BIALSKI PRZEGLĄD AKADEMICKI

CZASOPISMO AKADEMII BIALSKIEJ IM. JANA PAWŁA II

NR 57 – CZERWIEC 2025 ISSN 2081-6324



25 LAT AB I 20 LAT UTW AB

BAL JUBILEUSZOWY Z OKAZJI 25-LECIA



JM Rektor Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II
prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk
ma zaszczyt zaprosić na

uroczysty **Bal Jubileuszowy**
z okazji **25-lecia Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II**,

16 września 2025 r.
w **hotelu Zamek Janów Podlaski** o godz. 19:00.

To wyjątkowe święto nas wszystkich – całej społeczności akademickiej.
Wspólnie celebrujmy nasz srebrny jubileusz.

Zachęcamy Państwa do uczestnictwa w dowolnej formule – z osobą towarzyszącą lub bez.
Koszt uczestnictwa w balu zawiera: posiłek ciepły wraz z deserem, bufet w formie szwedzkiego stołu (przekąski zimne, sałatki, dania ciepłe, desery), napoje w formie open bar (wino, piwo, wódka, whisky, kawa, herbata, soki, woda, napoje gazowane), bezpłatny transport (dla osób, które zaznaczyły opcję przy rejestracji).

Oprawę muzyczną wieczoru zapewni zespół Pink & Roll.

Jeżeli z przyczyn niezależnych będą Państwo zmuszeni zrezygnować z uczestnictwa w balu, będą Państwo proszeni o wskazanie osoby, która zajmie zwolnione miejsce. Uczelnia nie pośredniczy w zamianie uczestników. Będziemy jedynie prosić o aktualizację informacji nt. uczestnika balu – w tym celu prosimy o kontakt mailowy: jubileusz@akademiabialska.pl
Uwaga! Zapisy na bal jubileuszowy prowadzimy za pośrednictwem linku: https://forms.office.com/e/JvjBJUNhyB

Konto do wpłat za udział w balu jubileuszowym:
Santander Bank Polska S.A. 50 1090 2590 0000 0001 3548 0937, Akademia Bialska im. Jana Pawła II, 21-500 Biała Podlaska, ul. Sidorska 95/97.
W tytule wpłaty należy podać: imię nazwisko + imię nazwisko ewentualnej os. towarzyszącej.

TRANSPORT

Istnieje możliwość skorzystania z **bezpłatnego transportu** do Janowa zapewnionego przez uczelnię. Zapisy na transport prowadzone są w momencie rejestracji na bal – prosimy o zaznaczenie wybranej opcji w formularzu.
W przypadku rezygnacji z transportu należy poinformować organizatora (e-mail: jubileusz@akademiabialska.pl).
Wyjazd: godz. 18:20 spod hali AB/ Sidorska 107, 21-500 Biała Podlaska
Powrót: godz. 1:00 spod Hotelu Zamek Janów Podlaski (planowany przyjazd ok. godz. 1:30 pod halę AB).

NOCLEG

Zachęcamy Państwa do skorzystania z możliwości rezerwacji pokoju 2-osobowego w hotelu Zamek Janów Podlaski w preferencyjnej dla pracowników (cena obejmuje śniadanie w formie bufetu, dostęp do Internetu, do strefy wellness, wejście na basen; doba hotelowa od 16:00 do 11:00).
Uwaga! Liczba pokoi jest ograniczona. Hotel gwarantuje dostępność 90 pokoi w terminie do 21 dni od dnia zawarcia umowy (tj. do dnia 10 czerwca 2025 r.). Po tym terminie hotel nie gwarantuje pełnej dostępności pokoi.
Uczestnicy balu dokonują rezerwacji oraz opłaty za pokój hotelowy we własnym zakresie – prosimy o kontakt z recepcją hotelu Zamek Janów Podlaski, uczelnia nie pośredniczy w rezerwacjach noclegów.
Przy rezerwacji pokoju należy podać kod promocyjny uprawniający do zniżki - „JubileuszAB". Ponadto sugerujemy zapoznanie się z warunkami ewentualnej rezygnacji z noclegu obowiązującymi w Hotelu Zamek Janów Podlaski.

Hotel Zamek Janów Podlaski
ul. Zamkowa 1, 21-505 Janów Podlaski
Recepcja +48 83 379 08 50,
recepcja@zamekjanowpodlaski.pl
https://www.zamekjanowpodlaski.pl/

Z radością informujemy, że w trosce o komfort uczestników balu decyzją JM Rektora dzień 17 września 2025 został ogłoszony dniem rektorskim dla wszystkich biorących udział w balu!



OD REDAKCJI

Nadal jesteśmy w Jubileuszowym Roku 25 lecia powołania uczelni, który zakończy bal jubileuszowy 16 września w Janowie Podlaskim oraz kolejna inauguracja Nowego Roku Akademickiego 2025/26, przewidywana jak zwykle w dniu 16 października.

Okazuje się, że obchodzimy także inny ważny jubileusz 20-lecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Uroczystą galę z tej okazji zorganizowano na uczelni i w całym mieście Biała Podlaska w dniu 15 maja br. Informujemy o tych sprawach na łamach aktualnego numeru kwartalnika BPA. Gratulujemy naszym studentom seniorom pięknych efektów działalności wyróżnionych przyznaniem Uniwersytetowi III Wieku Bialskiej Nagrody Kultury im. Anny z Sanguszków Radziwiłłowej. Wielostronną działalność UTW doceniono także poprzez równorzędne przyznanie Bialskiej Nagrody Kultury pani dr Dorocie Karwackiej za inicjowanie, organizację i promowanie działań edukacyjnych i kulturalnych na rzecz społeczności bialskiej. Laureatom składamy gratulacje. Przyznanie tych zaszczytnych nagród świadczy o kontynuacji działań w uczelni dla dobra społecznego w powiązaniu z przeszłością historyczną.

W roku jubileuszowym jednostki Uczeni wskazują ożywioną działalność naukową i upowszechnieniową. Informują o tym materiały dotyczące organizacji konferencji naukowych, znaczenia mikrobioty dla zdrowia jamy ustnej i roli roślin dla pracy studentów. Kalendarium uczelni jest jak zwykle bogate i zachęcamy do poznania jego zawartości. Zachęcamy także do zapoznania się z aktywnością naszego młodego jeszcze chóru AB oraz z nowo otwartym ogrodem architektury krajobrazu.

Dziękujemy wszystkim współpracownikom, zarówno pracownikom uczelni jak i studentom za wkład w redagowanie i wydawanie BPA. Wszystkim życzymy udanych wakacji i dobrego wypoczynku.

Prof. dr hab. dr h.c. Mieczysław Adamowicz

Spis treści

Bal jubileuszowy z okazji 25-lecia Akademii Bialskiej 2
Świętujemy 25-lecie Akademii Bialskiej 2
20 lat Uniwersytetu Trzeciego wieku w AB 3
Bialska Nagroda Kultury im. Anny z Sanguszków Radziwiłłowej – Laureatka dr Dorota Karwacka 6
Bialska Nagroda Kultury im. Anny z Sanguszków Radziwiłłowej – Laureat Uniwersytet III wieku AB 8
FC Polonia Barcelona – Wzmocnienie polonijnych struktur w Hiszpanii 10
Sprawozdanie z II Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Dyscypliny Komplementarne Fizjoterapii" 11
Nasze zdrowie zaczyna się w jamie ustnej – charakterystyka mikrobioty 13
Zielono mi w głowie i spokojnie w mózgu czyli neurodydaktyka, fotosynteza i sesja: Jak rośliny ratują studentów przed katastrofą poznawczą 17
Kalendarium 19
Śpiewanie, które łączy kultury – o chórze Akademii Bialskiej 24
Nowo otwarty Ogród Architektury Krajobrazu – żywa pracownia nauki i innowacji 26
Artykuł z Cyklu filmowego „Nasienie świętej figi" 28
Wyjazd edukacyjny studentów Ekonomii do Poznania – logistyka, innowacje i nauka w praktyce 30
Bit, bas i juwenalia – rozmowa z DJ-em, który porwał tłum 29
Sprawozdanie z aktywności Studenckiego Koła Naukowego „Mediokreatywni" 31
The Impact of Early Foreign Language Learning on Child Development 32
Let's Go Down the Pub – The Cultural Significance of British Pubs 33
Biblioteka poleca 36
25 Lat Aakademii Bialskiej – I Zjazd Absolwentów 37

„Bialski Przegląd Akademicki"
Nr 57, czerwiec 2025
ISSN 2081-6324

Bialski Przegląd Akademicki jest czasopismem informacyjnym, wydawanym przez Akademię Bialską im. Jana Pawła II, skierowanym do pracowników i studentów uczelni oraz adresatów zewnętrznych.

Nadzór programowy i redakcyjny
prof. dr hab. dr h.c. Mieczysław Adamowicz

Redakcja i korekta: mgr Małgorzata Mikołajczuk m.mikolajczuk@akademiabialska.pl

Zdjęcia nieoznaczone inaczej: archiwum AB w Białej Podlaskiej

Okładka: Zdjęcia z archiwum AB w Białej Podlaskiej

Skład i druk: druk-24h.com.pl tel. 535 500 898

Adres redakcji

Akademia Bialska im. Jana Pawła II Wydawnictwo
21-500 Biała Podlaska, ul. Sidorska 95/97
tel. 83 344 99 72
e-mail: wydawnictwa@akademiabialska.pl

Wydawca
Akademia Bialska im. Jana Pawła II

Wszelkie prawa zastrzeżone
Autorzy publikacji nie otrzymują honorariów oraz akceptują jednoczesne ukazanie się artykułów na łamach „Bialskiego Przeglądu Akademickiego" i w Internecie. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów, zmian tytułów i redagowania tekstów dostarczonych w celu publikacji. Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych i nie odpowiada za treść zamieszczanych reklam oraz ogłoszeń.

ŚWIĘTUJEMY 25-LECIE AKADEMII BIALSKIEJ

Rok akademicki 2019/2020

- 16 czerwca 2020 r. – wybór prof. dr. hab. Jerzego Nitychoruka na rektora PSW – kadencja 2020-2024.

Rok akademicki 2020/2021

- 17 maja 2021 r. – uroczystość wmurowania kapsuły czasu pod budowę Domu Studenta wraz z rozbudową bazy dydaktycznej.

Rok akademicki 2021/2022

- 16 października 2021 r. – inauguracja roku akademickiego 2021/2022 oraz otwarcie Domu Studenta nr 2.
- 25 stycznia 2022 r. – przyznanie prof. dr. hab. Marcinowi Weinerowi tytułu Doktora Honoris Causa przez Narodowy Uniwersytet Medyczny imienia I.Ja. Horbaczewskiego w Tarnopolu (Ukraina).
- 1 marca 2022 r. – zmiana nazwy uczelni z „Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej" na „Akademia Bialska Nauk Stosowanych im. Jana Pawła II".
- 12 maja 2022 r. – uroczyste otwarcie Centrum Symulacji Położniczych.
- 27 lipca 2022 r. – przyznanie kategorii B+ dyscyplinom: ekonomia i finanse oraz nauki o zdrowiu.

Rok akademicki 2022/2023

- 14 listopada 2022 r. – pierwsza inauguracja roku akademickiego w Filii Akademii Bialskiej Nauk Stosowanych im. Jana Pawła II w Radzyniu Podlaskim.
- 1 czerwca 2023 r. – zmiana nazwy uczelni z „Akademia Bialska Nauk Stosowanych im. Jana Pawła II" na „Akademia Bialska im. Jana Pawła II".

Rok akademicki 2023/2024

- 1 października 2023 r. – rozpoczęcie kształcenia w systemie studiów dualnych.
- 24 listopada 2023 r. – odznaczenie przez Ministra Edukacji i Nauki medalem „Zasłużony dla Nauki Polskiej Sapientia et Veritas" rektora prof. dr. hab. Jerzego Nitychoruka (złoty medal) oraz prof. dr. hab. Marcina Weinera (brązowy medal).

Rok akademicki 2024/2025

- 16 października 2024 r. – jubileuszowa 25. inauguracja roku akademickiego 2024/2025. Podczas uroczystości tytuł Honorowego Profesora otrzymał prof. Jarosław Gowin, były wiceprezes Rady Ministrów oraz minister nauki i szkolnictwa wyższego.
- 8 kwietnia 2025 r. – powołanie przez ministra nauki i szkolnictwa wyższego Marcina Kulaska zespołu do spraw opracowania założeń do nowego modelu ewaluacji jakości działalności naukowej. W składzie zespołu znalazł się rektor Akademii Bialskiej prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk.
- 13-16 marca 2025 r. – XLII Zjazd Forum Akademii Nauk Stosowanych, jednej z komisji branżowych Parlamentu Studentów Rzeczypospolitej Polskiej, w murach Akademii Bialskiej.
- 15 maja 2025 r. – Jubileusz XX Uniwersytetu Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej
- 7 czerwca 2025 r. I Zjazd Absolwentów Akademii Bialskiej



Rektor AB 2020-2024 prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk



Kapsuła czasu pod nowy akademik



Centrum Symulacji Położniczych AB



25. jubileuszowa inauguracja roku akademickiego

20 LAT UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU W AB

Relacja z uroczystości jubileuszu 20-lecia UTW AB 15.05.2025 r.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, w roku akademickim 2024/2025 obchodzi 20-lecia istnienia. Z tej okazji 15 maja 2025 r. odbyła się uroczysta gala objęta patronatem JM Rektora Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, Prezydenta Miasta Biała Podlaska oraz Wójta Gminy Biała Podlaska. Sponsorami uroczystości byli Rektor Akademii Bialskiej i Prezydent Miasta.

Uroczystości jubileuszowe poprzedziło złożenie kwiatów na grobie śp. prof. Józefa Bergiera – ówczesnego Rektora Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, z którego inicjatywy swą działalność w 2005 r. rozpoczął Uniwersytet Trzeciego Wieku.

Uroczystość 20-lecia UTW odbyła się w Hotelu Polonia w Grabanowie. Przed wejściem do Sali Diamentowej gości powitały: Przewodnicząca Samorządu Słuchaczy UTW Krystyna Olszańska oraz Koordynator Akademickiego Centrum Edukacji Ustawicznej Akademii Bialskiej dr Dorota Karwacka.

Już na wstępie każdy otrzymał przypinkę z jubileuszowym logo oraz pamiątkowy folder zawierający najważniejsze informacje o historii UTW.

Jeszcze przed rozpoczęciem części oficjalnej, goście mieli okazję obejrzeć przygotowane specjalnie z okazji jubileuszu plansze przybliżające historię Uniwersytetu oraz kroniki prowadzone od początku powstania UTW.

O godz. 15:00 nastąpiło otwarcie uroczystości. Zebranych gości powitała prowadząca jubileusz - Pani Elwira Szalecka.

Oprócz słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku, na uroczystość przybyli znamienici goście: JM Rektor Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk, Prezydent Miasta Biała Podlaska Michał Litwiniuk, Wójt Gminy Biała Podlaska Konrad Gąsiorowski, Prorektor ds. kształcenia i studentów Akademii Bialskiej dr Ewelina Niźnikowska, Naczelnik Wydziału Kultury, Sportu i Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Miasta Biała Podlaska Beata Demianiuk, Naczelnik Wydziału Edukacji i Spraw Społecznych dr Stanisław Romanowski, Dziekani Wydziałów Akademii Bialskiej, Kanclerz Akademii Bialskiej Justyna Niewińska, Prezes Stowarzyszenia Forum Uniwersytetów Trzeciego Wieku Lubelszczyzny Barbara Zajączkowska, Dyrektor Wydawnictwa Wyższej Szkoły Ekonomii i Innowacji w Lublinie, Dyrektor Biura ds. współpracy z oświatą WSEI, p.o. Dyrektora Biblioteki Pedagogicznej w Białej Podlaskiej Aneta Siekielewska, Dyrektor Zespołu Szkół Muzycznych I i II stopnia im. Fr. Chopina w Białej Podlaskiej Radosław Żyła, V-ce Przewodnicząca Bialskiego Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów Teresa Puk.



Po słowach powitania jako pierwsza głos zabrała Koordynator Akademickiego Centrum Edukacji Ustawicznej AB dr Dorota Karwacka, która przedstawiła krótkie wprowadzenie do historii Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W swoim wystąpieniu przypomniała, że pierwszy uniwersytet trzeciego wieku powstał 50 lat temu we Francji, a zaledwie dwa lata później podobna inicjatywa zrodziła się w Warszawie. Uniwersytet Trzeciego Wieku AB powstał w 2005 roku według tzw. modelu francuskiego, co oznacza, że nie jest on ani stowarzyszeniem, ani federacją, a jest ściśle związany z ośrodkiem akademickim i działa w oparciu o bazę dydaktyczno-naukową uczelni. Program edukacyjny realizuje kadra akademicka oraz przedstawiciele instytucji współpracujących z uczelnią. Dr Karwacka wspomniała również o zasłużonych osobach, współzałożycielach UTW – znanych Bialczanach, m.in.: śp. Elżbiecie Chaberskiej, śp. Michale Bitnerze, śp. Danucie Nałęckiej, śp. Andrzeju Kasprzyku. Podkreśliła, że inicjatywa utworzenia miejsca przyjaznego osobom, które już zakończyły swoją karierę zawodową, spotkała się z poparciem śp. prof. Józefa Bergiera, ówczesnego Rektora uczelni, a w kolejnych latach była wspierana i doceniana przez JM prof. dr hab. Mieczysława Adamowicza i obecnego JM prof. dr hab. Jerzego Nitychoruka. Przytoczyła również wypowiedziane podczas jednej z inauguracji słowa JM prof. Jerzego Nitychoruka, że *„Seniorzy to grupa studentów wyjątkowo wytrwała i obowiązkowa, przynosząca satysfakcję i radość wykładowcom, a ich zainteresowanie zdobywaniem wiedzy jest niezwykłe”.* Wystąpienie zakończyła informacją, że liczba słuchaczy UTW systematycznie wzrasta – o ile w 2005 w szeregi społeczności wstąpiło 40 osób, to obecnie Uniwersytet skupia już ponad 150 seniorów. Następnie głos zabrał Rektor Akademii Bialskiej - prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk. W swoim wystąpieniu przypomniał, że UTW funkcjonuje już 20 lat, a sama uczelnia – 25. Podkreślił, że śp. prof. Bergier dążył do stworzenia systemu edukacji obejmującego wszystkie etapy życia – od żłobka, przez licea, aż po Uniwersytet Trzeciego Wieku. *– Uniwersytet Trzeciego Wieku skupia ludzi mądrych – a mądrość płynie z doświadczenia i wiedzy. Państwo ten głód wiedzy zachowujecie przez lata. To naprawdę coś fenomenalnego* – podkreślił Rektor.*Uniwersytet Trzeciego Wieku skupia, o czym jestem głęboko*

przekonany, ludzi mądrych, bo tylko dobre doświadczenie życiowe i wiedza czynią człowieka mądrym. Państwo mają ten głód wiedzy cały czas, niektórzy z Was już ponad 15 lat uczestniczą w zajęciach UTW. To jest naprawdę coś fenomenalnego – podkreślił Rektor Akademii Bialskiej.

Prezydent Miasta Michał Litwiniuk zwracając się do słuchaczy UTW, mówił:

– Swoim codziennym zaangażowaniem, pasją poznawczą udowadniacie, że wiek nie jest żadnym ograniczeniem, wręcz przeciwnie – otwiera nowe możliwości, a potrzeba rozwoju własnej osobowości towarzyszy człowiekowi przez całe życie. Swoim głodem wiedzy, swoją aktywnością w wieku dojrzałym, nie tylko nam imponujecie, ale także dając wspaniały przykład, stanowicie fundament, na którym budujemy naszą międzypokoleniową wspólnotę. Następnie, w asyście Pani Naczelnik Wydziału Kultury, Sportu i Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi Urzędu Miasta Biała Podlaska – Pani Beaty Demianiuk i Naczelnika Wydziału Edukacji i Spraw Społecznych – dr. Stanisława Romanowskiego, wręczył na ręce przewodniczącej samorządu słuchaczy – Pani Krystyny Olszańskiej – nagrodę z okazji jubileuszu.

Zaszczytną Bialską Nagrodę Kultury im. Anny z Sanguszków Radziwiłłowej otrzymała z rąk Pana Prezydenta dr Dorota Karwacka.

Wyjątkowym momentem uroczystości było wręczenie przez JM Rektora złotych, srebrnych i brązowych medali słuchaczom UTW, którzy uczestniczą w zajęciach odpowiednio od 20, co najmniej 15 i co najmniej 10 lat. Jubilaci otrzymali również upominki ufundowane przez JM Rektora i Prezydenta Miasta. W imieniu odznaczonych głos zabrała Pani Eugenia Mikulska – słuchaczka UTW od 20 lat.

Kolejnym wzruszającym momentem było uhonorowanie Złotym medalem 20-lecia UTW dr Doroty Karwackiej – współzałożycielki i opiekunki Uniwersytetu z ramienia Uczelni. Wręczając medal, kwiaty i podziękowanie dla całego zespołu Akademickiego Centrum Edukacji Ustawicznej, Przewodnicząca Samorządu UTW, Krystyna Olszańska podkreśliła, że jest to wyraz uznania i wdzięczności ze strony całej społeczności słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Następnie dr Dorota Karwacka zaprosiła do wspólnego wystąpienia Przewodniczących Samorządu Słuchaczy z lat ubiegłych, począwszy od 2006 roku:

- Marię Steckiewicz – (2006-2009),
- Mariana Świerzbińskiego – (2009 -2010),
- Irenę Mikiciuk – (2011-2012 oraz 2015-2022),
- Ewę Kuczewską – (2012-2015),
- Marię Bartczak-Łukawiec – (2022-2023),
- Alinę Kuczyńską – (2023),
- oraz obecną Przewodniczącą – Krystynę Olszańską.

Ten wyjątkowy poczet przewodniczących otrzymał gromkie brawa, a następnie wymienieni zostali poproszeni o wręczenie okazjonalnych statuetek i podziękowań dla:

- JM Rektora prof. Jerzego Nitychoruka – za nieustające wsparcie i tworzenie przyjaznego seniorom miejsca w uczelni,
- Prezydenta Miasta Michała Litwiniuka – za wspieranie kultury senioralnej w mieście Biała Podlaska i otwartość miejskich instytucji na potrzeby osób starszych,
- Wójta Gminy Biała Podlaska Konrada Gąsiorowskiego - za życzliwość i umożliwienie integracji mieszkańców miasta i gminy w ośrodkach kultury,
- Prorektor ds. kształcenia i studentów AB, dr Eweliny Niźnikowskiej – za wsparcie organizacyjne i nadzór nad działalnością UTW.

Gala obchodów 20-lecia UTW AB była okazją do spotkania i integracji środowiska seniorów z regionu. W wydarzeniu uczestniczyły m.in. Barbara Zajączkowska –Prezes Stowarzyszenia Forum Uniwersytetów Trzeciego Wieku Lubelszczyzny oraz Teresa Puk – V-ce Przewodnicząca Bialskiego Oddziału Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Wręczając Przewodniczącej Samorządu pamiątkowe listy gratulacyjne, kwiaty i okazjonalne upominki, goście przekazali słuchaczom wyrazy uznania, życzenia kolejnych lat pełnych sukcesów i twórczych inicjatyw, satysfakcji z działalności na rzecz lokalnej społeczności oraz nieprzerwanego rozwoju Uniwersytetu.

– Cieszę się jako przedstawiciel lokalnej społeczności gminy Biała Podlaska, z której na pewno macie wielu słuchaczy i studentów, że możemy razem współistnieć i tworzyć tę wspaniałą inicjatywę – powiedział Wójt Konrad Gąsiorowski, wręczając przedstawicielom UTW pamiątkowy grawerton.

Część artystyczną rozpoczął występ chóru UTW „Apasjonata" pod dyrekcją Waldemara Mazura. „Zespół Śpiewaczy" jak sami o sobie mówią, powstał w listopadzie 2022 roku i składa się wyłącznie ze słuchaczy uniwersytetu. W roku akademickim 2023/2024 chór został zgłoszony do Bialskiego Centrum Kultury z prośbą o włączenie w lokalne inicjatywy kulturalne. Od tego momentu chórzyści występowali gościnne m.in. w Starostwie Powiatowym w Białej Podlaskiej na zaproszenie bialskiego oddziału PZERiI, na Jarmarku Michałowym, czy podczas koncertów kolęd w Domu Pomocy Społecznej w Kostomłotach i w Wólce Plebańskiej.

Po występie chóru nadszedł czas na słodką niespodziankę – na salę wjechał wspaniały tort z okolicznościową dekoracją, ufundowany przez JM Rektora Akademii Bialskiej.

Następnie na scenie pojawił się zespół Big Biała Band, działający przy Zespole Szkół Muzycznych I i II Stopnia im. F. Chopina w Białej Podlaskiej, złożony z uczniów i nauczycieli tejże szkoły muzycznej. Publiczność przywitał Dyrektor Szkoły, Radosław Żyła. Żywiołowy koncert pod batutą Waldemara Robaka, z udziałem solistów: Wiktorii Zielińskiej i Janusza Maleńczuka spotkał się z entuzjastycznym przyjęciem publiczności, która nagrodziła występ owacjami na stojąco.

Po tak wspaniałych doznaniach artystycznych, uczestnicy spotkania zostali zaproszeni do obejrzenia wystawy fotografii i kronik przybliżających historię UTW. To była doskonała okazja, by powrócić wspomnieniami do minionych lat i zapoznać się z bogatą ofertą edukacyjną Uniwersytetu. Była także możliwość do pozostawienia wpisu w księdze pamiątkowej.

Przebieg uroczystości był dokumentowany przez zaproszone media: TVP 3 Lublin i RadioBiper, które następnego dnia opublikowały relacje z wydarzenia.

Zwieńczeniem obchodów była uroczysta kolacja i bal na Sali Platynowej w gościnnych progach Hotelu Polonia.

Krystyna Olszańska – Przewodnicząca Samorządu UTW

„W życiu nigdy nie jest za późno na trzy rzeczy:
miłość, naukę i spełnianie marzeń"
/Jan Paweł II/

Edukacja nie zna granic wieku, a aktywność intelektualna i społeczna jest możliwa na każdym etapie życia.

20-lecie Uniwersytetu Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II *to wyjątkowy moment – czas refleksji, wyzwań, dumy z osiągnięć, a także radości z wielu niezapomnianych chwil. Jubileusz jest okazją do podsumowania dotychczasowej działalności, osiągnięć, przypomnienia najważniejszych wydarzeń, inicjatyw i sukcesów, które miały miejsce w tym czasie. To mnóstwo wspomnień, doświadczeń, zawartych znajomości i trwałych przyjaźni uwiecznionych na fotografiach.*

Założony w 2005 roku z inicjatywy prof. Józefa Bergiera Uniwersytet Trzeciego Wieku powstał z myślą o umożliwieniu osobom starszym dostępu do edukacji, wspieraniu ich rozwoju osobistego oraz szeroko rozumianej integracji społecznej. Od pierwszych dni działalności UTW stał się ważnym centrum edukacyjnym, kulturowym i społecznym dla seniorów, oferując przestrzeń do nauki, rozwoju pasji i aktywnego uczestnictwa w życiu akademickim i społecznym. Słuchacze UTW nie tylko poszerzają swoją wiedzę, ale przede wszystkim odnajdują radość z bycia częścią dynamicznej, inspirującej wspólnoty. Dla wielu Uniwersytet stał się źródłem motywacji, poczucia przynależności i sensu życia. Możliwość zaangażowania się w różnorodne działania, dzielenia się doświadczeniem i ciągłego rozwoju sprawia, że każdy dzień przynosi nowe wyzwania, satysfakcję i radość.

Fotografie prezentowane na tablicach wspomnień przywołują najpiękniejsze chwile związane z wykładami, zajęciami, warsztatami, wydarzeniami integracyjnymi, spotkaniami towarzyskimi, wyjazdami, wycieczkami, imprezami okolicznościowymi, spotkaniami z ciekawymi osobami oraz prelekcjami. Nasze pasje, talenty i marzenia znalazły ujście w występach artystycznych, teatralnych, patriotycznych oraz historycznych.

Wspominamy także tych kolegów i koleżanki, których nie ma już wśród nas – pozostaną oni na zawsze w naszej pamięci.

Mijający czas nie zmniejsza naszej aktywności ani pasji. Przeciwnie – motywuje do dalszego działania! Nauka i rozwój w każdym wieku są wspaniałą i autentyczną przygodą przynoszącą ogromną radość, satysfakcję i poczucie spełnienia.

W nadchodzących latach Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej stawia przed sobą nowe wyzwania: dalsze poszarzanie horyzontów, angażowanie się w projekty międzypokoleniowe, aktywne korzystanie z zasobów uczelni oraz kontynuowanie misji aktywizacji społecznej i fizycznej seniorów.

„Tablice wspomnień" to nie tylko kronika wydarzeń, ale przede wszystkim źródło motywacji – dowód na to, że w każdym wieku można się rozwijać, realizować swoje pasje i spełniać marzenia.

Fotografie prezentowane na wystawie z okazji Jubileuszu 20-lecia UTW pochodzą głównie z prywatnych zbiorów naszych słuchaczy. Autorem większości zdjęć jest kolega Jan Wyrzykowski – nasz niezastąpiony „uniwersytecki fotograf".

Wystawę przygotowali: Maria Płandowska, Teresa Wieczorek, Jan Wyrzykowski, Anna Zięba.

BIALSKA NAGRODA KULTURY IM. ANNY Z SANGUSZKÓW RADZIWIŁŁOWEJ LAUREATKA DR DOROTA KARWACKA

Dr Dorota Karwacka od 2004 roku jest związana zawodowo z obecną Akademią Bialską im. Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, gdzie na różnych szczeblach organizacyjnych realizowała nie tylko zadania związane powierzonymi obowiązkami merytorycznymi (Główny specjalista Kierownik Działu Rozwoju i Promocji Uczelni, Kierownik Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Koordynator Sekcji Promocji i Kształcenia Ustawicznego, Koordynator Akademickiego Centrum Edukacji Ustawicznej, Dyrektor Ośrodka Kształcenia Praktycznego, Kanclerz uczelni, Koordynator Akademickiego Centrum Edukacji Ustawicznej), ale także zadania społeczne i kulturalne m.in:

1. Przez kilka lat koordynowała akcje pn. „Stół Wigilijny", na którą studenci oraz pracownicy uczelni zapraszali mieszkańców na wspólne kolędowanie z ciepłym posiłkiem mieszkańców miasta na Placu Wolności.
2. Wielokrotnie organizowała i koordynowała przygotowania „Juwenaliów", których ideą była promocja kultury studenckiej w mieście, oraz integracja środowisk młodzieży m.in. na koncertach realizowanych w Amfiteatrze miejskim.
3. Współpracowała z mediami ogólnopolskimi, regionalnymi i lokalnymi informując społeczność o podejmowanych inicjatywach kulturalnych i akademickim w mieście Biała Podlaska.
4. Współpracowała z czasopismem akademickim „Forum Akademickie", Gazetą studencką „Zawodowiec", czasopismem „Kalejdoskop" oraz obecnie współpracuje z „Bialskim Przeglądem Akademickim" przygotowując artykuły o wydarzeniach realizowanych na rzecz lokalnych społeczności.
5. Współtworzyła i organizowała placówkę opiekuńczo-wychowawczą Żłobek „Zielony Słonik" – miejsca opieki dla dzieci studentów i pracowników uczelni, w którym oprócz zajęć opiekuńczych dzieci realizowały program rozwijający ich zdolności twórcze.
6. Jest pomysłodawcą utworzenia w 2013 r. i funkcjonującego do tej pory Uniwersytetu Dziecięcego, który stworzony został dla dzieci ciekawych świata, które chcą wiedzieć więcej, rozumieć dlaczego i poznawać jak to działa! Stworzona została więc przestrzeń dla dzieci, które zadają dużo pytań, są aktywne, ciekawe otaczającej je rzeczywistości. Była pomysłodawcą i organizatorem wielu spotkań ze znanymi osobami ze świata nauki i kultury oraz przybliżających dzieciom tematy różnorodności kulturowych.

Pani Dorota Karwacka od 20 lat zajmuje się inicjowaniem, organizacją i promowaniem działań kulturalnych, edukacyjnych na rzecz społeczności lokalnej. Główne zadania:

1. Integracja społeczności seniorów – na prośbę śp. JM Rektora Józefa Bergiera utworzyła, organizowała i nadal koordynuje działalnością Uniwersytetu Trzeciego Wieku AB.
2. Podejmowała liczne inicjatywy związane z promowaniem oferty kulturalnej wśród seniorów festiwale, koncerty, wydarzenia kulturalne i patriotyczne w mieście Biała Podlaska a także inicjatywy związane z rozwojem oferty edukacyjnej skierowanej do seniorów.
3. Współpracuje z instytucjami kulturalnymi w mieście, władzami samorządowymi, organizacjami pozarządowymi i innymi organizacjami senioralnymi (w mieście, województwie i kraju) w celu tworzenia i realizowania projektów na rzecz społeczności lokalnych.
4. Zachęca seniorów do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznych, kulturalnym, odkrywania tradycji, historii i pielęgnowania pamięci (m.in. realizacja projektu „Integracja międzypokoleniowa – wspieranie łączności między pokoleniami", organizacja wykładów i spotkań tematycznych np. nt. bialskiej społeczności żydowskiej, udział delegacji UTW w uroczystościach patriotycznych.
5. Autorka projektów integrujących polonię m.in. „Szlakiem dawnych kultur i religii – spotkanie integracyjne studentów Uniwersytetów Trzeciego Wieku z Białej Podlaskiej i Grodna", gdzie podczas spotkania odbyła się m.in. sesja popularnonaukowa "Na styku kultur i religii", czy projekt „Ponad granicami – transfer wiedzy i doświadczeń osób w wieku 50+", realizowany we współpracy z The University of the Third Age z Perthshire ze Szkocji, który poruszał tematykę wykluczenia społecznego z rynku pracy osób starszych.

Pod redakcją Doroty Karwackiej powstała dwujęzyczna publikacja pt. „Program aktywizacji osób 50+", w której wymieniano doświadczenia polsko-szkockie w zakresie działań ukierunkowanych na wzrost poziomu aktywności osób starszych. Seniorzy z Białej Podlaskiej mieli okazję uczestniczyć w mobilności międzynarodowej do Szkocji, zaś delegacja

Szkocka gościła w mieście Biała Podlaska poznając jego walory kulturowe i historyczne.

W ramach projektu powstał również dwujęzyczny przewodnik dla seniorów pt. „Dlaczego warto spędzić jesień życia na Lubelszczyźnie", który promował walory turystyczne regionu wśród mieszkańców Szkocji i innych narodowości odwiedzających miasto Biała Podlaska.

Pani Dorota Karwacka z pasją i zaangażowaniem działa na rzecz budowania więzi społecznych oraz wspierania kreatywności mieszkańców na wielu płaszczyznach tj.: dzieci w Uniwersytecie Dziecięcym, młodzieży w Uniwersytecie Młodzieżowym, mieszkańców miasta na szkoleniach i kursach, na studiach podyplomowych, oraz seniorów w ramach Uniwersytetu Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, gdzie w/w grupy mogą rozwijać swoje pasje i talenty, gdzie rozbudzana jest wyobraźnia i przekazywane wiedza naukowa w sposób dedykowany do wieku uczestników. Z sukcesem łączy promowanie osiągnięć nauki w środowisku lokalnym z zainteresowaniami społecznymi.

Zgodnie z Uchwałą Rady Miasta



Dr Dorota Karwacka doceniona Bialską Nagrodą Kultury







Redakcja BPA przyłącza się do gratulacji i życzy wielu kolejnych sukcesów

BIALSKA NAGRODA KULTURY IM. ANNY Z SANGUSZKÓW RADZIWIŁŁOWEJ LAUREAT UNIWERSYTET III WIEKU AKADEMII BIALSKIEJ

Na przestrzeni 20 lat Uniwersytet przeprowadził liczne projekty integrujące społeczeństwo bialskich seniorów. W murach uczelni odbywały się tematyczne wykłady otwarte skierowane do wszystkich seniorów w mieście Biała Podlaska. Dodatkowe inicjatywy realizowano we współpracy z instytucjami kulturalnymi miasta i regionu. Zrealizowano wiele przedsięwzięć zapobiegających wykluczeniu społecznemu seniorów oraz projektów promujących walory naszego regionu i kraju.

W ramach współpracy z instytucjami krajowymi i międzynarodowymi zrealizowano m.in. projekt „Szlakiem dawnych kultur i religii – spotkanie integracyjne studentów Uniwersytetów Trzeciego Wieku z Białej Podlaskiej i Grodna", w ramach którego odbyła się sesja popularnonaukowa "Na styku kultur i religii". Kolejnym przykładem współpracy międzynarodowej był projekt „Ponad granicami – transfer wiedzy i doświadczeń osób w wieku 50+", realizowany we współpracy z UTW ze Szkocji, poświęcony tematyce wykluczenia społecznego seniorów z rynku pracy.

Przez lata odbyło się wiele wykładów i prelekcji prowadzonych przez znamienitych gości: przedstawicieli nauki, duchownych, historyków, przedstawicieli instytucji finansowych, oświatowych, kulturalnych. UTW gościło także podróżników, literatów, ludzi mediów czy kultury.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej od lat odgrywa kluczową rolę w życiu kulturalnym i edukacyjnym naszego regionu. Jego działalność przyczynia się do integracji środowiska seniorów oraz aktywizacji osób starszych. Członkowie UTW nie tylko chętnie uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych, ale także sami je organizują i współtworzą, dzieląc się swoją wiedzą, doświadczeniem oraz pasją. Nieocenionym wkładem w kulturę są ich inicjatywy artystyczne – festiwale, koncerty, wydarzenia patriotyczne, działalność grup teatralnych, chóralnych czy literackich, które cieszą się uznaniem wśród mieszkańców. Ponadto, aktywnie angażują się w popularyzację lokalnego dziedzictwa, promując historię i tradycję regionu.

UTW współpracuje z lokalnymi instytucjami kultury, takimi jak Miejski Ośrodek Kultury, Miejska Biblioteka Publiczna, Muzeum Południowego Podlasia, Biblioteka Pedagogiczna czy Zespół Szkół Muzycznych. Działa na rzecz seniorów również we współpracy z władzami samorządowymi oraz organizacjami pozarządowymi, m.in. Stowarzyszeniem Wspólny Świat, Polsko-Amerykańską Fundacją Wolności, Towarzystwem Inicjatyw Twórczych "ę" i innymi organizacjami senioralnymi zarówno na poziomie lokalnym, wojewódzkim jak i krajowym w celu tworzenia i realizowania projektów na rzecz społeczności lokalnych.

Przedstawiciele UTW AB uczestniczą w pracach Forum Uniwersytetów III Wieku Lubelszczyzny, Obywatelskiego Parlamentu Seniorów w Sejmie RP czy Bialskiej Radzie Seniorów przy Prezydencie Miasta Biała Podlaska. Niejednokrotnie brali udział w konsultacjach społecznych dotyczących strategii rozwoju miasta Biała Podlaska.

Seniorzy zrzeszeni w UTW aktywnie uczestniczą w lokalnych inicjatywach nastawionych na współpracę i kooperację na rzecz różnych grup społecznych, w tym dzieci i osób z niepełnosprawnościami. Angażują się w wydarzenia o charakterze patriotycznym, w tym miejskie obchody świąt narodowych, a także w działalność charytatywną, taką jak pomoc w świetlicach czy udział w akcjach dobroczynnych, np. „Stół

Wigilijny", wspierając osoby potrzebujące.

Działalność UTW to nie tylko wykłady i odczyty, to też spędzanie czasu w swoim gronie, integrowanie się podczas spotkań towarzyskich. Słuchacze chętnie spotykają się ze sobą podczas wieczorów andrzejkowych, wspólnej Wigilii, uczestniczą w pokazach artystycznych i imprezach rekreacyjnych. Jest to również ważny element funkcjonowania Uniwersytetu – pozwala na scalenie społeczności, uczy grupowego współdziałania – nie wspominając o tym, że przyczynia się do lepszego samopoczucia i dodaje sił.

Przyznanie Bialskiej Nagrody Kultury im. Anny z Sanguszków Radziwiłłowej Uniwersytetowi Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej stanowi wyraz uznania dla jego nieustannego wkładu w rozwój kultury, edukacji i społecznej aktywizacji seniorów. To wyróżnienie podkreśli znaczenie międzypokoleniowej wymiany doświadczeń oraz nieocenioną wartość działalności UTW w budowaniu świadomej i kulturalnej społeczności.

Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademii Bialskiej jest doskonałym przykładem instytucji, która z powodzeniem łączy naukę, sztukę i społeczną aktywizację, czyniąc kulturę dostępną dla każdego, niezależnie od wieku.

Uzasadnienie wniosku Samorząd UTW, skrót do laudacji Wydział Kultury, Sportu i Współpracy z organizacjami pozarządowymi Urzędu Miasta Biała Podlaska

Anna Katarzyna Sanguszkówna (1676-1746), córka Hieronima Sanguszki i Konstancji z Sapiehów, od 1692 żona Karola Stanisława Radziwiłła (1669-1719), ordynata nieświeskiego, podkanclerzego litewskiego, kanclerza wielkiego litewskiego, matka Michała Kazimierza „Rybeńki", Hieronima Floriana i czterech córek. Po śmierci męża osiadła w Białej, skąd skutecznie zarządzała wielkimi dobrami radziwiłłowskimi. Była pionierką w unowocześnianiu gospodarki, zakładała manufaktury kobierców i sukna (w Białej i Nieświeżu), huty i szlifiernie szkła (w Nalibokach i Urzeczu), szlifiernie kamieni szlachetnych, warsztaty złotnicze, wytwórnie haftów i farfurnie, dbała o gospodarkę majątków, o rezydencje radziwiłłowskie, uporządkowała archiwa w Nieświeżu i Białej oraz stworzyła nieświeską galerię portretów Radziwiłłów, zwanych umownie „w wieńcu laurowym". Portret wyobraża kanclerzynę w żałobie po śmierci męża Karola Stanisława (zm. 1719), jako niewiastą w wieku dojrzałym. Namalowany z natury wizerunek wyróżnia się jakością na tle zespołu portretów Radziwiłłów „w wieńcu laurowym". Jego autorem mógłby być Jan de Fulchi (Fulchis), malarz włoski działający w Białej Podlaskiej i Albie jako artysta nadworny Anny z Sanguszków Radziwiłłowej, jego działalność jest udokumentowana w latach 1738-1743. Przyjmując autorstwo Włocha, należy uznać takie datowanie obrazu. Obraz pochodzi z kolekcji Spiehów w Krasiczynie.

https://fundacjatrzytraby.pl/kolekcja/portret-anny-z-sanguszkow-radziwillowej-82.html



FC POLONIA BARCELONA – WZMOCNIENIE POLONIJNYCH STRUKTUR W HISZPANII

W dniu 23 kwietnia 2025 r. Prezydium Senatu RP podjęło uchwałę w sprawie zlecenia zadań publicznych w zakresie opieki nad Polonią i Polakami za granicą i udzielenia dotacji celowych na ich realizację w roku 2025.

Fundacja Edukacja i Przyszłość działająca przy Akademii Bialskiej otrzymała dofinansowanie w dwóch kierunkach:

1. rozwój istniejących i tworzenie nowych struktur polonijnych;

projekt pt. FC Polonia Barcelona - Wzmocnienie Polonijnych Struktur w Hiszpanii / Fundacja „Edukacja i Przyszłość" dofinansowanie w kwocie 266. 939 PLN

Projekt to utworzenie przy Stowarzyszeniu Polonia en España Klubu Sportowego FC Polonia Barcelona, obejmującego cztery drużyny piłkarskie: w Barcelonie, Alicante i Madrycie, z łączną liczbą 90 zawodników w wieku od 5 lat, wszystkich o polskim pochodzeniu. Każda z drużyn będzie prowadzona przez profesjonalną kadrę trenerską, zapewniającą wysoki poziom szkolenia i rozwój umiejętności piłkarskich uczestników. Regularne treningi oraz udział w turniejach polonijnych i lokalnych rozgrywkach sportowych przyczynią się do integracji społeczności polonijnej oraz promocji polskiej kultury w Hiszpanii.

Inicjatywa ta ma na celu wzmocnienie struktur polonijnych poprzez rozwój zdolności organizacyjnych stowarzyszenia oraz poszerzenie jego zasięgu oddziaływania. Poprzez promowanie aktywności fizycznej i integrację polskiej społeczności, projekt przyczyni się do zwiększenia zaangażowania Polonii w życie publiczne kraju, jednocześnie promując polską kulturę i wartości w lokalnych społecznościach.

Kontynuujemy rozpoczętą w 2024 roku współpracę z Partnerem z Hiszpanii - Stowarzyszenie Polonia en Espana

Projekt „FC Polonia Barcelona - wzmocnienie polonijnych struktur w Hiszpanii"

oraz

„Polska Historia na Wielkim Ekranie: Rok Jerzego Hasa"

- zadania dofinansowane w ramach sprawowania opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą w 2025 roku"

2. promocja Polski i kultury polskiej oraz zachowanie dziedzictwa kulturowego i historycznego za granicą;

projekt pt. „Polska Historia na Wielkim Ekranie: Rok Jerzego Hasa" dofinansowanie w kwocie 210.000 PLN

W dniu 25. rocznicy śmierci Wojciecha Jerzego Hasa, roku 100. rocznicy jego urodzin, 60. rocznicy powstania filmu „Rękopis znaleziony w Saragossie" zorganizowany zostanie przegląd jego twórczości skierowany do Polonii w Hiszpanii. W ciągu dwóch dni zaplanowano projekcje 4 filmów Hasa, w tym „Rękopisu znalezionego w Saragossie", uznawanego za arcydzieło kina. Projekcjom towarzyszyć będą spotkania przedstawicieli org. polonijnych, rozmowy z polskimi twórcami filmowymi, omawiające jak twórczość Hasa, poprzez swoją głębię artystyczną i uniwersalne przesłania, wpływa na promocję Polski i kultury polskiej, na zachowanie dziedzictwa kulturowego i historycznego, inspirując Polonię Hiszpańską do aktywnego pielęgnowania polskiej tożsamości w środowiskach międzynarodowych. Wydarzenie wpisuje się w działania na rzecz promocji Polski i kultury polskiej, języka polskiego oraz zachowania polskiego dziedzictwa kulturowego i historycznego w Hiszpanii, wzmacniając więzi Polonii z krajem pochodzenia.

Iwona Żelisko



Sprawozdanie z II Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej „Dyscypliny Komplementarne Fizjoterapii" Akademia Bialska im. Jana Pawła II, 22–23.05.2025

W dniach 22-23 maja 2025 r. w Białej Podlaskiej odbyła się II Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Dyscypliny Komplementarne Fizjoterapii". Organizatorem tego wydarzenia był Zakład Fizjoterapii Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II. Honorowy patronat nad konferencją objął JM Rektor Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk oraz Prezes Krajowej Rady Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii prof. dr hab. n. o kf. Andrzej Myśliwiec. Patronat medialny nad wydarzeniem objęło czasopismo „Acta Balneologica".

W skład Komitetu Naukowego weszli:

Przewodnicząca:

- dr hab. Elżbieta Rutkowska – Akademia Bialska im. Jana Pawła II

Członkowie:

- prof. dr hab. Andrzej Myśliwiec – Prezes Krajowej Rady Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii
- prof. dr hab. Krystyna Chmiel – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- prof. dr hab. Janusz Kirenko – Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie
- prof. dr hab. Robert Latosiewicz – emerytowany prof. Uniwersytetu Medycznego w Lublinie
- prof. dr hab. Igor Mysuła – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr hab. Barbara Bergier – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr hab. Mariusz Drużbicki – Uniwersytet Rzeszowski / Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr hab. Krystyna Gawlik – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr Ireneusz Hałas – IREHAMED Centrum Fizjoterapii i Fizjoprofilaktyki w Lublinie
- dr inż. Elżbieta Horoszewicz – Uniwersytet w Siedlcach
- dr Marian Stelmach – Akademia Bialska im. Jana Pawła II



Otwarcie konferencji - dr hab. Elżbieta Rutkowska

Komitet Organizacyjny:

Przewodnicząca:

- dr Joanna Baj-Korpak – Akademia Bialska im. Jana Pawła II

Członkowie:

- dr Dominika Wysokińska – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr Kamil Zaworski – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- mgr Monika Kadłubowska – Akademia Bialska im. Jana Pawła II
- dr Justyna Chmiel, prof. uczelni – Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- dr Kamil Chołuj, prof. uczelni – Uniwersytet Medyczny w Lublinie
- mgr Renata Rzeczkowska – sekretarz – Akademia Bialska im. Jana Pawła II

Otwarcia konferencji wraz ze słowem wprowadzającym dokonali przewodnicząca Komitetu Naukowego dr hab. Elżbieta Rutkowska z JM Rektorem prof. dr. hab. Jerzym Nitychorukiem.

Obrady rozpoczęto sesją plenarną, na którą złożyły się trzy wystąpienia:

- dr hab. n. med. Beata Jurkiewicz, prof. CMKP – Kierownik Kliniki Chirurgii Dziecięcej i Urologii Dziecięcej, Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego „Kamica moczowa u dzieci chorobą cywilizacyjną. Najnowsze techniki leczenia małoinwazyjnego",
- mgr Anna Morawska-Borowiec – Prezeska Zarządu Fundacji „Twarze Depresji" „Twarze depresji. Nie oceniam. Akceptuję",
- mgr Krzysztof Robaczyński – Fundacja Fuga Mundi „Wybrane aspekty zawodowe aktywizacji osób z niepełnosprawnościami".


Sesja plakatowa

Pierwszego dnia, w dwóch sesjach naukowych, zaprezentowano referaty, w których autorzy poruszyli szereg tematów, m.in. komunikację z pacjentem, aspekty medyczno-prawne związane z zachowaniem tajemnicy zawodowej, psychologiczne mechanizmy w aktywizacji osób z niepełnosprawnościami, rolę rehabilitacji w procesie powrotu świadomości pacjentów w śpiączce, postawy społeczne studentów z Polski i Ukrainy wobec osób poruszających się na wózkach, aktywizację ruchową, współczesne kierunki w rehabilitacji, w tym robotykę w rehabilitacji i inne zagadnienia. Po każdej sesji naukowej był czas na dyskusję i rozmowy, podczas których zwrócono uwagę na wyskoki poziom zaprezentowanych referatów.

Po zakończeniu sesji naukowych, uczestnicy konferencji mogli wziąć udział w jednym z dwóch zaproponowanych warsztatów:

- Low Pressure Fitness – forma treningu mięśni core wykorzystująca specyficzne techniki oddechowe,
- Augmentative and Alternative Communication (AAC) – komunikacja alternatywna i wspomagająca AAC.

Pierwszy dzień konferencji zakończył się kameralną kolacją, na którą zaproszono uczestników konferencji. To spotkanie towarzyskie było okazją do podjęcia wymiany myśli oraz zacieśnienia więzów międzyuczelnianych.

Następnego dnia obrad odbyły się trzy sesje – w tym jedna plakatowa, adresowana do młodych naukowców (studenci i doktoranci). Podczas sesji naukowej poruszone były tematy z zakresu zooterapii i fizjoterapii zwierząt, prehabilitacji onkologicznej, wdrażania mobilnych zespołów rehabilitacyjnych w Ukrainie, technicznego/inżynieryjnego wsparcia fizjoterapii oraz wiele innych tematów.

W trakcie sesji plakatowej zaprezentowano 20 posterów, których autorzy omawiali problemy terapeutyczne w wybranych przez siebie przypadkach. W ramach sesji przeprowadzono konkurs z nagrodami. Komisja konkursowa wyróżniła poster „Wpływ kompleksowej rehabilitacji z wykorzystaniem nowoczesnych technologii na długość kroku i wynik testu TUG u pacjentów po udarze niedokrwiennym" autorstwa Marka Pieli i Macieja Tomika.

W wymianie poglądów oraz doświadczeń z zakresu fizjoterapii, zooterapii, psychologii i pedagogiki, uczestniczyli przedstawiciele Uczelni Medycznych, Uniwersytetu Szczecińskiego, Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Uniwersytetu w Siedlcach, Uniwersytetu Dolnośląskiego, Uniwersytetu w Białymstoku, Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, Międzynarodowej Akademii Nauk Stosowanych w Łomży, Wschodnioeuropejskiej Akademii Nauk Stosowanych w Białymstoku, Narodowego Uniwersytetu Medycznego w Tarnopolu im. I. Gorbaczewskiego, Wołyńskiego Uniwersytetu Narodowego im. Łesi Ukrainki, Kliniki Budzik dla Dorosłych w Warszawie, Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego w Warszawie, Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego nr 2 im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie, Fundacji Fuga Mundi, Fundacji Twarze Depresji oraz praktycy z kraju i z zagranicy.
Oficjalnego podsumowania i zakończenia obrad dokonały przewodnicząca Komitetu Naukowego dr hab. prof. uczelni Elżbieta Rutkowska wraz z przewodniczącą Komitetu Organizacyjnego dr Joanną Baj-Korpak.

Należy zaznaczyć, że II Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Dyscypliny Komplementarne Fizjoterapii" została zorganizowana w ramach projektu dofinansowanego ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Nauki w ramach Programu Doskonała nauka II. Kwota dofinansowania 58 410,00 zł, całkowita wartość projektu 65 010,00 zł – zgodnie z umową numer KONF/SP/0105/2024/02.

Ogromnym wsparciem wydarzenia byli również wystawcy oraz czasopisma i wydawnictwa promujące konferencję: Indiba, FizjoActiv, MedenInmed, BTL, Astar, MÓWik, Wydawnictwo Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, Wydawnictwo ALUNA.

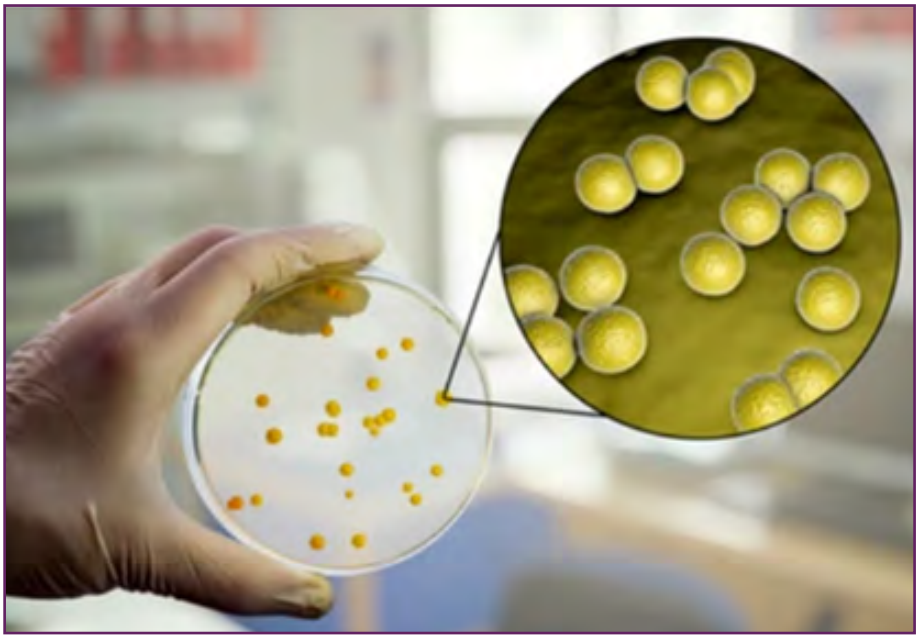
Wszystkim prelegentom oraz licznie przybyłym słuchaczom w imieniu organizatorów konferencji serdecznie dziękujemy.

Serdecznie zapraszamy do udziału w kolejnych edycjach konferencji.

Joanna Baj-Korpak, Monika Kadłubowska,
Kamil Zaworski, Dominika Wysokińska

Doskonała Nauka II

Nasze zdrowie zaczyna się w jamie ustnej – charakterystyka mikrobioty

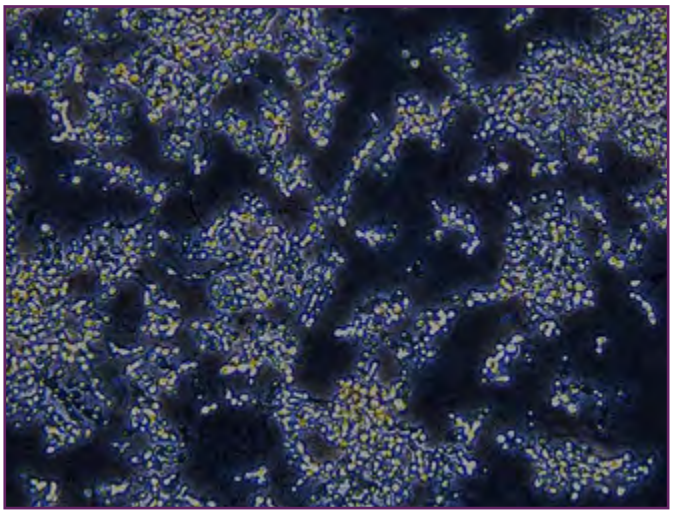




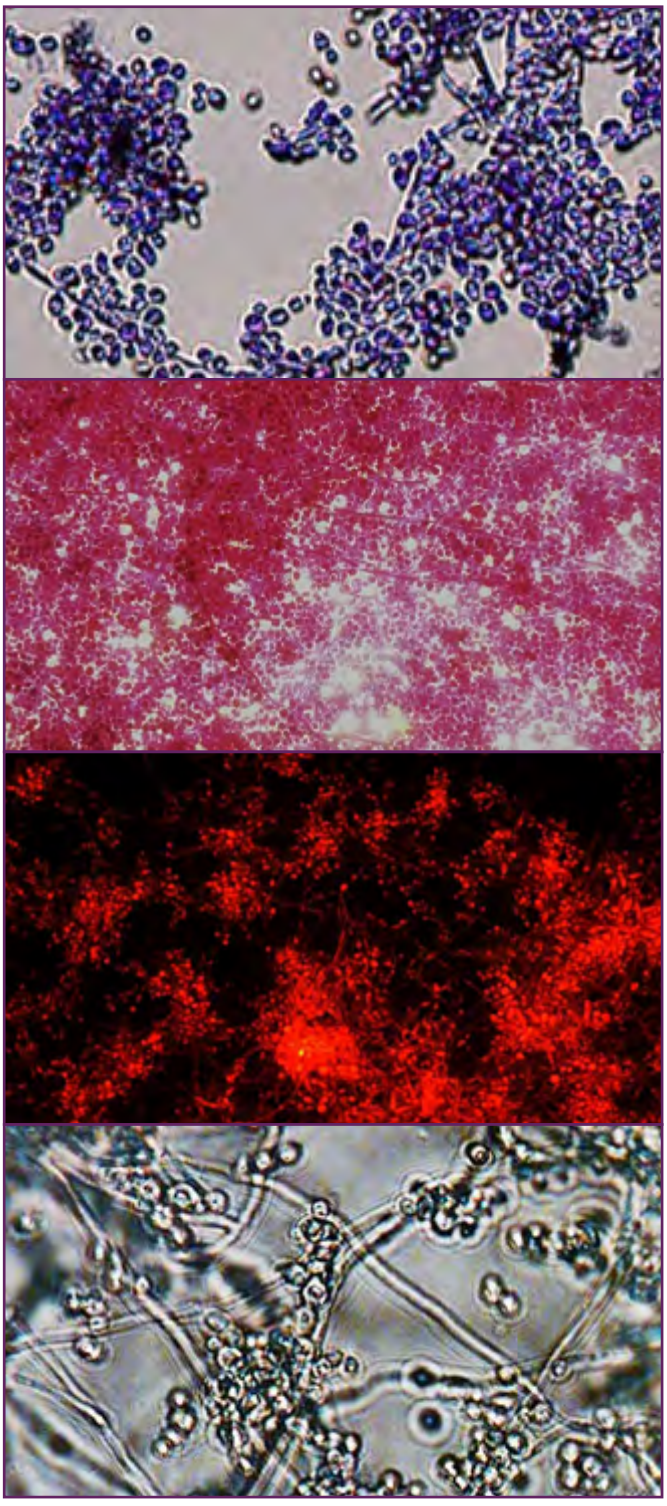
Jama ustna jest jedną z najbardziej złożonych i dynamicznych części ludzkiego organizmu. Stanowi początek układu pokarmowego oraz odgrywa kluczową rolę w funkcjach, takich jak: mowa, żucie, połykanie i wyrażanie emocji. Jednym z najważniejszych elementów funkcjonalnych jamy ustnej jest jej **mikrobiota** – zbiór mikroorganizmów zamieszkujących tę przestrzeń, a inaczej ujmując – tzw. zespół do zadań specjalnych, który pełni kluczową rolę w naszym zdrowiu. Jej skład jest kształtowany przez całe życie poprzez wpływ czynników genetycznych gospodarza, a także przez czynniki środowiskowe, takie jak poziom stresu i czynniki ogólnoustrojowe. Skład mikrobioty jamy ustnej nie jest stały, lecz zmienia się w ciągu naszego życia, co potwierdza tezę, że jama ustna jest bardzo dynamicznym środowiskiem mikrobiologicznym. Dodatkowe zmiany i ich nasilenie w różnych okresach życia człowieka, w tym: dieta, wiek, nawyki żywieniowe, higiena jamy ustnej, choroby i przyjmowane leki, używki (palenie tytoniu i spożywanie alkoholu) powodują zachwianie równowagi fizjologicznej jamy ustnej, co wpływa na skład i chorobotwórczość mikroorganizmów w niej bytujących Rycina 1. Termin mikrobiom jest szerszy niż mikrobiota i obejmuje mikroorganizmy, ich genomy oraz środowisko, w którym bytują. Termin ten odnosi się zarówno do społeczności mikroorganizmów symbiotycznych, komensalnych, jak i chorobotwórczych Rycina 2.

Jamę ustną zamieszkują różnorodne mikroorganizmy unikalne dla niszy, w której występują, ponieważ wyewoluowały i cechuje je wyjątkowa specyfika kolonizacji tego obszaru. W obrębie jamy ustnej występują mikrośrodowiska takie jak: twarde, niezłuszczające się powierzchnie zębów i nabłonkowe powierzchnie błon śluzowych. Powierzchnie te są wystawione na działanie płynnej fazy śliny lub, jeśli są poddziąsłowe, na płyn dziąsłowy Rycina 3.

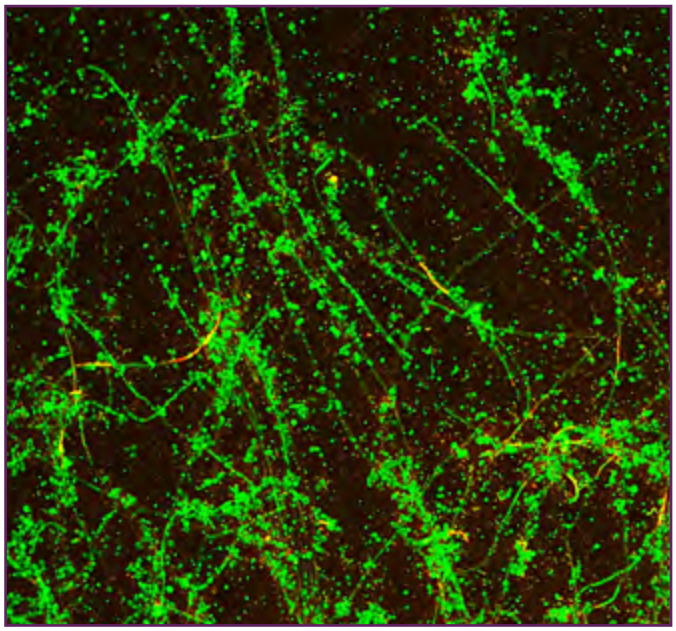
Tak zwana stała mikrobiota składa się z drobnoustrojów, które tworzą trwałe społeczności, zaś mikrobiota przejściowa, to mikroorganizmy pochodzące z pokarmów, powietrza czy kontaktów z innymi osobami. Występuje tu ponad 700 gatunków bakterii, grzybów, wirusów, archeobakterii i pierwotniaków. Bakterie są najlepiej przebadanymi mikroorganizmami w jamie ustnej, ale tylko ok. 50% z gatunków tych bakterii zostało zidentyfikowanych. Mikroflora jamy ustnej osób zdrowych składa się głównie z fakultatywnych bakterii beztlenowych Gram-dodatnich, takich jak: **Streptococcus spp.** – paciorkowce. Jej istotnym składnikiem jest również mikrobiota grzybowa - mykobiota.



Rodzaj **Candida spp.** występuje u około 25-75% zdrowych osobników jako organizm komensalny. *Candida albicans* jest jednym z najważniejszych i najbardziej rozpowszechnionych gatunków grzybów i w sprzyjających warunkach gatunki *Candida*, jako patogeny oportunistyczne, mogą powodować infekcje błony śluzowej jamy ustnej. W jamie ustnej *C. albicans* ma możliwość wiązania z setkami różnych gatunków bakterii tworząc biofilmy, które mogą rozwijać się na wszystkich powierzchniach błony śluzowej i zębów, mając zróżnicowany skład, w zależności od organizmu w jakim występują oraz wielu innych złożonych czynników mikrobiomu (pH środowiska, choroby współistniejące w organiźmie).

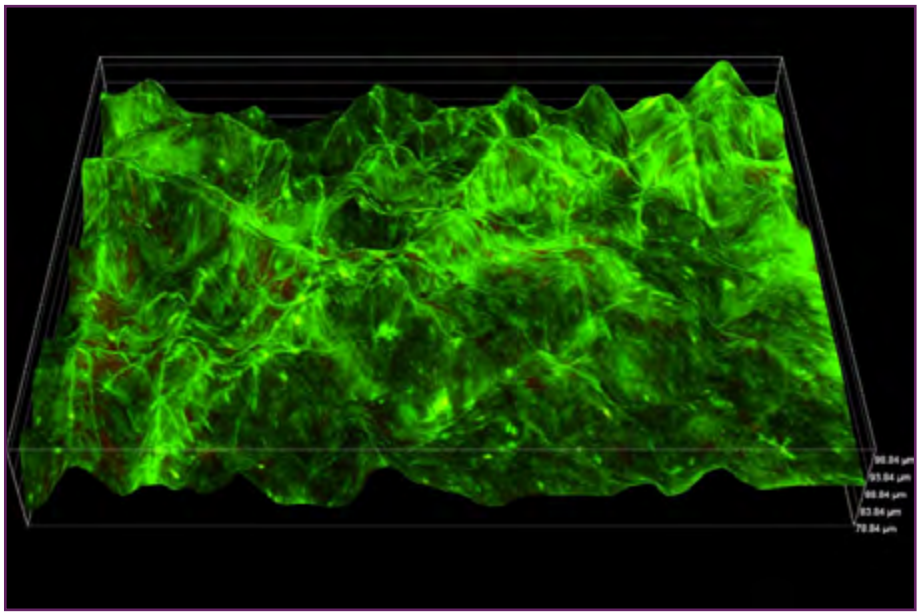


W Centrum Badań nad Innowacjami Akademii Bialskiej już od kilku lat przedmiotem badań są biofilmy mieszane złożone z *C.albicans* oraz powszechnie występujących w jamie ustnej bakterii Gram-dodatnich w warunkach in vitro, jako odwzorowanie biofilmów generowanych w naturalnych warunkach jamy ustnej oraz określenie potencjalnych interakcji pomiędzy komórkami grzybowymi i bakteryjnymi w strukturze biofilmu. Prowadzimy analizy badające zdolności adaptacyjne *Candida spp.* oraz ich oddziaływania międzygatunkowe wpływające na jakość tworzonych biofilmów. Oceniamy żywotność komórek wchodzących w skład biofilmu na różnych etapach jego tworzenia i przy wpływie substancji zewnętrznych, takich jak środki higieny jamy ustnej. Tworzymy modele 3D uwzględniające skład i proces generowania biofilmów Rycina 4 i 5.



Obraz w mikroskopie fluorescencyjnym biofilmu mieszanego złożonego z *Candida albicans* oraz *Streptococcus agalactiae* uzyskanych od pacjenta po czasie 48h w hodowli *in vitro.*

W ostatnich latach badania prowadzone nad biofilmami mikrobiologicznymi jamy ustnej przeniosły swój nacisk na analizę poszczególnych białek mikroorganizmów, w tym zewnątrzkomórkowych i innych składników matrycy. Macierz pomaga komórkom przetrwać w ich miejscach bytowania i odgrywa kluczową rolę w tworzeniu siatki komórek drobnoustrojów oraz zapewnia trójwymiarowe rusztowania ograniczające dyfuzję komórek. Struktura biofilmów w skali mikro umożliwia interpretację i zrozumienie roli poszczególnych mikroorganizmów jamy ustnej, zapewniając kompleksowe zrozumienie ekologii ich społeczności, a także potencjalnej patogenności. Ponadto, wykorzystując obrazowanie wieloskalowe, analizę sekwencjonowania i inne techniki, ostatnie badania wykazały, że alternatywny proces tworzenia biofilmu u wielu gatunków, nawet zawierających ludzkie komórki nabłonkowe, kształtuje społeczności



Model 3D biofilmu mieszanego *Candida albicans* i *Streptococcus agalactiae.*

wielodrobnoustrojowe w różnych skalach przestrzennych i taksonomicznych. Rozwój metagenomiki, metaproteomiki i metabonomiki zapewnił bardziej wszechstronne zrozumienie społeczności mikrobiotycznych jamy ustnej. Coraz więcej dowodów potwierdza pogląd, iż różne czynniki wewnętrzne i zewnętrzne powodują dysbiozę mikrobioty jamy ustnej, co w znacznym stopniu przyczynia się do chorób jamy ustnej i chorób ogólnoustrojowych. Dlatego należy zwrócić szczególną uwagę na mechanizmy leżące u podstaw interakcji między mikroorganizmami jamy ustnej i ich oddziaływaniami z gospodarzem.

Obecnie w naszych badaniach zwróciliśmy również uwagę na strategie terapeutyczne w chorobach jamy ustnej z zastosowaniem środków higienizacyjnych. Niewiele badań nad wpływem tych strategii na dysbiozę jamy ustnej przyniosło spójne wyniki, biorąc pod uwagę ograniczenia procedur pobierania próbek i trudności w rekrutacji osób o niejednorodnych cechach klinicznych. Aby w **warunkach hodowli *in vitro*** odpowiednio naśladować zarówno środowisko gospodarza, jak i zachowanie drobnoustrojów, potrzebne jest skuteczne podejście i właściwy model badawczy, w którym można analizować zmiany w składzie społeczności drobnoustrojów pod wpływem określonych środków terapeutycznych [4-5].

Interakcje mikrobiologiczne w obrębie mikrobioty mogą być synergistyczne lub antagonistyczne. Mikrobiota jamy ustnej zazwyczaj żyje w harmonii z gospodarzem i zapewnia ważne korzyści, które przyczyniają się do ogólnego stanu zdrowia. W badaniach laboratoryjnych wykazano, że kolonizacja jamy ustnej przez *Streptococcus oralis* u zwierząt doświadczalnych została zwiększona w obecności *Candida albicans*. Koinfekcja powodowała również wzrost reakcji zapalnych błony śluzowej i sprzyjała głębokiemu rozprzestrzenianiu się C. albicans. Jest to forma synergii patogennej, której przykładem są również częste koinfekcje gronkowca złocistego *Staphylococcus aureus* z *C. albicans* [6]. W zależności od panujących warunków bytowych, flora bakteryjna ma zdolność zmiany równowagi między zdrowiem a infekcją, zarówno lokalnie, jak i ogólnoustrojowo. W warunkach fizjologicznych mikrobiom jamy ustnej wykazuje dobrze zrównoważony, dynamiczny ekosystem, niezagrażający organizmowi gospodarza.

Dysbioza to zaburzenie równowagi w mikrobiomie, kiedy w jamie ustnej zaczynają dominować bakterie patogenne kosztem pozostałych, co może prowadzić do powstawania takich problemów jak: próchnica, choroby dziąseł, krwawienie dziąseł czy nieprzyjemny zapach z ust. Dysbioza mikrobiomu jamy ustnej oznacza brak równowagi we względnej liczebności drobnoustrojów, które przyczyniają się do rozwoju chorób szczególnie u osób podatnych, ze względu na obniżoną odporność. Okazje się, że zaburzenia homeostazy spowodowane, m. in. złymi nawykami żywieniowymi i nieprawidłową higieną jamy ustnej, mogą prowadzić nie tylko do chorób jamy ustnej, ale całego organizmu. Do objawów spowodowanych z dysbiozą jamy ustnej są zaliczane: bóle zębów i ich nadwrażliwość, choroby dziąseł, luźne lub utracone zęby, nieświeży oddech (halitoza), próchnica, owrzodzenia jamy ustnej. Natomiast problemy zdrowotne całego organizmu spowodowane złym stanem zdrowia jamy ustnej wykraczają poza ten obszar i mogą się objawiać jako stany ogólnoustrojowe, takie jak: choroba wieńcowa czy reumatoidalne zapalenie stawów. Bezpośrednia droga i dobry dostęp drobnoustrojów z jamy ustnej do układu oddechowego wyjaśniają bardzo bliski związek między zaburzeniami w obrębie jamy ustnej a chorobami płuc, takimi jak infekcje dróg oddechowych, bakteryjne zapalenie płuc, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP) i mukowiscydoza [4]. Podsumowując doniesienia naukowe z ostatnich lat można skłaniać się ku tezie, że długotrwały zły stan zdrowia jamy ustnej ma wpływ na problemy zdrowotne, które mogą objawiać się jako:

1. Choroby sercowo-naczyniowe – zły stan zdrowia jamy ustnej wiąże się z problemami sercowo-naczyniowymi, takimi jak choroby serca i udar mózgu. Bakterie z jamy ustnej mogą dostać się do krwiobiegu i powodować stan zapalny, prowadząc do takich poważnych stanów.

2. Powikłania cukrzycy – osoby z cukrzycą są bardziej narażone na rozwój chorób dziąseł. Zły stan zdrowia jamy ustnej może również utrudniać

pacjentom z cukrzycą kontrolowanie poziomu cukru we krwi.

3. Infekcje dróg oddechowych – bakterie z jamy ustnej mogą być wdychane do płuc, powodując infekcje dróg oddechowych, takie jak zapalenie płuc. Jest to szczególnie niebezpieczne dla osób z osłabionym układem odpornościowym.

4. Demencja – liczne badania sugerują związek między złym stanem zdrowia jamy ustnej a zwiększonym ryzykiem rozwoju demencji u osób starszych. Dokładne powody tego związku są nadal badane.

5. Powikłania ciąży – niska masa urodzeniowa i wczesny poród to dwa zagrożenia, które mogą być większe dla przyszłych matek z chorobami dziąseł. W trosce o zdrowie zarówno własne, jak i nienarodzonego dziecka, przyszłe matki muszą dbać o prawidłową higienę jamy ustnej.

Po tych przykładach widać, że przy holistycznym podejściu do zdrowia całego organizmu człowieka mikrobiota jamy ustnej ma znaczenie w kształtowaniu zarówno lokalnej, jak i ogólnoustrojowej odporności i odpowiedzi immunologicznej i może odgrywać kluczową rolę w utrzymaniu naszego zdrowia. Czynniki takie jak choroby, np. cukrzyca, osteoporoza i używki mogą znacząco ją modyfikować, co prowadzi do jej dysbiozy i patologicznych stanów i powikłań. Zachowanie równowagi mikroorganizmów, wchodzących w jej skład jest kluczowe w zapobieganiu chorobom zarówno jamy ustnej, jak i ogólnoustrojowym. Dlatego tak ważne jest dbanie o higienę, odpowiednią dietę i regularne wizyty u dentysty, aby wspierać zdrowie mikrobioty jamy ustnej i co za tym idzie, zdrowie całego organizmu. Ważne jest również monitorowanie i utrzymanie prawidłowej mikrobioty całego organizmu w celu zachowania ogólnego zdrowia.

Ewa Plażuk

Zdrowie jamy ustnej jest oknem na ogólny stan naszego zdrowia

Zwracając uwagę na oznaki złego stanu zdrowia jamy ustnej i podejmując środki zapobiegawcze, możesz chronić nie tylko zęby i dziąsła, ale także całe ciało!

ZAPOBIEGAJ CHOROBOM JAMY USTNEJ:



Regularnie szczotkuj i nitkuj zęby



Odwiedzaj dentystę



Stosuj zdrową dietę



Rzuć palenie



Ogranicz alkohol

Bibliografia:

1. Sedghi L., DiMassa V., Harrington A., Lynch S.V., Kapila Y.L., The oral microbiome: Role of key organisms and complex networks in oral health and disease. Periodontology, 2021, 87(1):107-131.
2. Deo P.N., Deshmukh R., Oral microbiome: Unveiling the fundamentals. J. Oral. Maxillofac Pathol. JOMFP. 2019,23:122-128.
3. Lamont RJ, Koo H, Hajishengallis G. The oral microbiota: dynamic communities and host interactions. Nat Rev Microbiol. 2018, 16(12):745-759.
4. Kozak M., Pawlik A., The Role of the Oral Microbiome in the Development of Diseases. International Journal of Molecular Sciences, 2023, 24(6):5231.
5. Teodorowicz P., Tokarska-Rodak M., Michaluk E., Zarębska M., Plewik D., Grudniewski T. M., Sacharczuk M., Assessment of nanomechanical properties of Candida albicans as an element of the oral mycobiota in healthy subjects : a preliminary study, Animal Science Papers and Reports, 2023, Vol. 41, Issue 2, p. 165-178.
6. Nobbs A. H., Jenkinson H. F., Interkingdom networking within the oral microbiome, Microbes and Infection, 2015, Vol. 17, Issue 7, p. 484-492.
7. Li X., Liu Y., Yang X., Li C., Song Z., The Oral Microbiota: Community Composition, Influencing Factors, Pathogenesis, and Interventions. Frontiers in Microbiology, 2022, 13, p. 895537.

ZIELONO MI W GŁOWIE I SPOKOJNIE W MÓZGU CZYLI NEURODYDAKTYKA, FOTOSYNTEZA I SESJA: JAK ROŚLINY RATUJĄ STUDENTÓW PRZED KATASTROFĄ POZNAWCZĄ

Wyobraźmy sobie sytuację: siedzisz w swoim pokoju, czeka cię sesja egzaminacyjna, a przed tobą stos książek, notatek i sporo nerwów. W takich chwilach każdy szuka czegoś, co choć trochę ułatwi tę intelektualną batalię. Pomyśl o roślinie doniczkowej stojącej na parapecie, która często niedoceniana, traktowana jako ozdoba czy zbędny detal. Ale czy zastanawiałeś się kiedyś, że właśnie ona może mieć realny wpływ na twoją efektywność uczenia się? W ostatnich latach, kiedy badania nad mózgiem mnożą się jak grzyby po deszczu, coraz więcej mówi się o tym, że nie jesteśmy robotami. Nasz mózg to nie twardy dysk, tylko skomplikowana, emocjonalna maszyneria. Neurodydaktyka, czyli interdyscyplinarna dziedzina łącząca neurobiologię z praktyką edukacyjną, podkreśla, że środowisko zewnętrzne ma znaczący wpływ na procesy uczenia się. To, co nas otacza, może ułatwiać lub utrudniać zapamiętywanie i koncentrację. W tej pracy skoncentrujemy się na jednym z elementów tego środowiska, który jest często niedoceniany, ale ma potężny potencjał, tj. roślinach doniczkowych. Szczególnie teraz, w okresie sesji egzaminacyjnej, kiedy stres i presja sięgają zenitu, warto zadać pytanie: czy obecność zieleni może poprawić jakość naszej nauki? Przyjrzymy się najnowszym badaniom z zakresu neurodydaktyki, a także naukowym dowodom potwierdzającym pozytywny wpływ roślin na nasze funkcje poznawcze i samopoczucie. Zaprezentujemy, że kontakt z naturą nie jest tylko chwilową przyjemnością, ale realnym wsparciem dla pamięci, koncentracji i emocjonalnej równowagi. A więc, paprotka w pokoju studenta to nie tylko ładny dodatek, ale prawdziwy sprzymierzeniec w walce o lepsze wyniki!

Neurodydaktyka, czyli gdy neuron spotyka tablicę

Neurodydaktyka, choć brzmi dość poważnie i naukowo, to w praktyce po prostu badanie, jak nasz mózg uczy się najlepiej i jak można tę wiedzę wykorzystać do poprawy procesu edukacji. Powyższe brzmi jak coś, co powiedziałby wykładowca z Oxfordu, ale tak naprawdę neurodydaktyka to próba zrozumienia, jak nasz biedny mózg radzi sobie z nauką. I jak mu trochę w tym pomóc. Kiedyś uważano, że nauka to po prostu wkuwanie i powtarzanie informacji. Dzisiaj wiemy, że jest to proces znacznie bardziej złożony i zależny od wielu czynników, takich jak emocji, motywacji, a także warunków zewnętrznych. Mózg nie jest pustą tablicą ani suchym dyskiem twardym. To żywy, dynamiczny organ, w którym neurony komunikują się w czasie rzeczywistym, tworząc skomplikowane sieci. Proces zapamiętywania to nie tylko „włożenie" informacji do pamięci, ale też ich powiązanie z emocjami, doświadczeniami, a także kontekstem, w którym uczymy się danego materiału (Jensen, 2008). Stres, hałas, czy niewygodne warunki potrafią skutecznie zablokować te procesy. Co ciekawe, nie tylko przeszkadzają, ale wręcz mogą zmieniać strukturę mózgu w sposób niekorzystny (Lupien i in., 2009). Dlatego neurodydaktyka kładzie duży nacisk na tworzenie środowiska sprzyjającego nie tylko skupieniu, ale także relaksowi i motywacji. Właśnie tutaj na scenę wkraczają rośliny. Obecność zieleni nie jest jedynie przyjemną dekoracją, to realny czynnik modulujący nasze emocje i zdolność do przyswajania wiedzy. W kolejnych rozdziałach omówimy, dlaczego tak się dzieje i jakie mechanizmy za tym stoją.

Zielono wokół mnie, czyli o wpływie roślin na mózg i emocje

Rośliny towarzyszą człowiekowi od zarania dziejów. Nie tylko dostarczają tlenu, pożywienia czy surowców, ale także wpływają na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne. W ostatnich dekadach coraz więcej badań naukowych skupia się na wpływie roślin na funkcje poznawcze i samopoczucie. Już w latach 80. NASA badała, jak rośliny doniczkowe oczyszczają powietrze z toksyn, co przekłada się na lepsze warunki do pracy i nauki. Wilgotność powietrza, ilość tlenu i brak zanieczyszczeń mają bezpośredni wpływ na funkcjonowanie mózgu. Przełomowym badaniem był eksperyment Ulricha (1984), który pokazał, że pacjenci szpitalni, którzy mieli widok na drzewa, szybciej wracali do zdrowia niż ci, którzy patrzyli na mur lub parking. To było pierwsze poważne potwierdzenie, że kontakt z naturą ma wymierny wpływ na funkcjonowanie organizmu. Podobne efekty zaobserwowano w kontekście pracy i nauki. Obecność roślin w pomieszczeniu obniża poziom kortyzolu, hormonu stresu, który, jak wiemy, w nadmiarze bardzo utrudnia zapamiętywanie i koncentrację (Bringslimark i in., 2009). Nie trzeba od razu iść do lasu, czasem wystarczy jeden rzut oka na zielony liść i jakoś człowiekowi lżej na duszy. Serio, mózg wtedy sam zaczyna ogarniać hormony szczęścia. Rośliny działają jak naturalny uspokajacz, wystarczy spojrzeć na zieleń, by mózg zaczął produkować więcej serotoniny i endorfin, co przekłada się na lepsze samopoczucie i motywację do działania. Ponadto rośliny poprawiają jakość powietrza w pomieszczeniach, usuwając toksyny takie jak benzen, formaldehyd czy trójchloroetylen, które mogą powodować zmęczenie i bóle głowy (Lohr, Pearson-Mims and Goodwin, 1996). Lepsza jakość powietrza to nie tylko zdrowszy organizm, ale też lepsza praca mózgu, bo ten uwielbia tlen! Z badań wynika, że ludzie przebywający w pomieszczeniach z roślinami mają większą produktywność, mniej dolegliwości zdrowotnych i bardziej pozytywne nastawienie (Raanaas, Patil and Hartig, 2011). Dlatego jeśli chcesz przetrwać sesję z minimalnym stresem i maksymalną skutecznością, warto mieć wokół siebie choć kilka zielonych liści. Warto też wspomnieć o teorii „uwagi odnowionej" (Attention Restoration Theory, ART), według której natura pomaga odzyskać zdolność do skupiania uwagi, którą nadwyrężają wymagające zadania umysłowe. Rośliny działają więc jak naturalne resetery naszego mózgu.

Sesja bez paniki czyli rośliny jako naturalny antydepresant

Egzamin to moment, kiedy stres wkracza na najwyższy poziom, a nasz mózg działa na granicy wytrzymałości. Niestety, chroniczny stres zmniejsza neuroplastyczność mózgu, czyli jego zdolność do tworzenia nowych połączeń, co jest kluczowe dla uczenia się (McEwen, 2007). Na szczęście rośliny działają jak naturalny antydepresant i anksjolityk (środek przeciwlękowy) bez skutków ubocznych. Kontakt z zielenią obniża ciśnienie krwi, redukuje napięcie mięśni i sprzyja głębokiemu oddychaniu (Dijkstra, Pieterse & Pruyn, 2008). Te efekty pomagają mózgowi „odetchnąć" i przełączyć się z trybu walki na tryb nauki. Zaskakująco, samo zajmowanie się roślinami, np. podlewanie, przesadzanie, rozmowa z nimi, również wpływa korzystnie na nasz układ nerwowy (Van den Berg & Custers, 2011). Te drobne aktywności przerywają monotonię nauki i pozwalają na chwilę odprężenia, co jest niezbędne do konsolidacji pamięci. A jeśli myślisz, że rozmawianie z paprotką brzmi dziwnie, to spójrz na to jak na medytację z zielonym towarzyszem. Zdecydowanie lepsze to niż stresujące przeglądanie notatek o 3 w nocy. Co więcej, nawet krótkie przerwy na spojrzenie na roślinę lub krótki kontakt z naturą w trakcie nauki pomagają odbudować zdolność koncentracji (teoria ART). To jak szybki „reset" mózgu, który pozwala wrócić do nauki z nową energią.

Domowy dżunglowy survival studentów (praktyczne wskazówki)

Jeśli chcesz, by rośliny rzeczywiście wspierały Twój proces nauki, musisz wybrać te, które są łatwe w uprawie i mają udokumentowane właściwości prozdrowotne. Fikus benjamina (Ficus benjamina L.), sansewieria (Sansevieria trifasciata) (znana też jako język teściowej), czy zamiokulkas (Zamioculcas zamiifolia) to gatunki, które poradzą sobie w większości mieszkań i wymagają minimalnej troski. Umieść je w miejscu z odpowiednim światłem, ale unikaj bezpośredniego nasłonecznienia, które może je poparzyć. Idealnie, jeśli rośliny znajdą się w zasięgu wzroku – na biurku, półce obok książek lub na parapecie. Poza walorami estetycznymi, będą działać jak „zielone stacje ładowania" dla Twojego mózgu. Pamiętaj o regularnym podlewaniu i usuwaniu kurzu z liści, rośliny też potrzebują oddechu! Warto umieścić rośliny na wysokości oczu. Podczas nauki warto zerkać na zieleń, nawet na kilka sekund, co działa kojąco na umysł. Należy pamiętać także o różnorodności. Rośliny liściaste, kwitnące, o różnych kształtach i teksturach dają więcej bodźców dla zmysłów. Jeśli chcesz, możesz nawet rozmawiać z nimi. Naukowcy zauważyli, że słuchanie roślin (np. przez fale dźwiękowe, choć niekoniecznie Twoje monologi) wpływa korzystnie na ich wzrost, a Tobie poprawia nastrój (choć tu już trochę wkracza magia). Nie traktuj tego jako kolejne „zadanie do odhaczenia", ale jako element codziennej rutyny, mały rytuał, który pomoże Ci oderwać się od książek i zresetować mózg. Pielęgnację roślin warto połączyć z innymi metodami relaksu. Zieleń świetnie uzupełnia techniki oddechowe, muzykę relaksacyjną czy krótkie przerwy na spacer.

Między neuronem a liściem jako zielone podsumowanie z indeksem w tle

Podsumowując, neurodydaktyka pokazuje, że efektywna nauka to coś więcej niż tylko czas spędzony nad książkami. Liczy się jakość środowiska i troska o stan naszego mózgu, zarówno pod względem biologicznym, jak i emocjonalnym. Rośliny stanowią nieocenioną pomoc w tej układance. Dzięki nim nauka staje się bardziej przyjemna, mniej stresująca i skuteczniejsza. Warto pamiętać, że sesja egzaminacyjna to nie sprint, ale maraton, a maratończyk potrzebuje odpowiedniego wsparcia. Najnowsze badania potwierdzają, że zieleń w miejscu nauki sprzyja redukcji stresu, poprawia nastrój, a także wspomaga pamięć i koncentrację. Nie jest to kwestia placebo, to konkretne mechanizmy neurobiologiczne i psychologiczne.

Czy paprotka może uratować studenta przed katastrofą poznawczą? Odpowiedź brzmi: nie w sposób cudowny i natychmiastowy, ale z pewnością może stworzyć warunki, które uczynią naukę skuteczniejszą i mniej stresującą. Wiadomo, nie każdemu zieleń uratuje semestr, ale jeśli masz do wyboru plastikową figurkę na biurku albo fikusa, postaw na żywą roślinę. W świecie pełnym informacji, wymagań i presji terminów każda metoda poprawiająca komfort psychiczny i funkcjonowanie poznawcze są na wagę złota. Nie zapominajmy, że uczenie się to proces całego organizmu, nie tylko mózgu, a kontakt z naturą to sposób, by go wesprzeć. Więc jeśli chcesz zwiększyć swoje szanse na sukces w sesji, po prostu zadbaj o rośliny. Podlej paprotkę, odpoczywaj, oddychaj i ucz się z głową. A jeśli mimo wszystko egzamin wyda się trudny, przynajmniej będziesz miał zielone towarzystwo do wspólnego przeżywania sesyjnych dramatów.

Julia Grochowska[1], Marcin Weiner[2]

[1] Studenckie Koło Naukowe Zakładu Rolnictwa, Wydział Nauk Technicznych, Akademia Bialska im. Jana Pawła II
[2] Zakład Rolnictwa, Wydział Nauk Technicznych, Akademia Bialska im. Jana Pawła II

Bibliografia:

Hüther, G. (2012). Kim jesteśmy – a kim moglibyśmy być. Warszawa: Dobra Literatura.
Spitzer, M. (2012). Jak uczy się mózg. Sopot: Smak Słowa.
McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. Physiological Reviews, 87(3), 873-904.
Lohr, V. I., Pearson-Mims, C. H., & Goodwin, G. K. (1996). Interior plants may improve worker productivity and reduce stress in a windowless environment. Journal of Environmental Horticulture, 14(2), 97-100.
Raanaas, R. K., Patil, G. G., & Hartig, T. (2011). Effects of indoor foliage plants on health and discomfort symptoms among office workers. Scandinavian Journal of Forest Research, 26(3), 224-229.
Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. Science, 224(4647), 420-421.
Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). The experience of nature: A psychological perspective. Cambridge University Press.
Dijkstra, K., Pieterse, M. E., & Pruyn, A. (2008). Stress-reducing effects of indoor plants in the built healthcare environment: The mediating role of perceived attractiveness. Preventive Medicine, 47(3), 279-283.
Bringslimark, T., Hartig, T., & Patil, G. G. (2009). The psychological benefits of indoor plants: A critical review of the experimental literature. Journal of Environmental Psychology, 29(4), 422-433.
Van den Berg, A. E., & Custers, M. H. G. (2011). Gardening promotes neuroendocrine and affective restoration from stress. Journal of Health Psychology, 16(1), 3-11.



NAFSA Association of International Educators Annual Conference & EXPO 2025 w Washington D.C. / Berkley University – reprezentacja AB: mgr Agnieszka Kaliszuk oraz mgr Magdalena Maciejuk

KALENDARIUM

kwiecień – maj – czerwiec 2025

02.04.2025 r.

Wydział Nauk Ekonomicznych Akademii Bialskiej miał przyjemność **gościć uczniów Zespołu Szkół Zawodowych nr 1 im. Komisji Edukacji Narodowej w Białej Podlaskiej (klasa 2 – Technik Handlowiec). W ramach spotkania, zorganizowanego przez pracowników Zakładu Ekonomii, uczniowie uczestniczyli w Warsztatach z zakresu Branżowych Symulacji Biznesowych Revas**, zajęciach bibliotecznych oraz zwiedzaniu biblioteki akademickiej .

02.04.2025 r.

Wykład otwarty pt. **„Zarządzanie działaniami ratowniczymi w incydencie masowym i katastrofach".** Prelegentem był dr n. med. Arkadiusz Trzos, Kierownik Zakładu Medycyny Katastrof i Pomocy Doraźnej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Wykład poruszał kluczowe zagadnienia związane z zarządzaniem działaniami ratowniczymi w sytuacjach kryzysowych.

04-05.04.2025 r.

I Wojskowe Targi Służby i Pracy Podczas dwudniowych targów, żołnierze zaprezentowali swoje umiejętności oraz profesjonalizm w licznych pokazach .Nie mniejszym zainteresowaniem cieszyły pokazy indywidualnego wyposażenia oraz nowoczesnego sprzętu znajdującego się na wyposażeniu polskiej armii.



03.04.2025 r.

Seminarium organizowane przez Zakład Dietetyki AB. Celem wydarzenia było szerzenie wiedzy na temat zdrowych alternatyw dla popularnych napojów energetycznych. W trakcie seminarium uczestnicy mieli okazję wysłuchać interesujących prelekcji: dr hab. Iwona Mystkowska omówiła, co tak naprawdę kryją

w sobie napoje energetyczne i dlaczego mogą one stanowić zagrożenie dla zdrowia. dr n. med. Paweł Chwaluk zwrócił uwagę na szkodliwość słodkich napojów energetycznych i ich wpływ na organizm. dr inż. Barbara Groele podzieliła się wiedzą na temat wartości odżywczych soków i nektarów, jako zdrowej alternatywy dla energetyków. Rafał Pajnowski przedstawił, jak aktywność fizyczna i trening mentalny mogą pozytywnie wpłynąć na nasze samopoczucie i dostarczyć naturalnej energii. Po seminarium odbyły się warsztaty w Laboratorium Chemii Napojów (EKO-AGRO-TECH) uczestnicy zgłębiali tajniki składu napojów, poznając, co kryje się w ich składzie.

03-04.04.2025 r.

Sukces naszych studentek na ogólnopolskich zawodach – studentki kierunku Pielęgniarstwo Akademii Bialskiej: Diana Czekier (Rok III), Alicja Nazaruk (Rok II), Diania Szałkowska (Rok II), Oliwia Powszuk (Rok II)pod opieką niezastąpionej dr Barbary Sokołowskiej wzięły udział w III edycji Ogólnopolskich Zawodów Symulacji Medycznej – Batory SIM_Challenge 2025! Wydarzenie organizowane było przez **Akademia Nauk Stosowanych Stefana Batorego** w Skierniewicach i dostarczyło uczestnikom wielu emocji, zdrowej rywalizacji oraz bezcennych doświadczeń. Po dwóch dniach intensywnych zmagań nasz zespół wywalczył II miejsce! To ogromny sukces i powód do dumy! Gratulujemy naszym reprezentantkom i dziękujemy za godne reprezentowanie uczelni.

04.04.2025 r.

„Kartki zza kratki" – w Zakładzie Karnym w Białej Podlaskiej zrobiło się naprawdę świątecznie! Osadzeni wspólnie ze studentami Akademia Bialska stworzyli piękne kartki i stroiki wielkanocne – pełne kolorów, serca i nadziei! Tego typu działania mają głęboki wymiar resocjalizacyjny – uczą zaangażowania, empatii i dają możliwość budowania pozytywnych relacji społecznych.

04-05.04.2025 r.

II Wojskowe Targi Służby i Pracy Podczas dwudniowych targów, żołnierze zaprezentowali swoje umiejętności oraz profesjonalizm w licznych pokazach. Nie mniejszym zainteresowaniem cieszyły pokazy indywidualnego wyposażenia oraz nowoczesnego sprzętu znajdującego się na wyposażeniu polskiej armii.

07.04.2025 r.

III Międzynarodowa Konferencja Naukowa: Wektory Bezpieczeństwa 2025 – Wielowymiarowość



Środowiska Bezpieczeństwa.

09. 04.2025 r.

Wykład „Dlaczego warto dbać o żółtą plamkę w oku?" Prelegentem był prof. dr hab. Wiesław I. Gruszecki, Prorektor ds. nauki i współpracy międzynarodowej UMCS, który w fascynujący sposób wyjaśnił, jak ważne jest dbanie o zdrowie naszych oczu i jakie zmiany mogą zachodzić w żółtej plamce w miarę upływu lat.

11.04.2025 r.

W Bibliotece Akademickiej Akademii Bialskiej odbyło się niezwykle ciekawe **szkolenie, które poprowadziła Anna Popławska, ekspertka w dziedzinie nowoczesnych technologii. Jest założycielką marki *Anna Popławska* oraz współzałożycielką *Edunation*, co czyni ją prawdziwą liderką innowacyjnego podejścia do nauczania.** Studenci i dydaktycy Filologii angielskiej mieli okazję odkryć praktyczne zastosowania AI w pracy nauczyciela. Szkolenie było pełne inspirujących treści, przydatnych narzędzi i ciekawych rozmów o tym, jak technologia może wspierać edukację na każdym poziomie.

16.04.2025 r.

Rektor Akademii Bialskiej, prof. dr hab. Jerzy Nitychoruk, oraz prorektor ds. nauki, dr hab. Agnieszka Siedlecka, prof. uczelni, wręczyli dodatki za osiągnięcia publikacyjne wyróżnionym pracownikom dydaktycznym AB. Dodatki przyznawane są pracownikom, którzy w danym roku kalendarzowym zdobyli najwyższą liczbę punktów za publikacje naukowe. Ranking tworzony jest osobno dla każdego wydziału dla dwóch grup: pracowników samodzielnych oraz pozostałych nauczycieli akademickich.



AB w Zakładzie Karnym z okazji Wielkanocy



Wielkanoc w międzynarodowym wydaniu

19.04.2025 r.

Wielkanoc w międzynarodowym wydaniu. Podczas naszych międzykulturowych warsztatów Erasmus+ studenci z Turcji, Chile, Hiszpanii i Gruzji mieli okazję poznać polskie tradycje wielkanocne – od symboliki świąt, przez zwyczaje, aż po… dekorowanie mazurków. Było kolorowo, kreatywnie i bardzo słodko – bo właśnie takie spotkania tworzą niezapomniane wspomnienia i budują mosty między kulturami.

23.04.2025 r.

Dzień z Pedagogiką – wyjątkowe wydarzenie, podczas którego uczniowie szkół średnich będą mogli poznać nasze kierunki studiów i odkryć, jak fascynujący i różnorodny może być świat pedagogiki. W programie: Sztuka teatralna „Demony w mojej głowie" – autorski spektakl studentek Faustyny Wojdakowskiej i Honoraty Szyluk, który odbędzie się w auli 159R, Gra terenowa – pełna wyzwań i zagadek, które wprowadzą uczniów w tajniki pedagogiki w praktyce. Tematyczne strefy nauki – uczniowie poznają różne obszary pedagogiki poprzez spotkania z wykładowcami i studentami.

24.04.2025 r.

Uczniowie klasy biologiczno-chemicznej LO odwiedzili Centrum Symulacji Położniczej Akademii Bialskiej! Podczas zajęć poznali sprzęt medyczny, wzięli udział w symulacjach porodów i przyjrzeli się pracy położnej z bliska.

24.04.2025 r.

Konferencja poświęcona prawosławnej kulturze pogranicza. Wydarzenie zorganizowane zostało przez **Lubelskie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli** oraz Podlaskie Centrum Kultury Prawosławnej w Białej Podlaskiej. Rozpoczęcie konferencji uświetnił poruszający występ chóru Akademii Bialskiej, który wprowadził nas w wyjątkowy klimat wydarzenia. Poruszyliśmy tematy m.in.: autokefalii Cerkwi, tożsamości prawosławnych mieszkańców regionu, współczesnej autoidentyfikacji na pograniczu.



Konferencja Koła Naukowe szkołą twórczego działania

05.05.2025r.

Blended Intensive Programme (BIP). Wspólnie z partnerskimi uczelniami z Kłajpedy (Litwa) i Preszowa (Słowacja) realizujemy międzynarodowy projekt pt**. "Introducing the Child into the World of Ecological Values**", To wyjątkowa okazja do wymiany doświadczeń, integracji kulturowej i wspólnej pracy nad tematyką bliską każdemu z nas – kształtowaniem postaw proekologicznych już od najmłodszych lat. BIP został przygotowany przez kierunek **Pedagogika Akademia Bialska** – dziękujemy za zaangażowanie i wspaniałą inicjatywę.

07.05.2025 r.

Wykład otwarty „Nie dziczejemy bo dzicze jemy" zorganizowany przez Studenckie Koło Naukowe CLINIC oraz Zakład Pielęgniarstwa. Spotkanie poprowadziła Justyna Piergała – zielarka, fitoterapeutka i pasjonatka dzikiej kuchni. Podczas wykładu uczestnicy mieli okazję: poznać właściwości zdrowotne popularnych i mniej znanych roślin dziko rosnących, dowiedzieć się, jak w prosty sposób włączyć je do codziennej diety, zrozumieć, jak tradycyjna fitoterapia może wspierać współczesne podejście do zdrowia, usłyszeć inspirujące historie z życia prelegentki oraz praktyczne wskazówki dotyczące zbierania i przygotowywania dzikich roślin.





Goście z Malezji w AB

12.05.2025 r.

Dziś **mieliśmy wyjątkową przyjemność gościć aż pięć pań z Malezji**, które odwiedzają Polskę i naszą Białą Podlaską – w tym również Akademia Bialska. Na pamiątkę zrobiły wspólne zdjęcie z popularnym gestem miłości („finger heart"), wyrażającym serdeczność i sympatię. To niecodzienne odwiedziny, które sprawiły nam ogromną radość. Cieszymy się, że Biała Podlaska przyciąga gości z tak daleka – jesteście zawsze mile widziani.

15.05.2025 r.

Sztuka teatralna przygotowana przez Koło Naukowo-teatralne Kurtyna pt. „Z okruchów nadziei" na podstawie książki Pani Anna Siedlecka – pracownika naszej Uczelni. Aktorstwo przeplatało się z wokalem i pojawił się gość specjalny – reporter radia Eska2 Biała Podlaska Pan **Arek Michlewicz**. Dodatkowo, po spektaklu SKN Mediokreatywni przeprowadzili mini spotkanie autorskie z Panią Anią Siedlecką.

17.05.2025 r.

Trzecia edycja Bialskiej Konferencji IT. Wydarzenie, organizowane przez Zakład Informatyki Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II, zgromadziło studentów, absolwentów, pracowników uczelni oraz pasjonatów i profesjonalistów z branży IT .Program obejmował osiem prelekcji i panel dyskusyjny o sztucznej inteligencji.

22.05.2025 r.

Spływ kajakowy doliną Krzny. Oficjalnie rozpoczęliśmy kolejny sezon kajakarski. Tym razem reprezentanci Zakładu Turystyki i Rekreacji Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II – dr Marcin Kasprowicz oraz dr Michał Bergier – zaprosili do wspólnej przygody uczniów ze Szkolnego Koła Turystycznego IV L.O. im. Stanisława Staszica pod opieką Pani Katarzyny Kulickiej i Angeliki Sygneckiej-Garbacik. Po emocjonującej kajakarskiej wyprawie zakończyliśmy dzień wspólnym grillem przy tężni solankowej. Serdecznie dziękujemy wspaniałej młodzieży ze Staszica oraz Paniom Opiekunkom za wspólnie spędzony czas, uśmiech i dobrą energię.

28.05.2025 r.

NAFSA Association of International Educators Annual Conference & EXPO 2025. Polskie stoisko zostało oficjalnie otwarte przez dra Łukasza Gołotę – zastępcę dyrektora NAWA i dr Katarzynę Granat – ekspertkę ds. nauki w **Embassy of the Republic of Poland in Washington, D.C.** Odbyły się pierwsze spotkania polskich uczelni z przedstawicielami instytucji szkolnictwa wyższego z całego świata. Tegoroczna edycja wydarzenia gromadzi ok. 8000 uczestników z blisko 150 krajów. Daje to ogromną szansę na poszerzanie i zacieśnianie współpracy międzynarodowej polskiego środowiska akademickiego z zagranicznymi uczelniami i instytucjami. Gdzie nauka spotyka się z historią i przyszłością. Wizyta delegacji NAWA na UC Berkeley to nie tylko rozmowy o wymianie i współpracy – to dzień pełen spotkań, inspiracji i symbolicznych miejsc. Rozpoczęliśmy od wizyty w Institute of Slavic, East European, and Eurasian Studies, gdzie dyskutowaliśmy z prof. Jefferym Penningtonem. Dalej – intensywny dzień rozmów: z przedstawicielem Berkeley Study Abroad o możliwościach dla polskich studentów, z naukowcami i wykładowcami, w tym z prof. Ilanem Rothem ze Space Sciences Laboratory oraz ze studentami i doktorantami z Polski, którzy dziś studiują na jednej z najlepszych uczelni świata. Nie zabrakło też wyjątkowych momentów – wizyta w Campanile Tower i w pomieszczeniach, gdzie pracował Robert Oppenheimer. Wizyta została zorganizowana przy współpracy **Polish Club of Berkeley**. *Obszerny i szczegółowy materiał w następnym numerze BPA. Zapraszamy.*

30.05.2025 r.

Koncert Charytatywny „Pokochałam siebie. Nowy rozdział". Było muzycznie, tanecznie i bardzo



emocjonalnie. Na scenie energetyczne występy grup tanecznych duetów, solistek i innych artystycznych form przygotowanych przez Studio Paninasali pod czujnym okiem Niny Fedoruk – kobiety, która z pasji do ruchu stworzyła przestrzeń pełną odwagi, emocji i wolności. Honorowy patronat nad wydarzeniem objęli: Prezydent Miasta Biała Podlaska **Michał Litwiniuk**, Wójt Gminy Biała Podlaska **Konrad Gąsiorowski**, Rektor Akademii Bialskiej. Tegoroczny koncert poświęcony był wszystkim kobietom – tym małym i dużym, które chcą zacząć swój nowy rozdział. Zebrane środki przeznaczone zostały na: terapię, warsztaty, działania wspierające zdrowie psychiczne, wewnętrzną siłę i poczucie sprawczości (Centrum Psychoterapii i Rozwoju „Lustro"– Edyta Hornowska Aktepe).

30.05.2025 r.

Akademia Bialska po raz kolejny zorganizowała cykliczne wydarzenie integracyjne dla osób z niepełnosprawnościami. W spotkaniu wzięli udział studenci naszej uczelni, pracownicy Zakładu Turystyki oraz Studium Wychowania Fizycznego i Sportu , a także osoby z niepełnosprawnością z różnych ośrodków z Białej Podlaskiej, Międzyrzeca, Zalutynia i okolic. Celem wydarzenia była integracja, aktywizacja oraz wspólne budowanie otwartego i przyjaznego środowiska, w którym każdy czuje się ważny, akceptowany i wspierany.



Kongres Zdrowie 360

31.05.2025 r.

Reprezentacja Polski Kobiet w piłce nożnej U-19 zagrała w Białej Podlaskiej na stadionie Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II odbyło się wyjątkowe to wydarzenie piłkarskie. Reprezentacja Polski U-19 kobiet zmierzyła się w meczu towarzyskim z rówieśniczkami z Ukrainy. To nie tylko sportowe emocje – spotkanie było częścią obchodów 25-lecia Akademii Bialskiej. Biało-czerwone, prowadzone przez pochodzącego z Białej Podlaskiej Marcina Kasprowicza, szykują się do Mistrzostw Europy U-19, które już w czerwcu odbędą się w Polsce. Była to świetna okazja, by zobaczyć je w akcji i wspierać je z trybun.



Mecz Ukraina -Polska U-19 w AB

04.06.2025 r.

Związek Przedsiębiorców i Pracodawców Podlasie, studenci Wydziału Nauk o Zdrowiu Akademii Bialskiej mieli okazję wziąć udział w 2. Edycji Kongresu „Zdrowie 360". To wyjątkowe wydarzenie połączyło wszystkich uczestników rynku zdrowia w Polsce. Celem konferencji było tworzenie platformy dialogu i wymiany opinii między wszystkimi uczestnikami systemu zdrowia w Polsce.

07.06.2025 r.

I Zjazd Absolwentów Akademii Bialskiej. To był dzień pełen wzruszeń, wspomnień i radości ze spotkań po latach. Dziękujemy wszystkim, którzy tego dnia byli z nami – Wasza obecność stworzyła niesamowitą atmosferę i pokazała, że więzi z czasów akademickich są naprawdę trwałe.

11.06.2025 r.

Wykład otwarty „Trzy archetypy wychowania funkcjonujące współczesnej Europie: chrześcijański, późnej nowoczesności, islamski". Wykład poprowadził ks. prof. Janusz Węgrzecki z Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego (UKSW).

ŚPIEWANIE, KTÓRE ŁĄCZY KULTURY – O CHÓRZE AKADEMII BIALSKIEJ



Chór AB

Muzyka od zawsze towarzyszy człowiekowi – jako sposób wyrażania emocji, budowania więzi i przekraczania granic kulturowych. W środowisku akademickim, gdzie nauka spotyka się z pasją i twórczą energią, chór staje się czymś więcej niż tylko zespołem wokalnym. To przestrzeń integracji – miejsce, które łączy studentów, wykładowców i pracowników uczelni we wspólnym działaniu i artystycznym przeżywaniu.

Powołanie chóru akademickiego to ważny etap w historii Akademii Bialskiej. Inicjatywa ta wyrosła z troski o rozwój życia kulturalnego i duchowego naszej wspólnoty. Pomysł zrodził się z potrzeby stworzenia przestrzeni, w której osoby kochające muzykę mogłyby wspólnie śpiewać, rozwijać się i budować relacje. Od początku zależało mi, by zespół był otwarty, dostępny dla każdego, niezależnie od doświadczenia śpiewaczego, czy znajomości zapisu nutowego, i by dawał radość – nie tylko z wykonywanej muzyki, ale i z bycia razem.

Chór powstał w okresie bożonarodzeniowym, dlatego zaczęliśmy od kolęd i pastorałek – zarówno polskich, jak i ukraińskich. Nie był to przypadek. Wśród chórzystów i całej społeczności akademickiej jest wiele osób pochodzących z Ukrainy. Włączenie ich tradycji muzycznej do repertuaru było dla nas nie tylko wyrazem szacunku, ale także próbą stworzenia atmosfery bliskości i zrozumienia. Chcieliśmy, aby ukraińscy studenci odnaleźli w tym chórze cząstkę własnej kultury, by poczuli się u siebie, słysząc melodie, które kojarzą im się z domem i świętami.

Dziś repertuar się rozwija – sięgamy po bardziej ambitne utwory, także muzykę rozrywkową. Obecnie pracujemy, m.in. nad utworem z repertuaru Elvisa Presleya w aranżacji na trzy głosy.

Nasze próby odbywają się we wtorki – wtedy spotykamy się wszyscy: soprany, alty i tenory. Ale to nie wszystko. Każdy chórzysta ma także obowiązkowe, indywidualne spotkanie raz w tygodniu… w Bibliotece Akademickiej. Może brzmi to nietypowo, ale właśnie tam pracuję na co dzień. W bibliotecznej przestrzeni ćwiczymy partie w mniejszych grupach lub indywidualnie. Dzięki temu lepiej poznaję możliwości głosowe każdego uczestnika i mogę lepiej dobrać repertuar. Te kameralne spotkania to nie tylko praca nad techniką – to czas budowania prawdziwej muzycznej relacji, opartej na zaufaniu, uważności i wspólnej pasji.

Dla chórzystów spotkania to nie tylko zajęcia muzyczne, ale ważna część życia studenckiego.

Sofija: *Cieszę się, że w naszej akademii działa chór, ponieważ śpiewanie to moje ulubione zajęcie i prawdziwa pasja. Ogromną radość sprawia mi nauka nowych utworów – zwłaszcza że wykonujemy je w różnych językach. Dzięki chórowi poznałam wiele nowych osób i znalazłam*



Podczas koncertu



Po koncercie kolęd

przyjaciół, a panująca tu serdeczna, ciepła atmosfera sprawia, że czuję się naprawdę dobrze.

Honorata: *Lubię chodzić na próby chóru, bo mogę wyrazić swoje emocje, odreagować i spędzić czas w sympatycznym gronie.*

Julia G.: *Udział w próbach i występach chóru to nie tylko szansa na rozwój wokalny pod okiem profesjonalisty, ale także wyjątkowa przygoda i okazja do spotkań z niezwykle sympatycznymi ludźmi.*

Beata: *Chór to dla mnie odskocznia od codziennej nauki – czas, w którym nie tylko śpiewamy, ale również lepiej się poznajemy. Kiedy zaczęłam studia, brakowało mi czegoś nowego, co pozwoliłoby mi rozwijać się w różnych obszarach moich zainteresowań. Dziś cieszę się, że mogę być częścią tak wspaniałej grupy ludzi.*

Dariusz: *Niezależnie od dziedziny, w której się specjalizujemy, pełny rozwój wymaga również troski o sferę duchową i emocjonalną. Sztuka – w każdej formie – doskonale wspiera kształtowanie wrażliwości i inteligencji emocjonalnej. Śpiewanie w chórze jednoczy wiele osób, a dzięki wspólnemu wysiłkowi możemy stworzyć coś pięknego, co porusza innych i zostaje w sercu.*

Magdalena: *Lubię być częścią chóru, ponieważ daje mi to możliwość realizowania mojej pasji, jaką jest śpiew. Panuje u nas niezwykle przyjazna i ciepła atmosfera, dlatego z radością uczestniczę w każdej próbie. Przynależność do chóru daje mi poczucie spełnienia – towarzyszy mi wiele pozytywnych emocji, a przy okazji poznałam wiele wartościowych osób o podobnych zainteresowaniach.*

Jeszcze nie minął rok, odkąd rozpoczęliśmy naszą wspólną przygodę, a już mogę z dumą powiedzieć, że stworzyliśmy coś wyjątkowego. To był czas intensywnej pracy, wzajemnego poznawania się, nauki zaufania, ale przede wszystkim – radości ze wspólnego śpiewania.

Zespół tworzy niezwykle zdolna, pełna pasji i energii młodzież, która nie boi się wyzwań. Od pierwszych prób czuć było ogromne zaangażowanie i chęć tworzenia czegoś wartościowego. Każdy występ był dla nas nie tylko okazją do pokazania efektów pracy, ale też prawdziwym świętem.

Za nami kilka udanych koncertów, które pokazały, że młodzi ludzie chcą i potrafią tworzyć kulturę na wysokim poziomie. Każdy z występów utwierdził mnie w przekonaniu, że warto inwestować swój czas i serce w rozwój chóru, bo potencjał tego zespołu jest ogromny!

Dziękuję wszystkim chórzystom za zaufanie, zaangażowanie i niegasnący entuzjazm, a także Uczelni za wsparcie i stworzenie przestrzeni, w której możemy się rozwijać. Przed nami kolejne wyzwania i – mam nadzieję – jeszcze więcej muzycznych wzruszeń.

Monika Gościk
opiekun i dyrygent Chóru Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II



Koncert kolęd w SP nr 9



Zgrana drużyna

NOWO OTWARTY OGRÓD ARCHITEKTURY KRAJOBRAZU – ŻYWA PRACOWNIA NAUKI I INNOWACJI

Na terenie Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II powstał nowoczesny ogród edukacyjno-dydaktyczny, stanowiący cenne zaplecze terenowe dla studentów Architektury Krajobrazu. Inwestycja, zrealizowana z inicjatywy Wydziału Nauk Technicznych, nie tylko podkreśla znaczenie kształcenia praktycznego, ale także świadczy o zaangażowaniu Uczelni w promowanie proekologicznych rozwiązań w przestrzeni miejskiej.

Projekt ogrodu powstał pod nadzorem merytorycznym pracowników Zakładu Architektury Krajobrazu, a za jego opracowanie odpowiedzialne były architektki krajobrazu: mgr inż. Patrycja Niemczuk, nauczyciel akademicki AB, oraz mgr inż. Edyta Czech. Realizację ogrodu przeprowadziła firma IPAK z Międzyrzeca Podlaskiego, specjalizująca się w kompleksowej aranżacji terenów zieleni. Ogród, zlokalizowany w bezpośrednim sąsiedztwie budynków uczelni przy ul. Sidorskiej, stanowi widoczny symbol nowoczesnej edukacji technicznej. Całkowita powierzchnia zagospodarowanego terenu wynosi ponad 300 m^2.



Choć ogród został stworzony z myślą o całej społeczności akademickiej, jest szczególnie dedykowany studentom kierunku Architektura Krajobrazu – który został uruchomiony 3 lata temu na Akademii Bialskiej i dynamicznie się rozwija, łącząc sztukę projektowania z wiedzą o środowisku i zrównoważonym rozwoju. Kierunek koncentruje się na praktycznym kształceniu, łącząc teorię z rozwijaniem umiejętności projektowych. Nowo powstała przestrzeń doskonale wspiera realizację zajęć terenowych, projektowych i badawczych, oferując studentom realne narzędzia do nauki i eksperymentów w tej rozwijającej się dziedzinie.

W ogrodzie zobaczyć można m.in.:

- łąkę kwietną – doskonałą do obserwacji zapylaczy i prowadzenia badań nad bioróżnorodnością,
- rabaty deszczowe – poprawiające retencję wody i mikroklimat,
- las kieszonkowy typu Miyawaki – wspierający lokalną bioróżnorodność, umożliwiający inwentaryzację roślin, analizę sukcesji i praktyczne zajęcia z dendrometrii.
- rabaty aromatyczne i kolekcje traw – wykorzystywane w ćwiczeniach z rozpoznawania gatunków oraz projektowania kompozycji sensorycznych,
- rekreacyjną wiatę z zielonym dachem oraz stoły pokazowe dachów zielonych, umożliwiające eksperymenty i monitoring parametrów podłoża w warunkach naturalnych.



Ogród ma charakter dydaktyczny, badawczy, rekreacyjny oraz reprezentacyjny. Został zaprojektowany w taki sposób, aby wspierać innowacyjne metody nauczania, szczególnie te oparte na nauce przez działanie. To także przestrzeń

spotkań i odpoczynku, dostępna dla całej społeczności akademickiej. W kolejnych latach pielęgnację oraz rozwój ogrodu będą nadzorować studenci Architektury Krajobrazu w ramach zajęć praktycznych, co zapewni jego utrzymanie oraz stworzy przestrzeń do dalszej nauki i eksperymentów.

Realizacja ogrodu jest dowodem na rosnące znaczenie kierunku Architektura Krajobrazu w ofercie Akademii Bialskiej i na inwestowanie przez Uczelnię w nowoczesne narzędzia dydaktyczne oraz komfort nauki swoich studentów.

Katarzyna Radwańska

Załączone wizualizacje ogrodu wykonała mgr inż. Patrycja Niemczuk











ARTYKUŁ Z CYKLU FILMOWEGO „NASIENIE ŚWIĘTEJ FIGI”

Rozmowa o filmie „Nasienie świętej figi”

Rozmawiają:
Dr Piotr Zdunkiewicz – Zakład Pedagogiki, opiekun Koła Miłośników Filmu
Jola Bojarska – studentka II roku Fizjoterapia
Monika Brodawska – studentka II roku Finanse i Rachunkowość
Kacper Sikorski – student II roku Bezpieczeństwo Narodowe

dr Piotr:

Dzisiejsze spotkanie jest poświęcone filmowi irańskiemu filmowi „Nasienie świętej figi”. Ten film to niezwykle przejmująca opowieść o młodych kobietach, które próbują żyć normalnie w społeczeństwie, które im tego odmawia. Produkcja została zakazana w Iranie, ponieważ otwarcie pokazuje sprzeciw wobec panującego reżimu i łamaniu praw człowieka. Jakie były Wasze pierwsze emocje po obejrzeniu filmu? Czy poruszył Was ten obraz?

Monika:

Zdecydowanie tak. Film zrobił na mnie duże wrażenie, choć muszę przyznać, że nie należał do łatwych w odbiorze. Poruszył wiele wątków naraz – relacje rodzinne, system opresji, religijność, wolność kobiet – i to wszystko naraz może być przytłaczające. Czasami miałam wrażenie, że lepiej byłoby, gdyby skupiono się na jednym, głównym wątku, bo końcówka trochę się rozmyła. Ale mimo to uważam, że to bardzo ważne kino – takie, które zostaje z widzem długo po zakończeniu seansu.

Jola:

Zgadzam się. Dla mnie to był film bardzo emocjonalny, intymny. Miał swoje tempo – wolniejsze, refleksyjne – ale wciągał. Czułam frustrację bohaterek, ich niemoc, bezsilność, ale też potrzebę buntu. Końcówka była trudna, trochę niezrozumiała na pierwszy rzut oka, ale z czasem zaczęłam dostrzegać w niej symbolikę. Ten film wymaga skupienia i cierpliwości, ale naprawdę daje dużo do myślenia.

Kacper:

Ja podszedłem do tego trochę inaczej – z perspektywy mężczyzny, obserwatora. Było mi trudno zrozumieć ten poziom kontroli nad kobietami, który pokazano w filmie. Jestem zwolennikiem wolności jednostki i to, co widziałem, było po prostu przerażające. Najbardziej uderzyło mnie to, że te dziewczyny chciały tylko normalnie żyć – tańczyć, śmiać się, być sobą – a to już wystarczyło, by były postrzegane jako zagrożenie dla systemu.

dr Piotr:

Bardzo dobrze to ujęliście. Właśnie – kobiecość, bunt, zakazane pragnienia. Film jest bardzo kobiecy, a mężczyźni – choć obecni – są raczej przedstawiani jako kontrolujący, czasem wręcz opresyjni. Jak odebrałyście to jako młode kobiety?

Monika:

Dla mnie to było bardzo mocne. Z jednej strony rozumiem, że w tych społeczeństwach religia i tradycja mają ogromne znaczenie i że wiele osób po prostu w tym wyrosło. Ale z drugiej – ciężko nie współczuć młodym dziewczynom, które nie mają prawa decydować o swoim życiu. To nie jest tylko zakaz tańca – to zakaz wolności, wyrażania siebie, a nawet marzeń. Ja, jako Europejka, mam świadomość, że to dla mnie oczywiste, ale tam – to są rzeczy, o które trzeba walczyć.

Jola:

Ja miałam podobne przemyślenia. Poruszyło mnie to, jak bardzo te dziewczyny były samotne – nawet we własnej rodzinie nie znajdowały wsparcia. To było dla mnie najbardziej



Studenci AB członkowie Klubu Filmowego w towarzystwie dr. Piotra Zdunkiewicza pomysłodawcy Cyklu filmowego

bolesne. System był silny, ale jeszcze gorsza była ta codzienna obojętność – że nikt nie próbował ich naprawdę zrozumieć. Rodzina powinna być miejscem bezpieczeństwa, a tu stała się częścią systemu represji.

Kacper:

W moim odczuciu to, co tam się działo, było wręcz totalitarne. I smutne, bo nie dotyczyło tylko państwa – ale właśnie relacji rodzinnych. To przerażające, gdy system tak bardzo przenika do życia codziennego, że niszczy nawet najbliższe więzi.

dr Piotr:

Poruszyliśmy bardzo ważny wątek – przemianę ojca, który z człowieka wydającego się ciepłym i opiekuńczym, staje się de facto oprawcą. Jak ją interpretujecie?

Kacper:

To było bardzo poruszające. On został przez ten system po prostu „złamany". Z początku miał wątpliwości, nie chciał uczestniczyć w tym wszystkim. Ale kiedy podpisał pierwszy wyrok śmierci, coś w nim pękło. Później już tylko szedł za tym, co mówiło mu prawo – nawet kosztem własnych dzieci. To pokazuje, jak system potrafi zniszczyć człowieka psychicznie i moralnie.

Jola:

Wydaje mi się, że to była właśnie jego trauma. Ten wyrok śmierci go złamał, a potem już nie miał odwrotu. Zaczął wierzyć, że to jedyny sposób, by ochronić rodzinę – paradoksalnie, zaczął ich krzywdzić, myśląc, że robi to z miłości.

Monika:

Ja myślę, że on po prostu przestał być sobą. Stał się częścią systemu, który wcześniej sam krytykował. To było dla mnie najbardziej przerażające – jak łatwo człowiek może zatracić granice, kiedy myśli, że działa „dla dobra". A w rzeczywistości działa przeciwko tym, których najbardziej kocha.

dr Piotr:

I zakończenie… Symboliczne, gorzkie. Bohaterki biegają po labiryncie, z którego nie ma wyjścia. Jak je odczytujecie?

Monika:

Dla mnie to była metafora sytuacji kobiet w Iranie – zamknięte, osaczone, bez wyjścia. Nawet jeśli uda im się uciec od jednej formy opresji, trafiają na kolejną. To był bardzo smutny finał – bo nawet śmierć ojca nie przyniosła im ulgi. On był oprawcą, ale też ojcem, którego kochały. Straciły wszystko.

Jola:

Zgadzam się. To zakończenie nie daje nadziei – i może dobrze. Może właśnie taki był zamysł reżysera – żebyśmy poczuli, jak beznadziejna jest sytuacja tych kobiet. Że rewolucje nie zawsze przynoszą wolność – często są tylko kolejnym etapem cierpienia.

Kacper:

Dla mnie to było mocne. Labirynt jako symbol społeczeństwa, z którego nie da się uciec. I mimo że jesteśmy młodzi, europejscy, to ten film przypomina nam, że świat nie wszędzie wygląda tak samo. I że wolność, którą mamy, nie jest oczywistością.

dr Piotr:

Na koniec – jak Wam się ogląda takie kino? Inny język, inna estetyka, tempo? Daliście radę?

Monika:

Tak, choć trzeba się na takie kino przestawić. Jest mniej dynamiczne niż amerykańskie produkcje, ale dzięki temu daje przestrzeń na refleksję. I jest autentyczne.

Jola:

Zdecydowanie. Ogląda się z ciekawością – nie tylko ze względu na fabułę, ale też na kontekst kulturowy. To poszerza horyzonty i uczy wrażliwości.

Kacper:

To było wymagające kino, ale wartościowe. Myślę, że warto je pokazywać studentom, bo skłania do głębokich przemyśleń.

dr Piotr:

Dziękuję Wam za mądrą i dojrzałą rozmowę. Film „Nasienie świętej figi" to trudna, ale bardzo potrzebna produkcja. Mimo zbliżających się wakacji zapraszamy Was i wszystkich studentów na kolejne pokazy – nasze sale są klimatyzowane, a repertuar nie zwalnia przez cały rok. Do zobaczenia!



WYJAZD EDUKACYJNY STUDENTÓW EKONOMII DO POZNANIA – LOGISTYKA, INNOWACJE I NAUKA W PRAKTYCE

W dniach 2-5 czerwca 2025 r. studenci III roku kierunku **Ekonomia** Akademii Bialskiej im. Jana Pawła II wzięli udział w wyjeździe edukacyjnym do **Poznania**, którego głównym celem było połączenie wiedzy teoretycznej z praktyką branżową. Inicjatorami, z zarazem opiekunami z ramienia Uczelni byli: dr Joanna Żurakowska – Sawa i dr Mariusz Pyra z Zakładu Ekonomii Wydziału Nauk Ekonomicznych. Program objął udział w dwóch prestiżowych wydarzeniach targowych – **Międzynarodowych Targach Logistycznych MODERNLOG** oraz **Europejskich Targach Nauki**, a także wizytę studyjną w nowoczesnej fabryce **Volkswagen Poznań** w dzielnicy Antoninek.

Wyjazd ten stanowił ważne uzupełnienie procesu kształcenia akademickiego, pozwalając studentom skonfrontować wiedzę zdobytą w toku zajęć z rzeczywistością funkcjonowania nowoczesnych przedsiębiorstw i instytucji. Bezpośredni kontakt z praktykami, technologiami i narzędziami stosowanymi w logistyce, przemyśle i badaniach naukowych przyczynił się do pogłębienia kompetencji zawodowych, poznania aktualnych trendów rynkowych oraz rozwinięcia świadomości wyzwań i szans związanych z cyfryzacją gospodarki.

Na targach MODERNLOG studenci mieli okazję zapoznać się z innowacyjnymi rozwiązaniami w obszarze intralogistyki 4.0, obejmującymi m.in. roboty mobilne (AGV/AMR), zautomatyzowane systemy magazynowe, technologie RFID, oprogramowanie klasy WMS i TMS, a także zintegrowane systemy identyfikacji i zarządzania danymi. Prezentowane technologie pokazały, jak szybko rozwija się sektor logistyki i jak kluczowe staje się wdrażanie nowoczesnych rozwiązań w odpowiedzi na rosnące wymagania efektywnościowe i środowiskowe. Szczególne zainteresowanie studentów wzbudziła strefa demonstracyjna In4Log, gdzie możliwe było obserwowanie symulacji pracy „inteligentnego magazynu" oraz automatycznego kompletowania zamówień. Podziw wzbudzały ramiona robotyczne współpracujące z systemami wizyjnymi, a także autonomiczne tryby dostawy z wykorzystaniem robota transportowego T300, zdolnego do samodzielnego poruszania się między strefami magazynowymi i produkcyjnymi bez udziału operatora. Tego typu technologie stanowią dziś podstawę nowoczesnych centrów logistycznych, wpisując się w koncepcję przemysłu 4.0 i logistyki predykcyjnej.

Równie cennym doświadczeniem był udział w Europejskich Targach Nauki, które zgromadziły przedstawicieli uczelni wyższych, instytutów badawczych oraz firm technologicznych z kraju i zagranicy. Targi te podkreśliły wagę współpracy nauki z gospodarką i promowania innowacji jako motoru rozwoju społeczno-gospodarczego. Uczestnicy mogli zapoznać się z projektami naukowymi o zastosowaniu rynkowym, innowacjami z zakresu energetyki, transportu, zdrowia czy cyfryzacji, a także z rolą młodych naukowców w rozwoju przedsiębiorczości akademickiej.

Dopełnieniem programu była wizyta studyjna w fabryce Volkswagena, gdzie studenci mieli okazję zapoznać się z pełnym cyklem produkcyjnym pojazdów dostawczych oraz organizacją nowoczesnych procesów przemysłowych. Zakład w Antoninku, produkujący rocznie ponad 100 tys. pojazdów, należy do najnowocześniejszych w Europie, stosując zintegrowane systemy jakości, logistykę just-in-time, rozwiązania lean manufacturing oraz technologie zasilania zakładu energią odnawialną. Obserwacja procesów w rzeczywistych warunkach była dla studentów nieocenioną lekcją zastosowania teorii w praktyce.

Wyjazd do Poznania pozwolił studentom rozwinąć kompetencje w zakresie analityki procesów logistycznych, zrozumienia funkcjonowania nowoczesnych przedsiębiorstw, innowacji produktowych i technologicznych, a także rozumienia mechanizmów współpracy nauki i biznesu. Wzmocnił także ich motywację do dalszego rozwoju zawodowego, pisania prac dyplomowych opartych na aktualnych danych oraz podejmowania inicjatyw naukowych.

Mariusz Pyra







DODATEK STUDENCKI

BIT, BAS I JUWENALIA – ROZMOWA Z DJ-EM, KTÓRY PORWAŁ TŁUM

Juwenalia to czas, kiedy studenckie miasto tętni muzyką, dobrą energią i zabawą do białego rana. Podczas tegorocznych juwenaliów miałam okazję porozmawiać z wyjątkowym artystą, który wie, jak rozbujać nawet najbardziej opornych tancerzy – Dj Dziekanem. O jego inspiracjach, wrażeniach z występu i tym, jak wygląda juwenaliowa scena od strony konsolety, opowiedział sam zainteresowany.

Juwenalia to wyjątkowy czas – jak oceniasz atmosferę dzisiejszej imprezy? Czy studenci potrafią się bawić lepiej niż klubowa publiczność?

Chyba słyszeliście reakcje przed chwileczką, studenci bawią się świetnie. Trzeba jednak rozróżnić *publiczność* klubową, a juwenaliową. Jest to zupełnie inna impreza, ale tu i tu naprawdę jest pięknie, jeżeli chodzi o miejsce, w którym dzisiaj jestem, czyli Biała Podlaska, jestem bardzo szczęśliwy. Szkoda, że mnie nie widzicie, ja mam cały czas uśmiech na twarzy, jestem naprawdę zaskoczony takim odbiorem Dj'a Dziekana, dziękuję!

Zagrałeś już setki występów, ale czy granie na juwenaliach różni się czymś od zwykłych imprez?

Może różni się tym, że jestem Dj Dziekan, czyli oczywiście z automatu jestem zapraszany na każdą imprezę juwenaliową, jako dziekan wszystkich studentów. Zależy jak na to patrzeć, *bo różni się tylko tym, że jest* tak duża brać studencka, dużo młodych ludzi i oni są nastawieni zawsze na zabawę, w klubie czasami jest inaczej.

Jakie trzy rzeczy – Twoim zdaniem – tworzą idealną juwenaliową imprezę?

Ludzie, ludzie i jeszcze raz ludzie!

Czy podczas dzisiejszego występu wydarzyło się coś nietypowego, co zapamiętasz? Studencka publika lubi zaskakiwać.

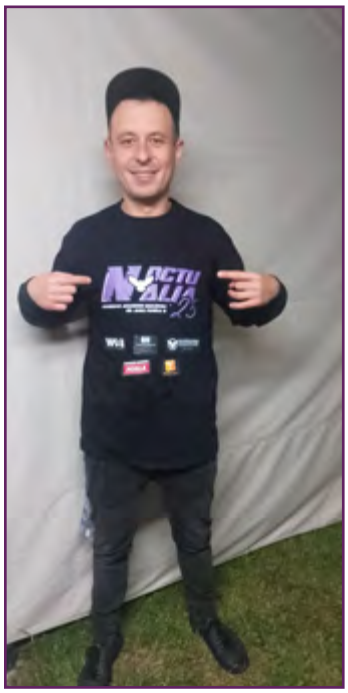
Jestem w waszej koszulce, także to jest naprawdę piękne i jak powiedziałem ludziom czy widzicie, że jestem w tej koszulce każdy krzyknął, każdy był szczęśliwy i ja również. Także to jest naprawdę nietypowe, że ludzie tak na to zareagowali. To taki mały gest, a ja zawsze tą koszulkę chciałem mieć, odkąd wiedziałem, że będę u was grać.

Wyobraź sobie, że DJ Dziekan dziś idzie na studia – jakie zajęcia byś wybrał: teoria muzyki, imprezologia stosowana czy zarządzanie eventami?

Imprezologię zdecydowanie, po prostu lubię imprezy.

Twoje live sety z klawiszami to coś, co Cię wyróżnia. Jak wpadłeś na pomysł takiego grania i co daje Ci to jako artyście?

Zawsze chciałem być dj, czyli dj z konsoli, ale konkurencja była ogromna, a ja po prostu wtedy byłem bardzo młodym człowiekiem i było tylko tak „Młody ty nie, ty tego nie będziesz robił". Wiedziałem, że muszę wpaść na coś, czego nie robi nikt, i nagle zobaczyłem taką lukę, że można grać to na prawdziwych instrumentach. Wtedy uwierzyłem w to, że można grać sobie po całej Polsce i po świecie. Także to była taka jakaś idea, która mi przyświecała, żeby troszkę się wyróżniać. Nie spodziewałem się, że to tak pójdzie do przodu.



Pochodzisz z Górna, małej miejscowości – czy łatwo było przebić się z takiego miejsca do klubowych topów?

Ja wszystko zawdzięczam ludziom, ponieważ jak zaczynałem grać na Facebooku, czy na TikToku oglądały mnie trzy, cztery osoby i nagle ludzie zaczęli zarażać się tą pozytywną energią. Ja zawsze mówię, że trzeba się cieszyć życiem, uśmiechać, bo to jest dla mnie najważniejsze i żyjemy tylko raz. Ciężko mi stwierdzić, czy łatwo się wybić, bo ja to zrobiłem tylko dzięki ludziom. Także nawet nie myślę, że ja się wybiłem, tylko wybiliśmy się wszyscy razem wraz z moją publiką, której bardzo dziękuję.

Twoje produkcje, jak „Everybody", zdobywają popularność – planujesz kolejne muzyczne współprace? Może coś z bardziej mainstreamowymi artystami?

Jasne! Już te współprace są, ale nie mogę zdradzić, Śledźcie Dj'a Dziekana, na pewno będą to grube współprace, gdzie usłyszycie i troszkę rapu i troszkę mojej muzyki, naprawdę będzie ciekawie, na to liczę. Trzymajcie za mnie kciuki.

Masz świetny kontakt z publiką – czy to coś, czego można się nauczyć, czy raczej trzeba to mieć we krwi?

Trudno powiedzieć naprawdę, ja wychodzę i jestem sobą, jakby mnie spotkać na ulicy jestem taki sam, jak na scenie. Także chyba wyssałem to z mlekiem mamy albo wpadłem do kociołka z pozytywną energią. Po prostu trzeba obserwować publikę, działać z nimi. Czasami należy rozruszać publiczność, ale tutaj jest tak pięknie, że nie mam słów.

Czy masz jakieś rady dla studentów?

Przede wszystkim uczcie się, ja jestem filologiem polskim, skończyłem literaturoznawstwo, a nawet zacząłem doktorat. Co każdego dziwi. Także *moja rada uczcie się pilnie. D*ruga – zawsze cieszcie się życiem, nie ma takiego problemu, którego nie da się rozwiązać. Trzecia taka rada, wspierajcie inicjatywy charytatywne, pomagajcie starszym ludziom pamiętajcie, że dobro zawsze wraca. Zło dobrem zwyciężaj i nie dajcie się ogłupić, *cieszcie się życiem, idźcie do przodu.* Dj Dziekan, pozdrawiam!

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała Anna Hołownia,
Studenckie Koło Naukowe Mediokreatywni

SPRAWOZDANIE Z AKTYWNOŚCI STUDENCKIEGO KOŁA NAUKOWEGO „MEDIOKREATYWNI" W AKADEMII BIALSKIEJ IM. JANA PAWŁA II

Kreatywnie, medialnie i z pasją – kilka słów o nas

Studenckie koło ,,Mediokreatywni" działające prężnie od ponad dwóch lat to nie tylko spędzanie wolnego czasu akademickiego na uczelni śmiejąc się i pijąc herbatkę. My, jako zespół i grupa łączymy swoje pomysły, kreatywnie tworzymy mapy myśli, które znacząco ułatwiają nam wdrażanie nowych pomysłów i atrakcji dla studentów naszej uczelni. Na co dzień zajmujemy się głównie życiem studenckim, nauką, zaliczeniami, niektórzy również pracują, ale zawsze staramy się znaleźć czas na spotkania oraz ustalanie nowych kreatywnych pomysłów. tematyczne ścianki zdjęciowe na których wszyscy z uczelni mogą sobie robić zdjęcia. Początkowo punktem docelowym koła był rozwój w mediach i fotografia, my jednak połączyliśmy to z integracją społeczności akademickiej. W 2024r. zorganizowaliśmy po raz pierwszy wystawę kreatywnych prac studentów podczas, której pokazaliśmy artystyczne dzieła, uwydatniające ich talent. Zależy nam, by łączyć i wspierać studentów oraz realizować przy tym nasze pomysły.

Od roku akademickiego 2024/2025 organizujemy przynajmniej raz w miesiącu kreatywne wieczorki - wspólne dekorowanie pierników, malowanie świec, robienie origami, koncepcję róż ze wstążek. Wieczorki kreatywne często również łączymy ze wspólnym śpiewaniem czyli ,,Karaoke" – to czas dla nas, studentów, by móc choć na chwilę w przyjemnym gronie pobawić się wspólnie w klubie studenta. To właśnie w tym miejscu najczęściej się spotykamy, świetnie zorganizowane i stworzone wnętrze klubu daje nam ogrom możliwości za co jesteśmy niezmiernie wdzięczni. Działamy również poprzez przygotowanie fotorelacji z ważnych wydarzeń uczelni - mamy w kole utalentowane osoby, które profesjonalnie potrafią zajmować się fotografią.

Pod koniec stycznia 2025r. rozpoczęliśmy współpracę z seniorami z Uniwersytetu Trzeciego Wieku, a dokładnie 22 stycznia przeprowadziliśmy dla nich po raz pierwszy warsztaty medialne. Celem spotkania była rozmowa o ,,Bezpieczeństwie w sieci" połączyliśmy to również z działaniem i wpływem mediów, pokazaliśmy jak łatwo jednym kliknięciem można pozbyć się np., niechcianych powiadomień. Warsztaty były udane, seniorzy byli zadowoleni, a my jako koło zdobyliśmy nowe ciekawe doświadczenie – przekazaliśmy ogrom wiedzy i wymieniliśmy się doświadczeniami z sieci. – W czasach ciągłego pędu i przebodźcowania technologią czasami trudno jest odróżnić prawdę od fikcji. Po rozmowie uznaliśmy jednoznacznie, że seniorzy UTW są bardzo obeznani z danym tematem, byliśmy ogromnie wdzięczni za to spotkanie, a pytania o dalsze warsztaty dały nam ogrom satysfakcji z tego co robimy – podkreślają zaangażowane w warsztaty studentki. Kolejne spotkanie z seniorami mamy ustalone na październik 2025r. nie możemy się już doczekać, by móc po raz kolejny wymienić się własnymi doświadczeniami wspólnie i spędzeniem przyjemnie czasu. Ten projekt jest dla nas szczególnie wyjątkowy, gdyż daje nam to szeroką możliwość nowych perspektyw i zdobycia doświadczenia.

Podsumowując, jako koło wciąż prężnie działamy i nie zwalniamy tempa, ogrom pomysłów i zgrana grupa jest tylko i wyłącznie możliwością łączenia nowych perspektyw i spełniania ukrytych celów. Rok akademicki 2024/2025 w kole naukowym ,,Mediokreatywni" uważany za udany, spełniliśmy własne pomysły i mamy nadzieję, że oczekiwania studentów. Z niecierpliwością czekamy na nowy rok, który da nam nowe możliwości działania.

,,Jako przewodnicząca koła mam ogromną przyjemność kierować zespołem pełnym zaangażowania, pomysłowości i pozytywnej energii. Nasze koło to nie tylko miejsce spotkań studentów – to przestrzeń, w której rodzą się inicjatywy łączące naukę, kulturę i dobrą zabawę. Staramy się, by każda nasza aktywność miała charakter nie tylko merytoryczny, ale i integracyjny. Szczególnie bliskie są mi nasze wieczorki tematyczne – to czas, gdy możemy poruszyć ciekawe zagadnienia, wymienić się poglądami i po prostu spędzić czas razem. Organizujemy także karaoke, dzięki nim przełamujemy bariery i budujemy więzi w luźnej, przyjaznej atmosferze. W czasie juwenaliów wcielamy się w rolę reporterów – przeprowadzamy wywiady z uczestnikami, artystami i organizatorami. To niesamowite doświadczenie, które pozwala nam nie tylko doskonalić warsztat dziennikarski, ale też uchwycić ducha studenckiej zabawy. Dla mnie Mediokreatywni to coś więcej niż koło naukowe. To grupa ludzi, którzy chcą tworzyć, rozwijać się i wspólnie przeżywać studencki czas jak najpełniej. Cieszę się, że mogę być częścią tej przygody – i mam nadzieję, że przed nami jeszcze wiele niezapomnianych projektów" – Anna Hołownia, przewodnicząca SKN Mediokreatywni.

„Działania podejmowane w kole to w większości pomysły realizowane z inicjatywy studentów, moim zadaniem jest wspieranie ich zarówno merytorycznie, jak i „duchowo". Cieszę się, że w natłoku wielu obowiązków znajdują czas na wspólne realizowanie swoich pomysłów, a także dzielenie się pasjami i talentami ze społecznością akademicką. Realizowane przez nich aktywności pozwalają także na rozwój kompetencji miękkich, które z pewnością przydadzą się im w dalszej ścieżce edukacyjnej i zawodowej. Z dumą i radością patrzę więc jak rozwijają się dzięki działalności w kole" – mgr Izabela Jaroszewska, opiekun koła.

Karolina Lewandowska, członkini koła oraz studentka II roku Socjologii
fot. archiwum SKN Mediokreatywni

KĄCIK ANGLISTY

The Impact of Early Foreign Language Learning on Child Development

In today's increasingly interconnected world, multilingualism is rapidly becoming not just a personal advantage but a societal necessity. More and more parents are choosing to raise their children in bilingual environment from birth. But what exactly does learning foreign languages from such an early age mean for a child's development?

Research across disciplines – from linguistics to neuroscience – confirms that early exposure to multiple languages has a profound and lasting impact on children's cognitive, social, and emotional growth.

Cognitive and Neurological Benefits

Children exposed to more than one language from infancy tend to outperform their monolingual peers in a variety of cognitive domains. These include enhanced executive functions, such as memory, attention control, and problem-solving. Their brains are constantly managing more than one linguistic system, which improves their mental flexibility and adaptability.

From a neurological perspective, studies using brain imaging techniques have shown that bilingual children typically develop denser grey matter in areas responsible for language processing and cognitive control. Even infants raised in multilingual homes show increased brain activity when processing language sounds, suggesting that early multilingualism literally shapes the structure and function of the developing brain.

Social and Emotional Growth

Beyond cognitive advantages, early multilingualism nurtures social and emotional intelligence. Children who grow up speaking more than one language often display heightened empathy and better understanding of social cues. They learn to navigate between different languages and cultures, which naturally fosters openness, tolerance, and the ability to relate to people from diverse backgrounds.

Potential Challenges and Adaptations

It is important to acknowledge that multilingual children may face some initial difficulties. These can include temporary delays in vocabulary in one language, or code-switching – the mixing of two or more languages in one sentence. However, such phenomena are typically part of normal multilingual development and tend to resolve as the child grows and gains more exposure to each language.

Educational Implications

The growing body of evidence supporting the benefits of early language learning has significant implications for educational policy and parenting practices. Creating linguistically rich environments at home and in early childhood education programs can offer children an invaluable foundation for lifelong cognitive and social success. Parental involvement, regular exposure, and encouragement play a crucial role in this process.

Introducing foreign languages from birth is not just a matter of linguistic ability – it is an investment in a child's overall development. By strengthening cognitive flexibility, shaping brain architecture, and promoting empathy and cultural awareness, early multilingual education prepares children to thrive in a global society. As such, it should be treated not as a luxury, but as a developmental priority.

Zuzanna Chmielewska
English Philology year 2



LET'S GO DOWN THE PUB THE CULTURAL SIGNIFICANCE OF BRITISH PUBS

Introduction

Pubs, short for "public houses," have long been a cornerstone of British culture. These establishments are far more than just places to drink; they serve as social hubs, historical landmarks, and community centres that have shaped British society for centuries. The pub is deeply ingrained in the national identity, providing a space for relaxation, discussion, and social bonding

A Brief History of Pubs

The origins of the British pub can be traced back to ancient Rome, where ***taberna*** served as rest stops for travellers. During the Middle Ages, pubs were often run by monasteries or inns, offering food, drink, and shelter to locals and travellers alike. The 17th century saw the rise of officially licensed public houses, cementing the pub's place as an integral part of British life. Over time, these establishments evolved from male-dominated drinking spaces into inclusive and family-friendly venues.

The Prevalence of Pubs in the UK

The sheer number of pubs in the UK is a testament to their importance. As of 2020, there were approximately 47,000 pubs across the country. London, in particular, boasts an impressive 594 pubs per 100,000 people. These statistics highlight the widespread presence of pubs and their accessibility in both **urban** and rural settings.

The History Behind British Pub Names

One of the most fascinating aspects of British pubs is their historic and often symbolic names. In 1393, King Richard II passed **an Act** requiring all pubs to display a sign, making it easier for the public to identify them. Some of the most enduring pub names date back to this period.

- *The White Hart* – A reference to King Richard II's personal badge, making it one of the most historically significant pub names.
- *The Rose and Crown* – Symbolising the union of the Houses of York and Lancaster after the War of the Roses, reflecting national history.

These names serve as historical markers, linking modern-day pubs to Britain's medieval past.





Why Are Pubs So Important?

The significance of pubs extends far beyond their role as drinking establishments. They function as community **gathering** spaces where people celebrate special occasions, socialise after work, or simply unwind. Pubs also play an essential role in fostering local traditions, hosting events such as pub quizzes, karaoke nights, and sports screenings. In a world where digital communication is increasingly dominant, pubs remain one of the few places where face-to-face interactions are encouraged and valued.

Traditional Pub Foods

No discussion of British pubs would be complete without mentioning the traditional cuisine served in these establishments. Some of the most iconic dishes include:

- **Fish & Chips** – A beloved national dish, often accompanied by mushy peas.
- **Bangers & Mash** – A comforting meal of sausages and mashed potatoes.
- **Sunday Roast** – A hearty feast featuring roasted meat, vegetables, potatoes, and gravy.

These meals reflect Britain's culinary traditions and provide pub-goers with hearty, satisfying food.

Pub Etiquette and Social Norms

Pubs operate within a unique cultural framework, with unspoken rules and traditions that regular patrons instinctively follow. Some key aspects of pub etiquette include:

- **Ordering rounds** – It is customary to buy drinks for the group in "rounds" rather than individually.

- **Tipping** – While not mandatory, tipping the bartender is appreciated.
- **Last orders** – Most pubs announce a final call before closing, signalling the last opportunity to buy drinks.
- **Respecting personal space** – Though pubs are social settings, politeness and mutual respect remain fundamental.

These customs contribute to the welcoming and communal atmosphere that makes British pubs unique.

In summary, as Ed Cunningham from *TimeOut* aptly put it, *"Brits love pubs. This is a known fact – and who can blame us? They're a vital part of British culture and the UK."* Pubs are much more than places to drink; they are deeply **intertwined** with history, community, and tradition. Whether serving as a meeting point for friends, a place of relaxation, or a cultural landmark, pubs continue to shape and define British social life.

Bibliography

Brandwood G. Britain's Best Real Heritage Pubs. CAMRA Books. 2013.
Cunningham Ed. *TimeOut*, 2 November 2020.
Haydon P. The English Pub: A History. Robert Hale Ltd.1994.
Tierney-Jones A.Great British Pubs. CAMRA Books. 2012

Netography

www.dictionary.cambridge.org [23.01.25]
www.en.islcollective.com [12.02.25]
www.historic-uk.com [24.01.25]
www.ukpubco.com [27.01.25]
www.timeout.com [24.01.25]
www.thehistorypress.co.uk [24.01.25]

GLOSSARY

taberna /ta'βɛrna/ – an inn or public house (tawerna)
urban /ˈɜːbən/ – belonging or relating to a town (miejski)
act /ækt/ – a law or formal decision made by a parliament (ustawa)
gathering /ˈgæð.ər.ɪŋ/ – a party or a meeting when many people come together as a group (zgromadzenie)
tipping /ˈtɪpɪŋ/ – the act of giving an amount of money to someone who has provided a service, especially in a hotel or restaurant (napiwki)
intertwined /ˌɪn·təˈtwaɪnd/ – twisted together or closely connected to be difficult to separate (splecione, tu: zwiazane z)

1. What does the phrase "Let's go down the pub" mean?
   a. To clean the pub
   b. To go to the pub for a drink
   c. To work at the pub
   d. To close the pub
2. Which of these is NOT typically a pub food?
   a. Fish and chips
   b. Scotch Egg
   c. Sunday Roast
   d. Sushi
3. What is a "round of drinks"?
   a. A circular table used for drinks
   b. A type of drinking game
   c. Buying drinks for everyone in the group
   d. A tray of drinks served at once for a group of people
4. Some of the pub names refer to historical events. TRUE or FALSE
5. Pubs originated as "tabernae" in ancient Madrid. TRUE or FALSE
6. The British enjoy pub experience. They're a significant part of British culture and the UK. TRUE or FALSE

Kinga (vel. Daria) Sawicka, Nursing Student, Year V
Student Scientific Club for English Studies,
John Paul II University

***Key:** 1B, 2D, 3D, 4T, 5F, 6T.*



Biblioteka AB drugą najlepszą biblioteką w Polsce – Redakcja BPA składa gratulacje

Biblioteka Poleca



Tytuł: Opieka skoncentrowana na pacjencie dorosłym w intensywnej terapii
Autor: red. nauk. Wioletta Anna Mędrzycka-Dąbrowska
Wydawnictwo: PZWL
ISBN: 978-83-01-23932-9
Oprawa: miękka
Liczba stron: 481
Rok wydania: 2024

Książka **Opieka skoncentrowana na pacjencie dorosłym w intensywnej terapii** pod redakcją prof. dr hab. n. o zdr. **Wioletty Anny Mędrzyckiej-Dąbrowskiej** to pionierska pozycja na polskim rynku wydawniczym. Stanowi pierwszy podręcznik, który w sposób kompleksowy przedstawia model opieki skoncentrowanej na pacjencie i jego rodzinie w kontekście oddziałów intensywnej terapii.
Jest to model opieki, który zachęca do aktywnej współpracy i wspólnego podejmowania decyzji pomiędzy pacjentami, rodzinami, opiekunami a pracownikami ochrony zdrowia. Wdrożenie go wiąże się z wyższym poziomem zadowolenia pacjenta, częstszym przestrzeganiem sugerowanych zmian stylu życia i zalecanego leczenia, lepszymi wynikami i bardziej opłacalną opieką. Podręcznik ten opiera się na wiedzy opartej na dowodach i aktualnym piśmiennictwie, prezentując nowoczesne podejście do opieki nad pacjentem w intensywnej terapii. Zawiera również propozycje konkretnych działań mających na celu poprawę jakości opieki oraz dobrostanu pacjentów i personelu.
Sama publikacja składa się z pięciu głównych rozdziałów:
1. Tworzenie środowiska oddziału intensywnej terapii,
2. Zapobieganie skutkom niepożądanym na oddziale intensywnej terapii,
3. Rekonwalescencja po wypisie z oddziału intensywnej terapii,
4. Przyszłość bliska i daleka,
5. Dobre samopoczucie personelu i pacjentów na oddziale intensywnej terapii.

Książka skierowana jest **głównie do pielęgniarek anestezjologicznych oraz innych pracowników ochrony zdrowia zajmujących się opieką nad pacjentem i jego rodziną na oddziałach intensywnej terapii.** Z całą pewnością chętnie skorzystają z niej również studenci kierunków medycznych.
Podsumowując **Opieka skoncentrowana na pacjencie dorosłym w intensywnej terapii** to cenna pozycja dla profesjonalistów medycznych pragnących pogłębić swoją wiedzę na temat holistycznego podejścia do opieki nad pacjentem w intensywnej terapii. Dzięki aktualnej wiedzy opartej na dowodach i praktycznym podejściu, książka stanowi istotny wkład w rozwój tej dziedziny w Polsce.



Tytuł: Marketing 6.0: przyszłość jest immersyjna
Autor: Philip Kotler, Hermawan Kartajaya, Iwan Setiawan
Wydawnictwo: MT Biznes
ISBN: 978-83-8231-496-0
Oprawa: miękka
Liczba stron: 256
Rok wydania: 2024

Marketing 6.0: przyszłość jest immersyjna autorstwa **Philipa Kotlera, Hermawana Kartajayi i Iwana Setiawana** to wyjątkowa i nowatorska pozycja, która kontynuuje słynne dzieło **Kotlera** o ewolucji marketingu, wprowadzając czytelników w świat marketingu przyszłości – opartego na immersji i „pełnym zanurzeniu odbiorcy".
Na początek trzeba odpowiedzieć sobie na pytanie czym jest marketing immersyjny? A jest to forma marketingu, która stawia na „pełne zanurzenie" odbiorcy w doświadczeniu marki – tak, by klient nie tylko oglądał reklamę, ale wręcz „wchodził" w interakcję z nią na wielu zmysłach i poziomach emocjonalnych.
Co to znaczy w praktyce?
Interaktywność: konsument aktywnie uczestniczy w kampanii, np. przez wirtualną rzeczywistość (VR), rozszerzoną rzeczywistość (AR), gry, aplikacje czy eventy, które angażują wzrok, słuch, a czasem nawet dotyk.
Wielo-zmysłowość: marketing immersyjny działa nie tylko na wzrok czy słuch, ale stara się angażować więcej zmysłów, tworząc głębokie i trwałe wspomnienia.
Personalizacja i emocje: dzięki technologiom (np. AI) doświadczenie jest dopasowane do odbiorcy, budując silniejszą więź emocjonalną i większe zaangażowanie.
Nowe technologie: wykorzystanie VR, AR, sztucznej inteligencji, metaverse, hologramów, sensorycznych instalacji itp.
Marketing 6.0 to kolejny etap rozwoju marketingu, gdzie technologia i człowiek współistnieją w tworzeniu angażujących, interaktywnych doświadczeń.
Autorzy zwracają uwagę na zastosowanie wirtualnej i rozszerzonej rzeczywistości (VR/AR), sztucznej inteligencji, metaverse oraz innych innowacyjnych technologii, które umożliwiają głębsze, bardziej osobiste i emocjonalne połączenie marki z konsumentem.
W książce podkreśla się, że w dobie cyfrowej transformacji sukces marketingu będzie zależał od tego, jak dobrze firmy potrafią stworzyć immersyjne, wielozmysłowe doświadczenia, które angażują klientów na wielu poziomach. Porusza również kwestie etyczne, zrównoważonego rozwoju i roli wartości w komunikacji marketingowej.
Philip Kotler to autorytet numer jeden w marketingu – jego teorie i modele są podstawą nauki i praktyki marketingowej na całym świecie. Książka jest napisana przystępnym językiem, łączy teorię z praktycznymi przykładami i trendami technologicznymi, co czyni ją świetną lekturą zarówno dla studentów, jak i praktyków marketingu. Pozwala zrozumieć, jak nowe technologie zmieniają sposób budowania relacji z klientem i jakie kompetencje będą kluczowe w marketingu przyszłości.



Tytuł: Biała elegia
Autor: Han Kang
Wydawnictwo: WAB
ISBN: 978-83-8387-344-2
Oprawa: twarda
Liczba stron: 137
Rok wydania: 2024

Biała elegia to przejmująca i głęboka powieść południowokoreańskiej pisarki, noblistki **Han Kang**, która zabiera czytelnika w podróż przez świat żałoby, pamięci i samotności.
Powieść ta dotyczy żałoby po siostrze, która zmarła tuż po urodzeniu. Tematem przewodnim tekstu jest biel. Z jednej strony to kolor smutku i żałoby w krajach azjatyckich. Z drugiej – niewinności, czystości, ale i nowego życia. Autorka w delikatny, wręcz poetycki sposób opisuje emocje związane z utratą, pokazując, jak różnorodne i skomplikowane mogą być przejawy żałoby. Styl **Han Kang** jest oszczędny, ale niezwykle wymowny — każde zdanie niesie ze sobą głęboką refleksję.
Tłem rozważań jest także Warszawa, która podniosła się z popiołów niczym Feniks. Co ciekawe, większa część powieści powstała podczas zimowego pobytu autorki w naszej stolicy. Ten czas, który **Han Kang** spędziła w Polsce i miejsce, z ich specyficzną atmosferą i klimatem, zdają się oddziaływać na refleksyjny i melancholijny charakter książki, nadając jej jeszcze głębszy wymiar. Dziecko, które umarło krótko po narodzeniu. Miasto zniszczone w czasie wojny. Mieszają się tu doświadczenia prywatne i uniwersalne. Wątki polskie i koreańskie. Seul i Warszawa.
Biała elegia nie jest jednak tylko opowieścią o smutku. To także hołd dla pamięci, miłości i ludzkiej odporności. **Han Kang** porusza tematy uniwersalne, takie jak przemijanie, tęsknota i samotność, a jednocześnie zachowuje subtelną lekkość narracji, która nie przytłacza czytelnika.
To książka, która pozostaje w pamięci na długo po przeczytaniu — idealna dla tych, którzy szukają literatury skłaniającej do zadumy i refleksji nad życiem i śmiercią. Jest głęboko osobistą i poetycką opowieścią o żałobie, pamięci oraz próbie pogodzenia się z utratą. Z pewnością wymyka się tradycyjnym gatunkowym ramom, łącząc elementy prozy i poezji w formie fragmentarycznych zapisków, które razem tworzą poruszającą elegię na cześć niepoznanej siostry i uniwersalną opowieść o stracie i pamięci

Katarzyna Zając

25 LAT AKADEMII BIALSKIEJ I ZJAZD ABSOLWENTÓW

To była sobota pełna wspomnień, wzruszeń i... filozofii na wykresie! W jubileuszowym roku 25-lecia Akademii Bialskiej spotkali się ci, którzy przez lata współtworzyli historię uczelni – nasi Absolwenci.
Przyjechali z różnych zakątków Polski – z różnych lat, różnych kierunków, z różnymi historiami, ale z tym samym sentymentem. A jednak – łączyło ich jedno: Biała Podlaska jako miejsce, w którym wszystko się zaczęło.

- „Dziś widząc, jak bardzo rozwinęła się nasza uczelnia, czuję ogromną dumę. Jako Stowarzyszenie Absolwentów staramy się, by kontakt z uczelnią nie zanikł. Spotkania, rozmowy, wspólna pomoc – to ma wartość!" – powiedział Marek Goździołko, prezes Stowarzyszenia Absolwentów, wspominając marzenia śp. prof. Józefa Bergiera.
- „Jeszcze nikt mi filozofii nie tłumaczył na wykresie, ale zaliczam panu!" – brzmiały legendarne słowa prof. Kosiewicza, które Henryk Bujnik – najstarszy student w roku powstania uczelni – do dziś wspomina z uśmiechem.
- „To cudowne, że po latach wraca się pamięcią do konkretnych zajęć. Akademia zainaugurowała XXI wiek w Białej Podlaskiej – to dzięki niej dziś tysiące ludzi tworzy fundament regionu, kraju, a nawet świata!" – podkreślił rektor prof. Jerzy Nitychoruk.
- „Moja historia zaczęła się w 2009 roku. Dwa kierunki: turystyka i rekreacja oraz filologia angielska. Uczelnia miała świetne zaplecze, a mnie skusiły wyjazdy na obozy sportowe – nawet zagraniczne!" – wspominała z uśmiechem Karolina Górniak, absolwentka uczelni.

Dwa wyjątkowe wykłady:
„W poszukiwaniu końca świata" – podróż przez czas, przestrzeń i refleksję z prof. Maciejem Jędrusikiem.
„Szkolnictwo wyższe w kinie" – lekki, filmowy przegląd akademickich dzieł z dr. Piotrem Zdunkiewiczem.
Muzyczna uczta? Tak! Zespół Wokalny „Chwilka" zaczarował salę... ale to mała Zosia skradła całe show!
Hyde park „Wspomnień czar..." rozgrzał serca. Były śmiech, łzy i historie, które łączą mimo upływu lat. Bo więzi akademickie to coś więcej niż wspólny indeks.
A potem? **Bal Absolwentów** – tańce, rozmowy do białego rana i jedno wspólne poczucie: Tu wraca się z radością.
Dziękujemy, że byliście z nami! Do zobaczenia na kolejnych spotkaniach, bo... historia Akademii Bialskiej pisze się dalej – razem z Wami!

Anna Bogusz


Zaraz się zacznie – przygotowanie…


Przewodniczący Stowarzyszenia Absolwentów AB Marek Goździołko



JM Rektor AB wita absolwentów


Wystawa fotograficzna pełna wspomnień…

Pionierzy PWSZ

(*na melodię Feluś Stankiewicz*)

W roku dwutysięcznym żeśmy się ujrzeli,
Do Państwowej Wyższej chodzić zaczęli,
Uczyć się pilnie i zdobywać wiedzę,
Na kilka latek przyszło w szkole siedzieć.

Oj ra, ta rira ojra, ta rira oj - PWSZ

Były kolokwia i egzaminy,
A czasami po nich trochę smutne miny,
Stoner, Koźmiński, w nocy ślęczenie,
By wreszcie zdobyć w indeks zaliczenie.

Oj ra, ta rira ojra, ta rira oj - PWSZ

Praca obroniona, dyplom w kieszeni
Każdy oczekuje co się teraz zmieni,
Ale były braki nie do nadrobienia,
Trzeba magisterskie do uzupełnienia.

Oj ra, ta rira ojra, ta rira oj - PWSZ

Magisterskie w Siedlcach, inni w Warszawie,
Zakuwamy pilnie, śnimy na jawie,
Praca, notatki, znowu obrona,
My jesteśmy silni, nikt nas nie pokona.

Oj ra, ta rira ojra, ta rira oj - ta rira MGR

Słowa: Henryk Bujnik
Absolwent PWSZ 2000-2003



I Zjazd absolwentów AB wzbogacił swoja obecnością Prezydent miasta Biała Podlaska



Zespół Chwilka uświetnił bal absolwentów



Uczestnicy I Zjazdu Absolwentów AB – do następnego razu