

KON

#11

FRONT

ACJE

10/21



Przepis na domowe
roślinne pumpkin spice
latte

Jak radzić sobie z
jesiennym smutkiem?

Slow fashion

Krótką historią
Mieszczuchy i Wieśniary

MET gala roast

Samhain

Fenomen pumpkin spice
latte i inne niezbędne
elementy jesieni

Squid Game - czy
koreańska kinematografia
znow zaskoczyła świat?

Wywiad z Kotem



Spis treści

02

Od redakcji

03

Slow fashion

06

Samhain

07

*Squid Game - czy
Korea znowu
zaskoczyła Świat*

09

*Fenomen
Pumkin Spice
Latte*

13

*Krótką historia
Mieszczuchy i
Wieśniary*

16

*Jesienny smutek i
sposoby radzenia
sobie z nim*

19

*Wywiad ze
szkolnym kotem*

21

*Roślinne
rewolucje*

25

Met Gala roast



Od redakcji

Miesiące w szkole lecą nam wszystkim zapewne w nieubłaganym tempie. Sprawdzian tu, kartkówka tam, no i jeszcze jakaś odpowiedź ustna oraz projekt, żeby nikomu się nie nudziło. Takim więc sposobem nadszedł koniec października, miesiąca, który wzbudza chyba więcej kontrowersji niż kolejność przygotowywania najwybitniejszego dania na śniadanie — mleka z płatkami.

Ten numer, dłuższy niż zwykle w głównej mierze złożyła Tosia, która wraz z początkiem tego roku szkolnego przygotowywała się do objęcia posady redaktora i z ulgą przyznaję, że z pewnością sobie poradzi. Nie pozostaje mi zatem nic innego niż podziękować wszystkim czytelnikom *KonFRONTacji* za ubiegły rok, a także życzyć wszystkim powodzenia w tych ośmiu miesiącach, które pozostały większości z nas do wakacji.

Po raz ostatni redaktor naczelny *KonFRONTacji*
Anna Łapka



A w między czasie wszyscy twórcy gazetki serdecznie zapraszają do przesłuchania playlisty *KonFRONTacje* polecają



slow fashion

SLOW FASHION - CZYM JEST (W SKRÓCIE)?

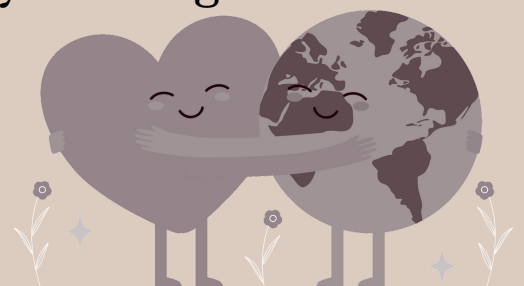
Slow fashion w tłumaczeniu na język polski oznacza modę „zrównoważoną” i „odpowiedzialną”. Polega ona na świadomym i odpowiedzialnym kupowaniu ubrań. Slow fashion to idea, która jest przeciwna konsumpcjonizmowi oraz produkcji ubrań na masową skalę.

JAKOŚĆ, A NIE ILOŚĆ!

(CZYLI - DLACZEGO IDEA SLOW FASHION JEST TAKA WAŻNA?)

Ideą slow fashion jest umiejętność rozsądnego kupowania, co oznacza bycie świadomym swoich potrzeb. Idea ta zakłada kupowanie mniejszej liczby rzeczy o bardzo dobrej jakości, które nie niszczą się szybko i starczą na wiele lat, zamiast kupowania dużej liczby ubrań „fast fashion”, które szybko się zużywają, a po krótkim czasie noszenia, „wychodzą z mody”, przez co przestajemy je nosić.

Slow fashion nie powinno być nam obojętne za względu na naszą planetę, gdyż „popierając” fast fashion (częste kupowanie rzeczy/ubrań modnych) wspieramy zanieczyszczenie środowiska, chociażby poprzez to, iż najtańszym materiałem wykorzystywanym do produkcji odzieży jest poliestr, w którego skład wchodzi pochodne ropy naftowej, kwasu tereftalowego i glikolu etylenowego. Aby odzież wyprodukowana z poliestru uległa degradacji potrzeba 200 lat.



Aż 85 % zanieczyszczenia morza tworzywami sztucznymi, pochodzi z mikrowłókien w odzieży syntetycznej. Co najgorsze, średni czas, w którym przechowujemy odzież fast fashion wynosi 30 dni - podczas niego daną rzecz zakładamy maksymalnie 5 razy.

Zazwyczaj głównymi powodami pozbywania się w tak krótkim czasie tak dużej ilości odzieży fast jest niska jakość ubrań, która przekłada się na jej wygląd lub po prostu to, iż producenci fast fashion wypuszczają nowe kolekcje ubraniowe około dwóch razy w miesiącu, co powoduje, że poprzednie kolekcje są już niemodne!

Ważnym aspektem mody fast jest także jej produkcja na masową skalę. Na metkach większości odzieży sieciówkowej widnieją napisy „Made in China”, „Made in Bangladesh”, ale jak to w praktyce wygląda? Statystyki ukazują iż ok. 3/4 odzieży trafiającej do branży fast fashion jest produkowana w najbiedniejszych krajach Azji. Obecnie w tym przemyśle pracuje około 40 mln ludzi z czego 85% to kobiety. Dla nich ta praca to szansa na zarobienie pieniędzy. Aczkolwiek „zarabianie pieniędzy” to nieadekwatne określenie, gdyż dzienna stawka pracy szwaczek dla firm fast fashion, wynosi od 2 do 4 dolarów dziennie! W taki właśnie sposób, czyli taną produkcją i dużo droższą sprzedażą na masową skalę, zarabiają producenci, właściciele firm i marek fast fashion.

Jak w takim razie działa slow fashion? Polega ona na przeciwstawianiu się niskim zarobkom, nieetycznym warunkom pracy, zanieczyszczeniu środowiska i okrucieństwu zwierząt poprzez świadome kupowanie ubrań, rzeczy niesprzedawanych poniżej kosztów produkcji.

Głównymi założeniami slow fashion są:

REDUCE – ograniczenie ilości ubrań czyli świadomość swoich potrzeb. Nie kupujemy ubrań, co do pochodzenia, miejsca wytworzenia których nie jesteśmy pewni oraz których za jakiś czas już nie założymy. Stawiamy na jakość, a nie ilość, przez co mamy większą świadomość naszego stylu oraz nie przyczyniamy się do zanieczyszczania środowiska.

REUSE - celem jest nadawanie ubraniom nowego życia poprzez ich modyfikację. Takie działanie zapewnia nam oryginalność i pewność że dana rzecz przerobiona przez nas jest jedyna w swoim rodzaju.

RECYCLED - to świadome wybieranie tekstyliów, które nadają się do recyklingu bądź są biodegradowalne. Dobrym sposobem na recykling jest oddawanie markom odzieżowym nienoszonych już przez nas ubrań do ponownego wykorzystania.

JAK PRZESTAĆ WSPIERAĆ FAST FASHION?



Wbrew pozorom nie jest to takie trudne, jak mogłoby się wydawać. Oto kilka sposobów, które to ułatwią: Pierwszym z nich jest kupowanie ubrań ponadczasowych, lepszej jakości, które nosimy dłużej. Dobrą alternatywą jest również wspieranie małych biznesów, rodzinnych firm, pracowni krawieckich, które szycją wszystkie ubrania własnoręcznie i na małą skalę. Obecnie na rynku jest wiele tego typu działalności, będących zarazem bezpiecznymi dla środowiska. Kolejnym dobrym rozwiązaniem jest kupowanie ubrań z drugiej ręki, które często są w idealnym stanie. Pomocne są w tym aplikacje internetowe. ~ ML

Samhain

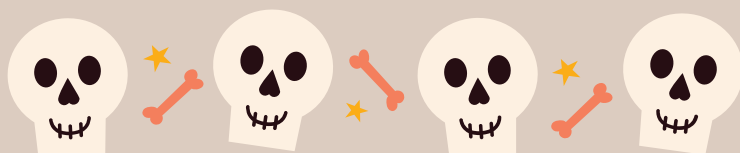


Samhain, czyli (jak twierdzą niektórzy) pierwowzór amerykańskiego halloween i polskich dziadów. W kulturze brytyjskiej, a właściwie w szkockiej, oryginalnie jeden z ośmiu Sabatów, zamykający pogańskie Koło Roku. Święto obchodzi się z 31 października na 1 listopada od ponad dwóch tysięcy lat, od czasów, kiedy uważano, że Aos Sí, byty, które dzisiaj nazwalibyśmy duchami lub wróżkami, trzeba było przebłagać, by pozwoliły przetrwać zimę zwierzętom pasternym.

Granica między światem duchowym a światem ludzkim tej nocy jest bardzo cienka, więc jest to idealny czas na oddanie hołdu swoim przodkom bądź sięgnięcie po wróżby.

W tradycje obchodów Nowego Roku celtyckiego wpisuje się rozpalanie ognisk na świeżym powietrzu, recytowanie wierszy sąsiadom, aby dostać smakołyki, pozostawianie darów dla Aos Si lub pieczenie ciast wedle rodzinnych przepisów.

Do symboli i wystrojów Samhain należą czarne i złote świece, jarzębina i bylica, jagody, dynie, z zapachów drzewo sandałowe oraz rozmaryn, a dla dorosłych tradycyjne picie cydru. Sami zobaczcie, jak święta i rytuały różnych kultur potrafią się przenikać czy zazębiać, chociażby w rytuałach lub symbolach.



Squid Game - czy koreańska kinematografia znów zaskoczyła świat?

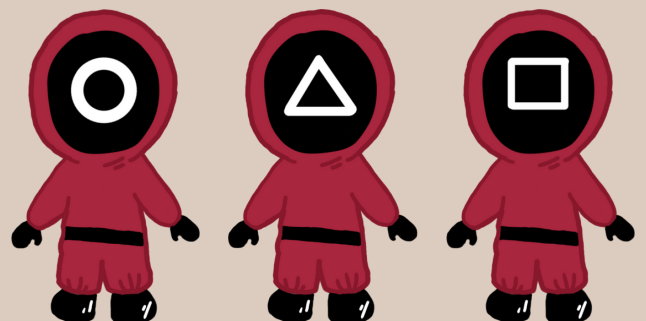
Wszyscy mogliśmy się przekonać o wyjątkowym potencjale południowokoreańskich reżyserów i scenarzystów, kiedy Bong Joon-ho odbierał Złotą Palmę w Cannes i cztery Oscary za swój film Parasite (기생충).

Tym razem, widzów na całym świecie intryguje serial Squid Game, który podobnie do Parasite, porusza problem nierówności społecznych i niewyobrażalnej przepaści pomiędzy zwykłymi ludźmi, a ultra-bogatymi. Serial ten pokazuje, jak wiele ludzie są w stanie poświęcić dla pieniędzy:

Uczestnicy gry rekrutowani są przez mężczyznę, proponującego im pieniądze w zamian za zagranie w zabawę dla dzieci. Zagadkowa postać następnie podaje im wizytówkę, sugerując grę o wyższą stawkę. Po zjawieniu się na miejsce, przyszli uczestnicy wchodzą do samochodu, którym nieprzytomni transportowani są na miejsce rozrywki.

Sama gra ma tylko trzy zasady:

1. Gracz nie może zrezygnować z gry.
2. Gracz odmawiający gry zostanie wyeliminowany.
3. Rozgrywka może zostać przerwana głosem większości.



Podobnie, jak przed dołączeniem do tytułowej gry, zawodnicy też grają w zabawy dla dzieci. Pierwszą grą jest „Raz, dwa, trzy, babajaga patrzy”. Gracze nie wiedzą jednak jeszcze, że czekają na nich tylko dwa scenariusze — triumf i wielkie pieniądze, albo porażka - śmierć. Tego, który się poruszy, kiedy nie jest na to czas, czeka natychmiastowy zgon. 255 ofiar pierwszej gry to tylko przedsmak tego, co nastąpi później.

Co jest dalej? Kto wygra, a kto umrze? Polecam każdemu ten serial, aby sam zobaczył odpowiedź, a może też wysnuł kilka egzystencjalnych refleksji... Obiecuję, że nie ma w nim chwili, w której coś by się nie działo, więc można zapomnieć o nudzie. Myślę, że sam fakt, iż ten serial osiągnął pierwszą pozycję w listach popularności w 90 krajach powinien nas skłonić do obejrzenia – przecież trzeba sobie wyrobić opinię.

S



Pumpkin Spice Latte

i inne niezbędne elementy jesieni

Ach... *jesień*. Sezon nadmiernego romantyzowania swojego życia, wrzucania jesieniarskich zdjęć na instagrama i patrzenia na spływające po szybie krople deszczu, udając przed samym sobą, że jest się w teledysku do tej smutnej piosenki o zerwaniu i złamanym sercu. Jesień to czas, w którym twitter zalany jest emotikonami listków, żołądki czy wiewiórek, a każda szanująca się jesieniarza ma przynajmniej jedno zdjęcie, na którym rozkoszuje się tak dobrze wszystkim znanym Pumpkin Spice Latte.



Tak, tak... wiem, że krytykowanie Pumpkin Spice Latte może zagrozić mojemu życiu, ale od czego są pseudonimy, nieprawdaż? Wracając do tematu, kochane przez tłumy Pumpkin Spice Latte (które swoją drogą po raz pierwszy pojawiło się w Starbucksie już 18 lat temu!), to nic innego jak nadmiernie „przekomercjalizowana” kawa z dużą ilością mleka i przyprawą dyniową. Z niesamowitą popularnością wiąże się oczywiście całkiem wysoka cena (i zanim stwierdzisz, że siedemnaście złotych monet to nie jest dużo, przypomnijmy sobie, że to tylko kawa sezonowa...). Ach, gdyby tylko nasza złota polska jesień nie była aż taka szara i bura, a plantacje dyń i dyniopodobnych dostępne były na każdym kroku - do zdjęć kubka kawy na tle idealnie pomarańczowych kandydatów do zostania karocą (Kopciuszek pozdrawia) ustawiałaby się kolejka! Ach, jakąż to szkoda, że to marzenie nie na polskie realia. W miastach to nawet ciężko o jakieś większe skupisko drzew, których liście pozmieniały już kolory na *barwy jesieni*.

Jednak nie samym Pumpkin Spice Latte jesieniarą żyje. Ani ona, ani inny miłośnik jesieni. Powiedzmy sobie szczerze, ta pora roku góruje nad latem, o czym świadczą przynajmniej trzy dowody (i żadnym z nich nie jest dyniowa kawa!):

Po pierwsze, sweterki. Kto nie lubi tych miłutkich w dotyku ubrań? Cała gama różnorodności - od krótkich, po długie do ziemi, rozpinane i zakładane przez głowę, golfy i te z luźniejszym dekoltem - o kolorach to już nawet nie wspomnę! - swetry są jak przyjaciele. Otulą cię, gdy doskwiera ci chłód.



Wysłuchają jak narzekasz na tę wredną Kaśkę, która ma czelność nosić takie same buty jak ty, a przecież ty miałaś je pierwsza. Wchłoną słone łzy po zerwaniu, czy po prostu wesprą swoim ciepłem i miękkością, gdy do drzwi puka jesienna depresja. Kiedy czujesz się samotny i smutny, a instagram pokazuje ci tylko szczęśliwych ludzi cieszących się swoim życiem, ten ciepły, stary sweter, który cały rok czeka w szafie aż znowu go odkopiesz, zaraz cię pocieszy. Czyż nie jest ci w swetrach tak jakoś... bezpieczniej?



Ach, ale cóż by to była za jesień bez świeczek? I tak, latem też można palić świeczki. Ale serio? Nie jest ci już wystarczająco gorąco pod tym wypalającym dziury w oczach słońcem? Jesienią świece mogą wypełnić twój dom zapachem brzoskwiń, czy jabłek z cynamonem, a nawet dyni! Biznes świeczkarski też zresztą kwitnie - słoiczki, pojemniczki, knoty, same świece, to wszystko robi teraz furorę. Nazwy zaczynają dorównywać już nazwom farb ściennych.



Popularne teraz świece z drewnianymi knotami budzą zainteresowanie każdego. Tylko sobie wyobraź, jak możesz się popisać przed znajomymi. Twoja świeca to pierwsze co widzą, kiedy wchodzą do twojego domu, a ty na niekończące się pytania odpowiadasz tylko "Och, to? To tylko jakaś tam świeczka o zapachu ciepłego październikowego popołudnia w Paryżu". Któż z nas nie pragnie, by inni nam zazdrościli?

No i oczywiście pogoda. Wszyscy miłośnicy zabójczych temperatur mogą sobie narzekać, ile chcą, ale te maksymalne dwadzieścia stopni (o pardon – jedenaście), lekki wietrzyk, który płącze twoje rozwiane włosy, czy przelotne deszcze... to wszystko ma jakiś taki unikalny klimat. Każdego dnia możesz poczuć się, jakbyś żył w filmie o swoim własnym życiu. Teraz dopiero zaczyna się prawdziwy pokaz mody. Możesz brylować nowym płaszczykiem, albo stylowo dopełniać swoją kreację bardzo gustownym parasolem.

Im bliżej Halloween, tym więcej spooky elementów możesz zawierać w swoich codziennych stylizacjach. Sweterek w dynie? Oj tak! Bluza z duszkiem? Zdecydowanie! Koszulka ze sceną z twojego ulubionego horroru? Na co jeszcze czekasz, zakładaj od razu! Dodatkowo temperatury zmuszają do zakładania długich spodni lub ciepłych rajstop. A to, drogie panie, oznacza wolność od golenia nóg na następne pół roku. Można wreszcie pożegnać się z zacięciami, plastrami i poświęceniami dla standardów społecznych!



Jesień, jesień, ach to ty! Pomimo tych wszystkich pozytywów, chłody i deszcze mogą czasem przygnębić. Więc pamiętaj, drogi czytelniku, że smutek to rzecz absolutnie normalna. Może pomoże ukochany sweter, może świeczka o ulubionym zapachu. Jeśli to na ciebie działa, idź i zapewnij sobie tę całą Pumpkin Spice Latte. A najlepiej idź na spacer. Podziwiać świat. Zmieniające się barwy, przechodzących ludzi. Życie może czasem przytłoczyć, ale świat jest piękny. Docień to piękno. A jeśli nawet nie lubisz jesieni - ona zaraz minie. Nim się obejrzysz, będzie wiosna.

przekop mierzei wiślanej

Krótką historia Mieszczuchy i Wieśniary

13



Pewnego letniego wtorku przyjechała do Wieśniary największa Mieszczucha na świecie. Już od pierwszych chwil, gdy Wieśniara ją ujrzała, stwierdziła, że do życia na wsi to Mieszczucha się nie nadaje. Jasne buty zaraz się przecież pobrudzą, a ciemna sukienka sama zachęcała psa do bliższego kontaktu, by uwidocznic malownicze wzory w postaci pozostałości po jego sierści.

Boże, jak tak można - pomyślała Wieśniara. Postanowiła jednak zignorować wygląd Mieszczuchy i zająć się nią, jak normalnym gościem. Gdy z szaleństwem w oczach opowiadała jej o swoich ulubionych roślinach i zasypywała ją nazwami odmian pomidorów (które przecież można jeść prosto z krzaka), Mieszczucha patrzyła się na nią jak na wariatkę. Nie podobała jej się bajkowość tego miejsca, nie rozumiała jej. Zdawało się ono być fantastyczną krainą, która nigdy nie została naniesiona na elektroniczną mapę świata. Powody ku temu istniały dwa: po pierwsze, nikt nie przypuszczał, że jakakolwiek istota ludzka mogłaby z własnej woli zamieszkać w takiej głuszy, z daleka od wszelkiej cywilizacji. Drugi powód wpływał niejako z tego pierwszego: tereny te nieskalane były zasięgiem żadnej sieci.

To był upalny dzień, więc bez większych skrupułów wskoczyły do basenu ogrodowego. Wieśniara, jak ryba w wodzie, od razu całkowicie się zanurzyła, zaś mieszczucha po zamoczeniu stopy miała dosyć. Jednak w końcu obie leżały na dmuchanych materacach, opalając się.

— Czekaj, Mieszczucha — powiedziała nagle Wieśniara. — Muszę iść po telefon i cyknąć fotę chmurom. Mieszczucha przewróciła oczami, myśląc, że Wieśniara tego nie widzi.

— Powiedz, czyż chmury nie są piękne?

— Ładne. Gwiazdy są lepsze.

— Właśnie tego nie rozumiem w ludziach. Uważają, że te odległe wybuchy w kosmosie są ładniejsze niż to, co w naszym Układzie Słonecznym jest wyjątkowe. Wiesz co? W ogóle to uważam, że ludzie nie doceniają chmur, bo biorą je za pewne. Bo tych twoich gwiazd czasami nie widać. A to szkoda, bo może gdyby tak było, to by zauważyli jak malownicze i niedoceniane są chmury, gdyż właśnie to „branie za pewnik” ich zaślepia.

Chmury zdawały jej się być czymś absolutnie niezwykłym. Doskonałe w asymetryczności, delikatne w swojej masywności i niezwykle w swej pospolitości.

Wieczorem obie panny wybrały się na spacer. Wędrowały tu i ówdzie, przy akompaniamencie świerszczy, wśród złotych łąnów zboża. Wieśniara odetchnęła głęboko wilgotnym, mięsistym od zapachu świeżo skoszonej trawy powietrzem. Mieszczucha zaś toczyła krwawy bój z chmurą otaczających komarów. Przez chwilę zakręciło jej się w głowie, ponieważ podczas tej nierównej walki, za wszelką cenę, starała się ograniczać ilość wdychanego powietrza. Była bowiem świadoma, że wszystkie, pokazywane jej z zachwytem przez Wieśniarę gatunki kwiatów, po przetrawieniu przez zwierzęta wiejskie staną się źródłem charakterystycznego, szczególnie przykrego zapachu, który towarzyszył im w trakcie przechadzki, przypominając o finale procesu trawienia.

W okolicy godziny 24 spojrzały przez okno na niebo. Wieśniara patrzyła na skupiska gwiazd i kształty przez nie tworzone, zastanawiając się, czy jest gdziekolwiek we wszechświecie planeta piękniejsza od Ziemi, na której można doznać większych uroków niż tutaj, na Błękitnej planecie. Nie chciała znać odpowiedzi na to pytanie. Wolała żyć w nieświadomości i cieszyć się z wyjątkowości miejsca, w którym przyszło jej żyć. Nie musiała poznawać nieznanego, by docenić to, co znane.

Mieszczucha zastanawiała się, czy można z Ziemi dojrzeć stację kosmiczną - dzieło umysłu i rąk ludzkich, które przybliżyło człowieka do odpowiedzi na tysiące pytań, i do tysiąca nowych pytań, których człowiek nie śmiał zadawać, będąc świadomym ogromu niewiedzy. I nagle zaczęła myśleć o wszystkim, co uważała za znane i pewne.

Jednak mimo dzielących je różnic, obie panny zdawały się odnaleźć w tym świecie coś kojącego, jednocześnie zauważając, że da się dostrzec piękno we wszystkim, nawet w tym, co wydaje się być najbardziej bizarną rzeczywistością. Bo to właśnie odmienność naszych percepcji sprawia że to, co jedni uważają za pewne, znane i pospolite, innym wydaje się być nieprzeniknione i tajemnicze.

Jednak następnego dnia na niebie nie było chmur.

Jesienny Smutek, czyli jak Nastolatek może sobie radzić?

Jesień – koniec dłuższych dni, wypadów nad jezioro, krótkich spodenek czy wieczornego siedzenia ze znajomymi do woli na tarasach lub parkowych ławkach. Początki chłódów, za oknem zaczyna przeważać deszczowa pogoda, a dni stają się coraz krótsze... Uderza w nas zmęczenie, stajemy się senni i coraz częściej odczuwamy brak energii. Czy zawsze tak musi się dziać wraz z kolejnymi październikowymi rankami i wieczorami? Czy jesienny sezon zawsze niekorzystnie wpływa na nasz nastrój?

Nastoletnie życie a chłodny okres

Brak słońca, letnich klimatów, ponura aura, a także przymus powrotu do szkoły często wywołują u nas stres oraz rozdrażnienie. „Nagły” powrót do codziennych obowiązków, po długim czasie odpoczynku może być przytłaczający, zwłaszcza dla uczniów, którzy poszli do „nowych” szkół.



Klimatyzowanie się w nowym, nieznanym środowisku, podobnie jak zwielokrotnienia obowiązków, mogą nie sprzyjać naszemu samopoczuciu, więc wraz z jesiennym sezonem czujemy się bardziej przygnębieni, a także zestresowani, zmagamy się z wahaniami nastroju oraz uczuciem smutku, które staje nam się coraz lepiej znane. Jak więc sobie radzić z jesiennym nastrojem, który uderza w nas w ten oto pochmurny sezon?

Nie jesteśmy w stanie panować, bądź kontrolować naszych emocji oraz naszego nastroju, jednak zawsze możemy i powinniśmy dążyć do poprawienia naszego humoru. A oto kilka pomysłów na to jak odszukać się pozytywów w tym chłodnym sezonie!

1. Znajdź nową pasję!

Brzmi prosto i bardzo ogólnikowo... jednakże jest to bardzo użyteczny czynnik w poszukiwaniu szczęścia czy walce ze smutkiem. Malowanie, wyroby z gliny, gotowanie, szycie, fotografia czy pisanie? Można by wymieniać w nieskończoność, ale najważniejsze: poszukaj inspiracji u znajomych, na Pinterest czy chociażby porozglądaj się w domu i znajdź coś, co cię zainteresuje, zainspiruje do działania, a może nawet wciągnie. Jak znaleźć? Czy ta stłuczona szklanka nie ma ciekawego kształtu? A może kolory tych bluzek są rewelacyjne, tylko, że nigdy nie oważyś się ich włożyć? Wpisz więc do wyszukiwarki – co zrobić ze stłuczoną szklanką czy jak uszyć patchworkową matę/jak ozdobić ścianę materiałem – i po prostu spróbuj. Nie musisz być w tym dobry, czy nawet przeciętny, celem jest to, abyś dobrze się bawił! Myślę, że przy odrobinie szczęścia, każdy znajdzie coś, co mu sprawia radość.

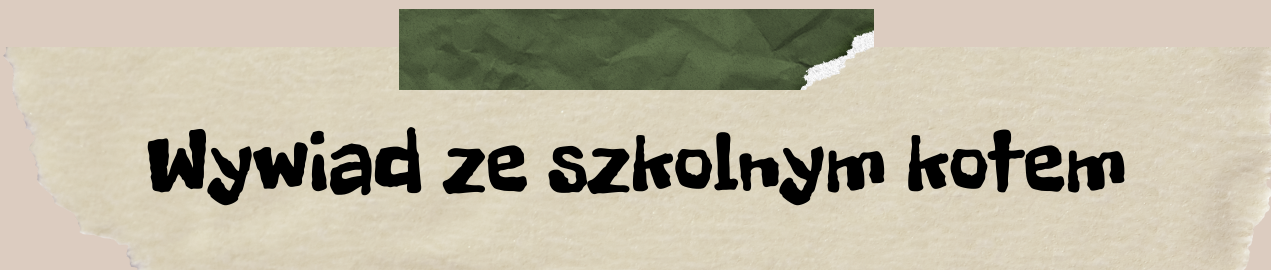
2. HALO? A Halloween?

Idealne święto dla zwolenników przebieranek, wycinania dyni, horrorów i dobrej zabawy! Tak zwany wielki plus jesieni! Spotkaj się ze znajomymi lub zrób w domu maraton filmowy, tak czy siak znajdź dobry sposób by spędzić ten czas jak najlepiej. Straszne, halloweenowe klimaty rozpoczynają się już w październiku, więc nie zapomnij o ozdobieniu domu i przygotowaniu kostiumu...

3. Ten Klimat!

Smutek, deszcz, brak słońca racja... ale nie zapomnijmy o dobrych stronach! Usiądź przy oknie, poczytaj lub pooglądaj film, zapal świeczki i wypij herbatę! Staraj się doszukiwać pozytywów w najmniejszych szczegółach, siedzenie pod kocem, słuchanie muzyki czy nawet wieczorne rozmowy ze znajomymi! Właśnie takie najmniejsze błahostki mogą umilić ci cały jesienny sezon:)

Sage



Wywiad ze szkolnym kotem

Koty bardzo lubią odwiedzać teren naszej szkoły. Naszym rozmówcą jest kot, którego widać u nas najczęściej ma wiele imion i pseudonimów.

- Co się najbardziej podoba Panu w naszej szkole?
- Najbardziej podoba mi się trawnik. Jest idealnym miejscem do podziwiania widoków i bycia podziwianym i również do bycia podziwianym przez idącą do szkoły młodzież. Ale do prawdy lubię się tam myć.
- Jaka jest Pana ulubiona pozycja do siedzenia na trawniku?
- Bochenkowanie. Zdecydowanie. Wtedy najlepiej widać mój pyszczek.
- Są też plotki, że lubi Pan zawitać do IB roomów i klas w piwnicy.
- Oh, inni powinni się czuć zaszczyceni moją obecnością tam. Niestety okna nie są zazwyczaj otwarte na tyle bym mógł wejść.
- Co pan myśli o godzinach w których jest otwarte okno do IB roomów?
- Powinno być otwierane częściej, a nie tylko w godzinach, kiedy są tam uczniowie i nie mam tam spokoju. A ja również powinienem być częściej zapraszany.

- Co jest Pana ulubioną częścią tych wizyt u nas?
 - Najbardziej podoba mi się pozostawiona jedzenie i kubki. Czuję się jednak zawiedziony gdy wchodzę i odkrywam, że to tylko pozostałości zapachu w pokoju i jedzenia. Zawsze czuć zupki chińskie. Często widzę też na szafce stojące mleko. To było dla mnie nowe doświadczenie. Zobaczyć po prostu mleko na wierzchu przez tyle czasu. Mam nadzieję, że się nie zepsuje, i że zostanę kiedyś nim poczęstowanym.
 - Jest Pan często nazywanym Bochenkiem, przez pozycję jaką przyjmuje Pan. Co Pan o tym sądzi?
 - Nie jest to najbardziej kreatywny pseudonim jakim zostałem nazwany. Jednak ma bardzo ładne i delikatne brzmienie.
 - Przez niektórych jest też Pan nazywany Grubasem Śpaślakiem.
 - Jak oni śmią! Nie jestem gruby, jestem puszysty! Co z tego, że jem dużo?! Ah, idę sobie! Nie podoba mi się ten wywiad!
- (Niestety nasz wywiad został przedwcześnie zakończony. Mamy jednak nadzieję na kontynuację tego wywiady w przyszłości.)



Kleopatra



roślinne rewolucje

edycja październikowa

Niewielu ludzi ma świadomość, że wybierając roślinne alternatywy, możemy wpłynąć na naszą wspólną przyszłość. Gorąco zachęcam do spróbowania iście jesiennych roślinnych przepisów, które utulą Was od środka i być może sprawią, że zimne i ponure dni staną się choć odrobinę przyjemniejsze. Do tego wszystkiego proponowane potrawy będą dobre i dla zdrowia i dla planety, więc czego chcieć więcej?

Domowe roślinne Pumpkin Spice Latte

- obowiązkowy napój do wypicia każdej „jesieniary”, tym razem w wydaniu wegańskim.

Składniki:

Domowy „syrop” dyniowy (cała butelka/słoik ok. 350 ml)

- 1 szklanka puree z dyni
- 3/4 szklanki gęstego mleczka kokosowego
- 1/2 szklanki wybranego napoju roślinnego
- 3/4 szklanki ksylitolu (w wersji bezcukrowej) bądź cukru brązowego

Przyprawy:

- 1 i 1/2 łyżeczki cynamonu (albo więcej do smaku)
- 1 łyżeczka przyprawy do piernika
- 1 łyżeczka ekstraktu z wanilii
- szczypta soli dla podbicia smaku.



Sposób przygotowania:

Mleko kokosowe i roślinne podgrzej w garnku wraz z cukrem/słodzikiem, puree z dyni i przyprawami. Gotuj kilkanaście minut, aż syrop zgęstnieje. W razie potrzeby dodaj więcej przypraw. Ostudź i przelej do wybranego pojemniczka. Przechowuj w lodówce do tygodnia.

Bita śmietana kokosowa

-Gęsta część schłodzonego przez minimum 8 godzin mleczka kokosowego

-Cukier/ksylitol do smaku

Mleczko kokosowe ubij mikserem z cukrem/ksylitolem aż do uzyskania konsystencji bitej śmietany.

Dyniowa latte

Zaparz podwójne espresso lub ok. 1/2 filiżanki mocnej kawy. Spień ulubione mleko roślinne. Do kawy dodaj syrop (ok. 30 ml). Zamieszaj. Wlej spieniony napój roślinny. Całość możesz udekorować bitą śmietanką kokosową i cynamonem.

Rozgrzewająca owsianka złote mleko (1 porcja)

Przeciwzapalna, poprawiająca odporność, wpływająca pozytywnie na pracę mózgu owsianka to idealne śniadanie przed długim jesiennym dniem w szkole! Koniecznie jej spróbujcie.

Składniki

Owsianka

-płatki owsiane 50 g

-wybrany napój roślinny (np. owsiany, sojowy)
200 ml

-woda 50 ml

-cukier/ksylitol/erytrytol do posłodzenia

-pół banana

-kurkuma 1/2 łyżeczki



- imbir 1/4 łyżeczki
- cynamon 1/2 łyżeczki
- szczypta soli



Sposób przygotowania:

Banana rozgnieć. Płatki owsiane, napój roślinny, wodę, sól i słodzik umieść w garnku. Gotuj na małym ogniu. Gdy owsianka zacznie bulgotać dodaj rozgniecione banana i wszystkie przyprawy. Mieszaj do uzyskania pożądanej konsystencji. Przełóż do miseczki. Udekoruj owsiankę wybranymi dodatkami.

Proponowane dodatki:

Jest to mój ulubiony zestaw dodatków do tej owsianki, jednak możesz je wybrać według swoich własnym upodobań. Ogranicza Cię tylko wyobraźnia!

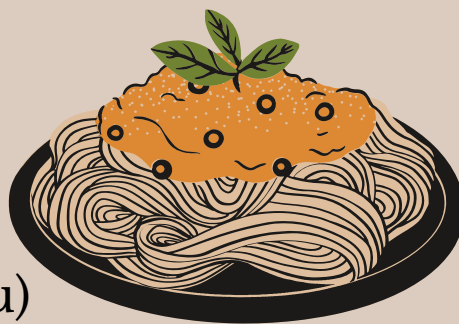
- wiśnie mrożone (Cudownie rozpuszczą się na gorącej owsiance)
- borówki
- masło orzechowe
- nasiona chia do posypania

Makaron z kremowym sosem kurkowym (2 porcje)

Bajecznie kremowy sezonowy makaron z kurkami. Raj dla podniebienia.

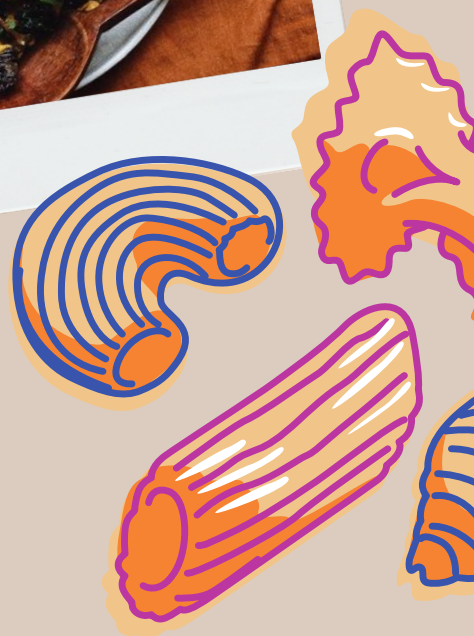
Składniki

- kurki 250 gr
- cebula 1 sztuka
- olej rzepakowy 1 łyżka
- natka pietruszki (ilość do smaku)
- makaron (pełnoziarnisty/pszenny/z soczewicy) 200 gr
- tofu naturalne kostka
- sól (do smaku)
- pieprz (do smaku)
- papryka słodka 1/4 łyżeczki
- płatki drożdżowe nieaktywne 2 łyżki (opcjonalnie, ale bardzo polecam, nadają „serowego” posmaku)



Sposób przygotowania

Makaron ugotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Zachowaj ok. 1/4 szklanki wody po gotowaniu. Kurki umyj. Cebulę pokrój w drobną kostkę. Podsmaż na oleju cebulę i kurki. Przypraw solą i pieprzem. Kostkę tofu zblenduj razem z przyprawami, płatkami drożdżowymi, i wodą. Powstały sos dodaj do podsmażonych kurek. Posiekaj natkę pietruszki, dodaj do grzybów razem z makaronem. Wymieszaj. W razie potrzeby dodaj więcej przypraw do smaku. Podawaj posypane płatkami drożdżowymi. Smacznego!

Zuzia

THE **A** & **A** GUIDE HOW (NOT) TO DRESS FOR THE MET GALA

Met Gala, Met Gala, Met Gala! Niezmienny od 1948 roku, gromadzący największe ikony świata mody, cyrk, podczas którego gwiazdki showbiznesu ubierają się w dopasowane do wybranego tematu kreacje. Niezaprzeczalnie, jest to jedno z najbardziej oczekiwanych wydarzeń modowych roku. Kontrowersyjne, artystyczne tematy i całkowicie dowolna interpretacja to wybuchowa mieszanka, szczególnie, jeśli dodamy do tego wybitnie kreatywnych projektantów mody z całego świata.

Met Gala 2021 miała być wyjątkowa, po tym, jak event z 2020 został odwołana z powodu szalejącej pandemii. Czy jednak była? Już po samym ogłoszeniu listy celebrytów, którzy mieli uczestniczyć w gali, pojawiło się mnóstwo kontrowersji. Począwszy od braku ikon modowych (jak Lady Gaga, Zendaya czy Beyonce), aż po obecność głośnych i ekscentrycznych influencerów.

Tegoroczny motyw/temat brzmiał: *In America: A lexicon of fashion*. Dzisiaj nie będziemy oceniać, kto tak naprawdę zasłużył na wzięcie udziału w ikonicznej Met Gali, a raczej skupimy się na strojach, które najbardziej przyciągnęły naszą uwagę. Zapraszamy na *roast*. Z dystansem, oczywiście.

Timothée Chalamet

A: Absolutnie kocham tego człowieka i atmosferę, jaką wokół siebie roztacza, jednak ten outfit - hmm... Raczej to do mnie nie przemawia. Bardzo szanuję pomysłowość (i nutkę rebelii przy łamaniu galowych standardów) - chodzi mi o Conversey.

Timothee postawił na biel i mogło to wyglądać dużo lepiej przy doborze innych krojów, te dresy w połączeniu z krótkim garniturem niezbyt dobrze współgrają. Mimo to aktor zaplusował tym, że podczas wywiadu jakkolwiek odniósł się do tematu przewodniego imprezy.

A: Niedługo premiera Diuny i najwidoczniej Timothee postanowił odgrywać swoją rolę nawet na pokazie. Ale na poważnie: to połączenie nie zadziałało. I mówię to z bólem serca. Miałam wyższe oczekiwania wobec Timothee'go...



Emma Chamberlain



A: Złoto i blask. Tak można opisać kreację Emmy, która podczas wydarzenia przejęła rolę prowadzącej wywiady. Tak naprawdę nie wiem, co mogę więcej powiedzieć. Nie jestem największą fanką tego typu makijażu, który zaprezentowała, jednak całość w komplecie z sukienką ze złocistym akcentem, prostą fryzurą oraz okrągłymi kolczykami prezentuje się niesamowicie.

A: Uważam, że w tej kreacji to detale “robią robotę”. Wszystko: począwszy od bogato, a jednak wciąż sztywnie stylizowanych na oplecione złotymi łańcuszkami paznokcie (na które z innej strony influencerka bardzo narzekała, ze względu na niewygodę i niepraktyczną długość), poprzez makijaż, dający iluzję czystego złota na powiekach, a to wszystko dopełnione wspaniałą biżuterią. Jedyne, co mam do zarzucenia to fakt, że góra sukienki mogłaby być odrobinę bardziej dopasowana, bo przypomina trochę rusztowanie, tak samo przyczepiłabym się do przedłużenia jej sukni z boku, zbyt przypomina mi to syreni odwłok. Mimo wszystko była to świetna kreacja i zespół z Louis Vuitton znamienicie się spisał.

Eva Chen

A: Ymm nie. Po prostu nie. Wygląda to jakby Eva weszła do środka chusty do zabaw rodem z Familyparku i się nią okryła. Co do rękawic - skąd projektant wytrzasnął flagę wyścigową i dlaczego wpadł na taki pomysł? Chyba nie chcę tego wiedzieć. Kimkolwiek był, nie podpisywałabym się pod tym.



A: Długo musiałam się zastanowić nad tą stylizacją. Kształtem jej suknia daje 50s summer date night vibe. Kolory natomiast wyglądają jak wyciągnięte z pokolorwanej już kolorwanki dla dzieci. Dodatkowo nie pomagają mi zrozumieć całej kreacji rękawice w szachownice. Po prostu nie.

Kendall Jenner



A: Tak! Po prostu tak! Ukryta srebrem, odważnie odsłaniająca dużo. Odrobinę za dużo, ale to szczegół. Cały look wygląda bosko. Kendall did deliver.

A: Kendall wyglądała olśniewająco. Dosłownie i w przenośni. Daje mi to wrażenie jakby w jej kreację ingerował Swarovski (choć tego nie wiem), bo wszystko tak wspaniale się mieni i migocze. Czapki z głów.

Anok Yai

A: *Ladies and gentlemen, her.* Zniewalająca kreacja, oszałamiająca suknia dopełniona wprost nieziemsko dobraną i wyglądającą niebiańsko biżuterią. Zwieńczone delikatnym (jak na standardy MET gali) makijażem, który świetnie zgrywał się z całą resztą. Do tego wszystkiego szal jakby zdjęty z szyi tancerki z lat 20. *So divine.*

A: Cudo. Jej outfit oddaje idealny jazzowy vibe lat dwudziestych. Czarna sukienka z białymi zdobieniami, czarne rękawiczki, pierzasty szal, srebrna biżuteria. To chyba moja ulubiona stylizacja z całej Gali.



Lily Rose Depp



A: No jakby nie. Nie mam pojęcia, co dokładnie tam się stało, jednak przypomina mi to tylko dzikie lata 00s. Nigdy więcej.

A: Tak jak zwykle jestem fanką stylu Lily, zarówno jak i projektów wychodzących z paryskiego domu mody Chanel, ten mnie do siebie nie przekonał. Wygląda to trochę jak „chanelowska” wersja tureckiego stroju tancerskiego, który przywozi się jako pamiątkę z wakacji, ale w bardziej *classy* i *more appropriate* odsłonie.

Billie Eilish

A: Nowy image Billy jest świetny i jestem jego fanką, ale ten strój mnie nie zachwycił. Miał spory potencjał, popracowałabym jednak nad kolorem, który za bardzo zlewał się ze skórą piosenkarki.

A: Ta kreacja naprawdę miało potencjał. Suknia była ciut prosta, jednak śliczna. Zawinił jednak kolor. I ułożenie włosów. Kolor sukni mógł trochę bardziej kontrastować z karnacją, wybijać się, zamiast zlewać w jedno. Stylizacja włosów sprawiała wrażenie niedbałej. Makijaż jednak był CHEF KISS ALRIGHT.



Kim Kardashian

A: Czy to w ogóle Kim K?

A: Ja tu tylko zacytuję moją królową z dzieciństwa - Shakirę - These „Hips don't lie”.



A: Jest to niezwykle i dość niekonwencjonalny outfit. Z pewnością też odstający od reszty. Daje mi to mocny vibe słowiańskiej bogini. Spódnica i żakiet nie zrobiły na mnie szczególnego wrażenia, ale są przyjemne dla oka.

A: Nie przyciąga uwagi, nie bije na kolana, jednak dalej ma w sobie coś. Bit casual z przyjemnym delikatnie kwiatowy akcentem. Przyznaję, jest odrobinę za prosto. Wszystko kompletuje korona, Statua Wolności vibes.

A: Nie mogę powiedzieć za wiele złego o tej kreacji i nie ma to nic wspólnego z faktem, że Grimes na galę przyszła uzbrojona w miecz. Uwielbiam kolorystkę, zdobienia sukni, makijaż, ogólną inspirację Diuną. Fryzura przypomina troszkę Teletubisia, ale pasuje do całokształtu. Rooting for that one.

A: Moim zdaniem była to kreacja niesamowicie kreatywna i na pewno mocno wyróżniająca się. Wyglądało to jak naprawdę bardzo dobry cosplay postaci wyjętej z odległej, fantastycznej krainy. Magiczny, niemalże elficki vibe. W tym stroju roli dopełnienia nie odgrywała biżuteria, a miecz. Naprawdę jestem pod wrażeniem.

Grimes



Kristen Stewart

A: Strój nie jest zły. Całokształt dość mocno przypomina Barbie. Ciekawy jest na pewno żakiet, chociaż nie jestem już fanką połączenia kolorów. Trochę jak skrzydła głównej bohaterki w Barbie Mariposa. Natomiast co do fryzury, grzywka wygląda jakby cały czas była nawinięta na wałek. Nie. W ogóle mi się to nie podoba.

A: Kopciuszek 2.0 okay. To również miało potencjał, jednak zawiniło dopasowanie elementów układanki. No i fryzura. Zdecydowanie fryzura. Cała kompozycja to po prostu chaotyczny zbiór różnych fragmentów, które po prostu się nie dobrały.

Lil Nas X



A: Jeśli chodzi tu o ilość i częstotliwość zmieniania outfitów, mamy godnego następcę Lady Gagi. Wspólną cechą wszystkich strojów było to, że pochodziły z włoskiego domu mody Versace i miały w sobie tyle złota, że Lil Nas X niemal przypominał oscarową statuetkę albo jakby wszystkiego, co miał na sobie, dotknął Midas.

A\$ap Rocky i Riri

A: Rihanna była uważana za zbawicielkę Met Gali. Did she deliver? Hell no. Skrzyżowanie Maleficent i Crueli? Wersja cosy? Szlafrok vibes. W dodatku, jej nakrycie głowy strasznie przypomina mi szlafmyce. A\$ap Rocky wyglądał jakby okrył się ciepłą kołderką od babci w jesienny, chłodny wieczorek. Albo jakby ubrał basen z piłkami.



A: A tutaj mamy parę, która chyba zapomniała o gali i przypomniało im się o niej, jak byli już po wieczorynce, zawinięci szczelnie w kocyki i kołderki, z których nie chciało im się wyplątać, gdy już dotarli na wydarzenie. Chociaż nie jestem pewna czy kiedykolwiek widziałam czarną kołdrę.

Jennifer Lopez



A: *Yeehaw cowboy, it's high noon.*
Americana? Tak. Stylowa? Poniekąd?
Czy mi się podobało? 50/50. Moim
zdaniem zawiniły dodatki.
Połączenie sukni i futerka było
dobrym strzałem, jednak ogół trochę
ominał cel. Oceniałabym to jako
mocne 6/10.

A: Czerwień na Megan jest już niemal jej
personality trait. Wyglądało to dobrze z
wyjątkiem drobnego szczegółu, którym jest
grzywka, zupełnie taka jaką obciąłam
koleżance, która wkleiła sobie w nią gumę do
żucia, gdy miałyśmy po 6 lat. Jeśli ktoś jest
zainteresowany fryzurą inspirowaną tym
lookiem, serdecznie zapraszam.

Megan Fox



Addison Rae



A: Na temat stylizacji (jak i samej obecności)
Addison Rae zostało powiedziane już tyle, że moja
opinia nie będzie odstawać od reszty. Absolutna
nuda. Nie jest okropnie, ale to nie jest Met Gala
materiał.

Valentina Sampaio

A: Uważam, że była to jedna z lepszych kreacji
tego wieczoru. Kolory świetnie wyglądały na
modelce, a „skrzydła” u jej rękawów sprawiały, że
całość miała w sobie coś ze smoka. W tym
zdecydowanie dobrym sensie.



Tak właśnie upłynęła ta szczególna MET gala. Oczywiście nie zapominajmy, że jej głównym celem jest działalność charytatywna, a gwiazdy i ich bajkowe stroje to tylko dodatek. Oczywiście te wyróżnione przez nas to zaledwie skrawek tych, które były zaprezentowane. Chociaż prawdziwy temat gali nawiązujący do nowej wystawy w MET - *American Independence*, czyli coś, co miało zachęcić projektantów do stworzenia własnej wariacji na temat przemian i tego, czym jest amerykańska moda, nie zostało wedle mnie dostatecznie odzwierciedlone, tak samo jak gwiazdy często nie były w stanie zbyt wiele powiedzieć na temat symboliki swoich strojów. Z niecierpliwością czekam jednak na kolejne gale i to, jak projektanci zaprezentują swoje interpretacje tematów w następnych latach.

~ A&A

Kontakt

Szukajcie nas na Instagramie



<https://www.instagram.com/konfrontacje9lo/>

Czekamy na informacje od Was: co najbardziej spодobało się Wam w tym numerze i co chcielibyście zobaczyć w następnych.

W sprawie współpracy prosimy o wiadomość prywatną na Instagramie.

