



PORTADA STRONA TYTUŁOWA

Desde tiempos precolombinos, los zapotecas del Istmo de Tehuantepec reconocían a las muxes como parte de un tercer sexo, distinto tanto del hombre como de la mujer. Algunas formaban parejas monógamas con hombres, otras con mujeres; algunas vivían en grupos y tenían hijos.

Od czasów prekolumbijskich Zapotekowie z regionu Istmo de Tehuantepec uznawali muxes za część trzeciej płci, odrębnej od kobiety i mężczyzny. Niektóre z nich tworzyły związki monogamiczne z mężczyznami, inne z kobietami; niektóre żyły w grupach i miały dzieci.

CARTA EDITORIAL LIST REDAKCYJNY

Bienvenidos a la primera revista digital en español y polaco un proyecto creado con pasión, ideas frescas y una visión global desde Polonia para el mundo.

Nace un nuevo espacio de encuentro, de conocimiento y de inspiración. Aquí hablaremos de lo que nos mueve, nos conecta y nos transforma: salud, ciencia, tecnología, arte, redes sociales, cultura y mucho más.

Esta revista es un puente entre lenguajes, culturas y maneras de ver el mundo. Queremos crear comunidad, compartir información de valor y abrir conversaciones que trasciendan fronteras.

¡Gracias por ser parte de este inicio!

La primera revista digital desde Polonia escrita en polaco y español. ¡Esto recién comienza!

Con cariño,
J. Walle

Witamy w pierwszym cyfrowym magazynie w języku hiszpańskim i polskim, projekcie stworzonym z pasją, świeżymi pomysłami i globalną wizją z Polski na świat.

Powstaje nowa przestrzeń spotkań, wiedzy i inspiracji. Będziemy tutaj mówić o tym, co nas porusza, łączy i zmienia: zdrowie, nauka, technologia, sztuka, media społecznościowe, kultura i wiele więcej.

Ten magazyn to most między językami, kulturami i sposobami postrzegania świata. Chcemy budować społeczność, dzielić się wartościową wiedzą i otwierać rozmowy, które przekraczają granice.

Dziękujemy, że jesteś częścią tego początku!

Pierwszy magazyn cyfrowy z Polski, napisany po polsku i po hiszpańsku. To dopiero początek!

Z serdecznymi pozdrowieniami,
J. Walle

El contenido no puede ser reproducido total o parcialmente sin citar la fuente y la liga a la página www.vistularte.pl

El contenido tiene fines informativos y de entretenimiento exclusivamente.

Las respuestas de entrevistas, contenido de los artículos particulares y los anuncios es responsabilidad exclusiva de los autores y los anunciantes y no refleja necesariamente el punto de vista de la revista **VISTULARTE** y **ALIVE TODAY FOUNDATION**.

El contenido de los anuncios publicitarios, así como el producto o servicio que ofrecen es responsabilidad exclusiva de cada anunciante.

(c) 2016-2025 ALIVE TODAY FOUNDATION.

Todos los derechos reservados.

¿Te interesa colaborar con nosotros?

Escríbenos un mensaje a vistularte@gmail.com

Zawartość nie może być powielana w całości lub w części bez podania źródła i linku do www.vistularte.pl

Zawartość służy wyłącznie celom informacyjnym i rozrywkowym.

*Odpowiedzi na wywiady, treść poszczególnych artykułów i reklam jest wyłączną odpowiedzialnością autorów i reklamodawców i niekoniecznie odzwierciedla poglądy magazynu **VISTULARTE** i **ALIVE TODAY FOUNDATION**. Za treść reklam, jak również za produkt lub usługę, które oferują, odpowiada wyłącznie reklamodawca.*

(c) 2016-2025 ALIVE TODAY FOUNDATION.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Chcesz z nami współpracować?

Wyślij nam wiadomość e-mail na adres vistularte@gmail.com

AGOSTO / SIERPIEŃ 2025

KULTURA | SZTUKA | HISTORIA | NAUKA | TRENDY | SIECI SPOŁECZNOŚCIOWE
CULTURA | ARTE | HISTORIA | CIENCIA | TENDENCIAS | REDES SOCIALES

VISTULARTE

Esta revista electrónica es una creación de la Fundación "Alive Today Foundation".

Ten e-magazyn jest dziełem Fundacji "Alive Today".



<http://www.alivetoday.org>

KRS **0000651571**

NIP **6762518425**

**FUNDADOR "ALIVE TODAY FOUNDATION"
Y GESTION "VISTULARTE"**

*ZAŁOŻYCIEL FUNDACJI "ALIVE TODAY"
I ZARZĄDZANIE "VISTULARTE"*

Juan Walle

REDACCIONES ARTYKUŁY I REDAKCJA

Weronika Bazydło

Anna Kraus

Beata Sylwestrzak

Katarzyna Jatczak

ARTE Y DISEÑO GRÁFICO

PROJEKT ARTYSTYCZNY I GRAFICZNY

Juan Walle

PUBLICIDAD REKLAMA

vistularte@gmail.com

FOTOGRAFÍAS FOTOGRAFIE

Juan Walle

Anna Kraus Weronika Bazydło

FOTOGRAFÍAS Y ANIMACIONES

FOTOGRAFIE I ANIMACJE

90% de nuestras fotografías y animaciones son realizadas con Inteligencia artificial (AI), así que los derechos son propiedad de Alive Today Foundation, en caso de lo contrario se dará el reconocimiento al fotógrafo.

90% naszych fotografii i animacji powstaje przy użyciu sztucznej inteligencji (AI), dlatego prawa autorskie należą do fundacji Alive Today Foundation; w przeciwnym wypadku, autorstwo zostanie przypisane fotografowi.

6

CONCIERTOS DE CHOPIN

PIANISTAS DE TODO EL
MUNDO EN VARSOVIA

TLUMY NA
KONCERTACH
CHOPINOWSKICH

WYSTĘPY PIANISTÓW Z CAŁEGO
ŚWIATA W WARSZAWIE

12

MUÑEQUITAS
QUITAPENAS

LA LEYENDA GUATEMALTECA

LALE CZKI
ODPĘDZAJĄCE
ZMARTWIENIA
LEGENDA Z GWATEMALI

16

MUXES

EL TERCER GÉNERO ZAPOTECA

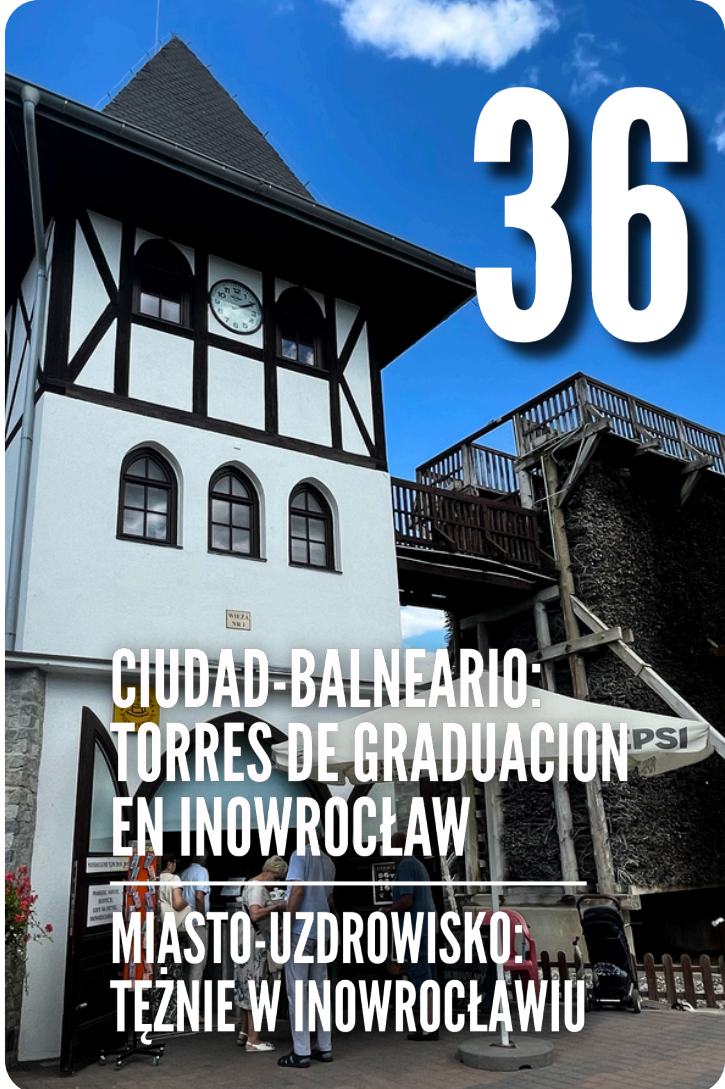
TRZECIA PŁEĆ ZAPOTEKÓW

A LEGO Technic model of a movie camera with two reels on top, set against a light beige background.

26

**LA CONTADORA
DE PELÍCULAS**

*OPOWIADACZKA
FILMÓW*

A photograph of a white building with dark timber framing and arched windows, identified as graduation towers in Inowrocław.

36

**CIUDAD-BALNEARIO:
TORRES DE GRADUACION
EN INOWROCŁAW**

**MIĄSTO-UZDROWISKO:
TĘŻNIE W INOWROCŁAWIU**

A black and white aerial photograph of a large stadium with a running track and tiered seating.

30

**SE ESTÁ
RODANDO**

**EL BARRIO PRAGA
DE VARSOVIA
EN EL CINE**

KRĘCI SIĘ

**WARSZAWSKA
PRAGA W FILMIE**

A large crowd of people is gathered in a park, sitting on the grass and on benches, facing a stage. On the stage, there is a large, ornate statue of a person, possibly a pianist, and a small structure with a yellow canopy. A pond is visible in the background. The scene is set in a lush green park with many trees.

CONCIERTOS DE CHOPIN

PIANISTAS DE TODO EL
MUNDO EN VARSOVIA

TŁUMY NA KONCERTACH CHOPINOWSKICH

WYSTĘPY PIANISTÓW Z CAŁEGO
ŚWIATA W WARSZAWIE

Los Conciertos de Chopin en el Parque Real de Łazienki en Varsovia atraen multitudes desde hace años. Cada domingo, durante la temporada de primavera y verano, junto al monumento a Fryderyk Chopin dos veces al día suenan las obras del gran compositor polaco, interpretadas por pianistas de todo el mundo. La edición de este año es ya la número 66.

Koncerty Chopinowskie w Łazienkach Królewskich w Warszawie od lat przyciągają tłumy. W każdą niedzielę w sezonie wiosenno-letnim, przy pomniku Fryderyka Chopina dwukrotnie w ciągu dnia rozbrzmiewają utwory wybitnego polskiego kompozytora w wykonaniu pianistów z całego świata. Tegoroczna edycja jest już 66. z kolei.

Este año es la 66.ª estación de los Conciertos de Chopin. Los recitales se desarrollan desde el 11 de mayo hasta el 7 de septiembre, a las 12:00 y a las 16:00 horas, frente al monumento de Chopin en el Parque Real Łazienki. El piano se coloca bajo una estructura especial de tela. En el parque se reúne un público numeroso e internacional para escuchar a las interpretaciones de los pianistas de diferentes países. Entre los intérpretes figuran artistas laureados en prestigiosos concursos, como el Concurso Internacional de Piano Fryderyk Chopin.

W tym roku przypada 66. sezon Koncertów Chopinowskich. Recitale odbywają się od 11 maja do 7 września o godz. 12:00 i 16:00 przy pomniku Fryderyka Chopina w Łazienkach Królewskich w Warszawie. Fortepian ustawiony jest pod specjalną materiałową osłoną. W parku gromadzi się liczna międzynarodowa publiczność, aby posłuchać występów pianistów z różnych stron świata. Występują artyści, którzy są laureatami prestiżowych konkursów pianistycznych, m.in. Międzynarodowego Konkursu im. Fryderyka Chopina.



Este año ya se han presentado músicos como Lukas Geniušas, Ludmil Angelov, Marc Laforêt, Alexander Gadjiev, Zbigniew Raubo, Michelle Candotti, Mikołaj Brzostowicz, Adam Muszyński, Zuzanna Wojdak, Benedykt Heszen, Hao Rao, Łukasz Krupiński, Charles Richard-Hamelin, Krzysztof Wierciński, Alberto Nosè, Philippe Giusiano, Ashley Fripp, Zuzanna Krystian-Browalska, Karolina Nadolska, Mateusz Dubiel, Aleksandra Świgut, Karol Radziwonowicz, Jacek Kortus, Joanna Ławrynowicz, Takashi Yamamoto, Adam Goździewski, Krzysztof Jabłoński, Ikuyo Nakamichi, Piotr Pawlak, Clélia Iruzun, Colleen Lee y Julia Łozowska.

A los conciertos también asisten figuras públicas. La diputada de Kutno, Paulina Matysiak compartió en sus redes sociales una foto del evento escribiendo: "Y ya que hoy [estoy en] Varsovia, pasé un rato por el Concierto de Chopin en Łazienki".

Pianista polaca

El 17 de agosto, a las 16:00, se presentó Julia Łozowska, graduada de la Universidad de Música Fryderyk Chopin. La pianista acumula numerosos logros: obtuvo el 3.º lugar en el Concurso Nacional de Chopin 2023.

Do tej pory można było posłuchać występów takich muzyków jak: Lukas Geniušas, Ludmil Angelov, Marc Laforêt, Alexander Gadjiev, Zbigniew Raubo, Michelle Candotti, Mikołaj Brzostowicz, Adam Muszyński, Zuzanna Wojdak, Benedykt Heszen, Hao Rao, Łukasz Krupiński, Charles Richard-Hamelin, Krzysztof Wierciński, Alberto Nosè, Philippe Giusiano, Ashley Fripp, Zuzanna Krystian-Browalska, Karolina Nadolska, Mateusz Dubiel, Aleksandra Świgut, Karol Radziwonowicz, Jacek Kortus, Joanna Ławrynowicz, Takashi Yamamoto, Adam Goździewski, Krzysztof Jabłoński, Ikuyo Nakamichi, Piotr Pawlak, Clélia Iruzun, Colleen Lee, Julia Łozowska.

Na koncertach pojawiają się także osoby publiczne. Posłanka z Kutna Paulina Matysiak podzieliła się w mediach społecznościowych zdjęciem z wydarzenia, pisząc: „A skoro dziś Warszawa, to wpadłam na chwilę na Koncert Chopinowski do Łazienek”.

Polska pianistka

17 sierpnia o godz. 16:00 wystąpiła Julia Łozowska, absolwentka Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina. Ma ona na swoim koncie wiele sukcesów. Zdobyła 3. miejsce w Ogólnopolskim Konkursie Chopinowskim 2023.





Fue también premiada en otros certámenes, entre ellos Konin (1.er premio), Żychlin (1.er premio), Toruń (Grand Prix del Concurso de Música de Cámara CEA), Cracovia (2.º premio de la Asociación Europea de Profesores de Piano).

Ganó también el 1.er premio en el Concurso H. Czerny-Stefańska y Ludwik Stefański. En Żagań obtuvo el Grand Prix y un premio especial; fue finalista del Concurso Nacional de Individualidades Musicales ATMA en Zakopane; logró el 2.º premio en Jelenia Góra y participó en el Festival de Piano Polaco en Słupsk – Estrada de los Jóvenes.

Jest też laureatką innych konkursów pianistycznych – w Koninie (1. nagroda), w Żychlinie (1. nagroda), w Toruniu (Konkurs Kameralny CEA – Grand Prix), w Krakowie (European Piano Teachers Association - Europejskie Stowarzyszenie Nauczycieli Pianistyki – 2. nagroda).

Zdobyła też 1. nagrodę w Konkursie im. H. Czerny-Stefańskiej i Ludwika Stefańskiego. W Żaganiu w Grand Prix wygrała 1. nagrodę oraz nagrodę specjalną. Była finalistką Ogólnopolskiego Konkursu Indywidualności Muzycznych ATMA w Zakopanem. W Jeleniej Górze zdobyła 2. nagrodę, a w Słupsku wystąpiła na Festiwalu Pianistyki Polskiej – Estrada Młodych.





Su repertorio de domingo incluyó la Balada en fa mayor, op. 38; cuatro Mazurcas, op. 30 (en do menor, si menor, re bemol mayor y do sostenido menor); la Barcarola en fa sostenido mayor, op. 60; el Estudio en do sostenido menor, op. 25 n.º 7; el Scherzo en do sostenido menor, op. 39; el Vals en la bemol mayor, op. 34 n.º 1; y la Polonesa-Fantasia en la bemol mayor, op. 61.

En los próximos domingos se presentarán todavía: Jakub Kuszlik, Piotr Alexewicz, François Dumont, Maria Gabryś-Heyke, Ivan Klánský y Mateusz Krzyżowski.

Los organizadores del evento son: el Museo de Łazienki Reales de Varsovia, la Sociedad Fryderyk Chopin y Estrada Capitalina.

El monumento a Fryderyk Chopin

Los conciertos tienen lugar junto al monumento a Fryderyk Chopin, situado cerca del Palacio Belweder y la Avenida Ujazdowskie. Escultor, pintor y músico Waław Szymanowski (1859-1930) fue el autor de la escultura. Su proyecto ganó un concurso en 1908 y debía inaugurarse en 1910, en el centenario del nacimiento del compositor. Sin embargo, el monumento se erigió recién en 1926, tras la recuperación de la independencia polaca, aunque previamente el zar Nicolás II – a petición de la prima donna Adelaida Bolska – había dado su autorización a su construcción.

W jej niedzielnym repertuarze znalazły się takie utwory jak Ballada F-dur op. 38, 4 Mazurki: op. 30, c-moll nr 1, h-moll nr 2, Des-dur nr 3, cis-moll nr 4, a także Barcarola Fis-dur op. 60, Etiuda cis-moll op. 25 nr 7, Scherzo cis-moll op. 39, Walc As-dur op. 34 nr 1, Polonez-Fantazja As-dur op. 61.

W kolejne niedziele tego lata wystąpią jeszcze: Jakub Kuszlik, Piotr Alexewicz, François Dumont, Maria Gabryś-Heyke, Ivan Klánský, Mateusz Krzyżowski.

Organizatorami wydarzenia są: Muzeum Łazienki Królewskie w Warszawie, Towarzystwo im. Fryderyka Chopina, Stołeczna Estrada.

Pomnik Fryderyka Chopina

Koncerty odbywają się przy pomniku Fryderyka Chopina, który stoi w pobliżu pałacu Belwederskiego i Alei Ujazdowskich. Autorem rzeźby jest Waław Szymanowski (1859-1930), rzeźbiarz, malarz i muzyk. Jego projekt zwyciężył w konkursie w 1908 r. i pomnik miał zostać odsłonięty w setną rocznicę urodzin kompozytora (1910). Monument stanął jednak dopiero w 1926 r., już po odzyskaniu przez Polskę niepodległości, chociaż wcześniej car Mikołaj II – ze względu na prośby primadonny Adelajdy Bolskiej – wyraził zgodę na jego postawienie.

La idea del monumento surgió en 1889, en el 40.º aniversario de la muerte de Chopin, pero las autoridades rusas bloquearon el proyecto. Diez años después, el ambiente artístico logró organizar el concurso, cuyo ganador fue el diseño de Szymanowski.

En 1940, los alemanes volaron la escultura. Solo después de la Segunda Guerra Mundial la obra fue reconstruida basándose en un modelo de yeso que se conserva. En una fábrica destruida de vagones en Breslavia se descubrió la cabeza de la figura. El monumento regresó a Łazienki en 1958.

Recitales junto a la escultura

Durante la ocupación alemana estaba prohibido interpretar música de Chopin. Los primeros recitales junto al monumento se realizaron en 1959. Con los años, los conciertos adoptaron diferentes formas, hasta que se estableció la fórmula actual: recitales clásicos todos los domingos, de mediados de mayo a finales de septiembre.

Los Conciertos de Chopin se convirtieron así en un elemento inseparable de la vida cultural veraniega de la capital polaca.



Sama idea powstania monumentu zrodziła się w 1889 r., tj. w 40. rocznicę śmierci muzyka. Jednak władze rosyjskie w czasie zaboru blokowały ten pomysł. 10 lat później środowisko artystyczne zdołało jednak zorganizować konkurs, w wyniku którego wygrał właśnie projekt Szymanowskiego.

W 1940 roku pomnik został wysadzony przez Niemców. Dopiero po II wojnie światowej odtworzono dzieło na podstawie ocalałego gipsowego modelu. W ruinach wrocławskiej fabryki wagonów natrafiono bowiem na głowę figury. Monument wrócił do Łazienek w 1958 r.

Recitale przy rzeźbie

W czasie okupacji niemieckiej obowiązywał zakaz wykonywania muzyki Chopina. Pierwsze recitale przy pomniku odbyły się w 1959 r. Na przestrzeni lat koncerty przybierały różne formy, aż ustalono formułę klasycznych recitali w każdą niedzielę od połowy maja do końca września. Koncerty Chopinowskie stały się więc nieodłącznym elementem letniego życia kulturalnego stolicy Polski.

Escrito por: **BEATA SYLWESTRZAK**



MUÑEQUITAS QUITAPENAS

LA LEYENDA GUATEMALTECA

LALECZKI
ODPĘDZAJĄCE
ZMARTWIENIA
LEGENDA Z GWATEMALI

¿Quién de nosotros no quisiera encontrar una solución irrefutable para sus problemas? Todas nuestras penas y preocupaciones nos impiden dormir. Algunas son leves, otras graves, pero por su causa perdemos el sueño. Un pensamiento puede hacernos dar vueltas en la cama por horas y horas. Estos problemas han existido siempre, porque preocuparse es parte de ser humano. Así, una leyenda guatemalteca propuso una solución...

Los pueblos del Altiplano en Guatemala tienen una leyenda sobre las muñequitas quitapenas. La leyenda cuenta que debes compartir cada uno de tus problemas con una muñequita antes de dormir, luego colocar todas ellas bajo la almohada, y ellas se llevarán tus penas lejos. A la mañana siguiente, descubrirás que tus preocupaciones han desaparecido y que puedes sonreír nuevamente.



Kto z nas nie chciałby znaleźć niezawodnego rozwiązania swoich problemów? Wszystkie nasze troski i zmartwienia nie pozwalają nam spać. Jedne są lekkie, inne poważne, ale spędzają nam sen z powiek. Jedna natrętna myśl potrafi sprawić, że przewracamy się z boku na bok przez długie godziny. Tak było od zawsze, bo martwienie się jest częścią ludzkiej natury. I właśnie pewna gwatemalska legenda zaproponowała rozwiązanie...

Mieszkańcy Wyżyny w Gwatemali opowiadają legendę o laleczkach odpędzających zmartwienia. Według niej należy podzielić się z każdą laleczką jednym swoim problemem przed snem, a potem schować je wszystkie pod poduszkę. Laleczki zabiorą nasze troski daleko. Następnego ranka odkryjemy, że zmartwienia zniknęły i znów możemy się uśmiechać.



Las muñequitas son pequeños amuletos cosidos a mano. Tradicionalmente, están hechas de madera con su ropa de algodón. Como parte del folclore, se venden en las ferias. Sin duda, son figuras coloridas que representan la rica artesanía por la que Guatemala es conocida.

No hay otra manera de verificar si las muñequitas quitapenas pueden realmente aliviar tu tristeza más que confiar en ellas y dormir con ellas. Quizás la esperanza y la mente positiva ayuden también. Quizás baste una buena noche de sueño. O, quizás, sueñes con un viaje a Guatemala.

Autoría y fotos: **Weronika Bazydło**

Laleczki te to małe amulety szyte ręcznie. Tradycyjnie wykonywane są z drewna i bawełnianych ubranek. Jako element folkloru sprzedaje się je na jarmarkach. Bez wątpienia są to barwne figurki, które reprezentują bogate rzemiosło, z którego słynie Gwatemala.

Nie ma innego sposobu, by sprawdzić, czy laleczki odpędzające zmartwienia naprawdę potrafią ukoić smutek, niż zaufać im i spać z nimi pod poduszką. Być może pomaga również nadzieja i pozytywne nastawienie. Może wystarczy dobrze się wyspać. A może przyśni nam się podróż do Gwatemali.

Tekst i zdjęcia: **Weronika Bazydło**

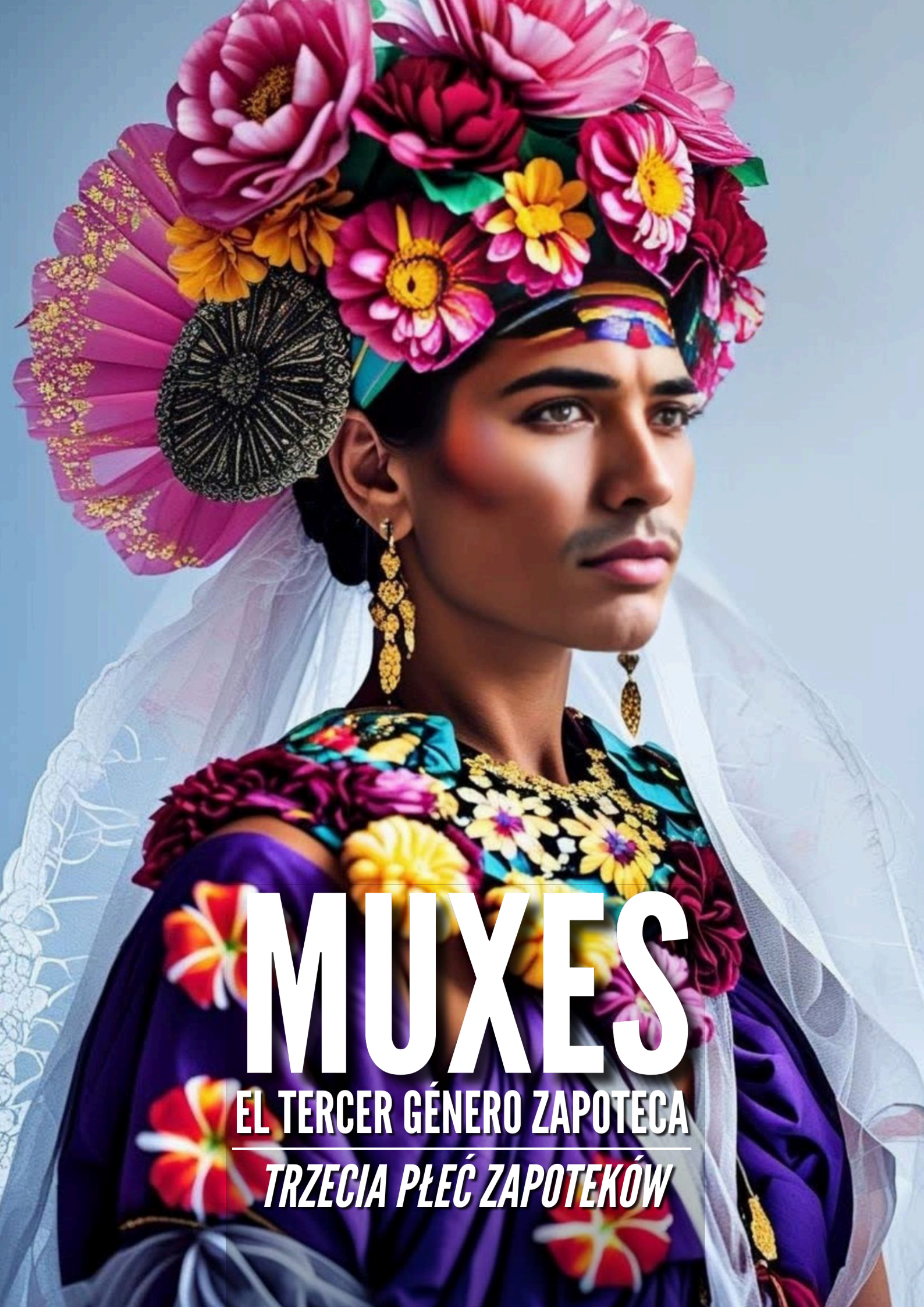
SALE

ART & STYLE



KTRINES®

www.ktrines.com



MUXES

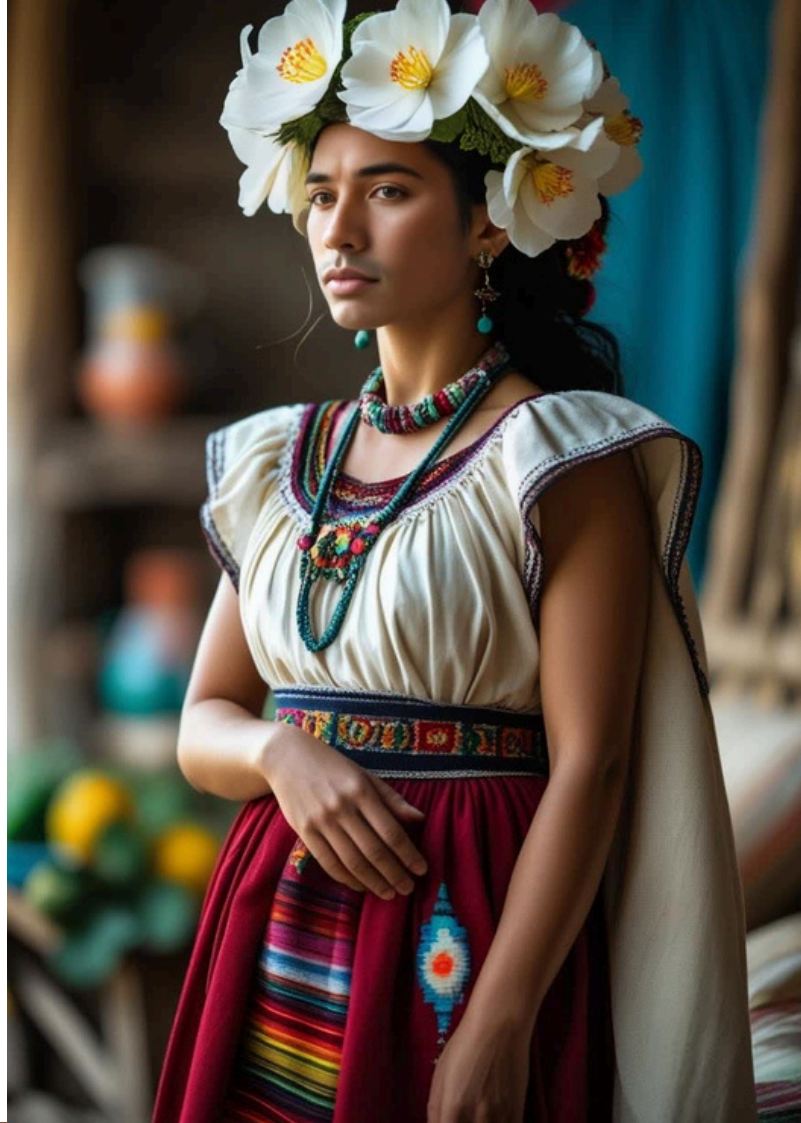
EL TERCER GÉNERO ZAPOTECA

TRZECIA PŁEĆ ZAPOTEKÓW

Desde tiempos precolombinos, los zapotecas del Istmo de Tehuantepec reconocían a las muxe como parte de un tercer sexo, distinto tanto del hombre como de la mujer. Algunas formaban parejas monógamas con hombres, otras con mujeres; algunas vivían en grupos y tenían hijos.

La palabra **“muxe”** podría derivar del español **“mujer”**, pronunciada en el siglo XVI como muller, y adaptada al zapoteco.

En la cultura zapoteca, el poder no está monopolizado por lo masculino. La sociedad ha tenido desde siempre una fuerte tendencia matriarcal: mientras los hombres cazaban o cultivaban, las mujeres controlaban el comercio y las decisiones económicas. En este contexto, las muxe, al asumir roles tradicionalmente femeninos, ocupaban una posición respetada dentro de la estructura social familiar.



Od czasów prekolumbijskich Zapotekowie z regionu Istmo de Tehuantepec uznawali muxe za część trzeciej płci, odrębnej od kobiety i mężczyzny. Niektóre z nich tworzyły związki monogamiczne z mężczyznami, inne z kobietami; niektóre żyły w grupach i miały dzieci.

Słowo „muxe” może pochodzić od dawnego zapisu hiszpańskiego słowa „mujer” (kobieta), wymawianego w XVI wieku jako muller, które zostało przekształcone w języku zapotECKim.

W kulturze zapotECKiej władza nie była zdominowana przez męskość. Społeczeństwo miało zawsze silne tendencje matriarchalne: mężczyźni polowali lub uprawiali ziemię, a kobiety zarządzały handlem i podejmowały decyzje ekonomiczne. W tym kontekście muxe, przyjmując tradycyjne role kobiece, zajmowały szanowane miejsce w strukturze społecznej i rodzinnej.





Más allá del género: roles, arte y función social

Las muxes son, en su mayoría, personas asignadas como hombres al nacer que adoptan roles femeninos, tanto en vestimenta como en trabajo y comportamiento. Sin embargo, no todas se identifican plenamente como mujeres; muchas se reconocen como muxes, un género diferente, ni hombre ni mujer.

Dentro de la sociedad zapoteca, desempeñan papeles importantes: cocineras, bordadoras, artesanas, creadoras de ornamentos y maquillistas. Son guardianas de las tradiciones textiles y culturales. En celebraciones como las velas (festividades comunitarias multiday) ellas se encargan de preparar decoraciones, bordar trajes y altavoces culturales.

Poza płcią: role, sztuka i funkcja społeczna

Muxes to w większości osoby przypisane przy urodzeniu do płci męskiej, które przyjmują role kobiece – zarówno w ubiorze, jak i w pracy czy zachowaniu. Nie wszystkie jednak identyfikują się jako kobiety – wiele uważa się po prostu za „muxes”, odrębny gender, niebędący ani mężczyzną, ani kobietą.

W społeczeństwie zapoteckim pełnią istotne role: kucharki, hafciarki, artystki, twórczynie ozdób, wizażystki. Są strażniczkami tekstylnych i kulturowych tradycji. Podczas uroczystości takich jak velas – wielodniowe święta społeczności – to właśnie one przygotowują dekoracje, haftują stroje i odpowiadają za oprawę artystyczną.

Además, existen subcategorías dentro de las muxes:

- Gunaa: quienes adoptan una identidad femenina completa, con relación heterosexuales hacia hombres.
- Nguiiu: quienes se identifican como hombres homosexuales y mantienen identidad masculina, a veces sin vestirse con ropa femenina.

Voces propias: vidas, curiosidades y figuras inspiradoras

Muchas muxes son cuidadoras de ancianos y guardianas del hogar; en algunas familias se cree que tener una muxe es una bendición, pues “se quedará en casa, cuidará a padres y conservará tradiciones”.

Aunque gozaban de cierto estatus, esta aceptación no significa ausencia de desafíos. Fuera de su comunidad, aún enfrentan discriminación, estigmas e imposibilidad de acceder a ciertos espacios públicos, como baños o empleos formales, condenándolas a trabajos artesanales o informales



Istnieją też podkategorie wśród muxes:

- Gunaa – osoby przyjmujące w pełni tożsamość kobiecą, zwykle w związkach z mężczyznami.
- Nguiiu – osoby identyfikujące się jako homoseksualni mężczyźni, zachowujące męski ubiór i tożsamość, często bez przyjmowania ról kobiecych.

Własne głosy: życie, ciekawostki i inspirujące postaci

Wiele muxes opiekuje się osobami starszymi i domem; w niektórych rodzinach uważa się, że narodziny muxe to błogosławieństwo, bo „zostanie w domu, zaopiekuje się rodzicami i zachowa tradycje”.

Choć cieszą się lokalnym szacunkiem, nie oznacza to braku wyzwań. Poza swoją społecznością nadal napotykają na dyskryminację, stygmatyzację i brak dostępu do wielu przestrzeni publicznych, co często ogranicza je do pracy nieformalnej lub rzemieślniczej.

Personajes clave:

- Lukas Avendaño: artista performativo y antropólogo muxe cuya obra explora la identidad de género entre los zapotecas. En su pieza *Réquiem para un alcaraván* (2012) reflexiona por medio del arte sobre la muxeidad como un "hecho social total".
- Eli Bartolo Marcial: activista zapoteca que fundó una organización de sensibilización sobre VIH/SIDA y publicó *Las otras hijas de San Vicente* (2010), documentando historias de muges en Juchitán

Curiosidades:

- Las muges han estado presentes en portadas de revistas como *Vogue México* y en documentales internacionales, destacando su visibilidad contemporánea.
- En Juchitán, hay un estimado de unos 3000 muges en la región

Znane postacie:

- *Lukas Avendaño* – artysta performatywny i antropolog muxe, którego twórczość eksploruje kwestie tożsamości płciowej wśród Zapoteków. W dziele *Réquiem para un alcaraván* (2012) przedstawia muxe jako „społeczny fakt totalny”.
- *Eli Bartolo Marcial* – aktywista zapotecki, założyciel organizacji wspierającej walkę z HIV/AIDS oraz autor książki *Las otras hijas de San Vicente* (2010), dokumentującej historie muges z Juchitán.

Ciekawostki:

- Muges pojawiły się na okładce *“Vogue México”* i w międzynarodowych dokumentach, zyskując coraz większą widoczność.
- W samym Juchitán mieszka około 3000 muges.





Tradición vs. modernidad: los desafíos que persisten

Aunque las muxes siguen siendo valoradas en su cultura local, el contexto actual trae tensiones. La globalización y los discursos conservadores han generado rechazo hacia identidades no binarias originarias. Aun con avances en derechos LGTBI, persisten discursos de odio y exclusión.

En la cultura popular, la representación ha avanzado: la serie de Netflix *El secreto del río* aborda la vida de las muxes con autenticidad y sin clichés, gracias al trabajo colaborativo con la comunidad local (turn0news31). Actriz Trinidad González destaca cómo este tipo de historias ayuda a visibilizarlas y sensibilizar al público

Reflexión final:

Las muxes son un ejemplo vivo de que el género puede entenderse de forma diversa, que hay identidades que rompen con lo binario y que se entrelazan profundamente con la historia de un pueblo y sus estructuras comunitarias.

Tradycja kontra nowoczesność: wyzwania, które trwają

Choć muxes są cenione w swojej lokalnej kulturze, współczesność niesie ze sobą napięcia. Globalizacja i konserwatywne narracje generują nowe formy odrzucenia wobec niebinarnych tożsamości. Pomimo postępów w prawach osób LGTBI, nadal istnieją dyskursy nienawiści i wykluczenia.

*W kulturze popularnej następuje jednak zmiana. Serial Netflixa *El secreto del río* pokazuje życie muxes w sposób autentyczny i wolny od stereotypów, z udziałem samych członków społeczności. Aktorka Trinidad González podkreśla, że takie historie zwiększają widoczność i empatię wobec muxes.*

Ostatnia refleksja:

Muxes są żywym dowodem na to, że płeć można rozumieć w sposób inny niż binarny – jako część tożsamości głęboko zakorzenionej w kulturze i strukturze społecznej. Ich istnienie to nie tylko tradycja, ale także przyszłość różnorodności.





Conclusión

Este artículo explora la riqueza cultural de las muxes zapotecas: cómo desde hace siglos han formado parte del tejido social; su papel clave en la economía doméstica y cultural; los estigmas que enfrentan hoy; y cómo emergen como símbolos de resistencia, identidad y dignidad.

La historia de las muxes es una invitación a replantear nuestros paradigmas de género y aprender de los que han convivido con esta diversidad ancestral con naturalidad.

Autoría e imágenes: **Walle**

Podsumowanie

Ten artykuł przedstawia bogactwo kultury muxes: ich historyczną obecność w społeczeństwie zapoteckim, znaczenie w gospodarce domowej i kulturze, wyzwania społeczne, oraz ich siłę jako symbolu tożsamości i godności.

Historia muxes to zaproszenie do przemyślenia naszych pojęć o płci i nauczania się od tych, którzy od wieków żyją w harmonii z różnorodnością.

Tekst i zdjęcia: **Walle**



SPEAK BUSINESS WITH CONFIDENCE

Book Your Free 20-Minute
Consultation Today.
Let's talk about your goals
and create a custom
learning plan.

MY SERVICES

- ✓ Expert C2-level teacher with years of professional coaching
- ✓ Fully online with flexible scheduling
- ✓ Real-world content from top publications
- ✓ Customized lessons for your industry and goals

LEARN MORE



AGNIESZKA@AGNIESZKAKUSMIERCZYK.COM
TELEPHONE: +48 600 286 541

SALE

ART &
STYLE

KTRINES®

www.ktrines.com

SALE

ART & STYLE



KTRINES®

www.ktrines.com

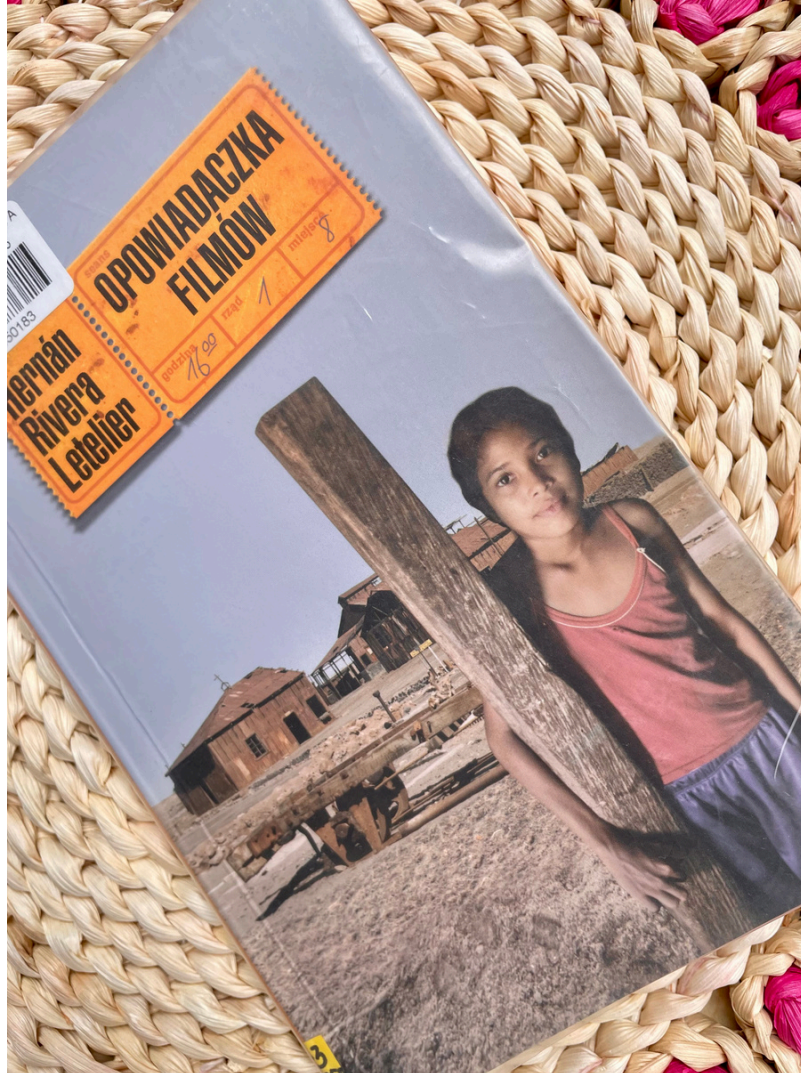
A detailed LEGO Technic model of a vintage movie camera. It features two large white reels with black hubs and five holes each, mounted on a black Technic frame. A black motor is attached to the side, connected to a white axle. A film strip with colorful cartoon frames is visible, passing through the camera's body. The model is built using various black and white Technic bricks and pins. The background is a plain, light-colored wall and a wooden surface.

LA CONTADORA DE PELÍCULAS

OPOWIADACZKA FILMÓW

La contadora de películas es un libro del autor chileno Hernán Rivera Letelier, publicado en 2009. Letelier (nacido en 1950) es un escritor y poeta contemporáneo con más de 22 novelas y otras publicaciones. En 2022 recibió el Premio Nacional de Literatura de Chile, además de varios reconocimientos literarios. Fue traducida a varios idiomas, incluido el polaco, con una edición de 2012 publicada por la editorial MUZA.

A pesar de ser una narración corta, es muy poderosa y conmovedora. La protagonista y narradora es una niña, María Margarita, que vive en los años cincuenta en un pueblito minero Oficina del desierto Atacama. A lo largo de la historia acompañamos muchos años y momentos de su vida. Conocemos a su familia, a sus hermanos y su gran pasión por el cine.



Opowiadaczka filmów to książka chilijskiego pisarza Hernána Riverę Leteliera, opublikowana w 2009 roku. Letelier (urodzony w 1950) jest współczesnym pisarzem i poetą, autorem ponad 22 powieści i innych publikacji. W 2022 roku otrzymał Narodową Nagrodę Literacką Chile, a także wiele innych wyróżnień literackich. Powieść została przetłumaczona na kilka języków, w tym na polski – jej polskie wydanie ukazało się w 2012 roku nakładem wydawnictwa MUZA.

Mimo że jest to krótka opowieść, okazuje się niezwykle mocna i poruszająca. Bohaterką i narratorką jest dziewczynka, María Margarita, mieszkająca w latach pięćdziesiątych w górniczym miasteczku Oficina na pustyni Atakama. W toku historii towarzyszymy wielu latom i chwilom z jej życia. Poznajemy jej rodzinę, rodzeństwo oraz wielką pasję do kina.



Nawet w przypadku takiego chaosu, mimo że trochę utrudniał sprawę, z łatwością porządkowałam sobie w głowie całą historię i opowiadałam ją potem od początku do końca jak należy.

Myszę, że w głębi duszy miałam w sobie coś z plotkary. Wystarczyło bowiem, że zerknęłam tylko na dwa, trzy zdjęcia na afiszu – sprośne spojrzenie księdza, niewinny grymas dziewczynki czy bojaźliwy wzrok dewotki – i już mogłam wyobrazić sobie całą historię i stworzyć własny film.

Descubrimos que su familia es tan pobre que no alcanza el dinero para que todos vayan al cine. Apenas una persona puede ir: María Margarita ve las películas, regresa a casa y cuenta la trama de todas las que ha visto. Ella es la mejor de sus hermanos para hacerlo, por eso se convierte en la contadora de películas. María Margarita adora a los actores y a las películas como Fred Astaire y Ben-Hur. Es evidente que ama el cine con todo su corazón, y ese corazón es puro.

La obra también toca temas duros como la violencia contra mujeres y niñas, la pobreza y las injusticias económicas y sociales. Refleja el papel de las mujeres chilenas en aquella época, con todas sus limitaciones y riesgos.

La protagonista menciona algunos de los grandes acontecimientos de la historia de Chile: la llegada de Salvador Allende, la visita de Fidel Castro y el golpe de Estado de Pinochet. Uno de los momentos que más la asustan es cuando la televisión llega a su pueblo. Como gran amante del cine, teme que la televisión termine por reemplazarlo. La TV llama mucho la atención, pero no siempre lo nuevo resulta mejor.

Odkrywamy, że rodzina jest tak biedna, iż nie stać jej na to, aby wszyscy chodzili do kina. Może pójść tylko jedna osoba – i jest nią María Margarita. Ogląda filmy, wraca do domu i opowiada całą fabułę. Jest w tym najlepsza spośród rodzeństwa, dlatego zostaje „opowiadaczką filmów”. María Margarita uwielbia aktorów i filmy, takie jak Fred Astaire czy Ben-Hur. Widać, że kocha kino całym sercem – a jej serce jest czyste.

Książka porusza także trudne tematy, takie jak przemoc wobec kobiet i dziewczynek, bieda oraz niesprawiedliwości ekonomiczne i społeczne. Oddaje również rolę chilijskich kobiet w tamtych czasach – wraz z ich ograniczeniami i zagrożeniami.

Bohaterka wspomina niektóre z wielkich wydarzeń w historii Chile: dojście do władzy Salvadora Allende, wizytę Fidela Castro i zamach stanu generała Pinocheta. Jednym z momentów, które najbardziej ją przerażają, jest pojawienie się telewizji w jej miasteczku. Jako wielka miłośniczka kina boi się, że telewizja je zastąpi. TV przyciąga uwagę, ale to, co nowe, nie zawsze okazuje się lepsze.

por el principio.

Entonces todo se volvía una **majamama** y nadie entendía un

Dictionary

Wikipedia

majamama
majamama.

I. Sustantivo

f. — <coloq.> (Chile) desorden (|| confusión).

Diccionario de la lengua española ▶

Search

More

inventar una trama, imaginar toda una historia y pasarme mi propia

kindle



La novela muestra la importancia de tener una pasión. María Margarita es tan persuasiva en sus recreaciones de escenas y diálogos que cada vez más gente del pueblo prefiere escucharla a ella en lugar de ver la película.

La lectura es un verdadero gusto. El estilo de Letelier es sencillo, pero sus palabras fluyen con una tímida poesía que alegra el corazón del lector. Para quienes no son chilenos, el libro trae muchos "chilenismos" simpáticos.

Encanta con su historia, con su mensaje y con la esperanza que transmite en una forma tan simple y breve. Gracias a esta novela podemos viajar al Chile del siglo pasado y conocer a su gente. Aunque ya fue adaptada al cine, vale muchísimo la pena leer el libro.

Powieść pokazuje, jak ważna jest pasja. María Margarita jest tak sugestywna w swoich rekonstrukcjach scen i dialogów, że coraz więcej mieszkańców miasteczka woli jej słuchać, zamiast samemu oglądać film.

Lektura tej książki to prawdziwa przyjemność. Styl Leteliera jest prosty, ale jego słowa płyną z lekką poetyckością, która raduje serce czytelnika. Dla osób spoza Chile książka zawiera wiele sympatycznych „chilenizmów”.

Urzeka swoją historią, przesłaniem i nadzieją przekazaną w tak prostej i zwięzłej formie. Dzięki tej powieści możemy przenieść się do Chile ubiegłego wieku i poznać jego mieszkańców. Choć doczekała się już filmowej adaptacji, zdecydowanie warto sięgnąć po książkę.

**SE ESTÁ
RODANDO**

**EL BARRIO PRAGA
DE VARSOVIA
EN EL CINE**

KREĆI SIĘ

**WARSZAWSKA
PRAGA W FILMIE**

La Varsovia de entreguerras fue la capital del cine polaco. Aquí se rodaron decenas de películas tanto en polaco como en yiddish. Los cineastas solían mostrar en la pantalla el Barrio Viejo, el Camino Real, el Jardín Sajón o Łazienki. Sin embargo, rara vez se aventuraban al otro lado del Vístula.

No fue hasta la década de 1930 cuando varios equipos de rodaje visitaron la antigua Praga. En el documental titulado «Domingo en Varsovia», de 1935, vemos escenas rodadas en el zoológico de Varsovia y en el cercano Parque Praski, donde estaba ubicado el famoso parque de atracciones conocido en toda la ciudad.

Międzywojenna Warszawa była stolicą polskiego kina. Kręcono tu dziesiątki filmów zarówno w języku polskim jak i w języku jidysz. Filmowcy na ogół pokazywali na ekranie Stare Miasto, Trakt Królewski, Ogród Saski czy Łazienki. Jednak rzadko zapuszczali się na drugą stronę Wisły.

Dopiero w latach 30. kilka ekip filmowych odwiedziła Starą Pragę. W dokumencie pt. „Warszawska niedziela” z 1935 r. oglądamy sceny kręcone w Warszawskim ZOO i pobliskim Parku Praskim, gdzie znajdował się słynny na całą Warszawę lunapark.



«Legion ulicy»

En el Parque Praski, Aleksander Ford también rodó escenas para su largometraje titulado «Legion ulicy» (La legión de la calle, 1932). Lamentablemente, la película no se ha conservado hasta nuestros días. Todas las copias se perdieron durante la Segunda Guerra Mundial. Sin embargo, conservamos documentación sobre la película en forma de reseñas y fotografías. La trama narraba la vida de un grupo de vendedores de periódicos de Varsovia, unos astutos adolescentes.

W Parku Praskim Aleksander Ford kręcił też sceny do swojego filmu fabularnego pt. „Legion ulicy” (1932). Niestety, film nie zachował się do naszych czasów. Wszystkie kopie spłonęły w czasie II wojny światowej. Posiadamy jednak dokumentację filmu w postaci recenzji i fotosów. Film opowiadał o grupie warszawskim gazeciarzy, cwanych nastoletnich chłopców.



Julien Bryan

La Segunda Guerra Mundial dejó su huella en Praga. Ya en septiembre de 1939, Praga, al igual que toda Varsovia, fue bombardeada por los alemanes. El drama de los varsovianos fue inmortalizado en una película por el reportero estadounidense Julien Bryan. En 1940, la película titulada «Siege» (Asedio) se proyectó en los cines estadounidenses.

Druga wojna światowa odcisnęła swoje piętno na Pradze. Już we wrześniu 1939 roku. Praga tak jak cała Warszawa została zbombardowana przez Niemców. Dramat warszawiaków utrwalił na taśmie filmowej amerykański reporter Julien Bryan. W 1940 r. film pt. „Siege” (Oblężenie) wyświetlano w amerykańskim kinach.

En los primeros años de la Polonia Popular, los cineastas rara vez visitaban Praga, que estaba muy descuidada y cuya imagen no encajaba con los materiales propagandísticos sobre la reconstrucción de Varsovia. La excepción fue el Estadio del Décimo Aniversario, inaugurado en 1955.

En el verano de ese año se celebró en Varsovia el V Festival Mundial de la Juventud y los Estudiantes. A la capital polaca acudieron jóvenes de decenas de países de Europa, Sudamérica, Asia y África. Los invitados pasearon por el casco antiguo y los alrededores del Palacio de la Cultura. La inauguración y clausura del festival tuvieron lugar en el Estadio del Décimo Aniversario.

W początkowym okresie Polski Ludowej filmowcy rzadko odwiedzali Pragę, która była poważnie zaniedbana a jej wizerunek nie pasował do propagandowych materiałów o odbudowującej się Warszawie. Wyjątek stanowił Stadion X-lecia otwarty w 1955 roku.

Latem tamtego roku odbył się w Warszawie V Światowy Festiwal Młodzieży i Studentów. Do stolicy Polski przyjechali młodzi ludzie z kilkudziesięciu różnych państw Europy, Ameryki Południowej, Azji i Afryki. Goście spacerowali po Starym Mieście i wokół Pałacu Kultury. Otwarcie i zamknięcie festiwalu odbyło się na Stadionie X-lecia.

En los años 60, Praga se convirtió en escenario de películas dirigidas por el rey de la comedia polaca, Stanisław Bareja. Aquí rodó escenas para las películas «El marido de su mujer» (1960), «Matrimonio por conveniencia» (1967) y «El osito» (1980). En una de las escenas, unos carreteros, uno de los cuales es el doble del protagonista, pasan por la calle Targowa junto a la iglesia ortodoxa de Santa María Magdalena y el Monumento a la Hermandad en Armas, conocido como el monumento de los Cuatro Durmientes.

En 1989 apareció en Praga Andrzej Wajda, director que más tarde sería galardonado con un Óscar por su obra.

W latach 60. Praga stała się plenerem dla filmów fabularnych w reżyserii króla polskiej komedii, Stanisława Barei. Tutaj kręcił sceny do filmów "Mąż swojej żony" (1960), „Małżeństwo z rozsądku” (1967) oraz "Miś" (1980). W jednej ze scen wozacy, z których jeden jest sobowtórem głównego bohatera, przejeżdżają Targową obok cerkwi Św. Marii Magdaleny i Pomnika Braterstwa Broni zwanego pomnikiem czterech śpiących.

W 1989 pojawił się na Pradze Andrzej Wajda, reżyser, który w przyszłości zostanie nagrodzony Oscarem za swoją twórczość. Film „Korczak” kręcił na podstawie scenariusza Agnieszki Holland.



Pomnik Braterstwa Broni
Monumento a la Hermandad en Armas

Rodó la película «Korczak» basada en el guion de Agnieszka Holland. Las calles de la Nueva Praga, como Mała y Stalowa, fueron el escenario de la historia que se desarrolla en la margen izquierda de Varsovia, en el gueto, donde el legendario doctor Korczak dirigía su orfanato.

El diseño de la escenografía de la película corrió a cargo de Allan Starski, hijo de Ludwik Starski (guionista y autor de letras de canciones conocido ya antes de la guerra). Tras varios años, Starski regresó a Praga para crear la escenografía de la película «El pianista», de Roman Polanski.

Ulice Nowej Pragi takie jak Mała i Stalowa były scenerią dla historii rozgrywającej się w lewobrzeżnej Warszawie, na terenie getta, gdzie legendarny doktor Korczak prowadził swój sierociniec.

Scenografię do filmu robił Allan Starski, syn Ludwika Starskiego (scenarzysty i autora tekstów piosenek znanego jeszcze przed wojną). Po kilku latach Starski powrócił na Pragę, by tym razem stworzyć scenografię do filmu „Pianista” Romana Polańskiego.



Andrzej Wajda

Así es como recordaba el trabajo en ese periodo: «Queríamos recrear el centro de Varsovia. En 'El pianista' se trataba, entre otras cosas, de la gran intersección entre Żelazna y Chłodna. La calle Stalowa resultó ser ideal. Lo conseguimos tan bien que incluso las personas mayores que venían durante la construcción del decorado preguntaban: '¿Y dónde está la iglesia?'»

Oto jak wspominał pracę w tym okresie : Chcieliśmy odtworzyć centrum Warszawy. W "Pianiście" było to m.in. duże skrzyżowanie Żelaznej i Chłodnej. Idealna okazała się ulica Stalowa. Udało się to na tyle, że nawet ludzie starsi, którzy przychodzili w trakcie budowania dekoracji, pytali: a gdzie jest kościół?



Kościół przy ul. Chłodnej/Iglesia en la calle Chłodna

Recordaban la iglesia que estaba frente a Hala Mirowska. Reconocían un fragmento inexistente de Varsovia en un lugar completamente distinto. Esta fue la mejor prueba de que Praga conservó el carácter de la ciudad de antes de la guerra hasta tal punto que, cuando la vieja Varsovia desapareció, pudo recrearse fielmente en este barrio.

Le animamos a visitar Praga siguiendo la ruta cinematográfica.

Texto : Anna Kraus
Fotos: dominio público

Bo pamiętali kościół stojący naprzeciwko Hali Mirowskiej. Odczytywali nieistniejący fragment Warszawy z zupełnie innego miejsca. To najlepszy dowód, że Praga zachowała charakter przedwojennego miasta na tyle mocno, że kiedy zabrakło Warszawy przedwojennej, mogłem na Pradze wiernie ją odtworzyć.

Zachęcamy by wybrać się na Pragę filmowym szlakiem.

*Tekst : Anna Kraus
Zdjęcia : domena publiczna*



CIUDAD-BALNEARIO: TORRES DE GRADUACION EN INOWROCŁAW

***MIĄSTO-UZDROWISKO:
TĘŻNIE W INOWROCŁAWIU***



Torres de graduación

Las torres de graduación de Inowrocław son las segundas más grandes de su tipo en Polonia y las terceras de Europa. ¿Qué son y cómo funcionan?

Tężnie

Tężnie w Inowrocławiu to druga największa tego typu konstrukcja w Polsce i trzecia pod względem chronologii. Czym są i jak działają?

Construcción y operación

Las torres de graduación son estructuras hechas de vigas de madera, ramas de endrino y bombas. Su forma se asemeja a un muro: dos polígonos interconectados con paredes rellenas de endrino y sostenidas por vigas. Tienen unos 9 metros de altura y aproximadamente 300 metros de longitud. Se bombea salmuera (agua con sales minerales) hasta la cima. El agua se evapora al descender por las ramas de endrino y, bajo la influencia del sol y el viento, llena el aire de un aerosol beneficioso para la salud.

Budowa i działanie

Tężnie to budowle z drewnianych belek, gałęzi tarniny i pomp. Mają kształt przywodzący na myśl mury - są dwoma połączonymi wielobokami o ścianach wypełnionych tarniną i podtrzymywanych przez belki. Mają 9 metrów wysokości i ok. 300 metrów długości. Na górę pompowana jest solanka - woda z solami mineralnymi. Następnie woda odparowuje, spływając po gałęziach tarniny, i pod wpływem słońca i wiatru wypełniając powietrze aerozolem o właściwościach prozdrowotnych.



Impacto en la salud

La brisa de las torres de graduación contiene elementos como yodo, bromo, magnesio y sodio, que se dice que ayudan a tratar la hipertensión, las enfermedades respiratorias y el agotamiento general. Las personas sanas, por otro lado, refuerzan su organismo y aumentan la resistencia a las enfermedades. La inhalación también induce un estado de calma y relajación. Se recomienda permanecer en las inmediaciones de las torres un máximo de 30 minutos. Su radio de acción se estima en 300 metros. Pagando una tarifa, también se puede pasear por el mirador en la cima, con vistas a la ciudad. En Inowrocław, la entrada estándar cuesta 2,50 PLN y la entrada reducida, 2 PLN.



Fuente/Źródło: Wikipedia



Wpływ na zdrowie

Bryza z tężni zawiera pierwiastki takie jak jod, brom, magnez i sód, które są pomocne przy nadciśnieniu tętniczym, chorobach układu oddechowego i przy stanie ogólnego wyczerpania. Osoby zdrowe z kolei wzmacniają i zabezpieczają przed chorobami. Inhalacja powoduje również stan wyciszenia i relaksu. Zaleca się przebywanie w okolicy tężni przez maksymalnie 30 minut. Zasięg ich oddziaływania szacowany jest na 300 metrów. Za opłatą można również przejść się po tarasie widokowym na ich szczycie z widokiem na miasto - w Inowrocławiu normalny bilet kosztuje 2,50 zł, a ulgowy 2 zł.



Fuente/Zródło: Wikipedia

Historia

Durante siglos, Polonia ha sido un importante productor europeo de sal, también conocida como "oro blanco". Los orígenes de las torres de graduación se remontan al siglo XIV y se consideran una invención polaca. Inicialmente, se utilizaban para espesar la salmuera, de la que se obtenía la sal de mesa. Con el tiempo, se descubrieron sus propiedades beneficiosas para la salud. La producción de sal a partir de salmueras concentradas, también conocida como ebullición, era un método eficaz pero muy laborioso, por lo que el hallazgo de los yacimientos de sal gema resultó revolucionario.

En Inowrocław, el Parque de la Sal se fundó en 1875 sobre una superficie de 85 hectáreas, rodeado de un complejo de balnearios. Las torres de graduación se inauguraron en 2001 cerca del parque y se renovaron en 2020.

Historia

Polska od wieków jest znaczącym w Europie producentem soli zwanej również "białym złotem". Początki tężni datuje na XIV wiek i wskazuje jako polski wynalazek. Początkowo służyły do zagęszczania solanki, z której pozyskiwano sól kuchenną. czasem odkryto ich właściwości prozdrowotne. Zagęszczane solanki, zwane również warzeniem, to jeden ze sposobów na pozyskanie soli, ale zajmuje ono dużo czasu, dlatego też przełomowe było odkrycie złóż soli kamiennej.

W Inowrocławiu w 1875 roku na obszarze 85 hektarów powstał Park Solankowy otoczony zespołem uzdrowisk. W roku 2001 przy Parku otwarto tężnię, a wyremontowano je w 2020 roku.

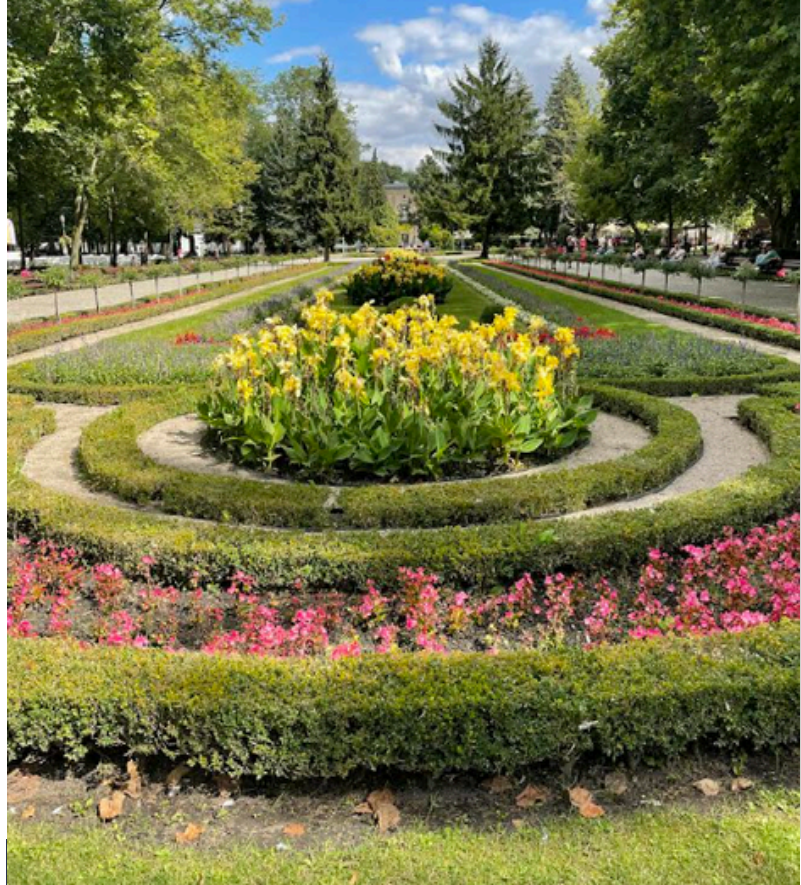
Ciudad de Sal

Se puede decir que Inowrocław está construida sobre sal. Los yacimientos se descubrieron en el siglo XIX y, desde entonces, han operado varias minas, entre ellas "Solno", que en la década de 1970 fue una de las mayores productoras de Europa. La ciudad es famosa por las propiedades curativas de su salmuera y, además de las torres y el Parque de la Sal, ofrece numerosos balnearios y sanatorios. Actualmente, la parte occidental de la ciudad funciona como zona de balnearios. El parque cuenta con un quiosco de música, varios restaurantes y cafeterías, además de numerosos puestos de recuerdos. También destacan sus alfombras florales. En la ciudad, puede ir de compras a... la "Galería de la Sal", por supuesto.

Miasto soli

Można powiedzieć, że Inowrocław solą stoi. Jej złoża odkryto tam już w XIX wieku i od tamtego czasu na przestrzeni lat funkcjonowały w mieście różne kopalnie soli, w tym "Solno", które w latach 70-tych XX wieku należało do największych producentów w Europie. Miasto jest znane ze względu na zdrowotne właściwości solanki i poza tężniami i Parkiem Solankowym oferuje liczne uzdrowiska i sanatoria. Obecnie zachodnia część miasta funkcjonuje jako uzdrowski kurort. W parku znajduje się muszla koncertowa, kilka restauracji i kawiarni, a także liczne stoiska z pamiątkami. Na uwagę zasługują też dywany kwiatowe. W mieście można się wybrać na większe zakupy do... "Galerii Solnej" oczywiście.

Por/Tekst: **KATARZYNA JATCZAK**



¿Dónde están las torres de graduación más grandes de Polonia (y de Europa)?

Las torres de graduación más grandes de Polonia, y de hecho de Europa, se encuentran en Ciechocinek. La estructura tiene casi 16 metros de altura y más de 1700 metros de longitud. Ciechocinek también goza de fama como ciudad balneario, y su sanatorio es especialmente popular. La ciudad se encuentra a una hora en coche de Inowrocław.

Otras ciudades polacas con torres de graduación son Kołobrzeg, Wieliczka y Konstancin.

A gdzie znajdują się największe tężnie w Polsce (i w Europie)?

Największe tężnie w Polsce i zarazem w Europie zbudowano w Ciechocinku. Tamtejsza konstrukcja ma blisko 16 metrów wysokości i ponad 1700 metrów długości. Ciechocinek również cieszy się sławą miasta-uzdrowiska, a szczególnie popularne jest tamtejsze sanatorium. Miasto leży w odległości godzinnej jazdy samochodem od Inowrocławia. Inne polskie miasta z tężniami to Kołobrzeg, Wieliczka czy Konstancin.

REVISA NUESTROS NUMEROS ANTERIORES

SPRAWDŹ NASZE POPRZEDNIE WYDANIA



VISTULARTE

Siguenos en nuestras redes sociales.
Obserwuj nas w mediach społecznościowych.



www.vistularte.pl

vistularte@gmail.com

