

prestiz

MAGAZY CZECIŃSKI

Aparthotele
– inwestuj z głową

Agnieszka Wilczyńska
jazz ma we krwi

Jacek Dehnel:
Najpierw język nienawiści,
potem maczety

Anna Hołubowska:

**SZCZECIN TO
MOJE MIEJSCE
NA ZIEMI**



GLC 200 d Business Edition – średnie zużycie paliwa 5,9 l/100 km, średnia emisja CO₂ 154 g/km.
GLE 300 d 4MATIC – średnie zużycie paliwa 7,7 l/100 km, średnia emisja CO₂ 201 g/km.
Modele prezentowane na zdjęciu mogą się różnić od wersji dostępnych w ofercie.

Nowe modele Mercedes-Benz SUV. Wszystkie rodzaje siły.

Dzięki multimedialnemu systemowi MBUX – innowacyjne jak nigdy dotąd. Dzięki sile charakteru – niezawodne jak zawsze. Odkryj udoskonalone modele Mercedesów GLE i GLC SUV.

Poznaj wszystkie rodzaje siły w salonach lub na mercedes-benz.pl.

Nowy GLC

Od **1750** zł netto/mies.*

Nowy GLE

Od **2710** zł netto/mies.**

* Rata miesięczna netto dla GLC 200 d Business Edition w programie Lease&Drive 1% dla przedsiębiorców (wpłata wstępna: 5% ceny netto pojazdu, okres umowy: 24 miesiące, przebieg średnioroczny: 20 000 km; Pakiet Gwarancyjny w cenie; Produkt Mercedes-Benz Leasing Polska Sp. z o.o.).

** Rata miesięczna netto dla GLE 300 d 4MATIC w programie Lease&Drive 1% dla przedsiębiorców (wpłata wstępna: 10% ceny netto pojazdu, okres umowy: 24 miesiące, przebieg średnioroczny: 20 000 km; Pakiet Gwarancyjny w cenie; Oferta Mercedes-Benz Leasing Polska Sp. z o.o.).





KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

20 lat doświadczeń w medycynie estetycznej i kosmetologii



**posiadamy 7-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.klinikazawodny.pl

Klinika Zawodny Estetic, ul. Ku Słońcu 58, 71-247 Szczecin, tel. 504 948 320, 508 719 262, 508 752 460

Rejestracja elektroniczna i zapytania: recepca@estetic.pl



pierwsza prywatna klinika chirurgii plastycznej w Szczecinie

Aesthetic Med jest najstarszą prywatną kliniką chirurgii plastycznej w Szczecinie i jedną z najstarszych w Polsce. Właściciel dr n. med. Andrzej Dmytrzak jest specjalistą chirurgii plastycznej i rekonstrukcyjnej już od 30 lat, ma ogromne doświadczenie a jednocześnie od 30 lat kilka razy w roku uczestniczy w kongresach poświęconych tej bardzo dynamicznie rozwijającej się dziedzinie medycyny. W efekcie razem ze swoim asystentem dr Rami Alshekh'iem stosuje najnowsze techniki operacyjne z zakresu chirurgii plastycznej.

W Aesthetic Med konsultują i operują również specjaliści neurochirurdzy: dr n. med. Krzysztof Rzewuski i dr Karol Kłódkowski.

Rejestracja na konsultacje: tel. 91 422 00 38



**dr n. med.
Andrzej Dmytrzak**
specjalista chirurgii
plastycznej i rekonstrukcyjnej
konsultacje:
środa: godz. 17-20



**lek. med.
Rami Alshekh**
specjalista chirurgii
plastycznej
konsultacje:
środa: godz. 17-20



**dr n. med.
Krzysztof Rzewuski**
specjalista neurochirurg

konsultacje: co drugi
poniedziałek godz. 12-16
lub sobota godz. 9-14



**lek. med.
Karol Kłódkowski**
specjalista neurochirurg

konsultacje: ostatnia środa
miesiąca godz. 17-19

**AESTHETIC
MED**



Na okładce: Anna Hołubowska
Foto: Aleksandra Medvey-Gruszka

Spis treści



42

10. Słowo od naczelniej

FELIETON

12. Krzywym okiem
– pisze Dariusz Staniewski
13. Nowe miejsca

WYDARZENIA

17. Rekordowe lato Exotic Restaurants
21. Sprawdzian przed Pekao Szczecin Open
23. Jesień życia na ekranie
24. 20 lat turnieju artystów
26. Agnieszka jedzie na Igrzyska
Z legendą w plecaku
29. Smakowita przystań w Galaxi
30. Jesienne nowości Clochee

FELIETON

33. Jesienią opadają tylko liście
– Szymon Kaczmarek

TEMAT Z OKŁADKI

37. Anna Hołubowska:
Szczecin to moje miejsce na ziemi

W ROLI GŁÓWNEJ

42. Jacek Dehnel: Najpierw język
nienawiści, potem maczety

LUZIE

47. Agnieszka Wilczyńska. Jazz ma we krwi
50. Wstań i tańcz

MODA

52. Moda, która kocha kobiety
54. Z głowy do kości

STYL ŻYCIA

56. Grafika daje wolność
61. Miguel Gaudencio: Kobiety
zawsze mnie inspirowały
62. Odnalazł ponad 100 tysięcy zabytków
64. Dawno, dawno temu... w Szczecinie

ŻEGLARSTWO

68. Pasja do żeglarstwa

DESIGN

70. Podłogi pełne energii
72. Nad morzem powieje luksusem
74. Faceci kochają gadzety
76. Apartament alternatywą dla domu
78. Skarb na wysypisku

MOTORYZACJA

82. Filozofia doskonałej obsługi
84. Porsche Centrum Sport z Mateuszem
Kusznierewiczem!

BIZNES

86. Aneta Zelek:
Musimy się łączyć do inwestorów
90. Aparthotele – inwestuj z głową
94. Na dobre i na złe w życiu i w biznesie
96. Sztuka dobrego dialogu
99. Wyobraźnia nagrodzona
100. Pochwal się swoim doświadczeniem
i zostań Ekspertem Komisji Europejskiej (KE)

KULINARIA

102. 17 Schodów – to już trzy lata!
106. Piwo tworzone z pasją

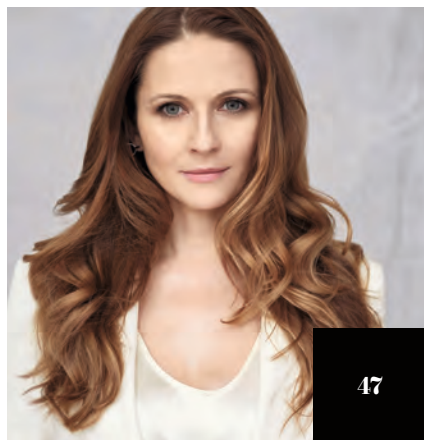
ZDROWIE I URODA

108. Stop niechcianym naczyniom
110. Cud narodzin
112. W poszukiwaniu życiowej równowagi
115. Ayurveda zadomowiła się w Szczecinie
117. Ten fenomenalny laser
118. Gimnastyka po słowiańsku
121. Sekret urody tkwi we wnętrzu kobiety
122. Dziesięć kroków do sukcesu
124. Zabiegi, które upiększają,
ale nie zmieniają
126. Gotowa na jesień
129. Wymarzona figura z Bailine
131. Ekspert radzi

KULTURA

132. Taki sezon!
134. Spektakularne widowisko na Odrze
135. Pośmiejmy się w dobrym towarzystwie
136. Huśtawka uczuć
Miłosny labirynt
137. Poezja skrzypiec
Spektakl z zegarem w tle
138. Otwarcie pełnej muzyki
Taneczny Tim
139. Weekendowy chaos
Talent i poezja
140. Damsko-męska farsa
Fajerwerki Maseckiego
141. Materia ożywiona
Lekcja z Lao Che

142. KRONIKI



47



86

MARELLA



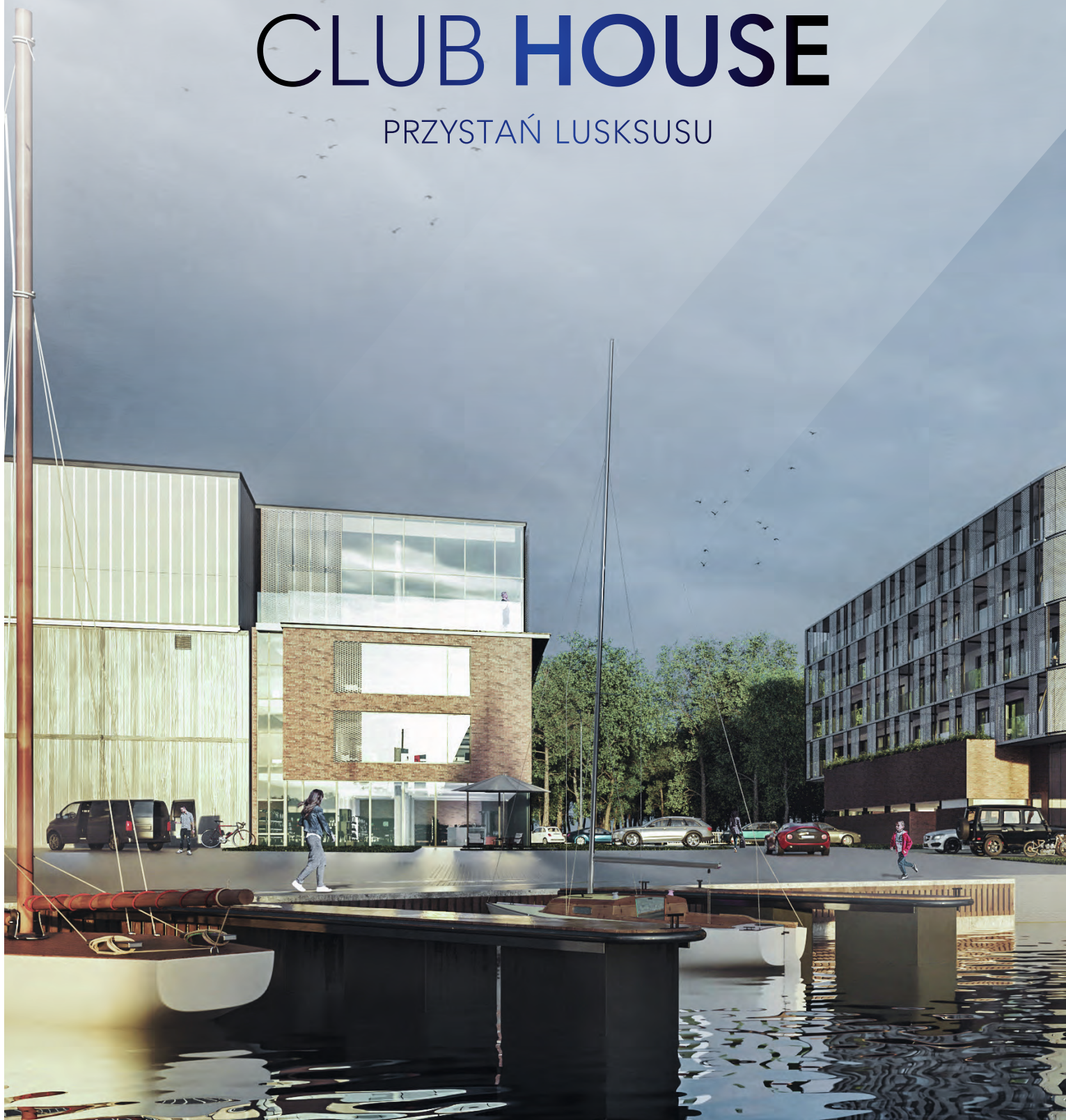
SALON MARELLA SZCZECIN

AL. WOJSKA POLSKIEGO 20 | TEL. 91 433 06 37

 Salon Marella Szczecin |  salonmarellaszczecin

CLUB HOUSE

PRZYSTAŃ LUSKSUSU

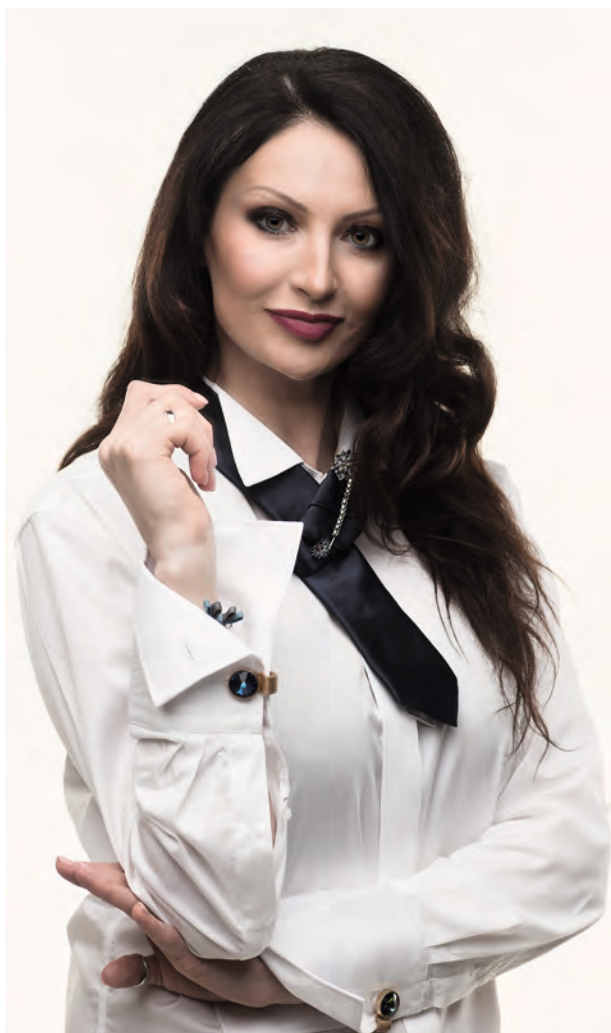


MARINA DEVELOPER Przystań na dobre. 

40 przestronnych mieszkań
z widokiem na Jezioro Dąbie.
Zapraszamy do zapisów.



Sprawdź naszą ofertę: www.marina-developer.pl Zadzwoń: 609 11 30 55 oraz 609 11 22 88



Jakie są dzisiejsze media w Polsce?

Odnoszę wrażenie, że dziennikarstwo ostatnich lat wymaga posiadania naklejki na czoło, do której frakcji należysz. Zawsze był podział na media bardziej lewicowe i prawicowe, ale nigdy polaryzacja nie była tak ostra. Neutralność polityczna staje się towarem deficytowym, zabijającym nie tylko obiektywizm, ale wręcz misję mediów, bo dzisiaj nawet zwykła dziennikarska robota interwencyjna, czy też lajfstajlowa grozi przyklejeniem łatki politycznej.

Ale nie jest to chyba największy problem rynku, na którym, jakby nie patrzeć funkcjonuje Prestiż. Obserwowałam uważnie medialną burzę, która rozpętała się nad tragicznym wypadkiem Piotra Woźniaka-Staraka. Skala i rodzaj informacji na ten temat były zatrważające. Fake newsy z social mediów, gdzie każdy może opublikować dowolną treść, przedstawiając ją jako fakt lub informację. Choćby najbardziej zmyśloną. Cytuję: „Na motorówce z obcą kobietą”, „Na pokładzie narkotyki”, „Brawura i lekkomyślność”, „Gdzie była żona?”. To te lżejszego kalibru. Portale plotkarskie natomiast skoncentrowały się na komentarzach na temat kreacji z pogrzebu. „Agnieszka pojawia się w klasycznej, żałobnej czarnej, ewidentnie zeszcupiała, twarz przysłoniła okularami przeciwsłonecznymi [...] Anna Woźniak-Starak, ubrana w długą czarną kreację, piękny perłowy naszyjnik – pamiętajmy, że perły są symbolem łez, czarne nakrycie głowy, wspierana była przez ojczyzna Piotra, Jerzego Staraka, który przybył w czarnym garniturze”. Takich mediów należy się obawiać. Takich, które żywią się sensacją i cierpieniem ludzkim bez żadnych ograniczeń.

Czasem słyszę głosy, że w Prestiżu jest za dużo komercji. Ale to dzięki naszym reklamodawcom możemy się nie polaryzować. Nie określać. Nie sprzedawać bezmyślnie sensacji, by podnieść oglądalność, klikalność czy „sprzedawalność”. I bardzo się z tego cieszę.

Dla odreagowania zachęcam do lektury wrześnieowego numeru. I rozmów z mądrymi, ciekawymi ludźmi. O języku nienawiści analitycznie porozmawiał z Jackiem Dehnelem – Kuba Jakubowski. Dehnel w swojej najnowszej powieści „Ale z naszymi umarłymi” w taki właśnie sposób przedstawił jeden z aspektów wojny polsko-polskiej – nienawistny, kłamliwy, napastliwy język jako forma komunikacji podsycająca nastroje i służąca polaryzacji społeczeństwa. Kolejna ważna postać we wrześnieowym numerze to profesor Aneta Zelek. Znana szczecińska ekonomistka, pokusiła się o zdiagnozowanie kondycji finansowej i gospodarczej Szczecina. Dowiemy się jak ściągnąć do nas inwestorów, ile są warte obietnice polityków i jakie zagrożenia oraz wyzwania stoją przed naszym miastem.

Izabela Marecka

prestiz
MAGAZYN SZCZECIŃSKI

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

Redaktor naczelna:

Izabela Marecka

Sekretarz redakcji: Karolina Wysocka,
wysocka@prestizszczecin.pl

Redakcja: Aneta Dolega, Andrzej Kus,
Daniel Zróblewski, Jerzy Chwałek

Felietoniści: Krzysztof Bobala,

Szymon Kaczmarek, Dariusz Staniewski

Współpraca: Bataty, Panna LU,
Rafał Podraza, Jakub Jakubowski,
Arkadiusz Krupa

Wydawca: Wydawnictwo Prestiż
ul. ks. Piotra Ściegiennego 66/1
70-352 Szczecin

Reklama i Marketing:

Inga Elerowska, tel.: 502 627 444
Renata Suwała, tel.: 537 790 590
Karina Tassar, tel.: 537 490 970
Radosław Perz, tel.: 575 650 590

Dział foto: Jarosław Gaszyński,
Lucjola Runiewicz, Włodzimierz Piątek,
Adam Fedorowicz
Skład gazety: Agata Tarka
info@motif-studio.pl

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.
Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania
i redagowania treści redakcyjnych.
Drukarnia: Drukarnia Kadruk S.C.



ZMYSŁY W AKCJI: ZOBACZ, POCZUJ, DOTKNIJ!

„Zmysły w akcji” to niesamowita podróż w tajemniczy świat ludzkich zmysłów. 30 interaktywnych stoisk odkrywa mechanizmy rządzące otaczającym nas światem. Przyjdź i poznaj je wszystkie!

WYSTAWA INTERAKTYWNA

5-22 września



GALERIA
KASKADA



Dziennikarz z bardzo bogatym stażem i podobno niezłym dorobkiem. Pracował w kilku lokalnych mediach. Aktualnie dziennikarz „Kuriera Szczecińskiego”. M.in. autor poczytnej (przez niektórych uwielbianej, przez innych znienawidzonej) kolumny pt. „Kurier Towarzyski” (w piątkowym „Magazynie”). Współautor dwóch książek i autor jednej – satyrycznie prezentującej świat lokalnej polityki. Status w życiu i na Facebooku: „w związku” z piękną kobietą. Wielbiciel hucznych imprez, dobrej kuchni i polskiej kinematografii

Krzywym okiem

Lokalne media ujawniły sensacyjną informację – jednak w Szczecinie powstanie wielkopowierzchniowy sklep pewnej znanej na całym świecie firmy! Bo kupiła kawałek terenu w centrum miasta! Boże, westchnęli mieszkańcy, jednak nasze marzenia się spełniają! Teraz wszystko w mieście odmieni się na lepsze! Pomogły nasze modlitwy i zaklęcia! Ile razy przecież dawano na mszę za pomyślność tej inwestycji w Szczecinie. Niektórzy czekają na nią jak na Mesjasza, jak na mannę z nieba, jak na cud zapowiadany i długo wyczekiwany, jak na wygraną kumulację w Eurojackpot! Przekliнали sceptyków i szyderców, którzy śmieli kpić oraz publicznie głosić, że sklep tej sławnej firmy w Szczecinie nigdy nie powstanie, że to bajdy i klechdy jak o jednorożcu albo białym hipopotamie, miraże, idea fix, obietnki cacanki, wyborcze przechwałki i tzw. temat zastępczy mający przykryć jakieś lub czyjeś potknięcia. A tu się okazuje, że to oni się mylili. Wiara czyni cuda. Ten sklep będzie naszą przepustką do lepszego świata. Będzie przyciągał tłumy, naszych i obcokrajowców, i dzięki temu gospodarka Szczecina nareszcie nabierze rozpędu. Jak śpiewała przed laty piosenkarka Krystyna Prońko (ani chybi mając na myśli właśnie ten sklep w Szczecinie): „Jesteś lekiem na całe zło /I nadzieją na przyszły rok/Jesteś gwiazdą w ciemności/Mistrzem świata w radości/Oto cały Ty.../Jesteś lekiem na całe zło/I nadzieją na przyszły rok/Jesteś alfą omegą, hymnem, kołędą/Oto cały Ty, nienazwany Ty...”. A my dodając od siebie donucimy: „wymarzony i wyśniony, przez nas w myślach wypieszczony, sklepie Ty...”. Będzie największą atrakcją miasta. Dzięki niemu nasze akcje w Polsce wzrosną, przeskoczmy w rankingach na pewno o kilka miejsc, ważni będą musieli teraz naprawdę się z nami liczyć. Jak pojedziemy do rodziny gdzieś w Polskę, będziemy mogli z dumą mówić: „MY też mamy TEN sklep”. Albo „MY mamy TEN sklep a Wy nie? O jaka szkoda! Przykro nam!” – wyznamy nieszczerze, starając się ukryć ironiczny i pogardliwy uśmiech.

Okazuje się, że mieszkańcy jednej z miejscowości w naszym regionie mogą mieć wiele wspólnego z mieszkańcami japońskiej wyspy Okinawa. Kto? Co? Otóż w zachodniopomorskim Połczynie-Zdroju mieszka najwięcej osób powyżej 91. roku życia. W rankingu gmin do 15 tys. mieszkańców miejscowość ta jest liderem. Żyje w niej 113 seniorów. Władze przyznały w mediach, że nie wiedzą, czym to jest spowodowane. Podejrzewają, że wpływ na to może mieć miejscowy skarb – borowina lecznicza (czyli rodzaj błota, którym można się obrzucać w dowolnych ilościach, a jeszcze od tego zdrowia przybywa), bogata w minerały woda (butelkowana niejednemu kiedyś życie na kacu uratowała), czyste powietrze, okolicz-

ne lasy, cisza, spokój. A co do tego ma Okinawa? Otóż wiadomo wszem i wobec, że ta japońska wyspa to takie światowe zagłębie ludzi, którzy dożywają „setki” i więcej. Jakim cudem? Otóż według samych okinawczyków tajemnica ich długowieczności tkwi w diecie – podstawę ich menu są warzywa np. słodkie ziemniaki, bogate w przeciwutleniacze i obniżające poziom cukru we krwi gorzkie melony goya, produkty sojowe – tofu i miso, zioła m.in. bylica japońska (z której robią sake i piją przed snem, nie wiadomo tylko w jakich ilościach), zawierająca najsilniejszą naturalną substancję zwalczającą malarię, oraz kurkuma – antyoksydant. Stulatki z Okinawy rzadko rzucają się na czerwone mięso i, ciekawostka: na ryby. Wychodzi więc na to, że wizytówka gastronomiczna Japonii – sushi nie jest tam zbyt popularne. Może więc poczynianie powinny nawiązać ściślejszą współpracę z okinawczykami i oprócz wymiany doświadczeń pt.

jak żyć długo, zdrowo i na złość ZUS-owi, rozpocząć wymianę handlową, np. borowina za sake z bylicy, woda mineralna za melony goya a paprykarz szczeciński (taki ukłón w kierunku stolicy regionu) za słodkie ziemniaki. Takie: „Połczyn Okinawa wspólna sprawa”.

Jak co roku, w sierpniu zaczęliśmy częściej spozierać nocą w niebo. Bo znowu miały garściami spadać tzw. perseidy. I tłumy stały często przez pół nocy, z listą życzeń w ręku. Bo wiadomo, jak się widzi spadającą gwiazdę, to trzeba szybko wypowiedzieć życzenie a na pewno się spełni. Nie dziwiła więc spora ilość polityków różnych opcji z zadartymi głowami, którzy pod nosem mamrotali nazwiska swoich wrogów i życzenia co ma ich spotkać, gdzie i jak długo. A że przed nami kolejna kampania wyborcza, będziemy mieli możliwość oglądania niejednej spadającej gwiazdy z politycznego nieboskłonu. Nowa, świecka, tradycja sierpniowo – perseidalna cieszy szczególnie lekarzy: ortopedów, którzy już w myślach liczą zyski z kolejnych pacjentów

narzekających m.in. na uszkodzone kręgi szyjne i związane z tym schorzenia oraz połamane nogi i ręce. Osobników, którzy poruszali się w trakcie gapienia się na gwiazdy i trafili na wykopy, dziury, krzywe krawężniki itp. uszkodzenia szczecińskich chodników, stomatologów – bo jak się ktoś dobrze „wyglebił”, to i zębami mógł zahaczyć o podłoże oraz okulistów – od długiego wpatrywania się w niebo człowiekowi tylko potem gwiazdki przed oczami migają. Frajdę też mieli miłośnicy astronomii, bo mogli próbować wyrwać dziewczyny na lunetę lub teleskop, wspólne oglądanie głębokiego kosmosu oraz zbliżenia ciał. Niekoniecznie niebieskich.

rysował: Arkadiusz Krupa



Artetamina



Miejsce powstało z pasji do kawy i fascynacji sztuką. Inspiracją były paryskie knajpki. W ofercie lokalu znajdziemy m.in. wysokiej jakości kawę, herbaty, ciasta oraz wegańskie i wegetariańskie przekąski. Kawiarnia cieszy się ciekawym wystrojem, kolorowymi obrazami oraz sporą dawką zieleni. Właściciele dużą wagę przywiązują też do ekologii. Co więcej, obok lokalu powstaje galeria sztuki. Będą się tam odbywać koncerty z muzyką jazzową i alternatywną.

Szczecin, Rayskiego 21

Centrum Ayurvedy. Monika Lewandowska-Wacławczyk



Joga, medytacja, zabiegi terapeutyczne, dieta... Centrum świadczy usługi w dziedzinie starohinduskiej medycyny naturalnej. Miejsce to pierwszy w Polsce partner największego Kurortu Somatheeram Ayurveda Group India. Zabiegi terapeutyczne w centrum prowadzone są przez doktora ayurwedę z Kerali. Polegają m.in. na masażach, które relaksują, detoksykują, wzmacniają i rewitalizują. Każdy zabieg poprzedzony jest konsultacją, której termin wcześniej należy zarezerwować telefonicznie: 502915826 (j. polski) lub 690790407 (j. angielski).

Szczecin, Henryka Pobożnego 13/6

Willa Flora



Hotel to idealne miejsce dla osób, które szukają komfortowego wypoczynku. Obiekt położony jest w centrum miasta, ale wśród zieleni, co pozwala na odpoczynek w ciszy i spokoju. Niedawno nastąpiło jego re-otwarcie. Obiekt został odnowiony oraz przygotowany do świadczenia usług hotelowych. Od lipca budynkiem zarządza firma Hospes. W ofercie hotelu są noclegi w wygodnych pokojach i apartamentach, właściciele zachęcają także do skorzystania z bogatej oferty śniadaniowej w formie bufetu.

Szczecin, Wielkopolska 18

Showroom NOLOGO



Originalne ubrania, porady stylistki i klimatyczna atmosfera. Od września rzeczy NOLOGO będzie można kupić nie tylko na stronie internetowej marki, ale też stacjonarnie. Miejsce nie zostanie jednak zwykłym sklepem! Każdy klient będzie mógł liczyć na profesjonalne i indywidualne podejście. W zakupach pomoże twórczyni NOLOGO, Aleksandra Marczevska. Będzie można otrzymać poradę w zakresie ubioru, stylizacji i doboru koloru. Na wizyty w showroomie należy umawiać się indywidualnie. Więcej informacji na stronie www.nologostore.pl/.

Szczecin, Łukasieńskiego 12a

reklama



- PŁYTY TARASOWE
- MEBLE OGRODOWE
- KAMIENIE
- KOSTKA BRUKOWA
- SPRZĘT FITNESS

ul. Hangarowa 13, Szczecin | tel.: +48 881 213 217
biuro@krusz-bau.com | www.krusz-bau.com



KETTLER - TWÓJ NAJLEPSZY TRENING BIEGOWY.

Chód, jogging czy maraton – łączy je jedno: zawsze trzeba „tylko” stawiać jedną stopę przed drugą. Aby trening był niezawodny, bezpieczny dla stawów i wydolnościowy, nasze bieżnie posiadają wyposażenie odpowiednie dla każdego poziomu zaawansowania.

Jest to KETTLER ENERGY DECK – amortyzacja bieżni z efektem odbicia. Idealna dla wszystkich, którzy cenią sobie lekki bieg przy 30-40 procent mniejszym obciążeniu stawów.

SZCZECIN

festiwal
tkaniny

28.09 - 30.10.2019

Festiwal Tkaniny już po raz czwarty w Szczecinie! To coroczna prezentacja sztuki tkaniny w szerokim aspekcie sztuki współczesnej, przełamująca konwencję wyłącznie jej użytkowej wartości. Organizatorom zależy na trwałej zmianie myślenia o tkaninie jako równoprawnej dziedzinie sztuki i uwypukleniu wszystkich jej możliwości. Misją wydarzenia jest rozpowszechnianie tej dziedziny i stworzenie możliwości twórczej konfrontacji. Tegoroczny temat przewodni to wielowymiarowość. W programie wystawy wybitnych twórców, multimedialny pokaz mody oraz liczne warsztaty.

KALENDARIUM

28.09 | godz. 18 | Galeria R+ Akademii Sztuki
- Pałac pod Globusem

Uroczyste otwarcie Festiwalu, wernisaż Magdaleny Soboń
pt. 3 sekundy do Marsa

4.10 | godz. 18 | Książnica Pomorska

Wernisaż Grupy Tkackiej Wątek pt. Wielowłkowość,
multimedialny pokaz mody

8.10 | godz. 17:00 | INKU Szczeciński Inkubator Kultury

Wernisaż: Anny Domaradzkiej pt. Dusza otulona wełną,
Nadji Klueter pt. Jaki piękny jest ten świat

Warsztaty artystyczne (Szczeciński Inkubator Kultury):

29.09 | godz. 11-14 | Filcowanie wełny na mokro

5-6.10 | godz. 10-13.30 | Batik miodowy na gorąco

11.10 | godz. 10-14 | Patchworkowe sztuczki

12.10 | godz. 10-15 | Smocking czyli manipulowanie tkaniną

18.10 | godz. 17-19 | Tkanina 3D

19.10. | godz. 10-13 | Witraż z tkaniny

26.10 | godz. 10-13.30 | Haft krzyżykowy

Zapisy na warsztaty i więcej informacji:
biuro@inkubatorokultury.szczecin.pl

—

Kurator: Aleksandra Gisges-Dalecka

Organizatorzy: Miasto Szczecin, Stowarzyszenie
Media Dizajn, INKU Szczeciński Inkubator Kultury

Pole Star Academy



Nowa szkoła pole dance mieści się w klimatycznej kamienicy obok Teatru Polskiego. Atutami akademii są małe, kameralne grupy oraz wykwalifikowana, pełna pasji kadra. Szkoła to projekt dla ambitnych kobiet, które znajdą w nim motywację i siłę, by iść dalej. Na miejscu prowadzone są zajęcia Pole Dance, Exotic oraz rozciąganie na różnych poziomach zaawansowania. Powstały też zajęcia akrobatyczno-taneczne dla dzieci w wieku 6-15 lat: Pole Kids&Teend.

Szczecin, Kapitańska 3a

Fitmiska



We wrześniu otwiera się nowy lokal ze zdrową i smaczną kuchnią. W ofercie będą śniadania, lunchy, smoothie oraz dania dnia (spoza karty). Fitmiska z pewnością spodoba się tym, którzy lubią dobrze zjeść, znaczy do syta oraz zdrowo. Dużym atutem miejsca będą przemyślane potrawy, skomponowane tak by cieszyć podniebienia i zapewnić maksimum wartości odżywczych. Dodatkowo, położenie w centrum Szczecina sprawi, że będzie to świetne miejsce także na spotkania towarzyskie.

Szczecin, Księcia Bogusława X 51

BEAUTY CLINIC Malwina Hernik



Nowość na szczecińskiej mapie urody. W ofercie miejsca znajdziemy depilację cukrową, makijaż permanentny oraz stylizację brwi i rzęs. Właścicielka gabinetu, Malwina Hernik, jest certyfikowaną linergistką i sugarystką, która regularnie uczestniczy w różnych szkoleniach oraz kursach. Specjalistka zapewnia profesjonalizm, wysoką jakość usług oraz przyjemną atmosferę. Dodatkowe atuty jej gabinetu to eleganckie wnętrza i bezpłatny parking.

Szczecin, Cedyńska 4

Klinika dr Stachura



Gabinet oferuje usługi z zakresu: medycyny estetycznej, dermatologii, laseroterapii, dermatologii, kosmetologii, ginekologii estetycznej i chirurgii naczyniowej. Klinika dr Stachura zapewnia indywidualne podejście do pacjenta oraz wnikliwą diagnozę. Proponowane zabiegi są zorientowane w dużej mierze na profilaktykę lub naprawę stanu skóry. Miła atmosfera, profesjonalizm, doświadczenie i skuteczne kuracje – gwarantowane.

Szczecin, Jagiellońska 87



Czas wybrać swoją legendę.

Tylko teraz Porsche Panamera i Porsche Cayenne
z dodatkowymi korzyściami w Porsche Centrum Sopot.

Porsche Centrum Sopot
al. Niepodległości 956
81-861 Sopot
tel.: 58 550 91 10
www.twojeporsche-sopot.pl

W zależności od wariantu i wersji zużycie paliwa w cyklu mieszanym od 9,2 l/100 km do 12,8 l/100 km, emisja CO₂ od 209 g/km do 289 g/km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie paliwa i emisja CO₂ zostało określone zgodnie z procedurą WLTP. O szczegóły zapytaj Autoryzowanego Dealera Marki Porsche lub sprawdź na stronie <https://porsche.pl/porsche-wltp>



PORSCHE



EXOTIC RESTAURANTS

★ SZCZECIN ★

ZAPRASZAMY NASZYCH GOŚCI
DO SKORZYSTANIA Z WYJĄTKOWEGO MIEJSCA
VIP LOUNGE EXOTIC RESTAURANTS NA KORCIE CENTRALNYM
ORAZ DO STREFY FOOD COURT



EXOTIC RESTAURANTS

★ SZCZECIN ★



RESTAURACJA INDYJSKA
BOMBAY
Exotic cuisine of INDIA

Bombay Restaurant
ul. Partyzantów 1, Szczecin
Reservation: +48 91 8 121 171


Buddha
Thai & Fusion Restaurant

Buddha Thai & Fusion Restaurant
ul. Rynek Sienny 2, Szczecin
Reservation: +48 91 4 33 40 33

 **TOKYO**
SUSHI'n'GRILL

Tokyo Sushi'n'Grill
ul. Rynek Sienny 3, Szczecin
Reservation: +48 91 4 33 71 40


Bollywood
STREET FOOD

Bollywood Street Food
ul. Panieńska 20, Szczecin
Reservation: +48 91 4 33 30 33

 **SHANGHAI**
CHINESE RESTAURANT

Shanghai Chinese Restaurant
ul. Rynek Sienny 4, Szczecin
Reservation: +48 91 4 33 10 33

WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL

Anita Agnihotri,
Mariusz Łuszczewski,
Rati Agnihotri

Prezentacja



Rekordowe lato Exotic Restaurants

Bombay, Buddha, Tokyo, Bollywood, Shanghai – to ulubione restauracje wielu smakoszy. Chętnie odwiedzają je szczecinianie, turyści i VIP-y. Exotic Restaurants Szczecin uwodzi azjatyckimi smakami, wyjątkowym klimatem i doskonałą obsługą. Właściciele restauracji, Anita Agnihotri oraz jej syn Mariusz Łuszczewski, dokładają wszelkich starań, by sprostać wymaganiom nawet najbardziej wymagających gości. Jak widać, ich trud się opłacił, bo w te wakacje restauracje pobiły wszelkie rekordy: w tym sprzedaży.

W ostatnich miesiącach Exotic Restaurants Szczecin osiągnęły najlepsze wyniki w swojej historii. – Jesteśmy dumni, że od powstania całej sieci, z każdym miesiącem mamy wzrost obrotów i liczby gości. Pierwszy absolutny rekord padł w czerwcu, już w lipcu był kolejny, sierpień wygląda jeszcze lepiej. To dla nas ogromne wyróżnienie, cieszymy się z uznania, jakim darzą nas goście – mówi Mariusz Łuszczewski. W tym miejscu warto dodać, że konkurencja na rynku jest spora, ciągle powstają nowe lokale, a mimo to restauracje Exotic wciąż są na topie. – Ludzie lubią eksperymentować, poznawać nowe smaki, próbują dań w różnych lokalach i tak trafiają również do nas – wyjaśnia pan Mariusz.

Przepis na sukces

Na sukces Exotic Restaurants Szczecin składa się wiele czynników. Restauracje oferują nie tylko bogactwo smaków i aromatów, ale też możliwość poznania innej kultury, przyjemną atmosferę czy życzliwą obsługę. Dla wielu osób wizyta w egzotycznych lokalach to podróż do innego świata oraz chwila wytchnienia w pędzącym świecie. – Od samego początku naszej działalności stawiamy na wysokiej jakości produkty. Mamy doświadczonych, profesjonalnych kucharzy z krajów egzotycznych i świetny serwis. Na sukces restauracji zapracowali ludzie, cały zespół daje z siebie wszystko. Mamy kucharzy, którzy są z nami od lat i sprawiają, że smak potraw wciąż jest taki sam. Kelnerzy pamiętają stałych gości, ich ulubione potrawy, to, przy jakim stoliku lubią siedzieć

– podkreśla Mariusz Łuszczewski. – Chcemy, by wszyscy wychodzili od nas zadowoleni. Wsłuchujemy się w potrzeby i sugestie gości.

Restauracje się wspierają, a oferta Exotic jest bogata. – Kiedy klient wyjdzie zadowolony z jednej restauracji, chętniej odwiedzi też inne – tłumaczy pan Mariusz. Jednym ze składników sukcesu lokali jest również ich nieustanny rozwój. – Staramy się ulepszać istniejące restauracje, podwyższamy standard, dodajemy nowe dania – mówi właściciel sieci. Rekordy bardzo cieszą cały zespół i mobilizują do pracy. – W weekendy jesteśmy w stanie obsłużyć nawet 5-6 tysięcy gości. Co więcej, mamy plan na kolejne wyjątkowe miejsce, ale nie chcę zdradzać więcej. Niedługo napiszemy o tym na naszych stronach internetowych i Facebooku – dodaje z uśmiechem właściciel Exotic Restaurants.

Zadowoleni goście

Restauracje Exotic są popularne wśród osób z różnych stron Polski. – Przychodzi do nas wielu gości, wracających z państw azjatyckich. Często mówią, że nasze potrawy smakują im bardziej niż te, które jedli podczas wyjazdów – dodaje pan Mariusz. To świetna rekomendacja, a jeśli ktoś nie ma planów na najbliższy wieczór lub weekend, właściciele Exotic Restaurants zapraszają na kulinarną podróż po smakach Azji.

autor: Karolina Wysocka/ foto: Panna Lu

Designal.



Sklep Designal

GALAXY Centrum Handlowo-Rozrywkowe | Aleja Wyzwolenia 18-20 | Poziom 0 | Czekamy na Ciebie!

Designal.



Sklep Designal

GALAXY Centrum Handlowo-Rozrywkowe | Aleja Wyzwolenia 18-20 | Poziom 0 | Czekamy na Ciebie!

LOKALE USŁUGOWE I APARTAMENTY Z WIDOKIEM NA ODRĘ



Zaprojektuj Swój unikalny lokal
Możliwe przeznaczenie lokali:



Kawiarnie



Restauracje



SPA



Gabinety
medyczne



Sale
konferencyjne



Przestrzeń
biurowa



Kręgielnie
i sport



Pracownie
projektowe



Galerie
i wystawy



Stomatologia

tel. kom.: + 48 602 577 177
sprzedaz@wielkaodrzanska.pl

www.wielkaodrzanska.pl



Sprawdzian przed Pekao Szczecin Open

Podczas zbliżającego się turnieju Pekao Szczecin Open czeka nas prawdziwe trzęsienie ziemi. Za sprawą federacji ATP w pierwszej rundzie turnieju wystąpi aż 48 zawodników. Oznacza to, że organizatorzy poniosą znacznie większe koszty niż do tej pory. – Jest dużo więcej zmian, które utrudniają życie zarówno nam, jak i zawodnikom. Sprostamy jednak wyzwaniu i będziemy cieszyli się tenisem na światowym poziomie – zapowiada Krzysztof Bobala, organizator Pekao Szczecin Open.

Już niebawem czeka nas wielkie święto tenisa ziemnego. Startuje Pekao Szczecin Open, największy tenisowy turniej w Polsce. Na liście startowej znalazło się wielu znakomitych zawodników. W Szczecinie pojawi się Marco Cecchinato, ubiegłoroczny półfinalista Rolanda Garrosa. Będzie też sklasyfikowany na 72. miejscu w rankingu ATP Philipp Kohlschreiber, który pokonał legendę – Novaka Djokovica. Przyjedzie również Roberto Carballes Baena sklasyfikowany z numerem 76. – Do tej pory, pod względem liczebności, w turnieju górowali Argentyńczycy i Hiszpanie. Teraz najwięcej będzie Włochów oraz Niemców. Z każdego z tych krajów przyjedzie dziewięciu tenisistów – zapowiada Krzysztof Bobala, organizator Pekao Szczecin Open.

Do rozdania będą także „dzikie karty”. Bobala zamierza je rozdysponować wśród Polaków. Dostanie ją Robert Drzewiecki, kolejna trafi do Mistrza Polski – Pawła Ciasia. – Dwie dzikie karty, a może nawet trzy trafią do młodych polskich zawodników. Turniej stał się częścią programu koordynowanego przeze mnie z ramienia Polskiego Związku Tenisowego i Ministerstwa Sportu. Nazywa się Lotos PZT Polish Tour. Ma on stwarzać polskim zawodnikom i zawodniczkom możliwość zdobywania punktów w rankingach. Dziesiątymi, finałowymi zawodami będą szczecińskie zmagania. Przyjadą przedstawiciele głównych sponsorów, dyrektorzy wszystkich turniejów. Cieszę się, że Szczecin pełni znaczącą rolę w całym tym cyklu – mówi pan Krzysztof.

Niemieły prezent od ATP

Organizatorzy Pekao Szczecin Open we wrześniu staną przed dużym wyzwaniem. Co prawda zawody przygotowują już 27. raz, jednak po raz pierwszy turniej odbędzie się na nowych zasadach. Prawdziwą rewolucję „zafundowała” federacja ATP, która nie tylko wśród organizatorów turniejów, ale również wśród samych zawodników budzi nie-

małe kontrowersje. – ATP nie konsultowało zmian z organizatorami największych challengerów na świecie. Wszyscy zostali do nich zmuszeni – mówi Krzysztof Bobala. – Do tej pory eliminacje były dwudniowe, dla 32 zawodników. Uczestnicy eliminacji ponosili koszty przyjazdu, wyżywienia, noclegu. Teraz będą zaledwie dla czterech zawodników, a w pierwszej rundzie turnieju wystąpi aż 48. tenisistów.

Zawodników biorących udział w Pekao Szczecin Open obsługuje lotnisko w Berlinie. Port lotniczy w Goleniowie nie spełnia wymogów ATP. Obowiązkiem organizatorów turnieju jest zapewnienie tenisistom transportu w obie strony. Dodatkowo, większa liczba graczy oznacza konieczność zarezerwowania większej liczby miejsc hotelowych oraz ponoszenia większych kosztów wyżywienia. Wszystko to opłacają organizatorzy. – Ograniczono nam także możliwość współpracy z firmami bukmacherskimi, które często wchodziły w sponsoring. Teraz taka współpraca została przez ATP zakazana.

Istnieje obawa także o pogodę. Każdy deszczowy dzień przy większej liczbie zawodników oznacza dodatkowe koszty dla organizatorów, które szacowane są na... kilkadziesiąt tysięcy złotych dziennie.

– Rzucono nam wszystkim kłody pod nogi, ale sprostamy tym wymaganiom. Nie boimy się tego. Tak naprawdę mamy jedynie obawy o budżet, czy wszystko się zepnie. Jeśli pogoda będzie po naszej stronie, damy radę. Jeśli będzie deszczowo, będzie większy problem. Cieszę się z tego, że przyjeżdża do nas coraz więcej kibiców, którzy zajmują szczecińskie hotele i zostawiają w mieście swoje pieniądze. Pekao Szczecin Open to impreza, która już na stałe wkomponowała się w życie Szczecina i mam nadzieję, że będą jej kolejne edycje – podsumowuje organizator.

autor: Andrzej Kus / foto: Andrzej Szkocki

Kids cup

CYKL TURNIEJÓW TENISOWYCH DO LAT 10

22.09.2019

20.10.2019

10.11.2019

08.12.2019

MIEJSCE: Kia Polmotor Arena



POLMOTOR

SKT
PROMASTERS

Jesień życia na ekranie

Przed nami kolejna premiera filmu ze Szczecinem w tle. W sierpniu w naszym mieście nakręcono sceny do produkcji pt. „Nikt” w reżyserii Dominika Czecha. Główną rolę w filmie gra znany i doświadczony aktor – Lech Dyblik. Projekt to krótkometrażowy dramat obyczajowy, który ma zwrócić uwagę na obecność osób starszych i uwrażliwić nas na ich potrzeby.

Celem niekomercyjnego projektu jest promowanie wzorcowych postaw i empatii w stosunku do starszych ludzi. By dowiedzieć się więcej o tej niezwyklej produkcji, wpadliśmy na plan filmowy, żeby porozmawiać krótko z reżyserem.

– Pomysł na ten film zrodził się w mojej głowie 2 lata temu. Zauważyłem, że ważne wartości w mediach są często zastępowane innymi, mniej istotnymi. Na przykład temat starości. Dotyczy on przecież każdego z nas. Wszyscy się spotykamy ze starością, ocieramy się o nią, a zapominamy o naszych najbliższych, rodzinie. Odwiedzamy babcię, dziadka co kilka dni, ale co oni robią w przerwie między tymi wizytami? Często są samotni – mówi Dominik Czech. Dlatego postanowił o nich przypomnieć. Głównego bohatera filmu „Nikt” poznajemy u schyłku życia. To poczciwy, empatyczny, kochający człowiek. Po śmierci żony nie radzi sobie z dalszą egzystencją, a tempo cywilizacji przegania go na każdym kroku. – Nasz główny bohater nie odnajduje się we współczesności, a jedynym, co rozumie, jest świat młodych ludzi, dzieci – wyjaśnia reżyser. Starszy pan pewnego dnia wpada na pomysł połączenia własnych umiejętności stolarskich z wyrobem prostych zabawek. Zaczyna podrzucać je najmłodszym. Do czego to prowadzi? Dowiedzie się po obejrzeniu filmu.



Główną rolę w obrazie gra Lech Dyblik, znany m.in. z „Ogniem i mieczem”, „Zemsty” oraz „Bożej podszewki”. – Jak tylko się zapytałem, czy pan Lech chce zagrać tę rolę, to zobaczyłem błysk w jego oku. Nie trzeba go praktycznie prowadzić. Jestem dumny z tego, że zgodził się zagrać w moim filmie – mówi z uśmiechem reżyser.

Film był kręcony w centrum miasta i na Pogodnie, zobaczymy w nim również aktorów znanych z Teatru Współczesnego: Michała Lewandowskiego, Adriannę Janowską-Moniuszko, a także Sylwię Witkowską ze Studia Musicalove. Scenarzystami produkcji są zaś Rafał Molenda, dziennikarz, lektor, twórca filmów, znany m.in. z TV Gryf czy Radia Pla-ma oraz Ewa Molenda, reportażystka, autorka książki „Ożaglowani”, opisującej historię reprezentacji Szczecina w regatach The Tall Ships Races.

„Nikt” będzie miał premierę w styczniu. Film zostanie zgłoszony do ogólnopolskich oraz międzynarodowych festiwali, zostanie przetłumaczony na język angielski i niemiecki. Za produkcję odpowiada Szeroki Kąt. Więcej informacji na temat produkcji można znaleźć na Facebooku: facebook.com/filmNIKT.

autor: Karolina Wysocka / foto: Jarosław Gaszyński





20 lat turnieju artystów

Na co dzień oglądamy ich na ekranach naszych telewizorów. Pojawia się doskonała okazja do tego, by ulubionych artystów zobaczyć na żywo. W turnieju Pekao Szczecin Open zobaczymy ponad 35 osób! Znani i lubiani będą musieli wykazać się nie tylko zdolnościami aktorskimi czy wokalnymi, ale przede wszystkim umiejętnościami sportowymi.

Pekao Szczecin Open, bez wątpienia, jest ogromnym sukcesem organizatorów, jak i dumą całego Szczecina. Podczas tegorocznego wydarzenia będziemy mogli również uczestniczyć w widowiskowym turnieju artystów. To doskonała gratka dla łowców autografów. Na kortach przy al. Wojska Polskiego zobaczymy gwiazdy sceny muzycznej, kabaretowej oraz znane z seriali czy produkcji kinowych.

– Gdyby ktoś 20 lat temu powiedział mi, że turniej artystów urośnie do takiej rangi kazałbym mu popukać się w głowę – przyznaje Krzysztof Bobala, organizator Pekao Szczecin Open. – Pamiętam, jak dzisiaj: zaczęło się od szukania atrakcji, które wzbogaciłyby turniej tenisowy. Poprosiłem Adama Grochulskiego, który znany jest z tego, że obraca się w środowisku artystów o to, by zaprosił gwiazdy, które lubią ten sport i grają amatorsko. Był 1999 rok. Przyjechał Piotr Gąsowski, Robert Rozmus, Ałosza Awdiejew, Jerzy Zelnik czy Janusz Zaorski. To były absolutne gwiazdy.

Decyzja o organizacji turnieju artystów była strzałem w dziesiątkę. Znane nazwiska przyciągnęły na korty prawdziwe tłumy, równie ogromne było zainteresowanie mediów.

– Mielśmy też duże szczęście do sponsorów, z którymi nawiązaliśmy „długie przyjaźnie”, pomagali nam w organizacji wydarzenia. Cieszę się, że turniej tak bardzo się rozrósł. Zaczynaliśmy od jednodniowej imprezy. Teraz ma już trzy dni, trzy kategorie zawodników: panie grające osobno, panowie do 60. lat w drugiej grupie i w trzeciej: mężczyźni powyżej 60. roku życia. Na początku było kilka gwiazd, teraz będzie ich co najmniej 35. Będziemy świadkami największego turnieju tenisowego dla artystów w kraju.

Na kortach zobaczymy m.in. Marka Kościkiewicza, Marcina Dańca, Mariusza Kałamagę, Jacka „Mezo” Mejera, Karola Strasburgera, Anię Guzik czy Stefana Friedmana.

– Wielu osobom plany pokrzyżowały obowiązki zawodowe. Mielśmy także gościć Iwonę Pavlović, czy Basię Kurdej-Szatan. Przygotowują się jednak do programu „Taniec z Gwiazdami”. Miał być Michał Miłowicz, ale jest w trakcie kręcenia filmu. Takich nazwisk mógłbym wymienić jeszcze kilka, jednak wierzę, że zobaczymy ich w roku następnym – mówi Bobala.

Pekao Szczecin Open to nie tylko widowisko tenisowe, ale również doskonałe koncerty. Przed nami 21. edycja wydarzenia Tennis Music & Art Festival. I tutaj niespodzianka: forma festiwalu zostanie zmieniona. Dotychczas koncerty odbywały się w namiocie na terenie kortów. Teraz „wychodzą” w przestrzeń miejską.

– Będą to wydarzenia biletowane, ale niezwykle atrakcyjne. 9. września w Teatrze Polskim posłuchamy Stanisławy Celińskiej, dzień później w Trafostacji Sztuki przy ul. Św. Ducha zagrają Magdalena Kumorek i Tubis Trio. W środę, w tym samym miejscu, posłuchamy grupy Włodek Pawlik Trio. Czwartek będzie należał do zespołu Raz Dwa Trzy. Koncert przeniesie się do sceny Teatru Polskiego na Łasztowni. W piątek w klubie Lulu wystąpi z zespołem Mariusz Lubomski – zapowiada Krzysztof Bobala.

Muzyka będzie także na kortach. Po każdym Meczu Dnia muzyka „na żywo” zagości na Małej Scenie na Kortach. W ten sposób organizatorzy chcą zatrzymać do nocy gości turnieju. Pekao Szczecin Open startuje 9 września. Będzie to już 27. edycja wielkiego tenisowego święta.

autor: Andrzej Kus / foto: Andrzej Szkocki

WEJŚCIE NA RYNEK I EKSPANSJA W INDIACH

Twój zaufany ekspert z Indii
- zapewnij sukces swojej inwestycji

Mariusz Łuszczewski



EXOTIC GROUP

EUROPE-INDIA CONSULTING-INVESTMENT



Indian relations expert



West Pomeranian
Indian Chamber of Commerce

President

Partnerzy w Indiach:



European Business &
Technology Centre
Enabling Europe India Collaboration



WORLD TRADE CENTRE
MUMBAI

Promoted by MVIIRC



EXOTIC GROUP

EUROPE-INDIA CONSULTING-INVESTMENT

Mariusz Łuszczewski
PRESIDENT | CEO

M-EU: +48 608 30 31 34
M-India: +91 751 765 41 17
ml@exoticgroup.eu

www.exoticgroup.eu
www.luszczewski.com, www.ziig.pl

Europe-Poland - Head Office:
ul. Sienna 5
Szczecin, 70-542
POLAND

Mumbai - Head Office:
31st Floor, Centre 1 Building
Cuffe Parade, Mumbai - 400005

New Delhi - Head Office
DLTA Complex, South Block,
1st Floor 1, Africa Avenue
New Delhi 110 029, INDIA

www.investindia.eu, www.exoticgroup.eu



Agnieszka jedzie na Igrzyska

To już pewne. Agnieszka Skrzypulec, nasza utalentowana żeglarka reprezentowała będzie nie tylko Szczecin, ale i całą Polskę podczas XXII Letnich Igrzysk Olimpijskich w Tokio. Wraz z Jolantą Ogar-Hill zajęła 7. Miejsce w Mistrzostwach Świata Klasy 470, które odbyły się w japońskiej Enoshimie. Zdobyła tym samym wymarzoną kwalifikację do najważniejszej sportowej imprezy globu.

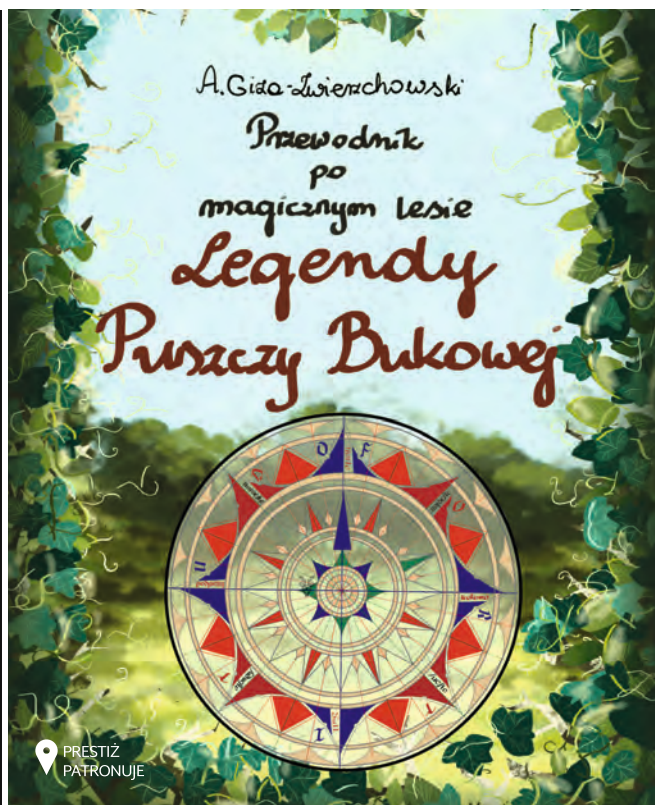
– Mistrzostwa Świata były dla nas najważniejszymi tegorocznymi regatami – opowiada Agnieszka Skrzypulec. – Celem na te zawody było przede wszystkim zdobycie kwalifikacji olimpijskiej dla Polski. Trochę kombinowaliśmy ze sprzętem i wiedzieliśmy, że w słabym i średnim wietrze jesteśmy bardzo szybkie. Początek mistrzostw to potwierdził. Po dwóch pierwszych dniach byliśmy drugie. Niestety później nadchodzący tajfun przyniósł silne wiatry i w tych warunkach nie mogliśmy znaleźć odpowiedniego ustawienia łodzi, które pozwoliłyby nam walczyć o medal. Ostatecznie jesteśmy zadowolone z siódmego miejsca, chociaż wiadomo, że po takim dobrym początku były apetyty na więcej.

Po mistrzostwach Agnieszka, wraz z Jolą Ogar-Hill zostali w Japonii. Poświęcili czas na trening. Była to okazja, by lepiej poznać akwen, który w przyszłym roku będzie areną olimpijską. – Czas w Japonii wykorzystywaliśmy też na znalezienie najlepszej konfiguracji sprzętu. Każdemu dniu treningów przyświecał, a myśli, że za rok chcemy stanąć tutaj na podium. To jest nasz motor. W tym momencie 5-7 łódek na świecie pływa na bardzo wyrównanym poziomie, więc walka między nami jest zawsze zacięta. Tak samo będzie na Igrzyskach – przyznaje Agnieszka.

Żeglarka zdradza również, że po Igrzyskach w Tokio będzie zastanawiała się nad swoją przyszłością.

– Raczej nastawiam się na „życie po sporcie”, ale wiem, że los bywa bardzo nieprzewidywalny więc ciężko mi teraz odpowiedzieć czy na pewno będę kończyć karierę, czy będę ją kontynuować na innej łódce – podsumowuje.

kus / foto: Aleksandra Medvey-Gruszka



Z legendą w plecaku

Gdzie ukrywa się Wodny Olbrzym? Jak powstało Jezioro Szmaragdowe? Co się stało z trójką braci z przełęczy Gór Bukowych? Odpowiedzi na te pytania znajdziecie w książce „Przewodnik po magicznym lesie. Legendy Puszczy Bukowej” Artura Giza-Zwierchowskiego. Ta niezwykła nowość wydawnicza z pewnością was zaskoczy.

Publikacja powstała w ramach autorskiego projektu Studio Legend. Książka łączy radość kontaktu z naturą i przyjemność dzielenia się poruszającymi wyobraźnię opowieściami. Legendy stanowią w niej zaproszenie do odwiedzenia urokliwych zakątków Puszczy Bukowej. – Na obrzeżach Szczecina znajduje się jeden z jego najcenniejszych skarbów, właśnie nadarza się okazja, aby poznać go nieco lepiej. Niezależnie od tego, czy jesteście mieszkańcami, czy turystami, ilekroć zatrzymujemy się na szczecińskich Wałach Chrobrego, nasz wzrok niezawodnie na nią trafia, zdobiącą wschodni horyzont zieloną koronę na głowie Szczecina, Puszczę Bukową. Dla spotkania z nią warto porzucić centrum i przekroczyć rzekę, dając się porwać zielonym stokom jej gór i dolin. Od teraz będzie to łatwiejsze i przyjemniejsze, książka niniejsza stanowi bowiem atrakcyjny klucz do odnajdywania jej tajemniczego piękna – czytamy w tekście z okładki. Jak widać, by poznać Puszczę Bukową wystarczy włożyć publikację do plecaka i wyruszyć w las. Autor zapewnia, że książka stanowi także rodzaj prawdziwej zagadki, która może doprowadzić do odnalezienia realnego skarbu!

kw/ foto: materiały prasowe

Magiczne Show
Rozczarowani
 Edi i Czarek czaruje
24/25.09.19
 gwiazdy YouTube oraz programu
MAŁY TALENT!

z kanału Fanka

Eventarena / ul. Staszica 1, 71-515 Szczecin / www.event-arena.pl Bilety dostępne na bilety.fm lub w recepcji obiektu.

LIGA NIEZWYKŁYCH STANDUPERÓW!

14.10.2019 20:00 **EVENT ARENA** **BILETY:** bilety.fm **PATRONI:** [interia](http://interia.pl)

BABSKI KABARET
Old Spice Girls!

Edyta Stanisławska
Barbara Wrzesińska
Emilia Krakowska

żarty, skecze, anegdoty, piosenki
 teksty Marii Czubaśzek, Mariana Hemara, Zbigniewa Korpołewskiego

15.10.19
BILETY NA bilety.fm

Peppa Pig
 Wielka Niespodzianka

13.11.2019
 Szczecin, KIDS ARENA

JEDYNY SPEKTAKL W POLSCE

Bilety w sprzedaży:
 Recepcja Kids Arena
 Ul. Staszica 1, Szczecin

Bilety dostępne na: bilety.fm

www.event-arena.pl

Eventarena

Ul. Staszica 1 / Szczecin

Europejska Noc Naukowców



2019

27-28 września

wstęp wolny

POKAZY, WYSTAWY, DOŚWIADCZENIA I EKSPERYMENTY
SPOTKANIA I WYKŁADY Z NAUKOWCAMI I CIEKAWYMI LUDŹMI ZE ŚWIATA NAUKI
KONKURSY Z NAGRODAMI I WSPÓLNA ZABAWA

nocnaukowcow.zut.edu.pl

[#dobrejnocynaukowcow](https://www.facebook.com/dobrejnocynaukowcow)

This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 819104.



Zachodniopomorski
Uniwersytet Techniczny
w Szczecinie



PARTNERZY STRATEGICZNI



Miasto
Szczecin



PATRONI HONOROWI



Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego



MINISTER
EDUKACJI
NARODOWEJ



Patronat Honorowy
Prezydenta
Miasta Szczecin



PATRONI MEDIALNI



NAUKA
W POLSCE

Prezentacja



Smakowita przystań w Galaxy

Portowy charakter miejsca, słynne symbole Szczecina i zróżnicowane menu – w Galaxy powstaje Foodport. Na drugim piętrze centrum handlowego właśnie trwa remont strefy gastronomicznej. Niedługo będzie można tam nie tylko umówić się z przyjaciółmi, ale zorganizować także biznesowy lunch czy spotkanie z klientem.

Klimat portowego miasta

Niedługo gastronomiczna przestrzeń Centrum Handlowo-Rozrywkowym Galaxy przejdzie całkowitą metamorfozę. W projekcie wykorzystane zostaną naturalne materiały i stal, które doskonale wpiszą się w nowy, portowy klimat obiektu. Wymianie ulegną okładziny podłogowe, sufity oraz oświetlenie. Docelowo w tej przestrzeni do dyspozycji klientów będzie 600 stolików i 750 m² powierzchni restauracyjnej więcej.

Co więcej, całość projektu architektonicznego czerpie inspirację z miasta, jego charakteru oraz dawnych symboli. – Powstanie niebanalna przestrzeń, w której główną rolę będą odgrywać elementy nawiązujące do kultowego Grzybka czy Pasztecika. Całość zyska portowy charakter. Pojawią się nowi najemcy i jestem przekonana, że nasz Foodport, bo tak nazwalismy tę przestrzeń, spodoba się stałym bywalcom i przyciągnie do nas nowych klientów – podkreśla Monika Gogacz, dyrektor CHR Galaxy. Dzięki nietypowemu projektowi centrum zyska przestrzeń, która zaoferuje klientom komfort oraz wygodę nie tylko podczas spotkań z bliskimi, ale także możliwość organizacji meetingów biznesowych.

Wśród atrakcji znajdą się boisko do gry w kosza, kontenery przypominające portową architekturę, słupy ogłoszeniowe i miejskie mozaiki. Powstanie zupełnie nowa aranżacja zaplecza sanitarnego, wraz z dodatkowym pokojem Baby Room, dla osób przychodzących do centrum z małymi dziećmi.

Powiew świeżości

Galaxy rozbuduje też ofertę gastronomiczną. W centrum pojawią się nowe marki. Do grona najemców dołączą Kuchnia Marche, Express Oriental, Pasibus i Papa Diego. Dla klientów przewidziano również wiele ciekawych atrakcji. – Między wrześniem a listopadem wspólnie z nowymi najemcami przygotowujemy 3 wydarzenia kulinarne. 23 listopada zapraszamy klientów na turniej street ball. Dodatkowo, w naszych mediach społecznościowych przeprowadzimy konkursy z nagrodami. Całość atrakcji zaprezentujemy na stronie www.galaxy-centrum.pl/foodport, gdzie w formie videobloga będziemy informować o zmianach i nowościach – mówi Joanna Dybowska, manager ds. marketingu CHR Galaxy.

Warto zaznaczyć, że prace remontowe potrwają do grudnia, ale wszystkie restauracje przez ten czas będą otwarte w standardowych godzinach. – Remont będziemy prowadzić głównie nocą, dzięki czemu nasi klienci będą mogli swobodnie korzystać z obecnej oferty gastronomicznej – informuje Monika Gogacz.

Autorem koncepcji jest architekt Piotr Kalinowski z pracowni MIXD-Interior Experience Design z Wrocławia, a głównym wykonawcą robót: firma Baumont. Inwestor przedsięwzięcia to EPP Property Management. Wartość całej inwestycji wynosi ok. 5,5 mln PLN.

kw/ foto: materiały prasowe



Jesienne nowości Clochee

Milena Majewska ponownie została ambasadorką naturalnych, szczecińskich kosmetyków Clochee. Pochodząca z naszego miasta modelka znalazła czas pomiędzy pracą w Nowym Jorku i Paryżu, aby wziąć udział w sesji fotograficznej promującej markę.

– Staram się żyć w zgodzie z naturą i traktować naszą planetę tak, jakbym była na niej tylko gościem. Na co dzień pielęgnuję proste ekologiczne nawyki. Uwielbiam naturalne kosmetyki – mówi. – Obecnie w swojej kosmetyczce mam mnóstwo produktów Clochee, które doceniam za świetny skład, owocowe zapachy i konsystencję, a do tego ich opakowania są biodegradowalne.

Sesja, której fragmenty prezentujemy, powstała w tym samym twórczym, kobiecym gronie, które spotkało się w zeszłym roku. Tym razem nie na łonie przyrody tylko w gościnnych wnętrzach Asgard Terapia Ciała, salonu który specjalizuje w naturalnych formach fizjoterapii. Samo Clochee, wzbogaciło się ostatnio o dwa świetne kosmetyki. Są to: balsam o zapachu soli himalajskiej i żurawinowy peeling do ciała.

ad / foto: Aleksandra Medvey-Gruszka



REWAL – APARTAMENTY NA SPRZEDAŻ



ODPOCZYWAJ, KUPUJ, ZARABIAJ

- inwestycja dla wymagających klientów
- 21 apartamentów w ścisłym centrum, a jednocześnie z dala od zgiełku nadmorskiej miejscowości
 - nowoczesny design, wysoki standard wykończenia
 - współpraca z klientem umożliwiającą dostosowanie wnętrza do indywidualnych potrzeb

Baltic Gryf Apartments, Rewal, ul. Dworcowa | Biuro sprzedaży: tel. 605 31-25-25
sprzedaż@rewal-apartamenty.pl | www.rewal-apartamenty.pl



Dziennikarz, filozof robotniczo-chłopski.

Jesienią opadają tylko liście

Co robić w sytuacji, gdy opadają ręce?

Gdy niezgłębiona (wydawałoby się) studnia twojej cierpliwości, wyczerpana. Kiedy najprostszy argument staje się grochem rzuconym w gruby mur niezrozumienia, a może tylko głupoty. Co robić, gdy ręce jak jesienne liście?

Znajomemu z fejsa można dać bana. Pstryk i chłopca nie ma. Przy najmniej wśród tych, którzy mogą ci odszczekać w nieprzewidywalny sposób. A co! Niech wie, kto tu ma władzę. Wszak już starodawne porzekadło mówi: wolność Teofilu na własnym profilu. I nie będzie mi tu jeden z drugim mowy nienawiści uprawiać. Gorzej sprawy się mają w realu, albo jakimś innym „ośzanie”. Tu spotykasz typa twarzą w twarz, czyli znowu fejs.

Fejs tu fejs. Idziesz sobie uwieszony na wózek, wolnym, spacerowym krokiem, a tu raptem, w alejce z przyprawami twój kolega, z którym na większą połowę świata, zdania macie zgoła odrębne. Jest wąsko, więc o wycofaniu się nie może być mowy. Sytuacja niezręczna, jak u jednorękiego zonglera. Jedynym wyjściem pozostaje atak. Bezpardonowy, z pominięciem zasad dobrego wychowania i *savoir vivre*'u. Coś w stylu: no, wiesz, ja też nie jestem bez wada i z pewnością i u mnie znajdziesz wiele rzeczy, które mogą Cię zdenerwować i zrazić do mnie. Zrozum jednak, że nasza dalsza znajomość stanowiłaby niezręczność. Mogłaby narazić Cię na dyskomfort i ogólną niedyspozycję żołądkową, pozwól więc, że nie będziemy już od dzisiaj kolegami. I możesz mi nie oddawać tych piętnastu złotych, co to je pożyczyles na urlopie dwa lata temu.... Atak musi być brutalny. Trzeba pójść na całość, bez telefonu do przyjaciela.

Reakcja murwana. Sukces gwarantowany. Twój były już znajomy, będąc w głębokim szoku, z pewnością uzna, że straciłeś zmysły, po co więc gadać z wariatem. A ty, wykorzystując zręczność sytuacji, znikasz wśród tłumu na promocji skrzydełek na grilla.

Możesz mieć pewność, że już za kwadrans, na profilu byłego zna-

jomego ukaże się post treści: „wiedziecie, że Szymonowi odbiło? No, mówię wam, pełna szajba...” Tyle, że ty już tego nie zobaczysz. Przecież koleś zablokowany na FB nie istnieje.

Ale ręce opuszczamy z rozmaitych powodów i to nie tylko w życiu wirtualnym. Bo istnieje życie niewirtualne, naprawdę. Ręce opuszczamy gdy zmęczone, by odpocząć. To łatwa sytuacja. Odpoczną i robimy swoje dalej. Czasami opadają w zdumieniu. I taka sytuacja może trwać nawet pół godziny. Zwłaszcza o 19.30 przed telewizorem. Wtedy do zdumienia dochodzi uczucie niedowierzania, że można aż tak. Opuszczamy ręce, gdy słuchamy hymnu, albo szefa w pracy. Swoją drogą, jak sobie to nieźle ci szefowie wykombinowali. Ręce opadają jak jesienne liście, gdy tłumaczymy dziecku, że nie je się piasku z piaskownicy i żółtego śniegu. Albo psu, by żał to co w misce, a nie w twojej torebce. Powodów opadania rąk jest bez liku. Jednak najważniejsze by pamiętać, że nigdy nie opuszczamy rąk na ringu.

Ja wiem, przecież trenerzy cały czas pokrzykują z narożnika: „Wyżej garda! Ręce, ręce!!”, ale kto by tam w ferworze walki ich słuchał?

Podczas walki ręce trzymamy wysoko, bo ich opuszczenie nawet na chwilę, może zabość klęską. Każdy wojownik powie ci to samo: „Gdy opuszczasz ręce w walce, za chwilę musisz podnieść je wysoko nad głowę”.

Mimo jesieni, która z każdym dniem widoczniej, żółciej i czerwieniej, dżdżysiej i chłodniej pokazuje swoje surowe oblicze. Mimo, że ręce umęczone, a często zajęte codziennym znojem. Mimo powodów tysiąca do ich opuszczenia, trzymajmy ręce wysoko, w gotowości do działania. Zwłaszcza jesienią, gdy tak skłonne za wisnąć beładnie wzdłuż znużonego ciała.



BEZRZECZE UL. JESIONOWA - domy w zabudowie bliźniaczej

tel.: 501 679 678, 502 506 789 | www.madurainvestmen.pl

reklama

ENGEL & HAJDASZ

*Praktyka ginekologiczno-położnicza
Ultrasonografia ogólna*

GINEKOLOGIA • POŁOŻNICTWO • BADANIE USG • GINEKOLOGIA ESTETYCZNA

Badania profilaktyczne

Antykoncepcja

Choroby kobiece

Diagnostyka piersi

Niepłodność

Planowanie ciąży

Ciąża fizjologiczna

Ciąża bliźniacza

Opieka poporodowa

Ultrasonografia położnicza 3D i 4D

KTG płodu

Położnicze

Ginekologiczne

Jamy brzusznej

Tarczycy

Piersi

MonaLisa Touch

Rehabilitacja po porodzie

Menopauza

Leczenie nietrzymania moczu

Estetyczna korekcja intymnych narządów zewnętrznych

Nieinwazyjna laserowa
ginekologia estetyczna

MonaLisa Touch

PROMOCJA

20%

NA ZABIEGI
MONA LISA TOUCH

Możliwa rejestracja internetowa: www.engel-hajdasz.pl

Rejestracja tel. 602 111 640

ul. Partyzantów 3/2, 70-222 Szczecin

www.engel-hajdasz.pl



VIENNA HOUSE

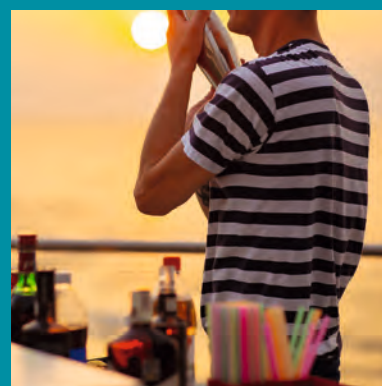
AMBER BALTIC

MIEDZYZDROJE

*Szum morza, błękit nieba,
drobny piasek...*



Niezapomniane krajobrazy, wyjątkowa atmosfera i kulinarne doznania, pełne regionalnych elementów. To przepis na idealne przyjęcie integracyjne bądź konferencję.



VIENNA HOUSE AMBER BALTIC MIEDZYZDROJE
Promanada Gwiazd 1, 72-500 Międzyzdroje | + 48 91 32 28 760



ENDLESSEXPLORATION • viennahouse.com



Pomóżmy Wojtusiovi

Chłopczyk ma zaledwie 2 lata. Mimo bardzo krótkiego życia doświadczył już nieprawdopodobnego cierpienia. Gdy wydawało się, że pokonał chorobę... zaatakowała ponownie. Rodzice Wojtusia nie zamierzają odpuścić. Walczą razem z synkiem, ale również oni potrzebują pomocy.

Problemy Wojtusia Szlachty rozpoczęły się zaraz po urodzeniu. Na skórze noworodka zaczęły pojawiać się niepokojące zmiany.

– Początkowo podejrzewano alergię. Z biegiem czasu wysypka się nasilała, potrzebna była konsultacja onkologiczna, pobrano wycinek skóry, badania wykazały, że to histocytoza - rzadka choroba układu krwiotwórczego – opowiada Agnieszka Szlachta, mama chłopca. – Zmiany na skórze wciąż się powiększały, pojawiły się stany zapalne w okolicach oczu i uszu, a nawet w jamie ustnej, przez co nasz synek nie chciał jeść ani pić. Był bardzo osłabiony, odwodniony, konieczne było przetaczanie krwi ze względu na bardzo słabe wyniki badań.

Mijały miesiące, choroba nie odpuszczała. Podobnie rodzice. Ich życie zmieniło się diametralnie. Musieli pogodzić pracę z opieką nad chłopcem oraz częstymi pobytami w szpitalu. Wreszcie potrzebna była chemioterapia, która zakończyła się 14 lutego.

– Wszystko wskazywało na to, że od września będzie mógł chodzić z innymi dziećmi do żłobka. Do tej pory lekarze kategorycznie zabraniali kontaktu z rówieśnikami. Niestety stan naszego synka pogorszył się. Wojtek gaś w oczach, nie jadł,

wszystko go drażniło, a zmiany skórne nabierały na sile.

Wyniki Wojtusia bardzo się pogorszyły. Wznowiono leczenie chemioterapią. Pojawiły się nacieki na kościach skroniowych i została zajęta przysadka mózgowa oraz układ nerwowy

– Wojtuś w szpitalu ma już prawie swój pokój. Nie opuszcza go humor, ale bardzo cierpi. Wierzmy, że pokona chorobę – mówi Agnieszka.

Rodzice pracują na kilka etatów. Wszystko po to, by mieć fundusze na dalsze leczenie dziecka. Ze względu na zmiany skórne oraz fakt, iż przyjmowana chemia jest wydalana przez skórę konieczne jest częste zmienianie odzieży aby cały czas pozostawała możliwie jak najbardziej czysta. Potrzebne jest także wiele innych rzeczy codziennego użytku: leki, pieluchy, suplementy diety, środki czystości, kosmetyki do pielęgnacji, które muszą być przystosowane dla Wojtka. Rodzice zmuszeni byli również do remontu pokoju, w którym chłopiec będzie walczył o odzyskanie zdrowia. Trzeba wyposażyć go w urządzenie filtrujące powietrze z wirusów i bakterii oraz nawilżacz powietrza.

Zorganizowana została zbiórka na portalu pomagam.pl. Datki można także wpłacać bezpośrednio na konto chłopca:

Fundacja Cancer Fighters, Borowskiego 7/9, 66-400 Gorzów.

nr konta 10 1240 6494 1111 0010 8785 8997





Anna Hołubowska:

Szczecin to moje miejsce na ziemi

Dzięki wykształceniu i znajomości języków mogła pracować w dowolnym miejscu na świecie. Wybrała Szczecin, opuszczając rodzinny Poznań. – Nie musisz jeździć po całej Europie, by poczuć się jak w jej największych stolicach – tak o naszym mieście mówi Anna Hołubowska, Wicekanclerz Wyższej Szkoły Bankowej w Szczecinie.

Jej przeprowadzka zbiegła się z finałem regat The Tall Ships' Races. Zauroczona zacumowanymi wzdłuż nabrzeża żaglowcami, które podziwiała od strony wody, chłonęła atmosferę miasta. Na co dzień także docenia jego położenie i potencjał rozwojowy. Jezioro, rzeka, zaledwie stukilometrowa odległość od morza, bliskość granicy i Berlina – te atuty wymienia jednym tchem. Uważa Szczecin za przyjazny do życia, zielony, czysty i dający możliwość szybkiego przemieszczania się. Taka opinia w połączeniu z międzynarodowymi kontaktami sprawiają, że Szczecin zyskał w jej osobie doskonałą ambasadorkę.

Rzym – Florencja – Paryż

Największą pasją pani Anny są podróże. Mimo zwiedzenia bardzo odległych zakątków świata i spełnienia jednego z największych marzeń podróżniczych, którą była 3-miesięczna podróż po Australii, to właśnie europejskie miasta wyjątkowo ceni za historię i budowaną przez lata kulturę. – Uwielbiam Florencję czy urokliwe miasteczka na południu Francji, często odwiedzam też Hamburg i to właśnie klimat tych miejsc odnajduję na co dzień w Szczecinie – mówi Anna Hołubowska. Podobnie jak tam, ma tu swoje ulubione kawiarnie, restauracje, miejsca, do których wraca: bulwary, Wały Chrobrego, Podzamcze, Syrenie Stawy, Filharmonię, czy Jasne Błonia, po których uwielbia spacerować zwłaszcza o poranku. Kocha portową atmosferę typową dla miast nadbałtyckich, gwiaździsty układ ulic przenosi ją myślami do Paryża, lubi też spacerować po starym Pogodnie z jego pięknymi, poniemieckimi willami. Gwaryny charakter bulwarów w gorący letni wieczór przypomina jej śródziemnomorskie kurorty, a zabudowa Wałów Chrobrego, obejmująca tarasy widokowe ze schodami, a także fontannę i rzeźby nawiązujące do kultury Rzymu, to jej własne „Rzymskie wakacje” z Audrey Hepburn w roli głównej. Przede wszystkim jednak, tak tu, jak i za granicą, poznaje ludzi i stara się wejść w ich mentalność.

Z językami wszędzie jesteś w domu

Nie byłaby tym, kim jest, gdyby nie doskonała znajomość języków obcych. Angielski jest dla niej jak drugi język, w którym najwięcej czyta, słucha i ogląda. Biegle posługuje się też niemieckim i francuskim. Będąc we Włoszech, rozmawia po włosku. Nauka każdego kolejnego języka była coraz łatwiejsza, mimo że czasem warunki nie wydawały się sprzyjające. Gdy była na urlopie macierzyńskim, chłonęła wiedzę, trzymając małe dziecko na rękach i pozwalając drugiemu bawić się obok, podczas gdy przez ich dom przechodził Amerykanin, Francuz, Belg i Niemiec. Była rozmowa, język żył – bez tego nie wypowiadałaby się tak sprawnie. – Dla mnie mówienie w języku obcym wymaga poznania mentalności i kultury. To coś więcej niż słowa, to sposób myślenia, który daje dużo korzyści, a przede wszystkim zapewnia szerszą perspektywę – tłumaczy Anna Hołubowska. Osobliwości każdego kraju przekładają się na mentalność jego mieszkańców i znajdują odzwierciedlenie w języku, dlatego odbiór tych samych sytuacji przez osoby posługujące się różnymi językami bywa odmienny. Pani Anna przekonała się o tym, gdy została zaproszona na kolację we Francji. Zarezerwowała na nią dwie godziny, jednak okazało się, że celebrazja tego posiłku trwa tam zazwyczaj 4-5 godzin. Nie jada się też ślimaków na co dzień, jest to natomiast popularne danie świąteczne w niektórych regionach – dobra znajomość kultury i jej niuansów pozwala lepiej się komunikować. W USA inaczej niż myślimy, składane są życzenia na Boże Narodzenie – częściej jest to „Happy Holiday” niż „Merry Christmas” – Amerykanie zwracają dużą uwagę na polityczną poprawność. Australijczycy z kolei używają aż pięciu tysięcy zdrobnień – dużo więcej niż inne narody anglojęzyczne. Języki obce znacznie ułatwiają jej nawiązywanie relacji, a to właśnie ludzie

i ich zachowania stanowią jedno z jej zainteresowań naukowych. Wiedzę na ten temat rozwijała pod okiem prof. Gary'ego Wagenheima, który namawiał ją nawet na studia doktoranckie. Choć ich nie podjęła, to zarządzanie zmianą i behawioralne aspekty zarządzania pozostały dla niej ważne, bo mogą być stosowane m.in. w celu zwiększenia efektywności działania przedsiębiorstw.

Szczecin coraz bardziej międzynarodowy

– Szczecin bardzo się zmienia – nie ma wątpliwości nasza bohaterka. – Zarówno projekty będące w trakcie realizacji, jak i te w planach, dowodzą rozwoju miasta: Floating Garden, przebudowa portu, powstanie Szczecińskiej Kolei Metropolitalnej, przebudowa wielu ulic: to wszystko wpłynie, moim zdaniem, na poprawę wizerunku miasta. Jego atrakcyjność już zauważają firmy międzynarodowe, w tym przede wszystkim skandynawskie. Nie bez znaczenia jest wzmacnianie współpracy polsko-niemieckiej – zaznacza Anna Hołubowska. Jako Wicekanclerz Wyższej Szkoły Bankowej podkreśla rolę edukacji w funkcjonowaniu miasta i kształtowaniu kadr dla lokalnych i międzynarodowych przedsiębiorstw. WSB to największa grupa szkół niepublicznych w Polsce, zlokalizowana w 10 miastach. Zaufało jej już 335 tys. studentów. Poza kierunkami ekonomicznymi rozbudowuje ofertę edukacyjną o kierunki inżynierskie i rozwijające kompetencje „miękkie”, coraz bardziej poszukiwane na rynku pracy. Wyższa Szkoła Bankowa w Szczecinie współpracuje z zachodniopomorskimi firmami nie tylko pośrednicząc między biznesem a studentami, ale także uwzględniając sugestie przedsiębiorców w zakresie programu kształcenia. Studenci biorą także udział w wizytach studyjnych w największych firmach regionu, a dodatkowo, dzięki stażom odbywanym w przedsiębiorstwach, zdobywają praktyczne umiejętności. – Coraz więcej rekrutujemy studentów zagranicznych, dla których Szczecin staje się miejscem do życia, miastem dającym możliwości znalezienia atrakcyjnej pracy, również w przedsiębiorstwach międzynarodowych – mówi Anna Hołubowska.

Droga do sukcesu

Dla młodych ludzi, stojących u progu kariery, sama może być najlepszym przykładem. Jej przepis na sukces zawodowy to przede wszystkim: wyznaczenie celu, dążenie do niego, otwartość i odrobina szczęścia. Obecnie niezmiennie ważne są też umiejętności adaptacji, ponieważ otoczenie biznesowe dość szybko się zmienia. Istnieje więc ciągła potrzeba nabywania nowych kompetencji. Żyje zgodnie z zasadami tzw. „continuous learning”: procesu ciągłego rozwijania i doskonalenia kwalifikacji. Zanim objęła stanowisko Wicekanclerza, posiadała już wieloletnie doświadczenie managerskie, ale chciała rozwijać się w zakresie kreatywności, przywództwa i strategii. To wtedy zdecydowała się na studia w programie globalnej sieci Aalto Executive MBA, corocznie notowanej wysoko w rankingu programów Executive MBA Financial Times, organizowanego we współpracy z WSB w Poznaniu. Nie bez znaczenia był fakt, że większość zajęć prowadzona była w języku angielskim przez międzynarodową kadrę dydaktyczną m.in. z Finlandii, Kanady, Stanów Zjednoczonych, Irlandii. Możliwość uczestniczenia w sesjach wyjazdowych organizowanych w Helsinkach lub Singapurze w ramach Aalto Executive Summit, w kalifornijskim Palo Alto czy w Bostonie, jak również zaliczanie modułów za granicą w ramach sieci Aalto Executive MBA sprzyjało wymianie międzynarodowej i nawiązywaniu kontaktów. To właśnie studia Executive MBA umożliwiły jej przełom w karierze.





Work-life balance

Choć bardzo lubi to, co robi, nie żyje tylko pracą. Priorytetem jest rodzina: to ona daje jej siłę do działania i sprawia, że odnajduje równowagę. Wspólnie z mężem i córkami planują krótkie wypadki do europejskich miast, spędzają też wolny czas w Szczecinie. Spacerują i jeżdżą na rowerze to ulubiona aktywność naszej bohaterki, która, choć na co dzień bardzo elegancka, w samochodowym bagażniku zawsze ma buty sportowe. Wielokilometrowe odcinki pokonuje nie tylko po Parku Kasprowicza czy Lesie Arkońskim, ale także nad morzem. Kiedyś zaczynała dzień od czytania Wall Street Journal, le Figaro i Deutsche Welle. Teraz, z uwagi na więcej obowiązków, taki przegląd prasy robi tylko w weekendy, ale nadal pasjonują ją opisy tych samych wydarzeń widziane z różnej perspektywy. Chwilę dla siebie odnajduje we własnym pokoju lub ogrodzie z filiżanką dobrej kawy w ręce.

autor: Karina Tessar

foto: Aleksandra Medvey-Gruszka

producent sesji: Agnieszka Ogrodniczak

Dziękujemy salonowi Marella i atelier Mia Giacca za wypożyczenie strojów do sesji oraz EcoShare za wypożyczenie skutera.

MARELLA



Anna Hołubowska – Wicekanclerz Wyższej Szkoły Bankowej w Szczecinie, absolwentka filologii angielskiej na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu, studiowała marketing i zarządzanie na Akademii Ekonomicznej w Poznaniu, ukończyła studia podyplomowe z Zarządzania Projektami i Aalto Executive MBA.



A full-page photograph of Jacek Dehnel standing on a modern, dark-colored staircase with glass railings. He is wearing a patterned long-sleeved shirt, a yellow bow tie, yellow trousers, and dark suspenders. He is also wearing sunglasses and holding a thin walking stick in his right hand. The background shows a large glass window reflecting the sky.

W ROLI GŁÓWNEJ
Inspirujące rozmowy Jakuba Jakubowskiego

Jacek Dehnel
**Najpierw język nienawiści,
potem maczety**

Wyobraź sobie, że coś dziwnego dzieje się z Twoim językiem – nagle zaczyna puchnąć, cieknie z niego dziwny płyn, po chwili pleśnieje i powiększa się tak, że nie mieści się w ustach... Brzmi jak senny koszmar? Jacek Dehnel w swojej najnowszej powieści „Ale z naszymi umarłymi” w taki właśnie sposób przedstawił jeden z aspektów wojny polsko-polskiej – nienawistny, kłamliwy, napastliwy język jako forma komunikacji podsycająca nastroje i służąca polaryzacji społeczeństwa. W rozmowie z Jakubem Jakubowskim, wybitny pisarz stawia odważną, często kontrowersyjną diagnozę nie tylko polskiego społeczeństwa, ale i narodu jako całości, zarówno w odniesieniu do współczesności, jak i dalekiej historii.

Naszą rozmowę chciałbym zacząć od Pana ostatniej książki „Ale z naszymi umarłymi”. W recenzjach często przewija się stwierdzenie, że to książka bardzo polska, a w jednym z wywiadów powiedział pan, że jest to lektura o normalizacji koszmara. Jakie kosmary są normalizowane według Pana?

W centrum tej powieści stoi to, co dziś stanowimy jako naród: nasze mity, nasze tradycje, nasza klasa polityczna i nasz język. Nie ten piękny, z Kochanowskiego, Mickiewicza, Norwida, tylko ten, którym nasiakamy na co dzień: język sączący się z mediów, ambon, mównic sejmowych, rozmaite odmiany nowomowy, która służy nie wyjaśnianiu, ale zaciemnianiu.

Postawił Pan na dość oryginalną jak na Pana formę artystycznego wyrazu. Bohaterami Pana powieści są m.in. zombie. Są one metaforą polskich demonów, kompleksów, uprzedzeń?

Raczej tego, co robi z nami nacjonalistyczna, ksenofobiczna ideologia, pompowana poczuciem własnej wyjątkowości, które z kolei, owszem, wychodzi z naszych kompleksów. Metaforą tego, że nurty nie do pomyslenia stopniowo stają się akceptowalne, przechodzą do mainstreamu aż przejmują władzę i wtedy pokazują swoje oblicze.

Polacy zawsze byli dumnym narodem, doświadczonym przez los i historię. Jak pan myśli, skąd się bierze w nas ta potrzeba bycia „Chrystusem narodów”? I czy dążenie do tego jest faktycznie takie złe?

To pierwsze zdanie, które wzięt pan z obiegu i powtórzył w dobrej wierze, jest bardzo znamienne, ponieważ literalnie nic w nim nie jest prawdą. A wynika ono właśnie z naszego szkodliwego myślenia o sobie. Po pierwsze – zostawmy na razie przymiotniki – co to znaczy, że Polacy zawsze byli narodem? Owszem, odkąd istniała Polska, mieszkali tu różni ludzie, tworzyli społeczności i wspólnie społeczeństwo. I jesteśmy skłonni mówić: w XVI wieku Polacy zrobili to czy tamto, myśląc o ogóle ludności zamieszkującej Koronę, a nawet całą Rzeczpospolitą Obojga Narodów. Tymczasem projektujemy na tamtą epokę pojęcie narodu, które powstawało od końca XVIII wieku i przez wiek XIX.

Każdy naród ma swoje korzenie, skądś się wywodzi...

Tak, ale tzw. naród szlachecki był zupełnie czym innym – uprzywilejowaną kastą społeczną, do której należało się z urodzenia. Oprócz tego było mnóstwo rozmaitych grup etnicznych, które czasem się jakoś identyfikowały, a czasem po prostu mówiły, że są „tutejszymi” i mówią „tutejszym” językiem. Takich ludzi było pełno jeszcze w II Rzeczypospolitej. Więc nie, nie zawsze byliśmy narodem, zostaliśmy nim, jak wszyscy. Czy byliśmy dumni? Rozmaicie. Odnosi się Pan tu do narracji o tej klasie decydującej, szlacheckiej, która faktycznie o dumie i odwadze bojowej dużo lubiła rozprawiać, choć jak poskrobać, to różnie z tym bywało. Szlachta chowała dumę do kieszeni i sprzedawała głosy magnatom, świniała się za ruble ambasadora Ingelströma, a kiedy przyszło co do czego, to przeszła po Rejtanie leżącym w progu sali sejmowej. A mieszczaństwo? A chłopstwo, z którego przecież w większości dziś się wywodzimy? Gdzie tam była duma? To była grupa sprowadzona bez mała do zwierząt pociągowych, która próbowała przeżyć za wszelką cenę, bo taki jest nasz ludzki instynkt.

Abstrahując od tego, historia nas nie oszczędzała...

No właśnie, byliśmy szczególnie doświadczeni przez los i historię? Często, niestety, doświadczaliśmy innych, a nasza historia, jak każda, jest również pasmem podbojów i wyrządzania krzywd. Powstania kozackie, rabacja, tumulty nie brały się znikąd. Jeszcze przed samą II Wojną Światową państwo polskie wycelowało we własnych obywateli akcje gett ławkowych i burzenia cerkwi. Staramy się o tym nie pamiętać, tylko puszymy się nazwami ostrożnie wybranych pól bitewnych i tą „Polską od morza do morza”. Co zresztą też jest mitem, bo do tego Morza Czarnego nigdy Polska tak naprawdę nie sięgała: krótko mieliśmy Mołdawię jako lenno oraz spieraliśmy się z Turcją o tak zwane Dzikie Pola, ale to tak naprawdę były ziemie Wielkiego Księstwa Litewskiego, przyłączone przez sejm do Korony, żeby wymóc na magnatach litewskich zgodę na unię lubelską (porozumienie pomiędzy stanami Korony Królestwa Polskiego i Wielkiego Księstwa Litewskiego zawarte 1 lipca 1569, w wyniku którego powstało państwo znane w historiografii jako Rzeczpospolita Obojga Narodów – przyp. red.).

XIX i XX wiek służył jednak dość obficie polską krwią.

Owszem, w XX wieku dwa totalitaryzmy wymordowały nam znaczną część ludności – przy czym, jeśli mówimy o narodzie w sensie takim, jak w konstytucji, czyli o ogóle obywateli, to większą; a jeśli w sensie etnicznym, to mniejszą – i wpędziły nas w straszną niewolę. To nasza realna trauma. Ale są narody, które wówczas ucierpiały bardziej. I jeszcze XIX wiek – brak niepodległości i powstania, dociskanie śruby. Tyle, że to dociskanie śruby było w znacznej części, niestety wynikiem naszych działań: nieprzemyślanych i straceńczych powstań. A przecież większość historii I Rzeczypospolitej to istnienie pod berłem obcych dynastii: Andegawenów, Jagiellonów, Wazów, Sasów. Żeby było jasne: jestem zwolennikiem niepodległości, uważam co do zasady, że społeczeństwa powinny być wolne i walczyć z tyranami, ale nie znaczy to, że zawsze najlepszym sposobem takiej walki jest zbrojny konflikt i polska historia XIX wieku pokazuje to, niestety, dobitnie.

Wróćmy do Polski współczesnej, tej opisanej w książce „Ale z naszymi umarłymi”. Co Pana najbardziej irytuje, boli w polskim dyskursie publicznym?

Irytowało mnie wcześniej, od pewnego czasu jestem raczej załamany – poziomem agresji, furii, przyzwoleniem na przemoc werbalną. I kompletnym praktycznie brakiem odpowiedzialności za słowa, wszystkimi tymi pseudo przeprosinami w rodzaju „jeżeli ktoś się poczuł urażony”, i tak dalej. Po takich „przeprosinach” będzie kolejny atak.

Słowo ma moc, a język, którym się posługujemy to broń masowego rażenia? Jest taka scena w książce – pracownik telewizji śni o tym, że pleśnieje mu język, puchnie i wychodzi mu z ust. Symbolika tej sceny jest bardzo wymowna...

Pisarze po to są, żeby wymyślać wymowne sceny. O ile mi wiadomo, nie było w znanej nam historii ludobójstwa, które nie miało podbudowy językowej. Żeby ludzie masowo mordowali ludzi, najpierw trzeba ich wyposażyć w język, a potem w maczetę.

Komentuje Pan rzeczywistość, niemniej Pana opinie trafiają w zdecydowanej większości do ludzi, którzy z Panem się zgadzają. Jak zatem rozmawiać z nasterydowanym, łysym kibolem, czy z katolickim ortodoksem w pelerynie z napisem Rycerze Chrystusa o LGBT, tolerancji, otwartości?

Hmm, zważywszy na to, co znajduję w folderze „Inne” albo na forach prawicowych portali pod materiałami o moich wypowiedziach, to trafiają chyba do wielu ludzi z tej drugiej strony. Nie bardzo wierzę w sens rozmawiania z fanatykami. To jest zasadniczo strata czasu. Natomiast czasem rozmawia się dla przekonania osób postronnych, które nie mają ustalonego zdania i są podatniejsze na refleksję, zmianę nawyków myślenia, spojrzenie z innej strony.

Czy uważa Pan, że w Polsce mamy społeczeństwo obywatelskie? Jeśli tak, to co jest jego największą wadą?

W stosunku do 1989 roku zdecydowanie. Myśmy się bardzo obywatelsko zorganizowali. NGOsy, Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, Polska Akcja Humanitarna, różnego rodzaju stowarzyszenia, zarówno lokalne, jak i ogólnopolskie. I to ze wszystkich stron, niech pan popatrzy na te kluby Gazety Polskiej, Rodziny Radia Maryja, jakichś Solidarnych 2010 i tak dalej. To też jest społeczeństwo obywatelskie i zaangażowane, nawet jeśli nie po tej stronie, którą uważam za słuszną i pożyteczną. Ale jesteśmy też społeczeństwem chwiejnym, łatwym do oszukania; nieufnym wobec siebie nawzajem, ale ufnym wobec politycznych machinacji i populizmu.

A propos Gazety Polskiej. Co Pan poczuł, gdy gazeta ta zapowiedziała wypuszczenie naklejek „Strefa Wolna od LGBT”?

Nic szczególnego, bo to jest po prostu element większej całości. Nasz kraj się faszyzuje, faszyzował się tak już raz, w latach trzydziestych. Widać coś nas musi do takiej ideologii ciągnąć, coś musi w niej współgrać z naszym społecznym charakterem, skoro tak łatwo i ochnie nam to idzie. Smutne to, ale jakoś specjalnie mnie nie zaskakuje. I pokazuje, że nasze ludowe porzekadło „mądry Polak po szkodzi” się nie sprawdza – nic nas nie nauczyła druga wojna i krematoria. Inna rzecz, że Kochanowski już dawno ostrzegał: Nową przypowieść Polak sobie kupi, że i przed szkodą, i po szkodzi głupi.

JACEK DEHNEL – poeta, prozaik, tłumacz z języka angielskiego, zajmuje się również malarstwem i rysunkiem. Urodził się 1 maja 1980 w Gdańsku. Absolwent polonistyki na Uniwersytecie Warszawskim. Laureat licznych konkursów poetyckich. Autor książek poetyckich, powieści i opowiadań. Za swoje publikacje, w tym za powieści „Balzakiana” i „Krivoklat” oraz tom poetycki „Ekran kontrolowany”, był aż pięciokrotnie nominowany do Nagrody Literackiej Nike. W 2015 roku odznaczony Brązowym Medalem „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”, nosi również tytuły Honorowego Ambasadora Polszczyzny i Młodego Ambasadora Polszczyzny, nadane mu przez Radę Języka Polskiego.



Ma Pan wehikuł czasu – do jakich czasów, do jakiej rzeczywistości chciałby się Pan przenieść i dlaczego?

Mimo wszystko jestem miłośnikiem czasów, w których żyjemy. Chętniej bym przeniósł część ludzkości, choćby i samego siebie z bliskimi, na jakąś zapasową Ziemię, na której mielibyśmy szansę przeżyć.

Pana mąż, Piotr Tarczyński powiedział w jednym wywiadzie, że Polska to nie jest kraj, w którym chciałby mieć dziecko, i to nie jest epoka, w której chciałby kogoś przywoływać na świat. Myśli Pan, że to ma szansę się zmienić? W jakiej perspektywie czasowej i co musiałyby się wydarzyć, żeby było inaczej?

Zważywszy, w jakim tempie niszczymy, przeludniamy i przegrzewamy świat – nie sądzę, że w ogóle mamy taką perspektywę. Może w latach 70. czy 80. jeszcze dało się to uratować, ale już nie teraz. Moi dziadkowie rodziła się, kiedy ludzkość nie osiągnęła jeszcze dwóch miliardów. Ja nie mam jeszcze czterdziestki, a już jest nas ok. cztery razy więcej niż wówczas. Tu chyba nie będzie ocalenia.

Jak się żyje Panu i Pana mężowi w dzisiejszej Polsce? Czujecie się bezpiecznie?

Nie, czemu? Tak mógłby powiedzieć tylko człowiek pozbawiony wyobraźni albo rozumienia rzeczywistości. Jasne, czuję się bezpieczniejsz niż w Rosji, gdzie panuje autorytarny homofobiczny reżim albo w Brazylii, gdzie jest wysoka przestępczość, również wymierzona w społeczność LGBT, ale to nie znaczy, że czuję się bezpiecznie. I nie chodzi tylko o kwestię orientacji i tej wielkiej kampanii wymierzonej w naszą mniejszość przez partię i kościół, ale jeśli okazuje się, że wiceminister sprawiedliwości osobiście koordynował trollerskie ataki na obywateli własnego państwa, którzy występowali w obronie konstytucyjnych wolności, to trudno mieć jakiekolwiek zaufanie do struktur państwowych. Żyję w kraju, w którym rząd wypowiedział wojnę obywatelom, a raczej jej części, bo druga, i to większa część najwyraźniej tę wojnę i ten rząd popiera.

Jak zmieniał się komfort Pana życia na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat? Pytam, bo życie homoseksualisty w Polsce, wyautowanego czy skrytego, nie jest dzisiaj łatwe.

Wie Pan, jeśli nie liczyć jednego drobnego zakazu dyskryminacji w narzuconym przez UE nowym prawie pracy, to prawnie w Polsce nic się pod tym względem nie zmieniło od upadku PRL-u, a to było trzydzieści lat temu. Odczuwam pewne zmiany obyczajowe, społeczne, ale one idą w obie strony – i rosnącej tolerancji, akceptacji, i rosnącej agresji i wezwania do wykluczenia i prześladowania. Nie wiem jeszcze, w którą to stronę ostatecznie przeważą.

Zastanawiam się jak wygląda Wasza proza życia? Czy chodzicie po ulicach za rękę, objęci? Okazujecie sobie czułości w miejscach publicznych? Czy raczej nie chcecie kusić losu?

Ale co znaczy „losu”? Kuszenie losu, to jak ktoś gra w rosyjską ruletkę albo obstawia cały majątek w kasynie na jakiś numer. Pan mówi o narażaniu się na agresję werbalną i fizyczną współobywateli, to co innego. I tak, na ogół staramy się nie narażać – bo okazywanie sobie czułości publicznie, choć jest rzeczą najzwyczajszą i najbardziej ludzką, oznacza w przypadku pary jedнопłciowej w Polsce, że trzeba się spodziewać ataku i mieć oczy dookoła głowy. A to jest po prostu męczące, ten wydatek

energetyczny się nie zwraca.

Jak Pana zdaniem zmieniają się modele związków i w jakim kierunku to się będzie rozwijać? W Polsce i w krajach bardziej światopoglądowo otwartych i rozwiniętych od Polski?

Ludzie żyją dłużej, w Europie ostatnie dwa stulecia wybiły trochę zębów religii, więc mamy powszechne rozwody i po pierwszym ważnym związku często następuje drugi i trzeci, choć nie było żadnego pogrzebu. Dawni małżonkowie żyją dalej, mają jakieś nowe związki, potomstwo, dzieciaki mają przyrodnie rodzeństwo, obfitość dziadków, rodziny patchworkowe. W dodatku antykoncepcja z jednej strony, a badania genetyczne z drugiej sprawiły, że stosunek do seksu się zmienił: można go było bezpiecznie oddzielić od prokreacji, a zarazem mężczyzna może być pewien, że dziecko, które wychowuje, jest jego. Dla mnie to akurat średnio istotne, ale dla wielu mężczyzn chyba tak. Do tego dochodzi coraz powszechniejsze legalizowanie związków jedнопłciowych – w Niemczech to już jedno na czternaście zawartych małżeństw. W Polsce liczbę par jedнопłciowych, wychowujących dzieci, szacuje się na pięćdziesiąt tysięcy. Zmieniamy się, ale też formy małżeństwa zawsze się zmieniały w zależności od czasu i miejsca – to, że historycznie był jakiś jeden uświęcony przedwieczną tradycją wzorzec rodziny czy związku, jest kompletną fikcją.

Jedną z najbardziej kontrowersyjnych rzeczy jest tzw. karta LGBT. Czy mógłby Pan rozwiać najważniejsze mity dotyczące tej kwestii?

Nie widzę w tym nic kontrowersyjnego. To zestaw rozwiązań dość oczywistych w większości krajów Unii Europejskiej. PiS sobie do tego wymyślił jakąś idiotyczną narrację o przymusowym uczeniu dzieci masturbacji w przedszkolach, ale to kompletne zmyślenie. Karta LGBT+, jeśli chodzi o edukację, mówi o zajęciach z wychowania seksualnego zgodnymi z podstawą programową – co oznacza, że są to zajęcia dobrowolne, a nie obowiązkowe i zaczynają się w klasie czwartej. Podstawą mają być standardy WHO – i tam, faktycznie, napisane jest, że dzieci w wieku od 0 do 4 lat czasem się masturbują i rodzice oraz opiekunowie powinni umieć na to reagować zgodnie z potrzebami dziecka. Czyli na przykład nie wpadać w panikę, tylko powiedzieć, że nie wypada się dotykać w towarzystwie innych przedszkolaków. Nie wiem, za jakich debili trzeba mieć Polaków, żeby wmawiać im, że Światowa Organizacja Zdrowia chce uczyć masturbacji. Ale pewnie, sądząc po sukcesie propagandy, znów nas przeceniłem.

I na koniec zapytam, jakie ma Pan marzenia, w sferze osobistej, prywatnej jak i te dotyczące Polski i Polaków?

Moje marzenia są banalne: nie chcę cierpienia i przedwczesnej śmierci dla bliskich i siebie. Mam nadzieję, że może uda się ocalić naszą planetę, choć z miesiąca na miesiąc jest to nadzieja coraz słabsza. Pocięszam się tym, że jeśli prędko dojdzie do najgorszego, to nie mam dzieci i nie będę musiał patrzeć na ich śmierć. A co do Polski i Polaków – że może opowiem się jednak po stronie demokracji liberalnej i Zachodu, a nie autorytaryzmu i Wschodu, ale tu również nie spodziewam się spełnienia marzeń.

rozmawiał: Kuba Jakubowski / foto: Karol Kacperski



Jakub Jakubowski – dziennikarz, w latach 2009-2019 twórca i redaktor naczelny miesięcznika "Prestiż - magazyn trójmiejski", uznanego przez magazyn "Press" za najlepsze regionalne czasopismo w Polsce. Pracował również dla Radia Gdańsk, portalu trójmiasto.pl, był redaktorem naczelnym magazynu "Wiecznie Młodzi", publikował w "Dzienniku Bałtyckim", "Przeglądzie Sportowym", "Playboyu" i wielu innych. Zajmuje się także produkcją telewizyjną i filmową. Przez 12 lat wykładał dziennikarstwo prasowe i dziennikarstwo telewizyjne w Wyższej Szkole Komunikacji Społecznej. Fan zaangażowanego dziennikarstwa, dobrego reportażu i ciekawego wywiadu. Miłośnik żeglarsstwa, roweru, muzyki, po godzinach DJ w legendarnym klubie Spatif w Sopocie.

A portrait of a woman with long, wavy brown hair and blue eyes, smiling gently. She is wearing a light-colored trench coat over a silver sequined top and a grey skirt. The background is a soft, out-of-focus grey.

Agnieszka Wilczyńska

Jazz

ma we krwi

Wojciech Młynarski powiedział kiedyś o niej: „Świetnie śpiewa, ale nie ma mocnych łokci”. Z przyjemnością pisał dla niej piosenki, a ona pomimo kolejnych sukcesów nadal trzymała łokcie przy sobie. Nie trzeba być na siłę przebojowym by należeć go grona wybitnych artystów, bo do takich zalicza się Agnieszka Wilczyńska, jeden z najlepszych głosów na jazzowej scenie.

Jesienią ukaze się jej nowa płyta wspólnie nagrana z Andrzejem Jagodzińskim, znakomitym kompozytorem, pianistą i aranżerem. Album nosi tytuł „Wilcze jagody”. – Na płycie znajduje się jedenaście piosenek, specjalnie napisanych dla mnie m.in. przez cudownego Stanisława Tyma, Andrzeja Poniedziałkiego i Jana Wołkę z muzyką Andrzeja – mówi Agnieszka Wilczyńska. – To literackie, mocno liryczne historie traktujące głównie o miłości.

Szczęście do ludzi Wilczyńska miała zawsze, przyciągała i przyciąga najlepszych w tej branży. Szczególne miejsce zajmuje Młynarski, z którym przyjaźń artystka uważa za bardzo ważną. – To on mnie namówił bym w końcu nagrała solową płytę – wspomina. – Po jednym z koncertów promujących płytę „Pogadaj ze mną” przyszedł do mojej garderoby. Spodobała mu się moja interpretacja „Szafy” Krzysztofa Komedy, do której napisał tekst. Zapytał mnie dlaczego jeszcze nie mam solowej płyty. A ja, jak to ja: że czasu nie było, że nie mam tekstów, muzyki... poszło też o te łokcie. Na to Młynarski, że mi napisze teksty. Po dwóch tygodniach dzwoni i mówi: „Wpadnij do mnie Agniecha (tak się do mnie zwracał), napisałem ci już cztery teksty”. Napisał ich w sumie kilkanaście, a na płycie znalazło się jedenaście.

Z tego spotkania powstała płyta „Tutaj mieszkam”, za którą Agnieszka Wilczyńska otrzymała Fryderyka... w kategorii „najlepszy debiut”. – To było bardzo ciekawe doświadczenie – śmieje się wokalistka. – Otrzymałam tę nagrodę za debiut, choć na scenie występowałam już sporo czasu. Ale faktycznie to moja pierwsza solowa płyta. Statuetkę zadedykowała Młynarskiemu. – Tęsknie za nim czasem, brakuje go – wyznaje. – Mam ogromne szczęście, że jazz postawił na mojej drodze takich ludzi jak on, jak Andrzej Jagodziński czy Stanisław Tym. Jestem wdzięczna.

Wdzięczna jest także Szczecinowi, tytuł albumu „Tutaj mieszkam” odnosi się do miasta, z którego pochodzi. – Jestem ambasadorką Szczecina, tu się urodziłam, tutaj się uczyłam, mam rodzinę, znajomych. Zawsze chętnie wracam do Szczecina – wymienia uśmiechając się.

Gdyby nie jazz, to prawdopodobnie muzyka klasyczna. Agnieszka Wilczyńska zastanawia się, czy inny gatunek muzyki pasowałby do niej: – Jazz to emocjonalna muzyka, pełna pasji, interakcji między muzykami. To wolność, przestrzeń. Każdy koncert jest niepowtarzalny, czasem nie wiesz, co się wydarzy. Odpowiada mi to. Dobrze się z tym czuje. To też wyjaśnia fenomen tego gatunku, który trwa niezmiennie od lat.





Zaczęliśmy od łokci i na nich kończymy. – To niesamowite jak doświadczenie zmienia człowieka – zastanawia się artystka. – Na początku kariery byłam raczej nieśmiałą osobą, samo udzielanie wywiadów było dla mnie sztuką. Ciągłe się zastanawiałam, czy dobrze odpowiadam na pytania, czy mam coś ciekawego do powiedzenia. Przez to chyba też nigdy nie pchałam się naprzód. Dlatego tak późno zadebiutowałam z płytą. Teraz, kiedy jestem już na scenie całe lata czuję się pewniej. Pomimo braku mocnych łokci robię to, co kocham.

autor: Aneta Dolega / foto: Weronika Kosińska



K L I N I K A MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

LEK. MED. ANNA KĘPKA

- 💎 TOKSYNA BOTULINOWA
- 💎 WYPEŁNIANIE KWASEM HIALURONOWYM
- 💎 MEZOTERAPIA IGŁOWA I LIPOLIZA INIEKCYJNA
- 💎 OSOCZE BOGATOPŁYTKOWE
- 💎 NICI PDO
- 💎 PEELINGI CHEMICZNE
- 💎 LASEROTERAPIA
- 💎 POZOSTAŁE ZABIEGI

Szczecin, ul. Rydla 71

tel. +48 694 071 861

 /gabinet.anna.kepka

www.annakepka.pl



Wstań i tańcz!

Paweł Świtalski jest zawodowym tancerzem tańca klasy „S”, dwukrotnym Mistrzem Włoch, wielokrotnym laureatem Mistrzostw Polski, finalistą najważniejszego turnieju tańca na świecie Blackpool Dance Festival RS. Przez siedem lat pracował z najlepszymi na świecie – w prestiżowej szkole tańca w Hongkongu. Doświadczenie i wiedzę, jaką tam zdobył postanowił wykorzystać po powrocie do Szczecina. Dance Up!, to projekt, który łączy taniec towarzyski z nauką języka angielskiego, zasad savoir vivre'u i zdrowego trybu życia, a skierowany jest do dzieci.



Z takim doświadczeniem mógłby Pan pracować z każdym, a wybrał Pan najmłodszych...

Uwielbiam pracować z ludźmi, a szczególnie z najmłodszymi. Nauka dzieci to radość dzielenia się całą moją wiedzą pedagogiczną i umiejętnościami tanecznymi. Sam przygodę z tańcem zaczynałem jako dzieciak i miało to na mnie ogromnie pozytywny wpływ. Nie tylko nauczyłem się tańczyć, ale stało się to moim stylem życia. Zaprowadziło mnie to do miejsca, w którym obecnie się znajduje.

Dance Up! jest dość nowatorskim projektem. Na czym będzie polegał?

Oprócz zajęć tanecznych, które są głównym filarem naszych działań, dzieci będą zdobywały wiedzę także na innych płaszczyznach, ale związanych z tańcem. Po pierwsze, czymś takim jest zdrowy styl życia. Chcemy najmłodszych nauczyć dobrych nawyków żywieniowych. W tym celu na zajęciach pojawiać się będzie dietetyk. Po drugie nauka tańca z elementami języka. Postawiliśmy na angielski, który jest najpopularniejszym językiem na świecie. Po trzecie nauka savoir vivre, czyli dobrych manier. Taniec jest znakomitą platformą, która wzmocnia znajomość dobrych obyczajów co w tanecznym i nie tylko świecie, jest ważną umiejętnością. Żeby wprowadzić nasz projekt w życie potrzebujemy grupy. Casting do projektu odbędzie się 29 września w hotelu Novotel,

a jednym z jurorów będzie wielokrotna Mistrzyni Polski tańca towarzyskiego, znana z programu Taniec z Gwiazdami – Iwona Pavlović. Wystarczy by dziecko lubiło ruch i miało poczucie rytmu. My nauczymy reszty.

Projekt dla dzieci to nie jedyny pana pomysł. Mnie zaintrygowała inicjatywa Pro-Am. Co to takiego?

Amatorzy tańca towarzyskiego (w skrócie Am) ćwiczą w ramach zajęć indywidualnych z profesjonalistami (w skrócie Pro), by móc zaprezentować zdobyte umiejętności podczas pokazów i turniejów tanecznych. Mam w tym doświadczenie i jest to faktycznie inna jakość nauki tańca. Moi uczniowie mają szansę publicznie wystąpić jak zawodowi tancerze a ich partnerem w tańcu jestem ja.

I kolejny bardzo fajny i ważny pomysł to Pierwszy Taniec Express. Teraz chyba żadne wesele nie odbywa się bez pierwszego tańca, a to stresująca sytuacja.

Zdecydowanie i wiem ile to nerwów może kosztować młodą parę. My oferujemy cały pakiet, który zawiera pięć intensywnych, indywidualnych lekcji tańca, dobór muzyki odpowiedniej do pary, według jej oczekiwań i na koniec próbę generalną w miejscu wesela.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Marcin Meier-Wiśniewski



**CASTING
DO GRUPY TANECZNEJ**

Czy Twoje dziecko uwielbia ruch? Nie boi się wyzwań? Ma dużo energii i poczucie rytmu? Jeśli tak, to już nie możemy doczekać się spotkania! Casting do innowacyjnej grupy tanecznej w Szczecinie już 29 września w Hotelu Novotel przy ul. 3 Maja 31. Jurorem będzie m.in. znana z programu Dancing with the stars- Taniec z gwiazdami Iwona Pavlović. Udział w castingu jest bezpłatny!

Skontaktuj się z nami:
danceup.casting@gmail.com
lub pod nr telefonu **515824805**
www.danceup.szczecin.pl

Partnerem castingu jest hotel Novotel




LAWENDOWE
—WZGÓRZE—



SZCZECIN • ul. Policka 34



VILLA
Botanica
...



SZCZECIN • ul. Bułgarska 8

 **TOMASZEWICZ**
DEVELOPMENT Sp. z o.o.

Szczegółowe informacje tel: 507 155 418
www.tomaszewicz.pl



Moda, która kocha kobiety

KMX potrafi w swoich projektach zachować proporcje między kobiecością, elegancją i nowoczesnością. Proste kroje, bardzo dobrej jakości materiały i przyjemność w noszeniu ubrań sygnowanych tymi trzema literami. Najnowsza kolekcja na jesień i zimę tego roku jest subtelna, elegancka i zainspirowana latami 70., które w temacie mody bardzo kochały kobiety. Dominują lekkie, odrobinę zmysłowe sukienki w jesiennych barwach, do których idealnie pasują seksowne złote kozaki.

ad

zdjęcia, stylizacje i produkcja: Joanna Jaroszek / modelka: Aleksandra Kędrzyńska / makijaż: Agnieszka Ogrodniczak / włosy: Katarzyna Klim





5 Plus Salony oświetlenia i mebli
ul. Jagiellońska 5 | 70-435 Szczecin | tel: 516 133 009 | tel: 513 103 062
info@5plus.com.pl



Z głowy do kości

Projekty ubrań inspirowane Japonią, asymetryczne kroje, minimalizm i proste barwy. Kamil Winnicki fotografuje modę, która łamie schematy.

Na co dzień student fotografii na szczecińskiej Akademii Sztuki, ma na koncie publikacje m.in. w Picton Magazine, w Lyun Issue i internetowym wydaniu włoskiego magazynu Vogue. – Fotografia jest pewnego rodzaju terapią, która daje mi możliwość leczenia siebie i innych... To coś, co czuję do samych kości – mówi Kamil. – Moja sztuka rodzi się w

głowie, a potem przelewam ją na papier i na fotografii. Moją inspiracją jest muzyka, sztuka, cały świat, a przede wszystkim ludzie. To od nich czerpię największą inspirację. Zachowanie, gesty, historia, osobowość, to właśnie te aspekty dają moim fotografiom wyjątkowość.

ad

foto: Kamil Winnicki / make up: Natalia Kostov / projekty ubrań: Amanda Kępińska / modelka: Klaudia Lanser

ROZNERSKI

DERESZOWSKA

DWOJE NA HUŚTAWCE

Dwoje na huśtawce
7 października 2019 | Teatr Współczesny w Szczecinie



MARCIN KWAŚNY



DARIUSZ KORDEK



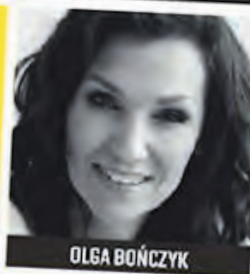
ANDRZEJ MŁYNARZYK



ARTUR PONTEK



DARIUSZ TARASZKIEWICZ



OLGA BOŃCZYK



JOANNA TRZPIECIŃSKA



DOMINIKA OSTAŁOWSKA

KOMEDIA
MAŁŻEŃSKA,
KTÓRĄ POWINNI
ZOBACZYĆ
WSZYSCY, KTÓRZY
SĄ, BYLI LUB
PLANUJĄ BYĆ
W ZWIĄZKU.

DANIEL GLATTAUER

PRZEKŁAD: MAREK SZALSA

Cudowna Terapia

12 października 2019 | Teatr Lalek Pleciuga w Szczecinie

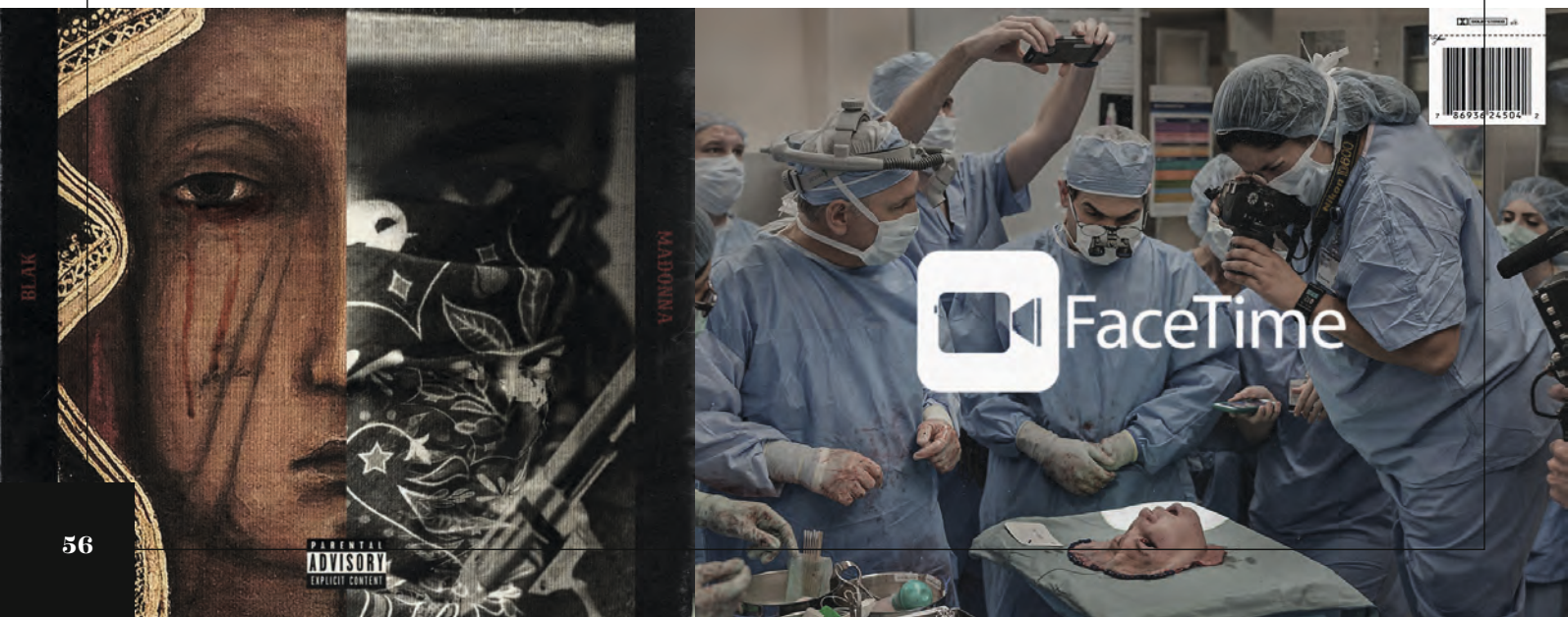
 /impresariatteatralny

BILETY DO NABYCIA NA WWW.IMPRESARIAT.BILETY.FM



GRAFIKA DAJE WOLNOŚĆ

Okładkę płyty dla Snoop Dogga zaprojektował w... 25 minut. Jego twórczością zachwyciła się też inna gwiazda amerykańskiego rapu – The Game. Wśród jego klientów są tacy artyści hip hopowi jak Freddie Gibbs, Action Bronson, Wiz Khalifa, Taco Hemingway. Szejku, czyli Tomasz Mielec pochodzi z Goleniowa i stoi za wieloma projektami graficznymi dla artystów, głównie amerykańskich, hip hopowych. Niedawno można było obejrzeć jego prace w Szczecinie.





Jak wyglądało Twoje pierwsze zlecenie?

Nie pamiętam pierwszego zlecenia, zaczynałem chyba od robienia logów lokalnym klubom sportowym itd. Stricte rapowo „COZAMIXTAPE” Kubana był jednym z pierwszych projektów, które zapadły mi w pamięć, lecz chyba pierwszą oficjalną fizyczną okładką był „Hot Tape” dla rapera Braddu. Duży potencjał, szkoda że zmarł.

Jesteś autorem okładek płyt, grafik dla wielu znanych artystów hip hopowych głównie z USA. Zarówno tych z głównego nurtu jak i bardziej niszowych. Lista jest imponująca. Z kim Ci się przyjemnie współpracowało, a kogo nie wspominasz dobrze?

Artysta niszowy to pojęcie względne, mainstream często czerpie garściami z niszy, a sama kwestia popularności nigdy mnie nie interesowała. Liczy się dla mnie styl i możliwość budowania czegoś z niczego. Dużo więcej przyjemności sprawia mi pracowanie z „mało znanymi” utalentowanymi muzykami ze świeżym podejściem, niż z tymi „o których mówi cały świat”. Na mojej playliście chyba przeważają Ci „niszowi”, więc nie traktuję ich w takiej kategorii. Każdy człowiek ma swój mainstream (śmiech). Nie cierpię Eminema. Jest dla mnie uosobieniem tego czego nie lubię w rapie, matematyczne podejście do muzyki, brak feelingu. Kłapie tą jadaczką jak opętany, nie da się tego słuchać. Ostatnio zapytany przez Alchemista (producent, DJ tourowy Eminema – przyp. red.) czy nie chciałbym zrobić okładki dla jakiegos gościa od Eminema – stanowczo odmówiłem.

Z kim lubisz pracować w Polsce?

Mało co mi się obecnie podoba na rodzimym rynku, stąd też nie ciągnie mnie do współpracy. Może wymienię kogo lubię. Ekipa UNDA z Gdyni (pozdrówki ziomale!), Belmondo, ATZ czy świętej pamięci Leh. Trójmiasto jest według mnie najmocniejsze na rodzimej scenie. Lubię też Pro8l3m, Taco, Palucha i Schaftera. Sokół, Pikers i Otschodzi mają czasem przebłytki. Bardzo ciekawi mnie jaką drogę obierze teraz Kuban. LITOST – projekt Olszaka i Guacamole to super pozycja, którą ostatnio ostro katowałem.

Spotykasz czasem swoich klientów?

Tak, czasem też jeżdżę za granicę na koncertowe zaproszenie raperów jak np. Freddie Gibbs w Berlinie, czy A\$AP Ant w Amsterdamie. W Polsce też zdarzyło się być na koncercie ludzi, z którymi współpracowałem. Ale szczerze to jestem typem, który nie lubi tłoku i imprezy masowej, czy koncerty nie sprawiają mi przyjemności. Wolę sobie posiedzieć z kumplami w parku i posłuchać jakiś rap z głośnika do piwka. Ewentualnie pójść na rower i posłuchać sobie solidnych albumów od deski do deski na słuchawkach.

Jak to jest z pomysłami na projekt okładki płyty. Czy klienci dla których projektujesz ingerują w Twoje pomysły?

Pracuję tylko z ludźmi, których muzykę lubię. Obecnie zajmuję się tylko dyрекcją artystyczną, więc decyduję co będzie na okładce. Wiadomo, że na początku tak nie było, ale po to robię to tyle lat, żeby w końcu śmiało móc tak działać. Klienci zaczęli wierzyć, że tak jest lepiej. O to mi chodziło i do tego uparcie dążyłem.

Okładki płyt to nie wszystko czym się zajmujesz. Przeglądając Twoje portfolio trafiłam na świetną serię „#2Flips”, w której zestawiasz znane logosy z fotografiami i ilustracjami prezentującymi zjawiska społeczne, różne wydarzenia ze świata polityki i popkultury. Wychodzi z tego zupełnie nowa jakość. Nagle hasła znanych producentów zaczynają oznaczać coś innego. Jest to i zabawne i wstrząsające.

Myślę bardzo abstrakcyjnie, często przeinaczam znaczenie słów bądź zdań w rozmowach ze znajomymi. Mam tak od kiedy pamiętam, lubię nieszablone podejście do różnych spraw. Seria jest zarówno refleksją nad codziennością, jak i próbą spojrzenia na otaczającą nas rzeczywistość z nieco innej, głębszej perspektywy. Nie wszystko musi być oczywiste. Czasem warto po prostu spojrzeć na coś z innej strony. Znałe logówki przez to, że często są elementem reklam przyciągają uwagę odbiorcy, stąd też może i ta seria przyciągnie uwagę i zmusi do przemyślenia pewnych spraw, a nie tylko ogłupiania i wciskania określonego produktu. Moim produktem jest informacja. Kody kreskowe dodane są właśnie przez fakt, że chciałem aby to wyglądało jakby odbiorca przeglądał tył jakiejś gazety, czy opakowania.

Im jestem starszy tym więcej rzeczy mnie drażni, zachwyt przychodzi znacznie rzadziej. Jeśli już mam się czymś zachwycać to chyba ludźmi, którzy przełamują jakieś bariery. No i lubię przyrodę.

Druga seria Twoich prac, która mnie zaskoczyła to „Forgotten Faces”, której bohaterkami są wspaniałe i piękne polskie aktorki oraz piosenkarki – ikony lat 60. 70. takie jak Barbara Kwiatkowska czy Wioletta Villas.

Są to zapomniane polskie ikony piękna, kobiety z ciekawymi życiorysami i dość charakterystycznymi końcówkami życia. Tę serię uważam za kompletną.

Co Ciebie inspiruje? W Twoim portfolio umieściłeś kilka postaci ze świata sztuki, na które się powołujesz. Ciekawy zestaw, m.in. Andy Warhol, Keith Haring, George Condo, Jean Dubuffet i Kanye West.

Inspirują mnie głównie moje doświadczenia życiowe i to co mnie otacza, jak to się mówi człowiek jest produktem swojego otoczenia, a ja chcę w swoich rzeczach wyrażać siebie. Wszystko jest wypadkową moich obserwacji i subiektywnych doznań. Co do tych artystów, bardzo lubię „brud” Basquiata i fakt, że w swoich obrazach zawsze ukazywał określony moment i przemyślenia, które jak ja to odbieram przychodziły mu w czasie tworzenia i były bardzo spontaniczne. Według mnie jest to najlepszy rodzaj uprawiania sztuki, nadawanie nieplanowanemu momentowi nieskończoności. Haring mnie już trochę nudzi, ale kiedyś bardzo podobały mi się jego doodle. Kanye West to muzyczny wizjoner, szczególnie od strony produkcyjnej. W świecie mody też zrobił znacznie więcej, niż się komuś może wydawać. Szanuję go za brak „filtra” i bycie wiernym swoim przekonaniom choćby nie wiem co. Warhola szanuję za rozprowadzanie Basquiata, jeśli chodzi o jego sztukę to jest ok, ale bez rewelacji. Jego kolaboracje z różnymi markami może w jakimś małym podświadomym stopniu zainspirowały mnie do stworzenia serii logoflipów. Condo zainspirował mnie do robienia psychodelicznych kolaży, bardzo lubię jego sztukę. Ciekawostką jest fakt, że Kanye i Condo działali już razem. W Robercie Rauschenbergu lubię właśnie ten „brud”, który wymieniłem u Basquiata. Kolaże połączone z elementami malowanymi to super rozwiązanie. Dubuffet i Yayoi Kusama to mistrzowie patternów (od red. – wzorów).

Jak wygląda Twój warsztat pracy? Jesteś wolnym strzelcem czy masz agenta?

Nie mam agenta, działam sam. Mam już trochę wyrobioną markę, więc zazwyczaj dostaję maila bądź telefon, dogaduję szczegóły i działam. Wszystko co robię jest wypadkową mojej życiowej drogi, więc czuję się jak ryba w wodzie.

Pochodzisz z Goleniowa, nadal tu mieszkasz? Jesteś samoukiem czy kształciłeś się w artystycznym kierunku? Dorastanie miało wpływ na to czym obecnie się zajmujesz?

Mam 27 lat, dalej mieszkam w Goleniowie. Skończyłem Technikum Drzewne, później chwilę studiowałem na mało znaczącym kierunku w Szczecinie, lecz dałem sobie spokój. Jestem graficznym samoukiem i summa summarum robię to, co zawsze chciałem robić. Dorastanie w latach 90. w dużym stopniu ukształtowało mnie jako osobę, którą jestem dziś. Gdy miałem 7 lat, to już śmigaliśmy na desce, bawiliśmy się na murach i słuchałem przegrywanych rapowych kaset od starszych kumpli. Bycie w pewnym stopniu outsiderem zawsze mi się podobało. A kultura hip hop, koszykówka uliczna, deskorolka to było od zawsze to, co lubiłem robić. Dalej interesuję się koszem, czasem pojeżdżę na desce. Jestem dużo starszy, ale chyba wciąż ten sam dzieciak gdzieś we mnie drzemie. Czasem brakuje tej wolności, którą czułem wtedy. No ale taka kolej rzeczy. Na szczęście grafika daje mi wolność.

Najbliższe plany?

Żyję chwilą, nie planuję.

rozmawiała: Aneta Dolega / projekty: Tomasz Mielec artbysnk.com



Straciłem ząb – i co dalej?

Utrata zęba to sytuacja stresująca, która może się nam przytrafić każdemu. Co więcej, to nie tylko problem estetyczny, ale też zdrowotny.

Do utraty zęba może dojść na skutek rozległego zniszczenia jego twardych tkanek przez próchnicę, z powodu chorób przyzębia (popularnie zwanych parodontozą) lub choćby w wyniku wypadku komunikacyjnego czy podczas uprawiania sportu.

Braki zębowe, nawet te pojedyncze, należy uzupełnić jak najszybciej od momentu utraty zęba. Pomoże to zapobiec niekorzystnym następstwom zdrowotnym. Zęby sąsiadujące z odcinkiem bezzębnym przechylają się, obracają, a także „wydłużają” na skutek braku kontaktu z zębem przeciwnym. Skutkiem braków w uzębieniu mogą być także zmiany w stawach skroniowo-żuchwowych, prowadzące do ich dysfunkcji, takich jak: trzaski, przeskakiwania głów żuchwy, ból mięśni twarzy, a nawet ból głowy. Zazwyczaj przyczyną ostatniego z wymienionych szukamy zupełnie gdzie indziej, a tymczasem to właśnie zaburzenia w ustawieniu zębów mogą być źródłem naszego złego samopoczucia. Oczywiście, bardzo ważny jest również problem natury estetycznej.

Na szczęście mamy obecnie szeroki wachlarz sposobów radzenia sobie z tą kłopotliwą sytuacją. Współczesna stomatologia daje nam wiele możliwości odbudowy brakujących zębów, od najprostszych w postaci mini protezy, do zaawansowanych technologicznie – implantów zębowych.

Stomatologia Medicus

Lekarze specjaliści stomatolodzy przyjmują codziennie w godzinach: 8.30-19.00, w sobotę 8.30-13.00.

Rejestracja codziennie pod nr telefonów:
91-433-99-80, 91-484-65-66, 91-484-65-67.

Szczecin Plac Zwycięstwa 1
www.medicus.szczecin.pl

Astra

GRUPA ASTRA
SZKOŁA TAŃCA



PROWADZIMY W TAŃCU
DOŁĄCZ DO NAJLEPSZYCH!

 AstraSzkolaTanca

www.astra.szczecin.pl



GREENBOX EUROPE



**Robimy filmy, w których nie budżet a ludzie
i stojące za nimi pomysły są priorytetem.**

www.greenboxeurope.eu
contact@greenboxeurope.eu



Prezentacja



Miguel Gaudencio: Kobiety zawsze mnie inspirowały

Przyjechał na chwilę, został na dłużej i tak minęło 16 lat. Z pochodzenia Portugalczyk, z wyboru szczecinianin. Miasto przyciągnęło jak magnes jego południową duszę. Miguel Gaudencio portretuje w nim kobiety, bo, jak twierdzi, są dużo ciekawsze od mężczyzn. W jego najnowszym dokumencie „Offside” kobiety grają oczywiście pierwsze skrzypce, a dosłownie grają w futbol. Jest to jednak obraz inny od wszystkich, jakie do tej pory nakręcił i wyprodukował. Najbardziej intymny i osobisty.

Kto choć trochę zna jego twórczość, ten wie, że to właśnie kobiety są w centrum jego zainteresowania. Połączenie ich z futbolem było nie tyle zaskakujące, co odświeżające. Mocno zdziwi się jednak ten, kto sądzi, że to film o kobietach, o ich złożoności, rozterkach, marzeniach. Tym razem reżyser poszedł znacznie dalej w swojej obserwacji rzeczywistości.

„Offside” jest hołdem dla poświęcenia, pasji i „teamworkingu”, który w sporcie jakim jest piłka nożna jest elementem nieodzownym. Reżyser podąża jak cień za zawodniczkami szczecińskiego klubu ekstraklasy „Olimpia” w trakcie kilku zimowych miesięcy przygotowań do następnego sezonu.

Film pozbawiony kolorów zazwyczaj nabiera tajemniczości, przez co staje się mniej rzeczywisty. W tym jednak konkretnym wypadku zdaje się być dokładnie odwrotnie. Czarno-białe zdjęcia sprawiają, że widz w sposób naturalny wchodzi w proces treningu. Treningu mozolnego i systematycznego. Surowość obrazu potęguje surowość bohaterek, które z jednej strony są „odkobiecone”, z drugiej jednak, dzięki monochromatycznym ujęciom są monumentalne w swojej katorzniczej wręcz pracy. Ten prosty zabieg nadał intymny charakter opowieści, która z pozoru wydaje się jednostajna, zasadniczo bez głównego bohatera. Na tym chyba polega przewrotność tego obrazu, nie liczy się jednostka,

a raczej zespół i więź, która tworzy się między jakże różnymi, zarówno pod względem wieku, jak i statusu społecznego zawodniczkami. Choć nie zobaczymy tu potu i łez, to zimno, które bije z ekranu, przeszywa nas na do szpiku kości. Uczucie to potęguje mocno zarysowana postać trenerki drużyny, jej postawa oraz tembr głosu idealnie wpasowują się w klimat.

Z pewnością nie jest to kino dla każdego. Nie jest to film ani lekki, ani przyjemny. Na próżno szukać w nim zaskakujących zwrotów akcji, choć co wytrawniejszy widz bez trudu wychwyci subtelne zmiany jakie zachodzą w zawodniczkach w zależności od tego, kto je trenuje.

To jest właśnie siła i to, do czego Gaudencio dążył. Jak mówi reżyser: „Sport jak każda pasja wymaga poświęcenia i wytrwałości. Kobiety poświęcenie mają wdrukowane w DNA. Poświęcają się dzieciom, rodzinie, pasjom, robią to instynktownie, wkładając w to często całe swoje serce. Chciałem żeby w „Offside” właśnie to serce, bezwzględne oddanie dla zespołu, gry i wspólnej pasji wybrzmiało najbardziej”.

Film cieszy się sporym zainteresowaniem za oceanem, dostępny jest na platformie Amazon Prime Video oraz na iTunes. Więcej o GreenBox Europe i kolejnych projektach można znaleźć na stronie www.greenboxeurope.eu

autor: Joanna Fajfer-Ślósarek / foto: materiały GreenBox Europe



Odnalazł ponad

100

tysięcy zabytków

Marcin Dziewanowski od lat zajmuje się nadzorem archeologicznym. Nie jest to wyłącznie jego praca, ale jednocześnie największa pasja. – W ciągu trzech sezonów, w okolicach Starego Czarnowa, pozyskał pół kilograma srebra w postaci biżuterii, monet arabskich i ich naśladownictw oraz kruszca słowiańskiego – opowiada. – Na swoim koncie mam jednak znacznie cenniejsze odkrycia.

Prowadzi Pan nadzory archeologiczne. Mówi o tym, że znalazł przy tej okazji niewyobrażalną liczbę zabytków.

Jestem regionalistą i buduję od 30. lat wiedzę o swoim regionie. Odkryłem kilkaset nowych stanowisk i wydobyłem osobiście ponad sto tysięcy zabytków. Oznacza to, że moim celem nie jest realizacja kolejnej ekspedycji, ale stałe zbieranie całości informacji pozwalających zbudować pełny obraz ludzkiej kultury i systemu kulturowego, gospodarczego, zrekonstruować siatkę osadniczą. Nie pytam o kolejne stanowisko, ale o znaczenie, jakie nadawano każdemu skrawkowi terenu w kolejnych, następujących po sobie kulturach. Jeśli jest osada, to gdzie były pola, a jeśli znalazłem siekiere to gdzie ją wykonano i skąd pobrano surowiec. Patrząc na kwestie odkryć z nieco inaczej zarysowanej perspektywy, to wielkim sukcesem jest każda sytuacja, gdy ktoś kieruje do mnie pytanie o nadzór i mam możliwość udokumentowania kolejnego zabytku lub, gdy „obywatel” zgłasza mi znalezisko i mogę z grupą miłośników podjąć współpracę. Tak naprawdę, to jest chyba cel, misja i przywilej wynikający ze statusu archeologa – naukowca – regionalisty.



Które z odkryć są dla pana najcenniejsze?

Około 1989 roku w Szczecinie-Gumieńcach znalazłem jeden z najstarszych śladów kultury ludzkiej na Pomorzu Zachodnim w postaci pozostałości obozowiska kultury Federmesser sprzed około 12 tysięcy lat, ale też osadę słowiańską z VI-VII/VIII i VIII/IX-XII wieku, która była pierwowzorem późniejszej miejscowości Gumieńce.

W 1994 r. natrafiłem na relikty wielokulturowej osady i cmentarzyska. Jak się okazało mieściła się tam osada kultury rössenńskiej z czasów 4650- 4500 przed Chrystusem, pierwsza odkryta na terenie Polski.

W 1996 r. dokonałem najważniejszego odkrycia, czyli 7-hektarowej wioski pierwszych rolników i hodowców (5100-4900 przed Chrystusem) w Mierzynie. Jest to obecnie najważniejsze stanowisko w tej części Niżu Środkowoeuropejskiego dla poznania początków gospodarki wytwórczej. Walka o udokumentowanie tego stanowiska trwa: potrzebuję uzyskać zgody właścicieli gruntów na badania wyprzedzające lub zawrzeć porozumienia pozwalające przeprowadzić nadzór nad budową. W naszych realiach to bardzo trudne zadanie. Znacząco pomaga mi portal społecznościowy Facebook, na którym prowadzę cztery strony o archeologii: o konserwatorstwie, replikacjach, badaniach i regionie.

Znalazł Pan skarb na polu uprawnym w Starym Czarnowie.

Należy zauważyć, że w tym przypadku przygodę ze skarbem możemy realizować dzięki detektoryście, który zgłosił mi znalezisko siekańca srebrnego (fragment srebrnej monety – przyp. red.). W ciągu trzech sezonów pozyskaliśmy niespełna pół kilograma srebra w postaci bizuterii, monet arabskich i ich naśladownictw oraz kruszca słowiańskiego.

Monety pochodziły z mennic w Samarkandzie i Taszkencie. Zostały poddane wstępnej ocenie arabisty i numizmatyka Grzegorza Arkuszewskiego. Jak na realia świata słowiańskiego jest to zbiór o średniej wartości. Albo ktoś już znalazł w czasach historycznych skarb, który był początkowo wielki, a nam pozostawiono "drobiazgi", albo mamy do czynienia z jakimś depozytem złożonym z sumy wielu, drobnych transakcji. Najważniejsze, że wiemy gdzie został zakopany. Aby powiedzieć więcej, należy dokończyć badania. Moim zdaniem odzyskaliśmy nie więcej, niż połowę pierwotnej liczby przedmiotów. Kolejny etap prac powinien polegać na badaniach najbliższych osad, np. w promieniu 2-5 kilometrów. Wówczas będzie możliwe podjęcie próby odtworzenia sieci osadniczej, a następnie umiejscowienie skarbu w szerszym kontekście. Mam nadzieję, że ekspertyza numizmatyczna dostarczy przesłanek dla oceny kim był właściciel depozytu. Bez wątpienia największą wartość w dotychczasowej kolekcji posiada cała moneta przypisywana Bułgarom Kamskim.

Pokazuje pan na profilu również monetę z gminy Kołbaskowo. Datuje ją na końcówkę XII wieku. W jakich okolicznościach udało się ją odszukać?

Niestety nie są znane warunki odkrycia. Wyjątkowe jest nie tylko znalezisko, ale przede wszystkim fakt, że monety zostały przekazane archeologowi i mamy szansę przynajmniej podjąć studia historyczne. Wyjątkowe jest przedstawienie Matki Boskiej z Dzieciątkiem, zapewne najstarsze w regionie. Monety z metali innych niż kruszcowe w tych czasach nie były tak wartościowe i obecnie trudno zrozumieć dlaczego trafiły tak daleko na północ, poza krąg Bizancjum, najpewniej z mennicy w Konstantynopolu. Temat numizmatów bizantyjskich we wczesnej fazie kolonizacji wiejskiej na Pomorzu Zachodnim należy uznać za zupełnie nowy i zaskakujący. Monety wybito w bardzo trudnych czasach, kiedy przeprowadzono dwie krucjaty i zniszczono Konstantynopol, a w naszym regionie pojawiły się pierwsze wzmianki o miejscowościach Siadło, Karwowo (rok 1191) i Kamieniec (1203), które były dopiero zamierzone.

To, czym pan się zajmuje, nie jest chyba wyłącznie Pana pracą, ale wygląda na to, że również i pasją.

Od przedszkola mam skłonności do "kolekcjonowania". Około 7. roku życia, gdy oglądano moje znajdkę, przede wszystkim minerały i skamieniałości, ktoś zauważył zabytki archeologiczne i powiedział: "Interesujesz się archeologią". Odpowiedziałem twierdząco i tak się zaczęła przygoda z tą dziedziną. W realiach naszego regionu niestety, aby w ogóle przetrwać, należy stale zajmować się swoją branżą. W okresie intensywnego zabudowywania niegdysiejszych centrów kulturowych, każdego roku niszczone są zabytki i trzeba podejmować inicjatywy, w których pełnię funkcję inwestora badań. Cztery ważne badania dla rozprawy doktorskiej przeprowadziłem dzięki wsparciu firmy Marine Technical Services z Mierzyna.

Które rejony Szczecina są najbardziej obfite w znaleziska?

Wydaje się, że najbardziej zasobne w znaleziska są gminy Dobra i Kołbaskowo. Podczas nadzorów w mojej gminie (Kołbaskowo – przyp. red.) w zasadzie trudno uzyskać wynik negatywny – tak dużo ludzi pozostawili od momentu pojawienia się tutaj w epoce kamienia do czasów średniowiecza.

Co, po znalezieniu zabytków, się z nimi dzieje? Czy te wszystkie znaleziska oznaczają, że żyje pan w swoistym rodzaju „skarbcu”?

Zanim zabytki trafią do jednostki muzealnej wymagają oczyszczenia, udokumentowania, inwentaryzacji, opisanie, a wreszcie opracowania. W każdym okresie inaczej lepiono garnki i nawet na podstawie okrucich można wydzielić okazy powstałe w odstępie tysięcy lat. Pomaga w tym wiedza, o tym, co dodawano do masy ceramicznej, jak lepiono, traktowano powierzchnię, ornamentowano, wypalano, itp. Zestawy cech są diagnostyczne dla osób zajmujących się źródłoznawstwem. Zabytki w trakcie opracowania próbuje się zrekonstruować i odczytać z nich możliwie najwięcej informacji z relacji przestrzennych. Tak naprawdę wartość źródła jest zależna od naszej dociekliwości i zaangażowania, ale także posiadanego warsztatu naukowego. Oczywiście prowadzę wiele badań i na czas opracowywania wyników kolekcje znajdują się w zasięgu ręki. Jest to nawet kilkadziesiąt tysięcy artefaktów.

rozmawiał: Andrzej Kus / foto: Jarosław Gaszyński



Dawno, dawno temu... w Szczecinie

Warszawa ma syrenkę, Kraków smoka, Cieśnina Gibraltarska – Krakena. A My? Mamy całe mnóstwo legend, podań i baśni ludowych, w których znajdziemy fantastyczne stwory, niezwykle wydarzenia oraz nietuzinkowe postacie. Oto pisemna podróż szlakiem opowieści mniej znanych, ale równie ciekawych jak te najpopularniejsze. Poznajcie błazna, co zginął od uderzenia kiełbasą i pomocną rusałkę z jeziora Dąbie, a także szereg innych historii, które każdy mieszkaniec ziemi szczecińskiej znać powinien.

Z legendą pod pachą

Legendy są niezrównanymi przewodnikami po miastach i ich okolicach. Przybliżają historię, ciekawe miejsca. Pobudzają ciekawość oraz wyobraźnię. Miłośnicy naszej „małej ojczyzny” walczą o to, by ocalić je od zapomnienia. Szczecińscy przewodnicy i legendziarze znają całe mnóstwo barwnych opowieści, w których historia miesza się z magią oraz baśniowością. Jak się jednak okazuje, jest w nich więcej prawdy niż nam się wydaje, a to sprawia, że są jeszcze bardziej ciekawe.

– Legendy pozwalają ośwoić krajobraz – mówi Przemek Głowa, przewodnik miejski, blogger i pasjonat historii. Dla dzieci to często pierwsze elementy folkloru oraz tradycji, z jakimi się spotykają. – Legendy są integralną częścią historii, świadomości kulturowej terenu i uczą historii czy pokazując region, nie można ich pominąć. Lekceważąc je, to tak jakbyśmy odcięli sobie korzenie – wyjaśnia Małgorzata Duda, przewodniczka, autorka przewodników i serii książek dla dzieci „Legendy Pomorza Zachodniego”.

Te opowieści motywują do odkrywania lokalnych ciekawostek, a także inspirują. Małgorzata podczas wycieczek zawsze opowiada choć kilka historyjek z regionu. Jak się okazuje, dorośli i dzieci ich łakną.

– Turyści z wycieczek zapamiętują nie daty i fakty, suchą historię, tylko legendy, opowieści o innych ludziach – tłumaczy przewodniczka. Zainteresowanie nimi sprawiło, że stworzyła popularną serię książek dla dzieci i szereg tras śladami legend. Wplata również niezwykle historie do przewodników i questów, czyli terenowych gier miejskich. Jak inni miłośnicy legend, ma świadomość, że lokalne podania bawią, dostarczają nam rozrywki, ale też uczą. – Edukację o regionie najlepiej i najłatwiej zacząć od legend, które opowiadamy dzieciom. One przekazują dalej, rodzicom, dziadkom, a jak złapią bakcyła, zaczną sięgać po więcej. Przykładowo, jak poznają legendę o skarbach króla Eryka, to może zaczną interesować się związkami Księstwa Pomorskiego ze Skandynawią, a słysząc opowieść o syrenie Zielenicy, zainteresują się, jak wyglądało życie zwykłych ludzi na wybrzeżu na przestrzeni wieków – wyjaśnia Małgorzata Duda. – Chciałabym, żeby każde dziecko żyjące na terenie Pomorza, znało choć jedną legendę ze swojej miejscowości lub gminy, albo chociaż z powiatu – dodaje przewodniczka. Ze śmiechem wspomina, że jej synowie wyssali miłość do lokalnych opowieści z mlekiem matki. – Pewnego dnia dowiedziałam się, że mój syn przez wakacje wieczorami opowiadał legendy innym dzieciom z podwórka. Były to opowieści, które wcześniej przekazywałam jemu, jak był młody

szy. Cieszę się, że to idzie w świat. Mam nadzieję, że zaszczepi miłość do legend także wśród innych dzieci – przyznaje Małgorzata.

Coraz więcej ludzi widzi potencjał w lokalnych opowieściach. Chętnie w ich rozpowszechnianie angażują się nauczyciele i miłośnicy regionu. Warto pamiętać o tych historiach, bo nasze miasto coraz lepiej rozwija się pod względem turystycznym, a to m.in. dzięki nietuzinkowym postaciom, niezwykłym wydarzeniom i cudownym miejscom z lokalnych podań wzrost zainteresowania zawdzięczają inne województwa. Kto nie podążył szlakiem krasnali w stolicy Dolnego Śląska, albo nie zna choć jednego ducha z jurajskich zamków?! – Szczecin przez wiele osób z Polski był traktowany jako miasto tranzytowe, przed morzem albo Skandynawią. Mnóstwo grup, jadąc na wycieczkę do Kopenhagi lub Oslo, zatrzymywało się na 3 godziny w naszym mieście i chciało je zwiedzić w ciągu tego czasu. Od kilku lat ta tendencja się zmienia. Coraz więcej osób przyjeżdża do Szczecina, staje się on miejscem docelowym wycieczek – tłumaczy Małgorzata. Przemek Głowa z kolei zwraca uwagę na to, że w naszym regionie mamy wysokiej klasy zabytki, choć niewiele osób ma tego świadomość. Z wieloma z nich są związane ciekawe legendy. – W Kołbaczu mamy pozostałości średniowiecznego opactwa z przepiękną rozetą ceglana. Wiąże się z tym lokalna opowieść, mówi o tym, że jest ona dziełem czeladnika murarskiego, który został skazany na śmierć. W zupełnych ciemnościach, będąc w więzieniu, wykonał niezwykłą rozetę, co stało się podstawą jego ułaskawienia. Któryś z duchownych, być może opat, powiedział, że ktoś, kto wykonał takie dzieło na chwałę Bożą, godzien jest tego, by mu darować karę śmierci. Rozeta została wmurowana w zachodnią fasadę kościoła – przywołuje jedną z opowieści Małgorzata Duda.

Miejskie opowieści

Dziś ogromną popularnością cieszą się legendy miejskie. Elektryzują, prowokują do komentarzy, wywołują wielkie emocje. – Miejskie legendy żyją swoim życiem – dodaje Przemek. Jakże z tych opowieści są najpopularniejsze w naszym mieście i województwie? – Legendy dotyczące osadnictwa, mit rakiety na Pomorzu, fabryka w Policach, podziemia i tajne bronie, w tym atomowe – wymienia przewodnik. Małgorzata Duda także wspomina o podziemiach. – Gdyby zebrać wszystkie, które znajdują się pod Szczecinem, to powstałoby obszerne drugie miasto. Mamy podziemia m.in. pod dworcem, urzędem wojewódzkim i miastem oraz zamkiem. Chodzimy po ulicach, pod którymi jest inny świat, o którym nie mamy pojęcia – mówi przewodniczka. Dodaje także, że wyobraźnię poruszają często opowieści z wątkami sensacyjnymi. – 9 września odbędzie się spacer pt. „Kryminalny Szczecin”, a jego gościem specjalnym ma być Marek Stelar, autor poczytnych kryminałów. Będziemy mówić o tym, czego boją się szczecinianie i jakie opowieści krążą po mieście – dodaje Małgorzata. Można by jeszcze wiele napisać w tym temacie, jednak wróćmy do opowieści bliższym baśniom ludowym.

W gnieździe Gryfa

Jakie, my szczecinianie, znamy lokalne opowieści? Większość z nas kojarzy legendę o Białej Damie ze szczecińskiego zamku, choć jak się okazuje, nie każdy wierzy w jej prawdziwość. – Przez długie lata opowiadałam o Sydonii dzieciom i dorosłym, a wiele osób myślało, że to historia wyssana z palca, którą można włożyć między bajki. Pytali, co jest prawdziwe i uważali, że tylko książęta. Mówiłam im, że Sydonia też jest rzeczywistą postacią. Zachował się przecież jej portret i m.in. dokumenty z procesów. Wtedy ze zdziwienia otwierali szeroko oczy – wspomina Małgorzata Duda. Mimo że jest to jedna z naszych najbardziej znanych i lubianych legend, wciąż o jej bohaterce wiemy niewiele. – Chciałabym zwrócić uwagę na pisownię nazwiska Sydonii. W Szczecinie spotyka się zapis „von Borck”, ale na ziemi łobeskiej, skąd pochodziła, na tabliczkach i nagrobkach widnieje „von Borcke”. Dowiedziałam się od przyjaciół, regionalistów z Łobza, a później sama to sprawdziłam, że w pewnym momencie ród Sydonii rozdzielił się na dwie gałęzie. Jedna część rodziny pisała się von Borck, a druga von Borcke i Sydonia była z tych drugich – wyjaśnia przewodniczka. Wracając do innych popularnych legend, sporo osób potrafi też opowiedzieć tę o Baszcie Siedmiu Płaszczy. Później zaczynają się schody. Co poniektórzy znają jeszcze opowieści o Kamienicy Loitzów, chciwym Skarbku z Jeziora Szmaragdowego, piracie Wyszaku czy Czarnej Jolce z Ratusza Staromiejskiego. A spoza miasta? Z naszego województwa dość znana jest legenda, opo-

wiadająca o syrenie Zielenicy, związana z ruinami kościoła w Trzęsaczu. Wśród innych, całkiem popularnych, znajdziemy historie m.in. Żeliszewa i gniazda gryfów, Baszty Kaszanej z Trzebiatowa, opata Brunona z Kołbacza, czy skarbów zamku drahimskiego. Bardzo ciekawa, choć mniej znana, jest np. opowieść o żabce w koronie, której pomnik znajduje się nad Jeziorem Szczuczym w Golczewie. Według legendy w czasie zarazy uratowała mieszkańców ówczesnej osady, wskazując źródło czystej wody. Pomnik zielonej ratowniczkę powstał w 1910 roku, a postać zwierzęcia wykuł berliński rzeźbiarz. Do dziś żabka to jedna z chętniej odwiedzanych golczewskich ciekawostek turystycznych.

Bajecznych opowieści z naszego regionu jest całe mnóstwo. Wiele z nich wciąż czeka na odkrycie. Znamy te, które zostały spisane, ale wiele krążyło w wersjach ustnych i nie wszystkie przetrwały do dzisiejszych czasów. W samym Szczecinie każda dzielnica ma swoje opowieści. Zachowało się sporo legend dotyczących Niebuszewa, Pomorza, Zdrojów i Podjuch. Ciekawe historie opowiadają także m.in. o Puszczy Bukowej oraz Wkrzańskiej. W pierwszej z wymienionych, blisko Kłesko-wa, znajduje się Słupia Góra, na której podobno spotykały się czarownice. Latały na miotłach, widłach i grabiach, bawiły się tam z diabłami. Z kolei w Puszczy Wkrzańskiej, dokładniej w Lasku Arkońskim na Wzgórzu Sobótki mieszały elfy, a jezioro Głębokie kryło podwodne miasto. Co więcej, w legendach Pomorza Zachodniego można znaleźć ogrom fantastycznych stworów, m.in. olbrzymy, karzełki, wróżki, rusałki, wilkołaki, diabły, wodniki, topielce, a także sporo widm, upiórów i innych strachów. Oczywiście, ważne miejsce w lokalnych historiach zajmują gryfy. Według jednej z opowieści jajo tego mistycznego stwora było przechowywane w szczecińskiej katedrze. Podczas wycieczek z ogromnym zapałem opowiada o gryfach, a także ich różnorodnych przedstawieniach, wspomniany Przemek Głowa.



– Fascynuje mnie zoologia fantastyczna. Jako dziecko dostałem od ojca wizerunek gryfa i to zwierzę obudziło we mnie dużą ciekawość – tłumaczy przewodnik. O tych niezwykłych zwierzętach przeczytamy również w jednej z książek Małgorzaty Dudy: „O gryfach na pomorskiej ziemi”. Warto dodać, że ciekawe cuda kryły się też w głębinach naszego Bałtyku. Podobno na granicy polskiego i niemieckiego wybrzeża, wyłowiono wiele wieków temu morskiego stwora o posturze człowieka, ubranego w biskupie szaty oraz mitrę. Potwór z głębin, przez współczesnych nazywany „bałtyckim Aquamanem”, trafił na polski dwór królewski, ale nie zabawił tam długo. Władca po radzie z episkopatem postanowił wypuścić „morskiego biskupa” do morza. Stwór na pożegnanie pokłonił się w podzięcie i znikł. O wydarzeniu pisali XVI-wieczni zagraniczni historycy, choć dziś współcześni naukowcy podważają niezwykłość tego wydarzenia i twierdzą, że jeśli w ogóle coś z Morza Bałtyckiego wyłowiono, to kałamarnicę albo kapturznika (zwierzę podobne do foki). Wracając jednak na ziemię szczecińską, wśród lokalnych historyjek,

prócz opowieści o niezwykłych stworach, znajdziemy oczywiście także ciekawe legendy o rycerzach, księżniczkach, księżętach oraz różnych skarbach.

Niezwykłe historie

Legendy są wdzięcznym tematem, szczególnie dla książek i filmów. To doskonały materiał na efektowne opowieści, w których rządzą przygoda, emocje oraz intrygi. Jak twierdzą badacze, ludowe baśnie są jednym z podstawowych źródeł scenariuszy produkcji hollywoodzkich. Przed nami, współczesnymi mieszkańcami Szczecina i okolic, jest wiele niezwykłych opowieści do odkrycia. Warto znać choć kilka, by móc przekazać je innym, ocalić od zapomnienia, a także zdać sobie sprawę z tego, że mieszkamy na niezwykłych ziemiach. – Ciągłe możemy bawić się w odkrywców, szukać wątków i historii, a do tego zawsze liczyć na to, że któraś z legend okaże się prawdziwa – mówi Małgorzata Duda. Przemek Głowa ma podobne zdanie. Szczególnie poleca poznać dwie ciekawe historie, które mogłyby wydawać się zmyślane, ale mają źródła w prawdziwych wydarzeniach: tajemnicę sgraffito słonia w Trzebiatowie i krwawe misterium w Baniach. Dodaje także, że Szczecin wciąż jest dla nas nieodkrytą kartą. – To miasto jest dla nas tajemnicą, a to jego spory atut – mówi przewodnik. Wiele ciekawych historii można znaleźć na jego blogu: przemekglova.blogspot.com. Legend warto także szukać w lokalnych publikacjach z ostatnich lat. Prawdziwą biblią miłośników naszych opowieści jest „Wyśniony skarb. Podania, legendy i baśnie o Szczecinie” w opracowaniu Anny Malejki, dostępny w Internecie. Ciekawa nowość na rynku wydawniczym to projekt „Przewodnik po magicznym lesie. Legendy Puszczy Bukowej” Artura Gیزی-Zwierzchowskiego, w którym baśniowe historyjki stanowią zaproszenie do odwiedzenia urokliwych zakątków puszczy. Najmłodszy z pewnością polubi „Zamkowe opowieści duszka Bogusia” Moniki Wilczyńskiej, jak też wspomnianą serię „Legends Pomorza Zachodniego” Małgorzaty Dudy. Dużym atutem tych książek są nie tylko ciekawe historie, ale też atrakcyjna oprawa graficzna. Dodatkowo, seria Małgorzaty Dudy jest wierszowana, dzięki czemu dzieci szybko zapamiętują opowieści z książek. Co więcej, tekst i ilustracje odnoszą się do konkretnych miejsc. – W publikacjach mamy też mapy z zaznaczonymi lokalizacjami, odnoszącymi się do legend. W każdej ze swoich książek staram się prześledzić jak najwięcej walorów edukacyjnych – wyjaśnia autorka. Warto dodać, że te publikacje wraz z książką „Legends Pomorza” Jarosława Kociuby zawojuwały targi turystyczne Tour Salon w Poznaniu. Zajęły odpowiednio II i I miejsce w kategorii wydawnictw dla dzieci.

Jestem Twoją Bajką

Jak widać, ciekawe historie kryją się często tuż za rogiem. Nasze miasto i cały region skrywają ich mnóstwo i nie sposób wymienić tu wszystkich. Mamy swoje czarownice, zaklęte księżniczki, dzielnych rycerzy, śmiałych rozbójników, a także szereg niezwykłych stworzeń oraz niezmiernie wyjątkowych wydarzeń. A we wszystkim ziarno prawdy! Na zakończenie, ale też zachętę, przeczytajcie jeszcze trzy z nich. Być może staną się dla was inspiracją, by lepiej poznać swoją okolicę, a może znaleźć w niej kolejne legendy, które czekają by je wydobyć z ukrycia i... opowiedzieć.

Syrena z jeziora Dąbie

Syreny od lat rozbudzają nie tylko wyobraźnię dzieci i artystów, ale też naukowców. Kilka lat temu w Ameryce sensację wywołał film, wyemitowany na kanale Animal Planet: „Syreny. Ciało znalezione”, który rzekomo potwierdził istnienie morskich humanoidów. Coraz większą popularnością cieszą się też szkoły pływania dla syren. Pływalnie oferujące naukę stylu mermaiding (pol. syrening) funkcjonują m.in. w Niemczech, Hiszpanii, Australii i na Filipinach. W Polsce ten trend także zyskuje na popularności. Ciekawe, czy zawita do Szczecina... Wszak my także mamy swoją syrenkę! Według kilku lokalnych opowieści panna wodna słynęła z wyjątkowej urody i mieszkała w jeziorze Dąbie. Jedną z ciekawszych legend na jej temat znajdziemy w publikacji „Wyśniony skarb. Podania, legendy i baśnie o Szczecinie”. Syrena pomogła odważnemu rybakowi, który udał się łowić ryby nad pobliskim jeziorem. W jego wiosce panował głód, mężczyzna miał chorą matkę, która potrzebowała jedzenia i lekarstw, więc mimo

trudnych warunków pogodowych, wyruszył na połów. Próbował w różnych miejscach, ale bez skutku. W końcu, obok niego pojawiła się syrena i postanowiła pomóc rybakowi. Mężczyzna nałapał tyle ryb, że uratował swoją matkę oraz całą wioskę od głodu. Jego postawa zainspirowała innych. Mieszkańcy osady stali się najwytrwalszymi rybakami, a syrena z jeziora Dąbie, widząc to zawsze pomagała im w połowach. Podobno dalej można liczyć na jej wsparcie. Kiedy wodna panna zaufała wytrwałemu rybakowi, zawsze mu pomoże.

Błazen Mikołaj z Sowna

W kościele św. Marii Magdaleny w Sownie znajduje się płyta nagrobna błazna zmarłego w 1599 roku, a dokładniej Mikołaja Hinze, nadwornego błazna księcia Jana Fryderyka. Widać na niej wizerunek mężczyzny z kielbasą w dłoni i przewróconym kuflem u stóp. Przemek Głowa poleca zwrócić uwagę na jego ubiór: bogatą szatę oraz dodatki. Oczywiście ważna jest także wspomniana wędlina. Warto zwrócić uwagę na jej nietypowy rozmiar i kształt. – Najbliżej Sowna jest Kołbacz, a tam mniś specjalizowali się w produkowaniu oryginalnych kielbas – podkreśla Przemek Głowa. Co więcej, wiąże się z nią ciekawa legenda. Według tej opowieści, Mikołaj pewnego dnia przesadził z żartami i słono za to zapłacił. Gdy książę narzekał na febrę, błazen wepchnął swojego pana do stawu, stwierdzając, że zimna kąpiel wygoni chorobę. Książę wyzdrowiał, ale nie spodobał mu się psikus błazna. Postanowił dać Mikołajowi nauczkę. Błazen został oskarżony o obrazę majestatu i próbę pozbawienia życia księcia Jana Fryderyka. Wyrok był surowy: ścięcie głowy. W dniu egzekucji przerażony Mikołaj złożył głowę na pniu, czekając na śmiertelny cios. Kat zamachnął się, błazen poczuł uderzenie w szyję, a wszyscy wybuchli śmiechem. Okazało się, że dostał w kark kielbasę. Niestety radość nie trwała długo. Serce Mikołaja nie wytrzymało okrutnego żartu. Jan Fryderyk długo opłakiwał towarzysza, urządził mu wystawny pogrzeb, a śladem tego wydarzenia jest wspomniana płyta nagrobna. Przemek Głowa przewrotnie dodaje: – O księciu mało kto pamięta, a historia Mikołaja przetrwała do dziś. Nie dość, że mamy ciekawą płytę nagrobną w Sownie, to jeszcze na zamku jest zegar z błaznem.

Czarne koty na szczecińskim zamku

Podobno do dziś na szczecińskim zamku w księżycowe noce płacze się wiele duchów. Najważniejsza wśród nich jest oczywiście Sydonia, ale mamy też inne upiory. Może i nasza Biała Dama spogląda na nie z wyższością, jednak warto je znać, bo ... biada temu, kto stanie na ich drodze. Na naszym zamczysku wieczorami psocą bowiem czarne kociska. Podobno to dusze tych, którzy byli więzieni na zamku lub ich szczątki spoczęły w podziemiach. Według jednej z lokalnych opowieści, zrozpaczona matka, której syn został fałszywie oskarżony i wrzucony do ciemnicy w więziennej wieży zamku, udała się do księcia, by błagać o życie jedynaka. Niestety spotkała się z odmową. Rozżalona kobieta rzuciła kłutwę na księcia, mówiąc, że on, ani nikt z jego rodu nie zazna nigdy spokoju. Sprawili, że wszyscy potępięcy z wieży zamieniały się w czarne kocury. Od tej pory, nocami na zamku szalały upiorne zwierzęta. Miauczały przeraźliwie, ganiały po dziedzińcu i nie dawały nikomu spać. Podobno dziś także czasem można zobaczyć, jak pospieszne przemykają z kąta w kąt. Jak widać, w kwestii szalejących zwierząt nie jesteśmy gorsi od innych. W Kruszwicy rozrabiały myszy, u nas kocury. – Opowiadam historię czarnych kotów często najmłodszym, kiedy jesteśmy na dziedzińcu zamkowym i widzę w pobliżu wygrzewające się na słońcu zwierzę – mówi Małgorzata Duda. Przypnie, że jak słuchające dzieci zobaczą wtedy mruczka, sprawia im to dużo radości.

autor: Karolina Wysocka / ilustracje: Ewa Kownacka,
Czary Malary / Źródła: „Wyśniony skarb. Podania, legendy i baśnie o Szczecinie”, oprac. A. Malejka; „Ryba biskup, czyli bałtycki Aquaman”, A. Węglowski, „Przekrój”, „Przewodnik szlakiem mapy Lubinusa”, lubinus.pl

EUROPEJSKI TYDZIEŃ UROLOGII **23-27.09.2019**

SANPROBI ←UroRun→

21.09.2019 | sobota



START →

Szczecin – Pomnik Czynu Polaków

10:30

Marsz nordic walking **5 km**

11:30

Bieg dla dzieci **200 m / 400 m / 800 m**

12:15

Bieg **5 km i 10 km**

ZAPISY I REGULAMIN

➔ www.biegi.sanprobi.pl

Partner strategiczny:

SANPROBI
Sp. z o.o. Sp. k.

Partner:

NETTO ARENA



Patronat:



Organizator:



SPSK2
SZCZECIN

stowarzyszenie
URO-VITA,





PASJA DO ŻEGLARSTWA

Są młodzi i pełni zapału. Ich największą pasją jest żeglarsstwo. W rozwijanie tej pasji wkładają mnóstwo czasu i pieniędzy. – Chcemy dobrze się bawić, ale też oczywiście zdobywać regatowe doświadczenie – przyznaje kapitan drużyny Qualia Racing, Michał Ława. – Kiedyś na pewno zawalczymy o Mistrzostwo Świata! – mówi.



Wspólne pływanie rozpoczęli przed sześcioma laty. Spotkali się na jachcie „Wstrząśnięty”, który był niegdyś słynną Mantrą 7000.

– Zrezygnowaliśmy z pływania na małych, mieczowych jednostkach i chcieliśmy czegoś nowego. Myślę, że była to jednocześnie pasja i żądza przygody. Po małych „hardcorowych” łódkach byliśmy już żeglarsko wychowani, więc od samego początku traktowaliśmy to poważnie i chcieliśmy coraz bardziej doświadczonych przeciwników – wspomina założyciel i kapitan Qualia Racing, Michał Ława. – Długo krzątaaliśmy się po różnych jachtach i regatach nie mając tak na prawdę swojego miejsca. Postanowiłem więc skompletować własną załogę i znaleźć nam regatowy jacht.

Pierwszą osobą, która dołączyła do Michała, był obecny dziobowy – Kamil Wrzosek. Z Kamilem znali się od bardzo dawna, wspólnie pływali w klubie żeglarskim na laserze.

– Okazał się strzałem w dziesiątkę bo towarzyszył mi przez te wszystkie lata i zawsze mogłem na niego liczyć – przyznaje Michał.

Później trafiali inni, ale po niedługim czasie okazywało się, że nie mogą pogodzić tego z innymi obowiązkami i szybko zrezygnowali z pływania. Po dwóch kolejnych latach dołączyła Paulina, zawodniczka SEJK Pogoń, z dużym żeglarskim dorobkiem.

– Po niedługim czasie stała się moją dziewczyną – mówi żeglarz, który przyznaje, że nie sportowe sukcesy cieszą go najbardziej. – Największym sukcesem jest zebranie załogi, znalezienie jachtu i utrzymanie „paczki”, można już chyba śmiało stwierdzić – przyjaciół. Robimy to przede wszystkim po to, żeby się dobrze bawić, a dobrej zabawy jest tu całe mnóstwo. Co do sportowych sukcesów, to mamy kilka personalnych takich jak brązowy medal Mistrzostw Polski w klasie 420, powołania do kadry narodowej czy start w Mistrzostwach Świata ORC. Wspólnie zdobyliśmy już całkiem spory regał pucharów. Jednak ciągle walczymy o tytuł Mistrzów Polski.

Kim są żeglarze?

Część załogi Qualia Racing to studenci, część pracuje zawodowo. Nie jest łatwo pogodzić codzienne życie z żeglarstwem, które wiąże się z częstymi wyjazdami. Pracujący wykorzystują urlopy, studenci korzystają z przerwy wakacyjnej. Większa część sezonu jest bowiem w okresie letnim.

– Podział obowiązków w zespole jest bardzo przejrzysty. Paulina jest trymerem żagli przednich, a że spinakera prowadzi najlepiej na świecie to wszyscy nam jej zazdroszczą – śmieje się kapitan.

– Kamil jest dziobowym, ale radzi sobie świetnie na wszystkich stanowiskach. Mamy też dwóch „pitmanów” Piotrkę i Arka, którzy są odpowiedzialni za ogarnianie wszystkich lin na jachcie, stawianie, zrzucanie i regulowanie żagli. To właśnie oni są tymi ciężko pracującymi. Drugi Piotrek to trymer grota, czyli naszego głównego żagla napędowego. Poza trymowaniem jest naszym elektrykiem i w zasadzie inżynierem od wszystkiego. Na koniec ja, do moich obowiązków należy trzymanie steru i poganianie załogi jak się za bardzo rozluźni.

Załoga pływa na jachcie Banner 28 Racer „Qualia”: oldschoolowej łódce z lat 80. Michał kupił ją wspólnie z Pauliną.

– Można więc powiedzieć, że to nasze pierwsze dziecko – śmieje się. – Zostaliśmy przyjęci do Yacht Klubu Polski Szczecin, więc dumnie go reprezentujemy i cieszymy się, że to właśnie nas wybrali.

Sukcesem sportowców jest, bez wątpienia, pozyskanie w tym roku partnerów. Są nimi firmy: Helukabel, Marina Club oraz Decathlon.

– Dzięki nim mogliśmy porządnie przygotować Qualię do sezonu, wyposażyć ją w odpowiednią elektronikę i być gotowym na kosztowne naprawy awarii, a przy tym mieć wspaniałą marinę i dobrze się ubrać na sezon. Jednakże wszelkie koszty związane z wyjazdami na regaty dzielimy na wszystkich członków załogi i finansujemy z własnych kieszeni – przyznaje kapitan.

Trudne zadanie przed Pauliną

Jaka będzie przyszłość załogi? Trudno powiedzieć. Michał przyznaje, że chciałby aby wiązała się ona z żeglarstwem. Największe wyzwanie będzie zapewne przed Pauliną, która w niedalekiej przyszłości zostanie panią doktor.

– Myślę, że sama najbardziej boi się odpowiedzieć na pytanie, czy będzie miała czas na żeglarstwo. Życie początkującego lekarza jest bardzo absorbujące i z pewnością będzie jej bardzo ciężko pogodzić pracę w szpitalu i dyżury z wyjazdami na regaty. Na czas rezydentury będzie więc pewnie musiała ograniczyć żeglarstwo, czego jak na razie sobie nie wyobraża. Ale planuje wybrać taką specjalizację, żeby potem stać się panią swojego życia i po tych kilku latach wrócić do tego, co kocha – podsumowuje Michał Ława. – Mamy ambitne plany na przyszłość. Chcemy zdobywać regatowe doświadczenie. Chcemy podbić polskie wybrzeże i zdobywać żeglarski świat. Walczyliśmy o mistrzostwo Polski, kiedyś na pewno zawalczymy o Mistrzostwo Świata. Na pewno będzie o nas głośno i z pewnością jeszcze o nas usłyszycie!

autor: Andrzej Kus / foto: materiały prasowe



YACHT KLUB POLSKI
SZCZECIN

MARINA'CLUB
Przystań luksusu



Podłogi pełne energii

Rozwiązania dla wymagających Klientów oraz szereg prestiżowych realizacji. Firma Batna oferuje produkty do przestrzeni publicznych i prywatnych wnętrz. Cechuje je perfekcyjna jakość nadruku indywidualnego. Dużym zainteresowaniem cieszą się organizowane cyklicznie warsztaty dla architektów. Inwestorzy doceniają kompetentną pomoc w doborze produktu i profesjonalny montaż podłóg.



Właścicielka
FHU BATNA
Sylvia Siudej

BATNA

FHU BATNA Sylwia Siudej | Szczecin | ul. Targ Rybny 4/2
tel. 91 421 27 23, 505 435 056 | www.batna-wykladziny.pl



NAD MORZEM POWIEJE LUKSUSEM

W Dziwnowie powstaną ekskluzywne mieszkania z widokiem na Zatokę Wrzosowską. Osiedle „Półwysep Dziwnów” to kompleks czterokondygnacyjnych budynków. Tutaj każdy właściciel apartamentu będzie mógł cieszyć się tarasem lub balkonem, a na parterze nawet ogrodem.

We wrześniu, w Dziwnowie, rozpocznie się budowa osiedla położonego nad wodą. Znajdzie się na półwyspie, tuż nad Zatoką Wrzosowską.

– W najbliższych dniach rozpoczynamy budowę. Wystartuje jeszcze we wrześniu. Osiedle „Półwysep Dziwnów” to idealne miejsce dla wszystkich tych, co szukają wypoczynku nad morzem. Jest doskonale również dla rodzin z dziećmi. Jednocześnie jest bardzo dobrym rozwiązaniem dla tych, co szukają nieruchomości pod wynajem – mówi Krystian Surmacz z firmy Marina Developer.

Pierwszy etap obejmie budowę pięciu budynków. Każdy z nich będzie miał cztery kondygnacje. Przygotowane zostaną mieszkania jedno-, dwu- oraz trzypokojowe. Do każdego przynależeć będzie balkon, taras lub ogródek.



– W razie potrzeby jesteśmy w stanie przygotować większe mieszkanie – przyznaje Surmacz. – Może się znaleźć na ostatniej kondygnacji, z której będziemy mieli przepiękny widok na wodę. Należy wiedzieć o tym, że „Półwysep Dziwnów” znajduje się w pobliżu mariny. Do wymarzonego apartamentu można dostać się nie tylko samochodem, ale również przysiąść jachtem. Dziwnów, bez wątpienia, jest niezwykle jasnym punktem na mapie Zachodniopomorskiego Szlaku Żeglarskiego. To doskonałe miejsce dla tych, którzy lubią aktywne sportowo życie. Można tutaj pływać na jachcie, można uprawiać kitesurfing, windurfing, a nawet motorowodniactwo. Wszystko jest na wyciągnięcie ręki.

Dodatkowym plusem inwestycji „Półwysep Dziwnów” jest to, że wszyscy ci, którzy kupią apartament w celu inwestycyjnym, mogą liczyć na pomoc dewelopera.

– Jako deweloper zapewniamy bowiem możliwość nie tylko kupienia i wypoczynania w sielskim otoczeniu. Współpracujemy również z tour operatorem. Jest to profesjonalna firma, która zajmuje się kwestią inwestycyjną i pomoże znaleźć najemców – podsumowuje Krystian Surmacz. – Półwysep Dziwnów to wymarzona wprost lokalizacja dla inwestorów, którzy szukają nieruchomości leżących w atrakcyjnym regionie Polski. Morze, pobliski obszar Natura 2000, przepływające jachty i unikalna przyroda to atuty, obok których ciężko przejść obojętnie.

autor: Andrzej Kus / foto: materiały prasowe

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre. 



PÓŁWYSEP DZIWNÓW

TWOJA NADMORSKA PRZYSTAŃ

Apartamenty nad morzem

Półwysp Dziwnów to nowoczesny kompleks budynków mieszkalnych znajdujących się między Zatoką Wrzosowską a Morzem Bałtyckim. **I etap inwestycji** - już w sprzedaży!



MARINA DEVELOPER jest mecenasem:

Sprawdź naszą ofertę: www.marina-developer.pl

Zadzwoń: 609 11 30 55 oraz 609 11 22 88

THE MARINA
PRZYSTAŃ KULTURY



YACHT KLUB POLSKI
SZCZECIN

Faceci kochają gadżety

Tak, jak kobietom mnóstwo radości sprawiają buty oraz torebki, tak faceci szaleją na punkcie gadżetów. Nie ważne, czy jest on do dzwonienia, sprzątanania, czy zabawy. Ważne, że jego obsługa dostarcza mnóstwo frajdy.



Robot sterowany smartfonem

Sphero Ollie to robot, którym możemy sterować za pomocą smartphona lub tableta. Wystarczy pobrać do niego odpowiednią aplikację i już można szaleć na mieście. Jego prędkość to 22 km/h. Aplikacja daje możliwość własnego jego zaprogramowania i wymyślenia najbardziej zwariowanych sztuczek. Możemy nim driftować, podskakiwać, tworzyć własne ewolu-

lucje. Odpowiednie, wymienne opony, pozwolą na jeszcze większe szaleństwo. Robot, którego można zmieścić w dłoni przypomina walec. Wyposażony jest w diody led, którymi możemy podświetlić go wszystkimi kolorami. Powlekany jest poliwęglową powłoką, która chroni go przed zniszczeniem. Można ładować go bezpośrednio z sieci, ładowarkę samochodową czy poprzez wejście USB.

Cena: 429 złotych, dostępność: Komputronik



Akumulator, który uruchomi telewizor

Zawsze wtedy, gdy potrzebujemy pilnego dostępu do laptopa „siada” nam bateria i nie ma dostępu do prądu. Co wtedy zrobić? Podłączyć się do power banku, oczywiście. Czy istnieją takie, które udźwigną większy sprzęt? Akumulator

Xtorm Pro Powerbank posiada pojemność aż 41 600 mAh. Jest wystarczająco mocny, by uruchomić nie tylko smartphona, ale i laptopa, konsolę, a nawet telewizor. Dzięki pięciu wejściom daje możliwość naładowania niemal każdego sprzętu elektrycznego. W tym samym czasie można go ładować, a on udostępnił będzie energię kolejnym urządzeniom. Wyposażony jest w kontrolę temperatury, co zapobiega przegrzaniu się urządzenia.

Cena: 1619 złotych, dostępność: Euro RTV AGD

Pokochacie odkurzanie!

Warto ulec partnerce i zgodzić się na podział domowych obowiązków. Polecam wziąć na siebie odkurzanie, a później... zaopatrzyć się w robota sprząającego Xiaomi Roboroc S55. Wystarczy pobrać aplikację Mi Home i mieć bezprzewodowy internet. Po uruchomieniu robota łączymy się z nim poprzez sieć bezprzewodową. Przy pierwszym uruchomieniu skanuje on dom, czy mieszkanie i tworzy wirtualną mapę, którą od razu widzimy na ekranie swojego telefonu. Od tego momentu z każdego miejsca na świecie można zadać mu polecenie, by w



danej chwili poodkurzać mieszkanie. Trzeba przyznać, że robi to niezwykle dokładnie. Podczas kursów po mieszkaniu zagląda w najskrytsze zakamarki, wjeżdża nawet pod kanapę. Co ciekawe – można zamontować mu odpowiedni moduł, który jest w zestawie i... umyje podłogę! Bateria starcza na ok. godzinę. Wszystko możemy obserwować na stworzonej przez niego wirtualnej mapie.

Cena: 1597,34 złotych, dostępność: Media Expert

Chińczyk z bardzo wysokiej półki



Telefon One Plus 7 Pro to niewątpliwie jedna z lepszych propozycji na rynku. Wyróżnia się fantastycznym designem, a parametry tego smartfona sprostają oczekiwaniom najbardziej wymagających klientów. Jest to pierwszy smartphone z ekranem 90Hz, co wpływa na jego płynniejszą obsługę. Wyświetlacz OLED z technologią HDR 10 sprawia, że kolory i kontrasty cieszą oko użytkownika. Co wię-

cej jest to jeden z najszybszych smartfonów dostępnych w sprzedaży. W One Plus znajdziemy wysuwany aparat do selfie o rozdzielczości 16 Mpix. Główny aparat ma 48 Mpix oraz ultraszerokokątny obiektyw. Nagrania 4K są możliwe w 60 klatkach na sekundę. Bateria wciąż jednak nie powala, pojemności ma 3880 mAh. Przy intensywnej zabawie trzeba przygotować się na codzienne ładowanie.

Cena: 3599 złotych, dostępność: www.x-kom.pl

Apple Watch – zegarek, który robi EKG

Najprawdopodobniej jeszcze we wrześniu zadebiutuje Apple Watch Series 5. Zatrzymajmy się jednak przy „czwórce”. Najbardziej charakterystycznym elementem jest największy dotychczas ekran, który nie spowodował powiększenia koperty. Zwężona została jedynie ramka. Na dotykowym wyświetlaczu widzimy zupełnie nowy interfejs zegarka. Wciśnięto więcej detali oraz informacji. Mimo to wizualnie jest bardzo przejrzyste. Zegarek Apple jest gadżetem, który bez wątplenia przypadnie do



gustu głównie tym, którzy amatorsko lub zawodowo zajmują się sportem. Optyczny czujnik tętna pozwala szybko sprawdzić puls. Dzięki czujnikowi EKG można w apce EKG wykonać elektrokardiogram, który w każdej chwili udostępniemy lekarzowi. Prosto z nadgarstka możemy strumieniować zawartość Apple Music i Apple Podcasts. Do wyboru mamy ponad 50 milionów piosenek! Żeby zapłacić kartą kredytową lub debetową, wystarczy włączyć Apple Pay i przybliżyć zegarek do czytnika. Nie trzeba się obawiać o bezpieczeństwo, ponieważ połączenie jest szyfrowane. Bateria potrafi w nim wytrzymać nawet 18 godzin bez ładowania.

Cena od 1899 złotych, dostępność: www.apple.com

Zebrał: Andrzej Kus

jak Optyk to



bezpłatne badanie ostrości wzroku



Visioffice*

Szybkie i dokładne pomiary
Dynamiczny pomiar w technologii 3D

najwyższej jakości soczewki



* dostępne w salonach w CHR Galaxy - Outlet Park Szczecin

Ray-Ban®

VOGUE
eyewear

MARC JACOBS

MaxMara
oczniki

SWAROVSKI

MEXX

KENCHI

etnia O. BARCELONA
- VINTAGE COLLECTION -

BOSS
HUGO BOSS
eyewear

TOMMY HILFIGER

Dior N'JOY

Zapraszamy do naszych salonów Optyk Trendy

CH Atrium MOLO, CHR Galaxy, Outlet Park Szczecin, CH Wilcza, CH Helios



APARTAMENT ALTERNATYWĄ DLA DOMU

Przy ulicy Kalinowej dobiega końca budowa osiedla Apartamenty Warszewo. W ostatnim etapie inwestycji, czyli w budynku 101, znajdzie się 21 mieszkań. – Każde z nich jest doskonałą alternatywą dla domu. Przykładowo, w apartamencie na 2. piętrze, na 82. metrach, oprócz bardzo bogatego podstawowego wyposażenia, znajdziemy dwa balkony. Wysokość mieszkania w najwyższym punkcie ma aż 3,5 metra – opowiada przedstawiciel dewelopera.

– Wszystkie budowane mieszkania traktujemy w taki sposób, jak byśmy budowali je dla siebie. Przemyślany jest tutaj każdy szczegół. Chcemy, by przyszli właściciele czuli się w nich nie tylko bezpiecznie, ale i komfortowo – przyznaje Krystian Surmacz z firmy Marina Developer. – Zdajemy sobie sprawę z tego, że coraz więcej osób decyduje się na to, by dom zamienić na luksusowe mieszkanie. Między innymi do nich skierowana jest nasza oferta.

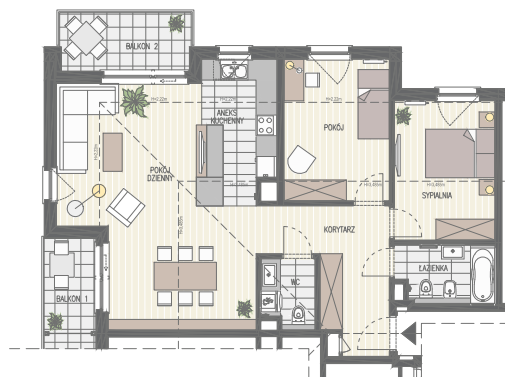
Doskonałą alternatywą domu może być apartament położony na drugim piętrze budynku 101. Mieszkanie ma 82 metry kwadratowe, a w najwyższym punkcie aż 3,5 metra wysokości.

– Znajdziemy w nim dwa balkony. Apartament oferuje przepiękny widok na Puszcę Wkrzańską, jest też w bezpośrednim sąsiedztwie parku Warszewo - Podbórz. – mówi przedstawiciel dewelopera. – W cenie mieszkania otrzymujemy mnóstwo nowoczesnych rozwiązań, między innymi centralne ogrzewanie obejmujące energooszczędne ogrzewanie podłogowe. Znajdzie się w salonie, w korytarzu, w aneksie kuchennym oraz w łazience. Mieszkanie wyposażone będzie w system inteligentnego zarządzania renomowanej firmy Fibaro. Obsłużymy go ze smartphona, za pomocą specjalnej aplikacji. Będziemy mogli sterować ogrzewaniem, roletami czy alarmem. Każdy właściciel będzie miał możliwość dowolnej rozbudowy tego systemu.

W mieszkaniu znajdziemy trzyszybowe, dwukomorowe okna z szybami absorbującymi promienie słoneczne. W upalne dni ulgę przyniesie nam klimatyzacja. Apartament wyposażony zostanie w jednostki znajdujące się w dwóch pomieszczeniach.

– Przygotowany będzie pokój dzienny o powierzchni 31 metrów kwadratowych, który połączony zostanie z niemal 9-metrowym aneksem kuchennym – opowiada Krystian Surmacz. – Sypialnia zajmie ponad 11 metrów. Kolejny, trzeci już pokój, ponad 12 metrów kwadratowych. Do każdego z pomieszczeń wejdziemy z korytarza, również do łazienki oraz osobnego WC.

Deweloper zdaje sobie sprawę z tego, że jedno miejsce parkingowe najczęściej nie zaspokaja już potrzeb mieszkańców. Rodziny posiadają



często po dwa samochody. Dlatego też każdy właściciel apartamentu, w cenie wymarzonego „M”, otrzyma w hali garażowej dwa miejsca postojowe. Jeśli i to nie wystarczy – będzie mógł nabyć kolejne.

– Dodatkowo każdy właściciel mieszkania będzie miał możliwość ładowania pojazdów elektrycznych. W halach garażowych znajdzie się również podgrzewany podjazd, który zapobiegnie zimą oblodzeniu. Bezpieczeństwa samochodów strzeżę będzie monitoring. W cenie mieszkania znajdą się także komórki lokatorskie z podwójnymi drzwiami. Cała inwestycja Apartamenty Warszewo, pod każdym względem, jest w Szczecinie bezkonkurencyjna. Zastosowaliśmy materiały z najwyższej półki. Zagwarantowaliśmy ponad dwa razy tyle miejsc parkingowych co mieszkań. Apartamenty mają zastosowanych mnóstwo nowoczesnych rozwiązań. Kończąc inwestycję, bez wątpienia, jest naszym powodem do dumy – podsumowuje Surmacz.

autor: Andrzej Kus / foto: materiały prasowe

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.

LEXUS UX

NOWY CROSSOVER

JUŻ OD **990** ZŁ
NETTO MIESIĘCZNIE



LEXUS SZCZECIN

ul. Mieszka 125

www.lexus-szczecin.pl

 **LEXUS** | SZCZECIN

Lexus UX - zużycie paliwa i emisja CO₂ w cyklu mieszanym odpowiednio: 5,3 do 6,9 l/100 km oraz 120 do 157 g/km (zgodnie z wymaganiami określonymi w Rozporządzeniu UE 715/2007 z późn. zm. i aktami wykonawczymi), w zależności od rodzaju napędu i wersji wyposażenia. Zużycie paliwa i emisja spalin CO₂ w konkretnym pojeździe w warunkach drogowych może różnić się od podanych wyników pomiarów. Na zużycie paliwa i emisję CO₂ wpływa sposób prowadzenia pojazdu oraz inne czynniki (takie jak warunki drogowe, natężenie ruchu, stan pojazdu, ciśnienie w oponach, zainstalowane wyposażenie, obciążenie, liczba pasażerów itp.). Informacje o działaniach dotyczących odzysku i recyklingu samochodów wycofanych z eksploatacji: www.lexus-polska.pl. Podana rata nie dotyczy prezentowanej wersji wyposażenia i nie zawiera ceny lakieru metalizowanego. Miesięczna rata netto Leasingu SMARTPLAN uwzględnia wkład własny 10% wartości samochodu, okres leasingu 36 m-cy z limitem kilometrów 30 000 km. Kalkulacja z dn. 15.06.2019 r. Promocja obowiązuje do 30.09.2019 r. lub do wyczerpania zapasów. Szczegóły u Autoryzowanych Dilerów Lexusa.



Skarb na wysypisku

Idąc, trzeba uważnie patrzeć pod nogi, bo przecież skarby leżą na wyciągnięcie ręki. Czasami na wysypisku śmieci. By taki skarb znaleźć, trzeba mieć dobre oczy i wyobraźnię. Znany szczeciński prezenter i DJ, Jurek Krasieński, wyobraźnię ma ogromną. Na tyle, by zapomniany przez ludzi oraz urzędników miejskich skrawek Szczecina, zmienić w atrakcyjne, pełne uroku miejsce. Siedzimy na tarasie jego domu, 15 metrów od brzegu Odry, a obok nas Mirek Grenia i Marek Kolbowicz, którzy także włączyli się w projekt Jurka. Wokoło kilkanaście estetycznych domków, przy pomocy łódki, żagłówek. Nad nami szybuje „miejscowy” orzeł.



Nasuwa mi się oczywiste pytanie. Jak to się zaczęło? – spoglądam na pomysłodawcę. – Wypływając łodzią z wąskiego kanału przystani „Delfin”, przez dwadzieścia lat patrzyłem na niewielką, zarośniętą chaszczami zatoczkę. Pewnego dnia, postanowiłem zobaczyć jak wygląda te miejsce od strony lądu? Dojść do brzegu Odry było nie sposób. Z jednej strony bagno, gęstwina zarośli, po prostu džungla, z drugiej zbrocza dawnego wysypiska śmieci. Dziś na jego miejscu stoi oczyszczalnia ścieków. Nad samym kanałem stało kilka byle jakich bud, będących schronieniem dla okolicznych pijacków. Całość zakrzaczona, zaniedbana, zapomniana. Pomyślałem, a może by tak ten skrawek świata wydzierzawić? Uporządkować, zrobić marinę z prawdziwego zdarzenia? Postawić domek w środku miasta nad dziką, piękną rzeką, dziesięć minut drogi od Bramy Portowej? Pokazałem te miejsce Mirkowi Greniowi i Januszowi Kibale i... zaczęliśmy działać – mówi Jurek Krasieński.

Kieruję spojrzenie na Mirka Grenia. Zadaję mu pytanie z niedowierzaniem: We trzech rzuciliście się na tę džunglę? – Przygotowaliśmy potrzebną dokumentację, zrobiono pomiary, złożyliśmy papiery o dzierżawę w urzędzie i nie czekając na odpowiedź, do roboty. Czym kto miał, siekiera, nóż, piła, rżnęliśmy i karczowali od świtu do nocy. Około dziewięciu tysięcy metrów kwadratowych. Na warsztacie porobiłem siekiery ze starych pił tarczowych. One najlepiej cięły to zielsko. Kiedyś ściąłem drzewo, które mnie trochę przyniosło, na szczęście bluszcz i powoje uratowały mi skórę – odpowiada Mirek Grenia. Znowu zwracam się do Jurka. Jak na wasze plany zareagowali urzędnicy? – dopytuję. – Gdy mój nierealny trochę plan zaczął przyjmować jak najbardziej realne kształty, zaczęły się schody. Oczywiście urzędowe. Jeden z radnych powiedział, że „miasto nie może szafować gruntami”, inny że „jak wydzierzawić teren, to będzie tak samo jak z plażą mieleńską i wieżą Bismarcka”. Nie było łatwo. Nieocenioną pomoc okazał radny Marek Kolbowicz, który od początku zobaczył w tym miejscu to, co my widzieliśmy w naszych marzeniach: piękniejszy kawałek Szczecina – wyjaśnia Jurek Krasieński, a ja już szykuję pytanie do następnego rozmówcy. Widzę, że na twarzy Marka Kolbowicza pojawił się uśmiech. Pytam go o „Marinę”. – Znałem ten zakątek Odry od lat. Tędy wiodły moje treningowe szlaki. Wielu radnych nie wyobrażało sobie tutaj przystani, ale kilka wizyt na miejscu radykalnie zmieniło ich opinię. Dziś stowarzyszenie ma w urzędzie wielu kibiców. „Marina” to inicjatywa zdecydowanie upiększająca nasze miasto, a sam pomysł godny naśladownictwa – mówi radny. Znowu wracam do Jurka. Jestem ciekaw, jakie były kolejne kroki po wykarczowaniu zarośli. – Problemy urzędowe zeszyły na plan dalszy, a my zabraliśmy się za podwyższenie i utwardzenie terenu. Ziemię załatwiliśmy z jednej ze szczecińskich budów. Wozili ją gdzieś za Gryfino, więc gdy zaproponowałem, by przywieźli ją tu, zgoda była natychmiastowa. Przy czterech setnych ciężarówce przestałem je liczyć. – opowiada Jurek. – Wszystkim się to opłaciło. Dziś jesteśmy wyżej niż wały przeciwpowodziowe na Wyspie Puckiej – dodaje.



Kolejne pytanie kielkuje w mojej głowie. Teren gotowy, przydałby się dach nad głową... Co z budynkami? – pytam dalej Jurka. – Domków szukaliśmy po całej Polsce. Byliśmy nawet w Żywcu, a znaleźliśmy na Mierzinie w Szczecinie. Tanie, funkcjonalne i jak widać ładne. Średnia powierzchnia to około 60 m². W stanie surowym zamkniętym to niecałe 50 tys. zł. Oczywiście, wykończenie wnętrza to już kolejna robota dla nas. Wspólnymi siłami przygotowaliśmy podstawy domów. Na własnych plecach ciągnęliśmy kabel energetyczny z pobliskiej oczyszczalni. Kopaliśmy kilkaset metrów rowu pod wodociąg. Łatwo nie było, ale za to o wiele taniej. Kiedy pomyśleć, że kawalerka na pobliskich Pomorzaniech, na czwartym piętrze bez windy kosztuje ponad 160 tysięcy, to aż gęba się śmieje. Pierwszy dom Mirka Grenia postawiliśmy w grudniu, mój był drugi. Jaka frajda, człowieku! Stoi chałupa... Pierwsza wspólna wódka, plany na przyszłość, a na następny dzień znowu do roboty. Domki rosły jeden po drugim. Dziś stoi ich piętnaście, a gdy ktoś mi powie: „O, najpiękniejszy teren sobie wzięli” to szał mnie trafia. My go nie „wzięliśmy”, lecz wyszarpaliśmy z bagniska – wyjaśnia Jurek Krasieński. Czy od początku działaliście jako stowarzyszenie? – jestem tego ciekaw.

Widzę, że Jurek otwiera usta, by odpowiedzieć. – Oczywiście. Od samego początku działamy jako Stowarzyszenie Miłośników Odry Zachodniej „Marina”. W planach mamy szkolenia wodniackie młodzieży, możliwość zrobienia patentów motorowodnych i jachtowych, imprezy kulturalne, koncerty. Na stoku dawnego wysypiska budować będziemy niewielki amfiteatr, obok świetlicę z prawdziwego zdarzenia. Będzie też możliwość dla szczecińskich wodniaków, cumowania i zimowania jednostek pływających – odpowiada pomysłodawca projektu. Spotkanie powoli dobiega końca.

Zegnamy się. Dopijam wieczorną kawę na nadodrzańskim tarasie i Jurek już odprowadza mnie do bramy „Mariny”. Widzę, że chciałby coś jeszcze dodać, więc zamieniam się w słuch. – Mamy tu „swoje” orły, bobry, dziki. Mamy wschody słońca nad Odrą, przystań dla łódek, dach nad głową. Zbudowaliśmy to sami, nie wyciągając ręki po fundusze unijne, czy miejskie. Za oczyszczenie z mułu zatoczki zapłaciliśmy sami, choć przecież to publiczna droga wodna, należąca do Zarządu Gospodarki Wodnej. Nikt z nas nie jest milionerem, więc większość prac wykonujemy sami. Często przy pomocy przyjaciół, znajomych. Bo w przyjaźni jest siła. Dziś skupiamy się na przygotowaniu do działalności statutowej. Pewnym wzorem dla nas jest Miasteczko Portowe w Urazie pod Wrocławiem. Mamy z nimi wspaniały kontakt i również nieocenioną pomoc. Nasi przyjaciele mają już kilkuletnie doświadczenie, które pokazuje, że takie inicjatywy mają sens, a ja uparcie będę dążył do realizacji swoich marzeń – mówi na pożegnanie Jurek, a ja z jeszcze większym podziwem spoglądam na jego skarb.

autor: Szymon Kaczmarek / foto: Jarosław Gaszyński

„Marina” Stowarzyszenia Miłośników Odry Zachodniej to wyrwany błotom i nieużytkom skrawek piękniejszego dziś Szczecina. Podobnych miejsc, które można by zagospodarować, jest nad Odrą wiele. By je zmienić wystarczy wyobraźnia, upór i... sporo pracy. Jerzy Krasieński to człowiek uczynny. Chętnie podzieli się swoimi doświadczeniami. Może skontaktują się z nim pomysłodawcy idei „szczecińskiego pływającego ogrodu”? Może inni pasjonaci naszej Rzeki. On już wie, jak to się robi.





s/linestudio

Jesteśmy ekspertem w dziedzinie projektowania wnętrz i kuchni. Nasz wykwalifikowany zespół architektów wnętrz odpowiadając na potrzeby naszych klientów, kreuje przestrzenie idealnie dopasowane do ich potrzeb. Dajemy im pewność najwyższej jakości, nieszablonowych i designerskich rozwiązań, precyzji wykonania i kompleksowości w zakresie obsługi.

Od 12 lat podążamy za nowoczesnymi rozwiązaniami jednocześnie łącząc doświadczenie z innowacyjnością. Nasze wnętrza to połączenie wyjątkowości, indywidualizmu, nowoczesnego i eleganckiego wzornictwa oraz perfekcji zachowanej w dbałości o najmniejszy szczegół i detal.

S-LINE STUDIO
Villa Park, ul. Walczaka 1-2,
66-400 Gorzów Wlkp.
info@s-linestudio.pl
s-linestudio.pl





FILOZOFIA DOSKONAŁEJ OBSŁUGI

Od 1989 roku, kiedy Lexus zadebiutował na rynku motoryzacyjnym, marka była znana z wychodzenia naprzeciw oczekiwaniom klientów. I dokładnie tak jest w szczecińskim salonie. Wyjątkowa obsługa, jakość samochodów i działalność poza murami salonu – o tym porozmawialiśmy z Krzysztofem Dranikowskim, dyrektorem Lexus Szczecin.

Lexus wciąż zaskakuje. Bestsellerem jest program finansowania samochodów Smart Plan, dzięki któremu przedsiębiorca nie musi kupować auta na własność, a dla którego obniżenie kosztów użytkowania samochodów jest bardzo ważne w firmie, może się cieszyć z jazdy, np. nowym crossoverem UX.

Nowy UX to aktualnie najbardziej pożądany i popularny model Lexusa. Jego fenomen polega na jego uniwersalności – świetnie się porusza po mieście i jest doskonały na wypady za miasto, chociażby nad ukochane przez nas morze. Teraz nie jest już trudny do zdobycia. UX benzynowy kosztuje 171 tysięcy złotych, ale w leasingu Smart Plan dla przedsiębiorców jego przyszły użytkownik może nim jeździć już za 990 złotych netto miesięcznie! Co ważne, przy tak niskiej racie, Lexus ma wysokie wartości rezydualne. Klient wpłaca 10 procent wpłaty własnej i przez trzy lata ma możliwość finansowania w najniższej w tej klasie racie miesięcznej na rynku!

Czy to się faktycznie opłaca?

Tak, jak zrobimy wyliczenia to zobaczy pani, że użytkowanie tego auta kosztowało nas dużo mniej w porównaniu z jego ceną. UX kosztuje wspomniane 171 tysięcy złotych brutto. Najpierw wpłaca pani 10 procent jego wartości, czyli 17.100 złotych brutto. Następnie co miesiąc opłaca pani ratę w wysokości 990 złotych netto. Rata pomnożona przez 36 miesięcy plus VAT daje nam 43.837 zł brutto. Kiedy zsumujemy wkład własny i wszystkie raty okaże się, że samochód kosztował nas niecałe 61 tysięcy! Jeśli dodamy, że przedsiębiorca może wliczyć auto w koszty firmy i odliczyć VAT w 50% (lub w całości), mamy kolejne korzyści, a koszt finansowania samochodu jest jeszcze niższy!

Co się dzieje po trzech latach użytkowania takiego samochodu?

Klient ma możliwość jego dalszego finansowania np. w klasycznym leasingu albo je zwraca do salonu. Powiem szczerze, że dalsze finansowanie na innych już warunkach nie jest tak atrakcyjne. Warto zatem nabyć kolejne auto w Smart Planie i to z bardzo prostych przyczyn: znowu dostajemy nowy samochód, na gwarancji i bez dodatkowych kosztów. Nic tylko cieszyć się z jazdy kolejnym nowym Lexusem!

Czy zwykły klient, który nie jest przedsiębiorcą może skorzystać z takiej oferty? Nie ukrywam, że co raz więcej osób, także wśród moich znajomych, wybiera alternatywne formy posiadania wymarzonego auta.

Oczywiście, od lipca br. uruchomiliśmy program Lexus DLA CIEBIE dedykowany dla klientów indywidualnych. Co raz więcej klientów decyduje się na to i nie tylko w sferze motoryzacji. Wynajmujemy mieszkania, bierzemy na abonament telefon, telewizję, prąd czy inne różne rzeczy. Teraz większość z nas liczy pieniądze. Posiadanie samochodu na własność nie jest już nikomu potrzebne. Auto ma spełniać funkcję użytkową i ma nas jak najmniej kosztować. Czego chcieć więcej?

Jesteście marką, ale także salonem, który nie tylko oferuje doskonałe auta, ale też robi dużo dobrego poza główną działalnością. W związku z tym, że mamy już wrzesień, a to oznacza, że za chwilę wystartuje kolejna edycja Pekao Szczecin Open, nie mogę nie zapytać

o wasz udział w tym ważnym wydarzeniu sportowym. W tym roku mija 15 lat waszej współpracy. Jak się pracuje na takie zaufanie? Należę do tej grupy osób, która sobie nie wyobraża, żeby was tam nie było...

Faktycznie, dużo osób mówi, że jeśli turniej Pekao, to musi być tam Lexus. Zabezpieczamy logistycznie całe wydarzenie, zawodnicy, goście turniejowi są wożeni naszymi samochodami. Samych kursów na trasie Szczecin- Berlin, na lotniska jest około 60. Do dyspozycji mamy flotę dwunastu samochodów. Są to różne modele, oklejone naszym i turniejowym logiem. Oprócz tego, że reklamujemy naszą markę i firmę, jest to również fantastyczna promocja miasta. Sam turniej jest bardzo dobrze oceniany w tenisowym środowisku, dostaje nagrody za najlepszy challenger na świecie. Otrzymujemy rokrocznie najwyższe noty za logistykę i organizację. Najlepszym tego przełożeniem są zawodnicy, którzy przyjeżdżają grać do Szczecina. Zawsze są zadowoleni, nie tylko ze sportowego poziomu imprezy, ale bardzo chwalą sobie jego organizację.

Tenis to nie jedyna dyscyplina sportowa, jaką wspieracie.

Od ubiegłego roku jesteśmy również partnerem Pogoni Szczecin. Pracownicy klubu i piłkarze jeżdżą samochodami Toyota, a flagowa limuzyna Lexusa – LS500 została oddana do dyspozycji zarządu klubu. Pogoń Szczecin to wizytówka naszego regionu. Podpisaliśmy również umowę z klubem ekstraklasy koszykówki żeńskiej – AZS AJP Gorzów Wlkp. W tym sezonie najlepsze koszykarki tego klubu będą jeździły najnowszymi Lexusami UX.

Szczeciński salon Lexusa jest doceniany poza regionem. Macie klientów z różnych części Polski, wśród których znajdują się znani artyści i sportowcy. To też składa się na jakość marki i firmy.

Doceniają nas bardzo różne osoby, część z nich trafiła do nas poprzez turniej. Wśród nich jest m.in. znakomity lekkoatleta, olimpijczyk Marcin Lewandowski. Naszymi klientami są znani artyści i aktorzy, jak np. Małgorzata Pieńkowska, Robert Janowski czy Michał Milowicz. Myślę, że głównym atutem naszego salonu, poza samymi samochodami, jest jakość obsługi.

No właśnie, za każdym razem jak was odwiedzam, jestem tym mile zaskoczona. Klient jest przez was wręcz rozpieszczany, w pozytywnym tego słowa znaczeniu.

Hołdujemy obsłudze door to door, klient ma auto do dyspozycji na czas przeglądu, wykonania usługi. Dzisiaj kupić nie jest trudno, ale zadbać o jakość obsługi klienta, to już jest sztuka. Serwis tworzy całą firmę. Lexus działa według japońskiej filozofii Omotenashi, czyli ich kultury gościnności i uprzejmości. W skrócie oznacza to „przyjmij klienta jak gościa we własnym domu”. Omotenashi to znacznie więcej niż doskonała obsługa – to od dawna zakorzeniona w japońskiej kulturze idea przewidywania potrzeb innych.

A Lexus Szczecin potrafi to robić po mistrzowsku.

Dokładnie, bo zadowolenie klienta z jakości naszej obsługi jest najważniejsze!

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Lucjola Runiewicz

Porsche Centrum Sopot z Mateuszem Kusznierewiczem!



Na wodzie nieustraszony i nastawiony na zwycięstwo. Na drodze rozważny i skoncentrowany. Pływa na łódkach szybkich i dających adrenalinę. Podobnie jest z samochodami, wybiera takie, które w DNA wpisane mają szybkość, ale są też bezpieczne i komfortowe. Mateusz Kusznierewicz, najbardziej utytułowany polski żeglarz, został Ambasadorem Porsche Centrum Sopot i od kilku miesięcy można go spotkać w autach tej znakomitej marki.

Mateusz Kusznierewicz to mistrz olimpijski z Atlanty w żeglarskiej klasie Finn. Na igrzyskach w Atenach zdobył brązowy medal. Ma na swoim koncie wiele medali mistrzostw świata i Europy, ostatni z nich, złoty wywalczył w czerwcu tego roku, tym razem na dwuosobowej klasie Star. Mateusz Kusznierewicz urodził się w Warszawie, a po raz pierwszy na łódkę wsadził go tata. To było na Mazurach. Gdy miał 9 lat, rodzice zapisali go na obóz w Nieporęcie nad Zalewem Żegrzyńskim. Żeglarstwo wygrało z innymi pasjami, zainteresowaniami i sportami, takimi jak gimnastyka, gra na piani-

nie i gitarze, śpiew, gokarty, modelarstwo czy skoki do wody. Gdy w wieku 21 lat zdobywał złoto na igrzyskach w Atlancie na trwałe zapisał się w historii polskiego sportu.

– Porsche Centrum Sopot zdecydowało się na współpracę z Mateuszem oceniając głównie jego dorobek sportowy. Zauważyliśmy bowiem wiele podobieństw między nim, a naszą marką i naszą firmą. Szybko znaleźliśmy wspólny język. Mateusz jest mistrzem i żeglarskim autorytetem na skalę światową. Marka Porsche, słusznie utożsamiana ze sportowym charakterem, jest mistrzem wśród



sportowych samochodów. Sport jest dla nas częścią życia, a charyzma oraz ambicja Mateusza sprawiły, że nasze drogi połączyły się – mówi Karolina Łukaszewska-Kempa, marketing manager Porsche Centrum Sopot.

Aktualnie Mateusz Kusznierecz jeździ Porsche Cayenne Coupé. To samochód idealnie skrojony pod jego potrzeby. Sportowiec wybrał ten model ze względu na jego rodzinny charakter. Mateusz często bowiem podróżuje po Polsce i Europie z całą rodziną, stąd te duże i wygodne samochody bardzo mu odpowiadają. Najważniejsze cechy nowego Cayenne Coupé to: ostrzejsze linie z całkowicie unikalną tylną partią nadwozia, adaptacyjny tylny spojler, kanapa wyprofilowana z myślą o dwójce pasażerów oraz dwie różne koncepcje dachu – standardowo montowany panoramiczny, stały dach szklany oraz opcjonalny dach z włókien węglowych.

Standardowe Cayenne Coupé napędzane jest 6-cylindrową jednostką z turbodoładowaniem, o pojemności 3.0 i mocy 340 KM. Ceny zaczynają się od 411 tys. zł. Wersja Cayenne Turbo Coupé, napędzana przez 4-litrowe V8 generuje 550 KM i przyspiesza do 100 km/h w 3,9 s. Osiągi imponujące. Podobnie jak cena, która rozpoczyna się od 720 tys. zł.

Cayenne Coupé to nie jedyny samochód marki Porsche, który upodo-

bał sobie Mateusz Kusznierecz. Zanim przesiadł się do wygodnego SUV-a, jeździł modelem Panamera GTS. Sportowa limuzyna rozpała wyobraźnię miłośników motoryzacji. Jak mało który samochód, łączy ona cechy auta luksusowego i sportowego, a każdy z programów jazdy diametralnie różni się od siebie. Sercem Panamery GTS jest 4-litrowy silnik V8 biturbo o mocy 338 kW (460 KM) oraz maksymalnym momencie obrotowym 620 Nm. Napęd na obie osie Porsche Traction Management (PTM) oraz 8-biegowa przekładnia dwusprzęgłowa PDK dostarcza moment obrotowy do kół bez przerw w dostawie siły napędowej.

Kolejnym samochodem, którym jeździł Mateusz Kusznierecz był Porsche 718 Boxster – dwuosobowy roadster idealnie nadaje się do krótkich weekendowych wypadów. To prawdziwy sportowiec, a prowadzenie go wyzwała niesamowicie pokłady adrenaliny, tym bardziej, że

współpraca między kierowcą a elektrycznie wspomaganym układem kierowniczym jest niemal telepatyczna. Centralnie umieszczony silnik zapewnia idealny rozkład masy, co z kolei pozytywnie przekłada się na stabilność, aczkolwiek ten samochód potrafi zarzucić tyłem i spowodować dreszczek emocji u kierowcy. Ale Boxster ma też spokojne oblicze, o ile tylko chcemy łagodnie go traktować.

– Jacht, na którym zwyciężyłem w tegorocznych mistrzostwach świata nazywałem Carrera. Tak Porsche nazywa modele z mocniejszym silnikiem. Podobnie jest z moim jachtem. Jest szybszy i mocniejszy od konkurencji. Tak wygląda moje podejście do współpracy z Porsche Centrum Sopot. To nie tylko rola ambasadora, liczne działania promocyjne czy przyjemność z jazdy fantastycznymi sportowymi autami marki Porsche. Z zespołem Porsche Centrum Sopot mamy podobne podejście do życia, wspólne cele i pasję do osiągania wyjątkowych rzeczy. Połączyły nas sportowe geny. Nasza współpraca jest bardzo ciekawym i pozytywnym doświadczeniem. Przygotowaliśmy interesujący plan działań, który realizujemy przez cały rok – podsumowuje Mateusz Kusznierecz.

autor: Max Radke / foto: materiały prasowe



Aneta Zelek: Musimy się łączyć do inwestorów

Jakie wyzwania czekają Szczecin i gdzie czają się zagrożenia? Czy realne jest odbudowanie przemysłu stoczniowego oraz czy nowy stadion i aquapark są trafionymi inwestycjami? Dowiemy się też jak ściągnąć do miasta inwestorów i ile są warte obietnice polityków według prof. dr hab. Anety Zelek. Specjalnie dla „Prestiżu” znana szczecińska ekonomistka, naukowiec i Rektor Zachodniopomorskiej Szkoły Biznesu pokusiła się o zdiagnozowanie kondycji finansowej i gospodarczej stolicy Pomorza Zachodniego.

Pod koniec lipca tego roku niemiecki dziennik „Nordkurier” napisał, że Szczecin może być nie tylko polską, ale również polsko-niemiecką metropolią. Materiał ten był szeroko komentowany przez, nie tylko lokalnych, polityków, samorządowców oraz świat biznesu. Pojawiały się głosy pełne emocji a nawet wręcz histeryczne wypowiedzi twierdzące, że to próba oderwania Szczecina od Polski. Czy Szczecin ma szansę na stworzenie takiej aglomeracji? Czy ona jest nam potrzebna?

Czy nie wydaje się Panu, że to jest trochę odgrzewany kotlet? To nie jest nowa koncepcja, po 2000 roku była już na tapecie. Mówiliśmy wtedy o modelu Szczecina jako zaplecza Berlina. Jak wiemy, to się nie powiodło. Choć w pewnych funkcjach, czy w pewnych aspektach, Szczecin, czy też nasz region rzeczywiście pełni taką rolę. Zacznę od tych banalnych kwestii. Niemcy robią u nas zakupy, korzystają z usług, bo relacje cenowe i kursowe temu sprzyjają. Ale też Niemcy korzystają u nas np. z obiektów kultury. Wystarczy wspomnieć sławną już dzisiaj Filharmonię Szczecińską, która bardzo często gości melomanów właśnie z Niemiec. Choć osobiście nie wierzę w to, że nastąpi pełna integracja i że rzeczywiście staniemy się wielkim ośrodkiem, czy centrum usługodawczym dla landów wschodnich czy dla samego Berlina. Nie dziwi

mnie jednak, że systematycznie wraca taka idea i że co jakiś czas o tym dyskutujemy.

Więcej Polaków w tej chwili jeździ do Niemiec, czy Niemców odwiedzają Polskę, w różnych celach?

To bardzo zmienne zjawiska. One przede wszystkim wynikają z tego, jak aktualnie kształtuje się kurs złotego w stosunku do euro. Teraz, aktualnie mamy słabnący kurs złotówki i dlatego możemy odnotować, że na parkingach hipermarketów w Szczecinie widać więcej pojazdów z rejestracjami niemieckimi. My, Polacy z kolei zasiedliśmy trochę okolicznych miejscowości przygranicznych po stronie niemieckiej. Choć zdaje się, że to zjawisko ma już mniejszą dynamikę. Atrakcyjność cenowa (mam na myśli ceny nieruchomości), sprzed kilku a nawet kilkunastu lat dzisiaj nam już nie towarzyszy. Nadal jednak wielu szczecinian uznaje zamieszkiwanie kilka kilometrów od Kołbaskowa za atrakcyjne i co więcej – opłacalne.

Wracając do Szczecina jako aglomeracji. Padają sugestie, że Niemcy mogliby sfinansować jej budowę. Znalazłby się środki.

To brzmi bardzo apetycznie, jak zawsze kiedy pojawiają się fundatorzy z zewnątrz. Należałoby taką szansę, czy okazję wykorzystać. Nie zwal-

nia to jednak nas, szczecinian, a przede wszystkim włodarzy miasta, z troski i dbałości o perspektywę rozwoju Szczecina. Z punktu widzenia nie tylko takiego urbanistyczno-infrastrukturalnego, bo w tej dziedzinie trochę się w Szczecinie dzieje. I tylko ślepiec by nie zauważył, że miasto rzeczywiście pięknieje, że poprawia się infrastruktura drogowa, komunikacyjna. Wystarczy wspomnieć Kolej Metropolitalną – bardzo zaawansowany projekt. Zaniedbana pozostaje jednak cały czas kwestia, o którą zwykle apelują ekonomiści – gospodarka i funkcje gospodarcze Szczecina. To trzeba sobie jasno i bardzo odważnie powiedzieć. Choć przypuszczalnie ja tą wypowiedzią narażę się wielu osobom, to mam odwagę powiedzieć, że przez ostatnie dwie dekady nie odpowiedzieliśmy sobie na pytanie: jeśli nie gospodarka morska, to co? Dlaczego tak formułuję pytanie? Obawiam się, że na reaktywację naszych funkcji stoczniowych, wielkiego ośrodka budującego statki nie ma żadnych szans. Ten polityczny projekt promu – widmo, jest tyleż efektywny co nieefektywny. I jako taki po prostu wywołuje chichot. I nie jest to chichot historii. To jest chichot ekspertów, którzy twierdzą, że ten projekt jest nie tylko nierealistyczny, ale także nierealny. Nie należy nas karmić nadzieją na to, że Szczecin wróci do swojej potęgi stoczniowej, że rozpocznie się tu realna produkcja stoczniowa na wielką skalę i wrócimy do takich rozmiarów produkcji okrętów jakie pamiętamy jeszcze sprzed 2000 roku. Mam na myśli Stoczní Szczecińską zatrudniającą sześć tysięcy pracowników, z olbrzymim zapleczem kooperacyjnym i setkami współpracujących ze stoczní firm. Ja w ten scenariusz nie wierzę. I wielu znawców tego tematu również nie.

Jeśli nie przemysł stoczniowy, to co?

Pojawiają się ostatnio opowieści o tym, że nasz region czy sam Szczecin może być taką polską „Silicon Valley”, że możemy rozwijać się branżach ICT, czy być kreatorem wspaniałych innowacji. To brzmi bardzo ambitnie, ale na razie pozostaje mrzonką. Ta aspiracja niestety nie znajduje żadnego potwierdzenia w faktach. Wystarczy przytoczyć badania prowadzone w ramach rankingu innowacyjności regionów. Pamiętając, że każdy region stoi swoją największą aglomeracją, okazuje się, że Szczecin na 16 stolic województw jest na 11 pozycji jeśli chodzi o zdolność innowacyjną. Wyprzedzają nas, co oczywiste: Warszawa, Trójmiasto, Wrocław, Kraków, Poznań. Ale wyprzedza nas także Lublin czy Rzeszów. Na tamtym biegunie udało się zreformować gospodarkę w kierunku jej innowacyjności. W Szczecinie nadal tego nie zrobiliśmy. W efekcie, w rozmowach o długoterminowych perspektywach rozwoju miasta zawsze wracamy do tego samego wątku - w Szczecinie nie ma przemysłu, nie ma więc innowacji.

Może przemysł nie jest nam potrzebny?

Może właśnie powinniśmy sobie odpowiedzieć na takie pytanie: może nie powinno tu być przemysłu? Może coś w tym jest, że Szczecin jako lokalizacja dużych inwestycji przegrywa systematycznie ze Stargardem i Goleniowem, tam gdzie działają wielkie parki przemysłowe i naukowo-technologiczne. Wygląda na to, że te najpoważniejsze inwestycje produkcyjne ciężą dzisiaj w kierunku miejscowości, które są w zapleczu geograficznym Szczecina.

Dlaczego tak się dzieje? Nie potrafimy przyciągać dużych inwestorów? Nie mamy ich czymś zaniec? Czymś, czym moglibyśmy ich skusić? Nie jesteśmy dla nich atrakcyjni? Cieszymy się sławą fajnego miejsca dla małych firm.

Gdybyśmy mieli oceniać atrakcyjność inwestycyjną miejscowości, czy miast, to wyraźnie przegrywamy z Goleniowem i Stargardem. A jeśli szukać dalej to przegrywamy nadal z miastami Wielkopolski czy Dolnego Śląska. Przegrywamy. Obiektywnym czynnikiem może być faktycznie nienajlepsza sytuacja, jeśli chodzi o grunty inwestycyjne, które mogą spełniać warunki dla potrzeb lokalizacji produkcji wielkoprzemysłowej. Nasze grunty inwestycyjne, nie są prawdopodobnie tak atrakcyjne. Już nasza sąsiedzka gmina Kołbaskowo ma dużo lepszą sytuację jeśli chodzi o dyspozycyjność gruntową. Mogę też przypuszczać, że również polityka w zakresie podatków terytorialnych nie jest zachęcająca. Nie znam szczegółów tego typu rozmów i negocjacji z potencjalnymi inwestorami. Wiem tylko, że miasto Szczecin ma swoje Centrum Obsługi Inwestorów, które jest odpowiedzialne za ściąganie tutaj dużego biznesu. Ale od lat nie słyszałam, żeby do Szczecina trafił jakiś poważny projekt inwestycyjny. Może więc reaganowski model „małe jest piękne” jest właściwy, a my będziemy się cieszyć dużym odsetkiem tzw. mi-

kroprzedsiębiorstw. Być może to jest nasza przyszłość. Pytanie tylko, czy to pozwoli nam na utrzymanie odpowiedniego poziomu rozwoju. A trzeba zaznaczyć, że Szczecin już dzisiaj cierpi na tzw. niedoborowe tempo wzrostu gospodarczego. Jeśli wziąć pod uwagę, że w ciągu ostatnich 15 lat Polska może się poszczycić przeciętnym przyrostem PKB o 36 a nawet 40 procent, to w Szczecinie, w tym okresie PKB wzrosło zaledwie o kilkanaście procent. We Wrocławiu tempo wzrostu przekroczyło 50, w Poznaniu ponad 40 procent. W Szczecinie, w tym okresie -14 procent. Jesteśmy więc spowolnieni jeśli chodzi o wzrost gospodarczy, a brak dużych firm nie awizuje tutaj znaczącej poprawy.

Może sprawdzi się marksistowska zasada, że ilość przechodzi w jakość?

To jest jakaś koncepcja. Ale trzeba powiedzieć, że mikrofirmy tak naprawdę żywią się jakimś wiodącym przemysłem. Zwykle pracują w zapleczu kooperacyjnym, czyli tak naprawdę muszą mieć komu sprzedawać swoje produkty i usługi. A takim potężnym odbiorcą jest wielki przemysł. I tego w Szczecinie brakuje. Rozmowy o tym, że my będziemy wielkim zapleczem Niemiec czy Berlina, że będziemy inter-regionalnym centrum usług BPO, to są koncepcje, które nie gwarantują takiego tempa wzrostu gospodarczego, jaki jest potrzebny do tego żebyśmy mieli do czynienia ze wzrostem poziomu jakości życia w mieście. Bo wydaje się, że na koniec dnia o to właśnie chodzi – żeby się żyło godniej i wygodniej.

”
Mamy w budżecie i planie inwestycyjnym Szczecina za dużo rozrywki i za mało rozważa! Nie złapaliśmy balansu.”

W jednym z wywiadów stwierdziła pani, że zapala dla Szczecina ostrzegawczą lampkę. W którą stronę Szczecin powinien pójść?

Szczecin ze względu na swoją lokalizację, czyli swoiste geograficzne DNA powinien być gigantycznym ośrodkiem logistyczno-spedycyjnym. Ma to związek oczywiście z naszym portem i funkcjami transportowymi oraz z terenami inwestycyjnymi, przeznaczonymi na tworzenie węzłów komunikacyjnych, np. Trzebusz i Dunikowo. Jako dojrzały ekonomista jednak zdaję sobie sprawę, że to tak nie działa! To nie jest tak, że my mamy wolę wpuścić tutaj inwestorów z określonej branży. To inwestorzy z określonej branży szukają sobie dogodnych lokalizacji. Jeżeli je znajdują, to tam się zagnieżdżają, tam się osiedlają. Pytanie: dlaczego Szczecin nie jest postrzegany jako dobra lokalizacja dla różnego rodzaju inwestycji produkcyjnych i usługowych, skoro odległy od Szczecina o 30 km Goleniów okazuje się być fantastyczną lokalizacją. Takie duże inwestycje żywią całą okolicę, dają udział w podatku CIT, dają pracę, wnoszą podatki terytorialne, często same budują lub współuczestniczą w budowie infrastruktury. Duży inwestorzy potrzebni są w naszym mieście. A my ich od lat nie mamy.

To gdzie tkwi błąd? Rządzący miastem nie potrafią? Może są źle skonstruowane struktury, które mają zająć się pozyskiwaniem inwestorów do Szczecina?

Nie jestem uprawniona do krytykowania takich struktur. Jeśli użyć biblijnego „po owocach ich poznacie”, no to widzimy, że efekt jest taki jaki jest. Myślę sobie, że to powinien być jeden z najważniejszych, strategicznych priorytetów dla miasta – zaktywizowanie Szczecina jako obszaru, w którym tworzymy warunki dla inwestycji i inwestorów. Naprawdę musimy adorować tych inwestorów, łączyć się do nich.

Pięknym, modelowym wręcz przykładem jest dla mnie Stargard, który znakomicie sobie radzi w polityce lokalizowania inwestycji. Nie udzielię jednoznacznej odpowiedzi dlaczego nam się nie udaje. Twierdzę, że położenie geograficzne jest bezsprzecznie czynnikiem naszej atrakcyjności inwestycyjnej. Ale czy tereny inwestycyjne, które mamy są równie atrakcyjne? – nie wiem. Kolejny wielki znak zapytania to czy nasi wódcze miasta proponują jakieś szczególne warunki preferencyjne dla osiedlania się tutaj firm produkcyjnych. Może w zamierzony sposób postępują tak: nie będziemy lokalizowali tutaj produkcji, bo ona często

jest szkodliwa. Będziemy lokalizować tylko funkcje usługowe. Być może taki jest zamysł władz Szczecina. Zresztą w samej Strategii Rozwoju Miasta można wyczytać tego typu deklaracje. Mam jednak nadzieję, że nikt nie odżegnuje się od powitania w Szczecinie dużych inwestorów.

Argument o naszym bardzo korzystnym położeniu i płynącej stąd renie geograficznej słyszymy od lat.

Dlatego twierdzą, że miasto i okolice powinny być wielkim ośrodkiem LST – logistyka, spedycja, transport.

Co miasto w takim razie powinno teraz zrobić?

Sprzyjać wszystkim inwestorom, którzy chcą tu podjąć rozmowy. Sprzyjać im, nawet za cenę stworzenia pewnych preferencyjnych warunków. Choć rozumiem, że dzisiaj w głównym nurcie polityki gospodarczej w Polsce jest niechęć do udzielania inwestorom – szczególnie tym zagranicznym – preferencji. Powiadamy, że oni na to nie zasługują. Ale twierdzą, że nie ma innej metody na aktywizację gospodarczą. To naprawdę nie jest odkrywcze jeśli powiem, że kondycja finansowa miasta zadecyduje o tym na co możemy sobie w Szczecinie pozwolić, a na co nie. A ta uzależniona przede wszystkim od tkanki gospodarczej i jej podmiotów. To są płatnicy podatków, które stanowią źródło przychodów budżetu miasta. I w ten sposób wkraczam w wątek, który coraz bardziej mnie niepokoi.

Czyli finanse Szczecina?

Sytuacja budżetu miasta powinna nas niepokoić.

Miasto się zadłuża coraz bardziej.

Tak, kondycja finansowa miasta powinna nas zaniepokoić. Dług miasta narasta w tak szybkim tempie, że w zasadzie powinniśmy dzisiaj już pytać o uzasadnienie dla tak szybko rosnącego zadłużenia. Podam dwie liczby: jeszcze w 2018 roku dług miasta Szczecina nie przekraczał jednego miliarda złotych. W 2019 roku sięgnął powyżej 1,6 miliarda złotych! Co to oznacza? To jest zaskakujący wzrost o ponad 60 procent. Na co idzie te 600 milionów złotych? Na dwie równoległe prowadzone gigantyczne inwestycje miejskie: Stadion Pogoni oraz Fabrykę Wody, czyli aquapark. I choć ja mam świadomość tego, że się narażam teraz kibicom, albo narażam się miłośnikom kąpieli wodnych, muszę powiedzieć, że to chyba za dużo na raz. Nie twierdzą, że te inwestycje nie są potrzebne. Pytam tylko dlaczego zbiegły się w jednym czasie i narażają nasze miasto na niekontrolowane i niebezpieczne zadłużanie.

Przez wiele lat mówiło się, że Szczecin ma zachowawczą politykę jeśli chodzi o kredytowanie przedsięwzięć inwestycyjnych. Byli tacy, którzy zarzucali władzom miasta, że „nie mają odwagi brać kredytów i inwestować”. Rzeczywiście, kiedy zestawialiśmy w rankingach Szczecin na tle innych miast, to wypadaliśmy dobrze. Jedni mówili: „dobrze, bo nie ryzykownie”. Drudzy, że „źle, bo brakuje odwagi inwestycyjnej”. Dzisiaj wspinamy się na czoło listy najbardziej zadłużonych dużych miast wojewódzkich. Obawiam się, że będziemy ponosić tego konsekwencje. Jestem ekonomistą i wiem, że właśnie wkraczamy w fazę szybko rosnącej inflacji, która spowoduje wzrost stóp procentowych, czyli wzrosną koszty obsługi tego długu. Aktualnie wynoszą one około 100 mln złotych rocznie. Nie musimy nikomu uświadamiać co można w mieście zrobić za takie pieniądze. Ale już dzisiaj idę o zakład ze skarbnikiem miasta, że odsetki od kredytów będą w kolejnych latach rosły i to dynamicznie. I w ogóle nie pociesza mnie fakt, że mniej więcej 20 a może 30 procent zadłużenia naszego miasta jest zadłużeniem w euro, co ma eliminować ryzyko rosnącej w Polsce inflacji. Trzeba pamiętać, że w warunkach inflacji, kurs polskiej złotówki do euro będzie się zmniejszał w kierunku słabnięcia złotego. To znowu spowoduje, że żeby obsłużyć zadłużenie kredytów w euro trzeba będzie zapłacić więcej. To są pewne niebezpieczeństwa, na które nie można przemykać oczu. Dlatego mam odwagę powiedzieć – już błyska lampka ostrzegawcza. Jeśli obejrzeć strukturę wydatków, inwestycyjnych, to ja znajduję uzasadnienie dla wielu inwestycji typu Miejska Kolej Metropolitalna. Potrzebna i konieczna. Ale kontestuję koncepcję budowy wielkiego stadionu. Tam koszty budowy szacuje się na ponad 400 mln złotych. Na budowę aquaparku ponad 350 mln złotych. Twierdzą, że inwestycje te narażają nas na głębokie zadłużenie i w ogóle nie zbliżają nas do wizji „Miasta Przyszłości”. Na świecie to się nazywa model „Smart City” – miasta innowacyjne, nowoczesne, z dobrymi rozwiązaniami komunikacyjnymi, ekologicznymi i społecznymi. My tymczasem wydajemy pieniądze, których nie zarobiliśmy na

rzeczy, które imponują tylko nielicznym.

Ale nie można przecież nie brać pod uwagę potrzeb mieszkańców.

Mam do tego wielki respekt i szacunek. Rozumiem, że melomani zgłosili potrzebę posiadania filharmonii i opery. Kibice potrzebują dużego stadionu, a inni chcą po prostu pójść na basen. Mówię tylko, że tego typu przedsięwzięcia trzeba harmonogramować w czasie i trzeba je wyskalować na miarę potrzeb oraz możliwości. Obawiam się, że obie inwestycje są za duże, za drogie i realizowane w niezbyt dobrym momencie.

Zapominamy też o kosztach utrzymania obu inwestycji.

To oczywiste, że tego typu obiekty jako podmioty municypalne, czyli miejskie będą generowały koszty eksploatacji, a te znajdują się w następnych latach po stronie wydatków w budżecie miasta. A nie są to bagatelne kwoty.

Ale skarbnik miasta pewnym głosem zapewnia, że wszystkie wydatki są pod pełną kontrolą i nie musimy się obawiać jakichś nagłych wydarzeń związanych z finansowaniem Szczecina.

Ja tu skomplementuję pana skarbnika Stanisława Lipińskiego. Rzeczywiście mam zaufanie do jego kompetencji i profesjonalizmu. Udowodnił przez tyle lat, że potrafi pilnować równowagi budżetu miasta. Jeśli brać pod uwagę ustawowe rygory, które decydują o tym do jakiej wysokości gmina może się zadłużyć, to my spełniamy te wskaźniki. Ale twierdzą, że wskaźniki wynikające z ustawy nie mogą zwalniać nas z myślenia i z rozważań! Mamy w budżecie i planie inwestycyjnym Szczecina za dużo rozrywki i za mało rozważań! Nie złapałoby balansu.

Widzi pani coś optymistycznego w aktualnej sytuacji gospodarczej Szczecina?

W mieście wiele się zmienia, wiele miejskich i regionalnych inwestycji modernizujących miasto robi wrażenie. Pytanie czy jest ich dostateczna ilość. Czy potrzebujemy ich więcej? Czy trzeba przekierowywać środki na inne dziedziny? Nie rozstrzygniemy tego dylematu, bo ilu dyskutantów, tyle opinii. Ale to nie jest najlepsza passa dla Szczecina. Powtórzę jeszcze raz: Szczecin ma niedoborowe tempo wzrostu gospodarczego i wyjątkowego pecha jeśli idzie o inwestycje przemysłowe. Ale z drugiej strony: skoro to nie politycy budują gospodarkę, to nie ma chyba powodu, abyśmy skrajnie krytycznie oceniali stan miasta i sposób rządzenia w mieście.

Aktualnie rządzący w Polsce twierdzą, że nigdy nie było tylu środków finansowych przeznaczonych na Szczecin oraz region jak w ciągu ostatnich czterech lat.

Zupełnie tego nie kupuję. To jest kampania wyborcza, w ogóle to do mnie nie przemawia.

Ani na przykład tunel do Świnoujścia, ani tor wodny do głębokości 12,5 metra?

O tak! To robi wielkie wrażenie. Ale to przedsięwzięcia, które tak naprawdę były planowane przez dziesięciolecia i w końcu dochodzą do skutku. Pamiętajmy jednak, że te projekty robimy na kredyt a my, Polacy będziemy musieli te kredyty spłacać.

A propos wyborów. Przed nami kolejna kampania i kolejne obietnice polityków.

Jesteśmy świadkami takich obietnic już od dłuższego czasu, na przykład uparte zapowiedzi ministra Gróbarczyka, który nadal twierdzi, że będzie aktywowana szczecińska produkcja stoczniowa, że to uratuje od niechybnego upadku Stocznnię Remontową Gryfię. Ale to nie z woli polityków dzieje się przemysł. Przemysł dzieje się z woli biznesu i inwestorów. Jeżeli politycy mówią, że wezmą publiczne pieniądze i zainwestują je w jakieś przedsięwzięcie biznesowe, to ja im nie ufam już po pierwszym zdaniu. I to samo proponuję wszystkim, szczególnie w sezonie kampanii wyborczej. Proszę nie wierzyć w to co nam obiecują w sferze gospodarczej i socjalnej. Po trzydziestu latach demokracji w Polsce, choć wciąż niedojrzałej, powinniśmy już być mądrzejsi, powinniśmy już odbierać zapowiedzi kampanijne ze sporą dawką krytycyzmu. Nawet nieuważny obserwator polityki w naszym kraju zdołał się zreflektować, że „jak politycy mówią, że zrobią, to mówią!”.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiał: Dariusz Staniewski / foto: Jarosław Gaszyński



trendy grzechu warte



jesienne kolekcje

Szczecin, al. Wyzwolenia 18, www.galaxy-centrum.pl



www.instagram.com/galaxycentrum



www.facebook.com/GalaxyCentrum



Aparthotele

– inwestuj z głową

Jeszcze do niedawna inwestycje w condohotele były uważane za jedne z najbezpieczniejszych i najbardziej opłacalnych. Popyt nakreślił podaż i wraz z lawinowym wysypem tego typu inwestycji, ich rentowność zaczęła spadać, coraz częściej też zamiast obiecanych zysków dochodzi do utraty zainwestowanych pieniędzy. Condohotele mogą oczywiście przynieść oczekiwaną stopę zwrotu, niemniej trzeba kierować się pewnymi zasadami i zdrowym rozsądkiem.

Inwestycja w condohotel lub aparthotel – bo obie nazwy w Polsce są praktycznie tożsame – polega na zakupie pokoju w obiekcie hotelowym lub apartamentu na wynajem w budynku mieszkalnym. Inwestor oddaje pokój w zarządzanie operatorowi i czerpie z tego zyski, ma też ten pokój do dyspozycji w ramach tzw. pobytu właścicielskiego przez określony w umowie czas w ciągu roku. Operator zaś dba o obłożenie obiektu, utrzymuje w nim czystość, prowadzi usługi gastronomiczne, usługi SPA & wellness i inne wpisane w specyfikę branży hotelarskiej, przejmując też część kosztów utrzymania nieruchomości i dodatkowych usług.

Ile można zarobić na inwestycji w pokój hotelowy, czy apartament w systemie condo? Dzisiaj trzeba powiedzieć sobie jasno – jeśli ktoś obiecuje dwucyfrową stopę zwrotu, ten z pewnością jest wybitnym optymistą lub po prostu wprowadza potencjalnego inwestora w błąd.

– Realną stopą zwrotu, co wynika z rentowności hotelarstwa w Polsce jest 5-6% netto od wartości netto pokoju. Wszystko powyżej to ryzykowne oferty. Naszym inwestorom proponujemy dwa systemy rozliczeń. W przypadku budynków hotelowych jest to stała stopa zwrotu na poziomie 5-6% netto od wartości netto pokoju. Drugi system to podział zysku w proporcji 50/50 w przypadku budynków z apartamentami wakacyjnymi. W przypadku obu z nich wszelkie koszty utrzymania, w tym części wspólnych oraz związanych z eksploatacją ponosimy my jako operator. Jedynymi kosztami po stronie inwestorów są podatek od nieruchomości oraz fundusz remontowy potrzebny w przyszłości na modernizację lub odświeżenie takich elementów jak elewacja czy dach – mówi Piotr Śliwka, dyrektor rozwoju Zdrojowa Invest.

Zdrojowa Invest to prekursor i lider rynku condo w Polsce, który swą potęgę zbudował na spektakularnych inwestycjach w województwie zachodniopomorskim. W portfolio firmy założonej przez dwóch braci z Kołobrzegu jest kilkanaście obiektów z 1400 pokojami w zarządzaniu, w takich kurortach jak Kołobrzeg, Świnoujście, Ustronie Morskie czy Szklarska Poręba. Aktualnie Zdrojowa Invest realizuje 4 obiekty, z czego dwa będą otwarte w ciągu pół roku. Jeden z nich to pierwszy w Polsce i nad Bałtykiem resortowy Hilton w standardzie pięciu gwiazdek plus, który powstaje w Świnoujściu. Drugi to Radisson Hotel Szklarska Poręba, w którym dostępnych jest jeszcze kilka apartamentów z widokiem na pasma Karkonoszy oraz Gór Izerskich. Kolejne dwa obiekty do Radisson Resort Kołobrzeg z planowym otwarciem na wakacje przyszłego roku oraz ostatni etap świnoujskiego Baltic Park Fort.

– W kołobrzesckim Radissonie znajdzie się 209 pokoi, rozbudowane zaplecze basenowe wzbogacone o zjeżdżalnię, basen na dachu z widokiem na morze oraz Kids Club, restaurację, jak i strefę SPA & Wellness. Drugi z nich to budynek apartamentowy wchodzący w skład kompleksu połączonych z Radisson Blu Resort Świnoujście, w którym apartamenty na ostatnich piętrach posiadać będą prywatne tarasy (ok 40-60 m²) z prywatnymi jacuzzi, wspaniałym widokiem na morze oraz najpiękniejszą w Polsce świnoujską plażę. Realizacja tego obiektu planowana jest na drugi kwartał 2021 – mówi Piotr Śliwka, dyrektor rozwoju Zdrojowa Invest.

Ale nie tylko Zdrojowa Invest oferuje inwestycje w systemie condo w województwie zachodniopomorskim. W Świnoujściu duńska firma

Kristensen Group zbudowała kompleks Baltic Park składający się z 12 budynków z ponad 270 apartamentami o powierzchni od 35 do 123 m². Ich największą zaletą jest lokalizacja - kompleks usytuowany jest w odległości 50 metrów od morza.

W Sianozętach, pięknej nadmorskiej miejscowości obok Kołobrzegu i Ustronia Morskiego, firma Baltic Home realizuje inwestycję Błękitne Tarasy, w której znajdzie się 135 apartamentów. Firma nie podaje jednak jakiej stopy zwrotu mogą się spodziewać inwestorzy. Również w Sianozętach, w formule condohotelu powstaje apartamentowiec Imperiall Apart. Będzie on dopełnieniem kompleksu Imperiall Resort & MediSpa, który w tym miejscu powstawał przez 15 lat i zmienił dwa pogierkowskie budynki w nowoczesny ośrodek. Projekt przewiduje 89 apartamentów, a w podziemiu 35 miejsc parkingowych. Apartamenty o standardzie czterogwiazdkowym będą miały od 27 do 76 m² kw. Ich sprzedaż już trwa. Apartamenty są sprzedawane jako wykończone pod klucz, a nie w stanie deweloperskim, jak to dzieje się zazwyczaj.

– Nabywcom gwarantujemy 6% rocznie od zainwestowanej kwoty netto i prawo 14-dniowego pobytu właścicielskiego. Tworzymy alternatywę dla osób inwestujących w nadmorskie apartamenty na wynajem, których nie interesują Mielno i Kołobrzeg. U nas uzyskają wyższy standard za mniejsze pieniądze – mówi Marcin Kozak, właściciel firmy realizującej inwestycję.

Inwestycje w systemie condo zawitały też do Międzyzdrojów. Najbardziej spektakularna to kompleks Wave Apartments budowany przez Green House Development. Obiecywana inwestorom stopa zwrotu skalkulowana została na 7 procent. W ramach kompleksu powstanie pięć 10-piętrowych budynków 60 metrów od morza. Znajdziemy tutaj strefę SPA & wellness z całorocznymi basenami wewnętrznymi i zewnętrznymi, jacuzzi z wodotryskami, fitness, strefę sportów wodnych na plaży, a także restaurację, klub muzyczny, kręgielnię, strefę dla dzieci oraz boisko i garaż na 300 samochodów. W Międzyzdrojach powstaje też 4-gwiazdkowy aparthotel By The Sea Resort z 207 pokojami sprzedawanymi w systemie condo z gwarancją 6 proc. zwrotu rocznie. Oddanie do użytku planowane jest w 2020 r.

Ciekawą inwestycją jest również kompleks Rogowo Pearl, składający się z pięciu budynków o śmiałej architekturze, w których powstanie ok. 500 apartamentów wakacyjnych. Wszystkie apartamenty są w standardzie

„pod klucz”. W inwestycji zaplanowano dwa baseny oraz plac zabaw i mini siłownię na powietrzu. W trzecim budynku powstaną restauracje, spa i siłownia. W późniejszym czasie deweloper planuje również zagospodarowanie terenów zielonych - mają powstać tam korty i boiska, a przy jeziorze miejsca plażowe, mini marina oraz gastronomia.

Z kolei Mielno upodobał sobie norweski przedsiębiorca Stein Christian Knutsen kierujący holdingiem Firmus Group. Grupa wybudowała dotąd apartamentowce Tarasy, zespół kameralnych budynków apartamentowych pod nazwą Rezydencja Park, aparthotel Moło Park oraz Dune Resort, spektakularny kompleks 330 apartamentów ze strefą rekreacyjną z basenami, sauną i ekskluzywną salą fitness. Dune stoi dosłownie na wydmie, tuż przy promenadzie spacerowej. Unikalna lokalizacja to jeden z wyróżników inwestycji. Z tarasów obu budynków można zejść prosto na plażę.

Inwestycji przybywa, a wpływ na to ma kilka czynników. Przede wszystkim rosnąca popularność polskich kurortów, zarówno wśród turystów krajowych, jak i zagranicznych. Główny Urząd Statystyczny podaje, że w 2018 roku podczas wakacji miejscowości nadmorskie odwiedziło o 10,6% turystów więcej niż w porównywalnym okresie roku 2017. To przełożyło się na większą liczbę udzielonych noclegów. Drugim czynnikiem wpływającym na popularność inwestycji w condohotele i apartamenty na wynajem jest niestabilność rynku finansowego. Lokowanie kapitału w nieruchomości cieszy się dużym zaufaniem Polaków. Trzeba sobie jednak zdać sprawę, że inwestycja w condohotel nie jest pozbawiona ryzyka, aczkolwiek ryzyko te można ograniczyć robiąc dokładną analizę.

Jak inwestować, by nie stracić? Podstawą bezpiecznego inwestowania jest wybór takiego podmiotu, który nie tylko wybuduje atrakcyjny obiekt, ale i w przyszłości będzie skutecznie i efektywnie nim zarządzał. Doświadczenie w branży hotelarskiej, znajomość rynku i jego niuansów, umiejętność przewidywania trendów ma tutaj niebagatelne znaczenie. Warto też zweryfikować sytuację finansową oferenta.

– Na rynku inwestycji w kurortach mamy bardzo dużo świeżych graczy, którzy do tej pory w zasadzie nie budowali nic z tego segmentu. Jeśli taki deweloper faktycznie chce prowadzić hotel, i bierze do tego rzetelną, doświadczoną firmę doradczą to szanse powodzenia są duże. Na rynku condohoteli są świadomi inwestorzy. Nie wątpię, że mają do-





skonałe ułożony biznesplan na lata. Lub już działają w modelu condo i wypłacają zyski, a jednocześnie są „czystej krwi” hotelarzami. Sporo jednak jest na tym rynku klasycznej deweloperki, czyli więcej myślenia o nieruchomości, a nie o hotelu i obsłudze gości – mówi Marlena Kosiura, ekspert z portalu inwestycjewkurortach.pl

Wybierając nieruchomość, należy kierować się kilkoma istotnymi aspektami, a przede wszystkim powinno się stawiać na pewną lokalizację, która przyciągnie do wykupionego lokalu odpowiednią ilość gości. Trzeba zwracać uwagę na położenie obiektu zarówno w skali makro – największe i prestiżowe kurorty nadmorskie i górskie, jak i w skali mikro – czyli lokalizacja w samym kurorcie wpływająca na jego potencjalne obłożenie (która linia zabudowy, bliskość morza, plaży, szlaków górskich, jaki widok, itp.). Oprócz lokalizacji, ważna jest oferta hotelu – SPA & wellness, gastronomia, zaplecze biznesowe, specjalistyczne usługi dla gości, udogodnienia dla rodzin z dziećmi, rozwiązania typu smart wykorzystujące nowe technologie, itd.

Olbrzymi wybór condohoteli sprawia, że każdy inwestor staje też przed dylematem, czy kupić apartament w istniejącym i funkcjonującym już obiekcie, czy takim, który dopiero się buduje lub wręcz jest na etapie dziury w ziemi? Ta pierwsza opcja daje możliwość szybkiej weryfikacji biznesu – można przyjrzeć się temu jak on działa, jaki jest faktyczny standard obiektu, jakie są wrażenia gości, itd. Z zakupem pokoju w condohotelu wiąże się równocześnie umowa z przyszłym operatorem obiektu na zarządzanie całym hotelem wraz z jego obsługą, promocją i ryzykiem. Sprawny operator to klucz do powodzenia biznesu, bo to on obsługuje gości od momentu rezerwacji, przez regulację finansów, sprzątanie, serwis, aż po zdanie kluczy. Odpowiednia jakość świadczonych usług ma decydujący wpływ na atrakcyjność pobytu w condohotelu, a tym samym na zadowolenie gości. Wraz z odpowiednią strategią marketingową, czynniki te są w stanie zapewnić ciągłość najmu, a w konsekwencji generowanie większych zysków dla inwestora.

autor: Jakub Jakubowski / foto: materiały prasowe

Marlena Kosiura | www.inwestycjewkurortach.pl

Zachodniopomorskie jest w zasadzie kolebką nieruchomości condo. W żadnym innym regionie nie powstaje tak wiele inwestycji hotelowych i apartamentowych sprzedawanych w systemie condo. Jeśli za jakość uznajemy wysoki standard budynków, architekturę i dopasowanie projektu do potencjału lokalizacji to niestety trzeba przyznać, że powstaje dużo niskiej jakości projektów. Ich problem polega na zbyt dużej skali, niedopasowanej ani architektonicznie do zabudowy wokół, a przede wszystkim mocno ingerując w naturę. Często inwestycje przypominają bardziej zwykłe apartamentowce niż hotele. Ich architektura i bardzo okrojone zaplecze usług dodatkowych powodują, że de facto trudno je uznać za hotele. Oczywiście nie wszystkie powstające inwestycje są złe. Przy tego typu inwestycji ważna jest wiarygodność dewelopera i firmy zarządzającej. Warto mieć pełną świadomość jakie ryzyka wiążą się z zakupem pokoju czy apartamentu w hotelu. A są to m.in. sezonowość kurortów, przesycenie rynku w określonych lokalizacjach, wiarygodność firm (deweloper, zarządca), trendy związane z turystyką, rozwojem kurortu oraz wszelkie szczegóły dotyczące bieżących kosztów posiadania takiej nieruchomości. Realne stopy zwrotu zależą od konkretnej lokalizacji i projektu, ale średnio jest to ok. 5-6% rocznie. Kwotowo jest to średni ok. 28-34 tys. zł rocznie. Oczywiście są inwestycje w których deweloper zapewnia umową stopy na poziomie nawet 8% rocznie. Są też inwestycje, które swoim właścicielom przynoszą nawet 10% rocznie. By osiągnąć takie stopy zwrotu obiekt hotelowy musi generować wysoki poziom zysków przez cały rok, nie tylko w sezonie. I co najważniejsze generować zyski z wielu dodatkowych usług jak gastronomia, organizacja imprez, strefa zabiegowa, gdyż opierając przychody hotelu głównie na wynajmie pokoi hotel w kurorcie nie jest w stanie wygenerować odpowiednio wysokich przychodów.



OCEANARIUM

MIĘDZYDROJE

Przyjdź i dotknij
podwodnego świata!

3000m² powierzchni
3 poziomy
16 metrowy półtunel
220 ton wody z żywymi okazami
okazy z najdalszych zakątków świata



W oceanarium zastosowane zostały najnowocześniejsze rozwiązania multimedialne. Dopasowane do najmłodszych oraz nieco dojrzalszych odbiorców. Ekrany dotykowe pozwolą zwiedzającym pogłębić wiedzę w wybranych zakresach, a dzieciom umożliwią dodatkową zabawę, m.in. z grami interaktywnymi. Wykorzystanie projekcji laserowych, monitorów 4K (od 43" do olbrzymich 86") oraz technologii wykrywania ruchu pogłębią wyjątkowe wrażenia, które oferuje obiekt.

Międzyzdroje
ul. Bohaterów Warszawy 16 B
tel: 512 755 809

www.oceanarium.com.pl



[oceanarium-międzyzdroje](https://www.facebook.com/oceanarium-międzyzdroje)



[oceanarium.międzyzdroje](https://www.instagram.com/oceanarium.międzyzdroje)

Prezentacja



Na dobre i na złe w życiu i w biznesie

Partnerzy w pracy i w życiu prywatnym. Tworzą rozpoznawalną markę w branży HR ze Szczecina – LSJ HR Group. Wspólnie czuwają nad skuteczną realizacją większych i mniejszych projektów. Są ze sobą od prawie 30 lat... Jak sobie radzą z godzeniem życia prywatnego i zawodowego? Jak udało im się zbudować firmę, o której głośno jest nawet w stolicy? Jak to się wszystko zaczęło?

Rozmowę z Katarzyną Opiekulską-Sozańską i Ireneuszem Sozańskim, właścicielami LSJ HR Group odbywamy w pięknych okolicznościach przyrody, w szwedzkim Grand Park Hotelu.

Na początek gratulacje! Po niemal 30 latach zdecydowaliście się na ślub. Chwilę z tym zwlekaliście...

Katarzyna Opiekulską-Sozańską: Dziękujemy. Wcześniej po prostu nie było okazji (śmiech). Poza tym, musieliśmy się sprawdzić w różnych sytuacjach.

Ireneusz Sozański: Coś w tym jest. Mamy pewność, że możemy na siebie liczyć, zarówno wtedy, gdy świętujemy sukces, jak i wówczas gdy jesteśmy w kryzysie. Ale o tym wiedzieliśmy od dawna.

Katarzyna: Jedni powiedzą, że taka kolej rzeczy, inni, że czas najwyższy. Fakt jest taki, że wśród naszych znajomych jesteśmy parą z największym stażem... narzeczeńskim.

Z pewnością już nieraz słyszeliście pytanie o początki. Opowiedzcie, jak to się wszystko zaczęło.

Katarzyna: Tuż po studiach, czyli w 1999 roku, podjęliśmy decyzję o wspólnym wyjeździe do Londynu. Chcieliśmy nauczyć się języka angielskiego i znaleźć pracę, której wówczas w Polsce zwyczajnie nie było. Brak perspektyw i ambicja, aby coś w życiu osiągnąć popchnęła nas ku wyjazdowi.

Ireneusz: Plan zakładał, że pozostaniemy w UK przez około sześć miesięcy, ale rzeczywistość okazała się bardzo sprzyjająca i w Londynie spędziliśmy trzy lata. Dlaczego? Bardzo szybko Kasia dostrzegła pewne możliwości i już po kilku miesiącach nauki, została reprezentantem placówki na polski rynek. Chętnych po obu stronach, było tak wielu, że naturalnym krokiem stało się zainicjowanie marki LSJ: Londyńskie Szkoły Językowe. Po trzech latach, kiedy biznes dobrze się rozwijał wróciliśmy do Polski.

Dlaczego zdecydowaliście się na powrót?

Katarzyna: Wróciliśmy, ponieważ czuliśmy, że oferta szkoleń językowych połączonych z zapewnieniem pracy i zakwaterowania będzie jeszcze atrakcyjniejsza, jeśli będziemy o niej opowiadać osobiście, z biura w Polsce.

Nie żałowaliście powrotu do Polski?

Ireneusz: Pierwsze dwa lata były dla nas bardzo łaskawe, zarówno pod względem zawodowym, jak i prywatnym. W 2004 roku przyszedł na świat nasz syn Miłosz, a Polska przystąpiła do Unii Europejskiej. Niestety co za tym idzie biznes związany ze sprzedażą długoterminowych kursów językowych stanął pod znakiem zapytania.

Katarzyna: Spodziewaliśmy się, że tak też się stanie. Dlatego w drugiej połowie 2004 roku zmieniliśmy linię biznesową i zaczęliśmy zajmować się rekrutacją Polaków do pracy w Wielkiej Brytanii. Biznes okazał się bardzo absorbujący. Częste wyjazdy zagraniczne, kiedy w domu zostają małe dzieci – w 2006 urodził się nasz drugi syn Ignacy – były dla nas sporym wyzwaniem, tym bardziej, że rekrutowaliśmy około 1500 osób rocznie do różnych krajów i różnych branż.

Ireneusz: Kolejny kryzys dotknął nas w 2008 roku. Załamanie się światowej gospodarki spowodowało znaczne ograniczenie potrzeb rekrutacyjnych u naszych klientów. Praktycznie nie było rotacji w firmach, nie było też finansów na otwieranie nowych stanowisk. Sens naszej działalności stał pod znakiem zapytania...

Katarzyna: Na szczęście mamy mój optymizm i umiejętność chwytania ciekawych okazji (śmiech).

To wtedy pojawił się pomysł na poszerzenie działalności o szkolenia?

Katarzyna: Tak! Szukaliśmy nowych możliwości, także poza Polską. Wpadliśmy na pomysł szkoleń dla Polaków pracujących za granicą. Ostatecznie nasz wybór padł na Norwegię i na kursy dla monterów ruszowań. Wykorzystaliśmy fakt, że w Norwegii pracuje wielu Polaków,

którzy potrzebują bardzo konkretnych uprawnień. Dzisiaj możemy z dumą powiedzieć, że od 2008 roku przeszkoliliśmy około 6000 osób. I nadal w tym zakresie szkolimy!

Ireneusz: Tym właśnie skutkują sytuacje kryzysowe (śmiech). Genialnymi pomysłami. A poważnie mówiąc, w ten sposób rozpoczęliśmy rozwój działu szkoleń LSJ. Do oferty, w której był kurs dla monterów ruszowań, dochodziły sukcesywnie nowe propozycje. Obecnie w naszej ofercie są szkolenia z kompetencji twardych i miękkich, które prowadzą trenerzy z Polski i zagranicy. Tylko w ubiegłym roku przeszkoliliśmy ponad 1000 osób.

Biznes związany z rynkiem pracy nie należy do łatwych. Ciągłe zmiany wymagają stałego dopasowywania się i elastyczności...

Ireneusz: Rzeczywiście tak jest. Konieczne jest bycie nie bieżąco, a nawet krok naprzód. Obserwowanie gospodarki jest niezbędne, ale przyznam szczerze, że intuicja też jest ważna. Kiedy w 2010 roku pojawiła się szansa współpracy ze skandynawskimi firmami z regionu wiedzieliśmy, że będzie to kolejny kamień milowy w naszej działalności. Sześć lat później, ponieważ za namową naszych klientów, staliśmy się agencją pracy tymczasowej. Myślę, że jesteśmy zwinną organizacją. Wyczuwamy potrzeby rynku i reagujemy błyskawicznie, z gotowym rozwiązaniem.

Katarzyna: To prawda. Od czterech lat organizujemy #HRSzczecin – konferencję przeznaczoną dla wszystkich, którzy zarządzają małymi i dużymi zespołami. Na ten jeden dzień do Szczecina przyjeżdżają fenomenalni praktycy, tacy jak: Jacek Santorski, profesor Bralczyk, Joanna Heidmann, Sylwia Królikowska, Sebastian Kotow, Grzegorz Turniak. Jako agencja zatrudniamy też ponad 1200 osób – wszystkich na umowę o pracę! Pomagamy również firmom, które chcą legalnie zatrudnić obcokrajowców, ale nie wiedzą, jak sprawnie przeprowadzić proces legalizacji zatrudnienia.

Gratuluję sukcesu. Ciekawi mnie jeszcze, jaki jest między Wami podział ról? Od tylu lat pracujecie razem, więc pewnie doskonale się uzupełniacie.

Katarzyna: Zartując z siebie mówimy, że robimy „show-biznes”. Ja robię show, Irek – biznes. Chociaż jest to zabawne uproszczenie, to tkwi w nim ziarno prawdy. Jesteśmy skrajnie różni, więc i w firmie zajmujemy się zupełnie innymi aspektami. Ja odpowiadam głównie za rozwój nowych linii biznesowych oraz za kontakt z przedsiębiorcami. Irek pilnuje finansów, umów i tych technicznych tematów związanych z biznesem, które dla mnie są czarną magią. Najważniejsze, że się uzupełniamy. Ja jestem ekstrawertyczna i potrzebuję ludzi dookoła, Irek lepiej czuje się z tabelkami, liczbami. Przyznam jednak, że świetnie sobie radzi w negocjacjach – lepiej niż ja. Jest pomocny, konkretny i sympatyczny.

Ireneusz: Kasiu, gdybyśmy byli podobni, zapewne nie udałoby się nam przez 27 lat funkcjonować w rzeczywistości, w której związek i biznes przeplatają się w każdej godzinie. Patrząc na to z perspektywy widzę, że organizacja rosła wraz z nami. Pewnie dlatego nasze role zawodowe poukładały się bardzo naturalnie, uwzględniając nasze predyspozycje osobiste.

Na podsumowanie powiedzcie, za co się cenicie, a co Was w sobie denerwuje? Jesteście przecież współnikami w pracy i jednocześnie parterami na życie.

Katarzyna: Cenię Irka za dokładność, skrupulatność i niesamowity porządek! Pilnuje i ogarnia całą biurokratyczno-finansową stronę biznesu. Jest bardzo odpowiedzialny, ale nie idealny. Nie lubię, kiedy na moje pomysły odpowiada „nie” (śmiech).

Ireneusz: Cenię Kasię za łatwość w nawiązywaniu kontaktów, wielki optymizm, pomysłowość, dostrzeganie szans. Cenię ją też za bardzo dobre godzenie roli zawodowej i tej najważniejszej w życiu – roli mamy. A co mnie denerwuje? Powiem tak, Kasia dla mnie nie ma wad.

rozmawiała: Aleksandra Kowalczykowska / foto: @zapsienifoto.

Sztuka dobrego dialogu

Rozmowa to ważna rzecz, dobrze przeprowadzona potrafi wiele załatwić. Dyplomata to człowiek, który tę sztukę ma opanowaną do perfekcji, gdyż to od niego zależą nasze relacje z innymi, szczególnie na międzynarodowej scenie. Także i o tym porozmawialiśmy z **Michałem Marcinkiewiczem**, byłym konsulem RP w Helsinkach, posłem na Sejm VI Kadencji, radnym Szczecina w latach 2006-2007.

Wśród funkcji, które Pan do tej pory sprawował jest praca w dyplomacji. Skąd takie zainteresowania?

Polityka zagraniczna zawsze przewijała się w moim życiu. W trakcie studiów pracowałem w Parlamencie Europejskim współpracując z polskimi europosłami. Pracowałem na płaszczyźnie administracyjnej, zajmując się pracami parlamentarnymi i współpracy z innymi instytucjami unijnymi. To zapoczątkowało mój zawodowy związek z dyplomacją. Zanim jednak zająłem się dyplomacją na poważnie, pełniłem inne funkcje ale zawsze z polityką zagraniczną w tle. Byłem radnym, później posłem na Sejm. Blisko współpracowałem z ówczesnym ministrem Spraw Zagranicznych Radosławem Sikorskim, będąc członkiem komisji spraw zagranicznych. Po zakończeniu kadencji zrobiłem aplikację dyplomatyczną.

Łatwo jest zostać dyplomatą?

Można to w zasadzie porównać do regularnych studiów. Trzeba zaliczyć 30 przedmiotów w formie szkoleń poczynawszy od prawa konsularnego, cywilnego i administracyjnego, poprzez protokół dyplomatyczny i politykę europejską po dwustronne relacje na linii Polska i dany kraj. Wszystko kończy się egzaminami. Dodatkowo trzeba udokumentować znajomość języków obcych na poziomie zaawansowanym poprzez zdanie egzaminów resortowych.

Na czym w takim razie polega praca dyplomaty? Co to jest dyplomacja?

Ogólnie mówiąc to umiejętność porozumienia się, budowania wieloletnich relacji opartych na współpracy przy odmiennych bardzo często interesach obu stron. W codziennej pracy dyplomata stara się tak prowadzić rozmowy, aby nie obrazić drugiej osoby. W dzisiejszym czasie jest to bardzo ważne i patrząc na to co się dzieje na świecie: bardzo trudne. Bycie dyplomatą to przede wszystkim służba na rzecz ojczyzny, dla jej dobra i w jej interesie. Dyplomacja żeby była skuteczna musi opierać się na poszanowaniu drugiej strony, tworzeniu dobrego klimatu, a nie obrażaniu bądź nie szanowaniu innych, czego niestety jesteśmy świadkami słuchając wypowiedzi współczesnych polskich polityków. Dyplomata nawet jeśli ma konkretne poglądy polityczne to musi pamiętać, że pracuje na rzecz całego kraju i jego interesy reprezentuje, a nie na rzecz frakcji rządzącej.

Czym się pan zajął dokładnie po zdaniu aplikacji?

Wyjechałem na placówkę do Finlandii, gdzie sprawowałem urząd konsula RP. Nie jest to łatwa rola. W pewnym sensie jest to praca 24 godziny na dobę. Konsuli często porównuje się do Wojewodów, gdyż ich kompetencje są w pewnym sensie zbliżone. Z jednej strony otacza Polaków opieką konsularną mając styczność z sytuacjami losowymi takimi jak wypadki, a czasem również ze śmiercią. Z drugiej zaś reprezentuje nasz kraj na różnego rodzaju oficjalnych spotkaniach lub uroczystościach. Skończywszy na zabezpieczeniu prawa Polaków do posiadania wszelkich urzędowych dokumentów oraz co ciekawe udzielania ślubów cywilnych. Umiejętności dyplomatyczne są tu niezbędne, gdyż cały czas ma się bezpośredni kontakt z ludźmi o różnych temperamentach i cechach charakteru.

Jacy są Finowie? Czego my Polacy moglibyśmy się od nich nauczyć?

To, co jest największą wartością w Finlandii to poukładany sposób funkcjonowania państwa. Oczywiście i tam pojawiają się radykalizmy, nacjonalistyczne zapędy, ale fiński system polityczny jest tak skonstruowany, że nie dopuszcza do głosu pewnych niebezpiecznych zjawisk. U nich wszystko jest przewidywalne, czego znowu brak w Polsce. Niestety codziennie jesteśmy czymś zaskakiwani, niekoniecznie pozytywnie. Nie wiemy co się za chwilę wydarzy i jakie szalone pomysły pojawią się w głowach rządzących. W Finlandii występuje różnorodność w poglądach i ideach ale panuje przy tym ustalony system hierarchii i wartości, którego nie da się, od tak, przestawić do góry nogami. Druga wartościowa rzecz dotyczy codziennego życia. Miasta jako przestrzenie publiczne są całkowicie otwarte dla mieszkańców, np. przy głównej ulicy Esplanadi w Helsinkach są tereny zielone. Kiedy

przychodzi wiosna wszyscy Finowie organizują pikniki. W każdy weekend rozkładają koce, biorą ze sobą dzieci, jedzenie i odpoczywają. W centrum miasta. Kolejna rzecz to ich stosunek do zasobów naturalnych. Finlandia jest producentem drewna, ich największym skarbem są lasy. Oczywiście żyją z produkcji drewna ale równocześnie dbają by las cały czas się odtwarzał. Dbają o klimat, walczą z plastikiem na różne sposoby. Edukują w kierunku dbania o środowisko naturalne. W obliczu coraz szybciej narastających zmian klimatycznych to szczególna umiejętność, którą powinniśmy wprowadzić w Polsce.

Zdecydowanie. Powinniśmy zrezygnować z węgla, który zatruwa nasze powietrze i postawić na odnawialne źródła energii. Niestety, i powiem to wprost, ten sposób pozyskiwania energii wręcz zamordowano w Polsce. Zrobiono to poprzez ustawę, która zablokowała produkcję i sprzedaż czystej energii na rzecz sprowadzania rosyjskiego węgla w ilościach niewyobrażalnych. Koniecznie potrzebna jest zmiana myślenia. Dobrym przykładem edukacji w tym kierunku jest np. akcja, którą wprowadził u siebie w mieście prezydent Warszawy. Uruchoмимо automaty, do których można oddawać plastikowe i szklane butelki w zamian za zniżki do teatrów i kin. Ten przykład jest dobry tylko odbywa się lokalnie, a my potrzebujemy zmian w skali makro.

Wracając do dyplomacji chciałabym się Pana zapytać o zjawisko, które w ostatnim czasie bardzo się nasiliło i wiąże się z nieumiejętnością prowadzenia dialogu. Dotyczy to głównie fali tzw. hejtu, którego największym forum jest Internet. Zrobiliśmy się sfrustrowanym, wręcz agresywnym społeczeństwem, które nie lubi inności i siebie nawzajem.

Doszliśmy do takiego dziwnego momentu, że im bardziej jesteś agresywny i nienawistny tym czujesz się bardziej pewnie. Nie lubię określenia „hejt” dlatego, że jest to wyrażenie obce i nie do końca zrozumiałe. Zdecydowanie bardziej przemawiające do ludzi jest sianie nienawiści, czyli coś bardzo negatywnego i mocnego. A sprawy trzeba nazywać po imieniu. Rządzący, a nawet niektórzy hierarchowie kościoła nakręcają maszynę nienawiści i zbijają na tym kapitał. Jest to niedopuszczalny wręcz obrzydliwy sposób działania, nie tylko w życiu politycznym, ale także społecznym i publicznym. Finalnie i tak na koniec dnia żyjemy w tym samym mieście, na tej samej dzielnicy, ulicy. Zmiany muszą się zacząć od samej góry.

Pochodzi pan ze Szczecina i często tu przebywa. Jak z perspektywy osoby, która pewną część czasu spędziła poza nim ocenia pan Szczecin?

To moje miasto, tu się urodziłem skończyłem studia, mam rodzinę i mieszkanie. Oczywiście praca doradcy Wicemarszałek Sejmu Małgorzaty Kidawy-Błońskiej jest niezwykle absorbująca, tak więc żyje od wielu lat praktycznie na dwa domy jeden w Szczecinie, drugi w Warszawie.

Powracając do Szczecina, to pamiętam jak 13 lat temu byłem w sztabie wyborczym obecnego Prezydenta Piotra Krzyska i naszym hasłem inauguracyjnym było „Będziemy dumni ze Szczecina”. Od tego czasu nasze miasto bardzo się zmieniło. Oczywiście możemy narzekać, że pewne rzeczy działy się zbyt wolno i że wiele miast nas wyprzedziło. Daleko jeszcze do zrealizowania wizji Szczecin 2050, ale idziemy w dobrym kierunku. A Szczecin to piękne i wyjątkowe miasto.

A to co dziś jest najważniejsze to fakt, że poza zmianami infrastrukturalnymi nastąpiła bardzo głęboka zmiana społeczna. Proszę spojrzeć na wachlarz inicjatyw oddolnych, które mają tu miejsce takich jak np. nocne biegi przełajowe. Szczecin jest miastem zieleni i wody. Moi znajomi, którzy przyjeżdżają tu z innych miast i państw są zachwyceni Łasztownią, Wyspą Grodzką, Wałami Chrobrego. Czuć też historię tego miasta. Ogromnym plusem jest to, że miasto zwróciło się w stronę wody, co jest trendem światowym. Myślę, że to są największe zalety Szczecina.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Jarosław Gaszyński



29.09.2019, godz. 17.00 i 20.00
Teatr Lalek PLECIUGA w Szczecinie



26.10.2019, godz. 17.00 i 20.00
Opera na Zamku w Szczecinie



25.01.2020, godz. 17.30 i 19.30
Teatr Lalek Pleciuga w Szczecinie



BILETY DO NABYCIA:
bilety.fm, CIKiT na Zamku,
kupbilecik.pl
www.intermedium.szczecin.pl
oraz tel. 600 651 732

Zapraszamy na naszego Fb
Intermedium-Teatr i Wydarzenia Rozrywkowe
oraz na Instagrama
intermedium_szczecin

Wyobraźnia nagrodzona

MP Power Awards to Oscar wśród nagród przyznawanych w branży eventowej w Polsce. W zeszłym roku, laureatem tego wyróżnienia została szczecińska agencja In Spe. Ich widowisko zatytułowane „Freak Show” zdobyło nagrodę w kategorii Event Firmowy – Integracja. Nagrodzona impreza została zorganizowana dla pracowników COLOPLAST BUSINESS CENTRE, których część wzięła czynny udział w przedsięwzięciu.



Sylwia i Dariusz Matczakowie



Celem samego konkursu jest wyłonienie najlepszych projektów związanych z event marketingiem, wskazanie miejsc ze szczególnym potencjałem oraz wskazanie osobistości i ekspertów branży. Meeting Planner Power Awards poprzez wyróżnienie najlepszych projektów i pokazanie ich efektów promuje profesjonalizm tej branży. Głównym celem konkursu jest także podnoszenie standardów pracy, integracja branży oraz budowanie platformy komunikacji pomiędzy tworzącymi ją sektorami.

Hasło ostatniego konkursu brzmiało „Siła przebiccia branży eventowej”. Jury szukało takich realizacji i miejsc, których tytułowa „siła przebiccia” ze wszystkich nadesłanych zgłoszeń była największa. In Spe ze swoim widowiskiem wpisało się w to doskonale. Imprezy jakie organizuje szczecińska agencja to nie są zwykłe, statyczne przyjęcia z muzyką i kolacją. In Spe dba o to, by pojawił się element zaskoczenia, coś co spowoduje, że impreza będzie inna niż wszystkie. – Nasz zespół to bardzo kreatywne osoby, które inspirowe niemal wszystko: to co obejrzą w kinie, to co znajdą w książkach czy zauważą wokół siebie – mówi Sylwia Matczak. – Najpierw robimy burzę mózgów, puszczaemy wodze fantazji. Następnie analizujemy dany pomysł pod względem praktycznym i dostosujemy do klienta. Nie ma dla nas różnicy czy będzie to coś wielkiego czy kameralna impreza. Przy każdym projekcie angażujemy się z taką samą starannością, a to co się wydarzyło mocno wpływa na nasz rozwój i inspirowe do podejmowania kolejnych wyzwań.

By zapewnić naszym klientom kompleksową obsługę całego eventu, In Spe zajmuje się również starannym przygotowaniem oprawy cateringowej. Każda przygotowana przez nich kompozycja jest dokładnie przemyślana i zaplanowana. – Staramy się, by nasze autorskie menu idealnie wpasowywało się w charakter imprezy i dopełniało klimatu, jednocześnie tworząc z pozostałymi elementami eventu spójną całość – mówi szefowa In Spe. – Ilość zaproszonych gości, miejsce oraz niecodzienna tematyka wydarzenia nie stanowią dla nas najmniejszego problemu. Przygotowujemy oprawę kulinarną dla kilkudziesięciu, a nawet kilku tysięcy osób, zawsze trzymając najwyższy poziom oraz wpasowując się w temat eventu.

In Spe to także profesjonalni kucharze, którzy od początku przygotowywania cateringu dbają o to, by wszystko było dopięte na ostatni guzik, jednocześnie sprawiając, że każde z dań oraz każda najmniejsza przystawka są przygotowane z największą starannością. – Wykwalifikowana obsługa oraz wyszkoleni kelnerzy podczas całej imprezy dbają o komfort gości i obsługę na najwyższym poziomie – uśmiecha się Sylwia Matczak. – Robią to wszystko po to, by każdy z zorganizowanych przez nas eventów zapadł każdemu w pamięć i spełniał największe oczekiwania naszych klientów. Zawsze mierzymy wysoko!

ad / foto: materiały prasowe

POCHWAŁ SIĘ SWOIM DOŚWIADCZENIEM I ZOSTAŃ **EKSPERTEM KOMISJI EUROPEJSKIEJ (KE)**

Kim jest ekspert Komisji Europejskiej?

Program Ramowy Unii Europejskiej Horyzont 2020 jest interdyscyplinarnym programem finansowania badań i innowacji, do którego składanych jest tysiące wniosków w odpowiedzi na ogłaszane konkursy. Obszary tematyczne dotyczą różnych zagadnień, w tym między innymi z zakresu: zdrowia, żywności, nanotechnologii, bezpieczeństwa, energii, ochrony środowiska, ICT czy nawet przestrzeni kosmicznej. Trudno zatem wymagać od urzędników Komisji Europejskiej, aby posiadali tak szeroką wiedzę. Jednakże, ktoś te wnioski musi oceniać. Stworzono więc bazę ekspertów, za pośrednictwem której osoby z całego świata, mające odpowiednie doświadczenie i praktyczną wiedzę w danej dziedzinie mogą zgłaszać swoją kandydaturę do wsparcia prac KE.



Nie oznacza to, iż ewaluatorem może zostać tylko i wyłącznie profesor lub doktor. Do oceny zapraszane są również osoby, które nie posiadają stopni lub tytułów naukowych, ale aktywnie działają w sferze przemysłowej, administracji, czy zajmują się zarządzaniem projektami. Tym co jest ważne, to znajomość języka angielskiego, w którym przygotowywane są wnioski i którym posługują się eksperci przy ich analizowaniu oraz omawianiu. Na etapie składania aplikacji nikt nie weryfikuje poziomu umiejętności językowych, nie ma też wymogu wysyłania żadnych certyfikatów. Jednak będąc na miejscu i biorąc udział w rozmowach z innymi ekspertami, urzędnik KE zorientuje się czy dana osoba faktycznie rozumie co się do niej mówi. Jeżeli okaże się, iż opis umiejętności wskazanych w profilu znacznie odbiega od rzeczywistości, współpraca z Komisją dobiegnie końca.

Co trzeba zrobić, aby zostać ewaluatorem?

Jedynym sposobem jest rejestracja on-line w bazie ekspertów, znajdującej się na oficjalnym portalu Komisji Europejskiej – Funding & Tender Opportunities. Tworząc profil, każdy ekspert określa dziedzinę wiedzy, w których ma największe doświadczenie. Opis doświadczenia należy przedstawić poprzez odpowiedni dobór słów kluczowych, przy definiowaniu których warto zająć się tematyki konkursów dostępnej w Programach Pracy zamieszczonych w serwisie KE. To z pewnością pomoże w dopasowaniu się do terminologii używanej w konkretnym ogłoszonym konkursie, a dzięki temu zwiększy szanse na otrzymanie zaproszenia do oceny wniosków. Należy pamiętać, że samo zarejestrowanie w bazie nie jest równoznaczne z zaproszeniem do współpracy. Komisja Europejska dobiera ekspertów według aktualnych potrzeb w kontekście prowadzonych naborów czy realizowanych projektów.

Na czym polega praca eksperta?

Eksperti, wybrani z bazy przez Komisję bądź jej agencje wykonawcze, mają m.in. za zadanie sprawdzić poprawność wniosków składanych przez międzynarodowe konsorcja lub niekiedy indywidualne podmioty. W weryfikację jednej aplikacji zaangażowanych jest zazwyczaj trzech niezależnych ewaluatorów, tworzących wspólny panel oceniający. KE nie zakłada, iż przyszły ekspert zna Program Ramowy Horyzont 2020, dlatego też na kilka tygodni przed oceną przesyła ogólne instrukcje dotyczące danego konkursu oraz organizuje krótkie szkolenia on-line wyjaśniając jak należy przeprowadzić ocenę oraz o czym szczególnie pamiętać w trakcie jej wykonywania.

Ocena wniosków może odbywać się zdalnie tj. on-line lub centralnie, czyli w Brukseli. Co istotne, Komisja zakłada, że w ostatnich latach realizacji programu Horyzont 2020 będzie dominowała ocena zdalna.

Za swoje zaangażowanie ekspert otrzymuje atrakcyjne wynagrodzenie – nawet do 450€ dziennie, a w przypadku wyjazdu do Brukseli również dietę dzienną – 92€, ryczałt na koszty noclegów – 100€ za noc oraz zwrot kosztów podróży.

Wynagrodzenie to jednak nie wszystko. Proces oceny stanowi sposobność na zdobycie nowych umiejętności. Po pierwsze, to doskonała nauka pisania wniosku – możliwość zobaczenia jaki powinien mieć układ, strukturę oraz jakich słów-kluczy należy używać. Po drugie, to okazja uczestnictwa w samej procedurze ewaluacji i poznania „od podszewki” poszczególnych jej etapów. Udział w weryfikacji to również:

- szansa na nawiązanie nowych kontaktów, które w przyszłości mogą zaowocować wspólnymi projektami lub współpracą na różnych szczeblach,
- integracja z innymi ekspertami i pracownikami Komisji Europejskiej,
- niepowtarzalna okazja dołączenia do grona specjalistów aktywnych na arenie międzynarodowej,
- możliwość pokazania potencjału i zbudowania własnego, europejskiego wizerunku w danej dziedzinie.

Czy mam szansę zostać takim ekspertem?

KE stosuje zasadę równości szans i zgodnie z nią dąży do zapewnienia możliwie dużej interdyscyplinarności w ramach zespołów oceniających wnioski. Oznacza to, iż panel ekspercki powinien być zrównoważony geograficznie, politycznie, reprezentować różne organizacje oraz zachować parytet płci (40% kobiet). Szansę mają m.in. przedstawiciele sektora naukowego, przemysłowego, publicznego oraz prywatnego.

Rejestracja w bazie ekspertów KE ma charakter ciągły przez cały okres realizacji programu Horyzont 2020, czyli do końca 2020 roku. Jednak, aby zostać wybranym do pracy należy zrobić to już teraz.

Regionalny Punkt Kontaktowy Programów Ramowych UE w Szczecinie organizuje cykliczne szkolenia, podczas których krok po kroku omawiany jest profil eksperta. Zapraszani są również specjaliści, którzy dzielą się swoimi doświadczeniami z całego procesu ewaluacji. W ramach działalności Punktu realizowane są również indywidualne konsultacje z tego zakresu.

*Agnieszka Alokša
Konsultant ds. Programów Badawczych UE
Regionalny Punkt Kontaktowy Programów Ramowych UE
Regionalne Centrum Innowacji
i Transferu Technologii ZUT w Szczecinie
e-mail: rtd@zut.edu.pl
tel.: 91 449 41 53*

Publikacja sfinansowana ze środków Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

17 schodów – to już trzy lata!

Wrzesień to dla 17 Schodów ważny miesiąc. Dokładnie trzy lata temu, Schody po raz pierwszy otworzyły swoje drzwi. Magia wnętrza, pyszne drinki, ogromna wiedza a także gościnność obsługi zachwyciły szczecinian.

To nie zmieniło się do dziś. A co się zmienia? Przestrzeń, którą postanowiono powiększyć właśnie ze względu na ilość odwiedzających. Będzie miała zróżnicowany charakter na obu piętrach. Pozwoli to na dobranie muzyki i klimatu do nastroju oraz sposobu spędzenia wieczoru. Zmienia się także wiedza obsługi, zwiększana z tygodnia na tydzień poprzez szkolenia i degustacje. I przede wszystkim menu, które z sezonu na sezon zaskakuje oraz zachwyca podniebienia.

Co więcej, 17 Schodów nie zamierza zwalniać tempa. Wraz z rozpoczęciem czwartego roku działalności po raz kolejny przedstawi najnowsze kombinacje smakowe. Już 8 września wprowadzona zostanie nowa karta koktajli oraz przystawek. Wiąże się to z niezwyklej promocją oraz wyjątkowym konkursem.

Przez kolejne tygodnie września każdy, kto odwiedzi 17 Schodów, będzie mógł zamówić wszystkie autorskie drinki w cenie

18 zł. Dodatkowo, gościom wręczone będą ankiety dotyczące zarówno przystawek, jak i koktajli. Ich wypełnienie gwarantuje udział w grze, której wyniki ogłoszone zostaną 20 września. Co się z tym wiąże? Przede wszystkim nagrody: wyjazd do destylarni w Szkocji, wyjazd do destylarni w Londynie lub kompletny zestaw barmański. Ponadto, oczywiście na gości czekają „schodowe” upominki.

Ale jak urodziny, to nie tylko promocja, a przede wszystkim impreza. Dwudniowe szaleństwo jubileuszowe odbędzie się w dniach 20-21 września i przeniesie lokal w magiczne „Lata dwudzieste, lata trzydzieste”, których splendor otoczy nas ze wszystkich stron. Muzyka, stroje, wystrój oraz wszystkie atrakcje nawiążą do czasów, kiedy to każdy łyk alkoholu był nielegalny, a wieczory spędzało się nie w barach, a w salonach.

foto: materiały prasowe

reklama

Cocktail Bar
17 SCHODÓW
SWING & BLUES

Event bar
Premium Bar Catering

**DWIE FIRMY,
JEDNA JAKOŚĆ**

f / 17schodowbar

f / EventBarCatering

NA MIEJSCU

NA WYNOS



**Z PASJI DO GOTOWANIA,
CHĘCI DOSKONALENIA
I CIĄGŁEGO POSZUKIWANIA...
NIE TYLKO SMAKU!**

POLECAMY NASZE NOWE MENU



SZCZECIN, UL. OSIEK 1 | REZERWACJE +48 690 037 907 | FB @PLANBSZCZECIN



20 lat
Restauracji Chińskiej **Jin Du**



Idą zmiany, ale jakość
pozostaje najwyższa!

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



foto: materiały prasowe (Browar Folga w Gry)ficach

Prezentacja

Piwo tworzone z pasją

Browar Folga to piwny raj. Trunki są w nim tworzone z pasją i dbałością. Można tu spróbować różnych smaków i wariantów, zupełnie innych od tych najpopularniejszych na rynku. Nad wszystkim czuwa zawodowy piwowar Filip Mazur, który opowiedział nam o swojej pasji, pracy i zdradził kilka piwnych sekretów.

Nie ulega wątpliwości, że Folga jest miejscem wyjątkowym. W gryckim browarze restauracyjnym tworzone są rzemieślnicze piwa, które zdobywają coraz większe uznanie. Co je wyróżnia?

Piwny pasjonat

Browar Folga tworzą ludzie, którzy do piwowarstwa podchodzą z pasją i przyjemnością. Jedną z takich osób jest właśnie Filip Mazur. To piwowar zawodowy, a także sędzia piwny z dwoma certyfikatami: Polskiego Stowarzyszenia Piwowarów Domowych i Beer Judge Certification. Jak zaczęła się jego przygoda z piwowarstwem? – Zaczęło się od warzenia piwa w domu. Z pasji do piwa, z domowego garnka na większe garnki. W pewnym momencie zainteresowałem się tym trunkiem, zacząłem próbować różnych gatunków. Postanowiłem, że sam chciałbym warzyć piwo rzemieślnicze, takie, jakie mi się podoba. Zostałem sędzią piwnym, a później by dalej się rozwijać, sędzią amerykańskiego stowarzyszenia, które certyfikuje ludzi na całym świecie. Zdarza mi się sędziować za granicą i w Polsce, choć większość czasu poświęcam Foldze – mówi piwowar.

Klasyczna i różnorodna Folga

W gryckim browarze królują różne rzemieślnicze piwa, ale są starannie wybrane i stworzone tak, by smakowały szerokiemu gronu smakoszy. W Foldze każdy znajdzie coś dla siebie. – Mamy deski degustacyjne, gdzie są cztery rodzaje piw. Klient może spróbować, powąchać, posmakować i wybrać te, które mu najbardziej smakują, a później je zamówić – dodaje Filip Mazur. Trunki są w klasycznych stylach, ale różnią się smakiem, aromatem i barwą. Warto zaznaczyć, że w browarze warzone są piwa górnej fermentacji. – Bardzo chciałem zrobić szeroką gamę, czyli piwa w odmiennych stylach i mocno różniące się między sobą wieloma aspektami. Mamy np. trzy trunki jasne, ale są bardzo zróżnicowane. Hefeweizen, czyli standardowa pszenica, bazuje na słodzie pszenicznym i pracy drożdży, belgijski blonde jest zupełnie inny, bardziej wytrawny, mocno owocowy, a polski ale bazuje tylko na chmielu. Do tego

jest piwo ciemne, brytyjski brown. Każdy gatunek jest z innej strefy geograficznej. Napoje mocno różnią się smakowo – wyjaśnia piwowar Folgi. Oferta piw w browarze zmienia się w zależności od sezonu. Jesienią i zimą w Foldze pojawiają się m.in. trunki okolicznościowe. Wśród nich będzie można spróbować piwa dyniowego i specjalnie uwarzonego we współpracy z Bartoszem Markowskim, piwnym sędzią, publicystą oraz blogerem. To drugie będzie dostępne w Foldze i kilku multitapach w Polsce.

Piwowarski savoir-vivre

Mimo, że piwo jest bardzo popularne, nie każdy wie jak dobrze je pić i podawać. Jak się okazuje, piwa nie powinniśmy pić z butelki, bo w ten sposób nie czujemy jego aromatu, a znacząco wpływa on na smak napoju. W przypadku trunków rzemieślniczych nie należy przelewać do szkła osadu, który znajduje się na dnie butelki. Co więcej, do każdego stylu piwa przeznaczone są osobne naczynia, np. pokal (przypomina kielich), szklanka pszeniczna lub brytyjska.

Jak dopasować napoje do menu? – Piwa mocno chmielone, jak Jaśnie Pan, pasują do tłustych potraw, np. do steków czy żeberek, bo odświeżają, łagodzą ciężkość dania, z kolei pszeniczne polecam do ryb, dań lekkich, sałatek, koziego sera. Ciemne dobrze smakują do deserów, ciast, ciemnych mięs. Błode jest uniwersalny, ale według mnie pasuje szczególnie do drobiu, ryb, lżejszych mięs – tłumaczy Filip Mazur. Dodatkowo, według piwowara nie powinniśmy nazywać piwa „złotym trunkiem”, bo przecież ma ono różne kolory, może być np. słomkowe, bursztynowe, miedziane, ale też czerwone czy czarne z rubinowym refleksem. A czy znawca ma wśród swoich dzieł ulubione piwo? – Ojciec kocha wszystkie swoje dzieci, ale moim oczkiem w głowie jest Jaśnie Pan. To piwo, które zawsze mamy w ofercie Folgi, przygotowujemy je na różnych chmielach. Za każdym razem jest trochę inny – mówi z uśmiechem piwowar.

autor: Karolina Wysocka / foto: Jarosław Gaszyński



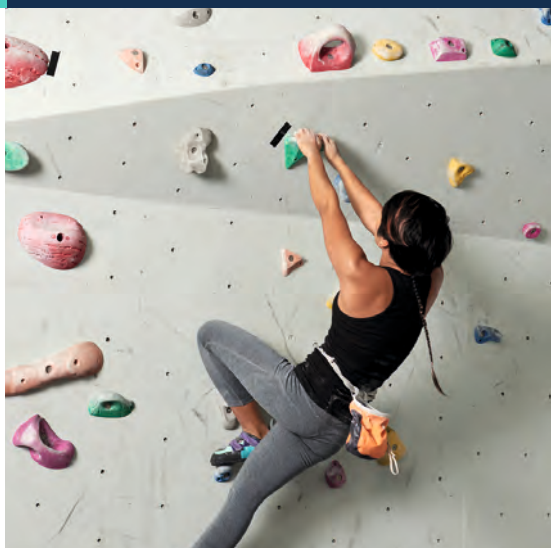
seaside
PARK HOTEL

Seaside Park Hotel
ul. Wschodnia 20
78-100 Kołobrzeg
Tel: +48 532 727 064
reservation@seasidepark.pl
www.seasidepark.pl



SEASIDE PARK HOTEL KOŁOBRZEG
AKTYWNY WYPOCZYNEK PRZES CAŁY ROK

Niepowtarzalna lokalizacja
Doskonałe zaplecze dla biegaczy, rowerzystów i fanów Nordic Walking
Bogato wyposażony Fitness Centre
Stacja wypożyczalni rowerów oraz kije do Nordic Walking
Pokój gier i zabaw dla dzieci
Ścianka wspinaczkowa oraz strefa Wellness & Spa (jesień 2019)



STOP niechcianym naczyniom

Duża ilość podkładu i mocny makijaż to już przeszłość. Jeśli dotyczy Cię temat: rozszerzonych naczynek w obrębie twarzy i ciała, przebarwień, żyłaków, zmian pigmentacyjnych i trądziku: Cutera Excel V+ to właśnie to urządzenie, które pozwoli Ci o nich zapomnieć! Jesień nadchodzi, a z nią pora na powrót terapii laserowych w wielkim stylu.

Najnowszy laser w klinice

Tylko kilka gabinetów w Polsce jest obecnie wyposażonych w najnowszy laser Cutera Excel V+. Poprzednia jego wersja cieszyła się przez kilka lat w Klinice Zawodny niesłabnącą popularnością – a teraz – producent lasera ulepszył i rozszerzył jego możliwości. Do dyspozycji mamy laser o wyższej w porównaniu z poprzednim mocy, powiększonym polem zabiegowym, ale także dodatkowe głowice usuwające zaczerwienienia, drobne zmarszczki i inne niedoskonałości skóry. Dodatkowo laser uzupełnia teraz precyzyjny Dermastat (mikroigłownica), który pozwala na redukcję zmian w trudno dostępnych miejscach twarzy i ciała.

Dla kogo?

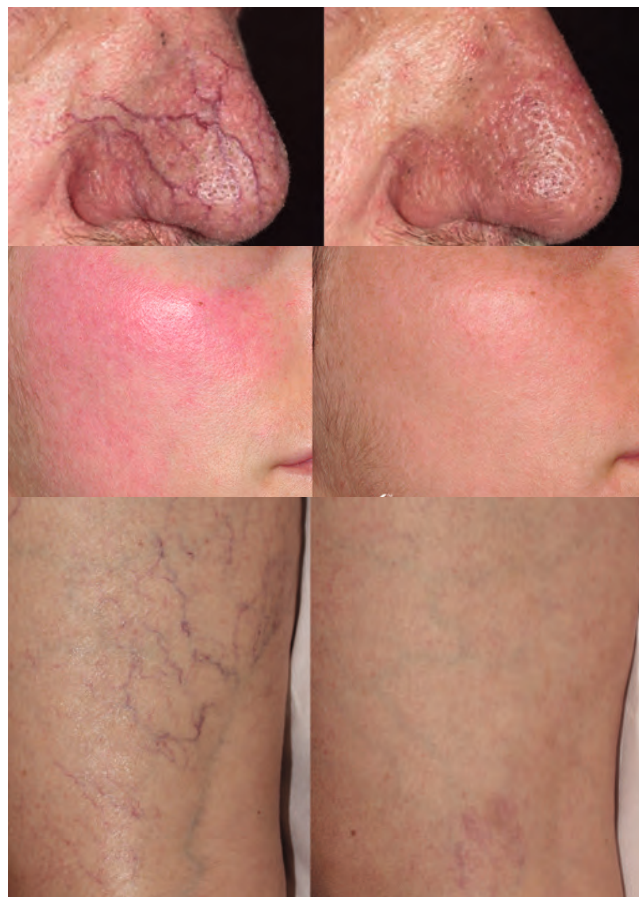
Być może mało satysfakcjonującą odpowiedzią jest „dla każdego”, ale to prawda. Bowiem możliwe jest to, że każdy posiada rozszerzone naczynka na twarzy i ciele, sławne „pajączki” o czerwonym lub fioletowym zabarwieniu. Wiele osób posiada zmiany pigmentacyjne, przebarwienia i piegi, których chciałby się pozbyć lub przynajmniej zredukować ich widoczność. Zmiany o charakterze naczyniowym to również teleangiektazje, rozproszone zaczerwienienia i naczyniaki. To właśnie ten laser pomaga osobom posiadającym rumień, a nawet łagodny lub umiarkowany trądzik. Ponadto można go stosować na redukcję blizn, siniaków, a nawet żyłaków nog.

Kiedy i ile?

Nadchodzi właśnie najbardziej odpowiednia pora roku na zabiegi z wykorzystaniem takich laserów, jak Cutera Excel V+. Zbliżająca się jesień to doskonały moment na rozpoczęcie kuracji naczyniowej. Dlaczego rozpoczęcie? Ilość zabiegów zależy od rodzaju zmiany, jej wielkości i wielu innych czynników, które wspólnie definiują to, ile razy należy powtórzyć zabieg, w przypadku lasera Cutera Excel V+ mamy możliwość zaobserwowanie rezultatu tuż po zabiegu. W przypadku zmian naczyniowych na przykład - dzieje się tak na skutek termicznego obkurczenia naczyń i zamknięcia dopływu krwi do tego miejsca, co sprawia, że naczynko lub żyłak, które były łatwe do zaobserwowania jako czerwono-fioletowa sieć żył, przestaje być widoczna.

Dlaczego?

W zeszłym roku w naszej Klinice wykonaliśmy ponad 1000 zabiegów związanych z zamykaniem naczyń, nasze wieloletnie doświadczenie i tysiące zadowolonych pacjentów oznacza, że jest to procedura warta zaufania. Dzisiaj możemy cieszyć się jeszcze lepszymi udogodnieniami, które zapewnią nam nowa Cutera Excel V+. Unowocześniona wersja oferuje większe pole zabiegowe: to znacznie przyspiesza czas trwania zabiegu oraz pozwala na bardziej równomierne usuwanie rumienia na-



czyniowego. Charakteryzuje ją moc większa nawet do 50% poprzedniej wartości, co przekłada się bezpośrednio na skuteczność i szybkość zabiegu. Ulepszony system chłodzenia kontaktowego sprawia, że zabieg jest bardziej komfortowy w odczuciu.

Nowości

Laser Genesis oraz Green Genesis w ramach wielozadaniowego urządzenia Cutera Excel V+ to dwa nowego rodzaju zabiegi dostępne teraz w Klinice Zawodny. Mogą być wykonywane jako samodzielna terapia lub zalecane jako terapia uzupełniająca. Jest to doskonała alternatywa dla osób cierpiących na deficyt czasu, ponieważ oba zabiegi Genesis nie wymagają okresu rekonwalescencji. Laser Genesis i Green Genesis zaleca się dla osób z zaczerwienioną skórą twarzy, drobnymi zmarszczkami, bliznami oraz innymi niedoskonałościami skóry. Genesis odmładza i zamyka niewielkie naczynia, zaś Green Genesis dodatkowo jest polecany przy przebarwieniach i oznakach starzenia się skóry.

Wszystko na plus

Równowaga musi być zachowana i tak też dzieje się w przypadku działania tego lasera. Odejmuje niedoskonałości, dodajemy pewność siebie. Warto jest pamiętać, że medycyna estetyczna to także leczenie przypadłości zdrowotnych, dermatologicznych i estetycznych. Intensywnie czerwone plamy naczyniowe na twarzy i ciele potrafią druzgocąco wpływać na samoocenę. Purpurowe sieci żył na nogach definiują dobór garderoby i swobodę ubioru w zależności od pogody, pory roku czy nawet podczas wyjazdu na wakacje. Nakładanie dużej ilości makijażu nie jest już koniecznością w czasach, kiedy można usunąć niemal każdy mankament urody oddając się w ręce profesjonalistów.



dr n. med.
Piotr Zawodny

Klinika Zawodny Estetic
ul. Ku Słońcu 58, Szczecin
tel. 504 948 320, 508 719 262, 508 752 460
repcja@esthetic.pl
www.klinikazawodny.pl



KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC



KLINIKA ZAWODNY

E S T E T I C



Cutera Enlighten III Triplex:

- skutecznie usuwa powierzchniowe i głębokie zmiany barwnikowe
 - usuwa trudne zmiany typu melasma / ostuda
 - redukuje blizny
 - leczy rozstępy
 - leczy fotostarzenie skóry
- głęboko rewitalizuje i przebudowuje skórę
 - usuwa tatuaże we wszystkich kolorach
 - usuwa tatuaże pourazowe
 - usuwa makijaże permanentne

ul. Ku Słońcu 58, Szczecin

tel. 504 948 320, 508 719 262, 508 752 460

recepca@estetic.pl

www.klinikazawodny.pl



Cud narodzin

Adrenalina i emocje niepodobne do żadnych innych. W jednej chwili życie zmienia się o 180 stopni. I nic już nie będzie takie jak przedtem. Narodziny dziecka są jednym z najważniejszych momentów w życiu kobiety. Postanowiliśmy pokazać poród – przez cięcie cesarskie, widziany oczami lekarza. Doktor Dorota Gródecka, ginekolog - położnik, która na co dzień pracuje w SPS ZOŹ Zdroje oraz przyjmuje prywatnie w Gabinetach Tuwima zaprosiła nas do świata lekarzy i ich pracy na bloku operacyjnym. W tej podróży towarzyszyła jej Aleksandra Medvey-Gruszka, która po mistrzowsku oddała atmosferę i niepowtarzalność najważniejszego dnia w życiu każdego z nas.

im / foto: Aleksandra Medvey-Gruszka

Więcej zdjęć na: www.facebook.com/drgrodecka/





W poszukiwaniu życiowej równowagi

Żyjemy w pędzie, chcemy być lepszą wersją siebie i wszystko robić perfekcyjnie. Gdy coś nie idzie zgodnie z planem, pojawia się frustracja oraz zmęczenie. W pewnym momencie wpadamy w pętlę. Czujemy bezsilność i nie potrafimy powrócić do naturalnego rytmu życia. Sztuka odpuszczania – to umiejętność, która może nam pomóc. – Należy do elementów jogi – podpowiada Agata Surdy, właścicielka Strefy Jogi.

dodaje instruktorka. Joga daje możliwość rozwijania się w swoim tempie i na własnych zasadach. – W pracy z asanami pracujemy w miarę możliwości swojego ciała, tylko wtedy możemy osiągnąć progres. Ćwiczenia uczą obserwacji siebie. – Sprawiają, że poznajemy swoje słabe i mocne strony. Z tą wiedzą o wiele prościej jest odpuścić – tłumaczy Agata Surdy.

Regularne ćwiczenia na macie zmieniają nie tylko nasze ciało, ale i umysł. – Większość osób przychodzi na zajęcia z założeniem, że chce poprawić postawę, wzmocnić kręgosłup, a wychodzi z dodatkowym pakietem zmian w umyśle. Poprzez wyciszenie się, praktykowanie, można posłuchać wewnętrznego głosu. W biegu, w pracy i przy codziennych obowiązkach, nie jesteśmy w stanie poznać, co jest dla nas ważne. Joga pozwala to dostrzec oraz nauczyć się relaksować. Daje poczucie wewnętrznego spokoju – tłumaczy Agata. Uczy też szacunku do siebie. Doświadczenia, które zdobywamy praktykując ją, pomagają nam w życiu. Zyskujemy dystans i mamy chwilę na refleksję. Łatwiej jest nam się odnaleźć w trudnych sytuacjach, reagować na nie. – Nawet jeśli pojawi się porażka, to akceptujemy ją. To błędy uczą nas najwięcej, bo dzięki nim się rozwijamy, widzimy, czy obraliśmy odpowiedni kierunek, czy powinniśmy zrobić coś inaczej – podkreśla właścicielka Strefy Jogi.

Coraz częściej duże korporacje stawiają na jogę dla swoich pracowników, widząc jej pozytywny wpływ na ich funkcjonowanie. Pracodawcy mają świadomość tego, że zrelaksowany, odpoczyniony pracownik będzie efektywniejszy. – Współpracuję z kilkoma firmami na szczecińskim rynku. Poprzez ćwiczenie jogi poprawia się koncentracja, dotlenia mózg, a za tym idzie większa efektywność. Praktyka na macie pomaga osiągnąć balans między życiem prywatnym i zawodowym. Daje poczucie harmonii, pomaga osiągnąć wewnętrzny spokój tak bardzo nam potrzebny w funkcjonowaniu – mówi Agata Surdy. – Joga zmusza nas do zatrzymania się, akceptacji, zaufania sobie, zbudowania samoświadomości i pokory. Osiągając to osiągniemy też umiejętność odpuszczania. Joga sprawi, że zaczynamy żyć inaczej – podsumowuje właścicielka Strefy Jogi. Sama przyznaje, że to właśnie dzięki niej nauczyła się dbać o siebie, by realizować założone cele.

Sztuka odpuszczania to wyzwanie, bo w codziennym życiu rzadko pozwalamy sobie na chwilę wytchnienia. Realizujemy kolejne cele, stawiamy przed sobą zadania, staramy się spełniać oczekiwania innych. Nie mogąc osiągnąć we wszystkim perfekcji, zaczynamy czuć złość i przygnębienie. – To ciśnienie jest niepotrzebne, dopiero gdy odpuścimy, poczućmy się naprawdę dobrze – wyjaśnia Agata Surdy.

Odpuszczanie jest jak wzięcie głębokiego oddechu, dzięki niemu pozbywamy się złych emocji i napięcia. Zaczynamy dostrzegać więcej, widzieć, co dzieje się wokół. Joga odpuśczenia to jeden z nieodłącznych elementów praktyki jogi. Dzięki wysiłkowi na macie zaczynamy poznawać, akceptować swoje ciało, jego ograniczenia i niedoskonałości. Wtedy możemy ruszyć dalej.

– Joga to nie zawody, gdzie trzeba wszystko robić jak najlepiej. Im bardziej odpuścisz, tym łatwiej się rozluźnisz, a co za tym idzie, wejdiesz odpowiednio w pozycję. Odpuszczenie to zaufanie i akceptacja tego co dzieje się w naszym ciele. Jesteśmy w stanie zrobić bardzo dużo, bez nadmiernej kontroli i ciśnienia. Jeśli rozluźnimy się, puścimy emocje, ciało potrafi się nam odwdziżyć – mówi Agata.

Joga uczy również pokory. Zmiana jest procesem i żeby mógł prawidłowo przebiegać, potrzebny jest czas. Cierpliwość oraz zaufanie dadzą nam wewnętrzny spokój. Pozwolą zrealizować to, co sobie założymy –

autor: Karolina Wysocka / foto: materiały prasowe





B E A U T Y

**Zapomnij o trądziku
i wypryskach!**

Promocja
„Back to school”

400 zł ~~600 zł~~

(ilość miejsc ograniczona)

czas trwania promocji:

17.09.2019 - 01.10.2019

Alma
Harmony XL PRO
Spectrum of Solutions

JEDYNY TAKI LASER W SZCZECINIE

Leczenie trądziku wcale nie musi być procesem długotrwałym.
Laser Alma Harmony Acne to nowoczesny zabieg kosmetyczny,
który przynosi trwałe rezultaty w walce ze wszystkimi odmianami
trądziku pospolitego.

Rewolucyjna technologia chłodzącego laseru z podciśnieniem
nie tylko radzi sobie z każdym rodzajem trądziku lecz także zmniejsza
widoczność blizn potrądzikowych oraz zauważalnie wygładza skórę.

KLINIKA L.A. BEAUTY | Szczecin | ul. Raginisa 7/u3 | tel. 608 628 701

  / L.A. BEAUTY | www.klinikala.pl



5PLUS

5 Plus Salony oświetlenia i mebli
ul. Jagiellońska 5 | 70-435 Szczecin | tel: 516 133 009 | tel: 513 103 062
info@5plus.com.pl

Ayurveda zadomowiła się w Szczecinie

Według ayurweddy ból jest zawsze sygnałem braku równowagi w organizmie. To najstarsza, bo licząca ponad 5 tysięcy lat, nauka o zdrowiu. Możemy skorzystać z jej dobrodziejstw dzięki szczecińskiemu Centrum Ayurweddy Moniki Lewandowskiej.

To pierwszy w Polsce, oficjalny partner ośrodka Somatheeram Ayurveda Group India w Kerali. Miejsce niezwykle, nie tylko pod względem krajozrazowym, ale także kolebka ayurweddy. Szczecińskie centrum czerpie więc z najlepszych wzorców. Co więcej, pozostaje w stałym kontakcie z indyjskimi specjalistami, gdy wymagają tego okoliczności.

Skąd pomysł na ośrodek? Monika Lewandowska trafiła do Kerali próbując ratować zdrowie, po poważnym wypadku. Zniechęcona konwencjonalnymi metodami leczenia postanowiła oddać się w ręce ayurweddyjskich specjalistów. Początkowo nie rozumiała ich metod, ale kiedy im zaufała, przeszła całą proponowaną terapię. Praktykowała jogę, medytację, stosowała dietę dopasowaną do organizmu, chodziła na wybrane dla niej zabiegi. Doceniła holistyczne podejście oferowane przez ośrodek i wyzdrowiała.

– Gdy wróciłam do Polski postanowiłam dać szansę innym osobom, które nie mogą tam pojechać z powodów finansowych czy czasowych. Chciałabym dać im możliwość skorzystania z tego, co daje starohinduska medycyna naturalna – tłumaczy pani Monika.

Co istotne, zaprosiła do współpracy jednego ze specjalistów z indyjskiego ośrodka. Doktor Akhil ukończył studia ajurweddyjskie na Rajiv Gandhi University of Health Science i naukę jogi na Uniwersytecie Swyasa w Bangalore w Indiach. – Ayurveda jest kompletna i wielopoziomowa. Nie skupia się tylko na leczeniu poszczególnych chorób. Jest nauką dotyczącą całego życia. Postrzega zdrowie na czterech poziomach: cielesnym, umysłowym, społecznym, duchowym. Tylko wtedy, kiedy panuje równowaga na wszystkich poziomach, człowiek jest zdrowy – mówi Doktor Akhil.

Pani Monice zależy na tym, by szczecińskie centrum było jak najbardziej zgodne ze starohinduską tradycją ayurweddy. Na miejscu będzie więc można

skorzystać z większości zabiegów, a wyposażenie, preparaty oraz oleje są sprowadzane z Indii. Proponowane kuracje mają na celu relaks, detoksykację, wzmacnianie oraz rewitalizację całego ciała. Kompleksowe, holistyczne podejście do każdego pomoże przywrócić równowagę w organizmie, a w konsekwencji – wyzdrowieć.

– W centrum można skorzystać m.in. z zabiegów poprawiających krążenie, likwidujących bóle mięśni i stawów, poprawiających funkcjonowanie układu nerwowego. Pomoc znajdą osoby zestresowane, cierpiące na bezsenność, otyłość. Są dostępne też specjalne kuracje na poszczególne stawy (np. kolana, dolną część pleców, szyję) – wymienia doktor. Centrum, oprócz tych terapii, masaży, będzie też świadczyć inne usługi starohinduskiej medycyny naturalnej, w tym: jogę, medytację, porady dietetyczne. Oczywiście wszystkie zabiegi terapeutyczne oraz wnikliwe konsultacje przeprowadzać będzie dr Akhil.

– Ilość zabiegów oraz wykorzystywane techniki będą dostosowywane indywidualnie do dolegliwości klienta i kondycji jego organizmu – wyjaśnia właścicielka. To jednak nie wszystko. – Będę organizować także wyjazdy ayurweddyjskie do Somatheeram, gdzie nasi stali klienci poznają ośrodek, przejdą proces terapeutyczny – dodaje pani Monika. Wraz z dr Akhilem wychodzą też do przestrzeni miejskiej, organizując spotkania, zajęcia jogi, podczas których przybliżają ayurwedę zainteresowanym.

– Zapraszamy osoby poszukujące czegoś nowego – podsumowuje Monika Lewandowska. Bycie blisko natury to najlepszy sposób na zdrowie.

kw / foto: Jarosław Gaszyński

Impresja

Profesjonalna, kompleksowa aranżacja wnętrz

- doradzamy, mierzymy, szyjemy, montujemy
- znakomita jakość
- firany, zasłony, rolety, karnisze, żaluzje, obrusy, poduszki, kapy, duży wybór tkanin tapicerskich



Impresja Salon Dekoracji Okien

ul. Śląska 9, 70-432 Szczecin | tel. +48 91 48 32 127 | kom. +48 603 863 786

www.salonyfiran.pl



Ten fenomenalny laser

Medycyna estetyczna oferuje nam co raz więcej zabiegów, których zadaniem jest odmłodzenie i odświeżenie skóry. Niektóre z nich nie tylko nas upiększają, ale także mają działanie lecznicze. Laser frakcyjny od jakiegoś czasu, w tej materii, robi furorę. O jego zaletach porozmawialiśmy z Anną Kępką, lekarzem medycyny estetycznej, specjalistką od chorób wewnętrznych.

Laser frakcyjny: na czym polega jego działanie i dla kogo jest przeznaczony?

Lasery frakcyjne można podzielić na ablacyjne i nieablacyjne. Światło bardziej skutecznego, czyli ablacyjnego wnika w skórę i jest pochłanianie przez wodę. Uszkodzenia powstałe na skutek podgrzania i odparowania wody pobudzają naprawę skóry i tworzenie nowego kolagenu. Ablacja to też złuszczenie. W ten sposób również dochodzi do odbudowy skóry. Najczęściej jest używany do odnowy skóry, delikatnego liftingu i zagęszczenia skóry, redukcji lub usunięcia przebarwień, blizn (w tym blizn potrądzikowych), rozstępów oraz do usunięcia łagodnych zmian skórnych, m.in. włókniaków czy brodawek.

Jest lepszy od tradycyjnych metod służących odmładzaniu?

Laser frakcyjny ma określone zastosowanie i wskazania. Oczywiście, jeżeli mówimy o odnowie skóry czy liftingu, to jest jedną z opcji. Mam pacjentów, którzy zrezygnowali z zabiegów igłowych na rzecz lasera frakcyjnego. Natomiast wśród procedur redukujących blizny, przebarwienia, czy rozstępy jest w moim odczuciu, jedną z najskuteczniejszych.

Laser kojarzy się z wypalaniem, a więc to skojarzenie nie jest najbardziej przyjemne. Dlaczego nie należy się go bać?

Ważną informacją jest to, że laser frakcyjny ablacyjny nie działa na całą skórę. Tworzy mikrouszkodzenia otoczone nieuszkodzoną tkanką. To w ten sposób są pobudzane procesy naprawcze. Procedura ta, wykonana na odpowiednim urządzeniu, odpowiednich parametrach i przez doświadczonego lekarza jest zabiegiem bardzo bezpiecznym i przewidywalnym.

Kto nie może z niego skorzystać i czy taki zabieg jest bolesny?

Zabiegowi nie mogą poddać się kobiety w ciąży i karmiące piersią, osoby w trakcie kuracji witaminą A i beta karotenem, lekami obniżającymi krzepliwość krwi, antybiotykami fotouczulającymi, antydepresanta-

mi, retinoidami (w okresie mniej niż 6 miesięcy przed zabiegiem), osób z rozrusznikiem serca, padaczką czy bielactwem. Zabieg wykonujemy w znieczuleniu zewnętrznym, dzięki czemu dyskomfort jest niewielki.

Słyszałam od chirurgów plastycznych raczej niepocholebne o nim opinie. Uważają, że nie jest w stanie zastąpić tradycyjnego skalpela...

Oczywiście w ten sposób możemy powiedzieć o wszystkich zabiegach z zakresu medycyny estetycznej, bo tak naprawdę nic nie jest w stanie zastąpić skalpela... Ale proszę pamiętać, że medycyna estetyczna ma za zadanie nie dopuścić do „skalpela”. Już pomijając większą inwazyjność zabiegu operacyjnego i większe ryzyko okołozabiegowe, to zwyczajnie nie każdy pacjent może być do tego zabiegu zakwalifikowany i nie każdy chce go wykonać (nie tylko ze względów osobistych, ale i ekonomicznych). Dlatego też uważam, że tak ważny jest wybór i cieszę się, że mamy tak dużo skutecznych metod dbania o skórę.

Jaka pora roku najbardziej odpowiednia do wykonywania zabiegów laserowych?

Najlepszą porą jest jesień i zima. Zabieg wymaga rekonwalescencji. Po nim twarz jest zaczerwieniona, szorstka (występują drobne strupki, których nie należy rozdrapywać), może wystąpić obrzęk. Złuszczenie i gojenie trwają zazwyczaj kilka dni. Inaczej będzie goił się pacjent, u którego wykonano procedurę na odnowę skóry, a inaczej ten, który miał leczone, np. blizny potrądzikowe. W zależności od powodu zastosowania lasera wykonuje się od 1 do kilku powtórzeń zabiegu (nie częściej, niż co miesiąc). Efekty są długotrwałe. Skóra w następstwie zabiegu laserem frakcyjnym ablacyjnym bardzo łatwo się przesusza, a to wydłuża gojenie. Trzeba o nią więc w tym czasie dbać szczególnie, odkażać ją i smarować odpowiednimi, nawilżającymi maściami.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



Gimnastyka po słowiańsku

Słowianki od wieków słyną z urody, wdzięku i zdrowia. Uznawane są za dobre żony, matki oraz przyjaciółki. Potrafią wyczarować coś z niczego. Jak się okazuje, mają też własny system ćwiczeń wzmacniających ciało i ducha.

Gimnastyka słowiańska zdobywa coraz większą popularność. Pojawiają się nowe instruktorki i kolejne fanki, które z zaangażowaniem oddają się ćwiczeniom, pomagającym odkryć w sobie kobiecość.

Powrót do korzeni

Gimnastyka słowiańska to system, który został spisany i uporządkowany w latach 90. ubiegłego wieku. Program ćwiczeń stworzono z myślą o kobietach, kładzie się w nim szczególny nacisk na mięśnie pleców, brzucha oraz macicy. Temat pojawił się na Uniwersytecie Pedagogicznym w Mińsku. Profesor Giennadij Adamowicz zainspirowany przez swoich studentów, wyruszył z nimi w teren i rozpoczął poszukiwania typowo słowiańskiej, kobiecej aktywności fizycznej. Okazało się, że w niektórych rodzinach, w przekazach mówionych, zachowały się informacje o wielu pomocnych ćwiczeniach dla pań. Materiały zebrane na białoruskich wsiach posłużyły do opracowania unikalnej gimnastyki żeńskiej. Stworzono system obejmujący 27 ćwiczeń, pomagający zadbać o kobiece ciało i umysł. Gimnastyka zaczęła zdobywać coraz większą popularność nie tylko na Białorusi, ale też w Rosji i na Ukrainie. Powstało kilka szkół tej praktyki, m.in. tradycyjna, z tańcem oraz kładąca nacisk na duchową stronę systemu. Od kilku lat zainteresowanie gimnastyką zwiększa się również w Polsce. U nas bardzo popularny jest nurt tradycyjny, który rozpowszechnia Oksana Pawłowska, założycielka Szkoły Gimnastyki Słowiańskiej dla Kobiet w Tradycji Białoruskiej. W Szczecinie obecnie są trzy instruktorki tej linii systemu ćwiczeń: Paulina Sołtowska, Gabriela Dywańska i Sonia Mrzygłocka-Pyć.

W ramionach Mokosz

Mokosz to wschodniosłowiańska bogini płodności i urodzaju, Matka Ziemia, opiekunka kobiet. Patronuje praktyce gimnastyki słowiańskiej prowadzonej przez Sonię Mrzygłocką-Pyć od września ubiegłego roku. Głównym celem tej szkoły jest wzmacnianie kobiecego ciała. Sonia to uczennica Oksany Pawłowskiej, u niej zrobiła kurs instruktorski i zdobyła certyfikat. Prowadzi więc studio zgodnie z nurtem tradycyjnym, białoruskim. Ćwiczenia skupiają się na zdrowiu ciała, pozwalają wyzłoczyć w sobie ukrytą kobiecość oraz pomagają w niwelowaniu różnych dolegliwości. – Gimnastyka ma sprawić, żeby kobieta była jak brzoskwinia. Mocna w środku, na zewnątrz miękka – mówi Sonia i dodaje: – Często zapominamy o swojej subtelności, a to jest nam potrzebne.

Instruktorka zainteresowała się gimnastyką z pobudek osobistych. – Kolega wysłał mi agnę (nazywaną również mantrą słowiańską), która mnie poruszyła. To było niezwykle przeżycie. Zaczęłam więc szukać informacji o kulturze słowiańskiej i trafiłam na ciekawe wydarzenie na Facebooku. Okazało się, że moja koleżanka prowadzi warsztaty gimnastyki słowiańskiej dla kobiet. Zadzwoniłam do niej. Opowiedziała mi o tym systemie ćwiczeń. Najpierw trafiłam na zajęcia do Pauliny Sołtowskiej (pierwsza instruktorka gimnastyki w Szczecinie). Wzięłam udział w warsztatach. Gimnastyka słowiańska zniwelowała bóle w odcinku lędźwiowym. Zaczęłam więc ćwiczyć regularnie. Z tygodnia na tydzień dolegliwości, które były przez lata moją zimą, ustępowały. Uniósłam głowę, zaczął znikać wdowi garb, rozluźniły się barki i biodra. Stwierdziłam w końcu, że gimnastyka może mi pomóc wyprostować się do słońca. Praktykę zaczęłam w marcu, uroczystość była w sierpniu. Udało się. Po ślubie doszłam do wniosku, że skoro ćwiczenia tak bardzo mi pomogły, chciałybym pokazać je innym kobietom. Dlatego też zrobiłam kurs instruktorski – wspomina Sonia.

Instruktorka wymienia wiele zalet gimnastyki. Ćwiczenia pomagają regulować pracę całego organizmu, pozytywnie wpływają na sylwetkę i kondycję kręgosłupa. – Praktykując, stajemy się rozluźnione, silne oraz zdrowe poprzez uwolnienie napięć w obszarze miednicy i bioder, otwarcie klatki piersiowej, uniesienie piersi, wysmuklenie szyi, wzmocnienie stawów – podkreśla Sonia. Gimnastyka pomaga redukować stres i reguluje pracę hormonów. Sprawa, że nasze ruchy stają się płynniejsze. Pozytywnie wpływa także na jakość życia intymnego oraz płodność. – Zajęcia mogą też przygotować do porodu. Kobiętom po ciąży pomagają wrócić do dobrej kondycji – dodaje instruktorka.

Sonia stale doskonali technikę ćwiczeń. Cztery razy w roku spotyka się

z Oksaną Pawłowską na zjazdach instruktorskich, konsultuje się z fizjoterapeutami, dzieli doświadczeniami z instruktorkami z całej Polski. Wszystko po to, by jak najlepiej pomagać innym. – Uwielbiam pracować z kobietami, patrzeć jak się rozluźniają i zmieniają. Patrzę z satysfakcją, jak zachodzą w nich zmiany, a blokady zaczynają puszczać. W momencie, gdy słyszę „Nie boli mnie, dziękuję ci”, to czuję ogromną satysfakcję – podkreśla z uśmiechem Sonia.

Kobiece krąg

Zajęcia i warsztaty gimnastyki słowiańskiej to dla wielu kobiet nie tylko ćwiczenia fizyczne, ale też okazja by się spotkać. Panie potrzebują chwili dla siebie, chcą porozmawiać, pożartować i po prostu побыć z innymi. – Brakuje nam takich kobiecych spotkań. Kiedyś kobiety razem dały pierze, gotowały, prały – tłumaczy instruktorka. Sama przyznaje, że dla niej gimnastyka słowiańska to chwila oddechu, odskocznia od codziennej pracy i pasja. – Zajęcia trwają około godziny, ale często się nieco przedłużają. Lubię rozmawiać z uczestniczkami, chcę żeby czuły się swobodnie. Gimnastykę kończę chwilą relaksu. Wykorzystuję instrumenty, śpiewam agmy – mówi Sonia.

Gimnastyka słowiańska to system dla kobiet w każdym wieku. Sonia przyznaje, że na jej zajęcia przychodzą zarówno dwudziestolatki, jak i panie w okolicach osiemdziesiątki. Ćwiczenia należy wykonywać spokojnie, w skupieniu. By móc praktykować je poprawnie, trzeba się rozluźnić, ale być też uważnym. – Na zajęciach jest bardzo kameralnie. Panuje swobodna, przyjazna atmosfera, mówimy sobie po imieniu. W trakcie zajęć podchodzę do każdej uczestniczki, pomagam jej wejść w pozycję, razem szukamy sposobu, jeśli nie może wykonać jakiegoś z ćwiczeń – podkreśla Sonia. Gimnastykę w tradycji słowiańskiej wykonuje się na bosą, bez stanika. Część pozycji na kocach lub chustach. Zajęcia Soni obecnie odbywają się w Centrum Harmonii. – Ćwiczenia najlepiej wykonuje się na trawie, więc gdy mogę, to wyciągam dziewczyny na świeże powietrze.



Mam ulubioną polanę w Parku Kasprzowicza – mówi instruktorka. Sonia, prócz regularnych zajęć, prowadzi też warsztaty. Co ciekawe, nie tylko w Polsce. – Prowadziłam warsztaty w Niemczech i Irlandii. Dostaję kolejne propozycje w Berlinie – wymienia właścicielka Studia Mokosz.

Według wielu instruktorek regularne uczestnictwo w zajęciach gimnastyki słowiańskiej ma pozytywny wpływ na psychikę kobiecą. Zwiększa poczucie wartości, wpływa na akceptację siebie i swojej kobiecości, budzi seksapil. Pozwala się wyciszyć, daje możliwość refleksji. – Oksana powtarza, że co w ciele, to w głowie – dodaje Sonia. Sama przyznaje, że dzięki gimnastyce słowiańskiej odkrywa rodzinne tradycje, obserwuje naturę i widzi jej wpływ na nas.

Praktyka tego systemu z pewnością spodoba się wszystkim paniom, którym zależy na kształtowaniu kobiecości w zgodzie z naszą naturą i tradycją. „My Słowianki wiemy, jak użyć mowy ciała, Wiemy, jak poruszać tym, co mama w genach dała, To jest ta słowiańska krew, to jest ta uroda i wdzięk” – jak widać, w słowach popularnego hitu sprzed kilku lat jest więcej prawdy, niż nam się wydaje. Jeśli mi nie wierzycie, spróbujcie gimnastyki słowiańskiej.

*autor: Karolina Wysocka/ foto: Lucjola Runiewicz,
na zdjęciach: Sonia Mrzygłocka-Pyć*

WARSZTATY: AUTOMASAŻ TWARZY



Instytut Urody Be Beauty

**Twoja najlepsza broń w walce
ze zmarszczkami**



Prowadząca: Agata Kampioni

szkoleniowiec, kosmetolog, terapeuta twarzy

Termin: sobota, 12 października 2019 r.

Godziny: 10-18

Miejsce: Instytut Urody Be Beauty

Szczecin, ul. Łukasińskiego 40/12

Poznaj techniki, dzięki którym:

- twoja skóra będzie elastyczna, promienna i gładka
- przedłużysz efekty zabiegów kosmetycznych
- dotlenisz mięśnie i przywrócisz im właściwe ułożenie
- zwiększysz zakres ruchomości stawów i zdolności regeneracyjne kości
- poprawisz krążenie krwi i limfy oraz transport składników odżywczych
- odprężysz się, zniwelujesz ból i zyskasz nową energię

Szczegóły i zapisy: tel. 513 086 098 | e-mail: biuro@bebeauty.szczecin.pl

 / Instytut Urody Be Beauty | www.bebeauty.szczecin.pl

Sekret urody tkwi we wnętrzu kobiety

Atrakcyjny wygląd wzmacnia poczucie pewności siebie, dlatego wiele kobiet poddaje się zabiegom upiększającym. Makijaż permanentny to bardzo wygodne rozwiązanie dla pań, a szczególnie dla tych, które nie mają zbyt wiele czasu. Nie tylko podkreśla walory urody, ale może też maskować defekty. Poprawia wygląd, zapewnia komfort na basenie i w trakcie urlopu, dodaje pewności siebie. – Wystarczy drobna zmiana, np. doskonały łuk brwiowy czy wyraziste usta, by poczuć się lepiej, bardziej atrakcyjnie – podkreśla linergistka Magdalena Majewska, właścicielka gabinetu PMU Artist.

Skąd wziął się pomysł na gabinet?

Kilka lat temu straciliśmy z mężem dorobek całego życia, ponosząc porażkę inwestycyjną. Dotknęliśmy wtedy ekonomicznego dna. Ten okres był dla nas bardzo ciężki. Siedząc do późnych godzin wieczornych rozważaliśmy co dalej robić. W pewnym momencie pomyślałam, że warto cofnąć się do tego, co kiedyś mnie interesowało i sprawiało mi ogromną przyjemność, a mianowicie: upiększanie kobiecej twarzy. Zauważyłam, że makijaż trwały jest genialnym rozwiązaniem dla wielu kobiet.

Dlaczego właśnie makijaż permanentny?

Makijaż permanentny nie tylko pomaga poprawić wygląd, podkreślić urodę, ale też zatuszować niedoskonałości. Można nim skorygować kształt ust, optycznie je powiększyć, wyrównać brak symetrii czy wzmocnić kolor. Makijażem permanentnym można także podkreślić pięknie oczy i nadać im wyrazistości. Można również lekko skorygować kształt brwi, które są niesymetryczne, zbyt cienkie lub przerzedzone. Makijaż trwały sprawdza się doskonale w maskowaniu defektów skóry, np. plam pigmentacyjnych, blizn oraz przebarwień. To również często ratunek dla tych, którzy są pozbawieni brwi lub rzęs po chemioterapii, jak też tych, którzy nie mogą się malować z powodu uczuleń. Wracając do mojej historii, gdy znalazłam się na życiowym zakręcie, często myślałam o wykonywaniu tego rodzaju zabiegów, sama kilka lat wcześniej skorzystałam z takiej usługi w innym gabinecie. Bardzo podobał mi się salon, wystrój i profesjonalne podejście linergistki, która wykonywała zabieg. Od tamtej pory ten temat chodził mi po głowie. Po pewnym czasie mąż zapytał mnie: Co chciałabyś teraz robić w życiu? sugerując mi jednocześnie, że fajnie jest wykonywać zawód, który się lubi... po tych słowach już wiedziałam... Chciałabym zostać linergistką i upiększać kobiecą urodę.

Co było dalej?

Pożyliśmy pieniądze i udałam się na kurs do jednej z najlepszych linergistek w Polsce. Zaczęłam się realizować. Ponadto odbyłam kilkanaście szkoleń, kursów i seminariów z zakresu makijażu permanentnego i nie tylko. Od ponad 6 lat prowadzę swój gabinet. Makijaż permanentny stał się moją pasją i sposobem na cudowny, przyjemny zawód. To był trafiony wybór! Śledzę na bieżąco wszystkie nowości i techniki w branży, ponieważ podchodzę do mojej pracy z zaangażowaniem oraz pasją. Stale podnoszę kwalifikacje, szukam odpowiedzi na trudne zagadnienia w tej dziedzinie. A wszystko dlatego, że kocham to, co robię.



Czym wyróżnia się gabinet PMU Artist?

Stawiam na wysoką jakość wykonywanych zabiegów, użytych produktów oraz indywidualne podejście. Podczas wizyty omawiam wszystkie niezbędne elementy dotyczące makijażu trwałego. Na wstępie dokładnie mówię o przeciwwskazaniach. Po czym szczegółowo dobieram kształt i kolor pigmentu. Dopiero po wspólnej akceptacji rysunku i koloru zaczynam zabieg. Samo wykonanie makijażu nie jest bolesne dla klientki, podczas zabiegu stosuję dobrej jakości znieczulenia, igły są jednorazowe, a bezpieczne, sprawdzone farby nie zawierają składników toksycznych. Stawiam na wysoką jakość produktów. Na koniec, po zabiegu, przekazuję wszystkie zalecenia pielęgnacji makijażu permanentnego. W każdej kobiecie tkwi piękno ... Ja pomagam je wydobyć.

Co poradziłaby Pani kobietom, które boją się lub nie mogą zrobić zabiegu trwałego makijażu?

Dla pań, które z różnych przyczyn nie chcą, boją się lub nie mogą wykonać makijażu permanentnego lub zastanawiają się nad jego wykonaniem, polecam zabieg Brow Henny. Jest dostępny w moim gabinecie. Daje efekt makijażu permanentnego i jest świetną alternatywą dla henny tradycyjnej.

Dziękuję za rozmowę.

Serdecznie pozdrawiam i zapraszam do kontaktu.

Magdalena Majewska - Twoja Linergistka

kW / foto: Lucjola Runiewicz

Dziesięć

kroków do sukcesu



Motywacja jest matką wszelkiego działania. Ona nas napędza i jest właściwie główną przyczyną niemal każdego sukcesu. W sporcie jej rola jest szczególnie ważna. Daje nam moc, a tę moc, żeby mieć wyniki, należy podtrzymywać. Rozpoczynając przygodę z fitnesssem potrzebujemy nie tylko motywacji, ale także konkretnego planu działania, którego, będziemy się trzymać. W Strefie 3L można to osiągnąć z pomocą programu 10 Kroków.



Każdy sukces opiera się na zrobieniu pierwszego kroku. W programie Strefy jest ich zaledwie dziesięć. To nie jest dużo ale po drodze może się zdarzyć, że będziemy chcieli zejść z tej ścieżki. Program 10 Kroków ma temu skutecznie zapobiec. – Program opiera się na 10 etapach a całość trwa trzy miesiące – tłumaczy Angelika Tomaszewska, trener personalny i menager w Strefie 3L. – W trakcie jego trwania na uczestników czekają konsultacje z trenerem, zajęcia i indywidualne spotkania z fizjoterapeutą, analiza składu ciała, edukacja w zakresie zdrowego trybu życia, w tym odpowiedniej diety i w końcu sam trening obwodowy.

Przez cały czas trwania programu jego uczestnik jest pod fachową opieką i nawet jeśli jego motywacja ulegnie chwilowemu kryzysowi to ma świadomość, że może poprosić o pomoc. Ćwiczenia i cały plan działania jest tak ułożony by każdy czuł, że to co robi jest wyłącznie przyjemnością a podjęcie kroków jest warte poświęcenia. – Na koniec programu każdy uczestnik otrzymuje od nas prezent – torbę treningową – mówi z uśmiechem Angelika Tomaszewska. – Jednak największą wartość mają pozostałe nagrody. Są to: zdrowie, dobra kondycja, brak zbędnych

kilogramów, dobrze wyglądające ciało, świetne samopoczucie i satysfakcja z osiągniętego celu. To także nauka dyscypliny, która może nam się przydać w innych sferach życia. W końcu to nowa wiedza na temat własnego ciała. Naprawdę bardzo dużo dobrego można osiągnąć w trzy miesiące, trzymając się naszego planu. Wystarczy zacząć od wizyty w naszym klubie i spotkania z trenerem. Pamiętajmy, że każdy sukces osiąga się małymi krokami.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Zdzisław Piotrowski

Do 23 września w CH Ster można nabyć w przedsprzedaży karnet członkowski klubu na ulicy Sezamkowej. Szukajcie stoiska Strefy 3L i skorzystajcie z bardzo atrakcyjnych cen!



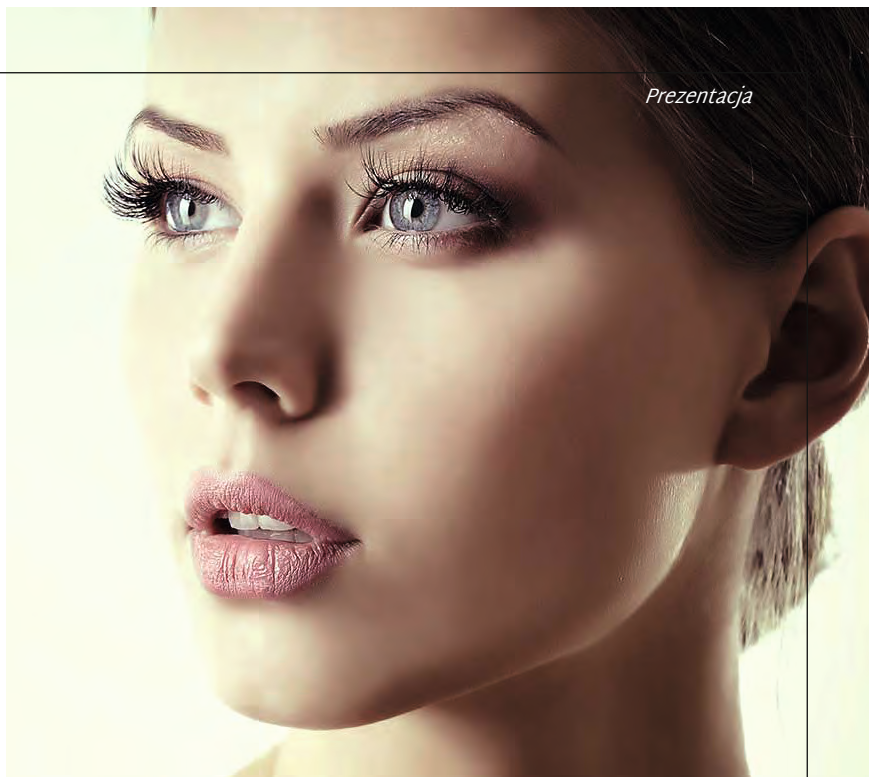
STREFA3L
Long Life Lounge

więcej niż **trening**

**ZAWSZE
POD OPIEKĄ TRENERA**

OTWARCIE KLUBU WRZESIEŃ 2019

UL. SEZAMKOWA 1 | SZCZECIN-MIERZYN
WWW.STREFA3L.PL | TEL. 601 219 265



ZABIEGI, KTÓRE UPIĘKSZAJĄ, ALE NIE ZMIENIAJĄ

Paweł Perzanowski jest lekarzem medycyny estetycznej i z pasją prowadzi swój prywatny gabinet. Ukończył Wydział Lekarski Akademii Medycznej w Szczecinie. Specjalizuje się w zabiegach medycyny estetycznej i przeciwstarzeniowej. Do każdego z pacjentów podchodzi z wyczuciem. – Jestem szczery i ważne jest dla mnie dobro drugiej osoby. Przeprowadzam zabiegi, które pozostawiają twarz zrelaksowaną i wypoczętą, a nie wyglądającą jak maska, pozbawioną mimiki – podkreśla.

Doktor nie tylko prowadzi prywatną praktykę w Szczecinie, ale pracuje też w jednym z klinicznych ośrodków medycznych w Niemczech. Posiada Międzynarodową Specjalizację z Medycyny Estetycznej Międzynarodowego Centrum Medycyny Anti-Aging. Jest też członkiem Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging PTL oraz Amerykańskiego Stowarzyszenia Medycyny Estetycznej (American Academy of Aesthetic Medicine). Przykłada szczególną wagę do efektu, który ma zadowolić pacjenta, ale także do bezpieczeństwa każdego zabiegu. Czynnikiem uczestniczy w licznych kursach, szkoleniach i kongresach z zakresu medycyny estetycznej na całym świecie. Wciąż stara się zgłębiać medycynę estetyczną i poznawać jej nowe możliwości.

– W moim gabinecie oferuję pacjentom nowoczesne i bezpieczne metody osiągnięcia naturalnego, a jednocześnie atrakcyjnego wyglądu, zgodnie ze światowymi standardami – mówi doktor Perzanowski. Wiele uwagi poświęca regeneracji, rewitalizacji oraz profilaktyce. – Gwarantujemy delikatny efekt odmłodzenia, bez efektu sztuczności. Skupiamy się przede wszystkim na podtrzymywaniu młodości skóry, nadawaniu rysom harmonii i na wydobyciu indywidualnych cech urody, a nie na drastycznych

zmianach wyglądu pacjenta – wyjaśnia lekarz. – Dotyczy to zarówno kobiet, jak i mężczyzn, w każdym wieku – podkreśla. Efekt leczenia i plan terapeutyczny jasno określa na wstępnej wizycie. – Wybieramy metody, które dają najlepszy efekt przy zachowaniu maksymalnego bezpieczeństwa u każdego pacjenta – dodaje doktor. Nie zgadza się na wszystko, co proponuje druga osoba, bo ważny jest dla niego umiar i zdrowy rozsądek. – Potrafię odmówić zabiegu – przyznaje. Niezależnie od tego, czy ktoś poprosi o mezoterapię, powiększanie ust, lifting niemi PDO, botoks, czy inny bardziej lub mniej inwazyjny zabieg, zawsze może liczyć na naturalny efekt.

Pacjenci doceniają profesjonalizm i postawę doktora, co obrazują pozytywne opinie na temat jego praktyki. „Doktor Paweł jest bardzo sympatyczny, przez co atmosfera podczas wykonywania zabiegu jest miła i mija bez stresu i bólu” – napisała na facebookowym profilu doktora jedna z pacjentek. „Pełen profesjonalizm, doskonała opieka, fantastyczna atmosfera. Bardzo serdecznie dziękuję” – dodała inna. Lepszej rekomendacji nie trzeba.

autor: Karolina Wysocka / foto: materiały prasowe



ESTETIKA

- Współpraca wielu specjalistów
- Chirurgia plastyczna
- Medycyna estetyczna
- Ginekologia estetyczna
- Kosmetologia
- Laseroterapia
- Nowoczesny ośrodek
- Wysokiej klasy sprzęt medyczny
- Sala operacyjna o międzynarodowych standardach bezpieczeństwa

Podyskutujmy o gustach.

ESTETIKA
DOM LEKARSKI



Prezentacja

Gotowa na jesień

Słońce, wiatr, słona woda. Wszystko to, co kochamy podczas lata, może mieć wpływ na pogorszenie naszej cery. Po wakacjach skóra wymaga regeneracji. Pojawiają się na niej przebarwienia, przesuszenia i inne niedoskonałości. Wtedy po pomoc warto wybrać się do salonu Enklawa Institute. Oto kilka zabiegów, które warto wykonać jesienią.

Szczecińska Enklawa słynie z wysokiej jakości usług, komfortowej atmosfery i zgranej grupy profesjonalistów. Salon specjalizuje się w kosmologii medycznej, popartej sprzętami z badaniami klinicznymi. Oferta Enklawy jest bogata i stale rozszerzana. W instytucie zabiegi są wykonywane z uwagą oraz dbałością o szczegóły. Właścicielka Enklawy współpracuje z renomowanymi markami kosmologicznymi, stawiając na indywidualne podejście do pacjentów i starannie dobiera terapie zabiegowe, optymalne dla każdej osoby.

Czas na regenerację

– Po okresie wakacyjnym warto postawić m.in. na regenerację, rozjaśnianie przebarwień i zamykanie naczyń krwionośnych. Jedną z ulubionych terapii klientek już od 10 lat jest Age Smart. To intensywna kuracja przeciwstarzeniowa oparta o system innowacyjnych produktów stworzonych na podstawie zaawansowanych badań, skupionych na kontroli reakcji biochemicznych, które prowadzą do starzenia się tkanek. Age Smart widocznie wygładza, rozświetla i odżywia skórę, zwiększając jej napięcie tkankowe. Zabieg zawiera również masaż działający przeciwstarzeniowo, mocno stymuluje skórę – mówi Marta Czerkawska-Burgs. W nowym sezonie warto postawić także na peelingi. Zabiegi tego typu odświeżają i oczyszczają skórę, wygładzają nierówności, redukują przebarwienia, ujędrniają. Enklawa ma bardzo ciekawą propozycję: Peeling dyniowy Dermaquest. – To przełomowy peeling enzymatyczno-chemiczny, przeznaczony dla skóry problematycznej z nawracającymi problemami trądzikowymi, łojotokiem, rozszerzonymi porami i przebarwieniami pozapalnymi – wyjaśnia pani Marta. – Czy wiecie, że czym agresywniej likwidujemy przebarwienia, tym szybciej wracają? Dlatego trzeba to robić z rozumą i u specjalistów – dodaje.

Kolejny zabieg, który warto wypróbować po lecie? – Alma Harmony Dye-VL to innowacyjne urządzenie, dzięki któremu zamykanie naczynek jest jeszcze prostsze i skuteczniejsze. Dzięki inteligentnemu systemowi rozpoznawania pigmentów w skórze, wyróżnia się wysokim stopniem bezpieczeństwa. Wiązka światła prowadzi do uszkodzenia wybranych

komórek, pozostawiając zdrowe tkanki nienaruszone. Bezinwazyjność przekłada się nie tylko na bezpieczeństwo, ale również brak dyskomfortu i okresu rekonwalescencji – tłumaczy Marta Czerkawska-Burgs. – Laser frakcyjny Pixel Alma Harmony XL rekomendowany jest dla osób chcących odświeżyć skórę i pozbyć się drobnych niedoskonałości. Likwiduje niewielkie blizny, drobne zmarszczki, rozstępy oraz przebarwienia. Terapia jest znakomitym rozwiązaniem dla pacjentów, oczekujących błyskawicznego i nieinwazyjnego sposobu na poprawę kondycji skóry.

Następna z metod poprawy wyglądu cery, którą proponuje ekspertka z Enklawy, jest Clear Lift. – To nieinwazyjny zabieg, który w spektakularny sposób poprawia kondycję skóry. Wygładza zmarszczki, daje efekty natychmiastowego napięcia i rozświetlenia cery. Jego dużą zaletą jest brak okresu rekonwalescencji – mówi pani Marta.

Prócz zabiegów przeciwstarzeniowych, peelingów i laserów, nie można zapomnieć o nawilżaniu. Często jednym z najważniejszych problemów po lecie jest przywrócenie skórze odpowiedniego poziomu nawodnienia. Brak nawilżenia się szybko uwidacznia. Skóra jest szorstka, podrażniona, pojawiają się na niej krostki, przebarwienia i zmarszczki. Tymczasem, nawilżona cera prawidłowo funkcjonuje, dzięki czemu mogą w niej zachodzić procesy regeneracyjne. – Mezoterapia Neauvia Hydro przynosi rewelacyjne i długotrwałe efekty w postaci kompleksowego odświeżenia skóry. Nawilżona, ujędrniona skóra w mgnieniu oka odzyskuje vitalność i młody świetlisty wygląd. Po serii zabiegów skóra jest wyraźnie uelastyczniona, jędrniejsza oraz bardziej świetlista – mówi Marta Czerkawska-Burgs i dodaje: – Polecam tę mezoterapię pacjentom, którzy potrzebują odświeżenia, gruntownego odżywienia skóry oraz dogłębnej rewitalizacji. Jeżeli skóra na twarzy, szyi, dekolcie czy dłoniach jest wyraźnie zmęczona, zszarzała, jeżeli wymaga odnowy oraz odzyskania sprężystości: jest to zabieg stworzony dla państwa.

autor: Karolina Wysocka



foto: Panna Lu



foto: Panna Lu



DYMKOWSKA
CLINIC



Odkryj piękno, które masz w sobie

dr Ewelina Dymkowska

ZABIEGI REGENERACYJNE:

peelingi / mezoterapia / osocze
bogatopłytkowe / stymulatory
tkankowe

ZABIEGI KOREKCYJNE:

toksyna botulinowa / kwas
hialuronowy (powiększanie ust,
modelowanie policzków, wolumetria)

Dymkowska Clinic | Szczecin, al. Powstańców Wielkopolskich 79
tel. +48 507 074 805 | www.dymkowskaclinic.pl

Wymarzona figura z Bailine

W poprzednim numerze magazynu ukazał się artykuł o wpływie zabiegów elektrostymulacji na nasze ciało w salonie Bailine. Salon wspiera kobiety w osiąganiu idealnych sylwetek. Zapraszamy do lektury rozmowy z Kingą, która przy wsparciu systemów modelowania sylwetki Bailine osiągnęła swój wymarzony cel.

Co skłoniło cię do skorzystania z systemu Bailine?

O Bailine opowiedziała mi koleżanka, która, odmieniła całkowicie swoją sylwetkę i osiągnęła postawiony cel. Postanowiłam sprawdzić tę metodę, chociaż nie ukrywam, że nie podzielałam początkowo jej entuzjazmu.

Jak wspominasz początek kuracji? Czy było trudno?

Pierwszy raz skorzystałam z Bailine na początku tego roku. Podczas próbnego zabiegu terapeutka wykonała analizę mojej sylwetki i wytłumaczyła działanie symulatora. Wspólnie ustaliśmy plan działania i omówiliśmy partie ciała, na których będziemy się skupiać. Co do trudności, do zabiegów przyzwyczaiałam się szybko. Pierwsze odbywałam przy dużej uwadze terapeutki. Odpowiadała na moje pytania i zachęcała do zwiększania mocy impulsów. Kolejne były już dla mnie tylko krótką chwilą. Moim celem było nie tylko wymodelowanie sylwetki, ale również redukcja wagi, dlatego dużo pracowałam nad zmianą nawyków żywieniowych. Nie ukrywam, że było to dla mnie wyzwanie...

Co było dla ciebie największym zaskoczeniem?

Na zabiegi przychodziłam 3 razy w tygodniu. Zawsze starałam się mieć dzień przerwy. Efekty przyszły już w pierwszym miesiącu, ponieważ waga i centymetry schodziły szybko w dół. Zabiegi w Bailine wpływały pozytywnie także na moje samopoczucie. Wiadomo, cieszyła mnie redukcja wagi, widocznie mniejszy brzuch, ale było coś jeszcze. Elektrostymulacja wzmocniła partie mięśni lędźwiowych, co oznaczało dla mnie poranki bez bólu pleców. Tego się nie spodziewałam.

Jak metoda wpłynęła na twoje życie?

Kiedy podczas standardowej analizy ciała, jaką prowadzi się po serii zabiegów, usłyszałam o redukcji 15 kg wagi, pomyślałam: „To niemożliwe”. Chociaż wiedziałam, że osiągam dobre wyniki, ponieważ zaczęłam nosić mniejszy rozmiar ubrań, zaskoczyła mnie ta liczba. Jeszcze bardziej zdziwiła mnie terapeutka, która pewnego dnia wręczyła mi 10 kilo



cukru i poprosiła o potrzymanie tego przez chwilę. Byłam w szoku. Nie odczuwałam tych zmian oraz nie potrafiłam wyobrazić sobie, że to 10 kilo było gdzieś we mnie. Oczywiście poziom satysfakcji, samozadowolenia oraz dumy rośnie nieustannie, tak samo jak dobre samopoczucie.

Czy nadal korzystasz z usług elektrostymulacji?

Znacie takie przysłowie, że apetyt rośnie w miarę jedzenia? Właśnie tak samo czułam się, gdy osiągnęłam swój cel. Na zabiegi chodzę nadal i nie planuję przestać. Pracujemy nad kolejną problematyczną partią mojej sylwetki. Lubię kolekcjonować centymetry, które tracę, aktualnie w całym ciele zredukowałam 67 cm. Mój licznik bije nadal. Polecam zabiegi każdej kobiecie.

Dziękujemy za rozmowę.

O Bailine: to norweska organizacja, która w 1968 r. z sukcesem pomaga kobietom nie tylko poprawić stan zdrowia, ale przede wszystkim stać się piękniejszymi. W chwili obecnej, jest to jeden z popularniejszych systemów kształtowania kobiecej sylwetki bez ingerencji chirurgicznej.

foto: materiały Bailine



KLINIKA
DR STACHURA

DERMATOLOGIA MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

ul. Jagiellońska 87 | 70-435 Szczecin | tel. 535 350 055 | www.klinikadrstachura.pl

dr n. med. Piotr Zawodny



Specjalista chirurgii szczękowo-twarzowej, certyfikowany lekarz medycyny estetycznej

Ekspert radzi

Dzień dobry. Panie doktorze od lat zmagam się z problemem trądziku. Jestem po wielu kuracjach antybiotykami zalecanymi przez dermatologa, które niestety nie przyniosły żadnej poprawy. Czy macie w swojej ofercie zabieg, który pomoże mi uporać się z tak wstydliwym dla mnie problemem?

Pozdrawiam Agnieszka

Pani Agnieszko, z problemem trądziku zmagają się głównie osoby w okresie dojrzewania, jednak coraz częściej „dotyka” on również osoby dorosłe. Czynniki powstawania zmian zapalnych może być wiele, więc nie zawsze antybiotykoterapia przynosi oczekiwane rezultaty, dlatego medycyna estetyczna wychodzi na przeciw temu problemowi i pojawia się coraz więcej rozwiązań umożliwiających uporać się z niedoskonałościami skóry twarzy. Jednym z przełomowych odkryć w leczeniu trądziku jest zabieg Sebacia, wykorzystujący mikrocząsteczki penetrujące do gruczołów łojowych w skojarzeniu z odpowiednim laserem medycznym. Celowo wywołane procesy zmniejszają aktywność gruczołów, zmieniają ich budowę i doprowadzają do zniszczenia drobnoustrojów bakteryjnych. Po przebytej terapii składającej się z 3 sesji w odstępach 1 tygodnia, obserwuje się zmniejszenie wydzielania sebum i złagodzenie objawów chorobowych nawet o 90%. Aby, jednak stwierdzić, czy terapia Sebacia będzie odpowiednia dla Pani zachęcam do konsultacji ze specjalistą w naszej Klinice.

Panie doktorze, mam pewne wątpliwości co do wyboru rodzaju terapii. Od lat borykam się z zaczerwienieniem skóry, szczególnie w okolicy policzków i brody. Kiedyś zaczerwienienie pojawiało się w stresujących dla mnie sytuacjach lub po wypiciu alkoholu. Dziś praktycznie nie znika z twarzy. Kiedy przeszukuję internet w celu znalezienia pomocy, pojawia się mnóstwo ofert zabiegów i sama nie wiem na co się zdecydować. Co według Pana byłoby dobrym rozwiązaniem dla zniwelowania mojego problemu?

Kamila

Pani Kamilo, zacznę od nakreślenia prawdopodobnego problemu, który dotyczy Pani skóry. Zaczerwienienie, spowodowane czynnikami takimi jak stres, spożycie alkoholu czy nagła zmiana temperatury, które znika po krótkim czasie najczęściej nazywane jest rumieniem napadowym. W Pani przypadku, kiedy to rumień nie znika już samoistnie, mamy do czynienia z rumieniem utrwalonym. Jest to znacznie poważniejsze stadium zmian naczyniowych, ponieważ może predysponować do powstawania między innymi trądziku różowatego. Do pełnej diagnozy i podjęcia decyzji o rodzaju terapii potrzebna będzie konsultacja lekarza i odpowiednia diagnostyka np. VISIA. Jednak najczęściej pacjenci borykający się z tego rodzaju anomaliami, poddawani są skutecznej laseroterapii. W naszej Klinice zabiegi zazwyczaj wykonywane są przy użyciu najnowszego lasera naczyniowego Cutera Excel V+, którego skuteczność potwierdzona jest licznymi badaniami, również prowadzonymi w naszej Klinice. Odpowiednim okresem na rozpoczęcie laseroterapii jest jesień. Zachęcam więc do umówienia się na konsultację w celu pełnej diagnostyki i dobrania odpowiedniej dla Pani terapii.

Daniel Źródlewski



Kulturoznawca, animator i menedżer kultury, dziennikarz prasowy oraz telewizyjny, konferansjer, PR-owiec. Rzecznik prasowy Muzeum Narodowego w Szczecinie, związany także z Przeglądem Teatrów Małych Form Kontrapunkt w Szczecinie oraz świnoujskim Grechuta Festival. Założyciel i reżyser niezależnego Teatru Karton.

TAAAAAAKI SEZON!

To nie będzie ranking reprezentacyjny dla całego minionego teatralnego sezonu artystycznego, ale jedynie dla naszej recenzenckiej rubryki. W sezonie artystycznym 2018/2019 opisaliśmy dla Państwa tuzin propozycji szczecińskich scen. To właśnie te tytuły wypełnią nasze doroczne, w pełni subiektywne (!), zestawienie.



Miejsce dwunaste: „Judaszweli”, reż. Bartosz Żurowski, Teatr Współczesny w Szczecinie (Malarnia)

Przestrzeń merytoryczna spektaklu to próba redefinicji Nowego Testamentu. Apostoł Piotr i Ewangelista Łukasz w ramach przewrotnego procesu badawczego nie tylko piszą go na nowo, ale od razu inscenizują. (...) Znakomite role Beaty Zygarlickiej oraz Jacka Piątkowskiego. To spektakl niezwykle wymagający

i od widza, i od zespołu. Formalnie to trudny do oglądania teatralny patchwork, a poprzez wyjątkową gęstość znaczeń, także do zrozumienia.



Miejsce jedenaste: „Malala”, reż. Robert Drobniuch, Teatr Współczesny w Szczecinie (Malarnia)

Tytułowa postać to Malālah Yūsufzay, słynna Pakistanka walcząca o prawa kobiet. (...) Przedstawienie jest zdominowane formą – sztuczne, schematyczne, często niemożliwe układy choreograficzne, pozbawione naturalności i uniemożliwiające aktorom na emocjonalność. Nie ułatwia tego skomplikowana

struktura tekstu – ciągłe zmiany ról, formy i trybu opowieści. Zupełnie niepotrzebne są współczesne wątki, które miały za zadanie sprowadzić problem do naszego „tu i teraz”, niestety wybrzmiewają karykaturalnie, a wręcz zakłócają przekaz. Dobra rola Adrianny Janowskiej-Moniuszko.



Miejsce dziesiąte: „Fanny i Aleksander”, reż. Justyna Celeda, Teatr Współczesny w Szczecinie

Ponad czterogodzinny spektakl pełen jest teatralnych fajerwerków, szczególnie w przestrzeni scenografii, oraz misternych kostiumów Grzegorza Małeckiego. (...) Niezrozumiały, a nawet niepotrzebny był zabieg wprowadzenia marionetek, które choć wizualnie poetyckie, sprawiały problemy animacyjne. (...) Choć spektakl wciąga, intryguje, a momentami zachwyca, to

niestety całość jest niespójna, często chaotyczna, a druga część zawodzi, tak jakby reżyserka wyczerpała pomysły na inscenizację.



Miejsce dziewiąte: „Być jak Beata”, reż. Magda Miklasz, Teatr Współczesny w Szczecinie

W tych piosenkach symbolicznie zawierają się cztery dekady życia Polaków. To niezwykle wciągający dokument, z którego można wiele wyczytać (wysłuchać?). (...) Nie muzyka Kozidrak, nie teksty piosenek, nie jej życiorys, ani nawet lansowany styl. Absolutnym sednem spektaklu są role (jedynie) czwórki aktorów. Każdy

z nich wciela się w kilka postaci. Powiedzieć, że brawurowo, to zbyt mało. To soczyste opisy aktorskich talentów, także wokalnych.



Miejsce ósme: „Zamek z piasku”, reż. Andrzej Zaorski, Teatr Polski w Szczecinie

Andrzej Zaorski, który już raz sięgał po ten tekst na deskach Teatru Polskiego w 1978 roku, tym razem zaproponował formę musicalu. Dopisał piosenki trafnie komentujące akcję, zresztą osadził ją kilkadziesiąt lat później niż oryginał, wreszcie zmienił zakończenie. Efekt: wywołujący salwy śmiechu, nieco pieprzny i formalnie urzekający spektakl.

To sprawdzona komediowa forma, szczerza teatralna klasyka w dobrym znaczeniu tego słowa.



Miejsce siódme: „Z piekła do piekła”, reż. Adam Opatowicz, Teatr Polski w Szczecinie

To ascetyczna realizacja z kilkudziesięcioma utworami barda Solidarności, Jacka Kaczmarskiego. Wszystko podane w czystej, niczym niezmaconej formie. Mąci jedynie „kaduceus polski”, i to dosłownie, bo Opatowicz wtrącił pomiędzy pieśni Kaczmarskiego fragmenty odwiecznie aktualnego „Wese-

la” Stanisława Wyspiańskiego. (...) Siłą spektaklu są świetne muzyczne predyspozycje zespołu Teatru Polskiego (bez żadnego wyjątku), wzbogacane o trzy niezwykle mocne głosy – Mirosława Czyżykiewicza, Mariusza Lubomskiego, i barda najmłodszego pokolenia – Olka Różanka.



Miejsce szóste: „Guru”, reż. Damian Cruden, kier. muz. Laurent Petitgirard, Opera na Zamku

W „Guru” zachwyca muzyka – to monumentalny, mroczny, a może nawet przerażający utwór. Trzyma w napięciu niczym ścieżka dźwiękowa filmowego thrilleru. Orkiestrę Opery na Zamku, co jest wyjątkową rzadkością w muzycznym świecie, poprowadził sam kompozytor – Laurent Petitgirard, a orkiestra brawurowo wykonała niełatwy i wymagający utwór. (...) Reżyser Damian Cruden postawił na statyczny monumentalizm, potęgujący skupienie. Nie rozprasza uwagi niepotrzebną choreografią czy scenicznym ruchem, co zresztą przy tak dużej liczbie aktorów i jednocześnie niewielkiej scenie, mogłoby wypaść kuriozalnie.



Miejsce piąte: „Wracać”, reż. Anna Augustynowicz, Teatr Współczesny w Szczecinie (Malarnia)

Tekst składa się z krótkich, pourywanych sekwencji. To często wyrwane z kontekstu fragmenty haseł, przysłów, powiedzeń, albo przeobrażonych cytatów. Wszystko układa się w rytmiczną układankę, momentami przypomina nawet hip-hopowy utwór. Augustynowicz skrzętnie i konsekwentnie wykorzystuje formę tekstu, i właśnie z rytmu, uczyniła clou przedstawienia.

Aktorzy wystukują go (wszystkim na wszystkim) od pierwszej do ostatniej minuty spektaklu, który staje się mantrą, a nawet dharani. Zabieg piekielnie trudny, wymagający niezwyklej precyzji i skupienia, zarówno od widzów jak aktorów. Z czasem jednak wszyscy mu ulegają, i rytm niczym metronom, zaczyna rządzić czasem i przestrzenią.



Miejsce czwarte: „Kobieta zagrożona niskimi świadczeniami emerytalnym”, Teatr Współczesny w Szczecinie (Teatr Mały)

To nie do końca spektakl, ani nawet monodram. To też nie recital, ani nie koncert. To nie kabaret, ani show, rzecz daleka od stand up'u, czy nawet benefisu. To mistrzowsko poprowadzona teatralna hybryda, czerpiąca garściami z rozmaitych technik i form, a przede wszystkim osobowości twórczyni i jednocześnie wykonawczyni – Marii Dąbrowskiej.

czyni i jednocześnie wykonawczyni – Marii Dąbrowskiej.



Miejsce trzecie: „Czarownice z Salemu”, reż. Adam Orzechowski, Teatr Współczesny w Szczecinie

Formalnie to przede wszystkim wyjątkowa czystość realizacyjna. Dowód, na to, że oszczędność i prostota w teatrze mają wysoką cenę. Nie ma tu wymuszonych uwspółcześnień, niepotrzebnych zabiegów inscenizacyjnych. Reżyser, Adam Orzechowski, skupił się na tekście (współ z dramaturgiem Radosławem Paczochą) oraz

bardzo rzetelnej budowie postaci, co bardzo skrupulatnie wykorzystali aktorzy Współczesnego, oraz goście.



Miejsce drugie: „Proces”, reż. Pia Partum, Opera na Zamku

To błyskotliwe przełożenie kafkowskiej atmosfery na pięciolinie. Pia Partum, reżyserka przedstawienia, uległa Kafce i kompozytorowi Philipowi Glassowi. Jej „Proces” jest pokorny i spolegliwy wobec muzyki i literackiej atmosfery. Zaproponowała solistom powściągliwość, gestów i ruchów. To potęgowało kafkowskie „niebezpieczeństwo”. W postać Józefa K. brawurowo, choć formalnie oszczędnie, wcielił się niemiecki baryton Christian Oldenburg.

wurowo, choć formalnie oszczędnie, wcielił się niemiecki baryton Christian Oldenburg.



Miejsce pierwsze: „Lepsze lasy”, reż. Tomasz Kaczorowski, Teatr Współczesny w Szczecinie (Malarnia)

To metaforyczna opowieść o świecie zwierząt. Bardzo mądra opowieść. Osierocony wilczek trafia pod opiekę owczej rodziny. Jak wypadnie konfrontacja żadnej krwi wilczej natury z owczą łagodnością? Jak na „inność” bohatera zareaguje stado? (...) Spektakl ogląda się przepysznie. To przede wszystkim zasługa klarownego i konsekwentnego pomysłu reżysera na snucie tej opowieści – rytm wyznaczają zatytułowane sceny, w których aktorzy wcielają się w kolejne postaci (każdy po kilka ról). A wcielają się brawurowo! Żonglują charakterami, wyraźnie bawiąc się aktorskimi umiejętnościami, a czasem nawet wychodzą z ról, by „przywalić” prywatnością. (...) To jeden ze spektakli projektu edukacyjnego „Dorośłość” dedykowanego nastolatkom, jednak warto by zobaczyli go tzw. dorośli, bo... po prostu warto! Nie tylko dlatego, że każdy ma coś w sobie z dziecka, ale przede wszystkim z uwagi na artystyczne wartości inscenizacji i bardzo czytelne, a dziś cholernie (!) potrzebne przesłanie o tolerancji.

aktakl ogląda się przepysznie. To przede wszystkim zasługa klarownego i konsekwentnego pomysłu reżysera na snucie tej opowieści – rytm wyznaczają zatytułowane sceny, w których aktorzy wcielają się w kolejne postaci (każdy po kilka ról). A wcielają się brawurowo! Żonglują charakterami, wyraźnie bawiąc się aktorskimi umiejętnościami, a czasem nawet wychodzą z ról, by „przywalić” prywatnością. (...) To jeden ze spektakli projektu edukacyjnego „Dorośłość” dedykowanego nastolatkom, jednak warto by zobaczyli go tzw. dorośli, bo... po prostu warto! Nie tylko dlatego, że każdy ma coś w sobie z dziecka, ale przede wszystkim z uwagi na artystyczne wartości inscenizacji i bardzo czytelne, a dziś cholernie (!) potrzebne przesłanie o tolerancji.



Spektakularne widowisko na Odrze

Czwarta edycja Water Show Szczecin przyciągnęła tłumy i po raz kolejny wprawiła widzów w zachwyt. W tym roku największymi atrakcjami wodnego widowiska były turnieje i pokazy z dwóch dyscyplin.

Flyboarding to odmiana sportów hydrodrzutowych z zastosowaniem pompy, która pozwoliła zawodnikom latać nawet 16 metrów nad wodą. Nie zabrakło synchronicznych pokazów dziennych, ale jeszcze bardziej fascynujące okazało się wieczorne show w podświetlanych kostiumach ledowych. Wydarzeniem było ustanowienie nowego rekordu Guinnessa: 31 salt na minutę. W rejonie Trasy Zamkowej odbyły się też Mistrzostwa Polski we freestyle flyboardingu. Pierwsze miejsce zajął Tomasz Kubik (Jet life), drugie Artur Zakrzewski (Hydro Sport), a trzecie Kamil Nowakowski (Hydro Sport). Drugą dyscypliną, która przykuła uwagę publiczności, był High Diving – akrobatyczne skoki do wody z platformy zainstalowanej na wysokości 20 i 22 m. W pokazach wzięli udział zawodnicy z Anglii, Niemiec i Hiszpanii. Za doskonałą organizację imprezy odpowiadają: Studio 4U, GISO Produkcja Wydarzeń oraz Flyboard.pl.





Pośmiejmy się w dobrym towarzystwie

Jest jedną z najpopularniejszych polskich stand-uperek. Komikiem postanowiła zostać 10 lat temu. Pod wpływem występów Amerykanki Ellen DeGeneres i umiejętności do opowiadania zabawnych historii, zgłosiła się do programu telewizyjnego „Stand-up! Zabij mnie śmiechem”, który był pierwszym talent-show poświęconym stand-upowi. Po sukcesie programu zniknęła, by zająć się prywatnym życiem. Po kilku latach wróciła na dobre. Ola Petrus, bo o niej mowa, pochodzi ze szczecińskiego Pogodna.

Czy my Polacy mamy poczucie humoru?

Mamy. Powoli się przełamujemy, jest coraz więcej tematów tabu, z których się śmiejemy. Związane jest to z większą otwartością społeczeństwa. Na przestrzeni ostatnich lat szerzej mówi się o tematach kiedyś uznawanych za nietykalne takich jak: różnorodność rasowa, religijna czy orientacja seksualna. Gdy debiutowałam w 2010 roku skandalem było to, że żartowałam z bycia absolwentką szczecińskich Salezjan, czyli szkoły katolickiej. W tej chwili mało kogo to oburza, a ludzie złapali dystans do tej tematyki, patrząc na to, co się obecnie dzieje.

Czy zatem są tematy, których stand-uperzy nie poruszają? Oglądając występy komików, szczególnie amerykańskich odnoszę wrażenie, że nie ma w tym temacie żadnych świętości.

To prawda, w stand-upie nie ma świętości. Nawet jak mają miejsce tragedie, to w naszym środowisku pojawia się prędzej czy później pytanie „jeszcze za wcześnie czy już można?”. Jest taki genialny amerykański komik, nazywa się Jeff Ross. Nagrał kilka roastów. (Bohater roastu jest w zabawny ale też w mocny sposób obrażany przez swoich gości. Ci natomiast robią dokładnie to samo w stosunku do siebie. – przyp. red.) Ross między innymi roastował policję amerykańską, w chwilę po zamieszkach spowodowanych brutalnym potraktowaniem afroamerykańskiej społeczności przez stróżów prawa. Roastował więźniów jednego z najbardziej niebezpiecznych więzień w Ameryce, a ostatnio wydarzenia, które mają miejsce na granicy USA z Meksykiem. Nie robił tego wyłącznie ze sceny, tylko był w tych miejscach, rozmawiał tam z ludźmi

i jeszcze to wszystko udokumentował. Jego przykład pokazuje pewną ważną rzecz, która ma miejsce w stand-upie. Nie tylko rozśmieszamy ludzi, ale przy okazji poruszamy problemy obyczajowe, społeczne, a nawet polityczne. Oczywiście robimy to w swoim stylu.

Oglądając pani występy zauważyłam, że ma pani do siebie ogromny dystans i potrafi się śmiać również z samej siebie. To cenna cecha, której nam często brakuje.

W momencie kiedy wychodzę na scenę i odśpiewam wiele aspektów mojego życia śmiejąc się z nich, daję automatycznie takie samo przyzwolenie innym komikom. Chodzi o to, że oni mogą żartować na mój temat. Te teksty jednak są śmieszne zazwyczaj tylko w zestawieniu z moją osobą. Oto taki przykład: wyszedł na scenę bardzo młody komik, który zaczął opowiadać, że miał bardzo niską dziewczynę. Żartował sobie z tego, ale w dość płytki sposób. Nie widział, że po nim, na scenę wychodzę ja. I kiedy się pojawiłam, swój występ rozpocząłam od: „Co Ty człowieku wiesz o byciu niskim?” Układając materiał staram się, żeby tych uszczypliwości do samej siebie było jak najmniej. Bardziej żartuję z sytuacji, które mnie dotyczą, np. z reakcji ludzi na mój widok. Stand-up dla komika ma też właściwości terapeutyczne. Najlepsi komicy to ci, którzy rzeczywiście coś przeżyli, mają jakieś traumy. Skoro są w stanie przekuć to w groteskę, to nie tylko sami sobie pomagają, ale też są wsparciem dla ludzi, którzy przeżyli coś podobnego. Śmiech ma dużą moc.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Zuzanna Sosnowska

Ola Petrus razem z Ligą Niezwykłych Stand-uperów (w składzie: Magda Kubicka, Michał Pałubski, Paulian Potocka, Maciej „Lobo” Linke, Jakub Ćwiek) wystąpią 14 października (godz. 20) w Event Arena. Bilety w Arenie albo na bilety.fm.

foto: materiały prasowe

PRESTIŻ
PATRONUJE



Huśtawka uczuć

Już niedługo, dzięki Impresariatowi Teatralnemu, w Szczecinie będzie można zobaczyć słodko-gorzką historię, znaną m.in. dzięki filmowi z Shirley MacLain i Robertem Mitchumem. „Dwoje na huśtawce” Williama Gibsona to sztuka, która podbiła serca zarówno publiczności, jak też krytyków teatralnych. Była wystawiana w prestiżowych, sławnych scenach na całym świecie. W Polsce spektakl reżyserowali m.in. Andrzej Wajda, Krzysztof Kieślowski i Radosław Piwowarski. Sztuka amerykańskiego dramaturga opowiada o dziewczynie, chłopaku oraz ich uczuciach. Bohaterami dzieła jest dwoje trzyletniaków pochodzących z różnych środowisk, innych miast, mających za sobą małżeństwa i romanse. Co wyniknie z ich spotkania? Wielka miłość czy banalne rozczarowanie? Odpowiedzi na te pytania znajdziecie w przedstawieniu. W Szczecinie zobaczymy realizację w reżyserii Jerzego Gudejko. W obsadzie: Anna Dereszowska i Mikołaj Roznerski.

kw

Teatr Współczesny, 7 października, godz. 18.00

foto: materiały prasowe

PRESTIŻ
PATRONUJE



Miłosny labirynt

Twórcy „MayDay 2” i „Szalonych Nożyczek” zapraszają na najnowszą odsłonę spektaklu „Pomoc domowa”. Sztukę będzie można zobaczyć w szczecińskiej operze dzięki Intermedium. Spektakl to przeżabawna farsa uznanego na całym świecie Marca Camoletiego. Farsa uznawana jest za czołówkę najzabawniejszych przedstawień polskich i światowych scen. Widzowie uwielbiają sztukę za wartką akcją, błyskotliwe dialogi oraz inteligentny humor. Z zapartym tchem podążają za losami męża, żony, kochanki i kochanka, szczególnie, że łączy ich jedna, urzekająca pomoc domowa. Pod jej okiem rozgrywają się zawiłe, gorące sytuacje. To ona pociąga za sznurki i zna odpowiedź na nurtujące wszystkich pytania. Czy uda się jej dochować tajemnicy? Czy znajdzie wyjście z tej miłosnej spirali? Dowiedziecie się, idąc na spektakl. Gwiazdorska obsada – gwarantowana! Na scenie zobaczymy m.in. Krzysztofa Ibisza, Dominikę Gwit, Wiktorię Gąsiewską i Michała Piśroga.

kw

Opera na Zamku, 26 października, godz. 17.00 i 20.00

reklama



 invisalign®

proste zęby
bez wyrzeczeń

Klinika Implantologii i Ortodoncji | tel. 91 461 43 18 | www.hahs.pl

HAHS
KLINIKA 



foto: Lawrence Tsang

Poezja skrzypiec

Ning Feng otworzy nowy sezon artystyczny szczecińskiej filharmonii. To światowej sławy skrzypek, znany z sal koncertowych od Sao Paulo po Hongkong. – Ning Feng jest technicznie nieskazitelnym graczem, jest też poetą – stwierdził Terry Blain z BBC Music Magazine. Artysta to triumfator niezliczonych konkursów. Znany jest na całym świecie z wielkiego liryzmu, wrodzonej muzykalności i oszałamiającej wirtuozerii. Studiował w Sichuan Conservatory of Music, Hanns Eisler School of Music (Berlin) u Antje Weithaas oraz w Royal Academy of Music (Londyn) u Hu Kun, gdzie był pierwszym studentem, który kiedykolwiek otrzymał notę 100% za recital dyplomowy. Chiński skrzypek obecnie mieszka w Berlinie. Występuje na całym świecie z największymi orkiestrami oraz dyrygentami, w koncertach recitalowych i kameralnych. We wrześniu zagra wraz z Orkiestrą Symfoniczną naszej filharmonii. Na złotej sali zabrzmie klasyka gatunku, jeden z najczęściej wykonywanych koncertów skrzypcowych w historii muzyki: Koncert skrzypcowy D-dur Ludwiga van Beethovena.

kw

Filharmonia, 27 września, godz. 19.00

reklama

EstheGyn.com

**GINEKOLOGIA PLASTYCZNA | OPERACJE PLASTYCZNE
I REKONSTRUKCYJNE | LASER FRAKCYJNY CO2 | HIFU |
NIETRZYMANIE MOCZU | UROGINEKOLOGIA |
GINEKOLOGIA OPERACYJNA**

Szczecin, ul. Mazurska 7
Dom Lekarski, Piastów Office Center, al Piastów 30
Rejestracja: tel. 91 488 22 01, w godz. 9.00 - 14.30



plakat: Dorota Wojciechowska-Danek

TEATR LALEK
pleciuga

PRESTIŻ
PATRONUJE

Spektakl z zegarem w tle

Pleciuga rozpoczyna nowy sezon ciekawą premierą. Na deskach teatru będzie można zobaczyć spektakl w klimacie mistrzów suspense. Reżyserka Laura Sonik przygotowuje przedstawienie oparte na „Tajemnicy krzyczącego zegara”, powieści dla młodzieży Roberta Arthura. Wielka przygoda, spontaniczność i brawura – gwarantowane. Książka należy do amerykańskiej serii publikacji kryminalnych przeznaczonych dla młodych ludzi. Dlaczego zegar krzyczy? Dokąd zaprowadzą Trzech Detektywów jego tajemnice? Wielbicieli kryminałów, łamigłówek i zagadek logicznych czeka dobra zabawa! Za przekład tekstu odpowiada Anna Iwańska, za kostiumy i scenografię Pavel Hubička, a za muzykę – Mateusz Winiśław.

kw

Pleciuga, premiera: 28 września, godz. 17.00



dr n. med.
Piotr Kolczewski

foto: materiały prasowe (Lemon)



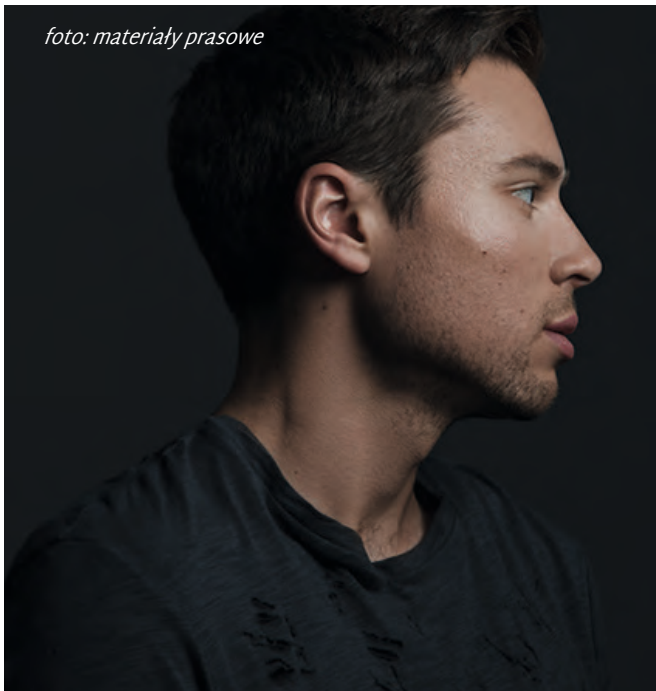
Otwarcie pełne muzyki

Przed nami Przecław Festiwal, czyli wielkie otwarcie Gminnego Ośrodka Kultury, Sportu i Rekreacji w Przecławiu. Nowy obiekt zostanie nazwany „DK Trzynaście”. Z tej okazji, zorganizowano niezwykle wydarzenie. Będzie to tygodniowa impreza, pełna dobrej muzyki i nawiązań do kultury dwudziestolecia międzywojennego. Na dwóch scenach wystąpi ponad 100 artystów! W programie m.in. koncert Baltic Neapolis Orchestra, recital Tomasza Stockingera i występny znanych zespołów. Wśród nich pojawią się takie sławy jak: Lemon, Bednarek, Smolik i Kev Fox, Afromental, Sobota, Grubson czy Masteres. Prócz wydarzeń muzycznych, w planie są również piknik i dzień rodzinny. Część wydarzeń jest bezpłatna. Organizatorami imprezy są Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Przecławiu oraz Urząd Gminy w Kołbaskowie.

kw

Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Przecławiu, 16-22 września

foto: materiały prasowe



Taneczny Tim

Tim Green to postać, która jest dobrze znana wśród miłośników muzyki elektronicznej. Wszechstronnie uzdolniony artysta, produkuje nie tylko dźwięki house czy techno, ale również pisze bardziej stonowane utwory jako Invisible Minds. Tim swoją przygodę z muzyką zaczął w wieku 8 lat. Elektroniką zaraził się, gdy pierwszy raz usłyszał album „Discovery” Daft Punk. Pierwsze wydania artysty „Revox” i „Mr Dry” spowodowały, że zaczął się nim interesować świat muzyki. Artysta jako DJ ma na swoim koncie występy znanych klubach, takich jak Amnesia Ibiza czy Panorama Bar. Pojawia się też na słynnych festiwalach, w tym: Burning Man i Bestival. W 2010 roku otrzymał nagrodę dla Best Breakthrough Producer magazynu DJ Mag. W Szczecinie Tim Green zagra w klubie Tanz Bar, a do doskonałej zabawy zagrzewać będą: Maciej Wunsch oraz Marek Smoroń (Dj massive).

kw

Tanz Bar, 7 września, godz. 22.30

reklama



Gwarancja
punktualności



Nowość! ECO
Business Class



Największa flota
aut klasy Premium



Komfort w ocenie
klientów 9,87/10



24h
helpdesk

foto: Anna Majewska

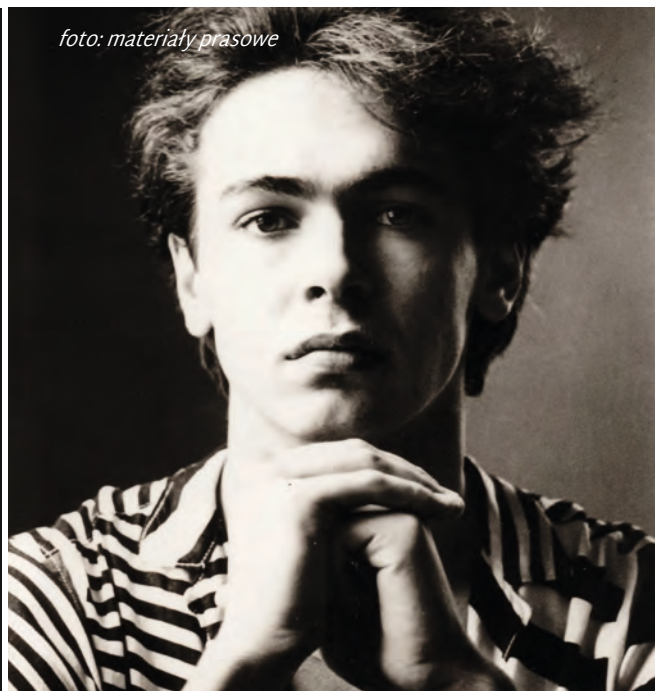


Weekendowy chaos

Nowy sezon Teatr Polski rozpoczyna premierą farsy „Weekend z R.” w reżyserii Andrzeja Zaorskiego. Sztukę napisał Robin Hawdon, jeden z najpopularniejszych autorów angielskich komedii. O czym jest spektakl? Farsa opowiada historię Claris i trzech mężczyzn o imionach rozpoczynających się na R. Roger to jej mąż, Robert – kochanek, a Rodney jest wziętym architektem wewnątrz. Wszystko dzieje się podczas jednego weekendu. Mąż wyjeżdża, kochanek przyjeżdża, a architekt wprowadza zmiany w urządzeniu domu. Niestety, kobieta przez przypadek podsłuchuje fragment rozmowy telefonicznej Rogera i ten fakt wywołuje lawinę nieprzewidzianych zdarzeń. Jak się okazuje, nawet najbardziej misterny weekendowy plan może wziąć w łeb, jeśli komuś nieopatrnie wymknie się o jedno słowo za dużo. Zresztą, przekonajcie się sami, idąc na spektakl. „Weekend z R.”. To szalona komedia charakterów i sytuacji, której nie możecie przegapić! W obsadzie m.in. Katarzyna Bieschke-Wabich, Adam Dzieciniak i Piotr Bujak (na zdjęciu).

Nowy Browar, 11 września, godz.19.00

foto: materiały prasowe



Talent i poezja

Ivo Pogorelich – geniusz i poeta fortepianu, będzie jedną z gwiazd Meisinger Music Festival, który wystartuje w połowie września. Poczynając od debiutanckiego recitalu w Carnegie Hall (1981) podziwiany jest za niespotykany talent. Oprócz prowadzonej intensywniej działalności koncertowej pianista wspomaga również młodych artystów i udziela się charytatywnie. W 1994 r. założył w Sarajewie fundację mającą na celu pozyskanie środków na odbudowę tamtejszego szpitala dla matki z dzieckiem. Artysta występuje na koncertach charytatywnych wspierając m.in. Czerwony Krzyż oraz działając na rzecz walki z takimi chorobami jak rak i stwardnienie rozsiane. W 1987 r. został mianowany Ambasadorem Dobrej Woli UNESCO. Nagrał imponującą liczbę płyt dla wytwórni Deutsche Grammophon, z repertuarem obejmującym utwory od baroku po muzykę współczesną. W Szczecinie zagra utwory Chopina, Bacha, Ravela i Beethovena. Jego występy są zawsze szaleniem ekscytujące.

ad

Filharmonia, 17 września, godz.19.00

reklama

Laser **MonaLisa Touch**™
leczenie wysiłkowego
nietrzymania moczu

foto: materiały prasowe

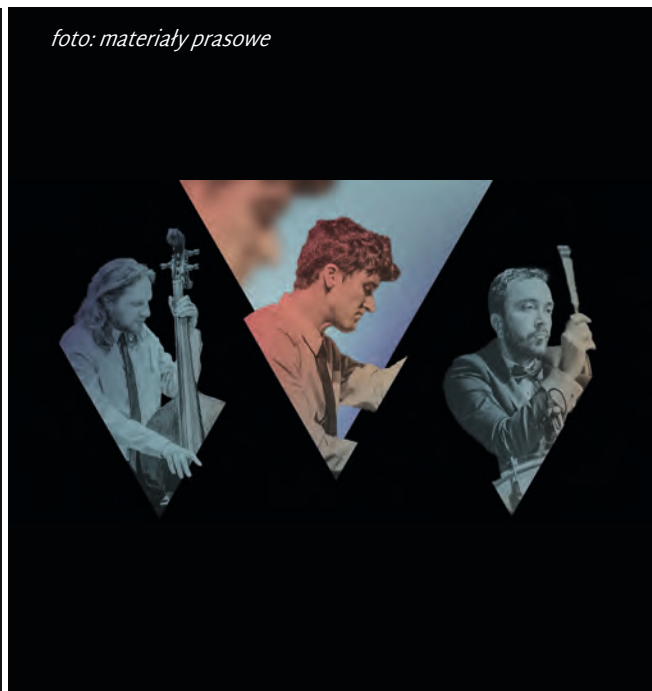


Damsko-męska farsa

Pod koniec września w Teatrze Współczesnym będzie można zobaczyć gościnny spektakl „Prywatna Klinika”. Sztuka została napisana w 1983 r. przez Johna Chapmana i Dave’a Freemana. Opowiada o rozwódce Harriet, mieszkającej w Brighton, która rozwiązuje problemy finansowe, dzięki wsparciu dwóch dżentelmenów oraz perfekcyjnie zorganizowanego kalendarza. Spektakl od lat bawi kolejne pokolenia widzów. To inteligentna i zabawna farsa, w której humor rozwija się aż po ostatnią scenę. Lekka treść, zawrotne tempo, wyraziste postaci oraz zaskakujące zwroty akcji zapewniają rozrywkę na wysokim poziomie. Spektakl, który zobaczymy w Szczecinie, wyreżyserował Grzegorz Reszka. Dużym atutem tej realizacji jest gwiazdorska obsada. W spektaklu grają m.in. Katarzyna Bujakiewicz, Rafał Cieszyński, Tomasz Oświeciński i Alżbieta Lenska. Sztuka to ciekawy obraz damsko-męskich związków, który jest prawdziwą karuzelą emocji, pomyślnych tożsamości oraz prze zabawnych dialogów.

Teatr Współczesny, 30 września, godz. 20.30

foto: materiały prasowe



Fajerwerki Maseckiego

W Filharmonii we wrześniu odbędzie się druga edycja Festiwalu MUSIC. DESIGN.FORM. Wśród wielu atrakcji znalazł się koncert Tria Jazzowego Marcina Maseckiego. Pianista, kompozytor, aranżer, jest obecnie jednym z najbardziej twórczych muzyków w Polsce. W ramach festiwalu wystąpi z Jerzym Rogiewiczem na perkusji i Piotrem Domagalskim na kontrabasie. Na scenie dołączy do nich Grzegorz Tarwid – pianista, kompozytor, znany m.in. z projektu Diomedea. Wykonają premierowo „Muzykę ognia sztucznych” Georga Friedricha Händla w zupełnie nowym, jazzowym opracowaniu. Utwór powstał w 1749 roku na zamówienie Jerzego II Hanowerskiego w związku z zakończeniem wojny z Austrią i podpisaniem pokoju w Akwizgranie. Kompozycja miała uświetnić wielki pokaz ognia sztucznych w Londynie. Niestety, nie wszystko poszło zgodnie z planem. Koncert prawie zakończył się klęską przez ulewne deszcze i pożar, który wybuchł w wyniku nieudanego pokazu sztucznych ognia i w części strawił dekoracje zbudowane specjalnie na tę okazję. Pomimo przeciwności, zaprezentowana przez orkiestrę uwertura zachwyciła słuchaczy.

kw

ad

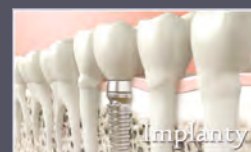
Filharmonia, 14 września, godz. 22.00

reklama

Twój
uśmiech
tworzymy
z pasją



KORYZNA CLINIC
IMPLANTOLOGIA I STOMATOLOGIA



ul. Sienna 4/1, 70-542 Szczecin, tel. +48 91 812 15 41, tel. kom. 607 236 896
e-mail: gabinet@koryznaclinic.com, www.koryznaclinic.com



Materia ożywiona

„States of Matter” to projekt badający mechanizmy i sposoby ułożenia cząsteczek w przyrodzie. Stany, które może przyjąć substancja (gazowy, ciekły, stały, świadomy), różnią się właściwościami, ale składają się z tej samej, skończonej liczby składników i rządzą się wspólnymi, uniwersalnymi prawami. Projekt dokonuje oceny tych praw według kryteriów etyki negatywnej, która podważa wiarę w to, że coś jest „lepsze” niż nic. Autorem projektu jest Maciek Chodziński, który w TRAFO pojawi się w towarzystwie pink punkowej grupy BNNT. Jak sam pisze: „Parowanie, skraplanie, zamarzanie. I z powrotem - kryształ w ciecz, ciecz w gaz. Właściwości ciał w poszczególnych stanach skupienia zależą od ułożenia atomów, z których są zbudowane. To cykliczne mielenie materii bezmyślnie trwa, miejscami skręcając ją w węzeł, który trudno już bezboleśnie rozplątać. Sposobów na bycie nieożywionym jest nieporównanie więcej niż na bycie żywym. Mimo to, od kiedy tylko stało się to możliwe, uparcie trwają procesy fizyczne, w których materia osiąga stan świadomy.” Intrygujące.

Trafostacja Sztuki, 19 września, godz.19.00



Lekcja z Lao Che

„Wiedza o Społeczeństwie” to tytuł najnowszej płyty grupy Lao Che. Muzycy tym razem sięgnęli do brzmień kojarzących się z muzyką rozrywkową lat osiemdziesiątych, jednak podanych w charakterystyczny dla twórczości zespołu przetworzony sposób, nawiązujący do wielu gatunków muzycznych. Za produkcję płyty ponownie odpowiada Piotr Emade Waglewski oraz Filip Wieża Różański. Do zespołu dołączył nowy muzyk – Karol Gola (saksofon barytonowy, klawisze, flet) znany między innymi z zespołów Pink Freud czy Jazzombie. Tytułowa „Wiedza o Społeczeństwie” to saga o ludzkich perypetiach. Poczynania ludzi – ich słabości, obawy, wątpliwości, uczucia, spostrzeżenia i marzenia ukazane zostały z perspektywy Człowieka, Polaka, Ziemiańszczyzny. Jak zawsze, tak i w tym przypadku Lao Che wykonuje w całości materiał na żywo, bowiem każda ich płyta to zamknięta historia. Znani są z niezwyklej koncertów a ich muzyka na żywo brzmi jeszcze potężniej. To jeden z najbardziej oryginalnych polskich zespołów rockowych.

Zamek, 15 września, godz.19.00

reklama



Sprawdź swój stan zdrowia!

Pakiety badań dla kobiet i mężczyzn.

foto: Jarosław Gaszyński

Golf pełen gwiazd

Binowo po raz kolejny zabłysnęło od gwiazd sportu i rozrywki, a to w związku z rozgrywanymi się World Amateur Golfers Championship 2019 – Grand Prix oraz Celebrities. Ponad dwustu graczy bawiło się w konkursach dodatkowych i walczyło o nagrody ufundowane przez partnerów wydarzenia, a także na bankiecie, który zaserwowano na finał.

ad



Od lewej: Mariusz Wojtas, Izabela Roman, Jerzy Safranów, Tomasz Walburg



Od lewej: Sławek Piński i Konrad Kijak



Alek Mierzejewski



Dr Artur Śliwiński z żoną



Od lewej: Andrzej Makiela, Jerzy Dudek



Od lewej: Michał Wójcik, Marcin Wójcik



Od lewej: Izabela Roman, Włodzimierz Bryła, Cezary Turostowski, Isobel Perera-Turostowska



Robert Rozmus



Od lewej: Jerzy Dudek, Marcin Wójcik, Daria Nowak, Sławek Piński, Michał Wójcik, Mikołaj Grabowski, Michał Ligocki, Piotr Kruszczyński, Klaudiusz Sevkovic, Mateusz Ligocki, Robert Rozmus



Od lewej: Tomasz Iwan, Mikołaj Grabowski, Krzysztof Materna, Jerzy Dudek

foto: materiały prasowe

Królewska gala

Rolls-Royce to królewska marka samochodów, która zawsze wymaga odpowiedniej oprawy. W Piano Cafe w Międzyzdrojach odbyła się Letnia Gala Rolls-Royce'a zorganizowana wspólnie przez Auto Fus Group i Basztę Nieruchomości w Międzyzdrojach. Na imprezie pojawiło się ponad 100 zaproszonych gości a wśród nich m.in. przedstawiciele Rolls-Royce'a i twórca galerii w Piano Cafe malarz Cris Kaminski. Była szampa, wykwintne jedzenie i świetna muzyka serwowana przez duet Michał Kaczmarek i Henryk Kurkiewicz.

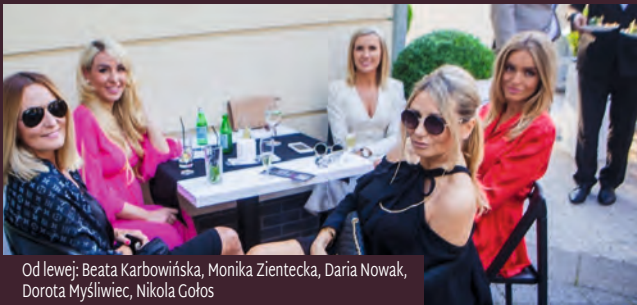
ad



Agnieszka i Piotr Drońscy



Menager Piano Cafe Magdalena Krakowian, Agnieszka i Piotr Drońscy, organizatorzy gali



Od lewej: Beata Karbowińska, Monika Zientecka, Daria Nowak, Dorota Myśliwiec, Nikola Gołos



Paweł Tatur, szef marketingu Rolls-Royce w Polsce



Od lewej: Beata Piątak, Beata Fedorowicz, Ewa Sadka

foto: Jarosław Gaszyński

Golfowy piknik z Hahs

Kolorowy piknik, słoneczna pogoda, smaczny poczęstunek i golf – w ostatnią sierpniową niedzielę Binowo Park gościło prawie 100 gości. Wydarzenie zorganizowała Klinika Hahs. Sportowy duch udzielił się wszystkim. Pracownicy kliniki wraz z rodzinami uczyli się gry, a zwieńczeniem zabawy był turniej drużynowy. Największą frajdę miały dzieci, które wykazały się ogromnym zaangażowaniem poznając tajniki golfa.

kw



Dr Ewa Soczawa, dr Joanna Hahs-Gaborska, dr Michał Soczawa, z córkami



Zbigniew i Elżbieta Hahs z pracownikami i dziećmi



Uczestnicy pikniku



Goście wydarzenia



Goście wydarzenia

foto: Lucjola Runiewicz

Magnoliowa willa

Wytworny bankiet, zabytkowa willa i czekoladki o smaku magnolii. W sierpniu firma Hospes, wraz ze Szczecińską Manufakturą Czekolady Oderro (pisaliśmy o niej w czerwcu), zorganizowała wyjątkowe wydarzenie, które przyciągnęło spore grono lokalnych osobowości. Przyjęcie było prapremierą otwarcia Willi Flory. Na wydarzenie przygotowano specjalne czekoladki, które doskonale wpisały się w jego klimat. Ciekawe, czy odnowiony budynek i magnoliowe słodkości staną się nowymi symbolami Szczecina?

kw



Joanna i Kinga Kordeckie



Czekoladki Flora Magnolia



Dominika Dulat wraz z załogą Willi Flory



Ewa Zielińska (TVP)



Marta Sidorkiewicz (Uniwersytet Szczeciński)

foto: Lucjola Runiewicz

Spotkanie z Żoną Hollywoodu

Kinga Korta, słynna „Żona Hollywoodu” ale także ambasadorka marki naturalnych kosmetyków Arbonne, była gościem szczecińskiej projektantki Sylwii Majda. Kosmetyki Arbonne są wegańskie, nietestowane na zwierzętach i w stu procentach naturalne. Powrót do natury ale także barwna osoba głównej bohaterki spotkania przyciągnęła tłum pań.

ad



Kinga Korta w trakcie prelekcji



Modelka Milena Majewska



Od lewej: Kinga Korta i Sylwia Majdan

Szczecin, ul. Więckowskiego apartament na sprzedaż



luksusowy apartament o pow. 104 m²,
z indywidualnym projektem wnętrza,
widok na park, pierwsze piętro, nowe budownictwo,
kuchnia w pełni urządzona, meble w zabudowie,
miejsca parkingowe ogólnodostępne
bezpośrednio pod budynkiem

na sprzedaż, cena: 1,1 mln zł
tel. 602 646-490, 91 810-10-10
www.baszta.eu

Szczecin, al. Wojska Polskiego obiekt komercyjny na sprzedaż



powierzchnia 700 m², 12 pokoi,
działka 920 m²,
budynek do remontu, topowa lokalizacja,
idealny na klinikę medyczną, przychodnię,
szkołę, apartamentowiec

na sprzedaż
nowa okazjna cena 1,5 mln zł netto
tel. 608 301-031, 91 810-10-10
www.baszta.eu



Szczecin, Mierzyn działka na sprzedaż



ul. Jarzębinowa, kameralne osiedle - 5 domów,
działka pod rezydencję 4000 m²,
pełne uzbrojenie,
rozpoczęta budowa domu 360 m²
garaż na 4 auta, basen, spa,
najlepsza, topowa lokalizacja, własny las

na sprzedaż cena: 1,2 mln zł (300 zł/m²)
tel. 791 404-330, 91 810-10-10
www.baszta.eu

Międzyzdroje apartamenty na sprzedaż



apartamenty w kompleksie Wave Apartments,
tuż przy plaży, widok na morze,
wyjątkowa architektura,
na terenie kompleksu: strefa basenów,
spa, plac zabaw, boisko, siłownia,
kids zone, restauracja,
apartamenty w pełni wykończone

na sprzedaż, już od 16,5 tys. zł/m²
tel. 693 555-596, 91 32-82-160
www.baszta.eu

SZUKAJCIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

GABINETY LEKARSKIE

AMC, Art Medical Center ul. Langiewicza 28/U1
Aesthetic Med ul. Niedziałkowskiego 47
Centrum Rehabilitacji Duet al. Wojska Polskiego 70
Dental Implant Aesthetic Clinic ul. Panieńska 18
Dental Center ul. Mariacka 6/U1
Dentalica ul. Mickiewicza 48/U1
Dentus ul. Mickiewicza 116/1
DermaDent ul. Kazimierza Królewicza 2 L/1
ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku Słońcu 58
Fabryka Zdrowego Uśmiechu ul. Ostrawicka 18
Gabinet Okulistyczny Ewa Wojciechowska ul. 5 Lipca 3/1
Gabinet Terapii Manualnej ul. Kasprzaka 3A
Gajda ul. Narutowicza 16A
HAHS ul. Czwartaków 3
Hahs Protodens ul. Felczaka 10
Laser Medi Derm ul. Kasprzaka 2C
Laser Studio ul. Jagiellońska 85
Lighthouse Dental, ul. Arkońska 51/5
Lecznicza Dentystyczna KULTYS ul. Bolesława Śmiałego 17/2
Marosz Gabinet Medycyny Estetycznej ul. Kazimierska 2G/2
(wejście od ulicy Ku Słońcu)
Medicus pl. Zwycięstwa 1
Mediklinika ul. Mickiewicza 55
Medimel ul. Nowowiejska 1E
Medycyna Estetyczna dr. Osadowska (Office Center) al. Piastów 30
Optegra ul. Mickiewicza 138
ORTO PERFECT ul. Ogińskiego 12
Perludent - Gabinet Stomatologiczny al. Powstańców Wielkopolskich 4C
Praktyka Lekarska Piotr Hajdasz ul. Partyzantów 3/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński ul. Śląska 5/2
Prywatna Praktyka Ginekologiczna ul. M. Skłodowskiej-Curie 5/2
Prywatna Praktyka Stomatologiczna i Ginekologiczna al. Wojska Polskiego 43/2
PP Estetyczna ul. Zupańskiego 6/1
Ra-dent. Gabinet Stomatologiczny ul. Krzywoustego 19/5
Stomatologia Kamienica 25 ul. Wielkopolska 25/10
Stomatologia Mikroskopowa ul. Żołnierska 13A/1
Stomatologia ul. Wielka Odrzańska 31
Vitrolive al. Wojska Polskiego 103
Vizmedica Clinic ul. Jagiellońska 85/14

HOTELE

Hotel Atrium al. Wojska Polskiego 75
Hotel Campanille ul. Wyszyńskiego
Hotel Dana al. Wyzwolenia 50
Hotel Grand Park ul. Słowackiego 18
Hotele Marina ul. Przechodnia 13
Hotel Novotel ul. 3 Maja 31
Hotel Park ul. Plantowa 1
Hotel Plenty ul. Rynek Śenny 1
Hotel Radisson BLU pl. Rodła 10
Hotel Vulcan ul. Druckiego-Lubeckiego 6a
Willa Flora ul. Wielkopolska 18

KANCELARIE

Przemysław Manik – kancelaria adwokacka ul. Kr. Korony Polskiej 3
Lizak, Stankiewicz, Królkowski – kancelaria adwokacka
al. Boh. Getta Warszawskiego 1/4
Mazurkiewicz, Wesolowski, Mazur – kancelaria adwokacka
ul. Klonowica 30/1
Andrzej Marecki – kancelaria adwokacka ul. Kr. Jądwi 13/12
Mikołaj Marecki – kancelaria adwokacka
ul. ks. Bogusława X 1/2 lokal 8
Gozdek, Kowalski, Łyskowski – adwokaci i radcowie
ul. Panieńska 16
Tomasz Kordus – kancelaria adwokacka ul. Felczaka 11
Andrzej Zajda i Monika Zajda-Pawlik – kancelaria adwokacka
ul. Monte Cassino 7/1
Dariusz Jan Babski – kancelaria adwokacka ul. Bogusława 5/3
Grzegorz Dutkiewicz – kancelaria adwokacka ul. Monte Cassino
19c
Aleksandrut-Dutkiewicz – kancelaria adwokacka
ul. Wyszyńskiego 14
Licht Przeworska – kancelaria adwokacka ul. Tuwima 27/1
Mariusz Chmielewski kancelaria adwokacka ul. Odzieżowa 5
Kancelaria Notarialna al. Jana Pawła II 22
Skotarczak, Dąbrowski, Olech – kancelaria adwokacka
ul. Narutowicza 12
Kancelaria Notarialna Daleszyńska - kancelaria notarialna
al. Jana Pawła II 17
Kancelaria Notarialna Małgorzata Węglowska ul. 5 lipca 9/1
Waldemar Juszcak – kancelaria adwokatów i radców
al. Niepodległości 17
ZBROJA – adwokaci ul. Więckowskiego 1b/8

KAWIARNIE

Ale Ciachol! Zwycięstwa 1
Artetamina ul. Rayskiego 21
Biancafe ul. Ostrawicka/róg Wojska Polskiego
Bajgle Króla Jana ul. Nowy Rynek 6
Cafe 22 pl. Rodła 8
Coffee Costa GK Kaskada
Coffee Costa CH Galaxy - partner

Coffee Costa CH Mollo
Coffee Costa CH Outlet Park
Coffe House Center al. Wojska Polskiego 32
Columbus Coffe Bandurskiego 98 lok. 1
Columbus Coffe al. Wojska polskiego 50
Columbus Coffe ul. Rayskiego 23/2a
Columbus Coffe ul. Krzywoustego 16
Columbus Coffe ul. Kopernika 1
Columbus Coffe ul. Malczewskiego 26
Columbus Coffe CH Turzyn
Duet Coffee CH Galaxy - 1 piętro
Fabryka Deptak Bogusława 4/1
Fanaberia Deptak Bogusława
Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
Lodzianka Pogodna ul. Poniatowskiego 2
Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
Quattro Cafe ul. Tkacka 64d
Sowa Cukiernia al. Wojska Polskiego 17
Sowa Cukiernia ul. Ku Słońcu 67
Sowa Cukiernia ul. Mieszka 1 73
Sowa Cukiernia ul. Struga 42
Sowa Cukiernia CH Galaxy
Solony Karmel ul. Rydla 52
Starbucks ul. Wyszyńskiego 1
Starbucks CH Kaskada
Starbucks CH Galaxy

MOTORYZACJA

Auto Club Hyundai, Mitsubishi, Suzuki Ustowo 56
BMW i MINI przy rondzie Hakena
Ford Bemo Ustowo 56
Ford ul. Pomorska 115B
Harley Davidson ul. Gdańska 22A
Holda – Jeep i Lancia ul. Gdańska 7
Honda ul. Białowiejska 2
HTL ul. Lubieszyska 20
Lexus Kozłowski ul. Mieszka 1 25
Łopiński VW ul. Madalińskiego 7
Mazda Kozłowski ul. Struga 31B
Mercedes Bogacki ul. Mieszka 1 30
Mercedes Mojsiuk ul. Pomorska 88
Moto 46 ul. Kurza 1
Moto 46 ul. Kurza 4
Opel Kozłowski ul. Struga 31B
Peugeot Drewnikowski ul. Bagienka 36D
Polmotor ul. Struga 31B
Polmotor ul. Szymborskiej 6
Polmotor Ustowo 52
Skoda ul. Struga 1A
Subaru ul. Struga 78A
Toyota Kozłowski ul. Mieszka 1 25B
Toyota Kozłowski ul. Struga 17
Volvo ul. Pomorska 115B
VW ul. Struga 18

NIERUCHOMOŚCI

Baszta Nieruchomości ul. Panieńska 47
Calbud, pokój 15 parter ul. Kapitańska 2
Extra Invest al. Wojska Polskiego 45
HMI ul. Moczyńskiego 13B
Lider House ul. Modra 92/2
Litwiniuk Property (Oxygen) ul. Malczewskiego 26
SGI pl. Holdu Pruskiego 10
Siemaszko al. Powstańców Wielkopolskich 91 A
Tomaszewicz ul. Kaszubska 20/4
Vastbouw al. Wojska Polskiego 125
WGN Nieruchomości Plac Lotników 7

RESTAURACJE

17 Schodów ul. Targ Rybny 1
Bachus - winiarnia ul. Sienna 6
Bananowa Szklarnia al. Jana Pawła II 45
Bistro na językach ul. Grodzka
Bohema al. Wojska Polskiego 67
Bollywood ul. Panieńska 20
Bombay ul. Partyzantów 1
Buddah ul. Rynek Śenny 2
Brasileirinho Brazylijska Kuchnia&Bar ul. Sienna 10
Chalupa ul. Południowa 9
Colorado Wały Chrobrego
Columbus Wały Chrobrego
Dobre Rzeczy ul. Słowackiego 14
El Globo ul. Piłsudskiego 26
Emilio Restaurant al. Jana Pawła II 43
Food & wine ul. Nowy Rynek 3
Greckie Ouzeri (pod mostem Długim)
Jin Du al. Jana Pawła II 17
Karczma Polska Pod Kogutem pl. Lotników
Kitchen meet&eat Bulwar Piastowski 3
Mała Tumskia ul. Mariacka 26
Marshal Food ul. Rayskiego 23/1
Między Wierszami ul. Moniuszki 6/1
Na Kuncu Korytarza ul. Korsarzy 34

NIEBO Wine Bar Cafe ul. Nowy Rynek 5
Paladin ul. Jana z Kolna 7
Paprykarz al. Jana Pawła II 42
Pepperoni Pizzeria ul. Poniatowskiego 2a
Porky ul. Wielka Odrzańska 20
Porto Grande Wały Chrobrego
Public Fontanny al. Jana Pawła II 43
Public Cafe ul. Wielka Odrzańska 18A/U
Plan B ul. Osiek 1
Restauracja Karkut ul. Bogurodzicy 1
Restauracja Stara Rzeźnia ul. Wendy 14
Riconia al. Powstańców Wielkopolskich 20
Rybax ul. Małopolska 45
Sake ul. Piastów 1
Shanghai Rynek Śenny 4
Spotkanie al. Jana Pawła II 45
Spizarnia Szczecińska Holdu Pruskiego 8
Stockholm Kitchen&Bar Bulwar Piastowski
Tokyo ul. Rynek Śenny 3
Towarzystwo Deptak Bogusława
Trattoria Toscana pl. Orla Białego
Ukraineczka ul. Panieńska
Unagi al. Jana Pawła II 42
Willa Ogrody ul. Wielkopolska 19
Willa West Ende al. Wojska Polskiego 65
Wół i Krowa ul. Jagiellońska 11

SKLEPY

5 Plus ul. Jagiellońska 5
Arkadia perfumeria ul. Krzywoustego 7
ART TOP ul. Chodkiewicza 6
Atelier Sylwia Majdan al. Wojska Polskiego 45/2
Atrium Molo ul. Mieszka 173
B&M al. Wojska Polskiego 43
Batty Barclay CH Galaxy – parter
Bella Moda ul. Bogusława 13/1
Bokaro bulwar Gdański 11
Brancewicz al. Jana Pawła II 48
Centrum Mody Ślubnej ul. Krzywoustego 78
Desigual, CH Galaxy – parter
Velpa ul. Bogusława 12/2 i 11/1
Chloeche ul. Bogusława 10/2
Domokoncept ul. Santocka 39
Escada al. Wojska Polskiego 22
Henry Lloyd ul. Przechodnia 11
Hexeline CH Galaxy - parter
HiperGlazur - Salon Łazienek ul. Świerczewska 47
Icon ul. Jagielly 6/5
Impresja ul. Śląska 9/2
Jubiler Kleist ul. Rayskiego 20
Kaskada Galeria (punkt informacyjny)
Kropka nad i ul. Jagiellońska 96
Patrizia Anyton ul. Jagiellońska 96
LKJ CH Galaxy
LKJ CH Kaskada
Liu Jo CH Kaskada
Madras Styl ul. Małopolska 9
Mafaktoria ul. Rayskiego 26/1
Marc Cain al. Wojska Polskiego 29
MaxMara ul. Bogusława 43/1
Moda Club ul. Wyzwolenia 1
MOO ul. Bogusława 43
Olsen CH Kaskada
Portfolio (od ulicy Jagiellońskiej)
ul. Rayskiego 23/11
Prowansja kwiatami ul. Szwedzka 28
Prowansja kwiatami ul. Rostocka 15
Riviera Maison ul. Struga 23
Rosenthal ul. Bogusława 15/1A
Rosenthal CH Kaskada
Stoprocent ul. Krzywoustego 72
Studio Mebli VIP ul. Wroclawska 48
Strefa Koloru ul. Santocka 48-49
Terpilowscy jubiler CH Galaxy - 1 piętro
Vin 28 ul. Rayskiego 28
VIP Collection al. Wojska Polskiego 22
Wineland al. Wojska Polskiego 70
Wine Center ul. Bogusława 37

SPORT I REKREACJA

Aquarium (basen dla dzieci) ul. Jemiolowa 4A
ASTRA szkoła tańca al. Wyzwolenia 85
Binowo Golf Park. Binowo 62
Bloom ul. Koralowa 64X
Calypso Fitness Club Office Center ul. Piastów 30
EMS Studio al. Wojska Polskiego 31/4
EnergySports ul. Welecka 13
Eurofitness (Netto Arena) ul. Szafera 3
Fitness „Forma” ul. Szafera 196B
Fitness Club ul. Monte Cassino 24
Kids Arena, ul. Staszica 1
Mazowiecka 13 ul. Mazowiecka 13
Marina Sport ul. Przechodnia 11
PRIME Fitness Club, ul. 5 Lipca 46
PRIME Fitness Club, ul. Modra 80

RKF ul. Jagiellońska 67
Ski Park ul. Twardowskiego 5
Strefa H2O basen ul. Topolowa 2
Strefa 3L ul. Santocka 18/13p.1
Strefa Jogi ul. Santocka 18/16
Szczeciński Klub Tenisowy al. Wojska Polskiego 127
Universe al. Wojska Polskiego 39

ZDROWIE I URODA

Atelier Fryzjerstwa Małgorzata Duleba-Nielacna
ul. Wielkopolska 32
Akademia Fryzjerska Gawęcki Al. Wojska Polskiego 20
Balitica Wellness&Spa pl. Rodła
Be Beauty Instytut Urody, ul. Łukasieńskiego 40/12
Belle Femme ul. Monte Cassino 37A
Beverly Barber Shop ul. Sienna 5A
Beverly Hills Akademia Urody
(DT Kupiec parter) ul. Krzywoustego
Beverly Hills Akademia Urody CH Galaxy - parter
CMC Klinika Urody ul. Jagiellońska 77
Cosmetica Rosa ul. Wielkopolska 27
Depi Lab ul. Kaszubska 52
Dr Irena Eris Kosmetyczny Instytut ul. Felczaka 20
Ella ul. Kaszubska 17/2
Enklawa Day Spa al. Wojska Polskiego 40/2
Estedent ul. Mickiewicza 49a
Ernest Kawa, ul. Jagiellońska 95
Euromedis ul. Powstańców Wielkopolskich 33a
Filozofia Piękna ul. Mała Odrzańska 21/5
Fryzjerskie Atelier Klim ul. Królowej Jadwigi 12/1
Hall No 1 ul. Wyszyńskiego 37
Imperium Wizażu ul. Jagiellońska 7
Ilona Szewczuk Micropigmentation Artist
ul. Mikołaja Kopernika 6
JK Studio (od Rajskego) ul. Monte Cassino 1/14
Karmelove ul. Wilków Morskich 9
L.A. Beauty, ul. Raginisa 7/U3
Men Factor al. Jana Pawła II 17
Medestetic ul. Okulickiego 46
MOI Instytut Kobięcego Piękna ul. Wielka Odrzańska 28a
Odnowa al. Bohaterów Warszawy
Galeria Nowy Turzyn, I piętro
Od stóp do głów ul. Batalionów Chłopskich 39a
Olmedica, CH Kupiec
Optegra ul. Mickiewicza 140
Optic Center Ekspres al. Wyzwolenia 2
OXY Beauty ul. Felczaka 18/U1
Perfect Studio, ul. Rayskiego 20
Royal Clinic, al. Wojska Polskiego 2/U3
Royal Studio ul. Łokietka 7/10
Royal Thai Massage ul. Sienna 4
Saint Studio Fryzjerskie ul. Boh. Getta Warszawskiego 8
Salon Bailine ul. Żółkiewskiego 13
Salon Fryzjerski Keune ul. Małopolska 60
Salon Masazu Baliayu ul. Wielka Odrzańska 30
SPA Evita Przecław 96E
Studio Kosmetyki Profesjonalnej ul. 5-go Lipca 32D
Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
Studio Monika Kolcz ul. Św. Wojciecha 1/9
Vessna ul. Królowej Jadwigi 46/1
Verabella ul. Jagiellońska 23
Vitamin Clinic al. Wojska Polskiego 215
Well Spring Tai massage ul. Kaszubska 13/4A
Wersal Spa al. Jana Pawła II 16

INNE

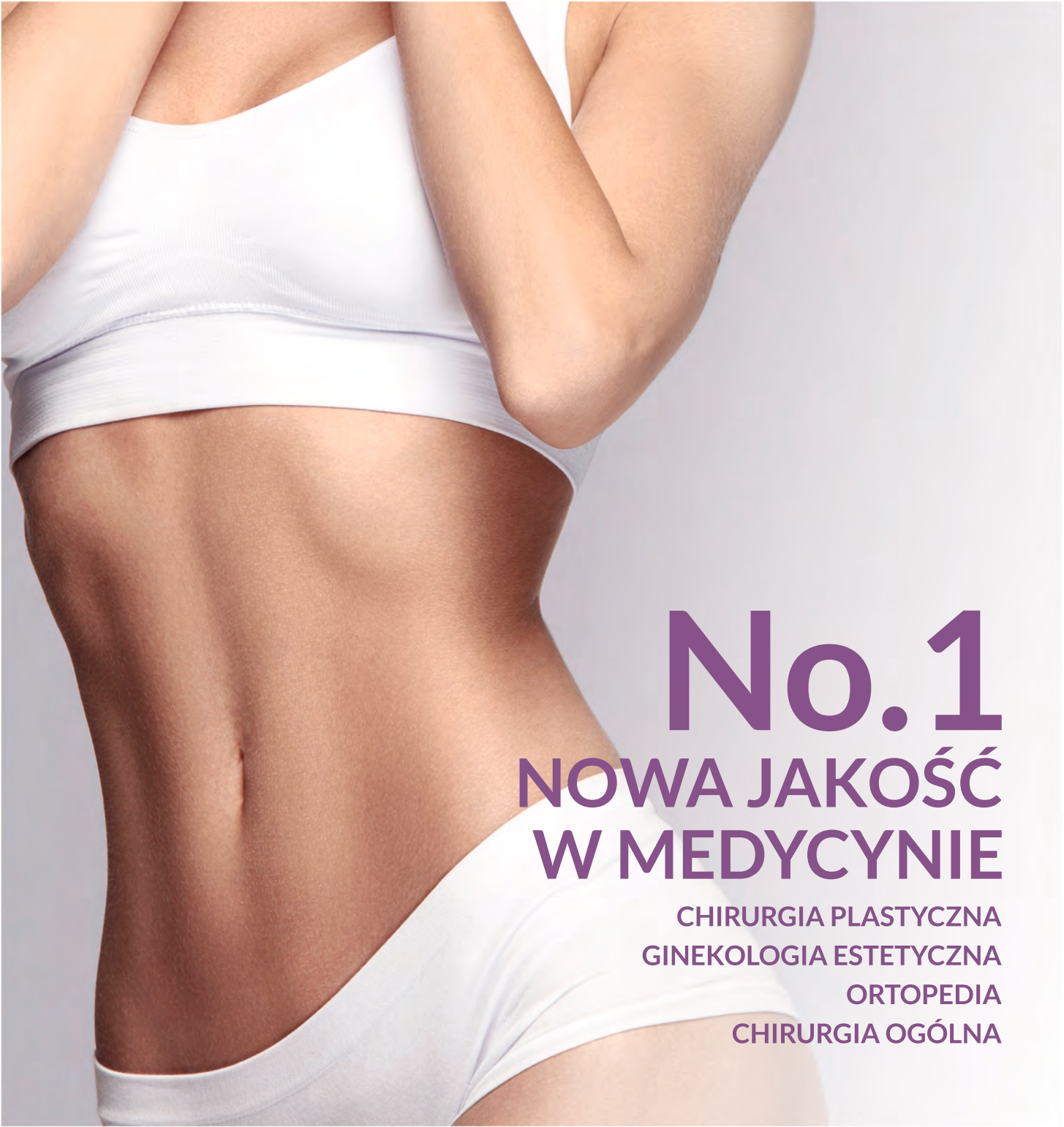
13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
Centrum Informacji Turystycznej Aleja Kwiatowa
Filharmonia – sekretariat ul. Małopolska 48
Follow Me ul. Kolumbia 1
Galeria Kierat 2 ul. Małopolska 5
Muzeum Narodowe ul. Staromłyńska 27
Neckermann al. Wojska Polskiego 11
Neckermann CH Galaxy – II piętro
Opera Na Zamku ul. Korsarzy 34
Pazim recepcja pl. Rodła 9
Piwnica Kany św. Piotra i Pawła 4/5
Pogoń Szczecin biuro marketingu ul. Karłowicza 28
Północna Izba Gospodarcza al. Wojska Polskiego
Radio Szczecin al. Wojska Polskiego 73
Stara Rzeźnia Kubryk literacki (basztownia) ul. Wendy 14
Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny
ul. Niemierzyńska 17A
Teatr Polski ul. Swarozycza
Teatr Mały Deptak Bogusława
Teatr Współczesny Wały Chrobrego
Trafostacja Sztuki św. Ducha 4
Unity Line pl. Rodła
Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
Fitness Club ul. Monte Cassino 24
Urząd Miejski pl. Armii Krajowej 1
Urząd Wojewódzki Wały Chrobrego
Vetico ul. Wita Stwosza 13
Władca Języków al. Wojska Polskiego 48/2
Zamek Punkt Informacyjny ul. Korsarzy 34
Zapal al. Piastów 42



NOWE I EKSKLUZYWNE OSIEDLE NA POGODNIE PRZY KORPUSIE NATO

 **apartamenty**
POGODNO

TELEFON: 801 110 111
WWW.APARTAMENTYPOGODNO.PL



No.1 NOWA JAKOŚĆ W MEDYCYNIE

CHIRURGIA PLASTYCZNA
GINEKOLOGIA ESTETYCZNA
ORTOPEDIA
CHIRURGIA OGÓLNA

AMC[®]
ART MEDICAL CENTER

Jedno z najbardziej zaawansowanych
technologicznie centrów medycznych w Polsce.

AMC Art Medical Center
ul. Langiewicza 28/U1, 70-263 Szczecin
tel. +48 91 820 20 20

www.artmedicalcenter.eu