

## Warto zobaczyć: PORTO

Drugie co do wielkości miasto w Portugalii. Leży w północnej części kraju, nad Oceanem Atlantyckim i zachwyca niesamowitym klimatem. Stare Miasto zostało wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Symbolem miasta jest zapierający dech w piersiach Most Ponte Dom Luis I, który łączy brzegi rzeki Douro. Pochodzi z XIX wieku i został zaprojektowany przez ucznia projektanta najszynniejszej konstrukcji na świecie – wieży Eiffla. Atrakcją turystyczną, którą niektórzy uznają za równie ważną co zabytki i plaże, jest wino porto. Jest to specjalny, wzmacniany trunk, który produkuje się z winogron z doliny rzeki Douro.



**Cytat miesiąca:** „CHCIAŁEM ZMIENIĆ ŚWIAT. DOSZEDŁEM JEDNAK DO WNIOSKU, ŻE MOGĘ JEDYNNIE ZMIENIAĆ SAMEGO SIEBIE”.

Aldous Huxley

## Pyszne i zdrowe

**N**a placu festynowym przy remizie OSP w Dwerniku, 23 lipca odbędzie się VII BIESZCZADZKIE ŚWIĘTO JAGODY DWERNIK 2017. Owoce te są nie tylko pyszne, ale też wzmacniają wzrok, obniżają poziom złego cholesterolu i uelastyczniają naczynia krwionośne. Bieszczadzkie święto jagody poświęcone jest promocji ochrony przyrody, a także popularyzacji jagodowych smakotów. Imprezę uświetnią kiermasze

dzielniczych, rzemiosła artystycznego, a także występy zespołów regionalnych.

**Ponieważ sezon na jagody w pełni, warto zrobić z nich smakowite przetwory, a do picia nie ma nic lepszego niż jagodowe smoothie. Przepis jest banalnie prosty: jagody, kwaśne mleko lub woda i cukier (dla chętnych). Wszystkie składniki blendujemy i wypijamy zaraz po przygotowaniu. Smacznego!**



## NIEZWYKŁE HISTORIE

Co ma być, to będzie	4
Poczekaj z tym umieraniem	6
Kosmaty Burumbum	8

## KONIECZNIE PRZECZYTAJ:

Czym ja zawińłam?	10
Olga opowiada o swoim mężu, który w PRL-u stracił zdrowie, pracując w milicji i ścigając bandytów. Teraz rząd traktuje go jak oprawcę i ubeka.	
Wyprawa po radość	14
Nie oceniaj, poznaj	20
Obie przegrałyśmy	22
Zielony krawat	26
Staruszka wciąż żwawa	28
Trochę żal	31

## HIT NUMERU:

Po latach	34
-----------	----

Historia Marty z Krakowa, która najpierw przeżyła wielką miłość, a potem rozczarowanie, gdy okazało się, że mąż nie chce mieć dzieci.

Kiedy tylko chcesz, synu	38
--------------------------	----

## ZDROWIE

Jeśli masz osteofity	13
----------------------	----

## ĆWICZ UMYŚŁ

Krzyżówki	16
-----------	----

## PORADNIK

- Kiedy trzeba zapłacić podatek od spadku?
- Masz pytania o rentę albo emeryturę? Zadzwoń do ZUS

## UWAGA, PROBLEM

Dobre manieri	32
---------------	----

## NAPISZ DO MNIE

Anonse czytelników	41
--------------------	----

Teraz miesięcznik  
**Z biegiem dni**

również w internecie.  
Możesz nas czytać na:

<http://czytamy-magazyny.pl>

Polecamy także książki

Z biegiem dni