

prestiz

M A G A Z Y N S Z C Z E C I Ń S K I

SZCZECIN
PARYZEM
PÓŁNOCY

KRZYSZTOF
ANTKOWIAK

Powroty są
zawsze trudne

ANDRZEJ
SMOLIK

Wszystko zaczęło
się w Szczecinie

UCIEKAJĄCY ROCZNIK 2015



Citano: zużycie paliwa w mieście / poza miastem / średnio: 7,4-8,4 / 5,8-4,2 / 6,4-4,3 l/100 km; średnia emisja CO₂: 143-112 g/km.
Vito: zużycie paliwa w mieście / poza miastem / średnio: 8,8-6,4 / 6,0-5,0 / 6,8-5,7 l/100 km; średnia emisja CO₂: 179-149 g/km.
Sprinter: zużycie paliwa w mieście / poza miastem / średnio: 16,6-7,1 / 10,8-5,7 / 13,8-6,1 l/100 km; średnia emisja CO₂: 324-165 g/km.

Uciekający rocznik.

Najkorzystniejsza oferta na dostawcze modele: Citano, Vito i Sprinter.

Tylko teraz kupisz Citana w wyjątkowo niskiej cenie. Zapytaj o atrakcyjne finansowanie Vito i Sprintera, a potem dodaj do samochodu czteroletni Pakiet Gwarancyjny, dostępny już od 499 złotych.

Sprawdź, czy zostały jeszcze modele z Uciekającego Rocznika 2015!

Mercedes-Benz

Vans. Born to run.





KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

15 lat doświadczeń w medycynie estetycznej i kosmetologii



posiadamy 2 letnie doświadczenie
w przeprowadzaniu
transplantacji włosów technologią
S.A.F.E.R.

innowacyjna metoda
S.A.F.E.R.

trwałe rezultaty
mała inwazyjność
brak blizn pozabiegowych
krótki okres rekonwalescencji

www.estetic.pl

Klinika Zawodny Estetic, ul. Kopernika 6/2, 70-241-Szczecin, tel. 504-948-320, 91 434 42 64



Andrzej Smolik. Postać znana i ceniona. Za co? Większość odpowie, że za wkład w polską muzykę. Słusznie. To obdarzony nieprze-



ciętą wyobraźnią muzyczną kompozytor, multiinstrumentalista, inżynier dźwięku, producent muzyczny, który w Polsce temu zajęciu nadał właściwy wydźwięk i wartość. Ale Andrzej to przede wszystkim muzyk. Z krwi i kości. Muzyka go najbardziej interesuje, nią się pasjonuje, z niej żyje. I taką właśnie twarz chce nam teraz pokazać. Twarz artysty, a więc człowieka pełnego emocji, bo każda twórczość powstaje z emocji. A te mogą być albo dobre, albo złe. Nie wiadomo czemu większość wybitnych dzieł muzycznych powstała akurat ze złych emocji. Ich twórcy najczęściej przeżywali jakąś traumę. Andrzej traumy na szczęście nie przeżywa. Kroczy konsekwentnie od sukcesu do sukcesu.

Mało kto wie, że jego kariera zaczęła się w Szczecinie. W latach 90' Szczecin był miastem, które przechwytywało światowe trendy, nie tylko w muzyce. To tu narodziła się polska scena klubowa, a Smolik często zaglądał do miasta. Spotkanie z Piotrem Banachem z Hey spowodowało, że dla muzyka drzwi do show biznesu stanęły otworem. O mały włos nie został magistrzem eksploatacji portów i ładunkoznawstwa. Pan dziekan i kilku magistrów wyrzucili go z hukiem ze szczecińskiej Akademii Morskiej za to, że zamiast być na praktykach pojechał na festiwal do Jarocina. Od ponad dwudziestu lat robi to, o czym w dzieciństwie po cichu marzył. Andrzej Smolik, chłopak

znad morza, jest artystą absolutnym. „Jestem wyspiarzem, moje miasto rodzinne to Świnoujście, byłem otoczony wodą z każdej strony, prawie do 20 roku życia. Taką wyspą są też najbliżsi, rodzina. To są najważniejsze rzeczy – dodaje.” Ja dodam, że gorąco pole-

cam wywiad z bohaterem naszej okładki.

Prestiz nie po raz pierwszy udowadnia, że moda na Szczecin trwa. „To miasto z ogromnym potencjałem, nie bez przyczyny nazywane Paryżem Północy” – mówi w naszym wywiadzie Jason Flanagan, dyrektor kreatywny firmy Flanagan Lawrence, która zwyciężyła w konkursie na koncepcję przebudowy Teatru Letniego. Flanagan ma nadzieję, że w niedalekiej przyszłości budynek stanie się jednym z symboli miasta. Posiadanie dwóch obiektów o klasie europejskiej będzie wizytówką i mocnym argumentem, by Szczecin jak najczęściej odwiedzać. Warto na zakończenie dodać, że w końcu otwarto Centrum Dialogu Przełomy, które łączy funkcje muzeum historycznego, galerii sztuki współczesnej i... górki do zjeżdżania na sankach i rowerach. Chociaż Szczecin jest podzielony odnośnie opinii o muzeum, a niektórzy nazywają go nieco złośliwie Wilczym Szańcem, ja jednak pozwolę zacytować sobie magazyn KMAg: „Wyjątkowy, minimalistyczny, wtapiający się w otoczenie, ledwo zauważalny na pierwszy rzut oka budynek, to kolejna architektoniczna perła Szczecina.” Ładnie prawda? I tego ostatniego się trzymajmy.

Milej lektury!

Izabela Magiera

prestiz
MAGAZYN SZCZECIŃSKI

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY
Wydawnictwo Prestiz
e-mail: redakcja@eprestiz.pl
www.prestizszczecin.pl

Redaktor naczelna:
Izabela Magiera
Redakcja: Aneta Dolega
tel.: 91 434 27 55
Skład gazety: Maciej Jurkiewicz
www.produktart.com.pl

Dział foto: Adam Fedorowicz, Miquel Gaudencio
Jarosław Gaszyński, Dagna Drązkowska,
Włodzimierz Piątek

Felietoniści: Krzysztof Bobala,
Szymon Kaczmarek, Dariusz Staniowski,
Michał Stankiewicz

Współpraca: Daria Prochenka, Panna LU,
Rafał Podraza, Daniel Zróblewski, Jerzy Chwałek,
Eintopf, Grzegorz Dolniak, Andrzej Kus

Wydawca: Wydawnictwo Prestiz,
ul. Starzyńskiego 3-4, 70-506 Szczecin

Reklama i Marketing:
Konrad Kupis, tel.: 733 790 590, 537 790 590
Karina Tessor, tel.: 537 490 970
Marcin Jarczyński, tel.: 666 182 287

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.
Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania treści redakcyjnych.
Drukarnia: ZAPOL Sobczyk Spj.



Zakupy ze stylistką

Wybierz się na udane zakupy z profesjonalistką!

Skorzystaj z bezpłatnych porad stylistki Natalii Penar, która podczas zakupów podpowie ci, jak podkreślić twoje atuty, dobierając odpowiedni fason i kolor pasujący do twojej urody i sylwetki.

Zobacz, jakie to proste!

- Wybierz termin i zapisz się na www.galeria-kaskada.pl.
- Przyjdź punktualnie do punktu informacji (poziom 0).
- Porozmawiaj ze stylistką o swoich modowych upodobaniach.
- Określ budżet.
- Udaj się na zakupy z ekspertką.

Serdecznie zapraszamy!

Bądź na bieżąco   YouTube

gk
GALERIA
KASKADA
W Twoim stylu



26

nr 1 (2016 r.)
www.prestizszczecin.pl



Na okładce: Andrzej Smolik
Foto: Anna Głusko-Smolik



36



18



22



42



4 Słowo od naczelnej

FELIETON

- 8 Duma narodowa
- pisze Krzysztof Bobala
- 9 Nowe miejsca

FELIETON

- 10 Krzywym okiem
- pisze Michał Stankiewicz
- pisze Dariusz Staniewski

WYDARZENIA

- 12 Kultura i biznes
Krychowiak wśród najlepszych
- 15 Siłą bębnow
Głos za charakterem
- 16 Walka wieczoru
Szczecin na ekranie
- 17 Mistrzowie impresjonizmu w Szczecinie!

TEMAT Z OKŁADKI

- 18 Andrzej Smolik.
Pan od ubierania muzyki

LUDZIE

- 22 Miłosny trening
- 26 Krzysztof Antkowiak.
Powroty są bardzo trudne

28 Najlepsze przede mną

30 TECHNO NOWOŚCI

MOTORYZACJA

- 32 Ekonomiczny mocarz
- 34 Odrzutowy skuter

DESIGN

- 36 Szczecin Paryżem północy
- 38 Królowa wnętrz

MODA

- 40 Łowcy stylu
- 42 Miejska elegancja

FELIETON

- 46 Tradycyjny felieton Kaczmarek
- pisze Szymon Kaczmarek

KULINARIA

- 48 Smak miłości
- 50 Orientalna miłość
- 54 Wszystko się może zdarzyć

ZDROWIE I URODA

- 56 Raz na zawsze
- 58 Słodka wyprawa
- 59 Jesteś tym co jesz

61 Życie pod włos

62 Ekspert radzi!

BIZNES

- 64 Czas dla zwierząt
- 66 Podróż idealna
- 68 5 powodów
- 69 Stylowe dzieciaki
Matematyką zarażamy,
a nie zrażamy

KULTURA

- 70 Recenzje teatralne
- 72 Młode głosy
Kameralna podróż
Odyseja Zbyszka
- 73 Taneczny cud świata
Kubańska pasja
Ostry koniec zimy
- 74 Książęcy wernisaz
Teatralne gody
Fatalne love story
- 75 Prestiżowe książki
- 76 Sen o Niemienie

SPORT

- 77 Pogonili zbędne kilogramy

78 KRONIKI



POMIEŚCI
WSZYSTKIE
UCZUCIA

K A R T A
P R E Z E N T O W A
N A J L E P S Z A
N A W A L E N T Y N K I

ATRIUM-MOLO.PL





Duma narodowa

Krzysztof Bobala

Współwłaściciel agencji reklamowej „BONO” i „Bene Sport Centrum”, koordynator organizacji 15. Mistrzostw Europy w Pływaniu oraz turnieju Pekao Szczecin Open, wielki miłośnik tenisa i innych sportów rakietowych.

Od kilku już lat zachodzę w głowę – jak to możliwe i dlaczego to właśnie Oni cieszą się taką sympatią? Rozmawiam o tym z wieloma znamienitymi i mądrymi postaciami ze świata sportu, dyskutuję ze znajomymi. Dlaczego to na ich meczach wszyscy czujemy większą „dumę narodową”, niż przy oglądaniu innych dyscyplin? Co jest w nich samych, a może w reprezentowanych dyscyplinach, że jednoczymy się mimo politycznych czy ideologicznych sporów, bez względu na materialny status i miasto, z którego pochodzimy? Że zasiadamy z wypiekami przed telewizorami czy ubrani w biało-czerwone stroje, otuleni biało-czerwonymi szalikami z napisem Polska i zaopatrzeni w biało-czerwone trąbki wypełniamy do ostatniego miejsca piękne, nowoczesne hale. Że widać nas – kibiców, także podczas spotkań poza granicami kraju. I to jak widać! Wizerunek uśmiechniętych, rozradowanych ludzi w różnym wieku lepiej promuje Polskę niż niejedna komercyjna reklama wykupiona za „ciężkie” pieniądze w zachodnich stacjach telewizyjnych czy opiniotwórczych magazynach. Głośny doping aż do utraty głosu, piękne polskie kobiety, wspinała realizacja telewizyjna i genialna oprawa meczowa. To wszystko? Na pewno nie. Bo przecież jeszcze rewelacyjna organizacja tych sportowych wydarzeń i oni – Gladiatorzy Sportu. Piłkarze ręczni i siatkarze, bo o nich tutaj mowa. Dwie halowe dyscypliny, ale jakże różne. Jedna kontaktowa, chwilami wręcz brutalna z chłopami jak „dęby”, którzy walczą do upadłego. Druga z siatką pomiędzy druży-

nami, która bezpośredni kontakt mocno utrudnia i z „walczakami”, za którymi przepada cała Polska. Dlaczego to na ich meczach cały naród dostaje swoistego amoku? Na pewno popularność dyscypliny w mediach, bo bez tego nie wiedzielibyśmy, jak Polska długa i szeroka, że gra Drzyzga, Jurecki czy Kurek. Nie będąc osobiście na hali, a przecież zdobycie biletów na ich występy graniczy z cudem, nie słyszeliśmy po udanej interwencji okrzyku: Słaaaaawweeekkk Szmaaaa! wydobywających się z tysięcy gardeł. Aby media były usatysfakcjonowane i mogły realizować transmisje na tak wysokim poziomie, niezbędne jest wsparcie sponsorów. I w przypadku tych dwóch dyscyplin udało się takich mecenasów pozyskać. Kiedy już nic nie brakuje sportowcom i usatysfakcjonowane są media, kolejnym, kto wie czy nie najważniejszym czynnikiem, są zakochani w drużynie (a po trochu też w dyscyplinie) kibice, bez których nijak nie da się stworzyć takiej wspaniałej atmosfery. Do tego jednak potrzebne są sukcesy. A tutaj i siatkarze, i szczypiorniści mają się czym pochwalić w ostatnich latach. Stąd taka miłość narodu, tym bardziej wzmacniana, że te sukcesy przychodzą zawsze w jakichś super dramatycznych okolicznościach, kiedy walka trwa do ostatniej sekundy, a sytuacja zmienia się jak w kalejdoskopie. I jest happy end, są łyzy radości, uściski i płynąca z tysięcy gardeł pieśń – Polska Biało-Czerwoni. To już wszystko? To takie proste? Myślę, że tak. Bo chociaż prosto wygląda, to jest niezwykle trudne do spełnienia. Gdyby tak nie było, szaleństwo to objęłoby dużo więcej dyscyplin. Na co, jako kibic, ciągle z utęsknieniem czekam.

Fun&Math

Audiosfera.eu

Aż studio

Vetico



Brytyjskie Przedszkole Matematyczne na Pogodnie to miejsce, w którym najmłodszy nie zraża się, ale zaraża pasją do matematyki. Przyswoją przy tym język angielski, z którym będą mieć kontakt nie w formie tradycyjnych lekcji, ale podczas wszystkich zajęć – spaceru, zabawy czy posiłku. Placówka wzoruje się na najlepszych, prywatnych przedszkolach i szkołach w Wielkiej Brytanii, z którymi prowadzi ścisłą współpracę. Prowadzi zapisy także do grupy żłobkowej – już od 12 miesiąca życia.

Szczecin, ul. Siemiradzkiego 8

Działający już niemal 3 lata na rynku salon Hi-Fi Audio kilka miesięcy temu rozgościł się na szczecińskim Podzamczu. Oferuje nie tylko szeroką gamę urządzeń najlepszych producentów, ale i profesjonalne doradztwo, które zapewnia kadra o wykształceniu muzycznym i technicznym. Na miejscu można skorzystać z bezpłatnej prezentacji w specjalnie przygotowanym i klimatycznie urządzonej pomieszczeniu odsłuchowym, które w idealny sposób odzwierciedla warunki domowe.

Szczecin, ul. Panieńska 14/1

Szczecińskie AŻ studio oferuje i wykonuje trwałe i dobrze zaprojektowane produkty, tworzone głównie na bazie naturalnych materiałów od lokalnych dostawców. Aby ocalić rodzinne historie od zapomnienia tworzy Aż booki, czyli rodzaj personalizowanych książek z wymiennymi stronami do spisywania wspomnień i utrwalania najważniejszych wydarzeń życia naszych bliskich. Na razie Aż booki dostępne są w wersji dla babci, dziadka, dziadków i dzieci. W planach są też Aż misie i Aż boxy.

www.az.szczecin.pl

Przychodnia Rehabilitacji Weterynaryjnej Vetico to jeden z niewielu gabinetów, świadczących pełen zakres usług weterynaryjno-rehabilitacyjnych. Głównym celem zespołu jest zmniejszenie bólu, przyspieszenie gojenia i poprawa jakości życia zwierząt poprzez leczenie chorób, terapię i rehabilitację. Akademia jako jedyna w województwie prowadzi diagnostykę termograficzną zwierząt. Zespół Vetico tworzą wysokiej klasy specjaliści pod przewodnictwem dr Katarzyny Pęzińskiej-Kijak.

Szczecin, ul. Wita Stwosza 13

REKLAMA

dr. gajda

PIERWSZA PRYWATNA KLINIKA STOMATOLOGICZNA

od 1983 roku

o stomatologii wiemy wszystko



ul Narutowicza 16a, 70-240 Szczecin, tel. 91 433 07 76, kliniKa@dr-gajda.pl, www.dr-gajda.pl



Krzywym

Michał Stankiewicz

Michał Stankiewicz, od 1999 r. związany z Rzeczpospolitą. Pracował także w Gazecie Wyborczej, TVP, TVN i Prestiżu. Laureat nagrody „Watergate” Zarządu Głównego Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich oraz Fundacji Batorego. Dwukrotnie – w 2004 (jako Rz) i 2012 (jako TVN) nominowany do Grand Press. Pasjonat tenisa, dobrej muzyki oraz psów rasy bokser.

Podobno publiczne media były do tej pory wolne i niezależne. Tak przynajmniej uważają organizatorzy protestów, jakie odbyły się w całej Polsce po uchwaleniu ustawy medialnej. Do tej pory myślałem, że w PRL-u telewizja siała propagandę komunistyczną, a po upadku komunizmu była zawłaszczana przez kolejne partie. Kolejne rządy walczyły o obsadzenie swoimi ludźmi kierownictwa tego giganta, a pozory bezstronności wyborów zapewniała Krajowa Rada Radiofonii i Telewizji. Najwyższe kierownictwo powoływało następnie swój personel średniego szczebla, a ten realizował w sposób mniej lub bardziej nachalny oczekiwania swojego zaplecza politycznego. I żyłbym pewnie w takim błędnym przekonaniu, gdyby nie ostatnie protesty w obronie niezależności mediów publicznych. W jakim błędzie żyłem! Lepiej późno niż wcale.

Poważnie rzecz biorąc – zawłaszczanie TVP przez PiS nie jest niczym nowym. Nowa jest tylko metoda, szybsza i radykalniejsza niż stosowana przez poprzedników. No i wreszcie jakaś partia – bez hipokryzji i całej szopki o niezależności – przyznała otwarcie, że media są tego, kto rządzi. I już. Inna sprawa czy tak być powinno i czy w ogóle jest możliwe uniezależnienie mediów państwowych od polityków. Odpowiedź nasuwa się sama: tak być nie powinno, a uniezależnienie TVP od polityków jest tak samo możliwe, jak uniezależnienie wszystkich innych firm państwowych.

Szkoda tylko niektórych dziennikarzy. Zarówno tych, co zostali zwolnieni, ale przede wszystkim tych, co dalej tam pracują. Bo wygłąda na to, że po latach fali nienawiści do TVN ze strony skrajnej prawicy, kiboli i narodowców, teraz nadszedł czas na stygmatyzację TVP. Ostentacyjne odmowy występu w TVP, udzielenia komentarza, podważanie wiarygodności materiałów czy np. opuszczenie studia w trakcie rozmowy są już na porządku dziennym. Przykład dał Woj-

ciech Czuchnowski z Gazety Wyborczej, który opuścił studio TVP Info w trakcie programu. Wcześniej wygłosił oświadczenie o zagrożeniu wolności mediów. Pojawiły się jednak głosy, że podobno celem nagłego wyjścia była wizyta w toalecie. Prawdę zna tylko Bóg i historia.

Włodzimierz Czarzasty został nowym szefem PZPR. BBC pokazało reportaż z Polski. A w nim biuro Komitetu Obrony Demokracji niczym zebranie KOR-u z lat 70. Powiało grozą. Czas na emigrację na Ukrainę albo Białoruś. Za wolnością.

Członkowie jednego ze szczecińskich kół PO odwołali jego sze-

fową, Renatę Zarembę. Wg Gazety Wyborczej odwołania dokonała część członków koła związana z posłem Sławomirem Nitrasem, a stało się to podczas nieobecności części osób, które w tym czasie grały w kręgle z Olgierdem Geblewiczem, marszałkiem województwa. Zmiana nie powiodła się, bo jak ogłosił na łamach Głosu Szczecińskiego poseł Stanisław Gawłowski, szef regionalnych struktur PO, tak dokonany wybór został unieważniony. (Wyniki kręgla zostały chyba utrzymane). Były wice-

marszałek województwa, Andrzej Jakubowski, rzucił z kolei legitymację partyjną, a były poseł Arkadiusz Litwiński zrezygnował z funkcji sekretarza zarządu PO. Wg posła Nitrasa to wszystko powoduje, że „PO odpycha, zamiast przyciągać”, a z kolei Gawłowskiego, że „PO jest na plusie”. A w kraju? Nuda. PiS robi swoje, a Nowoczesna jest opozycją.

Sprostowanie do podanej wyżej informacji na temat wyboru Włodzimierza Czarzastego. Redakcja „Krzywego Oka” przeprasza Pana Włodzimierza Czarzastego za podanie nieprawdziwej informacji jakoby został on szefem PZPR. W rzeczywistości Pan Włodzimierz Czarzasty został szefem SLD. „Błąd nie był zamierzony”.



Rysunki Grzegorz Dolniak

Oknem

Dariusz Staniewski

Dziennikarz z ponad 20-letnim stażem i podobno niezłym dorobkiem. Aktualnie dziennikarz Kuriera Szczecińskiego.

Od kilku lat dźwiga, choć nie sam, lubianą przez wielu i zniechęconą przez niektórych specjalną kolumnę w magazynie „Kuriera” pod nazwą „Kurier Towarzyski” próbując satyrycznie przedstawić m.in. świat lokalnej polityki. Namiętny wielbiciel kobiet, hucznych imprez towarzyskich, dobrej kuchni oraz polskiej kinematografii.



To był prawdziwy wstrząs! Gdyby doszło do tego w Japonii, to osoba odpowiedzialna pewnikiem popełniłaby jakieś seppuku albo inne harakiri! Ledwo chwyciły mrozy, a duma miasta i regionu Szczeciński Szybki Tramwaj, skapitulował! Ruch na tej linii został wstrzymany! 5 stycznia - od tej pory nazywanego Czarnym Wtorkiem Tramwajarzy - wykryto pęknięcia szyn na spawach. Ponad 100 przypadków! Rekord Guinnessa na 100 procent! Co się stało? - pytali zatrwożeni pasażerowie. Według niektórych naukowców pęknięcia mogły być spowodowane różnicą temperatur - tory były spawane latem i mogły być nagrzane np. do 60 stopni Celsjusza. I jak przyszły mrozy nie wytrzymały, bo różnica temperatur mogła wynosić nawet kilkadziesiąt stopni. Może i tak. Ale są też teorie, że to nie był przypadek i stoją za nim określone siły (niepotrzebne skreślić - przyp.red.) - masoni, Żydzi, cykliści, PiS, PO, KOD, jednostki gorszego sortu, alkoholicy, wegetarianie, polakożery, innowiercy, imigranci, ateści, feministki, kapitaliści, UFO ludki, artyści, hedoniści, pismacy, Tomasz Lis, wyznawcy Ojca Rydzyka, bankowcy, poeci, rolnicy, geje, Niemcy, prostytutki, wędkarze, narkomani, Putin, Murzyni, taksówkarze, sataniści, radni, producenci jabłek, bezdomni, związkowcy z Solidarności, Antoni Macierewicz, gimnazjaliści, Trybunał Konstytucyjny, pacyfiści, wróżbita Maciej itp.

Pewien astronom - hobbysta z Kołbaskowa pod Szczecinem - zbudował sobie w ogródku małe obserwatorium astronomiczne. I tak się namiętnie wgapił w gwiazdzisty firmament, że wypatrzył tzw. gwiazdy supernowe (czy jakoś tak). I przeszedł do historii. Per aspera ad astra (z łac. - przez ciernie do gwiazd), jak mawiali starożytni. Ale nie przesadzajmy. Bo znane są przypadki kiedy człowiek tak się gapił na gwiazdy, też takie supernowe, długonogie, zgrabne, opalone, o wielkich, niebieskich oczach, blondyny, czarnule, szatynki, rude... i tak się gapił, że aż się zagapił i po chłopie. Majątek przepadł, zdrowie szwankuje, pod mostem wieje, komornik ściga, kac trzyma, pić się chce... Oł, ciemna strona astronomii.

I ten dzień zapisze się złotymi zgłoskami w historii Szczecina. Po nie wiadomo ile przesunięciach terminu wreszcie mieszkańcom miasta w poniedziałek 25 stycznia roku bieżącego udostępniono Centrum Dialogu „Przełomy” pod placem Solidarności. Obiekt ten, od

wielu miesięcy będący przedmiotem szyderstw i żartów (ze strony szczecinian oraz przybyszy) wreszcie otworzył swoje podwoje dla zwiedzających. Cud! Bo w to, że to ponure, betonowe, nie wiadomo co - przez niektórych nazywane Wilczym Szańcem, Mount Everestem Czyichś Ambicji albo największym dyskontem na Pomorzu Zachodnim (800 m² powierzchni) - kiedykolwiek ruszy, niewielu już wierzyło. Ale udało się. Teraz czekamy na kolejne cuda - ekspozycyjny (że jest co oglądać), frekwencyjny (że ludzie walą tam wybierając CDP zamiast np. kolejnego odcinka „M jak miłość” albo innego „Klanu”) oraz przetrwania (że za jakiś czas nie trzeba będzie się zastanawiać czy to muzeum warto dalej utrzymywać i może jednak lepiej tam zrobić hipermarket).



Rysunki: Grzegorz Dolniak

Po fali oszustw metodą „na wnuczka” lub „na policjanta” przestępcy wpadli na kolejny, szatański pomysł. Teraz na ich liście przebojów króluje podszywanie się „pod urzędników”. Pod pretekstem różnych kontroli lub interwencji z różnych instytucji starają się wejść do mieszkania, „ściemnić” czymś domowników, a potem ich „obrobić”. Do kilku takich przypadków doszło np. w Kołobrzegu. Na razie nieudanych. Ale to tylko kwestia czasu, kiedy zaczną docierać do nas informacje o udanych przypadkach. Bo takie na pewno będą. Skąd wiadomo? A od kiedy bębni się na okrągło prawie w tv, radio i gazetach o fałszywych „wnuczkach” i „policjantach”? Od dawna.

I co? I nico! Zawsze znajdzie się ktoś, kto, pomimo tego wszystkiego, uwierzy w bajki oszustów i biegusiem leci do banku wypłacić grube tysiące. A potem dziwi się, że nie ma takiego wnuczka, a zamiast policjanta jest zorganizowana banda.

Z województwa zachodniopomorskiego do Rzecznika Praw Pacjenta napłynęły trzy skargi, że w szpitalach źle karmią, że są za małe porcje i zbyt zimne posiłki. Według szpitali ich menu składa się z: na śniadanie - zupa mleczna, masło, ser i herbata, na obiad - zupa, ziemniaki, mięso i kompot, no i jeszcze kolacja. Cena - kilkanaście złotych dziennie. W tej chwili we wszystkich zachodniopomorskich szpitalach trwa ustalanie komu nie smakują posiłki. Dla autorów tych donosów przewidziano specjalne zadośćuczynienie - codziennie po dwie lewatywy. A tak swoją drogą, widział ktoś kiedyś pacjenta, który by w szpitalu przytył?!

KULTURA i biznes

Hala Opery, działająca przez ostatnie lata jako sala koncertowa Opery na Zamku, znalazła nowego dzierżawcę. Został nim Piotr Droński, szczeciński biznesmen, właściciel Baszta Nieruchomości, prywatnie wielbiciel sztuki.

- Przejęcie obiektu po byłej operze jest dla mnie wyzwaniem. Jestem przekonany, iż można prowadzić biznes w kulturalny i elegancki sposób, a przy tym kultura może być dobrym biznesem - przekonuje Piotr Droński. - Dla przykładu, naszą klientką jest Grażyna Kulczyk. Z podziwem patrzyłem na jej koncepcję łączenia sztuki z biznesem. Warto brać przykład z najlepszych i starać się pójść ich śladem.

Sala koncertowa ma uzupełnić kalendarz szczecińskich imprez o wydarzenia teatralne dla dzieci i dorosłych w wykonaniu głównie warszawskich teatrów. Będą tu organizowane koncerty muzyczne, kabarety, rewie i musicale, sympozja oraz konferencje. Na dobry początek do Szczecina zawita m.in. Teatr Imka Tomasza Karolaka ze sztuką „Sienkiewicz Hits” oraz rewia Broadway Małgorzaty Obłój.

- Planuję zorganizować spektakularnego Sylwestra na 600 osób z koncertem, rewią i zabawą w stylu Wielkiego Gatsby, a w weekendy, po spektaklach, after party z muzyką na żywo i dancingiem w najlepszym wydaniu - dodaje biznesmen.

Była hala opery w nowym wydaniu wystartuje 1 marca.

ad



fot. materiały prasowe

Od lewej: Piotr Droński i Jacek Jękiel, dyrektor Opery na Zamku



fot. Twitter Grzegorza Krychowiaka

KRYCHOWIAK wśród najlepszych

Zawodnik hiszpańskiej Sewilli, Grzegorz Krychowiak święci kolejne triumfy. Urodzony w Gryficach, a stawiający swoje pierwsze piłkarskie kroki w Orle Mrzeżyno został doceniony nie tylko przez kibiców, ale również prestiżowy France Football.

2015 rok był dla niego pasmem sukcesów. Kluczowy piłkarz Sevilli, która wygrała Ligę Europy po pokonaniu Dnipra Dniepropietrowsk. Solidny w defensywie, strzelał też ważne gole.

Popularny „Krycha” w najlepszej 11. znalazł się obok takich zawodników, jak: Luis Suarez, Neymar (obaj Barcelona), Thomas Mueller (Bayern Monachium) czy Reheem Sterling (Manchester City). Zabrakło w niej miejsca dla Roberta Lewandowskiego. Na początku roku 2015 Krychowiak wyceniany był na 6 mln euro, obecnie jego wartość wzrosła do 25 mln euro.

Również kibice Sevilli nie mieli wątpliwości, kto jest dla nich największą gwiazdą.

- Architektów sukcesów było wielu, ale dla fanów Sevilli, najbardziej znaczącym graczem był Grzegorz Krychowiak - taki zapis zamieściła strona internetowa, na której przeprowadzono głosowanie.

kus

estedent

stomatologia estetyczna *Iwona Pawlak*

Zrealizuj swoje marzenia o pięknym uśmiechu

ul. Mickiewicza 49a, 70-385 Szczecin, tel. 666 732 666, 666 525 222, e-mail: estedent.eu@gmail.com, www.estedent.eu
Kostrzyn nad Odrą, ul. Jagiellońska 2/2, tel. 796 555 222, 957 819 973



2016 To będzie wyjątkowy rok dla naszych Klientów!



Ruszył 3 etap budowy osiedla

SŁONECZNA PRZYSTAŃ!

Zapisy na najlepsze działki z domami trwają!

*Nowa odsłona!
Więcej możliwości!
Same korzyści!*

Sprawdź!

www.tlsdeveloper.pl

**Bądź w Szczęśliwej Trójce
i złap działkę**

juz za 70% ceny!*

*Dla trzech pierwszych Klientów,
rabat 30% na zakup działki z etapu II.

Rezerwacja i sprzedaż **601 561 777**

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre. 



APARTAMENTY **WARSZEWO**

Już w sprzedaży!

- 185 komfortowych i słonecznych mieszkań od 30 do 120 m²
- zaciszna okolica miasta, obok lasu - ul. Maciejkowa - 15 minut do centrum
- podwyższony standard, garaż podziemny, winda, monitoring

Sprawdź naszą ofertę na www.marina-developer.pl

 **Marina Club Szczecin**

SiłA bębnów

Ta najbardziej prestiżowa w Polsce szkoła gry na perkusji Drum Academy, którą stworzyła współpracująca m.in. z Kayah i Kasią Kowalską, Agnieszka Trzeciak, ma także swoją filię w Szczecinie.

Na naszym muzycznym podwórku człowiekiem, który skutecznie zaraża pasją do tego instrumentu, jest Marcin Martinez Prążyński, świetny perkusista, grający z wieloma artystami w kraju, m.in. ze szczecińskim Damianem Ukeje.

- Długo broniłem się przed rozpoczęciem przygody jako nauczyciel. Wiedza praktyczna, którą nabyłem grając dziesiątki koncertów w całej Polsce, z różnymi muzykami, nie wystarczyła, musiałem zacząć studiować porządnie instrument, bo przekazywanie wiedzy to odpowiedzialność - wyznaje Marcin. - Staram się na moich lekcjach przekazywać wiedzę, pewne idee, pomysły, staram się, żeby uczniowie byli kreatywni i sami mieli własny wkład w zajęcie, nie ograniczam się do ćwiczenia jednego i tego samego. Uczę osoby w bardzo różnym wieku, najmłodszy uczeń ma 6 lat, najstarszy 40. Do każdego podchodzę indywidualnie.

Drum Academy, którą w Szczecinie reprezentuje Marcin, w swoich szeregach w roli nauczycieli ma wytrawnych instrumentalistów, m.in. Rafała Dudkiewicza grającego ze Skalpelem i Pauliną Przybysz czy Michała Modrzejewskiego z trio Michała Milczarka. Wszyscy są zakochani w perkusji.

- W perkusji urzekła mnie siła, puls, ekspresja, z jaką perkusiści grają - dodaje Marcin. - Wrażenie robi sam instrument, jest największy na scenie, najgłośniejszy i jak to się mówi, perkusja to serce zespołu.

ad

fot. Adam Nawracaj



GŁOS z charakterem

Mogliśmy go usłyszeć niedawno w Filharmonii, gdzie mistrzowsko wykonał pieśni Mahlera. Michał Partyka to jeden z najbardziej utalentowanych śpiewaków operowych młodego pokolenia.

Baryton, pochodzi ze Szczecina, choć na co dzień pracuje w Opera national de Paris.

- Szanuję Mahlera za głębię barw i kolorów. Za korelację poezji z muzyką i za brzmienia - mówi Michał. - Uwielbiam różnorodną muzykę, lubię grać charaktery dosyć mroczne, złe, takich typów spod ciemnej gwiazdy.

Początek jego kariery rozpoczął się od niezdanego egzaminu z fortepianu. - Oblałem go przez własną głupotę. Zamiast grać program, zacząłem improwizować. Wyrzucono mnie - wyznaje śpiewak. - Po roku zatęskniłem za muzyką.

Michał trafił do Poznania w ręce znakomitego śpiewaka Jerzego Mechlińskiego, który go wszystkiego nauczył. Zanim jednak początkujący artysta trafił na paryską scenę, śpiewał na ulicy La Rambla w Barcelonie. Stamtąd też trafił na konkurs, który odmienił jego życie. - Za swój dotychczasowy sukces uważam wygranie konkursu Francisco Viñasa w Barcelonie - kontynuuje. - Miałem tam nie jechać, bo czułem się nieprzygotowany, ale stwierdziłem, że odwiedzę siostrę i pojechałem.

Młodemu śpiewakowi udało się także zaśpiewać w La Scali, czyli w prawdziwej świątyni opery. - Śpiewanie to moja pasja. To świetna zabawa, za którą jeszcze mi płacą - dodaje na koniec Michał. - Dopóki nie traktuję muzyki jak pracy, mam w sobie chęć, żeby to robić, bo w końcu to nie jest zwykłe odgrywanie nut.

ad

REKLAMA



fot. materiały prasowe

MJM SALON WYPOSAŻENIA WNETRZ
Beata Kamińska

70-390 Szczecin, ul. M.Gorkiego 26
tel/fax 91 461 55 28, tel. 508 176 073
biuro@mjm.szczecin.pl, www.mjm.szczecin.pl

KAROLINA KAWCZYŃSKA
Pracownia Projektowa

tel. 607 602 296
karolina@kawczynska.com.pl
www.kawczynska.com.pl

**PRACOWNIA STOLARSKA
KAZIMIERZ PŁONKA**

Szczawno 2a, 74-100 Gryfino
tel. 91 415 12 13, 601 719 109
www.plonka.pl, biuro@plonka.pl



fot. Sebastian Rudnicki

Walka wieczoru

Kolejnym rywalem Karola Bedorfa w pojedynku o pas wagi ciężkiej będzie były mistrz Europy oraz Wielkiej Brytanii w boksie tajskim - James McSweeney. Konfrontację Sztuk Walki i zmagania obu zawodników zobaczymy już 5. marca w Krakowie.

- Swoje przygotowania do KSW zacząłem od pobytu w Karkonoszach, gdzie pracowałem nad kondycją oraz wydolnością - opowiada Karol Bedorf. - Obecnie intensywnie trenuję w Szczecinie oraz w Poznaniu. Ćwiczę zapasy i stójkę pod okiem moich trenerów. Wchodząc do klatki zawsze myślę o wygranej. Tak będzie również 5. marca. Gdybym robił inaczej, nie miałoby to wszystko sensu. Zawsze przed starciem układamy „gameplan” i staram się go później realizować. To jest to, nad czym obecnie skupiam się przede wszystkim. A co później? Oczywiście obowiązkowe wakacje i długi odpoczynek.

Rywal szczecińskiego zawodnika zadebiutował w KSW na gali w Londynie, gdzie już w pierwszej rundzie pokonał Marcina Różalskiego. Na liście zawodowych zwycięstw dziewięć razy znokautował przeciwników, kolejnych sześciu z nich poddał. Karol Bedorf natomiast będzie bronił pasa mistrzowskiego po raz trzeci. Wywalczył go przed trzema laty pokonując Pawła Nastulę.

kus

SZCZECIN na ekranie

Rozkręcili się lokalni filmowcy. Obok produkcji pt. „Kłątwa Sydonii”, o której pisaliśmy w styczniowym Prestiżu, powstają obecnie dwa kolejne filmy ze Szczecinem w tle.

„Szczecin nocą” i „Lecim na Szczecin” łączy nie tylko nazwa naszego miasta w tytule, ale i miejsce pochodzenia twórców. Autorami pierwszej produkcji, inspirowanej głośną historią słynnego rzeźnika z Niebuszewa, jest grupa szczecinian, filmowców-amatorów, zainspirowana głośnym zabójstwem z 1952 r., które miało miejsce przy obecnej ulicy Niemierzyńskiej 7. Nie będzie to jednak dosłownie przytoczona historia, a jej uwspółcześniona wersja. Większość aktorów to amatorzy, których grę wzbogaci dwóch profesjonalistów: Henryk Gołębiewski i Filip Borowski. Producentem jest AD-REM Iwona Sadowska, pierwsza polska laureatka wyróżnienia Award of Merit na Los Angeles Cinema Festival of Hollywood za film pt. „Wolność jak płomień”. Reżyserem i scenarzystą jest Waldemar Rakoczy, a premiery thrilleru możemy się spodziewać jesienią. Zupełnie inny charakter ma mieć „Lecim na Szczecin”. Ma to być komedia romantyczna, bazująca na tygodniu z życia młodego Polaka, powracającego z zagranicy. Wszystko to na tle popularnych w Szczecinie i okolicach miejsc i wydarzeń. Autorem całego projektu, reżyserem i scenarzystą w jednej osobie jest szczecinianin, absolwent Zespołu Szkół Łączności w Szczecinie, Artur Łopiński. W rolach głównych zagrają Radosław Paciejewski, znany z jednego z teledysków szczecińskiego rapera Soboty oraz Patrycja Urbańska i Ada Miśkiewicz. Obie produkcje mają na celu promocję Szczecina.

kt



fot. Paweł Wergowski

REKLAMA

Twój
uśmiech
tworzymy
z pasją



KLINIKA KORYZNA
KLINIKA IMPLANTOLOGII I STOMATOLOGII





ul. Stenna 4/1, 70-542 Szczecin, tel. +48 91 812 1541, tel. kom. 667 236 896
e-mail: gabinet@kliniakoryzna.pl, www.kliniakoryzna.pl

Eugène BOUDIN (1824-1898), Trouville, la jetée à marée haute, 1888-95



Adolphe-Félix CALS (1810-1880), Falaises, lesenvirons de Dieppe, 1862



Auguste BONHEUR (1824-1884), Arromanches, 1862



Jacques-Emile BLANCHE (1861-1942), La plage de Dieppe, 1910



Eugène BOUDIN (1824-1898), Pêcheurs en bord de mer, 1891



MISTRZOWIE IMPRESJONIZMU w Szczecinie!

Kiedy rok temu zapowiadaliśmy pokaz obrazu Rembrandta pisaliśmy, że to wydarzenie artystyczne jakiego Szczecin dawno nie widział. Kilka miesięcy później, jesienią ubiegłego roku w tekście o wystawie „Nie tylko tulipany” z ponad setką dzieł wielkich mistrzów malarstwa holenderskiego – znów pojawiło się podobne określenie. I teraz po raz trzeci – już w lutym w Muzeum Narodowym w Szczecinie wydarzenie bez precedensu – będziemy mogli podziwiać obrazy największych mistrzów impresjonizmu. Wśród wielkich malarzy, których dzieła zobaczymy na wystawie, są m.in.: Claude Monet, Auguste Renoir, Eugène Boudin, Théodule Ribot, Adolphe-Félix Cals, Gustave Coubert, Eugène Delacroix, Karl Dabigny, Albert Lebourg. Kolekcja „Malarstwo w Normandii” została stworzona w 1992 roku z inicjatywy Rady Regionu Dolnej Normandii. To ponad 100 dzieł malarskich, istotą kolekcji są malarskie przedstawienia Normandii powstałe pod koniec XIX i na początku XX wieku. Honfleur, Le Havre, a później Rouen – nazwy tych miejscowości są synonimem twórczej wymiany myśli na temat najważniejszych idei kształtującego się wówczas modernizmu, znanych jako impresjonizm i fowizm. Tytuł kolekcji to sugestia podróży, podczas której będzie można odkrywać niezwykle pejzaże normandzkiej wsi i wybrzeża. Wernisaż zaplanowany jest na 26 lutego 2016 roku w Muzeum Sztuki Współczesnej przy ulicy Staromłyńskiej 1. Ekspozycja „Malarze Normandii” gościć będzie w Szczecinie aż do połowy maja. Muzealnicy przygotowują także obszerny program edukacyjny z warsztatami dla najmłodszych oraz wykładami znawców sztuki.

nath

PAN OD UBIERANIA MUZYKI

Rozmawiała: Paulina Błasziewicz / Foto: Anna Głuszko-Smolik

O mały włos nie został magistrem eksploatacji portów i ładunkoznawstwa. Pan dziekan i kilku magistrów wyrzucili go z hukiem ze szczecińskiej Akademii Morskiej za to, że zamiast być na praktykach pojechał na festiwal do Jarocina. Dziś od ponad dwudziestu lat robi to, o czym w dzieciństwie po cichu marzył. W rozmowie z Prestiżem opowiada o roli producenta muzycznego, ogólnopolskim narzekactwie i codziennych rozmowach z żoną, które wcale nie dotyczą wielkiej sztuki...

ubisz wino?

Lubię alkohole, a wino jest wśród nich.

Trochę inaczej postrzegamy wino niż za czasów Twojej wczesnej młodości, kiedy dorabiałeś jako kamerzysta na weselach.

Oj tak. Tam raczej była wódka. Można powiedzieć, że wino pojawiło się w Polsce stosunkowo niedawno, z nową erą i z wyzwoleniem. Wcześniej wino kojarzyło się źle, a teraz kojarzy się bardzo prestiżowo. Jak ktoś pije wino, to w zasadzie chyba się nie upija i jest elegancki. Taka przylgnęła do tego łatka.

Do wina możesz grać?

Tak. Moja muzyka jak najbardziej nadaje się do wina, ale jest dobra również do mocniejszych alkoholi i egzystowania. W kameralnych salach wino jest mile widziane, a zwłaszcza w miejscach o nieprzyjemnej akustyce dla grania głośnego i hałaśliwego. Czasami poza tym, że gra się do wina, trzeba szybko zreformować repertuar, by ludzi nie zabić..

Od ładnych kilkunastu lat jesteś jednym z najbardziej rozpoznawalnych producentów w naszym kraju. Przypuszczam, że dosyć mocno zmieniło się w ostatnim czasie postrzeganie tej profesji. Dziś bez producenta nawet największy artysta nie istnieje. Przykładów nie trzeba daleko szukać: Mela Koteluk, Monika Brodka, Artur Rojek.

Producenci byli zawsze, ale kiedyś nie nadawano im statusu. Producentem był ktoś z zespołu albo był to realizator dźwięku i oni jakoś tam kreowali to brzmienie. Robili to nieświadomie i nie byli wpisywani jako ktoś, kto jest ważną częścią tego całego procesu i wpływa na ostateczny kształt muzyki. Zmieniło się to, że bardzo zmieniła się technologia i dzisiaj w dużej mierze muzyka manifestuje się i przynależy gdzieś z uwagi na brzmienie, a nie ze względu na samą strukturę muzyczną, harmonię. Jedną piosenkę można podać na dziesięć sposobów i ona może przynależeć do różnych środowisk, do różnych miejsc i brzmienie bardzo mocno definiuje dokąd to trafia i jak to trafia. Do tego, żeby nadać brzmienie jest potrzebny producent, czyli człowiek, który kreuje takie szaty dla muzyki, bo samą muzykę piszą artyści. Producent ją ubiera w coś, w czym można wyjść na ulicę na przykład w Nowym Jorku, albo na ulicę w Łodzi sto lat temu.

Czego byś nigdy nie wyprodukował? Albo inaczej: Czyjej płyty byś nie zrobił?

Wiesz gdybym Ci odpowiedział na to pytanie, to obraziłbym tych, z którymi nie chciałbym współpracować. Jest mnóstwo rzeczy, które mnie nie interesują zupełnie muzycznie. Zrobienie płyty jest pracochłonne. Dla mnie jako producenta to pół roku życia, takiej intensywnej pracy, więc jeśli już zdarza mi się wybrać kogoś z kim pracuję, to musi to być ktoś albo coś z czym czuję się dobrze i co mnie też niesie jako producenta. Nie chodzi tylko o pieniądze, czy sławę, ale o jakieś emocjonalne zdarzenie po to, żeby po tych sześciu miesiącach nie popełnić samobójstwa. Siedzenie z materiałem, na który składa się dziesięć, czy jedenaście piosenek, których

trzeba słuchać po sto razy przez pół roku nie może być dla mnie samego złe.

Zawsze było Ci dobrze? Nigdy nie miałeś tzw. ciężkiej drogi za nim zostałeś tym, kim jesteś dziś?

Nigdy nie miałem ciężkiej drogi. Miałem zawsze bardzo łatwo, bo żyłem w rodzinie, której się zwyczajnie powodziło. Miałem super rodziców i super siostrę, było mi zdecydowanie łatwiej niż niektórym moim kolegom. Nie musiałem pracować. To, że podejmowałem jakąś pracę było raczej rodzajem ukłonu w stronę rodziców i moich chęci posiadania własnych zasobów, ale nigdy nie musiałem niczego robić.

Masz jakieś niespełnienia?

Zawsze dążysz dalej, albo wydaje ci się, że może być inaczej. Mam mnóstwo niespełnień. Kiedyś moim marzeniem było zrobienie czegoś, co mogłoby trochę wyjść poza granice Polski. Teraz już w ogóle o tym nie marzę, a nawet przestałem o tym myśleć. Wystarczy mi Polska i to jest super. Czasami zdarza się, albo są takie dni, kiedy człowiek poświęcając się pracy, w obojętnie jakiej dziedzinie zdoła się sam czymś zaskoczyć. Nie oszukać, ale zaskoczyć, czyli zrobić coś i powiedzieć: Wow, jakoś fajnie mi wyszło i właściwie nie wiem, jak to się stało. To nie było to, co już wiem, ale coś co się wypracowało i trochę niechcący do tego dotarło. To są najpiękniejsze momenty i takich właśnie chwil oczekuję, że sam doprowadzę się tam, gdzie jeszcze nigdy nie byłem.

Sam jesteś sobie sterem, żeglarzem i okrętem?

Skąd. Nie istnieję bez ludzi. Potrzebuję muzyków, wokalistów i partnerów do swojej pracy, ale mam w niej duże doświadczenie, bo robię to dwadzieścia parę lat i mnóstwo polskich artystów poznałem. To jest tak, że możesz słuchać płyt, czytać nuty i robić masę podobnych rzeczy, ale spotkanie z żywym człowiekiem nawet przez pięć, czy dziesięć minut, zagranie z nim, czy wymiana pewnej energii daje o wiele więcej niż tygodnie studiowania. Tak po prostu jest. To są rzeczy bardzo pierwotne, które mamy pewnie w DNA i to się gdzieś odbywa niewidocznie.

A propos studiowania. Ile lat spędziłeś w Akademii Morskiej?

Cztery i pół chyba.

Czyli prawie skończyłeś. Magistrem czego byłbyś dzisiaj? To jakieś ciężkie kierunki są...

Oj ciężkie, ciężkie. Studiowałem eksploatację portów handlowych i ładunkoznawstwo na Akademii Morskiej w Szczecinie. Jeśli chcesz wiedzieć co z czym może być w ładowni statku to polecam.

A Tobie kto to polecił?

Mój tata był bardzo mocno związany ze światem wielkiego przedsiębiorstwa usług rybackich i przetwórstwa. Bardzo dużo statków było rozsypanych po świecie, to była taka polska flota, która łowiła ryby, które wszyscy, którzy będą czytali to pismo pewnie kiedyś jedli (śmiech). Całe moje życie było związane z morzem. Otaczali mnie rybacy, jacyś partnerzy taty z pracy i w zasadzie rodzinnie przynależałem do świata związanego z portami i z wymianą handlową.

I dla rock'n'rolla rzuciłeś studia?

Tak, pojechałem do Jarocina z zespołem Upside Down ze Świnoujścia, a w porcie to był czas praktyk. Traf chciał, że dziekan z jakimś tam drugim magistrem od czegoś przyszli na inspekcję i mnie po

prostu nie było. Koledzy próbowali coś tłumaczyć, że ja przyjadę itd., ale nie było wtedy komórek, więc domyśl się co się działo...

Wyrzucili Cię z hukiem...

Tak. Dyscyplinarnie jako przykład zostałem potraktowany i wyrzucony z tej szkoły. To by było dramatyczne gdyby nie fakt, że zanim jeszcze pojechałem na tą komisję dziekańską, gdzie we trzech mnie długo usuwali i maglowali, dostałem telefon z Wilków, żebym przyjechał na przesłuchania do Warszawy. Pomyślałem sobie: Oczywiście, że pojadę. Zostałem przyjęty, więc olałem tę szkołę z lekkim sercem. Jedyną co mnie bolało to to, że rodzice płacili za to cztery lata i jakby liczyli, że będą mieli wykształconego syna, a tymczasem nie udało się.

Jak rodzice traktowali to, że zajmujesz się muzyką?

Jako hobby i pasję, ale traktowali to z przymrużeniem oka. Było o tyle dobrze, że jak prosiłem o syntezator, to tata mi go po prostu kupował, a to pomagało w rozwoju, ale mówił też: „Synku, to fajnie, że grasz, ale też zdobądź jakiś zawód, a potem sobie graj.”



To było chwilę po 89 roku. Kto wtedy myślał o tym, że można żyć z muzyki? Ciężko było zdobyć takie drogie zabawki jak np. wspomniani przez Ciebie syntezator?

Ciężko. To wtedy nie tylko było bardzo drogie, ale dość niedostępne, ale problem tkwił gdzieś indziej. Ja pochodzę z małego miasta i tam nie było wzorów. Nie znałem nikogo, kto żyłby z muzyki w jakiś godny sposób. To raczej kojarzyło się pejoratywnie. Znało się muzyków knajpianych, co ani dla mojej rodziny ani dla mnie nie było spełnieniem marzeń. Ja zawsze marzyłem o byciu muzykiem, ale kiedy chodziłem na koncerty nigdy nie wyobrażałem sobie, że kiedyś stanę może nie na równi, ale na tej samej scenie z wieloma swoimi idolami, że ich kiedyś spotkam i ostatecznie część z nich stanie się moimi kolegami, czy przyjaciółmi.

Albo, że przyjdą do Ciebie i powiedzą: Andrzej zrób mi płytę?

To jest niezwykła rzecz. Pochodziłem z małego miasta, w którym nikomu się nie udało w tamtych czasach. Dla mnie to była przepaść, ale niemożliwe stało się możliwe.

A może udało się dlatego, że Ty nigdy nie narzekałeś. Oglądałam ostatnią galę rozdania Fryderyków, na której wszyscy ubolewali nad tym, jak to artystom w Polsce jest źle. Naprawdę jest aż tak źle?

Nie chcę tego w ogóle komentować, bo dla mnie to jest straszne. Nawet jeśli komuś jest źle, to nie powinien narzekać na takiej gali, która jest świętem polskiej muzyki. My cały czas mamy ten problem, że próbujemy się przyrównywać najchętniej do sąsiadów od strony Niemiec, a sporo musimy się jeszcze napracować, żeby mieć taki status jak zachodnia Europa.

Umiesz się dostosować do czasów?

Tak.

Zaczynałeś grać w czasach, kiedy nie było Internetu...

Internet to dla mnie trochę obca rzecz. Wiesz, czasy są dziwne, bo dzięki Internetowi artyści zaczynają właśnie jęczeć, prosić swoich fanów żeby na nich głosowali na listach przebojów, żeby robili dla nich różne dziwne rzeczy. To jest fajne, ale jeśli ktoś robi to wszystko sam. Jeśli mu się coś spodoba, to on i tak sobie wejdzie na tę stronę i zagłosuje. Nie trzeba go przymuszać i spamować tysiącami różnych postów, bo to jest męczące, a nawet powiedziałabym, że obniża wartość tej muzyki.

Czyli cały czas się napinamy. Nie wierzę, że nie znasz ludzi w branży, którzy myślą: Zrobię płytę z tym i z tym i świetnie na niej zarobię.

Takie rzeczy się raczej nigdy nie udają. Jest tak, że Pan Bóg rozdaje karty. W pewnym momencie dostajesz Asa zniennacka i wciągasz go w skali. Bez względu na to, czy moja płyta z Kevem Foxem osiągnie sukces w Polsce, bo może być różnie, ponieważ czegoś takiego jeszcze u nas nie było... No, może był kiedyś John Porter, a właściwie nadal jest, ale obojętnie co będzie, to my już i tak jesteśmy zadowoleni. Z tego, że się spotkaliśmy, że zrobiliśmy muzykę. Ja czegoś się nauczyłem, może Kev również. To fajne spotkanie i tyle, a co ma być to będzie.

Nadal marzysz o muzyce filmowej?

Tak. Na pewno to się kiedyś wydarzy. O mały włos... Ok, powiem Ci, część mojej muzyki będzie w filmie, który niebawem się pojawi. Z tą muzyką jest tak, że jest już tak blisko, a ciągle jakieś zewnętrzne i niezależne ode mnie rzeczy powodują, że się nie udaje tego zrobić, ale mam jeszcze na to czas. Teraz kończymy pracę nad płytą z Kevem Foxem. Mamy przygotowane koncerty. Pojawię się też na festiwalu Męskie Granie. Mam co robić...

Pytasz swoją żonę o zdanie, o to, czy to, co zrobiłeś jest dobre, czy nie?

Tak, pytam, ale nie na zasadzie testera po to, by zobaczyć jak to działa na kobiety, czy coś w tym stylu. Moja żona siłą rzeczy jest najbliższą mi ze wszystkich ludzi, dlatego ją pytam, chociaż wiem, że ona nie ma dystansu i jakiegoś świeżego oglądu mojej twórczości, bo zbyt dobrze się znamy. Ona jest krytyczna, ale wiesz, jak coś jest bardzo blisko, to ma inną wagę niż wtedy, kiedy jest trochę dalej.

Macie w domu połączenie obrazu i muzyki. Twoja żona też jest fotografem, wykonuje artystyczny zawód. Mówi się, że w takich związkach jest trudno o zgodę. Wam się udaje?

Udaje, chociaż bywa ciężko. Nie ma tej bariery, dystansu. Ja wiem co ona robi, ona wie co ja robię, a tu niezwykle łatwo o przekraczanie granic.

O czym rozmawiacie?

Wbrew pozorom mało gadamy o muzyce i o fotografii. Rozmawiamy o zupełnie innych rzeczach, a to jest jakiś margines, wycinek dwudziestoprocentowy. Mamy małe dziecko więc teraz to już w ogóle jest o czym rozmawiać. (śmiech)

Pieluchy, zupki, kaszki i inne przysmaki?

Te rzeczy, dokładnie tak. (śmiech)

■

”

Internet to dla mnie trochę obca rzecz. Czasy są dziwne, bo dzięki Internetowi artyści zaczynają właśnie jęczeć, prosić swoich fanów żeby na nich głosowali na listach przebojów, żeby robili dla nich różne dziwne rzeczy.

Smolik w Szczecinie

Muzyk, obdarzony nieprzeciętną wyobraźnią muzyczną kompozytor, multiinstrumentalista, inżynier dźwięku, dziennikarz radiowy i producent muzyczny, który w Polsce temu zajęciu nadał właściwy wydźwięk i wartość. Andrzej Smolik, chłopak z nad morza jest artystą absolutnym.

Pochodzi ze Świnoujścia i jako syn rybaka miał kultywować rodzinną tradycję, ale pomimo studiów na Akademii Morskiej wybrał inną drogę. Zaczynał karierę na początku lat 90., grając z miejscowymi muzykami w jazzowo-bluesowym zespole JPies. Wkrótce dołączył do Roberta Gawlińskiego i jako nikomu nieznanemu muzyk trafił do stolicy wprost w szeregi Wilków, gdzie grał na klawiszach. Pierwsze sukcesy, trasy koncertowe i rock'n'rollowe życie. Tymczasem rodziła się nowa scena muzyczna, która artystę zaczęła bardzo pociągać.

Szczecin w tym czasie był miastem, które przechwytywało światowe trendy, nie tylko w muzyce. To tu narodziła się w Polsce scena klubowa, a Andrzej Smolik często zaglądał do miasta. Spotkanie z Piotrem Banachem z Hey spowodowało, że dla muzyka drzwi do show biznesu stały się otworem. Skom-

ponowanie kilku utworów na solową płytę Kasi Nosowskiej „puk, puk” i dalsza współpraca z nią już w roli producenta to był tylko początek. Nadmorska bryza wprowadziła nieco świeżości. Wkrótce Smolik zyskał sobie renomę jednego z najbardziej wziętych muzyków sesyjnych w kraju. Współpracował m.in. z Myslovitz, Firebirds, T.Love, Mirką Urbaniak, Kayah, Noviką, Tomaszem Stańką. Pisał muzykę do reklam i seriali, stworzył oprawę muzyczną Faktów TVN. Te imponujące dokonania sprawiły, że dziennikarze mianowali go mistrzem drugiego planu i jednym z najlepszych speców od muzyki elektronicznej w Polsce. W 2001 roku, po długich kilkuletnich namowach artysta zdecydował się na wyjście z cienia i wydanie pierwszego, w pełni autorskiego albumu. „Smolik” to muzyka klubowa, bez cienia kontestacji, pełna relaksujących dźwięków. Artysta jest bowiem w równym stopniu zafascynowany nowoczesną elektroniką, co i starymi, analogowymi brzmieniami. Album spotkał się z entuzjastycznym przyjęciem. Smolik dwa lata później nagrał następny materiał kontynuując ścieżkę muzyczną. Wielokrotnie nominowany, jest laureatem Fryderyka i Paszportu Polityki, a jego trzeci autorski album osiągnął status złotej płyty. Przy tych wszystkich sukcesach nadal pozostaje skromnym człowiekiem.

Opracowała: Aneta Dolega



Mitosy treningu

Autor: Aneta Dolega / Foto: Dagna Drązkowska MUA: Joanna Brzezińska

Ludzkie ciało jest dla nich najważniejsze, jego piękno, kształt, możliwości. Zajmują się nim zawodowo. Trenują innych, trenują siebie. Cieleśność w sportowym znaczeniu nie ma dla nich tajemnic, dla nas pokazali zmysłowe oblicze, debiutując w roli modeli w walentynkowej sesji.

A

gata (38 l.) i Łukasz Plewnia (40 l.) na co dzień pracują jako popularni trenerzy personalni, instruktorzy fitness. W życiu prywatnym tworzą zgodną parę. Połączyło ich uczucie, które scementowała wspólna pasja. Choć początek nie był taki oczywisty...

- Zanim poznałam Łukasza ze sportem zawodowym niewiele miałam wspólnego. Moja rekreacja ograniczała się do ćwiczeń z wirtualnym trenerem na konsoli i chodzenia do pracy piechotą - śmieje się Agata. - Trochę ćwiczyłam, ale raczej niewystarczająco i nie miałam pojęcia o prawidłowym odżywianiu się.

Spotkanie z Łukaszem, doświadczonym trenerem, który zajmował się sportem od kilkunastu lat, odmieniło jej życie, także prywatne.

- Poznaliśmy się przez internet, na jednym z portali społecznościowych - wspomina Agata. - Byłam singielką, ale nie szukałam rozpaczliwie drugiej połówki. Z Łukaszem po prostu dobrze się rozmawiało.

- Żeby umówić się z nią na spotkanie, musiałem się nieźle nagimnastykować - żartuje Łukasz. - W końcu zgodziła się na randkę, ale pierwsze spotkanie nie skończyło się sukcesem.

Agata się śmieje, że zobaczyła mężczyznę zupełnie w nie swoim stylu. Nie zakochała się od pierwszego wejrzenia.

- Ujął mnie swoim charakterem i sposobem bycia - uśmiecha





się. - Najpierw się zaprzyjaźniliśmy, dopiero później naturalnie narodziło się między nami uczucie. Dojrzałe uczucie, bo jako do-
rośli ludzie, będąc po różnych przejściach, podeszliśmy do tego
na spokojnie.

Za miłością poszedł sport. Agata zaczęła trenować na serio,
a pod wpływem przyszłego męża weszła jeszcze głębiej w fitness.
Rzuciła dotychczasową pracę i zajęła się trenowaniem innych.

- Agata trenuje kobiety, ja mężczyzn - mówi Łukasz. - Sami też

dbamy o kondycję, przywiązujemy do niej wagę, choć dziś na sesji
nie jesteśmy w szczytowej formie. Na chwilę.

Walentynki dla obojga to ważne święto, spędzają je jednak z dala
od marketingowego zgiełku, który niestety kojarzy się z tym świę-
tem.

- Kameralnie, najlepiej poza miastem, gdzieś na uboczu. Robimy
sobie drobne prezenty i cieszymy się każdą wspólną chwilą - do-
dają oboje. ■





BarwyBiel

FOTOGRAFIA
NA KAŻDĄ OKAZJĘ

WWW.BARWYBIELI.PL
TEL. 601190255





Krzysztof Antkowiak Powrótę się zawsze trudne

Rozmawiał: Rafał Podraza / Foto: Miguel Gaudencio

Wszyscy doskonale pamiętamy Krzysztofa Antkowiaka z jego nieśmiertelnym hitem „Zakazany owoc”, który nuciła cała Polska. Ma za sobą szaloną popularność, nieudaną próbę powrotu na rynek muzyczny i upadek związany z używkami i hazardem. Teraz powraca ponownie i to w naprawdę dobrym stylu.

Podpisałeś pięcioletni kontrakt z Pomatonem. Przygotowałeś płytę z Grzegorzem Ciechowskim. Można by powiedzieć, że złapałeś pana Boga za nogi. Postanowiłeś jednak zerwać umowę i działać na własną rękę. Co takiego się stało, że podjąłeś tak radykalną decyzję?

Chyba wiele czynników się na to nałożyło. Po pierwsze, z Grzegorzem pracowaliśmy nad płytą w Lublinie, kiedy przyjechał menadżer Republiki i stwierdził, że musimy już kończyć, bo przekroczyliśmy budżet. Problem był w tym, że naszym zdaniem, płyta była jeszcze nieskończona... Nikogo jednak to w wytwórni nie interesowało. Oni, mam wrażenie, chcieli miatką, popową płytkę, słowem taki „Zakazany owoc” w nowej odsłonie, a my z Grzegorzem poszliśmy w zupełnie innym kierunku. „Delfin” brzmieniowo bardzo wyprzedzał ówczesny rynek. Opuściłem. Oczywiście nie mogę powiedzieć, że nic nie wyciągnąłem z tego okresu dla siebie. Wiele się nauczyłem, bardzo dużo dały mi wielogodzinne rozmowy z Grzegorzem, tematem nie była tylko muzyka. Dziś mogę powiedzieć, że wtedy wskazał mi odpowiednią drogę. Nakierował.

A może trzeba było jednak posłuchać wytwórni i nagrać „Zakazany owoc” w nowej odsłonie? Sam mówiłeś, że nic się tak nie sprzedaje i nie daje takiej rozpoznawalności jak „trzymiesięczny hit”...

Nie lubię iść na łatwiznę. Póki co nie zamierzam coverować „Zakazanego owocu”, chociaż zdaję sobie sprawę jak piosenka weszła w świadomość mojego pokolenia. Może kiedyś, w innej odsłonie, ale na pewno nie zrobię tego po to, by wrócić na rynek. Robię to, co robię i dobrze mi z tym. Wciąż pracuję, płyta „Dirt on TV” projektu Simplefields sprzedaje się – nie powiem – ku naszemu zdziwieniu bardzo dobrze. Mamy sporo koncertów. Na dzisiaj mam już w głowie materiał na kolejne rzeczy, ale póki co niech jeszcze poczekają. Niech wybrzmii materiał z Simplefields.

Seweryn Krajewski, by nie wylecieć ze Szkoły Muzycznej, występował na koncertach z Czerwonymi Gitarami pod pseudonimem... Też miałeś takie problemy?

Oj było wesoło. Parokrotnie chcieli mnie relegować. Ojciec był wzywany na dywanik do dyrektora i musiał się gęsto tłumaczyć dlaczego pozwala, by syn uprawiał tzw. muzykę rozrywkową. Moim zdaniem nie było to normalne. Dzisiaj mam wrażenie, że był to wynik zawiści, złośliwości czy niechęci. Dostyc wcześniej zacząłem zarabiać niezłe pieniądze, wyjeżdżałem na trasy koncertowe. Kiedy grałem w Stanach dla Polonii czy w Kanadzie, to płacono mi w dolarach, a wtedy w Polsce to była waluta, za którą kupowałeś, co tylko chciałeś. Ponadto przywoziłem sobie modne ciuchy, najnowsze kompaktki, a w „Baltonie” kupowałem najlepszy sprzęt muzyczny. To drażniło, więc co rusz mi przywalano, jak nie koledzy, to nauczyciele. Z przedmiotów muzycznych byłem dobry, jako jeden z niewielu w szkole, miałem piątkę z fortepianu, ale z matką czy polskim było już gorzej. Tutaj pokazywano mi wielokrotnie, że dziennik jest

po stronie nauczyciela i że tylko on ma rację. Złośliwe komentarze: „Czego to nasza gwiazda dzisiaj się nauczyła?”, albo: „no to może do odpowiedzi przyjedzie nasz gwiazdor?” dosłownie mnie paraliżowały i... bardzo bolały, gdyż nigdy tak siebie nie postrzegałem. Na polskim i matematyce przechodziłem dosłownie jakieś traumy, bałem się chodzić na lekcje. Zacząłem się jękać! Totalny obłęd.

Czyli życie chłopaka z plakatu nie było zbyt różowe...

Nie było. Nieraz musiałem się bić z chłopakami, bo ich dziewczyny miały mój plakat nad łóżkiem. Ponadto zupełnie nie byłem przygotowany na popularność. W czerwcu, przed wakacyjną przerwą, zęgnąłem się z kolegami mówiąc, że zaśpiewam w Opolu, a potem nie było już spokojnego powrotu we wrześniu. Po festiwalu wybuchł bowiem szal. Mnóstwo koncertów, płyty, programy telewizyjne... Miałem rzesze fanek, które dosłownie koczowały pod drzwiami naszego mieszkania. Mama nie raz robiła dla nich kanapki. Wycieczki autokarowe przyjeżdżały pod nasz blok, by pokazać, gdzie mieszkam. To było jakieś szaleństwo! Ja starałem się żyć normalnie. Bez żadnej obawy wychodziłem rano do szkoły, wsiadałem do autobusu miejskiego i jechałem. Nie raz, nie dwa słyszałem za plecami: „Patrz, Antkowiak!” albo ktoś na mój widok zaczynał nucić jakąś moją piosenkę, czekając – podejrzywam – na moją reakcję. Nie dawałem się jednak sprowokować. Słowem, łatwo nie było.

Z wykształcenia jesteś pianistą klasycznym... Da się z tego wyżyć?

Nie... No, chyba że jesteś wybitnym pianistą...

Rozumiem. Od twojej ostatniej płyty minęło prawie 16 lat. Wróciłeś – jak się to mówi – z przytupem. Grafik pęcznienie od terminów kolejnych koncertów, płyta znakomicie się sprzedaje... Super, ale co robiłeś jak cię nie było?

Cały czas zajmowałem się muzyką. Grałem w knajpach, na statkach. W międzyczasie w Szwecji nagrałem materiał na płytę, ale póki co cały czas czeka on w tzw. „poczekalni”.

Łatwo jest wrócić?

Bardzo trudno, ale powroty zawsze są trudne. Trochę się obawiałem... Wiadzę jednak, że niepotrzebnie. Mam swoją publiczność.

Tvoja kariera przypomina trochę sinusoidę. Zacząłeś od wysokiego „C”: ogromna popularność, rzesze fanów, potem okres wyciszenia i próba powrotu, choć nie do końca udana. Potem upadek: używki, hazard i teraz znów, powoli, idziesz w górę... Nie masz żalu do losu za te klody rzucanie ci pod nogi?

Dzisiaj już nie mam, kiedyś oczywiście miałem okresy buntu, niezgody, jakiegoś wewnętrznego żalu, ale widać tak musiało być, w życiu nic się nie dzieje bez przyczyny. Podejrzywam, że gdyby nie te wszystkie doświadczenia, dzisiaj moja muzyka nie byłaby tak autentyczna.

Dziękuję za rozmowę.



„Jako nastoletnia gwiazda nieraz musiałem się bić z chłopakami, bo ich dziewczyny miały mój plakat nad łóżkiem. Miałem rzesze fanek, które dosłownie koczowały pod drzwiami naszego mieszkania. Mama nie raz robiła dla nich kanapki. To było jakieś szaleństwo!

A portrait of Małgorzata Walewska, a Polish mezzo-soprano, sitting in a red velvet opera house seat. She has blonde, wavy hair and is wearing a black sleeveless dress. Her hands are clasped in her lap, and she is looking directly at the camera with a slight smile. The background shows rows of empty red seats in a dimly lit theater.

Najlepsze przede mną

Rozmawiała: Aneta Dolega / Foto: Materiały prasowe

Wspaniała osobowość, wielki głos i miła rozmówczyni. Wybitna polska mezzosopranistka Małgorzata Walewska była gwiazdą inauguracji szczecińskiej Opery na Zamku, która po remoncie na nowo otworzyła swe podwoje. Znalazła czas, by się spotkać także z nami.

Z

aśpiewała Pani na inauguracji odnowionej szczecińskiej Opery na Zamku. Mogliśmy Panią podziwiać w „Balu Maskowym” Verdiego. Jak wrażenia?

Teatr stoi, sala jest piękna, akustyka jest wspaniała i to co dla mnie i chyba dla wszystkich jest najważniejsze – opera ma fantastyczną orkiestrę. Wspaniale też jest wrócić do grania „Balu Maskowego”. Nie ukrywam, że jest to moja ulubiona opera Verdiego i za każdym razem, kiedy śpiewam w niej, po swoich scenach zrzucam kostium i biegnę na widownię podziwiać kolegów. Co do samej opery i jej umiejscowienia na zamku, to patrząc na polskie warunki jest to wydarzenie bez precedensu. Bardzo mi się to podoba, gdyż lubię teatry, które mają duszę.

W „Balu Maskowym” śpiewała Pani rolę wróżki Ulyrki. Co Panią fascynuje w tej postaci?

Aria, którą śpiewa Ulyrka jest arią, w której trzeba mieć i dół, i górę, i mroczne zabarwienie głosu. To jest spektakularny popis dla mezzosopranowego głosu, a właściwie altowego. Wedle reżyserskiego pomysłu moja postać jest osobą sparaliżowaną od pasa w dół, co jest o tyle trudne, że aby dobrze oprzeć głos trzeba mieć solidną postawę, a nogi są tutaj istotnym elementem. To była dodatkowa trudność, z którą musiałam sobie poradzić.

To nie była Pani pierwsza Ulyrka. Kiedy wcześniej się z nią Pani zmierzyła?

Pierwszy raz śpiewałam Ulyrkę bodając w 1998 roku w Bremen. Koncepcja była podobna do tej szczecińskiej. Tam byłam emerytowaną aktorką, która jeździ na wózku inwalidzkim. Moja Ulyrka była piękną, w typie Marleny Dietrich, kobietą, która prowadziła warietę będąc jednocześnie domem schadzek. Moja aria polegała na tym, że dziewczynę, która nie wytrzymała emocjonalnie i płakała przed lustrem, ochrzaniałam śpiewając „co ty sobie myślisz? Klienci czekają, a ty się tutaj mażesz”. Dla mnie jest ciekawe odkrywanie drugiego dna. Oczywiście jest warstwa historyczna, to, że w oryginale Ulyrka jest wiedźmą z lasu, która gdzieś w jakiejś jaskini wróży ludziom z kart. Lubię momenty, kiedy to przestaje być takie oczywiste. Tutaj jestem liderem wszystkich „połamańców”, ludzi z półświatka odrzuconych przez społeczeństwo. Natomiast w Madrycie byłam szamanem, który miał swojego bodyguarda w osobie wielkiego, ciemnoskórego faceta. Na scenie odbywało się zarzynanie kogutów i inne magiczne praktyki. Każde takie doświadczenie składa się na kolejną rolę.

Jak Pani dba o swój głos?
Za mało (śmiech).

Każdy śpiewak operowy ma swój sposób na podtrzymanie głosu w dobrej kondycji. Dieta, ćwiczenia... a jak wygląda Pani trening?

Wiadomo, że z wiekiem, z upływem czasu nasz organizm się zmienia i trzeba zacząć myśleć o większej dbałości o niego. A im kariera się bardziej rozkręca, tym odpowiedzialność jest większa. Zawodową chorobą śpiewaków jest choroba refluksowa. Cały czas pracujemy przeponą i w pewnym momencie ważne się staje to, co jemy. Różni ludzie różnie do tego podchodzą i np. moi koledzy jak nie zjedzą solidnego steka przed spektaklem, to im się źle śpiewa. Dla mnie najważniejsze jest czuć się lekko przed wejściem na scenę. Myślę, że stąd się biorą problemy niektórych śpiewaków z otyłością. Przed spektaklem nie można się najeść z wielu powodów. Po pierwsze, że jest to stres, po drugie, że jest to rodzaj sportu. Śpiewanie Wagnera, które trwa

pięć godzin, to jest ciężkie wyzwanie fizyczne, organizm musi być cały czas skupiony na śpiewaniu. W związku z tym trzymam w garderobie banana, który zawiera potas, zapelnia żołądek i daje siłę. Proszę nie wierzyć w te wszystkie żółtka z jajek, to mit. Największym wrogiem śpiewania jest jednak gadanie, więc to co teraz robię to pewien rodzaj grzechu (śmiech).

Jak każda operowa diva ma Pani wielbicieli. Czy są wśród nich szczególnie oddani fani?

Spectrum przyjaciół, których zyskałam dzięki swojej pracy jest duże. Jedną z takich przyjaciółek, która bywa także na moich próbach generalnych, jest pewna pani z Bremen, ponad 80-letnia osoba, wielka fanka opery, od której to usłyszałam największy komplement. Otóż po obejrzeniu „Parsifala” przyszła do mojej garderoby i powiedziała, że jestem śpiewaczką wagnerowską. Byłam też swatką, gdyż dzięki spektaklom, w których zagrałam, a też bezpośrednio przeze mnie, poznało się kilka par, a także nawiązało kilka znajomości. Mój zawód łączy ludzi.

Jak w każdym zawodzie, także w Pani przypadku można mówić o pewnej rywalizacji. Odczuwa pani na plecach „oddech” innych śpiewaczek?

Element współzawodnictwa zawsze występuje, ale ja doceniam kunszt drugiego człowieka i kiedy ktoś się mnie zapyta o najlepszą Carmen na świecie to odpowiadam: Elina Garanča. Przede wszystkim jest to fantastyczny zawód i nie ma co zazdrościć. Człowiek, który ma świadomość swojego warsztatu, swoich zalet, a także swoich wad jest daleki od tego uczucia. Ten zawód polega na ciągłej pracy nad sobą i rozwoju swoich umiejętności. Najlepsze jest to, że najciekawsze role są dopiero przede mną.

Dziękuję za rozmowę.



Malgorzata Walewska, diva operowa, wybitna polska mezzosopranistka. Została zaliczona do grona dziesięciu najślawniejszych Polaków w zestawieniu, które sporządził tygodnik Time. Zadebiutowała rolą Azy w „Manru” Paderewskiego na deskach Teatru Wielkiego w Warszawie w 1991 roku. Była m.in. Carmen u Bizeta, Judytą w „Zamku księcia Sinobrodęgo”, Polką w „Damie pikowej” i Olgą w „Eugeniuszu Onieginie” Czajkowskiego, lista jej ról jest długa. Występowała gościnnie w teatrach operowych Bremy, Genewy, Klagenfurtu, Las Palmas, Luksemburga, Rzymu i Florydy (Palm Beach Opera). Związana była stałym kontraktem z wiedeńską Staatsoper i drezdeńską Semperoper. Wśród jej partnerów scenicznych znaleźli się m.in.: Renato Bruson, Plácido Domingo, Simon Estes, Thomas Hampson i Luciano Pavarotti.

DYSK BEZPRZEWODOWY LACIE FUEL

LaCie Fuel pozwala na przechowywanie ponad 500 filmów lub tysięcy zdjęć, piosenek, dokumentów i dostęp do nich przez iPada, iPhone'a lub Maca. Maksymalnie do 10 godzin pracy baterii. LaCie Fuel tworzy własną sieć Wi-Fi, jak router domowy. Można skonfigurować aż 5 urządzeń jednocześnie.

Cena: 899 zł



MUST HAVE

BOWERS & WILKINS NAUTILUS

Kolumny Nautilus od Bowers & Wilkins to klasyka designu i milowy krok w zakresie konstrukcji głośników. To nie tylko oryginalny, sztandarowy produkt, ale również ucieleśnienie innowacji technologicznych, do którego wszyscy inni producenci dążą. Nautilus to wynik przełomowych, pięcioletnich badań i rozwoju, w celu osiągnięcia doskonałych głośników.

Cena: 140 000 zł.



Głośnik Bose Soundlink Bluetooth III

Głośnik zapewnia pełne, głębokie i czyste brzmienie. Można łatwo sparować go ze smartfonem, iPadem lub innym urządzeniem bluetooth. Zasięg głośnika to około 9 m, co pozwala cieszyć się dźwiękiem właściwie w dowolnym miejscu, bez niepotrzebnych przewodów.

Cena: 1 299 zł



SENNHEISER HD 800

Wykorzystując najbardziej zaawansowaną technologię wytwarzania przetworników firmy Sennheiser, te otwarte stereofoniczne słuchawki dynamiczne zmieniają definicję dźwięku referencyjnego. Przetwornik jest osłonięty precyzyjnym materiałem z nierdzewnej stali, a poduszki uszne są ręcznie formowane z najwyższej jakości tkaniny z mikrofibry. Model HD 800 okazał się ogromnym sukcesem i uzyskał miano pioniera w dziedzinie rozwoju konstrukcji słuchawek.

Cena: 4 999 zł



JVC X500 – projektor kina domowego 4K

Projekcja obrazów 4K (3840 x 2160) realizowana dzięki technologii e-shift 3, procesorowi obrazu Multiple Pixel Control oraz systemowi detekcji MPC. Kontrast dynamiczny: 600.000:1 (maks.), kontrast natywny: 60.000:1, realizowany dzięki oryginalnym chipom D-ILA oraz mechanizmowi optycznemu wyposażonemu w siatkę polaryzatorów. Projekcja imponującej jakości obrazów 3D ze zminimalizowanymi zakłóceniami typu cross-talk (nakładanie klatek) – możliwa dzięki zastosowaniu chipów D-ILA oraz technologii Frame Addressing. Szereg funkcji regulacji obrazu 3D: konwersja 2D-3D, redukcja efektu cross-talk, regulacja rozbieżności oraz regulacja głębi obrazu. Dostępny w kolorze czarnym i białym.

Cena: 15 999 zł, www.kezard.pl

DOSKONAŁY ROCZNIK 2015 W DOSKONAŁEJ CENIE



SPEKTAKULARNY ŚWIAT LEXUSA DOSTĘPNY JUŻ OD

89 900 PLN

Zapraszamy do salonu
Lexus Szczecin, ul. Mieszka I 25
tel. 91 433 35 88
www.lexus-szczecin.pl

znajdź nas na
[facebook.com/LexusSzczecin](https://www.facebook.com/LexusSzczecin)

LEASING SMARTPLAN

od **890** netto zł/mc 10%*

od **448** netto zł/mc 30%*

PODWÓJNA MOC HYBRYDY

 **LEXUS**
creating amazing

* Wysokość wpłaty wstępnej

Ceny oraz raty specjalne obowiązują od 10.11.2015 r. do wyczerpania zapasów. Podana cena oraz raty nie dotyczą modelu przedstawionego na zdjęciu. Oferta wyprzedazowa dotyczy wybranych modeli. Szczegóły u autoryzowanych dealerów Lexusa. Model na zdjęciu: Lexus GS-F - zużycie paliwa oraz emisja CO₂ w cyklu mieszanym odpowiednio: 11,2 l/100 km oraz 260 g/km. Informacje o działaniach dotyczących odzysku i recyklingu samochodów wycelowanych z eksploatacji: www.lexus-polska.pl

EKONOMICZNY MOCARZ

Autor: Andrzej Kus / Foto: Miguel Gaudencio

Komfortowy, niezwykle ekonomiczny, ale ze sportowym zacięciem. W nowym Lexusie RX450h znajdziemy wszystko to, czego pozornie nie da się połączyć. To auto na miarę XXI wieku.



Lexus wypuścił na rynek auto, które zachwyca nie tylko wyglądem, ale również funkcjonalnością. Powoduje, że każda, nawet najkrótsza podróż jest niezwykle przyjemna zarówno dla kierowcy, jak i pasażerów.

Przegląd hybrydowego SUV-a zaczynamy od przyjrzenia się rozwiązaniom zwiększającym bezpieczeństwo. Nie można mu wiele zarzucić. Auto wyposażone jest w Lexus Safety System + wykorzystujący przednią kamerę oraz radar do wykrywania znajdujących się przed samochodem przeszkód, pojazdów i pieszych. Obejmuje on między innymi taką funkcję, jak ostrzegającą kierowcę o niezamierzonym opuszczeniu pasa ruchu. Uruchamiają się wówczas wibracja kierownicy oraz sygnały optyczne i dźwiękowe. Jest też funkcja automatycznych świateł drogowych, która wykrywa światła pojazdów znajdujących się przed samochodem i odpowiednio włącza światła mijania lub drogowe. Aktywny tempomat natomiast za pomocą radaru i kamery mierzy prędkość poprzedzających pojazdów i automatycznie dostosowuje prędkość samochodu do otoczenia, umożliwiając zachowanie właściwych odstępów.

W Lexusie znajdziemy także monitor martwego pola, ostrzeżenie o ruchu poprzecznym w trakcie cofania czy asystenta parkowania z widokiem 360 stopni. Bezpieczeństwo zwiększają także nowe przednie lampy przeciwmgielne i diodowy reflektor doświetlający zakręty.

Każdy Lexus RX 450h wyposażony jest w napęd na cztery koła E-FOUR, który zapewnia bezproblemową jazdę i dobrą przyczepność w trudniejszym terenie. W skład napędu wchodzi napędzający tylne koła silnik elektryczny o mocy 50 kW, który na żądanie jest w stanie błyskawicznie wygenerować bardzo wysoki moment obrotowy.

LUKSUSOWE WNEȚRZE

Środek samochodu, podobnie jak sylwetka, emanuje elegancją i luksusem. Zachwyca dach panoramiczny z odsuwaną przednią częścią oraz elektryczną osłoną przeciwsłoneczną. Trójramienna kierownica obszyta skórą ma specjalne miejsca na oparcie palców, a za sprawą zoptymalizowanego przekroju idealnie leży w dłoniach. Na zamówienie dostępna jest w wersji podgrzewanej,



Lexus RX 450h: Pojemność 3456 centymetrów sześciennych; Moc 263KM, łączna moc (silnik spalinowy i elektryczny) 313 KM; Przyspieszenie 0-100 7,7s; Średnie spalanie 5,3 l

a umieszczone na niej przełączniki sterują – w zależności od wyposażenia samochodu – systemem audio, telefonem, wyświetlaczem informacyjnym, tempomatem i systemem utrzymania pojazdu na pasie ruchu. Zaokrąglone kształty foteli zapewniają wszystkim pasażerom RX nie tylko komfort podróżowania, ale również podparcie. Tapicerka foteli została wykonana z zastosowaniem szwów prostych, które wyglądają elegancko i odznaczają się trwałością. Kolejnym stylowym akcentem jest estetyczne pikowanie tapicerki oparcia foteli kierowcy i przedniego pasażera, pasujące do atrakcyjnego wzoru tapicerki drzwi. Wszystkie wersje Lexusa RX 450h są wyposażone w dziesięć poduszek powietrznych i napinacze pasów bezpieczeństwa. W przypadku kolizji czujniki mierzą siłę uderzenia i odpowiednio aktywują napelniane dwustopniowo poduszki powietrzne z przodu oraz boczne poduszki powietrzne. Informacje o stanie pojazdu i wskaźniki wyświetlane są na przedniej szybie. Projektor oferuje najszerszy obraz spośród wszystkich takich projektorów stosowanych dotąd przez Lexusa. Wyświetla m.in. wskazówki nawigacyjne lub ustawienia systemu audio, które kierowca może odczytywać nie odrywając wzroku od drogi.

Bez wątpienia przyjemność z jazdy zwiększa system audio Mark Levinon z subwooferem, który oferuje nam aż 15 głośników a dźwięk z nich wypływający poddawany jest obróbce cyfrowej. Kolejnym rewelacyjnym gadżetem jest kino samochodowe z 7-calowymi monitorami na tylnej części przednich foteli.

SUPER EKONOMICZNY

RX 450h wyposażony jest w 3,5-litrowy silnik benzynowy V6 z bezpośrednim wtryskiem paliwa, pracujący w hybrydowym układzie napędowym. Osiąga on moc 263 KM. Natomiast moc całkowita (silnika spalinowego i elektrycznego) dochodzi do 313 KM. Legitymuje się średnim zużyciem paliwa na poziomie 5,2 litra! Dla klientów wolących standardowe rozwiązania dostępna jest również wersja RX 200t z 2,0-litrowym turbodoładowanym silnikiem benzynowym o mocy 238 KM.

Samochód dostępny jest w salonie Lexus Szczecin Kozłowski. Można go również nabyć w leasingu operacyjnym Smartplan, która zawiera stałą niską ratę oraz preferencyjne oprocentowanie. ■



ODRZUTOWY SKUTER

Autor: Andrzej Kus / Foto: Marek Grudziński

To bez wątpienia prawdziwa perełka. Ze świecą można szukać go nie tylko na polskich ulicach, ale całego świata. Właśnie u nas odzyskał swój dawny blask i zachwycił najwytrawniejszych miłośników motoryzacji. Mowa o kabin-skuterze Messerschmitt KR 200.



Jego kabina kojarzy się z kabiną samolotu? Oczywiście, taki w połowie ubiegłego stulecia był zamysł inżynierów. W 1952 roku odbudowana została fabryka Messerschmitta. Można już jednak było zapomnieć o produkcji samolotów bojowych. Co w zamian? Fritz Fend, zarządca fabryki zdecydował, że będą to nietypowe skutery z kabinami.

Model KR 200, następca KR175, produkowany był w latach 1955–1964. Przez ten czas fabrykę opuściło blisko 40 tysięcy pojazdów. Do dzisiaj przetrwało ich naprawdę niewiele. Pojawienie się na ulicy Messerschmitta traktowane jest w światowych mediach wręcz jako sensacja.

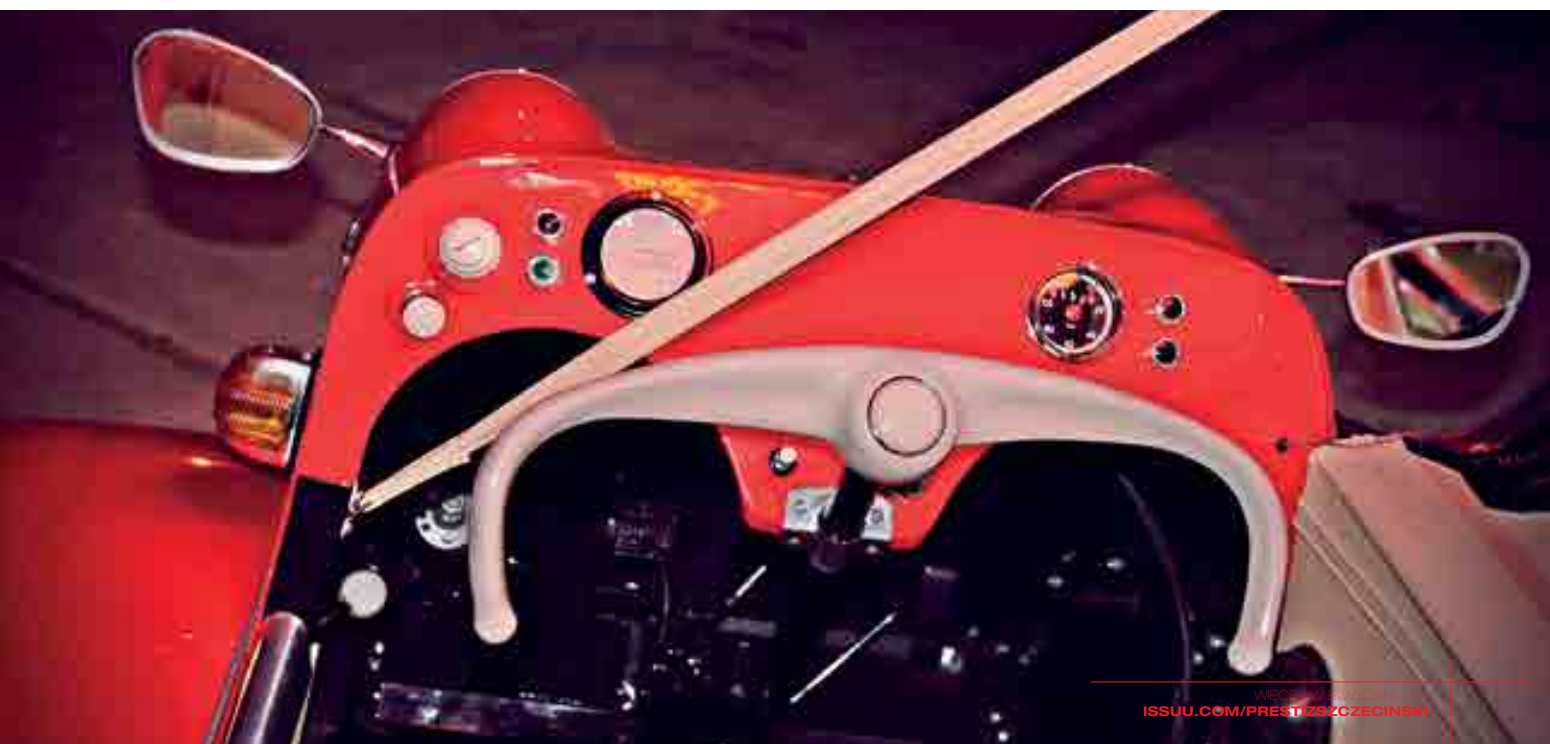
„Nasz” pochodzi z 1959 roku. Do Szczecina przywieziony został z Niemiec w opłakanym stanie, choć kompletny.

– Renowacji został poddany każdy jego element. Silnik był mocno uszkodzony, obawialiśmy się, że nie do naprawy. Ostatecznie udało się odnaleźć do niego części i ponownie uruchomić. Nie było

to łatwe zadanie, gdyż podzespołów nie kupimy w popularnych internetowych serwisach aukcyjnych. Trzeba szukać po pasjonatach – opowiada Mateusz Zakrzewski z firmy Reincarnation Classic Car. – Zdołaliśmy też odratować całą górną kopułę, kierownicę, nawet zbiornik paliwa. Chcieliśmy oczywiście zachować jak najwięcej oryginalnych części. Nowa jest tapicerka, dorobiliśmy boczne szyby, wkłady do lusterek. KR 200 dostał też akcesoryjny daszek przeciwsłoneczny nad przednią szybą. Prosił nas o to niemiecki klient.

Po pięciomiesięcznej renowacji pojazd został przetestowany na koszalińskim torze kartingowym, gdzie odbył rundę honorową. Udało się go rozpędzić do 80 km/h, a nie był to koniec jego możliwości. Dwusuwowy silnik o pojemności 200 centymetrów sześciennych i mocy 12KM pozwalał się rozpędzać fabrycznie do ponad 100km/h.

– Ciekawostką w tym skuterze jest to, że nie posiada on biegu wstecznego. Można jednak jechać do tyłu. By to zrobić należy wyłączyć silnik i odpalić go w drugą stronę. Po odwróceniu pracy silnik posiada on tak samo cztery biegi do tyłu – podsumowuje Mateusz. ■





SZCZECIN PARYŻEM PÓŁNOCY

Rozmawiał: Andrzej Kus / Foto: materiały prasowe

Londyńska firma architektoniczna Flanagan Lawrence zwyciężyła w konkursie na koncepcję przebudowy szczecińskiego Teatru Letniego. – Nie bez przyczyny to miasto nazywane jest Paryżem Północy – powiedzieli nam dyrektor kreatywny Jason Flanagan oraz główny architekt projektu Przemysław Kołodziej. – Mamy nadzieję, że w niedalekiej przyszłości budynek z naszej pracowni stanie się jednym z symboli tego miasta.

Czy w trakcie przygotowywania projektu byliście w Szczecinie i oglądaliście Teatr Letni?

Przed przystąpieniem do projektowania bardzo ważne jest dla nas zrozumienie kontekstu danego miejsca – poczucie jego skali, atmosfery, uwarunkowań i lokalnego charakteru. Wizyta w Szczecinie była dla nas pozytywnym doświadczeniem – miasto nazywane nie bez przyczyny „Paryżem Północy” posiada wyjątkową urbanistykę wyróżniającą je spośród polskich miast. Dla nas najważniejszą metodą na poznanie danego miejsca jest spacer po nim, dlatego przeszliśmy główną oś miasta na piechotę poczwąwszy od Starego Miasta przez Centrum, aż do Parku Kasprowicza i samego Teatru Letniego. Zaskoczeniem było, że amfiteatr staje się zamknięciem głównej osi miasta – z jednej strony mamy nową filharmonię z drugiej Teatr Letni. Obydwa obiekty mocno kontrastują ze sobą – amfiteatr zanurzony jest w urokliwym otoczeniu parkowym, leży tuż przy jeziorze. Filharmonia z drugiej strony wpisuje się w historyczną tkankę, leży tuż przy otwartej przestrzeni publicznej przekształconej obecnie w Centrum Przełomów. Przy rozpoczęciu projektowania naszym zamierzeniem było osiągnięcie obiektu prowadzącego dialog z parkiem przy zachowaniu współczesnych środków wyra-

zu architektonicznego i nowoczesnych materiałów. Droga do jego realizacji sprawiła najwięcej trudności, jednocześnie pragniemy podkreślić, że w architekturze, paradoksalnie, limitacje i ograniczenia są czynnikiem bardzo kreatywnym i przyczyniają się często do wyjątkowych rozwiązań.

Czy uważacie, że Teatr Letni może stać się wizytówką Szczecina? Jakie przede wszystkim prace należy w nim przeprowadzić, by tak się stało?

Naszym zdaniem Teatr Letni może stać się kłamrą domykającą obraz miasta stawiającego na rozwój kultury na zasadzie: filharmonia – obiekt zamknięty, amfiteatr – obiekt otwarty. Posiadanie dwóch obiektów o klasie europejskiej powinno stać się główną osią do organizacji np. festiwali kulturalnych odbywających się jednocześnie na dwóch obiektach. Budowa Teatru Letniego w proponowanej formie z pewnością wyróżni go na tle innych amfiteatrów w Polsce, po pierwsze wyjątkową lokalizacją obiektu oraz współczesną formą o wyjątkowych parametrach akustycznych. Przywrócenie pierwotnej funkcji Teatru Letniego naszym zdaniem powinna odbywać się dwutorowo – na pierwszą odpowiada przeprowadzony konkurs – rewitalizacja i przebudowa całego założenia z uwzględnieniem

współczesnych wymagań dla tego typu obiektów, z drugiej ciągle wsparcie miasta w organizowaniu imprez cyklicznych i festiwalu nie tylko w okresie wiosenno-letnim, ale również poza nim.

Czym sugerowaliście się wymyślając koncepcję?

Przystępując do pracy nad tak złożonym projektem należy zgromadzić jak najwięcej zmiennych, mających wpływ na formę i funkcję obiektu. Jako że amfiteatr służy przede wszystkim jako miejsce do organizowania różnego rodzaju występów muzycznych, priorytetem były parametry akustyczne obiektu. Kolejną warstwą jest

nią, organizacja zaplecza, dostępność dla osób niepełnosprawnych i inne. Podstawą przy pracy nad tego typu obiektami jest przede wszystkim doświadczony i kreatywny zespół oraz kompetentni konsultanci.

Wasza pracownia jest międzynarodowa - jak wygląda praca w takim miejscu?

W naszej pracowni pracują osoby z kilkunastu krajów z każdego kontynentu - praca w takim środowisku jest niewątpliwie czymś inspirującym i pomagającym w zrozumieniu innych kultur, wrażliwości



zachowanie wglądów krajobrazowych ze wzgórza, jak i od strony jeziora - korona amfiteatru nie powinna zostać zasłonięta przez powstający obiekt - dlatego powierzchnia dachu będzie możliwie nisko, równoległa do nachylenia wzgórza, by dynamicznie unieść się tuż nad sceną. W typowych rozwiązaniach na podobnych obiektach tył sceny jest zamknięty ekranami akustycznymi, przesłaniającymi widoki za sceną. Naszym zamysłem było otwarcie sceny na Jezioro Rusałka i wysepkę na nim leżącą - tak, by parkowa natura stała się scenografią dla występów. Dodatkowo wysepka może zostać podświetlona podczas koncertów nocnych - dając w zamierzeniu unikatowe doznania. Z powyższego opisu widać, że nie jest to jedna idea, ale raczej wiele warstw, nałożonych na siebie - często przeciwnych - z których wyłania się ostateczna forma obiektu.

Czy było to wymagające wyzwanie?

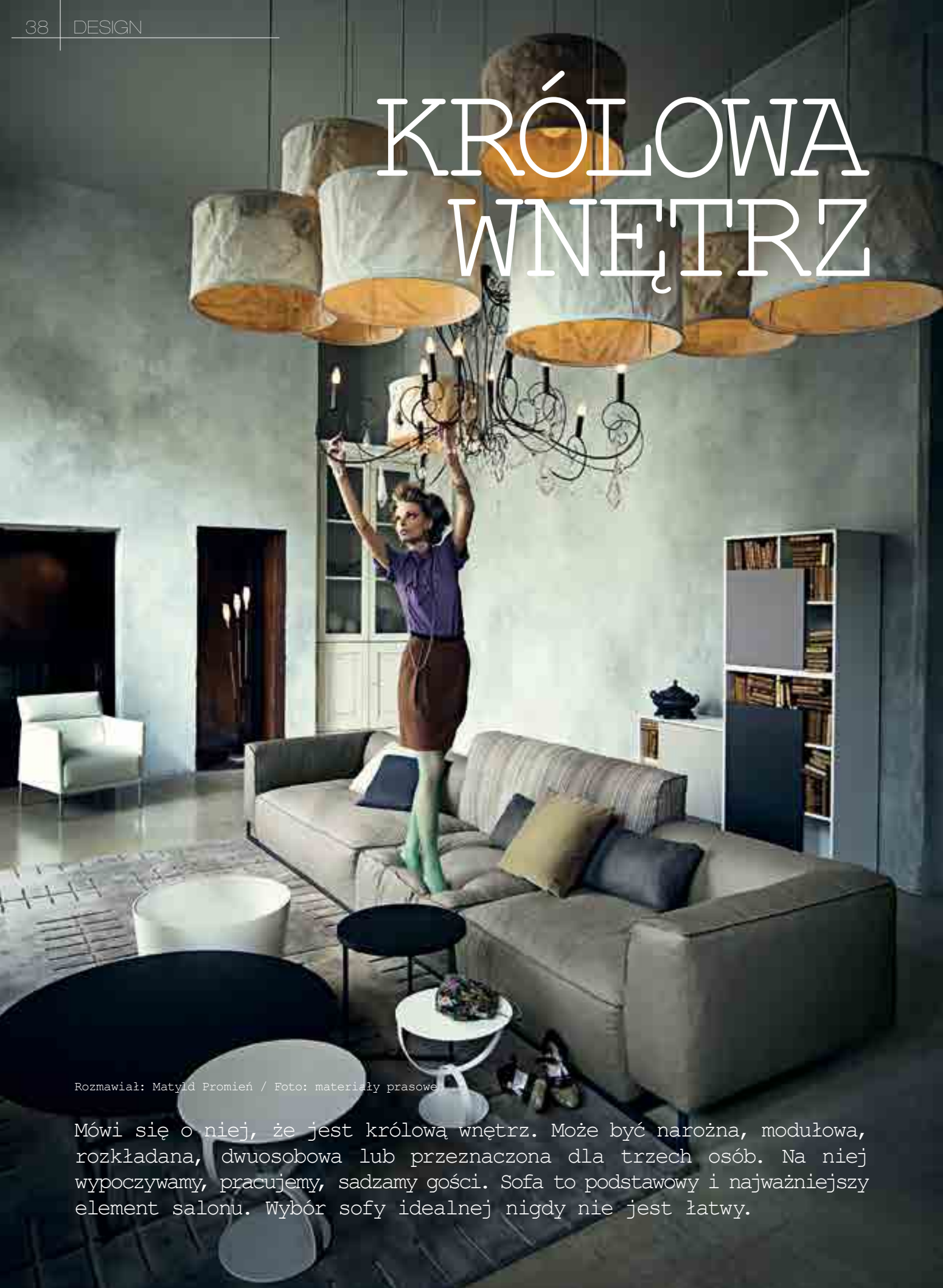
Zaprojektowanie amfiteatru dla dwu i pół tysięcznej widowni jest wielopoziomowym zagadnieniem, nie tylko od strony czysto estetycznej, ale również od strony użytkowej. Architekt musi znaleźć rozwiązanie obejmujące wiele zagadnień, takich jak: optymalizacja napełniania i opuszczania widowni, akustyka i widoczność na sce-

i innych wartości. Tak jak przy projekcie Teatru Letniego - znajomość lokalnych uwarunkowań i kontekstu przez polskich architektów, pracujących przy projekcie, pomogła w zwycięstwie w konkursie.

Podsumowując: jak oceniacie nasze miasto? Jest to atrakcyjne miejsce dla mieszkańców i turystów?

Przed przystąpieniem do konkursu Szczecin nie był nam dobrze znanym miastem - może za wyjątkiem nowej filharmonii, która po części stała się jego wizytówką. Po odwiedzeniu miasta widzimy duży potencjał rozwoju w nadchodzących latach. Bliskość Berlina i Poznania jest czynnikiem, który pomaga w tym rozwoju. Jeśli chodzi o sam Szczecin wydaje się być bardzo atrakcyjny - dużą wartość stanowi uporządkowana tkanka urbanistyczna, za którą powinna iść doskonała komunikacja miejska. Dbanie o jakość powstających budynków, powstanie generatorów w postaci parków technologicznych oraz biznesowych niewątpliwie przyczyni się do napływu inwestorów. Szczecin posiada unikalne Stare Miasto z Zamkiem Książąt Pomorskich, które powinno być sukcesywnie restaurowane. Mamy nadzieję, że w niedalekiej przyszłości również budynek z naszej pracowni stanie się jednym z pozytywnych symboli miasta. ■

KRÓLOWA WNĘTRZ



Rozmawiał: Matylda Promień / Foto: materiały prasowe

Mówi się o niej, że jest królową wewnątrz. Może być narożna, modułowa, rozkładana, dwuosobowa lub przeznaczona dla trzech osób. Na niej wypoczywamy, pracujemy, sadzamy gości. Sofa to podstawowy i najważniejszy element salonu. Wybór sofy idealnej nigdy nie jest łatwy.

Sofa klasyczna, w stylu glamour czy może wygodny wypoczynek z poduchami utrzymany w rustykalnym stylu? Wybór jest ogromny, a decyzja powinna być uzależniona nie tylko od naszego gustu, ale także stylu wnętrza.

Sofa, jaką warto kupić, to taka wykonana z dobrej jakości materiałów. Na sofie spędzamy dużo czasu. Warto więc zadbać o jakość, bo po tym meblu, jak po prawie żadnym innym będzie szybko widać zużycie. Zniszczona, zdeformowana sofa psuje efekt całego wnętrza. Dlatego dobrej jakości pianki, mocna tkanina i stelaż z litego drewna sprawiają, że sofa jest ciężka, ale dzięki temu wytrzymuje próbę czasu.

Idealna sofa to taka, która nie przytłacza wnętrza ani w nim nie ginie. Ważną rolę odgrywa tutaj wielkość sofy, która jest uzależniona od wielkości salonu. Sofę ustawiamy tak, aby domownicy mieli swobodę poruszania się. Najlepszym miejscem jest centralny punkt we wnętrzu - może to być kominek, telewizor lub stolik kawowy.

Owieczny dylemat to sofa zwykła czy narożna? Jeśli sofa ma być miejscem rozmów między domownikami, a nie ogranicza nas wielkość salonu, to idealnie sprawdzi się sofa narożna. Podobnie, gdy często przyjmujemy gości. I tutaj ważna uwaga - jeśli na kanapie będzie kwitło życie towarzyskie, to nie może być ona ani głęboka, ani bardzo miękka. W przeciwnym razie goście będą „zapadali się” w sofę i będzie im po prostu niewygodnie.

Alternatywą dla jednej dużej sofy może być zestaw modułowy. Dwie kanapy ustawione vis-à-vis, podobnie jak narożnik, pozwalają stworzyć w salonie kameralną atmosferę, pozostawiając sporo miejsca na niski stolik. W przestrzeni otwartej sofa może stać się elementem oddzielającym salon od kuchni. Zastanówmy się też, czy sofa będzie centrum dziennego wypoczynku, czy też do spania? W pierwszym przypadku powinna być głęboka i miękka, w drugim twardsza.

Pod uwagę trzeba wziąć też pokrycie mebla. Tkaniny o ciasnym splocie, takie jak wełna, bawełna czy płótno nadają się do różnych pomieszczeń, wyglądają świetnie ozdobione wzorem lub w niet-



powym kolorze i są stosunkowo łatwe w utrzymaniu. Sofa pokryta naturalną skórą to zakup na długie lata. Spośród tkanin sztucznych warto rozważyć alcantarę, która nie wychodzi z mody, niezależnie od zmieniających się trendów.

Jeśli chodzi o aspekty czysto funkcjonalne, to projektanci, jak i producenci mebli wypoczynkowych stosują coraz ciekawsze, bardzo pomysłowe i nierzadko zaawansowane technologicznie rozwiązania mające na celu zwiększenie użyteczności i „kompatybilności” mebla z użytkownikiem. Ostatnią kwestią przy wyborze sofy jest dopasowanie mebla do stylistyki wnętrza. Na koniec pozostaje wybór koloru. Sofa w wyrazistych kolorach, takich jak czerwień, zieleń, błękit czy fiolet wprowadza do wnętrza ożywienie i nadaje mu charakter. Ważne tylko, aby skupić się na jednym kolorze, bo kolorystyczna mozaika da efekt wybitnie niepożądany. ■



ŁOWCY STYLU

W tym cyklu szczecińska projektantka Kasia Hubińska i fotograf Miguel Gaudencio poszukują ciekawych i niebanalnie ubranych szczecinian. Bądźcie czujni, gdyż kiedyś do udziału w sesji mogą zaprosić także i Was.



Paweł Kuźma - szczecinianin, prowadzi i zarządza międzynarodowymi przedsiębiorstwami, zafascynowany branżą e-commerce z którą ostatnio związany jest najmocniej. Jego styl to mieszanka sportowej elegancji oraz wyszukanej niczym nieskrępowanej mody. Bez problemu zakłada tenisówki do garnituru, t-shirt do spodni wizytowych.

Kasia Hubińska,
projektantka mody damskiej

Lekki i swobodny styl. Cieszy mnie zestawienie kolorów, choć same fasony są klasyczne. Widać, że pan Paweł przykłada ogromną wagę do wyglądu i wygody. Wie jak strój wpływa na pierwsze wrażenie. Podsumowując: młodzieńcza elegancja odważna, ale stonowana, klasa i dbałość o szczegóły.





Anna Karbowińska – urodzona w Bydgoszczy, w Szczecinie mieszka od 30 lat. Jej kierunek zawodowy to reklama, ale od 13 lat razem z siostrą prowadzi salon MaxMara & MaxMara Weekend. Każdą wolną chwilę spędza nad morzem. Ćwiczy jogę, podróżuje, lubi dobre kino, jest wielką wielbicielek sztuki. Moda dla niej jest połączeniem wizerunku i charakteru człowieka. Zawodowo śledzi trendy w modzie, ale sama za nimi nie goni. Jej motto życiowe: „Każda chwila jest czasem tworzenia w czasie, który mija. Musisz pozostawić swój ślad.”

Kasia Hubińska,
projektantka mody damskiej

Pani Ania to kobieta elegancka i świadoma swojej sylwetki. Znakomicie dobiera fasony sukienek. Diabeł tkwi w dodatkach i ona to wie. Mamy zatem wspaniałe dobrane buty, rękawiczki, szale i torebki. Całości dopełnia pełen ciepła uśmiech. Nie sposób nie zauważyć tak stylowej kobiety.



MIEJSKA ELEGANCJA





Prestiż i szyk na ulicach miasta? Tak, ale nie bez wygody. Wychodząc z założenia, że moda ma nas wyróżniać i czynić wyjątkowymi, ale nie pozbawiać uczucia komfortu, właścicielki szczecińskiego butikiu Mia&Charlie postawiły na wysokiej jakości damską i męską odzież światowych marek. Za ich przykładem w zimowej aurze warto postawić więc na obuwie włoskiej firmy Bumper, miękkie sweterki i jedwabne bluzki Hemisphere Cashmere czy rewelacyjne kurtki kanadyjskiej firmy Eleven Elfs. Naszą codzienną garderobę wzbogacimy elegancją od Karla Lagerfelda, ale doskonale poczujemy się też w kolekcji Seven For All Mankind. Jeśli cenimy komfort i świetny wygląd, to w Mia&Charlie znajdziemy też absolutne must have: słynne jeansy amerykańskiej firmy Hudson, podkreślające kobiece kształty i pozwalające poczuć się na ulicy jak na wybiegu. **kt**



HUDSON

Charlie
BEAUTY & CO.



modelka: Joanna Szewczak (JoannaVi)
makijaz i fryzura: Beata Snowsill
fot: Krzysztof Budzyński

Mia & Charlie
FASHION BOUTIQUE

Mia&Charlie
Szczecin, al. Wojska Polskiego 35/3
www.facebook.com/MiaandCharlieSzczecin



Tradycyjny felieton Kaczmarka

Szymon Kaczmarek

dziennikarz Radia Szczecin, „garkotłuk”

W

iesz Puchatku, ja to w zasadzie nie lubię Prosiaczka – powiedział jak zwykle ponurym głosem Kłapouchy. To nie jedź – mruknął znad talerza Puchatek." Powyższe zdanie tylko z pozoru wydaje się proste i zwyczajne. Należę do pokolenia, które wychowywane

było w poszanowaniu pewnych tradycji, zarówno tych ogólnonarodowych, jak i domowych, rodzinnych. Te ostatnie zależne były od regionu pochodzenia, statusu społecznego oraz innych, niedemokratycznych przyczyn. W mojej rodzinie, gdy nałożono na talerz, należało zjeść. I to bez względu na to, czy smakowało, czy nie. A już w gościach, to nawet pochwalić trzeba było. Taki obyczaj. Czasem trudny do kultuwowania. Bo co zrobić, gdy na stole szpinak mdły jak wieczorne "Wiadomości", w gardle ciasno, uszami się wylewa, a tu... taka tradycja?

Tradycja dziś staje się trudnym do zaakceptowania słowem. Mocno nadużywamy, wręcz szarganym, ale zgoła zupełnie bez zrozumienia treści jakie sobą przedstawia. Skoro jest "tradycyjna" polska pizza albo kebab, jeśli na wigilijną kolację zamawia się fast-food'a, to w zasadzie pisanie o tradycji można sobie by było darować. Gdyby nie jedna sprawa: moja tradycyjna upierdliwość. Niedawno zainteresowano mnie fejsbukową grupą miłośników wędzenia. Jestem na nim, więc zaglądam i co widzę? Wynalazki typu metalowa skrzynka, generator dymu i trocinki ze stolarni... Pod zdjęciami ugotowanego, często okopconego mięsa podpisy: "tradycyjna polska kiełbasa", "tradycyjny boczek wg tradycyjnej receptury"... tradycyjna głupota chciałoby się rzec. W marketach od tradycji też równie gęsto. Ta marketowa tradycja jest tak samo tradycyjna, jak stukanie się jajkiem podczas wigilijnej wieczerzy (patrz niezrównany "Miś"). Mam nieodparte wrażenie, że ludność mojego kraju nagminnie myli tradycję ze zwyczajem. Może więc wytłumaczyć na zgrabnym przykładzie, bom przecież mądrała: jeśli nie potrafisz posługiwać się nożem i widelcem, bo nie chciałeś się nauczyć mimo starań rodziców, to jest zwyczaj. Jeśli jednak i Twoi rodzice nie posiedli tej sztuki, to już tradycja. Czasami z dziada pradziada. Kusi mnie jeszcze, by zająć się kolejnym słownym nadużyciem. Mam na myśli określenie "kultowy". Kultowa knajpa, kultowy utwór, kultowe miejsce... ale to już innym razem.

Luty jest dla mnie miesiącem niecierpliwym i oczekującym. Dobrze, że tak krótki. W tym czasie łączę z zadartą głową i nastawionymi czujnie uszami, wypatrując i nasłuchując czy to już. Najlepiej pojechać w okolice Ińska, to bowiem w tamtych okolicach, wśród morenowych pagórków, pojawiają się tradycyjnie najwcześniej. Grusgrus – żuraw zwyczajny. Nie mam pojęcia dlaczego tak zwyczajnie na nazwisko Mu dano? Przecież od lat wielu dla mnie jest

„

...tradycją nazwać niczego nie możesz. I nie możesz uchwałą specjalną zarządzić ani jej ustanowić. Kto inaczej sądzi, świeci jak zgasa świeczka na słonecznym dworzu! Tradycja to dąb, który tysiąc lat rósł w górę. Niech nikt kielka małego z dębem nie przymierza! Tradycja naszych dziejów jest warownym murem. To jest właśnie kolęda, świąteczna wieczerza, to jest ludu śpiewanie, to jest ojców mowa, to jest nasza historia, której się nie zmienia. A to co dookoła powstaje od nowa, to jest nasza codzienność, w której my żyjemy.

film S. Barei "Miś" scena finałowa

ptakiem nadzwyczajnym. Dzielnym, pięknym, wytrwałym. Wśród zamieci stojącym w szczerym polu, zwiastując najpiękniejszy okres w cyklu przyrody – wiosnę!

Wypatruję tych zwiastunów wiosennej radości od lat. Od lat tak samo tęsknię i niecierpliwie, tak samo emocjonalnie reagując na pierwsze spotkanie. I tak się zastanawiam: zwyczaj to jeszcze czy już tradycja?

Mia & Charlie
FASHION BOUTIQUE

New & exciting fashion boutique

*Na wszystkie
Kurtki
Eleven Elfs
30% rabatu*



Szczecin, al. Wojska Polskiego 35/3

Zapraszamy do najbardziej romantycznej restauracji w Polsce!

Restaurant Paul's Fantasia

Axentowicza 1A, Szczecin

Booking 604 146 604



When only the best is good enough.



Smak miłości

MUS
z buraków,
malin, mango
i imbiru

Nasz pocziwy polski burak afrodyzjakiem? Jak najbardziej. To proste, ale bardzo zdrowe warzywo o oryginalnym kolorze posiada seksualną moc. Już w starożytnej Grecji i Rzymie polecano jego spożywanie głównie mężczyznom, aby zapewnić im odpowiedni wigor w sypialni. Przepis na buraczki w occie można znaleźć w liczącej blisko 2000 lat książce kucharskiej pochodzącej ze starożytnego Rzymu! Nasz kulinarny duet Eintopf przygotował kolację dla dwojga, w której burak zajmuje główne miejsce. Smacznego przy stole i... w sypialni.

Składniki:

- 3 obrane i pokrojone w kostkę buraki
- 1 szklanka malin (mogą być mrożone)
- 1 mango, obrane, pokrojone w kostkę
- 2-3 cm obranego i posiekanego imbiru
- 1 szklanka soku z wyciśniętych pomarańczy
- 5 plasterów ananasa (mogą być z puszki)
- 1 banan, pokrojony w plastry
- 100 ml zalewy z ananasa (opcjonalnie)

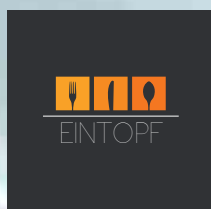
Wrzućcie wszystkie składniki do malaksera i zmiksujcie na gładką masę. Gęstość regulujcie sokiem z pomarańczy, dodawajcie go stopniowo. Smacznego!

Buraczany makaron

Składniki (4 porcje):

- 500 g makaronu spaghetti
- 4 średniej wielkości buraki
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- szklanka jogurtu naturalnego, gęstego
- 2 łyżki startej skórki cytrynowej
- 2 łyżki soku z cytryny
- 2 ząbki czosnku, wyciśnięte
- 1/2 cebuli, posiekanej
- kilka listków posiekanej bazylii
- sól, pieprz
- olej do pieczenia buraków

Ugotujcie al dente makaron. Na patelnię, bądź naczynie żaroodporne wlejcie trochę oleju, ułóżcie na nim buraki w skórce i wstawcie do piekarnika rozgrzanego do 200 °C na 40 min. Poczekajcie aż buraki wystygną, potem je delikatnie obierzcie ze skóry. Do malaksera włożcie: obrane buraki, wlejcie oliwę z oliwek, sok z cytryny, cebulę, wyciśnięty czosnek, posólcie i popieprzcie. Miksujcie aż otrzymacie puree. Dodajcie jogurt, skórki z cytryny i posiekane liście bazylii. Ponownie zmiksujcie na gładką masę. Spróbujcie czy nie potrzeba jeszcze doprawić potrawy. Wymieszajcie masę z makaronem, posypcie świeżą bazylią. Smacznego!



Eintopf to potrawa jednogarnkowa. W tym garze siedzi gotujące małżeństwo – Justyna i Daniel Hof, mocno przyprawione pasją do kuchni i gotowania. Na co dzień prowadzą kulinarnego bloga na łamach którego dzielą się przepisami swoich dziadków, rodziców, znajomych, ulubionych kucharzy i wreszcie autorskimi pomysłami wprost z podniebienia. Dla nas będą gotować co miesiąc, udowadniając, że wszędzie dobrze, ale w domu smakuje najlepiej.



Fot. Panna Lu



Orientalna miłość



Autor: Aneta Dolega / Foto: Dagna Dążkowska, Jarosław Gaszyński

PRZESŁANIE DO SERCA. W WALENTYNKOWY WIECZÓR NIE NALEŻY SOBIE ODMAWIAĆ ŻADNYCH PRZYJEMNOŚCI. DOBREJ KOLACJI RÓWNIEŻ. UCZUCIE BOWIEM MOŻNA WYRAŻAĆ POPRZEC WIELE CODZIENNYCH CZYNNOŚCI. PRZYZRZĄDZENIE PYSZNEGO POSIĘKU TO JEDEN Z PRZYKŁADÓW NIEWERBALNEGO WYZNANIA MIŁOŚCI.

Romantyczna kolacja we dwoje nigdy się nie znudzi, można tylko nadać jej odpowiednią oprawę, my proponujemy egzotyczną. Zajrzeliśmy do trzech restauracji: japońskiej Tokyo, hinduskiej Bombay i tajskiej Buddy. Jedzenie ze wszystkich trzech części Azji jest wyjątkowo pyszne, zdrowe i ma właściwości pobudzające. Już samo jedzenie pałeczkami czy palcami, jak ma to miejsce w kuchni indyjskiej, sprawia przyjemność, a jak dodamy do tego składniki i przyprawy, to mamy prawdziwą ucztę dla zmysłów. Zastanawiając się nad samą kuchnią poszczególnych państw z Dalekiego Wschodu, przyjrzelśmy się miłosnym obyczajom ubranym w Walentynkowe święto, panującym w każdej z tych części azjatyckiego świata.

UCZUCIEM W SAMURAJA

Walentynki, w zachodniej wersji to w Japonii święto miłości i słodyczy albo raczej miłości do słodczy. Sami Japończycy są bardzo powściągliwi w wyrażaniu uczuć. Zbyt emocjonalność nie jest

tu mile widziana. W społeczeństwie, w którym mężczyźni uchodzą za potomków samurajów, okazywanie uczuć oznacza okazać słabość. W kodeksie rycerskim jest napisane, że samuraj nie może okazać słabości i musi być obojętny w stosunku do kobiet. Na znak swojej hardości charakteru nie powinien z nimi rozmawiać w miejscach publicznych. W takiej sytuacji przyznanie się do miłości mogło przyjąć tylko jedną formę, czyli wyznania czynionego przez kobietę. W Walentynki ze szczególną częstotliwością. Słodkie smakołyki to symbol tego święta w Japonii. Panie obdarowują nimi panów, same sobie sprawiają taką przyjemność albo koleżankom. Na przykład słodycze z czekolady oczywiście muszą być w kształcie serca, które akurat w ten dzień, można okazać.

KAMASUTRA POD NADZOREM

W Indiach Walentynki to sprawa religijna. W państwie, w którym hinduizm jest jedną z religii dominujących, nie są obchodzone tak

jak na Zachodzie. Miłość ma tutaj wymiar duchowy. Można spotkać na ulicach Bombaju czy Delhi zakochane pary, romantyczną otoczkę promuje także kino z Bollywood. W powszechnej opinii Hindusi uchodzą za największych znawców miłości. Dlaczego? Odpowiedź jest prosta - Kamasutra. Ta filozoficzna wręcz pochwała miłości należy do kanonu światowej literatury. Pochwała zmysłowość, ale też opisuje kryteria wyboru partnerów do małżeństwa oraz sposoby zdobywania ich względów czy opisy tradycji małżeńskich.

MARATON POCAŁUNKÓW

Komercyjne Walentynki za to cieszą się dużą popularnością w Tajlandii. Ten dzień szczególnie upodobali sobie młodzi ludzie, spędzając go tak samo, jak ich rówieśnicy w Europie czy USA. Prezenty, kwiaty, wyznania miłosne są tu na porządku dziennym... ale od niedawna, bo Tajlandia to także do pewnego czasu było państwo o dość konserwatywnych poglądach. W Walentynki w Bangkoku zawieranych jest najwięcej małżeństw w ciągu całego roku, ale młode pary wybierają dość oryginalną formę zaślubin. Nie tylko świątynie i urzędy stanu cywilnego wchodzi w grę. Niektórzy przyszli małżonkowie spotykają się w specjalnych „wioskach miłości”, przysięgając sobie miłość pod wodą albo w tramwaju. Ciekawym za to zwyczajem jest rokroczny konkurs na najdłuższy pocałunek, który odbywa się w mieście Pattayi. Cała zabawa polega na całowaniu się bez przerwy, z krótkimi wyjściami do toalety i posiłkami spożywanymi za pomocą słomki. Rekordy sięgają kilkudziesięciu godzin!

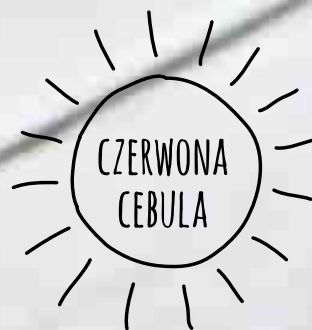
ZMYSŁOWA JOGA

Powróćmy jednak na nasze podwórko. W ten miłosny dzień będzie się można otrzeć o azjatyckie zwyczaje. Wspomniane restauracje przygotowały dla klientów specjalne romantyczne menu, jak zawsze trzymając je w tajemnicy do samego końca. Niektóre przyprawy, owoce morza, sezam, orzechy i wybrane owoce uchodzą za afrodyzjaki i znajdziemy je we wszystkich tych trzech kuchniach. Nie tylko jedzenie ma być jedyną atrakcją tego dnia. Warto wybrać się też na tajski masaż, uważany za jeden z najlepszych na świecie. W Royal Thai Massage można nie tylko podreperować nadwyżężone zdrowie, ale także pod okiem wyszkolonych tajskich masażystek zrelaksować się i nabrać sił witalnych, bowiem tajski masaż to joga dla leniwych. Cały pobyt w salonie masażu należy do niezwykle przyjemnych, gdyż seansowi towarzyszy łagodna muzyka, zapach kadzideł i światło świec. Można się zrelaksować w pojejdynkę albo w parze... a później wybrać się na kolację i do domu. ■



WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL

PRAWDZIWIE HISZPAŃSKIE PRODUKTY POCHODZĄ Z DELIKATESÓW
HISZPAŃSKICH DONGASTRONOM, ZAŚ ŚWIEŻE WARZYWA
I ZIOŁA OD SEDINA FRESH COMPANY.





PUBLIC
—FONTANNY



WSZYSTKO
CO Z NATURY
NAJLEPSZE

Wszystko się może zdarzyć

JĘŚLI MAŁO WAM SYLWESTROWYCH WRAŻEŃ, MACIE OKAZJĘ NA POWTÓRKĘ IMPREZY, BO 8 LUTEGO 2016 CHINY WCHODZĄ W ROK MAŁPY, ŻYWIOŁU OGNI. – WSZYSTKO MOŻE SIĘ ZDARZYĆ – INFORMUJE NASZ EKSPERT, YUANMING WANG, WŁAŚCICIEL CHIŃSKIEJ RESTAURACJI JIN DU.

W Chinach tradycyjnie obchodzi się Nowy Rok przez cały tydzień, a w mniejszych miejscowościach czy na wsiach obchody potrafią trwać nawet 2 tygodnie. Jest to bowiem najważniejsze święto w kraju i zgodnie z tradycją spędzane jest w gronie rodziny. Zwyczajowo nie może się też obejść bez horoskopu. Małpa, do której będzie należał ten rok, jest zwierzęciem nieprzewidywalnym, żywiołowym i energicznym. Tak jak małpie, nam również nie grozi nuda. Zbliża się więc czas liderów, pionierów i odkrywców, ludzi inteligentnych i kreatywnych, szukających nowej drogi w życiu i wskazujących nowe kierunki. Co ten rok przyniesie w miłości? Na pewno powiew świeżości i pole do wspólnego eksperymentowania, ale też duże ryzyko skoku w bok, więc zaufanie zaufaniem, ale kontrola musi być. W biznesie też nie pora na stagnację. To najlepszy czas na podejmowanie decyzji i realizację ważnych planów, które mogą zapewnić nam nie spodziewany przyrwył gotówki. Tak energiczne działania niosą jednak ryzyko wypadku, dlatego warto wzmocnić organizm, zacząć uprawiać sport i dbać o zdrowie. Wzrost nastrojów rewolucyjnych na świecie wiązać się będzie z koniecznością większej kontroli i możliwością nastąpienia wielkich przemian społecz-



for. materiały prasowe

nych i politycznych. Co ciekawe, mimo wielu pozytywnych cech, z uwagi na małpi spryt, zwierzę to jest też uznawane za patrona oszustwa. – Bez obaw. Dla nas oznacza to tylko tyle, by nie mieć kompleksów i bez poczucia winy nadal serwować najlepsze dania kuchni chińskiej w mieście – tłumaczy ze śmiechem właściciel szczecińskiej restauracji chińskiej Jin Du.

kt

REKLAMA



Alkala Bieg Kobiet

Szczecin godz. 11.00
06 marca 2016 Jasne Błonia

bieg / nordic walking - 5km

Sponsor Strategiczny:

Alkala

Organizator:



**RAZ
event**

Patronat:



Partnerzy:



Szczecin



CENTRUM HIGIENY I REHABILITACJI



AZOTY ARENA



www.eurofitness.com



biegkobiet@raz.szczecin.pl



/RAZszczecin



www.raz.szczecin.pl

Sushi – jak to się je

Choć o sushi słyszał każdy, nie wszyscy odważyli się spróbować. Powodem bywa niewiedza, w jaki sposób zabrać się do jedzenia. Dzięki naszemu poradnikowi przekonasz się, że to nic trudnego i że warto jak najszybciej nadrobić tę kulinarną zaległość.

– Sushi podajemy na dużej tacy, z której wszyscy mogą się częstować. Każdy wybiera swoją porcję, trzymając pałeczki od grubszej strony – cieńsza strona służy do jedzenia. Jeśli nie radzimy sobie z pałeczkami, to żaden wstyd. Jedynie sashimi je się wyłącznie przy ich pomocy, natomiast sushi możemy swobodnie chwycić palcami – tłumaczy Yuanming Wang, właściciel szczecińskiej restauracji japońskiej Sake. Do nakrycia otrzymujemy ciepły, wilgotny ręcznik, którym możemy oczyścić dłonie. Nieodłącznym towarzyszem sushi jest sos sojowy oraz marynowany imbir, którym zagryzamy jedzenie przy zmianie smaków. Zgodnie z tradycją ważne jest, aby podczas zamaczania sushi do sosu nie wpadło ani jedno ziarenko ryżu, więc zjadamy wszystko, co do okruszka. – Z doświadczenia wiemy jednak, że nasi goście nie mają z tym problemu, co bardzo nas cieszy – dodaje z uśmiechem właściciel Sake. Pierwsze kroki w jedzeniu sushi warto postawić właśnie teraz, gdy zestawy objęte są promocją -30% na wynos codziennie, a w lokalu od poniedziałku do piątku do godz. 15.

Szczecin, al. Piastów 1, tel. 91 484 36 18,
www.sake.szczecin.pl, www.facebook.com/RestauracjaSake

Restauracja
SAKE

Więcej niż Sushi

Chiński Nowy Rok na talerzu

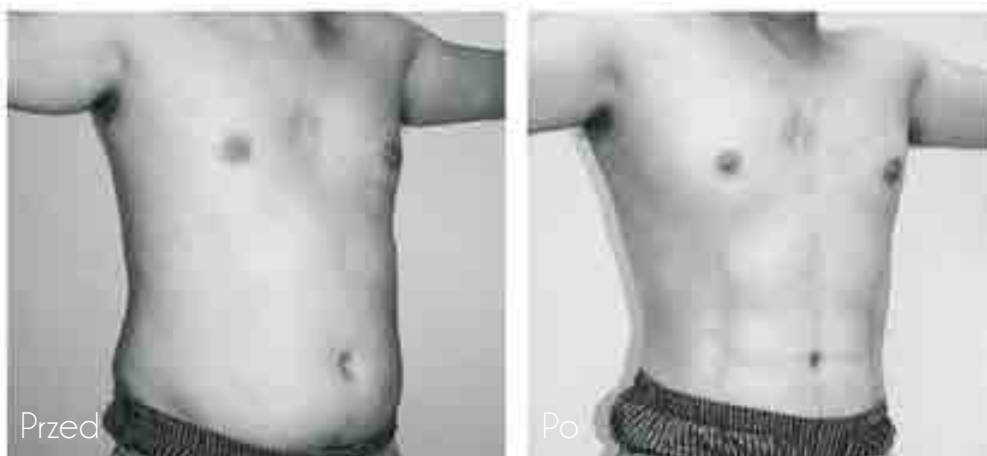
Dla Chińczyków Nowy Rok to najważniejsze wydarzenie, które wszyscy spędzają w gronie rodziny. Z tej okazji do świątecznego stołu zaprasza nas Yuanming Wang, właściciel szczecińskiej restauracji chińskiej Jin Du.

Narodową potrawą, spożywaną podczas Chińskiego Nowego Roku, są gotowane lub smażone pierożki jiaozi, nadziewane mięsem albo w wersji wegetariańskiej. Tradycją stało się wkładanie do kilku pierogów monety, która znalazcy ma przynieść szczęście. Jest to wyjątkowy prezent, poprzez który osobom starszym okazuje się szacunek, a najmłodszym sprawia radość. Podstawą świątecznego menu są też ryby. Ryba, czyli „yu”, oznacza „zostanie”. Jeśli pojawi się na stole, w nowym roku nie zabraknie nam więc pieniędzy, zdrowia ani szczęścia. A że rybka lubi pływać, to święto nie obejdzie się też bez mocnej wódki z ryżu. Kiedyś miała 65-80 %, obecnie serwuje się jej „łagodniejszą” wersję 40-60 %. Przysmakiem na deser, który nabiera tego dnia specjalnego znaczenia, są chińskie ciasteczka z wróżbą. Przyjdź i sprawdź, co przyniesie Ci nowy rok.

Szczecin, al. Jana Pawła II 17, tel. 91 489 34 68,
www.jindu.pl, www.facebook.com/restauracjaJindu

Raz na zawsze

KZ
KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC



Ostatnie badania przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych pokazały, że jednym z najczęściej wykonywanych zabiegów z zakresu chirurgii estetycznej jest liposukcja. Wbrew powszechnemu przekonaniu na tego typu zabiegi coraz częściej decydują się panowie.

VASERlipo™

Zyjemy w czasach, w których zarówno kobiety jak i mężczyźni dążą do idealnej sylwetki, która jest dość mocno propagowana w mediach. Kobiety zarzucone są wizją zgrabnych nóg, płaskiego brzucha i jędrnych pośladków, a ideałem męskiej sylwetki jest umięśniony brzuch, zarysowana klatka piersiowa i wyrzeźbione ramiona. Jednak styl życia, nieodpowiednia dieta, jedzenie w pośpiechu, brak ruchu i stres powodują, iż nasze ciało nie przypomina wymarzonego ideału. A jednak chcemy być piękni. Z pomocą przychodzą nam nowoczesne metody liposukcji.

Obecnie Klinika Zawodny Estetic posiada dwa najnowocześniejsze na rynku urządzenia do modelowania ciała. Innowacyjny Body Jet Evo został zaprojektowany do precyzyjnego i delikatnego usuwania tkanki tłuszczowej. Tym co wyróżnia Body Jet Evo od standardowych liposukcji to zastosowanie strumienia „wody” o odpowiednio dostosowanym ciśnieniu. Zabieg polega na wypłukiwaniu tkanki tłuszczowej specjalnym roztworem soli fizjologicznej i środków znieczulających. Zastosowanie tej metody umożliwia pozyskanie nienaruszonych i bardzo żywotnych komórek, które mogą być wykorzystywane do implantacji w innych okolicach ciała bądź twarzy.

Jedną z najbardziej nowatorskich metod jest liposukcja urządzeniem VASER. Jest to najnowsza metoda liposukcji wspomagana

ultradźwiękami (UAL), która oddziałuje na tkankę w dwóch wymiarach. Uzyskuje się efekt kawitacyjny, który w bezpieczny sposób rozbija tkankę tłuszczową, co również pozwala na przeszczerpienie komórek po pobraniu. Towarzyszący efekt termiczny pozwala na obkurczenie skóry i wyeliminowanie nierówności. VASER uznany został za jedną z najbardziej skutecznych i bezpiecznych metod liposukcji. Metoda ta zmieniła oblicze liposukcji, gdyż przekształciła standardowe odsysanie w metodę rzeźbienia ciała. Technika ta, nazwana High Definition, pozwala na podkreślenie i uwypuklenie mięśni tak, iż w efekcie końcowym wymodelowane ciało przypomina atletyczną sylwetkę kobiety lub mężczyzny.

Jednak należy pamiętać, iż efekt końcowy jakiegokolwiek liposukcji jest poprzedzony wcześniejszą kwalifikacją do zabiegu - podkreśla dr Piotr Zawodny z Kliniki Zawodny Estetic. Przy liposukcji należy brać pod uwagę bezpieczeństwo pacjenta, dlatego należy wyeliminować czynniki, które mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia pacjenta. Każde schorzenie, przewlekła choroba, czy nawet zwykłe przebiegnięcie eliminują możliwość wykonania zabiegu. Innym ważnym problemem, jest uświadomienie pacjentowi, iż liposukcja nie jest metodą odchudzania, ale metodą modelowania sylwetki. Nigdy nie zastąpi nam racjonalnej diety, czy ćwiczeń fizycznych. Jest zabiegiem trwałym, ale nie można z nią przesadzać i traktować jak panaceum na wszelkie niedoskonałości. ■



KOSMETOLOGIA
MEDYCYNA ESTETYCZNA
DIETETYKA
MASAŻ



KUPON RABATOWY 10%

na wszystkie usługi wykonywane w Instytucie Kosmologii Image*

* Kupon promocyjny ważny do 29.02.2016 r, promocje nie łączą się.

Szczecin Warszewo, ul. Maciejkowa 37/U2, tel. 530 000 925

www.szczecin.institutimage.pl, www.facebook.com/imageszczecin

BĄDŹ FIT NA WIOSNĘ

zapraszamy na nowy **BASEN** i zajęcia **AQUA**



NAJDŁUŻEJ DZIAŁAJĄCY
FITNESS CLUB W SZCZECINIE

Szeroka oferta zajęć:

siłownie,
sauny,
basen ze sztuczną falą,
nauka pływania,
rehabilitacja,
fizjoterapia.

Zapraszamy **5 lutego** (piątek)
z okazji otwarcia nowej strefy SPA
na lampkę szampana
i niespodzianki.



Fot. Krzysztof Wiśniewski

Gładko przez życie z Ellą Słodka wyprawa

Autor: Aneta Dolega / Foto: Materiały prasowe

Za oknem śnieg i mróz, a w głowie pusta brazylijska plaża. No niezupełnie w głowie... Ten egzotyczny skrawek ziemi jest gładki, delikatny i zupełnie pusty i mieści się poniżej pępka. W Ella Studiu Depilacji Cukrowej można wybrać się w taką podróż.

Ta słodka wyprawa to nic innego jak depilacja intymna, przyjaciółka każdej kobiety, która chce się czuć tam „na dole” komfortowo. Depilacji intymnej na pewno nie należy się bać, choć podczas pierwszej wizyty zabiegowi może towarzyszyć ból. Jednak atmosfera, czas trwania zabiegu, klimat miejsca, obsługa i słodki zapach pasty, wywołują raczej uśmiech, a nawet śmiech. Ból, dyskomfort? Po kilku chwilach się o tym zapomina.

Przed zabiegiem należy skorzystać z łazienki, później zostajemy na chwilę sami w jednym z pomieszczeń, gdzie przebieramy się w jednorazową bieliznę. W przyjemnym wnętrzu, leżąc na wygodnym łóżku, z dyskretną muzyką w tle i w rękach profesjonalnej sugarystki, poddajemy się zabiegowi. Depilowany fragment skóry najpierw zostaje oczyszczony specjalnym preparatem, później na to miejsce nakładana jest słodko pachnąca pasta cukrowa. Sugarystka zabawiając nas rozmową, jednym sprawnym ruchem zrywa pastę, tak szybko, że nawet nie mamy czasu poczuć bólu. Ból w tym przypadku to rzecz względna, bardziej zestresowane osoby dostają do ściśnięcia gumową „uśmiechniętą” piłeczkę. To naprawdę pomaga! Po zerwaniu włosów sugarystka na chwilę przykładła dłoń do wydepilowanego miejsca by złagodzić nieprzyjemne uczucie i w zależności od życzenia klienta robi przerwy pomiędzy nakładaniem kolejnego paska pasty. W trakcie zabiegu odpowiada na każde nasze pytanie, jest przy tym niezwykle delikatna i miła.

Ktoś zapytał: po co tak się poświęcać? Po pierwsze, pasta cukrowa jest w stu procentach naturalna i nie podrażnia skóry jak maszyna czy wosk. Efekt zaczerwienienia skóry utrzymuje się maksymalnie przez jeden dzień, za to „przebywanie na plaży” trwa nawet do miesiąca. Pasta usuwa włosy razem z cebulkami. Proces ich odrastania jest długi, a dodatkowo odrastające włosy są słabsze od poprzednich. Po depilacji przez kilka dni nie należy brać gorących kąpieli, należy unikać sauny i solarium. I to wszystko.

Jeśli akurat „brazylijski pejzaż” nas nie pociąga, możemy skorzystać z innych „geograficznych” atrakcji w Elli. Wszystko wedle życzenia i potrzeb.

ELLA słuchając opinii swoich klientów uruchamia program lojalnościowy. Polega on na tym, że przyznaje klientom punkty za usługi depilacji, za zakupy kosmetyków, za polecenie usług znajomym lub z okazji urodzin i imienin. Klienci zbierają punkty, aby potem wymienić je na atrakcyjne nagrody. Wszystkie nagrody znajdują się w specjalnym katalogu, do którego klient ma dostęp online (ellastudio.pl), bezpośrednio po przystąpieniu do programu i podaniu swojego adresu e-mail.

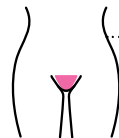


ELLA
słodka z natury

SŁODKIE PODRÓŻE ELLA CO WYBIERASZ DLA SIEBIE?

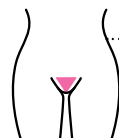
Klasyczny trawnik angielski

Lekko przystrzyżony na bokach. Dla tradycyjalistek i wielbicieli klasyki. It's so accurate! (usuwane są włoski z pachwin do linii bielizny)



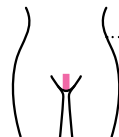
Trójkąt Bermudzki

Dobrze oznaczone miejsce na mapie. Można się w nim zatracić! (usuwane są włoski z zewnętrznej strony warg sromowych, a na wzgórku łonowym pozostaje trójkąt)



Francuski pas zieleni

Delikatny pasek, który jest i nie ma go jednocześnie. Elegancja i szyk. C'est magnifique! (usuwane są włoski z zewnętrznej strony warg sromowych, a na wzgórku łonowym pozostaje pasek)



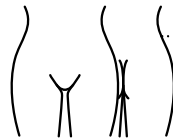
Pusta brazylijska plaża

Gładka delikatna powierzchnia. Nie ma tam niczego. Dosłownie niczego. Nada! (to całkowita depilacja intymna, tj. również z warg sromowych oraz wzgórka łonowego)



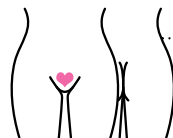
Sekrety Hollywood

Idealnie gładka powierzchnia z przodu. I z tyłu. Enjoy the sun! (całkowita depilacja intymna wraz z tyłem między pośladkami)



Nocne sekrety Hollywood

Idealna gładkość wszędzie (również z tyłu). Fantazyjny wzorek przyciąga wzrok i dodaje blasku. Shine like a star! (całkowita depilacja intymna wraz z tyłem między pośladkami a na wzgórku łonowym pozostaje wzorek: pasek, trójkąt, serce, tatuaż)



Jesteś tym co jesz

Kiedy myślimy o zębach to w pierwszej kolejności przychodzi nam do głowy piękny uśmiech zamiennie ze strachem związanym z wizytą u stomatologa. Nikomu nie skojarzy się to z... trawieniem. Usta to pierwsze miejsce do którego trafia jedzenie. Właściwe przeżuwanie pokarmu ma na to duży wpływ, a co za tym idzie na kondycję naszego organizmu.



W jamie ustnej ma miejsce pierwszy etap trawienia. Poprzez rozdrabnianie oraz mieszanie pokarmu ze śliną staje się on bardziej dostępny dla enzymów, które znajdują się w jamie ustnej – tłumaczy dr n. med. Marcin Tutak. – Amylaza rozkłada cukry, a lipaza połączona z pokarmem po przedostaniu się do żołądka rozpoczyna trawienie tłuszczów..

Natomiast białko haptokoryna chroni witaminę B12 przed degradacją w sokach żołądkowych.

Dalej pokarm trafia do żołądka gdzie następuje jego dalsze rozcieranie i trawienie. W miejscu tym dalej działa amylaza, stopniowo dezaktywowana przez niskie pH. Stąd ważne jest dokładne wymieszanie kęsów pokarmu z bogatą w enzymy śliną. Obecna jest również lipaza oraz pepsyna trawiące tłuszcze i białka. W dalszej kolejności znajduje jelito cienkie odpowiadające za trawienie i wchłanianie. Ostatnim odcinkiem jest jelito grube, którego rola sprowadza się do absorpcji wody oraz soli mineralnych.

- Uczucie głodu regulują dwa hormony: leptyna i grelina - wyja-

śnia dr Tutak. – Leptyna informuje nasz mózg o stanie sytości, im jest go mniej tym więcej musimy zjeść. Grelina powoduje uczucie głodu. Wydzielanie jej jest hamowane po posiłku oraz podczas aktywności fizycznej. Żeby jednak oba hormony zaczęły działać musi minąć 15 minut od zakończenia posiłku.

Wyobraźmy sobie sytuację kiedy mamy braki w uzębieniu. Osoba taka w miarę postępującej niekompletności zębów traci dotychczasowe nawyki żucia, często połykając większe kęsy lub nawet rezygnując z niektórych pokarmów.

- Pomijając problem powstawania niedoborów w naszej diecie, po pierwsze jedząc niedokładnie, jemy szybko co sprzyja przejadaniu – przestrzega pan doktor. – Po drugie upośledzony narząd żucia nie zapewniając odpowiedniego przygotowania wstępnego pokarmu, sprzyja połykaniu większych kęsów. Brak odpowiedniego rozdrobnienia i wymieszania ze śliną nie daje szansy zadziałania pierwszym enzymom układu pokarmowego. Dodatkowo obciążamy żołądek. Stąd późniejsze uczucie pełności w jelitach, zgaga czy nieprzyjemne odbijanie. Notoryczna zgaga może doprowadzić do powstawania nadżerek przełyku a w najbardziej poważnej konsekwencji do nowotworu.

Podsumowując, zęby to nie tylko ładny uśmiech, a również element narządu żucia, który jest kluczowy dla prawidłowego trawienia. Możemy zastosować najlepszą dla naszego organizmu dietę, nie spełni ona jednak w pełni swojej roli bez dobrego stanu uzębienia. Dlatego dbajmy o nasze zęby.

ad



dr n. med. Marcin Tutak

Fot. materiały prasowe

Eksperti Aesthetic Dent są uznanymi autorytetami w dziedzinie implantów, protetyki, ortodancji i ortognatyki. Seria wywiadów z udziałem ekspertów Kliniki jest realizacją jej misji i działalności na rzecz profilaktyki zdrowotnej. Celem publikacji jest podnoszenie świadomości pacjentów i ich rodzin poprzez dostarczanie rzetelnej wiedzy zarówno w zakresie zapobiegania chorobom uzębienia, jak i leczenia stomatologicznego.

Enklawa
DAYSPA

ATELIER KOSMETOLOGII, MAKIJAŻU PERMANENTNEGO
I MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

Autoryzowany Gabinet

dermalogica®

Luksusowy makijaż permanentny

by Marta Czerkawska-Burgs

Technologie High Tech

z certyfikatami medycznymi

Pedicure De Lux Spa

Karboksyterapia
Laserowe odmładzanie
Laser Q-Switch-najlepszy laser do usuwania
makijażu permanentnego bez blizn
Osocze bogatopłytkowe
Mezoterapia frakcyjna Dermapen

Botox
Wypełniacze
Nici PDO
Usuwanie przebarwień
Redukcja naczyń krwionośnych
Redukcja rozstępów

Aleja Wojska Polskiego 40/2, Szczecin

+48 503 139 369

www.enklawadayspa.pl www.facebook.com/enklawadayspa



ENGEL&HAJDASZ

Praktyka ginekologiczno-położnicza
Ultrasonografia ogólna

GINEKOLOGIA • POŁOŻNICTWO • BADANIE USG • GINEKOLOGIA ESTETYCZNA

Badania profilaktyczne
Antykoncepcja
Choroby kobiece
Diagnostyka piersi
Niepłodność

Planowanie ciąży
Cięża fizjologiczna
Cięża bliźniacza
Opieka poporodowa
Ultrasonografia położnicza 3D i 4D

Położnicze
Ginekologiczne
Jamy brzusznej
Tarczycy
Ślinianki

MonaLisa Touch
Rehabilitacja po porodzie
Menopauza
Leczenie nietrzymania moczu
Estetyczna korekcja intymnych narządów zewnętrznych

Zobacz swoje dziecko
w 3D i 4D

Nasz gabinet wyposażony jest w **Voluson E8 Expert**,
najwyższy model aparatu USG obecnie dostępny na rynku

Nieinwazyjna laserowa
ginekologia estetyczna

MonaLisa Touch

ZAPRASZAMY DO NOWEJ SIEDZIBY GABINETU

Gabinet ginekologiczno-położniczy
Ultrasonografia ogólna

ul. Partyzantów 3/2, 70-222 Szczecin
Rejestracja tel. 602 111 640

tel. **602 111 640**
www.engel-hajdasz.pl



Życie pod włos



Autor: Aneta Dolega / Foto: materiały prasowe KarboKlinika

Bez wątpienia nasz wygląd w dużej mierze wpływa na nasze samopoczucie. Szczególnie włosy są ozdobą, a ich utrata to prawdziwa trauma. Problem dotyczy zarówno mężczyzn jak i kobiet. Lekarze z KarboKliniki znaleźli sposób, dzięki któremu możemy cieszyć się pięknymi włosami.



Lysienie mężczyzn i kobiet to odwieczny problem, na który znamy już bardzo innowacyjne metody – mówi dr Samir Ibrahim, specjalista chirurgii plastycznej i estetycznej, chirurgii odtwórczej włosów. – Często łysienie spowodowane jest zmianami chorobowymi bądź długotrwałymi sytuacjami stresowymi, u pań wpływ mają również hormony. Leki farmakologiczne powstrzymują nadmierne wypadnięcie włosów, nie są jednak w stanie zablokować go całkowicie. Leczenie chirurgiczne pozwala natomiast skutecznie zrekonstruować owłosienie.

W zależności od przyczyny wypadania włosów stosowane są różne metody leczenia. Wśród lekarstw dobrze swoją rolę spełnia przeznaczona dla panów Propecia. Uważana za „kamień węgielny” w terapii działa na rzecz zapobiegania i odwrócenia miniaturyzacji mieszków włosowych poprzez blokowanie konwersji testosteronu w DHT. Natomiast pomocny w spowolnieniu tempa utraty włosów Minoksydyl stymuluje mieszki włosowe, powodując zagęszczanie włosów. Jednak najbardziej efektywną metodą jest transplantacja włosów.

– Metoda ta jest zabiegiem dobieranym ściśle pod indywidualnego pacjenta – tłumaczy dr Piotr Turkowski, specjalista Karbokliniki chirurgii odtwórczej włosów. – Strip to prosty zabieg, który polega na pobraniu wycinka skóry owłosionej z tyłu lub z boku głowy – włosy w tym miejscu są stałe i nie podlegają działaniu dehydrotestosteronu, czyli DHT. Następnie lekarz i jego asystenci dzielą pobrany wycinek na małe części, tzw. jednostki cebulowe (przeszczepy). Czas zabiegu uzależniony jest od liczby przeszczepów. Zwykle trwa od 2 do 6 godzin. Gojenie kończy się w okresie 2-3 miesięcy. Po

tym okresie włosy zaczynają rosnąć w tym samym tempie jak włosy normalne.

Druga, bardzo dobra metoda to przeszczep FUE. Wykonywany ambulatoryjnie, jego główną zaletą jest mała inwazyjność. Pierwszy etap to konsultacja lekarska, drugi to już sam przeszczep. Robiony jest w znieczuleniu miejscowym, nie wymaga użycia skalpela ani szcypa skóry. Zespoły mieszkowe są pobierane z tyłu oraz boków głowy. W jednym zespole znajduje się zwykle od 1 do 4 włosów. Podczas jednego zabiegu można przeszczepić do 3 tysięcy włosów! Zabieg trwa od 5 do 8 godzin a czas rekonwalescencji to ok. 3-5 dni.

Zarówno Strip i FUE przeznaczone są dla mężczyzn i kobiet. Towarzyszy im szczegółowy wywiad lekarski i profesjonalna opieka.

– Nasi pacjenci zainteresowani przeszczepem włosów najczęściej pytają o metodę FUE, która wydaje się przystępniejsza. Zwykle polecamy rozważyć też bardziej efektywną metodę Strip. Zawsze jednak zabieg jest dopasowywany ściśle do danego pacjenta – dodaje dr Ibrahim. ■



Piotr Turkowski



Samir Ibrahim

KarboKlinika zaprasza na **Dzień Otwarty 5 marca br.**
i bezpłatne konsultacje z dr Samirem Ibrahimem
po wcześniejszej rejestracji telefonicznej.



Ekspert radzi

dr n. med. Piotr Zawodny lekarz medycyny estetycznej

Dzień dobry. Od wielu lat borykam się z problemem przebarwień na skórze. W tym roku jest to mój drugi sezon jesienno - zimowy, podczas którego korzystam z zabiegów IPL w celu likwidacji przebarwień. Wedle zaleceń nie poddaję się tym zabiegom w sezonie letnim. Czy istnieją jakieś zabiegi, które bezpiecznie mogę wykonywać latem?

Problem z przebarwieniami skóry jest jednym z najczęściej podejmowanych w gabinetach medycyny estetycznej i kosmetologii. Generalnie silnych zabiegów przeciw przebarwieniom nie powinno się wykonywać w okresie wiosenno-letnim z uwagi na kąś padania promieni słonecznych i natężenie promieniowania UV. Osoby z tendencjami do przebarwień jak Pani, powinny w dzień używać kremy fotoprotekcyjne (50+) nawet 3 razy dziennie oraz dodatkowo stosować wieczorem i na noc kremy zawierające składniki depigmentacyjne - hamujące proces melanogenezy (tworzenia barwnika w skórze). Popularność problemu zobligowała profesjonalny przemysł medycyny estetycznej i kosmetologii aby nie zostawiać Pacjentek samym sobie w tym okresie. Mnogość firm oraz produktów dostępnych na rynku może zniechęcić do podjęcia decyzji. Bez specjalistycznej wiedzy wybór może okazać się niewłaściwy. Zachęcam więc do konsultacji ze specjalistą (kosmetologiem/ lekarzem), który pomoże dobrać indywidualnie, wedle oczekiwań terapię.

Witam. Od pewnego czasu zaczęłam odczuwać problem z dodatkowymi kilogramami oraz nadmiarem tkanki tłuszczowej, które są konsekwencją świąt oraz zimowego lenistwa. Planuję rozpocząć treningi na siłowni połączoną z dietą. Czy jest możliwość włączenia zabiegów estetycznych dla lepszego i szybszego efektu?

Pani problem jest powszechnie znany prawie każdemu z nas. Wybrała Pani bardzo dobry moment aby zacząć od odpowiedniego odżywiania, pracy nad sylwetką i uzyskać satysfakcjonujący wygląd jeszcze przed sezonem wakacyjnym. Rozsądnym posunięciem w przypadku doboru diety jest wykonanie badania genetycznego - Genodiet na podstawie którego możliwe będzie sprecyzowanie czy nadmiar tkanki tłuszczowej jest wynikiem spożywania nadmiernej ilości węglowodanów czy tłuszczu w diecie, czy może nieprawidłową ekspresją genów. W konsekwencji nieprawidłowej ekspresji genów może wystąpić słaba lub brak aktywności enzymatycznej, co w konsekwencji wpływa na upośledzenie metabolizmu węglowodanów lub/i tłuszczów. Uzupełnieniem optymalnego odżywiania i wysiłku fizycznego są zabiegi, które oferuje medycyna estetyczna. W celu ustalenia który z wielu oferowanych przez gabinety zabiegów będzie odpowiedni, najlepiej skorzystać z konsultacji lekarza medycyny estetycznej bezpośrednio w gabinecie.

Jeśli masz pytania lub wątpliwości napisz do nas: redakcja@eprestiz.pl

**KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC**

laserowa ginekologia estetyczna

30 % rabat na zabiegi

MonaLisa Touch



BRAMA jazz cafe
— Restaurant & Club —

Dzień Kobiet z Brama Jazz Cafe
W romantyczną i melancholijną podróż
zabierze wszystkie Panie zespół Jackpot
finalista X Edycji Must Be The Music

Plac Hołdu Pruskiego 1 | bramaszczecinska@gmail.com | tel: 660 765 211 | [Facebook/bramaJazzCafe](https://www.facebook.com/bramaJazzCafe)



Arto ABC

www.abckominka.pl
tel. 609 209 419

Czas dla zwierząt

Autor: Aneta Dolega / Foto: Miguel Gaudencio

Dbajmy o naszych czworonożnych przyjaciół. W leczeniu zwierząt nie zawsze wystarczy zwykła wizyta u weterynarza. W niektórych przypadkach musimy skorzystać z rehabilitacji weterynaryjnej, o czym porozmawialiśmy z dr Katarzyną Pezińską-Kijak, specjalistką anatomii zwierząt i zoofizjoterapeutą.



Na czym dokładnie polega rehabilitacja weterynaryjna?

To dział medycyny weterynaryjnej, zajmujący się przywróceniem pacjenta do normalnego funkcjonowania. Może być stosowana w profilaktyce, leczeniu oraz po operacjach.

Zajmuję się zwierzętami wykorzystywanymi w sporcie, ale również tymi, które prowadzą „kanapowy” tryb życia. Są to głównie psy i koty, ale czasem także konie. Sporty z udziałem zwierząt narażają je na szereg urazów i kontuzji. Moja praca polega głównie na leczeniu schorzeń aparatu ruchu, na zapobieganiu im oraz na wstępnej diagnostyce. Zajmuję się również zwierzętami po przebytych urazach i operacjach. W rehabilitacji zwierząt zawierają się dwie dziedziny medycyny weterynaryjnej: neurologia i ortopedia. Jako jedna z nielicznych osób w Polsce zajmuję się diagnostyką termograficzną u małych zwierząt, która wykrywa wczesne stany zapalne.

dr Katarzyna Pezińska-Kijak jest założycielką przychodni Vetico oraz Akademii Rehabilitacji i Diagnostyki Zwierząt zajmującej się usługami weterynaryjno-rehabilitacyjnymi. Sekretarz Polskiego Towarzystwa Anatomicznego oddziału w Szczecinie, członek Polskiego Towarzystwa Badania Bólu. Na co dzień prowadzi badania naukowe z zakresu anatomii i histologii zwierząt oraz zaburzeń rozwojowych, a także zajęcia dla studentów z tych przedmiotów.

Kiedy wiemy, że nasz pupil potrzebuje Pani pomocy?

Zwierzęta doskonale ukrywają ból, zwłaszcza, kiedy jest przewlekły. Można nawet powiedzieć, że się do niego przyzwyczajają, szczególnie, jeśli w grę wchodzi człowiek i świetna zabawa. Dobrze

jest zwierzę obserwować i nie ignorować żadnych podejrzanych objawów. Jeśli np. nasz pies przy chodzeniu zaczyna kuleć na jedną łapę, choć nie zawsze tak się zachowuje, to jest już dla nas sygnał, że coś może być nie tak z jego zdrowiem. Nikt lepiej nie zna swojego pupila niż jego właściciel.

Jak w praktyce wygląda wizyta w Pani gabinecie?

Trafiają do mnie zwierzęta w różnym stadium choroby. Bardziej świadomi właściciele przychodzą we wczesnym etapie jej rozwoju, inni dopiero, kiedy wymagana jest intensywna rehabilitacja. Zwierzęta trafiają z okresową kulawizną, cierpiące na przewlekły ból, ale też z niedowładem kończyn, paraliżem, po bardzo poważnych urazach lub przebytych operacjach. Niektóre psy czy koty są do mnie kierowane bezpośrednio, niektóre od prowadzącego je lekarza weterynarii.

W takim razie jakie trzeba mieć predyspozycje w tym zawodzie?

Ważna jest znajomość anatomii leczonych zwierząt oraz dobra kondycja fizyczna terapeuty, z uwagi na pracę w niekiedy dość wymagających warunkach. Jeśli chodzi o sam zawód, to ważne są dwa elementy: zwierzę i jego właściciel. W obu przypadkach należy być psychologiem. Bardzo ważne jest podejście właściciela do zwierzęcia, nawet w czasie zwykłej wizyty. Niektóre zabiegi są długotrwałe i przeprowadzane bez znieczulenia. I tak, psy agresywne są czasem dyskwalifikowane, gdyż liczy się także nasze bezpieczeństwo. Nasze zachowanie również odgrywa tu dużą rolę. Jestem zwolenniczką wprowadzenia na studia kursów zajmujących się psychologią zwierząt. Sama praca ze zwierzęciem jest intuicyjna. Można psa oszukać, przechrzyć na tzw. „smakotyki”. Jestem przede wszystkim cierpliwa i wychodzę z założenia, że nic na siłę. W leczeniu większości chorób, szczególnie o podłożu neurologicznym, czas ma ogromne znaczenie.



Od czego zacząć naukę języka?

Mariusz Włoch, właściciel szkoły Władca Języków, odpowiada na pytania czytelników:

Z



nieznanych mi powodów przyjęło się twierdzenie, że naukę języka należy zaczynać od gramatyki. W tej sytuacji muszę zapytać: po co komu, zwłaszcza na tym etapie, gramatyka? Nauka języka nie polega na nauce gramatyki, tylko na posługiwaniu się nią – bez tego przecież nie powstałoby żadne zdanie.

Spotykałem już osoby, które upierały się, że naukę angielskiego powinno się zaczynać od trzech form czasownika. Opisałem ten temat szerzej w książce „Władca Języków, czyli prawie wszystko o tym, jak zostać poliglotą”, więc tu w skrócie: naukę języka należy zaczynać od posługiwania się językiem. Od pierwszej chwili zajęć.

Wyobraź sobie, że idziesz na kurs prawa jazdy, gdzie twoim celem jest nauczyć się prowadzić samochód. A tu nagle zamiast rzeczy praktycznych przychodzi jakiś człowiek i zaczyna rozbierać na części silnik samochodowy i gada coś o tych wszystkich kabelkach, jak gdyby ciebie miało to jakoś specjalnie obchodzić. Oczywiście, że przydaje się podstawowa wiedza pod postacią: jak uruchomić samochód, jak zatankować i jak zmienić koło itd. Czyli posługiwanie się samochodem.

Gramatyką posługujesz się, budując każde zdanie po polsku czy w jakimkolwiek innym języku. Gdyby nie gramatyka, zdanie by nie powstało. I gramatyka wcale nie jest trudna – jest niezwykle prosta i logiczna, wiele rzeczy jest ze sobą powiązanych i od siebie zależnych. I wreszcie: posługiwanie się językiem to nie to samo, co chodzenie na kurs językowy. Chodzić można i dziesięć lat i wciąż uczyć się gramatyki. A potem pojawia się taki „sterroryzowany gramatyką” nieszczęśnik i mówi: „ajtubi, jutubi, hitubi”...

Ciekawi mnie jedna rzecz: jak znajomość gramatyki poprawiła twoją zdolność dogadywania się z obcokrajowcami? Przypuszczam, że niezbyt znacząco. Moja rada: konwersuj, mów do siebie, wykorzystuj wszelkie możliwości, by rozmawiać w nowym języku i powtarzaj, powtarzaj, powtarzaj. A potem to będzie z góry. ■

Mariusz Włoch – poliglota, autor podręczników do nauki niemieckiego, norweskiego, szwedzkiego i duńskiego oraz poradnika „Władca Języków, czyli prawie wszystko o tym, jak zostać poliglotą”, trener biznesu i kompetencji komunikacyjnych, coach prowokacyjny, właściciel szkoły Władca Języków, związany z branżą od 20 lat z dorobkiem ponad 30 tys. lekcji.



MEBLE NA WYMIAR

KUCHNIE / SZAFY / STOŁY / SCHODY

Meble w zabudowie na indywidualne zamówienie klienta.

Nasze usługi obejmują cały proces – od projektu aż po jego wykonanie. Pozostajemy w ścisłej współpracy z firmą ZACH-POL, która specjalizuje się również w produkcji oryginalnych **mebli i schodów drewnianych**. Słuchamy, planujemy i realizujemy, spełniając marzenia o pięknych wnętrzach.

Podróż idealna



Wakacje to najbardziej wyczekiwane chwile w roku. Czy warto zaplanować je już teraz, na co zwrócić uwagę przy zakupie wycieczki i dokąd pojechać opowiada Weronika Sadlok – kierownik Biura Podróży Neckermann w Szczecinie.



Czy warto już teraz zarezerwować letnie wakacje?

Wczesna rezerwacja to oszczędność w wakacyjnym budżecie, zniżki przy takich rezerwacjach sięgają nawet 35%. Kupując przed sezonem możemy często skorzystać też z bonusów takich jak np. wycieczki w cenie imprezy. Taka rezerwacja to także możliwość wyboru oferty dopasowanej do naszych wymagań: hotelu, pokoju czy kierunku. Last minute to natomiast oferta, która ze względu na zbliżający się termin wyjazdu proponowana jest ze znacznym rabatem cenowym. W tym przypadku decyzję o wyjeździe musimy podjąć szybko. Jest szansa na atrakcyjne cenowo wakacje, ale musimy liczyć się z ograniczonym wyborem.

Jak wygląda sytuacja, kiedy klienci obawiają się wylecieć do danego regionu ze względu na sytuację polityczno-ekonomiczną?

Organizujemy wakacje w regionach postrzeganych za bezpieczne. W trakcie sezonu monitorujemy sytuację i jeśli zachodzi taka konieczność, weryfikujemy oferty. Klienci mają także możliwość skorzystania z elastycznej zmiany rezerwacji, dzięki ofercie niemieckiej, nawet do 10 dni przed planowanym wyjazdem bez żadnych opłat.

A kiedy musimy zrezygnować z wcześniej kupionej wycieczki?

Warto skorzystać z rozszerzonych wariantów ubezpieczenia. Polecam je szczególnie klientom podróżującym z dziećmi, prowadzącym własną działalność czy osobom w starszym wieku. W naszej ofercie mamy m.in. ubezpieczenie „all risk”, umożliwiające zwrot

kosztów rezygnacji z podróży z każdego udokumentowanego powodu.

Na jakie oferty możemy aktualnie liczyć?

Wszystkie nasze letnie propozycje oferujemy z dużymi zniżkami. Oprócz popularnych miejsc wypoczynku takich jak Grecja czy Hiszpania, w naszej ofercie klienci znajdą też wycieczki do krajów egzotycznych. Warto zwrócić uwagę na terminy kwietniowo-czerwcowe czy listopadowo-grudniowe. Np. tygodniowy wyjazd do Meksyku na przełomie maja i czerwca z wylotem z Berlina i pobytem w 5-gwiazdkowym hotelu to koszt już od 1124 euro/os. Osoby, które podróżują własnym środkiem transportu czy same kupują bilety lotnicze, często omijają biura podróży, bo sądzą, że na stronach rezerwacyjnych znajdą korzystniejsze cenowo oferty. Jest to błędna opinia.

A co z klientami, którzy byli już „wszędzie”?

Wszędzie tam, gdzie latają samoloty i jest baza hotelowa możemy zorganizować wypoczynek. Można spędzić wakacje w tropikalnym lesie w Panamie czy na rajskich plażach Małych Antyli. Widok słońca czy lwa będzie czymś zwyczajnym podczas pobytu w Legend Golf & Safari Resort w RPA. Obiekt leży w rezerwacie przyrody tuż przy najtrudniejszym polu golfowym na świecie.

Jeśli szukamy mniej odkrytych miejsc, warto przyjrzeć się ofertom we Włoszech, Hiszpanii i Portugalii. Polecam również wypoczynek na niewielkich greckich wyspach. Nie zapominajmy o Polsce. Jedną z naszych tegorocznych nowości jest katalog „Piękna Polska” ze specjalnymi cenami wypoczynku w kraju.



NECKERMANN

PODRÓŻE

ZAPRASZAMY DO NASZYCH BIUR W SZCZECINIE:

AL. WOJSKA POLSKIEGO 11

e-mail: SZCZECIN@NECKERMANN.PL

tel.: 91 488 99 50

CH GALAXY (II POZIOM),

AL. WYZWOLENIA 18-20

e-mail: SZCZECIN.GALAXY@NECKERMANN.PL

tel.: 91 434 10 69

**TANIEJ, NIŻ
MYŚLISZ!**



5 powodów, przez które prawdopodobnie nie masz tylu klientów, ilu Twoja konkurencja

Jeżeli posiadasz firmę, pewnie zastanawiałeś się nad tym, dlaczego niektórzy swoje marki rozwijają szybciej od ciebie. Pierwszym winowajcą jest nasz budżet. Niestety, obserwując przez lata szefów i managerów firm, mogę z czystym sumieniem przyznać, że ważniejsze od pieniędzy są cechy osobowości oraz charakteru. Na szczęście 99% z nich da się skorygować. Oto 5 najważniejszych błędów spowalniających proces rozwoju firm, które popełniamy wszyscy, bez wyjątku.

1. Przypadkowe działania, czyli brak spójnej strategii wizerunku marki

To cel powinien określać działanie, jednak bardzo często spotykam się z sytuacją, gdy właściciele firm tworzą ulotki, biorą udział w akcjach charytatywnych czy zakładają konto na Facebooku, choć nie mają bladego pojęcia, co mieliby na nim zrobić. Chcąc prowadzić świadomą promocję marki wystarczy odpowiedzieć sobie na dwa podstawowe pytania: kto jest naszym potencjalnym klientem i kto odbierze zaplanowany przez nas przekaz reklamowy.

2. Prokrastynacja, czyli odkładanie decyzji na potem

Strach przed decyzją jest zrozumiąły. W większości przypadków skutkiem jej podjęcia będzie wydanie części naszych oszczędności. Przedsiębiorcy zapominają jednak, że czas to pieniądź. Przedłużające się decyzje dezorganizują pracowników, wprowadzają niepotrzebny zamęt w planach krótkoterminowych oraz źle rokują skutecznym negocjacjom z kontrahentami. Dodatkowo, zbyt częste przekładanie decyzji może powodować ogólną frustrację w organizacji, a nawet (co najgorsze) utratę okazji na tańszy zakup, współpracę lub oryginalną promocję firmy. Często spotykanym, lecz niezauważanym przez właścicieli firm problemem jest zbyt długa droga decyzji. Wciąż mocno zakorzeniony brak zaufania do pracowników oraz firm zewnętrznych spowalnia proces rozwoju, gdyż wszyscy czekają na decyzję jednej osoby, szefa, który musi sprawę przemyśleć.

3. Niechciejstwo, czyli brak systematyczności

Tendencja do chaotycznych działań. Z tym problem prawdopodobnie spotyka się każdy szef na świecie. Brak systematyczności powoduje frustrację oraz zmęczenie, gdyż w pewnym momencie przestajemy widzieć efekty naszej pracy. Dobrym przykładem są profile społecznościowe. Zakładane ze względu na to, że konkurencja też ma, prowadzone nieregularnie przez maksymalnie 4 miesiące i pozostawione same sobie ze względu na brak rezultatów. Jak sobie z tym radzić? Polecam poświęcić godzinę dziennie na zaplanowanie kolejnego dnia.

#1

Brak wyrazistej strategii promowania marki

#2

Zbyt długi czas podejmowania decyzji, brak umiejętności delegowania zadań

#3

Niesystematyczność – brak planowania działań

#4

"Bo mi się podoba" – poleganie tylko na własnej opinii

#5

Przemęczenie, przepracowanie, zbyt mało czasu dla siebie

W pierwszej kolejności na kartce papieru. Następnie przenieść na kalendarz lub telefon służbowy. Plan nie musi obejmować dokładnych godzin, chodzi o ustalenie kolejności zadań. Odhaczajmy zakończone etapy. Dodatkowym plusem jest to, iż możemy zobaczyć jakie czynności realizujemy szybciej, a które zabierają nam więcej czasu.

4. Partykularyzm, czyli „a mi się podoba”

O gustach się nie dyskutuje, ale jednak gusta naszych odbiorców muszą być dla nas najważniejszą i najcenniejszą informacją. Nie to, co NAM się podoba, ale to, co podoba się potencjalnemu klientowi, powinno być najważniejsze. Jeżeli nie mamy możliwości przeprowadzenia profesjonalnych badań, warto pokazać projekt lub przedyskutować nasz pomysł z kilkoma osobami. Wystarczy zapytać 10 osób z naszej grupy docelowej o opinie, aby uniknąć przeinwestowania. Chcąc mieć markę, która liczy się na rynku, musimy nauczyć się otwartej postawy wobec naszych odbiorców. Uczmy się słuchać i obserwować klientów, a swoje upodobania stawiamy dopiero na drugim miejscu.

5. Przepracowanie

Przestajemy konstruktywnie i logicznie myśleć, a w tym stanie nie zawsze możemy trafnie ocenić właściwość naszych decyzji. To może doprowadzić do utraty czasu oraz pieniędzy. Zadziwiające jest, jak często tkwimy w tym paradoksie. Wtedy ponownie zaczynamy pracować więcej i nadal nie widzimy oczekiwanych rezultatów. Zniechęceni, podejmujemy coraz gorsze decyzje, dokładając sobie tym samym jeszcze więcej obowiązków. Aby zatrzymać to błędne koło wystarczy zrobić jedną rzecz: codzienne zaplanować minimalnie 30 minut dla siebie. Proponuję zrobić sobie test. Przez jeden miesiąc w planach dziennych (wspomnianych w punkcie 3) zapisać dłuższy spacer, siłownię lub skupienie się na książce. Sprawdźmy po tym czasie, kiedy byliśmy bardziej efektywni: pracując przez cały czas czy z przerwą na relaks. Jeżeli wynik tego zadania wydaje się oczywisty, dlaczego tego nie robisz?

Stylowe dzieciaki

Modowy showroom dla dzieci? Tego jeszcze nie było. W Szczecinie przy ulicy Jagiellońskiej 4/2 powstaje pierwsze tego rodzaju miejsce w mieście, w którym znajdziemy designerskie ubrania i akcesoria dla najmłodszych. A wszystko przez wspólną pasję tworzenia, miłość do mody i wieloletnią przyjaźń dwóch niezwykle dziewczyn.

Jesteśmy szalonymi mamami i obydwie mamy małą obsesję na punkcie ubioru naszych urwisów – mówi z uśmiechem Marta Jaszewska, jedna z właścicielek showroomu. – Nie lubimy za to ubrać w stylu Disney'a i powtarzalności!

StyLoveKidsy to w jednej części sklep, w którym znajdziemy oprócz ubranek, dzianinowe koce inspirowane sztuką ikebany i pościel z tkanin, zaprojektowane przez same właścicielki, w drugiej części drewniane, ręcznie robione meble i akcesoria, oczywiście wszystkie skierowane do dzieci.

– Znajdziecie u nas ubrania polskich projektantów: modowy mistrz Booso, Mouse In A house, Nosweet, Moose Loose, Pocopato, Kukukid, Tuss, Ojtyty. Trwają rozmowy z Czesławem Mozilem i jego marką Czesiociuch – wymienia Monika Grewling. – Nasz asortyment to także łóżka w kształcie domku, drewniane skrzynie, biurka, półki, poduszki, postery czy bardzo stylowe huśtawki z drewna.

StyLoveKidsy będą niezwykłym sklepem. W trakcie zakupów najmłodszy będą mogli pobawić się w kąciku zabaw, a dorośli napić się kawy i porozmawiać.

– Zakupy będą, mam nadzieję, przyjemnością, a nie udręką. Sama wiem jak to jest robić zakupy z dzieckiem. To nie łąda wyzwanie dla rodzica. U nas będzie można odetchnąć, chociaż na moment – do-



OTWARCIE
JUŻ
5 MARCA



daje Marta Jaszewska. – Uroczyste otwarcie showroomu już 5 marca. Będą konkursy, bardzo atrakcyjne nagrody, a w trakcie zakupów pyszna kawa i muffinki. Zapraszamy nie tylko najmłodszych!



Matematyką zarażamy, a nie zrażamy

Jeśli chcemy, by przy okazji nauki języków obcych nasze dzieci polubiły matematykę, warto ich zainteresowania rozbudzać od małego.

Nasze pociechy najlepiej przyswajają wiedzę, jeśli od najmłodszych lat damy im szansę samodzielnie ją odkrywać, a poszukiwania będą dla nich przygodą. Wychodząc z tego założenia, do nauki i zabawy zaprasza Brytyjskie Przedszkole Matematyczne

„Fun&Math” na Pogodnie. – Nasza inteligencja logiczno-matematyczna rozwija się, zanim jeszcze zaczniemy chodzić – opowiada dyrektorka placówki Małgorzata Andreas. – Dlatego prowadzimy zapisy także do grupy żłobkowej – już od 12 miesiąca życia. Placówka wzoruje się na najlepszych, prywatnych przedszkolach i szkołach w Wielkiej Brytanii, z którymi prowadzi ścisłą współpracę. Wykwalifikowana kadra dba o przyjazną atmosferę, w której dzieci czują się szczęśliwe, a przy okazji rozwijają pragnienie zdobywania wiedzy i nowych doświadczeń. Mając za wzorzec doskonałe metody nauczania, „Fun&Math” skupia się nie tylko na grupie, ale i na indywidualnych potrzebach przedszkolaków, by przygotować je społecznie i naukowo do dalszej drogi edukacyjnej. Realizuje przy tym pełen program nauczania przedszkolnego wymagany przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Podstawowym celem nauczycieli jest wykorzystanie braku antypatii do matematyki u maluchów i wprowadzenie języka angielskiego do ich codziennego życia. Dzieci nie uczestniczą więc w tradycyjnych lekcjach języka, ale uczą się go instynktownie, w bardzo przyjemny sposób – podczas zabawy, spaceru, posiłku czy choćby ich ulubionych zajęć matematyki. **kt**



Brytyjskie Przedszkole Matematyczne "Fun&Math"
Szczecin, ul. Siemiradzkiego 8, tel. 724 220 220, funandmath.pl

Fun&Math
Brytyjskie Przedszkole Matematyczne



RECENZJE TEATRALNE

Daniel Źródleński

kulturoznawca, filozof miasta i przestrzeni, dziennikarz, założyciel niezależnego Teatru Karton oraz kARTelu artystycznego. Rzecznik prasowy Muzeum Narodowego w Szczecinie. Związany z świnoujskimi festiwalami: Międzynarodowym Kampusem Artystycznym FAMA oraz Grechuta Festival.

Spektakl co szczęścia nie daje

Teatr Współczesny w Szczecinie, Natalia Mołodowicz „Mad Women”, reżyseria Barbara Wiśniewska

Druga premiera w ramach projektu „Pikseloza” Teatru Współczesnego wymyka się jednoznacznej ocenie. Projekt miał być szansą poszukiwania nowego języka dla teatru – stwarzanego przez debiutantów w eksperymentalnej przestrzeni małej sceny Współczesnego. Niestety, owe poszukiwania nie trafiają w gusta widzów.



fot. Piotr Nykowski

Spektakl „Mad women” na podstawie tekstu Natalii Mołodowicz w reżyserii Barbary Wiśniewskiej, absolwentki warszawskiej Szkoły Teatralnej, to opowieść o młodych kobietach poświęcających wszystko dla pracy w prestiżowej agencji reklamowej. Do firmy trafia zlecenie na kampanię promocyjną Xymilonu, rewolucyjnego leku powodującego... szczęście. Lek, dzięki któremu na bezrobocie pójść wszyscy psychoanalitycy, to całkiem ciekawa wizja świata, niestety ów specyfik i zlecenie na jego reklamę staje się jedynie pretekstem do zaprezentowania na scenie trudnych losów bohaterek i obnażenia istoty korporacji. Ciekawie zapowiadająca się inscenizacja staje się festiwalem monologów. Problemy kobiet są... „płaskie”. Wolalbym dowiedzieć się, jaki byłby świat z tabletką szczęścia. Niestety. Otrzymałem chaotycznie skrojoną opowieść imitującą świat reklam. To na scenie miało swoje pięć minut dekadę temu, kiedy się reklamami zachłystywaliśmy, kiedy były nowością i powiewem wielkiego świata. Nowomowa i specyficzne akcentowanie rodem z tandetnych spotów miało zapewne być wyszydzeniem tej formy, ale samo dla siebie stało się pastiszem i przykrym zgrzytem, szczególnie, że Barbara Lewandowska w roli Ewy wyrażnie męczyła się taką manierą, to nie jej wrażliwość... Nawet Maria Dąbrowska, która przyzwyczaiła widzów do brawurowo skrojonych postaci, tutaj nie wystawiła ostrego scenicznego pazura. Świetną kreację stworzyła Magdalena Myszkiewicz, jej sceniczna imienniczka to surowa, wyniosła szefowa, która w finałowych scenach przekonująco obnaża swoje słabości. Agnieszka Ewy Sobczak oraz Anna Magdaleny Wrani-Stachowskiej to pyszne role, ale dramaturgicz-

nie... niedokończone. Mimo to aktorki Współczesnego w świetnej formie, szczególnie w zbiorowych ruchowych scenach. Zapropozowana przez reżyser stylistyka nie przekonuje, sztuczność bijąca z każdej sceny, gestu, mimiki, wystudiowanych garsoniek, a nawet z każdego wypowiedzanego zdania, mająca zapewne wprowadzić widza w równie nienaturalny korporacyjny świat, przeszkadzają i nie pozwalają na esencjonalne wczytanie się w losy bohaterek. A te to z kolei mało udana literatura – ironiczna i oklepana historia chłopaka, który dla kariery stał się kobietą czy ukryte namiętności i doprowadzone do skrajności zmagania z prozaicznymi problemami codzienności. Historia się nie domyka, porozsypywane osobiste historie poszczególnych bohaterek nie spotykają się w spójnym finale czy puencie. Główny wątek urywa się, sensy się gubią i stają nieczytelne, szczególnie w finale spektaklu, w którym autorki rozprawiają się z trudami macierzyństwa pod kątem wizerunkowym (sic!). Nie rozumiem też zabiegu z doklejanymi wąsami. O ile w przypadku Moniki, co była kiedyś facetem, to jest wręcz udane, o tyle zmnożenie pomysłu w dalszej części spektaklu każe dezawuować przyjęte wcześniej myślenie. Czy to całkiem na serio symbol rzekomej wojny płci, dyskryminacji, parytetu, a może tylko albo aż ironia? Nie wiem. Atutami spektaklu, obok czasu trwania (55 minut), jest świetnie dopasowana oprawa muzyczna. Warto prowadzona akcja i dynamika zespołowych scen nie pozwalają się znudzić. Najciekawsza jest jednak możliwość odkrycia tego, jak na świat patrzą młodzi twórcy. Warto zapamiętać nazwiska tych twórców, bo czym skorupka za młodu...





PRAWDZIWY SMAK ITALII

PLAC ORLA BIAŁEGO 10, TEL. 91 431 02 72, 91 431 02 71, WWW.TRATTORIA-TOSCANA.PL

11.02 19.00

**AZOTY ARENA
SZCZECIN**



eventim.pl
www.eventim.pl

TICKETPRO
www.ticketpro.pl

eBilet.pl

empik

bil@tyna.pl

bilety.fm

AZOTY ARENA
bilety.arenaszczecin.pl

infoludek.pl

www.sukhishvili.pl

**NARODOWY BALET GRUZJI
SUKHISHVILI**

Młode głosy

"Opera da camera" to nazwa nowego cyklu recitali wokalnych, odbywających się od początku tego roku w sali kameralnej Opery na Zamku im. J. Niezychowskiego. Impulsem do powstania cyklu był recital jednej z najwybitniejszych sopranistek świata - Patricii Petibon. Podczas comiesięcznych koncertów zaprezentują się publiczności młodzi, utalentowani, ale już uznani polscy śpiewacy operowi, stojący u progu wielkich karier na światowych scenach. Każdy z nich, przy akompaniamencie fortepianu, zaproponuje autorski wieczór złożony z utworów pochodzących z różnych epok muzycznych i obszarów geograficznych. W programach znajdą się kompozycje od baroku do XX wieku. Agata Schmidt, mezzosopran, tegoroczna laureatka II nagrody Grand Prix de l'Opera w Bukareszcie zaśpiewa 16 lutego (godz. 19) przy akompaniamencie fortepianu Marka Ruszczyńskiego. W programie utwory F. Liszta, R. Schumanna, H. Wolfa i J. Brahmsa.

fot. Marek Hofman



ad



fot. materiały prasowe



fot. Jarosław Gaszyński

Kameralna podróż

Kasia Buja - wokal, Maciej Kazuba - gitara i wokal, czyli jeden z najgorętszych duetów muzycznych ostatnich miesięcy, wystąpią z kameralnym recitalem w Bramie Jazz Cafe 8 marca (godz. 19). Są zgrani w życiu i na scenie. Ich koncert to sentymentalna, acz niepozbawiona dobrego humoru, podróż do świata, w którym muzykę pisa-

li prawdziwi kompozytorzy, a teksty wielcy poeci. Wśród wykonywanych utworów znajdziemy między innymi piosenki Hanny Banaszak, Ewy Bem, Krystyny Prońko, Andrzeja Zauchy, Kabaretu Starszych Panów i Grażyny Łobaszewskiej oraz piosenki autorskie. Dotychczas duet współpracował z Bernardem Maselima i Januszem Stroblem i wieloma muzykami z pierwszej półki polskiego jazzu. W październiku ukazała się ich debiutancka płyta „Historie wielkiej wagi”. Są finalistami X edycji telewizyjnego show Must Be The Music.

ad

Odyseja Zbyszka

PRESTIŻ PATRONUJE



Zbigniew Wodecki wraz z szaleńcami z Mitch&Mitch zabierze nas w odyseję kosmiczną już 13 lutego (godz. 19) w Azotach Arena. Koncert tego legendarnego artysty będzie mieszanką psychodelicznych lat 70. musicalu, rock'n'rolla i symfonicznej zgrzyw. Słynne piosenki Wodeckiego zostały oszlifowane i podrasowane przez panów z Mitch&Mitch i dzięki temu dostały nowe życie. Krakowski artysta zadebiutował w latach 70. fenomenalną płytą długogrającą, będącą połączeniem psychodeli, soulu, bossa novy i rewelacyjnych tekstów. W tamtym czasie nie stała się jednak popularna ze względu na promowanie elektrycznych gitar... Kariera Wodeckiego potoczyła się w innym kierunku i w ciągu trzech kolejnych dekad dopracował się statusu gwiazdy. Został królem estrady, nagrał dziesiątki przebojów, które dziś są kanonem muzyki rozrywkowej. Nagrane z Mitch&Mitch „1976: A Space Odyssey” oszłamia rozmachem, dowcipem, jakością kompozycji i formą wykonania. Warstwa tekstowa urzeka pozorowaną naiwnością, pod którą kryją się przewrotne, pisane dżentelmeńskim tonem frazki.

ad



Ricoria Ristorante

www.ricoria.pl



ul. Powstańców Wlkp. 20

Rezerwacja: 91 441 44 70



Taneczny cud świata

PRESTIŻ
PATRONUJE

fot. materiały prasowe

Stu tancerzy i jedna orkiestra na scenie. W takim składzie gruziński balet narodowy Sukhishvili wystąpi już

11 lutego (godz. 19) na scenie Azoty Arena. Grupa powstała 70 lat temu i bazuje na tradycyjnych gruzińskich tańcach. Żeby występy były jeszcze bardziej spektakularne, założyciele stworzyli nowe układy, zanurzone w folku i połączyli je ze współczesnymi krokami. Do tego dołączyli elementy sztuk walki i akrobacji. Sam balet składa się aż z 500 tancerzy. W swojej historii jedenaście razy objechał pięć kontynentów i dziewięćdziesiąt krajów widziało go ponad 7,5 mln widzów. Występ zespołu został uznany „najlepszym show na Broadwayu”, a w Australii za „ósmą cud świata”. Z ciekawostek warto dodać, że na słynnej scenie operowej La Scala podczas ich występu kurtynę podnoszono aż 14 razy! Występ grupy Sukhishvili to spektakularne i bardzo dynamiczne show dla całej rodziny: od dzieci po seniorów. W dodatku tancerze mają przepiękne, bardzo dopracowane, kolorowe kostiumy. Nie ma czasu na nudę. **ad**

Kubańska pasja

Jeśli pokochałeś Buena Vista Social Club – nie możesz przegapić tego show! – rozpisywały się europejskie gazety po ich trasie kilka lat temu. Kilka lat temu zachwycili polską publiczność udowadniając, że potrafią rozgrzać i porwać do zabawy każdego. Ich muzyka jest wypełniona słońcem i radością. Już 26 lutego (godz. 19) Szczecin odwiedzą kubańscy artyści z Pasión de Buena, gdzie wystąpią w Azoty Arena. Większość z członków ekipy występowała z legendarnym Buena Vista Social Club. Dziś przez większość krytyków zostali okrzyknięci godnymi ich następcami. Tancerze, którzy będą muzykom towarzyszyć na scenie, wywodzą się natomiast z legendarnego nocnego klubu Hawany – kabaretu Tropicana, do którego od ponad 70 lat, co noc, ustawiają się kolejki chętnych, by obejrzeć wspaniałe rewie. Pasión de Buena Vista to kubańskie widowisko, połączenie żywiołowego tańca i szalonej muzyki, pięknej scenografii i porywającej choreografii. Gorące rytmy, pełen pasji taniec, egzotyczne kobiety i muzyka, przy której można się rozmarzyć. **ad**



fot. materiały prasowe

Ostry koniec zimy

PRESTIŻ
PATRONUJE

Mocny luty w Słowianinie. Mocny pod względem ilości koncertów i listy artystów, którzy pojawiają się na klubowej scenie. Najpierw heavy metalowy, rock'n'rollowy Acid Drinkers (6 lutego, godz. 19) zagra w ramach trasy „Headbanger's Delight Tour” swoje najlepsze numery. Następnie wysoce energetyczne HOPE (19 lutego, godz. 20), czyli coś dla wielbicieli Limp Bizkit i Body Count. Nazajutrz (20 lutego, godz. 20) Słowianin będzie gościł dwie wybuchowe kapele: Happysad i OCN (na zdjęciu). Będzie gitarowo i to w najlepszym takiego grania wydaniu. Dr Misio to projekt aktora Arkadiusza Jakubika. Świetne teksty Krzysztofa Vargi, muzyka Krzysztofa Derentowicza i mamy garażową alternatywę i konkretne rockowe łojenie z poetyckim zacięciem. Towarzyszyć im będzie grungowa, hardrockowa Curcuma. Oba zespoły zagrają 25 lutego (godz. 19). Będzie się działo. **ad**

fot. Roland Okon



REKLAMA

Kafe Jerzy

Jagiellońska 67

rezerwacje
kafe@kafajerzy.pl / 608 64 46 77
www.facebook.com/kafajerzy



05.02 Ostatki! } Ostatni weekend karnawału
06.02 Ostatki! }

12.02 Urodzinowy Kafe Jerzy
13.02 Walentynki

19.02 Polska Muzyka
20.02 O Jerzu

26.02 Dzień pozdrawiania blondynek
27.02 O Jerzu!

Książęcy wernisaz

Książę Filip II należał do tych postaci, które zapisały się w dziejach Pomorza w sposób wyjątkowy. Jako człowiek renesansu przejawiał rozległe zainteresowania różnymi dziedzinami nauki i sztuki. Kawalerska podróż po Europie w latach 1595-1597 ukształtowała jego postrzeganie świata. Doświadczenia nabyte w czasie podróży zainspirowały księcia do zorganizowania nowoczesnej kustamery na szczecińskim zamku. Filip II był fundatorem wielu fundacji i prawdziwym mecenasem sztuki. Wystawa, której kuratorskie oprowadzanie odbędzie 14 lutego (godz. 11.30 i godz. 13), składa się z dwóch części. Pierwsza, zatytułowana „Christo et reipublicae”, nawiązująca do dewizy księcia „panującego dzięki swoim cnotom: mądrości, pobożności i sprawiedliwości”, jest poświęcona zarówno jego kontaktom z dworami europejskimi, jak i polityce wewnętrzpaństwowej. Druga część pt. „Wizerunek domu panującego”, jest poświęcona trzem najważniejszym fundacjom powstałym na zlecenie władcy. Filip II kolekcjonował dzieła sztuki z tzw. górnej półki. To wszystko zostało udostępnione na Zamku Książąt Pomorskich. **ad**



Talar Filipa II

fol. materiały prasowe



plakat: Kazimierz Wiśniak

Teatralne gody

Dramaty i wiersze, których autorem jest genialny Federico Garcia Lorca na warsztat wziął Adam Opatowicz i wspólnie z choreografem Januszem Józefowiczem i muzyką Jana Kantego Pawluśkiewicza stworzył w Teatrze Polskim (aktualnie w repertuarze) muzyczny spektakl „Wieczór w teatrze”. I tak, wśród wykorzystanych utworów znalazły się m.in. „Krwawe gody”, historia pogmatwanej miłości z tragicznym finałem czy tak nasycone emocjami wiersze, jak: „Mały walc wiedeński”, „Gazela straszliwej obecności” i „Dialog Amarga”. Lorca jest wybitnym hiszpańskim poetą i dramaturgiem, którego twórczość do dziś inspirowała artystów, m.in. reżyserów filmowych, jak Pedro Almodovar. Jego praca została brutalnie przerwana. Został zamordowany przez prawicową bojówkę podczas hiszpańskiej wojny domowej. Nie ukrywał swoich lewicowych poglądów i homoseksualizmu. Ponoć to orientacja seksualna genialnego artysty była głównym powodem jego tragicznej śmierci. **ad**

nich utworów znalazły się m.in. „Krwawe gody”, historia pogmatwanej miłości z tragicznym finałem czy tak nasycone emocjami wiersze, jak: „Mały walc wiedeński”, „Gazela straszliwej obecności” i „Dialog Amarga”. Lorca jest wybitnym hiszpańskim poetą i dramaturgiem, którego twórczość do dziś inspirowała artystów, m.in. reżyserów filmowych, jak Pedro Almodovar. Jego praca została brutalnie przerwana. Został zamordowany przez prawicową bojówkę podczas hiszpańskiej wojny domowej. Nie ukrywał swoich lewicowych poglądów i homoseksualizmu. Ponoć to orientacja seksualna genialnego artysty była głównym powodem jego tragicznej śmierci. **ad**

Fatalne love story

On i ona spotykają się na randce, która zaczyna się... fatalnie. Po serii klótni i obelg, włączając płytę „Love story” i zaczynają jeszcze raz. Oboje muszą przecież dokonać wyboru pomiędzy dalekim od doskonałości partnerem a samotnością. Przewabna komedia Siemiona Złotnikowa „Przyszedł mężczyzna do kobiety” na deskach Teatru Małego już w lutym.

Na scenie zobaczymy dwoje znakomitych aktorów, którzy zrealizowali całość - Joannę Matuszak i Arkadiusza Buszko. Złotnikow z wykształcenia jest filologiem. Jako dramaturg zadebiutował w 1975, sztuką „Wszystko będzie dobrze”. Największą popularność zdobyły dramaty: „Przyszedł mężczyzna do kobiety”, „Odszedł starzec od staruchy”, „Mutanci”, „Sceny przy fontannie”. Sztuki Złotnikowa były wystawiane w moskiewskich teatrach m.in. Na Tagance. Cieszyły się uznaniem w Polsce, Danii, Norwegii, Szwecji, Meksyku, Hiszpanii, Japonii, USA i w Niemczech. W 1990 roku Złotnikow wyemigrował do Izraela. Osiadł w Jerozolimie, gdzie założył Teatr Arka. **ad**



plakat: Jan Estrada Osmycki

REKLAMA



mammografia
usg piersi

HAHS
KLINIKA

Grafika: Iwona Drązkiewicz / ID Galleria



Anne Edwards

MARIA CALLAS

Wydawnictwo:
Znak, 2015

Rafał Podraza

Dziennikarz. Jego pierwsza książka Magdalena, córka Kossaka (PIW, 2007) wywołała renesans twórczości Magdaleny Samozwaniec. Na kanwie tego sukcesu opracował i wydał niepublikowane książki pisarki: Z pamiętnika niemłodej już mężatki (W.A.B., 2009), Moich listów nie pał! (W.A.B., 2014). Opracował także dzienniki Marii Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej Wojnę szatan spłodził. Zapiski 1939-45 (AGORA, 2012). Jest autorem pierwszej w Polsce biografii królowej twistu – Helena Majdaniec. Jutro będzie dobry dzień (ZLP, 2013)

Maria Callas to dzisiaj marka sama w sobie. Postać wybitna i nietuzinkowa, na temat której powstała już cała masa książek, filmów i artykułów. To, można byłoby powiedzieć, taka Marlin Monroe świata operowego. Mimo że przeczytałem na temat Greczynki sporo, to z ciekawością sięgnąłem po kolejną książkę. Nie żałuję – było warto. Przystępna narracja (dobry przekład Mieczysława Godynia), wiele ciekawostek, sporo zdjęć, w tym kilka dotąd niepublikowanych, powoduje, że od książki nie można się oderwać. Maria Callas jawi się nam jako osoba zdeterminowana, ale – niestety – bardzo chwiejna emocjonalnie, o słabej psychice. Coś w tym jest, wielu – podobnie jak ja – uważa, że gdyby nie chora miłość do Onasisa, Callas, po pierwsze: nie straciłaby tak szybko głosu, po drugie: nie zmarłaby przedwcześnie, w wie-



ku zaledwie 54 lat. Depresja, w tym przypadku, zabiła swoją ofiarę.

Książka pełna jest faktów, wyjaśnień, odwołań i co najważniejsze... sprostowań. Autorka książki, momentami ostro rozlicza wcześniejszych biografów, pokazuje ich błędy i przekłamania. Zupełnie odkrywczym był dla mnie wątek przyczyn śmierci primadonny (nie był to atak serca) oraz tego co stało się z jej, szacowanym na prawie dwadzieścia milionów dolarów, majątkiem... Dla niecierpliwych napiszę tylko, że roztrwoniła go pseudo-przyjaciółka artystki, która wykorzystała naiwność siostry i matki sopranistki.

Maria Callas w książce „Maria Callas. Prima-donna stulecia” to wielka osobowość, perfekcjonistka, a zarazem zwykła kobieta, która tak naprawdę chciała tylko kochać i... być kochaną. Z całego serca polecam.

REKLAMA



Zęby na implantach w 1 dzień



HAHS
KLINIKA

Sen o Niemenie



W styczniu minęła kolejna rocznica śmierci Czesława Niemeny. Genialny artysta i niezwykle człowiek pierwsze sceniczne kroki stawiał właśnie w Szczecinie, gdzie występował na legendarnym festiwalu Młodych Talentów. We wnętrzu Starej Rzeźni spotkali się fani muzyka, jego rodzina i artyści z nim związani.

Podczas koncertu na scenie pojawił się Tomasz Jaśkiewicz, legendarny gitarzysta Niemeny, z którym współpracował m.in. w zespole Akwarele nagrywając kultowe sola gitarowe, np. do piosenki „Dziwny jest ten świat”. Obok niego zagrał i zaśpiewał Wojciech Rapa, członek Czerwono-Czarnych, współpracująca z nimi Barbara Włodarczyk oraz Małgorzata Jamroc, Laura Lewicka i Natalia Wiśniewska.

Po części muzycznej odbyła się projekcja „Snu o Warszawie”, świetnego filmu o Niemenie w reż. Krzysztofa Magowskiego. Po projekcji autor spotkał się z publicznością, towarzyszył mu znawca twórczości Niemeny, Tadeusz Skliński. Partnerem imprezy był szcze-



Od lewej: Reżyser filmu „Sen o Warszawie” Krzysztof Magowski, niemenolog Tadeusz Skliński, brat stryjeczny Czesława Niemeny Jerzy Wydrzycki

fol. Dagna Drązkowska

ciński oddział mBanku, który w ten sposób chce zapoczątkować szerszą współpracę z Rzeźnią.

– Promujemy kulturę i miejsce siedziby banku przy ul. Zbożowej oraz samej Rzeźni. Oba miejsca warte są odwiedzenia – tu można zrobić biznes, ale również dotknąć niesamowitej architektury, nowoczesnej i historycznej. Zależy nam, aby nasi klienci odkryli nowe oblicze banku i nowe oblicze Szczecina – tłumaczy Grażyna Dyląg, dyrektor szczecińskiego oddziału mBanku. – A dlaczego Czesław Niemen? Łączy pokolenia. Jego twórczość jest ponadczasowa, wytycza wartości. Pokazuje czym jest etyka w życiu, a czym w samym biznesie, gdyż jego praca, filozofia życiowa wciąż inspiruje. Myślę, że jego postać jest rodzajem „lidera”, którego dzisiejszy świat pożąda.

ad

mBank ul. Zbożowa 4, tel 91 814 11 99 kom. 519 646 763



Od lewej: Izabela Ściana, doradca klienta indywidualnego mBanku, Rafał Nowicki, doradca klienta firmowego mBanku, Grażyna Dyląg, dyrektor szczecińskiego oddziału mBanku

fol. Materiały prasowe

REKLAMA

NIEDZIELA

14 LUTEGO

GOZ. 18:00 | AZOTY ARENA

WWW.KINGWILKI.PL | WWW.KINGWILKIABILET.PL | FB.COM/KINGWILKI

Pogonili zbędne kilogramy

Autor: Jerzy Churątek / fotomateriały prasowe

Siedmioro uczestników akcji "Pogoń kilogramy" sprawiło sobie samym najlepszy z możliwych prezentów na ostatnią gwiazdkę. Każdy z nich zrzucił przynajmniej 6,5 kg, dzięki czemu w świetnej formie fizycznej i psychicznej mógł wejść w Nowy Rok. Rekordzście udało się zrzucić aż 12,8 kg w ciągu 10 tygodni!

Przypomnijmy, że dziesięcioro wybranych przez Pogoń uczestników przystąpiło w październiku do akcji, której celem było pozbycie się zbędnych kilogramów. Pod bacznym okiem dietetyka, Katarzyny Piotrowskiej oraz trenera Patryka Dąbrowskiego poddani zostali katuszom, ale efekt przeszedł ich oczekiwania.

- Nie spodziewałem się, że w krótkim czasie potrafię zrzucić prawie 13 kg - mówi "rekordzista" Marcin Karbowski. - Zgłosiłem się do tej akcji, bo nie chciałem już patrzeć w lustro, a wszelkie próby pozbycia się nadwagi, to było oszukiwanie samego siebie, bo nie potrafiłem tego zrobić sam. Pod okiem fachowców wykonałem ciężką pracę, a oprócz tego nauczyli mnie pewnych nawyków - podaje receptę na schudnięcie pan Marcin.

- Będę dalej pracował, żeby zrzucić kolejne kilogramy (obecnie waży 107,2 kg) i zejść przynajmniej do, dziewięćdziesięciu, co było kiedyś "moją wagą".

Prawie wszyscy uczestnicy zamierzają kontynuować wspólnie pracę nad sobą - będą biegać i ćwiczyć, ale już w ramach zajęć w Domu Lekarskim.

- Osoby, które wytrzymały do końca (troje uczestników się wycofało) były bardzo zdyscyplinowane i pokazały silną wolę - chwali uczestników dietetyk, Katarzyna Piotrowska. - Byli nawet zaskoczeni, że mimo diety, którą zastosowałam, to mogli naprawdę dużo jeść.

W diecie, którą pani Kasia opracowywała na każdy tydzień, a uczestnicy przygotowywali posiłki w domu, było bardzo dużo świeżych warzyw, jajek, różnego rodzaju mięso, ale z przewagą drobiowego. W posiłkach obiadowych na talerzu często była kasza jaglana oraz gryczana, a także ciemny makaron.

- Ułożenie diety przez fachowca było bardzo ważne - uważa Anna Storek, której udało się pozbyć 8,9 kg. - Wcześniej podejmowałam wiele prób, ale po pierwszych efektach kilogramy wracały ze



zdwojoną siłą. Teraz wiem, że dieta musi iść w parze z odpowiednim wysiłkiem fizycznym. Jeśli miałabym wybrać ulubioną potrawę z nowego menu, będzie to leczo z cukinii i pewnie już na stałe zostanie w moim jadłospisie - dodaje.

Akcja "Pogoń kilogramy" cieszyła się dużym zainteresowaniem, bo chętnych do udziału w niej było około 100 osób. Nie wiadomo, czy Pogoń zorganizuje kolejne edycje, ale wszyscy uczestnicy niedawno zakończonej podkreślali, że zrzucanie kilogramów w grupie jest znacznie łatwiejsze i przyjemniejsze. Na zakończenie z rąk Katarzyny Piotrowskiej, odebrali dyplomy za osiągnięte wyniki. ■

REKLAMA



Laser *MonaLisa Touch*
nowoczesna ginekologia

HAHS
KLINIKA

Osobowość telewizji

W Operze na Zamku odbyła się gala jubileuszowa z okazji 55-lecia TVP3 Szczecin. W trakcie wieczoru wybrano osobowość telewizyjną. Pierwsze miejsce zdobył nieobecny już wśród nas Andrzej Androchowicz, drugie dziennikarz sportowy Jarosław Marendziak. Najpopularniejszym programem została natomiast Kronika. Imprezie towarzyszyła oprawa muzyczna i baletowa. Na otwarcie publiczność usłyszała arię z „Carmen” Bizeta. **ad**



Maria Bartczak, dyrektor TVP3 Szczecin



Magdalena Stankiewicz, TVP



Jacek Porada



Prof. Elżbieta Walknowska i Bohdan Ronin-Walknowski



Od lewej: Jarosław Dobrzyński, TVP3 Szczecin, Marek Osajda, Kurier Szczeciński



Michał Fit, TVP3 Szczecin z żoną



Od lewej: Jarosław Dobrzyński, TVP3 Szczecin, Krzysztof Matlak, TVP, Adam Rudawski, Radio Szczecin

Prawnicy balowali

Adwokaci, radcowie prawni, sędziowie, prokuratorzy i komornicy bawili się hucznie na balu, który odbył się w szczecińskim hotelu Dana. Nie zabrakło atrakcji, dobrą muzykę zapewnił zespół Big Joe Cover Band, był pokaz pokazu żywiołowej zumbi, a każdy z zaproszonych gości miał możliwość sporządzenia pamiątkowego portretu-karykatury. Prawnicy bawili się do białego rana wznosząc toasty za nowy 2016 rok. **kt**



Mecenas Andrzej Zajda
z Jolantą Prawdą-Grabińską



Mecenas Piotr Kottis
z żoną Katarzyną



Od lewej: mec. Hanna Łyczywek-Falkowska
i mec. Agnieszka Aleksandruk-Dutkiewicz,
organizatorki



Mecenas Grażyna Wódkiewicz
z mężem Ryszardem Ostachiewiczem



Mecenas Andrzej Marecki



Dziekan Okręgowej rady Adwokackiej w Szczecinie
mec. Włodzimierz Łyczywek z żoną Weroniką



Paulina Żuraw i mec. Agnieszka Aleksandruk-Dutkiewicz



Od lewej: notariusz Marzena Mikołajczyk, mec. Marek Mikołajczyk,
Ewa Mikołajczyk z narzeczonym, mec. Grzegorz Dutkiewicz



Panie bawiły się znakomicie. W środku notariusz Zofia Daleszyńska



Od lewej: mecenas Grzegorz Dutkiewicz, mec. Michał Żuraw, dyrektor
Reiffeisen Bank Michał Falkowski, mec. Krzysztof Ławrynówicz

Mistrzowie marketingu

Szczecin gościł największych ekspertów marketingu w Polsce, a to za sprawą pierwszej edycji ogólnopolskiej konferencji Marketing Trends 2016, która odbyła się w Hotelu Dana. Prelekcje, wykłady, warsztaty m.in. ze strategii i komunikacji marketingowej, videomarketingu, czy też efektywnego wykorzystania social media do promocji, przyciągnęły blisko dwieście osób, nie tylko z Polski, ale również z Niemiec. Organizatorem tego wydarzenia była firma Levels, znana m.in. z Inspiration Day Show. **ad**



Jacek Kotarbiński, jeden z najbardziej znanych marketingowców w Polsce



Marcin Maj, Prezes OS3

fot. Mateusz Herezo



Od lewej: Konrad Dembczyński i Michał Hamera, organizatorzy MT2016



Prelegenci, od lewej: Yuri Drabent, Isobar Polska i Artur Kurasinski, MUSE



Rafał Masny, Abstrachuje TV, jeden z najpopularniejszych kanałów na YouTube

Wykłady z piękna

W hotelu Novotel odbył się III Ogólnopolski Kongres Makijażu Permanentnego. Gospodynią spotkania była Agnieszka Leśniewska, właścicielka Akademii Purebeau – Agi, lingerystka doceniona na międzynarodowych konkursach. W tym roku wykłady na temat makijażu permanentnego zostały wzbogacone o tematy z zakresu medycyny estetycznej. Między innymi o zabiegach upiększających nasze spojrzenie oraz dekolt opowiadała specjalistka chirurgii Katarzyna Ostrowska–Clark, właścicielka kliniki Medimel. **ad**



Od lewej: Agnieszka Leśniewska, Akademia Purebeau – Agi, gospodyni kongresu i specjalista chirurg Katarzyna Ostrowska–Clark, Medimel



Wykład na temat makijażu



Katarzyna Ostrowska–Clark, Medimel

fot. Dagna Drązkowska



Od lewej: Magdalena Gruszczyńska i Edyta Stróżyk – asystentki w Akademii Purebeau – Agi, Agnieszka Leśniewska z córką Luizą, Izabela Słaby i Justyna Stalińska – kosmetolog w Akademii Purebeau – Agi

Pory roku Sikory

Prace znakomitego fotografa Tomasza Sikory zostały zaprezentowane na ścianach Filharmonii. Bohater wystawy, zorganizowanej przez Galerię Orient, pokazał zdjęcia wchodzące w skład cyklu „Cztery pory roku”, ukazujące piękno polskiej przyrody. Sikora, który wiele lat spędził na Antypodach, jest mistrzem fotografii reklamowej, ale również człowiekiem, który wymyślił projekt Galeria Bezdonna. **ad**



Od lewej: Tomasz Lazar, fotograf, Tomasz Sikora, fotograf w towarzystwie przedstawiciela Winnicy Turnau



Dorota Serwa, dyrektor Filharmonii



Prace artysty cieszyły się zainteresowaniem gości



Od lewej: Dorota Kawecka, dyrektor Fundacji Sięgajcie Gwiazd z mężem i Jolanta Drązkowska, prezes Neptun Developer



Mateusz Sikora, rzeźbiarz, Łukasz Czub, manager Galerii Orient



Od lewej: Andrzej Karwowski, Filharmonia, Aleksandra Phillips- dyrektor Galerii Orient, Tomasz Sikora

Biznesmeni nagrodzeni

Podczas XIV Gali Biznesu, zorganizowanej przez Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju Szczecina i Pomorza Zachodniego „Business Club Szczecin” w Restauracji Zamkowej, Złotą Honorową Odznakę Gryfa Pomorskiego otrzymał pan Jerzy Miśkiewicz, właściciel kina Pionier. Nagrody Gospodarcze za 2015 rok powędrowały do „Observatora Morskiego” oraz firm: Siemaszko, Drobimex, Baltchem i Poltramp Yard. Nowa forma nagrody, która została zaprojektowana przez rzeźbiarza, Artura Stanisława Malewskiego, zastąpiła poprzednią formę „Konika Morskiego”. Bal odbył się w rytmie muzyki granej na żywo i bąbelków z wina musującego, którym powitano grono zacnych gości. **kt**



Od lewej: Jan i Małgorzata Kozłowscy, dealerzy samochodowi, Tomasz Walburg, Zapol



Od lewej: Klaus Roppel, prezes Drobimex Sp. z o.o., Izabela Klamann, Dariusz Szulc, Drobimex



Mirosław Sobczyk, wydawca „Observatora Morskiego”, prezes Zapolu



Od lewej: Bogumił Rogowski, prezydent Business Club Szczecin, marszałek Olgierd Geblewicz, Jerzy Miśkiewicz, kino Pionier



Od lewej: prof. Bożena Birkenfeld, Ewa Rogowska, Ewa Nagay, dr Wiesława Wieliczko, Józef Małosek, dr Dorota Małosek



Od lewej: prof. Dariusz Zarzecki, prezes Baltchem S.A., Piotr Adamowicz, Bogumił Rogowski, prezydent Business Club Szczecin

SZUKAJCIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

Bistro na Językach, ul. Grodzka 2
Bulwar Cafe, ul. Jana z Kolna 7
Cafe 22, pl. Redla 8
Cafe Club, CH Galaxy
Cafe Hormon, ul. Monte Cassino 6
Czarna Owca, Deptak Bogusława 9
Cafe Cube, CH Galaxy
Cafe Orsola, ul. pl. Żołnierza Polskiego 3/1
Castellari, al. Papieża Jana Pawła II 43
Castellari, ul. Tuwima 27
Castellari, CH Kaskada
Coffee Heaven, CH Galaxy
Coffee Heaven, CH Kaskada
Coffee Heaven, CH Molo
Columbus Coffee, cała sieć
Cukiernia Koch, al. W. Polskiego 4
Czekoladowa Cukiernia, al. W. Polskiego 17
Fabryka, ul. Bogusława 4/1
Fanaberia, ul. Bogusława 5
Giovanni Volpe, ul. Tkacka 64D
Pauza Cafe, ul. Małopolska 48
Public Fontanny, al. Papieża Jana Pawła II 43
Wół i Krowa, ul. Wielka Odrzańska 18
Secesja Cafe, al. Papieża Jana Pawła II 19/1
Sklep Kolonialny, CH Ster
Spalarnia Kultury, ul. Śląska 4

RESTAURACJE / PUBY

Avanti, al. Papieża Jana Pawła II 43
Bachus – winiarnia, ul. Sienna 6
Bistro na Językach i Piekarnia Francuska, ul. Grodzka 2
Bohema, al. W. Polskiego 67
Bombay, ul. Partyzantów 1
Brama Jazz Cafe, pl. Holdu Pruskiego 1
Buddha, ul. Rynek Sienny 2
Casa del Toro, ul. Rynek Nowy 2
Chalupa, ul. Południowa 9
Chief, ul. Rayskiego 16
Clou, Wielka Odrzańska 18
Colorado, Wały Chrobrego 1A
Columbus, Wały Chrobrego 1
El Globo, ul. Piłsudskiego
El Tapatio, ul. Kaszubska 3
Food & wine, ul. Rynek Nowy 3
Greckie Ouzery, Bulwar Piastowski - al. Żeglarzy 1
Jin Du, Jana Pawła II 17
Karczma Polska "Pod Kogutem", pl. Lotników 3
La Passion du Vin, ul. Sienna 8
La Rocca, ul. Korolowa 101
Ładoga, ul. Jana z Kolna (Wały Chrobrego)
Mała Tumskia, ul. Mariacka 26
Mamma Mia, ul. Kaszubska 19/1A
Mazat, al. Wyzwolenia 44
Na Kuncu Korytarza, ul. Korsarzy 34
Niebo Wine Bar Cafe, ul. Rynek Nowy 5
Pasja Fabryka Smaku, ul. Śląska 12/1
Per Se, pl. Holdu Pruskiego 9
Piwnica Kany, pl. Św. Piotra i Pawła 4/5
Popularna, ul. Panieńska
Portofino, ul. Jana Pawła II 42
Porto Grande, ul. Jana z Kolna 7
Red Rocket, ul. Jana z Kolna 7
Restauracja „Ricoria”, ul. P. Wielkopolskich 20
Restauracja Szczecin, ul. Felczaka 9
Sake, al. Piastów 1
Stara Piekarnia, ul. Piłsudskiego 7
Stara Rzeźnia, ul. Wendy 14
Stockholm Kitchen&Bar, Bulwar Piastowski - al. Żeglarzy 1
Teatr Mały, Deptak Bogusława 6
Trattoria Toscana, pl. Orła Białego, ul. Zbożowa 4
Tokyo Sushi'n'Grill, ul. Rynek Sienny 3
Towarzyska, Deptak Bogusława 50
Ukraineczka, ul. Panieńska
West Ende, ul. W. Polskiego 65
Willa Ogrody, ul. Wielkopolska 19
Wół i Krowa, ul. Wielka Odrzańska 20
13 Muz, pl. Żołnierza Polskiego 2

ZDROWIE I URODA

Aroma&Beauty, ul. Wielkopolska 22
Artmasters, ul. Mickiewicza 138
Australia gabinet kosmetyczny, ul. Jagiellońska 67A/4
Baltica Wellness&Spa, pl. Rodła 8
Belle Femme, ul. Monte Cassino 37A
Bevelin Klinika Urody, ul. Ściegiennego 28/3
Beverly Hills Akademia Urody, CH Galaxy
Beverly Hills Akademia Urody, DT Kupiec
Cosmedica, ul. Leszczyńska (CH Rondo)
Cosmedica, ul. Pocztowa 26
Cosmetica Rosa, ul. Wielkopolska 27

C.M.C. Klinika Urody, ul. Bohaterów Warszawy 109/4
Dermedica, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9
Dr Irena Eris Instytut Kosmetyczny, ul. Felczaka 20
Ella, ul. Kaszubska 17/2
Enklawa Day Spa, ul. W. Polskiego 40
Evita Spa, Przedaw 96E
Fantasy Studio Fryzjerskie, ul. Ku Słońcu 71
Fryzjerskie Atelier K. Klim, ul. Królowej Jadwigi 12/1
Gabinet Kosmetyczny, ul. Makuszyńskiego 2A
Gabinet Kosmetyczny Doroty Stoliwicz, ul. Mazurska 20
Gallery of Beauty, ul. Jana Pawła II 18/3
Imperium Wizazu, ul. Jagiellońska 7
Jennifer Clinique, ul. Axentowicza 1A
JK Studio, ul. Monte Cassino 1/14
Kamelove, ul. Wilków Morskich 9
Keune The Art Of Hair Design, ul. Małopolska 60
Lecznica Dentystyczna KULTYS, ul. Bol. Śmiałego 17/2
La Fiori, ul. Kapitańska 9A
Maestria, ul. Więckowskiego 2/1
Metamorfoza Centrum Zdrowia i Urody, ul. Za Wiatrakami 4A
Modern Design Piotr Kmiecik, ul. Jagiellońska 85
O.K. Salon, ul. Unisławski 138
Rayski Salon Piękności, ul. Rayskiego 17
Royal Studio, ul. Łokietka 7/100
Royal Thai Massage, ul. Sienna 5
Salon fryzjerski YES, ul. Małkowskiego 6
Sensitive, pl. Batorego 5
Strefa Urody Patrycja Jabłońska, ul. Topolowa 2B
Studio Kosmetyki Profesjonalnej, ul. 5-go Lipca 32D
Studio Moniki Kolcz, ul. Wojciecha 1
Studio Urody Beata Krajnik, ul. Beżowa 2
Studio Urody Masumi, Deptak Bogusława 3
Szkoła Jogi, ul. Bogusława 3
Unique Beauty, ul. Łubinowa 75
Tokyo Brothers Studio Fit, ul. W. Łokietka 7
Wersal SPA, ul. Jana Pawła II 16

KLUBY

Bar Czysty, Deptak Bogusława 8
Elfunk Club, pl. Żołnierza 2
Free Blues Club, ul. P. Wielkopolskich 20
Grey Club, ul. Bogusława 9
Kafe Jerzy, ul. Jagiellońska 67
Rocker Club, ul. Partyzantów 2

HOTELE

Atrium, al. W. Polskiego 75
Aurora, Międzyzdroje
Campanile, ul. Wyszynskiego 30
Dana, al. Wyzwolenia 20
Dworski, ul. Pod Zodiakiem 2, Warzymice
Marina Hotele, ul. Przestrzenna 7
Novotel, al. 3 Maja 31
Park Hotel, ul. Plantowa 1
Plenty, ul. Rynek Sienny
Radisson Blu, pl. Rodła 10
Rycerski, ul. Potulicka 1

SPORT I REKREACJA

Astra Szkoła Tańca, al. Wyzwolenia 85
Basen Strefa H2O, ul. Topolowa 2
Bene Sport, ul. Modra 80
Binowo, ul. Korolowa 64X
Binowo Golf Park, Binowo 42
Calypso Fitness Club, Piastów 30
Eurofitness, Arena Azoty
Fitness Club, ul. Monte Cassino 24
Fitness tylko dla Pań, ul. Mazowiecka 13
Fitness Forma, ul. Szafra 196
Marina Sport, ul. Przestrzenna 11
McGym, ul. 5-go Lipca 46
RKF, ul. Jagiellońska 67
Silver Gym, ul. Łukaszyńskiego 116
Studio Tańca Anna Kowalska, ul. Krasieńskiego 10
Studio Tańca Magdaleny Prieditis, ul. Twardowskiego
Szczeciński Klub Tenisowy, ul. Wojska Polskiego 127
Szkoła Tańca Terlecki, ul. Kolumba 5
Squash na Rampie, ul. Jagiellońska

SKLEPY

Arkadia perfumeria, ul. B. Krzywoustego 7
Art Top, ul. Chodkiewicza 6 i ul. Hangarowa 13
Atelier Sylwia Majdan, ul. W. Polskiego 45/2
Atelier Hubiska, ul. Bogusława
B&M, al. W. Polskiego 43
Bella Moda, ul. Bogusława 13/1
Betty Barclay, CH Galaxy
Boutique Chiara, ul. Bogusława 11/1 i 12/2
Brancewicz, al. Papieża Jana Pawła II 48

Caterina, pl. Zgody 1F
Clochee, ul. Bogusława 10/2
Centrum Mody Słubnej, ul. Krzywoustego 4
CH Kaskada (punkt informacyjny),
al. Niepodległości 36
DonGastronom, ul. Unisławski 14/1
Elements, Warzymice 200
EnergySports, ul. Welecka 13
Escada, al. W. Polskiego 22
Fashion House, ul. Piastów 72
Hoxeline, CH Galaxy, parter
Henny Lloyd, ul. Przestrzenna 11
ITAL-SOFA, ul. Hangarowa 13
Jubiler Kleist, ul. Rayskiego 20
Jubiler Terpilowscy, CH. Galaxy, CH Ster,
CH Turzyn i ul. Jagiellońska 16
KM Dekoracje, ul. Monte Cassio 40/1
Kropka nad i, ul. Jagiellońska 96
La Caravella, ul. Traugutta 100A
La Passion, ul. Jagiellońska 96
LJK, Galeria Kaskada, CH Galaxy,
Madras Styl, ul. Małopolska 9
Manufaktoria, ul. Rayskiego 26/1
Marc Cain, ul. W. Polskiego 29
Max Mara, ul. Bogusława X 43/1
Mia&Charlie, Wojska Polskiego 35/3
Miloo by House&More, Hangarowa 13
Moda Club, al. Wyzwolenia 1
Mooi, ul. Bogusława 43
Olsen, CH Kaskada
Portfolio, ul. Rayskiego 23/11
Resenthal, CH Kaskada i ul. Bogusława X 15/1a
Studio Mebli Włoskich VIP, ul. Krzywoustego 80
Strocent, ul. Krzywoustego 72
Tru Trussardi, al. W. Polskiego 29
Wino Una, ul. Mickiewicza 136
Vin 28, ul. Rayskiego 28
Vip Collection, ul. W. Polskiego 22
Via di moda, ul. W. Polskiego 20
5 Plus, ul. Jagiellońska 5

NIERUCHOMOŚCI

Calbud, ul. Kapitańska 2
Droński Nieruchomości, Basza
Extra Invest, al. W. Polskiego 45
Litwiniuk Property, al. Piastów 30
Neptun Developer, ul. Ogińskiego 15
SGI Baltis, pl. Holdu Pruskiego 9
Siemaszko, ul. Powstańców Wielkopolskich 91A

GABINETY LEKARSKIE

AGMED, ul. Graftowa 4 i Graniczna 24
AMC Art Medical Center, ul. Langiewicza 28/U1
Centrum Opieki Stomatologicznej Wejt & Tawakol,
ul. E. Plater 18
Centrum Ortopedii i Rehabilitacji, ul. Modra 86A
Centrum Leczenia Otyłości, ul. Krzywoustego 9-10
Centrum Rehabilitacji Terapia Plus, ul. Dubois 27
Dental Implant Aesthetic Clinic, ul. Panieńska 18
Dentus, ul. Mickiewicza 116/1
Dentus, ul. Felczaka 18A
DermaDent, ul. Kazimierza Królewicza 2L/1
Dr Osadowska, al. Piastów 30
Engel&Hajdasz Ginekologia, ul. 5-go Lipca 3/1
Estetic, ul. Kopernika 6
Estedent, ul. Mickiewicza 49A
Excellence Platek, ul. Wyszynskiego 14
Fabryka Zdrowego Uśmiechu, ul. Ostrowicka 18
Hahs Protodens, ul. Felczaka 10 i ul. Czwartaków 3
Intermedica Centrum Okulistyki, ul. Mickiewicza 140
Klinika Stomatologiczna dr Gajda, ul. Narutowicza 16A
Klinika Stomatologiczna Korzyzna, ul. Sienna 4/1
Laser, ul. E. Gierczak 38/8
Laser Medi – Derm, ul. Kasprzaka 2c
Laser Studio, ul. Jagiellońska 85
Luxmedica, ul. Welecka 38
Mamma Centrum Narodzin, ul. Sowia 38
Masi, ul. Wielka Odrzańska 30
Medentes, ul. Bandurskiego 98 i Przedaw 93E
Mediklinika, ul. Mickiewicza 55
Medicus, pl. Zwycięstwa 1
Mediroy Klinika Stomatologiczna, ul. Górna 18/LU2
Medycyna Estetyczna dr Osadowska, ul. W. Polskiego 92–94
Orto – Magic, ul. Zaczyna 22
Orto-Perfekt Praktyka Ortodontyczna, ul. Ogińskiego 12
Perladent – Gabinet Stomatologiczny, ul. P. Wielkopolskich 4C
Pette Clinique, ul. Pocztowa 20/1C
Praktyka Ginekologiczna, ul. M. Skłodowskiej-Curie 5/2
Praktyka Stomatologiczna i Ginekologiczna,
al. W. Polskiego 43/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński, ul. Śląska 5/2
Ra-dent Gabinet Stomatologiczny, ul. B. Krzywoustego 19/5

Stomatologia Kamienica 25, ul. Wielkopolska 25/10
Stomatologia Mierzyn, ul. Welecka 38
Stomatologia Mikroskopowa, ul. Żołnierska 13A/1
VitaDent Centrum Stomatologiczne, ul. Modra 122/1
VitroLive Przyszłość Ginekologiczna, ul. Kasprzaka 2a i
ul. W. Polskiego 103

KANCELARIE PRAWNE

Andrzej Marecki, ul. Królowej Jadwigi 13/12
Dariusz Jan Babicki, ul. Księgia Bogusława X nr 5/3
Goźdek, Kowalski, Łyskowski, ul. Panieńska 16
Kancelaria Agnieszka Aleksandruk-Dutkiewicz,
ul. Wyszynskiego 14
Kancelaria Andrzej Zajda i Monika Zajda,
ul. Monte Cassino 7/1
Kancelaria Adwokacka, ul. Felczaka 11
Kancelaria Mariusz Chmielewski, ul. Odzieżowa 5
Kancelaria Notarialna, al. Papieża Jana Pawła II 22
Kancelaria Przemysław Wiaczkis, ul. Wojciecha 15
Licht&Przeworska, ul. Tuwima 27/1
Lizak, Stankiewicz, Królikowski, ul. B. G. Warszawskiego 1/4
Mikołaj Marecki, ul. Św. Ducha 5A/12
Mikołajczyk, Giełlik, ul. Wyszynskiego 14
Mazurkiewicz, Wesołowski, Mazuro, ul. Klonowica 30/1
Zbroja Adwokaci, ul. Więckowskiego 18/8
Szymon Matusiak, ul. Wawelska 1/2
Waldemar Juszczak, ul. Niepodległości 1
Wódkiewicz, Sosnowski, ul. Stośława 2
Zofia Dalejszyc, al. Papieża Jana Pawła II 17/2

MOTORYZACJA

BMW i MINI Bońkowsky, Ustowo 55
Camp&Trailer, ul. Bohaterów Warszawy 37F
Citroen Drewnikowski, ul. A. Citroena 1
Citroen Drewnikowski, ul. Bohaterów Warszawy 19
Ford Bemo Motors, ul. Pomorska 115B
Harley Davidson, ul. Gdańska 22A
Holda Jeep i Lncia, ul. Gdańska 7
Honda, ul. Białowieńska 2
HTL S.C. AUTO SERWIS, ul. Lubieszynska 20
KIA Polmotor, ul. Szymborskiej 8
KIA, Nissan, Subaru Polmotor, Ustowo 52
Krotowski i Cichy Salon Skody, ul. Struga 1A
Lexus Kozłowski, ul. Mieszka 1 25
Mazda Kozłowski, ul. Struga 31B
Mercedes Bogacki, ul. Mieszka 1 30
Mercedes Mojiuk, ul. Pomorska 88
Nissan Polmotor, ul. Struga 71
Opel Bogaczy, ul. Mieszka 1 45
Opel Kozłowski, Struga 31B
Peugeot Drewnikowski, ul. Bagienka 36D
Peugeot Drewnikowski, ul. Rayskiego 2
Renault Rosiak i Syn, ul. Bulwar Gdański 13
Subaru, ul. Struga 78A
Toyota Kozłowski, ul. Struga 17
Toyota Kozłowski, ul. Mieszka 1 25B
Volvo Auto Bruno, ul. Pomorska 115B
VW Łopiński, ul. Madalińskiego 7

INNE

Baltic Business Park, ul. 1-go Maja 38-39
Biuro rachunkowe Beata Roszkowska,
ul. Monte Cassino 24/2
Centrum Kompetencji, ul. Bogusława X 9/3
Eurofrica, ul. Energetyków 3/4
Filharmonia Szczecińska, ul. Małopolska 48
Follow Me, ul. Kolumbia 1
Galeria Kierat, ul. Koński Kierat 14 i ul. Małopolska 5
Galeria ZPAP, ul. Koński Kierat 16
Get Ride, ul. Wojska Polskiego 11
Manhattan, ul. Staszica 1
Muzeum Narodowe, ul. Staromłyńska 27
Neckermann, al. W. Polskiego 11
Open Mind, ul. Koński Kierat 17/1
Opera na Zamku, ul. Korsarzy 34
Pazim, pl. Rodła 8
Pogoń Szczecin, ul. Karłowicza 28
Północna Izba Gospodarcza, al. W. Polskiego 86
Stara Rzeźnia, Kubryk literacki, ul. Wendy 14
Szczeciński Park Naukowo - Technologiczny,
ul. Niemierzyńska 17a
Teatr Polski, ul. Swarzędzka
Teatr Współczesny, ul. Wały Chrobrego 3
Unity Travel, pl. Rodła 8
Urząd Miejski, pl. Armii Krajowej 1
Urząd Wojewódzki, Wały Chrobrego 4
Urząd Marszałkowski, ul. Korsarzy 34
US Rektorat, ul. Jana Pawła II 22
Władca Języków, ul. W. Polskiego 48/2
Zamek Książąt Pomorskich, ul. Korsarzy 34
Zapół, ul. Piastów 42



MILOO by HOUSE&more, CM Top Shopping I piętro, Szczecin, ul. Hangarowa 13

DANKÜCHEN
wellmann®

Rabat 30%
na meble
kuchenne
na hasło
PRESTIŻ

*oferta obowiązuje do 1 kwietnia 2016 r.



Salon Dan Kuchnie, CM Top Shopping I piętro, Szczecin, Hangarowa 13



NOWA JAKOŚĆ W MEDYCYNIE

CHIRURGIA PLASTYCZNA GINEKOLOGIA ESTETYCZNA ORTOPEDIA CHIRURGIA OGÓLNA

Jedno z najbardziej zaawansowanych technologicznie centrów medycznych w Polsce.
AMC Art Medical Center, ul. Langiewicza 28/UJL 70-263 Szczecin, tel. +48 91 820 20 20

www.artmedicalcenter.eu