się ultramaratonka, która pokonuje tak niewyobrażalne dystanse? Przed codziennym, wieczornym treningiem zwykle zjada coś słodkiego – figi, kanapkę z miodem lub konfiturą. Po wysiłku pije

go kilka herbatników i daktyli, a do buktaka wodę z dodatkiem miodu czy melasy. Anna Arseniuk: – Niektórzy uczestnicy, dobiegając do punktów z jedzeniem, konsumują porządne bułki, zupy... Natomiast mój organizm tak koncentruje się

kakao lub je drożdżówkę z własnego wypieku. Na trasę ultramaratonu zwykle zabiera do kieszeni plecak biegowe-

na biegu, że podczas zawodów jem mało. Głód przychodzi po kilku godzinach na mecie, wtedy uzupełniam straconą energię

i minerały. Na kilka godzin przed zawodami często zjadam białe pieczywo lub makaron, chociaż na co dzień jem ciemne, bo tego dopomina się organizm.

Jaka jest dieta Ani na co dzień? Bogata w magnez, potas, żelazo i witaminy, a jest ich sporo w przecierze pomidorowym czy pyłku kwiatowym. Biegaczka je sporo sałaty, sałatek, surówek z dodatkiem oleju rydzowego, dyniowego czy lnianego, ciemny ryż i makaron, sporo kasz, płatki zbożowe, uwielbia orzechy. Dania, które przyrządza, lubi przyprawiać wieloma ziołami. Jej domowemu menu obca jest monotonia. – Przed śniadaniem zwykle idę do ogrodu i zrywam pokrzywę, czosnek niedźwiedzi, krwawnik... W kuchni wystarczy mieć fantazję – przecież same pomidory można przyrządzić na wiele sposobów. Jem to, co akurat jest w pełni dojrzałe – mówi biegaczka.

Sama robi kefir, zsiadłe mleko czy sery. Nie ukrywa, że jest również łasuchem. Po każdym zawodach biegowych w nagrodę piecze sobie... tort – zwykle orzechowy. Zdradza, że po Run Toruń zrobiła z czerwoną porzeczką. Po treningach w ramach „Night Run” – nocnych biegów z czołówkami po Toruniu, które prowadzi z Krzysztofem Gregrowskim na uczestników również czeka domowe ciacho. Po takim wysiłku można sobie pozwolić – a co! Powiedzenie „w zdrowym ciele, zdrowy duch” pasuje do Ani – uśmiechnięta, bardzo pozytywna. Podkreśla, że bieganie wzmocniło jej odporność i poprawiło wydajność organizmu. Codziennie daje energię do pracy, a tej na gospodarstwie od rana do wieczora nie brakuje. Anna Arseniuk równa się bezustanna aktywność! To prawdziwa ekoultramaratonka.

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

TRN 2016051306G

**u Flisaka**  
RESTAURACJA  
TORUŃSKA

ul. Żeglarska 25  
tel. 799 111 063

www.uflisaka.com.pl



# SEZONOWO NA TALERZU

**POMIDORY, OGÓRKI, TRUSKAWKI... – WIELU Z NAS CIESZY SIĘ JUŻ NA WIOSENNE I LETNIE OWOCE ORAZ WARZYWA. W KOŃCU MOŻNA DOKARMIĆ NASZ ORGANIZM NIEZBĘDNYMI WITAMINAMI I MINERAŁAMI. PO ZIMOWEJ MONOTONII NA TALERZU, CZAS NA OWOCOWĄ I WARZYWNĄ WIELOBARWNOŚĆ!**

Wzrasta nasza świadomość konsumencka. Coraz częściej czytamy etykiety, próbujemy unikać konserwantów. Choć chemii nie wyeliminujemy z diety całkowicie, możemy ją znacznie ograniczyć. Warto celować w rodzime produkty – sezonowe, od zaufanego rolnika, jak najmniej przetworzone, bez nieracjonalnie długiego terminu ważności. Ilona i Wojciech Lewandowscy starają się zdrowo odżywiać i racjonalnie wybierać produkty: - Sprawdzamy na etykietach, żeby było jak najmniej składników typu E, jak najmniej konserwantów, unikamy przetworzonej żywności. Lubimy eksperymentować w wymyślaniu nowych dań, bardzo często korzystamy z tych produktów, na które jest akurat sezon.

**Zielone odkwasza organizm** Zamiast spotykanych w marketach zimą importowanych gigantycznych truskawek, malin czy szybko dojrzewających, dzięki etylenowi, bananów poczekajmy na owoce i warzywa z własnych ogródków lub od sąsiada, rolnika zza miedzy. Jak za czasów naszych mam i babć do łask wracają własne przetwory. Ta tendencja cieszy. Judyta

Malagowska, dietetyk: – Warto już latem myśleć o okresie zimowym – robić własne przetwory: dżemy, konfitury, kompoty, mrozić owoce i warzywa. Mrożenie nie zabija witamin i składników mineralnych, więc jest to doskonały sposób na przechowanie wiosennych, letnich i jesiennych zbiorów. Nawet zimą o wiele lepszym rozwiązaniem jest kupowanie mrożonek, szczególnie polskich producentów, niż zagranicznych owoców i warzyw. Nasz organizm potrzebuje przede wszystkim zielonych warzyw, które odkwaszają nasz organizm, a także czerwonych owoców i warzyw, roślin strączkowych. Dopasujmy dietę do sezonowości – jedzmy kapustę, szparagi, truskawki, jagody, kiedy jest na nie czas.

Pani Judyta podkreśla, że warzywa możemy jeść praktycznie bez ograniczeń, nawet pięć porcji dziennie: mają mało kalorii, niewiele cukru. Owoce są ważne, ale dwie-trzy porcje dziennie wystarczą. Najlepiej w godzinach przedpołudniowych. Duże ilości owoców, zawierających fruktozę, czyli cukier prosty, to kaloryczność porównywalna do zjedzenia tabliczki czekolady.

Dlatego konsumujemy rozważnie. Koktajle na bazie mleka roślinnego – ryżowego, migdałowego, z dodatkiem limonki, na pewno dostarczą dużej porcji energii każdego dnia. Anna Czyż, dietetyk w Marwicie, jest autorką diety bazującej na sokach. – To soki, ale również świeże owoce. Dietę taką stosuje się przez cztery dni nie częściej niż raz na trzy-cztery miesiące. Oczyszcza organizm i pomaga zrzucić, w zależności od płci, 2-4 kilogramy.

Pani Ania poleca również porcję warzyw, których potrzebujemy od 50 do 700 g dziennie, na wieczór – skropionych sokiem z cytryny czy oliwą. Koktajle, z modnym ostatnio jarmużem bogatym w kwas foliowy i witaminę C, warto robić z dodatkiem awokado, zmielonego siemienia lnianego, orzechów czy migdałów, czyli elementów zawierających tłuszcze roślinne ułatwiające wchłanianie witamin, w szczególności witaminy A.

**Ze sprawdzonych źródeł, bez chemii**

W Warzywniaku Sadowskich spotkamy produkty prosto od rolników. Sezonowość to podstawa. Jest czas na dynie, kapusty, kalafiora, brokoły... Kon-

fitury, dżemy, przeciera pomidorowe, ogórki w zalewie curry, śliwki w occie, dynie w zalewie słodko-kwaśnej, chrzanny, octy i musztardy według średniowiecznej receptury – od lokalnych wystawców, bez konserwantów, bez ulepszczy, nie z przemysłowej produkcji. Bartosz Sadowski: – Kładziemy nacisk na sprawdzone źródła, od gospodarzy, wytwórców, którzy mają ekologiczne uprawy. Część produktów pochodzi od moich rodziców z gospodarstwa, część od innych zaprzyjaźnionych rolników.

Rolnictwo ekologiczne to nie wydumane hasło, ale faktycznie zdrowie na talerzu. Marek Niemczyk z Luchowa dowozi swoje produkty do Torunia i sprzedaje je na jarmarku organizowanym w pierwszą sobotę miesiąca na terenie Muzeum Etnograficznego. Teraz można u niego kupić m.in. cebulkę, botwinę, szczaw, rzodkiewki, białą rzepę, sałatę, ziemniaki. Wszystko wyrasta i dojrzewa na naturalnych nawozach. Można? Oczywiście. W dodatku wielki z tego pożytek. Marek Niemczyk: – Nawozy naturalne stosuję od 2000 roku i widzę ogromną różnicę w po-



Marek Niemczyk to prawdziwy ekorolnik Fot. Sławomir Jędrzejewski

równaniu do stosowania chemii syntetycznej – plony od lat mam o wiele stabilniejsze. W ubiegłym roku, kiedy była susza, nasze zbiory były tylko o pół tony mniejsze niż normalnie. A rolnicy, którzy używają nawozów sztucznych, mieli nawet o połowę gorsze. Pan Marek wraz z żoną Scholastyką uprawiają ponad 50 różnych gatunków warzyw. W zeszłym roku eksperymentował z arbusami, w tym sezonie chce sadzić melony, soję i grykę. Zasiał egzotyczne kiwano. Gospodarze kiszą również ogórki, kapustę, robią

marynaty z buraków. Działają w ramach Rolnictwa Wspieranego przez Społeczność na terenie Bydgoszczy i Piły – można wykupić abonament i w sezonie rolnicy dowożą „pod drzwi” sezonowe produkty. W Toruniu również działa taka inicjatywa i wielu mieszkańców z niej korzysta. Mamy zatem wybór – z chemią czy bez niej. Wystarczy poszukać, a na pewno znajdziemy zdrowe produkty, które zyskują na popularności.

Hanna Wojtkowska  
redackja@toronto-magazyn.pl

REKLAMA

TRN2016051307G



Zdrowa dieta z dostawą



**RABAT 5%**  
na hasło  
**"TORONTO"**

**WYBIERZ DIETĘ!  
POZNAJ MENU!**

LightBox to całodienne zestawy pełnowartościowych posiłków o niskim indeksie glikemicznym, dostarczonych do Klienta, który chciałby się zdrowo odżywiać lub zdrowo i efektywnie schudnąć. Posiłki skomponowane są w oparciu o aktualne normy i zalecenia instytutu Żywności i Żywienia.

**Jesteśmy w Toruniu i 60 innych miastach**

[www.lightbox.pl](http://www.lightbox.pl) kontakt@lightbox.pl  
+48 513 513 661 Pn. - Pt. 10 -18

- 

**OPTIMUM**
- 

**VEGE**
- 

**NO FISH**
- 

**GLUTEN FREE**

REKLAMA

TRN2016051308G

## Skandynawskie meble dla dzieci





Nowy salon Flexa w Toruniu, Osiedle Sztuk Pięknych  
ul. Broniewskiego 6, tel. 662 095 924, [www.sklep.mebleflexa.pl](http://www.sklep.mebleflexa.pl)



# TORUŃSKIE DNI RODZINY – CZAS NA WSPÓLNĄ ZABAWĘ

**ŻEBY POBYĆ RAZEM I NIESTANDARDOWO SPĘDZIĆ CZAS. DZIĘKI COROCZNYM OBCHODOM TORUŃSKICH DNI RODZINY DLA RODZICÓW I DZIECI PRZEWDZIANO WIELE INTERESUJĄCYCH SPOTKAŃ, WARSZTATÓW, WYSTAW, FESTYNÓW I ATRAKCYJNYCH MIEJSC. TO CZAS INTEGRACJI ORAZ DOBREJ ZABAWY!**

Międzynarodowy Dzień Rodzin jest obchodzony na całym świecie 15 maja, ale w Toruniu to aż dziesięć dni celebrowania – od 13 do 22 maja. Fundacja Nadzieja dla Rodzin wraz z Urzędem Miasta, w ramach projektu „Jesteśmy Razem”, od kilku lat zaprasza wszystkie rodziny do korzystania z wielu atrakcji przygotowanych z okazji święta. – To inicjatywa, dzięki której chcemy promować rodzinę i podkreślać jej znaczenie w społeczeństwie, a także zachęcić mieszkańców Torunia do współdziałania na rzecz toruńskich rodzin – mówi Agnieszka Wiśniewska z fundacji. W ubiegłym roku w dniach rodzin uczestniczyło ponad tysiąc mieszkańców. Co roku do akcji włączają się nowe podmioty – to cieszy, bo dzięki temu rodziny mogą korzystać z większego wachlarza atrakcji. W tym roku wydarzenie wsparło ponad 30 partnerów. Zapowiada się plastycznie, muzycznie, fotograficznie, filmowo, sportowo... Inauguracja: 15 maja w Piernikowym Miasteczku z licznymi niespodziankami. A w kolejne dni na taneczne szaleństwa zaprasza Studio Tańca Fantom oraz Młodzieżowy Dom Kultury, który przygotował „Hopsasanki”. Do CSW można się wybrać na projekcje bajek czy konstruowanie maszyny latającej. Planetarium zabierze wszystkich w podróż z młodym Niko, czyli Kopernikiem, z którym razem popatrzyście w gwiazdy. Będzie można

wybrać się do zagadkowego escape roomu, na basen, piłkę nożną, na makijaż dla mamy i córki, pokaz filmu „Mała Miss” w Dworze Artusa, spektakl „Rosnę” w Impresaryjnym Teatrze Muzycznym, a w Teatrze Lalek na „Potargańca”. Ciekawie zapowiada się zabawa z cieniami w Domu Muz i spotkanie z przedstawicielami innych kultur. Atrakcje przygotowały Przedszkola Miejskie

gnąć porad specjalistów, m.in. psychologów i logopedów. Gros interesujących festynów, konkursów, wspólnych zabaw i warsztatów warto śledzić w stronie fundacji. Znajdziemy tam szczegółowy harmonogram. Fundacja i miasto od lat wspierają toruńskie rodziny, szczególnie wielodzietne, bo zwykle tym jest trudniej i potrzebują większego wsparcia. W fundacji dzieci korzystają z darmowych

instytucji włączających się jako partnerzy do tej inicjatywy. Nadzieja dla Rodzin stara się o kolejne udogodnienie. – Obecnie próbujemy wywalczyć zniżki – na ogólnopolską kartę – w sklepach spożywczych. Po zebraniu odpowiedniej liczby podpisów przedstawimy propozycję właścicielom marketów. Zobaczymy, czy rozmowy potoczą się pozytywnie – opowiada o nowej inicjatywie pani Agnieszka

dwoje. Kolejne marzenia fundacji? Powołanie do życia centrum dla rodzin. To tam rodzice i dzieci mogliby znaleźć wsparcie ze strony specjalistów, powstałby klub dziecięcy, organizowane byłyby warsztaty oraz spotkania dla najmłodszych i ich rodziców.

metoda to na przykład tworzenie Rodzinnej Tablicy Zadań, które obowiązują poszczególnych członków rodziny. Dzięki temu można uczyć się odpowiedzialności i współpracy – wyjaśnia Agnieszka Wiśniewska. – Natomiast w Skrzynce Marzeń umieszczane są, zapisane na karteczkach, pragnienia. Często okazuje się, że marzenia rodziców i ich pociech są diametralnie różne. Być może dzieci nie



Magdalena Klonek z córkami: Justyną, Pauliną i Mają

Fot. Sławomir Jędrzejewski

nr 3 i 4, Barbarka i gospodarstwo agroturystyczne „Brzoza”. Do zwiedzania ruin Zamku Krzyżackiego bezpłatne wejściówki czekają w siedzibie Nadziei dla Rodzin. Na nieliczne warsztaty obowiązują zapisy, w tym m.in. do Żywego Muzeum Piernika. Podczas Toruńskich Dni Rodziny skorzystacie ze zniżek w Grocie Solnej i na usługi fotograficzne. Dodatkowo będzie można zasię-

wych lekcji angielskiego. Rodziny wielodzietne są uprawnione do posiadania Ogólnopolskiej i Toruńskiej Karty Dużej Rodziny (mogą starać się o obydwie). Przysługują one wszystkim rodzinom wielodzietnym, niezależnie od dochodu. Korzyści? Zniżki w partnerskich sklepach, na bilety wstępu, warsztaty, kursy, na wybrane usługi. Fundacja wciąż zabiega o więcej placówek,

ka. Na portalu fundacji istnieje platforma służąca wymianie różnych sprzętów, ubrań, akcesoriów... Duża rodzina to sporo obowiązków i ciężka praca. Zabieganie powoduje, że rodzicom zwykle brakuje czasu na bycie tylko ze sobą – jako mąż i żona. Fundacja co roku z okazji Dnia Zakończonych organizuje randki dla małżonków. To czasem jedyna taka chwila w roku, żeby rodzice mogli spędzić czas tylko we

Żeby rodzina dobrze funkcjonowała, muszą panować w niej właściwe relacje, wzajemne wsparcie i podział obowiązków. – Jako pierwsi wprowadziliśmy nowatorskie metody mające na celu usprawnienie funkcjonowania tych sfer, między innymi Metodę Opartą na Relacjach i Metodę Indukcji Behawioralnej. Pierwsza z nich wpływa na poprawę przestrzeni relacyjnej wewnątrz rodziny. Z kolei druga

marzą o piętrowym łóżku czy nowej zabawce, ale o poświęcaniu im uwagi! Potrzeby materialne wielokrotnie schodzą na dalszy plan... Toruńskie Dni Rodziny to doskonały czas, żeby się integrować, być razem i odetchnąć od codziennej rutyny. Zbliżyć się do siebie nawzajem, spędzając czas na dobrej zabawie.

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

AUTOPROMOCJA

## KONKURS PLASTYCZNY

dla dzieci do 12 roku życia

Na Wasze prace czekamy do 23 maja 2016  
w punkcie informacyjnym CH "Plaza",  
ul. Broniewskiego 90 lub w redakcji magazynu,  
ul. Grudziądzka 79/6 w godz. 9:00-16:00

WYSTAWA WYRÓŻNIONYCH PRAC OD 25 MAJA  
W CH "PLAZA"






ilustracja na podstawie freepik.com

toronto-magazyn.pl

# CHARYTATYWNY ROTARY CLUB OBCHODZI ĆWIERĆWIECZE

ICH MISJĄ JEST WSPIERANIE INNYCH. ROTARIAN NA CAŁYM ŚWIECIE ŁĄCZĄ WARTOŚCI ZAWODOWE, ETYCZNE I MORALNE. DZIAŁAJĄCY W TORUNIU ROTARY CLUB OBCHODZI W MAJU SWOJE 25-LECIE.

Na całym świecie istnieje kilkanaście tysięcy Klubów Rotary. W sumie działa w nich ponad 1,2 mln osób. Łączą ludzi wszystkich zawodów, narodowości, wyznań i przekonań. W Polsce Rotary rozpoczęło działalność w latach 20. minionego wieku i prowadziło ją do 1938 roku. Ponownie pojawiło się dopiero po 89 roku. Obecnie w naszym kraju działają 73 kluby. Toruński klub zrzesza 30 członków i rozpoczął swoją działalność 25 lat temu. – Na początku, ruch rotariański narodził się w 1905 r., przez długi czas do klubów przyjmowano wyłącznie mężczyzn. Po II wojnie światowej zaznaczyły się silne tendencje ku demokracji i koedukacji. Nadal istnieją wyłącznie męskie Kluby Rotary, ale również są takie, które składają się w stu procentach z kobiet i taki działa w Bydgoszczy – opowiada Leszek Kuk, profesor UMK na Wydziale Politologii i Studiów Międzynarodowych, długoletni członek klubu. Od 1 lipca będzie nowym prezydentem klubu, obecnym jest Ryszard Musielak. Zgodnie z zasadami Rotary, prezydenturę obejmuje się na rok. Do toruńskiego Rotary należą

głównie przedsiębiorcy, przedstawiciele wolnych zawodów i osoby związane z nauką. To ludzie, którzy chcą coś zrobić – przede wszystkim dla społeczności swojego miasta. Włączają się również do akcji pomagania potrzebującym w innych krajach.

## Rotarianin musi być wiarygodny

Rotary to pewne wartości. Leszek Kuk wymienia chociażby wiarygodność, uczciwość, rzetelność w działalności zawodowej, wierność podstawowym zasadom. Kto może zostać rotarianinem? Po pierwsze osoba powyżej 30. roku życia, z uwagi na istniejący już pewien dorobek zawodowy, po drugie – zalekondowana przez co najmniej dwóch członków klubu. – Wbrew utrzymującym się jeszcze tu i ówdzie opiniom, kryterium zamożności nie jest brane pod uwagę przy przyjmowaniu nowych członków do klubów rotariańskich, a nasz toruński klub jest tego dobrym przykładem – mówi Leszek Kuk. – Generalnie, w przytłaczającej większości przypadków, członkowie klubów wywodzą się z szeroko

rozumianej klasy średniej, ale z tą różnicą, że przynależność do niej oznacza obecnie trochę co innego niż przed wojną. W tej chwili ruch rotariański jest wysoce demokratyczny, a w niektórych krajach, na przykład w USA, wręcz masowy.

## Dla Torunia i dla świata

Za największe osiągnięcie międzynarodowej działalności Rotary uznaje się zaangażowanie w walkę z chorobą Heinego-Medina. Toruński klub wspiera społeczność naszego miasta w różnych obszarach – od fundowania stypendiów dla uzdolnionych gimnazjalistów i licealistów toruńskich szkół, zakupu sprzętu medycznego, aktualnie – defibrylatorów, rehabilitacyjnego, pomocy niepełnosprawnym, zakupupaczek dla podopiecznych z domów dziecka, uczniów, po wymianę okien w placówkach zgłaszających taką potrzebę czy ufundowanie ławek w centrum naszego miasta. Wartość tej pomocy od początku istnienia klubu to około 2 mln zł – działań na rzecz lokalnej społeczności oraz 900 tys. zł, którymi wsparto akcje międzynarodowe (m.in. udział w grantach na rzecz dostępu



Na zdjęciu Leszek Kuk

Fot. Sławomir Jędrzejewski

do wody pitnej w Afryce). Pieniądze są zarówno klubowe, jak również pochodzą od sponsorów, a także z Rotary Foundation – światowa fundacja rotariańska – warunek: klub musi posiadać większą część środków własnych. Od lat toruński klub bierze udział w projekcie wymiany młodzieży między Toruniem a USA, Kanadą, Meksykiem i Brazylią. Na roczną naukę za granicą wyjechało już ponad 80 licealistów. W ubiegłym roku udało się reaktywować

młodzieżowy Rotaract – dla osób w wieku 18-30 lat, które bardzo często zasilają później Rotary Club. Toruńscy rotarianie spotykają się raz w tygodniu w Zajeździe Staropolskim i na pewno będą kontynuować swoją działalność przez kolejne lata.

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

**Pierwszy klub Rotary powstał w 1905 roku w Chicago. W naszym kraju działają 73 kluby Rotary. Należy do dystryktu polsko-ukraińsko-białoruskiego, ale 1 lipca nastąpi zmiana. Nasz dystrykt stanie się wyłącznie polski.**

REKLAMA

TRN2016051309G

**CHCESZ ZARABIAĆ**  
**3400 zł**  
**JAKO SPAWACZ?**

**ZRÓB PIERWSZY KROK I PRZYJDŹ DO NAS NA KURS!**

**ZAKŁAD  
DOSKONALENIA  
ZAWODOWEGO  
TORUŃ**

*Szkolimy  
zawodowo!*

- spawanie elektroda, MAG, MIG, TIG, gazowe
- szkolenia bhp
- montaż rusztowań
- kursy pedagogiczne
- eksploatacja i dozór urządzeń, instalacji i sieci elektroenergetycznych, gazowych i ciepłowniczych (uprawnienia URE SEP)

- operator koparkoładarek
- obsługa sprzętu i urządzeń objętych dozorem UDT
- kierowca operator wózków jezdniowych
- obrabiarki CNC
- i wiele innych

**Zakład Doskonalenia Zawodowego**  
87-100 Toruń, ul. Żółkiewskiego 37/41  
tel. 56 659 80 32, faks: 56 659 85 35; szkolenia@zdz.torun.pl  
[www.zdz.torun.pl](http://www.zdz.torun.pl)

Z tym ogłoszeniem **RABAT 20%** na wybrane kursy i szkolenia.

\* regulamin promocji dostępny u organizatora

REKLAMA

TRN2016051310G

[www.skoknike.pl](http://www.skoknike.pl)

**ZASKAKUJĄCO  
LEKKA  
POŻYCZKA  
KONSOLIDACYJNA**

4,5%

i życie staje się  
leższe!

Serdecznie zapraszamy do naszego oddziału w Toruniu, ul. Św. Katarzyny 15  
torun@skoknike.pl, pon.-pt. 9:00 - 17:00

T: 56 621 07 57, 667 639 711

LEKKA POŻYCZKA to oferta dzięki której możesz przenieść i połączyć swoje kredyty w jeden kredyt z oprocentowaniem tylko 4,5%. Przenieść można kredyty ratalne, gotówkowe, samochodowe, mieszkaniowe czy karty kredytowe. Całkowita kwota pożyczki: 35 000 zł, czas obowiązywania umowy 72 miesiące, 71 miesięcznych rat równych 555,67zł, oraz ostatnia 72 rata: 555,63zł, stopa oprocentowania pożyczki w skali roku: 4,5% (zmienna), prowizja 15%, tj. 5 250 zł, opłata przygotowawcza: 0zł, koszt ubezpieczenia Concordia na Życie: 2 082,50 zł; rzeczywista roczna stopa oprocentowania: 13,81%, całkowita kwota do zapłaty: 47 340,70zł, w tym odsetki: 5 008,20zł. Informacje podano na podstawie przykładu reprezentatywnego z dnia 20.10.2015r. Przedstawiona informacja nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego, a decyzja kredytowa o udzieleniu pożyczki zależy od oceny ryzyka kredytowego. Kasa „Nike” zastrzega sobie prawo do żądania od osoby ubiegającej się o udzielenie pożyczki dodatkowych dokumentów i informacji niezbędnych do dokonania oceny ryzyka kredytowego.

# DZIENNIKARSKIE STUDIO W TORUŃ PLAZA

NA CO DZIEŃ PISZĄ, MÓWIĄ, RELACJONUJĄ. TERAZ SPOTKAJĄ SIĘ Z MIESZKAŃCAMI MIASTA, BY ZAPROSIĆ NA WAŻNE WYDARZENIA I ZAPREZENTOWAĆ CIEKAWY INICJATYWY W TORUNIU. KTO? DZIENNIKARZE TRZECH TORUŃSKICH MEDIÓW.

Żaneta Lipińska-Patalon reprezentująca „Toronto” Magazyn Toruński, Piotrek Olszowski z radia „Gra” i Mariusz Orłowski z TV Toruń. Trójka dziennikarzy zaprosiła do studia „Plaza” swoich gości, żeby porozmawiać o ciekawych sprawach, które dzieją się w naszym mieście oraz by zaprosić torunian, chociażby na Juwenalia, które odbędą się już za tydzień.

## Na bieżąco w studio Plaza

Piotr Durtan i Wojciech Wasilewski z Samorządu Studenckiego UMK opowiedzą o tym, co będzie się działo podczas tegorocznego święta studentów. Prawdopodobnie będą przekonywać, że nie trzeba mieć ważnego indeksu, by na imprezie się pojawić. Nie tylko o koncertach, ale i wszystkich imprezach towarzyszących więcej dowiecie się już w piątek. A jeżeli jesteśmy już przy muzyce, nie możemy pominąć wywiadu z toruńską artystką. Sara Pach to dwudziestolatka, którą siłą rozpędu wchodzi na muzyczne salony. Zaczęła od publikacji muzycznych cove-

arów w internecie, a teraz ma na swoim koncie już autorskie kompozycje. Sara nie tylko śpiewa, również komponuje oraz gra na pianinie i gitarze. Ostatnim nagraniem „Niepodzielni” z raperem Mezo. Nie zabranie też czegoś dla pasjonatów. Tym razem dwa kółka. Ale nie będzie ani żużlowców, ani żadnego klubu motocyklowego. W świat motoryzacyjnej pasji wprowadzą nas najmłodszy adept sportów motorowych. Jak się okazuje, w Toruniu już nawet kilkusetkowie mogą jeździć na jednośladach. Oczywiście wszystko pod okiem rodziców i Łukasza Pawlikowskiego, który prowadzi wypożyczalnię pitbików dla maluchów.

## Bądźcie z nami

Pierwsza edycja dziennikarskiego studia „Moje Miasto” w CH Plaza odbędzie się już 13 maja. To pierwsza edycja cyklu, który będzie gościł w galerii raz w miesiącu. Poza możliwością spotkania zaproszonych gości, będzie można także zobaczyć relacje na łamach naszego magazynu i strony internetowej: [www.toronto-magazyn.pl](http://www.toronto-magazyn.pl), wydarzenie



będzie relacjonowane w TV Toruń, a na żywo rozmowy usłyszycie w radiu „Gra”.

Redakcja  
[redakcja@toronto-magazyn.pl](mailto:redakcja@toronto-magazyn.pl)

**MOJE MIASTO DZIENNIKARSKIE STUDIO W TORUŃ PLAZA  
UL. BRONIEWSKIEGO 90**

**13.05.2016, GODZ. 17.00**

## MAJÓWKA Z BMW 2016

TRADYCYJNIE W TORUNIU ODBYŁA SIĘ MAJÓWKA Z BMW I I RUNDA ZAWODÓW DRIFT OPEN. IMPREZA ZGROMADZIŁA TŁUMY FANÓW MOTORYZACJI Z CAŁEGO KRAJU. „TORONTO” MAGAZYN TORUŃSKI SPRAWOWAŁ NAD NIĄ PATRONAT MEDIALNY. FOT. MATEUSZ PATALON



# VELO TORUŃ 2016

DZIECI, AMATORZY, ZAWODOWCY I MICHAŁ KWIATKOWSKI NA CZELE. ŁĄCZNIE BLISKO DWA TYSIĄCE UCZESTNIKÓW KOLARSKICH ZMAGAŃ STAWIŁO SIĘ W ZESZŁY WEEKEND W TORUNIU. WYŚCIG ODBYWAŁ SIĘ NA TRZECH DYSTANSACH: GIGA, MEGA, MINI.

FOT. ROBERT BERENT



# NASZ TORUŃSKI „KWIATO” PRZYGOTOWUJE SIĘ DO OLIMPIADY

KOLARSKA DUMA TORUNIA MICHAŁ KWIATKOWSKI PRZEBYWA OBECNIE W NASZYM MIEŚCIE Z OKAZJI II EDYCJI VELO TORUŃ – SPORTOWEGO WYDARZENIA, KTÓRE ODBYŁO SIĘ 8 MAJA. NA CO DZIEŃ ZAWODNIK TEAMU SKY PRZEBYWA ZA GRANICĄ, GDZIE PRZYGOTOWUJE SIĘ DO TOUR DE FRANCE I IGRZYSK OLIMPIJSKICH W BRAZYLII.

26-letni kolarz szosowy, mistrz świata z 2014 roku o grodzie Kopernika nie zapomina. Odwiedził nasze miasto w związku z imprezą kolarską Velo Toruń, której jest inicjatorem, ale w sierpniu planuje kolejny przyjazd do Torunia. Zwykle spędza tu czas również w październiku i listopadzie. Wtedy bardzo często zamienia szosówkę na rower górski i przemierza okoliczne leśne trakty. Podczas każdego pobytu uczestniczy w treningach młodych adeptów kolarstwa w klubie Copernicus, którego był jednym z pomysłodawców i głównym założycielem. Sam również wpada tam na swój trening. – Nie zakładaliśmy klubu z myślą o osiągnięciu jakichś niezwykłych wyników dzieci i młodzieży, o wymuszaniu na nich sukcesu, ale żeby jak najwięcej osób zachęcić do kolarstwa, do prowadzenia zdrowego trybu życia. Zarówno z perspektywy zawodowców, jak i amatorów to po prostu piękny sport i warto się nim zajmować. Z całego sił pró-

buję być wzorem dla młodych kolarzy – mówi mistrz świata z 2014 roku. Velo Toruń również ma promować kolarstwo. Rok temu w tym sportowym wydarzeniu wzięło udział ponad tysiąc osób. W tym roku prawie dwa tysiące. Michał trenuje od 10. roku życia. Jest wychowankiem SMS Toruń i TKK Pacific. Od początku rower był dla niego ważny. Jako nastolatek dodatkowo biegał, grał w koszykówkę, chodził na siłownię. Teraz będąc od 2016 roku zawodnikiem profesjonalnej drużyny Team Sky w Wielkiej Brytanii, skupia się wyłącznie na jeździe. Michał zaznacza, że w nowej drużynie czuje się dobrze.

**Michał Kwiatkowski trenuje od 10. roku życia. Jest wychowankiem SMS Toruń i TKK Pacific. Od początku rower był dla niego ważny. Jako nastolatek dodatkowo biegał, grał w koszykówkę, chodził na siłownię.**

Podoba mu się podejście trenerów: wiara w sukces każdego zawodnika, wsparcie i zaszczerpanie pozytywnego myślenia. W tygodniu na rowerze

spędza około 30 godzin. Rocznie pokonuje 30 tys. km. Obecnie przygotowuje się do Tour de France, gdzie chce być częścią drużyny Sky, i olimpiady w Rio de Janeiro. Michał Kwiatkowski: – Zrobiłem w ubiegłym roku rekonasans w Brazylii, chciałem trasę zobaczyć na własne oczy i trzeba przyznać, że jest ona bardzo wymagająca. Podjazdy są śmiertelnie trudne. Na pewno nie będzie tam przypadkowego zwycięzcy, ale reprezentacja Polski jest zmotywowana i myślę o olimpiadzie z optymizmem!

Michał podkreśla, że poziom na wielu zawodach jest bardzo wyrównany, dlatego o zwycięstwie nie świadczy



Michał Kwiatkowski podczas II edycji Velo Toruń

Fot. Robert Berent

wygraną. Czy czasami ma ochotę rozstać się z kolarstwem? Zdarzają się momenty po morderczych treningach, że tak. Wówczas wspierają bliscy i koledzy z drużyny. To pomaga się podnieść i walczyć dalej. Co w kolarstwie jest najtrudniejsze? – Bycie cierpliwym i wytrwałym. Sport to ciągłe wzloty i upadki, porażek jest zwykle więcej. Nie istnieje niezawodna re-

cepta na sukces – przynajmniej zawodnik.

Trasy, które zwykle przemierza, kiedy odwiedza Toruń? Michał Kwiatkowski: – Najczęściej jadę w stronę Unistawia nową ścieżką rowerową. Jeśli planuję akurat trening tempowy, co byłoby zbyt niebezpieczne na takiej trasie, to oczywiście zamieniam na inną drogę. Lubię też jeździć w kierunku Świecia. Oczywiście uwielbiam

wyruszać w moje rodzinne strony – w okolice Działynia, 40 km od Torunia, czy Rypina. Najmilsze wspomnienie związane z grodem Kopernika? Michał bez wahania wymienia przywitanie na Starówce przez bliskich i mieszkańców po zdobyciu mistrzostwa świata, a także I edycję Velo Toruń. Trzymamy za kolejne starty Michała!

Hanna Wojtkowska  
redakcja@toronto-magazyn.pl

REKLAMA

TRN2016051311G

**Intermarché**  
SUPER

**ZAPRASZAMY**  
INTERMARCHÉ  
TORUŃ, UL. UGORY 4  
WRZOSY

**GODZINY PRACY**  
Pon. - Sob. 7:00 - 21:30  
Niedz. 9:00 - 20:00

**Aleja Masarzy**

Każda sztuka mięsa w Intermarché gwarantuje najwyższą jakość i najlepszy smak. Skąd to wiemy? Bo od początku do końca sami sprawujemy nad wszystkim pieczę. Dbamy o to, by mięso pochodziło od wyselekcjonowanych dostawców. Na miejscu, w sklepie nasi rzeźnicy dokonują fachowego rozbioru mięsa.

Co to oznacza dla Ciebie?

**Codziennie świeże mięso!**



TV reklama

WYRÓB WŁASNY

**KARKÓWKA WIEPRZOWA BEZ KOŚCI**

**10,99 / 1 kg**

od czwartku do soboty  
12-14 maja

**GULASZ WOŁOWY**

**19,99 / 1 kg**

od poniedziałku do środy  
16-18 maja

**BOCZEK WIEPRZOWY BEZ KOŚCI W PRZYPRAWACH**

**13,99 / 1 kg**

**PIERŚ KULINARNA Z KACZKI**

**17,99 / 1 kg**

od czwartku do soboty  
12-14 maja

# NARYSUJ SWOJĄ MAMĘ!

**PRZEDSIĘBIORCZE I ODNOSZĄCE SUKCESY, REALIZUJĄCE SIĘ JAKO MAMY I POTRAFIĄCE DZIELIĆ CZAS NA PRACĘ I DOM, WIECZNIE ZABIEGANE, ALE NIEZAWODNE. TAKIE SĄ NASZE MAMY!**

Mama jest Twoim bohaterem? W Toronto ogłaszamy maj miesiącem mam i zapraszamy Cię do wyjątkowej akcji. Na naszych łamach poruszymy tematy związane z macierzyństwem, odkryjemy jego blaski i cienie, sprawdzimy, jak żyje się mamom w Toruniu i dowiemy się, jak spędzają wolny czas. Wydarzeniem towarzyszącym akcji jest konkurs plastyczny skierowany do dzieci w wieku 3-12 lat. Jego finałem będzie wystawa wyróżnionych prac w Centrum Handlowym „Plaza” oraz wręczenie nagród dla finalistów konkursu. – Ostatni konkurs plastyczny, w którym mali, toruńscy artyści przygotowali swoje pierniki, zaskoczył nas ogromną popularnością. Tym razem proponujemy, chyba najbardziej wdzięczny temat, jaki mogą podjąć dzieci w swoich pracach – mamy. Konkurs organizujemy oczywiście w związku ze zbliżającym się Dniem Mamy, ale w naszym tygodni-



Tak było podczas rozstrzygnięcia naszego ostatniego konkursu plastycznego „Najbardziej Święteczny Piernik”

ku cały maj poświęcimy mamom. Wernisaz wyróżnionych prac odbędzie się 25 maja w CH „Plaza” i mamy nadzieję, że będzie to duże wyróżnienie dla małych twórców – mówi Żaneta Lipińska-Patalon, redaktor naczelna „Toronto”.

#### Dla kogo konkurs?

Konkurs skierowany jest do dzieci, maksymalnie do 12. roku życia. Technika wykonywanych prac jest

dowolna, maksymalny format to A2. Tradycyjnie będziemy doceniać kreatywność i zaangażowanie włożone w przygotowanie pracy. Wszystko skonfrontujemy z wiekiem małego artysty. Wybrane przez redakcję prace trafią na wystawę, która będzie blisko dwa tygodnie gościła w centrum handlowym. Pracę należy opatrzyć imieniem i nazwiskiem autora. Należy podać wiek

i telefon kontaktowy do opiekuna. Do udziału zachęcamy nie tylko osoby indywidualne, ale również grupy przedszkolne i szkolne. Ostatni dzień przyjmowania prac to poniedziałek, 23 maja. Gdzie należy złożyć prace? Do wyboru są dwie lokalizacje: punkt informacyjny w CH „Plaza”, czynny w godzinach funkcjonowania centrum przy ul. Broniewskiego 90, lub redakcja przy ul. Grudziądzkiej 79/6 w godz. 9.00-16.00. Dla wyróżnionych dzieci przewidujemy nagrody i uhonorowanie prac na wystawie. O finale akcji będziemy informować. Więcej można dowiedzieć się pod adresem: [redakcja@toronto-magazyn.pl](mailto:redakcja@toronto-magazyn.pl),



wpisując w temacie: **Mama moim bohaterem.**

Redakcja [redakcja@toronto-magazyn.pl](mailto:redakcja@toronto-magazyn.pl)

AUTOPROMOCJA

**Świat budzi się do życia, Ty obudź swoją firmę!**  
**- PROMUJ SIĘ W TORONTO! -**  
**TORUŃ POZNA TWOJĄ OFERTĘ**  
 Lokalna reklama w toruńskiej gazecie  
 Nowoczesny wygląd, tradycyjna forma  
 Nie czekaj! Stworzymy kampanię na miarę Twoich oczekiwań!

Zapraszamy do współpracy: „Toronto” Magazyn Toruński  
 ul. Grudziądzka 79/6 [reklama@toronto-magazyn.pl](mailto:reklama@toronto-magazyn.pl)

**Sylwia Szewczuk: 789 216 119**  
[sylwia.szewczuk@toronto-magazyn.pl](mailto:sylwia.szewczuk@toronto-magazyn.pl)

**Diana Koczorska: 789 223 013**  
[diana.koczorska@toronto-magazyn.pl](mailto:diana.koczorska@toronto-magazyn.pl)

**Kornelia Jasieniecka: 789 223 339**  
[kornelia.jasieniecka@toronto-magazyn.pl](mailto:kornelia.jasieniecka@toronto-magazyn.pl)

**Wernisaż**

**Współczesna sztuka turecka**

Wystawa „Czyste wody” to pierwsza tak duża prezentacja współczesnej sztuki tureckiej w Polsce. Biorą w niej udział zarówno artyści urodzeni w Turcji, jak i zamieszkujący różne części Europy. Charakteryzuje ją zatem wielka różnorodność, wynikająca z zestawienia odmiennych artystycznych indywidualności. W tym wspólnym, choć geograficznie rozproszonym i estetycznie zróżnicowanym europejskim kontekście, artyści reprezentują różne pokolenia i przedstawiają prace powstałe za pomocą rozmaitych środków wyrazu – od fotografii po sztukę performance. Łączy je refleksja nad tym, jak można pogodzić pozornie wykluczające się wzajemnie różnice. Szczególną rolę w tej pomyślanej jako heterotopia wystawie odgrywają silna tęsknota, pożądanie i pragnienie. W dzisiejszym świecie, w którym pragnienie pokoju, wolności, swobody ekspresji i miłości jest zagrożone bardziej niż kiedykolwiek, poszukiwanie odrębności i wolnego życia jest nadal tak prawdziwe, jak w poematach Nazima.



**13.05.2016, godz. 19.00**

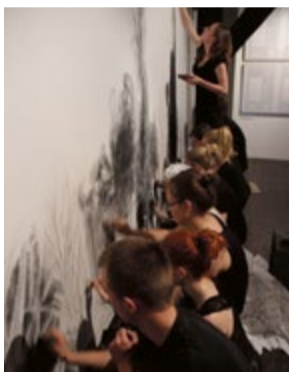
**Centrum Sztuki Współczesnej „Znaki Czasu”**

**Wstęp wolny**

**Wernisaż**

**VII Międzynarodowa Wystawa Rysunku**

Wystawy rysunku studenckiego organizowane są przez Zakład Rysunku UMK od 2008 roku. Tegoroczna edycja po raz pierwszy ma zasięg międzynarodowy. Na prezentacji pokazane zostaną 103 prace blisko 120 młodych artystów (lub grup artystycznych) z Polski, Białorusi, Ukrainy, Gruzji czy Hiszpanii. Mottem wystawy jest cytat z Dziennika Ferdynanda Ruszczyca: „Wilno, środa 19 V (1920). W ogrodzie Bernardyńskim. Rysują. Pokazują cienie na ścieżkach jako rysunek natury” (Ferdynand Ruszczyk, Dziennik, cz. II, Wilno, s. 76). Pokazane zostaną na niej różnorodne prace, które prezentują szeroko pojętą problematykę współczesnego rysunku (rysunek z natury i wbrew naturze, rysunek spontaniczny, wykonany, użytkowo-projektowy, mistyfikacje rysunkowe, rysunek faktu, „nie ręką ludzką uczyniony”, mix-inter-multimedialny, przestrzenny, animowany, ilustracyjny, foto-video rysunek, performance).



**13.05.2016, godz. 19.00**

**Galeria Sztuki Wozownia, ul. Rabińska**  
**Wstęp wolny**

**Spotkanie**

**Spotkanie z Kariną Bonowicz i Kariną Obarą**



„I tu jest Bies pogrzebany” to świeżo wydana powieść Kariny Bonowicz, zyskująca coraz większe zainteresowanie na polskim rynku książki popularnej. Nowy zbiór opowiadań pod roboczym tytułem „Granice” wyda wkrótce Karina Obara, autorka cenionego thrillera psychologicznego „Gracze”. Obie Autorki są mocno związane z Toruniem. Karina Obara to na co dzień dziennikarka „Gazety Pomorskiej”. Karina Bonowicz zaś jest autorką przewodnika online „Co ma piernik do Torunia, czyli subiektywny przewodnik po mieście (nie tylko) Kopernika dla (nie tylko) nowojorczyka”.

**13.05.2016, godz. 18.00 Cafe pARTer**  
**w Centrum Sztuki Współczesnej Wstęp wolny**

**Akcja**

**Europejska Noc Muzeów: Słodka gadka – szmatka**

Noc Muzeów w toruńskim Etnografiku jak zwykle będzie obfitować w atrakcje. Spotkanie rozpocznie się od wernisażu wystawy „Mądrości i gadki z kuchennej makatki”, prezentowanej w Spichlerzu w Parku Etnograficznym. Obrazy i hasła z haftowanych dzieł sztuki ludowej staną się podstawą rozmaitych działań. Postaci rodem ze świata ludowej wyobraźni zaproszą chętnych do stworzenia żywych makatkowych obrazów, wykreowania swoistego „moralu” inspirowanego umoralniającymi treściami oraz – pod okiem twórczyni ludowych – do haftowania, m.in. wspólnego kolorowego dzieła na ogromnym tamborku. Można będzie także zabrać ze sobą makatkowe hasła samodzielnie nadrukowane na przyniesionych przez siebie częściach garderoby lub płóciennej torbie (do nabycia podczas imprezy). Będzie też okazja do tworzenia własnych współczesnych hasła i mott na makatki oraz zagrania w makatkowy flirt towarzyski. Dzieci znajdą propozycje dla siebie wśród ludowych bajek i zabaw tematycznych oraz na specjalnym stanowisku z makatkowymi kolorowanymi wzorami z płóciennych obrazów będzie można również „wyhaftować” za pomocą piasku i kredy.



**14.05.2016, godz. 18.00-22.00**  
**Muzeum Etnograficzne, ul. Wały gen. Sikorskiego 19**  
**Wstęp wolny**

**Koncert**

**Poparzeni Kawą Trzy**

Wielki Koncert Charytatywny na rzecz hospicjum „Światło” w Toruniu. Wystąpi zespół Poparzeni Kawą Trzy, czyli grupa przyjaciół, muzyków i dziennikarzy. Stworzyli go pracownicy Radia RMF FM i Zetki oraz ich przyjaciele: Roman Osica, Krzysztof Zasada, Wojciech Jagielski, Mariusz Gierszewski, Krzysztof Tomaszewski, Marian Hilla, Jacek Kret. Poparzeni Kawą Trzy gościli na największych polskich scenach festiwalowych, takich jak Przystanek Woodstock 2012, Ostróda Reggae Festiwal, Czad festiwal, Finały WOŚP oraz Lato Dwójki i Radia Zet. Teksty do wszystkich utworów, a wśród nich takich przebojów jak Byłaś dla mnie wszystkim, Wezmę cię, czy Okrutna zła i podła napisał Rafał Bryndał. Ich muzykę określa się, jako mix ska/rocka i miejskiego folku.



**15.05.2016, godz. 17:00**

**Aula UMK**  
**Bilety: 40 zł**

**Koncert**

**Sebastian Riedel w Pameli (Andrzejewski, Kielak & Riedel)**

Kolejny ciekawy koncert w HRP „Pamela”. Tym razem wystąpi trio Andrzejewski, Kielak & Riedel, supportowane przez Wowę z Charkowa. Michał Kielak i Sebastian Riedel to ceniony duet złożony z charyzmatycznych muzyków reprezentujących dwa kultowe zespoły: Kasę Chorych i Cree. Tym razem zostaną wsparci przez Jakuba Andrzejewskiego, który niedawno zaprezentował się ze swoją formacją na scenie Pameli. Tradycyjnie repertuar tego projektu złożony jest z autorskich kompozycji Sebastiana Riedla wspartych ponadczasowymi utworami jego ojca – Ryszarda Riedla. Wieczór otworzy swoim solowym, wysokooktanowym setem Wowa z Charkowa. Będzie to kolejny koncert, którym klub świętuje swoją pełnoletniość.

**16.05.2016, godz. 19.00**  
**HRP „Pamela”, ul. Legionów 36**



**Spotkanie**

**Justyna Kopińska w Książnicy**

17 maja naszym gościem będzie tegoroczna laureatka europejskiego Pulitzerza – European Press Prize. Autorka dwóch głośnych reportaży – „Polska odwraca oczy” i „Czy Bóg przebaczy siostrze Bernardetcie Justyna Kopińska – dziennikarz, socjolog. Jej specjalnością są artykuły śledcze i reportaże, w których opisuje polski system sądowiczy i więzienny. Jest jedną z najczęściej nagradzanych polskich dziennikarek. Uhonorowano ją m.in. Amnesty International Journalism Award, Nagrodą PAP im. Kapuścińskiego, a w 2014 otrzymała wyróżnienie im. Andrzeja Woyciechowskiego. W tym roku otrzymała



prestiżową nagrodę European Press Prize, zwaną europejskim Pulitzerem. Jury wyróżniło ją za tekst „Oddział chorych ze strachu” zamieszczony w jej najnowszej książce – zbiorze reportaży „Polska odwraca oczy”.

**17.05.2016, godz. 18.00**

**Książnica Kopernikańska, ul. Słowackiego 8**  
**Wstęp wolny**

**Koncert**

**Mieczysław Szcześniak & Krzysztof Herdzin Trio**

Mieczysław Szcześniak i Krzysztof Herdzin ze swoim zespołem zabiorą nas w podróż do piosenek, które zapisały się w amerykańskiej historii, ale są równie ważne dla współczesnej muzyki. Ten pierwszy zaśpiewał doskonale jak zawsze, a drugi jest autorem stylowych i bezpretensjonalnych aranżacji – o czym można się przekonać na ich płycie „Songs From Yesterday”. Artyści stworzyli wspólnie wyjątkowy projekt z serii Great American Songbook. Muzycy zawiesili sobie poprzeczkę bardzo wysoko, decydując się na utwory z repertuaru największych: Johna Lennona, Marvin’a Gayer’a, Stevie Wondera czy Paula McCartney’ego. W trakcie koncertu usłyszymy takie przeboje jak chociażby This Is Not America, w oryginale wykonany przez Davida Bowie’ego i Pata Metheny, oraz Tears In Heaven Erica Claptona.



**18.05.2016, godz. 20.00**





**Dwór Artusa, Sala Wielka Bilety: 40/50 zł**



# DRZWI OTWARTE

## na wyjątkowym Osiedlu Sosnowy Las

Zdarza ci się marzyć o mieszkaniu, gdzie przez uchylone okno wpada zapach lasu, a poranną kawę umila śpiew ptaków? Możesz już niebawem zrealizować te marzenie... na Osiedlu Sosnowy Las w Toruniu.

 Doskonała komunikacja	 Stare Miasto pieszo 20 min., autem 5 min.	 Otoczenie przyrody	 Bezpieczne osiedle - ochrona	 Prywatne przedszkole
 Windy	 Podziemne hale garażowe	 Przestronne place zabaw	 Bliskość szkoły	 Supermarket 400m.
 Balkony, tarasy i ogródki	 Cicha, spokojna okolica	 Mieszkania z antresolami	 Rolety na parterze	 Wózkownie, komórki i schowki

Osiedla nie muszą być gęsto zabudowanym blokowiskiem, gdzie za oknem rozpościera się wyłącznie widok na okna sąsiada, czy ruchliwą ulicę. Udowadnia to deweloper PRES w swoim nowobudowanym Osiedlu przy ul. Strzałowej 17 w Toruniu.

Partner inwestycji:



## W czym tkwi jego wyjątkowość?

- Postanowiliśmy połączyć energię, jaką daje miasto, ze spokojem, którego poszukujemy w bliskości natury. Aby to zrealizować zaplanowaliśmy osiedle, którego częścią będzie fragment sąsiadującego lasu, adoptowanego na cele rekreacyjne mieszkańców. Wszystko to w zacisznej okolicy z dobrym dojazdem, praktycznie w każdym kierunku Torunia np. na Stare Miasto w 5 minut samochodem lub 20 min spacerem - opowiada Magdalena Olszewska, przedstawicielka firmy w zakresie sprzedaży i marketingu. Dogodna i zaciszna lokalizacja to nie wszystko co ma do zaoferowania PRES w budowanym Osiedlu. Teren będzie całkowicie ogrodzony i monitorowany, ze zlokalizowaną przy głównym wjeździe portiernią. Leśny obszar rekreacyjny, zostanie wyposażony w kameralne oraz wielofunkcyjne boiska sportowe: do koszykówki, siatkówki, piłki ręcznej lub nożnej.

o co często pytają nas klienci. Co do samych mieszkań, to posiadają one przestronny balkon lub taras, a te na II lub III piętrze również antresole w postaci części poddasza. Niektóre mieszkania na parterach, mają w zestawie indywidualne ogródki zielone. Latem tego roku kończymy I etap osiedla, a już niebawem, bo podczas Dni Otwartych w dniach 14-15 maja zaprezentujemy nową ofertę dla realizacji II etapu tej inwestycji. Dni otwarte będą doskonałą okazją, aby przekonać się co faktycznie deweloper PRES ma do zaoferowania swoim klientom. Są też doskonałą okazją do rozmowy z partnerami dewelopera, na temat doradztwa w pozyskaniu kredytów mieszkaniowych, w tym programu MDM, aranżowania i wykańczania wnętrza.

- Dla odwiedzających, razem z partnerem inwestycji - firmą IKEA, przygotowaliśmy mieszkania pokazowe. Dodatkowo IKEA zaprezentuje kilka projektów aranżacji kuchni, które prześlemy do wykorzystania nabywcom mieszkań. Również dla naszych klientów IKEA przygotowała atrakcyjne vouchery na zakupy swoich produktów w promocyjnych cenach.

## SOSNOWY LAS OSIEDLE

Będą też ścieżki spacerowe z ławkami oraz plenerowa siłownia. Firma Pres idąc krok dalej, w swoich planach umieściła budowę altanki do grilla z zapleczem sanitarnym oraz stoły do gier planszowych. W centralnej części osiedla powstanie przestronny plac zabaw dla dzieci. Dodatkowo osiedle posiadać będzie własne przedszkole i kilka lokali użytkowych, które mogą być przeznaczone przez nabywców na najbardziej niezbędne usługi jak sklep spożywczy czy apteka. Według planów magistratu, po sąsiedztwie będzie również wybudowana szkoła.

- Przy planowaniu osiedla, staraliśmy się sytuować budynki w tzw. mijankę, aby nie stwarzać poczucia gęstej zabudowy i zagładania sobie wzajemnie w okna - kontynuuje Magdalena Olszewska. Niezwykle istotne było dla nas, aby w centralnej części osiedla, odbywał się tylko ruch pieszy, a drogi dojazdowe i parkingi usytuowane były na zewnątrz. Oczywiście budynki mają także podziemne hale garażowe z bezpośrednim dostępem do poszczególnych klatek schodowych i wind. Ciekawostka, można parkować w nich samochody z instalacją LPG,

Co do samej oferty to w I etapie został już niewielki wybór prawie „gotowych” lokali. Właśnie te mieszkania oferujemy w naprawdę dobrej cenie. W tej chwili zaczynamy II etap budowy, gdzie wybór mieszkań jest większy i można według indywidualnych potrzeb klienta dopasować ich metraż czy kondygnację. Dodatkowo kiedy budowane mieszkania są jeszcze we wczesnej fazie realizacji, można je odpowiednio przeprojektować tak aby swoją funkcjonalnością spełniały oczekiwania i preferencje klientów.

**Serdecznie zapraszamy na Dni Otwarte Osiedla Sosnowy Las, które odbędą się przy ul. Strzałowej 17 w dniach 14 i 15 maja w godzinach 11-16.**

Zapraszamy również do odwiedzenia stron internetowych dewelopera PRES: [pres.com.pl](http://pres.com.pl) oraz [sosnowylas.com.pl](http://sosnowylas.com.pl).

