

prestiz

M A G A Z Y N S Z C Z E C I Ń S K I

Michał Milka

KOCHAJCIE NAS!



Zbigniew Skarul. Silny zoom na detale

Niezwykła pani Tilebein | Jak skutecznie inwestować w sztukę?



Poczuj to, co najważniejsze.

SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU

Z okazji Nowego Roku życzymy wszystkim naszym Klientom dużo zdrowia, sukcesów, nieprzemijającego szczęścia oraz wytrwałości w stawianiu czoła codziennym wyzwaniom.



Wszystkiego co najlepsze, życzy **Mercedes-Benz Mojsiuk.**

ZRÓB MIEJSCE NA NOWY TATUAŻ



L A S E R O W E U S U W A N I E T A T U A Ż U

ZAPRASZAMY DO KLINIKI
UL. KU SŁOŃCU 58, SZCZECIN
504-948-320/508-719-262


KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

WWW.KLINIKAZAWODNY.PL
FB/KLINIKAZAWODNY
@KLINIKAZAWODNY

Nowy specjalista chirurgii plastycznej w Aestheticmed



23-go października 2020 dr Rami Alshekh, asystent dr Andrzeja Dmytrzaka, zdał egzamin specjalizacyjny i został specjalistą chirurgii plastycznej.



Iek. med. Rami Alshekh
specjalista chirurgii plastycznej



dr n. med. Andrzej Dmytrzak
*specjalista chirurgii plastycznej
i rekonstrukcyjnej*

**AESTHETIC
MED**

ul. Niedziałkowskiego 47, Szczecin, aestheticmed@aestheticmed.com.pl

Rejestracja na konsultacje: tel. 91 819 90 99

Pierwsza klinika chirurgii plastycznej w Szczecinie

Dr Andrzej Dmytrzak, był pierwszym specjalistą z zakresu chirurgii plastycznej i rekonstrukcyjnej na Pomorzu Zachodnim. Założył pierwszy Oddział Chirurgii Plastycznej w Szpitalu Wojakowskim w Szczecinie.

Klinika powstała 30 lat temu i od początku istnienia była mini szpitalem z w pełni wyposażonym blokiem operacyjnym i salami przeznaczonymi dla pacjentów. Była jednym z pierwszych prywatnych szpitali chirurgii plastycznej w Polsce, pierwszym na Pomorzu Zachodnim.

Wiedza i doświadczenie

Dr Andrzej Dmytrzak wykonuje wszystkie operacje z zakresu chirurgii plastycznej, estetycznej. Przeprowadza je wykorzystując najnowsze innowacyjne techniki operacyjne. Pierwszy w Polsce wykonał liposukcję, pierwszy w Polsce przeprowadził operację twarzy tzw Smas lifting, pierwszy w Polsce wykonał operację jedną trzecią górną podokostnową część twarzy, z dostępu przez powieki dolne, pierwszy w Polsce wykonał operację nosa tzw. open nosem sposobem Deana Toriumi, pierwszy w Polsce przeprowadził operację powiększania piersi z umieszczeniem implantu pod mięśniem piersiowym.

Dr Dmytrzak jest członkiem europejskich i światowych towarzystw chirurgii plastycznej i estetycznej. Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Chirurgii Plastycznej, Rekonstrukcyjnej i Estetycznej, Mediolańskiej Szkoły Onkologii i Chirurgii Rekonstrukcyjnej Piersi, Światowego Towarzystwa Chirurgii Estetycznej (ISAPS), Światowego Towarzystwa Chirurgii Rekonstrukcyjnej (IPRAS).

Nowoczesne techniki operacyjne i opieka pozabiegowa

W Klinice Aesthetic Med przeprowadzane są wszystkie operacje z zakresu chirurgii plastycznej i rekonstrukcyjnej. Dr Andrzej Dmytrzak wykształcił kilku chirurgów plastyków. Dr Andrzej Dmytrzak ze swoim asystentem dr Ramim Alshekhiem poszerzają wiedzę zawodową kilka razy w roku wyjeżdżając na kongresy, kursy, sympozja organizowane dla chirurgów plastyków.

Klinika jest bardzo dobrze wyposażona, ale co ważniejsze pacjentów traktuje się ze szczególną troską. Na początku były 4 łóżka, w tej chwili jest ich 18. Każdy pacjent po operacji pozostaje w klinice kilka dni, tak długo jak chirurg operujący uzna, że jest to konieczne. Pacjenci są pod opieką lekarzy i pielęgniarek. W przypadku pacjentów, którzy przyjeżdżają z daleka jest to niezwykle istotny aspekt. Czują się bezpieczni, zmiana opatrunków, codzienna kontrola chirurga operującego daje poczucie bezpieczeństwa. Pacjent nie jest odsyłany do hotelu, pozostaje w klinice z zachowaniem najwyższych standardów higienicznych. Wyjeżdża dopiero wówczas kiedy może odbyć bezpiecznie długą podróż.

Klinika 2-krotnie wygrała rankingi Newsweek oraz Wprost i została najlepszą kliniką chirurgii plastycznej w Polsce.





Na okładce: Michał Milka
Foto: Karol Kacperski



16



36



52

SPIS TREŚCI

10. Słowo od naczelnej

FELIETON

12. Być matką na kwarantannie
– pisze Anna Ołów - Wachowicz

FELIETON

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

WYDARZENIA

16. Fotografia mistyczna
18. Odra z lotu ptaka
19. Moc papieru
20. Proporcje bliskości
22. Eko newsy

TEMAT Z OKŁADKI

24. Kochajcie nas! Michał Milka

LUDZIE

30. Zbigniew Skarul. Silny zoom
na detale
36. Wiele powodów, by żyć

MODA

45. Szlachetna jak Papagayo

PODRÓŻE

48. Jak nie zostać pączkiem. Berlin

MOTORYZACJA

52. Zjawiskowa Cupra
54. Ekologia, klasa, elegancja

BIZNES

56. Na hotelowym pokładzie
58. Takiego badania na rynku jeszcze
nie było

59. Zamieszkać z przyjemnością
60. Energia prosto ze słońca
63. Jak zadbać o siebie? Regeneracja
nad morzem
64. Wiedza fundamentem inwestowania
w sztukę. Joanna Sikorska

ZDROWIE I URODA

68. Pięć gotowych postanowień
noworocznych
70. Powstaje wirtualny zielnik
Pomorza
75. Młodość utkana z nici
76. Czy tarczyca jest Twoją tarczą?
79. Postanowienia do spełnienia
80. LuxMedica się rozwija
82. Sposób na młode spojrzenie
83. Ekspert radzi

KULTURA

84. Niezwykła Pani Tilebein
89. Recenzje teatralne
– pisze Daniel Źródlewski
90. Hiperlink – nowy obraz świata
i człowieka
Venitas - Ziemnik
92. Vivat Mozart!
Galeria jedna druga – delegacja
93. Szczecińskie dzieje muzyki
operetkowej
Horropera – po tamtej stronie
burzy

FELIETON

88. Happy New Fear, albo suma
wszystkich strachów
– pisze Szymon Kaczmarek

KRONIKI



PAPAGAYO

BIZUTERIA PAPAGAYO.PL

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre. 



**Nowoczesny kompleks między Zatoką
Wrzosowską a Morzem Bałtyckim**



PÓŁWYSEP
DZIWNÓW
TWOJA NADMORSKA PRZYSTAŃ

Sprawdź naszą ofertę: www.marina-developer.pl | Zadzwoń: 609 11 30 55

Apartamenty na sprzedaż

CLUB HOUSE

PRZYSTAŃ LUKSUSU

**40 luksusowych mieszkań
z widokiem na Jezioro Dąbie**



MARINA DEVELOPER jest mecenasem:



YACHT KLUB POLSKI
SZCZECIN



O ludziach, relacjach i zdrowiu

W tym numerze pragnę zwrócić uwagę na dwóch mężczyzn, którzy nadają ton noworocznemu wydaniu.

Zbigniew Skarul to postać nieszablonowa. Prezes znanej szczecińskiej firmy Oskar Wegner. Były dziennikarz Polskiego Radia Szczecin i szczecińskiego ośrodka Telewizji Polskiej. Wnikliwy obserwator dynamicznie zmieniającej się biznesowej (i nie tylko) rzeczywistości, którą zafundował nam miniony rok. Rozmawialiśmy z nim o tym, jakie nawyki się utrzymują w popandemicznej rzeczywistości, a które pójdą szybko w niepamięć? A także o wadach i zaletach pracy zdalnej, potęgze fakenews, abdykujących mózgach, lepszych percepcyjnie idiotyzmach i wyrafinowanych algorytmach sztucznej inteligencji, komplikujących życie uproszczeniach i rozpadających się więziach, czyli o przyszłości, która staje teraźniejszością. Ale także o powrocie do tego, co przewidywalne, znane i bezpieczne bliskich bezpośrednich więzi, zakupów w sklepach, i papierowych wydawnictw takich jak Prestiż.

Na okładce człowiek, który zawojował nas kompletnie. Szczery, bezprezjuszonalny, a jednocześnie bardzo konkretny. Ma jedno proste pragnienie: chce zmieniać ludzkie myśli. Michał Milka, 37-latek z Gdańska, który sławę zdobył w programie „Down the road”. Artysta i urzędnik w jednym, urodzony gentleman, niezwykle romantyk i szarmancki mężczyzna. Zachęcam do przeczytania rozmowy z nim – bardzo daje do myślenia.

Ubiegły rok pokazał nam, że do stabilnego życia nie potrzebujemy zbyt wiele. Ludzie, relacje, zdrowie – te trzy elementy pojawiają się w podsumowaniach 2020 roku. A jak już rozmawiamy o zdrowiu, to chciałabym zwrócić uwagę na akcję, do której włączyły się znane szczecinianki. Jej celem jest zachęcić kobiety do regularnych badań cytologicznych. Styczeń to miesiąc świadomości raka szyjki macicy. Umiera na niego połowa kobiet, głównie dlatego, że za późno zgłosiły się do lekarza! Mogłyby żyć, gdyby wcześniej regularnie robiły cytologię. Szacuje się, że ten nowotwór średnio odbiera kobiecie 26 lat życia. O tyle dłużej mogłaby cieszyć się życiem, być z rodziną i pracować, gdyby tylko zadbała o swoje zdrowie.

I tutaj apel. Drogie Dziewczyny! Rak to nie wyrok, a szybka diagnoza, to lepsze rokowania i często droga do całkowitego wyleczenia. Drodzy Panowie zachęcajcie kobiety do badań. Wasza troska może uratować nam życie.

Izabela Marecka

prestiz

MAGAZYN SZCZECIŃSKI

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

Redaktor naczelna:

Izabela Marecka

Redakcja: Aneta Dolega, Andrzej Kus,
Daniel Zróblewski, Karolina Wysocka,
Dariusz Staniewski

Felietoniści: Krzysztof Bobala,
Szymon Kaczmarek, Anna Ołów-Wachowicz

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

Wydawca: Wydawnictwo Prestiż

ul. ks. Piotra Ściegiennego 66/1
70-352 Szczecin

Reklama i Marketing:

Konrad Kupis, tel.: 733 790 590

Renata Suwała, tel.: 537 790 590

Karina Tessar, tel.: 537 490 970

Radosław Perz, tel.: 575 650 590

Dział prawny: adw. Kornelia Stolf-Peplińska
stolf-peplinska@kancelariacywilna.com

Dział foto: Jarosław Gaszyński,

Aleksandra Medvey-Gruska,

Dagna Drązkowska-Majchrowicz

Skład gazety: Agata Tarka

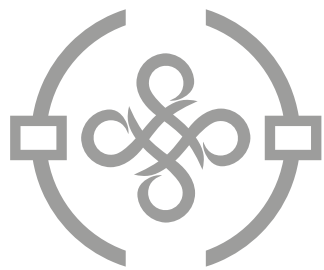
marta@motif-studio.pl

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania

i redagowania treści redakcyjnych.

Drukarnia: Drukarnia Kadruk S.C.



KLINIKA
DR STACHURA

TWÓJ SPOSÓB NA PIĘKNY WYGLĄD!



Dermatologia | Dermatochirurgia | Medycyna estetyczna | Laseroterapia
Chirurgia ogólna | Chirurgia naczyniowa | Ginekologia estetyczna

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



Anna Ołów - Wachowicz

Pijarowiec z zawodu, polonistka z wykształcenia, szczecinianka z wyboru. Autorka fejsbukowego bloga „Jest Sprawa”. Mama Filipa i Antosi. Ogrodniczka, bibliofilka, kinomanka. Swoją pierwszą książkę pisze właśnie teraz.

Być matką na kwarantannie

Ferie. Cudowny wynalazek w środku roku, wentyl bezpieczeństwa, pomysłany po to, aby człowiek, któremu przyszło być matką nie sfiksował już do reszty. W sam raz po karuzeli, jaką były święta, nadchodzą upragnione dla matki dwa boskie tygodnie, kiedy za pomocą wszelkich dozwolonych prawnie w Polsce środków ma prawo pozbyć się potomstwa z domu i czekać na nie z utęsknieniem.

I otóż w tym roku wentyl się zatkał. Z powodu Sami Wiecie Czego.

Świat stoi na głowie, a w naszym kraju Monty Python siedziałby bezrobotnie, bo wszystkie najlepsze skecze już się dzieją. Ferie są w całej Polsce. Cała Polska jest w domach. Wszystkie dzieci są w domach. Wszystkie stoki, hotele, aquaparki są w czarnej doopecie.

Musimy się bardzo kochać, bo się właściwie nawet na chwilę nie rozstaniemy. Czuję się jak szympanśica w naturalnym środowisku: ciągle to samo drzewo w dżungli i młode uwieszone na sierści 24/7. Pod choinkę dostaliśmy nowe Monopole i Scrabble... Nienawidzę też Super Farmera i Chińczyka. Dotarliśmy chyba do końca Netfliksów. Wczoraj oglądaliśmy dokument „Czego nauczyła mnie ośmiornica”, siedząc jak pęczek warzyw na jednej kanapie. Metabolizm nam zwolnił poświątecznie, a w lodówce jeszcze dwa słoiki maminego bigosu i szuflada pierogów w zamrażarce. Znikąd nadziei.

Co roku o tej porze pozwalałam sobie na niepopularną szczerość i cieszyłam się otwarciem z malutkiego urlopu od dzieci. Ach jak to, matka Polka z TAKIMI uczuciami?! Że jak się ma dzieci, to trzeba kochać, a nie takie oburzające tezy wygłaszać, że raz na jakiś czas trzeba potomstwo sprzedać, żeby we śnie tego szczęścia nie podusić. Kocham, kocham. Ale czasem bym udusiła.

Ehh, a w zeszłym roku... Machając na dworcu chusteczką, w tłumie innych mam wzruszonych wyjazdem pociech na obóz w Karpaczu, z trudem hamowałam radosną chęć objawienia tymczasowego zespołu

Tourette'a: heeeeeeell yeah, ...@#\$%&*&!!!! – wrzeszczał sobie człowiek do środka i w sekundę po zobaczeniu tylnych światel pociągu wyrwał z dworca jak prosiak zbiegły z ubojni. Pędem przez pół miasta, zatrzymując się tylko na Shellu po prosecco i do domu. Rzucić się w płaszczu na kanapę, twarzą w świeżo wyprane poduchy.

Yes! Tak będę leżeć aż zgniję!

Czemu pragnęłam ferii bez dzieci? Punkt pierwszy, czyli gnicie z pilotem, którego nikt nie wyrzywa. Punkt drugi: ignorowanie rozważania czy myć tę szybę ze śladami paluchów, czy nie myć. Punkt trzeci: nadrabianie zaległości kulturalnych w świętym spokoju. Książka, gazeta, film. Punkt czwarty: regularna stołówka zamknięta, je się cokolwiek. Punkt piąty: święty spokój, zero ludzi, zero huku miasta, czas dla siebie.

Zaraz zaraz. Ale o co mi teraz chodzi?

Z pilotem gniję, ślady ignoruję, rzucanie się ze szmatą przeszło mi około grudnia. Książka, gazeta i film są na porządku dziennym, aż uszami wychodzą. Spokój, cisza, izolacja. To co ja tam miałam na tych feriach bez dzieci robić? Przecież to jasne: to samo co do dziś na naszej Wielkiej Narodowej Kwarantannie. Poleżeć na wszystkich dostępnych kanapach, położyć we flanelowej piżamie do 11.55, pozaczynać kolejne książki, chodzić spać o trzeciej nad ranem i tak się nie wstaje świtem. Jeść salami na zmianę z płatkami śniadaniowymi. Nie wychodzić do miasta, nie zadawać się z hałaśliwymi tłumami. Zawsze tego chciałam!

Oj, jak to trzeba uważać na życzenia, bo mogą się, skubane, spełnić.

Dobra, dawajcie te ferie. Dam radę. Przynajmniej raz dziennie powyrzywam te swoje domowe warzywa z piżam i wywożę do najbliższego lasu. Nie, no nie na zawsze. Tylko, żeby się wyganiały i nabrały kolorów. Chociaż może...



Dariusz Staniewski

Dziennikarz z bardzo bogatym stażem i podobno niezłym dorobkiem. Pracował w kilku lokalnych mediach. Do niedawna 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 – satyrycznej 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

Tuż przed tegorocznym sylwestrem spotkałem starego kumpla, takiego, jak to się mówi, „z partyzantki”. Sto lat się chyba nie widzieliśmy, choć w jednym żyjemy mieście. Dziwne to, bo przecież wiadomym wszem i wobec jest, że Szczecin liczy około 400 tysięcy mieszkańców i wszyscy się znają! My jednak w końcu się spotkaliśmy. Zwykle Polacy przy takiej okazji udają się szybko do najbliższej knajpy, aby tam (na pewno nie przy jednym, symbolicznym, piwie) pogadać. O czym? Po pierwsze – o tym jak to jest w tym życiu źle, jak jest ciężko, jaki los przekłety jest i jak się uwziął na nas. Po drugie – o tym, jaka dotknęła nas katastroficzna sytuacja fi-

nansowa i wyjść z dołka nie możemy (tak, na wszelki wypadek, gdyby kolega wyraził chęć pożyczania od nas jakiejś gotówki), fiskus nas ciśnie, bank grozi komornikiem, dostawca prądu wyłączeniem, gazownia odcięciem kurka, a (bliższa i dalsza) rodzina, że już nigdy nawet grosza nam nie pożyczy, choć pewnie stuzłotówkami cygara sobie przypalają między łykiem szampana i konsumpcją tartinki z kawiozem. Po trzecie – o robocie, że szef (w tym miejscu tylko niektórzy wstawiają komplementy i peany pochwalne, większość raczej długą listę słów powszechnie uznanych za wulgarne i obraźliwe, które w jednoznaczny oraz obrazowy sposób opisują owego osobnika) nas prześladowuje, coś ciągle knuje i pewnie nasze dni w tej pracy już dawno są policzone, współpracownicy to hieny tylko czyhające na nasze miejsce, widać to po ich nieszczerych uśmiechach oraz żądzy mordy w oczach, przyjdzie wziąć w garść kij, żebraczy worek zarzucić na plecy i ruszyć w świat szeroki oraz wrogi. Po czwarte – o zdrowiu, z organoleptyczną prezentacją gdzie, co i jak mocno doskwiera, wszystko z odpowiednią mimiką i wilczym wy-ciem z bólu (pomimo kolejnych dawek spożywanego C₂H₅OH), do tego kilka radosnych informacji kto z naszych wrogów na co choruje, kilka złorzeczeń pod adresem państwowej służby zdrowia oraz wysokości stawek tej prywatnej. Po piąte – o rodzinie. A że to temat rzeka, to nawet gadać się nie chce. Po szóste – polityka. Jeżeli okaże się, że kumpel ma poglądy nieco odmienne od naszych, to może nastąpić szybkie zakończenie spotkania towarzyskiego w sposób spokojny i kulturalny (w tych czasach rzadko preferowany) lub gwałtowny i głośny mogący za-

haczyć o wyzwiska oraz rękoczynny nawet. I tak by pewnie nasze spotkanie się potoczyło (pozostając w nadziei, że bez rękoczynnego elementu), gdyby COVID-u nie było. Ale jest, knajpy pozamykane, nie ma gdzie kieli-cha wysączyć i się otworzyć na drugiego człowieka. A rozmowa na ulicy i „na sucho”, to żadna rozmowa. Umawia się więc człowiek na lepszy czas, jak zarazę zdusimy, wiedząc z góry, że niewielkie są szanse, aby do tego doszło w najbliższej przyszłości. I już mieliśmy się żegnać staropolskim stuknięciem łokciami oraz zamaskowanym uśmiechem, kiedy kumpel rzekł nieoczekiwanie: „A wiesz, że w tym wszystkim jest jasny

promyk nadziei, radości w tych ciężkich czasach”. „Cóż to takiego?” – spytałem pełen obaw. Nie myliłem się. „To sylwestrowe propozycje stacji telewizyjnych” – odrzekł kolega. Rozejrzałem się czujnie dookoła, czy gdzieś nie widzę tzw. ukrytej kamery na dowód, że jestem wrabiany w jakimś durnowatym programie pseudosatyrycznym. Potem równie czujnie zlustrowałem ubiór kumpla czy nie wykryje gdzieś mikrofonu na dowód, że jestem wkręcany przez którąś z radiowych rozgłośni komercyjnych. Upewniwszy się, że nie widać takiego sprzętu zadałem koledze kulturalnie fundamentalne pytanie: „Po..., no, tego, gdzie Cię?”. Spojrzał nieco wyniośle. „Widać nie widziales programu TV oraz zapowiedzi, kto i gdzie wystąpi” – odpowiedział z wyższością i zaczął wymieniać. O rodzimych „gwiazdach” nawet nie wspomnę. Za to nazwiska i nazwy zagranicznych przygniatały. Połowa duetu „W mordę tlokiem”, czyli wiecznie młody i powabny Thomas Anders, Francesco Napoli z nieśmiertelnym zestawem włoskich piosenek z lat 50 ubiegłego wieku, Helena Vondráčková z jej „Malovaný džbán-

ku” (to jest przebój wszechczasów a nie jakieś tam „Stairway to heaven” Led Zeppelin), 683 skład Boney M i zespoły „jednego, albo dwóch hitów” – Loona i Fun Factory. Gdy kolega skończył pokijałem smętnie głową, odwróciłem się i udałem do najbliższego sklepu spożywczego w celu nabycia odpowiedniej butelki. Bo świat się przecież zmienił. Ale nie rozrywka przez wielkie „Ry” i sylwester w polskich stacjach telewizyjnych. Dzięki nim mamy taki nasz Dzień Świstaka.



rysował: Arkadiusz Krupa



Nowa inwestycja

Spółki SOWIŃSKIEGO 72 Sp. z o.o., położona jest pomiędzy ulicami Emilii Plater, Miedzianą i Ceglaną.



Nowoczesna modernistyczna architektura | 424 mieszkania o wielkości od 27 m² do 95 m²
Kaskadowa forma budynku od 5 do 10 pięter | Cichobieżne windy w każdej klatce schodowej
Miejsca parkingowe oraz komórki lokatorskie w podziemnych garażach | Balkony, loggie i tarasy
z widokiem na panoramę Szczecina | Funkcjonalny układ przestrzenny mieszkań | Inwestycja
przyjazna osobom niepełnosprawnym | Plac zabaw dla najmłodszych mieszkańców | Miejsce
rekreacyjne w formie terenów zielonych

PROMOCJA: Do końca lutego płatność 10/90!

801 110 111

www.ep7.pl

OYA ODNOWA



To ośrodek dla osób, które nie lubią igieł lub korzystają z medycyny estetycznej, ale chcą wzbogacić swoją pielęgnację o metody naturalne. Zajmuje się terapiami manualnymi odmładzania twarzy: popularnym masażem liftingującym Kobido, czy Better Skin Therapy – terapią obejmującą szereg metod, takich jak: terapia powięziowo-mięśniowa; masaż interplastyczny (wewnątrz ust); drenaż bańkami; kinesiotaping twarzy i ciała (opracowanie wdowego garbu); masaż modelujący-liftingujący. Każda sesja jest dobrana indywidualnie do potrzeb klienta.

Dom Piękna, Szczecin
ul. Reduty Ordona 56a/3

FIZJODĄB



Gabinet Fizjodąb to specjalistyczne gabinety medyczne oraz fizjoterapeutyczne. Główną ideą ich działalności jest prowadzenie leczenia przez zabiegi rehabilitacyjne, fizjoterapeutyczne oraz masaż poprzedzony dokładną i szczegółową analizą stanu zdrowia pacjentów. Specjaliści zatrudnieni w gabinecie, po wieloletnich studiach i szkoleniach oraz z szerokim doświadczeniem praktycznym, zawsze na pierwszym miejscu stawiają bezpieczeństwo i profesjonalizm – największym priorytetem jest pacjent i jego sprawny powrót do zdrowia oraz dobrego samopoczucia.

Szczecin, ul. Mickiewicza 142

LA ROTONDA



Prawdziwie neapolitańska pizza i dania kuchni włoskiej, oparte na oryginalnych składnikach sprowadzonych ze słonecznej Italii. Restauracja szczerzy się przestrzeganiem zasad tworzenia prawdziwej włoskiej pizzy. Oryginalny włoski piec, w którym temperatura sięga 500 stopni pozwala na wypiekanie pizzy krócej niż 90 sekund. Prócz pizzy miłośnicy włoskich smaków znajdą tu sałatki, makarony, zupy, desery i dania dla dzieci. Oferuje dania z opcją odbioru osobistego, jak i dowozu pod wskazany adres w całej zachodniej części Szczecina oraz na Warzymice, Przecław, Ustowo, Kołbaskowo i Kurów.

Szczecin, ul. Południowa 18
– przy Rondzie Hakena

LODUFFKA



Lodziarnia oferująca lody rzemieślnicze, można zakupić również lody na wynos do pojemnika termicznego. Oprócz tego proponuje lemoniady i lód w kostkach w workach 1 kg i 2 kg. Położona w centrum popularnego Rynku Pogodno. Miejsce inspirowane naturą, tworzone z naciskiem na ekologiczny styl. Lody pochodzą od lokalnego producenta i są podawane w wafelkach, papierowych kubeczkach oraz węgalskich jadalnych pojemnikach. Do tego jadalne kwiaty.

Szczecin, Rynek Pogodno
ul. Reymonta 3, pawilon 76

reklama

Odzyskaj uśmiech
dzięki implantom!

Uśmiechaj się
śmiało!



STOMATOLOGIA
NA PODZAMCZU





FOTOGRAFIA MISTYCZNA

Niekonwencjonalne podejście do pracy i własnej twórczości to jej znak rozpoznawczy. Mila Łapko w swoim studio realizuje projekty artystyczne, sesje modowe i wizerunkowe. Działa w obszarze w fotografii, video i komunikacji wizualnej. Jest także wykładowczynią na szczecińskiej Akademii Sztuki, gdzie wykłada m.in. fotografię mody i postprodukcję.

W swoich autorskich projektach łączy artystyczne wykształcenie z filozoficznym, co czyni jej prace intrygującymi i niejednoznacznymi. Przykładem tego są fragmenty projektu, który powstaje w ramach stypendium w Dziedzinie Kultury Marszałka Województwa Zachodniopomorskiego, a którego fragmenty prezentujemy.

„Mistycyzm. Transformacje obrazu fotograficznego w przestrzeni internetu” opiera się na rekonstrukcji doznań mistycznych i jest inspirowany filozofią psychologa William Jamesa oraz między innymi powieścią science fiction Philipa K. Dicka „Valis”, cudem słońca, który miał miejsce w 1917 roku w Fatimie, zagadnieniem halucynacji i refleksją nad tym, co jest wyobrażone, a co rzeczywiste. – James prowadził badania, oparte na metodach empirycznych, których podstawą były doznania misty-

ków oraz zwykłych ludzi. Analizując naturę umysłu upodabniał się do fenomenologa badającego strumień świadomości – tłumaczy autorka. – Pomysł na projekt pojawił się w trakcie kursu filozofii współczesnej, której przedstawiciele zmagali się z tematyką podmiotowości, granic poznania i języka. Mistycyzm to intrygujący temat również z perspektywy zagadnień dotyczących natury umysłu, sztucznej inteligencji i trans-humanizmu. Zapraszamy na stronę internetową artystki, gdzie można oglądać te same fotografie w formie interaktywnej.

ad / foto: Mila Łapko / milalapko.com / MUA: Natalia Kostov / Modele: Marli Libucha / DZ Management, Levi / Gaga Models / asystentki: Julia Lisowska, Nannie Na, Grażyna Howiecka



MENNICA
MAZOVIA

POCZUJ ZE W NATURE!

2021 ROKIEM BAWOŁA



ZŁOTA MONETA

ZAPRASZAMY DO MENNICA MAZOVIA!

✉ info@mennicamazovia.pl

☎ +48 91 425 80 20

MENNICA MAZOVIA UL. JAGIELLOŃSKA 85/8, 70-435 SZCZECIN WWW.MENNICAMAZOVIA.PL



ODRA Z LOTU PTAKA

Niedawno na Pomorzu Zachodnim powstał nowy punkt widokowy. Można stamtąd podziwiać piękno Doliny Dolnej Odry i rzadkie gatunki ptaków. Warto odwiedzić to miejsce nie tylko ze względu na malowniczą panoramę zachodniopomorskiej przyrody, ale też nietypową konstrukcję platformy widokowej.

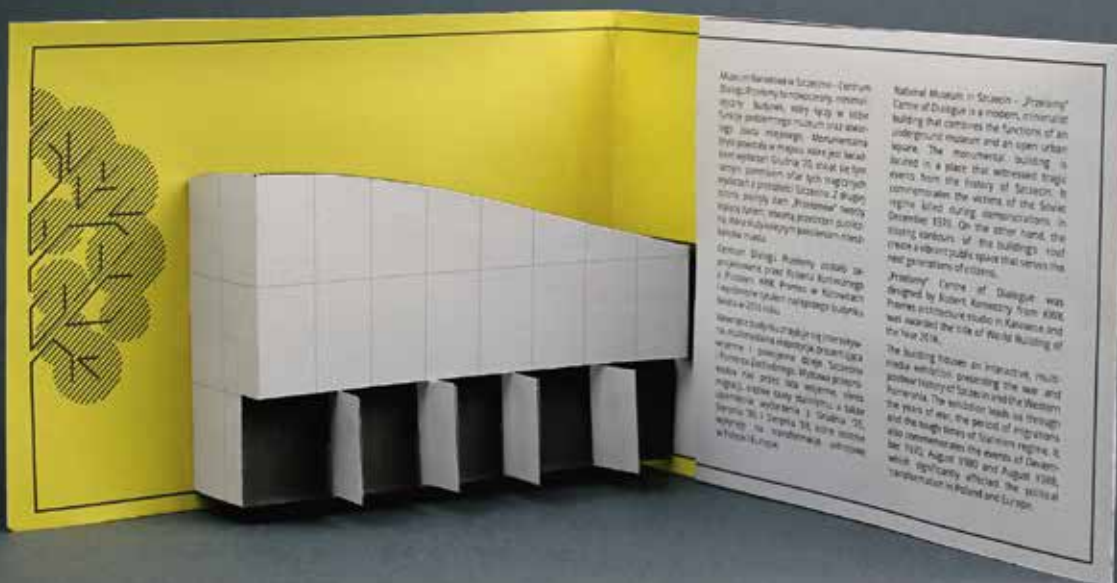


Mowa o niezwykle tarasie w Widuchowej, który znajduje się na szczycie Góry Słowińskiej. Punkt powstał na zlecenie Zespołu Parków Krajobrazowych Województwa Zachodniopomorskiego, projekt stworzyła szczecińska pracownia AB Studio, a realizacją inwestycji zajęło się Przedsiębiorstwo Budowlane MHM PAECH. Dziesięciometrowa konstrukcja z drewna i stali wyglądem przypomina pierścień. Co więcej, platforma składa się z dwóch poziomów. Na dole znajduje się część wypoczynkowa z miejscami do siedzenia, na górze – punkt widokowy. Na szczyt prowadzą dwa biegi schodów. Ciekawa konstrukcja to jednak nic w porównaniu z panoramą, którą można podziwiać z góry!

Z platformy rozciąga się zachwycający widok na naturalną mozaikę nadodrzańskiego krajobrazu. Poza tym, okolica to siedlisko licznych rzadkich gatunków roślin oraz zwierząt. Mówi się także, że Dolina Dolnej Odry to ptasia ostroja o randze europejskiej.

Taras w Widuchowej jest świetnym miejscem dla miłośników fauny i flory. Punkt to także prawdziwa turystyczna perełka regionu. Co ciekawe, platforma już została okrzyknięta najpiękniejszym tarasem widokowym na Pomorzu Zachodnim i przyciąga tłumy turystów, choć oficjalne otwarcie planowane jest na wiosnę.

kw/ foto: mat. prasowe wzp.pl



MOC PAPIERU

Otoczamy się nim cały czas. Korzystamy z niego właściwie non stop. Papier to szlachetny i genialny materiał, o czym przekonuje nas Marta Madej. W prowadzonym przez nią Studiu MATO powstają z niego rzeczy niezwykle.

– Papier ma taką właściwość, że jednocześnie jest bardzo słaby i bardzo silny. Przeciętaś się kiedyś kartką papieru? Znamy przeciąć sobie oko gazetą. Szczęśliwie nic poważnego i to zdarza się niezwykle rzadko, ale chodzi mi o jego możliwości – mówi Marta. – Wielka ryza papieru odpowiednio ułożonego może służyć za fotel, jeśli papier jest pozginany jego moc wzrasta. Powstał prawdziwy dom z papieru zaprojektowany przez architekta. Istnieje projekt kasku, który jest tak poklejony, iż tworzy bezpieczną ochronę dla rowerzysty. Sama stworzyłam do jednego ze spektakli krzesło pop-up (czyli składane na płasko między dwiema płaszczyznami), na którym można usiąść.

Marta uruchomiła Studio w Poznaniu, do którego przeprowadziła się jakiś czas temu ze Szczecina. – Zajmuję się szeroko rozumianą inżynierią papieru, scenografią i animacją. Jestem też wykładowcą na szczecińskiej Akademii Sztuki, gdzie razem z dr Anną Witkowską prowadzimy pracownię projektowania opakowań. Tworzymy fajny, uzupełniający się tandem – mówi. – Każdy projekt jest dla mnie bardzo ważny. Od najmniejszej bombki, papierowego pomidora, miasta pop-up, czy dużych scenografii teatralnych. Współpracowałam z Teatrem Animacji, z Teatrem Novi, ostatnio z Teatrem Nowym w Poznaniu. Stworzyłam też papierowe kostiumy dla jednego ze znanych zespołów muzycznych. Jestem dumna, bo nawet garnitury dla chłopaków powstały z papieru, spodki, potwory, cały papierowy świat. Natomiast papierowe cipki, który zrobiły furorę na Instagramie i ukazały się w magazynie K-Mag to komercyjny produkt. Jedna



z firm zainteresowała się nimi jako formą reklamy kobiecych produktów. Są też inspiracją do stworzenia książki o cipkach dla nastoletniej młodzieży, na którą szukamy obecnie dofinansowania.

ad / foto: materiały prasowe

foto: Miła Łapko



*foto: Estera Broda
model: Adam Jaroszyński*



*foto: Estera Broda / modelka: Weronika
/ Mango / MUA Natalia Kostov*

PROPORCJE BLISKOŚCI

Rafał Zakrzewski, student Akademii Sztuki jest młodym, stawiającym pierwsze kroki w świecie mody, projektantem. Jesienią zeszłego roku rozmawialiśmy z nim, m.in. o jego fascynacji tkaniną i artystycznym podejściu do ubioru. Dziś prezentujemy kilka z jego projektów, w których skupił się przede wszystkim na proporcjach i kompozycji, a także ich użyteczności.

– Kolekcja Modern Bandits to kolekcja inspirowana modą uliczną, tzw. „szczecińską dresiarą”, w której pobrzmiewa nuta nonszalanckiej – mówi projektant. – Natomiast Closer to projekt bluzy do przytulania, odpowiadający na problem braku bliskości. Główną ideą jest zbliżenie ludzi – bluza daje nam przyjemność wynikającą z bliskości. Projekt bazuje na analizie potrzeb współczesnego człowieka – doskwiera nam samotność i potrzeba bliskości z drugim człowiekiem.

Młody projektant jest finalistą XI edycji Fashion Designer Awards Poland. Prezentował swoje projekty m. in.: na wystawie Dizajn Młodych podczas OEES w Krakowie (sierpień/2018), a także na wystawie Young Polish Designers: Studies in Reality podczas Dutch Design Week. Publikował m.in. w Hiro, Trend Agency Move i Fashion Magazine.

ad



GALAXY

ESENCJA MIASTA!

**Wiem,
zaszałam...**

Zimowa wyprzedaż

Centrum Galaxy al. Wyzwolenia 18, Szczecin
www.galaxy-centrum.pl  GalaxyCentrum  centrumgalaxy

eko NEWSY



Dron kontra trucielle

Antysmogowy dron znów lata nad Szczecinem i sprawdza, czym w piecach palą mieszkańcy miasta. Obiekt latający wyposażony jest w specjalistyczne czujniki. Mierzą one poziom stężenia szkodliwych substancji w powietrzu (np. formaldehydu, chlorowodoru czy pyłów zawieszonych PM10 oraz PM2,5). Urządzenie pozwala precyzyjnie namierzyć źródło zanieczyszczeń i skierować tam patrol Straży Miejskiej. Kontrole odbywają się zarówno w godzinach porannych, jak też wieczornych. Warto przy tym zaznaczyć, że aż za 84% emisji smogu w Polce odpowiadają piece i kotły, samochody to 7%, a przemysł – 8%. Co więcej, zanieczyszczenie powietrza jest jednym z pięciu najważniejszych czynników ryzyka zgonu według WHO. Naukowcy podkreślają też, że smog to bardzo groźny przeciwnik dla zdrowia, szczególnie serca. Na szczęście, nasze miasto na tle całego kraju pod względem czystości powietrza wypada całkiem nieźle.



Zielony relaks

Zieleń miejska to często jeden z najważniejszych łączników człowieka ze światem przyrody, a nasza szczecińska jest wyjątkowo urozmaicona. Zapewnia wytchnienie i umożliwia

rekreację na świeżym powietrzu. Poza tym, miło jest wypoczywać pod gołym niebem, obserwując lokalną przyrodę. Przyjemnie odwieżdża się też okoliczne zieleńce podczas przerw w pracy, czy w weekendy. Teraz będzie jeszcze milej! W Parku Kasprzowicza pojawiły się leżaki, a w Parku Żeromskiego – hamaki. Meble mają mocną konstrukcję i siedziska z drewna świerkowego. Całoroczne obiekty to realizacja jednego z projektów Szczecińskiego Budżetu Obywatelskiego. Wypoczynkowe meble można znaleźć m.in. na Arkoncie, nad Rusałką, przy polanach ogniskowych w Parku Leśnym Arkońskim, uatrakcyjniają także wspomnianą przestrzeń Parku im. Żeromskiego. Teraz miłośnikom lokalnych zielonych zakątków pozostaje tylko życzyć: miłego relaksu.



Kajaki w służbie

Od jakiegoś czasu w Szczecinie przeprowadzana jest akcja sprzątania akwenów wodnych na kajakach. Inicjatywa ma charakter otwarty, może w niej wziąć udział każdy. Wystarczy nie bać się wody i wykazywać chęć zadbania o czystość lokalnej przyrody. Projekt o nazwie „Kajakowy Eko Patrol” to pomysł Stowarzyszenia Wywrotka. W 2019 roku zorganizowało ono kilka patroli, dzięki którym wyłowiono parę ton śmieci, wśród nich były m.in. lodówki, opony, lampy z abażurami, ekspres do kawy, krzesła, walizki, zderzaki samochodowe oraz cała masa butelek i plastików. Spektakularne rezultaty odbiły się sporym echem w lokalnych oraz ogólnopolskich mediach. W akcji nie chodzi zaś tylko o sprzątanie, ale przede wszystkim: edukację ekologiczną oraz inspirowanie innych.

Co więcej, ta zielona inicjatywa została uznana za jedną z najlepszych akcji społeczno-obywatelskich w minionych miesiącach. „Kajakowy Eko Patrol” został wyróżniony m.in. w konkursach „Zachodniopomorski Lider NGO 2020”, a także „Pozarządowy Szczecin”.



Na ratunek ptakom

Naukowcy uważają, że niektóre gatunki polskich ptaków mogą nie przeżyć zbyt gwałtownych zmian klimatu. Tymczasem, są one ważną częścią naszego ekosystemu, m.in. przyczyniają się do rozrzedzenia populacji szkodliwych owadów i pomagają podnosić odporność biologiczną drzewostanów. Lokalny świat byłby o wiele uboższy, gdyby zniknęły. Możemy im jednak pomóc, nawet w niewielkiej przestrzeni prywatnych balkonów, tarasów oraz ogrodów. Jak? Badacze polecają: wieszać budki lęgowe, sadzić różne gatunki drzew i roślin kwitnących oraz krzewów, unikać pestycydów przy zwalczaniu szkodników, tworzyć oczka wodne, jak również kąpieliska dla ptaków. Warto także obserwować naszych skrzydlatych braci mniejszych. Można też zimą dokarmiać ptaki, ale należy robić to mądrze i odpowiedzialnie. Skrzydlate zwierzęta docenią czyste oraz spokojne miejsce, a z pokarmów najbardziej ucieszą je ziarna zbóż, gotowane warzywa oraz orzechy. Jeśli nie jesteśmy pewni jak dokarmiać ptaki, by im nie zaszkodzić, najlepiej zasięgnąć rady u specjalistów lub sprawdzić to na stronie internetowej lasów państwowych.

Podcast dla planety

Audioteka i Greenpeace połączyły siły. „Raport z przyszłości. Jak uratować naszą plane-



tę” to wyjątkowy podcast, z którego dowiecie się, co możecie zrobić dla Ziemi. Narratorką dzieła jest świetnie znana z filmów przyrodniczych Katarzyna Czubówna. W podcaście wciela się w rolę sztucznej inteligencji z roku 2100, która przesyła nam informacje, dzięki którym będzie można ocalić planetę. Wiadomości to rozmowy, które Marek Józefiak z Greenpeace prowadzi ze swoimi gośćmi. Specjaliści poruszają temat kluczowych wyzwań ekologicznych, które stoją przed nami. Pierwszy odcinek dotyczy np. owadów, drugi faktów i mitów klimatycznych, a trzeci mówi o sytuacji w Puszczy Białowieskiej. Pojawiają się w środy w aplikacji Audioteka. Podcast jest dostępny za darmo. – W 2100 roku Ziemia, jaką znamy może już nie istnieć. Z powodu zmiany klimatu i zniszczenia przyrody ludziom może żyć się dużo trudniej niż dzisiaj. Takiego czarnego scenariusza nadal możemy uniknąć – czytamy na stronie Audioteki.



Nowa Arka Noego

Powstał plan stworzenia nowoczesnej Arki Noego, która miałaby pozwolić przetrwać wszystkim zwierzętom i roślinom świata. Pomysłodawcy rozpoczęli zbiórkę pieniędzy na stworzenie specjalnego parku, a pracę nad nim ma udokumentować 12-odcinkowy serial. Projekt nazywa się Noah's Ark. Park ma powstać w RPA. – Królestwo zwierząt dosięgnęło kryzys. Zmiany klimatyczne, nadmierny rozwój, farmy, plastik w oceanach, polowania i kłusownictwo prowadzą tysiące gatunków drogą do wyginięcia. Jesteśmy winni przyszłym pokoleniom to, żeby ochronić świat natury – podkreślają pomysłodawcy. Noah's Ark to ambitny pomysł, zakładający, że na 100 kilometrach kwadratów powstałoby największe akwarium globu oraz specjalnie strefy klimatyczne zapewniające zwierzętom odpowiednie warunki do życia. Projekt jest jednak niezwykle pracochłonny i kosztowny, dlatego twórcy proszą o wszelką pomoc, a pieniądze na realizację zbierają na platformie crowdfundingowej, pod adresem: <https://www.gofundme.com/f/the-largest-conservation-project-in-history>.

Biodegradowalne maseczki

Polscy naukowcy stworzyli maseczki przyjazne środowisku. Ekologiczne środki ochrony



osobistej opracowano na Politechnice Łódzkiej, są już opatentowane i mają nawet właściwości bakteriobójcze. Co najważniejsze – znikają w środowisku kompostu po 6 tygodniach od wyrzucenia! Warto zaznaczyć, że nowe produkty mają strukturę wielowarstwową, mogą zatrzymywać nawet do 95% zanieczyszczeń oraz patogenów. Ponadto, obecnie badacze pracują nad właściwościami antywirusowymi i modyfikują filtry tak, by powierzchnia maseczki niszczyła przyczepiające się do niej wirusy. Te środki ochrony osobistej mogą być nieco droższe niż klasyczne, ale zdaniem naukowców w cenie ostatecznego produktu ta różnica powinna być drobna. Zespół z Łódzkiej uczelni jest otwarty na współpracę z przedsiębiorcami na rzecz wprowadzenia proponowanych rozwiązań do praktyki gospodarczej.



Ryba na talerzu

Ryby są ważnym elementem diety Polaków, a według naukowców z roku na rok popyt na nie będzie coraz większy. Potwierdzają to badania przeprowadzone przez Norweską Radę ds. Ryb i Owoców Morza. Zgodnie z nimi 64% naszych rodaków spożywa ryby i owoce morza średnio raz w tygodniu lub więcej. Poza tym, spora część Polaków chciałaby je jeść jeszcze częściej. Ekolodzy zwracają jednak uwagę na to, że kupując rybę rzadko zastanawiamy się skąd ona jest i czy pochodzi ze zrównoważonego rybołówstwa. Tymczasem przy zakupie należy sprawdzić: gatunek, miejsce złowienia oraz sposób, w jaki została zdobyta. Te informacje powinny być na opakowaniu produktu lub na tablicy informacyjnej w sklepie. W razie wątpliwości można zajrzeć na stronę www.wwf.org.pl, tam znajduje się poradnik świadomego konsumenta ryb. Specjaliści podkreślają, że powinniśmy też swoją dietę urozmaicać o różne gatunki, bo to będzie generować zrównoważony popyt.

Mamy więcej żubrów

Żubr zmienił swój status w Czerwonej księdze gatunków zagrożonych (IUCN). Nie jest już gatunkiem narażonym na wyginięcie, a – bliskim zagrożeniu. Oznacza to, że działania ochronne nad tymi zwierzętami działają poprawnie i powinny być stale rozszerzane. Warto przy tym



zaznaczyć, że obecnie na świecie żyje dziko 47 stad, największe są w Polsce, Rosji oraz na Białorusi. U nas można je spotkać nie tylko w Puszczech Białowieskiej, Knyszyńskiej i Boreckiej, ale także Bieszczadach, jak również na terenie: województwa zachodniopomorskiego. Przebywają głównie w lasach, ale często zerują na polach i łąkach. Naukowcy podkreślają, że losy żubra są przykładem na to, jak można w bardzo krótkim czasie doprowadzić gatunek do krawędzi zagłady i jak wiele trudu trzeba włożyć w jego ratowanie. Ich ocalenie to symbol sukcesu polskiej ochrony przyrody, ale to jedne z tych reliktowych zwierząt, nad którymi nadal trzeba nieustannie rozstrząsać ochronny płaszcz.



Chrońmy stare lasy

Lasów naturalnych, nieprzekształconych przez człowieka jest niewiele i ciągle znikają. Naukowcy podkreślają, że problem jest globalny, a konsekwencje dla klimatu – ogromne. Specjaliści z WWF podkreślają, że 50% obszaru lasów naturalnych utraciliśmy bezpowrotnie. Tymczasem, to najbardziej zróżnicowane ekosystemy lądowe świata i największa ostoja życia na planecie. Ekolodzy podkreślają, że powinny być chronione, a nie przekształcane w plantację drzew. Warto przy tym dodać, że stare lasy to nie tylko dom tysięcy gatunków zwierząt i roślin, ale też ogromny sprzymierzeniec w walce z kryzysem klimatycznym. Pomagają usuwać z atmosfery nadmiar dwutlenku węgla znacznie lepiej niż młode drzewa, są strażnikami różnorodności biologicznej, regulują lokalną gospodarkę wodną, a do tego najlepiej dostosowują się do zmian. Stare lasy są odporne na ekstremalne zjawiska pogodowe i jak nic innego chronią nas przed skutkami kryzysu klimatycznego. Pomóc „zielonym płucem” można na różne sposoby, np. oszczędzając papier i wyroby z drewna, korzystając z recyklingu, czy szukając towarów z certyfikatem FSC.

opracowała: Karolina Wysocka/ foto: pixabay



Fundacja
Ekologiczna

MICHAŁ MILKA

KOCHAJCIE NAS!

– Można nas dotknąć, dać całusa, przytulić, potrzymać za rękę, bo dzięki temu, po pierwsze, człowiek dłużej żyje, a po drugie, musicie wiedzieć, że jesteśmy zwykłymi ludźmi. Jak tylko nas lepiej poznacie, to uwierz mi, że nas pokochacie – tłumaczy spokojnie Michał Milka, 37-latek z Gdańska, który sławę zdobył w programie „Down the road”. Artysta i urzędnik w jednym, urodzony gentleman, niezwykle romantyk i szarmancki mężczyzna. Człowiek o wielkim sercu, który ma jedno proste pragnienie: chce zmieniać ludzkie myśli.

Michał, fajnie jest być gwiazdą?

Trudno mi powiedzieć. Żyję z tym od lat, bo od zawsze jestem gwiazdą dla swoich bliskich. Teraz trochę się to zmieniło. Mam większy zasięg. Jestem sławny, ale chwalić się nie lubię. Cieszy mnie to bardzo, bo teraz mogę zmieniać świat.

Zaczepiają cię na ulicy jak rasowego celebrytę?

Och, tak! Mam to na co dzień.

Co wtedy robisz?

Jest inaczej niż kiedyś. Czasami proszą mnie o wspólne fotki, dziewczyny często puszczają do mnie „oczko”, ale to mi nie wystarcza. Chcę zmieniać myśli ludzi.

To znaczy?

Chodzi o podejście do nas, bo naprawdę bywa różnie. Zespół Downa nie jest chorobą, z tym się po prostu rodzi. Mamy go i już. Nie możemy się z tego wyleczyć. Nie zarażamy, bo tak też już o nas mówiono... Chcę tylko, żeby ludzie nas kochali, wspierali i byli z nami.

Teraz masz wielką siłę przebicia!

Wszystko dzięki temu, że wziąłem udział w programie „Down the road”.

A ta cała sława jest ok, czy jednak trochę ci przeszkadza?

Nie przeszkadza ani nie męczy. Czuję, że to moje środowisko. Lubię to.

Lubią cię też inni. Niedawno otrzymałeś Nagrodę Publiczności w konkursie „Człowiek bez barier 2020”. Jak to jest być źródłem motywacji do przełamywania barier dla innych?

Wybrano mnie dzięki moim bliskim, dużo im zawdzięczam, ale wiem też, że publika mnie kocha. Przekonałem się o tym zarówno po programie „Down the road”, jak i teraz. To wspaniałe wyróżnienie. Piszą do mnie z różnych krajów, z Londynu, Berlina i zapraszają mnie do siebie. Ta nagroda pokazała, że jestem wzorem do naśladowania. Tak też powiedziała mi moja koleżanka z programu – Dominika, która nauczyła mnie wielu mądrych rzeczy.

Wracając do programu, wraz z Przemkiem Kossakowskim dokonaliście rzeczy niesamowitej: otworzyliście ludziom oczy i przełamaliście tabu. Spodziewałeś się, że program odniesie aż taki sukces? Okazało się, że wszyscy go potrzebowaliśmy...

Wiem, że program pobił rekord oglądalności, ale do końca nie potrafię zrozumieć dlaczego, bo my wszyscy byliśmy tam po prostu sobą. Wszystko, co się tam działo, było szczerze i prawdziwe. Nie chowamy w sobie uczuć, na bieżąco wyrzucamy je z siebie. Czy to smutek, radość, czy gniew – wszystko rozwiązujemy od razu. Nie potrafimy udawać. Wydaje mi się, że właśnie to okazało się wielkim zaskoczeniem dla widzów, ta nasza otwartość.



”

Michał to wysoko funkcjonująca osoba, wysoko wybijająca się ponad statystyki osób z zespołem Downa. Ma wyjątkowe życie i szczęście do ludzi, ale też niezwykła jest jego osobowość, która mu ludzi zjednuje. Michała po prostu łatwo jest lubić. Niestety przy okazji jego rozwijającej się kariery obserwujemy jeszcze jeden aspekt dyskryminacji. Michał stał się dla mediów swoistą maskotką. W dobrym tonie jest teraz fotografowanie się z nim, robienie o nim filmów, czy choćby migawek telewizyjnych. Wygląda to tak, jakby sytuacja Michała zmieniła się adekwatnie do tego, jak zmienia się sytuacja gwiazdy. Wiele osób myśli, że jego sytuacja finansowa jest teraz bardzo dobra. Rzeczywistość jest jednak znacznie mniej medialna... Fakty są takie, że Michał zapraszany jest czasem na bardzo prestiżowe wydarzenia, gdzie organizatorzy nie myślą nawet o zapewnieniu zwrotu kosztów podróży dla niego i jego opiekuna (mało kto pamięta o tym, że Michał nie może podróżować sam) o gratyfikacji finansowej nie wspominając. Jako menadżer Michała, w porozumieniu z jego mamą mam zamiar położyć kres wykorzystywaniu jego wizerunku. Proszę zobaczyć ile czasu zajęła nam dzisiejsza sesja. Kilka godzin plus wywiad. To jest normalna praca. I za tę pracę Michałowi należy się wynagrodzenie. Michał nie różni się tu niczym od innych... Brzmi paradoksalnie, że trzeba o tym mówić, nieprawdaż? Bardzo nas cieszy, że Magazyn Prestiż stanął w tej kwestii na wysokości zadania (śmiech).

*Jarek Rebeliński,
You-Art, manager Michała*



Jak doszło do tego, że w ogóle pojawiłeś się w „Down the road”?

Pojechałem na casting do Warszawy. Tam potrzebowali sześciu osób z różnych miast. Reprezentowałem Pomorze, a w zasadzie Gdańsk. Wybrali mnie ze względu na moją osobowość i zainteresowania. Widzieli, że mam w sobie to „coś”, i to właśnie pokazałem im na castingu, poszedłem jak burza – nie pozostawiłem im wyboru.

Czy Michał po programie to ten sam człowiek co przed?

Trochę się zmienił. Stał się jeszcze bardziej znany i lubiany, a przede wszystkim w trasie „Down the road” odnalazł rodzeństwo.

Masz na myśli waszą ekipę?

Naszą drużynę traktuję jak rodzinę, ale w programie odnalazłem też swoją bratnią duszę, nazywa się Weronika Wielocha. Jechała z nami jako wolontariuszka, jest w trakcie studiów magisterskich z terapii pedagogicznej. Opiekowała się nami. Jak zobaczyłem jej szaro-zielone oczy to przepadłem, są identyczne jak moje. Tyle nas łączy, jak nie wiem co! Mam podobny uśmiech, podobne zainteresowania, lubimy te same bajki, rockową muzykę, nawet bywaliśmy w tych samych miejscach. Zawsze myślałem, że jestem jedynakiem, a wcale nim nie byłem! Poczułem, że to moja prawdziwa, duchowa siostrzyczka. Kocham ją mocno i chciałbym, żeby o tym wiedziała.

Michał, ta twoja szczerość i prawdziwość jest tak czysta, że aż niesamowita. Co jest z ludźmi nie tak, że dziwi ich tak pocziwe zachowanie?

Kochana, musicie zwyczajnie zmienić myślenie. Macie to w sobie, tylko powinniście to obudzić. My po prostu stawiamy na szczerość i prawdziwą miłość, to jest w nas. Każdy tego potrzebuje. Bliskość też jest bardzo ważna. Można nas dotknąć, dać całusa, przytulić, potrzymać za rękę, bo dzięki temu, po pierwsze, człowiek dłużej żyje, a po drugie, musicie wiedzieć, że my też jesteśmy zwykłymi ludźmi. Jak tylko nas lepiej poznać, to uwierz mi, że nas pokochacie.

Nie chciałabym dzielić nas na „my-wy”, bo czuję, że jesteśmy tacy sami.

Ale nie wszyscy tak myślą...

Spotkałeś się kiedyś z przykrą sytuacją?

Jak byłem młodszy, zdarzało się to często. Byłem smutny. Nie rozumiałem, dlaczego ludzie się tak zachowują. Teraz na szczęście się to zmieniło. Tylko cały czas trzeba pamiętać, by pokazywać nas światu. Musimy wychodzić do ludzi. Wiem, że czasami może być to przykre, złośliwe i agresywne, ale my nie możemy zmienić tego, że mamy zespół Downa. Jak czasem mnie to spotka, to staram się o tym nie myśleć, bo po co? Jeśli ludzie są źli, to należy ich unikać. Wiem, że jesteśmy skazani na pewne trudności, ale cały czas chcę łamać te bariery.

Zawsze wychodziłeś poza schematy. Z zawodu jesteś introligatorem, jednak od niedawna pracujesz jako gdański urzędnik. Co więcej, jesteś pierwszą osobą z niepełnosprawnością w historii Urzędu Miejskiego w Gdańsku, która podpisała umowę o pracę.

Jestem z tego powodu bardzo szczęśliwy. Cieszę się, że w końcu mogę się wykazać. Pani prezydent Aleksandra Dulciewicz jest wspaniałą kobietą, bo dała mi szansę. Wiele jej zawdzięczam. Spotkałem się też kiedyś z panią Magdaleną Adamowicz, która powiedziała mi, że jej mąż, który teraz jest już w niebie, marzył o tym, żeby osoby niepełnosprawne mogły pracować, szczególnie w urzędzie. Bardzo się wtedy wzruszyłem.

Zdajesz sobie sprawę, że jesteś swego rodzaju pionierem? Po raz kolejny dajesz przykład innym.

Nazwano mnie „kluczem”, bo mam nadzieję, że dzięki mojej historii również dla innych otworzą się różne furtki.

Urząd kojarzy się z pewnymi sztywnymi regułami, ty jesteś bardzo otwarty, lubisz się przytulać i żartować. Nikt nie był zaskoczony takim zachowaniem?

Trochę złamałem tę barierę. Na początku zaskoczenie było duże, ale ludzie się zmienili, zrobili się bardziej otwarci. To chyba dla mnie najważniejsze w tej pracy.

Lubisz to, co robisz?

Uwielbiam to! Czasami jestem na pierwszej linii i obsługuję klientów – wydaję im numerki. Innym razem układam w archiwum dokumenty,

stempluje, segreguję. Nie nudzę się. Bardzo lubię moich współpracowników, można pogadać, pożartować. Ta praca jest dla mnie zbawieniem, uratowała mnie, bo dała mi dużo możliwości do działania.

Dzisiaj rozmawiamy tak jakby u ciebie. To właśnie tutaj, w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim, pracowałeś przy obsłudze widzów.

Zgadza się, dobrze znam te mury. Zajmowałem się widzami, pokazywałem im odpowiednie miejsca, odprowadzałem na koncerty i spektakle, również tych z zagranicy. Najczęściej widzowie reagowali na mnie pozytywnie. Uśmiechali się, pogadali, ale zdarzali się też tacy, którzy udawali, że mnie nie widzą. Tak czy siak bardzo lubiłem to zajęcie. Tutaj poznałem teatr od tej drugiej strony. W ogóle teatr to mój dom.

No właśnie, GTS to nie jedyny związek z teatrem. Wcześniej pracowałeś też w Teatrze Muzycznym w Gdyni, a od 17 lat jesteś aktorem Teatru Razem. Dlaczego akurat teatr?

Sztuka jest we mnie. Dzięki Jarkowi Rebelińskiemu dostałem możliwość rozwoju w tym kierunku, okazało się, że deski teatru mnie kochają. Jarek odkrył we mnie talent aktorski i tak się złożyło, że byłem pierwszym aktorem w Teatrze Razem. Mam na koncie kilka głównych ról! Teraz przygotowuję się do kolejnej, już wkrótce będziemy wystawiać sztukę pt. „Piotruś Pan”, gdzie wcielę się właśnie w rolę Piotrusia. Teatr to moje życie, a scena to dla mnie sama prawda. Mam tu mnóstwo przyjaciół.

Jesteś też wielbicielem literatury, byłeś nagradzany w konkursach fotograficznych, miałeś wystawę malarską, chodziłeś na warsztaty taneczne... Ciężko za Tobą nadążyć! Z jednej strony dusza artysty, z drugiej pan urzędnik – da się to wszystko połączyć?

Mam wiele zainteresowań. Jestem wrażliwym artystą. Kiedyś nawet Maciej Kosycarz, znany gdański fotoreporter, powiedział, że mam talent. Bardzo mnie polubił, przyjaźniliśmy się, tęsknię za nim. Czasami maluję, uwielbiam też tańczyć, bo moje ciało jest bardzo elastyczne. Lubię uwalniać to, co siedzi w środku. A w urzędzie spełniam się inaczej.

Jak wygląda Twój dzień?

Trudno mi odpowiedzieć, bo bardzo dużo robię. Każdy jest inny, oryginalny. Staram się być samodzielny na tyle, ile mogę. Sam chodzę do pracy, pomagam mamie sprzątać, czasami robię zakupy, chociaż wiele razy zdarzyło się, że mnie oszukano. Teraz w okolicznych sklepach już mnie znają i jest bezpiecznie, ale bywało różnie.

Masz jakieś swoje rytuały?

Codziennie o 9 rano medytuję, nastawiam się na nowy dzień, siadam i myślę pozytywnie. Czasami nawet godzinę. Później zaglądam do internetu (śmiech).

A co cię najbardziej denerwuje i przeszkadza w życiu codziennym?

Właśnie ta nietolerancja i nienawiść. Mówili do mnie, że powinienem umrzeć. Kiedyś taka młoda dziewczyna mi to powiedziała. Wydaje mi się, że teraz jest dużo więcej akceptacji niż kilka lat temu. Chciałbym żeby szczególnie młodzież nas pokochała, to jest mój cel. Wiem, że jesteśmy inni, ale nie jesteśmy gorsi. Jesteśmy wyjątkowi. W dużej mierze decyduję za siebie, ale cały czas nie mogę pogodzić się z tym, że jestem singlem. To jest najgorsze. Mamusia chciałaby, żebym kogoś miał, ale problem jest taki, że najlepsze dziewczyny z zespołem są ukrywane w domach, dlatego związków nie ma. Ukrywają je rodzice, bo zwyczajnie się boją. Czego? Nie wiem, bo uważam, że miłość nie zna granic i trzeba dać nam szansę.

Na co dzień mieszkasz z rodzicami?

Z mamą. Tata już nie żyje. To był wyjątkowy, oryginalny człowiek, który wychował mnie na prawdziwego mężczyznę. Dbał o to żebym był zaradny i dbał o kobietę. Jerzy Milka to był wspaniały facet, był dla mnie dużym wsparciem, pokazał mi jak być gentlemanem. To on sprawił, że dzisiaj kobiety mnie uwielbiają, po nim jestem takim trochę macho. Natomiast mamusia to mój największy skarb. Zawsze jest ze mną. Bardzo dużo czasu mi poświęca. To dzięki niej potrafię się tak dobrze wypowiadać, od zawsze dużo czytaliśmy. Dzięki jej pracy, dużo wspólnie podróżowaliśmy po świecie. Kilka miesięcy mieszkaliśmy w Hiszpanii, tam też chodziłem do szkoły. Byliśmy też w Azji, we Włoszech, we Francji, w Egipcie, w Meksyku, w Turcji i w Szwajcarii. Powiem ci coś, czego nikomu nie mówiłem – w tej Szwajcarii przez przypadek zamknęto mnie w łazience, spędziłem tam pół nocy, dopóki mamusia mnie nie znalazła



(śmiej!). Ach! Był jeszcze Nowy Jork, ale nie prywatnie, tylko jako delegacja.

Delegacja?

Warszawa mnie wybrała. Trzy lata temu byłem reprezentantem Polski w ONZ podczas Światowego Dnia Zespołu Downa. Miałem tam wystąpienie, stanąłem przed ludźmi z całego świata i zrobiłem im rozgrzewkę aktorską. Wtedy przełamałem barierę taką, że ja dziękuję! Zresztą sam Nowy Jork jest tak otwarty...

Chciałbyś tam zamieszkać?

Nie wiem. Nie mam takich możliwości.

Ale gdybyś mógł sobie pomarzyć?

Chciałbym, ale moje najskrytsze marzenie jest inne.

Jakie?

Chciałbym założyć kochającą rodzinę.

Jesteś romantykiem, nie ma co do tego żadnych wątpliwości... Dlatego zadam tobie takie pytanie: czym byłby dla ciebie świat bez kobiet?

O nie! To byłby koszmar (śmiejch). Kobieta musi być. Moim zdaniem to kobieta powinna rządzić światem. Kobiety pod żadnym pozorem nie powinno się atakować. To co się teraz dzieje jest nie do zniesienia. Kobiety powinny wygrać, bo to dzięki nim jest życie. Każde dziecko, nawet z Downem, jest darem od Boga, ale kobieta ma prawo decydować sama o sobie. Warto o to walczyć. Ja na przykład w ramach protestu codzien-

nie ubieram się na czarno. Kobiety zasługują na miłość, taką prawdziwą, do końca życia. Jakbym miał stałą partnerkę, to zapewniłbym jej raj na ziemi. Mężczyźni powinni wiedzieć jedno: o kobiety trzeba dbać i kochać je szczerze, tak do bólu...

Kim jest dla ciebie ta idealna?

Chciałbym, żeby była taka dobra jak ja – szczerza, dobra, kochająca, wrażliwa, miała własne zdanie, nie pozwoliła sobie wejść na głowę i kochała mnie na całego. Tylko najpierw powinna mnie bliżej poznać, bo jestem bardzo dobrym kompanem na życie. Powinna uwodzić seksapilem, urodą i intelektem. Kobieta jest wiecznym kwiatem, o który trzeba dbać. My, mężczyźni, jesteśmy jak woda, która jest jej potrzebna do pięknego rozkwitu.

Na dzień dzisiejszy czujesz się spełniony?

Spełniony będę jak znajdę partnerkę. W planach mam też wyprowadzkę do Sopotu. Muszę rozpocząć samodzielne życie. Wiem, że jestem na to gotowy. Będę mieszkał w domu Fundacji Nasz Przyjazny Dom. Jest tam dwanaście pokoi, a co najważniejsze będzie też opieka. Dużo pracuję, by móc tam zamieszkać.

Chciałbyś na koniec powiedzieć coś od siebie?

Mam taki apel: kochajcie nas, bo wolność jest wtedy jak osoby pełnosprawne żyją razem z niepełnosprawnymi, bez wykluczeń. Chciałbym, żebyśmy żyli godnie, obok was, bo teraz jest czas na miłość.

autor: Klaudia Krause-Bacia / foto: Karol Kacperski



”

„W najśmielszych snach nie spodziewałam się, że Michał będzie gwiazdą. Gdy byłam w ciąży nie wiedzieliśmy, że urodzę dziecko z zespołem Downa. To był szok. Urodził się wcześniak, ważył mniej niż dwa kilogramy, niech mi pani uwierzy, nie mogłam spodziewać się większych sukcesów. Zastanawiałam się czy będzie chodził czy siedział, czy w ogóle będzie mówił, a że będzie sławny – nawet o tym nie śniłam. Już nie nazywam się Jolanta Woszczerowicz, tylko mama Michała”.

„Całe nasze życie było ustawione pod Michała. Od 5 roku życia zaczęłam go zabierać wszędzie tam, gdzie mogłam. Podróże dużo mu dały, poza tym często rozmawialiśmy i czytaliśmy. Do dzisiaj najważniejsze dla niego są książki i muzyka. Co więcej, Michał rozwija się wbrew wszelkim hipotezom, jest w coraz lepszej formie intelektualnej. Mimo zapowiedzi, żadnego regresu nie ma, jednak on musi być stale stymulowany. Wiele zawdzięczamy też logopedce Bogusi Jarosz, bo bez jej pomocy nie dalibyśmy rady. W ogóle mamy szczęście, bo spotykamy wielu dobrych ludzi, to tak naprawdę oni doprowadzili nas w to miejsce, w którym dzisiaj jesteśmy. Fundacja „Ja Też” z Małgorzatą Bulczak na czele wylansowała Michała – zapewniła mu udział w programie i załatwiła mu pracę w urzędzie. Wiele zawdzięczamy też Jarkowi Marciszewskiemu (PSONI Koło w Gdańsku), założycielowi zespołu „Remont Pomp”. Dla Michała teatr jest najważniejszy. Również w tej kwestii miał szczęście. Od kilkunastu lat należy do grupy Teatr Razem, zrzeszającej osoby z niepełnosprawnością intelektualną.

Ma tam wielu przyjaciół, z częścią z nich będzie wkrótce mieszkał. Teatr prowadzi, tj. tworzy i reżyseruje spektakle, Jarek Rebeliński, obecny manager Michała. Dla mnie to wielka ulga, że Jarek ma teraz Michała pod swoimi skrzydłami.”

„Oprócz zespołu, Michał ma wiele problemów zdrowotnych, które przekraczają nasze możliwości finansowe. Przeżyłam wiele lat, ale po raz pierwszy mam takie problemy. Już wkrótce Michał ma się wyprowadzić do Sopotu, będzie mieszkał w budynku Fundacji „Nasz Przyjazny Dom”, gdzie będzie miał dobrą opiekę. Wszystko staram się zagospodarować przyszłościowo. Chcę go chronić jak tylko mogę, chcę żeby miał swoje miejsce na ziemi. Teraz te zmiany się nie są mu potrzebne, ale nie mogę powiedzieć mu w twarz: słuchaj Michał, co będzie jak mnie zabraknie? Jak zostanie sam to będzie musiał tam mieszkać”.

„Michał jest nieskończenie dobry i zdaje się, że wyniósł to z domu. Jego ojciec bardzo mnie kochał, we wszystkim mnie wyręczał, bardzo mnie szanował. Uważał, że jestem delikatną kobietą i nie można mnie przeciążać. Michał jest taki sam, tak został wychowany. Często pyta mnie rano, czy zrobić mi kawę? Jaką muzykę puścić? Jest pełen miłości. Przez jakiś czas musiałam codziennie dawać mu dwa złote, bo zanosił je bezdomnym... to właśnie cały Michał”.

Jolanta Woszczerowicz, mama Michała





Zbigniew Skarul. Silny zoom na detale

O abdykujących mózgach, lepkich percepcyjnie idiotyzmach, podstępnych i wyrafinowanych algorytmach sztucznej inteligencji, komplikujących życie uproszczeniach i rozpadających się więziach, czyli o przyszłości, która staje się teraźniejszością rozmawiamy ze Zbigniewem Skarulem, prezesem znanej szczecińskiej firmy Oskar Wegner, która tworzy, wdraża i udostępnia dużym korporacjom platformy lojalnościowe oraz grywalizacyjne.



W latach 1986 - 1995 byłeś dziennikarzem Polskiego Radia i Telewizji Polskiej w Szczecinie. Jak to się stało, że trafiłeś do świata reklamy i marketingu?

Na początku lat dziewięćdziesiątych wszyscy zwracali uwagę na reklamę jako zjawisko, bo to był nowy, nieznany wcześniej, kolorowy świat złożony z iluzji i marzeń. O reklamach dyskutowało się wtedy jak dziś o hitach z Netflixu... No ale moje prawdziwe zainteresowanie branżą zaczęło się od pobytu w Stanach. Spędziłem tam ponad pół roku na stypendium dla dziennikarzy zagranicznych. Trochę zajęć na Duke University, trochę praktyki w prywatnej stacji radiowej i telewizyjnej. Wtedy zainteresowały mnie bardzo mechanizmy finansowania mediów. Najpierw metody pozyskiwania reklamodawców, a potem już reklama jako element marketingu. Marzyła mi się własna stacja radiowa, ale skończyło się dużo skromniej.

Czy szczecińskiej agencji reklamowej, czyli według warszawiaków „gdzieś na końcu świata” ciężko było się przebić na tym rynku? Co takiego Oskar Wegner oferował, że wybierały Wasze usługi duże i znane firmy?

Czy wiesz, że w tamtych czasach znałem całą załogę konduktorską pociągu Intercity Chrobry? Dochodziło do 10 kursów w miesiącu... Jakoś tą naszą „peryferyjność” trzeba było niwelować. Szczecińskość, najdelikatniej mówiąc, raczej nam nie pomagała. Musieliśmy – jak Avis – starać się bardziej („We tryharder” – słynny slogan reklamowy z 1962 roku – red.). Jeśli startujesz z pozycji aspiranta – to rada dla firm bez bogatego portfolio – twoja oferta musi być aż mokra od potu i łez. To zawsze robi wrażenie. Wiele lat temu, po to, żeby zdobyć budżet reklamowy Scorbolamidu (marka Polpharmy) nakręciliśmy reportaż filmowy z udziałem klientów aptek. Zatrudniliśmy profesjonalnego operatora kamery, jedna z naszych pracownic wcieliła się w rolę dziennikarza... Klient był poruszony i zaskoczony nową wiedzą o swoim – jak mu się wydawało – dobrze znanym produkcie...

Po latach działalności pełnej sukcesów nagle Oskar Wegner zmienił profil swojej działalności. Firma zaczyna tworzyć, wdrażać i udostępniać dużym korporacjom platformy lojalnościowe i grywalizacyjne. Kiedy nastąpiła ta zmiana? Co o niej zdecydowało – wizja dalszego rozwoju firmy, wymogi rynku, znudzenie branżą reklamową?

Ta zmiana profilu wcale nie nastąpiła nagle. Pierwszy program lojalnościowy zrobiliśmy w 1998 roku dla firmy Amika. To był spektakularny sukces, który otworzył nam oczy na nowe możliwości. Ale upłynęło kilka lat, zanim stał się to nasz „core business”. To już był ten czas, kiedy na reklamie – jak na medycynie i polityce – znali się wszyscy. Powstało tyle reklamowego śmiecia, często w chałupniczych warunkach, że konkurowanie z tym było coraz bardziej frustrujące i biznesowo nieuzasadnione. Woleliśmy przesunąć się na pozycję ekspertów dysponujących unikalną wiedzą z obszaru marketingu relacyjnego, a także w stronę świata nowych technologii. Z reklamą roztawałem się bez żalu. Wcześniej wierzyłem naiwnie, że aspiracyjne marki takie właśnie są, bo robią dobre reklamy. Byłem przekonany, że zła, tandetna komunikacja niszczy marki i w dłuższym horyzoncie skazuje je na porażkę. Teraz oczywiście już wszyscy wiemy, że to tak nie działa. Marka Donald Trump w swoim segmencie politycznego rynku ma się wciąż świetnie.

Klientami Oskara Wegnera stały się znane firmy. Jesteś współautorem koncepcji programów relacyjnych i lojalnościowych firm Lotos, Purmo, JVC, 3M, Aviko, Farm Frites, HDI, Allianz, Macro Cash and Carry, BASF, Santander oraz pionierskiego w Europie programu Toyota More organizowanego przez Toyota Motor Poland oraz Toyota Bank. W jaki sposób przekonaliście ich do skorzystania z Waszych usług?

Sam chciałem wiedzieć (śmiech). Czasem, po wygranym przetargu udaje Ci się wycisnąć jakiś skrawek informacji, co zaważyło na wyborze akurat Twojej oferty, ale niezbyt często. Zwykle musisz się sam tego domyślać. W gruncie rzeczy decyduje suma okoliczności. Ale jeśli chodzi o nasze programy relacyjne to na pewno działał efekt pierwszeństwa. Byliśmy pionierami. No i każdy nasz sukces mieliśmy dobrze udokumentowany. Szeroko rozumiany marketing bezpośredni (programy lojalnościowe w tym obszarze się mieszczą) ma tą zaletę, że tu prawie wszystko daje się policzyć.

Jak Twoim zdaniem pandemia wpłynęła i wpływa na lokalny biznes – w Szczecinie i regionie? Jak może go zmienić?

Nie wydaje mi się byśmy tu w Szczecinie i regionie skutki pandemii odczuwali wyraźnie inaczej, niż to się dzieje w innych częściach kraju. Oczywiście, przyglądam się z uwagą i niepokojem jak radzą sobie różni moi znajomi i firmy, których rozwój zawsze mnie cieszył. Trzy przykłady: Puccini, Follow me i Event Factory... Kto dziś kupuje walizki? Kto jeździ do Berlina na lotnisko? Kto dziś organizuje masowe imprezy? Takie gwałtowne spadki popytu muszą przynosić poważne turbulencje. Możesz prowadzić swój biznes na najwyższym poziomie, możesz realizować najbardziej przemyślaną strategię, ale jednak nie wszystko zależy od ciebie, nie przed wszystkim możesz się uchronić. Myślę, że pandemia zostawi w naszej świadomości trwałe ślady. Pewnie wszyscy stanemy się trochę bardziej ostrożni, mniej skłonni do inwestycyjnego ryzyka. No i pewnie jeszcze bardziej będziemy doceniać znaczenie dobrze zintegrowanego zespołu i takich wartości jak zaufanie i solidarność.

Jakim branżom grozi upadek, jakie przetrwają a jakie mają szanse na rozwój, jakie nowe mogą się pojawić?

W pierwszych dniach pierwszego lockdownu najbardziej współczułem gastronomikom. Zamykają ci lokal i co możesz zrobić? Później przyszła refleksja, że te granice ryzyka przebiegają w bardzo nieoczywistych miejscach. Weźmy branżę odzieżową. Sprzedajesz garnitury – masz pod górkę, bo wesela odwołane, a biznes, jak wiadomo, spotyka się w kamerkach ubrany jedynie od pasa w górę, więc połowa Twojego asortymentu (czyli spodnie) zalega w magazynach. Ale jeśli sprzedajesz dresy to już popyt ci rośnie, bo trudno przecież cały dzień chodzić po domu w piżamie. Nawet gastronomię kryzys dotyka bardzo nierówno. Na pewno łatwiej przetrwać pizzerii – bo pizzę dość łatwo można rozwozić – niż knajpie specjalizującej się w biznesowych lunchach. No ale gdyby chciał snuć tu jakieś poważniejsze refleksje to bez wątpienia na pandemii najwięcej może „zyskać” – w tym kontekście nie mogę tego słowa użyć bez cudzysłowu – szeroko rozumiana branża nowych technologii. Te procesy i tak się toczyły, tyle, że teraz potoczą się w jeszcze szybszym tempie. Najłatwiejsze do zaobserwowania przyspieszenie dokonuje się w obszarze e-commerce. Coraz częściej i więcej kupujemy w Internecie. To oczywiście pociągnie kolejne zmiany, na przykład dalszą digitalizację pieniądza (kiedy ostatni raz wybierałeś gotówkę z bankomatu?), dalszy rozwój bankowości internetowej, przyspieszenie rozwoju Big Data i sztucznej inteligencji, technologii telekomunikacyjnych itp.

Jakie zmiany w organizacji pracy w biznesie może spowodować pandemia? Czy tylko np. zdalna powinna być łączona z biurową, czy w wielu przypadkach zdalna powinna zastąpić biurową? Czy COVID wymusi jakieś poważniejsze zmiany?

Ostatni raz byłem w podróży służbowej chyba w lutym. Wcześniej do Warszawy jeździłem parę razy w miesiącu. Pierwsze spotkania na platformach video-konferencyjnych wymusił lockdown. Ale jak już można było swobodnie się przemieszczać i bezpośrednio spotykać okazało się, że powroty do tych podróży po kraju nikt specjalnie nie chce. Praktyka pokazuje, że spotkania na Zoomie czy Teamsach mogą być równie efektywne co te w realu. Tyle, że tych on-linowych można odbyć w ciągu jednego dnia więcej, niż tych bezpośrednich w całym tygodniu. Krótko mówiąc w tym obszarze zmiany mogą być potężne i daleko idące. W mojej firmie, podobnie jak w wielu innych: jedynie 10 – 15 procent załogi przychodzi do biura. Reszta pracuje zdalnie. Nie mam wątpliwości, że ta tendencja się utrzyma. Po co tracić czas na dojazdy? Dlaczego nie wykorzystać krótkiego przestoju na spacer z psem? Po co kupować kawalerkę w drogim centrum, jeśli można zamieszkać w dużo tańszym osiedlu na przedmieściu, i to pod lasem, co przy kolejnej pandemii może być zbawienne... Czy praca zdalna niesie same zalety? Absolutnie nie! Największe zagrożenie to wszelkie skutki procesów dezintegracyjnych. Najpierw – choćby z powodu braku pogawędek przy biurowym ekspresie do kawy – słabną więzi, gubi się poczucie identyfikacji ze wspólnym celem, spada zaangażowanie, a potem praca staje się już jedynie obowiązkiem. Wykonywanie pracy bez satysfakcji i poczucia sensu musi rodzić frustrację, a może też prowadzić do stanów depresyjnych.

Czy zwiększy się rola mediów społecznościowych w działalności biznesowej? Dla jakich branż to może być szansa?



Zbigniew Skarul

Prezes znanej szczecińskiej firmy Oskar Wegner. Absolwent Wydziału Filologicznego Uniwersytetu Wrocławskiego. W latach 1986 - 1995 dziennikarz Polskiego Radia Szczecin i szczecińskiego ośrodka Telewizji Polskiej. Stypendysta United States Information Agency - uczestnik programu edukacyjnego poświęconego biznesowemu aspektom funkcjonowania mediów na Duke University (NC). Wykładowca szczecińskich uczelni wyższych m.in. Zachodniopomorskiej Szkoły Biznesu, Wyższej Szkoły Zarządzania i Wyższej Szkoły Integracji Europejskiej. Twórca programów szkoleniowych, ekspert zagadnień dotyczących rynku reklamy oraz w dziedzinie komunikacji marketingowej. Współtwórca strategii reklamowych firm Amica, MK Cafe, Unity Line, Jutrzenka, Nordea, Teva. Współautor koncepcji programów relacyjnych i lojalnościowych firm Lotos, Purmo, JVC, 3M, Aviko, Farm Frites, HDI, Allianz, Macro Cash and Carry, Basf, Santander oraz pionierskiego w Europie programu Toyota More organizowanego przez Toyota Motor Poland oraz Toyota Bank.

Proces dalszej egalitaryzacji mediów na skutek pandemii jeszcze bardziej przyspieszył. Strach, gniew i podwyższone emocje najsilniej kreują popyt na informacje. To nie jest najlepszy trend. Każdy może być dziś – i prawie każdy w jakimś zakresie jest – twórcą wiadomości. W tej powodzi wszelakich treści z trudem przebija się te rzetelne, wyważone i dobrze udokumentowane. Bardzo mnie zajmuje pytanie jak to się wszystko dalej potoczy, czy będzie się pogłębiał informacyjny chaos i poszerzało pole do cynicznych manipulacji czy też uruchomi się jakiś przeciwny nurt. Chciałbym wierzyć, że coraz mniej uwagi w mediach społecznościowych – i w ogóle w przestrzeni publicznej – będą zajmować wysiłki grup rekonstrukcyjnych pompujących zbiorowe ego sukcesami średniowiecznego rycerstwa, a coraz więcej kompetentni fachowcy poszukujący praktycznych rozwiązań globalnych problemów przyszłości. Gdybym miał w kieszeni wolnych parę milionów, zainwestowałbym w sieć reporterów – amatorów gotowych przy pomocy swoich telefonów komórkowych dokumentować ważne wydarzenia. Jestem przekonany, że będzie wciąż rosło znaczenie siły obrazu i video-relacji. Może udałoby się w ten sposób uzyskać jakiś, choćby minimalny wpływ na postrzeganie tego co się wokół dzieje i jeszcze „nie dołożyć do interesu”.

Wspomniałeś, że proces dalszej egalitaryzacji mediów na skutek pandemii jeszcze bardziej przyspieszył. Czy media mogą być jeszcze bardziej egalitarne niż są teraz?

Różnie to pojęcie można rozumieć. Ale tak, końca tego procesu nie widać. Coraz więcej ludzi będzie miało coraz większy dostęp do coraz większej ilości (świadomie nie mówię liczby) informacji i coraz więcej ludzi będzie publikowało coraz więcej treści, korzystając z coraz powszechniejszych i łatwiejszych do użycia narzędzi komunikacyjnych – przede wszystkim coraz doskonalszych smartfonów, choć nie tylko. Sprzyja temu rozwój technologii, rozwój sztucznej inteligencji oraz wszelkie niepokoje o naszą przyszłość (pandemie, ocieplenie klimatu, nierówności społeczne, populistyczni politycy itd.). Łatwiejsze staje się robienie zdjęć i relacji filmowych, coraz bardziej intuicyjne staje się ich publikowanie (obniża się bariera wejścia). A wyobraź sobie co będzie się działo, jeśli na przykład Alphabetz nowym impetem wróci na rynek ze swoim słynnymi „okularami” (googleglasses). Pokusa nagrywania wszystkiego i wszędzie będzie rosła równie szybko jak liczba smart-okularów na naszych nosach. Algorytmy sztucznej inteligencji doskonałe przez Social Media zadbały o to, by docierały do nas tylko angażujące uwagę i pobudzające nas do interakcji treści. Im więcej będzie do nas trafiać wywołujących niepokój wiadomości, tym silniejsza będzie w nas potrzeba, żeby je nieustannie śledzić i na nie reagować. To oczywista pętla sprzężenia zwrotnego

Ludzie są coraz bardziej zagubieni w natłoku informacyjnym. Coraz częściej za prawdę przyjmują i kolportują fake newsy. W internecie pojawiła się nawet strona, która prezentuje, w jaki sposób odróżnić prawdziwą informację od fake newsa. Czy już ogarnął nas chaos informacyjny czy ciągle jest jeszcze przed nami? Czy zatraciliśmy już umiejętność odróżniania prawdziwych informacji od fałszywych? Czy potrzebni nam będą „instruktorzy” pokazujący, które informacje są dobre a które złe, których wysłuchać a których nie, które są prawdziwe, a które nie?

Jeszcze wiele przed nami. Najbardziej niebezpieczne są wszelkie bańki informacyjne, gromadzące wielkie grupy społeczne, karmiące się nawzajem irracjonalnymi opowieściami. Kiedyś, żeby powstała sekta, niezbędny był charyzmatyczny guru. To limitowało liczbę sekt i ich liczebność. Teraz wystarczy – nawet nie taka wielka, byle przełamująca masę krytyczną – porcja krążących w cyberprzestrzeni, lepkich percepcyjnie idiotyzmów (np. „ziemia jest płaska”), żeby takie procesy założycielskie toczyły się niejako samoistnie. Walka z zakorzenionymi i krążącymi swobodnie irracjonalnymi przeświadczeniami jest szalenie trudna. To jak walka z pandemią wirusa. Najlepiej zapobiegać i budować „odporność”.

Tym właśnie powinna zajmować się szkoła: budować autorytet wiedzy naukowej, stawiać jasne granice pomiędzy prawdą historyczną i prawdami wiary, uczyć logiki i statystyki, wyjaśniać różnicę między korelacją, a związkiem przyczynowo skutkowym, tłumaczyć mechanizmy działania ludzkiego mózgu, i wreszcie – a czemu nie – kształtować praktyczną umiejętność odróżnienia „fake newsów” od wiarygodnych informacji.

Coraz częściej pojawiają się głosy o zmęczeniu Internetem. Ludzie korzystają z niego w pracy, w domu, dzięki niemu spędzają wolny czas, uprawiają sport, wymieniają informacje, prowadzą operacje finansowe i biznesowe itp. Czy można już zauważyć odwrót od Internetu? Ludzie powoli wracają do integrowania się, odbudowywania więzi międzyludzkich, szukania bliskości, czytania książek w wersji papierowej, robienia zakupów w sklepach, a nie w sieci itp. Jaki będzie człowiek popandemiczny? Czy powstanie jakiś „nowy człowiek”?

Człowiek długo jeszcze będzie „taki sam”. Nie zmienia się bowiem w sensie ewolucyjnym, i szybko nie zmieni, i ludzki mózg. Wciąż napędzają nas te same instynkty (obronne, plemienne, łowieckie). I wciąż rządzi nami ekonomika zachowań, co oznacza, że zawsze w dłuższym horyzoncie i większej skali zwycięża „skrót”, uproszczenie, wszystko to, co łatwiejsze i prostsze w użyciu. Z tej potrzeby wzięta się większość wynalazków, nie wyłączając koła. A zatem może i będziemy tęsknić za „pięknymi” czasami bez Internetu, ale z całą pewnością go nie porzucimy. Chyba, że wyprze go Coś, co jeszcze bardziej będzie nam „ułatwiać” funkcjonowanie w coraz bardziej złożonej rzeczywistości. To zresztą niezły paradoks, że upraszczając sobie cały czas życie, jednocześnie mocno je sobie komplikujemy. Najtrudniejsza w takim pogmatwanym świecie „nadmiaru” wszystkiego staje się sztuka wyboru. I tu czyha chyba na nas największa pułapka. Wynalazca koła bardzo nam ulżył zdejmując z naszych pleców wielkie ciężary. A co się stanie, jeśli skumulowany wysiłek współczesnych „wynalazców” uwolni nas od trudów nieustannego zmagania się koniecznością wyborów i kłopotliwych decyzji? Najpierw algorytmy sztucznej inteligencji będą nam podpowiadać – powiedzmy – co zjeść na śniadanie... Ale z czasem mogą to już być coraz poważniejsze rozstrzygnięcia. Nasze rozleniwiane systematycznie mózgi mogą zechcieć zupełnie abdykować... Zgadza się jednak, że równolegle będą działać siły przesuwające nas w stronę tego co przewidywalne, znane i bezpieczne. A zatem jak najbardziej będziemy szukać i bliskich bezpośrednich więzi, i zakupów w sklepach, i papierowych wydawnictw takich jak Prestiż. Ale to nie będzie jeden z tych głównych mega trendów.

W którą stronę powinien zmierzać Szczecin? Gdzie tkwi potencjał tego miasta? Jak powinien zostać wykorzystany?

Hmmm... Ludzie nie osiedlali się dawniej w miastach, żeby cieszyć oko widokiem krużganków. Osiedlali się tam, żeby przetrwać, znaleźć pracę i schronienie. Dziś ten ruch w stronę miast wynika z chęci wygodniejszego życia i wciąż nie kryje się za tym jakaś tęsknota za murami. Ta najbardziej pierwotna, najgłębsza tęsknota, która w nas jest to potrzeba kontaktu z naturą. A zatem postawiłbym banalnie na wodę i zieleni. Tym bardziej, że w Szczecinie jest z czym startować. Żeby ta idea zaczęła żyć i naturalnie się kolportować, musiałaby zejść z poziomu abstrakcji na poziom konkretnych: słów i pojęć, które dobrze karmią wyobraźnię. A więc nie „zieleni”, ani nie „drzewa”, ale na przykład „magnolie”... Chociaż nie, to jednak strasznie wzdychliwe słowo... Niestety, „Rustica Rubra” też nie brzmi najlepiej... Ucieszyłbym się, gdyby ktoś taką wizję stworzył. Z tym, że nie powinien to być obraz Szczecina z lotu ptaka. Raczej silny zoom na „detale”: na balkony, bramy do podwórek, alejki w parkach i ławki na skwerach, na pomosty, a może nawet na trzmieliny, krwawniki, bodziszki i ukwapy...

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiał: Dariusz Staniewski / foto: Jarosław Gaszyński

Sylvia Różycka, aktorka

Wiele powodów, by żyć

Styczeń jest Miesiącem Świadomości Raka Szyjki Macicy. W tym przypadku chodzi nie tylko o zdrowie i życie, ale przede wszystkim o działania profilaktyczne. Co istotne ten nowotwór można dość łatwo zdiagnozować, a wykrycie zmian we wczesnym stadium zaawansowania jest kluczowe dla skuteczności leczenia. Inicjatorami szczecińskiej akcji są dr Joanna Lewandowska i dr Dorota Gródecka z Tuwima Ginekologia, które zachęcają do regularnych badań ginekologicznych. Do akcji dołączyły znane szczecinianki.



*Katarzyna Opiekulska-Sozańska,
właścicielka LSJ HR Group*

– Rak szyjki macicy rozwija się „po cichu”, jest drugim na świecie nowotworem, który dziesiątkuje kobiety – mówi aktorka Sylwia Różycka.
– Nie zwalniamy się ze świadomości i poddawamy się regularnym badaniom cytologicznym, które pozwalają na wykrycie choroby we wczesnym i dobrze rokującym stadium. Im szybciej podejmujemy odpowiednie działania, tym większe dajemy sobie szanse na wygraną.

– Mam przynajmniej siedem powodów by żyć i cieszyć się zdrowiem, a badanie nie wymaga ode mnie niczego więcej niż wizyty u ginekologa. Raz w roku – mówi Daria Prochenka, właścicielka firmy kosmetycznej Clohee. – Badam się dla siebie, dla partnera, dla dwójki moich dzieci, mojej rodziny, bo lubię moją pracę i chciałabym cały czas się rozwijać i kocham podróżować – dlatego chcę być zdrowa i żyć.

Podróże to dobry powód – uśmiecha się Katarzyna Opiekulska-Sozańska, właścicielka LSJ HR Group – świat jest piękny, a przede mną mnóstwo nieodkrytych miejsc. Miniony rok pokazał jeszcze dobitniej, że musimy

dbać nie tylko o siebie ale i ludzi dookoła. To był rok ogromnych przemian w sposobie naszego myślenia. Mam naprawdę wiele powodów, by żyć i tyle jeszcze do zrobienia!

A Aleksandra Kopińska-Szykuć, zastępczyni dyrektora Teatru Polskiego dodaje: – Moje powody to: Ksawery, Franek i Staś – wyznaje. – Moje zdjęcie do tej akcji było zrobione w Bethanien, miejscu założonym przez Quistorpa również po to, żeby pomagać kobietom. Ufundował dla nas szpital. Dziś nie musimy liczyć na niczyje dobre serce tylko korzystać z tego, co powszechnie daje medycyna. Żeby cieszyć się dziećmi, życiem i samej sobie oszczędzić nerwów.

Proces powstawania nowotworu przebiega latami, dlatego istnieje możliwość wykrycia wczesnych zmian przednowotworowych i skutecznego ich leczenia. – Regularne badania pozwalają nam reagować, jeśli cokolwiek złego dzieje się w naszym organizmie i ograniczają ryzyko poważnych powikłań. Uważam, że profilaktyka jest najważniejsza, le-



piej zapobiegać niż leczyć – przekonuje projektantka mody Sylwia Majdan. – Badam się, bo kocham życie i mam tu jeszcze wiele do zrobienia! Zdrowie jest największą wartością, która pozwala nam sięgać po nasze marzenia, być szczęśliwym. Nie żyjemy tylko dla siebie. Mam wspieraną rodzinę, dla której jestem ważna i dla której chcę żyć. To nasz obowiązek, żeby dbać o swoje zdrowie, dla siebie i naszych bliskich!

– Regularne badania mam we krwi. Zostało mi to wpojone z związku z tym, że przeze wiele lat zawodowo uprawiałam sport, więc byłam wręcz zmuszona dbać o siebie. Ponadto mam chorobę Hashimoto, która także wymaga regularnych badań – tłumaczy była lekkoatletka Monika Pyrek. – Niestety często zapominamy o tym. Zazwyczaj jest to związane z czasem, a raczej z jego brakiem. My, kobiety myślimy zawsze w pierwszej kolejności o wszystkich naokoło, a nie o sobie. Warto to zmienić, gdyż od tego zależy nasze zdrowie i życie. Nikt za nas tego nie zrobi.

Dzięki coraz większej świadomości i badaniom profilaktycznym zachorowalność na raka szyjki macicy i śmiertelność z tego powodu się zmniejsza. Wszelkiego rodzaju akcje, które mają podnieść naszą świa-

domość są bardzo cenne. – Świadomość, że możemy zachorować na raka wzbudza w nas strach, a takie akcje jak ta, pokazują, że nie musimy się bać – podkreśla dr Katarzyna Kązaj z Uniwersytetu Szczecińskiego. – Wiedza jest bezcenna, a regularne badania ją nam dają. Dbalność o zdrowie jest częścią naszej kobiecości, tak jak dbanie o wygląd, o urodę. Możemy poddawać się wszelakim zabiegom upiększającym, chodzić na fitness, ale jeżeli nie zadbamy o zdrowie to te wszystkie rzeczy nie będą miały znaczenia. Szczególnie, kiedy okaże się, że za późno zareagowaliśmy. Ja badam się, bo m.in. chcę zrealizować plany i cele, które sobie w życiu wyznaczyłam. Chciałabym żyć tak, jak ja chcę, a nie tak, jak będzie mi dyktowała choroba.

autor: Aneta Dolega/ foto: Ewelina Prus
pomysłodawca akcji: Gabinety Tuwima

TUWIMA

STOMATOLOGIA GINEKOLOGIA



*Katarzyna Kajojć,
wykładowczyni Uniwersytetu Szczecińskiego*



Dorota Sz wajkiewicz-Gródecka, lekarka



Joanna Lewandowska, lekarka



Sylwia Trojanowska, pisarka



Izabela Marecka, naczelna magazynu Prestiż



*Aleksandra Kopińska-Szykuć,
wicedyrektorka Teatru Polskiego*



Daria Prochenka, współwłaścicielka Clochee



Sylwia Majdan, projektantka mody

Do czynników ryzyka zachorowania na raka szyjki macicy zaliczamy infekcję wirusem HPV, wczesne rozpoczęcie współżycia płciowego i częste zmiany partnerów seksualnych, liczne ciążę i porody zwłaszcza w młodym wieku, radioterapię miednicy mniejszej, palenie papierosów i raka szyjki macicy w rodzinie. Wirus HPV to wirus brodawczaka ludzkiego. Znanych jest około 100 typów tego wirusa.

Co roku w Polsce na raka szyjki macicy zapada ok. 3,5 tysiąca par. Około 50% chorujących to kobiety w wieku pomiędzy 40 a 65 rokiem życia. Nierzadko obserwuje się również przypadki jego występowania u młodszych osób. Do czynników ryzyka zachorowania na raka szyjki macicy zaliczamy infekcje wirusem HPV, wczesne rozpoczęcie współżycia płciowego i częste zmiany partnerów seksualnych, liczne ciążę i porody zwłaszcza w młodym wieku, radioterapię miednicy mniejszej, palenie papierosów i raka szyjki macicy w rodzinie. Każda kobieta podczas corocznej profilaktycznej wizyty ginekologicznej poza badaniem ginekologicznym i badaniem usg, powinna mieć pobraną cytologię, klasyczną, bądź płynną, która jest dokładniejsza. W przypadku występowania nieprawidłowych komórek należy wykonać badanie kolposkopowe z pobraniem wycinków ze zmian podejrzanych.

Z podejrzanych miejsc pobiera się wycinki i ocenia histopatologicznie. Jeśli wynik badania wskazuje na zmiany o dużym ryzyku nowotworu, leczeniem będzie wycięcie zmienionego fragmentu szyjki. Zmiany te są w pełni wyleczalne.

CLOCHEE®

BABY & KIDS

Nowość

Z miłości
do najmłodszych...



Naturalna i delikatna pielęgnacja.

*Polecam!
Małgorzata
Doxenek-Majdan*



Pielęgnacja od pierwszych dni życia

Kosmetyki naturalne, wegańskie - ultradelikatne formuły

Eko opakowania z certyfikatem ECOCERT i COSMOS

www.clochee.com

Sklep firmowy w Szczecinie - ul. Bogusława X 10/2



ATELIA

NIERUCHOMOŚCI I DORADZTWO

Miniony rok obfitował w wiele trudnych zdarzeń. Był rokiem zmian, lęków, ograniczeń i niepewności. Jednak mimo tych doświadczeń Atelia Nieruchomości wraz z zespołem życzy w nadchodzącym 2021 nadziei w sercach, spełnienia marzeń, dobrych relacji z najbliższymi. Oby 2021 był wspaniałym rokiem, a doświadczenia z 2020 były nauką, że życie to umiejętność tańca w deszczu, a nie tylko oczekiwaniem na słońce.

Życzymy Państwu wiele radości, spełnienia w każdym aspekcie życia, miłości, sukcesów w całym 2021 roku.

Zespół Atelia Nieruchomości



Atelia Nieruchomości | e-mail: biuro@atelianieruchomosci.pl | tel: +48 91 823 88 04

www.atelianieruchomosci.pl



Szlachetna jak Papagayo

Twarda, odporna na zarysowania, przyjazna dla naszej skóry, szlachetna. Stal chirurgiczna jest wspaniałym materiałem jubilerskim, z którego powstaje piękna biżuteria. Papagayo specjalizuje się w designie ze szlachetnej stali, tworząc oryginalne, niezwyklej urody naszyjniki, choker, bransoletki, kolczyki, pierścionki a także bardzo modne w tym sezonie grube łańcuchy i pancerki. Na każdą okazję i dla każdej z pań.

ad / foto: Adam Fedorowicz







PAPAGAYO

bizuteriapapagayo.pl



Jak nie zostać pączkiem

#BERLIN

Miasto kultury i historii, sukcesu i wielkich pieniędzy, w którym czuć powiew wolności. Berlin z otwartymi ramionami przyjmuje każdego, rozkocharuje w sobie powoli i na zawsze.



– Ich bin ein Berliner (Jestem berlińczykiem) – te słowa podczas pierwszej wizyty prezydenta Stanów Zjednoczonych w Niemczech od czasu zbudowania Muru Berlińskiego, wypowiedział prezydent USA John F. Kennedy. Niektórzy twierdzą, że popełnił błąd i wyszło, że jest... pączkiem. Prawidłowe użycie niemieckiej gramatyki rzeczywiście może przysporzyć sporo kłopotów. Tak czy inaczej berlińczykiem może tu poczuć się każdy, a i pączki smakują wybornie.

Utknąć w centrum

Centrum miasta porównać można do londyńskiego City – miejscowi pojawiają się tu rano, idą do pracy, po czym wracają do siebie. Turyści z całego świata przyjeżdżają tu metrem, na hulajnogach i w autobusach wycieczkowych. W poszukiwaniu największych atrakcji, o których przeczytali w swych przewodnikach, krążą między Alexanderplatz a Bramą Brandenburską i Placem Poczdamskim. Zdeptując utarte szlaki wyjeżdżają przekonani, że Berlin to tylko słynna brama i parę innych charakterystycznych miejsc. Co oczywiste, z takim podejściem nie udaje im się poznać prawdziwego ducha miasta. Jak to zmienić? Najlepiej ruszyć zupełnie inną ścieżką i poznać autentyczne miejsca, o których nie piszą autorzy w standardowych przewodnikach.

Oczywiście o najważniejszych punktach na turystycznej mapie miasta nie wolno zapominać, szczególnie, jeśli jesteśmy tu pierwszy raz. Na listę „must see” warto wpisać Plac Aleksandra, Wyspę Muzeów, Bundestag, Bramę Brandenburską, Pomnik Pomordowanych Żydów, pałac Bellevue i Kolumnę Zwycięstwa. Wielu wrażeń dostarczy spacer słynną Aleją Lipową prowadzącą od Mostu Zamkowego do Bramy Brandenburskiej, Pałac Książniczek, Pomnik Fryderyka Wielkiego i doskonale nadający się do wizyty z dziećmi gabinet figur woskowych Madame

Tussauds. Można też poszukać śladów Davida Bowiego, który mieszkał kiedyś w Berlinie Zachodnim. Właśnie tu napisał jedną ze swoich najśłynniejszych piosenek – „Heroes”.

Po drugiej stronie muru

Przez prawie pół wieku front zimnej wojny przechodził przez Berlin. 13 sierpnia 1961 rozpoczęła się budowa Muru Berlińskiego. Dawną granicę rozdzielającą miasto na dwie części dojrzeć można dziś w centrum. Fragmenty muru dzielącego dawniej miasto zostały zachowane jako pomniki w najróżniejszych miejscach pamięci w Berlinie. Są tacy, którzy resztek realnego muru szukają węsząc po ziemi. Dosłownie! I nie ma w tym nic dziwnego. W centrum warto uważnie patrzeć pod nogi, aby wzrokiem wysledzić wpuszczony w asfalt podwójny rząd brukowych kostek zaznaczających przebieg muru. Szerszy pogląd na temat daje Miejsce Pamięci Muru Berlińskiego przy Bernauer Strasse. W tym miejscu odcinek pasa granicznego zachowany jest w stanie oryginalnym ze wszystkimi zabezpieczeniami granicznymi.

Mur Berliński to też przejścia graniczne między wschodnim a zachodnim Berlinem. Jedno z 8 powstało na Friedrichstrasse. Tutaj w październiku 1961 roku kierowały ku sobie swoje działa czołgi amerykańskie i radzieckie, tutaj udawały się liczne ucieczki. Słynny Checkpoint Charlie, funkcjonujący do 1990 roku, pozostał w swym dawnym miejscu, stając się szczególnym miejscem pamięci. Przy kopii oryginalnej białej budki obłożonej workami wypełnionymi piaskiem, z megafonem, reflektorami i tablicą z napisem „US Army Checkpoint”, turyści z uśmiechem pozują tu do zdjęć.

Jest jeszcze jedna ciekawa, ale też całkiem odmienna pamiątka przeszłości. Z powierzchnią około 300 hektarów Park Tempelhof jest jedną



z największych otwartych przestrzeni miejskich na świecie, prawie tak dużą jak Central Park w Nowym Jorku. W alternatywnych miejscach czas lubi tu spędzać młodzież, starsi gustują w oryginalnych knajpkach. Dawniej sporo się tu działo. Budynek lotniska w latach 30. XX wieku był jednym z największych na świecie. Po II wojnie światowej lotnisko znajdowało się w amerykańskiej strefie okupacyjnej. W latach 70. i 80. zachodniobermińskie lotnisko dla uwięzionych za żelazną kurtyną mieszkańców demoludów stało się prawdziwą bramą do wolności. Wiele zdeperowanych Polaków lądowało na Tempelhof uprowadzonymi samolotami, uciekając z komunistycznej rzeczywistości. W latach 1963–1987 wylądowało tu 16 uprowadzonych z Polski maszyn. Nie przypadkiem na polskiego przewoźnika w czasach komunizmu mówiono „LOT, czyli Landing On Tempelhof”.

Dla ciekawych dawnych lat, hitem, który wprowadza w temat podzielonego Berlina może być też zwiedzenie Muzeum NRD. To miejsce pozwala dosłownie dotknąć rzeczywistości stworzonej przez komunizm. Przebojem jest symulowana przejażdżka trabantem, wirtualna przymiarka ubrań z tamtych czasów, a nawet próba pisania cyrylicą.

Ścieżki nieoczywiste

Jest w Berlinie wiele miejsc znanych wyłącznie miejscowym. Odkrywanie tych zakamarków przez kogoś, kto wpada tu jako gość, może stać się wielką przygodą. Ot, choćby w RAW-Gelände, nietypowe centrum kultury powstałe w opuszczonych budynkach taboru kolejowego w dzielnicy Friedrichshain-Kreuzberg. Stworzono tu najprawdziwszy plac zabaw dla dorosłych. Serio! Natomiast East Side Gallery to fragment muru berlińskiego, który stał się największą na świecie galerią na powietrzu. Murale zaczęły powstawać już chwilę po upadku muru, wciąż pojawiają się nowe.

Jeśli chcecie w Berlinie spędzić czas niesztampowo, znajdźcie czas na wizytę na niedzielnym pchlim targu na Boxhagener Platz, na seanse filmowe w b-ware Ladenkino, odwiedzenie modernistycznej Frankfurter Allee z takimi perełkami jak Kosmos, Galerie im Turm, Kino International i Café Moskau. Warto odwiedzić też ogród zoologiczny, albo przyglądać się gwiazdom i planetom w planetarium Zeiss. Wytchnienie przynosi oglądanie panoramy Berlina. Tu mamy kilka opcji – można wdrapać się na wieżę kościoła Zionskirche, albo na szczyt gmachu Reichstagu. Lubiącym pokonywać setki krętych schodów pozostaje do zaliczenia



Kolumna Zwycięstwa. Berlińskim klasykiem jest też zakończona okrągłą, błyszczącą kopułą wieża telewizyjna Berliner Fernsehturm. Czy to popularne miejsce? Owszem. Statystyki mówią, że rocznie wpada tu milion odwiedzających. Spokojnie i zarazem w otoczeniu miejscowych obejrzymy panoramę miasta w Klunkerkränchen. Ten bar o hipsterskim wystroju, który usadowił się na dachu centrum handlowego w dzielnicy Neukölln, serwuje wyjątkowy widok na Berlin i świetne drinki. Kwitnie tu życie nocne, podobnie jak w innych zakamarkach miasta. Fascynująca berlińska scena klubowa przyciąga imprezowiczów z całego świata. Do legendarnych miejsc należą SO36, Tresor, Berghain i stale przybywa nowych klubów o zwariowanych nazwach, w zwariowanych miejscach.

Być jak Jack Nicholson

Bez prestiżowych restauracji, tanich knajpek, barów, lokali gastronomicznych i klubów Berlin nie istnieje. Tu serwuje się smaki z niemal każdego zakątka globu. Są różności kuchni jamajskiej, meksykańskiej, rosyjskiej czy smaki Bliskiego Wschodu. Kilka adresów szczególnie upodobał sobie artyści i gwiazdy Hollywood, czołowi politycy i biznes-

meni. W „Café Einstein” roi się od posłów i ministrów, a do „Borchardta” na sznycła po wiedeńsku z sałatką ziemniaczaną wpada Angela Merkel z mężem, Obama, Jack Nicholson i Nicole Kidman. Natomiast George Clooney lubi delektować się stekiem Kobe Beef w „Grill Royal”.

Stolica Niemiec znana jest też z genialnych śniadaniowni. Te rozsypane są po całym mieście. W centrum, na każdym rogu wyrasta miejsce, w którym można dobrze rozpocząć dzień. Podobnie rzecz ma się z winiarniami. Przecież 13 regionów uprawy wina w całym kraju ma do zaoferowania więcej niż tylko słynnego Rieslinga. Na lampkę wina warto wpaść do Rosengarten am Weinbergsweg albo Weinerei Forum. Piwo dobrze smakuje niemal w każdym w ogródku.

Street-food to osobny temat. Na plan pierwszy wysuwa się kebab. Ten berliński klasyk zagościł tu blisko 50 lat temu, gdy w 1971 i 1972 roku imigranci z Turcji otworzyli lokale z tym prostym daniem w Berlinie Zachodnim. Dziś smakosze wszelkiej maści rozpowszechniają opinię, że w Berlinie serwuje się najlepsze kebaby uliczne w Europie. Sprawdźcie, czy mają rację...

autor: Marta Legieć / foto: materiały prasowe

Zjawiskowa Cupra

To auto robi wrażenie. I od razu przyciąga uwagę. Świetnie funkcjonuje w miejskich warunkach. Dynamiczny, sportowy design, szczegółowo dopracowany wygląd wnętrza, wyposażenie pełne najnowocześniejszej technologii. To niezaprzeczalne atuty Cupry Formentor.



Nazwa tego modelu pochodzi od przylądka na hiszpańskiej wyspie Majorce. Jest jednocześnie pierwszym zaprojektowanym specjalnie dla Cupry. Pojawia się także model Veloz (hiszp. „szybki”), sygnowanej skrótem VZ. Formentor jest przedstawicielem segmentu CUV (crossover SUV).

Cupra zadbała o odpowiednie wyposażenie Formentora – jest tu adaptacyjne zawieszenie, hamulce Brembo, tryb kontroli startu, aktywny tempomat i to, czego nie może zabraknąć w żadnym nowym aucie – wzmacniacz dźwięku.

Przód samochodu wyraźnie zaznacza dynamiczność i sportowy styl, a ostro zarysowane linie nadają mu indywidualnego stylu. Maskę z widocznym sześciokątnym grillem z dużym logo Cupra w kolorze miedzi i trójwymiarowym motywem, zderzak z pionowymi wlotami powietrza, dwie podwójne końcówki układu wydechowego, okrągłe światła przeciwmgielne i dolny spojler. Wszystko to nadaje autu nieco drapież-

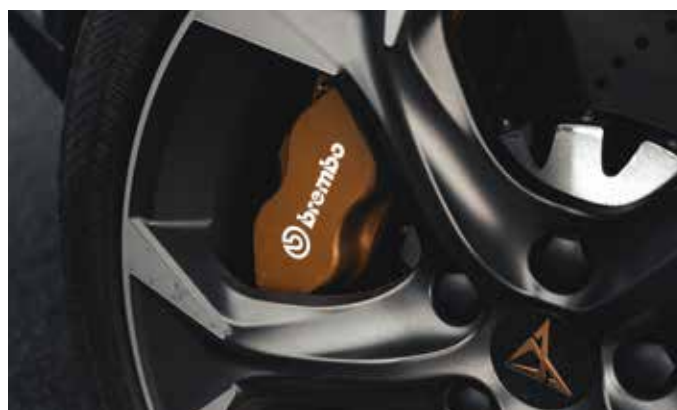
ny, agresywny wizerunek. Formentor wyposażony jest w silnik 1,5 TSI o mocy 150 KM i automatyczną skrzynię 7-biegową. Auto rozpędza się do 100 km/h w 8,9 sekundy, a jego prędkość maksymalna wynosi 250 km/h. Wnętrze, to zupełnie nowa jakość. Na środku deski rozdzielczej znajduje się 10-calowy ekran multimedialnego Media System+. Kierownica, ścięta u dołu, jest obszyta skórą z dekoracyjnym przeszyciem w kolorze miedzi. Auto wyposażone jest w system bezkluczykowego dostępu i uruchamiania. Posiada centralną poduszkę powietrzną, która oddziela kierowcę i pasażera podczas zderzenia. Standardowa tapicerka składa się z elementów ze skóry ekologicznej. Formentor wyposażony jest w przednie fotele sportowe, a ambientowe oświetlenie kokpitu LED, z możliwością wyboru koloru, to nie tylko dekoracja. Pełni również funkcję monitorowania martwego pola. Dzięki aplikacji Cupra Connect można zarządzać autem z dowolnego miejsca m.in. znaleźć je na parkingu, ustawić temperaturę, sprawdzić poziom oleju, otrzymywać powiadomienia włamaniowe. W przypadku niewielkiego zdarzenia w trak-

cie jazdy lub awarii dane są wysyłane do centrum Cupry, które może zamówić pomoc drogową lub poprowadzi do najbliższego serwisu. W razie wypadku automatycznie powiadamiane są służby ratunkowe, aby udzielić pomocy, jeśli jest ona konieczna.

Auto oferuje m.in. asystenta świateł drogowych, aktywny tempomat dostosowujący prędkość do pojazdu „przed” a także dostęp do danych z systemu nawigacji (z 12 calowym ekranem dotykowym, wyposażona np. w aplikację umożliwiającą odnalezienie najbliższej stacji benzynowej i sprawdzenia obowiązujących na niej cen paliwa), pełne oświetle-

nie LED (w tym np. podświetlane progi w drzwiach i tylne światła na całą szerokość pojazdu), trzystrefową klimatyzację automatyczną, czujniki parkowania z przodu i z tyłu z kamerą cofania, automatyczną funkcję opóźnionego wyłączenia świateł i łopatki do zmiany biegów przy kierownicy. Pojemność bagażnika wynosi 450 litrów. Oparcie foteli z tyłu pojazdu można złożyć. To auto ma jeszcze jeden niezaprzeczalny atut, którym zyskuje przewagę nad konkurencją – 5-letnią gwarancję.

autor: ds / foto: Bogusz Kluz

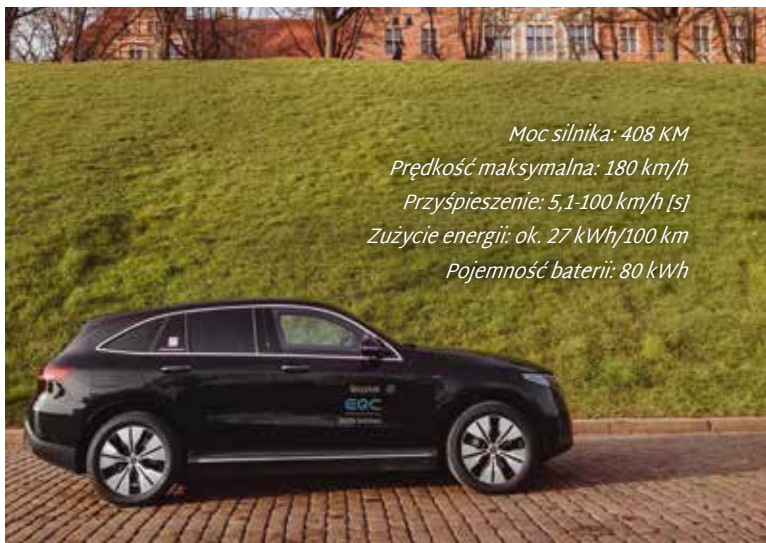


Leasing od 103% z ratą od 1955 zł netto



Ekologia, klasa, elegancja

Mercedes-Benz EQC wyglądem przypomina klasycznego SUV'a, choć komfort jazdy zbliżony jest do topowej limuzyny. Elegancki na zewnątrz, przestronny i wygodny w środku. Do tego mocny silnik i niezłe przyspieszenie. Jedyne co zastanawia to fakt, że jest niezwykle cichy. W końcu to jednak Mercedes, najlepszy wśród najlepszych. Ile więc taki Mercedes może palić? I tu następuje zaskoczenie – nic. Mercedes EQC jest autem w pełni elektrycznym, które podczas przyspieszania staje się samochodem sportowym.



– To auto jest rewelacyjne, aż żał było się z nim rozstawać – mówi z entuzjazmem Lilla Sobczyk, która przez dwa dni testowała nowego Mercedesa EQC. – To model samochodu, którym każdy z nas powinien jeździć, chociażby ze względu na jego ekologiczny charakter i związaną z tym ochronę środowiska.

A jeździ się nim wyjątkowo komfortowo i na całkiem sporą odległość. Ten model posiada akumulator wysokiego napięcia o zawartości energii użytkowej 80 kWh (WLTP). Dzięki niemu można przejechać nawet 400 km. Wystarczy to na wiele codziennych tras, uwzględniając również drogę do i z pracy. Ale to nie jedyna dobra rzecz związana z tym autem. – Rzecz, która mnie zaskoczyła: jest to bardzo ciche auto. Do tego stopnia, że podjeżdżając nim pod przejście dla pieszych, osoby przechodzące przez pasy go nie słyszą. Tym samochodem się nie jeździ, tylko skrada – śmieje się pani Lilla. – To bardzo zrywny model, testowałam go za miastem i naprawdę ma niezłego „kopa”.

Faktycznie, EQC, który waży ponad dwie tony, do setki przyspiesza w pięć sekund, co czyni go w tym momencie autem sportowym. Już z postoju dostępny jest pełny moment obrotowy, który natychmiast katapultuje EQC do przodu. To różni napęd wyłącznie elektryczny od każdego tradycyjnego pojazdu z silnikiem benzynowym lub wysokoprężnym. Wynikiem jest całkowicie nowa, fascynująca dynamika jazdy.

– Ten Mercedes jest bardzo wygodny – mówi Lilla Sobczyk. – Wyposażony jest w szerokokątny kokpit o wysokiej rozdzielczości. Intuicyjny w obsłudze – można go dotykać, można do niego mówić. W tym modelu znajduje się mnóstwo czujników, które dbają o bezpieczeństwo. Na przykład, kiedy, jadąc za miastem z większą prędkością, w trakcie przekraczania linii rozdzielającej pasy, poczułam szarpnięcie. To w razie

gdybym straciła czujność za kierownicą. Oprócz tego EQC informuje o tym, gdzie znajdują się najbliższe stacje ładowania. Dzięki temu, możemy sobie zaplanować podróż tak, by np. w trakcie jazdy nie wylądować gdzieś w polu, w rozładowanym aucie.

Za wygodą idzie bezpieczeństwo. Nowy model Mercedesa ma zmienny napęd na cztery koła. Ma on pozytywny wpływ na trakcję i stabilność jazdy, przede wszystkim w trudnych warunkach drogowych: szczególnie w przypadku mokrej, ośnieżonej lub oblodzonej nawierzchni. O bezpieczną podróż dba także szereg pakietów i systemów, które automatycznie reagują na zagrożenie, pomagają w trakcie jazdy, parkowania, chronią przed wypadkiem bądź minimalizują jego następstwa, chronią również przed kradzieżą. Widoczność na drodze, szczególnie w nocy także jest lepsza, a to dzięki światłom, które można mieć włączone non stop, przy okazji nie oślepiając innych kierowców.

– Do tego wszystkiego to piękne, eleganckie i... oszczędne auto. Miałam przyjemność przejechać się czarnym modelem z jasną tapicerką – wyznaje na koniec Lilla Sobczyk. – Z posiadaniem tego Mercedesa wiąże się możliwość skorzystania z wielu ulg, np. można wykupić za symboliczne 10 złotych roczny abonament w płatnej strefie parkowania. Samo jego ładowanie nie jest skomplikowane i kosztowne. W Szczecinie znajduje się kilka bezpłatnych stacji, ale nawet kiedy trafimy na płatną, to w porównaniu z tradycyjnym paliwem, ten typ samochodu i tak jest tańszy w użytkowaniu. Z ciekawostek mogę powiedzieć, że miasto podpisało porozumienie z Eneą i takich ładowarek ma się w Szczecinie pojawić około dwustu. To cieszy.

autor: Aneta Dolega / foto: Dagna Drążkowska-Majchrowicz



Zapraszamy do Autoryzowanego Salonu Mercedes-Benz Mojsiuk w Szczecinie - Dąbju,
ul. Pomorska 88 lub pod nr telefonu: +48 91 48 085 712

www.mojsiuk.mercedes-benz.pl

Szukaj nas na Facebooku: Mercedes-Benz Mojsiuk i Instagramie: mercedesbenz_mojsiuk



Na hotelowym pokładzie

Położony w Międzyzdrojach, nad Bałtykiem Vienna House Amber Baltic nierozdzielnie jest związany z morzem nie tylko poprzez swoje usytuowanie, ale również poprzez wygląd. Hotel bardzo czerpie z marynistycznego klimatu, co szczególnie widać w wystroju wnętrz.



Mosiężne wykończenia oraz kryształowe żyrandole, w połączeniu z dużą ilością naturalnego drewna oraz „wakacyjnymi” meblami, takimi jak wiszące krzesła czy mobilne regały, nadają wnętrzu charakteru luksusowego jachtu. Gości wita drewniana recepcja, ściany i akcesoria w morskiej tonacji, a wśród nich kotwice i liny żeglarskie. Wystrój wszystkich 192 pokoi jest również inspirowany morzem. Znajdziemy tu drewniany zagłówek, okrągłe lustro wyglądające jak bulaj, czy koło ratunkowe zawieszone na morskiej ścianie. Wrażenie, że znajdujemy się nie w klasycznym hotelowym pokoju tylko w kajucie, co podkreśla rozpościerający się piękny widok na morze.

W restauracji On Deck i On Board bufet ma kształt statku. Tutaj, na prawdziwie pirackiej zastawie dla najmłodszych oraz wśród lustrzanych bulajów serwowane są ryby i dania bazujące na darach morza. Kącik zabaw dla dzieci, to sala przygód rodem z opowieści o Kapitanie Nemo, w którym znajdziemy m.in. żeglarskie liny do wspinania się i dekoracyjną amfibię.

Vienna House jest hotelem dla wszystkich. Jego związek z wodą odnajdziemy także w części, która odpowiada za relaks gości. W hotelu znajduje się strefa wellness z basenem zewnętrznym i wewnętrznym, brodzikiem, saunami, pokojem do odpoczynku oraz drewnianym tarasem przy plaży. Centrum konferencyjne z 5 salami dla 750 osób oraz 60 miejsc parkingowymi daje również wiele możliwości gościom biznesowym.

Bliskość morza, bezpośrednie zejście na plażę, sąsiedztwo Narodowego Parku Wolińskiego sprawiają, że to idealne miejsce nie tylko na wakacje ale także na każdą chwilę, kiedy pragniemy odpocząć od miejskiego zgiełku, nacieszyć się spokojem oraz pobyc w pięknym naturalnym środowisku.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe





Takiego badania rynku jeszcze nie było

Choć nie jest tajemnicą, że rynek pracy w Szczecinie, różni się od warszawskiego, poznańskiego, czy koszalińskiego, to dość mgliście wskazujemy, jak i czym się różni. Zdecydowanie brakuje nam danych dotyczących innych zagadnień niż liczbowy wzrost lub spadek bezrobocia. Tę lukę postanowiła wypełnić agencja LSJ.

– Już w styczniu rozpoczynamy prace nad badaniem pracodawców Szczecińskiego Obszaru Metropolitalnego. Zwrócimy się z prośbą o wypełnienie anonimowej ankiety do reprezentantów firm z różnych branż. Pytania będą proste, a udział w badaniu zajmie zaledwie kilka minut. Co ważne, ankieta będzie powszechnie dostępna. Zainteresowani znajdą ją na naszej stronie lsj.pl – mówi Katarzyna Opiekulska-Sozańska, dyrektorka zarządzająca LSJ.

Jakich informacji będzie poszukiwać agencja? Z pewnością pojawią się pytania o to, czy firmy zamierzają zwiększyć zatrudnienie w nadchodzących miesiącach, czy może wprowadzą oszczędności. Jeśli to drugie, to w jakich obszarach. Dzięki temu dowiemy się, jak skutki pandemii przekładają się na plany przedsiębiorców. Pojawią się również pytania o kompetencje, zarówno twarde, jak i miękkie, których aktualnie poszukują u kandydatów pracodawcy i które zamierzają rozwijać u swoich pracowników. Nie zabraknie też wątku świadczeń pozapłacowych, bowiem podobnie jak plany zatrudnieniowe, mogą być one wskazówką do analizy skutków pandemii. Zebrane informacje wskażą trendy lokalnego rynku pracy. – Pomysł na zrealizowanie badania kiełkował w mojej głowie od jakiegoś czasu. Po wydarzeniach, jakie miały miejsce w 2020 roku, po informacjach, jakie napływały do mnie z mediów branżowych, postanowiłam nie czekać dłużej z realizacją pomysłu. Jestem zdania, że nasz region bardzo potrzebuje swojego, dedykowanego właśnie nam, badania. Różnimy się bowiem znacznie, choćby od Warszawy. To co jest standardem w stolicy, nie zawsze jest adekwatne do potrzeb i oferty pracodawców ze Szczecina – podkreśla dyrektorka zarządzająca LSJ.

LSJ HR Group to agencja doradztwa personalnego, działająca od 18 lat na lokalnym rynku. Zatrudnieni w niej eksperci ręczą wiedzą popartą doświadczeniem, że potencjał ludzki jest kluczowym czynnikiem wzrostu gospodarczego każdego regionu. Co więcej, dla wielu firm określenie potrzeb w zakresie talentów i motywacji staje się aktualnie kluczowym priorytetem. Na tej podstawie można dopasować strategię zatrudnienia do strategii biznesowej. Do takich działań niezwykle przydatne są badania lokalnego rynku pracy, uwzględniające specyfikę regionu. Co więcej, analizy takich badań mają znaczący wpływ na biznesowe uzasadnienie lokowania przedsiębiorstw.

Można się zastanawiać, czy to dobry moment na zadawanie pytań o wzrost zatrudnienia, benefity, czy rozwój pracowników. Tak wielu reprezentantów biznesu walczy bowiem dzisiaj o przetrwanie. Pamiętajmy jednak, że są i tacy, którym udało się wypłynąć na szerokie wody. Wbrew pozorom, jest to dobry czas na rozpoznanie zmian i trendów na rynku pracy Szczecińskiego Obszaru Metropolitalnego.

LSJ HR Group realizuje badanie w partnerstwie z Great Digital – zespołem konsultantów i project managerów z kilkuletnim doświadczeniem w obszarze przygotowywania strategii, wdrażania i ewaluacji projektów z zakresu HR. – Po szczegółowe informacje oraz link do badania zapraszam już niebawem na stronę internetową lsj.pl oraz na nasze social media. Gwarantuję też, że raport z przeprowadzanego badania będzie ogólnodostępny i możliwy do pobrania bez opłat na początku marca – podsumowuje Katarzyna Opiekulska-Sozańska.



Zamieszkaj z przyjemnością

Otoczony wodą i zielenią, a także dobrze skomunikowany i zapewniający swobodny dostęp do wszystkich zalet szczecińskiej aglomeracji – taki jest CLUBHOUSE, flagowa inwestycja Mariny Developer.

Z nowym rokiem budowa weszła w bardzo zaawansowany etap konstrukcyjny. Stawiane są ściany pierwszego piętra i już za moment będzie można obejrzeć widok z okna mieszkań – a jest na co popatrzeć. Lokalizacja w pierwszej linii zabudowy nad jeziorem Dąbie daje możliwość podziwiania bujnej przyrody i zacumowanych w marinie jachtów.

Po pierwsze funkcjonalność

Można mieszkać w pięknym miejscu, ale liczy się także, a nawet przede wszystkim, wygoda. Przyjrzelśmy się jednemu z mieszkań na trzecim piętrze. Centrum życia stanowi tu przestronny salon z dużym balkonem (ponad 25 m²!) i oknami wychodzącymi na wschód. Jest to miejsce świetnie przystosowane do spotkań towarzyskich i aktywności w gronie znajomych. Łazienka zapewni komfort domowego SPA, a ergonomiczna kuchnia łatwy dostęp do wszystkiego, co powinno być pod ręką. Uwagę zwracają też przesuwne okna w przestronnym 58 metrowym salonie oraz funkcjonalnej 25 metrowej sypialni. Deweloper zastosował również przesuwne balustrady na balkonie, dzięki którym będziemy mieli możliwość osłonięcia się od słońca, deszczu czy wiatru. Wszystkie mieszkania przygotowane są do montażu klimatyzacji i wykorzystania ich potencjału przy pomocy smartfona. Standard wykończenia będzie bardzo wysoki, a wykorzystanie dużych przeszkleń w pomieszczeniach zapewni wystarczającą ilość światła o każdej porze dnia i pozwoli na delectation się krajobrazem sąsiedniej marina.

Maksimum korzyści

W opisanym budynku znajduje się 2-poziomowa hala garażowa, a na parterze znajdują się 3 lokale użytkowe. 2 z nich są już zajęte – mają w nich siedzibę Yacht Klub Polski Szczecin i Marina Club. Całe kameralne osiedle CLUBHOUSE nie bez powodu nazywane jest przystanią luksusu. Wyjątkowo zielona okolica i bezpośrednie sąsiedztwo jeziora Dąbie oraz marina sprzyjają rekreacji i wypoczynkowi. Lokalizacja przy ulicy Przestrzennej w Szczecinie zapewnia świetną komunikację z centrum miasta, a za bezpieczeństwo odpowiada system monitoringu.

Miejsce to wyróżnia odseparowanie od zgiełku miasta przy zachowaniu wygodnego dostępu do wszelkich usług i instytucji. Dla wszystkich świadomych swoich potrzeb i ceniących piękno będzie to wygodne miejsce do życia.

autor: Karina Tessar / foto: materiały prasowe



MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.



Energia prosto ze słońca

Fotowoltaika i energia wiatru to najtańsze i najbardziej bezpieczne formy wytwarzania czystej energii, będące rozwijaną od wielu lat alternatywą dla wysokoemisyjnych źródeł wytwórczych. Fotowoltaika spotyka się jednak z większą akceptacją społeczną, gdyż – w przeciwieństwie do turbin wiatrowych – nie emituje żadnych drgań, hałasu ani zanieczyszczenia. Jej produkcja jest zależna od nasłonecznienia i pory dnia, co sprawia, że w pewnych okresach optymalne jest magazynowanie energii wytworzonej w farmach słonecznych i wiatrowych.

Możliwość magazynowania energii wpływa na wzrost efektywności produkcji farm dzięki ograniczeniu powiązania bieżącego zużycia w systemie energetycznym z występującymi możliwościami produkcji w odnawialnym źródle energii. To droga do zwiększenia efektywności produkcyjnej niestabilnych źródeł energii elektrycznej (przetwarzających energię słoneczną i wiatru). Dlatego Novelty OZE Group rozpoczyna realizację projektu magazynów energii i prowadzi negocjacje z potencjalnymi inwestorami zainteresowanymi takim przedsięwzięciem.

Poza wspomnianymi zaletami źródła energii odnawialnej są w zasadzie niewyczerpywalne. W konsekwencji od 2000 roku fotowoltaika przeżywa międzynarodowy boom, który nie omija również rynku polskiego. Wobec wyczerpywania się zasobów nieodnawialnych oraz zanieczyszczeń i degradacji środowiska, to nie tyle moda, co konieczność. Jak wynika z ubiegłorocznego raportu Instytutu Energii Odnawialnej, fotowoltaika stanie się w najbliższych latach głównym obszarem inwestycji w OZE (odnawialne źródła energii) w Polsce, a być może i w całej polskiej elektroenergetyce.

Praktycznie wszystkie firmy z branży pracują nad projektem własnych magazynów energii, ale jednym z prekursorów w tej dziedzinie jest Novelty OZE Group, dlatego o szczegóły zapytaliśmy panią Monikę Walotę, prokurenta i menadżera grupy.

Na czym polega projekt magazynów energii?

Jest to nowa, dynamicznie rozwijająca się, niestosowana jeszcze w Polsce technologia, a te interesują nas nieustannie. Dlatego wraz z rozwojem projektów fotowoltaicznych, podążając za współczesnymi wymaganiami dla źródeł i systemów energetycznych, kompletujemy aktualnie inwestorów do kolejnej spółki akcyjnej, która będzie budować w Polsce system magazynów energii. W tym zakresie współpracujemy z bardzo znanymi firmami europejskimi i polskimi.

Magazynowanie energii w warunkach tzw. niestabilnej generacji źródeł OZE (uzależnionej od warunków pogodowych) staje się kluczowe dla zapewnienia stabilności systemu energetycznego i optymalnego wykorzystania wytworzonej energii elektrycznej bez konieczności przesyłania jej na znaczne odległości. Rozwój magazynów energii wpływa na elastyczność systemu elektroenergetycznego, przekładając konieczność ponoszenia nakładów na infrastrukturę sieciową na dalszą perspektywę. To kluczowe dla rynku mocy określone przez profil odbiorców, przyrostu źródeł OZE podłączanych do systemu oraz niedalekiej perspektywy dynamicznego rozwoju rynku pojazdów elektrycznych, szczególnie wzrostu pojazdów w technologii plug-in.

Magazyny energii to również dodatkowe funkcjonalności związane z re-



gulacją parametrów sieci. Poprawiają one zdolności produkcyjne źródeł OZE w taki sposób, aby były jak najmniej zależne od sytuacji w systemie. Podnoszą one bezpieczeństwo systemu energetycznego.

Rozwijany przez nas projekt przewiduje sieć blisko 50 magazynów o pojemności użytecznej nie mniejszej niż 400-500 MWh. Sprzyjają mu zmiany strukturalne na rynku energii, a także wzrost świadomości społecznej i popytu na magazynowanie energii. Dodatkowo wykorzystujemy przygotowywane, a także już obowiązujące rozwiązania legislacyjne na poziomie UE i Krajowego Rynku Energii. Korzystne dla nas są również scenariusze rynkowe dla cen energii w kontekście zwiększonego udziału mocy i produkcji ze źródeł OZE.

Analitycy wstępnie wyceniają projekt na 800 milionów złotych nakładów inwestycyjnych. Na jakich zasadach mogą w nim partycypować potencjalni inwestorzy?

Zarówno pod kątem magazynów energii, jak i pozostałych aspektów naszej działalności, przygotowujemy portfele gotowych projektów inwestycyjnych, których skala jest dopasowana do oczekiwań i możliwości naszych inwestorów i klientów. Proponujemy różne formy współpracy, ale przede wszystkim jest to udział w spółkach zakładanych do prowadzenia poszczególnych projektów. Działając na obszarze całej Polski mamy możliwość dedykowania oferowanych rozwiązań deweloperskich pod kątem celów biznesowych w obszarze elektrowni fotowoltaicznych do 1 MW, zespołów elektrowni fotowoltaicznych o mocy kilku MW oraz dużych elektrowni fotowoltaicznych powyżej 30 MW – obecnie prowadzimy ponad 150 projektów elektrowni słonecznych o różnej mocy i liczba ta stale rośnie.

Pod nasze inwestycje dzierżawimy grunty o różnej powierzchni na okres do 30 lat. Wbrew powszechnemu mniemaniu, z uwagi na liczne obostrzenia niewiele gruntów nadaje się do naszych celów, co nie przeszkodziło nam w zawarciu umów dzierżawy na olbrzymią skalę – i wciąż pozyskujemy nowe lokalizacje, pod kolejne elektrownie.

Brzmi imponująco, zwłaszcza że firma ma siedzibę w Szczecinie.

To prawda, to taki lokalny patriotyzm – nawet jak projektowana elektrownia jest w województwie podkarpackim, to ma swoją siedzibę w Szczecinie. Jesteśmy holdingiem wielu spółek działających na obszarze całego kraju, ale wszystkie mają swoją siedzibę w naszym mieście. Spośród wielu właścicieli największe udziały skupiają pan Ryszard Czyż i pani Anna Pawlicka. Naszą działalność – jako dewelopera i pracowni projektowej elektrowni fotowoltaicznych – prowadzimy przede wszystkim w oparciu o dwie spółki główne: Novelty OZE Group Sp. z o.o., zajmującą się niedużymi elektrowniami posadowionymi na obszarach około 2 hektarów oraz Foton – Elektrownie Słoneczne i Magazyny Energii

S.A., która zajmuje się dużymi elektrowniami i projektem magazynów energii.

Firma stawia na powiększanie zdobyczy rynkowych i większość uzyskanych środków inwestuje w kadre i rozwój. Naszym głównym dobrem są właśnie kompetencje i doświadczenie pracowników – wielu z nich przeszło cały proces wdrażania OZE w Polsce, zaczynając od turbin wiatrowych i przechodząc do branży fotowoltaicznej. Wykorzystujemy więc też doświadczenie, jakie nasi doradcy i specjaliści wynieśli z przygotowania i realizacji prac budowlanych, uruchomienia i przekazania do eksploatacji gotowych elektrowni fotowoltaicznych i wiatrowych w formule „pod klucz”.

Zespół tworzy młoda, wyspecjalizowana kadra, głównie z wykształceniem inżynierskim oraz prawniczym. Zatrudniamy i na stałe współpracujemy z ok. 100 osobami, z tego połowa pracuje w Szczecinie. W większości są to nasi etatowi pracownicy, ale także spore grono projektantów, uznanych firm doradczych i analityków, rozproszonych po całym kraju.

Takie wyspecjalizowane i ugruntowane zaplecze pozwala na przygotowanie projektów optymalnych pod względem technicznym i biznesowym, a takimi właśnie mocno interesują się firmy z pierwszej dziesiątki branżowych firm europejskich.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Karina Tessar / foto: materiały prasowe



*Monika Walota
Prokurent i menadżer
Novelty OZE Group*

MIAŁEŚ SZKODĘ z OC?

PRZYJDŹ DO NAS!



BEZ DODATKOWYCH
OPŁAT!

Zgłosimy!
Damy auto zastępcze!
Przeprowadzimy postępowanie
likwidacyjne przed ubezpieczycielem!
Sprawdzimy poprawność wyliczeń
ubezpieczyciela!

* szczegóły usługi dostępne w Regulaminie
znajdującym się na stronie:

www.CitoOdszkodowania.pl

71-211 Szczecin, ul. Szeroka 61/1
+48 91 483 70 14, +48 508 589 589
biuro@cito.szczecin.pl



Jak zadbać o siebie? Regeneracja nad morzem

„Dbaj o siebie! Bądź zdrow!” – Takim zdaniem kończy się dzisiaj niemal każda rozmowa. Ograniczamy ryzyko, zostajemy w domu i przeorganizujemy nasze życie, żeby bezpiecznie przetrwać ten trudny czas. Jednak taki przewrót sprawia, że gubimy nasz wewnętrzny rytm i wpadamy w melancholijny nastrój. Marzymy o zmianie miejsca, wyrwaniu się z rutyny. Warto więc zadbać o siebie praktykując dobroczynne domowe rytuały i zaplanować już dzisiaj wczesnowiosenny wyjazd nad morze.

O tym, jak zadbać o siebie, można przeczytać w poradnikach. Wiele osób wspomina chociażby o domowej pielęgnacji czy regularnych ćwiczeniach. Adrian, SPA manager i masażysta z Vienna House Amber Baltic Miedzydroje, poleca zestaw codziennych ćwiczeń rozluźniających odcinek lędźwiowo-krzyżowy – tutaj bowiem gromadzą się napięcia i konsekwencje siedzącego trybu życia. Takie ćwiczenia powinny składać się z etapu rozluźniania, rozciągania i wzmacniania, aby przyniosły efekty. Najlepiej, aby zostały one ugruntowane profesjonalnym masażem, który nie tylko relaksuje. Masaż poprawia elastyczność mięśni, zwiększa tempo przemiany materii, odżywia skórę. Jeżeli w domu nie masz jak z niego skorzystać, zaplanuj na wiosnę choć krótki urlop w hotelu ze spa, gdzie oderwiesz się od codzienności i dasz sobie czas na regenerację. Nie musisz wyjeżdżać daleko – ważna jest zmiana miejsca i komfort jaki lubisz.

W Miedzydrojach możesz korzystać z dobroczynnego morskiego po-

wietrza, relaksującej atmosfery długiej, piaszczystej plaży i gęstych lasów Wolińskiego Parku Narodowego. Jeżeli zatrzymasz się w Vienna House Amber Baltic Miedzydroje będziesz mieć więcej możliwości na regenerację: dwie sauny fińskie, basen wewnętrzny, salon masażu z profesjonalnymi zabiegami pielęgnacyjnymi i masażami – również dla dzieci od 8 roku życia. Każdy pokój ma własny balkon i widok na morze, więc szum morza będzie Cię usypiał i budził o poranku. Hotelowe śniadania dodadzą Ci energii na cały dzień, a jak będziesz mieć ochotę na coś słodkiego i dobrą kawę – skoczysz do hotelowej Cafe Vienna. Wieczorem w przeszklonej restauracji On-Deck zjesz pyszną kolację, obserwując falujące morze i miedzydrojskie moło.

Dobre jedzenie i codzienne spacerowanie, to kolejne z domowych sposobów na zimową chandrę. Dorzuć do tego jeszcze praktykowanie wdzięczności i ... uśmiechaj się! Na przekór wszystkiemu. I planuj czas dla siebie w 2021 r.

W Vienna House Amber Baltic Miedzydroje możesz zarezerwować pokój z możliwością darmowej anulacji nawet do 24 godzin przed przyjazdem. Masz też możliwość wczesnego zameldowania i późnego wymeldowania. Do końca stycznia trwa promocja -30% na pobyty do końca kwietnia 2021 r. Sprawdź na www.viennahouse.com.

VIENNA HOUSE
AMBER BALTIC
MIEDZYDROJE

VIENNA HOUSE AMBER BALTIC MIEDZYDROJE
Promenada Gwiazd 1. 72-500 Miedzydroje, Polska | Tel.: +48 91 3228 500
info.amberbaltic-miedzydroje@viennahouse.com | www.viennahouse.com



Wszystko do mego pokoju Infantka
i ja, cykl „Dalej już nic” /
Infantka i ja, cykl „Dalej już nic” /
Further On, Nothing” cykl
.....
JACEK MALCZEWSKI

Wystawa „Cholernie spadam!” Tadeusza Kantora

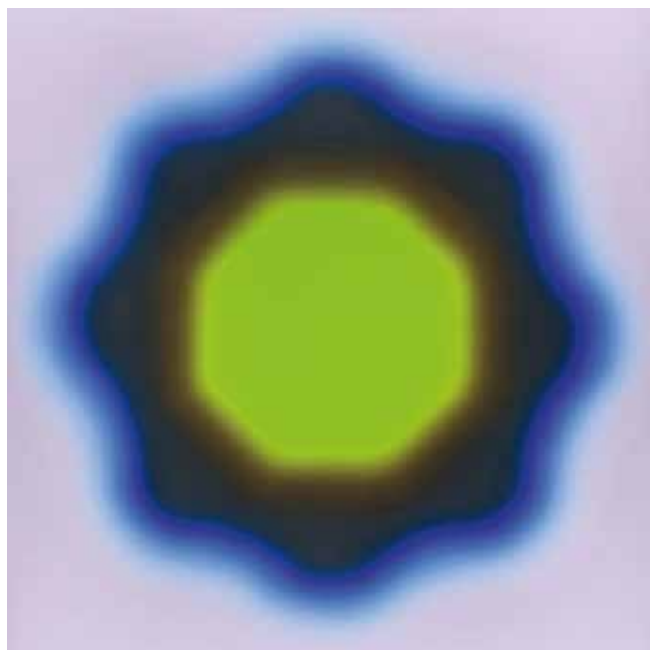
foto: Circoteka



JOANNA SIKORSKA WIEDZA FUNDAMENTEM INWESTOWANIA W SZTUKĘ

Inwestycje w dzieła sztuki są coraz popularniejszą formą lokaty kapitału, jednak na niedoświadczonego inwestora i laika w dziedzinie sztuki czyha na tym rynku wiele zagrożeń. Inwestycja w sztukę ma charakter długoterminowy, jej fundamentem jest wiedza i świadomość, że wartość inwestycyjna jest ściśle skorelowana z wartością merytoryczną dzieła – przekonuje w rozmowie z Prestiżem Joanna Sikorska, art advisor i ekspert rynku sztuki z firmy Art Division.

M22 – obraz Wojciecha Fangora sprzedany za 7,3 mln. zł
foto: Desa Unicum



Dlaczego warto inwestować w sztukę?

Rynek sztuki w Polsce od kilku lat rozwija się niezwykle dynamicznie, wielu artystów jest jeszcze niedoszaczonych, co oczywiście jest dobrą informacją w kontekście finansowym. Sztuka stanowi też rodzaj inwestycji intelektualnej i emocjonalnej, jako dobro kultury ma dużą wartość społeczną. Artysta tworząc prace nie skupia się na cenie jaką za nie uzyska, najważniejsza jest treść jaką chce przekazać za pomocą formy, symbolu, znaku. Kupując sztukę jesteśmy posiadaczami unikatowych i wyjątkowych przedmiotów, co daje duży prestiż.

Prestiż to jedno, ale inwestora najbardziej interesuje jednak zysk.

Rynek dzieł sztuki w Polsce rozwija się bardzo dynamicznie, od kilku lat panuje hossa i prognozy na przyszłość również są optymistyczne. Wpływ na ten stan ma na pewno niezależność rynku dzieł sztuki od zawirowań finansowych, szczególnie tych na rynkach akcyjnych, oraz niska wrażliwość na inflację. Jednak, aby osiągnąć zyski z tego typu inwestycji w przyszłości, musimy poznać mechanizmy rynku i zdobyć wiedzę z zakresu sztuki – nie każdy obraz ma bowiem potencjał inwestycyjny. W zasadzie, tylko za wartością merytoryczną idzie wartość inwestycyjna.

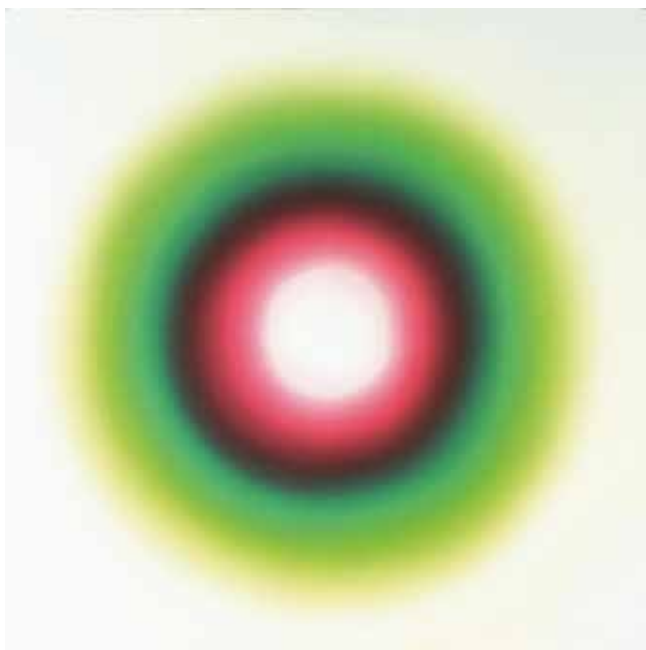
Jak rozpoznać wartość artystyczną i w jaki sposób ocenia się potencjał inwestycyjny danego dzieła sztuki czy kolekcji? W przypadku instrumentów finansowych dostępny mamy cały szereg danych, analiz, są pewne zachowania indeksów zależne od konkretnych scenariuszy... Sztuka wydaje się być nieprzewidywalna...

Rynek sztuki na szczęście nie jest powiązany z rynkiem kapitałowym. O cenie decyduje to, jak mocno dany artysta zapisał się, lub zapisze na kartach historii sztuki. Zapewniam, że sztuka może być przewidywalna, pod warunkiem, że ma się wiedzę. Prace, które biją aukcyjne rekordy zostały zweryfikowane przez historię sztuki, tylko wielcy artyści osiągają wysokie ceny. Aby przewidzieć sukces artysty, potrzebna jest duża wiedza z zakresu sztuki i baczna obserwacja rynku. Zakupienie obrazu jest bardzo proste, gorzej ze sprzedażą, jeśli nie kupimy pracy o dużej wartości artystycznej. Dlatego tak istotne jest merytoryczne przygotowanie z zakresu sztuki i teorii sztuki. Na szczęście, nie musimy zdobywać tytułu magistra historii sztuki, wystarczy regularne śledzenie wystaw w prywatnych i publicznych instytucjach sztuki, lektura książek i magazynów z zakresu sztuki. Wiedza uchroni nas przed wieloma nadużyciami, które niestety pojawiają się w tym sektorze. Nasze wybory będą świadome i nie będziemy kupować dzieł na chybił trafił licząc na łut szczęścia.

Jak zatem zacząć budowanie własnej kolekcji?

Jeśli chcemy zacząć budowanie kolekcji dzieł sztuki pierwszym krokiem

B63 – obraz Wojciecha Fangora
foto: Desa Unicum



powinno być określenie kwoty jaką chcemy przeznaczyć na ten cel. Ceny wielu współczesnych artystów w Polsce są jeszcze niedoszacowane więc mamy szansę na znalezienie prac o dużym potencjale inwestycyjnym za rozsądne pieniądze. Kiedy już wiemy, która półka cenowa nas interesuje przechodzimy do najważniejszego elementu, o którym wspominałam przed chwilą, czyli edukacji. Gdy już przebrniemy ten etap, kolejnym krokiem będzie określenie profilu kolekcji, możemy na przykład skupić się tylko na określonym okresie w historii, lub na technice. Odpowiednia strategia ułatwia tworzenie zbioru.

Gdzie kupować dzieła sztuki?

Przede wszystkim prace należy nabywać tylko z pewnych źródeł. Prac należy szukać w renomowanych galeriach i domach aukcyjnych. Galerie stanowią sektor rynku pierwotnego, dbają o rozwój kariery artystów i to właśnie tutaj mamy szansę na znalezienie obiecującego młodego twórcy. Dodatkową zaletą jest możliwość zrobienia zakupów „na spokojnie”. W przypadku licytacji czasami można dać się ponieść emocjom. Domy aukcyjne oferują prace z historią sprzedaży, skrupulatnie badają pochodzenie pracy, co minimalizuje zakupienie fałszyfiku. Domy aukcyjne to segment rynku wtórnego.

Myślałem, że fałszerstwa to tylko w filmach...

Niestety, to rzeczywistość, dlatego tak ważne jest kupowanie dzieł sztuki z wiarygodnych źródeł. Targi staroci i wątpliwej renomy antykwariaty nie są dobrymi miejscami na zakupy. Nie znając dokładnego pochodzenia pracy, istnieje ogromna szansa, że zainwestujemy, ale w oszusta. Należy również uważać na oferty dużych portali sprzedażowych, tutaj również pojawiają się podróbki. Bardzo często można spotkać podniszczone akwarele najbardziej znanego polskiego prymitywisty Nikifora Krynickiego, których ceny u ulicznych handlarzy wynoszą kilkaset złotych – to kusi, jednak jest zbyt piękne, aby było prawdziwe. Fałszerze dwoją się i troją żeby naciągnąć niedoświadczonych kolekcjonerów. Oprawiają prace w przybrudzone stare ramy, moczą papier w herbacie, by ten wydawał się wiekowy i oczywiście mają różne anegdotki na uspienie czujności klienta. Często można trafić na fałszyfikaty Witkacego, Berezowskiej, a nawet Kossaków.

Jak wygląda polski rynek sztuki – zarówno od strony artystów, jak i inwestorów? Jakie zjawiska na nim występują, czy jest to rynek, na którym można zarobić, czy inwestowanie na nim jest łatwe i przyjemne?

Polski rynek sztuki jest jeszcze bardzo młody, w związku z tym pojawiają niepokojące sytuacje. Młodzi artyści są na szczęście coraz bar-

dział świadomi rynku, inwestorzy jeszcze nie. Trzeba pamiętać, że nie wszystkie obrazy możemy zaliczyć do dzieł sztuki i nie wszystkie miejsca, w których się je sprzedaje są galeriami. Jeśli mamy świadomość rynku, znamy twórczość artystów współczesnych i chcemy pogłębiać wiedzę z tego zakresu, to kolekcjonowanie staje się przyjemne nie tylko w aspekcie finansowym. Poznajemy ciekawych ludzi, miejsca, poszerzamy horyzonty. Niewystarczająca znajomość sztuki i rynku jest główną przyczyną nadużyć, dlatego w mojej pracy bardzo mocno skupiam się na edukacji, organizuję szkolenia i prelekcje. Każda osoba, która chce zacząć kolekcjonować sztukę opierając się o moje doradztwo, najpierw przechodzi kurs inwestowania w dzieła sztuki.

Polscy artyści, którzy są na topie, których dzieła się sprzedają i których wartość rośnie, to...?

Od kilku lat triumfuje Wojciech Fangor, obecnie za jego prace trzeba zapłacić nawet kilka milionów złotych. Magdalena Abakanowicz jest aukcyjną rekordzistką, jej zbiór rzeźb "Caminando" został sprzedany za ponad 8 mln. złotych. Ryszard Winiarski, Roman Opałka, Alina Szapocznikow, Tadeusz Kantor – to przykłady artystów, którzy mają już mocną pozycję na rynku, pojawiają się nawet na zagranicznych aukcjach.

Sztuka – bardziej inwestycja czy lokata i zabezpieczenie kapitału?

Jeśli posiadamy prace o dużej wartości artystycznej, możemy spodziewać się wzrostu wartości dzieł w bliższej lub dalszej przyszłości. Ważny jest też moment, w którym nabywamy prace. Wartość i potencjał będzie różny w zależności od punktu kariery artysty, a nawet ilości prac, znajdujących się w obiegu rynkowym. Aby kolekcjonować dzieła sztuki, musimy być uzbrojeni w cierpliwość. Jest to inwestycja długoterminowa, na zysk trzeba poczekać kilka lat, a ten potrafi być spektakularny jeśli dobrze poznamy mechanizmy rynku. Dla przykładu prace Wojciecha Fangora w latach 90. można było kupić za kilka tysięcy dolarów. Obecnie jego obrazy na aukcjach osiągają kilkumilionowe kwoty, a rekord to

7,3 mln złotych za obraz M22. Podobna sytuacja ma miejsce z Ryszardem Winiarskim. 20 lat temu jego prace kosztowały kilka tysięcy złotych, dzisiaj już kilkaset tysięcy. Jeżeli masz wątpliwości lub czujesz się niepewnie, zawsze możesz skorzystać z fachowej porady art advisora, czyli osoby która specjalizuje się w mechanizmach rynku dzieł sztuki.

Malarstwo, rzeźba to najbardziej oczywiste aktywa, ale w co jeszcze się inwestuje?

Malarstwo jest najbardziej popularne. Kolekcjonerzy przekonują się też do sztuki nowych mediów, czyli sztuki cyfrowej, wideo, grafiki komputerowej, animacji komputerowej, sztuki interaktywnej, itp. Niemiecka kolekcjonerka Julia Stoschek nabywa tylko prace z najnowszych obszarów sztuki, takich jak video art.

I na koniec wróćmy do zagrożeń. Rynkiem sztuki wstrząsnął niedawno skandal z Timeless Gallery. Mnóstwo inwestorów straciło pieniądze kupując dzieła sztuki, których nigdy nie zobaczyli, podobnie jak swoich pieniędzy. Jak się ustrzec takich sytuacji?

Piramida finansowa, którą stworzyła „galerzystka” Joanna Segelstrom nie miałaby miejsca, gdyby świadomość mechanizmów rynku sztuki była większa. Prace, które prezentowała galeria były bardzo dekoracyjne, o miernej wartości artystycznej. Do tego obiecywano pewny, kilkunastoprocentowy roczny zysk. Rynek sztuki charakteryzuje długoterminowość, nie jest to sektor, w którym można się bardzo szybko wzbogacić. Dlatego powtórzę – aby kolekcjonować z sukcesem, trzeba zdobyć wiedzę z zakresu sztuki lub skorzystać z usług art advisora. Na rynkach zachodnich większość kolekcjonerów ma swoich doradców, którzy wyszukują dla nich najlepsze prace w najkorzystniejszych cenach. Klienci Timeless Gallery nie zrobili tego i stracili miliony.

rozmawiał: Jakub Jakubowski



JOANNA SIKORSKA – art advisor i ekspert rynku sztuki z firmy Art Division (www.artdivision.pl). W 2013 roku ukończyła Akademię Sztuk Pięknych im. Eugeniusza Gepperta we Wrocławiu. W 2017 roku rozpoczęła studia na nowatorskim kierunku: Zarządzanie na Rynku Dzieł Sztuki UW, gdzie poszerzyła wcześniej zdobytą wiedzę o znajomość polskiego i zagranicznego rynku dzieł sztuki. Działa w zgodzie z kodeksem etyki Association Of Professional Art

Pięć gotowych postanowień noworocznych

Rok 2021 wszyscy przywitani z westchnieniem ulgi, ale również z nadzieją, że będzie to lepszy i radośniejszy rok, a także, że tym razem będziemy mieli swobodną i nieobarczoną ograniczeniami przestrzeń do realizowania swoich planów. W Klinice Zawodny wiemy doskonale, że styczeń to okres realizacji noworocznych postanowień. Czy i Ty w 2021 roku chcesz zrobić coś dla siebie, ale nie wiesz jeszcze co? Pomożemy ci w tym. Oto lista pięciu najpopularniejszych zabiegów – nie tylko w styczniu – dostępnych w Klinice Zawodny, które dobraliśmy pod twoje noworoczne potrzeby.

POSTANOWIENIE NUMER 1

„W tym roku zrzucę brzuszek i pozbędę się boczaków”

Mamy świetną wiadomość! Jedno i drugie jest w zasięgu twojej ręki. Takie sformułowanie to dla specjalistów Kliniki pełen plan, ponieważ w akcji #PlanNaMiare wystarczy, że wskażesz cel działania, a specjalista przygotuje dla ciebie indywidualny program zabiegowy modelowania sylwetki, który pozwoli ci uzyskać wymarzone kształty za pomocą uzupełniających się technologii. Ponieważ w Klinice posiadamy kilkanaście urządzeń modelujących sylwetkę i redukujących tkankę tłuszczową oraz wiemy, jakie efekty i w jakim tempie można z ich pomocą uzyskać, zaplanujemy dla ciebie najbardziej odpowiedni program zabiegowy – skrojony na twoją miarę. Zakres technologii zaczyna się od fal radiowych, poprzez ultradźwięki, falę akustyczną, endermologię, karboksyterapię, a kończy się na mikrofalach Coolwaves znanych z okrytego sławą i zaszypanego nagrodami urządzenia Onda. Pozbycie się nadmiaru tkanki tłuszczowej jest jednym z najpopularniejszych postanowień noworocznych. We współpracy z naszymi lekarzami, kosmetologami oraz dietetykiem – będzie to postanowienie łatwe do zrealizowania.



PLAN NA MIARĘ
PROGRAM TECHNOLOGII ŁĄCZONYCH



PRZED



PO 1 ZABIEGU
LASEROWA PLASTYKA POWIEK
BLEFAROPLASTYKA

POSTANOWIENIE NUMER 2

„W tym roku wykonam laserową plastykę powiek”

Zmagasz się z opadającą na oczy, wiotką skórą powiek? Taki defekt może nawet powodować ograniczenie pola widzenia, a rozwiązaniem tego problemu jest zabieg blefaroplastyki. Daje on zatem efekt estetyczny i medyczny. Laserowa plastyka powiek to jeden z najpopularniejszych zabiegów w Klinice Zawodny, a jego efekty widoczne są już po przeprowadzeniu jednej procedury i rezultatem tym można się cieszyć przez kilka, a nawet kilkanaście lat. Ponadto wykonywana w Klinice laserowa plastyka powiek, od tradycyjnej metody różni się tym, że jest to zabieg bezkrwawy. Do tego blizna jest mniejsza i mniej widoczna, a tkanki szybciej się goją, co znacznie skraca okres rekonwalescencji. Blefaroplastyka optycznie „otwiera oczy”, poprawia pole widzenia i odmładza wygląd – nawet o kilkanaście lat! Jest to zatem jeden z tych zabiegów, który warto wykonać w ramach noworocznego postanowienia.

POSTANOWIENIE NUMER 3

„W tym roku wreszcie pozbędę się tatuażu, na który nie mogę już patrzeć”

W Klinice Zawodny znajdują się dwa lasery pikosekundowe amerykańskich firm Cutera i Cynosure, które są liderami laseroterapii. Te dwa potężne lasery to innowacyjne urządzenia, które z taką samą łatwością pozbędą się ze skóry tatuaży czarnych i kolorowych, świeżych i starych. Najnowszej generacji lasery pikosekundowe – Enlighten i PicoSure – różnią się od laserów typu Q-switch nie tylko większą skutecznością, ale także większym bezpieczeństwem zabiegu. Użycie lasera Enlighten lub PicoSure wymaga mniejszej liczby powtórzeń zabiegu niż w przypadku laserów poprzedniej generacji. Ponadto posiadają najkrótszy impuls, mierzony w pikosekundzie, który sprawia, że podczas zabiegu nie dochodzi do termicznego podgrzania tkanek, a co za tym idzie – także do podgrzania barwnika, który w niektórych przypadkach może powodować toksyczne reakcje i powikłania. Zabieg laserowego usuwania tatuażu w naszej Klinice to możliwość pozbycia się go całkowicie.

POSTANOWIENIE NUMER 4

„W tym roku zrobię coś z chomiczkami i podwójnym podbródkiem”

Zmora wielu kobiet są tak zwane „chomiczki”, czyli wiotka skóra policzków wychodząca poza linię żuchwy. Nie każda z nich wie, że medycyna estetyczna potrafi temu zaradzić, a upragniony efekt uzyskuje się już po jednym zabiegu. Na redukcję podwójnego podbródka pozwala zabieg liposukcji, czyli manualnego odysania nadmiaru tkanki tłuszczowej, zaś zastosowanie specjalistycznych nici chirurgicznych podkreśla i eksponuje linię żuchwy. Zabieg niezwykle odmładza, poprawia wygląd i wyszczupla twarz. Uzyskany efekt z pewnością będzie bardzo satysfakcjonujący, dlatego polecamy ten zabieg w ramach postanowień noworocznych.

POSTANOWIENIE NUMER 5

„W tym roku pozbędę się rumienia i popękanych naczynek”

Do takich postanowień mamy agenta od zadań specjalnych – laser Cutera Excel V+. Jest to najlepsze urządzenie w medycynie estetycznej do pozbywania się problemów związanych z naczyniami krwionośnymi. W portfolio Excel V+ znajduje się likwidacja popękanych naczynek, zarówno na twarzy, jak i ciele, teleangiektazji, rumienia naczyniowego, naczyniaków i innych zmian o tym podłożu. Wzmoczone zaczerwienienie twarzy, któremu często towarzyszą takie czynniki jak: zmiany temperatury otoczenia, wysiłek fizyczny, niektóre napoje i potrawy – również stanowi wskazanie do leczenia laserem Excel V+. Głowica Coolview pomoże także pozbyć się popękanych naczynek z nóg.

W Klinice Zawodny jesteśmy zdania, że najlepsze postanowienia noworoczne to te, które można skutecznie zrealizować – i to w tym samym roku, w którym zostały sformułowane. Ponieważ tworzenie konkretnych celów jest lepsze od tych niekonkretnych, polecamy nie tylko plan na „zrobienie czegoś dla siebie”, ale także plan na określone zmiany. Początek roku to dobry czas na przyjrzenie się temu, co nam służyło, a co nie. Jeśli w zeszłym roku czułeś niezadowolony na przykład z powodu tatuażu lub narzekałeś na wygląd – w tym roku przekuj to na działanie. Przekonało Cię to, ale chcesz wykonać inny zabieg, niż te powyżej? Również zapraszamy.



PRZED

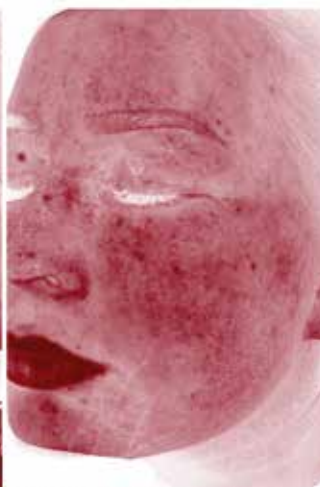


PO

LASEROWE USUWANIE TATUAŻU
LASER PIKOSEKUNDOWY PICO SURE & ENLIGHTEN



REDUKCJA PODWÓJNEGO PODBRÓDKA
TECHNIKI ŁĄCZONE: LIPOSUKCJA + NICI LIFINGUJĄCE
1 ZABIEG



REDUKCJA RUMIENIA NACZYNIOWEGO
LASER CUTERA EXCEL V+
3 ZABIEGI, ZDJĘCIE WIZJOGRAFICZNE



dr n. med. Piotr Zawodny


KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

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



Powstaje wirtualny zielnik Pomorza

Niegdyś nazywane „suchymi ogrodami”, „ogrodami zimowymi” lub „ogrodami zdrowia”, ponieważ często traktowały o medycznych właściwościach roślin. Pomijane, nieco zapomniane, a przecież tak fascynujące i pożyteczne! Zielniki uznawane są za dziedzictwo międzynarodowe, a ich rola wciąż wzrasta. Zbiory zasuszonych roślin łączą bowiem w sobie wartości historyczne, naukowe oraz artystyczne. Co więcej – pomagają rozwiązywać wiele współczesnych problemów społecznych, np. związanych ze zmianami klimatu, bezpieczeństwem żywnościowym czy ochroną środowiska. Doskonale zdają sobie z tego sprawę naukowcy ze Szczecina, Słupska i Gdańska, którzy tworzą pierwszy w Polsce elektroniczny zieleń: Herbarium Pomeranicum.

Projekt jest wyjątkowy z wielu względów. Digitalizacja i udostępnienie on-line zasobów herbariów pomorskich obniży koszty wglądu do lokalnych zielników oraz poprawi ich dostępność. Dzięki projektowi szybko i bez trudu będzie można zajrzeć do regionalnych zbiorów roślin, z dowolnego urządzenia. To duże ułatwienie dla wszystkich, nie tylko badaczy, gdyż herbaria znajdują zastosowanie w wielu dziedzinach naszego życia. Poza tym, pomorskie zielniki to skarbnica wiedzy, inspiracji oraz ciekawostek o roślinach, ale też naszym regionie.

Niezwykła flora na wyciągnięcie ręki

Wirtualne Herbarium Pomorza to jedyne tego typu przedsięwzięcie w naszym kraju. Realizacja pomysłu pozwoli bliżej zapoznać się z lokalną (i nie tylko) florą ludziom z całego świata. – Herbarium Pomeranicum to projekt partnerski, który zakłada współpracę między trzema uczelniami: Uniwersytetem Szczecińskim, Uniwersytetem Gdańskim oraz Akademią Pomorską w Słupsku. Dzięki temu w projekcie są aż cztery herbaria, dwa ze Szczecina, jeden z Słupska i jeden z Gdańska – mówi profesor Piotr Niedzielski, asystent kierownika projektu. – Poprzez ten zamysł, z naszych zielników, będą mogli korzystać naukowcy z całego świata. Dotychczas, żeby do nich dotrzeć, musieli mieć informację o danym herbarium, umówić się na spotkanie, przyjechać. Procedura była długa. Wszystko natomiast bardzo hermetyczne, bo zbiory nie są udostępnianie powszechnie, ze względu na ich unikatową wartość oraz ryzyko uszkodzenia – dodaje profesor. Z pewnością projekt to ogromny krok do przodu. Tym bardziej, że w pomorskich zbiorach znajdują się nie tylko okazy występujące w regionie, ale też wyjątkowe kolekcje różnych innych przykładów flory. Cieszą się zainteresowaniem oraz uznaniem na całym świecie.

Ciekawym typem zielnika jest np. kolekcja okrzemek z naszego Uniwersytetu Szczecińskiego. Te jednokomórkowe organizmy są jednym z głównych producentów tlenu. Żyją tam, gdzie znajdują światło i wodę. Mówi się, że odpowiadają za co trzeci oddech każdego z nas. – Okrzemki to jednokomórkowe organizmy, które wytwarzają 1/3 tlenu na Ziemi. Wewnątrz nich są zapisane informacje, z których można wiele wyczytać, np. wskazać, czy w miejscu z którego pochodzą, znajdziemy ropę lub surowce mineralne. Występują na całym świecie, nawet w wodzie pitnej – mówi profesor Piotr Niedzielski. Okrzemki mają wszechstronne zastosowanie, a niektóre z nich mogą być wykorzystywane do produkcji biopaliw oraz biomateriałów. Szczeciński zbiór to największa tego typu działalność w Polsce i jedna z nielicznych na świecie.

Z kolei naukowcy z Gdańska uchodzą za światową czołówkę specjalistów od storczykowatych. Kilka lat temu zasłynęli na przykład tym, że odkryli kwiat z twarzą diabła, czyli nowy gatunek orchidei rosnącej w Kolumbii. O znalezisku polskich badaczy mówił cały świat, zarówno naukowy, jak też medialny. Kolekcja storczyków i osiągnięć naukowców z Gdańska jest naprawdę imponująca. To jednak nie wszystko. – Najbardziej cenne zbiory w naszych herbariach to zbiory referencyjne, czyli te rośliny, które zostały uznane przez naukowców za pierwowzór, do niego wszyscy się odnoszą. Takie pojedyncze egzemplarze posiadamy m.in. właśnie wśród storczykowatych. Uznawane są jako wzorce, czyli jeśli ktoś uznaje, że odkrył nowy gatunek storczyka, to sięga i porównuje go przede wszystkim właśnie do nich – podkreśla profesor Niedzielski.

Natomiast w zbiorach Akademii Pomorskiej w Słupsku znajduje się najstarszy na Pomorzu zielnik roślin trujących. Księga to dzieło pastora Georga Gotthilfa Jacoba Homanna, który z zamiłowania był botanikiem. Herbarium „Rodzime rośliny trujące do użytku szkół miejskich i wiejskich. Zbiór mniejszy” (1811), zwane „Zielnikiem Darłowskim”, zostało odnalezione w latach 70. w Muzeum w Darłowie przez prof. Józefa Misiewiczza. – Odnaleziony zielnik stanowi obecnie cenne źródło wiedzy nie tylko dla przyrodników, ale także dla historyków, etnografów czy pedagogów, gdyż prezentuje stan wiedzy ówczesnych mieszkańców Pomorza o świecie przyrody, właściwościach roślin trujących i ich zastosowaniu oraz jest materialnym dowodem pomocy edukacyjnych, wykonywanych oraz wykorzystywanych w ówczesnym czasie do przekazywania wiedzy i kompetencji niezbędnej mieszkańcom Pomorza – tę informację można znaleźć w materiałach promocyjnych projektu Herbarium Pomeranicum, przygotowanych na podstawie publikacji „Rośliny trujące Pomorza. Zbiory mniejszy i większy sporządzone przez Georga Gotthilfa Jacoba Homanna” Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku w 2018 roku. – „Zielnik Darłowski” mnie zafascynował. Homann to ojciec badań nad roślinnością Pomorza – dodaje profesor Piotr Niedzielski.

Bogaty dorobek kilku epok

Część zbiorów w pomorskich zielnikach to rośliny i grzyby, które opisali oraz zebrali miłośnicy przyrody nawet sprzed około 200 lat. Wspomniany wcześniej Homann z pewnością jest wśród nich postacią, która się wyróżnia. Pastor był lokalnym patriotą, znał język kaszubski i fascynował się regionalną florą w czasach, kiedy to wcale nie było modne. Zbierał rośliny podczas długich podróży, uprawiał je, a nawet sprzedawał.





Kochał regionalną przyrodę i ją dokładnie opisywał. – Swoim dziełem Homman zaprzeczył ogólnie panującemu przekonaniu, że Pomorze jest krainą ubogą w rośliny – zaznaczają twórcy opracowania wspomnianej słupskiej publikacji „Rośliny trujące Pomorza...”. – Jeśli popatrzymy na XVII i XIX wiek, to przyrodnicy bardziej badali inne obszary. Nie doceniano lokalnej flory – tłumaczy profesor Niedzielski. Homann przygotował nie tylko publikację „Rodzime rośliny trujące do użytku szkół miejskich i wiejskich”, ale też trzytomowe dzieło „Flora Pomorza” oraz inne książki o tematyce przyrodniczej. Nazywany jest dziś ojcem pomorskiego piśmiennictwa przyrodniczego.

Na szczęście, nie on jeden widział dawniej wartość w regionalnym świecie roślin. – Projekt, który tworzymy, daje możliwość pokazania bogactwa zielników, jakie były tworzone przez setki lat, przez lokalnych aptekarzy, pastorów, księży, naukowców – mówi profesor. – Na przykład: w zbiorach szczecińskich mamy wiele ciekawych dzieł aptekarzy z miasta i okolic. Opisywali dokładnie rośliny, w tym to, jak je wykorzystywać – dodaje.

Zielnik, czyli dokument uniwersalny

Dziś wiadomo, że Pomorze jest regionem o niezwykle istotnym znaczeniu do badań nad światem roślin i grzybów, gdyż to jedna z najważniejszych ostoi ginących gatunków w nizinnej części środkowej Europy.

Tym bardziej więc cenne są zbiory ujęte w projekcie Herbarium Pomeranicum. Zielniki to też banki genów, rodzaj spisu powszechnego. – Nasze zielniki zawierają np. rośliny, które zostały zakonserwowane nawet 200-150 lat temu, możemy z nich wyprzeżować geny i w oparciu o analizę wskazać np. jak ta roślina wędrowała i z jakimi innymi jest spokrewniona – tłumaczy profesor Niedzielski. Te informacje można wykorzystać ma wiele sposobów. Pomorskie herbaria są również zapisem historii oraz dawnej obyczajowości, a także wyrazem miłości do małej ojczyzny.

– Obecnie na świecie funkcjonuje ponad 4000 herbariów w 165 krajach, zawierających ponad 350 000 000 okazów – tę informację można znaleźć w folderze informacyjnym Herbarium Pomeranicum. Zielniki to istotny materiał do badań naukowych, poznawczych i porównawczych. Herbaria są potrzebne m.in. do celów edukacyjnych oraz związanych z ochroną środowiska. Przydają się nie tylko botanikom. Znajdują użycie w medycynie, np. przy opracowaniu składników innowacyjnych leków. Bywają inspiracją dla artystów, dekoratorów wnętrz, kreatorów mody, scenografów i fotografów. Zielniki przydają się nawet w kryminalistyce, gdyż jeśli śledczy dostarczy badaczom jakiś konkretny materiał roślinny, naukowiec może ocenić, na jakim obszarze doszło do przestępstwa. To tylko kilka z wielu przykładów ich użycia.





Jak widać, zielniki mają szerokie zastosowanie. Świat flory natomiast nie pokazał nam jeszcze wszystkich kart. Wciąż może wiele zaoferować, musimy go tylko lepiej poznać. – Współcześnie na nowo odkrywamy właściwości roślin i ich znaczenie dla człowieka – mówi profesor Piotr Niedzielski.

Tym bardziej cieszy projekt Herbarium Pomeranicum. Postępy w jego realizacji oraz szczegółowe informacje na temat tego cyfrowego zielnika można znaleźć na stronie [www](http://www.herbariumpomericum.pl) i w mediach społecznościowych przedsięwzięcia.

autor: Karolina Wysocka/ foto: pexels, mat. prasowe HP/ źródła: herbariumpomericum.pl; mat. prasowe projektu Herbarium Pomeranicum: folder informacyjny, opracowanie „Zielnika Darłowskiego”, „Rośliny trujące Pomorza...”, oprac. R. Kupisiński, M. Radomski, Z. Sobisz, Muzeum Pomorza Środkowego w Słupsku, Słupsk 2018



Projekt Herbarium Pomeranicum – „Zintegrowane wirtualne Herbarium Pomorza – Herbarium Pomeranicum – digitalizacja i udostępnienie zbiorów herbariów jednostek akademickich Pomorza poprzez ich połączenie i udostępnienie cyfrowe” w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020. Oś Priorytetowa nr 2 „E-administracja i otwarty rząd” Działanie nr 2.3 „Cyfrowa dostępność i użyteczność informacji sektora publicznego” Poddziałanie nr 2.3.1 „Cyfrowe udostępnienie informacji sektora publicznego ze źródeł administracyjnych i zasobów nauki” (typ II projektu: „Cyfrowe udostępnienie zasobów nauki”).



JESTEŚMY NA RYNKU GŁÓWNIE DLA KOBIET

CHCEMY ABYŚCIE CZUŁY SIĘ
NAJPIĘKNIEJSZE
PO WYJŚCIU ZE STUDIA



NASZE ATELIER OFERUJE USŁUGI:

- FRYZZJERSKIE,
- MAKIJAŻE PERMANENTNE,
- MAKIJAŻE OKOLICZNOŚCIOWE,
- STYLIZACJĘ RZĘS

Księża Bogusława 45/12 | 70-440 Szczecin | tel.: +48 518 335 955

Szukaj nas w mediach społecznościowych



Implantologia · Stomatologia estetyczna
Licówki ceramiczne · Korony ceramiczne · Wybielanie zębów
Endodoncja mikroskopowa · Ortodoncja

Szczecin, ul. Śląska 9a · Pon – Pt 9.00 – 19.00 · Sob – 9.00 – 14.00

tel: 91 431 54 81 · biuro@dental-art.com.pl



Młodość utkana z nici

To jeden z najpopularniejszych zabiegów o działaniu odmładzającym, odświeżającym i poprawiającym w bardzo znaczący sposób jędrność skóry. O fenomenie nici liftingujących porozmawialiśmy z doktorem Hubertem Gziutem, specjalistą medycyny estetycznej GDG Aesthetics Club, robiącym aktualnie specjalizację z chirurgii plastycznej.

Panie doktorze, na czym polega fenomen nici liftingujących, że dużo pań korzysta z zabiegu z ich użyciem?

Zabieg jest dość popularny, bo daje namacalne, wręcz spektakularne i długotrwałe efekty. Często jednym zabiegiem przeprowadzamy niemalą rewolucję w wyglądzie. Najważniejsze jest jednak to, że dają bardzo naturalny efekt i cofają czas. Przy ich użyciu możemy uzyskać bardzo różne efekty np. zniwelować bruzdy nosowo-wargowe, poprawić wygląd dolnej powieki, unieść czubek nosa, unieść brwi, policzki, kąciaki ust, poprawić wygląd szyi, dekoltu, a nawet skóry nad kolanami.

Nici mają także zastosowanie we wspomnianej przez pana plastyce nosa. Na czym to polega i jakie daje efekty?

Nici, najprościej mówiąc, stymulują tkanki do przebudowy. Zmuszają organizm do wytworzenia nowej tkanki. Jest to tak zwany efekt biostymulacji i to w najlepszym wydaniu. Chyba tylko przeszczep tłuszczu może w tej kwestii pobić nici. Nici liftingujące mają dodatkowo za zadanie unieść, w pewnym sensie, tkanki miękkie. Jeśli chodzi o „plastykę” nosa niemi to mówimy tylko o czubku nosa. W przeciwieństwie do chirurgicznej plastyki w trakcie, której możemy modelować i zmieniać niemal dowolnie każdą strukturę w nosie, podczas zabiegu niemi możemy tylko unieść i ustalić nową pozycję dla czubka nosa. Efektem ubocznym będzie czasem bardzo wyraźna korekta grzbietu nosa. Wykorzystujemy tu naturalne zjawisko przebudowy tkanek. Kiedy uniesiemy czubek i w pewnym sensie wciągniemy go nitkami na przegrodę, po pewnym czasie powstaną tam nowe wiązania, nowa tkanka łączna, która nie pozwoli na ponowne opadanie czubka nawet po tym jak nie się „wchłonie”.

Kto może z nich korzystać?

Nici to ciało obce, implantacja wymaga staranności o czystość bakteriologiczną ale ogólnie nici są wytworzone z materiałów dość neutralnych dla organizmu i w tej kwestii nie mamy w zasadzie ograniczeń – o ile ktoś nie jest uczulony. Nie powinniśmy ich oczywiście stosować w ciąży albo podczas karmienia piersią. W tym przypadku często pada pytanie „dlaczego”? Przecież kobiety w ciąży też są czasem operowane. Owszem, ale znieczulenie przenika przez łożysko do płodu, do mleka matki, a nie chcemy przecież narażać dziecka, jeśli możemy wstrzymać się kilka miesięcy. Zabieg

z definicji powoduje zapalenie w tkankach, bo zapalenie jest niezbędne w procesie gojenia. W procesie zapalnym biorą udział tzw. prostaglandyny, które tak się składa, powodują także skurcz macicy. A więc każdy zabieg może przyczynić się do wywołania skurczu macicy a za tym porodu bądź poronienia.

Czy jest to więc zabieg inwazyjny?

Porównując go do mezoterapii, Hifu, RF jest to zabieg inwazyjny w takim sensie, że implantujemy ciało obce i musimy się liczyć z możliwymi problemami. Ale jest to zabieg o relatywnie małej inwazyjności. Wykonywany w miejscowym znieczuleniu. Nici wprowadza się przez drobne otwory w skórze wykonane jedynie igłą. Nawet jeśli przejdą przez naczynie krwionośne wywołają jedynie krwiaka i z tym związane małe dolegliwości.

Czy nici są alternatywą dla chirurgii plastycznej? Jak długo utrzymuje się efekt?

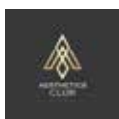
Nici liftingujące nie są alternatywą dla zabiegu chirurgicznego. Nie można nawet porównać skali możliwości zabiegu chirurgicznego i implantacji nici. Nie wykonamy korekty horyzontalnej nosa tj. w prawo czy w lewo, nie zmniejszymy nosa, nie udrożnimy go. Brwi możemy unieść ale efekt nie jest tak duży i trwały jak w przypadku zabiegu chirurgicznego. Ale u ogromnej grupy pacjentek mogą to być zabiegi, które dadzą bardzo podobny choć oczywiście mniejszy efekt i pozwolą odsunąć w czasie potrzebę wykonania zabiegu chirurgicznego.

Panie doktorze, proszę zdradzić swoją technikę ich aplikowania.

Sekret zabiorę do grobu. (śmiech) Wyobrażam sobie warstwy tkanek na twarzy i gdzie są punkty oporowe, na które możemy przenieść siły oraz jak przebudują się tkanki w następnych miesiącach. Na każdym typie nici pracuje się inaczej. Jedną prowadzamy od dołu i masujemy w przeciwnym kierunku wyciągając kaniulę. Inne trzeba wprowadzać z niewielkiego nacięcia i zawiązać na drobnej siatce, jeszcze inne wprowadza się ściskając, kompresując tkanki na przebiegu nici. Technik jest mnóstwo, trzeba tylko dobrze dobrać metodę.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Ewelina Borowska



ul. Jagiellońska 81/1, 70-362 Szczecin
tel.: +48 533 210 115



Czy tarczyca jest Twoją tarczą?

Można o niej powiedzieć, że to mały organ wielkiej wagi. Wpływa na nasze zdrowie – także psychiczne. Tarczyca, która swoją budową przypomina motyla, odgrywa wielką rolę w organizmie i warto, aby właśnie teraz poświęcić jej więcej uwagi. Styczeń to Miesiąc Świadomości o Chorobach Tarczycy.

Mówiąc najkrócej, jest niezbędna do życia. Hormony T3 i T4, które produkuje tarczyca, wpływają na aktywność życiową organizmu. Docierają wraz z krwią do niemal każdej komórki, by je zasilić. Można więc powiedzieć, że te dwa hormony regulują pracę całego organizmu. Gdy występują w nadmiarze, procesy metaboliczne zaczynają przyspieszać. I odwrotnie – ich niedobór prowadzi do spowolnienia czynności życiowych. Wytwarzanie T3 i T4 jest sterowane przez TSH – hormon, który dla tarczycy jest tzw. prawą ręką i który również badamy, by sprawdzić, czy z naszą tarczycą wszystko w porządku.

Lista procesów w organizmie, na które wpływa tarczyca jest bardzo długa i ciekawa. Często nie domyślamy się, że odczuwane dolegliwości mogą być związane z zaburzeniami jej pracy. Tarczyca wpływa m.in. na:

1. przebieg procesu dojrzewania
2. przemianę materii i masę ciała
3. przepływ krwi w naczyniach i pracę serca
4. samopoczucie, pamięć i koncentrację
5. wchłanianie glukozy z przewodu pokarmowego
6. wydzielanie hormonów wzrostu i płciowych
7. kondycję skóry
8. cykl menstruacyjny
9. rozkład kości i rozwój osteoporozy
10. wytwarzanie ciepła.

Chorująca tarczyca długo nie daje żadnych objawów, dlatego tak ważna jest profilaktyka, obejmująca m.in. badania hormonów tarczycy oraz USG. Centrum Diagnostyki Medycznej HAHS w styczniu zachęca do tego szczególnie i w ramach akcji profilaktycznej Motyl oferuje konsultację endokrynologiczną oraz badania tarczycy z 15% rabatem.

Gdy choruje tarczyca, choruje cały organizm

Choroby tarczycy są jednymi z najczęściej występujących na świecie. Objawiają się w postaci niedoczynności lub nadczynności tarczycy, bądź chorobą Hashimoto. Szacuje się, że ok. 300 mln ludzi na świecie może chorować na tarczycę, a wiele z nich nie być tego świadomym! Dlaczego? Gdy tarczyca zaczyna chorować, objawy pojawiają się stopniowo. Nie każdy skojarzy, że suche i wypadające włosy, wzmożona senność i brak energii to problemy z tarczycą. Warto pamiętać, że o chorującej tarczycy świadczy zespół symptomów, wysyłanych przez różne organy. Co powinno szczególnie zaniepokoić? M.in.:

- nadmierny przyrost lub utrata wagi
- kłopoty z wypróżnianiem (zaparcia, biegunki)
- zaburzenia snu (senność lub bezsenność)

- brak odporności na zimno
- problemy z zająciem w ciąży
- sucha skóra na łokciach i kolanach
- zaburzony cykl menstruacyjny
- wyczerpanie.

Jeśli hormony nie są dostarczane do komórek w odpowiedniej ilości, nie mogą sprawnie budować tkanek i organów. Chora tarczyca, niezależnie od zaburzeń wytwarzania hormonów, sama może ulec zmianom strukturalnym tworząc guzki.

Nie każdy guzek to rak

Nawet, jeśli podczas badania dowiemy się, że na tarczycy znajduje się guzek lub ich skupisko, nie należy od razu myśleć o najgorszym. W 85% są to łagodne zmiany o charakterze niezłośliwym. Aby to potwierdzić lub wykluczyć zazwyczaj przeprowadza się biopsję. Inne objawy, na które warto zwrócić uwagę to:

- powiększenie szyjnych węzłów chłonnych,
- zmiana barwy głosu, chrypka,
- trudności w przełykaniu i oddychaniu,
- powiększenie obwodu szyi.

Rak tarczycy rozpoznawany jest najczęściej u osób w średnim wieku, ale chorują na niego również młodszy. Zachorowalność u kobiet jest 8 razy większa niż u mężczyzn. Najlepiej do dziś poznane czynniki podnoszące ryzyko choroby to:

1. niedobór jodu w żywieniu
2. zabiegi radioterapii w dzieciństwie, szczególnie w okolicy szyi i głowy
3. zbyt duża stymulacja tarczycy przez hormon TSH
4. predyspozycje genetyczne.

Ryzyko zachorowania dotyczy wielu osób, ale największe występuje u kobiet w wieku 40+, u których wystąpiły powyższe czynniki. Rak tarczycy jest nowotworem stosunkowo rzadkim i stanowi niecały 1% wszystkich nowotworów złośliwych. Szanse na wyleczenie są duże, a przeżywalność pacjentów w 5-letnim okresie po chorobie sięga do 80%.

Złap bakcyla na Motyla

Jeśli chcesz przyłączyć się do Akcji Motyl zbadać swoją tarczycę, zapraszamy do Centrum Diagnostyki Medycznej HAHS w Szczecinie – w ramach akcji (tylko w styczniu!) można skorzystać z 15% rabatu na konsultację endokrynologiczną oraz badania tarczycy.



DBAMY O TWÓJ ZDROWY UŚMIECH

PONAD 25 LAT DOŚWIADCZENIA

Stomatologia estetyczna | Implantologia | Implantoprotetyka | Endodoncja leczenie kanałowe
Chirurgia stomatologiczna | Periodontologia | Profilaktyka | Rentgenodiagnostyka stomatologiczna
Laseroterapia | Protetyka stomatologiczna | Znieczulenie ogólne | Ortodoncja



Postanowienia do spełnienia

Początek nowego roku to czas postanowień. To dobry moment na zrobienie czegoś wyłącznie dla siebie. Jedną z tych rzeczy jest odpowiednia pielęgnacja, zarówno skóry twarzy jak i całego ciała. Wspomagana odpowiednimi zabiegami potrafi zdziałać dużo dobrego. W Luxmedica Face And Body Beauty możemy spełnić te pielęgnacyjne postanowienia.

Pielęgnacja domowa powinna być obowiązkowym punktem zarówno porannym jak i wieczornym, dzięki temu nasza skóra będzie zdrowa, a co za tym idzie dobrze nawilżona, jędrna, sprężysta i promienna. Najistotniejsze jest prawidłowe oczyszczanie skóry twarzy, jej nawilżenie, a także ochrona przeciwsłoneczna, dzięki której unikamy poważnych chorób, przebarwień oraz fotostarzenia. – mówi Marzena Rutkowska, menager i specjalista ds. kosmetyologii w salonie kosmetycznym Luxmedica Face And Body Beauty. Pielęgnacja domowa to jedno, ale czasem to dla skóry za mało, w szczególności gdy borykamy się z problemem zmarszczek, przebarwień czy blizn. Z pomocą przychodzi kosmetyologia i jeden z skuteczniejszych i najpopularniejszych zabiegów – mezoterapia mikroigłowa, którą znajdziemy w Luxmedica Face and Body Beauty. – Zabieg ten polega na wprowadzeniu do skóry wysoko skoncentrowanych preparatów rewitalizujących oraz witamin (tzw. koktajli) za pomocą odpowiednio głębokich i gęstych nakłuć wybranych okolic twarzy lub innych części ciała, które chcemy poddać regeneracji – tłumaczy Marzena Rutkowska. – Mezoterapia zmusza skórę do intensywnej regeneracji poprzez wywołanie stanu zapalnego tkanki. Efekty zauważalne są na ok 28 dni od zabiegu (tyle zajmuje naszej skórze na całkowite odnowienie). Jednak najlepszą poprawę daje seria zabiegów.

Celem mezoterapii mikroigłowej jest pobudzenie i stymulacja warstw naskórka, dzięki temu jego przepuszczalność zwiększa się wielokrotnie. Zwiększa się również elastyczność i napięcie skóry oraz następuje pogrubienie warstwy naskórka wraz z poprawą jego funkcji. Skóra po zabiegu jest bardziej jędrna, nawilżona i rozświetlona – po prostu młodsza. Mezoterapia stymuluje skórę do produkcji kolagenu i elastyny, zmniejsza głębokość zmarszczek, rozjaśnia zmiany barwnikowe oraz poprawia mikrokążenie w skórze. Mikronakłuwanie może być stosowane również na skórę ramion, grzbietów dłoni, brzucha, pośladków i ud.

Jednym z postanowień noworocznych jest poprawa wyglądu naszej sylwetki. Ćwiczenia połączone ze zbilansowaną dietą dają dobre efekty ale warto wspomóc je różnego rodzaju zabiegami z medycyny estetycznej.

Prawdziwym przebojem w tym zakresie jest karboksyterapia. – Polega ona na precyzyjnym wprowadzeniu pod skórę dwutlenku węgla – mówi Marzena Rutkowska. – Tak podawany dwutlenek węgla jest czystym, medycznym gazem, co gwarantuje bezpieczeństwo i skuteczność zabiegu. W momencie iniekcji gaz rozchodzi się równomiernie pod skórą, rozszerzając naczynia krwionośne. Dzięki temu poprawia odżywienie i dotlenienie tkanek. Dwutlenek węgla stymuluje procesy regeneracji tkankowej, powstają nowe, drobne naczynia krwionośne, więc skóra staje się biologicznie młodsza i silniejsza.

Karboksyterapia pobudza naturalne procesy, które często są uśpione w naszym organizmie, ze względu na starzenie się, nieprawidłowy styl życia, złe odżywianie, czy brak aktywności fizycznej. To metoda o wielokierunkowym działaniu – Karboksyterapia wywołuje lekki i krótkotrwały stan zapalny, który uruchamia produkcję kolagenu i elastyny – tłumaczy specjalistka. – Proces przebudowy rozpoczyna się zwykle już po pierwszym zabiegu i trwa do kilku tygodni po zakończeniu serii zabiegowej. Działa redukująco na tkankę tłuszczową, idealnie sprawdza się w przypadku cellulitu, a także rozstępów, blizn, cieni i worków pod oczami. Wzmacnia również cebulki włosów. Ponadto jest niezwykle skuteczna i mało inwazyjna. Nie wymaga żadnego okresu rekonwalescencji – po zabiegu możemy śmiało wrócić do codziennych obowiązków.

ad/ foto: Dagna Drążkowska-Majchrowicz

Marzena Rutkowska
manager salonu



LuxMedica się rozwija

Znajdujące się na Mierzynie Centrum Medyczne Luxmedica działa na medycznym rynku od blisko ośmiu lat. Główna działalność skupiona jest na usługach z zakresu rehabilitacji, zarówno stacjonarnej jak i domowej, ale również na konsultacjach lekarzy specjalistów.

Konsultacje obejmują: ortopedię, w tym ortopedię dziecięcą, wspomnianą rehabilitację, urologię, ginekologię, kardiologię, neurologię, neurochirurgię, laryngologię, choroby zakaźne oraz badania USG. LuxMedica to także jedyna w Szczecinie i jedna z niewielu placówek w Polsce, w której uzyskać można profesjonalną pomoc lekarską w leczeniu boreliozy metodą ILADS – począwszy od diagnozy, poprzez ustalenie planu leczenia, po stałą opiekę.

Od początku działalności Centrum Medyczne postawiło na rozwój i doskonalenie swoich usług. Na początku był to niewielki ośrodek rehabilitacyjny (300m²), w którym pracowało troje fizjoterapeutów. Aktualnie na powierzchni ponad 1000 m² pracuje 30 fizjoterapeutów i kilkudziesięciu lekarzy specjalistów. W placówce można skorzystać z rehabilitacji osób dorosłych oraz dzieci, zarówno w ramach NFZ jak i prywatnie.

Dodatkowo w ramach grupy LuxMedica, zostało otwarte Przedszkole Terapeutyczne „Siódme Niebo” przeznaczone dla dzieci niepełnosprawnych. Jego celem jest stworzenie optymalnych warunków do nauki i rozwoju dzieci ze spektrum autyzmu i niepełnosprawnościami sprzężonymi. Oprócz tego uruchomiono Dzienny Dom Opieki Bezpieczna Przystań, czyli ośrodek wsparcia przeznaczony dla osób, które ze względu na wiek, chorobę lub niepełnosprawność wymagają opieki i pomocy w zaspokajaniu niezbędnych potrzeb życiowych.

Najmłodszą, bo uruchomioną w listopadzie 2020 r., ale z drugiej strony najbardziej rozwijową marką związaną z grupą Luxmedica, a z którą jej właściciele wiążą największe nadzieje, jest Luxmedica Face and Body Beauty, w skrócie Luxmedica Beauty – miejsce gdzie nowoczesność łączy się z profesjonalizmem i pasją. Salon oferuje zabiegi pielęgnacyjne i upiększające na najwyższym poziomie, a jego filozofią piękna jest holistyczne podejście do każdego klienta.

Zapraszamy do korzystania z naszych usług.



Piotr Wagner
Wiceprezes Zarządu

Centrum Medyczne LuxMedica

Welecka 1A,
72-002 Mierzyn
tel. 91 48 48 404
e-mail: rejestracja@luxmedica.pl
www.luxmedica.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

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

Nieinwazyjna laserowa
medycyna estetyczna

Odmładzanie twarzy, szyi,
dekoltu i dłoni – LASER CO₂



Możliwa rejestracja internetowa: www.engel-hajdasz.pl

Rejestracja tel. 602 111 640

ul. Partyzantów 3/2, 70-222 Szczecin

www.engel-hajdasz.pl



MENNICA
MAZOVIA

POZNAJ SPOSÓB NA MĄDRE OSZCZĘDZANIE

Odwiedź Mennicę Mazovia i kup „złotą szóstkę”,
najpopularniejsze monety lokacyjne.



Dlaczego warto?

Kupując monetę lokacyjną, możesz ją w razie potrzeby
sprzedać w dowolnym miejscu na świecie.

Każda z nich wykonana jest ze złota o próbie 999,9.

ZAPRASZAMY DO ODDZIAŁU
LUB NA WWW.MENNICAMAZOVIA.PL

✉ info@mennicamazovia.pl

☎ +48 91 425 80 20

MENNICA MAZOVIA UL. JAGIELLOŃSKA 85/8, 70-435 SZCZECIN WWW.MENNICAMAZOVIA.PL

Sposób na młode spojrzenie

Skóra w okolicy oka jest niezwykle wymagająca. To właśnie oczy w pierwszej kolejności zdradzają naszą ogólną kondycję i wiek. Cienie, zmarszczki, wiotkość skóry, obrzęki, opadające powieki. To wynik czasu, zmęczenia, to również oznaka że z naszym zdrowiem dzieje się coś niedobrego. Medycyna estetyczna radzi sobie i z tym problemem. Do dyspozycji mamy szereg mniej lub bardziej inwazyjnych zabiegów. O ich zaletach i działaniu mówi dr n. med. Marcin Wiśniowski, specjalista chirurgii ogólnej i transplantologii klinicznej.

Jakie zabiegi przeprowadza pan w swoim gabinecie, jeśli chodzi o tę część twarzy?

W gabinecie przeprowadzamy wiele zabiegów dotyczących okolicy oka. Od mezoterapii igłowej, wypełnień z użyciem kwasu hialuronowego, przeszczepu komórek macierzystych pochodzących z tkanki tłuszczowej, rewitalizacji z użyciem osocza bogatopłytkowego i fibryny, poprzez zabiegi z użyciem lasera frakcyjnego czy radiofrekwencji mikroigłowej, aż do zabiegu blepharoplastyki powiek górnych. Jest to bardzo trudna i wymagająca okolica dlatego najlepiej sprawdzają się techniki łączone.

Opadające powieki to częsty problem u wielu osób i niekoniecznie związany z upływem czasu. Stanowi problem, nie tylko estetyczny. Jaki rodzaj zabiegu jest tutaj wskazany, na czym on polega i jakie daje efekty?

Zazwyczaj u pacjentów zgłaszających się do naszej kliniki, problem nie dotyczy rzeczywistego opadania powieki, a jedynie nadmiaru skóry na powiekach górnych. Nadmiar skóry może przeszkadzać w prawidłowym widzeniu, powodować łzawienie i podrażnienie oka. Twarz wygląda przez to na zmęczoną i smutną. W takim wypadku najlepszym rozwiązaniem jest wykonanie zabiegu chirurgicznego polegającego na wycięciu nadmiaru skóry z fragmentem mięśnia okrężnego oka, a czasami także usunięciu poduszek tłuszczowych. Skóra zamykana jest bardzo cienkimi szwami, które usuwam po tygodniu. Bezpośrednio po zabiegu przez kilka dni może utrzymywać się obrzęk. Po około 2 tygodniach pacjent może już funkcjonować zupełnie normalnie. Efekty takiego zabiegu są trwałe i zazwyczaj wystarczają pacjentowi na resztę życia. Ten prosty zabieg chirurgiczny przywraca twarzy pogodny wygląd, oczy stają się bardziej widoczne, a my wyglądamy młodziej.

Oko jest bardzo wrażliwym i delikatnym narządem. Wiele osób rezygnuje z bardziej inwazyjnych zabiegów związanych z tą częścią twarzy. Panie doktorze, dlaczego nie trzeba się ich bać?

Blepharoplastyka powiek górnych to zabieg, który przeprowadzany jest na aparacie ochronnym oka w znieczuleniu miejscowym. Jedyny dyskomfort to znieczulenie, natomiast cały zabieg jest niebolesny, a efekty spektakularne, niemożliwe do osiągnięcia innymi technikami.

Szukając informacji nt. chirurgicznej korekty opadającej powieki, przeczytałam że przed zabiegiem ważne jest by mieć wyrównane wszelkie zaburzenia hormonalne. Dlaczego jest to takie ważne?

Bardzo ważne jest aby pacjent poddający się takiemu zabiegowi był zdrowy. Zaburzenia hormonalne, szczególnie te dotyczące tarczycy, mogą przebiegać także z objawami ocznymi co wymaga leczenia przy-



*dr n. med. Marcin Wiśniowski,
specjalista chirurgii ogólnej,
specjalista transplantologii klinicznej,
międzynarodowy trener implantacji nici
Silhouette Soft, trener w zakresie
przeszczepiania komórek macierzystych,
pochodzących z tkanki tłuszczowej,
zastosowania kwasu hialuronowego oraz
biostymulatora tkankowego Ellanse*

na okres rekonwalescencji oraz gojenia po zabiegu, a tym samym ostateczny efekt.

Mam jeszcze jedno pytanie dotyczące zabiegów jeśli chodzi o okolicę oka. Zmarszczki, wiotka skóra, sińce. Które zabiegi radzą sobie z tym najlepiej?

Nie ma jednego idealnego zabiegu na wszystkie problemy, dlatego tak ważne jest aby stosować techniki łączone, szczególnie takie, które działają długoterminowo i przeprowadzane są w seriach. Dobrym rozwiązaniem jest rozpoczęcie takiej terapii od urządzeń wysokoenergetycznych np. radiofrekwencji mikroigłowej, uzupełnienie mezoterapią igłową i odpowiednio dobranym preparatem.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



Ekspert radzi

Doktorze,

mam opadające powieki, lewa opada nawet bardziej niż prawa. Mam już 56 lat i chciałabym się wreszcie pozbyć tego problemu, bo powieki przeszkadzają mi w widzeniu i wyglądają nieestetycznie. Czy rozwiązaniem jest tylko plastyka? Jakie są inne metody?

Małgorzata

Pani Małgorzato, w dzisiejszych czasach medycyna estetyczna ma wiele do zaoferowania, a nieinwazyjnych możliwości w pozbyciu się opadających powiek jest coraz więcej. Jedną z takich metod jest terapia skoncentrowanymi ultradźwiękami technologii HIFU. Dzięki działaniu termicznemu następuje stymulacja naturalnych procesów przebudowy kolagenu, a pacjent już po kilku miesiącach od zabiegu może cieszyć się bardziej elastyczną i napiętą skórą wokół oczu. Dużym atutem tego zabiegu jest bezbolesność, krótki czas trwania zabiegu oraz brak okresu rekonwalescencji. Kolejną innowacyjną technologią wykorzystywaną w problemie opadających powiek jest PLAZMA. Jest to zabieg, wykorzystujący mikrowiązkę zjonizowanego gazu, który powstaje pomiędzy skórą pacjenta, a głowicą urządzenia. Tworzy się w tym miejscu łuk elektryczny, który potrafi sublimować naskórek i jednocześnie obkurczać go, powodując silne napięcie, ujędrnienie i redukcję zmarszczek w okolicy poddanej zabiegowi. Pierwsze efekty widoczne są tuż po przeprowadzonym zabiegu. Jednak decydując się na tę opcję pacjent musi przygotować się na 5-7 dni gojenia. Po zabiegu występują jednolite strupki i delikatny obrzęk.

Obie z wymienionych terapii, w zależności od stopnia nasilenia i zaawansowania problemu, wymagają powtórnych zabiegów po upływie czasu wyznaczonego przez lekarza. Powtórzenia nie wymaga natomiast zabieg laserowej plastyki powiek, czyli blefaroplastyki. Za pomocą lasera nadmiar skóry jest usuwany znad powieki, a rekonwalescencja trwa około 7-8 dni.

Proszę jednak pamiętać, że problem opadających powiek jest problemem bardzo złożonym i indywidualnym. Dlatego w takim przypadku bardzo ważne jest, aby zabieg poprzedzała wizyta konsultacyjna, na której lekarz omówi z pacjentem wszystkie możliwości i dobierze właściwą metodę, dzięki której będzie mógł on cieszyć się spektakularnymi efektami.

dr n.med. Piotr Zawodny

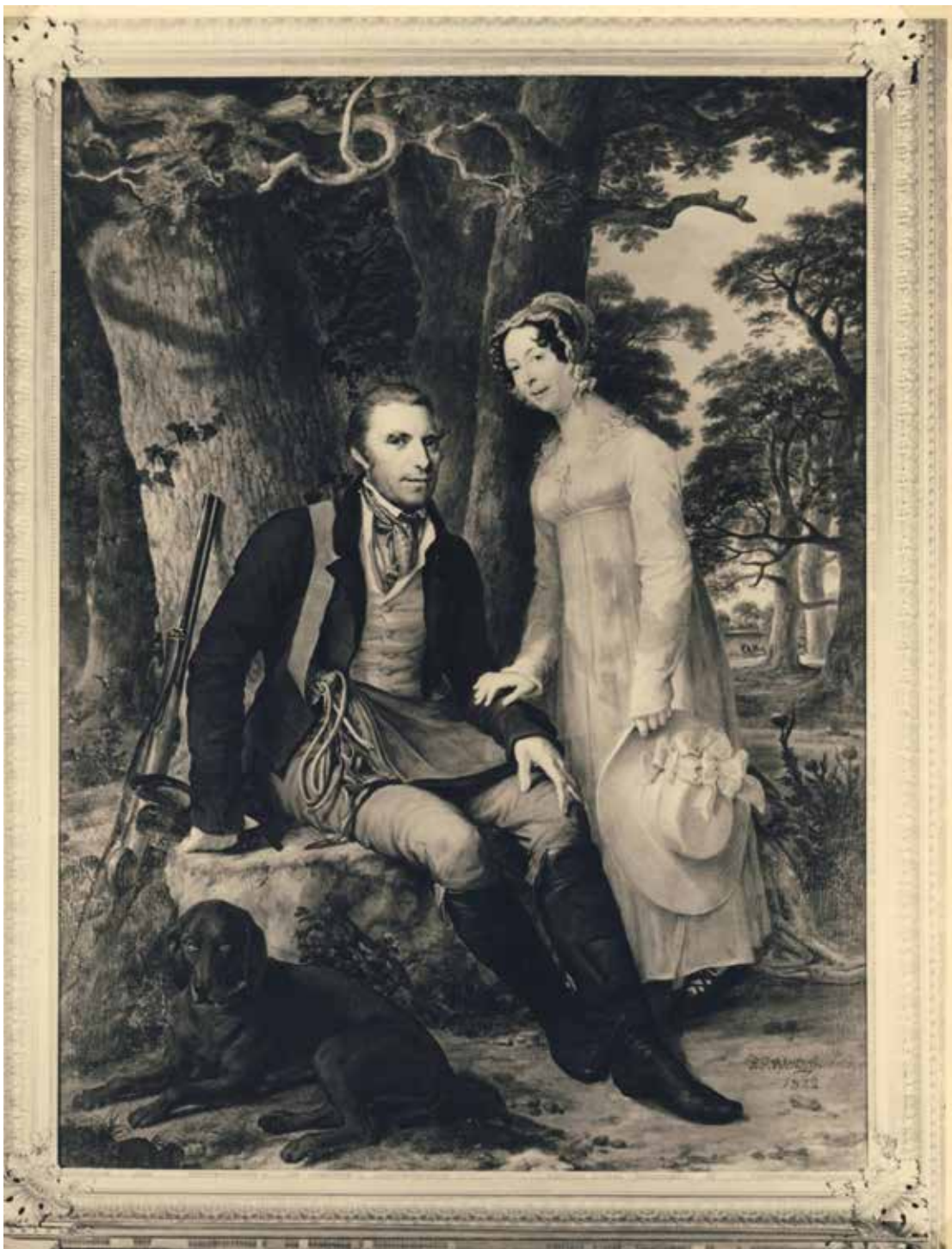
Dzień dobry,

mam męski problem z tak zwaną stulejką... Chcę wykonać u Państwa w klinice zabieg, ale nie rozumiem, na czym polega różnica w zabiegu laserowej korekcji stulejki i takim tradycyjnym zabiegu bez lasera. Czy któryś z nich ma więcej korzyści?

Marcin

W trakcie plastyki napletka można wykorzystać skalpel lub energię lasera CO2. Technicznie te dwa narzędzia służą w danym przypadku do cięcia skóry. W trakcie cięcia laserem CO2 dochodzi, oprócz przecinania skóry oraz nerwów, do zamykania naczyń zarówno krwionośnych jak i chłonnych. Tego efektu nie da się uzyskać przy użyciu skalpela. Dlatego, w mojej ocenie, przy wykorzystaniu lasera pooperacyjna rana jest mniej bolesna, a także bardziej sucha, co prowadzi do łatwiejszej zmiany opatrunków, szybszego gojenia oraz szybszego powrotu do normalności – potwierdzają to nasi pacjenci.

lek. med. Markijan Kubis, rezydent urologii



NIEZWYKŁA PANI TILEBEIN

Dama z Żelechowej, malarka i rysownicza, mecenaska, twórczyni salonu artystycznego. Sophie Caroline Auguste Tilebein to jedna z tych postaci szczecińskiej historii, które dla wielu wciąż pozostają w cieniu. Sylwetka niezwyklej mecenaski gościła na deskach lokalnych teatrów, co jakiś czas wraca temat rewitalizacji parku przy Dębogórskiej, gdzie miała swój pałac, a kilka miesięcy temu miasto obiegła informacja o pracach tam prowadzonych. Znalaziono wtedy parę ważnych pamiątek związanych z Sophie, a lokalne media okrzyknęły to sensacją.

Sophie była kobietą o wielkim umyśle i sercu. Świętą organizatorką, duszą artystyczną oraz towarzyską. Do dziś uznawana jest za najstojniejszą mecenaszkę kultury i sztuki w historii Szczecina. Przede wszystkim jednak była osobą kochającą świat oraz ludzi. Chętnie kierowała pomocną dłoń w stronę innych. Dostrzegła niejednego lokalny talent i pomogła mu zabłysnąć. – Tilebein to wybitna kobieta, o której należy pamiętać. Kochała Szczecin, był jej małą ojczyzną. Nie powinna być zapomniana – zaznacza aktor i reżyser Michał Janicki, w którego Teatrze Kameralnym powstała sztuka jej poświęcona. Zanim jednak poruszymy temat współczesnej obecności Sophie w Szczecinie, warto krótko przypomnieć postać oraz losy pani Tilebein. Kim tak naprawdę była?

Bystra sierotka zostaje wielką damą

Sophie Auguste urodziła się w grudniu 1771 roku, w Getyndze. Pochodziła z rodziny o francuskich oraz angielskich korzeniach. Jej bliscy cenili wykształcenie, naukę oraz mądre lektury. Niestety, matka Sophii zmarła niedługo po porodzie. Ojciec dziewczynki przytłaczony ciężką depresją. Kochał swoje dziecko, ale nie mógł sprostać wszystkim obowiązkom. Dziewczynką zajmowali się więc głównie krewni. Mała Sophia była podobno niezwykle inteligentnym i radosnym dzieckiem. Kształcono ją w domu, a później na pensji. – Mimo tego, że otaczała ją troska i miłość, dotkliwie odczuwała brak matki, na co uskarżała się w listach do przyjaciół, nawet jako dorosła kobieta – podkreśla Joanna Kościelna w artykule „Piękna Pani Tilebein. Francuzka w Szczecinie”. Do towarzystwa wprowadziła ją ciotka, dzięki której Sophie poznała Pomorze Zachodnie. Bystra i pełna wdzięku dziewczyna zrobiła bardzo dobre wrażenie wśród lokalnej społeczności. Jakis czas później wyszła za mąż za szczecińskiego kupca Jeana Rodolpha Buyrette. Małżonków dzieliła spora różnica wieku. Mimo to, nieźle się dogadywali. Sophia była gościnną, towarzyską i elokwentną towarzyszką życia. Państwo Buyrette lubili wycieczki poza miasto oraz spotkania przy herbacie. Kupili dom w Żelechowej z pięknym widokiem na pobliską Odrę i jezioro Dąbie. Po kilku latach związku małżonek zmarł. Sophie jakiś czas później znów wyszła za mąż. Jak się okazało: bardzo szczęśliwie! Wtedy stała się panią Tilebein.

Szczęśliwi państwo Tilebein

Carl Gotthilf Tilebein był mężczyzną wykształconym, kupcem zajmującym się handlem wina. Sophie znalazła w nim przyjaciela oraz czułego partnera. – Był człowiekiem towarzyskim i otwartym, świetnie jeździł konno, lubił polowania – wspomina Joanna Kościelna w tekście „Piękna Pani Tilebein...”. Carla Gotthilfa cechowała także miłość życia i gościnność. Dobrali się więc idealnie. Po ślubie wyruszyli w wielką podróż po Europie. Kiedy wrócili, z zapałem zajęli się własnymi obowiązkami. Carl był pracowitym przedsiębiorcą, a Sophie zaradną gospodynią, a także uzdolnioną artystycznie i odczytaną towarzyszką życia. Kochała malarstwo oraz rysunek, była wrażliwa muzycznie. Stworzyła ogromną bibliotekę, w której znajdowały się dzieła literackie, filozoficzne i historyczne.

Państwo Tilebein mieli dwa domy, jeden przy Wielkiej Odrzańskiej, a drugi w Żelechowej, w którym przebywali częściej. Nie posiadali dzieci, ale uwielbiali zwierzęta. Ich otoczenie pełne było różnych pupili. – Pan domu hodował sforę psów myśliwskich, pani: papugi i mopsy – wymienia Joanna Kościelna w artykule „Piękna Pani Tilebein...”. Często przyjmowali gości. Pani Tilebein zawsze czuwała, by nikomu nic nie zabrakło. Gościom podawano dobre wino oraz wykwintne potrawy. Sophie chętnie częstowała ich ulubionymi przysmakami. Jak wymienia Jakub Stefek, w filmiku „Muzyczne miejsca Szczecina, odc. 6 – W salonie Pani Tilebein”, udostępnionym przez szczecińską filharmonię na You Tube, były to m.in. galaretki z pigwy, owoce w brandy, kapary oraz kawa. Dbano jednak nie tylko o ich podniebienia, ale też ducha i zmysł artystyczny. Na tych spotkaniach nie brakło rozrywki na najwyższym poziomie.

W pałacyku w Żelechowej spotykała się lokalna elita. – Bywałcami wieczorów u Tilebeinów byli von Ingerslebenowie, von Reckowie, Salinger i przede wszystkim księżna Elżbieta Brunszwicka – można przeczytać w tekście „Sophie Auguste Tilebein” na stronie www Encyklopedii Pomorza Zachodniego.

Najlepsze miejsce dla artystów i znakomitości

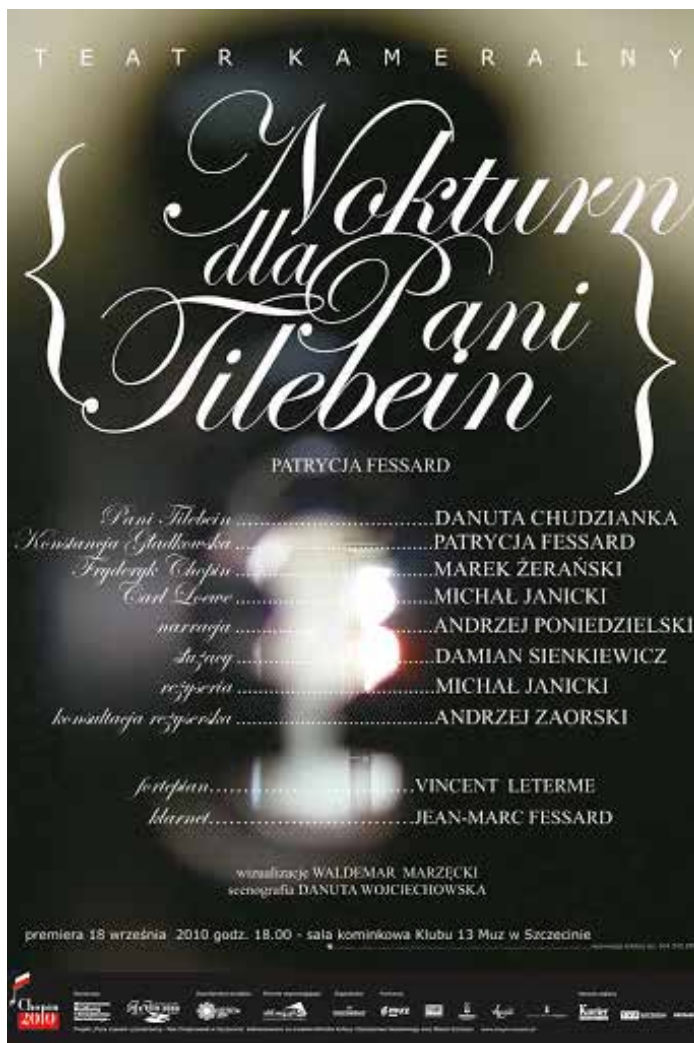
Wieczory u Tilebeinów gromadziły ważne osobistości, naukowców, urzędników i artystów. Podczas spotkań prowadzono inteligentne rozmowy, dyskusje, a także muzykowano. Towarzyskie spotkania u Sophie i Carla szybko przemieniły się w salon artystyczny, który miał duży wpływ na życie kulturalne miasta. – Pani Tilebein w swoim pałacu organizowała koncerty, koło miłośników książek, herbaciane wieczory, wieczory dramatyczne, salonowe koncerty kwartetowe, posiadała poza tym trzy fortepiany i komplet instrumentów muzycznych – wymienia Jakub Stefek w filmiku „Muzyczne miejsca Szczecina”. W posiadłości Tilebeinów swoje utwory prezentowali znani artyści, w tym: poeci, dramaturgowie oraz muzycy. Odbывало się tam wiele premier. Podobno gośćmi Sophie byli m.in. członkowie pruskiej rodziny królewskiej oraz rodzina Johanna Wolfganga Goethego. Stałym bywalcem salonu miłośniczek sztuki był jeden z wybitniejszych XIX-wiecznych kompozytorów szczecińskich, Carl Loewe. Chętnie grał i śpiewał dla Sophii. Był nawet nazywany „kapelmistrzem Żelechowej”. Poza tym, dedykował swojej mecenasce własne kompozycje. Podobno w salonie Tilebeinów gościł nawet Fryderyk Chopin! Według jednej z lokalnych opowieści Sophie była zachwycona polskim kompozytorem. Poza tym, mocno interesowała się działaniami związanymi z wystawianiem w Szczecinie wielkich dzieł muzycznych, np. światowym prawykonaniem „Snu nocy letniej” Felixa Mendelssohna-Bartholdy’ego. Drzwi domu pani Tilebein były otwarte również dla przedstawicieli świata nauki. Sophie przyjaźniła się m.in. z Therese Albertine Louise von Jacob, sławistką oraz badaczką literatury ludowej. Pani Tilebein była bardzo lubianą osobą. Ceniono ją jako kobietę ciepłą, rozmowną i przyjacielską.

Kiedy zmarł Carl, Sophie dalej kontynuowała działalność swojego salonu. Nie żałowała wysiłku, ani pieniędzy dla artystów. W posiadłości w Żelechowej, pałacyku otoczonym parkiem, przyjmowała gości i chętnie wyciągała pomocną dłoń do ludzi sztuki. Wsparła wielu artystów, z uśmiechem ogrzewała się w blasku ich sukcesów. Zmarła w 1854 roku. Spoczęła w mauzoleum w Żelechowej, obok ukochanego Carla. – W testamentem część pieniędzy przeznaczyła na renty dla przyjaciół i służby, pozostałe środki (wraz z żelechowską posiadłością) przeznaczono na fundację „Tilebein Stiftung”, zajmującą się ubogimi dziewczętami w trudnej sytuacji. Fundacja działała do 1945 roku – można przeczytać na stronie internetowej Encyklopedii Pomorza Zachodniego.

Mecenaska warta pamięci

W domu pani Tilebein swego czasu odbywały się najważniejsze wydarzenia z życia towarzyskiego i kulturalnego miasta. Posiadłość w Żelechowej była miejscem spotkań lokalnej elity oraz artystów, a to, mimo upływu czasu, nie zostało całkowicie zapomniane. Sophie Tilebein jako dobry duch wciąż czuwa nad swoimi ukochanymi szczecińskimi artystami. Lokalne osobistości ze świata kultury i sztuki w podziękę starają się przypominać jej postać. Po krótkiej historycznej podróży pisemnej, wracamy więc do teraźniejszości. Jakie miejsce zajmuje Sophie we współczesnym Szczecinie?

We wrześniu 2010 roku w Teatrze Kameralnym odbyła się premiera sztuki „Nokturn dla Pani Tilebein”. Przedstawienie opowiada o apokryficznym spotkaniu Fryderyka Chopina, Konstancji Gładkowskiej oraz Carla Loewego w domu Sophie. W rolach głównych wystąpili: Marek Żerański, Patrycja Fessard, Adrianna Góralska i Michał Janicki. Premiera miała miejsce w wyjątkowym czasie. Rozpoczęła festiwal Euro Music Drama, a powstała w ramach jednego z projektów programu Chopin 2010, kiedy celebrowano 200-lecie narodzin genialnego polskiego kompozytora i pianisty. Patrycja Fessard, autorka sztuki, postanowiła właśnie wtedy stworzyć apokryficzny utwór inspirowany postacią Sophie. – Znalazła informacje o jej francuskiej rodzinie, prześledziła losy Sophie. Spotkały się więc Fessard, Polska mieszkająca w Paryżu i Tilebein, Francuzka mieszkająca w Szczecinie. A wszystko przy okazji Roku Chopinowskiego – wspomina Michał Janicki, twórca Teatru Kameralnego. – Pierwszy spektakl wyreżyserował Andrzej Zaorski, po raz pierwszy pojawił się wtedy w Szczecinie, właśnie dla tej sztuki – dodaje aktor. Sam przyznaje, że właśnie dzięki tej sztuce poznał panią Tilebein. Postać niezwykle go zainteresowała. – Wzorowała się na słynnych europejskich salonach, była ważną postacią w ówczesnym Szczecinie. Wpływową kobietą. Miała niezwykle dar, umiejętności organizacyjne i menadżerskie, a także koneksje światowego zasięgu. Nie ma wielu takich kobiet – mówi pan



Michał. Sztuka była hołdem pamięci dla Sophie. Przedstawienie spotkało się z dużym zaciekawieniem. Zostało przetłumaczone na język francuski, było grane w Brukseli. Zainteresował się nim również Teatr im. Stanisława Wyspiańskiego w Katowicach. – Sztuka została także nagrana jako słuchowisko radiowe. Jesteśmy właśnie w trakcie rozmów z radiem. Być może „Nokturn dla Pani Tilebein” zatoczy jeszcze szersze kręgi – dodaje Michał Janicki. Sophie pojawiła się też w innej szczecińskiej sztuce. „Podwieczorek u Łazarza” Artura Daniela Liskowackiego w reżyserii Adama Opatowicza miał premierę w czerwcu 2015 roku w Teatrze Polskim, osnuty był wokół postaci Carla Loewego, czyli stałego bywalcy salonu Tilebein. – Te dwa przedstawienia przypominały jej postać – wspomina pan Michał.

Prócz ludzi sztuki i kultury, także inni chcą, by pamięć o Sophie przetrwała. Miłośnicy lokalnej historii apelują o upamiętnienie tej niezwykłej kobiety. Coraz więcej mówi się o rewitalizacji Parku Tilebein, przy ulicach Dębogórskiej i Robotniczej. Inicjatywę wspiera m.in. dr Marek Łuczak. To tam właśnie, na Żelechowej, znajdował się pałacyk utalentowanej mecenaski, nazywany przez nią „klejnotem”. Budynek nie przetrwał do naszych czasów, został zniszczony w trakcie II wojny światowej. Stara zieleni jednak wciąż istnieje. To jeden z najstarszych zachowanych parków dworskich w Szczecinie. – Po tym parku przechadzali się najważniejsi szczecinianie, arystokracja, pruska rodzina królewska, jak chcą niektórzy: Chopin – wymienia Jakub Stefek w filmiku „Muzyczne miejsca Szczecina”. Lokalni działacze apelują, by ocalić od zapomnienia fragment lokalnej historii, przy okazji zyskując miejsce do wypoczyn-

ku i rekreacji. Zapytany o to Michał Janicki odpowiada z rozmarzeniem: – W tym miejscu można by było pokazywać inscenizacje poświęcone pani Tilebein. To była tak kolorowa postać, że można przedstawiać różne wątki z jej życia, nie tylko apokryficzne spotkanie z Chopinem.

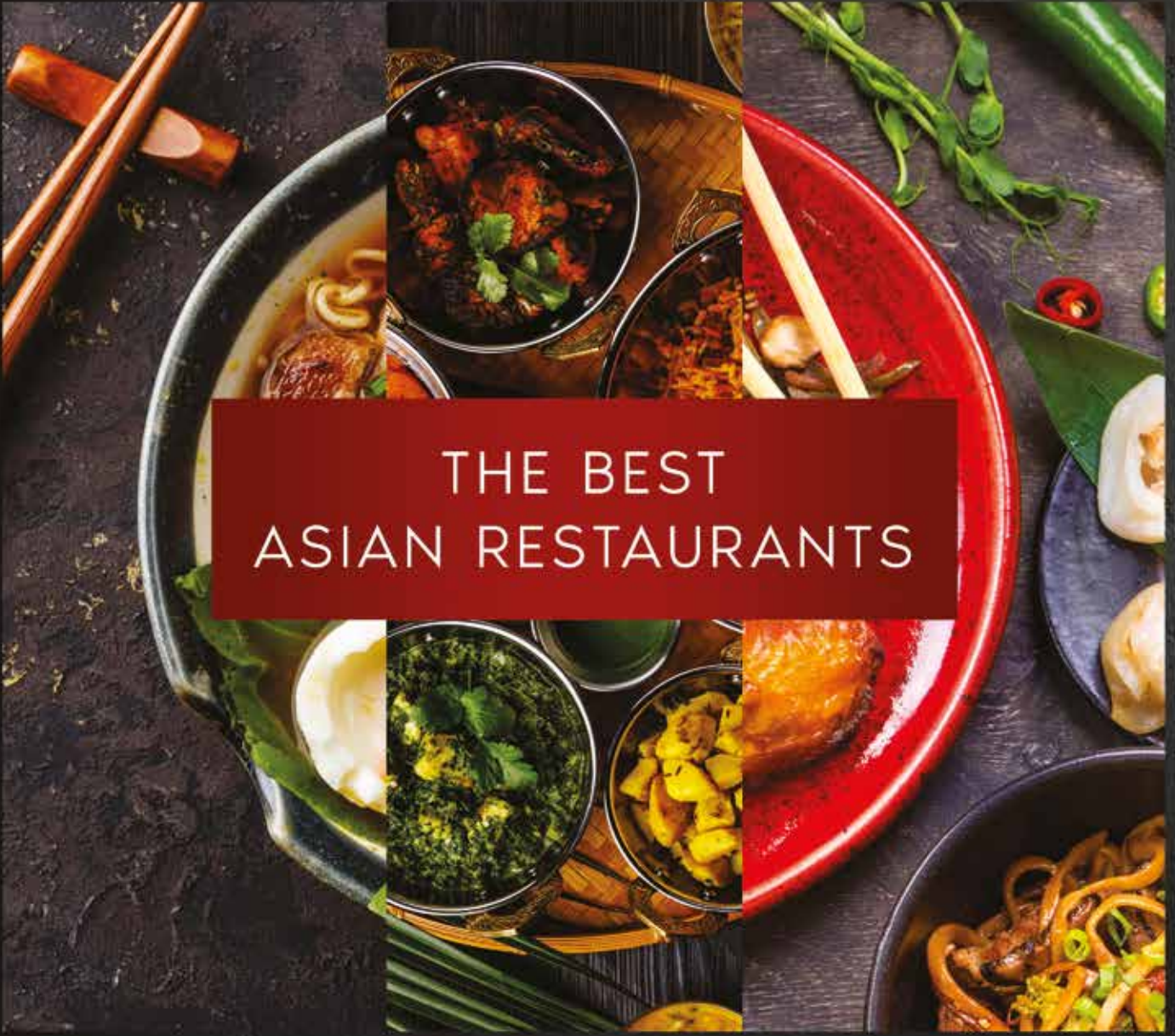
Sophie niezaprzeczalnie była szczecińską królową XIX-wiecznego salonu artystycznego i filantropką. Inspirowała, wspierała, protegowała. Nasze miasto wiele jej zawdzięcza, a czas jej życia to interesujący wycinek z lokalnej przeszłości. Z pewnością, dama z Żelechowej wciąż może być muzą. Postać Sophie Tilebein kryje też w sobie znacznie więcej niż się na pozór wydaje. Ten tekst to tylko niewielka garść informacji na jej temat. Być może zachęci zainteresowanych czytelników, by przyjrzeć się bliżej pani Tilebein. Kto wie, ile tajemnic może skrywać mecenaska i przyjaciółka artystów...

autor: Karolina Wysocka/ foto: Wikipedia, / źródła: J.A. Kościelna, „Piękna Pani Tilebein. Francuzka w Szczecinie”, sedina.pl; M. Szczepny, „Śladami Carla Loewego i wykonawcy jego muzyki w Szczecinie”, academia.edu, „Rewitalizacja Północy/ Żelechowa/ Park Tilebein i Stawy Bliźniaki”, www.facebook.com; Encyklopedia Teatru Polskiego, „Nokturn dla pani Tilebein”, encyklopediateatru.pl; Encyklopedia Pomorza Zachodniego, „Sophie Auguste Caroline Tilebein”, encyklopedia.szczecin.pl, „Muzyczne miejsca Szczecina odc. 6 - W salonie Pani Tilebein”, Filharmonia Szczecin, youtube.pl



EXOTIC RESTAURANTS

★ SZCZECIN ★



THE BEST ASIAN RESTAURANTS

RESTAURACJA INDYJSKA
BOMBAY
Exotic cuisine of INDIA


Buddha
Thai & Fusion Restaurant

 **TOKYO**
SUSHI & GRILL


Bollywood
STREET FOOD


SHANGHAI
CHINESE RESTAURANT

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

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

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

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

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

WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL



Szymon Kaczmarek

*Dziennikarz, filozof
robotniczo-chłopski.*

Happy New Fear, albo suma wszystkich strachów

Nigdy nie obawiałem się samotności pustego pokoju. Nawet w dzieciństwie, choć mój pokój odwadze nie sprzyjał. Był to wydzielony parawanem skrawek ogromnej muzealnej sali wypełnionej zapchanymi ekspozycjami regałami. Brak dziecięcego strachu wykorzystywali bezlitośnie moi rodzice, zostawiając mnie na całe wieczory. Ale ja nie pękałem. Pękać zacząłem dużo później. W zasadzie pierwsze lęki pojawiły się wraz z pójściem do szkoły. Tak, w szkole zacząłem się bać. Uwagi w dzienniczku, wizyta u higienistki, która kończyła się na dentystycznym fotelu, klasówka z matematyki. Powodów było bez liku. Wraz z upływem lat, zaczęły pojawiać się coraz liczniejsze powody do strachu. Mądrale mówią, że strach i lęk, to dwie różne sprawy. Może i mają rację, ale mnie brzuch boli w obu przypadkach tak samo. Tak samo bolał, gdy nie mogłem zejść z czubka kasztanowca rosnącego do dziś na ul. Malczewskiego i gdy uwięzłem w wykopie pod rurę, pod ulicą Świerczewskiego (była kiedyś taka ulica). Im człęk robił się starszy, tym częstsze lęki i strachy. Godziny spędzone w kinie „Kosmos” wypełnione lękiem: „odepchnie moją rękę, czy odwzajemni uścisk?”. Możliwe, że ona przeżywała ten seans podobnie. Później już poszło gładko i obficie. Lęk przed maturą, pierwszą pracą, obawa czy Córka oddycha w swoim łóżeczku, strach połączony z troską o przyszłość Bliskich, lęk przed nieuchronnym jutrem.

Czasami, ludzie połączeni wspólnym strachem, wspólnie podejmują działania mające na celu zwalczanie wroga. Strach jednak, musi być wówczas wielki. Czasami, przed jakimkolwiek działaniem powstrzymuje nas sam strach. Dziwnym jest zjawiskiem, dwulicowym: krępuje, ale i wyzwała, obojętnia, ale i prowokuje do działania.

Do wszystkich naszych lęków powszednich, w minionym roku doszedł

jeszcze jeden. Uzasadniony zacieśniającym się wokół nas pierścieniem zakażeń osób, które znamy. Strach przed wirusem. Jak sięgam pamięcią, żaden inny strach nie miał tak przemożnego wpływu na nasze życie, jak ten właśnie. Pokonamy je. I strach, i wirusa, to oczywiste. Jednak konsekwencje tego strachu, mogą być dla naszej codzienności zatrważające (Trwoga, to połączenie lęku, strachu i jeszcze czegoś, o wiele gorszego).

Najbardziej obawiam się (znów ten strach) konsekwencji społecznych. Zmiany rodzajów kontaktów z bliskimi, znajomymi, przyjaciółmi. Rozluźnienia i tak ostatnio nadwątlonych więzi. Nowych podziałów, segregacji, wartościowań. Ty jesteś fajny, bo zaszczepiony, albo zgoła na odwrót, ktoś to wie? Ty masz pracę, to będziesz moim znajomym. Ty straciłeś wszystko, no to radź sobie sam. Tak, to jedna z możliwości. Straszna, ale wciąż możliwość...

W naszym strachu jest jednak także i coś, co potrafi zmobilizować. Coś, co dodaje nam sił do działań zda się ponad siły. Strach nie tylko pęta nogi. Czasami, a są na to liczne przykłady, wyzwala niespodziewaną energię, pobudza wyobraźnię, strach potrafi dodać odwagi! Może więc skupmy nasze myśli na takich reakcjach? Czy tak trudno wyobrazić sobie człowieka, który oznajmia z dumą: „Ten sukces zawdzięczam lękowi. To on pchnął mnie do działania”.

Na zakończenie coś optymistycznego. Wszak nie ma takiej sytuacji, która by nas przerosła! Tak, więc Czytelniku serdeczny, posłuchaj mej rady na ten Nowy Rok:

Nie lękaj się być szczery, uczciwy i dobry. Nie obawiaj się miłości, przyjaźni i koleżeństwa. Mów otwarcie, wyrażaj głośno swoje zdanie.

Łatwo powiedzieć? Oczywiście, ale należy spróbować. Bez strachu.

reklama



Sprawdź swój stan zdrowia!

Pakiety badań dla kobiet i mężczyzn.



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.

Recenzje teatralne

★★★★★

„Król Potworów”

Michał Kmiecik „Król Potworów”, reż. Marcin Liber

Teatr Współczesny w Szczecinie

Rzecz dzieje się w dwóch przestrzeniach czasowych. Pierwsza to podróż do lat '70 XX wieku, którą oglądamy na znakomicie zrealizowanym filmie (Roman Przyłipiak, Błażej Kanclerz + brawa dla Grupy Mikser za mistrzowskie przywołanie atmosfery poprzez kostium i stylizację). W bufecie teatralnym na popremierowym bankiecie toczą się coraz bardziej pijane rozmowy o życiu i sztuce. Puste, naiwne, proste, ale jakże prawdziwe... Dla mnie było to zderzenie – nie mylić ze zdarzeniem – filologiczne. Zestawienie ówczesnego języka, albo wręcz nomenklatury, ze współczesnym bełkotem wielbiącym skrótkowce i uproszczenia. Soczyste dialogi. Dla twórców spektaklu przywołanie lat '70 było miało jednak inny cel. To wejście w jedyny moment współczesności, kiedy na chwilę zatrzymał się „zegar zagłady”. To krótki czas, w którym wiara w postęp i pokój zapowiadała ziemski raj. Dziś wiemy, że to mrzonki...

Druga przestrzeń czasowa (już na scenie) to rok 2050, w którym spełnia się sen obecnego Prezydenta

Szczecina i miasto jest wreszcie pływającym ogrodem: zmiany klimatyczne doprowadziły do wdarcia się morza w głąb lądu. Na plażę można dojechać tramwajem. Ale nie o plażowaniu to rzecz. Tu zaczyna się narracyjne sedno widowiska: spotkanie establishmentu na polowaniu, które zmienia się w manifest post apokaliptycznego społeczeństwa, a w finale rozliczenie na zasadach brutalnego samosądu (porażająco bezwzględna Beata Zygarelicka). Polska odbudowuje się po sromotnie przegranej wojnie ze Stanami Zjednoczonymi (fenomenalna Maria Dąbrowska jako Ambasador Wszechświatowej Potęgi), wszędzie zgłiszczą fizyczne i mental-

ne. Mało tego, nagle coś „popierdoliło” bażanty, a z morskiej otchłani (gdzieś na Niebuszewie?) wyłoniła się... Nie powiem! Wspomnę tylko ekscentryczny aktorski popis (!) Konrada Bety. Okazuje się, że jest w świecie jedna stała. O ile wszystko inne podlega zmianie, ewolucji (czasami rewolucji) to ludzka natura, ze szczególnym uwzględnieniem jej ciemnych stron, nie zmienia się nigdy. Ludzki egoizm (rozumiany gatunkowo, jednostkowo czy narodowo) zawsze bierze górę. Wymowa tekstu w okresie pandemii, podczas której przez wszystkie przypadki odmieniamy pojęcie „nowej rzeczywistości” i planujemy „nowy ład”, wprost poraża. Dupa. Nic się nie zmieni. Zakład? Nie uwierzmy nikomu, kto nas ostrze- ga, nawet Mężczyźnie którego popierdoliło (pyszny Arkadiusz Buszko).

A już pod żadnym pozorem władzy – tu brawurowy duet Macieja Litkowskiego i Magdaleny Wrani-Stachowskiej jako Premiera i Kobiety, która świdruje premiera wzrokiem.

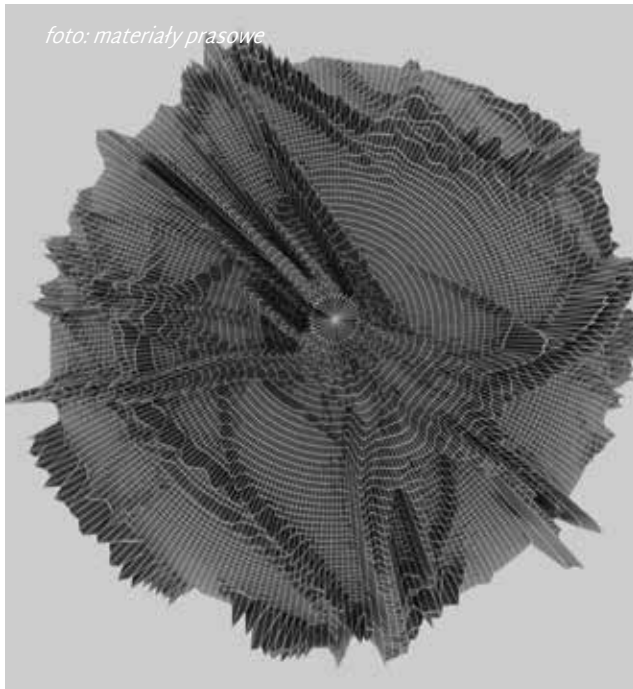
Marcin Liber i Michał Kmiecik (dramaturg) stworzyli pełnowymiarowe widowisko, nie tylko w rozumieniu formalnym, ale przede wszystkim merytorycznym. Sięgają do światowych zasobów popkultury, często tzw. klasy B. Żonglują cytata- mi i odniesieniami na potęgę. Pojęciu rozmachu można tu także przyporządkować atmosferę, gęstą, czasami organiczną, jakby lepka (także politycz- nie). Warto zaznaczyć, że

tekst powstawał na zasadach „work in progress”, czyli tworzony był podczas pracy nad spektaklem. Autor skorzystał ze znajomości potencjału zespołu, tworząc postaci idealnie dopasowane do emploi poszczególnych aktorów. Ci zaś skrzętnie to wykorzystali, tworząc bez wyjątku kreacje wybitne. Mało tego, czas między pandemiczną premierą bez udziału publiczności, a tą faktyczną (wczesną jesienią) wykorzystali do perfekcyjnej konstrukcji psychologicznej postaci. Jeśli dodać do tego monumentalną scenografię (Mirek Kaczmarek) i adekwatne opracowanie muzyczne i dźwiękowe (Filip Kaniecki/MNSL) to... absolutnie pewne prestiżowe 6/6.



foto: Piotr Nykowski

foto: materiały prasowe

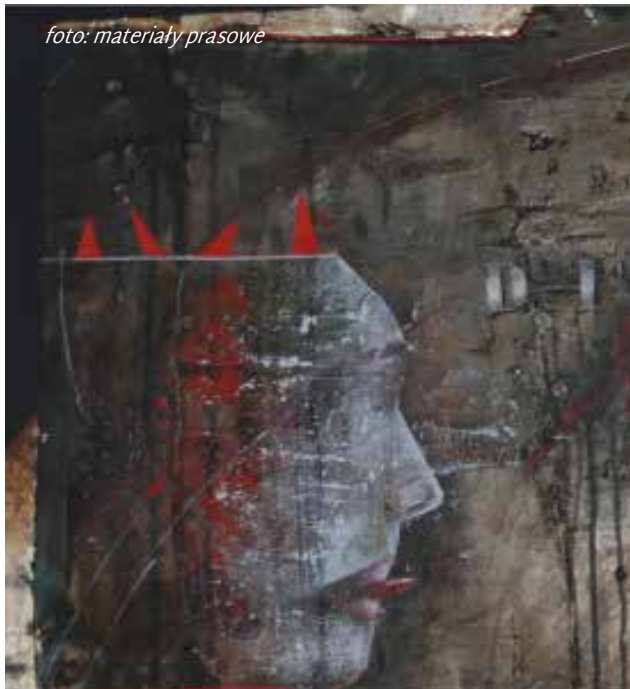


HIPERLINK – NOWY OBRAZ ŚWIATA I CZŁOWIEKA

Projekt „Hiperlink” składa się z dwóch uzupełniających się części. Pierwsza z nich to wystawa indywidualna Zbigniewa Romańczuka. Ta część ma charakter hybrydowy – część multimedialnych prac prezentowana jest wirtualnie, a kolejne zostaną zaprezentowane w siedzibie Muzeum Narodowego w Szczecinie – Muzeum Sztuki Współczesnej i udostępnione publiczności w drugiej połowie stycznia 2021. Kuratorką wystawy jest Aleksandra Łukaszewicz Alcaraz. Druga część zatytułowana „Hiperlink – nowy obraz świata i człowieka” to wirtualna galeria, efekt współpracy artysty – Zbigniewa Romańczuka, filozofki – Aleksandry Łukaszewicz Alcaraz, i grafika komputerowego – Radosława Nagaya, którzy zaprosili artystów i artystki z Polski, Hiszpanii, Czech, Wielkiej Brytanii oraz Niemiec do refleksji nad kondycją świata i człowieka w dobie obrazów generowanych za pomocą technologii cyfrowych i biotechnologii. Projekt „Hiperlink” zrealizowano w ramach Stypendium Twórczego Miasta Szczecin

Wirtualna galeria Muzeum Narodowego w Szczecinie: <https://playcanv.as/p/30ckjX6f/>

foto: materiały prasowe



VANITAS - ZIEMIENNIK

Wystawa prezentuje kilkanaście obiektów malarskich Przemysława Cerebież-Tarabickiego, stworzonych w ciągu ostatnich miesięcy w ramach autorskiego projektu vanitas – ziemiak. To seria prac przygotowana z perspektywy artysty dojrzałego, od lat obecnego w pejzażu artystycznym Szczecina, malarza i animatora wielu przedsięwzięć oraz wydarzeń promujących współczesną sztukę. Prezentowany cykl jest rodzajem auto retrospektywy, pozwalającej uchwycić i utrwalić doświadczenia artystyczne, życiowe i pokoleniowe autora, jego kłęski i wzloty, upadki i fascynacje, nadzieje i rozczarowania. Podobnie jak zielnik jest kolekcją zatrzymanych w czasie, obumarłych, ale zachowanych przed unicestwieniem roślin, tak vanitas – ziemiak jako projekt artystyczny jest osobistą kolekcją wspomnień o osobach, zdarzeniach i miejscach, przetworzonych z udziałem wypracowanego latami malarskiego języka autora. I tak jak ziemia w ostatecznym rozrachunku staje się miejscem spoczynku materii żywej, tak vanitas – ziemiak staje się repozytorium wspomnień i modelem poszukiwania dla nich najbardziej adekwatnej artystycznej formy.

Muzeum Narodowe w Szczecinie – wystawa wirtualna

reklama



Piękny uśmiech

3 klinika w rankingu
Newsweek'a

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

HAHS
KLINIKA

LUBIMY DOBRY DESIGN **ATY?**

[motif]

REKLAMA / PROJEKTOWANIE GRAFICZNE / BUDOWANIE MARKI /
KAMPANIE MARKETINGOWE / PR / SOCIAL MEDIA / INTERACTIVE

FB @MotifCreativeStudio / www.motif-studio.pl

foto: materiały prasowe



VIVAT MOZART !

W programie tego koncertu symfonia nr 36 C-dur KV 425 Linzka i koncert skrzypcowy nr 5 A-dur KV 219 Wolfganga Amadeusza Mozarta w wykonaniu Orkiestry Symfonicznej Filharmonii w Szczecinie oraz Pawła Maślanki (skrzypce) pod dyktando Nicholasa McGegana. Mozart komponował wiele swoich największych dzieł z szybkością, która wprawiała w zakłopotanie wielu jego współczesnych i zadziwia także nas. Przykładem jest jego 36 Symfonia. Wszystko wskazuje na to, że jej cztery w pełni rozbudowane części ukształtowały się w ciągu zaledwie czterech lub pięciu dni w 1783 roku! Rozpoczyna symfonię pewnym, przekonującym, ale powolnym dźwiękiem (podobno wstęp ten w sposób niezwykle fascynował Beethovena). W dostojnej trzeciej wprowadził trąby i bębny – pierwszy raz użył ich w wolnej części.

Filharmonia w Szczecinie, 29 stycznia godz. 19 koncert on line (transmisja płatna)

foto: materiały prasowe



GALERIA JEDNA DRUGA - DELEGACJA

Artyści na co dzień zajmują się różnymi rzeczami, łączą ich przede wszystkim regularne pojawianie się na festiwalach i eventach performance. Do Galerii Jedna Druga oddelegują swoje obiekty, dając sobie tym razem wole od osobistych występów. Jerzy Kosalka pokazuje prace, które odnoszą się do przestrzeni i historii performance, Dariusz Fodczuk koncentruje się na performatywności – do przeprowadzenia prostych działań deleguje proste urządzenia. Jedną część wystawy podejmuje temat aneksji przestrzeni i zawłaszczania idei, druga podważa pozycję artysty w sposób podobny do tego w jaki automatyzacja procesów produkcji obniża wartość ludzkiej pracy. Jakkolwiek zagadnienia traktowane są ironicznie, to obie artystyczne postawy łączą nihilistyczne przekonanie, że korporacyjno-kapitalistyczny format sztuki jak i jej instytucji nie daje szans na to, by sztuka stała się skutecznym narzędziem zmiany. Artyści nie widzą takiej możliwości – „król jest nagi”.

Profil FB Dom Kultury „13 Muz” do 22.01.2021

reklama



Sprawdź, czy tarczycę
jest Twoją tarczycą – **Zbadaj ją!**

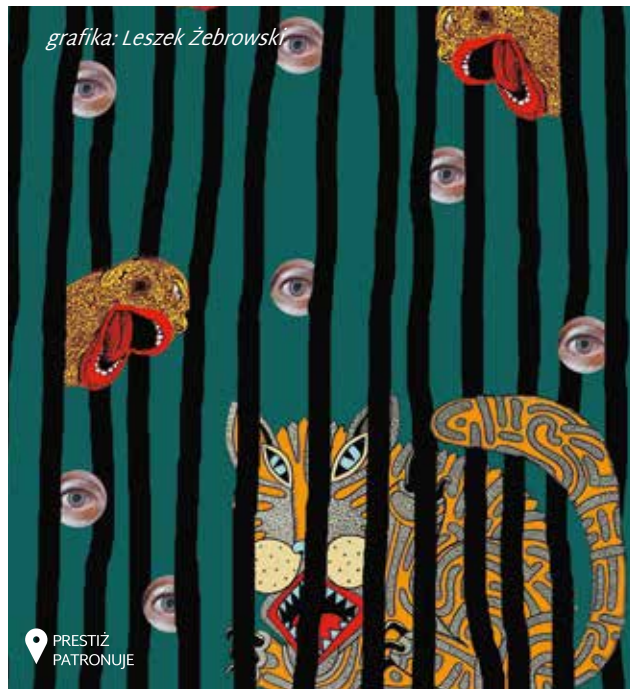
W styczniu **15% rabatu**



SZCZECIŃSKIE DZIEJE MUZYKI OPERETKOWEJ

W styczniu 2021 przypada 150. rocznica urodzin Leona Jessela – najbardziej znanego kompozytora operetek, który urodził się w Szczecinie. Podczas kolejnego Zamkowego Wieczoru Książęcego Przy Muzyce przybliżone zostanie m.in. życie muzyczne Szczecina przełomu stuleci i życiorys L. Jessela. Gospodarze – dr Wojciech Kral i dr Andrzej Wątorski opowiedzą także o scenie muzycznej ówczesnej Europy. W programie przewidziane jest wykonanie na żywo słynnej miniatury fortepianowej szczecińskiego twórcy – „Parady drewnianych żołnierzyków”. To motyw wielokrotnie wykorzystywany w różnych opracowaniach, a także jako element ścieżki filmowej. Utwór L. Jessela powstał w 1911 r. – tytuł oryginalny (niemiecki) to: „Parade der Holzsoldaten”.

Premiera na kanale You Tube Zamku, 24 stycznia (niedziela), godz. 16:00



HORROPERA – PO TAMTEJ STRONIE BURZY

„Horropera – po tamtej stronie burzy” to niezwykle szczeciński projekt książki wraz ze słuchowiskiem muzycznym, który bazuje na „muzycznej sztuce grozy dla dzieci o mocnych nerwach”. W świecie tym każdy znajdzie coś dla siebie. Najmłodsi zachwycą się będą przepiękną oprawą graficzną, za którą odpowiadają studenci Akademii Sztuki w Szczecinie oraz wspaniałymi piosenkami, starsi zagłębiając się w opowieść przeżyją swoją własną przygodę, a rodzice będą się dobrze bawili, nie tylko czytając swoim dzieciom, ponieważ „Horropera” to pastisz opowieści grozy nawiązujący do najlepszych tradycji gatunku. Sztuka została napisana już w 2012 roku, jednak ze względu na wymagającą oprawę scenograficzną, projekt na chwilę uciął.

W 2018 na festiwalu czytania „Odkrywczy wyobraźni” w Książnicy Pomorskiej odbyło się pierwsze czytanie performatywne. To właśnie wtedy zrodził się pomysł napisania książki i nagrania słuchowiska. Autorzy: Irena Naumowicz, Konrad Pawicki, reżyseria: Konrad Pawicki, muzyka: Jacek Wierchowski.

Książka ze słuchowiskiem na 2 płytach CD – druga połowa stycznia 2021

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

Izba dla biznesu

„Izba dla biznesu”, to podsumowanie działalności tej największej instytucji samorządu gospodarczego Polsce w ostatnich miesiącach. Podczas wydarzenia wyróżniono przedsiębiorców odpowiedzialnych społecznie oraz wręczono „Diamenty Pomorza Zachodniego” przyznawane przez Fundusz Pomerania. Wydarzenie transmitowane było na żywo na portalu wszczecinie.pl oraz w kanałach społecznościowych Północnej Izby Gospodarczej w Szczecinie. Muzyczną gwiazdą wieczoru był zespół Jackpot. Imprezę poprowadził duet – Daria Nowak i Marcin Jarczyński. ds



Od lewej: Dr Piotr Wolny – dyrektor Północnej Izby Gospodarczej, Wojciech Dorżynkiewicz, radny Sejmiku Województwa Zachodniopomorskiego, Hanna Mojsiuk, prezes Północnej Izby Gospodarczej, Arkadiusz Pawlak – prezes Zarządu Zachodniopomorskiej Agencji Rozwoju Regionalnego



Prowadzący imprezę – Daria Nowak i Marcin Jarczyński



Hanna Mojsiuk, prezes PIG



Magdalena Gajdamowicz, sekretarz Północnej Izby Gospodarczej



Olgierd Geblewicz, marszałek Województwa Zachodniopomorskiego



Arkadiusz Pawlak – Prezes Zarządu Zachodniopomorskiej Agencji Rozwoju Regionalnego



Miroslaw Sobczyk, wiceprezes Północnej Izby Gospodarczej



Wojciech Dorżynkiewicz, radny Sejmiku Województwa



Grał zespół Jackpot – Maciek Kazuba i Kasia Buja



foto: Bogusz Kluz

Więcej samochodów

W bardzo kameralnym gronie, przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności otwarto w Szczecinie drugi salon BMW i MINI. Grupa Bońkowsky odpowiedzialna za tę inwestycję zaprosiła niewielką grupę gości do swojego nowego punktu przy ulicy Hangarowej. Goście zostali oprowadzeni po salonie, który został zbudowany według zasad ekologicznego budownictwa. Nie zabrakło oczywiście nowych modeli obu samochodów i symbolicznego kieliszka szampa. ad



Od lewej: Robert Król z żoną, Dominika Bońkowska, Dariusz Bońkowski



Dominika i Dariusz Bońkowsky z osobami pracującymi przy realizacji budowy salonu BMW i MINI przy ul. Hangarowej



Od lewej: Dariusz Bońkowski, Dominika Bońkowska, Angelika Sawicka, Michał Stoltmann

foto: materiały prasowe

Szybki jak KIA

Lekkoatleta, olimpijczyk, mistrz Europy w biegu na 800 metrów Marcin Lewandowski dołączył do sportowego zespołu KIA Polmotor. Kluczyki do nowej KIA Stinger przekazali mu dyrektor KIA Polmotor Konrad Kijak i kierownik KIA Polmotor Adam Zalas. Akcja jest częścią projektu Sport To My, w ramach którego Polmotor wspiera sport i sportowców z naszego regionu. ad



Od lewej: Dyrektor KIA Polmotor Konrad Kijak, lekkoatleta Marcin Lewandowski i Adam Zalas, kierownik KIA Polmotor

foto: akk

Pod okulary

„Makijaż pod okulary” – pod takim hasłem w połowie grudnia ubiegłego roku w szczecińskiej Manufakturze Wzroku odbyły się warsztaty, mające na celu prezentację takiego wykorzystania makijażu, który w pełni wydobywa piękno spojrzenia każdego, kto nosi okulary. Atrakcyjne makijaże zostały wykonane ręką zdolnej wizażystki – Marceliny Bednarek. ds



Od lewej: Marcelina Bednarek i Martyna Krzemień, doradca klienta Manufaktura wzroku



Od lewej: Jagoda Świątek, doradca klienta i Agnieszka Kobiella, kierownik salonu



Od lewej: Martyna Krzemień i Agnieszka Kobiella



Od lewej: Tyczkarz i ambasador marki KIA Piotr Lisek i Marcin Lewandowski



Marcin Lewandowski testuje KIA Stinger w towarzystwie Konrada Kijaka

foto: materiały prasowe

Golfiści pożegnali stary rok

Dla prawdziwych golistów nieważna aura – deszcz, śnieg, mróz, upał i inne historie pogodowe nie robią na nich większego wrażenia. A do takich na pewno należą golfiści grający na polu Klubu Binowo Park. Nie dziwi więc fakt, że w grudniu nie siedzieli w domach, tylko ruszyli między dołki. I w ten sposób ostatnie turnieje w 2020 roku zostały rozegrane. ds



KIA Polmotor Finał Turniejów Klubowych – od lewej: Rafał Zmysłowski (CSV), Artur Śliwiński (Art Medical Center), Szymon Olszewski



KIA Polmotor Finał Turniejów Klubowych – od lewej: Maciej Grabowski, Leonard Gugala, Mariusz Smilgin



Binowo Park Beginners Series – od lewej: Tatiana Chizhova, Aleksandra Styś, Adrian Kaczala



Binowo Park Beginners Series – od lewej: Paweł Sławacki, Adrian Kaczala, Olgierd Moskalewicz

foto: materiały prasowe

Polmotor i tenis

Kia Polmotor Tennis Stars Cup to turniej zorganizowany dla dorosłych pasjonatów tenisa w hali Kia Polmotor Arena. Kia Polmotor od kilku lat rozwija zainteresowanie tenisem wśród dzieci, dla których organizuje cyklicznie m.in. Turniej Kia Polmotor Kids Cup. Kia Polmotor Tennis Stars Cup to nowy projekt w ramach którego będą podejmowane działania zmierzające do zachęcenia dorosłych do poznania tenisa, atmosfery panującej na kortach oraz wzrostu liczby osób aktywnie uczestniczących we współzawodnictwie turniejowym wśród amatorów. ds



Od lewej: Przemek Siewiński – prezes SKT Promasters, Krzysztof Bobala – dyrektor Pekao Szczecin Open i Konrad Kijak – dyrektor ds. handlowych i administracji Kia Polmotor



Magdalena Gajdamowicz – sekretarz Północnej Izby Gospodarczej



Andrzej Szkocki – fotoreporter „Głos Szczeciński”



Uczestnicy turnieju



Jarosław Marendziak (w środku) – dziennikarz sportowy TVP Szczecin



PROFESJONALNE URZĄDZENIA DEZYNFEKUJĄCE DO SAMODZIELNEGO UŻYTKU

WYŁĄCZNY DYSTRYBUTOR W POLSCE

IM Hubert Manikowski
ul. Sienna 9, 70-542 Szczecin
NIP 852 240 45 68

e-mail: biuro@sanitysystem.pl | telefon: +48 789 328 772 | www.sanitysystem.pl



LISTA DYSTRYBUCJI

GABINETY LEKARSKIE

AMC, Art Medical Center ul. Langiewicza 28/U1
Aesthetic Med ul. Niedziałkowskiego 47
Centrum Rehabilitacji Duet al. Wojska Polskiego 70
Centrum Medyczne Słowik ul. Kaszubska 59
Centrum Medyczne Słowik ul. 5 lipca 11
Dental Art ul. Śląska 9a
Dental Implant Aesthetic Clinic ul. Panieńska 18
Dental Center ul. Mariacka 6/U1
Dentus ul. Mickiewicza 116/1
DermaDent ul. Kazimierza Królewicza 2 L/1
Dr Wiśniowski Chirurgia i Medycyna Estetyczna ul. Kusocińskiego 12/lu3
ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku słońcu 58
Fabryka Zdrowego Uśmiechu ul. Ostrawicka 18
Excelmed ul. Kopernika 6/2
Gabinety Dr Żółtowski al. Powstańców Wielkopolskich 79
Gabinet Terapii Manualnej ul. Kasprzaka 3A
Gajda ul. Narutowicza 16A
HAHS ul. Czwartaków 3
Hahs Protodens ul. Felczaka 10
Klinika Dr Stachura ul. Jagiellońska 87
Laser Medi Derm ul. Kasprzaka 2C
Laser Studio ul. Jagiellońska 85
Lighthouse Dental, ul. Arkońska 51/5
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
Ortho Expert ul. Jagiellońska 87B
Perladent - Gabinet Stomatologiczny al. Powstańców Wielkopolskich 4C
Praktyka Lekarska Piotr Hajdasz ul. Partyzantów 3/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński ul. Śląska 5/2
PP Estetyczna ul. Żupańskiego 6/1
ST Medical Clinic ul. Kwiatkowskiego 1/26
Stomatologia Kamienica 25 ul. Wielkopolska 25/10
Stomatologia Mikroskopowa ul. Żołnierska 13A/1
Stomatologia ul. Wielka Odrzańska 31
Vitrolive al. Wojska Polskiego 103

HOTELE

Hotel Atrium al. Wojska Polskiego 75
Hotel Dana al. Wyzwolenia 50
Hotel Grand Park ul. Słowackiego 18
Hotele Marina ul. Przestrzenna 13
Hotel Park ul. Plantowa 1
Hotel Radisson BLU pl. Rodła 10
Willa Flora ul. Wielkopolska 18

KANCELARIE

Przemysław Manik – kancelaria adwokacka ul. Kr. Korony Polskiej 3
Lizak, Stankiewicz, Królikowski – kancelaria adwokacka al. Boh. Getta Warszawskiego 1/4
Mazurkiewicz, Wesołowski, Mazur – kancelaria adwokacka ul. Klonowica 30/1
Andrzej Marecki – kancelaria adwokacka ul. Kr. Jądwygi 13/12
Gozdek, Kowalski, Łysakowski – 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
Aleksandrak-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
Kancelaria Notarialna Małgorzata Posyniak ul. Józefa Piłsudskiego 20
Kancelaria Prawna Kamil Zieliński ul. Narutowicza 11/14
Kancelaria Radców Prawnych Brzeziński, Gregorczyk ul. Swarozycja 15A/3

Waldemar Juszcak – kancelaria adwokatów i radców al. Niepodległości 17
Zbroja Adwokaci ul. Bogusława X 9/4

KAWIARNIE

Artetamina ul. Rayskiego 21
Biancafe ul. Ostrawica/róg Wojska Polskiego
Bajgle Króla Jana ul. Nowy Rynek 6
Cafe 22 pl. Rodła 8
Coffee Costa GK Kaskada
Coffee Costa CH Galaxy - parter
Coffee Costa CH Mollo
Coffee Costa CH Outlet Park
Columbus Coffe al. Wojska polskiego 50
Columbus Coffe ul. Rayskiego 23/2a
Columbus Coffe ul. Krzywoustego 16
Columbus Coffe ul. Malczewskiego 26
Columbus Coffe CH Turzyn
Duet Coffee CH Galaxy - 1 piętro
Fanaberia Deptak Bogusława
Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
Lodziarnia Pogodna ul. Poniatowskiego 2
Orsola ul. Przestrzenna 4
Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
Nad Piekarnią cafe & bistrot ul. Krzywoustego 15/U3
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 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
Honda ul. Białowieska 2
HTL ul. Lubieszńska 20
Lexus Kozłowski ul. Mieszka I 25
Łopiński VW ul. Madalińskiego 7
Mazda Kozłowski ul. Struga 31B
Mercedes Bogacki ul. Mieszka I 30
Mercedes Mojsiuk ul. Pomorska 88
Moto 46 ul. Kurza 1
Moto 46 ul. Kurza 4
Opel Kozłowski ul. Struga 31B
Peugeot Drewnikowski ul. Bagienna 36D
Polmotor ul. Struga 31B
Polmotor ul. Szymborskiej 6
Polmotor Ustowo 52
Skoda ul. Struga 1A
Subaru ul. Struga 78A
Toyota Kozłowski ul. Mieszka I 25B
Toyota Kozłowski ul. Struga 17
Volvo ul. Pomorska 115B
VW ul. Struga 1B

NIERUCHOMOŚCI

Baszta Nieruchomości ul. Panieńska 47
Baltic Group ul. Piotra Skargi 15
Calbud, pokój 15 parter ul. Kapitańska 2
Extra Invest al. Wojska Polskiego 45
HMI ul. Moczyńskiego 13B
Futyma ul. Mieszka I 61A
Idea Inwest ul. Tkacka 14/U1
Lider House ul. Modra 92/2
Litwiniuk Property (Oxygen) ul. Malczewskiego 26
Master House ul. Lutniana 38/70
Siemaszko al. Powstańców Wielkopolskich 91 A
Tomaszewicz ul. Kaszubska 20/4
Turant & Wspólnicy ul. Mała Odrzańska 21/1
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 najęzykach ul. Grodzka
Bollywood ul. Panieńska 20
Bombay ul. Partyzantów 1
Buddah ul. Rynek Sienny 2
Brasileirinho Brazylijska Kuchna&Bar ul. Sienna 10
Chafupa ul. Południowa 9

Colorado Wały Chrobrego
Columbus Wały Chrobrego
El Globo ul. Piłsudskiego 26
Emilio Restaurant al. Jana Pawła II 43
Greckie Ouzeri (pod mostem Długim)
Jin Du al. Jana Pawła II 17
Karczma Polska Pod Kogutem pl. Lotników
Kisiel ul. Monte Cassino 35/2
Kitchen meet&eat Bulwar Piastowski 3
Kresowa al. Wojska Polskiego 67
La Rocca ul. Koralowa 101
Mała Tumska ul. Mariacka 26
Marshal Food ul. Rayskiego 23/1
Między Wierszami ul. Moniuszki 6/1
Na Kuncu Korytarza ul. Korsarzy 34
Non Solo Pizza Pasta ul. Wielka Odrzańska 18U
Paladin ul. Jana z Kolna 7
Paprykarz al. Jana Pawła II 42
Pepperoni Pizzeria ul. Poniatowskiego 2a
Piastów 30 al. Piastów 30
Porto Grande Wały Chrobrego
Public Fontanny al. Jana Pawła II 43
Public Cafe ul. Wielka Odrzańska 18A/U
Restauracja Karkut ul. Bogurodzicy 1
Ricoria al. Powstańców Wielkopolskich 20
Rybarex ul. Małopolska 45
Sake ul. Piastów 1
Shanghai Rynek Sienny 4
Spotkanie al. Jana Pawła II 45
Spizarnia Szczecińska Hołdu Pruskiego 8
Stockholm Kitchen&Bar Bulwar Piastowski
Sushi & Pasta ul. Zbożowa 4
Tokyo ul. Rynek Sienny 3
Towarzyska Deptak Bogusława
Trattoria Toscana pl. Orła Białego
Ukraineczka ul. Panieńska
Unagi al. Jana Pawła II 42
Willa West Ende al. Wojska Polskiego 65
Wół i Krowa ul. Jagiellońska 11

SKLEPY

5 Plus ul. Jagiellońska 5
Arcadia perfumeria ul. Krzywoustego 7
ART TOP ul. Chodkiewicza 6
Atelier Sylwia Majdan al. Wojska Polskiego 45/2
Atrium Molo ul. Mieszka I 73
Batlamp ul. Milczańska 30A
Batna ul. Targ Rybny 4/2
Bella Moda ul. Bogusława 13/1
Brancewicz al. Jana Pawła II 48
Centrum Mody Słubnej ul. Kaszubska 58
Desigual, CH Galaxy – parter
Velpa ul. Bogusława 12/2 i 11/1
Clochee ul. Bogusława 10/2
Escada al. Wojska Polskiego 22
Henry Lloyd ul. Przestrzenna 11
HiperGlazur - Salon Łazienek ul. Świerczewska 47
Icon ul. Jagiełły 6/5
Jubiler Kleist ul. Rayskiego 20
Kaskada Galeria (punkt informacyjny)
Kropka nad i ul. Jagiellońska 96
Kosmetologia Monika Turowska ul. Duńska 38
MaxMara ul. Bogusława 43/1
MOOI ul. Bogusława 43
Moda Club Al. Wyzwolenia 1
MilaBozza ul. Krzywoustego 14/20
Portfolio (od ulicy Jagiellońskiej)
ul. Rayskiego 23/11
Prowansja kwaciarnia ul. Szwedzka 28
Prowansja kwaciarnia ul. Rostocka 15
Riviera Maison ul. Struga 23
Rosenthal ul. Bogusława 15/1A
Strefa Koloru ul. Santocka 48-49
VIP Collection al. Wojska Polskiego 22
Wineland al. Wojska Polskiego 70

SPORT I REKREACJA

Aquarium (basen dla dzieci) ul. Jemiołowa 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
Floating Chillout ul. Iwaszkiewicza 20/U4
Kids Arena, ul. Staszica 1
Mabo B Zone Klub ul. Welecka 2

Marina Sport ul. Przestrzenna 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 18/13/p.1
Strefa Jogi ul. Santocka 18/16
Szczeciński Klub Tenisowy al. Wojska Polskiego 127
Universum al. Wojska Polskiego 39

ZDROWIE I URODA

Atelier Fryzjerstwa Małgorzata Dułęba-Niefacna ul. Wielkopolska 32
Atelier Fryzjerskie Paulina Mądrzak ul. Bogusława 45/12
Akademia Fryzjerska Gawęcki Al. Wojska Polskiego 20
Baltica Wellness&Spa pl. Rodła
Be Beauty Instytut Urody, ul. Łukasieńskiego 40/12
Beverly Barber Shop ul. Sienna 5A
CMC Klinika Urody ul. Jagiellońska 77
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
Ernest Kawa, ul. Jagiellońska 95
Euromedis ul. Powstańców Wielkopolskich 33a
Fryzjerskie Atelier Klim ul. Królowej Jadwigi 12/1
GDG Aesthetic Club ul. Jagiellońska 81/1
Hall No 1 ul. Wyszyńskiego 37
Imperium Wizażu ul. Jagiellońska 7
JK Studio (od Rajskiego) ul. Monte Cassino 1/14
L.A. Beauty, ul. Raginisa 7/U3
La Fiori ul. Kwiatkowskiego 1A/6
La Rocca, al. Wojska Polskiego 9
Luxmedica ul. Welecka 1A
Medestetic ul. Okulickiego 46
Manufaktura Wzroku ul. Monte Cassino 40
MOI Instytut Kobięcego Piękn al. Wielka Odrzańska 28a
Modern Design Piotr Kmiecik ul. Jagiellońska 93
Natural Skin Clinic ul. Krasińskiego 10/5
Od stóp do głów ul. Batalionów Chłopskich 39a
OXY Beauty ul. Felczaka 18/U1
Royal Clinic, al. Wojska Polskiego 2/U3
Royal Studio ul. Łokietka 7/10
Royal Thai Massage ul. Sienna 4
Salon Bailine ul. Żółkiewskiego 13
Salon Masażu Baliayu ul. Wielka Odrzańska 30
SPA Evita Przecław 96E
Studio Kosmetyczne Kingi Kowalczyk ul. Szymanowskiego 8
Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
Studio Monika Kołcz ul. Św. Wojciecha 1/9
Verabella ul. Jagiellońska 23
Well Spring Tai massage ul. Kaszubska 13/4A
Wersal Spa al. Jana Pawła II 16
Yasumi ul. Staromłyńska 19

INNE

13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
Centrum Informacji Turystycznej Aleja Kwiatowa
CITO ul. Szeroka 61/1
Filharmonia – sekretariat ul. Małopolska 48
Follow Me ul. Kolumbia 1
Follow Me ul. Wendy 10A
Muzeum Narodowe ul. Staromłyńska 27
Opera Na Zamku ul. Korsarzy 34
Pazim recepcja pl. Rodła 9
Piwnica Kany św. Piotra i Pawła 4/5
Pogóř Szczecin biuro marketingu ul. Karłowicza 28
Północna Izba Gospodarcza al. Wojska Polskiego
Przedszkole Niepubliczne Nutka (Baltic Business Park)
Radio Szczecin al. Wojska Polskiego 73
Stara Rzeźnia Kubryk literacki (fasztownia) ul. Wendy 14
Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny ul. Niemierzyńska 17A
Teatr Polski ul. Swarozycja
Teatr Mały Deptak Bogusława
Teatr Współczesny Wały Chrobrego
Trafostacja Sztuki ul. Ducha 4
Unity Line pl. Rodła
Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
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
Zapol al. Piastów 42



KULTOWY DISCOVERY



BOŃKOWSCY BRITISH AUTO SALON I SERWIS

Ustowo 58, 70-001 Szczecin
przy Rondzie Hakena

+48 91 852 34 00

salon@british-auto.pl

www.british-auto.jaguar.pl/contact-us

 / JLRBonkowsky





No.1

NOWA JAKOŚĆ W MEDYCYNIE

CHIRURGIA PLASTYCZNA
GINEKOLOGIA ESTETYCZNA
GINEKOLOGIA OPERACYJNA
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