

# prestiz

magazyn szczeciński

miesięcznik  
bezpłatny

nr 11 (50)

listopad 2011 r.

[www.magazynprestiz.com.pl](http://www.magazynprestiz.com.pl)

STARE  
WIEKIEM,  
ALE MŁODE  
DUCHEM!

Jacht klasy  
Star i Syrena 105

**ZDROWIE**

Nie daj się  
jesiennej  
depresji

PODRÓŻE

Afryka śladami  
Nowaka  
Kajakiem po

**KONGU!**

MAREK  
KONDRAT

dla Prestiżu

Aktor dojrzały jak wino

D E N T A L  
IMPLANT AESTHETIC CLINIC

Klinika implantologii  
[www.froe.pl](http://www.froe.pl) • ul. Panieńska 18, Szczecin • tel. 91 48 88 250

**PANDORA**  
UNFORGETTABLE MOMENTS



*Eternel*



**YES**

Yes.pl



**Rings**  
YES Collection  
Zbieraj, zestawiaj, twórz...



**YES STEEL**  
COLLECTION



ZAPRASZAMY DO SKLEPÓW JUBILERSKICH YES W SZCZECINIE  
CH STER (91) 433 07 99, GALERIA KASKADA 501 481 778



## *Komfort i Elegancja*

Wisniowy Sad to wyjątkowe osiedle o niepowtarzalnym, artystycznym charakterze. Jedyne w swoim rodzaju miejsce, gdzie wynikający z bliskości natury spokój idealnie łączy się z wygodnym miejskim stylem życia. Kameralna, otoczona zielenią zabudowa, starannie zagospodarowany wewnętrzny dziedziniec, dostępny wyłącznie dla mieszkańców, zapewniają poczucie intymności i wyciszenia.

Nowoczesne rozwiązania architektoniczne gwarantują komfort mieszkania.

Wisniowy Sad to prestiżowy adres stworzony z myślą o najbardziej wymagających Klientach, dla których najważniejsze są: indywidualny styl i jakość życia.

# prestiz

Z

nakomity aktor, dzisiaj znawca win i biznesmen. Marek Kondrat, bohater naszej okładki w chwili największej popularności ku zaskoczeniu wielu zrezygnował z aktorstwa, by oddać się nowej pasji. Pamiętamy go m.in. z kultowej już komedii C.K. Dezerterzy, gdzie grał rolę gefreitra Jana Kanii, czy z Ekstradycji, gdzie wcielił się w postać komisarza Halskiego. Choć najlepszą jego kreacją był zapewne Adaś Miauczyński z filmów Marka Koterskiego. Słowem – Kondrat miał wszystko, i angaże i dobrą prasę, ale wciąż szukał. Dzisiaj choć już nie jest czynnym aktorem (ciekawe na jak długo?) lubi sobie pogawędzić. To jedna z cech aktorów, szczególnie starej daty, czyli tych nie stricte serialowych. Lubią nie tylko rozmawiać, ale rozważać i zastanawiać się nad sensem wszystkiego. Tak ogólnie. Wykorzystując znajomość wielu wspaniałych dramatów i komedii odgrywanych w teatrze, złotych myśli i wielkich sentencji napisanych przez wybitnych twórców na przestrzeni wieków, doszli do perfekcji w zadawaniu pytań o sens. I jednocześnie udzielaniu na nie odpowiedzi. A także o bezsens. Czy też sens bezsensu lub bezsens sensu. Itd. Oczywiście nieodłącznym elementem tego typu wywiadów z artystą jest widoczna fascynacja własnym głosem, w miarę rozmowy wybijająca się na pierwszy plan ponad treść. To pewnie uboczny skutek lat ćwiczeń aktorskich przed lustrem. Oczywiście nie dotyczy to każdego aktora.

Kondrat też lubi rozmyślać i gawędzić, ale wyróżnia go to, że robi to ciekawie. Może dlatego, że łączy znajomość sztuki z realnym życiem? Na pewno stanowi ciekawe połączenie udanego biznesu i sztuki. Ma doświadczenie w jednym i drugim. Dlatego ucieszyłem się, gdy zgodził się poświęcić część swego pobytu w Sopocie na spotkanie z dziennikarzem "Prestizu". A efektem czego jest interesujący i jak na aktora filozofa przystało – całkiem obszerny wywiad.

Przyznaję, że tym razem "Prestiz" ma sporo męskich tematów. W podróżach opowieść o niezwykłym spływie kajakowym – rzekami Konga. Tam wszystko jest dzikie – rzeki, przyroda, miasta, ludzie, cywilizacja. Kongo nie należy do bezpiecznych krajów Afryki. No, ale to przecież przygoda. Tak samo przygodą – choć innego typu – jest dzisiaj posiadanie Syrenki. Kiedyś popularna "skarpeta", dzisiaj powoli staje się przedmiotem pożądania kolekcjonerów. I to bardzo wdzięcznym jak można dowiedzieć się z tekstu Izabeli Magiery – Jarzembek. Ponadto w "Prestizu" cała masa innych historii: o jachcie typu Star, najstarszej klasy regatowej na świecie, ciekawostki techniczne wyłapane z sieci, o tym jak zamienić dom w inteligentny komputer, o autostopie jako sposobie na podróżowanie, czy w końcu praktyczny przegląd miejsc do gry w tenisa. A dla pań? O paniach też nie zapomnieliśmy, są stałe rubryki, jest moda, są porady. A poza tym, kto powiedział, że pań nie zainteresuje wywiad z Markiem Kondratem czy też podróż do Konga? Miłej lektury.



Michał Stankiewicz

# Z gruntu dobra inwestycja

„Małe Błonia” to osiedle z prawdopodobnie najpiękniejszym widokiem na panoramę Szczecina. Łatwy dostęp do terenów rekreacyjnych, doskonała komunikacja z centrum miasta i gotowa infrastruktura osiedla, dają gwarancję mieszkania w zacisznej okolicy o wysokiej kulturze zabudowy.

Osiedle „Małe Błonia” to kompleks 92 niezabudowanych działek przy ul. Łącznej na Warszawie o łącznej powierzchni ponad 8 hektarów. Działki budowlane o powierzchni **od 576 do 2004 mkw** są dostępne wraz z projektem koncepcyjnym zagospodarowania terenu.



**Działki budowlane  
na Warszawie**



**Osiedle Małe Błonia**  
działki budowlane z koncepcją zagospodarowania



Informacji udziela i sprzedaż działek prowadzi:  
**AMBER** sp. z o.o., ul. Lutniana 38/70, 71-425 Szczecin  
tel. **+48 91 424 79 78**, e-mail: [osiedle@amber.nieruchomosci.pl](mailto:osiedle@amber.nieruchomosci.pl)  
[www.amber.nieruchomosci.pl](http://www.amber.nieruchomosci.pl)

# Follow me!

*Jedna firma – wiele możliwości*

**Interglobus**  
**Tour**  
AIRPORT TRANSFER

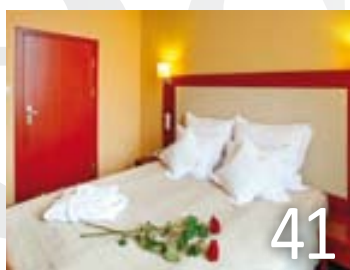


transfery na lotniska • bilety autokarowe, lotnicze, promowe • wynajem pojazdów • business taxi

tel. +48 91 485 04 22  
tel. 24h: +48 608 33 02 33

[www.interglobus.pl](http://www.interglobus.pl)  
[www.autokarywynajem.eu](http://www.autokarywynajem.eu)

**ELITE**  
**LIMOUSINES**  
PARTNER



**OKŁADKA**  
**Na okładce:**  
 Marek Kondrat  
**Foto:**  
 Adam Kozak  
 / Agencja Gazeta

**prestiz**  
 magazyn szczeeciński

## MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

Magazyn Prestiz, al. Wojska Polskiego 31/4, 70-473  
 Szczecin, tel./fax: (+48) 91 421 46 42  
 tel.: (+48) 91 421 06 21, e-mail: redakcja@eprestiz.pl  
[www.magazynprestiz.com.pl](http://www.magazynprestiz.com.pl)  
 Redaktor naczelna: Daria Prochenka

**Redakcja:** Izabela Magiera-Jarzemek,  
 Aneta Dolega, Weronika Bulicz, Jerzy Chwałek,  
 Maciej Pieczyński, Agnieszka Redlińska, Rafał Podraza  
**Felietoniści:** Krzysztof Bobala, Joanna Osińska,  
 Szymon Kaczmarek, Przemysław Czerwiński  
**Dział foto:** Dariusz Gorajski (szef działu),  
 Włodzimierz Piątek,  
**Skład gazety:** Maciej Jurkiewicz PROduktART  
**Dystrybucja:** Ad Media, Jacek Bałut tel.: 518 49 38 48

**Dział Reklamy i Marketingu:**  
 e-mail: reklama@eprestiz.pl  
 Iwona Drązkiewicz (szef działu),  
 Konrad Kupis

**Wydawca:** Fabryka Słowa Sp. z o.o.  
**Prezes Zarządu:** Michał Stankiewicz  
**Dyrektor Reklamy i Marketingu:**  
 Anna Olów-Wachowicz  
**Dział administracji**  
 Kamila Szymczak  
 e-mail: sekretariat@eprestiz.pl  
**Druk:** KaDruk Sp z o.o.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.

## FELIETON

**8** Rozmowy w pociągu. Ludzie! Co my robimy! – pisze Joanna Osińska

## WYDARZENIA

**10** Ma talent, Przyjaźń zamiast korony, Ciuchy, samochody i okulary  
**11** Literatura jest sexy,  
 Popularne muzeum  
**12** Bluesowy Maciek,  
 Nabazgraj i wygraj  
**13** Nowe miejsca

## TEMAT Z OKŁADKI

**14** Opanować demona czasu.  
 Marek Kondrat

## LUDZIE

**20** Baltic Neopolis Orchestra.  
 Smyczki na ludzi  
**22** Robię swoje. I tyle – Marta Jaguś  
**25** Walczy o życie. Justyna Kurowska

## PODRÓŻE

**26** Kajakiem po Kongu

## MOTORYZACJA

**30** Czym jeżdżę? Wspomnienie  
 PRL-u, czyli Syrena 105

## TECHNIKA

**34** Podglądając w sieci

## STYL ŻYCIA

**35** Podróż za jeden uśmiech  
**38** Czym pływam - Gwiazda na wodzie

## DESIGN

**41** Prestiżowe wnętrze.  
 Kiedyś willa, dzisiaj hotel  
**44** Inteligentny dom

## ZDROWIE I URODA

**46** Dorota Zawadzka – Poważna pani

psycholog... z dystansem

**48** Nie daj się jesiennym nastrojom  
**51** Ulubiony zabieg Madonny  
**53** Pałac kolorów. Makijaż  
 fotograficzny fashion – beauty

## MODA

**58** Łowcy stylu  
**60** Szarość musztardą umazana

## KUCHNIA

**65** Smacznie, ale niezdrowo  
 – felieton Szymona Kaczmarka

## KULTURA

**66** Prestiżowe imprezy, czyli  
 subiektywny przegląd wydarzeń  
**68** Prestiżowe książki  
**69** Muzyka ze środka pustyni,  
 Sopot nagradza Szczecin,  
 Jubileuszowy DokumentART

## SPORT

**70** As serwisowy. Viva Aga  
 – pisze Krzysztof Bobala  
**71** Udany debiut na Jeziorze Garda  
**72** Zimowy sezon tenisowy  
**73** Pływacka Europa  
 w szczeecińskiej Arenie

## KRONIKA PRESTIŻU

**75** Polsko – niemiecka Traviata,  
 Sobocki w liceum, Kawa dla  
 smakoszy  
**76** Hiszpańskie smaki, Olsen  
 stylizuje, Artplastica nagrodzona,  
 Nastoletnia Lady Fitness  
**77** Panowie dla panów, Jak  
 hartował się kapitalizm,  
 Szampony w środku  
 miasta, Dla dzieci i rodziców  
**78** Grali na remis, Marszałek  
 nagrodził, Tylko dla mężczyzn,  
 Architekci architektom

DYRBERG/KERN



Brancewicz  
salon mody

al. Papieża Jana Pawła II 48, Szczecin, tel.: 91 46 46 999

# Ludzie? Co my robimy!

**D**o przedziału w pociągu relacji Warszawa-Szczecin wpada jak bomba zziąpany młody chłopak głośno dziękując losowi, że zdążył. Faktycznie, tylko się pojawił, zaraz ruszyliśmy. Zamieszanie, walizki, torba z laptopem.

Wszystko na raz. Minęła chwila zanim dało się zauważyć, że najgorsze już minęło. Spóźniony pasażer zapakował wreszcie bagaże nad nasze głowy. Usiadł i jeszcze długo dyszał mimo, że młody. Teraz to przecież żaden wyróżnik kondycji, skoro to pokolenie, to ludzie przyrośnięci do komputera. Zauważyłam jednak, że dyskretnie przygląda się zmęczonemu, mężczyzna z naprzeciwka. Po czterdziestce, spokojny, z lekkim uśmiechem jakby zrozumienia. Kiedy oczy obu się spotkały, wymienili już śmiałe uśmiechy.

- Przepraszam za ten chaos. Znalazł się Młody. Jadę do Szczecina w bardzo ważnej sprawie. Gdybym nie zdążył na ten pociąg zawałiłbym sprawę. Szef by mnie „zabił”.

Ten chłopak miał w sobie coś niezwykłego, ciepłego i przyjacielskiego. Bałagan, który rozpętał był jak powiew świeżego powietrza. Wszystkie „śnięte ryby”, nagle się ożywiły zaciekawione sytuacją.

- A to jest ciekawe zajęcie, za którym pan tak pędzi? Zapytał niespodziewanie Czterdziestolatek.

- Czy ja wiem... Chyba jeszcze szukam własnej dro-

gi, ale w międzyczasie muszę coś robić. Z samych marzeń się nie utrzymam.

- A o czym pan marzy? - Nie ustępował Czterdziestolatek, ale trzeba przyznać, że robił to z wdziękiem. Mimo konkretnych pytań, nie był nachalny.

- Po pierwsze jestem zakochany. Zaczął bez skrupowania Młody. Miłość, prócz romantyzmu, ma też swoje całkiem przyziemne wymagania, np.; mieszkanie, utrzymanie, ZUS, samochód itd. Moje marzenia, to pracownia architekta, studio fotograficzne i rodzina z trójką dzieci. I jeszcze okazały dom z ogrodem. Trochę tego dużo i czasem jestem już zmęczony gonitwą, ale bez pracy nie ma kolaczy.

Na twarzach pań namalował się nie ukrywany zachwyty nad tak wysoko postawioną poprzeczką. I nagle padło pytanie, które nieco rozproszyło tę sielską atmosferę. Niezawodny Czterdziestolatek...

Przecież tego czasu zmarnowanego nikt nam nie zwróci. Tylko kogo zapytać, jak żyć, skoro mamy kryzys autorytetów. Jak się miało okazać – nie jest tak źle. Moje podróże, to błogosławieństwo. Ludzie, których spotykam są jak drogowskazy. Ich mądrość pokazuje drogę innym, również mnie.

- A gdzie w tym wszystkim jest Pan?

- Jak to gdzie? Przecież to mój plan, ja go wymyśliłem. Już na to pracuję, żeby moim bliskim niczego nie zabrakło. Jak to osiągnę, będę szczęśliwy.

- A dziś? Jakie jest dziś u Pana?

- No „Dziś” jest zabiegane, wciąż brak czasu, ale czy nie tak wygląda życie na starcie? Trzeba się dorobić, darmo nikt nie da. Powiedział pewny siebie Młody.

Ma pan rację, ale nie może pan po drodze się wypalić, bo cel pana przerośnie i na jesieni życia może okazać się pułapką. Musi pan pamiętać o sobie, nie z powodu własnego egoizmu, ale dla bliskich, których pan już tak bardzo kocha. Musi pan zachować w sobie tę radość życia, trochę młodzieńczej naiwności, aby dzieci i żona zawsze uważali pana za „radosny dzień ze słońcem”, który przynosi miłe chwile i rozwiązania najtrudniejszych nawet życiowych spraw. Do tego trzeba siły, dużo siły. Wiem, że łatwo się zgubić w codzienności, ale tak do przemyśleń może przydać się panu prawda Dalajlamy, który zapytany o to, co najbardziej zadziwia go w ludzkości, odpowiedział:

...człowiek, ponieważ poświęca swoje zdrowie, by zarabiać pieniądze.

Następnie poświęca pieniądze, by odzyskać zdrowie. Prócz tego jest tak zaniepokojony swoją przyszłością, że nie cieszy się z terażniejszości.

W rezultacie nie żyje ani w terażniejszości, ani w przyszłości. Żyje tak, jakby nigdy nie miał umrzeć. Po czym umiera tak naprawdę nie żyjąc...

Warto nad tym pomyśleć. Do zobaczenia w następnej podróży...

Potrąwę szybko zrobimy „jak słońce z pomarańczy i cebuli”:

3 pomarańcze, jedna czerwona cebula, łyżka oliwy z oliwek, pieprz cayenn, kminek, sól, czarne oliwki, natka pietruszki.

Pomarańcze pokroić, cebulę też, w cienkie pierścionki. Całość pokropić oliwą, przyprawić. Ustroić oliwkami i pietruszką. Z białym winem, półwytrawnym – pycha. Ja bardzo lubię.

Joanna Osińska



**Joanna Osińska**

Dziennikarka TVP, prezenterka programu informacyjnego TVP Szczecin „Kronika”. Prowadzi serwis ekonomiczny „Biznes” w TVP.Info

# OFERTA ŚWIĄTECZNO-SYLWESTROWA

Hotel i Restauracja

ATRIUM \*\*\*\*



al. Wojska Polskiego 75

70-481 Szczecin

tel. 91 424 35 32

email: rezerwacja@hotel-atrium.pl

www.hotel-atrium.pl



## Firmowe Spotkania Przedświąteczne

Nasi znakomici Szefowie  
Kuchni przygotowali dla  
Państwa wyjątkową ofertę  
MENU z akcentem  
świętecznym już  
od 80 zł za osobę.

Do wyboru również bogate  
menu w formie bufetu  
od 90 zł za osobę.

Dla uczestników imprez  
świętecznych oferujemy  
atrakcyjne rabaty  
na noclegi.

Serdecznie zapraszamy!

ZAREZERWUJ JUŻ TERAZ!  
tel. 91 424 35 32

## Sylwester 2011/2012

Dla Ciebie Sylwester  
tego roku może być  
naprawdę wyjątkowy.

Prawdziwą magię  
sylwestrowej nocy  
poczujesz bawiąc się  
na eleganckim przyjęciu  
w Restauracji  
Hotelu ATRIUM\*\*\*\*.

Bal Sylwestrowy  
od 750 zł za parę.

Na każdy pokój  
atrakcyjny rabat.

Pokój 2 os. ze śniadaniem od 200 zł.

To będzie niezapomniana noc!

ZAREZERWUJ JUŻ TERAZ!  
tel. 91 424 35 32



## Ma talent

Znowu jest głośno o Michale Pawłowskim tancerzu ze Szczecina. Tym razem święci triumfy wraz ze swoim studium tańca High Definition.

Michał na swoim koncie ma już spore sukcesy. Jest finalistą programu You Can Dance, ze swoim zespołem hip-hopowym dostał się też do półfinału bieżącej edycji Mam Talent. W międzyczasie stworzył choreografię do ogromnego projektu wizualno – muzyczno – tanecznego „Dzieci Przełomu”, którego premiera odbyła się w październiku.

– W projekcie „Dzieci Przełomu” wzięły wystąpiły dwa zespoły ze szkoły High Definition – grupa jazzowa z choreografią Roko Łuczaka i moja grupa hip-hopowa – opowiada Mi-

chał Pawłowski. – Wszystko musieliśmy poświęcić, by przygotować się do tej sztuki. Pracowaliśmy praktycznie od rana do nocy.

Jego grupa znana jest już w całej Polsce za sprawą programu „Mam talent?”. I chociaż nie dostali się do finału, Michał jest zadowolony z występu.

– To duży sukces zważywszy na fakt, że istniejemy zaledwie od listopada 2010 roku. Pojechaliśmy do Warszawy na zupełnym luzie, bo dla nas nie jest najważniejsza wygrana, ale zabawa – mówi Michał Pawłowski. – Chociaż nie ukrywam, że po programie pojawiło się już kilka interesujących propozycji. Na pewno czeka ich bardzo pracowity koniec roku. Będą tańczyć na Mistrzostwach Europy w Pływaniu, które odbędą się w grudniu tego roku.

– Cieszę się, że jesteśmy doceniani w naszym mieście – dodaje. – Chcemy tutaj zostać i popularyzować taniec, jako środek przekazu artystycznego.

imj



Foto: Dariusz Gorajski

REKLAMA

## Przyjaźń zamiast korony

Szczecinanka Angelika Ogryzek choć nie zdobyła korony Miss Świata podczas ostatnich wyborów to nie ma powodów do narzekań. W Londynie spędziła fantastyczne 3 tygodnie.



Foto: Katarzyna Hufnińska

Angelika mieszkała w Marriottcie w samym centrum Londynu. Codziennie wraz z innymi kandydatkami ćwiczyła choreografię na scenie Earls Court, gdzie odbył się niedzielny finał. Chociaż nie miała wiele czasu na rozrywkę poznała miasto, miała także okazję odwiedzić Szkocję. – Na wybory przybyło aż 113 miss z całego świata! To była niesamowita mieszanka kultur. Zaprzyjaźniłam się z miss Słowacji. Chociaż dziewczyny były nastawione do siebie pozytywnie, to jednak dało się odczuć rywalizację – opowiada Angelika.

Podczas finału Angelika wystąpiła w wyprostowanych włosach. Niestety nie zakwalifikowała się do finałowej dwudziestki. Najpiękniejszą kobietą na świecie po raz szósty w historii wyborów została 22-letnia Wenezuelka. Piękna szczecinanka wciąż jednak pozostaje aktualną Miss Polski. Tytuł będzie nosić jeszcze przez 10 miesięcy.

imj

## kalendarz\_2012

HENRYK  
SAWKA



Zamów na [sawka.pl](http://sawka.pl)  
lub zadzwoń 91 48 688 49

## Ciuchy, samochody i okulary

Van Graaf, Coccinelle oraz luksusowe mercedesy – to główne atrakcje najbliższego Weekendu Mody, który odbędzie się 19 listopada. Tradycyjnie już – pod patronatem „Prestiżu”.

Najbliższa edycja będzie już jedenastą z kolei. Tym razem jej organizatorzy – u.studio – postanowili pokazać najnowsze kolekcje znanych marek. Tak więc zobaczymy pokazy ubrań VAN GRAAF, torebek Coccinelle, a także eleganckich okularów Paul Vadim.

Atrakcją imprezy, która tym razem odbędzie się w salonie Mercedes Mojsiuk przy ul. Pomorskiej będą też samochody. I to jakie! Tego wieczoru odbędzie się premiera nowego modelu klasy B oraz luksusowego SUV-a klasy ML. Całość dopełni bankiet i koncert. Imprezę poprowadzą ciekawie Borkowski.

Nie zabraknie też „Prestiżu”, patrona medialnego i partnera Weekendu Mody. Tak jak

na poprzedniej edycji na gości będzie czekał czerwony dywan z elegancką ścianką, na tle której będzie można pięknie pozować. Zarówno do zdjęć w Prestiżu, jak i relacji TV Prestiż!

br



Foto: materiały prasowe

WEEK & MODY

prestiż  
magazyn szczeciński

## Kaskada nagrodzona

Tytuł najlepszego centrum handlowego w prestiżowym konkursie CiJ Awards Poland zdobyła Galeria Kaskada.

W ręczenie tytułu odbyło się podczas uroczystej gali w Warszawie. W tegorocznej jubileuszowej 10. edycji konkursu przyznano nagrody w 13 kategoriach. Kaskada została nagrodzona spośród 4 nominowanych centrów w kategorii Best Shopping Center Development. – To dla nas ogromne wyróżnienie i dowód na to, że Galeria Kaskada spełnia pokładane w niej nadzieje. Niezwykła lokalizacja, doskonały dobór najemców oraz młoda i nowo-



Foto: materiały prasowe

czesna koncepcja architektoniczna sprawiają, że już stała się najpopularniejszym centrum handlowym w regionie – cieszy się Monika Pyszkowska, dyrektor Kaskady.

Galeria, w której jest 140 sklepów i lokali położona jest w centrum Szczecina. Swoim wyglądem i nazwą nawiązuje do centrum rozrywkowego Kaskada, które spłonęło w 1981 roku. Działa od września 2011 roku, a jej właścicielem jest ECE.

kt

## Popularne muzeum

Szczecińskie Muzeum Techniki i Komunikacji – Zajezdnia Sztuki zostało czwartym w Polsce produktem turystycznym. Plebiscyt organizował portal otowakacje.pl

Z adaniem uczestników konkursu był wybór ich ulubionej atrakcji oraz jego uzasadnienie. Atrakcje – produkty turystyczne, jakie

(15,9%), a na drugim miejscu znalazł się krzeszowski Zespół Pocysterski (15,5%). Ostatnie miejsce na podium zajął Białostocki szlak kulinarny – zrzeszający restauratorów i producentów żywności z regionu (9%).

Wyróżnienie szczecińskiego muzeum to wielki sukces, szczególnie, że tuż po ogłoszeniu wyników obchodziło dopiero swoje pierwsze urodziny.

W muzeum można stale podziwiać osiągnięcia przemysłu motoryzacyjnego, a także autobusy i tramwaje. Wiele spośród eksponatów jest nie tylko na wyciągnięcie ręki, zwiedzający mogą swobodnie wsiadać do tramwajów, w których np. obejrzą film o historii komunikacji w Szczecinie. Siedziba instytucji to wiekowa zajezdnia tramwajowa przy ulicy Niemierzyńskiej.

Do połowy stycznia, szczecinianie mogą też zobaczyć ekspozycję Muzeum Narodowego w Warszawie – „Chcemy być nowocześni. Polski design 1955 – 1968”. **wb**



Foto: Dariusz Goralski

zostały zgłoszone i wybrane przez internautów były bardzo różnorodne. Wśród produktów pretendujących do miana najlepszych znalazły się szlaki kajakowe, ale także wydarzenia – jak piknik lotniczy w Lesznie, oraz jeden z najciekawszych: szlak kulinarny.

Szczecińskie muzeum zajęło bardzo wysokie czwarte miejsce zdobywając blisko siedem procent wszystkich głosów. Zwycięzcą został Szlak Kajakowy Bug-Krzna

## ROZWIĄZANIE KONKURSU

Zaproszenia na masaże w Baltica Wellness & Spa otrzymują **Dominik Wiktorowicz i Ewa Czapiewska**

Gratulujemy!  
O sposobie odbioru nagrody poinformujemy drogą mailową.



henryk\_sawka



© H.S. concept, 2011

Dołącz do nas na [facebook.com/HenrykSawka](https://www.facebook.com/HenrykSawka)

## Bluesowy Maciek

Dla chłopaka z Pniewa koło Gryfina – 17-letniego Maćka Czaczyka, druga edycja show „Must Be The Music. Tylko Muzyka” okazała się życiowym sukcesem.

**C**hłopak z gitarą, śpiewający Tadeusza Nalepę podbił serca surowego jury oraz publiczności swoją niekłamaną skromnością. Teraz ma w ręku czek na 100 tysięcy złotych oraz zagwaran-

uwagi i pochwały były jego zdaniem najszczerze. Podczas finału, jak sam mówił, czuł, że to on może być zwycięzcą. Jak planuje najbliższy czas?

– Teraz przyszedł czas, by nagrać płytę – zapewnia młody wokalista.

Wzorem jest dla niego Tadeusz Nalepa, którego muzyką się inspiruje. – Można zapewne spodziewać się, że materiał, jaki znajdzie się na moim debiutanckim albumie będzie właśnie w klimacie bluesowym, nie mogłoby być inaczej – mówi Maciek.

Licealista musi jednocześnie myśleć o zbliżającej się maturze. Czy poradzi sobie z pogodzeniem kariery ze szkołą?

– To będzie poważne utrudnienie, ale zrobię wszystko, żeby szkoła nie ucierpiała – zapewnia.

**wb**

## Nabazgraj i wygraj

Prawdopodobnie każdy z nas siedząc na nudnej lekcji w szkole bazgrolił coś na kartce dla zabicia czasu. Słowa, rysunki czy po prostu zwykłe graficzne „esy floresy”. Czasem wychodziły z tego dzieła na miarę sztuki figuratywnej, a czasem po prostu nic nie znaczący chaos.

**W**raz z rozpoczęciem roku akademickiego na trzydziestu polskich uczelniach ruszył nietypowy konkurs skierowany do wszystkich studentów, których na co dzień ponosi artystyczna ekspresja. „Red Bull Sztuka Bazgrołów” to nie lada gratka dla amatorów rysunków, bohomazów i szkiców często powstających podczas przydługich wykładów. Te oryginalne dzieła sztuki do końca listopada powalczą o cenne nagrody i uczestnictwo w ekspozycjach zorganizowanych na terenach kampusów studenckich. Szczecin, wrażliwy na wszelkie objawy sztuki, również przyłączył się do tej niezwyklej rywalizacji. Urny na „bazgroły” znalazły się na terenie Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządza-



foto: Marko Djuric

nia US oraz Domu Studenta nr 3.

Studenckie bazgrolenie nie jest nowym wynalazkiem. Pierwsza tego typu akcja miała miejsce w 2008 roku w Hiszpanii i bardzo szybko zdobyła miłośników na uczelniach całego świata. Tegoroczna polska edycja odbywa się równocześnie z podobnymi akcjami w Dubaju i na Łotwie. **ad**



Foto: archiwum Macieja Czaczyka

towny udział w sylwestrowym koncercie Polstatu.

Maciek od początku był zaliczany do faworytów w programie. Sam najlepiej wspomina komentarze i ocenę Kory, której

## Literatura jest sexy

O nowej książce „Sinicuik” szczecińskiej pisarki Elizy Chojnackiej, jest głośno jeszcze przed jej publikacją. A to za sprawą niecodziennej sesji okładowej, która pojawiła się na łamach listopadowego magazynu Playboy.

**A**utorka wpadła na oryginalny pomysł, aby na casting zaprosić kobiety do 35 roku życia. Zgłosiło się wiele intrygujących pań, zawodowych modelek, amateerek, które chciały zmienić coś w swoim życiu. I wystąpić w bardzo odważnej sesji. Wszystko odbyło się w klimatycznej Willi Lentza w Szczecinie przy udziale wizażystki Mai Holcman i fotografa Adama Fedorowicza oraz czterech wybranych w castingu pań. Tematem były pragnienia i namiętności ludzkie opisywane przez autorkę w książce.

– Projekt „Sinicuik” okazał się na tyle ciekawy, że postanowiłam przesłać materiał do najbardziej znaczących redakcji w Polsce. Przesłałam również do Marcina Mellera, którego materiał zaintrygował. I tak się zaczęła nasza współpraca – opowiada Eliza Chojnacka.

Projekt zainteresował też magazyn kobiety Imperium Kobiet, który objął patronat nad tym wydarzeniem oraz książką. **imj**



foto: Adam Fedorowicz

## CASA DEL TORO

**ul. Nowy Rynek 2, Szczecin**

Restauracja w stylu tapas bar. Tapas wywodzi się z Hiszpanii, a dokładniej Andaluzji, gdzie oznacza przekąski podawane najczęściej do wina. Mogą to być zarówno kalmary w cieście, szaszłyk z krewetek i chleb galicyjski. Z dań głównych szef kuchni poleca ryby: żabnicę, czerwonego lucjana i doradę.  
Godziny otwarcia: od 12 do ostatniego klienta.



Foto: Włodzisław Piątek

## LOOK

**ul. Rayskiego 23/2a, Szczecin**

Hurtownia artykułów fryzjerskich. Czym różni się od innych takich miejsc w Szczecinie? Przede wszystkim marką! Jako jedyni w Szczecinie oferują produkty włoskiej firmy By Fama. Poza tym nie brakuje też innych znanych marek i najlepszej jakości profesjonalnych produktów. Look organizuje szkolenia fryzjerskie, a w przyszłości w planach są także efektowne show.  
Godziny otwarcia: od 10 do 17 (pon - pt), od 10 do 15 (sob)



Foto: Dariusz Gorajski

## VIP COLLECTION

**ul. Jagiellońska 11, Szczecin**

Znany i działający od lat sklep zmienił swoje miejsce. Z ul. Wojciecha przeniósł się na Jagiellońską. Asortyment sklepu to ekskluzywna odzież damska, w tym bardzo dużo sukienek (na zamszowych wieszakach) takich marek jak m.in. Kevin Klein, Bebe, Terani. Dodatkowo oferta została poszerzona o kolekcje męskie (Kevin Klein, DKNY, Tony Hilfiger).  
Godziny otwarcia: od 9 do 11 (pon - pt), od 10 do 15 (sob)



Foto: Dariusz Gorajski

## EXCELLENCE

**ul. Wyszyńskiego 14, Szczecin**

Klinika Stomatologii i Medycyny Estetycznej to nowoczesne i przyjazne miejsce w samym sercu Szczecina przy ul. Wyszyńskiego 14 w odrestaurowanej przedwojennej kamienicy. W miłej atmosferze i wnętrzu Excellence oferuje zabiegi z zakresu odmładzania skóry, stomatologii estetycznej i zachowawczej oraz chwile wyciszenia i relaksu.  
Godziny otwarcia: od 8 do 20 (pon - pt), od 10 do 16 (sob)



Foto: materiały prasowe

## LKJ

**al. Niepodległości 36, Szczecin (Galeria Kaskada)**

Sklep słynący ze skórzanych wyrobów, najwyższej jakości. Można tam kupić produkty wykonane z naturalnej skóry, począwszy od spodni, kurtek, po torebki i dodatki. Są też i futra. I to prawdziwe!  
Godziny otwarcia: od 9 do 21 (od pon - sob), od 10 do 20 (nd)



Foto: materiały prasowe

## RESTAURACJA SZCZECIN

**ul. Felczaka 9, Szczecin**

Restauracja – zgodnie z nazwą – nawiązująca do Szczecina. W wystroju wnętrza dominują duże zdjęcia miasta, także z lotu ptaka. Kuchnia oferuje dania europejskie, polskie i regionalne. Wśród tych ostatnich są m.in. robiony na miejscu paprykarz szczeciński, gulaszowa z dorsza, czy śledź w trzech odsłonach.  
Godziny otwarcia: od 9 do 23 (pon - czw), od 9 do 24 (pt), od 10 do 24 (sob), od 10 do 22 (nd)



Foto: materiały prasowe

## ROSENTHAL

**al. Niepodległości 36, Szczecin (Galeria Kaskada)**

W ofercie tego nowego sklepu znajdują się produkty wybranych producentów porcelany ze światowej czołówki. Ale nie tylko porcelany. Od klasycznych i ponadczasowych produktów Rosenthal, przez nowoczesne i awangardowe Sambonet, aż po unikatowe Royal Copenhagen.  
Otwarte: od 9 do 21 (pon - sob), od 10 do 20 (nd)



Foto: materiały prasowe

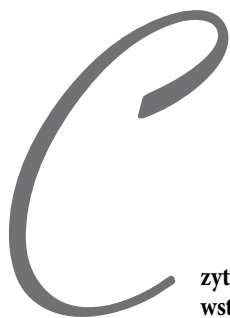


# MAREK KONDRAT

## OPANOWAĆ DEMONA CZASU

MAX RADKE

Gdy postanowił porzucić aktorstwo wielu fanów kina myślało, że to tylko gwiazdorska fanaberia. Tak samo myśleli winiarze, gdy znakomity aktor odnalazł się w właśnie w tej branży. Dziś jego sieć Winarium to 21 sklepów w całej Polsce, ale w tej sieci najważniejszy jej twórca. Marek Kondrat - w winie odnalazł spokój duszy, harmonię życia i ukojenie po szaleńczym biegu na sinusoidzie nastrojów i emocji.



**zytając Pana słowo wstępne na stronie internetowej natknąłem się na takie zdanie: "Coś musiałem przeżyć, coś zrozumieć by móc określić swoje potrzeby na tzw. "jesień życia". Co Pan zatem przeżył, co zrozumiał i jakie to są potrzeby?**

- Przeżyć musiałem wszystko to, co niósł mój poprzedni zawód. Ma on w sobie... taką pazerność niesłychaną, wyłączność. Pochłania bez reszty, stawia człowieka bez przerwy w krańcowych sytuacjach, w amplitudach nastrojów i emocji. Wino jest na drugim krańcu tego wszystkiego. Jeżeli mówię, że trzeba było coś przeżyć, to znaczy, że trzeba było dorosnąć. To dorastanie u mężczyzny jest bardzo długim procesem, każdy ma własny scenariusz życiowy. Mój trwał mniej więcej do 50 roku życia, wtedy uświadomiłem sobie o co mi chodzi w życiu. Ale już w wieku 45 lat wziąłem udział po raz pierwszy w kursie winiarskim w Bordeaux i tam usłyszałem pierwsze słowa na temat wina, zobaczyłem jak ono rośnie. Zobaczyłem ludzi, którzy je tworzą, spokój, doceniłem trwałość, coś takiego, co w wieku dojrzałym przynosi pewien rodzaj ukojenia po jakimś szaleńczym biegu. Chodzi o pierwszą refleksję - co się zrobiło i czego się chce na przyszłość.

**- Porzucenie aktorstwa na rzecz pasji winiarskiej to była w Pańskim życiu rewolucja czy raczej ewolucja?**

- Zdecydowanie ewolucja. Jak dzisiaj patrzę na swoje życie z perspektywy tego, co już przeżyłem, to ten moment niechybnie musiał nastąpić. Nie mam takiej natury, która by mi pozwoliła trwać w takim stanie podwyższonej temperatury przez całe życie. Wykonywałem to, co umiałem najlepiej. Najlepiej mi to wychodziło, gdy miałem u boku swojego mistrza Gustawa Holoubka. Wtedy byłem nie tylko pod jego skrzydłami, ale też związany etatowo z tym zawodem. Kiedy mi go zabrakło w Teatrze Dramatycznym, właściwie uwolniłem siebie. To był pierwszy krok do decydowania samemu o własnych losach. I tak trwało to do momentu, gdy podjąłem się... (Marek Kondrat zawieszając głos - przyp. red.). Chciałem powiedzieć ryzyka, ale to raczej nie było ryzyko. Odkryłem po prostu świat, który dał mi to, czego szukałem, czego potrzebowałem.

**- Czego zatem Pan potrzebował?**

- Całe moje życie miało jeden imperatyw, czyli właśnie wolność przede wszystkim,

opanowanie demona czasu, żeby nikt mną nie zarządzał, żeby sobie wybierać zajęcia i swoje miejsce. To świat zupełnie inny od tego, w którym funkcjonowałem do tej pory, ale on jest zgodny z moim czasem, z moim charakterem i z moimi potrzebami. Biznes, który dzisiaj prowadzę mocno mnie dyscyplinuje - mam po co wstawać z łóżka, jestem za coś i za kogoś odpowiedzialny, ale przede wszystkim robię to, co chcę. Poza tym zajmuję się czymś, co w moim życiu było do tej pory nieobecne. W aktorstwie wszystko miałem podane na tacy, wszystko było przygotowane. Ktoś mi coś pisał, ktoś mnie ubierał, ktoś podnosił kurtynę, czy walił w klaps, a do mnie należało tylko odegranie roli. To była praca zespołowa, a ja byłem trybkiem w machinie. W tej chwili buduję zespół, ale

**”  
Aktorstwo  
pochlania bez  
reszty, stawia  
człowieka bez  
przerwy  
w krańcowych  
sytuacjach,  
w amplitudach  
nastrojów i emocji.  
Wino jest na  
drugim krańcu  
tego wszystkiego**

to ja nim kieruję. Wiem, co wkładam w ten biznes i wiem, co mogę mieć w zamian. To jest coś wymiernego. Biznes jest wymierny, sztuka mniej.

**- Czy jest coś takiego, co zyskał Pan dzięki pasji do wina, a czego nie miał Pan, bądź nie doświadczył będąc wybitnym przecież aktorem?**

- Koszty aktorstwa są niezmiernie duże. To jest zawód niesłychanie pochłaniający duchowo. Człowiek stoi w cudzym kostiumie i czeka tylko na znak, żeby się uruchomić. Ta gotowość jest kosztowna. Ona w praktyce wygląda tak, że czeka się tylko na moment, aż oświetlą panu plan, ale pan ze swoją postacją muszą być gotowi na hasło. To jest właśnie coś takiego, co niesłychanie wyniszcza, nie mówiąc o tym, że zubaża świat, który jest dookoła. Wszyscy ci, których spotyka pan w swoim życiu, próbuje pan wzbudzić ich zaufanie, czy inne uczucia, nagle mają pana tylko w części. Te wszystkie objawy popularności wpływają negatywnie na człowieka. Na

początku jest fajnie, miło, dzieci się cieszą, że tatuś jest rozpoznawalny, ale potem go tracą. Tatuś należy do wszystkich. Inną kwestią jest presja, która ciąży na następnym pokoleniu, bo "trzeba" przecież dorównać ojcu, ponieść nazwisko. To są okropne stany. Ja to pamiętam z dzieciństwa, bo przecież mój ojciec był znakomitym i popularnym aktorem, i wiem, jak to boli. I tak sobie pomyślałem, że to może boleć do pewnego czasu. Jak wyczułem taki ewidentny moment niezgody i brak chęci kontynuacji tych zmagania z życiem, to się po prostu uspokoiłem. Nagle zacząłem robić to, do czego jestem predysponowany najlepiej, co przynosi mi spokój. Bardzo często bywam w winiarniach, gdzie gospodarze częstują mnie winem zrobionym przez swoich dziadków a potem pokazują beczki, w których wino po prostu czeka na swój czas. To jest coś fantastycznego, to daje panu poczucie tego okresu pomiędzy. Człowiek zdaje sobie sprawę ze zdawkowości swojego życia, ale też z jego wartości. Ono jest właśnie pomiędzy tymi beczkami zawarte. Przynajmniej dla mnie, bo przecież każdy ma inny punkt odniesienia.

**- Czy to, o czym Pan mówi wymaga jakiegoś duchowego przygotowania, nazwijmy to - mentalnej dojrzałości? Jak się do tego dochodzi?**

- Nie ma universum, to jest bardzo indywidualna sprawa. Tego też właśnie się nauczyłem. Wie pan, że w jednym miejscu, z tego samego szczepu, trzech winiarzy zrobi trzy różne wina? Na tym polega różnica w ludziach, w ich temperamentach, gustach. Wino nauczyło mnie tolerancji, cierpliwości, tego, że wokół mnie są inni ludzie. Tego, że nie można wartościować tylko i wyłącznie długością okłasków. To jest bardzo miłe, ale doraźne. Tu jest zmaganie z prawdziwym życiem. To życie ma wyraz, który lubię. Interesuje mnie najbliższe pięć minut, reszta to wyobraźnia.

**- Skąd wzięła się u Pana ta pasja? Co takiego wydarzyło, że zobaczył Pan właśnie w winie sposób na życie?**

- Trwanie - to jest słowo klucz. To słowo przychodzi mi na myśl, gdy patrzę na winne krzewy lub beczki. Wino jest żywe i trwa mniej więcej tyle, ile my trwamy. To jest sens życia ludzi, którzy się zajmują winem. Znam takich winiarzy, którzy są w tym samym miejscu, w tej samej winnicy od 25 pokoleń. Dla nas Polaków to jest zadziwiające. My nie mamy takich konsekwencji z przeszłością. U nas wszystko zmienia się niesłychanie szybko. 20 lat i ciach! Jeszcze nie nauczyliśmy się wolności w pełni, a już domagamy się następnej Rzeczypospolitej, która coś będzie formułowała na nowo. To jest świat haustami pity. To jest coś takiego, co nie pozwala człowiekowi na konstatację, na przyzwyczajenie, na objawienie swoich nawyków.

*Koszty aktorstwa są niezmiernie duże. To jest zawód niestęchanie pochłaniający duchowo. Człowiek stoi w cudzym kostiumie i czeka tylko na znak, żeby się uruchomić*

- **Wino to nie tylko otwieranie najlepszych butelek do wykwintnego posiłku. To cała filozofia, która określa w pewnym sensie sposób na życie. Zatem jak żyć, Panie Marku?**

- Polacy, z braku doświadczeń winnych, niezbyt dobrze rozumieją wino i jego fenomen. Traktują je jako coś ekskluzywnego, prezent dla lekarza. Myślimy sobie, że to jest drogie. I do tego wykręca nam pysk, bo jest kwaśne. Ale opowiadając ludziom o winie całkowicie pomijam te aspekty. Wolę mówić o tym, na czym polega cywilizacja wina na świecie i dlaczego tyle krajów, które się w ogóle do tej pory z winem nie kojarzyły, nagle zmierza do tej rodziny. To jest właśnie wyznacznik cywilizacyjny. Dzisiaj nawet Chiny, Indie, Tajlandia wytwarzają wino. Nawet Norwegowie w połowie XIX wieku też robili wino. Nie dla biznesu, tylko po to, by się zagnieździć w cywilizacji. Bo ten krzew jest magiczny po prostu. To nie jest napój baśniowy, który ma nas przenieść w inny świat, tak szybko jak gorzalka, która sprawia, że po pięciu minutach jesteśmy poetami, śpiewakami, itd. To jest coś takiego, po czym się robi miło, oczywiście nas to otwiera, ale możemy trwać przy stole dużo dłużej. Nagle zyskujemy poczucie smaku, wężu, bo to jest bogactwo zmysłowe.

**Jak zatem smakuje wino?**

- To jest jednak zawsze rzecz gustu. Ja nie powiem, które wino jest najlepsze, bo to zależy od dnia, od mojej kondycji, od tego co jem i z kim będę to wino pił. Często to samo wino smakuje za każdym razem inaczej, bo my się zmieniamy, nasze otoczenie się zmienia. Zatem nie przyzwyczajam się do jednego rodzaju wina. Wina z tak zwanego nowego świata są bardzo urocze, takie pełne i słoneczne. Ale to tak, jak z taką ładną Copacabaną. Widać piękną plażę, mnóstwo ludzi, ale szczegółu nie widać. Takie jest właśnie wino z nowego świata. Europa jest o wiele bardziej wysublimowana. Jest ciekawa, ucywilizowana, intelektualnie o wiele bardziej interesująca. Europa jest starym światem winnym, który ma gorsze warunki klimatyczne od nowego świata winiarskiego, czyli od Ameryki Południowej, Australii, Nowej Zelandii, Afryki Południowej. W Europie mamy jednak absolutnie najlepszych twórców win, co w połączeniu z wielopokoleniową tradycją, jak np. we Francji, czy we Włoszech, daje efekt w postaci znakomitego wina.

**- Jak na tym tle wygląda Polska i polskie tradycje winiarskie?**

- Nie mamy tradycji winiarskich prawie w ogóle. W XV i XVI wieku mieliśmy winnice w Toruniu na Skarpie Wiślanej, gdzieś w Sandomierskiem, w okolicach dzisiejszej Zielonej Góry. To były głównie tereny niemieckie, zatem wino nie było nasze. Wino toruńskie to był trunek dla noble class. Pili

je ludzie, których było stać na to, bo wino zawsze miało większy powiew ekskluzywności. Ale to nie zbudowało tradycji. W XVIII wieku byliśmy największym importerem win tokańskich, ale konsumowane były one głównie przez dwór królewski i szlachtę. Dzisiaj skazani jesteśmy na marny klimat. Mamy tylko około 180 słonecznych dni w roku, w Chile aż 320, a słońce przecież to jest naturalny cukier w winie. My tego cukru mamy często za mało, aby w ogóle odbył się proces fermentacyjny, więc siłą rzeczy musimy sztucznie dosładzać wina. Jesteśmy też skazani na gorsze szczepy, nie mamy tradycji winiarskich i umiejętności. Do tego dochodzi mały areal upraw. Największa winnica w Polsce ma 15 hektarów. Z takich arealów nie zrobi się wina dostępnego dla wszystkich. Ono już nomi-



**Ustyszałem pierwsze słowa na temat wina, zobaczyłem jak ono rośnie, zobaczyłem ludzi, którzy je tworzą. Doceniłem trwałość, coś takiego, co w wieku dojrzałym przynosi pewien rodzaj ukojenia po jakimś szaleńczym biegu**

nalnie, w produkcji jest niesłychanie drogie. W sprzedaży zaś nie wytrzymałoby konkurencji z tańszymi, ale bardzo dobrymi winami. I jeszcze długo tak będzie. Nam potrzeba czasu. Z winem jest jak z angielskim trawnikiem, trzeba kosić i podlewać. A jak długo? Jakież 800 lat i będzie (śmiech).

**- Widzi się Pan w roli uprawiającego taki trawniczek? Własna winiarnia, uprawy, produkcja, własna marka...**

- Nie. Ja bardzo chętnie opowiadam o winach, ale nie mam do tego charakteru. To jest rolnictwo, potrzeba do tego odpowiednich charakterów. Winiarze to ludzie, którzy się na tych ziemiach urodzili, wychowali. Każdy rolnik, pierwsze co robi po obudzeniu, to wyjdzie zobaczyć jak rośnie i czy bydelko jest na swoim miejscu. Ja tego nie mam. Miałem oferty zakupu winnic i posiadania własnych etykiet winnych. Moi producenci mówią mi,

że mogą nazwać wino np. Markowe. Ale to byłby straszny grzech pychy. Ja bardzo szanuję wino, dla jednorazowego, wątpliwego notabene strzału marketingowego, nie warto tego robić. A poza tym, nikt by przecież nie uwierzył, że Marek Kondrat nagle sam zaczął robić wino.

**- Czy Polacy lubią i potrafią pić wino? Pytam, bo jednym z założeń programowych Pana firmy jest winiarska edukacja Polaków?**

- Polacy piją statystycznie 2 litry wina na rok, tyle ile Duńczycy w latach 50. Mówię o kraju skandynawskim, gdzie tradycje winnych też nie ma wielkich. W Polsce kultura picia wina jest nieporównywalnie mniej rozwinięta niż we Francji, czy we Włoszech, gdzie picie wina jest niejako tradycją. Tam kieliszek wina do obiadu, czy kolacji jest rzeczą zupełnie normalną. Oni jednak opanowali demona alkoholu, my musimy się tego nauczyć. Tylko wtedy można w winie odkryć całą jego magię. W winie są takie zjawiska, które nie towarzyszą innym alkoholom. Można w nim znaleźć odniesienie do dzieciństwa, wywahać w nim zapachy lasu, łąki. To ważne, bo przez to, że mieszkamy w miastach, uczestniczymy w cywilizacyjnym pędzie, wyjaławiają się nam zmysły, smakowe kubki tracą swoją wrażliwość. Jemy, bo jesteśmy głodni. A co jemy? Nieważne, byle zaspokoić głód. Tak samo jest z piciem. Gdybyśmy obrócili to w stronę przyjemności, to nagle może się okazać, że nasze życie nabierze niesamowitego kolorytu. To jest nauka życia, które może przynieść nam radość, jeśli będziemy potrafili je spacyfikować. Albo wpuścimy je w ramy własnej wrażliwości, albo je wypuścimy z rąk.

**- Czy to prawda, że prawdziwy koneser wina pije tylko wino wytrawne?**

- Nie tylko. Są wina naturalnie słodkie, które powstają z tak zwanego późnego zbioru. Wszystkie tokaje, sauterny i nie tylko. Są takie gatunki, jak muskaty, niektóre rieslingi, które mają swoją naturalną słodycz w większym niż inne wydaniu. One są nasączone własnym cukrem, bardzo często pokryte botrytis, taką pozytywną pleśnią, która uczestniczy w procesie fermentacji dając jeszcze szczególnie zapach temu winu. To są wina naturalne, dobrze komponujące się z wytrawnymi rzeczami, jak foie gras, sery pleśniowe. Słodkie, zmysłowe wino doskonale przełamuje takie smaki. To są kompozycje niesłychanie wyrafinowane. Wino słodkie jest jednak ciężkim winem, w związku z czym na ogół pije się wina wytrawne, które ma nam przynieść rześkość w ustach. Wina cukrowe zostają w głowie na dłużej, nie można tego wypić więcej niż pół kieliszka.

**- Pan woli białe czy czerwone?**

- Rożnię, teraz piję więcej białych win. Są lżejsze zdecydowanie, ale kompozycje wy-

znaczącą potrawę. Do mięsa piję wino czerwone, wybieram raczej lżejsze.

**- Wina się pije, ale też kolekcjonuje, są przecież wina kolekcjonerskie. Posiada Pan takowe?**

- Tych win kolekcjonerskich, czyli krótko mówiąc nadających się do starzenia, do dojrzewania, jest niewiele. Może 1 procent światowej produkcji. Proszę sobie zatem wyobrazić ilu ludzi na świecie tak na prawdę potrafi się tym winem zachwycać, czekać na jego najlepszy czas. Ja nie mam w sobie żadnych cech

daje się zanim jeszcze wyrośnie. Jeżeli ktoś ma dostęp do takich win, to potem, czekając na nie 10 czy 15 lat, to cena rośnie, jak żaden procent bankowy.

**- Porozmawiajmy teraz trochę o samej technice picia wina. Dla laików pewnie będzie to interesujące. Często można zauważyć, że wino w kieliszku przed degustacją delikatnie się miesza. W jakim celu?**

- Aby ujawnić wszystkie walory tego wina. Wino jest zamknięte w butelce, ma bardzo minimalny dostęp tlenu, tylko przez korek,

obrusie, aby widzieć barwy tego wina. To są niesłychane zabawy. Czasami białe wina nigdy nie będą białe. Będą miały odcienie seledynu, żółci. Czerwone tak samo, od burgundów aż po fiolety. Po tym rozpoznaje się szczepy, wiek wina. Czerwone wiekowe wino będzie miało brązowe obwódki na zewnątrz, bo z upływem czasu będzie jaśniało. Wino białe z czasem zaś ciemnieje w kierunku bursztynu, miodu. To są takie zabawy dla mocniej wtajemniczonych, ale mało kto to robi. Kolejnym elementem są usta. Wpro-



kolekcjonera. Ja wino lubię, a skoro je lubię to nie mogę na nie czekać (śmiech).

**- W biznesie coraz popularniejsze staje się inwestowanie w wino, powstają specjalne fundusze, itp? Poleca Pan?**

- Jak patrzę na tabele i wskaźniki to jest dosyć pewne. Jeśli fundusz ma dostęp do wina rzadkiego, które jeszcze nie wyrosło, które swoją potencję ma na przykład za trzy lata, to jest to dobra inwestycja. Są wina niezwykle rzadkie, do których nawet ja, jako importer nie mam dostępu. Chateau Margaux robi 100 tysięcy butelek rocznie. To wino sprze-

co jest akurat zrozumiałe, bo duża ilość tlenu degraduje wino. Zaraz po otwarciu wino musi odetchnąć powietrzem. Wtedy tylko odda nam wszystko, co ma najlepsze. Dlatego to wino zaraz po otwarciu i to, które skosztujemy 20 minut później będzie miało zupełnie inny walor. To jest odczuwalne nawet dla ludzi nieznanających się na tym procesie. Ale jeszcze zanim się winem zakręci w kieliszku warto sprawdzić jaki bukiet uwalnia się zaraz po nalanu do kieliszka, ale bez pobudzenia, nie mieszając. Jeszcze wcześniej wino ogląda się pod światło albo trzyma się na białym

wadza się niewielką ilością wina i rozmywa się po języku, podniebieniu, bokach policzków. Wszędzie są receptory, które co innego odbierają z tego wina, jego suknię, barwę, słodkość, pikantność, goryczkę, itd. Idealem wina jest harmonia, balans.

**- Tą harmonię i balans ma szansę wyczuć osoba, która pije mało wina, która nie jest koneserem?**

- Zależy od jej wrażliwości, ale na winie nie trzeba się wcale znać. Z winem jest jak ze sztuką, albo na nas działa, albo nie. Najważniejsze, aby nam smakowało. ■



## Smyczki na luzie

[ANETA DOLEGA

Raczej niewiele orkiestr kameralnych w Polsce może się pochwalić taką popularnością jak artyści popowi. Na świecie muzyka klasyczna już dawno trafiła pod strzechy, wyszła ze sztywnych ram. Takie grupy jak Kronos Quartet czy Apocalyptica, komponują dla kina, romansują z tzw. nowymi brzmieniami, do repertuaru dorzucają covery dzieł muzyki rockowej, a nawet heavy metalowej. Co nie znaczy, że nie wykonują ukochanej przez siebie klasyki i własnych autorskich utworów opartych na takim właśnie instrumentarium. Tym tropem podąża szczecińska Baltic Neopolis Orchestra, złożona z kilkunastu młodych muzyków, orkiestra kameralna, która przyciąga na swoje koncerty publiczność nie tylko tą, przyzwyczajoną do poważnych sal koncertowych.

**Z**espół wykonuje kompozycje klasyczne, od baroku po romantyzm, ale także rzeczy napisane współcześnie. Chętnie kooperuje z artystami z innych kręgów muzycznych. Między innymi współrealizował bardzo dobrze przyjęty spektakl muzyczno-wizualny „Freedom Symphony. Tribute to Solidarity”. Ich inny projekt, stworzony ze znakomitym producentem Enveem, który miał premierę podczas

ostatniej edycji festiwalu Boogie Brain, okazał się jednym z jaśniejszych punktów całej imprezy. Czy to przypadek, czy jednak umiejętna promocja kultury wysokiej w bardziej atrakcyjnej formie zdecydowały o sukcesie tej z grupy?

- Naszą misją jest to, by muzyka klasyczna była dostępna dla wszystkich – mówi Emilia Goch, szefowa zespołu, a także jego członkini. - Otworzyliśmy się na młodych słuchaczy. Prawdopodobnie sami z siebie nie zainteresowaliby się muzyką

klasyczną czy kameralną. Brakuje młodych ludzi na koncertach w filharmoniach. Brakuje porządnej edukacji w tym kierunku, a przecież wysoka kultura nas kształtuje, uwarściwia, ma zbawienny wpływ na nasze życie. My jesteśmy po to by zabawić publiczność. Staram się odejść od schematu muzyka tworzącego i grającego dla siebie. Muzyką należy się cieszyć. Dlatego też chętnie współpracujemy z artystami z innych biegunów muzycznych i angażujemy się w paramuzyczne projekty. W końcu

też myślimy o wydaniu płyty, właściwie to dwóch płyt.

Orkiestra powstała w 2008 roku. Już pierwszy ich koncert wykonany w maju tego samego roku przyniósł im rozgłos i wyróżnienie dla najlepszego koncertu kameralnego w sezonie artystycznym 2007/2008. Orkiestra współpracowała z wieloma utalentowanymi kompozytorami, solistami oraz dyrygentami, m.in.: Janem Staniendą, Janem Jakubem Bokunem, Piotrem Klimkiem, Bartłomiejem Niziołem, Szymonem Brzóska,

oraz z utalentowanymi artystami szczecińskimi - Maciejem Cybulskim, Martą Pawłowską, Olgą Wojciechowską i Łukaszem Górewiczem. W samej orkiestrze znaleźli się najlepsi muzycy, aktywnie uczestniczący w lokalnych, ogólnopolskich i zagranicznych projektach muzycznych.

- To środowisko jest tak małe, że wszyscy się tu znamy - wyjaśnia Emilia Goch. - W związku z tym wiem kto jak gra, jakie ma kwalifikacje i z kim warto współpracować. Od półtora roku gramy w stałym składzie, co jest już połową sukcesu. Nasz zespół liczy aktualnie 15 osób, ale jest plan, żeby zrobić przesłuchanie dla muzyków z zewnątrz, którzy swoim talentem mogliby zasilić nasze szeregi.

Baltic Neopolis Orchestra czy jako cały zespół, czy kwartet jest w stanie zagrać, o ile warunki temu sprzyjają, w każdym miejscu. Począwszy od sali koncertowej filharmonii, przez sale muzealne, a skończywszy... na basenie. Ten luz przysparza im grono wielbicieli.

- To jest niesamowite, bo często przed koncertem dzwonią do mnie bliżsi lub dalsi znajomi z pytaniem jak mają się ubrać na koncert - śmieje się Marta Uścinowicz, koordynatorka projektów związanych z orkiestrą. - Są to zazwyczaj ludzie, których trudno na co dzień spotkać w filharmonii, ale po naszych koncertach są nie tyle zachwyceni co zaskoczeni, że ta muzyka może tak dobrze brzmieć.

BNO funkcjonuje trochę jak zespół rockowy. Próby, koncerty,

trasy... Członkowie zespołu na co dzień grają w innych miejscach, ale będąc w orkiestrze trzymają się razem jak członkowie jednej kapeli.

- Działamy jakby poza resztą środowiska - tłumaczy Emilia Goch. - Jako zespół stworzyliśmy sobie własną przestrzeń. Oczywiście jeśli jest taka potrzeba to kooperujemy np. z filharmonią, ale generalnie jesteśmy jakby na zewnątrz tego wszystkiego. Po prostu robimy swoje. ■

Z Baltic Neopolis Orchestra wyrósł Baltic Neopolis Quartet. Tworzą go muzycy - solisci, absolwenci Akademii Muzycznych z Poznania, Wrocławia i Szczecina: Łukasz Górewicz (skrzypce), Karolina Uźniak (skrzypce), Tomasz Szczęsny (wiolonczela) i sama Emilia Goch (altówka). BNQ jest zespołem ukierunkowanym na muzykę XX wieku, dlatego też chętnie podejmuje współpracę z takimi artystami jak: Paweł Mykietyn, Aleksander Kościów, Szymon Brzóška, Piotr Klimek czy Pogodno.



REKLAMA

**Sylwester**

*Nowa Sala Bankietowa*  
 - open bar  
 - gorące Bragijskie rybnicy  
 - dla grup zorganizowanych 300 zł / os  
 - rezerwacje do końca listopada 300 zł / os  
 350 zł / os

**Restauracja Chalupa**  
 Rezerwacje 506 462 714 ; 601 675 060

# Robię swoje. I tyle

ANETA DOLEGA



**Kobieta. Blondynka. Ładna. Znak zodiaku: Koziorożec. Pochodzi ze Szczecina, ale mieszka w Gdańsku. Z zawodu ilustrator i grafik. Projektuje dla najpopularniejszej i największej polskiej firmy odzieżowej jaką jest LPP S.A. do której należy mi.in., Reserved, Cropp, House czy Mohito. Na swoim koncie ma wiele wystaw i udział w wielu artystycznych konkursach. Warto znać nazwisko Marty Jaguś.**

**J**edni chodzą na pocztę inni robią ciuchy w korporacji, obie czynności są pewnie tak samo stresujące — żartuje Marta. Po czym stwierdza skromnie: — Jestem grafikiem, robię swoje i tyle.

## Praca

Marta projektuje od 2009 roku. Tkaniny, dzianiny, część nadruków na t-shirty — to jej „działka”. Choć praca ta należy do czasochłonnnych (nieprzespane noce) i niekiedy stresujących, to jak sama artystka podkreśla: — Widząc efekty swojej pracy — czyli ludzi chodzących po ulicach w „moich projektach”, moje projekty na billboardach, czy w reklamach — ten widok podnosi ogromnie na duchu.

Nie uważa także, żeby polskie marki ciuchowe były gorsze od zagranicznych „siecików”. Ich

popularność to dla Marty największa motywacja.

## Sztuka

Drugi rodzaj zajęcia to freelance, który Marta uprawia od dawna i który pozwala jej realizować najśmielsze pomysły. Charakterystyczna, nieco szalona kreska — styl Jaguś widać z daleka. A wszystko zaczęło się od zaprojektowania zaproszenia ślubnego dla znajomych. Później przyszły okładki czasopism, plakaty... — Złapałam bakcyła. I tyle — śmieje się Marta.

Jej autorskie projekty różnią się od tych sklepowych. Tematycznie zahaczają m.in. o świat mody, który dobrze zna z autopsji. Barwne, albo czarno-białe projekty pociągnięte komiksową kreską wzbudzają zachwyt, znajdują nowych właścicieli.

— Najważniejsze według mnie, to robić to co się lubi i robić to dobrze i cały czas się

doskonalić. Ważne żeby nie zażdrościć, tylko iść przed siebie. Wiadomo, młodym projektantom żyje się ciężko, a rynek grafików, ilustratorów, designerów pęka w szwach. Pewnie tradycyjnie 50 procent przebiecia to szczęście i znajomości, ale mimo wszystko trzeba myśleć pozytywnie i wierzyć w siebie, robiąc swoje.

## Szkoła

Jaguś jest absolwentką szczeecińskiej Wyższej Szkoły Sztuki Użytkowej (aktualnie Akademia Sztuki — przyp. red.). Dyplom, obroniła celująco na Wydziale Grafiki Użytkowej. Ale zanim to nastąpiło, w czwartym roku studiów wyjechała do Hiszpanii w ramach wymiany międzyuczelnianej, gdzie miała okazję studiować na Akademii Sztuk Pięknych w Cuenca.

— Od tego wyjazdu zaczął się mój hiszpański bakcyl, który

będzie mi pewnie towarzyszył przez całe moje życie... inspiruje mnie to straszliwie — opowiada Marta. — Mieszkałam tam przez jakiś czas, wróciłam do Polski dwa lata temu. Niczego nie żałuję, bo było warto. Kocham tę hiszpańską kulturę, o temperaturze nie wspominając. Ludzie są tam cudowni, wyluzowani, mają wielki dystans do wszystkiego. Są uśmiechnięci, weseli... A sztuka? Tam sztuka żyje, bo ludzie nią (i z niej!) żyją. I są coraz lepsi, nie alienują się, „wychodzą do ludzi”, nie tworzą własnych zamkniętych kręgów wzajemnej adoracji. Do tego są mega zdolni i wybuchowi przy tym wszystkim. No nie da się ich nie lubić. Przyznać muszę, że pobyt tam wzbogacił mój bagaż doświadczeń.

## Dom

Marta pochodzi ze Szczecina, tu skończyła studia. Ale za

Marta Jaguś

**Wykształcenie:** WSSU (aktualnie Akademia Sztuki w Szczecinie) oraz hiszpańska Akademia Sztuk Pięknych w Cuenca.

**Pochodzenie:** Szczecin

**Aktualne miejsce zamieszkania:** Gdańsk

**Zawód:** ilustrator, grafik.

**Praca:** projektuje dla najpopularniejszej i największej polskiej firmy odzieżowej jaką jest LPP S.A. do której należy mi.in., Reserved, Cropp, House czy Mohito.

**Wystawy:** m.in w warszawskich Łazienkach Królewskich, w Ogrodach Luksemburskich w Paryżu, a także w szczecińskich: Galerii VHS i Bramie Jazz Cafe.

**Nagrody:** kilkukrotna stypendystka prezydenta miasta Szczecina, laureatka tytułu srebrny Layout roku 2008, na swoim koncie ma udział w wielu konkursach w Polsce i zagranicą, w tym zakwalifikowanie pracy w 21. i 22. Międzynarodowym Biennale Plakatu (Warszawa 2010).



swoj „prawdziwy” dom uważa Gdańsk. — Wiadomo, Szczecin jest piękny... no i blisko do Berlina — mówi Jaguś. — Zawsze będę miała olbrzymi sentyment do tego miasta i zawsze będę je odwiedzać. Mam tu rodzinę i wielu cudownych przyjaciół. Jednak aktualnie nie zamieniłabym Gdańska/Trójmiasta na nic na świecie. Zakochałam się w Trójmieście i koniec.

Do Gdańska Marta trafiła, jak to zazwyczaj bywa, przez przypadek.

— Zaczęłam zupełnie od początku, nikogo tu nie znałam, trafiłam tu przez pracę, zupełnie przypadkiem. I to była najwspanialsza rzecz jaka mogła mi się przytrafić — wyznaje. — Teraz czuję się tu jak w domu i to jest najważniejsze.

Jaki jest artystyczny Gdańsk według Jaguś?

— To miasto żyje pełną parą, cały czas coś się dzieje, eventy, wernisaże, pokazy, scena mody, scena graffiti, koncerty, samodzielne projekty artystyczne, generalnie całe życie kulturalne Trójmiasta jest na pięć z plusem.

#### Sukces

— Projektuję, bo chcę i jest mi z tym doskonale i to chyba jest sukces, żeby cieszyć się tym co się ma, robić to co się kocha — stwierdza Marta. — Sukces to zarówno znaleźć chwilę i zrobić fajne ilustracje po całym meczącym dniu projektowania w pracy, jak i nie wpaść w taką siatkę pseudo-artystów, w ten niekończący się przykry wyścig szczurów... ■



REKLAMA



Piękny uśmiech  
od zaraz

3 klinika w rankingu  
Newsweek'a

HAHS  
KLINIKA



CENTRUM BANKIETOWO-KONFERENCYJNE

## Zaprasza na Bal Sylwestrowy

*Bogaty program artystyczny.*

*DJ Artee oraz DJ Mucho.*

*Niepowtarzalne menu.*

*Alkohol All Inclusive.*

[www.ambasador-szczecin.pl](http://www.ambasador-szczecin.pl)

Al. Wojska Polskiego 67, 70-478 Szczecin, tel. +48 519 333 660, tel/fax +48 91 422 15180

## Kafe Jerzy



ul. Jagiellońska 67  
tel. 91 48 47 833

15.12 o godz. 21.00 wystąpi  
**BRENDA WALSH**



bilety 20 zł, 25 zł w dniu koncertu



## Sylwester 2011!

**225 ZŁ/OS**

2 CIEPŁE DANIA, BUFET W FORMIE SZWEDZKIEGO STOŁU, NAPOJE, SOKI, PIWO, WINO ORAZ BIAŁA WÓDKA BEZ OGRANICZEŃ. BEZPŁATNE WEJŚCIE DO KLUBU PRZEZ CAŁY 2012 ROK! SYLWESTROWY BAL POPROWADZI PP TATINEK. REZERWACJE W BIURZE KLUBU

Klub czynny od godz. 19.00 w czwartki, piątki i soboty.  
Do godz. 22.00 wstęp wolny (oprócz imprez biletowanych)



foto: Dariusz Gorajski

M

owa o szczecinianie Justynie Kurowskiej. Niestety na jej chorobę nie ma lekarstwa. Jedyną szansą jest przeszczep komórek macierzystych, który może przedłużyć jej życie. Takie zabiegi wykonuje się w Chinach, a całkowity koszt z rehabilitacją to 84 tysiące złotych. Dla Justyny, która żyje ze skromnej renty to astronomiczna suma.

Justyna cierpi na ataksję rdzeniową - mózdkową, która uszkadza układ nerwowy. To choroba genetyczna, która przechodzi z pokolenia na pokolenie. Jest dziedziczona genetycznie, doprowadza do stopniowego zaniku mózdzka, co nieuchronnie prowadzi do niepełnosprawności.

- Ataksję odziedziczyłam po ojcu, który już nie żyje - mówi szczecinianka. - Z powodu ataksji cierpi również moja starsza siostra, ciocia oraz kuzynka. Ryzyko, że na nią zapadnę wynosiło 50 procent. Niestety nie miałam szczęścia.

Pomimo choroby nadal jest piękną, pełną optymizmu dziewczyną. Tą samą, która zachwyciła widzów w programie telewizyjnym „Kawaler do wzięcia”, gdzie w 2003 roku dziewczyny walczyły o względy przystojnego Bartka. Wygrała właśnie ona, prostoduszna, szczerza i autentycznie zauroczona Bartkiem. Jednak po zakończeniu show mężczyzna nie okazał wybraną partnerką zainteresowania. - To było wielkie rozczarowanie. W programie zachowywał się jak książę z bajki, był uprzejmy, szarmancki, romantyczny. Nic dziwnego, że podbił moje serce

- wspomina Justyna. - Kiedy jednak wróciliśmy do Polski, okazało się, że jest z kimś związany. Stało się dla mnie jasne, że chciał się tylko wylansować w telewizji. Do tej pory nie mamy żadnego kontaktu, nie mam pojęcia czy wie o mojej chorobie. Po programie miała masę planów na przyszłość, zaczęła studia na filologii angielskiej, uczyła się tańca i karate. Pracowała w aptece jako konsultantka. Wszystko zmieniło się w 2007 roku gdy zaczęła mieć problemy z równowagą. Zrobiła badania i usłyszała straszną diagnozę. Jej życie zmieniło się diametralnie, a choroba szybko dała o sobie znać. Musiała zrezygnować z pracy w aptece i zacząć intensywną rehabilitację, która spowalnia postęp choroby. Doszły też problemy finansowe. Justyna żyje z renty, która wynosi 760 złotych. Ta skromna suma musi wystarczyć na wynajem mieszkania, kosmetyki i jedzenie.

- Nie jest łatwo, bo mieszkam sama, a trudności zaczynają mi sprawiać najprostsze czynności jak makijaż czy pisanie - dodaje.

Na szczęście pomagają jej znajomi i nieznajomi. Przysyłają drogie suplementy, które są nieodzowne przy jej chorobie, ma darmową siłownię, fryzjera, a nawet restaurację w której może czasem zjeść obiad.

- Dzięki takim ludziom chce się żyć i walczyć - uśmiecha się Justyna. - Marzę, by zatrzymać tę chorobę. Uzbierając pieniądze i pojechać do Chin. Wiem, że pracują nad lekiem, który ma być wprowadzony w ciągu najbliższych pięciu lat. Tak bardzo chciałabym tego doczekać! ■

# Walczy o życie

[IZABELA MAGIERA-JARZEMBEK

Kiedy wygrała reality show „Kawaler do wzięcia”, myślała, że życie stoi przed nią otworem. Jednak los napisał inny scenariusz. Pięć lat temu dowiedziała się, że jest bardzo poważnie chora. Nie poddała się. Postanowiła walczyć z chorobą.

## JAK POMÓC JUSTYNIE

Możemy pomóc Justynie w uzbieraniu pieniędzy na przeszczep komórek macierzystych. Możemy to zrobić wpłacając pieniądze na konto:

**BRE BANK S.A. 89114011370000244060001001**  
z dopiskiem: „Dla Justyny Kurowskiej”

Fundacja „Oliwia”

ul. Klonowica 30/1, 71-247 Szczecin

REGON: 320889448,

NIP: 852 257 82 39

REKLAMA

**NIE BĄDŹMY OBOJĘTNI**

**PROSZĘ  
POMÓŻMY AGACIE**

Darowizny można przekazywać na konto  
Fundacji Onkologicznej Osób Młodych Altwia  
35 1160 2202 0000 0001 8879 6997 Bank Millennium S.A.  
konkretnie z dopiskiem **"Dla Agaty Piskorowskiej".**

# Kajakiem po Kongu

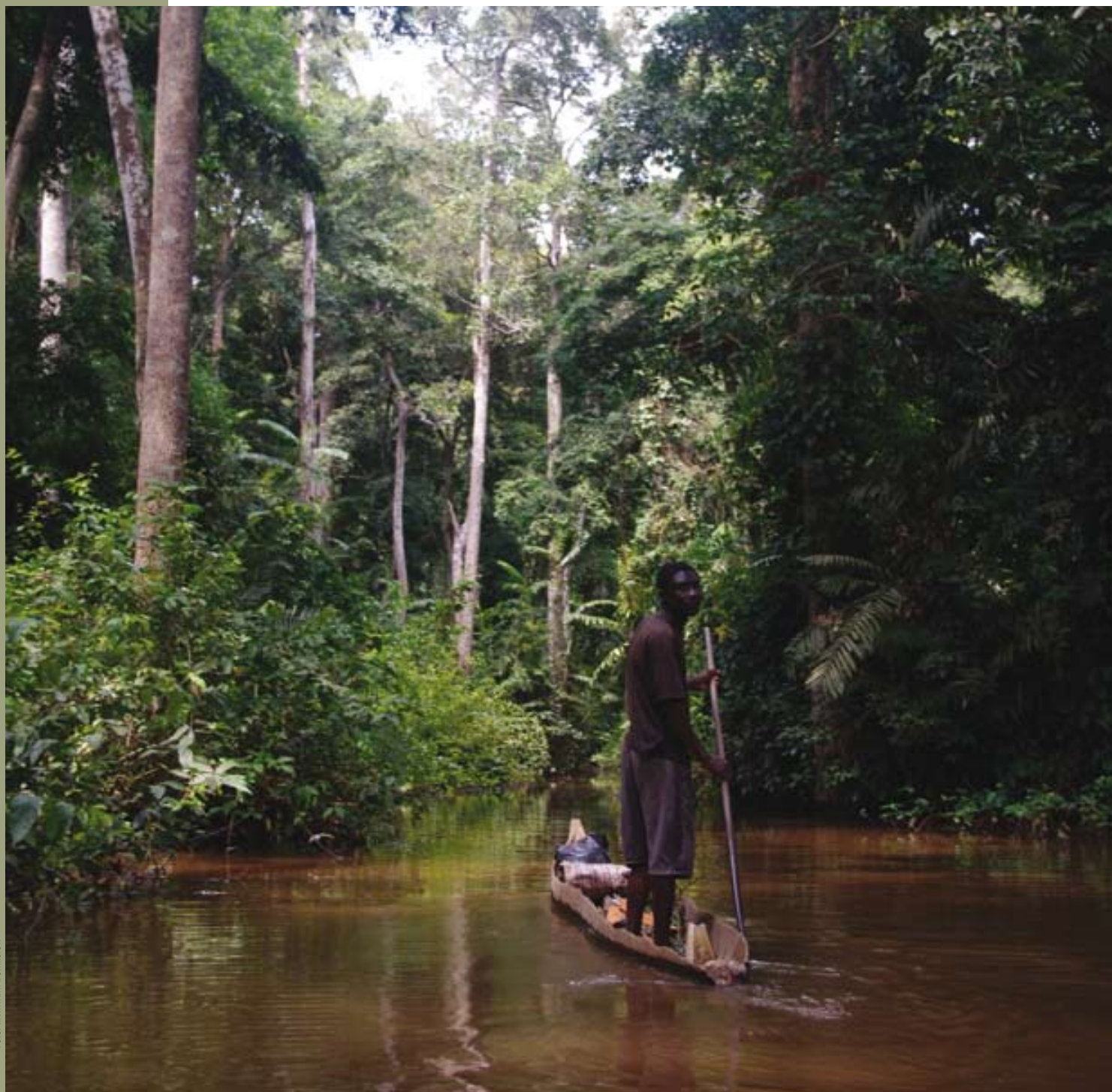


Foto: archiwum bohaterów

[ ANETA DOLEGA

Na niezwykłą wyprawę kajakową zdecydowali się dwaj szczęśliwcy podróżnicy - himalaista Janusz Adamski i fotograf Andrzej Ziółkowski. Zamiast spokojnie popłynąć Drawą lub inną polską rzeką udali się do... południowo - środkowej części Demokratycznej Republiki Konga, by tam przepłynąć 1000 km i to zupełnie dzikimi rzekami.

A

damski i Ziółkowski byli jednymi z nielicznych białych podróżników, którzy przemierzali te tereny łodzią. Pomimo niestabilnej sytuacji politycznej Kongo, chorób tropikalnych czy sąsiedztwa niebezpiecznych zwierząt, takich jak krokodyle czy hipopotamy, ich podróż przebiegła w miarę spokojnie, a wspomnianych zwierząt nawet nie zauważyli poza jednym małym krokodylem, który się ich... przestraszył. O tym jak dokładnie przebiegła ich podróż opowiedział nam Janusz Adamski.

### Łódka łódce nierówna

- Kiedy pół roku temu postanowiliśmy zmierzyć się z organizacją rzecznej wyprawy do Kongo, już po kilkunastu dniach okazało się, że wszystko jest dużo bardziej skomplikowane, niż wstępnie zakładaliśmy – rozpoczyna swą opowieść Janusz Adamski. - Pierwsze problemy ujawniły się już podczas próby zakupu środka transportu. Nikt w Kongo nie chciał pośredniczyć na odległość w takiej transakcji, a próba zakupu po przyjeździe także nie wchodziła w grę ze względu na czynnik finansowy, gdyż nagła potrzeba zakupu zawsze generuje w Afryce nagły i bezwzględny wzrost ceny. Obawiałem się, że cena za dużą pirogę (od red. - rodzaj łodzi) mogłaby sięgnąć nawet kilku tysięcy dolarów. Okazało się jednak, że nawet gdybyśmy mieli te pieniądze to z zakupu takiej łodzi nici.

Ostatecznym argumentem dla naszych bohaterów do porzucenia tego pomysłu było dokładne obejrzenie zdjęć satelitarnych portu startowego, czyli Luobo. Przy małej plaży przycumowane były tylko cztery małe jednostki i duża barka transportowa, czyli nic z czego można skorzystać w takiej wyprawie. Postawieni w takiej sytuacji postanowili poszukać alternatywnej drogi. Przez moment myśleli nawet o budowie łodzi, ale finalnie zdecydowali się na pneumatyczne kajaki.

- Okazało się to strzałem w dziesiątkę – mówi Adamski.

- Zaletą tego rozwiązania była przede wszystkim pełna gotowość do rozpoczęcia akcji zaraz po przybyciu na miejsce oraz duża mobilność podczas transportu. Andrzej miał już swoją dobrą sprawdzoną jedynekę, którą przemierzył Syberię i Amerykę Południową, więc pozostał zakup drugiego kajaka. Zdecydowałem się na dwuosobowy wyprawowy kajak kanadyjskiej firmy Advanced.

Drugiego marca, razem ze „Staruszkim” i „Rysiem” (od red. - nazwy kajaków) podróżnicy stanęliśmy na lotnisku w Kinshasie.

### Crazy Jack i pierwsza woda

Na miejscu, Adamskiego i Ziółkowskiego powitało równikowe powietrze zmieszane z dymem z tysięcy ognisk i lamp naftowych oraz tłum ludzi.

- Wielomilionowa Kinszas to też setki utykających busów,

- Jim opowiedział nam dużo o Kongo, o prowincji, poznał z ludźmi „z miasta”. - Wyjaśnia Adamski. - Ciekawą postacią też okazał się również niejaki Crazy Jack. To biały Amerykanin, nauczyciel, który zajmuje się w magistracie siecią komputerową. Jack jest typowym przedstawicielem białej rasy spacyfikowanej przez klimat i realia sanitarne. Ktoś, kto podaje pod wątpliwość czystość i higienę przeciętnego czarnego Afrykańczyka, powinien poznać Jacka.

Po tym bardziej organizacyjnym pobycie w Kanandze, obaj panowie ruszyli do miejsca swojego startu czyli Luobo.

### W głównym nurcie rzeki

- Lulua, którą zaczęliśmy płynąć, miło nas zaskoczyła – snuje dalszą część historii Adamski. - Spieniony nurt szybko ustąpił, a rzeka zaczęła miękko zatapiać się w gęsty las równikowy. Ponadto nocowaliśmy na miękkiej

Dziesiątki krzyżących dzieciaków i natarczywych dorosłych, praktycznie uniemożliwiało nawiązanie rozmowy, czy próbę zakupu jedzenia. W małych osadach witało nas tylko kilka osób. Zaraz zjawiał się szef wioski, organizowano krzeselka, jakiś stolik. Mogliśmy spokojnie porozmawiać, opowiedzieć o Nowaku, potargować się o owoce.

Obaj bohaterowie wyprawy ustalili sobie stały rytm dnia, który pomagał im realizować bez zakłóceń plan podróży.

- Wstawaliśmy o 6.30, rozpalaliśmy ognisko, filtrowaliśmy wodę i składaliśmy biwak. Po tygodniu każda czynność i każda rzecz, miała swoją kolejność i miejsce. Często porozumiewaliśmy się bez słów, bo każdy z nas dokładnie wiedział co robić. Działaliśmy jak dobrze naoliwiony podróżniczy team. Drobnym wybiciem z rytmu, był jedynie moment kiedy zmienialiśmy się przy przygotowywaniu posiłków.



Rzeczna kopalnia diamentów na Kasai

obwieszonych zdeterminowanymi podróżnikami - kontynuuje opowieść Adamski. - Oczywiście całe to drogowe nieszczęście, korki i zamieszanie powodują sami kierowcy.

W Kinszasie podróżnicy spędzili dwa dni, po czym udali się do Kanangi gdzie czekał na nich Jim, ich przewodnik, syn pierwszego gubernatora prowincji, osoby bardzo cenionej, której pomnik zdobi główny plac w mieście.

piaszczystej mierzei. Po prostu bajka.

Po dwóch dniach wiosłowania, spokojna Lulua, zmieszła swój nurt z jasno - piaszkowymi wodami Kasai, rzeką, która towarzyszyła podróżnikom przez następne 750 km.

- W trakcie podróży do wioski zaglądaliśmy tylko w ciągu dnia i to tylko do tych najmniejszych. Duże wioski zawsze witały nas nadpobudliwym gwarem, wręcz histerią - ciągnę dalej Janusz. -

Rzeka niosła ich z prędkością 4 – 6 km/h, a dokładając wiosłowanie, uczestnicy wyprawy osiągnęli średnio 9km/h. Dziennie przepływali około 40 – 50 km.

### Diamenty jak owoce

Ciekawym odcinkiem podróży dla tej dwuosobowej wyprawy okazał się Swinborn, wąski odcinek rzeki z dziesiątkami przerebionych na platformy piróg, z których nurkowie wydobywają

## Biwak na Kongo, nadchodzi burza



z dna rzeki bogaty w diamenty piasek.

- Tak jak robotnicy na barkach witali nas serdecznie, tak obsługa „ładowa” dawała nam wyraźnie do zrozumienia, że nasza obecność jest bardzo niemile widziana – wyznaje podróżnik.

- Wydobywanie diamentów to setki milionów dolarów rocznie, więc jestem pewien, że dwóch tylko odrobinę zbyt ciekawskich podróżników, zaginęłoby bez śladu.

Wydobywaniem diamentów w tej części Afryki zajmują się na ogół międzynarodowe korporacje, wspierane na miejscu przez białych awanturników, najemne wojska i rebeliantów, którzy praktycznie opanowali północno-wschodnie tereny Kongo. Poza diamentami, małe awionetki wywożą tony złota, platyny, czy bezcennego koltanu. Większość trafia do Antwerpii, do rąk żydowskich lub rosyjskich szlifierzy. Przyglądając się przez chwilę temu jak zdobywa się ten bezcenny kruszec podróżnicy dalej kontynuowali swoją podróż.

### Bogactwo bez przyszłości

Po trzech tygodniach kajaki podróżników wpłynęły do ostatniej z rzek, czyli Kongo.

- Trudno opisać co dzieję się kiedy te dwie potężne rzeki łączą

swoje wody – zamyśla się Adamski. - Kilkudziesięciometrowe wiry potrafią rzucać dużymi barkami jak papierowymi stateczkami. Przewrotnie nasze lekkie kajaki sprawiły się bardzo dzielnie, nie dały się ponieść kipieli, tylko przeskakiwały dzielnie z jednej fali na drugą.

Kilka dni przed dotarciem z powrotem do Kinszasy, dwuosobowej wyprawie zaczęło kończyć się jedzenie. Wbrew pozorom zakup np. owoców w tej części Afryki nie był łatwy...

- Niestety przeciętny Afrykańczyk koncentruje się głównie na korzyściach doraźnych, namacalnych i jest to wielki problem tego kontynentu. Wszystko tkwi w mentalności, bo ziemia tu żyzna i bogata w minerały. Czarny brat, nie sadi drzew, bo pierwsze owoce będą dopiero za parę lat i wtedy, o zgrozo, może zjeść je ktoś inny – kończy opowieść Janusz Adamski. Po czym dodaje z zadumą: - W wielu afrykańskich językach nie ma czasu przyszłego i ktoś kto się bacznie przygląda Afryce widzi to na każdej ulicy, na każdym podwórku. To są bardzo pracowici ludzie, pracujący dużo ciężiej niż byłby w stanie pracować jakikolwiek biały. To wszystko jest jednak doraźne, brakuje innowacyjności, organizacji, chęci planowa-

nia i rozwoju. Można Afrykę zaakceptować z jej ułomnościami, ale można także próbować jej pomóc. Pomóc zmieniać wszystko co niesie nieszczęście i łzy.

Próbować tak zmieniać świat, by wszystkie dzieci chodziły do szkoły, by wojny nie pustoszyły ich ziemi, by w końcu zaczęli żyć przyszłością...



### AFRYKA NOWAKA

„Prestiz” od dłuższego czasu patronuje niezwyktemu projektowi jakim jest „Afryka Nowaka”. To zaplanowana na etapy podróż po Afryce śladami wielkiego podróżnika jakim był Kazimierz Nowak. Interesowała go wyłącznie rdzenna Afryka, co na czasy w których żył (przed II wojną światową) było wyczynem bardzo oryginalnym, ale też odważnym i niekoniernie politycznie poprawnym. Ten wyjątkowy człowiek znalazł współcześnie naśladowców, którzy ruszyli jego śladem, używając najprostszych form komunikacji. Do tej pory odbyło się 21 wypraw, a 22 właśnie jest w toku. Jej uczestnicy przemierzają m.in. pustynny krajobraz Sahary i Tenery. Wyprawa wodna do Konga była 17 etapem imprezy i rozpoczęła się oficjalnie 2 marca, a zakończyła pod koniec kwietnia. Cała „Afryka Nowaka” kończy się w grudniu kiedy rowerowa sztafeta z Sahary dotrze do granic Algieru. W całym projekcie wzięło udział blisko 100 uczestników, z których najmłodszy ma... 3 lata.

# PRAWDZIWE WĘDLINY

www.bohun.com.pl



Restauracja Szczecin

Restauracja Szczecin to wyjątkowe miejsce o niepowtarzalnym europejskim klimacie, która mieści się w prawym skrzydle gmachu Urzędu Miejskiego przy ul. Felczaka 9. Atrakcje znajdujące się w pobliżu takie jak - Jasne Błonia, Pleciuga, zabytki Szczecina, nowoczesne baseny nakłaniają spacerowiczów oraz turystów do kulinarnej przerwy w naszej restauracji.

Nasze menu łączy w sobie wyszukane smaki kuchni europejskiej z domieszką dań polskich oraz kuchni regionalnej.

Restauracja Szczecin dysponuje własnym nagłośnieniem jak i oświetleniem oraz pełnym wyposażeniem audio-wizualnym, które pozwala nam sprostać organizacji wesel, spotkań biznesowych oraz innych imprez nawet do 250 osób.

Na życzenie Klientów organizujemy catering zewnętrzny oraz spełniamy nietypowe zlecenia. Zapewniamy pełną obsługę przyjęć od dostarczenia stołów, zastawy, aż po wyszukane dania oraz profesjonalną obsługę kelnerską. W naszej ofercie znajduje się również organizacja przyjęć domowych, uroczystych obiadów oraz bankietów. Gwarantujemy rzetelną obsługę oraz bogaty wybór dań w miłym i eleganckim wnętrzu. Dokładamy wszelkich starań aby poszerzać naszą ofertę oraz dostosowywać ją do potrzeb naszych Klientów - zapraszamy do kontaktu.



Restauracja Szczecin, ul. Felczaka 9, 71-417 Szczecin  
tel. kom.: +48 508 00 33 58, tel. + 48 91 424 58 79  
www.restauracjaszczecin.com  
info@restauracjaszczecin.com

pn - czw 9.00 - 23.00  
pt 9.00 - 24.00  
sob 10.00 - 24.00  
nie 10.00 - 22.00

Czym jeździę?

# Wspomnienie PRL-u

[IZABELA MACHERA-JARZEMBEK

Skarpeta, kurołapka, królowa szos i poboczy... Poczciwe Syreny doczekały się wielu przezwisk. Do niedawna wstydliwie chowane w szopach, rdzewiejące w garażach, teraz przeżywają swój comeback.





foto: Dariusz Gorajski

# Z

anim ruszyła produkcja małych fiatów, Syrena była najpopularniejszym autem w Polsce. Ten jedyny całkowicie polski samochód skonstruowano w warszawskim FSO. Z charakterystycznym „zaśpiewem” dwutaktowego silnika przez

wiele lat uchodził za w miarę sprawne i tanie auto rodzinne.

„Należy zbudować popularny, oszczędzający czas środek przewozu przy wykonywaniu czynności służbowych i wypoczynku, przeznaczony dla racjonalizatorów, przodowników pracy, aktywistów, naukowców i przodujących przedstawicieli inteligencji” – tak brzmiało oficjalne rozporządzenie Prezydium Rządu. Decyzja o rozpoczęciu prac projektowych została podjęta w maju 1953 roku, a pierwszy model zjechał z taśmy produkcyjnej 3 lata później. Tak zaczęła się niemal 30 letnia historia Syreny, która doczekała się 8 modeli seryjnych i 5 prototypów.

Obecnie coraz częściej na Syrenę zwracają uwagę kolekcjonerzy. Szczecinianin Marcin Kołacz jest pasjonatem zabytkowych samochodów. W swojej kolekcji ma między innymi Syrenę 105 z 1974 roku. Jak opowiada auto dostał w prezencie urodzinowym od swojego kolegi, który odnalazł ją w wiejskiej szopie i kupił za... butelkę whisky. Była w fatalnym stanie, zniszczona i praktycznie cała przardzewiała. Remont trwał dwa lata, została wymieniona niemal cała karoseria, auto zostało rozebrane na części pierwsze i drobiazgowo restaurowane. Teraz to prawdziwe cacko, które wzbudza sensację w Szczecinie i jest prawdziwą dumą swojego właściciela.

– Kto nigdy nie siedział w takim aucie, nie zrozumie, na czym polega jego wyjątkowość – opowiada Marcin Kołacz. – To auto ma duszę! Proste w budowie, proste w obsłudze i w dodatku można je samemu naprawić.

Jak wygląda eksploatacja po latach? Bez większego problemu. Brak zaworów pozwala tankować benzynę bezołowiową. Nie można zapomnieć za to o dolewaniu Mixolu w odpowiednich proporcjach. Należy też pamiętać, że silnik Syreny (jak większość



dwusuwowych) nie ma klasycznego smarowania, olej dostarczany jest wraz z benzyną. Osiągi Syreny pozwalają na łatwe wyprzedzenie na przykład... „malucha”. Syrenę 105 napędza dwusuwowy motor 3-cylindrowy, który przejęto z...motopompy. W porównaniu do silników z poprzednich modeli Syreny (103 i 104) był to wyraźny postęp i „znaczny” wzrost mocy z 30 do 40 KM! Zużycie paliwa to średnio 8 l/100 km, niestety współczesnych miejskich korków nie wytrzymuje przestarzały układ chłodzenia.

Właściciel do niedoskonałości auta podchodzi jednak z wyrozumiałością. – Syrena ma swoje kaprysy i humory, dlatego trzeba z nimi postępować z wyczuciem. Wymagają dużo czasu i cierpliwości. To auto jest prawdziwym wyzwaniem – mówi Marcin Kołacz



Marka: **Syrena 105**

Rok produkcji: **1974**

Pojemność silnika: **842 ccm**

Moc: **40 KM**

Prędkość max: **120 km/h**

Masa: **867 kg**



## CZYM JEŹDŹ?

W tym cyklu motoryzacyjnym Izabela Magiera-Jarzbek pokazuje ciekawe, oryginalne i nietypowe samochody. I te najnowsze i te najstarsze. Te luksusowe i zwykłe. Ogląda

wyposażenie, patrzy pod maskę i do bagażnika, sprawdza komfort wnętrza i prowadzenia. Wszystko oczywiście z udziałem właścicieli. Zapraszam do prezentacji swoich samochodów: [magiera@prestiz.pl](mailto:magiera@prestiz.pl)



R 300 CDI BlueTEC, długość: 7,7 / 100 km,  
emisja CO<sub>2</sub> - 203 g/km



G 350 BlueTEC, 11 / 100 km,  
emisja CO<sub>2</sub> - 302 g/km



GLK 200 CDI BlueTEC, 6,0 / 100 km,  
emisja CO<sub>2</sub> - 157 g/km



CLS 250 CDI BlueTEC, 5,2 / 100 km,  
emisja CO<sub>2</sub> - 136 g/km

„4MATIC. Sprawdziłam w każdych warunkach.”

*Justyna Kowalczyk*

Każda droga stawia inne wymagania przed kierowcą, ale są rozwiązania, które doskonale sprawdzają się w każdych warunkach. System 4MATIC Mercedes-Benz to niezwykle skuteczny napęd na 4 koła zintegrowany z automatyczną skrzynią biegów i połączony z inteligentnymi systemami kontroli trakcji, takimi jak: 4ETS, ASR i ESP. Wszystko po to, by mieć pewność, że dojedziesz tam, gdzie potrzebujesz. Sprawdź nasze oferty na samochody z napędem 4MATIC i umów się na jazdę próbną.



Już jest!  
Odkryj Nową Klasę M

Weź udział w konkursie i poznaj z Justyną wszystkie zalety 4MATIC na [www.mercedes-benz.pl/4MATIC](http://www.mercedes-benz.pl/4MATIC)

4MATIC



Mercedes-Benz

[KUBA GRABSKI

# Podglądając w sieci

Całkiem znośna wydaje się myśl, że konstruowane w laboratoriach przemysłne wynalazki byłyby całkiem nieużyteczne, gdyby nie siła ludzkich mięśni, których trzeba użyć, żeby można było te wynalazki praktycznie zastosować. Na tym polega duża część z prezentowanych tu nowinek.



## ZEGAREK NAPĘDZANY PRZEZ NADGARSTKI

Czy zegarek, który napędza się, wykorzystując energię użytkownika może być dobrym sposobem na lans? Nowy produkt firmy Ventura Watches – Sparc MGS wyróżnia się nie tylko dlatego, że ładuje się dzięki wykorzystaniu ruchów użytkownika. Dodatkowo wyposażono go w mikrogenerator, który ładuje jego wewnętrzną baterię. Dodatkowo jest tu szafirowe szkło chroniące wyświetlacz i mikrogenerator oraz bateria wystarczająca na 45 dni pracy, jeśli zegarek nie będzie noszony. Poza tym mamy tu takie udogodnienia, jak podświetlenie LED, alarm, stoper, kalendarz oraz zegary z różnych stref czasowych. Największą wadą (a dla niektórych zaletą) zegarka jest jego cena. Za limitowaną wersję czarną trzeba zapłacić „jedynie” 5500 dolarów (około 17 430 zł). Tańsza będzie standardowa srebrna wersja. Ile? Za ledwie 5250 dolarów (16 600 zł). To może na komunijny prezent faktycznie lepiej wybrać iPhone'a?



## KIESZONKOWA OCZYSZCZALNIA WODY ISTNIEJE

Jednym z rozwiązań, gdy jedynym źródłem wody jest zatechła kałuża, jest SteriPEN – kieszonkowa oczyszczalnia wody. Jak działa? To niewielkie urządzenie niszczy mikroorganizmy, emitując światło o długości fali 200-280 nm, znane jako UV-C i stosowane m.in. w szpitalnych sterylizatorach. Proces uzdatniania wody polega na włożeniu do niej lampy urządzenia. Oczyszczanie półlitrowej porcji trwa 48 sekund, a jedno naładowanie akumulatora zapewnia 40 naświetleń. Żywotność urządzenia – lampy i akumulatora – jest szacowana na co najmniej 8000 naświetleń. SteriPEN Freedom będzie niebawem dostępny w cenie 120 dol.

## OKULARY Z PRZEZIERNYM WYŚWIETLACZEM

Wyświetlacze przeziernie prezentujące informacje bez zasłaniania widoku są kojarzone przede wszystkim z kokpitami nowoczesnych samolotów. Pojawiło się właśnie ciekawe, kompromisowe rozwiązanie łączące zalety HUD-a z niewielkim kosztem. Kanadyjska firma 4iiii opracowała ciekawy rodzaj HUD-a pozwalający za pomocą okularów przeciwsłonecznych dostarczać informacje bezpośrednio przed oczy użytkownika. Podstawę do przebudowy mogą stanowić zwykłe okulary przeciwsłoneczne, do których dołącza się urządzenie o nazwie Sportiiiis. Informacje obrazowane są przez kolorowe diody znajdujące się pod okiem użytkownika. Dzięki możliwości konfigurowania i współpracy z wieloma różnymi urządzeniami, jak pulsometry, liczniki czy wskaźniki kadencji, można dopasować urządzenie do indywidualnych potrzeb. Poza zestawem diod Sportiiiis przekazuje informacje poprzez głośniki umieszczone w pobliżu uszu użytkownika, a kolor diody informuje o osiągnięciu zadanego przed treningiem parametru, jak np. częstotliwość uderzeń serca. Konfiguracja sprzętu jest możliwa za pomocą telefonu lub po podłączeniu urządzenia do komputera. Cena urządzenia została ustalona na 199 dolarów.



## ROWER Z BEZPRZEWODOWYMI HAMULCAMI

Jednośląd bez linek i klamek hamulcowych? Brzmi dziwnie i trochę niebezpiecznie. Niemieccy naukowcy przekonują, że nie ma się czego obawiać. Oto nowatorski projekt rowerowego hamulca, opracowany przez naukowców z Uniwersytetu w Saarland. Jednym z nich jest dr Holgar Hermanns, który zapewnia, że rowerzysta jadący jednoślądem wyposażonym w ten system hamowania może być spokojny. Zdaniem naukowca, ich prototyp działa niezawodnie w 99.999999999999% przypadków. To oznacza, że hamulec zawodzi 3 razy na trylion hamowań. Na kierownicy takiego roweru, nie znajdziemy klamki hamulca. W chwycie kierownicy umieszczono czujnik nacisku. Im mocniej rowerzysta ścisną rączkę, tym mocniej działa hamulec. Urządzenie przy przednim kole interpretuje sygnał wysłany przez sensor na kierownicy i pozwala zatrzymać rower z opóźnieniem sięgającym 250 milisekund. Naukowcy przyznają, że jest to wynik do poprawienia.



## JEDZ I CHUDNIJ

Proste rozwiązania są najlepsze. Po co męczyć się z różnymi dziwnymi dietami, które wprawdzie pozwalają na nieograniczone spożywanie posiłków, ale ich skład jest taki, że nikogo nie dziwi rosnąca ilość zabiegów liposukcji. Zamiast diet wystarczy sięgnąć po sztucce do ćwiczeń. Tak przynajmniej reklamuje je producent. Sztucce Dumb-Bell, to ręcznie wykonane widelce, noże i łyżeczki desery zintegrowane z ciężarkami. Widelec i nóż ważą po kilogramie, a łyżeczka 2 kg. Nóż i widelec kosztują 120 dolarów, łyżeczka 70 dolarów. Jeżeli jednak zdecydujemy się kupić cały zestaw, to zapłacimy 160 dolarów. To i tak sporo, ale jeżeli dociążone sztucce mają zadziałać, to pewnie warto wydać na nie trochę pieniędzy.



IZABELA MACIERA-JARZEMBEK

## PODRÓŻ ZA

## jeden uśmiech



Ferrari, policyjną karetką lub karawanem. Tak podróżują szczeniacy autostopowicze. Dla jednych to okazjonalna przygoda, dla innych styl życia. O ich historiach można napisać dobrą książkę.

**D**laczego wybierają autostop? Z różnych względów. Bo chcą zaoszczędzić na bilecie, przeżyć niezapomnianą przygodę, a nie lubią zorganizowanych wycieczek w opcji all inclusive. Wierzą w ludzką życzliwość i jak do tej pory nie zawiedli się. Autostop to spontaniczność, w której nie zawsze najistotniejszy jest cel. Czasem ważniejsza jest sama podróż.

— Pamiętam kiedyś podróżowaliśmy autostopem z koleżanką, wracałyśmy ze Słupska do Krakowa — opowiada Maria Brodzikowska, wykładowca

uniwersytecki, która często podróżuje autostopem. — Miałyśmy zaplanowaną trasę przez Toruń i Łódź. Ale kierowca, którego złapałyśmy w Chojnicach był taki strasznie fajny i tak nam się dobrze rozmawiało, że dojechałyśmy z nim do Warszawy! Tam musiałyśmy przenocować u koleżanki, ale cóż — i tak było fajnie.

Romek Zańko, twórca Fundacji Pod Sukniami, jest niekwestionowanym królem autostopu. Podróżuje od 17 roku życia, zwiedził praktycznie całą Europę i Azję. Za wycieczkę, którą odbył w towarzystwie syna Jonasza, przez Ukrainę, Syberię i Sachalin do Japonii zostali laureatami nagrody National Geo-

graphic Traveler 2008.

— Z reguły, kierowcy, którzy zabierają „na stopa” mają w sobie coś fajnego, milego — z nimi nigdy nie jest nudno — uważa Zańko. — Często sami podróżowali autostopem, dlatego teraz zabierają innych.

#### Gdzie jechać?

Jakie kraje są najbardziej gościnne? Bardzo chętnie zatrzymują się Niemcy, a w Holandii są nawet wydzielone miejsca dla autostopowiczów. Natomiast w Norwegii każdy ma swój samochód i idea darmowego podróżowania jest im kompletnie obca, podobnie w Chinach, gdzie na początku

żądadą opłaty za podwóz. Japonia to kraj bardzo przyjazny amatorom darmowej podróży, a autostop ma tam nawet swoją nazwę — Hitch Hajku (od angielskiego hitchhike).

Romek Zańko wraz z synem odwiedził ostatnio Norwegię zimą. W dzień podróżowali, łapali okazję, w nocy, gdy temperatura spadała do -25 stopni znajdowali gościnę w garażach lub domkach dla gości życzliwych Norwegów.

— Tam autostop to prawdziwy survival — wspomina Zańko. — Norwegowie są zamknięci w sobie, niechętnie się zatrzymują. Nam jednak udało się spotkać paru bardzo życzliwych...

REKLAMA

# Jerzy Bogacki

P R Z E D S T A W I A



Wir leben Autos.

Jerzy Bogacki

ul. Mieszka I 45, 71-011 Szczecin tel. (091) 435 88 55, www.bogacki-opel.com.pl

# Styl życia

W podróż na Riwierę Francuską wybrali się studenci ze Szczecina – Przemysław Matuszczyk i Artur Woroszyło. Podróżowali systemem „od stacji do stacji”, który doskonale jest znany w całej Europie. Polega on na tym, że podchodzi się bezpośrednio do kierowcy stojącego na stacji benzynowej i prosi o podwiezienie. Panowie mieli przeróżne patenty na zatrzymywanie kierowców. Białe koszulki (podobno wzbudzają zaufanie) z wymalowanymi uśmiechami, lizak policyjny, uśmiech na twarzy i „moonwalk” na poboczu to tylko niektóre z nich.

— Uśmiech od ucha do ucha, pełen luz i nienaganny ubiór – to była nasza recepta na sukces — opowiadają — I faktycznie rzadko się zdarzało byśmy stali dłużej niż godzinę.

## Szkoła życzliwości

W podróżowaniu autostopem często polega się na ludzkiej życzliwości.

— Pamiętam kiedyś staliśmy bardzo długo na Uralu. Robiło się coraz chłodniej, zaczynało się ściemniać. Nagle zatrzymał się ogromny TIR. Kierowca otworzył drzwi i w milczeniu zaprosił nas do środka. W odpowiedzi na nasze pytanie dlaczego zdecydował się nas zabrać usłyszeliśmy jedno zdanie: „zamarzlibyście”. I to było jedyne zdanie które wypowied-

dział, a podróż trwała dobre 10 godzin! — śmieje się Zańko.

Z ogromną życzliwością spotkali się też studenci ze Szczecina. Gdy jednemu z kierowców zepsuł się samochód zapłacił im za nocleg w hotelu, w sumie podróżowali z nim 3 dni aż na samą Riwierę Francuską. Spotkali też Włocha, geologa działającego w UNESCO, który ugościł ich w swoim własnym domu.

## Autostop bezpieczny czy nie?

Zdania są podzielone, jak mówią zgodnie autostopowicze,

trzeba mieć szczęście i polegać na intuicji.

— Nam, odpukać, nigdy się nic złego nie przytrafiło. Trzeba mieć trochę zaufania do ludzi — uważa Zańko. — I intuicję. Jeżeli coś mi mówi „nie wsiadaj” zawsze słucham głosu rozsądku.

— Zawsze trzymaliśmy się razem — dodaje Przemysław Matuszczyk. — Jesteśmy w parze, jedziemy w parze – koniec i kropka. Nie ukrywam, że miałem przy sobie gaz pieprzowy, nie przydał się, ale nigdy nic nie wiadomo...

Jedną ze swoich podróży nie-

zbyt dobrze wspomina Maria Brodzikowska.

— Jechaliśmy z mężem po Polsce. Długo nie mogliśmy nic złapać, aż zatrzymało się Ferrari... Wsiadłam z radością, ale żałowałam potem tego bardzo, bo kilka razy miałam wrażenie, że stracę życie pod TIR-em. Z Przemysła do Tarnowa jechaliśmy w niecałe dwie godziny!

Bywają też sytuacje kryzysowe. Studenci na Riwierze Francuskiej spędzili czekając na okazję... 13 godzin. Romek Zańko też ma za sobą długie godziny spędzone przy autostradzie.

— Czasem wyciągasz rękę



## PRZYKAZANIA AUTOSTOPOWICZÓW

- Nigdy nie ufaj w 100% osobie, z którą jedziesz,
- noś odbłaskowe ubranie wieczorem i nocą, aby być widocznym na drodze,
- noś ze sobą dwie baterie do telefonu,
- zawsze trzymaj wszystkie cenne i ważne dla ciebie rzeczy przy sobie,
- zaopatr się w gaz pieprzowy,
- pamiętaj, że łapanie okazji/podróżowanie autostopem jest nielegalne w niektórych krajach, np. USA,
- jeśli możesz to informuj swoją rodzinę i znajomych gdzie jesteś.

**Źródło:** Tomasz Bułka  
„Jak podróżować autostopem”

**KILKA FAKTÓW:**

- W dzisiejszych czasach ludzie coraz rzadziej chcą podwozić autostopowiczów,
- młodzi są częściej podwożeni niż starsi ludzie,
- kobiety są częściej wybierane niż mężczyźni,
- samotnie podróżujący autostopowicze mają większe szanse na złapanie okazji niż grupy dwu – i trzyosobowe,
- podróżowanie autostopem nie jest dla każdego. Istnieje wiele niebezpieczeństw z tym związanych,
- zdarzyć się może, że będziesz zmuszony do spędzenia nocy pod gołym niebem w nieprzyjaznym otoczeniu.



i kierowca zatrzymuje się jak taksówka, czasem trzeba trochę poczekać — opowiada. — Pamiętam, że rekord oczekiwania na okazję pobiliśmy z Jonaszem w Dover. Staliśmy tam ...trzy dni!

Bywa też że po długim oczekiwaniu pomoc zjawia się z najmniej spodziewanej strony.

— Stałyśmy parę godzin na

autostradzie, zmęczone i zestresowane, aż tu nagle zatrzymuje się... karetka policyjna — opowiada Brodzikowska. — Kierowca nas bardzo przeprosił i powiedział, że niestety, miejsce ma tylko z tyłu i musi nas zamknąć. Miałam więc unikalną możliwość przejechania się w więźniarce za kratkami!

Czasem podróż autostopem

przypomina scenę z sensacyjnego filmu, a przygody mogą zmrozić krew w żyłach bardziej wrażliwym podróżnikiem.

— Pamiętam naszą podróż po Indiach. Byliśmy w okolicach Biharu — jednej z najbiedniejszych części tego kraju — opowiada Zańko. — Podeszliśmy do zaparkowanego przy drodze Jeepa, poprosiliśmy o podwie-

zienie, kierowca chętnie się zgodził. Szczęśliwi usadowiliśmy się z tyłu samochodu. Kierowca ruszył, a my po chwili zorientowaliśmy się, że tuż obok nas leży owinięte materiałem ciało! Okazało się, że wnuczek wiezie... zmarłą babcię na kremację! Grzecznie podziękowaliśmy za wspólną podróż i uciekliśmy czym prędzej...

REKLAMA

Astra Classic III już od  
**20 900 zł**

Nowa Astra Edition już od  
**26 100 zł**

Nowa Corsa już od  
**16 300 zł**

**JESIENNA PROMOCJA OPLA!**

**NAJROZSĄDNIJ WYDANE PIENIĄDZE!**

Nowy Opel Corsa 1.0 65 KMz klimatyzacją, zestawem audio w kredycie 40/60

już od **16 300 zł**

Opel Astra Classic 1.6 115 KMz klimatyzacją, zestawem audio w kredycie 40/60

już od **20 900 zł**

Nowy Opel Astra Edition 1.6 115 KMz klimatyzacją, zestawem audio w kredycie 40/60

już od **26 100 zł**

Sprawdź nasze pozostałe promocje oraz ofertę na komplet kół zimowych za 499 zł!

www.opel.pl Opel Kredyt



Wir leben Autos.

Zużycie paliwa oraz emisja CO<sub>2</sub>. Corsa 1.0 – 5,0 l/100 km, CO<sub>2</sub> 117 g/km; Astra 1.4 – 5,5 l/100 km, CO<sub>2</sub> 129 g/km; Astra Classic 1.6 – 6,2 l/100 km, CO<sub>2</sub> 146 g/km (wg dyrektywy 80/1268/ECC, 2004/3/EC, cykl mieszany). Informacje na temat złomowania samochodu, przydatności do odzysku oraz recyklingu dostępne są pod adresem internetowym [www.opel.pl](http://www.opel.pl). Oferta kredytu 40/60 dostępna jest w programie Opel Kredyt. RRSO: 4,71%. Oprocentowanie: 0%. Wkład własny: 40%. Okres kredytowania: 12 miesięcy. Podany koszt nie zawiera obowiązkowej polisy autocasco.

**Jerzy Bogacki**

ul. Mieszka I 45, 71-011 Szczecin tel. (091) 435 88 55, [www.bogacki-opel.com.pl](http://www.bogacki-opel.com.pl)

# GWIAZDA NA WODZIE

[IZABELA MAGIERA-JARZEMBEK

Jeden z najstarszych jachtów regatowych w Polsce, który przez blisko 30 lat stał w hangarze i czekał na lepsze czasy. Odbudowany i odrestaurowany od podstaw stał się prawdziwą dumą przystani jachtowej Marina Hotele.

# M

owa o s/y Rozpiór - jachcieregatowym typu Star zbudowanym w 1935 roku w Niemczech. Star to najstarsza i najbardziej prestiżowa klasa olimpijska jachtów regatowych, uważana za jedną z najtrudniejszych w żeglarskim sportowym, ponieważ wymaga dużej sprawności fizycznej oraz precyzji. Nic więc dziwnego, że wygrywają najlepsi, których zalicza się w poczet gwiazd żeglarskiego sportu. Pływa na nich m.in. Mateusz Kusznierevicz. Obecnie w Polsce jest zaledwie kilka łodzi tej klasy, z czego większość nie nadaje się do regat, a jedyną aktywną załogą jest zespół w składzie Mateusz Kusznierevicz - Dominik Życki.

Jacht został zbudowany jako s/y Jantar w stoczni Abeking & Rasmussen na zamówienie Oficerskiego Yacht Klubu w Gdyni. Po wojnie łódka trafiła do Szczecina i pływała w barwach żeglarskiego klubu Stal Stocznia gdzie zmieniono nazwę na Rozpiór, a przez ostatnie kilka dekad stała na brzegu i czekała na remont. Jacht został odbudowany przez firmę Yacht Planker Service pod okiem Witomierza Witkowskiego. Ta sama ekipa była odpowiedzialna za odbudowę s/y Polonez na którym kapitan Krzysztof Baranowski opłynął świat. Jednostka została odbudowana w ten sposób, aby w stu procentach spełniać wymagania swojej klasy i wszystkie normy regatowe.

- To jacht dla prawdziwych miłośników żeglarskiego sportu, trudny w prowadzeniu i bardzo wymagający - opowiada armator Marcin Raubo. - Prace nad odbudową trwały od maja do końca sierpnia 2011. Zdążyliśmy idealnie na czas, by wziąć udział w regatach z okazji 100 rocznicy lat klasy Star w Saint Tropez, gdzie mieliśmy okazję pościgać się towarzysko ze światową czołówką.

- To jacht dla prawdziwych miłośników żeglarskiego sportu, trudny w prowadzeniu i bardzo wymagający - opowiada armator Marcin Raubo. - Prace nad odbudową trwały od maja do końca sierpnia 2011. Zdążyliśmy idealnie na czas, by wziąć udział w regatach z okazji 100 rocznicy lat klasy Star w Saint Tropez, gdzie mieliśmy okazję pościgać się towarzysko ze światową czołówką.

## s/y Rozpiór

Klasa: **Star**

Numer: **POL 1152**

Rok budowy: **1935**

Stocznia: **Abeking & Rasmussen, Niemcy**

Długość: **6,9 metra**

Ciężar: **770 kg**

Powierzchnia żagli: **26 m<sup>2</sup>**

Obecny klub: **Yacht Klub Polski**

**Szczecin**

Właściciel: **Marina Hotele**



Składamy serdeczne podziękowania wszystkim osobom, które przyczyniły się do tego, że s/y ROZPIÓR ponownie mógł poczuć wiatr w żaglach. Bez was nie byłoby to możliwe. Dziękujemy!!!

# PARK OSTROWSKA

## skandynawski styl życia

Osiedle Park Ostrowska powstanie przy ulicy Ostrowskiej, na jednym ze Wzgórz Warszawskich. Lokalizacja na wzniesieniu zapewnia niepowtarzalne widoki na panoramę miasta i rozlewisko Odry. Sąsiadujący z Osiedlem park, odrestaurowany XX-wieczny Pałac znajdujący się w centralnej części Osiedla, oddają wyjątkowy klimat i charakter tego miejsca. Z połączenia wiedzy i doświadczenia skandynawskiej spółki powstał projekt, którego celem jest kompleksowe zaspokojenie potrzeb jego mieszkańców.

Osiedle budowane będzie w 5 etapach.

[www.parkostrowska.pl](http://www.parkostrowska.pl)



Etap II – Trzy budynki „Na Wzgórze” – wzdłuż ulicy Ostrowskiej z widokiem na rozlewisko Odry oraz panoramę miasta, a także dwa budynki „Water Front” – ekskluzywne budynki w centralnej części osiedla, nad jeziorkiem.

Biurowo sprzedaży  
PARK OSTROWSKA:  
ul. Ostrowska 4,  
71-757 Szczecin,  
tel. 695 25 43 43;

Etap I – jest już zakończony i polegał na odrestaurowaniu ponadstuletniego Pałacu. W przyszłości skupiać on będzie główne funkcje na użytek mieszkańców, takie jak: kawiarnia, SPA, siłownia. Dodatkowo budynek zawiera 1500 m<sup>2</sup> nowoczesnej przestrzeni biurowej na sprzedaż lub wynajem.



# MARINA HOTELE

Do zobaczenia  
w przyszłym sezonie!



-15%  
studenci



HOTEL i RESTAURACJA

ul. Twardowskiego 12, 70-320 Szczecin  
tel. 91 434 57 96, tel. 91 433 75 01  
centrum@marinahotele.pl

HOTEL, PRZYSTAŃ i RESTAURACJA

ul. Przestrzenna, 7 70-800 Szczecin  
tel. 91 469 38 00, fax 91 461 43 50  
marina@marinahotele.pl

[www.marinahotele.pl](http://www.marinahotele.pl)



Prestiżowe wnętrze

# Kiedyś willa, dzisiaj hotel

[ WERONIKA BULICZ

Hotel Atrium to nie tylko obiekt użytkowy, ale także piękna willa u progu szczecińskiej dzielnicy Pogodno. Budynek powstał przeszło sto lat temu i dzięki nowym właścicielom odżył w nim duch tradycji sprzed wieku.

*Klatka schodowa w Atrium jest oryginalna - zachowane z 1905 roku stopnie, i poręcze są wykonane z litego drewna. Dziewięć lat temu zostały odrestaurowane, by dziś stanowić o charakterze wnętrza hotelu*

Skórzane kanapy, delikatne światło i ciepło kominka w eleganckim wnętrzu – to wnętrze hotelowej restauracji

G

dy wchodzimy do hotelu Atrium odbywamy podróż w czasie... Hol i klatka schodowa pozostały oryginalne – odrestaurowano stopnie schodów oraz poręcze z litego drewna, które liczą ponad sto lat. Zanim w 2002 roku w zabytkowym budynku zaczął działać hotel,

zabytek niszczał – hotel Atrium to jego kolejne wcielenie, ale i nowe życie. Budynek jest zadbane, a goście doceniają jego wiekową duszę.

Wnętrze hotelu – hol, restauracja, pokoje i apartamenty – mają charakter. Są stylowe, eleganckie, dyskretne i nienachalnie odnoszą się do tradycji budynku, wpisując się w styl właściwy tej części miasta. Każdy z 30 pokoi jest inny – ma inny układ, widok. Oczywiście z racji sposobu użytkowania willi – ujednolicono tylko wzory mebli i elementów wykończenia.

– Nasi goście, szczególnie ci, którzy przyjeżdżają często, mają u nas swoje ulubione pokoje – mówi Magdalena Sikorska, prezes hotelu. To dowód, że każdy z pokoi czymś się wyróżnia.

Na podłogach leżą miękkie zielone wykładziny w dyskretnej desenie – tworzą ciepłą, przytulną atmosferę, a przy tym są eleganckie. Podobnie wzory narzut na łóżkach i obić – foteli i sof (te drugie występują tylko w niektórych pokojach) – również są ciepłe, mieszają się tutaj barwy czerwieni i złota, drobne desenie i kwieciste wzory.

Meble są proste w formie, ale o tradycyjnym charakterze. Wykonano je z litego drewna i wykończono okleiną z drewna egzotycznego, dzięki czemu wyglądają autentycznie i bardziej luksusowo – takiego efektu nie daje płyta MDF.

Na ścianach w pokojach i holach położono tapety – delikatny wzór i faktura oraz piaskowy





odcień sprawiają, że wnętrza wydają się cieplejsze, a więc w naturalny sposób sprzyjają odpoczynkowi. A po to przecież goście trafiają do hotelu.

Duże okna na pierwszym i drugim piętrze, a także połączone na poziomie poddasza wpuszczają do pokoi sporo naturalnego światła, dlatego łatwo wyeksponować walory wnętrza.

Apartament na pierwszym piętrze, którego główną atrakcją są wysokie okna oraz taras z widokiem na Aleję Wojska Polskiego, jest wyróżniającym się pomieszczeniem – tutaj, dla odróżnienia go od pozostałych pokoi, położono dywan o barwie nasyconego błękitu, w części dziennej pokoju znalazł się zestaw sof i foteli, o delikatnym piaskowym kolorze. To pokój, który pozwala odpocząć w bardziej otwartej przestrzeni – pod każdym względem zadowolili osoby, które lubią wysokie przestronne pomieszczenia, a także doceniają widok na inne wille znajdujące się przy najdłuższej arterii miasta.

Na wysokim parterze mieszczą się dziś hol recepcyjny i pomieszczenia restauracyjne. Meble, drzwi i okna również są wykonane z litego drewna – to one stanowią o eleganckim wystroju tych wnętrz. Ściany i sufity zdobią zaprojektowane i wykonane przez gdańską projektantkę zdobienia – kwieciste ornamenty, nieco rubaszne, ale dyskretne aniołki i inne tradycyjne motywy. Wnętrza zdobią kwiaty – na stołach, w oknach, ale także na ścianach – dwie przeciwległe ściany głównej sali restauracyjnej zdobią malowane ręcznie delikatne kwiatowe wzory. ■

W łazienkach również zastosowano naturalne materiały: blaty wykończone są granitem i drewnem



# Inteligentny DOM



[ WERONIKA BULICZ

Czy zdarzyło się wam zostawić w domu włączone żelazko? Albo zastanawiać się czy zakręciliście wodę? Lub po prostu martwić się o jego bezpieczeństwo podczas dłuższego wyjazdu? O to wszystko współczesny dom może już zadbać sam. Wystarczy, że jest „inteligentny”.

Inteligentny system w domu jest skomplikowany, ale, na szczęście, niemal niewidoczny. Jego przewaga nad systemem alarmowym jest oczywista – to dom, który możemy kontrolować na odległość przez tablet lub telefon. Niepotrzebne są też nieestetyczne skrzynki alarmowe – dla wystroju wnętrza to zupełnie zbędny element. Wszystko, co może pozostać

Za pomocą telefonu rozbroimy alarm. A jeśli któryś z domowników, wychodząc zapomni nacisnąć przycisk uaktywniający alarm – za pośrednictwem telefonu nie tylko to sprawdzimy, ale także włączymy zabezpieczenie domu. Możemy zapisać ustawienia, które zapalą odpowiednie światła (na klatce schodowej czy w kuchni), podniosą temperaturę ogrzewania, a nawet włączą sprzęt grający.

się, że wyłączyliśmy żelazko. Sprawdzimy to za pomocą telefonu, a wyłączy je nasz inteligentny dom...

Pomyślimy zatem – skoro dom zbudowaliśmy kilka lat temu, pewnie nie ma już szans, by założyć system i ułatwić sobie życie. Nic bardziej mylnego.

– Urządzenia są naprawdę niewielkie i montuje się je w puszkach podtynkowych: w gniazdkach i przełącznikach – zapewnia Bartłomiej Skrentny z Centrum Inteligentnych Domów Fibaro.

## Mózg naszego domu

Systemy w jakie możemy wyposażyc dom są „inteligentne”. Jak dom może odznaczać się inteligencją, skoro jest ona przymiotem wyłącznie człowieka?

– Struktura systemu Fibaro została oparta na analogii działania ludzkiego mózgu – mówi Bartłomiej Skrentny. – Nasze rozwiązanie działa w oparciu o sieć mesh, będącą imitacją sieci neuronowej mózgu człowieka – precyzuje ekspert.

To właśnie sprawia, że system nie potrzebuje skomplikowanych urządzeń, sieci kabli, skrzynek etc. – urządzenia wchodzące w skład systemu „porozumiewają się” bezprzewodowo, na falach radiowych.

Rozwiązanie jest energooszczędne, ekologiczne, wygodne i bezpieczne. Jak sama nazwa wskazuje – inteligentne. Warto zapatrzeć się w coś, co kompleksowo zapewni nam wygodę. Zwykły alarm to tylko wierzchołek góry. To zaledwie mała część naszego poczucia komfortu. ■



widoczne, to dyskretne przyciski, rozmieszczone w miejscach dobranych odpowiednio do wygody mieszkańców „myślącego” domu.

## Włączy muzykę

System pozwala zautomatyzować działanie wszystkich kluczowych urządzeń elektrycznych w mieszkaniu. Na czym polega?

System jest też ekologiczny: gdy nas nie ma, dom zużyje mniej energii na ogrzewanie. Ponadto możemy zapisać ustawienia tak, by ogrzewanie lub klimatyzacja wyłączały się automatycznie, gdy otwieramy okna – to nadal częsty przykład bezrefleksyjnej i niepotrzebnej utraty ciepła...

Mniej energii zużyją także sprzęty, które przez przypadek zostawiłmy włączone – już więcej nie będziemy wracać, by upewnić



-10%\*  
z kuponem rabatowym

## TWOJA LISTA PREZENTÓW

Po raz pierwszy w Szczecinie dajemy Państwu możliwość tworzenia indywidualnej listy prezentów ślubnych oraz okolicznościowych.

Zapraszamy do naszych salonów:

**Galeria Kaskada** tel. 728 443 224

**Galeria Turzyn** tel. 500 223 558

[www.rosenthal.szczecin.pl](http://www.rosenthal.szczecin.pl)

\*Promocja dotyczy zakupu jednego produktu tylko w salonach Rosenthal w Galerii Kaskada oraz w Galerii Turzyn w Szczecinie



## Domowe obiady

na miejscu i na wynos

w godzinach 11.00 – 16.00

**DOWÓZ GRATIS**

\* przy zamówieniu powyżej 25 pln



### ZUPY:

Segedyńska zupa rybna gulaszowa	7,00 zł
Razsolnik – ogórkowa rosyjska zupa rybna	7,00 zł
Barszcz czerwony z pierożkami rybnymi	7,00 zł
Kalmary a' la flaczki	8,00 zł

Domowy rosół z makaronem	5,00 zł
Domowy żurek z wiejską kielbasą i jajkiem	7,00 zł
Gulaszowa z warzywami (mięsna)	7,00 zł
Krem z pomidorów z grzankami	8,00 zł

### DANIA RYBNE

Sandacz australijski z grilla ziemniaki, zestaw surówek	19,90 zł
Dorsz bałtycki z patelni ziemniaki, zestaw surówek	15,00 zł
Strogonow z mintaja kluski półfrancuskie, biała kapusta	15,00 zł
Filet z karmazyna panierowany z pieczarkami ziemniaki, kiszona kapusta	15,00 zł
Szaszłyk z dorsza ryż pilaw, zestaw surówek	15,00 zł
Panga zapiekana z serem i szparagami ziemniaki, zestaw surówek	15,00 zł
Łosoś gotowany w sosie koperkowym ziemniaki, warzywa gotowane	18,00 zł
Łosoś grillowany ryż pilaw, warzywa grillowane	18,00 zł
Szaszłyk z białego halibuta w cieście ryż pilaw, zestaw surówek	18,00 zł
Filet z soli smażony na maselku ziemniaki, zestaw surówek	19,90 zł
Tuńczyk z grilla ryż pilaw, warzywa grillowane	21,90 zł
Ryba maślana z grilla ziemniaki, kapusta kiszona	21,99 zł
Salatka z owoców morza lub łososia grzanki	16,00 zł

### DANIA MIĘSNE

Pierogi domowe z mięsem lub „ruskie” (8 sztuk) zestaw surówek	15,00 zł
Spaghetti z kurczakiem i z brokułami	15,00 zł
Tradycyjny kotlet schabowy z pieczarkami ziemniaki, zestaw surówek	15,00 zł
Filet z kurczaka panierowany ziemniaki, zestaw surówek	15,00 zł
Karkówka duszona w sosie ziemniaki, zestaw surówek	15,00 zł
Karkówka z grilla z masłem czosnkowym frytki, zestaw surówek	16,00 zł
Kotlet de Volaille ziemniaki, zestaw surówek	16,00 zł
Filet z kurczaka z grilla ryż pilaw, warzywa grillowane	16,00 zł
Bryzol z indyka z pieczarkami ziemniaki, zestaw surówek	16,99 zł
Kotlet schabowy „górski” (z jajkiem sadzonym) ziemniaki, zestaw surówek	17,00 zł
Półdewica wieprzowa z grilla ziemniaki, zestaw surówek	18,00 zł
Placek po cygańsku (duża porcja)	18,00 zł
Salatka Ceasara z kurczaka grzanki	15,00 zł

chief®

RESTAURACJA

## PROMOCJE w RESTAURACJI

**Poniedziałek - 35%**  
Wszystkie dania z owoców morza

**Wtorek - Piątek - 30%**  
Od godz. 20.00 cała karta dań

**Sobota - 30%**  
Wszystkie dania z łososia

**Niedziela**  
Od godz. 18.00  
Wyłusuj sobie rabat  
(10,20,30,40%)  
cała karta dań

Promocje nie sumują się,  
Pozostałe promocje i informacje na stronie

[www.chief.com.pl](http://www.chief.com.pl)

ul. Rayskiego 16  
(plac Grunwaldzki)  
tel. (91) 488 14 17

Zarezerwuj u nas stolik na Andrzejski, a otrzymasz 40% rabatu

## Dorota Zawadzka Poważna pani psycholog... z dystansem

Dorota Zawadzka, najsympatyczniejsza niania w Polsce, odwiedziła Szczecin, by wraz z fundacją Kidprotect promować program „Mądrzy rodzice”.  
A „Prestiżowi” opowiedzieć o... tańcu.

**S**potkanie ze szczecińskimi rodzicami zorganizował Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie. O tym, jak być mądrym rodzicem opowiadała Agnieszka Pawłowska – Bałdyga z fundacji Kidprotect, która przybliżyła szczegóły programu. Potem bohaterką była już Superniania. – Kojarzycie ten program z telewizji – pytała rodziców. – Prowadzi to taka jedna kobieta. Tak, ja też już nie mogę na nią patrzeć – żartowała.

A potem przedstawiła dziecięcy punkt widzenia na świat – jakie są potrzeby dzieci i sposób, w jaki rodzice mogą pomóc im je realizować. Poświęciła też czas „Prestiżowi”. Nam najbardziej znana niania w Polsce opowiedziała o swojej pracy, tańcu i popularności.

**Brała pani udział w „Tańcu z Gwiazdami” – wielu uczestników opowiada o tym, jak program pomógł im się otworzyć, zmienić... Czy jako psycholog pani również odczuła „terapeutyczne” działanie show?**

Nie! Jestem otwartą osobą i naprawdę nie potrzebowałam dodatkowego „otwierania”. Sam udział w programie uświadomił mi natomiast możliwości mojego ciała – dowiedziałam się, że

ma ono i górę, i dół, a także lewą i prawą stronę (które ustawicznie myślę – gdy jedziemy z mężem samochodem i proszę go, by skrzył w lewo, jakoś często wybiera nie to lewo, o które mi chodziło...). Okazało się, że tańcu bardzo przydaje się koordynacja i współgranie wszystkich części ciała... Mam poczucie rytmu, ale tańczyć, niestety, nie umiem.

**Mimo wszystko doszła pani daleko – do ósmego odcinka.**

Fakt! Byłam przygotowana najwyżej na dwa tańce, a tymczasem taki sukces. Być może to dlatego, że naprawdę dużo się wygłupialiśmy – nadrabiając trochę błędy taneczne. Dzięki temu, że spędziłam w show tyle czasu, mam nie tylko mnóstwo miłych wspomnień, ale i sporo pamiątek – choćby świetnych zdjęć w pięknych sukniach, profesjonalnie umalowana etc. A to, oczywiście, fajna pamiątka dla kobiety.

**Pokazała pani, że ma do siebie dystans. Czy to pomogło pani później w pracy?**

Ludzie różnie na to reagowali – jednych to bawiło i śmiali się razem ze mną. Inni byli oburzeni, że poważna pani psycholog, z jednej strony mówi im, co robią źle, a z drugiej jest skora do wygłupów. Ja po prostu dobrze się bawiłam.



**Czy popularność Superniani pomaga w pracy psychologa?**

Bywa z tym różnie, jednak ja przede wszystkim jestem psychologiem. Współpracuję z fundacją Kidprotect, wspieram akcję „Cała Polska czyta dzieciom”, współpracuję z Rzecznikiem Praw Dziecka. Niektórzy celebryci twierdzą, że popularność jest dla nich uciążliwa – ja ją lubię, bo dzięki niej docieram do ludzi.

**Nawet teraz czeka na panią**

**pełna sala...**

I na szczęście zazwyczaj tak jest! Pewnie, że chciałabym czasem wyjść z domu całkiem incognito. Na wakacje raczej nie wybieram polskiej plaży (polskie społeczeństwo nie wybaczyłoby mi dodatkowych kilogramów)... jeździmy z mężem za granicę i tam odpoczywam. A popularność pożytkuję, by pomagać ludziom być lepszymi rodzicami...

*Rozmawiała Weronika Bulicz*

REKLAMA



# Zadbaj o swoje OCZY

**HAHS**  
KLINIKA

**esteticon**  
Dermatologia estetyczna i laseroterapia

*Najszybsza depilacja laserowa w Szczecinie!*

Nowość:

**Laser diodowy LEDA EPI**

Bezpieczny i skuteczny zabieg trwający zaledwie kilkanaście minut!

ul. Jagiellońska 67a/3, 70-382 Szczecin  
tel: +48 609 691 228 www.esteticon.pl

Ponadto oferujemy:

- Zamykanie naczynek • Usuwanie zmian skórnych • Leczenie blizn, rozstępów, przebarwień
- Wyglądanie zmarszczek (toksyna botulinowa, kwas hialuronowy) • Modelowanie ust
- Redukcja cieni pod oczami



**artplastica**

KLINIKA CHIRURGII PLASTYCZNEJ



**Artplastica**

Bo szkoda życia na kompleksy

Zwycięzca Konkursu Najwyższa Jakość  
Quality International 2011 & 2010  
Zdobywca Złotego Medalu QI Services

Certyfikat Jakości ISO 9001:2008

Certyfikat Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy PN-N-18001:2004



**WWW.ARTPLASTICA.PL**

KLINIKA CHIRURGII PLASTYCZNEJ ARTPLASTICA  
UL. WOJCIECHOWSKIEGO 7, 71-476 SZCZECIN, TEL. +48(0)91 45 40 442

GUCCI



ESCADA



GUCCI

BOSS  
HUGO BOSS

Burberrys

KENZO

FENDI

pierre cardin

ARMANI

DKNY  
DONNA KARAN NEW YORK

- 30% - 50%  
- 40%

**PERFUMERIA**

Perfumy renomowanych marek w najlepszych cenach

**E** EKSKLUZYWNE PERFUMY  
**U**PHORIA  
**A**

Najniższe ceny w mieście

Szczecin, Plac Rodła 1-2  
tel. 51 203 54 66  
pon.-pt. 11.00-20.00  
sobota 11.00-18.00  
www.perfumyszczecin.pl



D&G GIVENCHY LANVIN (cacharel) BVLGARI paco rabanne CAROLINA HERRERA LANCOME



Foto: Dariusz Gorajski

## Nie daj się jesiennym nastrojom [ WERONIKA BULICZ

Krótsze dni, chłód i brak słońca. Jesienna aura potrafi dać się we znaki. Często właśnie w tym czasie pojawia się przygnębienie, spadek nastroju, melancholia. Jesienią i zimą o wiele łatwiej o depresję. Ignorowanie takiego stanu to poważny błąd, który potrafi prowadzić do poważnych konsekwencji.

**T**o udowodnione, że schyłek roku jest czasem, gdy trudniej radzić sobie z rzeczywistością. To okres, gdy psycholodzy mają więcej pacjentów, a zgłoszenia na policję osób ze stanami lękowymi i manią prześladowczą osiągają rekordowy poziom...

Skąd taka tendencja? Brak światła i kiepska pogoda to może jeszcze nie powód do „doła”, ale na pewno trudniej w takich warunkach zwalczać stres, efekty zmęczenia i niedospania. Gdy z powodu czynników zewnętrznych w organizmie zaczyna

brakować serotoniny i endorfiny – przyczyny zewnętrzne wywierają wpływ na nasz nastrój. Zmęczenie i stres zaczynają przeradzać się w stany lękowe lub zupełne odrętwienie, a brak energii zaczyna doskwierać tak mocno, że trudno o siły, by wykonać coś poza niezbędnymi czynnościami.

### Gdy znika chęć do życia

Oczywiście, poczucie odrętwienia i brak energii mogą być wynikiem wielu czynników i nie muszą oznaczać depresji. Jeśli jednak poczucie beznadziei

i trudność w odnalezieniu motywacji do działania przeciąga się i zauważalna jest już dłużej niż dwa tygodnie – niewątpliwie mamy do czynienia z poważnym stanem. Wtedy najlepiej zgłosić się do lekarza – pierwszego kontaktu lub lepiej od razu do psychiatry.

Większość chorych nie zgłasza się w ogóle, duża część, jeśli się leczy, to jedynie u lekarza rodzinnego, a zaledwie kilka procent pozostaje pod opieką psychiatrów. To niepokojące dane.

– A zażywanie leków antydepresyjnych to fragment złożonego leczenia, którego elementem

powinna być także konsultacja z psychologiem lub psychiatrą – przekonuje dr Marek Juraszek. – Często długotrwała psychoterapia nie jest konieczna, ale zawsze może pomóc – dodaje.

### Pierwsza pomoc

Co pomoże, gdy wykazujemy skłonność do stanów depresyjnych, zwykle silniejszych jesienią i zimą? Pozytywne nastawienie byłoby wskazane, jednak, co zrozumiałe, może być z tym kłopot. Na pewno nie należy zamykać się w domu i rezygnować z ruchu (również na świeżym powie-

REKLAMA



## Opieka nad matką i dzieckiem

HAHS  
KLINIKA

trzu). Wysiłek fizyczny przyspiesza krążenie krwi, a to przecież wraz z nią do komórek dostaje się tlen – dotleniony organizm to więcej sił i energii (których przecież brakuje, gdy jesteśmy „w dołku”).

Regularna aktywność na zewnątrz zapewni komórkom również światło – jeśli pracujemy całe dni i poza godzinami pracy nie oglądamy światła dziennego, spróbujmy może wygospodarować chwilę przerwy, by móc chociaż pospacerować przez pół godziny. Warto także zrezygnować z doraźnych poprawiaczy humoru: alkoholu i słodczy. Na

i zabiegi w salonach SPA wyciszą lub dodadzą energii.

– Propozycja, która sprawdzi się o każdej porze roku, ale szczególnie polecana jest podczas jesiennych zmian nastroju jest holistyczna filozofia Dalekiego Wschodu wyrażona w masażach ayurwedyjskich – proponuje Beata Krawętkowska z Baltica Wellness & SPA.

Ayurveda to nie tylko masaż, ale i sztuka życia. Indyjska technika masowania ciepłym olejem otwiera czakry, obejmując m.in. stopy, obręcze barkowe, głowę. Masaż pobudza miejsca, w których gromadzi się w ciele ener-

Beata Krawętkowska. – Po kilku zabiegach znikają wszelkie bóle, stany lękowe i depresyjne.

## Mnie to nie rusza...

To pierwsza reakcja na samą myśl, że problemem, który nas dotknął może być depresja. Statystycznie częściej chorują kobiety niż mężczyźni. Istnieje wiele teorii, dlaczego tak się dzieje. Jedni uważają, że to kwestia działania hormonów – badania naukowe dowodzą o zależności poziomu progesteronu i występowaniu zaburzeń depresyjnych u pań. Niemniej, w ostatnich latach

no. Powód? „Prawdziwy facet” nie powinien się przecież nad sobą użalać i ze złym humorem biegać od razu do lekarza...

– To bardzo poważny błąd, ponieważ ignorowanie niewielkich, nawet sezonowych zaburzeń, może prowadzić do ich pogłębienia – ostrzega psychoterapeuta Marek Juraszek. – W efekcie to nie podły nastrój jest na pierwszym planie, ale objawy somatyczne: tłumiona depresja ujawnia się poprzez fizyczny ból.

Musimy sobie uświadomić, że depresja to stan, który mówi nam, że czegoś pragniemy, ale nie potrafimy tego dostrzec, na-

## JAK ROZPOZNAĆ DEPRESJĘ?

Nie będzie nam łatwo jednoznacznie samemu zdiagnozować, jaki rodzaj depresji nas dotyczy, jednak naprawdę wystarczy przyjrzeć się swoim zachowaniom i samopoczuciu, by rozpoznać, że dzieje się coś złego. Jeśli:

- odczuwasz smutek, który sprawia niemalże fizyczny ból
- tracisz chęć do życia – nie spotykasz się z przyjaciółmi, nie myślisz o rodzinie, nie zwracasz uwagi na to, jak wyglądasz
- masz zaburzenia apetytu – nie jesz wcale lub przeciwnie, prawie cały czas odczuwasz głód
- taki stan przedłuża się ponad dwa tygodnie masz kłopot, z którym prawdopodobnie nie poradzisz sobie samodzielnie.

dłuższą metę powodują uzależnienie, a ono – znowu depresję. I koło się zamyka.

Co jeszcze warto sobie zapamiętać? Coś dla ciała, by ukoić duszę – obok wysiłku fizycznego powinien pojawić się czas, który poświęcimy tylko sobie. Bez wątplenia odprężające masaże

głównie. Dzięki temu wraca harmonia między umysłem a duszą, a ciało jest wyciszone i zrelaksowane.

By przywrócić energię i chęć do życia warto spróbować też mroźnych zabiegów w kriokomorze. Kilka minut w temperaturze -110 st. C to zastrzyk energii dla organizmu – mówi



coraz głośniejsze jest o fali zachorowań wśród mężczyzn, którzy w dobie kryzysu, przytłoczeni rolą społeczną (przypisywaną im tradycyjnie w naszej kulturze), coraz częściej nie radzą sobie z rzeczywistością.

Niestety, bardzo często choroba bywa u nich wykrywana póź-

zwać i, co za tym idzie, zrealizować swoich pragnień. To stan, gdy nieustannie nam czegoś brakuje i popadamy we frustrację.

Najważniejsze to nie ignorować objawów i otwierać się na pomoc. Otoczyć depresję szczelną skorupą jest łatwo. Trudniej później wyjść z takiego stanu... ■

REKLAMA

# medicus

## LABORATORIUM

- Oferujemy szeroki panel badań podstawowych i specjalistycznych.
- Badania wykonywane są przez wykwalifikowanych pracowników z doświadczeniem, na nowoczesnym sprzęcie medycznym.
- Materiał do badań pobierany jest od poniedziałku do piątku w godz. 7,30 do 18,00, w soboty 8,30 do 13,00.
- Wyniki są do odebrania w dniu badania lub następnym.

## SPÓŁDZIELNIA PRACY LEKARZY SPECJALISTÓW



# Ulubiony zabieg Madonny

IZABELA MAGIERA-JARZEMBEK



Przed zabiegiem



3 miesiące po zabiegu



6 miesięcy po zabiegu

Mamy nową super broń w walce ze starością. A najlepszą rekomendacją niech będzie fakt, że stosuje ją sama Madonna.

**B**ez skalpela, długiej i bolesnej rekonwalescencji. Ulthera, bo tak nazywa się zabieg, to najnowsze odkrycie medycyny estetycznej, którego efekt porównywalny jest jedynie z chirurgicznym liftingiem twarzy.

– Ulthera przywraca młodość dzięki skoncentrowanej energii ultradźwięków. To także urządzenie, które dzięki ekranowi USG umożliwia wgląd w skórę,

co gwarantuje bezpieczeństwo, skuteczność i precyzję. Efektem jest lifting, uniesienie górnych powiek, linii brwi, zuchwy, a nawet redukcja wiotkiej skóry na brodzie i szyi – wyjaśnia dr Piotr Zawodny, z kliniki Estetic, który jako pierwszy w Szczecinie ma ten zabieg w swojej ofercie.

Jak działa? Energia ultradźwięków dostarczana jest do wybranych głębokości tkanki podskórnej. Dzięki procesowi koagulacji wyzwała się natu-

ralna odpowiedź organizmu, skutkując kurczeniem się tkanek i produkcją nowego, ulepszonego kolagenu, który napina i podnosi skórę. Regeneracja włókien kolagenowych pomaga też powstrzymać efekt opadania. W efekcie twarz wygląda dużo młodziej. Co ciekawe pierwsze rezultaty widać już bezpośrednio po zabiegu, jednak na pełen efekt trzeba poczekać trzy miesiące – tyle czasu potrzebne jest na wyprodukowanie nowych

włókien kolagenowych.

Ulthera pomoże wszystkim, którzy widzą u siebie oznaki starzenia. Zarówno te pierwsze jak i bardzo zaawansowane. Co istotne energia ultradźwięków działa głęboko skórze, pozostawiając całkowicie nienaruszony naskórek. Cała procedura trwa około 30 – 60 minut i jest praktycznie bezinwazyjna. Nie wymaga rekonwalescencji i można od razu wrócić do codziennych zajęć. ■

REKLAMA

## TRENING PERSONALNY W LADY FITNESS & WELLNESS



Lady Fitness & Wellness Mazowiecka 13  
ul. Mazowiecka 13 Szczecin, tel: 91 434 73 99  
[www.mazowiecka13.com](http://www.mazowiecka13.com)

## Lady Fitness-Beauty

### LIFTING BEZOPERACYJNY!



JEDYNE W SZCZECINIE  
TRÓJPOLARNE FALE RADIOWE

ul. Mazowiecka 13, 70-526 Szczecin, tel: 091-434-73-99,  
[www.mazowiecka13.com](http://www.mazowiecka13.com)

# ESTETIC

dr n. med. Piotr Zawodny

medycyna estetyczna i kosmetologia



12 lat doświadczeń w zakresie medycyny estetycznej

## Ulthera

Pierwszy zabieg z zakresu medycyny estetycznej, który łączy ultradźwiękowe obrazowanie ze skoncentrowaną energią ultradźwięków.

## Innowacyjne rozwiązanie bezoperacyjnego liftingu twarzy

- lifting brwi oraz powiek
- ujędrnianie wybranych elementów twarzy
- podniesienie owalu twarzy

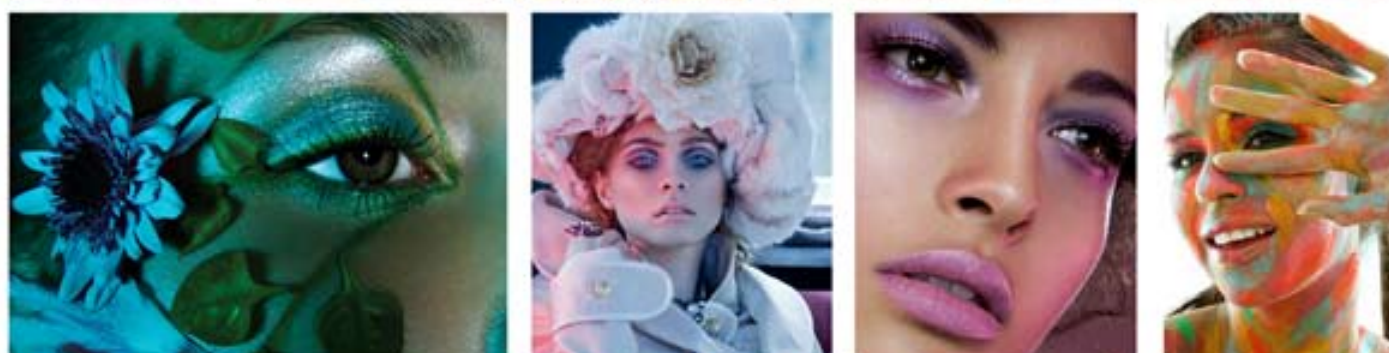
Nie masz pomysłu na prezent?  
Proponujemy świąteczny



**BON UPOMINKOWY**

Spraw najbliższej Ci osobie przyjemność  
w Gabinetcie Medycyny Estetycznej ESTETIC

# EKSKLUZYWNY MAKIJAŻ



# Pałac kolorów

## Makijaż fotograficzny fashion – beauty



**Makijaż:** Dorota Kościukiewicz-Markowska [www.dorota.tv](http://www.dorota.tv)

**Zdjęcia:** Dorota Kościukiewicz-Markowska i Panna Lu [www.pannalu.com](http://www.pannalu.com)

**Modelka:** Weronika Szmajdzińska - Agencja Primafrons [www.primafrons.pl](http://www.primafrons.pl)

**Włosy:** Agnieszka Szylar [www.thesweetestcompany.carbonmade.com](http://www.thesweetestcompany.carbonmade.com)

**Stylizacja:** Projekt DAL Dorota Kościukiewicz-Markowska, Agnieszka Szylar i Panna Lu

**Pierścionki:** Atelier Pukka Town

**Czapa:** Atelier Pukka Town i Agnieszka Szylar

Oglądając kolorowe magazyny, a przede wszystkim bajeczne reklamy i edytoriale, zachwycamy się idealnymi modelkami oraz ich niesamowitym makijażem. Jednak w pewnym momencie możemy się pogubić nie wiedząc czy promowane trendy są tematem do naśladowania czy jedynie formą przyciągnięcia uwagi. No więc drogie Panie, większość makijaży fashion jakie oglądamy w kolorowych magazynach czy też w telewizji są to artystyczne wizje ich twórców, które raczej nie służą jak wzorce do naśladowania na codzień.

Firmy kosmetyczne chcą jak najbardziej przyciągnąć uwagę obserwatora i czym bardziej zaskakujące, intrygujące i perfekcyjne w swym pięknie są zdjęcie i modelki, tym bardziej reklama zapada w pamięć.

Uwielbiamy patrzeć na te "niebiańskie" piękności, często czując gdzieś w środku lekki niepokój, że ideał taki jest możliwy...

Myszę, że lepiej jest traktować profesjonalne zdjęcia fashion jak swojego rodzaju obrazy na przykład impresjonistów, które są tworzone z jednej strony z czystej pasji ich twórcy, a z drugiej strony po to by odbiorca przystanął i nacieszył oko.

Gdybyśmy w ten sposób podeszły do "piękna z okładki", to na widok pięknej kobiety rodem z baśni, zamiast lekkiej zazdrości czy napiętych bardziej lub mniej skrywanych kompleksów, poczułybyśmy klimat sztuki, fantazji jej twórców i dążenie człowieka do doskonałości chociażby na tym jednym jedynym ujęciu, które jest zrobione właśnie z myślą o nas. Abyśmy mogli przystanąć i się w tej wizji zatopić. Niekoniecznie kupić dany produkt, ale naturalnie i spontanicznie po prostu się zachwycić.

W tym wydaniu chciałabym przedstawić naszym czytelnikom sesję zdjęciową wyprodukowaną w całości przez twórców z naszego miasta, a będącą kampanią reklamową profesjonalnych kosmetyków dla wizażystów. Rzadko kiedy mamy możliwość zobaczenia modelki przed i po produkcji, tym bardziej w tak okazałej, kolorowej i bajecznej stylizacji, w której modelka przestaje być już w jakimś sensie sobą, a zmienia się w bajecznie kolorową królową.

Dorota Kościukiewicz-Markowska





# sculptra®

kwas L-polimlekowy

## Zatrzymaj piękno na długo...

Przed terapią



Po terapii



Przed terapią



Po terapii



Przed terapią



Po terapii



Indywidualne wyniki i tryb leczenia mogą się różnić.  
Zdjęcia nie były retuszowane.

- Naturalna stymulacja produkcji kolagenu<sup>3,5,7</sup>
- Uzupelnienie ubytków objętości skóry będących następstwem procesu starzenia<sup>2</sup>
- Wyrównanie głębokich bruzd i zmarszczek oraz modelowanie konturów twarzy<sup>1,2</sup>
- Stopniowa poprawa wyglądu i naturalny efekt<sup>2,4,6</sup>
- Badania kliniczne dowiodły, że rezultaty kuracji utrzymują się do 25 miesięcy po ostatnim zabiegu<sup>8</sup>
- Wysoki profil bezpieczeństwa<sup>4,7</sup>
- Produkt Sanofi-Aventis, jednej z największych Światowych firm farmaceutycznych
- Preparat biokompatybilny i biodegradowalny<sup>2,3</sup>

Znajdź swojego lekarza na: [www.sculptrapil](http://www.sculptrapil)

Zapraszamy również na stronę: [www.zatrzymajpiekno.pl](http://www.zatrzymajpiekno.pl)

1. Lowe NJ. J EADV 2006; 20 (Suppl 1):2-6. 2. Instrukcja używania preparatu Sculptra zatwierdzona w styczniu 2011. 3. Vleggaard D, Bauer U. J Drugs Dermatol 2004; 3(5): 542-547. 4. Vleggaard D, Fitzgerald R. J Drugs Dermatol 2008; 7(3):209-220. 5. Gogolewski S, Javanovic M, Perren SM, Dillon JG, Hughes MK. J Biomed Mater Res 1993; 27(9):1135-1148. 6. Lowe NJ. J Cosmet Laser Ther 2008; 10(1): 43-46. 7. Vleggaard D. JEDAV 2005; 19 (Suppl 2):20 - 21. 8. Narins RS, Baumann L, Brandt FS et al. J AM ACAD DERMATOL 2010; 62(3): 448-462.

Wytwórca: Gruppo Lepetit S.r.l., Localita Valcanello, 03012 Anagni, Włochy. Dystrybutor: Sanofi-Aventis Sp. z o.o., ul. Bonifaterska 17, 00-203 Warszawa.

NASZEMU DOŚWIADCZENIU WARTO ZAUFAĆ



Sanofi-Aventis Sp. z o.o., ul. Bonifaterska 17, 00-203 Warszawa, tel.: 022 260 00 00, fax: 022 260 00 01

PL.SCU.11.09.03 0459

# sculptra®

kwas L-polimlekowy

## Zatrzymaj piękno na długo...

Jak można usunąć zmarszczki i bruzdy?

Czy można zlikwidować cienie pod oczami, poprawić zapadnięte policzki?

Czy istnieje możliwość rewitalizacji skóry?

Są to najczęściej zadawane pytania lekarzowi medycyny estetycznej.

Odmłodzenie twarzy możemy obecnie wykonywać na wiele sposobów, wykorzystując liczne metody zabiegowe i operacyjne. Wśród nich największym zainteresowaniem cieszą się preparaty dające naturalne efekty, mało inwazyjne, wykonywane w warunkach ambulatoryjnych.

Jedną z najciekawszych obecnie terapii tego rodzaju jest terapia preparatem Sculptra®. Podawana jest jako zawiesina w iniekcjach cienką igłą. Wywołuje **niezastąpiony efekt liftingujący**, który wytwarzany jest **własnymi siłami organizmu**. Używana jest w celu przywrócenia młodszej struktury twarzy oraz **odtworzenia objętości tkanek miękkich**, a także **rewitalizacji skóry wiołkiej**.

Efekt powstaje wskutek wywołania w skórze intensywnego procesu odmładzającego, głównie poprzez wytwarzanie dużej ilości nowego kolagenu. Osiągamy w ten sposób pogrubienie skóry, poprawę jej jędrności i napięcia, które dają **efekt wyraźnego odmłodzenia twarzy porównywalny z liftingiem**. Efekt ten jest bardzo naturalny, ponieważ powstaje własnymi siłami organizmu wskutek stopniowego odmładzania skóry.

Efekt liftingu powstaje powoli i subtelnie, dając czas na przyzwyczajenie do nowego wyglądu. Utrzymuje się dłużej niż w przypadku najtrwalszych wypełniaczy z kwasem hialuronowym. Porównując efekty osiągnięte w czasie, Sculptra® jest obecnie najbardziej ekonomicznym materiałem spośród wypełnień iniekcyjnych.

Preparat Sculptra® zalecamy osobom o wyraźnych cechach starzenia skóry, które potrzebują rozległej i wyraźnej poprawy sprężystości skóry. Najlepszym kandydatem do terapii są osoby w wieku 35-55 lat, pragnące poprawić zapadnięte policzki, odtworzyć utracony owal twarzy, z zapadniętymi skroniami, wyraźnymi dolinami łez, posiadające ostre lub wychudzone rysy twarzy.

Sculptra® jest unikalną terapią łączącą atuty zabiegów z grupy odmładzania wolumetrycznego oraz zabiegów rewitalizujących skórę. Ze względu na delikatne działanie i spektakularne efekty, Sculptra® znana jest za granicą jako „liquid facelift”.

W naszej praktyce stosujemy preparat Sculptra® jako jedną z głównych terapii nieoperacyjnego liftingu twarzy, uzupełnianą komplementarnymi zabiegami iniekcyjnymi oraz laserowymi.

Zapraszamy  
na zabiegi

sculptra®

z 20%  
rabatem



Przed terapią



Pa drugiej sesji



Pa trzeciej sesji



Siedmiu miesiąc  
po pierwszej iniekcji

Indywidualne wyniki i tryb  
leczenia mogą się różnić.

Zabiegi nie były refundowane.

Znajdź swojego lekarza na  
[www.sculptra.pl](http://www.sculptra.pl)

Zapraszamy również na stronę:  
[www.zatrzymajpiekno.pl](http://www.zatrzymajpiekno.pl)




Dr Ilona Osadowska  
Specjalistyczna Praktyka Lekarska  
Chirurgia - Medycyna Estetyczna

Szczecin, al. Wojska Polskiego 92,  
tel. 511 500 600,  
[www.dr-osadowska.pl](http://www.dr-osadowska.pl)

NASZEMU DOŚWIADCZENIU WARTO ZAUFAC

Sanofi-Aventis Sp. z o.o., ul. Bonifraterska 17, 00-203 Warszawa, tel.: 022 280 00 00, fax: 022 280 00 01

PL\_SCU.11.11.02  0459

 SANOFI

# ŁOWCY STYLU

[ WERONIKA BULICZ

To już drugi odcinek naszej nowej rubryki. Podobnie jak w poprzednim pokazujemy w niej trzy szczecinianki, które poddały się ocenie naszych ekspertek. Dodajmy, że panie nie tylko lubiące modę, ale i świetnie się w niej odnajdujące. Zatem jeżeli ubieracie się ze smakiem, znacie obowiązujące trendy lub po prostu macie niepowtarzalny i indywidualny styl to zapraszamy do udziału. „Łowcy stylu” to miejsce, gdzie możecie kształtować gusta naszych czytelników – jednym słowem być szczecińskimi trendsetterami.



Aleksandra Kornatowska

Kasia Hubińska

Pani Ola lubi eksperymentować. Troszkę rozpoznaję tu styl boho, styl artystów i ludzi kreatywnych. Nie nadaje się do pracy, ale do szkoły i na co dzień, czy na nieformalne spotkania – jak najbardziej. Podoba mi się sukienka w modnych kolorach i wzorach etno, ale... jeśli zostawimy torbę to musimy zmienić buty, na botki z surowej skóry, sznurowane lub z futerkiem. Jeśli zostawimy buty to musimy dodać inna torebkę. W tym zestawieniu nie pasują klasyczne pantofelki.

Sylwia Majdan

Ola jest piękną dziewczyną. Widać, że kocha bawić się modą, podoba mi się jej stylizacja. Przede wszystkim jest konsekwentna: świetna sukienka i dobrze dobrane akcesoria są dopełnione dużą torbą – ona stawia „kropkę nad i”. Duży plus za tę stylizację.

Tamara – Macademian Girl

Kasia Hubińska

Świetna, odważna, pomysłowa stylizacja. Tylko gdzie w niej się wbrać? Może na jakieś szalone party? Bo na co dzień na pewno nie. Bardzo dobrze nadaje się na sesję zdjęciową do kolorowego pisma. Każda z rzeczy z osobna jest wyjątkowa. Tylko, czy to wszystko razem to nie za dużo szczęścia na raz? :) Mimo wszystko oceniam tą stylizację do zdjęcia czy na „pojechań” imprezę bardzo dobrze. Uwielbiam wesołe, kreatywne indywidualności.

Sylwia Majdan

WOW! Bardzo mi się podoba. Modne skórzane spodnie, doskonale dobrane buty, podobnie jak akcesoria. Chciałabym spotykać tak ubrane kobiety na naszych ulicach. Tę stylizację oceniam bardzo pozytywnie. Duży plus za odwagę!



## Magda Kornatowska

### Kasia Hubińska

Kurtka typu parka, bardzo modna w tym sezonie w różnych wzorach i kolorach. Pani Magdzie pasuje ten spokojny beż ponieważ przy tak wyrazistej urodzie i kolorze włosów spokój w stroju jest wskazany. I znowu nie pasują mi tu buty. Za delikatne. Zbyt ciężko wygląda przez nie góra sylwetki. Może dodałabym jakiś mocniejszy akcent w postaci torby.

### Sylwia Majdan

Magda postawiła na poprawną jesienną stylizację, której atutem są fajne stonowane kolory. Zabrakło mi tylko innego – lepiej dobranego obuwia. Sprawdziłyby się np. kalosze lub oficerki.



## Ekspertki stylu



**SYLWIA MAJDAN**  
Projektantka mody, absolwentka Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi im S. Strzemińskiego. W jej projektach widać pasję i umiłowanie piękna. Marka, którą tworzy, jest elegancka i luksusowa, a jej kolekcje charakteryzują się dbałością o detale.



**KATARZYNA HUBIŃSKA**  
Projektantka, stylistka, personal shopper, producentka sesji zdjęciowych. Mieszka i pracuje w Szczecinie. Absolwentka Uniwersytetu Szczecińskiego. Moda była i jest jej wielką pasją w każdym aspekcie, nie tylko projektowania.

**WEŹ UDZIAŁ W NASZEJ AKCJI I WYGRAJ NAGRODY!**

**JEŚLI CHCESZ ABY TWOJE ZDJĘCIE POJAWIŁO SIĘ W GAZECIE...**

Wyślij maila ze swoim zdjęciem sylwetki na adres: [lowcystylu@eprestiz.pl](mailto:lowcystylu@eprestiz.pl). W tytule maila koniecznie umieść nazwę "Szczecin". W mailu napisz: imię, nazwisko, kontakt do siebie i potwierdzenie, że zapoznałeś/łaś się z regulaminem

Regulamin dostępny jest na stronie:

**[www.magazynprestiz.com.pl](http://www.magazynprestiz.com.pl)**

**OSOBY KTÓRYCH ZDJĘCIA ZOSTANĄ WYBRANE I OCENIONE PRZEZ NASZYCH EKSPERTÓW OTRZYMAJĄ NAGRODY!**

**Nagrody dla uczestniczek wydania:**

**DWUOSOBOWE ZAPROSZENIA NA GODZINNĄ LEKCJĘ SQUASHA** ufundowało Centrum Rekreacji **DANCE FACTORY**  
ul. Korzeniowskiego 2 (obok domu kultury Słowianin) w Szczecinie [www.dancefactory.com.pl](http://www.dancefactory.com.pl)

# SZAROŚĆ MUSZTARDĄ UMAZANA

AGNIESZKA ORŁOWSKA

Wbrew ogólnemu przekonaniu, że jesień musi być szaro-bura w tym sezonie modowym utrzymujemy ją w ciepłych, jasnych barwach. Na wybiegach królują kolekcje w odcieniach pasteli, szarości, beżu, złota i bieli na połyskujących pelerynach, marynarkach i płaszczach. Spójrz jak łatwo rozjaśnić miasto nawet w najbardziej ponury, październikowy dzień. Najciekawsze połączenie tej jesieni – szarości z musztardową żółcią dozwolone jest zarówno na męskich jak i damskich sylwetkach.

„Must have” tegorocznej jesieni  
- wysokie, sznurowane, męskie  
buty. Unisex.



Jakkolwiek zestawisz te dwie barwy  
będziesz wyglądać dobrze i tak  
samo się poczujesz.



**Zdjęcia/koncept:** Wojciech Gruszczyński  
**Modele:** Angelika, Karolina i dwóch Mateuszów  
**Projektant:** Błażej Teliński - [www.telinski.com](http://www.telinski.com)  
[www.wojciechgruszczyński.pl](http://www.wojciechgruszczyński.pl)

## ORTODONCJA

### Czym jest ortodoncja?

Ortodoncja to dziedzina stomatologii, która pozwala na nieinwazyjne korygowanie wad zgryzu, postrzeganych przez pacjentów najczęściej jako nieprawidłowo ustawione zęby.

### Jak rozpoznać wadę zgryzu?

Pacjentów lub ich rodziców powinno zaniepokoić każde nieprawidłowe i nieregularne ustawienie zębów w łuku zębowym górnym lub dolnym. Niepokojące powinny być też znaczne różnice w proporcjach górnego i dolnego łuku zębowego, dysharmonia rysów twarzy.

Warto spytać o zdanie stomatologa prowadzącego pacjenta.

### Czy każdy stomatolog jest w stanie rozpoznać wadę zgryzu?

Najczęściej tak. Część wad jest też dostrzegana przez samych pacjentów (lub ich rodziców, gdyż wady zgryzu najczęściej objawiają się już w okresie dziecięcym). Istnieje jednak pewien procent nieprawidłowości, które jest w stanie prawidłowo rozpoznać jedynie specjalista ortodonta. Profesjonalne badanie jest najczęściej połączone z diagnostyką rtg (pantomogram, cefalometria) oraz analizą modeli zgryzowych. Jeżeli chodzi o wybór odpowiedniego sposobu leczenia, powinniśmy polegać jedynie na opinii specjalistów ortodontów.

### Jakie konsekwencje grożą pacjentowi z nieleczoną wadą zgryzu?

Nieleczone lub niewłaściwie leczone wady zgryzu mogą prowadzić do wad wymowy, słabszego rozwoju psychofizycznego dziecka oraz komplikacji natury funkcjonalnej i estetycznej.

Ponadto ściśnięte zęby sprzyjają powstawaniu próchnicy czy problemów z dziąsłami. Nie bez znaczenia jest też poczucie dyskomfortu - wszyscy chcielibyśmy mieć piękny uśmiech.

### Czy aparat ortodontyczny to coś strasznego?

Aparaty ortodontyczne dzielą się na aparaty wymiowane i stałe (niewymiowane). Zaletą pierwszej grupy, stosowanej u dzieci i młodzieży, jest poprawa rysów twarzy i ustawienia zębów dzięki ortopedycznej korekcie wady zgryzu oraz łatwiejsze utrzymanie higieny. Zaletą aparatów stałych jest efektywne działanie przez całą dobę i możliwość perfekcyjnego uszeregowania zębów.

Regułą jest, że pacjent noszący aparat ortodontyczny zobowiązany jest do sumiennego przestrzegania reżimu higieny. Nabycie takiego nawyku jest niezwykle cenne również po zakończeniu leczenia ortodontycznego - pacjenci ortodontyczni wiedzą, jak dbać o higienę!

Noszenie aparatu ortodontycznego jest odbierane jako element dbania o własne zdrowie i jest zjawiskiem powszechnie akceptowanym, zarówno wśród młodzieży szkolnej jak i wśród dorosłych.

### A jeśli brakuje któregoś z zębów?

W takim przypadku ortodoncja jest doskonałym instrumentem wspomagającym i współpracującym z implantologiem czy protetykiem.

Nieprzypadkowo specjaliści ortodonta przyjmują w klinikach implantologicznych. Dzięki ortodontyce możemy uzyskać odpowiednią ilość miejsca dla wszepienia implantu czy też wykonania innego rodzaju uzupełnienia protetycznego. Ta interdyscyplinarna współpraca daje doskonałe wyniki.

### Czy aparaty ortodontyczne są widoczne?

W wersji standardowej tak - widoczne są zamki przyklejane do zębów i drut biegnący wzdłuż łuku zębowego. Ale nowoczesne zamki są przezroczyste, prawie niewidoczne. Istnieje również system całkowicie niewidocznych zamków lingwalnych Incognito™ - dla najbardziej wymagających pacjentów.

### Jak długo trzeba nosić aparat ortodontyczny?

To zależy od nasilenia wady. Niekiedy wystarcza pół roku, czasami potrzebne są dwa lata. Po okresie leczenia zakładany jest tzw. retainer, czyli utrzymywacz efektów leczenia. Jest on niewidoczny.

### Czy dorośli też mogą leczyć wadę zgryzu?

Jak najbardziej! Dorośli pacjenci są w pełni świadomi swoich potrzeb i możliwości i coraz częściej podejmują decyzję o leczeniu ortodontycznym. Taka decyzja potrafi diametralnie zmienić jakość i komfort życia. Nowoczesna ortodoncja w rękach doświadczonego specjalisty niesie możliwość skutecznego leczenia skomplikowanych wad zgryzu u osób dorosłych.

### Co poradzić rodzicom?

Mając na względzie dobro naszych pociech, należy bezwzględnie zastosować się do wskazań stomatologa leczącego dziecko, gdy zaleca konsultację ze specjalistą ortodontą. Również sami rodzice zauważający nieprawidłowości w ustawieniu zębów dziecka nie powinni wahać się przed konsultacją ortodontyczną. W wielu wypadkach pozwoli to uniknąć komplikacji i przykrych sytuacji w wieku młodzieńczym, a także w dorosłym życiu. Pierwsza kontrola ortodontyczna powinna odbyć się najpóźniej do 7 roku życia. Większość wcześniej rozpoznanych wad zgryzu można z powodzeniem leczyć w wieku rozwojowym - po to, aby w dorosłym życiu cieszyć się pięknym uśmiechem.



# STOMATOLOGIA NA PODZAMCZU

SZCZECIN, UL. WIELKA ODRZAŃSKA 31B

TEL. 91 812 88 88

e-mail: rejestracja@stomatologia.szczecin.pl  
WWW.STOMATOLOGIA.SZCZECIN.PL



Jedyny taki sklep w mieście -

- 100% naturalne kosmetyki

Otwarcie  
30 listopada 2011



DZIAŁANIE:

- PRZECIWMARSZCZKOWE
- WZMACNIAJĄCE
- REGENERUJĄCE
- OCHRONNE



SZCZECIN

ul. Rayskiego 24

tel.500 062 521

WWW.MYDLARNIA.INFO

# Studio Urody Venus

Agaty Gumieniuk

Szczecin ul. Wielkopolska 22/2 • czynne: Pon.-Pt. 9-20 • Sob. 9-15 • Niedziela na telefon  
tel. 91 43 43 175 • kom. 606 68 68 89



• **Makijaż permanentny**  
metoda rysowania włosów

• **Makijaż ślubny**

• **Kosmetyka twarzy**

FOCUS RF (radiofale) - lifting  
BEAUTYTEK - biocybernetyczny lifting  
Mikrodermabrazja  
Leczenie trądziku

• **JPL - fotoodmładzanie**

• **Depilacja**

usuwanie włosów JPL  
usuwanie włosów woskiem

• **Zabiegi na ciało**

LIPOROYAL - liposukcja nieinwazyjna  
BEAUTYTEK - leczenie otyłości  
BODY SHAPING - sauna na podczerwień

• **Pedicure medyczny**

wrastające paznokcie  
usuwanie odcisków i modzeli

*Serdecznie  
zapraszamy!*



• **Przedłużanie rzęs**  
metoda 1:1

• **Medycyna estetyczna**  
wypełnianie zmarszczek  
botox  
mezoterapia igłowa  
głęboki peeling  
usuwanie plam i przebarwień  
zamykanie naczynek  
usuwanie blizn i rozstępów

• **Masaże**  
lecnicze  
relaksacyjne  
odchudzające  
drenaż limfatyczny

• **Tipsy**

• **Fryzjerstwo**  
koloryzacja, baleyage  
doczepianie włosów  
fryzury ślubne



# "Kolacja dla jednego, czyli wszyscy myślą o sobie, tylko ja myślę o mnie"

W gotowaniu chodzi przede wszystkim o przyjemność, bez względu na to, czy gotujemy dla pułku wojska, czy tylko dla samego siebie. Perspektywa jedzenia posiłku w samotności działa z reguły demotywująco, bo przecież najfajniej gotować jest dla kogoś, aby później wspólnie zasiąść do stołu i cieszyć się spotkaniem.

**S**ingiel na gotowanie nie ma czasu. Dla jednej osoby nie warto się męczyć, dlatego z reguły jest byle jak i byle co. Jeśli już wejdzie do kuchni, to po to by utworzyć puszkę pulpetów albo zalać wrzątkiem zupkę kuksu. W oficjalnych rozmowach to singiel je tylko sushi, uwielbia kuchnię tajską i trufle. Ale na co dzień, w swojej samotności miesza makaron świderki z sosem - gotowcem i pyta się kto to wszystko zje?

Swoją drogą, wciąż zastanawia mnie ta różnica między singlem, a kawalerem, czy panną (nawet starą). Sądzę, że polega ona właśnie na różnicy w menu. Dawni kawalerowie jedli bigos i kaszankę, a dzisiejsi single tylko frutti di mare i pasta awokado. Ale do rzeczy, czyli samotnego stołu z jednym nakryciem. Większość kulinarnych przepisów podaje proporcje składników na obiad dla trzyosobowej rodziny plus niespodziewana wizyta teściowej, a tymczasem

Ty zastanawiasz się ile kurczaków trzeba kupić na dwa talerze rosółu? Martwi cię otwarty słoik z oliwkami, no bo prędzej pokryje je pleśń, niż dasz im wszystkim radę. A zresztą, co mi tam gotować jeśli i tak NIKT tego nie doceni!

Gorąco będę Was namawiać drodzy Czytelnicy, do radykalnej zmiany takiego podejścia do zagadnienia, które jest jednym z ważniejszych aspektów naszej codzienności. Już dawno mądrzy dowiedli, że Kuchnia, obok seksu, sztuki i polityki jest podsta-

wową siłą napędzającą rozwój naszej Cywilizacji. A że w pojedynczym okresie naszego życia, zaniedbujemy ją przez lenistwo, to grzech czynimy podwójny! Właśnie na przekór nagminnemu brakowi czasu, zmęczeniu i nawałowi innych spraw, powinniśmy zadbać o luksus naszego samotnego stołu.

Fakt, że nikt nas nie obserwuje, nie powinien prowokować do spiesznego polykania kolacji z laptopem na kolanach. Podczas przygotowywania sobie posiłku także można odpocząć. Wyzwolić kreatywność i wyobraźnię. Rozwijać poczucie estetyki i dobrego smaku, w dosłownym tego słowa znaczeniu.

Internet aż roi się od samotnych blogerów opisujących swoje kuchenne zmagania i podających wymyślne prze-

pisy dla jednego, a poranne programy telewizyjne też nie pozostają w tyle, że o Waszym ulubionym miesięczniku nie wspomnę...

Na początek przypomnę rozwiązanie dotyczące jednego z podstawowych problemów gotującego singla: ilość! Idealnym sposobem są dostępne we wszystkich rozmiarach szczelne pojemniki na żywność. Przy zakupie nie ma co oszczędzać, a te droższe okażą się również praktyczniejsze. Gdy zdarzy ci się zrobić większe zakupy, podziel je na mniejsze porcje i zamroź.

Większość produktów nadaje się do mrożenia i w tym procesie traci niewiele składników odżywczych. Dotyczy to również większości przygotowanych dań. Sam trzymam w zamrażalniku „dyżurne” zupy na jeszcze cięższe czasy, a i jakiś kotlecik też się znajdzie. Gdy gotuję rosół zawsze część zamrażam by mieć podstawę na kolejną zupę (pomidorową, ogórkową, krupnik), a także bazę na sosy do mięsa.

Pamiętajcie tylko, żeby nie zamrażać ziemniaków w zupie, bo wychodzi to nieciekawie. Najdoskonalszym sposobem pozbycia się syndromu kulinarnego singlostwa jest jednak... zaproszenie na kolację Przyjaciół. O tym jednak następnym razem, a dziś proponuję ogarnąć się nieco w kuchni, tupnąć nogą i krzyknąć: „Wszyscy myślą tylko o sobie, więc ja pomyślę o mnie!”

Proponuję zacząć od jutrzejszego śniadania i niech będzie to omlęt:

potrzebne nam będą 3 jajka, łyżka wody, 5 dag parmezanu, natka pietruszki, sól, pieprz, łyżeczka oliwy, łyżeczka masła i... coś z miliona rzeczy, które do omlętu dodajemy. Tu pole do popisu dla naszej wyobraźni. Mogą to być końcówki szparagów, krewetki, brokuły, pomidorki koktajlowe, parówka, klocki lego... nie, klocki chyba nie? Jak przygotować to чудо? Jaja ubijamy z wodą, startym parmezanem, natką i doprawiamy przyprawami. Na rozgrzanej patelni na średnim ogniu smażymy omlęt pod koniec smażenia dodając to co dodać chcemy, lub to co możemy, bo nic innego w lodówce nie ma.

I na koniec najważniejsze: nie czytamy przy jedzeniu! No, chyba, że powyższy tekst. Smacznego

Szymon Kaczmarek



**Szymon Kaczmarek**

dziennikarz Polskiego Radia Szczecin, „garkotłuk”

# Prestiżowe

[ WERONIKA BULICZ

## IMPREZY czyli subiektywny przegląd wydarzeń



DO SPOTKANIA

### Tanecznie przed karnawalem

Radośnie i mikołajkowo zapowiada się pierwsza grudniowa sobota w Studio Tańca Anna Kowalska. Panie będą miały okazję poczuć ciepłe klimaty tańców latynoskich, przenieść się do gorącej Hiszpanii, jak również poszaleć w rytmie modnej i zwariowanej zumbi. Nie zabraknie atrakcji mikołajkowych, a godziny spędzone w szkole tańca nie tylko zagwarantują pozytywny nastrój i relaks, ale wprowadzą w świąteczny nastrój i wyjątkową atmosferę. Studio Anny Kowalskiej to szkoła z przeszło 30-letnią tradycją, gdzie od lat panie i panowie poznają tajniki wielu stylów tanecznych.

**Studio Tańca Anna Kowalska, Krasińskiego 10-11,  
3 grudnia, godz. 17.00**



### Świadoma kobieta sukcesu

Jak stosować makijaż permanentny? Jak kształtować swój wizerunek jako kobiety sukcesu? Jak wykorzystać trendy w wystroju mieszkania? To tylko niektóre pytania na które panie będą mogły znaleźć odpowiedź podczas konferencji „Świadoma kobieta sukcesu” organizowanego przez Enklawa Day Spa. Na uczestniczki będą czekać nie tylko wykłady fachowców, ale i praktyczny pokaz wykonania makijażu permanentnego. Konferencji towarzyszy inauguracja pierwszego w Szczecinie Licencjonowanego Instytutu Long Time Liner. Prestiż jest patronem medialnym imprezy.

**Hotel Novotel, 1 grudnia, godz. 18**



DO SŁUCHANIA

### Wracają chłopcy z Mysłowic

W ubiegłym roku, po długiej przerwie, grupa Myslovitz weszła do studia, by nagrać materiał na nową płytę. Album, który ukazał się rok później – „Nieważne jak wysoko jesteśmy...” już w ciągu dwóch tygodni zyskał status Złotej Płyty. Podczas szczecińskiego koncertu usłyszymy najnowsze kompozycje, ale pewnie i te starsze. Szczecin to półmetek trasy zespołu.

**Słowianin, 17 listopada, godz. 19.00**



### Deserowa Anna Maria Jopek

Najnowszy projekt, w który zaangażowała się artystka nosi egzotycznie brzmiący tytuł – „Sobremesa”. W dosłownym tłumaczeniu oznacza deser... U boku Anny Marii Jopek usłyszymy takie znakomitości jak: Yami, Nelson Canoa, Marito Marques, Joao Balao, Marek Napiórkowski oraz Henryk Miśkiewicz. Artyści zafascynowani kulturą luzofońską, światem języka portugalskiego, muzyczną tradycją ich dawnych kolonii, spotkali się w studiu w Sintrze z grupą przyjaciół i sięgnęli po piosenki z Angoli, Brazylii, Cabo Verde i oczywiście z samej Portugalii.

**Hala Opery, 22 listopada, godz. 20.00**



### Talent to skarb

Talenty Szczecina – to cykliczne wydarzenie organizowane corocznie przez Rotary Club Szczecin Pomerania. Przedsięwzięcie łączy w sobie dwa szczytne cele – promuje młodych utalentowanych szczecinian i pozwala zebrać pieniądze na cel charytatywny. W tym roku jest to zakup sprzętu rehabilitacyjnego dla dzieci specjalnej troski. W pierwszej części koncertu usłyszymy piosenki z Kabaretu Starszych Panów w aranżacji Janusza Szroma, Henryka Miśkiewicza oraz Miłosza Wośki. W programie drugiej części Koncert skrzypcowy D-dur op. 6 Paganiniego oraz Suita „Peer Gynt” – Griega.

**Filharmonia, 27 listopada, godz. 17.00**



### Andrzejki z Zauchą

„Dobranoc, Mr. Blues” to autorski spektakl Piotra Huegla, będący połączeniem niezapomnianych utworów Andrzeja Zauchy, wspominek o nim i opowieści snuty przez przedmioty nierozzerwalnie związane z artystą. Utwory bardziej i mniej znane zaśpiewają szczecińscy wokaliści (m.in. Magda Wilento, Michał Grobelny, Daniel Basiński, Agnieszka Głowinkowska), a o nowe, ciekawie brzmiące aranżacje zadbał Szymon Orłowski. Spektakl jest opowieścią o życiu Zauchy, jego miłości do żony Elżbiety, jej śmierci, a także jego tragicznym odejściu.

**Loft Art, 30 listopada, godz. 20.00**



### Rock z Podhala

Zakopower już od sześciu lat z powodzeniem łączy w swej twórczości muzykę rockową z folkowym charakterem typowo góralskich brzmień. Zespół ma wiernych fanów nie tylko w Polsce, ale i na świecie – z powodzeniem grają koncerty w USA, Chorwacji, na Węgrzech. Stają się coraz poważniejszą siłą tzw. World Music. Mają na koncie już wiele nagród, a w tym roku wydali długo oczekiwany album.

**Hala Opery, 1 grudnia, godz. 18.00**



## Polskie Mięso...

Polskie Mięso Tour 2011 – pod taką nazwą trasę koncertową odbywa grupa T.LOVE. Trasa jest promocją wydawnictwa T.LOVESTORY, które zawiera pełną dyskografię grupy – od „Miejscowych Live” po najnowszy album „Polskie Mięso”, na który składają się trzy premierowe kawałki oraz niepublikowane do tej pory nagrania z ostatnich kilkunastu lat. Grupa powstała w 1982, początkowo pozostawała pod wpływem punk rocka, by później, z upływem czasu zwrócić się również w stronę stylistyki reggae, rock and rolla, glam rocka, pop rocka.



**Heya Club, 9 grudnia, godz. 19.00**



## DO OGLĄDANIA

## 100 lat plastyków

W tym roku Związek Polskich Artystów Plastyków obchodzi stulecie istnienia. Wystawa oddziału szczecińskiego jest przeglądem twórczości jego aktualnych członków, jak również prezentowane są na niej prace artystów nieżyjących. Podczas wystawy, która potrwa do 8 stycznia zobaczymy prace z takich dyscyplin jak malarstwo, grafika, rzeźba, tkanina, architektura wnętrz, wzornictwo i projektowanie.



Związek Polskich Artystów Plastyków

**Zamek Książąt Pomorskich, 17 listopada, godz. 17.00**

## Neonówką po oczach

„The SEJM” to nowy program wrocławskiego kabaretu Neo-Nówka. Podczas spektaklu wejdziemy razem w baśniowy świat pełen humoru i relaksu. Czy Wandzia może spotkać Trzech Króli, czy nasz prezydent załatwi wizy do USA, jak radzi sobie współczesny teatr z komercją i czy sprawdzi się przepowiednia, że to Polacy uratują świat. Na te właśnie pytania znajdują się odpowiedzi w „The SEJM”.



**Teatr Współczesny, 17 listopada, godz. 18.00, 20.30**

## Dobry wieczór Piaseckiego

„Dobry wieczór” to tytuł recitalu Krzysztofa Piaseckiego, znanego satyryka. Jak sam twierdzi, zaobserwował bardzo ciekawy mechanizm – gdy tylko zaczyna jakiś skecz, wystarczy, że zacznie powtarzać to, co mówią politycy... I nic więcej nie trzeba dodawać, bo sala już pęka ze śmiechu. Coś w tym jest. Co usłyszymy podczas szczecińskiego spektaklu? Przekonamy się pod koniec listopada, a do tej pory na scenie politycznej wiele jeszcze może się zdarzyć.



**Pleciuga, 28 listopada, godz. 19.00**

# LOOK!

## HAIR SPECIALIST PRODUCTS

## PROFESJONALNE KOSMETYKI FRYZJERSKIE

## WYPOSAŻENIE SALONÓW

### SZCZECIN

ul. Rayskiego 23/2a

tel. 694 412 834

sklepszczecin@progress.pl



## Z TYM KUPONEM 15% TANIEJ!

## PRESTIŻOWE KSIĄŻKI

W gąszczy nowych pisarzy i wydawnictw może zagubić się niejednego miłośnika literatury. Aby ułatwić życie czytelnikom w cyklu „Prestiżowe książki” pokazujemy pozycje warte zapamiętania. Subiektywnej oceny dokona Rafał Podraza, autor książek o rodzinie Kossaków. Spójrz na nie okiem autora, dziennikarza i czytelnika.



foto: Krzysztof Szc

**RAFAŁ PODRAZA -**

dziennikarz. Jego książka „Magdalena, córka Kossaka” (PIW, 2007), wywołała renesans na twórczość Magdaleny Samozwaniec. Na kanwie tego sukcesu opracował i wydał dwie niepublikowane książki pisarki: „Z pamiętnika niemłodej już mężatki” (W.A.B., 2009) i „Moja siostra poetka” (PIW, 2010).

Ocena



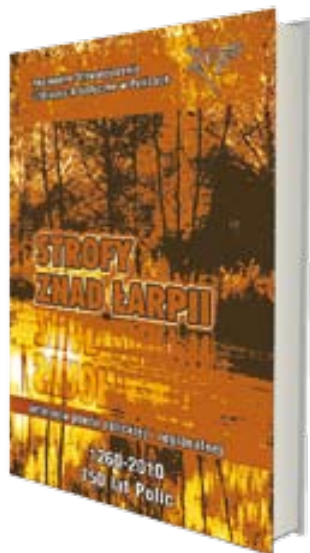
Osoby, które śledzą moją rubrykę, wiedzą, że bardzo rzadko prezentuję w niej rodzime produkcje literackie. Tak więc tym chętniej pochylam się nad książką, którą wydało polickie Regionalne Stowarzyszenie Literacko-Artystyczne pt. „Strofy znad Łarpii”, będącą zbiorem poezji autorów z Polic i regionu.

Antologia została wydana bardzo starannie (książka jest szyta i w twardej oprawie), przedstawia nie tylko dokonania 47. poetów, ale także fotografików i rysowników.

Niestety, i piszę o tym z ogromnym bólem, zagłębiając się w zawartość antologii, mam przykre wrażenie, że przysłowiowe „lepsze jest wrogiem dobrego” tutaj ma pełne zastosowanie... Wiersze są bowiem nierówne i wielu z nich nigdy, na miejscu redaktorów powyższej publikacji, nie zamieściłbym w żadnym tomiku, a tym bardziej antologii mającej być wizytówką doskonałego polickiego środowiska artystycznego. Oczywiście, rozumiem, że głównym celem publikacji było ukazanie dorobku wszystkich polickich i szczeecińskich członków Stowarzyszenia, ale w tym przypadku, na miejscu odpowiedzialnych za książkę, dokonałbym ostrej selekcji – na pewno wpłynęłoby to na poziom „Strof znad Łarpii”. Brakuje mi także, a to w tym przypadku – moim zdaniem – zarzut bardzo duży, dokładnych informacji o autorach, wyjątkiem jest nota biograficzna Ludwika Giesbrechta.

Oczywiście, jak już wspomniałem, największym plusem publikacji jest fakt, że powstała i by to wyeksponować, pozwoliłem sobie na skreślenie tych kilku zdań. Bo być może policka antologia będzie czynnikiem do wydania podobnej rzeczy, ale złożonej ze strictly szczeecińskich, a może nawet zachodniopomorskich autorów?...

Niebawem będzie przygotowane II wydanie „Strof znad Łarpii”, apeluję więc, by przy tej okazji dokonać powtórnej selekcji materiału i uzupełnić biogramy.



Ocena



Książka Piotra Parandowskiego pt. „Goście Nieborowa”, którą wydał Państwowy Instytut Wydawniczy, to dla wielbicieli ciekawostek o wybitnych ludziach polskiej kultury rzecz bezcenna. Ileż portretów wspaniałych gości pałacu w Nieborowie, gdzie można było przyjechać tylko na zaproszenie, udało się autorowi ocalić od zapomnienia! Z drugiej strony książka potwierdza tezę, że geny, to geny... Piotr Parandowski - archeolog, a prywatnie syn wybitnego pisarza Jana Parandowskiego, znakomicie sprawdza się jako pisarz. Książka jest bowiem napisana lekko i czuć, że autorowi pióro nie jest obce.

Autor w Nieborowie pojawia się często, dzięki temu poznał osobiście wielkie znakomości polskiej kultury, a na liście gości nie było nikogo przypadkowego: Jan Wegner, Władysław Tatarkiewicz, Tadeusz Kotarbiński, Włodzimierz Piwkowski, oczywiście ojciec - Jan Parandowski, Halina Mikołajska, Stanisław Fijałkowski, Xawery Dunikowski, Konstanty Ildefons Gałczyński, Władysław Broniewski, Julia Hartwig i Artur Międzyrzecki, Antoni Słonimski, Arnold Szyfman, Melchior Wańkowicz, Erwin Axer, Władysław Kopaliński, Jacek Sempoliński, Anna Piwkowska, Aleksander Gieysztor, Witold Kula czy Robert Jarocki... To tylko kilkanaście nazwisk, z którymi zetknął się Piotr Parandowski na przestrzeni lat i których sylwetki bardzo ciekawie i zgodnie z historyczną prawdą zaprezentował w swej książce. Autor nie jest gołosłowny i dla poparcia swoich tez, charakteryzując opisywanych bohaterów, sięga po anegdotę, cytaty. Dzięki wspomnieniom zawartym w „Gościach Nieborowa” nagle uświadamiamy sobie, że goście pałacu Radziwiłłów byli skromnymi i bardzo ciepłymi ludźmi, tryskającymi humorem i z ciętym dowcipem.

Rzecz godna przeczytania!



## KONKURS

Wejdź na [www.magazynprestiz.com.pl](http://www.magazynprestiz.com.pl)

Weź udział w naszych konkursach

DO WYGRANIA KSIĄŻKI:

„Goście Nieborowa”, „Strofy znad Łarpii”

SZCZEGÓLWYCH INFORMACJI NA NASZEJ STRONIE INTERNETOWEJ ORAZ NA

ROZWIĄZANIE KONKURSU Z PAŹDZIERNIKA

Książkę "Alfabet na cztery ręce" otrzymuje Agata Baryluk

Książkę "Kartki z pamiętnika młodej mężatki"

otrzymuje Mariola Badowska

Zwycięzców o odbiorze nagrody poinformujemy drogą mailową

# Muzyka ze środka pustyni



Foto: Dariusz Gorajski

Surowy klimat Sahary, dzika przyroda, życie pustynnych koczowników – to wszystko można znaleźć w muzyce Bombino. Ten afrykański muzyk na jeden październikowy wieczór zawitał do Szczecina.

**O**mara „Bombino” Moctar to wykonawca z Nigru, jeden z ciekawszych młodych gitarzystów i wokalistów tzw. nurtu World Music. Jego muzyka z jednej strony czerpie inspirację bezpośrednio z kultury Tauregów, koczowniczego ludu Sahary, z którego się wywodzi. Z drugiej Bombino nawiązuje do dokonań Jimiego Hendrixa, czy Johna Lee Hookera. Można ją porównać do twórczości uznanego już na świecie Tinariwena. W Szczecinie artysta dał blisko dwugodzinny koncert w którym można było usłyszeć zarówno gitarę akustyczną, jak i dynamiczniejsze, rockowe granie. Jak na Tauregów przystało – Bombino i jego muzycy wystąpili w charakterystycznych, afrykańskich szatach. **br**

## Jubileuszowy DokumentART

Już po raz 20 Szczecin gościł Europejski festiwal filmów dokumentalnych DokumentART. „Prestiż” był jego patronem medialnym.

**S**zczecinianie mogli oglądać filmy w ponad 14 blokach tematycznych m.in. takich jak: prezentacja szkół filmowych, czas dla konkurencji, zachodniopomorskie shorty czy blok konkursowy. Nagrody są przyznawane za produkcję i prezentację innowacyjnych filmów dokumentalnych. W tegorocznej edycji w konkursie startowały 43 filmy z 15 krajów, które oceniało międzynarodowe Jury z Polski, Czech, Izraela, Holandii i Niemiec. Jednym z najciekawszych zaprezen-

wanych na festiwalu filmów był dokument Marcina Koszałki „Ucieknijmy od niej” w którym reżyser opowiada o trudnych relacjach rodzinnych w kontekście śmierci rodziców. To kontynuacja wątku rodzinnego w filmach Koszałki, który zasłynął kilkanaście lat temu krótkometrażowym dokumentem „Takiego pięknego syna urodziłam” opowiadającego o relacji reżysera ze swoją matką.

Festiwal organizowany jest przez niemieckie stowarzyszenie Latücht

## Sopot nagradza Szczecin

Film dokumentalny „Wiatr od morza, czyli big beat po szczecińsku” dostał główną nagrodę w sopockim konkursie miłośników rock’n’rolla. Jego twórcą jest szczeciński dziennikarz Bogdan Bogiel.

**W**zięcie nagrody odbyło się 22 października podczas III Ogólnopolskiego Konkursu „Wspomnienia Miłośników Rock & Rolla” w Sopocie. O werdykcie zdecydowało jury w składzie m.in. z Piotrem Metzlem, redaktorem naczelnym „Machiny”, Wiesławem Byczkowskim, wicemarszałkiem Województwa Pomorskiego i Wojciechem Fulkiem, przewodniczącym Rady Miasta Sopotu. Jury stwierdziło że film szczecińskiej produkcji jest jednym z ważniejszych zapisków dziejów polskiego big-beatu.

Bogdan Bogiel nie krył radości: – Ta nagroda jest dla mnie bardzo cenna ponieważ została przyznana w jaskini lwa – mówi „Prestiżowi”. – Dlaczego? Ucieszyłem się, że właśnie Sopot – tak ważna kolebka muzyki rock and rolla w Polsce – nam tę nagrodę przyznał. Nagrodę dostał big – beat po szczecińsku, który był przecież konkurencją dla trójmiasta.

Film „Wiatr od morza czyli big



Bogdan Bogiel odbiera nagrodę

beat po szczecińsku” opowiada historię początków tej odmiany rock and rolla w portowym Szczecinie i Trójmieście – w miastach, które jako pierwsze miały dostęp do muzyki z przebojami Presleya, The Shadows czy The Beatles. Pierwszym ze znanych powszechnie zespołów byli Czerwono – Czarni z Gdańska, dość szybko sprowadzeni na stałe do Szczecina przez ówczesnego szefa Estrady Jacka Niezychowskiego. W Trójmieście w ich miejsce powstał wtedy Niebiesko – Czarni. Formacje ze sobą konkurowały, jednocześnie nadając ton polskiej scenie big – beatowej. **br**

– Film & Medien e.V. z Neubrandenburga oraz polskie Stowarzyszenie OFFicyna i Teatr Kana ze Szczecina. DokumentART to także jeden z ważniejszych festiwali filmowych w Europie, jego korzenie sięgają 1978 roku. Podczas dotychczasowych edycji, festiwal uświetnili swoją obecnością m.in. Maria Seweryn, Adam Krzemiński, Jolanta Dylewska, Anna Ferens, Paweł Łoziński, Jacek Bławut, Sławomir Sierakowski, Voelker Koepf. **br**



Foto: materiały prasowe

REKLAMA

# RESTAURACJA

## Sanda

ZAPRASZA NA

www.restauracjasanda.pl

Szczecin, ul. Wojska Polskiego 127

tel. 601-323-332, 788-330-366

## BAL SYLWESTROWY

Niezapomniana noc sylwestrowa w magicznej atmosferze.

Gwarantujemy wykwintne sylwestrowe menu

(wyśmienita kuchnia staropolska, wytworne dania chińskie, oryginalne japońskie sushi)

oraz wspaniałą zabawę, którą poprowadzi znany prezenter i wodzirej DJ Wuzek.

Moc atrakcji m.in. POKAZ ILUZJONISTY I POŁYKACZA OGNIA,

KONKURSY Z ATRAKCYJNYMI NAGRODAMI

NAPOJE CIEPŁE, ZIMNE ORAZ ALKOHOLE

(wódka biała, whiskey, wino białe i czerwone, piwo) bez LIMITU

CENA 295 ZŁ/OS Do 30 listopada rabat 5%

SYLWESTER 2011/2012

# VIVA AGA

W

poprzednim felietonie pisałem o Karolinie Woźniackiej, jej uśmiechu, radości i otwartości na kibiców i media. Jej wizyta w Szczecinie była prawdziwą uczcą dla fanów tenisa. Z rodziną Radwańskich kontakt miałem kilka razy w życiu i nie wspominam tych zdarzeń jakoś szczególnie mile. Może przez przyzmat zachowań taty Roberta, może przez styl bycia samej Agnieszki. Ta jej ciągle obrażona mina, gdy tylko coś idzie choć trochę pod górkę. Te wręcz nieczesturalne i niestety na tyle głośne, że wychwytywały je telewizyjne mikrofony, rozmowy z ojcem, podczas trudnych chwil w meczach. Brak uśmiechu i traktowanie większości

z pewną wyższością i to nie tylko w sferze sportowej. To wszystko pamiętamy. Obserwując jednak uważnie ostatnie miesiące w karierze Agnieszki, stwierdzić nie trudno, że takie zachowania to powoli już historia. Skąd ta przemiana – nie wiem. Przyczyn szukać możemy pewnie i w rozstaniu z ojcem jako towarzyszem tenisowych wyjazdów i w zatrudnieniu nowego opiekuna/trenera/trenera na wyjazdach – Tomka Wiktorowskiego i wreszcie w podpisaniu długo oczekiwanej umowy sponsorskiej. Być może zadziałały wszystkie te czynniki jednocześnie, a może iskrą zapłonową był tylko jeden z nich. Jednak najłatwiej powołać się na starą maksymę mędrców, że „kobieta zmienną jest” i tak to zostawmy, ale pozostaniemy z szerokim uśmiechem radości i zadowolenia podczas oglądania meczów panny Radwańskiej. Bo to już zupełnie odmieniona Agnieszka. Waleczna, uśmiechnięta, nie stroniąca od wywiadów. A już jej taniec podczas ceremonii dekoracji w Pekinie, po niezwykle ciężkim meczu z Andreą Petkovic

Ten tekst nie będzie o mojej żonie, chociaż jak najbardziej zasługiwałaby na taki tytuł i te ciepłe słowa. Ale mimo coraz większych squashowych sukcesów mojej Agi, ten artykuł chciałbym poświęcić innej Agnieszce, doskonale władającej trochę większą, bo tenisową rakieta.

przejdzie do historii nie tylko rodziny Radwańskich, ale całego polskiego tenisa. To, że od czasu Jadwigi Jędrzejowskiej takiego tenisowego talentu w damskim tenisie nie mieliśmy to pewne. Ale pani Jadwiga szalała na światowych kortach kilkadziesiąt lat temu. Potem, były wprawdzie takie „jaskółki”, jak wygrane w juniorskich turniejach Wielkiego Szlema Oli Olszy czy Magdy Grzybowskiej, ale tak naprawdę głośno o polskim tenisie zrobiło się dopiero od czasu Agnieszki Radwańskiej.

To właśnie ona stała się, obok Roberta Kubicy, najbardziej rozpoznawalnym polskim sportowcem na świecie. To ona rozpala wyobraźnię tysięcy młodych adeptów tenisa, żadnych sławy i pieniędzy. A kwoty, które zarobiła do tej pory na korcie są naprawdę imponujące. Ma Agnieszka jeszcze jedną wspaniałą cechę, którą doceniają niemal wszyscy światowi komentatorzy tenisa.

Gra z niesamowitą inteligencją, nieszablonowo, wykorzystując całą gamę swoich wyuczonych uderzeń. A skróty Radwańskiej to jej absolutnie firmowe uderzenie, przed którym drżą najlepsze tenisistki świata. I dobrze gdyby taki styl gry stał się „polską szkołą tenisa”. Bo cudownie się zdarzyło, że młode adeptki tenisowego rzemiosła już nie muszą spoglądać na zagraniczne tenisistki, bo wzór do naśladowania mają na wyciągnięcie ręki. Trzymajmy więc kciuki za Agnieszkę. Niech zdobywa kolejne trofea, niech pnie się w górę klasyfikacji WTA. To zapewne w niedługim czasie przyniesie nam kolejnych mistrzów, kolejne gwiazdy tej pięknej dyscypliny sportu.

Krzysztof Bobala



## Krzysztof Bobala

Współwłaściciel agencji reklamowej „BONO” oraz „Bene Sport Centrum” organizator turnieju Pekao Szczecin Open, wielki miłośnik tenisa i innych sportów raketowych

nera/trenera na wyjazdach – Tomka Wiktorowskiego i wreszcie w podpisaniu długo oczekiwanej umowy sponsorskiej. Być może zadziałały wszystkie te czynniki jednocześnie, a może iskrą zapłonową był tylko jeden z nich. Jednak najłatwiej powołać się na starą maksymę mędrców, że „kobieta zmienną jest” i tak to zostawmy, ale pozostaniemy z szerokim uśmiechem radości i zadowolenia podczas oglądania meczów panny Radwańskiej. Bo to już zupełnie odmieniona Agnieszka. Waleczna, uśmiechnięta, nie stroniąca od wywiadów. A już jej taniec podczas ceremonii dekoracji w Pekinie, po niezwykle ciężkim meczu z Andreą Petkovic

# UDANY DEBIUT

## na Jeziorze Garda

Szczeciński jacht Tomahawk zadebiutował w klasie otwartej prestiżowych zawodów na Jeziorze Garda w północnych Włoszech. Przy niesprzyjających warunkach wiatrowych i dużej konkurencji, załoga nie miała łatwego zadania. Zajęła wysokie, szóste miejsce.

**T**o pierwszy występ polskiego jachtu na Jeziorze Garda. Tomahawk miał utrudnione zadanie, bowiem ścigał się ze znacznie większymi ultra regatowymi jednostkami, czy też zwyciężcą ubiegłorocznej edycji regat niemiecką – Wild Lady.

– Od samego początku warunki wietrzne były bardzo trudne i zmienne. Ustawienie

naszej grupy w bezpośrednim pobliżu wysokiego, zachodniego brzegu jeziora spowodowało ciekawą, lecz nie lubianą przez żeglarzy regatowych sytuację, w której nie można było przekroczyć linii startu. Wiatr w porowach nawet do kilkunastu węzłów nadszedł od przeciwnej, wschodniej strony jeziora. To spowodowało, że teoretycznie wolniejsze jednostki, których strefa startowa była przesunięta

dalej od brzegu, jako pierwsze złapały wiatr w żagle i skutecznie nam uciekły – relacjonuje Patryk Zbroja, szef szczecińskiego zespołu.

Dopiero po niemal dwóch godzinach warunki ustabilizowały się w tym rejonie jeziora na tyle, że były one równe także dla pozostałych jachtów. Tyle tylko, że czołówka wyścigu była już nawet kilkadziesiąt minut z przodu. Taka sytuacja nie sprzyjała

Tomahawkowi, który – pozostając w ostatniej, najbardziej pechowej grupie kilkunastu jachtów – moźolnie musiał odrabiać straty. Szczęśliwy start – jak się później okazało – był w tych regatach decydującym elementem dla dobrego wyniku, podobnym nieco do rozdania kart. Polacy ostatecznie, w swoim bardzo trudnym debiucie, uplasowali się na 6 miejscu.

imj

REKLAMA

[www.kerpol-karcher.pl](http://www.kerpol-karcher.pl)

Autoryzowany Partner

# kerpol

**Sprzedaż urządzeń czyszczących**

70-777 Szczecin, ul. Struga 31F  
tel. 91/ 464 36 40, fax 91/ 464 38 24  
[biuro@kerpol-karcher.pl](mailto:biuro@kerpol-karcher.pl)



**KÄRCHER**

makes a difference



Foto: Jerzy Chwałek

foto: M. Stanisławczyk

## ZIMOWY SEZON TENISOWY

[ JERZY CHWAŁEK

Koniec letniej pory nie oznacza dla grających w tenisa końca sezonu. Wręcz przeciwnie, są i tacy, którzy pod dachem hali czy też popularnego balonu czują się najlepiej i mogą realizować swoje marzenia bycia Federerem albo Nadalem.

**Z**naczenie przybyło w naszym mieście hal krytych oraz hal namiotowych w których można jesienią i zimą zagrać w tenisa. Można nawet znaleźć korty o różnorodnych nawierzchniach (cegła i sztuczna trawa), z pełnym zapleczem socjalnym, i co ważne w różnych dzielnicach miasta, co skraca nam czas dojazdu. Poniżej krótki ich przegląd.

### Jak na turnieju

Najbardziej znany i reprezentacyjny obiekt w mieście się przy alei Wojska Polskiego 127. Hale namiotowe są tam w gestii dwóch instytucji: Szczecińskiego Klubu Tenisowego oraz Promasters. Na kortach nr 1 i 2, na których we wrześniu grali zawodnicy w challengerze Pekao Szczecin Open ustawione są hale namiotowe SKT.

– Jesteśmy nastawieni na

szkolenie dzieci i młodzieży, ale w dni powszednie do godziny 13., a także w soboty i niedziele tenisisci znajdują u nas wolne korty – zachęca prezes SKT Andrzej Jaguś.

Na kortach nr 8, 9 i 10 znajdują się z kolei hale namiotowe obsługiwane przez Promasters.

Nieco dalej, bo przy al. Wojska Polskiego 26 można zatrzymać się także w "Pit Stop Tennis" żeby skorzystać z dwóch kortów tenisowych ze sztuczną trawą. Co ciekawe, planowane jest tam otwarcie dużej hali z podobnym podłożem, do piłki nożnej.

### Liga czeka

Możliwość gry w piłkę jest już pod balonem w Klubie Tenisowym Masters przy ul. Chopina 14.

– Zdarza się, że zdejmujemy słupki i siatki z dwóch kortów, i chętni mogą grać w piłkę na sztucznej trawie – mówi trener tenisa Siergiej Sobolew. – Oczy-

wście podstawową działalnością jest tenis. Oprócz tych dwóch kortów mamy do dyspozycji trzy z nawierzchnią ceglana w ocieplanych halach.

Mierzyn ma od dwóch lat Elite Sport Club. Mieszczą się w nim dwa korty tenisowe, z których w czasie pobytu w Szczecinie przed dwoma laty korzystał nawet Łukasz Kubot.

– Jeszcze w grudniu otworzymy klubo-kawiarnię, a w niej będzie także mini siłownia, stół do ping ponga oraz sklep – zachęca do odwiedzania klubu dyrektor Ewa Paluch – Gedymin.

Wszyscy chętni mogą się tutaj uczyć się gry w tenisa pod okiem profesjonalnych instruktorów, Adama Góreckiego (był jednym z pierwszych trenerów Marcina Matkowskiego) oraz Tatjany Zarczyńskiej.

A tych, którzy posiadli już pewne umiejętności tenisowe i chcą się sprawdzić w rywalizacji zachęcamy do odwiedzania kortów przy ulicy Tenisowej

gdzie mieści się Szczeciński Tenis Amatorski.

– Prowadzimy ligę amatorską dla mężczyzn aż w czterech poziomach rozgrywek – mówi Marek Walburg. – Dlatego swoich sił mogą spróbować również ci, którzy grają od niedawna, z rywalami o podobnych umiejętnościach.

Od tego sezonu halowego wystartuje również liga kobiet, do której zgłosiło się na razie 12 pań.

Ośrodek przy Tenisowej zaprasza również początkujących, zapewniając im wykwalifikowanych instruktorów, w cenie od 40 do 70 zł za godzinę.

### W SCT stawiają na dzieci

Szczecińskie Centrum Tenisowe na prawobrzeżu przy ulicy Dąbskiej oferuje szkolenie tenisowe dzieci już od 5 roku życia. Poprzez zabawę dzieci uczą się podstaw tego sportu, żeby po roku już mocniej

## Kryte obiekty tenisowe w Szczecinie

Nazwa	Adres	Liczba kortów krytych	Cena za 1 godz.	Godziny otwarcia	Kontakt
Pit Stop Tennis	al. Wojska Polskiego 26	2	do godz. 16.00 - 60 zł po godz. 16.00 - 65 zł	całą dobę	tel. 728 37 24 35 600 41 26 82
Klub Tenisowy Masters	Chopina 14	5	do godz. 15.00 - 50 zł po 15.00 - 75 zł, sob. i nd. 65 zł		tel. 91 454 24 94
Promasters	al. Wojska Polskiego 127	3	od 6.00 do 16.00 - 60 zł po 16.00 - 75 zł	6.00-22.00	tel. 91 423 42 23 600 20 56 01
Szczecińskie Centrum Tenisowe	ul. Dąbska 11a	3	od godz. 7.00 do 10.00 - 60 zł od 10.00 do 15.00 - 70 zł od 15.00 do 23.00 - 80 zł sob. i nd. - 60 zł	7.00-23.00	tel. 914 63 10 14 e-mail: sct@sct.org.pl
Elite Sport Club	Mierzyn ul. Spółdzielców 8k (w pobliżu CH Ster)	2	od 16.00 do 22.00 - 70 zł od 6.00 do 16.00 i po 22.00 weekendy - 50 zł	6.00-24.00	tel. 531 01 01 01 e-mail: kontakt@elitesportclub.pl
Szczeciński Tenis Amatorski	ul. Tenisowa 38	3	od 7.00 do 15.00 - 50 zł od 15.00 do 24.00 - 60 zł	7.00-24.00	tel. 500 122 032 e-mail: info@korty.szczecin.pl
Family Garden	Dołuje, ul. Daniela 19	2	od 7.00 do 16.00 - 40 zł od 16.00 do 24.00 - 55 zł	7.00-24.00	tel. 888 27 50 69 693 23 62 10
Kryty Kort Tenisowy Grasskort	Łukasieńskiego 47	1	od 7.00 do 16.00 - 50 zł od 16.00 do 24.00 - 65 zł sob. i nd. - 60 zł	7.00-24.00	tel. 91 487 93 65

chwycić za raketę tenisową.

A wszyscy którzy wykupią miesięczny karnet na korty SCT, otrzymują zniżkę w wysokości 10 zł za każdą godzinę (ceny w tabeli obok).

Coraz większym zainteresowaniem cieszą się korty w ośrodku w Dołujach.

- Odwiedzają nas nie tylko mieszkańcy Mierzyna czy Bezrzcza, ale również z centrum, z prawobrzeża, a zdarza się, że gościmy też amatorów tenisa z Niemiec – mówi Michał An-

kudowicz. – Już wkrótce oddamy do użytku pawilon socjalny, który jeszcze podniesie standard naszego obiektu.

Większość tenisowych ośrodków podnosi jakość swoich obiektów, i oferowanych usług. Obok zamieszczamy podstawowe informacje o krytych kortach w Szczecinie. Jesteśmy pewni, że warto z nich korzystać, bo nic tak jak ruch i aktywny wypoczynek nie doda nam sił do pracy i zapewni dobre samopoczucie w jesienno – zimowej porze roku. ■



Foto: Damianz.Cornisjski

REKLAMA



**SCT**  
SZCZECIŃSKIE CENTRUM TENISOWE



- Tenis
- Bowling
- Noclegi
- Restauracja

• dla posiadaczy Złotej Karty Klienta 5% zniżka wstępna

Obiekt monitorowany i chroniony całodobowo

ul. Dąbska 11A, 70-786 Szczecin, tel. 91 463 10 14  
www.sct.org.pl



# PŁYWACKA EUROPA w szczecińskiej Arenie

Już niecały miesiąc pozostał do rozpoczęcia pływackich mistrzostw Europy. To jedna z największych imprez sportowych organizowana w tym roku w Polsce i największa w historii Szczecina.

# W

iadomo, że do naszego miasta przyjedzie około 650 zawodników z 40 krajów. Oprócz nich trenerzy, osoby towarzyszące,

co łącznie daje ponad 1000 osób. Przedsięwzięcie jest więc duże, tylko sami zawodnicy zostaną ulokowani aż w pięciu hotelach, a najwięcej z nich w Radissonie.

Ceremonia otwarcia, włącznie z częścią artystyczną będzie krótka, bo tylko dwudziestominutowa. O oprawę artystyczną ma zadbać szczeciński Klub 13 Muz. Wiadomo, że prezydent miasta wyda oficjalną kolację z okazji mistrzostw, podczas której zaproszeni goście spojrzą na Szczecin z góry, a konkretnie z kawiarni Caffè 22 mieszczącej się w Pazimie.

Mistrzostwa Europy to także okazja do promocji miasta. Serie poranne zawodów - czyli eliminacje pokaże TVP Sport, natomiast wieczorne, półfinały i finały - Eurosport. Poza tym informacje o mistrzostwach będą we wszystkich serwisach sportowych. Już teraz w największych miastach Polski można zobaczyć billboardy reklamujące imprezę. Pomóc w promocji ma też ośmiorcznik Maksiu, czyli maskotka mistrzostw. Będzie można ją wkrótce kupić.

## Pływać każdy może

Elementem promocyjnym mi-

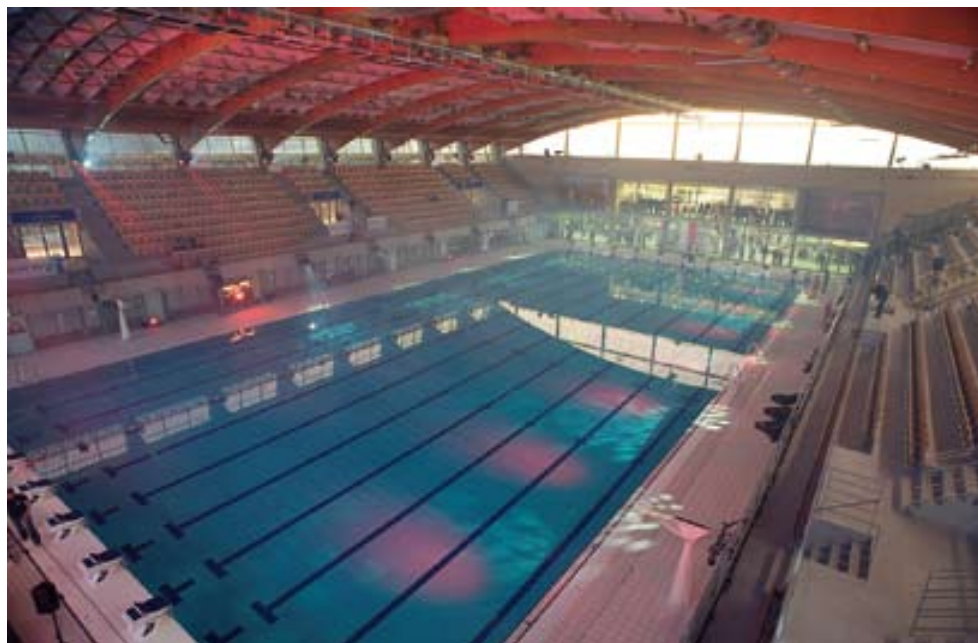


Foto: Damian Gomański

strzostw są zawody pływackie dla amatorów organizowane już od 5 listopada. Na basenie Floating Arena, a także trzech innych w Szczecinie, mogą wystartować wszyscy - od przedszkolaków do seniorów (powyżej 65 lat) - którzy lubią pływać.

W pierwszych zawodach wystartowali dorośli, w kolejnych uczniowie klas III-VI, gimnazjaliści nieuczestniczący w klubach pływackich, a nawet... przedszkolaki.

- Chcemy w ten sposób przybliżyć mieszkańcom Szczecina zbliżające się mistrzostwa Europy - mówi dyrektor Wydziału Turystyki i Sportu w Szczecinie Piotr Dykiert. - Podczas tych zawodów będziemy rozdawać materiały informacyjne o ME.

Zwycięzcy zawodów otrzymają nagrody, a wśród wszystkich rozlosujemy wejściówki na grudniowe mistrzostwa kontynentu.

Co do strony sportowej szczecińskich mistrzostw, to zapewne różnie potraktują start poszczególne ekipy zwłaszcza, że impreza odbywa się w roku przedolimpijskim.

## Polacy z gwiazdami

Nie wszystkie europejskie gwiazdy dotrą do Szczecina. Mocne i liczne ekipy zapowiadają Włosi i Rosjanie a także Brytyjczycy. Mocni powinni być Niemcy, którzy po chudych latach, znów dochowali się mistrzów, tym razem (chyba?) w naturalny sposób.

Polacy wystawią zapewne najlicniejszą ekipę, gdyż jako gospodarz mamy prawo do 4 zawodników w każdej konkurencji. Łącznie program mistrzostw przewiduje 38 konkurencji w 5 stylach.

Będą gwiazdy pierwszej wielkości, Konrad Czerniak i Otylia Jędrzejczak. Ze szczecina pewny startu od dawna jest Mateusz Sawrymowicz, a inni - największe szanse mają Przemysław Stańczyk i Filip Zaborowski - dowiedzą się o swoim udziale 15 listopada po mistrzostwach Polski, będących ostatnią eliminacją do mistrzostw Europy. ■

Jerzy Chwałek  
(autor jest dziennikarzem sportowym Super Expressu)

REKLAMA

# STUDIO TAŃCA

Anna Kowalska

DLA Kobiet - DLA PAR - DLA CIEBIE

ul. Krasieńskiego 10/11, Szczecin tel. 507 043 858

www.annakowalska.pl

## Polsko - niemiecka Traviata

**16** października szczecińska Opera na Zamku otworzyła tymczasową scenę operową w hali przy ulicy Energetyków. I zrobiła to z istic operowym rozmachem. Na pierwszy ogień „poszła” bowiem nie widziana w szczecinie od blisko 30 lat – „Traviata” Giuseppe Verdiego. To najdroższy spektakl w historii szczecińskich scen teatralnych. Powstał przy współpracy z berlińską Deutsche Oper. W obsadzie są jednak także polscy aktorzy oraz szczeciński balet. Przedstawienie wyreżyserował Gerlinde Pelkowski, scenografia to dzieło Thomasa Gabriela, a kierownictwo muzyczne objął Martin Baeza de Rubio. Spektakl jeszcze przed premierą został wpisany na listę sześciu najlepszych produktów promujących nasze województwo. **mg**



Bożena Sikon i Iwona Niemczycka



Joanna Tylkowska, solistka Opery na Zamku i Wojciech Drożdż, wicemarszałek zachodniopomorski



Piotr Zgorzelski, Lucyna Boguszewska



Jacquelyn Wagner i Martin Baeza de Rubio



Od lewej: Bożena Szaciłło, Arleta Sobczyńska właścicielka VIP Collection, Leszek Szaciłło, dyrektor Lech Poland



Klienci świetnie się bawili



Kateryna i Mykhaylo Tsebriy



Leszek Wójcik (Kurier Szczeciński) i Gabriela Wiatr, rzecznik prasowy marszałka województwa



Gerlinde Pelkowski i Wojciech Semerau-Siemianowski, dyrektor Opery na Zamku



Michael Bachtadze, baryton



Od lewej Magdalena Stankiewicz (TVP), Daria Prochenka i Magdalena Gonciarz - Gołębiewska (Odratrans)

## ViP Collection na nowo

**T**ort, przekąski i lampki wina czekały na klientów sklepu ViP Collection. I oczywiście pełny asortyment czołowych marek. Znany już od lat szczecinianom, a głównie paniom sklep w ten sposób świętował otwarcie w nowej lokalizacji przy ul. Jagiellońskiej. **br**

## Sobocki w liceum

**L**eszek Sobocki był gościem Liceum Plastycznego w Szczecinie. Sławny malarz i grafik dwudniowy pobyt poświęcił na warsztaty z uczniami liceum, odbył konferencję prasową i otworzył wystawę swoich prac. Sobocki przyjechał do Szczecina ramach akcji „Spotkanie z mistrzem”, dzięki której uczniowie mają okazję dwa razy w ciągu roku spotkać się z wybitnymi artystami – grafikami. Spotkania są częścią dużego programu „Sięgajcie gwiazd”, którego sponsorem jest Netpun Developer. Ten szczeciński deweloper wyposażył także szkolną pracownię do zajęć grafiki warsztatowej, zbudował galerię oraz dofinansowuje kształcenie uczniów. **br**



Leszek Sobocki



Od prawej: Jolanta Drązkowska, prezes Neptun Developer Sp. z o.o., Wojciech Zieliński, artysta malarz, Dorota Kawecka, dyrektor zarządu ND

## Kawa dla smakoszy

**W**yjatkowo ekskluzywnej kawy Lussuria można było spróbować podczas degustacji w restauracji „Z drugiej strony lustra”. Lussuria to mieszanka arabiki i robusto. Ten związek daje niepowtarzalny smak – ni to kwaskowaty, ni cierpki. Jednak wytrawni smakosze powinni odnaleźć w filiżankach z czarnym naparem i orzechy i lukrecję, a także czekoladę... Przynajmniej tak twierdzą najlepsi na świecie specje od kawy. Na spotkaniu „SCAE World of coffee” w holenderskim Maastricht kawa Lussuria zdobyła nagrodę „Nowości roku 2011”. Kawa jest rzadkością na rynku, ale od dzisiaj można ją pić właśnie w szczecińskiej restauracji. **br**



Od lewej: Iwona Drązkiewicz (Prestiż) i Iwona Niemczewska, właścicielka restauracji



Marcin Michalik, mistrz Polski Latte Art, finalista konkursów międzynarodowych i sędzia konkursów baristycznych

WIĘCEJ ZDJĘĆ NA WWW.MAGAZYNPRESTIZ.COM.PL

## Hiszpańskie smaki

**N**a szczecińskim Podzamczu zamieszkał... byk. Casa del Toro to jedyny tapas bar w Szczecinie. Co ciekawe jego właściciele zakochali się w hiszpańskich gorących przekąskach mieszając w... zimnej Irlandii. Specjalnością baru jest oczywiście tapas - chleb galicyjski z dodatkami, oraz owoce morza - krewetki, kalmary czy małże. Kuchnia oferuje jednak także inne hiszpańskie przysmaki - paellę, chorizo oraz piwa - San Miguel i Estrella. Marzeniem właścicieli jest, by w przyszłości Casa del Toro stał się centrum kultury iberyjskiej w Szczecinie – w planach są koncerty flamenco i wystawy. **mg**



Agata Struszczak, właściciel Casa del Toro, Krzysztof Grabas doradca MSP-PKO BP, Marzena Rudawska - kierownik MSP-PKO BP



Bogusław Struszczak - przedsiębiorca, Krystyna Urbańska - Urząd Skarbowy Szczecin, Grzegorz Urbański, Agata Struszczak, Monika Urbańska - Urząd Kontroli Skarbowej Szczecin, Izabela Struszczak - Kierownik Pracowni Kardiologicznej Szpitala Wojewódzkiego



Arkadiusz Prajs i Gerard Lutyński - stylisty w salonie mody Brancewicz



Krystyna Adamczyk - Stylista fryzur

## Artplastica nagrodzona

**S**zczecińska klinika chirurgii plastycznej – Artplastica – już drugi raz z rzędu zdobyła prestiżowe wyróżnienie w ogólnopolskim rankingu. W konkursie organizowanym przez Forum Biznesu „Dziennika Gazety Prawnej” Artplastica zdobyła tytuły „Najwyższa Jakość QI 2011” oraz „Złote Godło QI 2011” w kategoriach Quality International Services – usługi najwyższej jakości za usługi medyczne: chirurgia plastyczna i estetyczna oraz balonowanie żołądków. Kapituła konkursu była reprezentowana w tym roku przez przedstawicieli Ministerstwa Rozwoju Regionalnego, Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości, Polskiego Forum ISO 9000 oraz przedstawicieli „Dziennika Gazety Prawnej”. **wb**



Pani Marta Paciorek z Ministerstwa Rozwoju Regionalnego, Krzysztof Kapturski, Prezes Zarządu ARTPLASTICA Prywatnego Centrum Chirurgii Plastycznej Sp. z o.o. oraz Anna Biskowiecka Redaktor Naczelna Forum Biznesu

## Olsen stylizuje

**B**ezpłatne stylizacje zafundował salon Olsen w Galerii Kaskada. Ich autorem był Wojtek Witczak, szef Young Polish Designers. Chociaż event przewidziany był do godziny 20.00, to ostatnie panie z salonu wychodziły przed 22.00, co świadczy o tym, że szczecinianki czekają na tego typu akcje. W większości przypadków stylizacje przerosły się w metamorfozy, a uczestniczki w miarę przymiarek uczone były jak należy się ubierać, a czego powinny unikać w swojej garderobie. **mg**



Wojtek Witczak, szef Young Polish Designers



Stylista doradza klientce w doborze garderoby

Foto: Dariusz Gorajski

## Nastoletnia Lady Fitness

**K**lub Lady Fitness obchodził w październiku swoje 11 urodziny. Jak co roku była to doskonała okazja do spotkania w typowo babskim gronie. Choc zdarzały się rodziny - jednym z nich był przystojny kucharz z no-wotwartej na szczecińskim Podzamczu "Casa del Toro" (o czym piszemy nieco dalej), a który "na żywo" prezentował swój kunszt kulinarny. I dał... posmakować specjałów hiszpańskiej kuchni. To dla ciała. Dla duszy był recital Sylwii Rózyckiej i pokaz mody La passion. **mg**



Od lewej Basia Frencel, Marta Malecha, Alicja Zawadzka, Jolanta Majczuk



Sylwia Rózycka, Marcin Struszczak



Od lewej Maria Kaszubowska, Elżbieta Brzezińska z siostrą, Krystyna Jędrzejak

Foto: Włodzimierz Piątek

## Panowie dla panów

**P**o pokazach we Wrocławiu i Warszawie przyszedł czas na Szczecin. Arkadiusz Prajs szczeciński projektant, co warto podkreślić jeden z nielicznych w Polsce projektujący ubrania dla mężczyzn, zaprezentował swoją jesienno-zimową kolekcję w klubie Lulu. W roli modeli wystąpili panowie ze świata biznesu, medycyny, polityki i sportu. Na wybiegu można było podziwiać m.in. lekarza transplantologa Jerzego Sieńko, olimpijczyka Marka Kolbowicza, czy Marka Walburga, byłego piłkarza Pogoni. Panowie świetnie odnaleźli się w roli modeli o czym świadczył gorący aplauz zgromadzonych pań. Kolekcja bardzo spodobała się publiczności, jak zdradził „Prestiżowi” projektant ma już wiele zamówień. Niedługo więc ubrania Arka będzie można podziwiać nie tylko na wybiegach, ale także na szczecińskich ulicach. **imj**



Marek Kolbowicz, mistrz olimpijski



Od lewej: Grzegorz Grenda - Lux PC, Arkadiusz Prajs



Katarzyna Hubińska, projektantka, menadżer Arkadiusza Prajsa z prowadzącym imprezę Dariuszem Baranikiem TVP Szczecin



Jerzy Sieńko doskonale odnalazł się w roli modela



Izabela Magjera-Jarzemek - Prestiż, Anna Tarnowska - Wicemiss Polonia

## Szampony w środku miasta

**S**zampony, odżywki, lakiery i dziesiątki innych produktów włoskiej firmy By Fama - teraz dosłownie w wyciągnięcie ręki. W połowie października otwarto w Szczecinie pierwszą w regionie hurtownię fryzjerską oferującą produkty tej marki. **br**



Oficjalne otwarcie - od lewej: Bartłomiej Lasek, Paulina Nowak, Przemysław Czarnasiak, Karolina Kułakowska

## Jak hartował się kapitalizm

**S**trajki, Solidarność, Okrągły Stół, Plan Balcerowicza, wejście Polski do NATO i Unii Europejskiej... To najnowsza historia Polski i jednocześnie historia... polskiego biznesu, który kielkował właśnie w okresie transformacji ekonomicznej i gospodarczej. Szczecińscy przedsiębiorcy uczcili dwie dekady wolnego rynku - artystycznie. Na scenie opery muzycy Balic Neopolis Orchestra, zespołu Fractal Tree oraz tancerze High Definition Dance Studio w niezwyklej sposób przedstawili historię budowy polskiego kapitalizmu, czyli opowieść o „Dzieciach przełomów”. **mg**



Edward Osina, prezes Calbud Sp. z o.o., główny sponsor "Dzieci Przełomu"



Foto: Włodzimierz Piątek

## Dla dzieci i rodziców

**P**ierwsza edycja Targów dla Rodziców i Dzieci „Mamy Dziecko” okazała się prawdziwym strzałem w 10-kę. Przez hale MTS przewinęło się sześć tysięcy zwiedzających - dzieci, młodych rodziców z wózekkami, babć i dziadków z wnukami, tatusiów z niemowlętami w nosidełkach oraz mamy w ciąży. Ale trudno im się dziwić. Ponad 80 polskich i niemieckich wystawców pokazało to wszystko, co jest niezbędne nowoczesnym rodzicom, w jak najbardziej komfortowym wychowywaniu dzieci. Targom towarzyszyły warsztaty edukacyjne, podczas których dorośli uczyli się jak...znów być dzieckiem. **mg**



Wózek to podstawa!



Powrót do dzieciństwa



Warsztaty plastyczne - dla małych i dużych



Targi odwiedziło sześć tysięcy osób



Bycie Top Model - nie jest proste



Warsztaty edukacyjne - tym razem dla dzieci

Foto: Dariusz Gorajski

## Grali na remis

**G**ospodarka, handel, edukacja, nauka i technologia - w dziesięć lat po podpisaniu umowy o nawiązaniu partnerskich stosunków pomiędzy Województwem Zachodniopomorskim, a chińską Prowincją Guangdong - obydwie regiony mają wciąż te same cele i priorytety. Tym razem jednak Chińczycy pokazali się z całkiem innej strony - ostatnim punktem wizyty oficjalnej delegacji był bowiem towarzyski mecz tenisa ziemnego. Na korcie stanęli gubernator Huang Huahua i Olgierd Geblewicz, marszałek województwa zachodniopomorskiego. Choć gra była zacięta to strony dyplomatycznie skończyły mecz remisowo. **mg**



Od lewej: Olgierd Geblewicz - marszałek województwa zachodniopomorskiego i Ireneusz Maciocha



od lewej: Weng Li - chiński tenisista, Huang Huahua - Gubernator Prowincji Guangdong, Olgierd Geblewicz - Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego, Ireneusz Maciocha



Kibice Marszałka Województwa Zachodniopomorskiego



Kibice Gubernatora Prowincji Guangdong

## Tylko dla mężczyzn

**/** tylko na miarę. W Hotelu Park zorganizowano spotkanie dla tych panów, którym słowo elegancja - nie jest obce. Obecni na miejscu spece od męskiego dress codu proponowali uczestnikom spotkania garnitury i koszule szyte na miarę oraz obstalunek butów. Było w czym wybierać: 396 wzorów materiałów na koszule oraz ponad tysiąc (!) - na garnitury. I co ważne, zarówno jedne, jak i drugie można dopasować na każdą sylwetkę. Poza tym każdy kto chciałby mieć koszulę z egipskiej bawełny może sobie wybrać długość i kształt kołnierzyka, mankietów, ich długość, a nawet sposób przyszywania guzików. **mg**



Przedstawiciele firmy Da Vinci i Moda Męska: Alicja Chroboczek, Adam Ziemińiewicz - właściciel, Anna Dubińska i Grażyna Makarska - Moda Męska



Wielisław Makarski moderator Blogu Moda Męska [www.modameska.info](http://www.modameska.info) i właściciel firmy Moda Męska prezentuje kaszmirowy szalik i różne sposoby jego wiązania

## Marszałek nagrodił

**A**rka Mega S.A. z Kołobrzegu została firmą roku, a Najda Consulting ze Szczecina stworzyła najlepszą usługę roku - to tylko niektórzy laureaci tegorocznego Konkursu Gospodarczego Marszałka Województwa Zachodniopomorskiego 2011. Uroczysta gala odbyła się 19 października w hali szczecińskiej opery. Oprócz wyżej wymienionych laureatami zostali także Gaz System S.A. z inwestycją roku oraz Kurtiak i Ley Urszula Kurtiak z Koszalina za produkt roku. **br**



Andrzej Najda z Najda Consulting



Roland Kośka, z-ca dyrektora Pionu Rozwoju i Inwestycji Gaz System S.A.

Foto: Włodzimierz Piątek

## Architekci architektom

**W**pół roku po otwarciu, salon Strefa Architekta zaprosił klientów i kolegów z branży na jesienne wieczorne spotkanie przy lampce wina. To pierwsza impreza tego typu, lecz z pewnością nie ostatnia. W założeniu właściciele Strefa ma stworzyć takie warunki pracy oraz na tyle twórczą atmosferę, by stała się ona dla architektów nie tylko miejscem spotkań z klientami, ale także miejscem w którym kwitnie życie towarzyskie i gdzie można wymieniać się doświadczeniami. I trzeba przyznać, że w tym wyjątkowym miejscu, stworzonym przez architektów dla architektów - i oni i ich goście czują się wyjątkowo komfortowo. **mg**



Od prawej: Tomasz Desko, prezes Cermag Poznań, Justyna Kasprzak, dyr. marketingu, Zuzanna Gurgacz, współwłaścicielka Strefy Architekta, Dawid Cisek, kierownik ds sprzedaży sieciowej, Piotr Maletka, dyrektor kołobrzesckiego oddziału Cermag Poznań, Bartosz Borowiak z firmy Marmorin, Rafał Wolski, współwłaściciel Strefy Architekta



Ewelina Witkowska i Katarzyna Kupisz ze Studia Interno



Jarosław Wierzbicki

Foto: Dariusz Gorajski

Foto: Włodzimierz Piątek

Foto: Włodzimierz Piątek

## KAWIARNIE

Brama Jazz Cafe, pl. Hołdu Pruskiego 1  
Cafe 22, pl. Rodła 8  
Cafe Club, CH Galaxy, 1 piętro  
Cafe Po godzinach, Deptak Bogusława 9  
Cafe Cube, CH Galaxy, 2 piętro  
Cafe Porto, ul. Księcia Bogusława X 47  
Cafe Prawda, ul. Wielka Odrzańska 20  
Castellari, al. Papieża Jana Pawła II 43  
Castellari, ul. Tuwima 27 (Jasne Błonia)  
Coffee Heaven, CH Galaxy, parter  
Cukiernia Koch, al. Wojska Polskiego 4  
Czekoladowa Cukiernia, al. Wojska Polskiego 17  
Fanaberia, Deptak Bogusława 5  
Public Cafe, al. Papieża Jana Pawła II 43  
Secesja Cafe, al. Papieża Jana Pawła II 19 lok. 1  
Sklep Kolonialny, CH Turzyn, al. Bohaterów Warszawy 42  
Sklep Kolonialny, CH Galaxy, 2 piętro  
Sklep Kolonialny, CH Ster, ul. Ku Słońcu 67  
Tiffany Flowers, ul. Ks. Bogusława X 1/1

## RESTAURACJE / PUBY

13 Muz, pl. Żołnierza Polskiego 2  
Avanti, al. Papieża Jana Pawła II 43  
Bachus – winiarnia, ul. Sienna 6, Podzamcze  
Bohema, al. Wojska Polskiego 67  
Bombay, ul. Partyzantów 1  
Chatupa, ul. Południowa 9  
Chief, ul. Rayskiego 16  
Chrobry, Wały Chrobrego 1b  
Colorado, Wały Chrobrego 1a  
Columbus, Wały Chrobrego 1  
Gościniec pod Aniolami, Dobra, ul. Przytulna 1a  
Karczma Polska "Pod Kogutem", pl. Lotników 3  
Klubik, ul. Kusnierska 13  
Ładoga, al. Jana z Kolna (vis-à-vis Wałów Chrobrego)  
Mezzo forte, Deptak Bogusława 8  
Na Kuncu Korytarza, ul. Korsarzy 34  
... na Mariackiej, ul. Mariacka 26  
Piwnica Kany, pl. św. Piotra i Pawła 4/5  
Porto Grande, ul. Jana z Kolna 7  
Radecki & Family, ul. Tkacka 12  
Restauracja Szczecin, ul. Felczaka 9  
SanDa, al. Wojska Polskiego 127 (KORTY)  
Sake, al. Piastów 1  
Sushi Mado, ul. Pocztowa 20  
Teatr Mały, Deptak Bogusława 6  
Valentino, Deptak Bogusława 8  
Willa Ogrody, ul. Wielkopolska 19  
Zbójnicka, ul. Monte Cassino 6

## SALONY FRYZJERSKO-KOSMETYCZNE

Bailine, ul. Żółkiewskiego 13/14  
Baltica Wellness&Spa, pl. Rodła 8  
Belle Femme, ul. Monte Cassino 37a  
Beauty Clinique, ul. Mickiewicza 55  
Beverly Hills Akademia Urody, CH Galaxy, parter  
Beverly Hills Akademia Urody, DT Kupiec, ul. Krzywoustego 9–10  
Cosmedica, ul. Leszczynowa (Centrum Handlowe Zdroje – Rondo)  
Cosmedica, ul. Pocztowa 26  
Dermedica, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9  
Dr Irena Eris KOSMETYCZNY INSTYTUT, ul. Felczaka 20  
Eso hurtownia fryzjerska, ul. Wielka Odrzańska 28  
Enklawa Day Spa, ul. Wojska Polskiego 40  
Estetic, ul. Kopernika 6  
EVITA-SPA, Przeczław 96E  
Gabinet Kosmetyczny, ul. Makuszyńskiego 2a  
Gabinet Kosmetyczny Doroty Stołowicz, ul. Mazurska 20  
Hair & Tee, ul. Potulicka 63/1  
Imperium Wizażu, ul. Jagiellońska 7  
Impressio, ul. Piłsudskiego 37  
Keune The Art Of Hair Design, ul. Małopolska 60  
Laser Studio, ul. Jagiellońska 85  
Marena Wellness & SPA, ul. Turystyczna 1 Międzywodzie  
Modern Design Piotr Kmieciak, ul. Jagiellońska 85  
Nail Bar By OPI, ul. Mazurska 44/U3  
Venus, ul. Wielkopolska 22  
Rayski Salon Piękności, ul. Rayskiego 17  
Salon fryzjerski YES, ul. Małkowskiego 6  
Studio Urody Masumi, Deptak Bogusława 3

Tokyo Brothers Studio Fit, ul. Władysława Łokietka 7 (wejście od ul. Księcia Bogusława X)  
Yoshi Club, ul. Śląska 9/4a

## KLUBY

Grand Cru, Deptak Bogusława 9  
Kafe Jerzy, ul. Jagiellońska 67  
Rocker Club, ul. Partyzantów 2  
Royal Jazz Club, ul. Mariacka 26  
Sing Sing, Deptak Bogusława 8

## HOTELE

Atrium, al. Wojska Polskiego 75  
Campanile, ul. Ks. Kard. Stefana Wyszyńskiego 30  
Dworski Hotel i Restauracja, ul. Pod Zodiakiem 2, Warmizmie  
Focus, ul. Małopolska 23  
Novotel, al. 3 Maja 31  
Park Hotel, ul. Plantowa 1  
Radisson SAS, pl. Rodła 10  
Villa Hoff Wellness & Spa, ul. Stoneczna 3, Trzęszacz

## KLUBY FITNESS

Fitness World Hotel Radisson, pl. Rodła 10  
Fitness tylko dla Pań, ul. Mazowiecka 13  
Fitness Forma, ul. Szafera 196  
Planet Spa, al. Wojska Polskiego 70  
RKF, ul. Jagiellońska 67  
Squash Zone Club, CH Turzyn, al. Bohaterów Warszawy 42

## SKLEPY

Arkadia perfumeria, ul. Bolesława Krzywoustego 7  
Artform, ul. Wojska Polskiego 227  
B&M, al. Wojska Polskiego 43  
Batty Barcey, CH Galaxy, parter  
Bandolera, ul. Jagiellońska 12  
Brancewicz, al. Papieża Jana Pawła II 48  
Caterina, pl. Zgody 1F  
Empik, CH Galaxy, 2 piętro  
Euforia, al. Wojska Polskiego 37  
EURORE, al. Wojska Polskiego 22  
GUESS, al. Wojska Polskiego 20  
Hexeline, CH Galaxy, parter  
Ital Pol, Top Shopping I piętro  
I.fashion, CH Galaxy, parter  
Jubiler Terpiłowski, CH Galaxy, 1. piętro  
Jubiler Terpiłowski, ul. Jagiellońska 16  
Jubiler Terpiłowski, CH Ster, ul. Ku Słońcu 67  
Jubiler Terpiłowski, CH Turzyn, al. Bohaterów Warszawy 42  
La passion, ul. Jagiellońska 96  
LKJ, CH Galaxy, sklep "Ochnik"  
LKJ, ul. Księcia Bogusława X 11  
LKJ, al. Niepodległości 36, (C.H. KASKADA)  
Macsimum, al. Papieża Jana Pawła II 42  
Matins Bleus, CH Turzyn, al. Bohaterów Warszawy 42  
Marc Cain, ul. Wojska Polskiego 29  
Max Mara, ul. Księcia Bogusława X 43/1  
Moda Club, ul. Wyzwolenia 1  
Naturzi, ul. Struga 25  
Olsen, al. Niepodległości 36, (C.H. KASKADA)  
Perfumeria Douglas, CH Galaxy, parter  
Perfumeria, pl. Rodła 1-2  
Platinum, Deptak Bogusława  
Resenthal, al. Niepodległości (GALERIA KASKADA)  
Resenthal, ul. Boh. Warszawy (GALERIA TURZYN)  
Resenthal, ul. Księcia Bogusława X 15/1a  
Salon Rosenthal Galeria Turzyn, I piętro  
Salon Mody Grand, ul. Małkowskiego 8  
Salon Mody Grand, ul. Śląska 54a  
Skala, pl. Żołnierza Polskiego 4  
Soraya, ul. Zygmunta Starego 3a  
Trendy Collection ul. Rayskiego 25  
Tru Trussardi, al. Wojska Polskiego 29  
VIP COLLECTION, Jagiellońska 11  
Via di moda, ul. Jagiellońska 85/2  
Yes Salon Jubilerski, CH Ster, ul. Ku Słońcu 67

## BIURA NIERUCHOMOŚCI

Calbud, ul. Kapitańska 2  
Carre, ul. Wojska Polskiego 197/1  
Dom Nieruchomości, ul. Rayskiego 18/1

Extra Invest, al. Wojska Polskiego 45  
ILS Nieruchomości, ul. Bohaterów Getta Warszawskiego 23  
Pomorze Nieruchomości, al. Wojska Polskiego 58/2  
Prestigo Nieruchomości, ul. Rayskiego 18  
SGI Baltis s. z o.o., pl. Hołdu Pruskiego 9  
Szczecińskie Centrum Nieruchomości, ul. Piłsudskiego 1a

## GABINETY LEKARSKIE

Artplastica, ul. Wojciechowskiego 7  
Dental Art Barbara Stawska, pl. Rodła 8  
Dental Implant Aesthetic Clinic, ul. Panieńska 18  
Dentus, ul. Mickiewicza 116/1  
Dentus, ul. Felczaka 18a  
Estetic, ul. Kopernika 6  
Fabryka Zdrowego Uśmiechu, ul. Ostrawicka 18  
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudiński, ul. Śląska 5/2  
Hahs Protodens, ul. Felczaka 10  
Hahs Protodens, ul. Czwartaków 3  
Intermedica Centrum Okulistyki, ul. Mickiewicza 140  
Centrum Opieki Stomatologicznej Wejt & Tawakol, ul. Emilii Plater 18  
Centrum Leczenia Otyłości, ul. Krzywoustego 9-10  
LASER MEDI – DERM, ul. Kasprzaka 2c  
Medicus, pl. Zwycięstwa 1  
Medycyna Estetyczna dr Osadowska, al. Wojska Polskiego 92–94 (budynek Pogotowia)  
NZOZ Przychodnia Ginekologiczna „VitaloLive”, ul. Kasprzaka 2a  
NZOZ "LASER", ul. E. Gierczak 38/8  
Perładent – Gabinet Stomatologiczny, ul. Powstańców Wielkopolskich 4c  
Petite Clinique, ul. Pocztowa 20/1c  
Pierwsza Prywatna Klinika Stomatologiczna dr Gajda, ul. Narutowicza 16a  
Prywatna Praktyka Ginekologiczna, ul. M. Skłodowskiej-Curie 5/2  
Prywatna Praktyka Ginekologiczno-Położnicza Piotr Becker, ul. Szpitalna 13/1  
Prywatna Praktyka Stomatologiczna i Ginekologiczna, al. Wojska Polskiego 43/2  
Ra-dent. Gabinet Stomatologiczny, ul. Bolesława Krzywoustego 19/5  
Orto-Perfekt Specjalistyczna Praktyka Ortodontyczna, ul. Oginskiego 12 Szczecin  
Orto-Perfekt Specjalistyczna Praktyka Ortodontyczna, ul. Słowackiego 1A Goleniów  
Gabinet Stomatologiczny, ul. Polskich Marynarzy 14/2  
Stomatologia Kamienica 25, ul. Wielkopolska 25/10  
Stomatologia Mierzyn Centrum Stomatologii i Implantologii, ul. Welecka 38

## KANCELARIE PRAWNE

"A. Oszczędka i Spółka. Kancelaria Prawna" s.k., ul. Wyspiańskiego 84a  
Gozdek, Kowalski, Lysakowski  
adwokat i radcowie prawni s.p., ul. Panieńska 16  
Kancelaria Adwokacka, ul. Felczaka 11  
Kancelaria Adwokacka, adwokat Andrzej Zajda, adwokat Monika Zajda-Pawlik, ul. Monte Cassino 7/1  
Kancelaria Adwokacka, adwokat Michał Marszał, ul. Księcia Bogusława X 15/4  
Kancelaria Adwokacka, adwokat Dariusz Jan Babski, ul. Księcia Bogusława X nr 5/3  
Kancelaria SMK, Semeniuk, Marecki, Kaczarewski, ul. Św. Ducha 5a/12  
Kancelaria Radców Prawnych sp. Biel, Judek, Poczobut-Odlanicki, ul. Piotra Skargi 23  
Mikołajczyk, Geslik adwokaci i radcowie prawni s.j., ul. Wyszyńskiego 14  
Lizak, Stankiewicz, Królikowski adwokaci s.c., ul. Bohaterów Getta Warszawskiego 1/4  
Kancelarie Adwokatów i Radców Prawnych, adw. Waldemar Juszczyk, al. Niepodległości 17  
Kancelarie Prawne i Podatkowe Bejnarowicz, Kuropatwa, Zieliński, ul. Nowy Rynek 5  
Kancelaria Notarialna, al. Papieża Jana Pawła II 22  
Kancelaria Notarialna, Zofia Daleszyńska, al. Papieża Jana Pawła II 17/2  
Szołtak, Municzewski, Malko adwokaci i radcowie prawni s.c., ul. Królowej Jadwigi 1/4  
Mazurkiewicz, Wesolowski, Mazuro Adwokaci i Radcowie Prawni Sp. Partnerska, ul. Klonowicka 30/1  
Wódkiewicz, Sosnowski Sp. J., ul. Stoławska 2

Kancelaria Radców Prawnych Licht&Przeworska, ul. Tuwima 27/1  
Kancelaria Adwokacka Patryk Zbroja, ul. Więckowskiego 2A/8  
Kancelaria Adwokacka Szymon Matusiak, ul. Wawelska 1 / 2

## SALONY SAMOCHODOWE

Agrykolex autoryzowany dealer Subaru, ul. Struga 78a  
AUTO-LINE, ul. Derdowskiego 6a  
Ford Bemo Motors, ul. Pomorska 115b  
Holda sp. z o.o. Autoryzowany Dealer  
Chrysler Jeep i Dodge, ul. Gdańska 7  
Honda, ul. Białowieska 2  
Kołacz – Łopiński, ul. Madalińskiego 7  
Mercedes Bogacki, ul. Mieszka I 30  
Mercedes Mojsiuk, ul. Pomorska 88  
Nissan, ul. Struga 71  
Euro-Centrum Tadeusz Autoryzowany Salon Skody, ul. Struga 1a  
Euro-Centrum Tadeusz Autoryzowany Salon VW, ul. Struga 1a  
Volvo Auto Bruno, ul. Pomorska 115b  
Opel Bogaccy, ul. Mieszka I 45

## BIURA PODRÓŻY

Apollo Tour, al. Wojska Polskiego 50  
Columbus Tour, ul. Krzywoustego 27/U1  
L'TUR, CH Galaxy, parter  
Polaris Travell, pl. Hołdu Pruskiego 9  
Tui, al. Wyzwolenia 12-14  
Unity Travel, pl. Rodła 8

## INNE

Apteka ZDROWIE, ul. Młczarska 50  
ASCO Agencja Reklam i Promocji, ul. Starzyńskiego 3-4  
Binowo Park Golf Club, Binowo  
Bono – Agencja Reklamowa, ul. Ściegiennego 3/1  
Delphinus – Centrum nurkowania, ul. Mickiewicza 10  
DIVE POINT Szkoła nurkowania, ul. Monte Cassino 19e  
EuroAfrica, ul. Energetyków 3/4  
Filharmonia Szczecińska, pl. Armii Krajowej 1  
Gala Optyk, ul. Bogusława 16  
Galeria Kierat, ul. Koński Kierat 14  
Galeria Kierat, ul. Małopolska 5  
Galeria ZPAP, ul. Koński Kierat 16  
Gazeta Wyborcza, ul. Bogusława X 2/3  
Książnica Pomorska, ul. Podgórna 15/16  
La Passion du Vin, ul. Sienna 8  
Meritum – Szkolenia i Tłumaczenia, ul. Rayskiego 18/1  
Norbelino (plac zabaw dla dzieci), al. Wojska Polskiego 20  
Open Mind, ul. Koński Kierat 17/1  
Opera na Zamku, ul. Korsarzy 34  
Kino Pionier, al. Wojska Polskiego 2  
Piwnica przy Krypcie, ul. Korsarzy 34  
Pogoń Szczecin, ul. Karłowicza 28  
Północna Izba Gospodarcza, al. Wojska Polskiego 164  
RASTE Studio Wnętrza, ul. Andrzejewskiego 37/5  
Szczecińskie Centrum Przedsiębiorczości, ul. Kolumba 86  
Szczecińskie Centrum Tenisowe, ul. Dąbska 11a  
Szczeciński Klub Tenisowy, al. Wojska Polskiego 127  
Szczecińska Szkoła Wyższa Collegium Balticum, ul. Mieszka I 61c  
Teatr Współczesny, Wały Chrobrego 3  
TVP, ul. Niedziałkowskiego 24  
Unity Line, pl. Rodła 8  
Urząd Miejski, pl. Armii Krajowej 1  
Urząd Wojewódzki, Wały Chrobrego 4  
Estilo Szkoła Tańca, ul. Kręta 38A  
U.studio, Deptak Bogusława  
York Studio, ul. Mieszka I 103  
Zachodniopomorska Szkoła Biznesu – Centrum Rozwoju Biznesu, ul. Żołnierska 54  
Zamek Książąt Pomorskich, ul. Korsarzy 34  
Akademia Małego Europejczyka, ul. Żródlana 37  
4 Office Meble Biurowe, ul. Tkacka 66  
Prima Frons, ul. Unii Lubelskiej 27  
Biuro Rachunkowe Trames Beata Roszkowska, ul. Monte Cassino 24, Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny Sp. z o.o., ul. Niemierzyńska 17a  
Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego, ul. Korsarzy 34



# Trendy na chłodne dni

Poznaj jesiennie-zimową ofertę wiodących marek w nadchodzącym sezonie.  
Na miejscu znajdziesz ponad 140 sklepów, przytulne kawiarnie i wyjątkowe restauracje.  
Dla naszych gości przygotowaliśmy wygodny parking na 1000 miejsc.  
Zapraszamy!

[www.galeria-kaskada.pl](http://www.galeria-kaskada.pl)

Galeria Kaskada, al. Niepodległości 36, 70-404 Szczecin

gk  
GALERIA  
KASKADA

*W Twoim stylu*