

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

prestiz

M A G Ń S K I

NR 5 | 155 | MAJ 2022 r.

KATARZYNA WAJDA

TERAZ JEST JEJ CZAS

Jaguar F-Type:
brytyjska klasa i styl

Leszek Szuman:
gwiazdy nie miały
przed nim tajemnic

Nadchodzi
Szczecin Music Fest



EQB

DLA CIEBIE. W KAŻDYM WYMIARZE.

Przestronne wnętrze nowego, w pełni elektrycznego EQB pasuje do Twoich życiowych planów. Do każdej zmiany planów też dzięki opcjonalnemu trzeciemu rzędowi siedzeń, które po złożeniu pozwalają zyskać jeszcze więcej przestrzeni w bagażniku.

Więcej informacji na: mercedes-benz.pl/eqb



EQB 300 4M i 350 4M: średnie zużycie energii elektrycznej: 18,2 kWh/100 km; średnia emisja CO₂: 0 g/km.*

*Podane wartości ustalono zgodnie z przewidzianą przepisami procedurą pomiarową. Są to „wartości CO₂ WLTP” w rozumieniu art. 2 pkt 3 rozporządzenia wykonawczego (UE) 2017/1153. Wartości zużycia energii elektrycznej obliczono na bazie tych danych. Zużycie prądu zostało określone na podstawie rozporządzenia 692/2008/WE.

TERAPIE DLA WŁOSÓW PO COVID-19

KOMÓRKI
MACIERZyste

KARBOKSYTERAPIA

OSOCZE
BOGATOPŁYTKOWE

KOKTAJLE
WITAMINOWE

BADANIA
TRYCHOLOGICZNE

ZAPRASZAMY DO KLINIKI
UL. KU SŁOŃCU 58, SZCZECIN
304-948-320/508-719-262


KLINIKAZAWODNY
ESTETIC

WWW.KLINIKAZAWODNY.PL
FB/KLINIKAZAWODNY
@KLINIKAZAWODNY



Pierwsza klinika chirurgii plastycznej w Szczecinie

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

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

Wiedza i doświadczenie

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

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

Nowoczesne techniki operacyjne i opieka pozabiegowa

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

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



dr n. med. Andrzej Dmytrzak

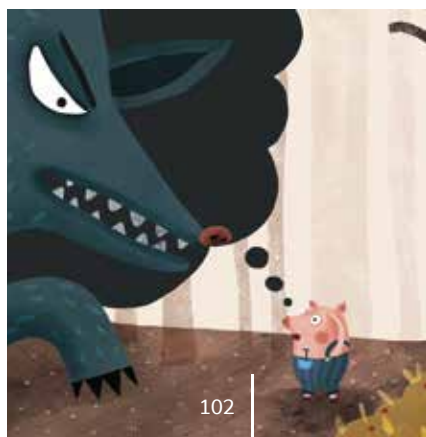
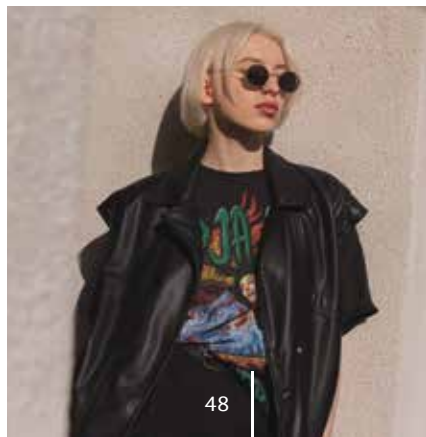
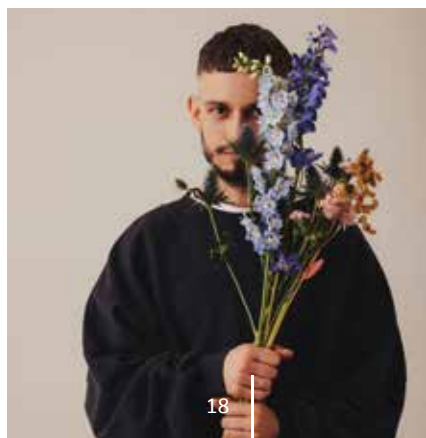
Prywatne Centrum Chirurgii Plastycznej dr Andrzeja Dmytrzaka
ul. Niedziałkowskiego 47, Szczecin, aestheticmed@aestheticmed.com.pl

Rejestracja na konsultacje: tel. 91 422 00 38



Na okładce: Katarzyna Wajda
Foto: Jacek Piątek dla HBO Max

SPIS TREŚCI



10 Słowo od naczelnej

FELIETON

12 Krzywym Okiem
– pisze Dariusz Staniewski

WYDARZENIA

18 Dźwięki lata
21 Pielęgnacja miłością i bliskością
22 Urodziny SKT
25 Wszyscy na korty!

TEMAT Z OKŁADKI

27 Katarzyna Wajda. Teraz jej czas

LUDZIE

34 Leszek Szuman: Gwiazdy
nie miały przez nim tajemnic
40 Adamska zagra (i zaśpiewa)
vabanque
42 Niech żyje moda!

MODA

47 Wiosna w rozkwicie
50 Słoneczna wygodza
52 Moda, nie tylko pod żaglami

MOTORYZACJA

56 Jaguar F-Type
– brytyjska klasa i styl

KULINARIA

58 Smaki z włoskiego domu
60 Dwie dekady gastronomicznego
sukcesu

BIZNES

62 Szybkie i legalne zatrudnienie
pracownika
64 Michał Łoziński: od barmana
do biznesmena
67 Piękno podparte wiedzą

68 Wszyscy grają, każdy wygrywa

71 Własny dom od projektu
do realizacji

72 Sukces Szczecin International School

NIERUCHOMOŚCI

74 Silver Forest. Unikatowe
apartamenty inwestycyjne
na Pogodnie
75 Radisson Blu Resort.
Twój apartament przy plaży
76 Dyskretny urok luksusu
78 Pewna inwestycja

ZDROWIE I URODA

80 Niezawodny plan na miarę
82 Turnus dla zdrowia
86 Naturalnie dobra jakość
88 Fizjoterapia dla najmłodszych
90 Fotoprotekcja, czyli słońce
pod kontrolą
92 Leczymy z pasją – Dom Lekarski
93 Czego o przegrywaniu
dzieci uczy sport?
94 Dziecko u laryngologa
96 Ekspert radzi

FELIETON

97 cZłOwiek to brzmi... – pisze Szymon
Kaczmarek

KULTURA

99 Dzień Dziecka na Zamku
Wojciech Kilar
100 Miłość – w świecie opery i filmu
Na pańskich stołach i w kredensach
101 Sobotka i Ruszczyński
Wędrówką jedną życie jest człowieka
102 Radosna zabawa kredkami
106 Recenzje teatralne

108 KRONIKI



Tarasy Klonowica

NOWOCZESNE MIESZKANIA

W sprzedaży od maja 2022

 **assethome**[®]
premium home - premium life
No. 1 Premium Real Estate

Biuro sprzedaży

Tel. +48 500 511 550

assethome.pl



MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre. 

CLUB HOUSE

PRZYSTAŃ LUKSUSU

Apartamenty na sprzedaż

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

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

APARTAMENTY 101
WARSZEWO



Wybierz to, co najlepsze!
**Ostatni etap inwestycji to unikalne
i komfortowe apartamenty
od 78 m² – 115 m²**

MARINA DEVELOPER jest mecenasem:



YACHT KLUB POLSKI
SZCZECIN



SZCZECIN W FILMOWYCH KADRACH I W RZECZYWISTOŚCI

Na okładce piękna i już znana Katarzyna Wajda, która po mistrzowsku wcieliła się w postać policjantki Zawiei w serialowym hicie „Odwilż”. Jak mówi bohaterka – to rola, na którą długo czekała i o którą walczyła. Z naszego punktu widzenia kardynalny jednak jest fakt, że serial kręcony był w Szczecinie, który w genialnych kadrach klimatem przypomina mroczne skandynawskie miasta. Morderstwo, mrok, Szczecin. I mamy przepis na sukces, bowiem serial bije rekordy oglądalności, co warto odnotowania – nie tylko w Polsce.

Kolejna mocną postacią majowego numeru jest Leszek Szuman. Astrolog, autor kultowej książki „Życie po śmierci” i ... mieszkaniec szczecińskiego Pogodna. O czym chyba nie każdy z nas wie. Szuman sporządzał horoskopy dla wielu ówczesnych polityków, celebrytów i aktorów. Przewidział m.in. zamach i śmierć prezydenta USA Johna F. Kennedy’ego. Leszka Szumana wspominają m.in.: córka Krystyna, znany szczeciński adwokat Włodzimierz Łyczywek. Polecam – kawał dobrej lektury i historii naszego miasta.

Szczecin dynamicznie się zmienia. Widać realizowane inwestycje, zarówno kulturalne, rozrywkowe jak i drogowe. Wielu z nas narzeka na związane z tym korki, ograniczenie miejsc parkingowych, czy na zmniejszony komfort życia. Musimy mieć jednak świadomość, która być może sprawi, że będziemy bardziej wyrozumiali, że to ostatni, dobry czas na realizację miejskich projektów inwestycyjnych. Dzisiaj i w niedalekiej przyszłości Szczecina nie byłoby stać na tak duże inwestycje. O tym, co się buduje przeczytacie w naszym najnowszym numerze kwartalnika Biznes& Inwestycje, pod redakcją mojego szanownego kolegi Kuby Jakubowskiego, a o inwestycyjnej polityce miasta opowiada wiceprezydent Michał Przepiera. Z kolei wiceprezydent Daniel Wacinkiewicz w wywiadzie kreśli wizję Szczecina do 2050 roku. Jeśli uda się zrealizować te plany i założenia, to będzie fantastycznie. Czego sobie i Wam życzę. A najlepiej, by było pięknie, już teraz, dzisiaj, żebyśmy nie musieli czekać tak długo.

Izabela Marecka

prestiz
MAGAZYN SZCZECIŃSKI

REDAKTOR NACZELNA:

IZABELA MARECKA

REDAKCJA:

ANETA DOLEGA, DANIEL ŻRÓDLEWSKI,
KAROLINA WYSOCKA, DARIUSZ
STANIEWSKI

FELIETONIŚCI:

SZYMON KACZMAREK,
ANNA OŁÓW-WACHOWICZ

WSPÓŁPRACA:

PANNA LU, ARKADIUSZ KRUPA,
PAULINA BŁASZKIEWICZ

Wydawnictwo Prestiż

e-mail: redakcja@eprestiz.pl | www.prestizszczecin.pl

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

WYDAWCA:

WYDAWNICTWO PRESTIŻ
UL. MIKOŁAJA KOPERNIKA 6/9
70-241 SZCZECIN

REKLAMA I MARKETING:

KONRAD KUPIS, TEL.: 733 790 590
ALICJA KRUK, TEL.: 537 790 590
KARINA TESSAR, TEL.: 537 490 970
RADOSŁAW PERZ, TEL.: 575 650 590

DZIAŁ PRAWNY:

ADW. KORNELIA STOLF- PEPLIŃSKA
stolf-peplinska@kancelariacywilna.com

DZIAŁ FOTO:

BOGUSZ KLUZ, EWELINA PRUS,
ALICJA USZYŃSKA,
DAGNA DRAŹKOWSKA-MAJCHROWICZ
ALEKSANDRA MEDVEY-GRUSZKA

SKŁAD GAZETY:

AGATA TARKA, marta@motif-studio.pl

DRUKARNIA:

DRUKARNIA KADRUK S.C.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.
Redakcja zastrzega sobie prawo
do skracania i redagowania treści redakcyjnych.





KLINIKA DR STACHURA

DERMATOLOGIA | DERMATOCHIRURGIA
MEDYCYNĄ ESTETYCZNA | LASEROTERAPIA
CHIRURGIA OGÓLNA | GINEKOLOGIA ESTETYCZNA
KOSMETOLOGIA

Klinika Dr Stachura – Twój sposób na piękny wygląd!

ul. Jagiellońska 87 | 70-437 Szczecin

tel. +48 535 350 055 | biuro@klinikadrstachura.pl

www.klinikadrstachura.pl





DARIUSZ STANIEWSKI

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

Kto nie ma alergii na pyłki, ten nie wie, ile kosztuje samotna walka, aby poskromić swoje łapy, często brudne, żeby ich nie wsadzać do piekących oczu. I trzeć i trzeć, z zapalem zaiste zupełnie innej sprawy. Aż do bólu, aż do chwili, kiedy pojawia się złudna chwila ulgi. Ale ona mija szybko i znowu zaczyna się walka z dłońmi i palcami, które znowu chcą podążać w kierunku oczu. I znowu trzeć, trzeć i trzeć.

Krzywym okiem

No i zaczęło się. Wystarczyło tylko kilka ciepłych dni a przyroda oszalała. Raczej dziwić powinno, że ktoś się temu zjawisku dziwi. Przecież mamy z nim do czynienia co roku, od czasów, których najstarsi górale na Pomorzu Zachodnim nie pamiętają. Mimo to ludzie się dziwią, że przyszła wiosna. To tak, jak z flaszką alkoholu – człowiek pije i pije i wie, że jej zawartość kiedyś się skończy. Ale mimo to zawsze jest bardzo zdziwiony, kiedy do tego dochodzi. I tak też jest z porami roku. Ale wróćmy do wiosny. Ptaszki ćwiergoła na potęgę, rośliny wybuchły gwałtowną soczystością i różnorodnością kolorów, a telewizje zabijały się np. żeby pokazywać szczecińskie dywany z krokusów m.in. na Jasnych Błoniach. Aż się chce przypomnieć fragment sławnego przeboju legendarne kabaretu Potem:

Idzie sobie wiosna
Słychać świergot ptaka
Ładna to piosenka
Tylko głupia taka
Już przyleciał bocian
I w kałuży dłubie
Mi to nie przeszkadza
Dalej będzie głupiej
Aaaaa
Już jest wiosna (już jest wiosna)
Aaaaa
Dłuższe dni (dłuższe dni)
Aaaaa
Kwiaty rosną (kwiaty rosną)
Aaaaa
Głupie, nie.

Coraz wyższe temperatury sprawiają, że płeć żeńska odważniej prezentuje swoje wdzięki, a płeć brzydsza swoje tatuaże, zazwyczaj ułożone na rękach i nogach. Wielu rzuciło się do siłowni i klubów fitness oraz na diety odchudzające. Wszystko po to, żeby „schuć” dziesiątki kilogramów w weekend. Bogatsi wybrali inną opcję – wszak medycyna estetyczna czyni cuda. Ale wielu rzuciło się w innym kierunku – do aptek, lekarzy, przychodni, szpi-

tali, a także szeptuch, cudotwórców, zielarzy, szamanów. Łatwo ich rozpoznać – zaczerwienione oczy i strumienie jakiejś wydzieliny ciekące z nosów oraz kilogramy chusteczek jednorazowych upchniętych po wszystkich kieszeniach. Nie, to nie są osobnicy nadmiernie i namiętnie wprowadzający do organizmu „element baśniowy” w płynie (jak mawiał Jan Himilbach). Po cóż oni więc atakują służbę zdrowia, w jakim celu? I tu dochodzimy do sedna tej bazgraniny. Otóż oni szukają ratunku przed niszczycielską i złowrogą siłą broni biologicznej występującej w przyrodzie w postaci pyłków roślinnych na które właśnie zaczął się sezon. Już są, unoszą się w powietrzu, już dają znaki, że „zabawa” się zaczyna. Ze złośliwymi uśmieškami na swych pyłkowych obliczach wypatrują nieszczęśników z którymi odtądczą swój swoisty „dance macabre” z towarzyszeniem muzycznego duetu pod nazwą „Łzawiące gały i smarkający nochał”. Kto nie ma alergii na pyłki, ten nie wie, ile kosztuje samotna walka, aby poskromić swoje łapy, często brudne, żeby ich nie wsadzać do piekących oczu. I trzeć i trzeć, z zapalem zaiste zupełnie innej sprawy. Aż do bólu, aż do chwili, kiedy pojawia się złudna chwila ulgi. Ale ona mija szybko i znowu zaczyna się walka z dłońmi i palcami, które znowu chcą podążać w kierunku oczu. I znowu trzeć, trzeć i trzeć. I tak dziesiątki razy w ciągu dnia. Mądrała powie: „są przecież antyalergiczne krople do oczu”. Odpowiadam: i cóż tego? Myślisz mądrało, że to pomaga? Owszem, czasami, na dłużej lub krócej. Ale to tylko pewnego rodzaju chwila ciszy na wojnie człowieka z pyłkami. Jest też drugi element tej walki. To nos. Nagle coś zaczyna cię w nim kręcić, coś z niego wycieka z siłą wodospadu aż w końcu pojawia się on – katar. I kichanie, najgorsze to „seriami”. Moje rekordy, to w jednej serii nie mniej niż 20 kichnięć. I znowu pewnie pojawi się mądrała, który stwierdzi: „są antyalergiczne krople do nosa”. I doda jeszcze: „są także tabletki na alergię”. A pewnie, że są, odpowiem. Ale trawestując słowa poety rzeknę: „pełno ich a jakoby żadnego nie było”. Jak pewnie wielu z alergików wypróbowałem już pewnie wszystkie z dostępnych medykamentów. Skłamałbym, gdybym powiedział, że niektóre nie zadziałały. Ale nigdy do końca. Bo przecież piąta władza, a tak naprawdę pierwsza, rządząca światem, czyli koncerny farmaceutyczne wiedzą o co chodzi: trzeba gonić króliczka a nie go złapać. No to czekając aż krople i tabletki zadziałają, zanucę sobie spod kapiącego nosa i przez załzawione oczy kolejne zwrotki przeboju kabaretu Potem.

WSZYSTKIEGO
NAJLEPSZEGO
Z OKAZJI DNIA MAMY

Cieszymy się, że możemy obserwować Wasze szczęście!

GABINETY
TUWIMA

Kiedy przestajesz
sobie radzić
z porządkami

- dzwoń do nas,
pomożemy!



URSZULA I SPÓŁKA
SPRZĄTANIE MIESZKAŃ



731 956 551

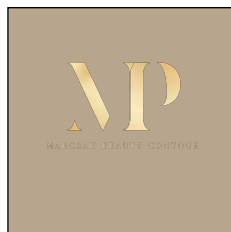
WWW.URSZULAISPOLKA.PL

413

STUDIO 413

Utrzymane w industrialnym, berlińskim klimacie studio kreatywne, które tworzą trzy kobiety: fotografka Tatiana Malinnikowa, wizażystka Klaudia Sadoch i stylistka Katarzyna Spietelun. Powstają tu autorskie kreatywne i komercyjne sesje zdjęciowe. Jest to również przestrzeń udostępniana pod sesje innym fotografom. Na miejscu znajduje się szafa ze stylizacjami do zdjęć oraz różne elementy scenografii. W przyszłości właścicielki studia planują zorganizowanie swojej wystawy, ale chętnie też udostępnią miejsce innym autorom. Studio można odwiedzać, a na gości czeka zawsze dobra kawa.

Szczecin, ul. Świętego Ducha 2a/413



PAULA MARCZAK BEAUTY CONTOUR

Salon kosmetyczny założony przez Paulę Marczak, dyplomowaną kosmetolog, absolwentkę Wyższej Szkoły Integracji Europejskiej. To miejsce, w którym będzie można skorzystać z zabiegów pielęgnacyjnych połączonych z procedurami iniekcyjnymi, z zachowaniem wszelkich norm jakości i bezpieczeństwa. To także miejsce, które stawia na klasę i elegancję, gdzie każda klientka będzie się czuła komfortowo. W salonie będzie można skorzystać nie tylko z zabiegów kosmetycznych, ale także z umiejętności i pomocy profesjonalnej wizażystki.

Szczecin, ul. Poczтовая 24/U2



ARTISAN

Piekarnia, cukiernia, kawiarnia i bistro w jednym. Na miejscu można kupić pieczywo z zakwasu gronowego oraz gotowe kanapki, przygotowywane na miejscu, które można zabrać także na wynos. Do tego różnego rodzaju słodkości, własnego wyrobu lody, ciasta i ciastka, które także można zjeść na w lokalu, np. z filiżanką aromatycznej kawy. Artisan to również bistro, w którym zjemy śniadanie, lunch a nawet kolację. W ofercie znajdują się, m.in. różnego rodzaju sałatki, makarony i zupy. Wszystkie dania wykonywane są ze świeżych produktów najwyższej jakości.

Szczecin, al. Piastów 74



FINE LINE STUDIO

Studio tatuażu i makijażu permanentnego. To miejsce tworzą wyłącznie kobiety. Poza makijażem permanentnym wykonywanym z użyciem marki Long Time Liner, można tu oddać swoje ciało we władanie maszynki, tuszu i zdolnych dłoni tatuaterek. Dominują wzory graficzne, ornamenty geometryczne, roślinne, zwierzęce, tatuaże tworzone z kropek (dotwork) czy przypominające szkice ołówkiem (linework). W stylowo urządzonej przestrzeni panuje miła i luźna atmosfera.

Szczecin, al. Piastów 44/13

reklama

Odzyskaj uśmiech
dzięki implantom!

Uśmiechaj się
śmiało!



STOMATOLOGIA
NA PODZAMCZU



BONDING
na jednej wizycie!



Szczecin Music Fest wystartował!

OD KONCERTU IMMORTAL ONION ROZPOCZĘŁA SIĘ, DŁUGO WYCZEKIWANA, KOLEJNA EDYCJA SZCZECIN MUSIC FEST. TO IMPREZA, KTÓRA ZAWSZE GOŚCI WYJĄTKOWYCH I ORYGINALNYCH ARTYSTÓW Z CAŁEGO ŚWIATA.

Trójmiejskie trio, które 12 maja zainaugurowało festiwal, łączy w sobie kilka muzycznych gatunków, m.in. jazz, elektronikę, muzykę filmową a nawet progresywny metal. Kto nie miał okazji posłuchać ich na żywo, może śmiało sięgnąć, chociażby po ich ostatnią płytę. Album „Screens” wspólnie nagrany z Michałem Janem Ciesielskim, kompozytorem i saksofonistą, znanym z takich projektów jak Quantum Trio, Zgniłość, Tymon & Transistors, czy Alfah Femmes, to fuzyja nowoczesnego jazzu z elektroniką. Świeża i porywająca.

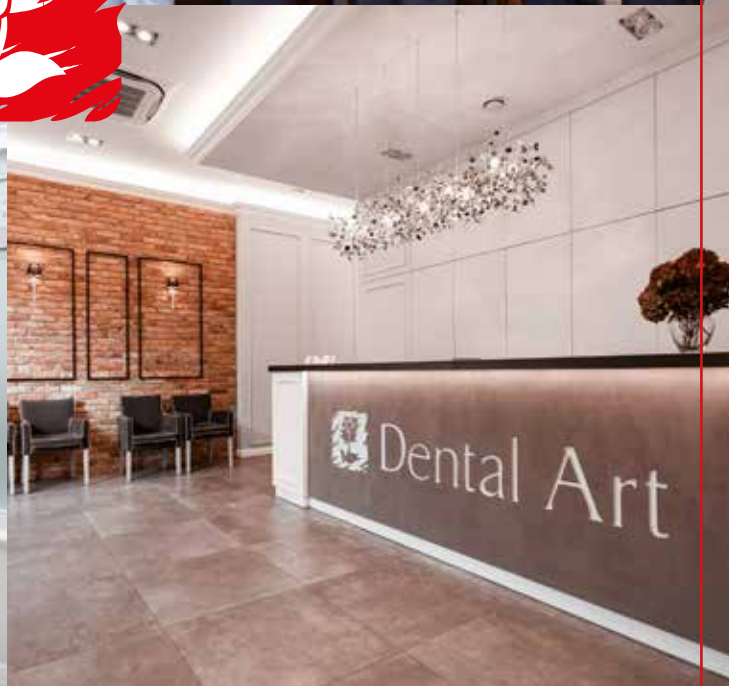
Tę jazzową podróż będą kontynuowali następni goście SMF, czyli Wojtek Mazolewski i jego kwintet (na zdjęciu). Grupa zagra 25 maja (godz.19) na scenie szczecińskiej Filharmonii. Mazolewski to artysta niepokorny, autor oryginalnych aranżacji, który w intrygujący sposób łączy tradycję z nowoczesnością. Zgromadził wokół siebie świetnych muzyków, bowiem jego zespół tworzą: Joanna Duda, Marek Pospieszalski, Oskar Torok i Jakub Janicki. Ich znakiem formowych są wybuchowe występy, zawsze przyjmowane przez publiczność bardzo entuzjastycznie. Kwintet nawiązuje do mistrzów jazzu, łączy to z elektroniką i współczesnymi inspiracjami. Miesza elementy muzyki Milesa Davisa, Erika Dolphy'ego, Led Zeppelin, Red Hot Chili Peppers, Nirvany i Apex Twina. W swojej twórczości formacja eksperymentuje, wzbudza skrajne emocje i udowadnia, że muzyka jazzowa ma potencjał burzenia muzycznych schematów. Mazolewskiemu udało się również jedna wyjątkowa rzecz – słuchają go wszyscy, nawet ci, dla których jazz to tylko tajemnicze słowo.

W czerwcu festiwalowe atrakcje zapewni brytyjska Morcheeba. Legenda trip hopu, która miała spory wpływ na całe brzmienie lat

90. wystąpi 21 czerwca (godz.20) na dziedzińcu Zamku Książąt Pomorskich. Wraz ze swoją charyzmatyczną wokalistką Skye Edwards będzie promować dziesiąty studyjny album, zatytułowany „Blackest Blue”. Oprócz nowych utworów, z pewnością nie zabraknie także największych przebojów grupy, powstałych w ciągu niespełna trzech dekad.

Morcheebę założyli w 1995 bracia Paul i Ross Godfrey oraz wokalistka i autorka tekstów Skye Edwards. W tym składzie zespół zastąpił takimi kawałkami jak „Trigger Hippy” czy „Blindfold”, jednak największy sukces przyniosły im kompozycje „Rome Wasn't Built In A Day”, „The Sea” i „Otherwise”. W 2020 roku z powodu pandemii artyści nie mogli koncertować. Wykorzystali tę przerwę dla siebie: skupili się na pracy nad nowymi kompozycjami i ich studyjnym doszlifowaniem. „Nie ciążyła na nas żadna presja i nie musieliśmy się spieszyć z tworzeniem piosenek.” – mówi Skye Edwards. Ten spokój da się wyczuć na albumie. „Blackest Blue”, który ujrzał światło dzienne w lipcu 2021 roku nakładem Nopaper Records, jest głęboko osadzony w muzycznej historii zespołu. Na płytę trafiło dziesięć utworów łączących downbeat, trip hop, chillout, electro pop i soul, czyli wszystko, co w stylu Morcheeby najbardziej atrakcyjne i lubiane. Zarówno w warstwie muzycznej, jak i lirycznej celem był pozytywny przekaz. Skye Edwards pisze o przewyższaniu losowych przeciwności i odkrywaniu nowych sił we własnym wnętrzu. Jej zmysłowy głos i świetna muzyczna produkcja nadają tekstom wiarygodności i mocy.

ad/ foto: Ewelina Eris Wójcik



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

Dźwięki lata

RAZEM Z NAJCIEPLEJSZĄ PORĄ ROKU NA ŁASZTOWNIĘ POWRACAJĄ LETNIE BRZMIENIA. W LIPCU I SIERPNIU WYSTĄPIĄ NA TAMTEJSZEJ SCENIE FANTASTYCZNI ARTYŚCI, KTÓRZY SWOIMI KONCERTAMI NA PEWNO JESZCZE BARDZIEJ PODWYŻSZĄ TEMPERATURĘ. POD SZCZECIŃSKIM NIEBEM ZAGRAJĄ KORTEZ, ARTUR ROJEK, BITAMINA ORAZ SOBEL.

VITO BAMBINO



ARTUR ROJEK



W lipcu serię koncertów otworzą Artur Rojek (16.07) oraz zespół Bitamina (17.07), przed którym będzie można posłuchać Jakuba Skorupy. Artur Rojek to artysta, który wielokrotnie dowiódł, że można pogodzić ambitne granie inspirowane zachodnią alternatywą z masowo czytelną formułą popowego przeboju. W 2014 r. ukazała się jego solowa płyta „Składałem się z ciągłych powtórzeń”. Pochodzą z niej single „Beksa”, „Syreny” i „Czas

Który Pozostał”. W 2020 r. wydał album „Kundel”, który promują single „Sportowe życie” oraz „Bez końca”. Twórczość założonego przez Amara Ziemińskiego, Mateusza Dopieralskiego (Vito Bambino) i Piotra Sibińskiego zespołu Bitamina utrzymana jest w stylistyce eksperymentalnego hip-hopu i gier słownych. Grupa ma na koncie pięć studyjnych albumów, ostatni zatytułowany „Kwiaty i Korzenie” ukazał się w 2019 roku. Natomiast

najmłodszym dorobkiem w tym zestawie, Pochodzący ze Śląska wokalista, gitarzysta i autor tekstów Jakub Skorupa pojawił się na polskiej scenie muzycznej z początkiem 2021 r. Wydał wtedy debiutancki utwór „Pociągi towarowe”. W marcu tego roku ukazał się jego debiutancki album „Zeszyt pierwszy”.

Początek sierpnia rozbrzmi w rytm muzyki Korteza (3.08) i Sobla (4.08). Korteż szturmem podbił polski rynek muzyczny wydając w 2015 roku album „Bumerang”, z którego pochodzą przeboje „Zostań” i „Z imbirem”. Ten instrumentalista, kompozytor i wokalista zachwycają wrażliwością, melodiami i spokojem ukrytym w niejednokrotnie przejmujących utworach. Za to Sobel to jeden z najpopularniejszych i najszybciej rozwijających karierę artystów w Polsce, który Dobrze odnajduje się zarówno w gatunkowym popie, jak i hip hopie. Szturmem zdobył listy przebojów i już zdążył uplasować się w ścisłej piątce najpopularniejszych artystów w serwisach cyfrowych w Polsce. Miesięcznie słucha go ponad milion słuchaczy!

Letnie Brzmienia to ogólnopolski, wakacyjny cykl ponad 100 koncertów na świeżym powietrzu, w 13 miastach, z 22 najpopularniejszymi artystami i artystkami. Trasa koncertowa Letnich Brzmień trwa całe wakacje. Koncerty odbywać się będą, poza Szczecinem, także w Gdańsku, Lublinie, Warszawie, Poznaniu, Wrocławiu, Rzeszowie, Łodzi, Bydgoszczy, Katowicach, Bielsku-Białej, Krakowie oraz Gorzowie Wielkopolskim. Szczegółowy harmonogram koncertów, bilety i karnety na www.letniebrzmienia.pl.

ad/ foto: materiały prasowe

SOBEL



reklama



Szczecin, ul. Modra 69

ZALETY NORMOBARII:

- NASYCENIE TLENEM KOMÓREK W ORGANIZMIE
- ZWIĘKSZENIE ILOŚCI KOMÓREK MACIERZYSTYCH
- ZMNIEJSZENIE RYZYKA ZAWAŁU
- ZMNIEJSZENIE: CUKRZYCY, BORELIOZY,
- WSPOMAGANIE LECZENIA: CUKRZYCY, BORELIOZY,
- NOWOTWORÓW I INNYCH CHOROBY
- ZMNIEJSZENIE CZĘSTOTLIWOŚCI MIGREN
- DOTLENIE ORGANIZMU
- POPRAWA KONDYCJI SKÓRY
- WZMOCNIENIE UKŁADU KOSTNEGO
- WZMOCNIENIE JAKOŚCI SNU
- WZROST LIBIDO
- I NIE TYLKO!

Dotleń się na zdrowie!

Lecz i wspomagaj leczenie powszechnych chorób i dolegliwości niespotykaną w naturze mieszkanką tlenu, wodoru i dwutlenku węgla.

Komora Normobaryczna to specjalnie skonstruowane pomieszczenie imitujące ciśnienie i atmosferę panującą na Ziemi kilka tysięcy lat temu. Atmosfera wewnątrz komory to dla człowieka stan najbardziej sprzyjający zdrowiu i regeneracji.

Już jedna sesja w komorze potrafi kilkukrotnie polepszyć zdolności regeneracyjne organizmu, zwiększyć ilość komórek macierzystych, dotlenić organizm, a regularne ich odbywanie w połączeniu ze zdrowym trybem życia pozwoli zachować ponadprzeciętne zdrowie i kilkukrotnie zahamować starzenie.

Receptura na zdrowie

CO₂ 2%

O₂ 40%

H₂O 0,5%

1500 hPa

AX MED Normobaria ul. Modra 69, 71-899 Szczecin + 48 509 663 663 www.normobariaszczecin.pl

MANUFATURA WZROKU

SZCZECIN | CONCEPT STORE



- LOKALIZACJA W SAMYM CENTRUM (PRZY DEPTAKU)
- OFERUJEMY OKULARY PROGRESYWNE, BIUROWE ORAZ JEDNOOGNISKOWE
- MOŻLIWOŚĆ WYKONANIA PROFESJONALNEGO BADANIA WZROKU PRZEZ DYPLOMOWANEGO OPTOMETRYSTĘ
- NAJATRAKCYJNIEJSZE CENY W SZCZECINIE
- NIETUZINKOWE OPRAWY MAREK TAKICH JAK: ETNIA BARCELONA, LIU JO, CALVIN KLEIN, ROBERTO CAVALLI, SWAROVSKI, SALVADORE FERRAGAMO, TIMBERLAND, MONT BLANC I WIELE INNYCH!

MANUFATURA WZROKU | SZCZECIN | CONCEPT STORE

UL. MONTE CASSINO 40

TEL. 575-494-942

WWW.MANUFATURAWZROKU.PL

Pielęgnacja miłością i bliskością

#PIELĘGNUJMIŁOŚĆ TO HASŁO TEGOROCZNEJ KAMPANII MARKETINGOWO-SPOŁECZNEJ CLOCHEE, MARKI KOSMETYKÓW NATURALNYCH. TYTUŁOWE PIELĘGNOWANIE MIŁOŚCI ODNOSI SIĘ DO NASZYCH BLISKICH, DO NAS SAMYCH, DO NASZEJ PLANETY I ŚWIATA.



AGNIESZKA KARWACKA
(CLOCHEE) Z BOHATERAMI
KAMPANII



DARIA PROCHENKA
(CLOCHEE) Z MAMĄ

– Wydarzenia społeczne i geopolityczne na świecie i w Polsce stają się wyzwaniem dla komercyjnych marek w kontekście projektowania komunikacji i kampanii – mówi Daria Prochenka, właścicielka marki Clochee. – Klient dzisiaj, szczególnie kobieta, wymaga transparentności idei, przywiązuje uwagę do autentyczności marki i wrażliwości na to, z jakimi problemami borykają się współczesne kobiety. Według badań, 59 proc. pań twierdzi, że wiele reklam pokazuje przestarzały obraz kobiet. Aż 76 proc. sugeruje, że w spotach widzi przede wszystkim młode i szczupłe przedstawicielki swojej płci. Większość kobiet nie czuje się w reklamach reprezentowana, 81 proc. chciałaby widzieć na ekranie wszystkie typy kobiet.

Dlatego też nowa kampania Clochee, między innymi stawia na wyrażanie miłości do samych siebie, niezależnie od tego kim jesteśmy, jak wyglądamy, ile mamy lat, skąd pochodzimy. – To hasło powinno stać się pokarmem dla kobiecej pewności siebie, wrażliwości i kobiecych emocji, które towarzyszą kobietom za każdym razem, kiedy sięgną po markę Clochee – tłumaczy Daria Prochenka. – Najważniejsze jest, by zerwać ze stereotypowym obrazem kobiety w przekazach reklamowych.

Kolejnym aspektem nowej strategii firmy jest miłość do planety i świata. Zresztą ekologiczny aspekt Clochee towarzyszy od samego początku. Nie ogranicza się tylko do składników

zawartych w kosmetykach, ale odnosi się do całego zdrowego, zgodnego z naturą stylu życia, który marka propaguje. Z tym też związane jest również kolejne hasło nowej kampanii, czyli pielęgnowanie miłości do bliskich i innych ludzi.

W związku z rozpoczęciem kampanii Clochee zorganizowało, specjalną sesję zdjęciową, której bohaterami są pracownicy firmy i ich najbliżsi. – W rolę modelek i modeli wcielili się ludzie pracujący z nami, którzy pojawili się na sesji wraz ze swoimi mamami, babciami, dziećmi, partnerami, a nawet psami – mówi Daria Prochenka. – Chcemy tą sesją pokazać różne odcienie miłości i relacji. Wszystko w kontekście #pielęgnujmiłość do siebie, rodziny, bliskich, przyjaciół, zwierząt i planety. Po tak ciężkich latach pandemii i wiadomości ze wschodniej granicy – czujemy, że wartości takie jak bliskość i miłość oraz akceptacja są aktualnie najważniejsze, a nikt inny lepiej tego nie pokaże niż my sami.

Clochee zgodnie ze swoją filozofią zaangażowało się także w pomoc dla Ukrainy. Marka w sumie przekazała darowiznę i kosmetyki o wartości ponad 65 tys. złotych. Ponadto w Dzień Matki planuje wspólną akcję razem z Fundacją Polsat oraz chce zorganizować warsztaty w Warszawie dla uchodźczyń.

ad/ foto: materiały prasowe



URODZINY SKT

SZCZECIŃSKI KLUBU TENISOWY OBCHODZI 75 ROCZNICĘ POWSTANIA. Z OKAZJI JUBILEUSZU 11 CZERWCA NA KORTACH PRZY ALEI WOJSKA POLSKIEGO 127 ODBĘDZIE SIĘ SPECJALNY FESTYN DLA MIESZKAŃCÓW SZCZECINA.



Szczeciński Klub Tenisowy działa już od 1946 roku. Wtedy to entuzjaści „białego sportu” odbudowali zniszczone w czasie II wojny światowej korty tenisowe przy alei Wojska Polskiego 127. Niedługo potem założony został Szczeciński Klub Tenisowy. W ciągu ostatnich kilku lat w SKT dokonało się kilka znaczących zmian personalno-organizacyjnych. W ich wyniku powstała grupa ludzi: menedżerów, instruktorów, pracowników i entuzjastów szczecińskiego tenisa, którzy prężnie działają na rzecz rozwoju tego pięknego sportu. Dzięki ich zaangażowaniu zawodnicy SKT dynamicznie się rozwijają i osiągają coraz lepsze wyniki.

Z okazji 75-lecia SKT organizuje dużą imprezę plenerową na kortach przy alei Wojska Polskiego 127. Będzie to otwarty festyn dla mieszkańców Szczecina. W programie m.in. sportowe zmagania w ramach Turniej Tenis 10 by Kia Polmotor, strefa gier i zabaw — Eska Kids Zone, rodzinne treningi tenisa — Family Tenis oraz tenisowy turniej dla najmłodszych.

Festyn odbędzie się w sobotę 11 czerwca w godz. 10 – 15.30. Wstęp wolny.



MENNICA
MAZOVIA



**Każda pora (roku) jest dobra,
by mądrze inwestować.**

**Pozwól swoim oszczędnościom
bezpiecznie rosnać.**

Wiosną odwiedź nas w Mennica Mazovia.
Poznaj najwyższej jakości metale szlachetne
z najlepszych światowych rafinerii.

ZAPRASZAMY DO MENNICA MAZOVIA
UL. JAGIELLOŃSKA 85/8, 70-435 SZCZECIN

+48 91 425 80 20 +48 791 335 337

info@mennicamazovia.pl WWW.MENNICAMAZOVIA.PL



EXOTIC RESTAURANTS

★ SZCZECIN ★



ZAPRASZAMY DO EGZOTYCZNYCH
OGRÓDKÓW W SZCZECINIE



RESTAURACJA INDIJSKA
BOMBAY
Exotic cuisines of INDIA

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


Buddha

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

 **TOKYO**
JAPANESE GRILL

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


Bollywood
STREET FOOD

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

 **SHANGHAI**
CHINESE RESTAURANT

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

WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL



WSZYSCY NA KORTY!

TURNIEJ TENISOWY KIA POLMOTOR STARS CUP, KTÓRY ROZEGRA SIĘ JUŻ 21 MAJA W HALI TENISOWEJ KIA POLMOTOR ARENA, TO IMPREZA, KTÓRA DOSKONALE WPISUJE SIĘ W SPORTOWY PEJZAŻ SZCZECINA, DOKŁADAJĄC SIĘ DO WIZERUNKU MIASTA JAKO MIEJSCA, KTÓRE KOCHA TENIS.

Turniej jest organizowany dla amatorów i pasjonatów tenisa. Rozgrywany będzie w formule Lucky Doubles, czyli gra podwójna, pary losowane. System rozgrywek grupowo-pucharowy. Uczestnicy walczyć będą o nagrody i dyplomy zagwarantowane przez Kia Polmotor oraz Radio ESKA, organizatorów wydarzenia. Za przygotowanie rozgrywek odpowiada Akademia Tenisa Pro-masters i Szczeciński Klub Tenisowy.

Hala tenisowa Kia Polmotor Arena, w której wszystko się odbędzie oferuje graczom 3 korty o nawierzchni akrylowej z certyfikatem międzynarodowej federacji ITF. Nawierzchnia, w odróżnieniu od typowego hard courtu, jest komfortowa zarówno dla graczy początkujących jak i topowych zawodników. Jest bardziej miękka i co ważne – „przyjazna stawom”. W hali znaj-

duje się oświetlenie ledowe o natężeniu, które spełnia wymogi na rozgrywanie turniejów zarówno krajowych, jak i międzynarodowych. Ponadto Arena wyposażona jest w pełne zaplecze socjalne (szatnie oraz natryski).

Poza głównymi rozgrywkami, na terenie kortów, nie zabraknie wielu atrakcji dla najmłodszych a także dla starszych wielbicieli dobrych dźwięków – wieczorem o godz. 20, dla wszystkich gości imprezy zaśpiewa Chór Uniwersytetu Szczecińskiego, natomiast z koncertem wystąpi grupa Time To Express. Ponadto o podniebienia uczestników turnieju zadba restauracja Plenty. Nie zabraknie także dobrego street foodu i pysznej kawy.

ad/ foto: materiały prasowe





Katarzyna Wajda

TERAZ JEST JEJ CZAS

DZIESIĘĆ LAT TEMU DEBIUTOWAŁA W GŁOŚNYM FILMIE LESZKA DAWIDA „JESTEŚ BOGIEM”. PO LATACH WRÓCIŁA, BY ZAGRAĆ U BOKU MICHAŁA ŻURAWSKIEGO W SERIALU „KLUK” MACIEJA PIEPRZYCY. DZIŚ KATARZYNA WAJDA NICZYM KATE WINSLET W „MARE Z EASTTOWN” ZACHWYCA ROLĄ ASPIRANTKI ZAWIEI W SERIALU „ODWILŻ”. W ROZMOWIE Z PRESTIŻEM WSPOMINA ZDJĘCIA W SZCZECINIE, MÓWI O ŻYCIOWYCH SZANSACH, POKORZE I SPEŁNIENIU W MACIERZYŃSTWIE.



NA ZDJ. KATARZYNA WAJDA / FOTO: KRZYSZTOF WIKTOR DLA HBO MAX

„Dzielę się swoim macierzyństwem i drogą artystyczną” – pisesz na swoim Instagramie. Można pogodzić te dwie drogi? Być mamą i aktorką jednocześnie?

Trzeba dokonywać wyborów. Coś za coś. U mnie zawsze było i jest najważniejsze macierzyństwo. Gdy dzieci kiedyś wyjdą z domu, to chcę się realizować w swoich rzeczach, ale zawsze chciałam być przy nich, a nie zatrudniać nianię na osiem godzin, czy zaprowadzać je do żłobka. Miałam radość, że były ze mną i mogłam obserwować, jak rosną.

Ile lat mają Twoi synowie?

11, 9 i 7.

Masz wielodzietną rodzinę. Dziś to coraz rzadsze, zwłaszcza w dużych miastach, wśród młodych ludzi.

Pochodzę z dużej rodziny. Mam troje rodzeństwa i jestem najstarsza. Moja mama miała 41 i 42 lata, gdy rodziła ostatnie dzieci. Ja też myślałam, że będę miała więcej niż jedno dziecko, ale nie nastawiałam się na konkretną liczbę.

Katarzyna Zawieja, którą grasz w serialu „Odwilż” jest Twoim kompletnym przeciwieństwem, jeśli chodzi o macierzyństwo. Najważniejsze jest dla niej śledztwo, a córką zajmuje się dziadek.

Zawieja bardzo kocha swoją córkę, ale w pewnym momencie nie potrafi jej wytłumaczyć spraw związanych ze śmiercią ojca. Łatwiej jest jej uciec w śledztwo niż nawiązać kontakt z własnym dzieckiem, które jest jej dużym wyrzutem sumienia. Ona widzi błędy, które popełnia. Przechodzi poważny kryzys w życiu. Dopiero pod koniec serialu widzimy, jak otwiera się na macierzyństwo.

Ma misję...

Ma jakąś misję. Pewnie byłaby w depresji, mniej lub bardziej starałaby się sobie poradzić po śmierci męża, ale trafił się przypadek, który na tyle ją wciągnął, że odnalazła siebie.

Lubisz swoją bohaterkę?

Lubię, bardzo się z nią żyłam i starałam w ogóle jej nie oceniać. Chciałam ją zrozumieć. Była ciekawą postacią.

Ona nie jest typową policjantką, jakie znamy z seriali np. „Z Archiwum X”.

To było duże wyzwanie, coś zupełnie innego od tego, co grałam do tej pory. Aczkolwiek miałam jasno określone ramy jak ta postać ma być grana. Są różne zarzuty i zdania, w większości pozytywne, ale wiem, że przez niektórych takie aktorstwo minimalistyczne może być różnie przyjęte. Zawieja niczego nie udaje, a ja nie gram tylko nią jestem. To, w jaki sposób chodziłam, co mówiłam było spójne z tym w jaki sposób kamera jest prowadzona. To miał być jeden wspólny taniec.

Aspirantka Zawieja to Twoja pierwsza główna rola. Pamiętam Cię z roli żony Kruka w serialu o tym samym tytule.

Na początku byłam w szoku, że to się dzieje, że dostałam główną rolę. Zostałam zaproszona przez Violę Borchuch na casting. Kibicowała mi od samego początku i była dużym wsparciem. Nie było konkretnego założenia jak zagrać... Szukano kogoś, kto przyjdzie i obdarzy daną postać być może wrażliwością. Przygotowałam się. Wiedziałam, że będę miała do odegrania scenę przesłuchania Anki Janas, dlatego przed castingiem konsultowałam się m.in. z profilerami – ludźmi, którzy określają, kto może być zabójcą. No i dostałam tę rolę, choć sprawdzano mnie kilkakrotnie. Jednak od samego początku czułam porozumienie z Xaverym Żuławskim. On tę postać stworzył razem ze mną. Radość była ogromna, bo długo czekałam na taką szansę, ale po czasie pojawił się stres, że to nie jest drugoplanowa rola. Poczułam, że tylko na mnie spoczywa odpowiedzialność. Na planie starałam się o tym nie myśleć. Byłam pokorna. Wiedziałam, że dostałam szansę i muszę to dobrze zrobić, bo moją pracę zweryfikuje to widz i to w 61 krajach. Połączyłam kilka zawodów, by ta historia wciągała.



NA ZDJ. BARTEK KOTSCHEDOFF, KATARZYNA WAJDA / FOTO: KRZYSZTOF WIKTOR DLA HBO MAX

Jak się czułaś w Szczecinie?

Spędziłam w tym mieście dużo czasu... Prawie dwa miesiąca za pierwszym razem. Potem była długa przerwa – pół roku z powodu lockdownu. A gdy się skończył, to przyszła wiosna i pojawiły się zielone liście na drzewach, więc nie mogliśmy wrócić.

Na ekranie widzimy straszne, mroczne miasto.

Szczecin tak nie wygląda, ale takie były lokacje i założenie, że Szczecin ma mieć taki klimat. Widzowie, którzy widzieli „Odwilż” mówią, że to miasto odkryte na nowo. Dla mnie to miasto gdzieś w Europie. Tam nie ma jest polskości wszędzie i o to chodziło. Szczecin jest tak pokazany, by widz mógł poczuć to miasto w każdym kraju. Ten klimat pomógł nam stworzyć covid, bo podczas zdjęć to miasto było martwe. Hotel - komenda, hotel - woda... Wracałam do pustego mieszkania i wychodziłam. To z kolei pomogło mi zbudować samotność Zawiei. Nie widziałam się z dziećmi.

Oglądałaś siebie w serialu?

Widziałam „Odwilż” ze znajomymi. Zrobiliśmy z mężem projekcję u nas w domu. To było dla mnie trudne doświadczenie, bo znajomi znają mnie z innej strony m.in. z przedszkola, a w serialu miałam do odegrania wiele trudnych scen. Miałam poczucie obnażenia. Znajomi jednak odbierali mnie jako postać. Moja mama też była w stanie to oglądać i odciąć się od tego, że to ja.

Odzwyczała się od tego, że córka jest aktorką?

Miałam 24 lata, gdy skończyłam szkołę teatralną, a zostałam Zawieją, gdy miałam 33. Tak się poukładało, choć byłam po debiucie w filmie „Jesteś Bogiem” Leszka Dawida.

Głośny film, grałaś Justynę... Co takie się stało, że nie miałaś więcej propozycji? Odcięłaś się?

To nie tak, że odcięłam od branży. Ona taka po prostu jest.

Każdy ma swoją drogę w tym zawodzie. Nie ma dobrej ani złej. Każdy swoją ścieżkę musi wychodzić. Ja nie miałam propozycji. Nie było ich, a jak były, to mi nie odpowiadały.

Warto czekać aż zadzwoni telefon?

Nie, trzeba działać i żyć. Mam dystans do branży filmowej dzięki dzieciom. Po skończeniu szkoły aktorskiej wpadłam w życie rodzinne i nie miałam czasu myśleć, dlaczego ktoś do mnie nie dzwoni z propozycją pracy. Wiedziałam, że chcę być mamą i nie chcę być na planie, a jeśli już to tylko wtedy, gdy jest to przemyślana decyzja. Założyłam, że nie chcę grać w serialach i reklamach. Moje agentki były tym zaskoczone. Tłumaczyły, że nikt mnie nie zna, a ja odmawiam castingów. Ja i tak w końcu je odbębniłam, ale dopiero po macierzyństwie stałam się dojrzała. To się zaczęło od „Kruka”. Ten czas, żeby dojrzeć był mi potrzebny. A to, że nie byłam kojarzona z jakąś rolą pomogło mi w „Odwilży”. Moja cierpliwość i upór wygrały. Bałam się szufladki. Nie chciałam trafić do określonego typu ról i postaci. Zawieja była przekreśleniem moich wcześniejszych postaci – wspierającej żony czy ofiary przemocy. To postać samodzielna, bez relacji z jakimś facetem. Zastanawiam się, co powinnam po takiej Zawieji zagrać. Dostaję wiadomości z Hiszpanii, Brazylii, Kolumbii, gdzie „Odwilż” jest hitem. Dostałam kilka propozycji podobnych ról.

A Ty od tego uciekasz?

Mam ochotę zrobić coś zupełnie innego i będę o to walczyć.

A jak się nie uda?

Nie będę rozpaczać. Życie mnie nauczyło, że nie można się na nic nastawiać. Nie myślę, że teraz będzie tak i tak. Na początku swojej zawodowej drogi zagrałam w „Jesteś Bogiem”. Było głośno o tym filmie, taki debiut. „Wow, super”. Myślałam, że przynajmniej będę zapraszana na castingi, a była totalna cisza. Odzewu nie było, pogodziłam się z tym. Teraz jest zu-

NA ZDJ. KATARZYNA WAJDA / FOTO: KRZYSZTOF WIKTOR DLA HBO MAX



pełnie inaczej m.in. dlatego, że mam agentki, które tak jak ja mają dzieci i doskonale mnie rozumieją. Wcześniej, zestresowana dzwoniłam do własnych agencji i musiałam przeproszać, że żyję. Zapadłam się jak w studnię. Miałam w sercu niepokój, że pewnie już nigdy nie wrócę do zawodu, bo nie mam parcia. Nie chciało mi się nigdzie bywać, dzwonić do castingerów, nie miałam na to siły. Czułam, że to do mnie nie pasuje i jak coś ma przyjść to przyjdzie.

Ten problem dotyczy wielu wybitnych aktorek. Aleksandrę Konieczną, Dorotę Kolak i Agatę Kuleszę polskie kino też późno odkryło.

Fantastycznie, że coś drgnęło, ale tych ról dla kobiet wciąż jest za mało. Patrząc na naszą historię i literaturę, mamy mnóstwo ciekawych postaci kobiet. Tak jak historie mężczyzn, historie kobiet są ciekawe. Myślę, że „Odwilż” też była przełomem, choć wcześniej była „Wataha” z Olą Popławską. Cieszę się, że ten kierunek się utrzymuje. Ale jest luka wiekowa dla aktorek. Albo jest matką, ale jest za stara na babcię, ale nie pasuje na matkę małego dziecka. Od 40 do 50 jest taki moment w życiu aktorek. Mężczyzn ten problem nie dotyczy. Wydaje mi się, że nawet są bardziej atrakcyjni, gdy się starzeją albo coś zyskują. Z kobietami jest inaczej. Mężczyźni mogą grać policjantów, ojców, gangsterów, dziadków, nauczycieli, pisarzy. Kobieta albo wygląda za dobrze, albo jest za dojrzała.

Ostatnio ogromnym zaskoczeniem była rola Małgorzaty Foremniak w „Sonacie”. Widzowie po projekcji pytali z niedowierzaniem: „To jest doktor Zosia?”.

Wychodzimy ze schematu obsadzania po warunkach. Kto by pomyślał, że Charlize Theron może zagrać w filmie „Monster”? To jednak zupełnie naturalne w Stanach. W Polsce mamy bardzo wielu utalentowanych charakteryzatorów, aktorów, ale to kwestia zmiany myślenia.

A może wyjścia z polskości? Teraz mamy ciekawą sytuację, która dotyczy Ukrainek. Stereotypowo chcemy im dawać pracę w charakterze sprzątaczek, kucharek i pomocy domowych. A tymczasem...



NA ZDJ. ANDRZEJ GRABOWSKI, KATARZYNA WAJDA / FOTO: ADAM GOLEC DLA HBO MAX

Wiele z nich to piękne zadbane kobiety, które mają inne aspiracje niż myślimy albo przyjechały do Polski zostawiając na Ukrainie dobrze płatny zawód, na który pracowały latami. Moja znajoma prowadząca second hand, przygotowała paczki dla kobiet z Ukrainy. Większość to komplety dresowe, wygodne i ciepłe rzeczy. Gdy dziewczyny do niej przyszły, od razu zapytały, czy są sukienki, spódnice i buty na obcasie.

I jaka była reakcja?

Acha, ok... (śmiech). My myślimy, że najważniejsze jest ciepło i wygoda, a tymczasem każda kobieta chce się czuć pięknie i atrakcyjnie. Nawet w czasie wojny kobiety mówiły: „Nakręcałam włos na papiloty i smarowałam usta szminką, by czuć się godnie i dobrze, a potem wyruszałam na barykady albo szłam gotować obiad dla dzieciaków”. Schludność i poczucie, że człowiek wygląda i czuje się dobrze jest ważne. Są takie momenty, w których trzeba sobie na to pozwolić i zadbać o siebie.

Słyszałam, że Ty szyjesz na maszynie?

Tak, moja babcia była krawcową. Ciocia też szyła piękne rzeczy i haftowała. Ja też się tym zaraziłam. Maszynę do szycia kupiłam w trzeciej ciąży. Szyłam apaszki, worki do przedszkola. Gdy nie miałam pracy, myślałam, że będę je sprzedawać. Szyłam w ósmym miesiącu, nawet do drugiej w nocy stukaliśmy w maszynę. Lubię prace plastyczne, manualne.

Masz na to czas?

Gdy ogarnę dom i wszyscy śpią, to tak.

Kto Cię wspiera w tym, żebyś mogła być aktorką?

Mąż i rodzina. Uważają, że powinnam to robić. Moje dzieci są

odcięte od tego świata, ale przeżywały, że mama jest na wszystkich plakatach w Warszawie, chcieli oglądać „Odwilż”. Obiecałam, że zabiorę ich do Szczecina na motorówkę policyjną. Gdy pracowałam na planie „Odwilży”, mój mąż Mateusz przejął dzieci. Nie było mnie 1,5 miesiąca. To było dla mnie bardzo trudne, ale przychodził też dziadek, który pomagał. Męskie grono.

Może dobrze, że nie przychodziłeś z planu do domu?

To by się nie udało. Mieliśmy trochę zdjęć w Warszawie. Przez tydzień wracałam do domu wykończona po najtrudniejszych scenach np. bójki w tunelach. Wracałam do domu z niepokojem, co muszę zrobić? Poprzytulać, ugotować, ogarnąć, odkupić ten czas nieobecności, a na drugi dzień biec na plan.

A z tyłu głowy emocje...

Byłam w domu, ale psychicznie mnie nie było. Dzięki temu, że w Szczecinie byłam sama, udało się zagrać Zawieję.

Nazwisko masz filmowe?

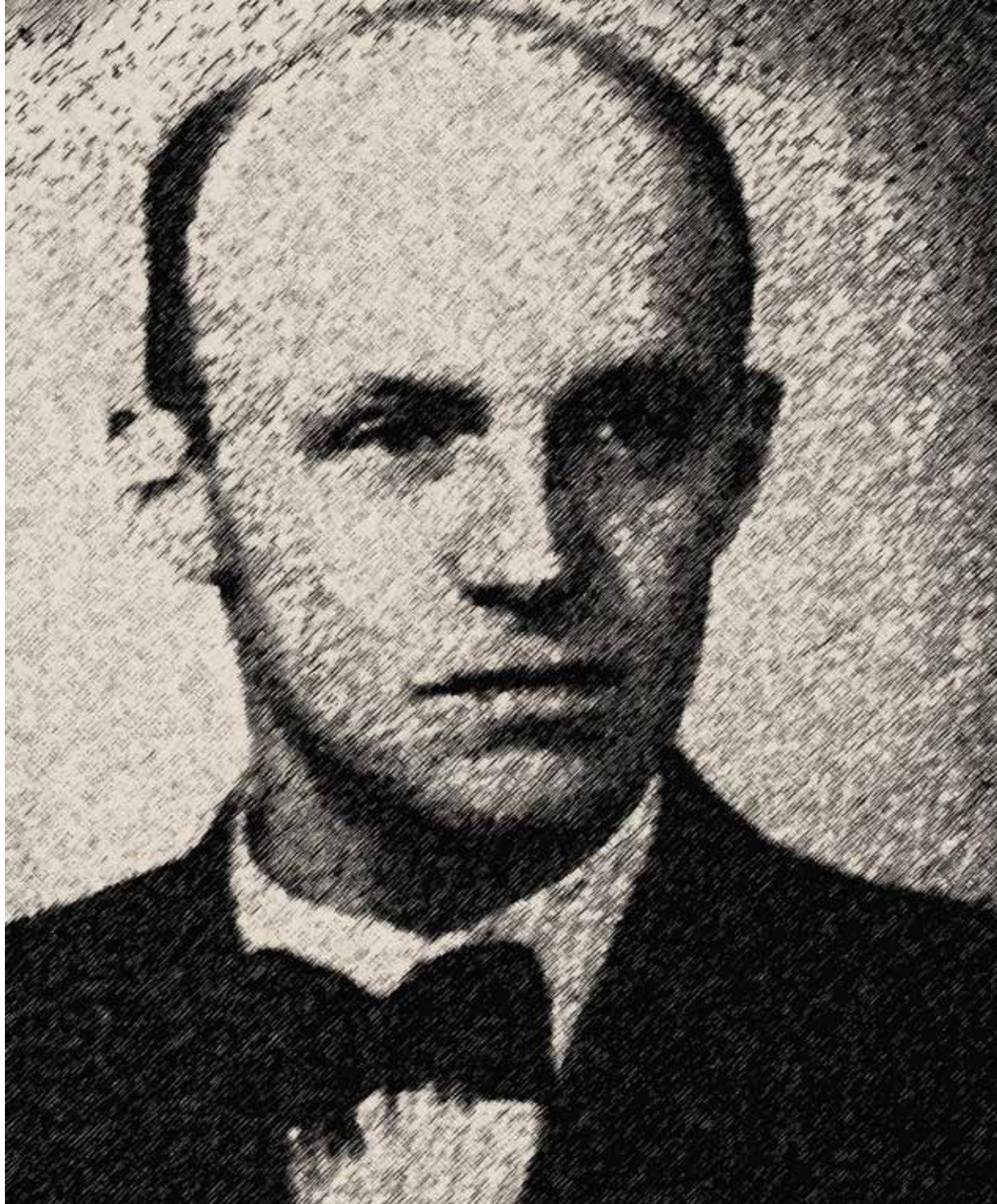
Nie jestem córką Andrzeja Wajdy. To nazwisko mojego męża. Andrzej Wajda był dziadkiem stryjecznym mojego męża. Jak już wszyscy się dowiedzieli, to przestałam myśleć o tym, by wrócić do panieńskiego nazwiska. Mam cichą nadzieję, że będę pracowała na własne nazwisko i będzie kojarzone również ze mną. Chciałabym napisać własną, kobiecą historię.

rozmawiała: Paulina Błaszczkiewicz

Serial „Odwilż” jest dostępny w HBO Max. W każdą niedzielę o 20.10 kolejne odcinki serialu są emitowane w HBO.

NA ZDJ. KATARZYNA WAJDA / FOTO: ADAM GOLEC DLA HBO MAX





LESZEK SZUMAN:
Gwiazdy nie miały
przed nim tajemnic

LESZEK SZUMAN – JEDEN Z NAJSŁYNNIEJSZYCH POLSKICH ASTROLOGÓW W HISTORII. SZCZECINIANIN OD 1945 ROKU. CZŁOWIEK BARWNY, NIETUZINKOWY, ALE I KONTROWERSYJNY. DZIŚ JUŻ, NIESTETY, TROCHĘ ZAPOMNIANY. SŁYNAŁ ZE SPORZĄDZANIA BARDZO SZCZEGÓŁOWYCH HOROSKOPÓW, W KTÓRYCH ZNACZENIE MIAŁY NIE TYLKO DATA NARODZIN, ALE RÓWNIEŻ GODZINA, A NAWET MINUTA. SPORZĄDZAŁ JE DLA WIELU ÓWCZESNYCH POLSKICH CELEBRYTÓW I AKTORÓW. PRZEWIDZIAŁ TAKŻE ZAMACH I ŚMIERĆ PREZYDENTA USA JOHNA F. KENNEDY’EGO. I TO ON ODKRYŁ DLA POLAKÓW „ŻYCIE PO ŚMIERCI”.

WIELE INFORMACJI, KTÓRE KRAŻĄ NA JEGO TEMAT JEST NIEPRAWDZIWYCH. JAKI WIĘC BYŁ LESZEK SZUMAN?

Człowiek o wielu umiejętnościach. Poznaniak, swoim życiu pracował m.in. w urzędzie celnym, był komiwojażerem, zarządzał tartakiem, młynem i żwirownią, w latach 1930-1935 był w Urzędzie pracownikiem polskiego konsulatu. Tam też sporządzał pierwsze horoskopy. Opracował i wydał podręcznik dotyczący reklamy. Przed wybuchem wojny ukończył studia ekonomiczne w Berlinie. W czasie okupacji był krupierem w kasynie, a następnie pracownikiem wydziału żywienia i rolnictwa w urzędzie gubernatora GG. W lipcu 1945 roku przyjechał do Szczecina. Był tłumaczem przysięgłym języka niemieckiego i hiszpańskiego. Sporządził kilka tysięcy horoskopów. Był autorem kilku popularnych książek. Był też współzałożycielem Pomorskiego Towarzystwa Parapsychotronicznego i jego pierwszym prezesem.

ASTROLOG

W archiwum Radia Szczecin znajduje się nagranie pewnej audycji z 1970 roku pt. „Jowisz na ascendencie”. Zrealizowały je Zofia Kozłowska i Alicja Maciejowska. W roli głównej – Leszek Szuman. Astrolog wyjaśnia w niej m.in. czym, jego zdaniem, jest astrologia.

Lekarz się może pomylić, sędzia, prokurator, adwokat. I w porządku. Astrologowi nie wolno się pomylić, bo powiedzą, że oszust. (...) To się wszystko widzi, na pięć lat naprzód – tłumaczy Szuman. Dziennikarka zainteresowana dopytuje: a jak się widzi i wie, to można zapobiegać?

Odpowiedź jest krótka i nieco gorzka.

– Czasem się da ochronić. Ale ludzie na ogół rad astrologa nie słuchają – mówi Szuman.

A w audycji zdradza także w jaki sposób zostaje się astrologiem. I okazuje się, że nie jest to łatwa sztuka i profesja.

– Węgierski astrolog Louis de Wohl, ten, który w czasie wojny pracował w sztabie angielskim, był zdania, że trzeba tak długo studiować jak np. medycynę. Do pięciu lat trzeba studiować, siedzieć i kuć. A później jeszcze praktyka jest potrzebna. Wychodząc z założenia, że ten ktoś ma zdolności w tym kierunku. A w ogóle musi astrolog myśleć. Samodzielnie musi umieć myśleć a to jest dosyć trudne, luksus do pewnego stopnia. Potrzeba nieprawdopodobnej wiedzy i z różnych dziedzin: medycyny, psychologii, parapsychologii. Nie można tak byle jak horoskopy robić, bo to z tego potem wychodzi wróżbiarstwo takie, śmieszne rzeczy. Czasem horoskop można ująć w dwóch zdaniach, ma pani ten profil tak wyrysowany ostro jakby pani pod światło patrzyła. Mój najkrótszy horoskop miał dwa słowa: „chytry dureń”. I się zgadzało podobno cudownie (śmiech). Tyle ludzi się na mnie poobracało, bo im powiedziałem prawdę, że teraz jestem bardzo ostrożny. Dostałem niedawno datę urodzenia dziecka. Ojciec dumny, chodzi jak paw, mama się dopatruje jakiegoś geniusza. Przyнося mi tę datę urodzenia i widzę, że to jest baran zwyczajny. Życiowy baran, zero będzie. I co ja mam tym rodzicom teraz powiedzieć? Staram się to jakoś wygładzić, uperfumować te przykre wiadomości (śmiech). Ale jeszcze jest gorzej, gdy chodzi o dorosłego. Ludzie chcieliby, jak przychodzą do astrologa, to chcieliby Bóg wie czego się dowiedzieć. Same superlatywy o sobie. I są bardzo zdziwieni, gdy się dowiedzą, że są zwyczajnymi, przeciętnymi śmiertelnikami. Albo że może mają jakieś wady. Co ja mam wtedy zrobić? Nie wszystko można klientom mówić – zauważa Szuman.

Potwierdza także, powszechną opinię, że jego rodzina słynęła z nadprzyrodzonych zdolności.

– Pochodzę z rodziny jasnowidzów. Matka miała dziwne zdolności, wahadełkowe, różdżkarskie wspaniałe, ach nadzwyczajne. Mój brat był jasnowidzem, mój dziadek był dobrym jasnowidzem. I to nie był żaden wariat, to był prokurator! Człowiek trzeźwy zupełnie – wyjaśniał.

Horoskopy sporządzał także swojej rodzinie. Choć nie mówił im co ich czeka. Ale najbliższa rodzina niezbyt interesowała się astrologicznymi umiejętnościami Szumana.

– Nikt nie jest prorokiem w swojej ojczyźnie (śmiech). Tak samo

ja nie jestem prorokiem u siebie. Gdybym ja na tym robił pieniądze, to na pewno bym miał to powodzenie w rodzinie – trochę gorzko mówił Szuman.

W radiowej audycji z 1970 roku pojawia się także córka astrologa – Krystyna wtedy młoda dziewczyna. Zdradza nieco jak rodzina podchodzi do jego zdolności.

– Z ojcem nie rozmawiam absolutnie na te tematy. Ojciec uważa, że jestem za młoda, że nie zrozumie pewnych rzeczy (...) Jedyne co mi powiedział, to tylko to, że dwa razy wyjdę za mąż w swoim życiu i że się z pierwszym mężem rozejdę, że on ze mną nie wytrzyma. I nic więcej. Ja bardzo jestem ciekawa. Ile razy pytam ojca to on raczej mówi: „to się okaże”. I tak nic z niego nie wyciągnę. Ojciec mi nie chce mówić. Nie wiem czemu. To już się trzeba ojca spytać – mówi córka.

Astrolog szybko odpowiada.

Bo jest za durna na to. Co ja jej będę o astrologii gadał, jak ona ma pstro w głowie.

– Ojciec jest jakiś inny. Bardzo dobry, ale uważamy ojca za pewnego rodzaju oryginał. Śmieje się (mama – przyp. red.), że dziwak z taty jest, powie najwyżej – dodaje córka.

Czy żonie przed ślubem Pan stawiał horoskop? Czy będzie dla Pana dobrą partnerką? – dopytują dziennikarki.

Tak orientacyjnie to wiedziałem, że się nadaje.

A gdyby wynikało z horoskopu, że się nie nadaje, czy nie ożeniłby się Pan?

Nie, no skąd.

A gdyby się Pan zakochał?

Gdyby, gdyby, same, gdyby. Ale nie zakochałem się – odpowiada Szuman.

MITY

Z córką astrologa spotykam się w jej mieszkaniu w jednej z modnych dzielnic Szczecina. Wcześniej, w rozmowie telefonicznej, nie kryła obaw.

– Będzie Pan rozzarowany. Niewiele pamiętam z tych lat, z działalności ojca – tłumaczy Krystyna Nowakowska.

Ale okazuje się, że spotkanie jest bardzo owocne. Dzięki jej informacjom uda się obalić pewne mity i sprostować nieprawdziwe informacje, które znajdują się np. w Internecie.

Nie ma tam zbyt wielu informacji na temat Pani ojca. Te, które są, czasami nie do końca są oparte na prawdzie.

W Internecie nie ma wielu ważnych informacji, choćby takiej, że mój ojciec pisał bardzo ładne wiersze i bajki dla dzieci. Ale niestety żadne wydawnictwo nie było nimi zainteresowane, takie były czasy. Nikt mu ich nie chciał wydać, choć znalazł nawet do nich ilustratora. Ostatnio znalazłam jedną z bajek, napisaną wierszem o mnie i moim bracie.

Czy naprawdę wszystkie materiały po śmierci Pani ojca zostały zniszczone?

Wszystkie materiały po śmierci mojego ojca brat spalił. Dlatego, że w archiwum ojca znajdowały się horoskopy znanych osób m.in. Ireny Dziedic (królowej TV w PRL przyp. red.), czy aktorów jak Małgorzaty Braunek, Jadwigi Barańskiej. Aktorzy, tzw. dziś celebryci, naukowcy, dziennikarze, lekarze, ludzie z tzw. „świecznika” przyjeżdżali do nas do domu. Moja mama nie chciała, aby to archiwum wpadło w niepowołane ręce.

Bała się, że może dojść do takiej sytuacji? Ktoś się włamie, ukradnie...

Włamać to może nie. Ale nie wiem dokładnie, dlaczego mama podjęła taką decyzję. W każdym razie wszystko zostało spalone za jej zgodą. Nie wiem też, co dokładnie znajdowało się w archiwum. Byłam młoda, kiedy ojciec zajmował się sporządzaniem horoskopów i muszę przyznać, że co innego mnie wtedy interesowało. Bardzo się pasjonowałam sportem, pływałam w klubie. Jego ówczesna działalność wtedy mnie nie interesowa-



ła. Mój brat też się działalnością ojca nie interesował.

Pamięta Pani ludzi, którzy przyjeżdżali do Waszego domu, do pani ojca?

Oczywiście. Ojciec był naprawdę bardzo wiarygodnym astrologiem. Traktował ją nie jako hobby, tylko jako dziedzinę wiedzy, nauki. Uważam, że wielu ludziom w życiu pomógł. Mnie np. powiedział, że dwa razy wyjdę za mąż i to się sprawdziło. Bardzo często przyjeżdżała do ojca Irena Dziedzic. Ojciec został przez nią zaproszony do jej kultowego wówczas programu telewizyjnego „Tele echo”. Byli też w bardzo częstym kontakcie telefonicznym. Ojciec miał rozległe kontakty na całym świecie. Przepowiedział śmierć prezydenta USA Johna F. Kennedy’ego. Powiedział, że coś takiego się wydarzy bratu mojej mamy, czyli mojemu wujkowi, który mieszkał w USA, w Las Vegas. Wujek opowiedział, o tej przepowiedni ojca, swoim znajomym. Ojciec w niej pomylił się chyba lekko o kilka dni. Ale kiedy do tego doszło, cała sprawa zrobiła wtedy prawdziwą furorę. Ludzie przysyłali listy z USA, oferowali pieniądze za sporządzenie horoskopów przez ojca. Przypominam sobie również historię pewnego lekarza ze Szczecina, który odwiedził nas i powiedział: „Panie Lechu, uratował mi Pan życie”. Chodziło o jakiś wypadek, który ojciec przewidział. Ale nie pamiętam już szczegółów. Tata ze swych zdolności i umiejętności przewidywania losu, sporządzania horoskopów nie robił tajemnicy. Nawet powiem, że lubił się tym chwalić. Znał swoją wartość.

Nie przychodził wieczorami i mówił np. a dziś sporządziłem horoskop temu lub tej?

Nie, absolutnie. Ojciec był bardzo dyskretny. Nigdy nie mówił kto był u niego, o czym rozmawiali, jaki sporządził horoskop itp. To czego się dowiedział, zostawiał dla siebie. Ojciec też sporządzał horoskopy na odległość, przez telefon. Listów przychodziło do nas bardzo dużo z Polski i z całego świata. I z tego co pamiętam ojciec starał się na nie odpowiadać.

Podobno był bardzo towarzyski?

Mogę powiedzieć, że bardzo lubił płec żenską (śmiech). Był dużą towarzystwa. Moje koleżanki uwielbiały ojca. Jednej z mo-

ich serdecznych przyjaciółek, która mieszka teraz w Norwegii przewidział, że w pewnym wieku będzie miała poważne problemy z nogami. I faktycznie. Ona jest już po dwóch operacjach. Zawsze o tym wspomina, o tych słowach mojego ojca. On był zodiakalnym Skorpionem, miał swoje zdanie i nie miał takiego łatwego charakteru. Był mocną osobowością.

Do Waszego domu ustawiały się kolejki chętnych po horoskop?

Absolutnie nie! Bez umówienia nikt nie przychodził, wszystko było uzgadniane. Fakt, telefony się urywały, wiele osób chciało się do niego dostać. Jedną z lokalnych dziennikarek bardzo często do ojca przychodziła, by zgłębić tajniki astrologii.

Rodzice Pani ojca mieli zdolności parapsychologiczne.

Moja babcia była jasnovidzem, miała do tego predyspozycję, używała wahadełka. To wszystko prawda.

Pani i brat odziedziczyliście takie umiejętności? Macie taki dar?

Nie. I nigdy nie kusiło mnie nawet, aby sprawdzić, czy mam takie zdolności. Astrologia teraz zrobiła się taka popularna, ale kiedyś była traktowana wręcz „per noga”.

W Internecie pojawiają się dwie a nawet trzy daty śmierci Pani ojca. Która jest prawdziwa? Rok 1986, czy 1987?

Na pewno 12 czerwca 1987 roku.

W czerwcu tego roku minie więc 35 rocznica śmierci Leszka Szumana.

A w przyszłym roku, w listopadzie będzie setna rocznica urodzin.

W Internecie można znaleźć też informację, że znał siedem języków obcych.

Nie sądzę, chyba, że doliczymy jeden w ustach, a dwa w butach ojca (ha, ha!).

I jeszcze jakieś narzecza afrykańskie?

Totalna bzdura. Ojciec był tłumaczem przysięgłym języka niemieckiego i hiszpańskiego. I te dwa języki znał perfektnie. I mówił bardzo poprawną polszczyzną, zawsze zwracał mi uwagę na poprawne wystawianie się.

Ale pracował jako dyplomata w Urugwaju?

Oczywiście. Mam nawet na to dowód – wizytówkę ojca z tych czasów. Był sekretarzem polskiego konsula generalnego w Urugwaju, w Montevideo. Pojawia się także informacja, że był także w Argentynie. Ale ja o tym nic nie wiem.

A jak to było ze sprzedażą praw autorskich do książek Pani ojca oraz jego badań?

Mój ojciec pod koniec życia sprzedał prawa autorskie jakiemuś wydawnictwu w Gorzowie Wielkopolskim. Ojciec jeszcze za życia mówił, że potrzebuje pieniędzy i dlatego to sprzedawał. Mówił o tym w domu bardzo wyraźnie. Twierdził, że sprzedaje prawa autorskie do wszystkich swoich książek i badań jakiemuś Towarzystwu Wróżbiarskiemu z Gorzowa. Ojciec nie był skrytym człowiekiem, żeby o tym nie powiedzieć, co robi. Był otwarty. Ja z nim miałam fantastyczny kontakt. Ojciec lubił ludzi, bardzo lubił młodzież. To był normalny człowiek. Był bardzo dowcipny, miał taki dowcip sytuacyjny. To mi się bardzo u niego podobało. Był bardzo lubiany przez moich znajomych.

Podobno Leszek Szuman chętnie pomagał Milicji Obywatelskiej w różnych sprawach?

Z tego względu, że był tłumaczem języka hiszpańskiego a w Szczecinie nie było drugiej takiej osoby. Przyływały statki m.in. z Kuby z cytrusami, a członkowie ich załóg po zejściu na ląd w Szczecinie lubili się awanturować w nocnych lokalach. Milicja nie mogła się z nimi porozumieć więc często dzwonili do ojca z prośbą o pomoc jako tłumacza. Tak wyglądała ta wspólna praca. A ktoś o jakiejś innej myślał?

Tak, że np. odnajdywał zaginione osoby, pomagał w niektó-



rych śledztwach. W zamian MO miała mu umożliwiać badania różnych zwłok...

To bzdury kompletne. Ludzie jakieś głupoty opowiadają i wypisują. Był tylko i wyłącznie tłumaczem.

Interesował się spirytyzmem?

Bardzo chętnie wychwytywał takie osoby, które mogłyby być dobrym medium. Chodzi o osoby, z którymi miał kontakt. Bardzo się też interesował seansami spirytystycznymi.

Organizował takie spotkania?

Chyba nie. Ale natomiast uczestniczył w takowych. Znał osobiście największego polskiego jasnovidza okresu międzywojennego Stefana Ossowieckiego i uczestniczył w wielu jego seansach spirytystycznych. Interesował się parapsychologią oraz UFO. Pisał artykuły na ten temat, ale nic mi nie wiadomo o tym, gdzie były one publikowane.

SĄSIAD

Mecenas Włodzisław Łyczewski jest jednym z najbardziej znanych i doświadczonych szczecińskich adwokatów. Przez kilka lat jego rodzina (ojciec – sławny adwokat, mama – wybitna fotografka) byli sąsiadem rodziny Szumanów przy ulicy Marii Curie – Skłodowskiej.

– Sąsiadem moich rodziców był także Konstanty Ildefons Gałczyński. Choć ja sam, osobiście go nie poznałem. Myśmy się sprowadzili do mieszkania przy ulicy Curie – Skłodowskiej w 1961 roku. Gałczyńskiego już nie było. Szuman natomiast miał go z jednej strony, a z drugiej moich rodziców. W tej chwili dom Szumana i Gałczyńskiego wykupiła jakaś klinika medyczna – opowiada Włodzisław Łyczewski.

Dodaje, że obie rodziny utrzymywały kontakty towarzyskie.

– Oczywiście, że tak. Choćby przez ogród, który nie miał muru. Te kontakty nie były może bardzo przyjacielskie, co pewien czas, przy okazji świąt czy imienin z życzeniami się szło wzajemnie do siebie. Natomiast ja i brat kontaktowaliśmy się z pokoleniem niżej. Ja byłem zaprzyjaźniony z dziećmi pana Leszka – Krysią i Michałem. Ich ojciec zdaje mi się, że mnie lubił. Bo zagadywał do mnie, coś na temat moich studiów prawniczych. Szczupły, siwy, trochę łysawy, bardzo dowcipny, żartowniś, wręcz krotochwilny. Nie krygował się, jeżeli chodzi o słowa, włącznie z poważniejszymi. Ale były one używane w odpowiednich miejscach nie odczuwało się wrażenia wulgarności. Pasowały do

kontekstu wypowiedzi. Taki był, takim go pamiętam. Nie miał charakteru dyplomatyczności w rozmowie, choć przecież był dyplomatą – dodaje adwokat.

Z tamtych czasów pamięta pewną anegdotę związaną z Szumanem.

– Na początku lat 80. ubiegłego wieku zgłosił się on do mnie jako do młodego adwokata. I mówi: „Włodek, musisz koniecznie reprezentować pewnego człowieka”. Nie pamiętam czego ta sprawa dotyczyła, Boże, minęło 40 lat. Ale była to jakaś karna sprawa, dotycząca jakiegoś jego młodego krewniaka. I ja tę sprawę dość dobrze poprowadziłem, wygrałem. A Szuman mi potem żartobliwie powiedział: „Włodek, jakieś dwie Twoje dziewczyny, znajome mają u mnie, za darmo, horoskop”. A wiem, że do niego, to trzeba było się długo umawiać. Ale nie skorzystałem z jego propozycji, nie miałem takich osób, które mógłbym polecić (śmiech). Ale tę rozmowę dobrze pamiętam – mówi mecenas Łyczewski.

Sąsiad – astrolog nie sporządził horoskopu ani dla niego, ani dla jego ojca.

– Nigdy się nie fascynowałem horoskopami. Czytałem jakieś tam horoskopy, przepowiednie Nostradamusa. Ale to raczej z ciekawości. Wiem, że Leszek Szuman sporządził horoskop mojej mamie. Ale nie znam treści. Mam nigdy o tym nie mówić. Ja unikałem tego typu rzeczy jak horoskopy uważając, że lepiej osoby nie wiedzieć co człowieka czeka. Nawet gdyby miała to być prawda. Ojciec też nie chciał. Był jeszcze bardziej pragmatyczny ode mnie – dodaje adwokat.

ŻYCIE PO ŚMIERCI

To była prawdziwa sensacja i autentyczny bestseller w Polsce lat 80. ubiegłego wieku. Ludzie wrywali sobie, dosłownie, tę książkę z rąk. Dla wielu Polaków była ona szokiem. Ktoś wreszcie oficjalnie napisał o tym, o czym niektórzy czasami wspominali, aczkolwiek niezbyt chętnie, żeby nie narazić się na opinie osoby nieodróżnianej, kpiny, złośliwe docinki. Teraz ktoś opisał wiele autentycznych przypadków, przedstawił relacje, tych, którzy byli „po drugiej stronie” i wrócili.

„Czyżby zatem dawno odrzucona, ośmieszona i „załatwiona” teza spirytystów o dalszym istnieniu na „tamnym świecie”, miała okazać się faktem? Tej tezie twardo przeciwstawia się jednak cała falanga naukowo przygotowanych lekarzy. Ich główne uzasadnienie? Otóż, kto może być reanimowany dzięki sztuce

lekarskiej, ten nie był jeszcze naprawdę „martwy” – pisał Leszek Szuman.

Pamięta Pani jak się pojawiło „Życie po śmierci”, najślawniejsza książka Pani ojca?

Otóż nie. Przyznam się, że przeczytałam ją trochę „po łóbkach” (śmiech). Czy zrobiła na mnie wrażenie? Nie pamiętam. To było tak dawno – wyjaśnia Krystyna Nowakowska.

Czytał Pan jego najślawniejszą książkę „Życie po śmierci”? - podpytuję mecenasa Włodzimierza Łyczynkę.

Oczywiście. Aczkolwiek tak zdaje mi się, że nie wszystko do końca jest prawdą, szczególnie jeżeli chodzi o te zdarzenia na Niebuszewie.

Chodzi o sławnego Rzeźnika?

Nie wszystko jest historyczną prawdą. W każdym razie tę książkę czytałem dawno temu. Myślę, że miał dobre pióro, dobrze pisał.

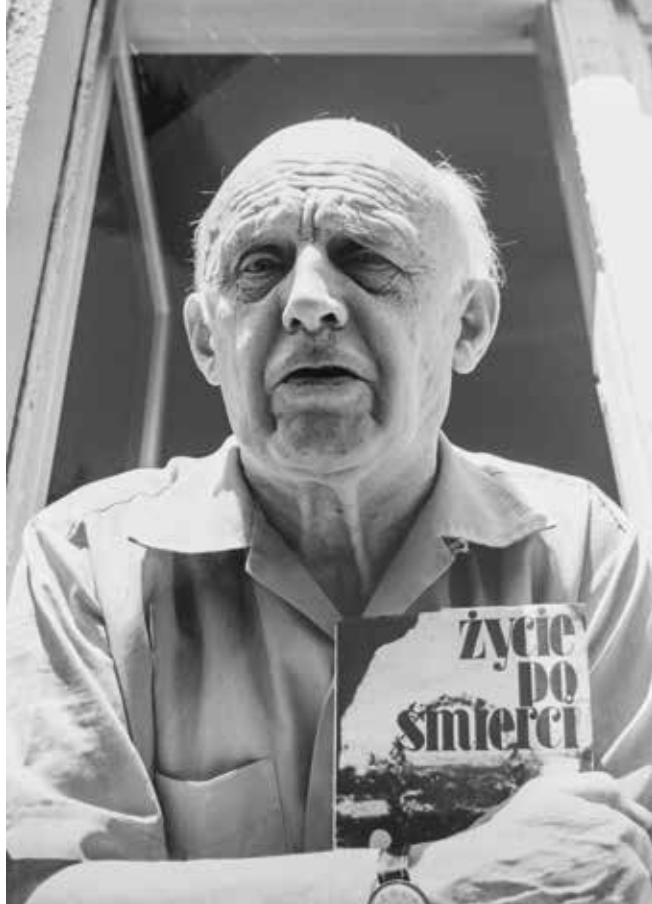
MEDIUM

W 1985 roku na ekrany polskich kin wchodzi film w reżyserii (oraz według scenariusza) Jacka Koprowicza pt. „Medium”. Błyskawicznie staje się absolutnym hitem. To horror i jednocześnie pierwszy polski film poświęcony w całości tematyce okultystycznej. Akcja filmu rozgrywa się w Sopocie zaraz po dojściu Hitlera do władzy. Występują w nim same aktorskie gwiazdy polskiego kina i teatru m.in. Władysław Kowalski, Michał Bajor, Grażyna Szapołowska, Jerzy Stuhr, Jerzy Zelnik, Ewa Dałkowska, Jerzy Nowak, Henryk Bista i Piotr Machalica. Film trafia w dobry czas. W Polsce wróciła moda na okultyzm, jasnowidzów, horoskopy. Ale jedna postać wzbudza w filmie szczególną uwagę. To sopocki okultysta Ernst Wagner. Okazuje się, że jego postać jest wzorowana na... Leszku Szumanie. Reżyser filmu – Jacek Koprowicz doskonale pamięta okoliczności w jakich zetknął się ze szczecińskim astrologiem.

– Przed rozpoczęciem zdjęć do filmu „Medium”, szukałem kontaktu z osobami, które, mówiąc delikatnie, są w temat wtajemniczone. Spotykałem się z przedstawicielami tych kręgów. Z jednej strony były to media transowe, mające siłę oddziaływania na nasz umysł na znaczną odległość, z drugiej parapsycholodzy, a także okultyści. Mieszkalem wtedy w Szczecinie. Dowiedziałem się, że osobą wyjątkowo kompetentną w temacie „sił nadprzyrodzonych” jest Leszek Szuman. Zaciekawiony tematem filmu zaprosiłem go do domu. To spotkanie było dla mnie bardzo interesujące. Nagle, w innym świetle, zobaczyłem choćby problem stawiania horoskopów. Dla Szumana nie była to „czarna magia”, a działanie o podłożu naukowym. Ciąg bardzo precyzyjnych danych, związanych z datami urodzenia, zresztą bardzo szczegółowymi, najlepiej co do minuty, a także układ planet. Dzięki tym wszystkim elementom składowym można przewidzieć to, co nas spotka w życiu. Wydawało mi się to mało prawdopodobne, ale z drugiej strony rozbudzało wyobraźnię. Szuman rozumiejąc moje obiekcje pokazywał mi załakowane koperty. Zapisana była w nich prognoza losu osób, zgłaszających się do mistrza, aby poznać swoją przyszłość. Okazało się, że „królikom doświadczalnym” nie wszystko można mówić – opowiada Jacek Koprowicz.

To czego dowiedział się w trakcie tej wizyty przeniósł do „Medium” m.in. motyw zapisków chowanych w załakowanych kopertach.

– Są w moim filmie sceny z udziałem Jerzego Nowaka, który gra okultystę. Ta postać to „przedłużenie” Szumana. W każdym razie okultysta - szarlatan, tak przecież postaci z wymiaru kina gatunkowego na pograniczu horroru są traktowane, dzięki Szumanowi dryfuje w kierunku naukowca, który zbiera dane. I w dodatku te dane ułożone w horoskop, dla jednego z bohaterów filmu, sprawdzają się. A zatem metoda okazuje się prawdziwa. Być może prawdą jest, że wszyscy w dniu urodzin otrzymujemy legitymację Stowarzyszenia Skazanych Na Śmierć. Z jedną



rubryką pustą. Od Szumana dowiedziałem się, że tej daty nie wolno ujawniać. Nie tylko daty śmierci, ale też złych wiadomości, bo ta wiedza, jak bumerang obróci się przeciw temu, który stawia horoskop. Dlatego winna zostać w załakowanych kopertach wyjaśnia reżyser.

Scenariusz do „Medium” był napisany dużo wcześniej nim doszło do spotkania obu panów. Ale Koprowicz jest przekonany, że gdyby nie doszło do tego spotkania, gdyby nie poznał Leszka Szumana, to postać okultysty miałaby inny format.

– A tak, wizualizując sposób bycia na ekranie Jerzego Nowaka cały czas widziałem Szumana. I ta jego rola, dzięki szczecińskiemu spotkaniu, ma właśnie taki wymiar – dodaje Koprowicz.

To pytanie musi paść – czy Szuman sporządził horoskop reżyserowi?

– Nie, nie. On chciał, ja nie chciałem. Po tym spotkaniu lekko się przestraszyłem (śmiech). Wolę żyć w nieświadomości niż być zaprogramowanym. To musi być przerażające. Wiedzieć wszystko to co nam się wydarzy. I czekać, aby się spełniało – dodaje Jacek Koprowicz.

KONIEC

Córka astrologa pamięta, że przewidział on datę swojej śmierci.

– Może tak dokładnie nie określił pełnej daty, ale powiedział nam w którym roku do tego dojdzie – wspomina Krystyna Nowakowska. – Kiedy to oznajmił wybierałam się do USA. Powiedział mi: „jedź, ale jak wrócisz, to ja jeszcze będę żył”. I faktycznie, ja wróciłam w maju, a on w czerwcu umarł. Był ze śmiercią pogodzony. Do ostatniej chwili życia zachował jasny i trzeźwy umysł. Pracował do końca. Po gruźlicy zachował tylko jedno płuco, które po latach zaatakował nowotwór. Ojciec zmarł w szpitalu. Jak przyszedł do niego, to powiedział mi: „widzisz, mówiłem, że zdążysz jeszcze wrócić. Ja jeszcze żyję, ale już stąd nie wyjdę”.

autor: Dariusz Staniewski / foto: materiały własne Krystyny Nowakowskiej, akk. W materiale wykorzystano fragmenty audycji Agaty Rokickiej (Radio Szczecin) pt. „Machina czasu – Gwiazdzy Szczecin”.



NATURAL. BEAUTY. MAGIC.

#pielęgnujmiłość do skóry

PRODUKT
KONSUMENCKI



CLOCHEE®

Maseczki do twarzy,
magiczne wsparcie
dla skóry - zawierają
aż 20 składniki aktywne!

Stosuj solo lub w formie
multimaskingu!

UJĘDRNIAJĄCA MASKA BOOSTER

Idealna do
WSZYSTKICH TYPÓW SKÓRY

Top składniki:

woda kokosowa

hibiskus

żeńszeń

emblica – agrest indyjski

MASKA WULKANICZNY DETOKS

Idealna do
SKÓRY MIESZANEJ I TŁUSTEJ

Top składniki:

matcha

aktywny węgiel kokosowy

pył wulkaniczny prosto z Islandii

glinka porcelanowa

Dostępne na
www.clochee.com
Showroom w Szczecinie:
Ks. Bogusława X 10/2



ADAMSKA ZAGRA (I ZAŚPIEWA) **VABANQUE**

„ADAMSKA VABANQUE” TO ORYGINALNIE SKONSTRUOWANY KONCERT I KOLEJNA ZASKAKUJĄCA ODSŁONA OLGI ADAMSKIEJ, POPULARNEJ AKTORKI, ZNANEJ Z DESEK SCENY TEATRU POLSKIEGO, A TAKŻE Z NIETUZINKOWYCH AUTORSKICH PROJEKTÓW ARTYSTYCZNYCH. TYM RAZEM ARTYSTKA DO WSPÓŁPRACY ZAPROSIŁA, RÓWNIE NIEZWYKŁĄ GRUPĘ TWÓRCÓW, A MIANOWICIE, ZNANĄ TAKŻE POZA GRANICAMI POLSKI – SMYCZKOWĄ ORKIESTRĘ KAMERALNĄ BALTIC NEOPOLIS ORCHESTRA.



Nowe i zupełnie nieoczywiste aranżacje piosenek, dla aktor-ki przygotowuje znakomity perkusista jazzowy i kompozytor Radek Wośko. Specjalnie na tę okazję kilka tekstów napisała, współpracująca od pewnego czasu z Olgą Adamską, świetna „tekściara” a także nasza felietonistka (!) Anna Ołów-Wachowicz. Sceniczną kreację dla artystki tworzy projektantka mody Anna Gielar Gregorczyk, zaś całość wyreżyseruje Zura Pirveli. To wydarzenie pełne lekkiego letniego klimatu, żartów, ale też i wzruszeń, z pięknym smyczkami w tle, odbędzie się 17 czerwca na Zielonym Patio Posejdona. Koncert zainauguruje Baltic Neopolis Festival, ale także będzie wydarzeniem, które uczci ćwierćwiecze pracy scenicznej aktorki. Zanim będziemy mogli na żywo rozkoszować się tym widowiskiem, udało nam się chwilę, pomiędzy jedną a drugą próbą, porozmawiać z główną bohaterką tego przedsięwzięcia – Olgą Adamską.

Jak doszło do Twojej współpracy z Baltic Neopolis Orchestra i skąd pomysł na ten koncert?

Moim marzeniem było zagrać z orkiestrą pełnokrwisty koncert. Zaśpiewać swoje ulubione evergreeny. Piosenki, które towarzyszyły mojej aktorskiej wyobraźni wiele lat. I taki był punkt wyjścia dla tego pomysłu-marzenia. I żeby ono się ziszcilo, zwróciłam się do szefowej Baltic Neopolis Orchestra Emilii Goch-Salvador, mówiąc, że bardzo bym chciała zrobić coś takiego, a ona na to krótko: „proszę bardzo”. Od tego momentu zaczęła się poważna, realna praca nad scenariuszem i wybieraniem materiału. Orkiestra kameralna, ilość grających w niej muzyków, brzmienie jest dla mnie zupełnie nowym doświadczeniem. Aktor na co dzień raczej nie występuje z takim zespołem a tu spotykam kilkunastu muzyków, z niesamowitą energią, którą mi jeszcze przekazują i którą już mam zmultiplikowaną (śmiech). Dodatkowo, od Emilii, dostałam absolutną wolność artystyczną.

Jakie zatem Twoje ulubione piosenki będziemy mogli usłyszeć w tej niezwyklej odsłonie?

Repertuar, który złoży się na ten koncert to piosenki, które chodziły za mną od wielu lat, które zawsze pragnęłam zaśpiewać a jakoś nie było okazji albo nie pasowały do danej chwili. Evergreen musi istnieć w świadomości słuchaczy minimum 20 lat,

żeby nosił taką nazwę, a piosenki, które zaśpiewam są ze mną już te 20 lat. To moje evergreeny, na przykład „Punkt zwrotny” Edyty Gepert ze wspianym tekstem Jana Wołka, czy „Popatrz jak pięknie”, który grali After Blues z Mirą Kubasińską. Był taki okres w moim życiu, gdy byłam bardzo zafascynowana Kayah i chciałam do niej w pewnym sensie wrócić. Wybrałam zatem piękny utwór „Nie wiedziałam”. Na koncercie pojawią także międzynarodowe evergreeny. Na przykład hit Eltona Johna „Sorry seems to be the hardest word”, którym zachwyciłam się przez Dianę Krall, a do którego polskie słowa, na moją osobistą prośbę, napisał Łona.

I do tego wszystkiego, w warstwie muzycznej, pojawią wyłącznie smyczki i trąbka, bez żadnego prowadzącego instrumentu. Perkusja również dlatego, ponieważ wszystkie aranżacje, a jest to tytaniczna praca, przygotowuje Radek Wośko, wspianym perkusista jazzowy i równie znakomity aranżer, który – ku mojej radości – weźmie udział w koncercie.

Ten koncert zbiega z ładnym jubileuszem. W tym roku obchodzisz 25 lat pracy scenicznej. Ma to dla Ciebie znaczenie? Czujesz ten czas jako aktorka?

To jest ciekawe, bo tych lat na scenie się w ogóle nie czuję, a z drugiej strony właśnie odczuwam. W sensie dojrzałości i kobiecości. Zawsze powtarzam, że aktorka ma fajnie, bo jej zawód, jej role, jej obecność na scenie, bardzo określa jej wiek. Im bardziej jest świadoma, ile ma lat tym jest autentyczniejsza, prawdziwsza, nie kokietująca. To się wiąże także z kostiumem, który się zmienia na przestrzeni lat. Z jednej więc strony niby czuję ten czas, ale z drugiej towarzyszy mi ciągła ekscytacja. Jest przy każdym następnym projekcie i ani trochę się nie zmienia. Nie planuję obchodów i „rozsiadania się” w jubileuszu, ale 25 lat na scenie patrząc w oczy publiczności minęło.. Myślę, że ten koncert z BNO to będzie prezent, który robię sama dla siebie. Radość ze spełnienia marzenia, którego pragnę doświadczyć.

Dziękuję za rozmowę i tego Ci życzę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Aleksandra Medvey-Gruszka / grafika: Anna Bal



Niech żyje moda!

FREAKERY, CZYLI JOANNA HOFFMANN, TO ZAMKNIĘTA W PIĘKNEJ OSOBIE SKARBNIKA WIEDZY NA TEMAT MODY, POPKULTURY I HISTORII. AUTORKA FASCYNUJĄCEGO, NIE TYLKO, DLA WIELBICIELI DOBRZE SKROJONYCH UBRAŃ, BLOGA ORAZ PROGRAMU NA KANALE YOUTUBE, W KTÓRYM DAJE UPUST SWOJEJ FASCYNACJI HISTORIĄ MODY I KLASYCZNEJ ELEGANCJI, CHOĆ NIE TYLKO. ROZMOWA Z NIĄ I SŁUCHANIE JEJ TO PRZYJEMNOŚĆ PODPARTA WIEDZĄ. SAMA NIE ULEGA ŚLEPO AKTUALNYM TRENDOM, NOSZĄC TO NA CO MA OCHOTĘ, CHOĆ SŁOWEM, KTÓRE MOGŁOBY, CHOĆBY POD WZGLĘDEM UBIORU, ZDEFINIOWAĆ MOJĄ ROZMÓWCZYNIĘ JEST VINTAGE.

Skąd u Ciebie zainteresowanie historią i że się tak wyrażę... starymi ubraniami?

Mój ojciec był pasjonatem historii, a w naszym domu zawsze było dużo pamiątek. Nauczyłam się, że rzeczy, czy to ubrania czy suweniry z podróży mogą opowiadać historie. Za tymi przedmiotami zawsze stoją opowieści czy konkretne osoby. Pamiętam z dzieciństwa, że w domu babci, moja mama wraz z siostrami wymieniały się ubraniami. Potrafiły o każdej rzeczy coś opowiedzieć: skąd ją miały, gdzie ją nosiły... Ubranie jest to jedna z najbardziej namacalnych form pamięci o kimś. Od dziecka interesowałam się historią, marzyłam by zostać archeologką. W muzeach ciągnęło mnie do eksponatów, które, po tym jak wyglądały, należały do kogoś. Potrafiłam godzinami się na nie patrzeć i zastanawiać się nad tym: Czyją były własnością? Kto je nosił? Czy była to taka sama osoba jak ja? Później, gdy nabrałam już większej wiedzy, odkryłam, że za tymi rzeczami nie tylko stoją historie osób, ale w dużo się dzieje. Z ubrań można wiele odczytać i można również odczarować powszechny wizerunek mody, która w takim rozumieniu jest czymś błahym i nieważnym. Moda ma cieszyć, ale nie tylko.

Która epoka w historii mody jest Twoją ulubioną, bądź najbardziej fascynującą?

Zawsze lubiłam w modzie lata 60. i 70. XX wieku, głównie za środkowy palec wymierzony w przeszłość. To pierwsza epoka, gdzie nie było żadnej nostalgii. Wszystko było nowe, wręcz futurystyczne. Zmieniały się długości, materiały, sama dostępność do ubrań. Yves Saint Laurent otworzył pierwszy butik z dostępną modą od ręki. Te zmiany w stylu ubierania się łączyły się z muzyką, która zawsze mnie kręciła. To był także czas buntu, ogromnych przemian obyczajowych.

W samej modzie najbardziej inspirującą i niezwykłą dekadą były lata 70-te. To był moment, gdzie z jednej strony jeszcze można było wyczuć hippisowską wolność i trochę optymizmu a z drugiej strony nastąpiło rozczarowanie wojną w Wietnamie. To wszystko oczywiście przełożyło się na styl ubierania. Powróciły ciemne makijaże, spódnice i sukienki stały się dłuższe. To ciekawe, ale długość spódnicy ma przełożenie w ekonomii. Mówi się, zresztą historia to pokazuje, że kiedy czasy są trudne to spódnice stają się dłuższe. W latach 60., dominowała nowość i młodość. W latach 70. wszystko opadało.

Czy to także miało wpływ na Twój ubiór? Jak wspominałaś na początku, rodzinny dom miał wpływ na Twoje zainteresowania, ale zamiłowanie to przebieganie skąd się wzięło?

Zacznę od anegdotki. Jean Paul Gaultier w jednym z wywiadów wspominał, że słynny stożkowaty kształt piersi w jego projektach, po raz pierwszy pojawił się w latach 80. czyli zanim Madonna je rozstawiła, nosząc staniki i gorsety jego autorstwa. Inspiracją dla ich stworzenia okazała się babcia projektanta i kształt jej piersi, który pod względem plastycznym fascynował Jean Paula Gaultiera, będącego wówczas młodym chłopaczkiem. Mówię o tym, ponieważ moje prywatne fascynacje modowe także sięgają przeszłości, o czym już wspominałam, i są związane z tym co zastałam w domu. Zarówno moja mama i babcia nie pozbywały się rzeczy, które nosiły, więc miałam do nich dostęp. A że były to elementy garderoby raczej trudne do zdobycia, których nie dało się normalnie kupić w sklepie, mogłam się więc modowo wyżyć. Sama jestem dzieckiem lat 90. W Polsce to był okres, gdzie dopiero wszystko się otwierało na świat. Dominowały raczej rzeczy przywożone albo z tzw. drugiej ręki albo pochodzące i z chińskich bazarów. Ta sytuacja była dobra pod względem szukania siebie, odwagi, kombinowania z wyglądem. Zawsze lubiłam się przebierać, co widać nawet na moich zdjęciach klasowych. Czwarta klasa, wszystkie dzieciaki mają bluzy z Królem Lwem, a ja cała na czarno, z grzywką na połowie twarzy (śmiech). Nie zamykam się oczywiście, na ulubione, na lata 70. Lubię żonglować tym co akurat ma pod ręką. Na przykład

jednego dnia jestem cała w latach 60. a następnego w dresie i New Balance'ach.

W tych poszukiwaniach i zabawie z wyglądem, są osoby, które mogłabyś śmiało nazwać swoimi ikonami mody?

Pierwszą namacalną ikoną mody była moja mama. Z tego względu, że posiadała i nosiła te wszystkie rzeczy, które były charakterystyczne dla lat 70. Natomiast jedną z pierwszych moich fascynacji był stary Hollywoodzki glam, od Marleny Dietrich, przez Marilyn Monroe, po Jean Harlow. Bardzo lubię styl Anity Pallenberg, za jej eklektyzm, bardzo lubię Cher z lat 70. Ze współczesnych osób, to cenię sobie Lou Doillon, która jest córką innej ikony stylu a mianowicie Jane Birkin. Patrząc na te swoje ikony, zauważam, że zawsze jest tam rys rock'n'rollowy, do którego mnie nieustannie ciągnie.

W temacie projektantów mody, trudno mi wskazać jednego, ale pamiętam, że w czasach dziecięcych fascynował mnie Yves Saint Laurent i okres, kiedy jego muzą była Laetitia Casta. W latach 90., pociągający jest heroin chic, który uosabiała Kate Moss. W czasach mojego nastoletniego buntu pociągala mnie japońska awangarda, np. Kenzo. Kiedy byłam spokojniejsza to Dior czy część twórczości Chanel. W modzie fajne jest to,



że nie musimy się ograniczać. Tutaj nie da się włożyć wszystkiego w konkretne ramy. Moda jest tworem, który żyje, pulsuje i ciekawie się rozmnaża.

Wymieniałaś m.in. osoby, które są częścią wielkiej światowej mody, mającej wpływ na nas wszystkich. A co z Polską i naszym rodzimym wpływem na tę część życia? Czy Polacy są kojarzeni z jakimś konkretnym elementem garderoby?

Niedostępność sprawiła, że staliśmy się mistrzami kombinowania w modzie. Pamiętam, że w jednym z wywiadów znana polska projektantka Barbara Hoff opowiadała, że raz miała cały rzut białych tramppek, a akurat okazały się być potrzebne czarne baletnicy. Nie czekając i w sumie nie mając też innego wyjścia, bo taka była też sytuacja w ówczesnej Polsce, sama zaczęła wycinać z tych tramppek buty, farbować je i później jeszcze sprzedawać. My Polacy raczej nie jesteśmy kojarzeni z konkretnym elementem garderoby, tylko ze stylem bardzo pomysłowego kombinowania. I wydaje mi się, że jest to coś co nas wyróżnia.

A potrafimy się ubierać?

Potrafimy się ubierać, ale to następuje falami. Często brakuje nam odwagi. Ludzie potrafią z fantazją się ubrać do zdjęć, ale ulica jest wciąż mało kolorowa. Nie dotyczy to chyba tylko młodego pokolenia. Akurat to nie są moje kręgi towarzyskie, ale zdarzyło mi się zobaczyć grupę kolorowych włosów i fantazyjnie dobranych rzeczy.

Moda może być papierkiem lakmusowym tego jak w ogóle podchodzimy do siebie samych. Czy jesteśmy dla siebie życzliwi? Czy nie gapimy się na kogoś na ulicy, czy tylko spoglądamy na niego z uprzejmością i zainteresowaniem? Mi samej zdarzyło się być zaczepioną przez starsze panie, którym się spodobały moje czerwone buty z piórami pod podeszwą (śmiech). Wydaje mi się, że to co nas ciągle ogranicza to opinia innych ludzi i specyfika samego miasta. Każde miasto żyje trochę inaczej i Szczecin jeszcze potrzebuje chwili, żeby odtając.

Moda to powszechnie domena kobiet i my się jej raczej nie boimy. A jak w tym zestawie wypadają panowie? Z moich obserwacji są wciąż zachowawczy w stroju, jak nie nudni...

Moda jest jak polityka, dotyczy każdego i co z tym zrobisz to twoja sprawa. Zastanawiając się nad tym pytaniem, znowu muszę sięgnąć do historii. To właśnie mężczyźni jako pierwsi nosili



makijaż, biżuterię i obcasy. W epoce industrializacji doszło do racjonalizacji męskiego ubioru. Kiedy każdy mógł mieć pracę w mieście, ten czarny prosty strój zaczął być kojarzony z powagą, profesjonalizmem i panowie w pewnym stopniu stali się klonami siebie. Odnoszę wrażenie, że to wciąż pokutuje. Ten strach, że zostanie się posądzonym o bycie... kobiecym. Jakby to było jakimś wyznacznikiem. Niby młode pokolenie eksperymentuje z czymś co nazwałabym street wearową ekstrawagancją, ale nadal, przynajmniej na ulicach Szczecina, jest tego mało. Brakuje u nas np. takich kolorowych ptaków, typu dandys z lat 60. czy coś w tym stylu. Przeglądając chociażby social media, widzimy ja ludzie ubierają się na całym świecie, także ci zwykli mieszkańcy miast. Może to jakoś i nas ośmieli.

Ty nie masz raczej z tym problemu. Ubierasz to na co masz ochotę, bez względu na pochodzenie ubrań. No właśnie, w temacie vintage, to gdzie zdobywasz te fatałaszkę? Pewnie wszyscy Ciebie o to pytają...

To prawda. Najczęściej zadawane pytania dotyczą zakupów. To w Ajki sposób zdobywam te ubrania, o których też opowiadam na swoim blogu. Najlepiej żebyś podała konkretne adresy (śmiech). Opierając się na wieloletnim doświadczeniu w polowaniu na ubrania, mogę dać jedną wskazówkę: należy wchodzić wszędzie. Nie ma reguły. Po prostu najlepszy second hand jest ten, który znajduje się najbliżej ciebie. Możesz tam chodzić regularnie i na spokojnie przeglądając ubrania. Warto też robić zakupy odwrotnie do panującej pory roku. Dzięki temu, najlepsze płaszcze znalazłam latem a sukienki zimą. Pandemia dała nam też to, że otworzyło się dużo second handów internetowych. Śmieje się, że dzięki temu mam swoją dealerkę ciuchów z lat 70. Pamiętam taką sytuację. Jeden z vintage shopów wystawiał sukienkę z lat 70., piękną. Zasadziłam się na nią, czatowałam, żeby ją zdobyć i nagle piszą: ściągamy ją ze sklepu, bo ma plamy. Mówię: nieważne. Dla mnie tych plam nie widać. Dajcie mi ją. No i kupiłam. Może ktoś inny poczułby się dziwnie, bo to stare, poplamione, bo wstyd, ale ja to noszę i nikt jakoś jeszcze tego nie zauważył. (śmiech) Oczywiście, przy tym wszystkim, nie odżegnuje się od kupowania zupełnie nowych rzeczy. Też są fajne.

A jest coś co chciałabyś, żeby znalazło się w Twojej szafie. Jakiś wymarzony ciuch?

Myślę, że byłaby to rzecz z lat 70. coś od Halstona. Z epoki disco, w której królowały jerseyowe sukienki z gołymi plecami, noszone bez stanika. Mógłby to być również Gucci z ery Toma Forda, który zresztą wzorował się na Halstonie. Te wszystkie

ubrania od wielkich projektantów obrosły aurą niedostępności a tak naprawdę jest wiele butików internetowych, które sprzedają starocia i mają jeszcze opcję weryfikacji ich autentyczności. Więc kto wie...

Blog, kanał na Youtube, Instagram... Aż prosi się by coś z tym zrobić. Twoja pasja ma wpływ na Twoje zawodowe wybory, a może to nie tylko pasja?

Zacznę od tego, że ten rok była dla mnie przełomowy. Przez lata byłam związana z branżą e-commerce. Za to Maciej, mój mąż jest fotografem, filmowcem i programistą. I w zeszłym roku pojawił się pomysł: postanowiłam, że zrezygnuję z tej pracy. W podjęciu tej decyzji pomogła trochę pandemia. Okazało się bowiem, że wiele marek zaczęło szukać osób, które w atrakcyjny sposób pokażą ich rzeczy. Z przesłaniem, nie patrząc już na ogromne napompowane liczby czy puste osobowości. I my wykorzystaliśmy to jako szansę dla siebie, która przełożyła się na relatywne działanie. Dzięki temu, np. ostatnio zrobiliśmy kampanię dla H&M, wbijając się z balonami na jeden ze szczytów dachów (śmiech). Ta zmiana życia spowodowała też, że zaczęłam mieć więcej czasu dla siebie, na nagrywanie nowych odcinków na kanale Youtube. Na Patronite znalazłam swoich patronów. Działa to tak, że raz w miesiącu wypuszczam jeden odcinek na kanale Youtube, który też jest podcastem. Poza tym pracuję nad czymś, co będzie można mieć na własność. Na razie nic więcej nie mogę zdradzić (śmiech).

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Maciej Kowal / IG @mr. rewolta / Freakery w Internecie: thefreakery.com, youtube.com/c/Freakery, IG @freakery

reklama

Forte-Vite



Uśmiech i piękno
W DOBRYCH RĘKACH



**Stomatologia estetyczna · Wybielanie zębów · Licówki, korony ceramiczne
Implantologia · Chirurgia stomatologiczna · Ortodoncja - aparaty INVISALIGN
Medycyna estetyczna · Fizjoterapia, masaże**

Wiosna w rozkwicie

WIOSNA W ROZKWICIE. W KOŃCU SŁOŃCE ZAGOŚCIŁO NA DOBRE I ZROBIŁO SIĘ CIEPLEJ. TO CZAS, KIEDY MIEJSCE GRUBYCH KURTEK, PŁASZCZY, SWETRÓW, BLUZ I CZAPEK ZAJMUJĄ LEKKIE I PRZEWIEWNE UBRANIA. NA ULICE WRACAJĄ UKOCHANE KOLORY, MOŻNA W KOŃCU CIESZYĆ SIĘ MODĄ W PEŁNI. W NASZYM CYKLU PREZENTUJEMY, WEDŁUG NAS, FAJNIE I ORYGINALNIE UBRANYCH LUDZI ZE SZCZECINA, PRZY OKAZJI POKAZUJĄC MIASTO ZUPEŁNE Z INNEJ STRONY. MAJOWY CYKL ZDOMINOWAŁY PANIE – KAŻDA W INNYM STYLU I KLIMACIE, ALE BARDZO WIOSENNIE.

AD / FOTO: KAROLINA TARNAWSKA



KRISTINA
PASEK, SPODNIE
– NO NAME
KOZAKI – ZARA
TOREBKA, KOSZULKA, KAMIZELKA
–BERSHKA



JULIA I LILA
JULIA
SUKIENKA – H&M
BUTY I KURTKA – VINTAGE
OKULARY – BETSEY JOHNSON
TOREBKA – PAUL COSTELLOE

LILA
SUKIENKA, KURTKA – H&M
BUTY – VANS



ANGELIKA
SPODNIE – LEVIS 501
PŁASZCZ – VINTAGE
SWETER – ZARA
KOSZULKA – VANS
CZAPKA – MISBHV
ZEGAREK – CASIO
TOREBKA – CHIARA FERRETTI
BUTY – ONITSUKA TIGER





OLGA
GARNITUR – ZARA
KOSZULA I TOREBKA – VINTED
BROSZKA – BIJOU BRIGITTE
KAPELUSZ – SECONDHAND

Słoneczna wygoda

WIOSNA NA DOBRE ROZGOŚCIŁA SIĘ W GALERII KASKADA. DOMINUJĄ NATURALNE MATERIAŁY, SKÓRA NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI, DENIM I BAWĘŁNA. DO TEGO SUBTELNA KOLORYSTYKA Z DOMINUJĄCYMI BŁĘKITAMI, BEŻAMI I NIEŚMIERTELNĄ BIELĄ ORAZ MOCNIEJSZYMI AKCENTAMI, POD POSTACIĄ ŻYWYCH ZIELENI I RÓŻU. PRINTY GEOMETRYCZNE I ROŚLINNE. WYGODA I JESZCZE RAZ WYGODA.

BETTY BARCLAY
LNIANA SUKIENKA
Z WZORAMI LIŚCI
CENA - 499 ZŁ



VENEZIA
BEŻOWE SANDAŁY
NA KOTURNIE W STYLU
ESPADRYLI
CENA - 269 ZŁ

PEPE JEANS
KOSZULA DAMSKA - 279 ZŁ;
SPODNIE DAMSKIE - 359 ZŁ;
TOREBKA - 359 ZŁ;
BUTY - 99 ZŁ



ECCO
SKANDYNAWSKI STYL
NA CIEPŁE MIESIĄCE
CENA - 399 ZŁ



OKAIDI
SWETER - 74,90 ZŁ
SPODNIE - 49,90 ZŁ
BUTY - 74,90 ZŁ
KOSZULKA
- 27,90 ZŁ



OKAIDI
CZAPKA
Z DASZKIEM
- 39,90 ZŁ
T-SHIRT - 39,90 ZŁ
SPODNIE - 81,90 ZŁ
BUTY - 119,90 ZŁ



ECCO
DAMSKIE SNEAKERSY
W STYLU LAT 70.
CENA- 649 ZŁ



OKAIDI
KOSZULA- 74,90 ZŁ
SZORTY -74,90 ZŁ
SKÓRZANE SANDAŁY- 139,90 ZŁ



BETTY BARCLAY
NIEBIESKA
SUKIENKA
Z KRÓTKIM
RĘKAWEM
CENA - 499 ZŁ

VAN GRAAF
KOSZULA FINSHLEY&HARDING
LONDON
CENA - 149,95 ZŁ



ENEZIA
SKÓRZANE
ESPADRYLE W NIEBIE-
SKIM KOLORZE
CENA – 219 ZŁ



Moda, nie tylko pod żaglami

YACHT PARADISE TO NOWY SALON Z UBRANIAMI ŻEGLARSKIMI I MODĄ CASUALOWĄ DLA PAŃ,
PANÓW I NAJMŁODSZYCH.





Oprócz odzieży specjalistycznej, takiej jak pianki, kapoki czy akcesoria neoprenowe, znajdziemy tu stylowe kurtki, kamizelki, wełniane swetry, lniane spodnie, koszulki polo, krótkie spodenki oraz sukienki, a także buty, szaliki, czapki i akcesoria wodoodporne jak plecaki i torby. Wszystko utrzymane w marynistycznym stylu, z dominującą klasyczną bielą, granatem i beżem, ale także z bardziej odważnymi, sportowymi, wręcz street wearowymi elementami. Ubrania wykonane są z dobrej jakości materiałów jak bawełna, len, wełna i kaszmir, ale również z materiałów pochodzących z recyklingu.





I tak, jedna z marek – North Sales, której projekty znajdziemy w salonie, swoje kurtki i kamizelki szyje z włókien stworzonych z plastikowych butelek (podczas produkcji materiału produkujemy mniej gazów cieplarnianych oraz oszczędzamy wodę i energię). Szacuje się, że dzięki jej produktom recyklingowi zostało poddanych ponad 20 miliardów plastikowych butelek! Inna firma – Paul&Shark, której ubrania (w tym przypadku wyłącznie męskie kolekcje) znajdziemy w Yacht Paradise, również mocno dba o zrównoważony rozwój i ochronę środowiska. Projekty tej włoskiej marki to ekskluzywna, wręcz luksusowa elegancja połączona z funkcjonalnością. Marine Pool to natomiast szczególnie popularna wśród żeglarzy mocna klasyka. Kolejna marka, znajdująca się w salonie – Magic Marine, skupia się głównie na odzieży specjalistycznej, a najmłodszy z brandów – holenderski Code Zero, poza odzieżą techniczną, tworzy, stawiające na wygodę i sportowy look, kolekcje.

ad/ foto: materiały prasowe





YACHT  PARADISE

Szczecin, ul. Przestrzenna 11
pn-pt 8.00-17.00, sob-niedz 9.00-14.00
@yachtparadise | www.yachtparadise.pl



Jaguar F-Type – brytyjska klasa i styl

ZBLIŻA SIĘ ŚWIĘTO WSZYSTKICH FANÓW MOTORYZACJI, A SZCZEGÓLNIE MIŁOŚNIKÓW BRYTYJSKIEJ KLASY I STYLU. DO AUTORYZOWANEGO SALONU JAGUARA BOŃKOWSCY BRITISH AUTO 28 CZERWCA WJADĄ MODELE SPORTOWEGO F-TYPE. DO PRZETESTOWANIA PRZEZ KLIENTÓW SALONU BĘDZIE DZIEWIĘĆ PIĘKNYCH I DRAPIEŻNYCH SAMOCHODÓW. TO TEN RODZAJ PRZYJEMNOŚCI, KTÓREJ NIE NALEŻY SOBIE ODMAWIAĆ, GDYŻ F-TYPE TO AUTO, KTÓRE WARTO POZNAĆ BLIŻEJ.

Nie bez powodu, kilka lat temu, ten model Jaguara reklamowano hasłem „Good to be Bad”. W spotach reklamowych w jeżdżących tym właśnie modelem pojawili się wybitni brytyjscy aktorzy, m.in. Tom Hiddleston i Ben Kingsley. Spoty mają hollywoodzki rozmach, klimat jak z filmów o Bondzie i są hołdem dla brytyjskiej motoryzacji.

Dystynkcja, styl, brytyjski charakter, błyskawiczne przyspieszenie, doskonałe detale. Kiedy poznamy bliżej F-Type, zgodzimy się ze słowami jednego z bohaterów reklamowych spotów. Jaguar F-Type to luksusowe, sportowe coupe lub cabrio produkowane przez brytyjską markę. Auto zaprezentowano w 2013 roku i od razu poruszyło motoryzacyjnym światem. Od samego początku i taki też był zamysł szefów marki, miał nawiązywać do legendarnego E-Type z lat 60. i 70. To był strzał w dziesiątkę. Na początku przedstawiono wersję coupe, która swoim charakterystycznym „garbem” przypominała kultowego poprzednika. Poza tym sylwetka była bardzo zgrabna i zdradzała, iż auto

w odpowiednich rękach nie będzie grzeczne. Niedługo później pojawił się także roadster ze składanym dachem. W Szczecinie pojawią się modele Coupe i Cabrio, w tym najmocniejsze modele 5.0 o mocy 575 KM.

F-Type jest szybki, zwrotny i wystarczy mu tylko 3,7 sekundy, by osiągnąć prędkość 100 km/h, a rozpędzić się nim można do 300 km/h. Niezawodnie działa na zmysły, przyjemnie wbija w fotel i daje kierowcy sporo radości. Widać go i słychać, bo jak na prawdziwego twardziela przystało, wyposażony jest w silnik V8. Wszystkie modele F-Type, które będzie można wkrótce przetestować, od czterocylindrowego o mocy 300 KM do wspomnianego 575-konnego V8, wyposażono w aktywny sportowy układ wydechowy. Po wybraniu odpowiedniego ustawienia można uwolnić budzący dreszczyk gang silnika przy wszystkich prędkościach obrotowych. Napęd na wszystkie koła wraz z układem Intelligent Driveline Dynamics (IDD) zapewniają temu modelowi doskonałe osiągi i pewność prowadzenia na



drodze. Dzięki temu, że układ hamulcowy indywidualnie przykładą siłę hamowania do kół znajdujących się po wewnętrznej stronie łuku drogi, można podnieść zdolność pokonywania nawet ciasnych zakrętów. Zmniejszając podsterowność, zapewnia on sportową zwinność i zwiększa pewność kierowcy. System Configurable Dynamics pozwala zmieniać czułość przepustnicy, punkt zmiany biegów i opór układu kierowniczego, a System Adaptive Dynamics, szybko analizujący dane wejściowe dotyczące stylu i warunków jazdy, wystrza reakcje samochodu, aby zapewnić poczucie kontroli i pozytywne wrażenia z jazdy.

Poza radością z samej jazdy, na kierowców F-Type czekają jeszcze inne atrakcje. Standardowy, 10-calowy wyświetlacz dotykowy, reagujący bezpośrednio na gesty powiększania i przesuwania pozwoli nam w trakcie jazdy utrzymać nieprzerwaną komunikację ze światem. Zintegrowana z samochodem aplikacja Jaguar Remote pozwoli nam sprawdzać poziom paliwa, wskazać lokalizację pojazdu oraz zamknąć i otworzyć samochód, a także zdalnie kontrolować temperaturę wnętrza. Otrzymamy również bardziej poręczny i bezpieczniejszy sposób korzystania ze smartfona w samochodzie. Apple CarPlay i Android Auto pozwolą na swobodne wybieranie z biblioteki i odtwarzanie muzyki, a dzięki nagłośnieniu Meridian będzie to niezapomniane doświadczenie. Jako że jest to wyjątkowe auto i przez to też

bardzo wartościowe, wymaga odpowiedniego zabezpieczenia. W przypadku kradzieży opcjonalny system Secure Tracker sygnalizuje lokalizację naszego F-Type'a i natychmiast powiadamia odpowiednie służby, aby odzyskać pojazd.

Jaguar F-Type to absolutnie sportowy samochód. Nie wypada więc nie wykorzystać jego wszystkich możliwości. Ale warto też pamiętać, że szybka jazda to jazda bezpieczna i F-Type nam to zagwarantuje. Oczywiście, dzięki pakietowi systemów i asystentów bezpieczeństwa, a także dzięki inteligentnemu systemowi Pixel LED. Pixel LED nie oślepia innych kierowców, a także dostosowuje szerokość i głębokość strumienia światła do prędkości, z którą jedziemy. Ponadto, podczas pokonywania zakrętów, będzie podążać za krzywizną drogi, zapewniając lepszą widoczność w każdej sytuacji.

F-Type, zarówno coupe, jak i cabrio to auto niezawodne, stylowe, szybkie i bardzo atrakcyjne. Można bardzo wiele o nim mówić i pisać, ale nic nie odda tego klimatu, tego dreszczyku emocji, kiedy się do niego po prostu wsiądzie. To trzeba poczuć na własnej skórze.

Serdecznie zapraszamy do zapisów na jazdy testowe Jaguarem F-TYPE podczas eventu Roadshow, który odbędzie się 28.06.2022 roku.

autor: Aneta Dolega/ foto: materiał promocyjne



Autoryzowany salon Land Rover i Jaguar w Szczecinie | Bońkowski British Auto
Ustowo 58, 70-001 Szczecin +48 91 852 34 00 | salon@british-auto.pl
www.british-auto.landrover.pl/contact-us | [f](#) /JLRBońkowski
Zapraszamy do naszego salonu i serwisu



Smaki z włoskiego domu

DOBRA RESTAURACJA TO MIEJSCE, GDZIE NIE TYLKO DOBRZE I SMACZNIE MOŻNA ZJEŚĆ. NA PEŁNIĘ GASTRONOMICZNEGO SZCZĘŚCIA WPŁYW MA JESZCZE KILKA CZYNNIKÓW. OBSŁUGA, WNĘTRZE, DOSTĘPNOŚĆ, WYGLĄD POTRAW I KLIMAT. TO ON NAS NAJBARDZIEJ PRZYCIĄGA. Z ROSSO FUOCO SPRAWA JEST PROSTA. JEDZENIE JEST ZNAKOMITE, OBSŁUGA SYMPATYCZNA, ATMOSFERA RODZINNA I JESZCZE PIES DOSTANIE MISKĘ WODY. DO TEGO SZEFEWIE KUCHNI, KTÓRZY CHĘTNIE, JEŚLI TYLKO UDA IM SIĘ NA CHWILĘ ODEJŚĆ OD PRZYSŁOWIOWYCH „GARÓW”, POROZMAWIAJĄ Z KLIENTAMI.

Rosso Fuoco to włoska restauracja, prowadzona przez rodowitych Włochów, z równie włoskim szefem kuchni. Udało im się przeszczepić na szczeciński grunt miłość do gotowania, ale też jedyną w swoim rodzaju atmosferę i styl celebrowania posiłków, który dla mieszkańców Italii jest ogromnie ważny. Jeśli dodamy do tego jakość serwowanych potraw, to mamy szansę doświadczyć w pełni gastronomicznego szczęścia. Entuzjazm ten dzielą goście lokalu, którzy chętnie tu wracają i mają ku temu konkretne powody. – Bardzo lubię włoską kuchnię i choć raczej nie mogę powiedzieć, że znam ją od podstaw to jednak podczas moich wizyt w Italii, miałam okazję podglądać w kuchni, nie raz i nie dwa, włoską „mammę”. I szczerze brakowało mi w Szczecinie takiego miejsca, gdzie można zjeść włoską kuchnię, ale taką autentyczną, a nie na zasadzie pizza, spaghetti bolońskie czy carbonara ze śmietaną – wyznaje Paulina

Adamek, która na co dzień prowadzi blog Marynarka w Garach. – I tak trafiłam, w ramach kulinarnego spaceru po Szczecinie, do Rosso Fuoco. I powiem tak: produkty, których używają są dobrej jakości i są oryginalne. Karta jest fajnie skomponowana. Ważne, też, że restaurację prowadzą Włosi, a szefem kuchni jest Włoch, ponieważ jest to zupełnie inny temperament, inne spojrzenie na gotowanie i inny smak. Jeśli ktoś jadł we Włoszech to znajdzie te smaki ponownie tutaj.

Podobnego zdania jest inna bywalczyni lokalu, Kamila Grott. – Włoską kuchnię kocham od zawsze szczególnie za świetne pasty, świeże zioła i takiej samej jakości pozostałe produkty – stwierdza. – W Rosso można skosztować autentyczne dania kuchni włoskiej, głównie są to steki i makarony, które polecam każdemu.



Doznaniom smakowym sprzyja atmosfera jaka panuje w restauracji. – Tu naprawdę można poczuć się swobodnie – przyznaje z uśmiechem Paulina. – Można głośno rozmawiać, śmiać się, gestykulować, nikomu to nie przeszkadza. Do tego gospodarze – cudowni ludzie, szef kuchni, który poleci co warto spróbować, opowie o daniach. To wszystko tworzy klimat włoskiego domu. Dla mnie niesamowite było to, że podczas mojej drugiej wizyty w Rosso, gotowała dla mnie mama jednego z właścicieli. To było danie spoza karty, jedno z tych, które bardzo lubię we włoskiej kuchni. Takie rzeczy nie zdarzają się w innych miejscach. Świetne jest to, że gospodarze Rosso stoją frontem do swoich gości. To widać po ludziach, którzy tu przychodzą: rozluźnieni, zadowoleni, uśmiechnięci.

– Smak i rodzinna, przyjazna atmosfera – tyle mogłabym w skrócie powiedzieć o tym miejscu – śmieje się Kamila. – Ten lokal tworzą genialne dania, ale przede wszystkim ludzie. Panuje tu rodzinna atmosfera. Gdy pierwszy raz wybraliśmy się do Rosso czuliśmy się bardzo dobrze, właśnie jak w domu. Na sali zawsze można usłyszeć rozmowy w języku włoskim, muzyka również jest włoska, więc naprawdę czujemy się tutaj jakbyśmy nie byli w Szczecinie, tylko gdzieś w słonecznej Italii.

Na które więc dania warto się skusić w Rosso, szczególnie gdy

wyberamy się tam po raz pierwszy. – Dania, które od samego początku mnie urzekły i które w ciemno mogę polecić to między innymi steki – satysfakcjonują podniebienie szczególnie te w towarzystwie trufl i – wymienia Kamila. – Ponadto owoce morza w każdej postaci, pasty, zupy i klasyczne Fritto Misto. Oczywiście nie może zabraknąć słynnego Limoncello.

– Ja natomiast, choć chyba aktualnie nie ma tego w karcie, polecam Cacio e Pepe, czyli klasyczny włoski makaron na bazie sera i pieprzu. Jest przepyszny – wymienia Paulina. – Z owoców morza koniecznie mule i omułki w pikantnym sosie pomidorowym. Steki, które są genialne, szczególnie stek Rossini, risotto z truflami a na deser cytrynowy (lub z innych owoców) sorbet sgroppino z dodatkiem wódki.

Czy jest więc tak faktycznie idealnie w restauracji, czy jednak czegoś w Rosso Fuoco brakuje? – To czego mi tu tylko brakuje to wolne stoliki, które ciężko dostać bez wcześniejszej rezerwacji – mówi ze śmiechem Kamila, a Paulina dodaje – Odczuwam osobiście brak pięknej pogody i siedzenia na zewnątrz. Niestety konstrukcja szczecińskiej aury jest specyficzna, ale i tak jest cudownie.

autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska



Dwie dekady gastronomicznego sukcesu

NIE TYLKO W SZCZECINIE WIADOMO OD DAWNA – NAZWISKO GOLEMA OZNACZA FINANSOWY SUKCES, WIZJONERSKIE PLANY, CIĘŻKĄ PRACĘ, ALE I BIZNESOWY ZMYŚŁ. TAK BYŁO M.IN. W PRZYPADKU DWÓCH RESTAURACJI, KTÓRE POWSTAŁY NA SZCZECIŃSKICH WAŁACH CHROBREGO. DZIŚ NIEWIELE OSÓB WYOBRAŻA SOBIE TĘ WIZYTÓWKĘ MIASTA BEZ TYCH LOKALI, A NIEKTÓRZY NAWET NIE WIERZĄ, ŻE PRZED LATY ICH TAM NIE BYŁO.

W tym roku właśnie w maju mija 22 rocznica powstania pierwszej restauracji The Best Restaurants – „Columbus”. Wszyscy szczecinianie i na pewno wielu turystów oraz odwiedzających stolicę Pomorza Zachodniego świetnie znają ten lokal usytuowany w reprezentacyjnym miejscu miasta, jego wizytówce – w jednej z rotund Wałów Chrobrego. Jak doszło do powstania tego lokalu? Zaczęło się od jednej z „majówek” – plenerowej imprezy organizowanej przez miasto na Wałach Chrobrego i grupy kolegów ze znanego szczecińskiego klubu karate „Samuraj”.

Paweł Golema, Dariusz Golema, Waldemar Juszcak i Dariusz

Urbaniak wpadli na pomysł, aby w trakcie imprezy, na południowym tarasie widokowym Wałów Chrobrego pojawił się zasilany agregatami wojskowymi namiot piwny. W tym miejscu znajduje się teraz Columbus.

Pomysł był strzałem w dziesiątkę. Frekwencja była ogromna. Namiot osiągnął rekordową, jak na tamte czasy sprzedaż piwa – 100 beczek w ciągu trzech dni – opowiada Urszula Golema, żona Pawła Golemy znanego lokalnego przedsiębiorcy, nazywanego „królem szczecińskiej gastronomii”, współtwórcy potęgi biznesowej spod znaku The Best Restaurants. Z czasem do spółki dołączył Łukasz Jarema.



W 1999 roku w pełni trwają prace przygotowawcze do uzyskania pozwolenia administracji budowlanej i służb konserwatorskich, na wybudowanie sezonowego pawilonu gastronomicznego z ogródkiem letnim na tarasie widokowym.

Głosów sprzeciwu oczywiście nie brakowało. Ale od momentu otwarcia „Columbusa”, stała się ona kultową restauracją w Szczecinie. Niezwykle popularna, o każdej porze roku, z wyjątkową atmosferą, świetną kuchnią, dobrą kawą i deserami restauracja podbiła serca mieszkańców miasta i turystów. – Cieszy gości pięknym widokiem na Odrę, Łasztownię i port. Ale przede wszystkim Columbus spełnił bardzo ważne zadanie w uatrakcyjnieniu miasta – wypełnił pustkę gastronomiczną na Walach Chrobrego – dodaje Urszula Golema.

Restauracja odniosła błyskawiczny sukces. Wtedy pojawił się pomysł, aby podobny lokal otworzyć na przeciwległym krańcu Wałów Chrobrego. I tak w 2001 roku zostaje otwarta restaura-

cja Colorado. Przyciąga gości wystrojem rodem z Dzikiego Zachodu i potrawami w amerykańskim stylu.

Dziś Columbus ma już 22 lata. Wciąż jest bardzo popularny i chętnie odwiedzane przez tłumy szczecinian oraz turystów.

Zawsze staramy się zadowolić naszych gości i spełniać ich życzenia. Stawiamy na wyśmienite menu zawsze lekko się zmieniające sezonowo, na miłą obsługę, świetną atmosferę, no i ten widok ... Według wielu najpiękniejszy w mieście. Ale ostatnio realizujemy kolejny duży projekt gastronomiczny pod nazwą „Dobra Pączkarnia”. Sieć lokali oferujących pączki w prawie 100 smakach, często bardzo oryginalnych. Działa już 60 punktów w całej Polsce i wychodzimy poza granice kraju. Uruchomiliśmy właśnie nasz punkt we Lwowie w Ukrainie – dodaje Urszula Golema.

autor: ds. / foto: materiały archiwalne

Szybkie i legalne zatrudnienie pracownika

JAK WYGLĄDA DOSTĘP DO RYNKU PRACY DLA OBYWATELI UKRAINY?
JAKĄ POMOC OFERUJE FUNDACJA WOLNA UKRAINA? ZAGADNIENIA TE
WYJAŚNIAJĄ PRZEDSTAWICIELKI SZCZECIŃSKIEJ KANCELARII PRAWNO-
-PODATKOWEJ TAX LION ORAZ FUNDACJI WOLNA UKRAINA – MARLENA
KACZMAREK ORAZ IRINA LECHOWICZ.



IRINA LECHOWICZ / FOTO: EWELENA PRUS

Szczególne przepisy prawne wprowadzono ze względu na wojnę Rosji w Ukrainie, mają na celu ułatwienia w zorganizowaniu pobytu oraz pracy dla Ukraińców w Polsce. Dotyczą one obywateli Ukrainy, którzy przybyli legalnie na terytorium Polski w okresie od 24 lutego 2022 roku.

Warto zaznaczyć w tym miejscu, że określenie „obywatel Ukrainy” odnosi się również do małżonka obywatela Ukrainy, który nie ma obywatelstwa ukraińskiego, o ile przybył na terytorium Polski z terytorium Ukrainy w związku z działaniami wojennymi prowadzonymi na terytorium tego państwa. Przebywa on wówczas w Polsce legalnie i jemu również przysługuje prawo do legalnego zatrudnienia.

– Dla naszych lokalnych pracodawców szczególnie istotne są kwestie formalne szybkiego i legalnego zatrudnienia pracownika. W świetle wspomnianych szczególnych przepisów prawnych, obywatela Ukrainy zatrudniamy bez konieczności uprzedniego uzyskania pozwolenia o pracę czy oświadczenia o powierzeniu pracy cudzoziemcowi. Zawieramy z pracownikiem umowę o pracę lub umowę zlecenie, dopełniając oczywiście wszystkich obowiązków związanych z zatrudnieniem takich, jak: wstępne badania medycyny pracy, wstępne szkolenie BHP, zgłoszenie pracownika do ubezpieczeń w ZUS. Do tego momentu postępujemy zatem jak z pracownikiem polskim – mówi Marlena Kaczmarek, Head of HR w Tax Lion

Następnie, w ciągu 14 dni od daty podjęcia pracy przez obywatela Ukrainy, pracodawca zobowiązany jest powiadomić właściwy powiatowy urząd pracy. Czynności tej dokonuje się elektronicznie poprzez dedykowany portal rządowy samodzielnie lub za pośrednictwem pełnomocnika. Na tym procedura legalizacji takiego pracownika się kończy.

– Warto wiedzieć, że obywatel Ukrainy ze względu na ogólny dostęp do rynku pracy, może swobodnie zmienić pracodawcę, a jego prawo pobytu i pracy w Polsce jest ważne przez 18 miesięcy od dnia 24 lutego 2022, tj. do 23 sierpnia 2023 roku – wyjaśnia Marlena Kaczmarek.

– W ramach działalności Fun-

dacji Wolna Ukraina, wspieramy naszych podopiecznych – obywateli Ukrainy, którzy zmuszeni zostali do opuszczenia swojego domu, w zorganizowaniu swojego życia w Polsce. Wolontariusze towarzyszą w znalezieniu miejsca zamieszkania, w uzyskaniu numeru PESEL, w rozeznaniu się w okolicy oraz w organizacji nauki i opieki dla dzieci. To, czego nasi podopieczni szczególnie potrzebują, to oczywiście praca i środki na życie są to podstawy do zaspokojenia tak ważnej potrzeby psychicznej, którą jest poczucie bezpieczeństwa – dodaje Irina Lechowicz, główny koordynator działań w Fundacji Wolna Ukraina.

Fundacja szuka możliwości zatrudnienia osób z Ukrainy przede wszystkim w ich zawodach. Obecnie korzysta z profesjonalnych usług Ośrodka Wsparcia Ekonomii Społecznej w regionie szczecińskim (OWES Szczecin), które realizowane są w ramach projektu współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego oraz z budżetu państwa w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa zachodniopomorskiego.

– Powstaje również projekt dla personelu medycznego, w ramach którego dbamy o to, aby każda pielęgniarka lub lekarz z Ukrainy znaleźli pracę i zakwaterowanie oraz posiadali wszelkie niezbędne dokumenty, nostryfikację dyplomów itp. – zachęca Irina Lechowicz.

Warto wspomnieć również o możliwości zakładania jednoosobowych działalności gospodarczych przez osoby z Ukrainy uciekające przed wojną. Fundacja Wolna Ukraina pomaga przygotować wszelką dokumentację oraz wystąpić o dofinansowania na ten cel. Tax Lion od lat zakłada działalności gospodarcze dla klientów. I również w tym przypadku eksperci kancelarii służą pomocą.

– Mamy zespół psychologów dla dorosłych i dzieci z Ukrainy, dzięki którym nasi podopieczni nie poddają się i mimo przeżytej traumy, są gotowi stawić czoła wyzwaniom. Zapraszamy przedsiębiorców posiadających wolne wakaty lub chętnych do nawiązania znajomości biznesowych do kontaktu, chętnie połączymy Państwa z potencjalnymi kandydatami lub partnerami biznesowymi. Pomagamy mądrze! Dzięki zaangażowaniu wolontariuszy Fundacji Wolna Ukraina, nasi podopieczni uczą się języka polskiego. Nauka przychodzi im łatwo, a bariera językowa, dodatkowa trudność dla uchodźców, łąka moment stanie się przeszłością – zapewnia Irina Lechowicz



75
lat



SZCZECIŃSKI KLUB TENISOWY



Otwarty Festyn dla mieszkańców Miasta Szczecin Jubileusz 75-lecia SKT Szczecin

Wstęp wolny!

Wybrane atrakcje:

- » Turniej Tenis 10 by Kia Polmotor
- » Strefa gier i zabaw - Eska Kids Zone
- » Rodzinne treningi tenisa - Family Tenis
- » Tenisowy turniej dla najmłodszych

11 czerwca 2022

10:00 - 15:30

korty ziemne SKT

al. Wojska Polskiego 127

75 lat tenisa
w Szczecinie

Patronat



SPORT TO MY



prestiz

Partnerzy



Michał Łoziński: od barmana do biznesmena

SWOJĄ BRANŻĘ ZNA OD KUCHNI, BOWIEM PRZESZEDŁ WSZYSTKIE ETAPY W ZAWODZIE BARMANA, ABY FINALEM STAĆ SIĘ WŁAŚCICIELEM UZNANEGO COCKTAIL-BARU 17 SCHODÓW, WSPÓŁTWÓRCĄ START-UP'A POSHE DRINKS I NIEOFICJALNYM AMBASADOREM KULTURY PICIA ALKOHOLU W POLSCE. O ZAWODZIE BARMANA, PRACY I PASJI W WYWIADZIE Z PRESTIŻEM, MICHAŁ ŁOZIŃSKI.

Przygoda z barmanstwem to przypadek, czy stoi za tym dłuższa historia?

Pierwsze kroki zawodowe stawiałem w najbardziej znanym klubie muzycznym w Szczecinie – Rocker Clubie jako pomocnik barowy z zerowym doświadczeniem. Szybko awansowałem do roli barmana, którego głównym zadaniem w tamtym czasie było przygotowywanie prostych drinków i nalewanie piwa. Później wyjechałem do Kołobrzegu, gdzie poznałem inny typ pracy za barem, aby wkrótce otrzymać propozycję z Baila Club – klubu muzycznego sieci hoteli Radisson, i pełnić tam funkcję zastępcy kierownika, a stamtąd po 1.5 roku awansować na stanowisko managera do spraw gastronomii w najwyższej położonej kawiarni w Szczecinie – Cafe 22, a to był dopiero początek... rok wyjątkowej pracy przyniósł kolejną rewolucję – tym razem zamieniłem kontuar baru na kółko kierownicy. Nowe wyzwanie ogromnie wpłynęło na mój światopogląd i otworzyło przede mną drzwi do „wielkiego świata alkoholi”. Zostałem ambasadorem prestiżowych marek w jednej z trzech największych na świecie firm dystrybuujących alkohol – Diageo. Takim zrzędzeniem losu w ciągu dwóch lat przejechałem ponad 140 tysięcy kilometrów po polskich drogach, przeprowadzając ponad 400 szkoleń dla pracowników gastronomii w całej Polsce. Ten okres uzmysłowił mi jeden, niezaprzeczalny fakt – Polska jest dopiero na samym początku rewolucji w tematyce alkoholi, kuchni i kawy.

Marzenia czy cele biznesowe – co Pana napędza? Skąd czerpie Pan inspiracje?

Dwa lata ciężkiej pracy przygotowały mnie do wykonywania zawodu. Miałem świadomość, że nowe przedsięwzięcie będzie wymagało ogromnego poświęcenia, ale czułem, że jestem gotowy otworzyć własną firmę, aby wkrótce zmienić postrzeganie

konsumpcji alkoholi i pełnić misję, jaką jest: Podniesienie kultury picia alkoholi w Polsce. Zobaczyłem w tym zarówno cel jak i okazję, dlatego w 2009 roku otworzyłem własną działalność gospodarczą, którą z powodzeniem prowadzę do dziś.

Zacząłem od usługi konsultacyjnej podczas otwarcia koktajl baru w centrum handlowym Manufaktura w Łodzi. Dwa miesiące intensywnej pracy zakończone sukcesem poskutkowało kolejnym kontraktem na taką samą usługę, jednak w miejscu z 3 baremi, 25 barmanami, 20 kelnerami i inwestycją za ponad 6 milionów złotych w centrum Warszawy. Stałem przed tak ogromnym wyzwaniem, mając niespełna 27 lat – dziś wiem, że to była najlepsza decyzja jaką mogłem wtedy podjąć. Aż w końcu pojawiła się kolejna, bardzo intensywna myśl, czyli 17 Schodów – nowy rozdział, nowe wyzwania.

Czy każdy może zostać barmanem?

Barmanem może zostać każdy, jednak z pewnością są osoby, które mają do tego lepsze predyspozycje. Przede wszystkim każdy aspirujący barman musi pamiętać, że pierwszą, często decydującą, próbą jest przedstawienie się na nocny tryb życia. Dużo zależy również od miejsca, w którym będzie pracował – inaczej sytuacja wygląda w hotelowym barze, a zupełnie inaczej w klubie. Mimo wszystko, według mnie najistotniejszy w pracy barmana jest ciągły kontakt z ludźmi, który nie każdemu odpowiada. Pasja o nazwie „flair bartending” pozwoliła mi na zwiedzenie wielu krajów w Europie, poznanie masy ciekawych i wspaniałych ludzi oraz przede wszystkim na połączenie pracy z pasją, co z kolei spowodowało, że mając 39 lat, nie czuję, abym przepracował choć jeden dzień w życiu. Z tego jestem bardzo dumny i również życzę tego każdemu człowiekowi.

Czy ma Pan jakieś rady dla początkujących barmanów, którzy nie znają jeszcze wszystkich przepisów na drinki?

Najprostszym sposobem na zdobycie umiejętności barmańskich jest odbycie kursu. Po odpowiednim szkoleniu każda osoba posiadzie niezbędną wiedzę, która zapewni fundament do pracy w tym fachu. A co w przypadku, jeśli chcielibyście spróbować swoich sił w miksowaniu alkoholi w domu, bez profesjonalnych umiejętności barmańskich? Poshe Drinks. Nasz szczeciński start-up powstał w 2020 roku z inicjatywy barmanów pracujących w jednym z 5 najlepszych cocktail-barów w Polsce – szczecińskich 17 Schodach. Poshe Drinks to kraftowy, bezalkoholowy mix naturalnych składników w butelce, który wystarczy połączyć z alkoholem (w wersji bezalkoholowej z wodą gazowaną) i lodem, aby samodzielnie przygotować znane i lubiane drinki, gdziekolwiek i kiedykolwiek chcemy.



POSHE
Craft Cocktails

POWITAJ WIOSNĘ...
...koktajlem kraftowym.

www.poshedrinks.com

Sprawdź nasze wszystkie smaki!



NOWE MIESZKANIA W ŚRÓDMIEŚCIU SZCZECINA

Pomocyjna
płatność
50/50

POCZUJ DYNAMIKĘ I HARMONIĘ MIASTA!



Biuro sprzedaży: **+48 801 110 111**

www.ep7.pl



PRODUKCJA I DYSTRYBUCJA LODU
W KOSTKACH I KRYSZTAŁKACH



LÓD Z DOWOZEM 24/7

TEL: 503 644 884



CRYSTAL ICE

AL. PAPIEŻA JANA PAWŁA II 43 / MAIL: CRYSTAL.ICE@02.PL

Piękno podparte wiedzą – rozmowa z absolwentką WSIE

PAULA MARCZAK JEST ABSOLWENTKĄ WYŻSZEJ SZKOŁY INTEGRACJI EUROPEJSKIEJ W SZCZECINIE NA KIERUNKU KOSMETOLOGIA. ZDOBYTĄ TAM WIEDZĘ ORAZ ZAMIŁOWANIE DO PIĘKNA POSTANOWIŁA PRZEKUĆ W URZECZYWISTNIENIE ZAWODOWEGO MARZENIA. PAULA MARCZAK BEAUTY CONTOUR TO SALON KOSMETOLOGICZNY BĘDĄCY POŁĄCZENIEM WIEDZY, PASJI I POCZUCIA ESTETYKI.



Jakim miejscem będzie salon i jaka idea przyświecała Pani podczas jego tworzenia?

W salonie będzie można skorzystać z zabiegów pielęgnacyjnych połączonych z procedurami iniekcyjnymi. Pracując nad jego koncepcją, wykorzystywałam moje prywatne, niestety nie zawsze pozytywne doświadczenia z zabiegów w innych gabinetach kosmetologicznych. Zależało mi, by to miejsce było na wysokim poziomie, pod każdym względem. Uważam, że zabiegi poprawiające wygląd mają przede wszystkim zapewnić komfort psychiczny. Stawiam na elegancję oraz klasę. Miejsce, które tworzę, będzie salonem z prawdziwego zdarzenia i nie mówię tu o marmurze na ścianie, ale o uczuciu komfortu, które będzie towarzyszyło klientkom podczas wizyt.

Ponadto uwielbiam pracę z ludźmi i przede wszystkim z kobietami. Dlatego też będzie u mnie można skorzystać nie tylko z zabiegów kosmetologicznych, ale także z umiejętności i pomocy profesjonalnej wizażystki.

Jaki wpływ miała Pani edukacja na wybór kariery zawodowej?

Poczucie estetyki było dla mnie bardzo ważne już od najmłodszych lat, dlatego wybór kierunku kosmetologia był oczywisty. Ukończenie WSIE umożliwiło mi pracę w zawodzie. Duży nacisk na zajęcia praktyczne oraz ilość przekazanej wiedzy przez świetnie wykwalifikowanych wykładowców dały mi solidne fundamenty. W pracy, jak i w życiu, zawsze stawiam wysoko poprzeczkę. Jeśli człowiek wierzy w to, co robi, rozwija się,

to wszystko musi się udać. Uważam, że wybór odpowiedniej szkoły jest pierwszym krokiem do sukcesu.

Skorzystała Pani z projektu „Wsparcie na starcie”, którego jest Pani obecnie ambasadorką. Na czym on polega?

Projekt wspiera przyszłych przedsiębiorców. W skrócie polega to na tym, że dzięki dobrze przygotowanemu planowi biznesowemu można otrzymać ze strony InBIT – założyciela WSIE – pomoc finansową na założenie i rozwój własnej działalności gospodarczej. Jest to kwota, która może nie pokryje wszystkich kosztów związanych z prowadzeniem własnej firmy, ale będzie dobrym zastrzykiem finansowym i świetną motywacją do realizacji marzenia o własnym biznesie. Wspólnie z moją koleżanką, która będzie w salonie zajmować się wizażem, stwierdziłyśmy, że szkoda nie wykorzystać takiej szansy, tym bardziej że otwarcie własnego salonu wiąże się ze znacznymi kosztami. Nie dość, że zyskałyśmy ogromną wiedzę na temat prowadzenia firmy, to jeszcze otrzymałyśmy pomoc finansową, za którą możemy opłacić część wyposażenia. Jestem więc przykładem na to, że warto ryzykować i sięgać po marzenia. Właśnie dlatego postanowiłam podzielić się tą wiedzą z innymi. Myślę, że to naprawdę fajna opcja na start. Jeśli ktoś chce tak jak ja spełniać swoje marzenia, to WSIE właśnie rekrutuje na kierunek Kosmetologia.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Monika Januszewska



WSZYSCY GRAJĄ, KAŻDY WYGRYWA

FABRYKA ENERGII, TO MIEJSCE, W KTÓRYM KRÓLUJE TENIS, PADEL, BADMINTON I TENIS STOŁOWY. MOŻNA PRZYJŚĆ POGRAĆ DLA CZYSTEJ PRZYJEMNOŚCI, ALE TEŻ WZIĄĆ UDZIAŁ W JEDNYM Z KILKU TURNIEJÓW, NIEZALEŻNIE OD POZIOMU WŁASNYCH UMIEJĘTNOŚCI. CHOĆ KAŻDY Z NICH JEST FORMĄ RYWALIZACJI, NADAL WSZYSTKO MA ZNAMIONA DOBREJ ZABAWY, A DO TEGO MOŻNA ZDOBYĆ ATRAKCYJNE NAGRODY.



– Prawie wszystkie wydarzenia w Fabryce są dla graczy na każdym poziomie zaawansowania, w szczególności dla osób początkujących i średniozaawansowanych – mówi Barbara Maciocha, odpowiadająca m.in. za rozwój Fabryki Energii i trenerka padla. W padlu wszyscy są teraz początkującymi osobami. To nowa, towarzyska i łatwa do nauki dyscyplina, doskonała dla osób do tej pory niezwiązanych ze sportem. W badmintona i tenisa stołowego każdy kiedyś grał i nie boi się chwycić ponownie rakiety i zagrać ze znajomymi na korcie.

Najlepszym sposobem, by poznać innych graczy i umówić się z nimi na grę są turnieje badmintona, rozgrywane w soboty, padla w środy i soboty, tenisa stołowego w czwartki i niedziele. Stosujemy również bardzo ciekawe formaty rozgrywek polegające na tym, że np. w dwie godziny gramy kilka meczów zmieniając w każdym partnerów i przeciwników, dodatkowo uwzględniając poziom umiejętności. Umożliwia to dobrą rywalizację

i zabawę jednocześnie początkującym jak i zaawansowanym graczom zapewnia Barbara Maciocha. – Taki system jest motywujący dla każdego zawodnika. Dodatkowo osoby biorące udział w rozgrywkach poznają się i umawiają już indywidualnie na treningi czy sparringi.

Podczas wszystkich wydarzeń osobami moderującymi są aktualni lub byli zawodnicy w danych dyscyplinach. Znają zasady, taktykę i technikę gry. Zawsze podpowiedzą, w których zawodach warto wziąć udział, pomogą zorganizować grupę treningową.

Zapisy do rozgrywek, informacje o treningach i wynajmie boisk znajdziecie na stronie www.fabryka-energii.com.pl.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe

event art
szkole i szkoleni ZAPRASZA

KABARET MORALNEGO NIEPOKOJU

I GOŚCIE



*Za długa panowie
byli grzeczni*

bil@tyna.pl

bilety.fm

TEATR LETNI w Szczecinie, 21 sierpnia 2022, godz. 18:00

WSPÓŁPRACA



Kurier
SZCZECIŃSKI

prestiz
KONFERENCJE, SYMPOZJUM

w SZCZECINIE.PL
Miasto i Region

ECHO
SZCZECIN

ZróbKabaret
IMPRESARIAT

ZróbKabaret
TEATR

PUBLIC
FONTANNY

przystań W zgiętku miasta



GOOD FOOD GOOD MOOD

pizza - pasta - street food - salon śniadaniowy
koktajle - wino - naturalne napoje

AL. PAPIEŻA JANA PAWŁA II 43, SZCZECIN, TEL: 91 489 48 99



Własny dom od projektu do realizacji

PROJEKTOWANIE I BUDOWA NOWOCZESNEGO DOMU BEZ STRESU I PROBLEMÓW? TO MOŻLIWE. POROZMAWIALIŚMY NA TEN TEMAT Z ARCHITEKTAMI BEATĄ NIZIO-BOBECKĄ I TOMASZEM BOBECKIM, KTÓRZY OD 20 LAT PROWADZĄ PRACOWNIĘ ARCHITEKTONICZNĄ O NAJWYŻSZYCH STANDARDACH – BIURO, DO KTÓREGO INWESTORZY PRZYCHODZĄ NIE TYLKO PO PROJEKT DOMU, ALE TAKŻE PO JEGO MATERIALNĄ REALIZACJĘ.

Projektowanie i budowa własnego domu to proces skomplikowany, czasochłonny i kosztowny, pochłaniający nierzadko oszczędności całego życia. Powinien być więc powierzony osobom, które zrealizują go w sposób profesjonalny i rzetelny, z zachowaniem zasad współczesnej wiedzy technicznej i sztuki budowlanej. Architekci w Polsce nie są związani z realizacją swoich projektów w sposób formalny, co często powoduje rozejście się ścieżek procesu projektowego i budowlanego. W budownictwie jednorodzinny jest to zjawisko nagminne, które prowadzi do wielu problemów spadających na inwestora. – Postanowiliśmy to zmienić. Projekt, budowa i odpowiedzialność za inwestycję powierzona jednej firmie – to jest główna potrzeba, jaką sygnalizują praktycznie wszyscy stający przed planem budowy domu, a my wychodzimy jej naprzeciw – mówi mgr inż. arch. Tomasz Bobeck.

Wzorcowy proces projektowy i budowlany

Jak powinien wyglądać z punktu widzenia inwestora? Po pierwsze, indywidualne podejście architekta i projektowanie domu na zamówienie z uwzględnieniem wszystkich uwarunkowań inwestora, niezależnie od wielkości domu czy stawianych standardów. Projekt jest najważniejszym elementem całego procesu, czego niestety inwestorzy nie są do końca świadomi. Dobry projekt to wysoki komfort życia, wspaniałe samopoczucie, warunki do wypoczynku i spotkań rodzinnych. To radość obcowania z piękną architekturą czy z harmonijnymi wnętrzami. Dobry projekt to w końcu zapewnienie izolacji od negatywnych bodźców zewnętrznych takich jak hałas czy zanieczyszczenie środowiska.

Po drugie, projektowanie i planowanie w ramach założonego wcześniej budżetu przeznaczonego na budowę domu lub projektowanie ze świadomym kształtowaniem takiego budżetu. To bardzo cenna informacja pozwalająca uniknąć życiowego błędu i budować bez przykrych niespodzianek w przyszłości. Po prostu spokojnie zrealizować budowę wymarzonego domu. – Projektując z nami, już od pierwszych etapów koncepcji architektonicznej inwestor zna przyszłe koszty budowy – wyjaśnia mgr inż. arch. Beata Nizio-Bobek.

Po trzecie, prowadzenie inwestycji w sposób kompletny i wzorcowy. – Tworzymy zgrany zespół profesjonalistów różnych branż, współpracujących ze sobą od wielu lat – dodaje pani Beata. Dzięki temu nie ma ryzyka związanego ze zwiększeniem zakładanych kosztów budowy, rozmyciem odpowiedzialności za błędy i wady w realizacji budowy, nie ma problemów z formalnym zakończeniu inwestycji spowodowanym nieodpowiedzialnym wprowadzaniem zmian w trakcie budowy przez niezależnych wykonawców lub kierowników budowy.

Po czwarte, inwestorom pozostaje jedynie radość z udziału w projektowaniu własnego domu, a później z postępów prac budowlanych. – Korzystając z naszych doświadczeń można zrealizować marzenia naprawdę bez stresu, nie ucząc się na własnych błędach. Moment, w którym inwestorzy, w podziękowaniu za współpracę, zapraszają nas na kawę na taras wspólnie wybudowanego domu jest dla nas największą satysfakcją – podsumowuje pan Tomasz.



Sukces Szczecin International School

SZCZECIN INTERNATIONAL SCHOOL TO SZKOŁA PODSTAWOWA I LICEUM DLA DZIECI I MŁODZIEŻY WIELU NARODOWOŚCI. Z OKAZJI 20-LECIA JEJ ISTNIENIA POROZMAWIALIŚMY Z PANIĄ DIANE HOWLETT, KOORDYNATORKĄ MIĘDZYNARODOWEJ MATURY, DO KTÓREJ SIS PRZYGOTOWUJE UCZNIÓW JAKO JEDNA Z DWÓCH SZKÓŁ W SZCZECINIE I JEDNA Z ZALEDWIE PIĘCIU PLACÓWEK W POLSCE, KTÓRE POSIADAJĄ UPRAWNIENIA INTERNATIONAL BACCALAUREATE NA 3 POZIOMACH NAUCZANIA.

Jest Pani z pochodzenia Kanadyjką. Jak to się stało, że znalazła się Pani w SIS?

To dość zawiła historia. Po ukończeniu University of Calgary w Kanadzie dostałam propozycję pracy za granicą. Przez cztery lata mieszkałam w Zlinie w Czechach, a później postanowiłam wyjechać do Londynu. Chociaż uwielbiałam Londyn, nie było to miasto, w którym chciałam mieszkać, więc starałam się o pracę w wielu krajach Europy Środkowej i Wschodniej. Miałam szczęście, że zostałam zatrudniona przez firmę językową w Szczecinie. Gdy po kilku latach usłyszałam, że otwiera się tu międzynarodowa szkoła, nie mogłam przegapić takiej okazji.

W SIS funkcjonują trzy poziomy nauczania: PYP, MYP i DP. Czy jest to łatwa droga dla uczniów?

Programy IB są rygorystyczne i wymagają dużego wysiłku, determinacji i podejmowania ryzyka. Od wielu uczniów wymaga to większych niż przeciętne nakładów pracy. Jednak zdecydowanie jest to działanie warte wysiłku. Programy są wyjątkowe i oferują doskonałe kontinuum szeroko pojętej edukacji. Jest to zatem nie tylko nauka sensu stricto, ale możliwość zaangażowania się w lokalną społeczność, wypróbowania czegoś nowego i dowiedzenia się więcej o sobie poprzez wewnętrzną refleksję. Dla niektórych trudnością na początku jest już sama nauka w języku angielskim, ale dzięki wytrwałości odnoszą sukcesy. Wyzwaniem jest też zarządzanie czasem – im starsi uczniowie, tym bardziej są odpowiedzialni za własną naukę.

W szkole uczniowie mają możliwość wzięcia udziału w Model United Nations (ONZ). Na czym to polega?

Klub MUN jest okazją do podjęcia roli delegatów wyznaczonych krajów i napisania rezolucji do przydzielonego im komitetu. SIS uczestniczy w berlińskim MUN (BERMUN) od 2009 roku, osobiście lub wirtualnie, i reprezentowała tak różnorodne kraje, jak: Australia, Holandia, Czad, Mali, Włochy, Ukraina, Kenia, Malta, Gwinea Równikowa, Norwegia, Jordania – aby wymienić tylko kilka! Natomiast BERMUN oferuje uczniom możliwość złożenia wniosku do Międzynarodowego Trybunału Sprawiedliwości

(MTS), gdzie są sędziami i debatuje nad sprawami, które miały miejsce przed rzeczywistym MTS. W zeszłym roku rozmawiali o sprawie USA przeciwko Nikaragui z 1980 roku. Uczniowie mogą również zwrócić się do Zgromadzenia Młodzieży, aby omówić i opracować plan działania na takie tematy, jak aktywizm oddolny i wprowadzić go w życie. Jest to okazja dla uczniów do zaplanowania wydarzenia w perspektywie długoterminowej. W 2021 roku uczestniczyliśmy również wirtualnie w ZYGMUN, reprezentując Hiszpanię, a w tym roku będziemy reprezentować Ukrainę, Indonezję i Czarnogórę. MUN pozwala uczniom nauczyć się myśleć krytycznie, poprawić swoje umiejętności komunikacyjne i pisemne, spotkać się z rówieśnikami z całego świata i wchodzić w interakcje formalne. I dobrze się bawić!

Jakie są największe sukcesy SIS w ciągu tych 20 lat funkcjonowania?

Nasi absolwenci odnieśli sukcesy akademickie i społeczne, ucieleśniając cechy profilu ucznia IB, tworząc globalnie myślących obywateli – co trwa poza murami naszej szkoły. Ponadto wyniki uczniów z egzaminów IBDP były zawsze powyżej średniej światowej: 40+/45 punktów, dzięki czemu nasi absolwenci trafiają na renomowane uczelnie i z powodzeniem sobie na nich radzą. Kiedy zaczynaliśmy w 2002 roku, mieliśmy mniej niż 100 podopiecznych, teraz do szkoły uczęszcza ponad 240 uczniów i zapewniamy jeszcze szerszą ofertę edukacyjną. Szkołę tworzy społeczność wielonarodowa, dlatego i uczniowie, i nauczyciele zdają sobie sprawę z różnic kulturowych i uczą się od siebie na co dzień. Tworzy to otwartość umysłu i międzynarodową perspektywę, która w przyszłości będzie służyć i uczniom i nauczycielom. Zapraszamy kandydatów do liceum, w tym także do klasy trzeciej, czyli pierwszego roku programu matury międzynarodowej IB. Naprawdę warto!

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Karina Tessa/foto: materiał prasowy



★★★★★
BALTIN SUN
premium hotel & apartments

EKSKLUZYWNE APARTAMENTY INWESTYCYJNE

W USTRONIU MORSKIM
baltinsunustronie.pl



No. 1 Premium Real Estate

Biuro sprzedaży

Tel.: +48 500 116 600





Silver Forest

Unikatowe apartamenty inwestycyjne przy Pogodnie

CORAZ WIĘCEJ OSÓB DECYDUJE SIĘ INWESTOWAĆ W NIERUCHOMOŚCI. TAKA LOKATA KAPITAŁU SZYBKO SIĘ ZWRÓCI, A MIESZKANIE NIE STRACI NA WARTOŚCI. NAJLEPSZĄ INWESTYJCJĄ BĘDĄ NIEWIELKIE, PRZYTULNE APARTAMENTY. TO NISKI KAPITAŁ POCZĄTKOWY, A JEDNOCZEŚNIE DZIĘKI DUŻEJ FUNKCYJALNOŚCI ZNACZNE ZYSKI W PRZYSZŁOŚCI.

Wybierając nieruchomość pod inwestycję, warto postawić na dobrą lokalizację. Najlepsze będą apartamenty w centrum miasta lub z dobrym połączeniem do centrum komunikacją miejską. Lokale blisko przystanku autobusowego, czy pętli tramwajowej znacznie zyskują na wartości. Takie mieszkania powstają właśnie w Szczecinie jako inwestycja Silver Forest. Apartamenty charakteryzują się atrakcyjnym metrażem, eleganckim wykończeniem, doskonałą lokalizacją, a także prestiżowym charakterem inwestycji.

Ich atutem jest także nowoczesna architektura, wysokiej jakości materiały oraz solidne wykończenie. Warto wspomnieć także o bliskim sąsiedztwie uczelni wyższych i tym samym łatwość pozyskania studentów poszukujących lokum. Inwestycja Silver Forest oferuje komfort mieszkania, a także wiele udogodnień dla mieszkańców np.: pralnia, podziemny garaż, stojaki na rowery czy punkt ładowania hulajnogi. Dużym atutem jest też taras na dachu dla mieszkańców czy zielone patio, gdzie będzie można odpocząć pośród natury. A wszystko to w niewielkiej odległości od centrum miasta. Mikroapartamenty to pewna inwestycja, gdyż często są wynajmowane np. przez studentów, przedsiębiorców i pracowników delegowanych do Szczecina lub przyjeżdżających do miasta turystów. Apartamenty są przytulne i mimo małego metrażu, praktyczne i komfortowe.

Każdy apartament Silver Forest można indywidualnie urządzić, zgodnie ze swoimi preferencjami lub skorzystać z gotowego urządzenia pod klucz z pełnym wyposażeniem. Osoby, które

zdecydują się na najem krótkoterminowy apartamentów np. turystom, mogą skorzystać z pomocy doświadczonego operatora, który zajmie się wszelkimi formalnościami związanymi z najmem, pomoże przy zakwaterowaniu gości i będzie doglądać nieruchomości np. pod nieobecność właściciela. Dodatkowo, przedsiębiorcy dokonujący takiego zakupu mogą po spełnieniu kilku warunków odliczyć podatek VAT, co stanowi dodatkową zachętę do inwestycji.

Unikatowe, małe metraże sprawiają, że wystarczy niewielki kapitał, by uzyskać wysoką stopę zwrotu. Inwestycja w nieruchomości to obecnie najlepszy na rynku sposób na zabezpieczenie kapitału, Silver Forest daje ku temu okazję.

Dzięki dogodnej lokalizacji mieszkania tego typu z roku na rok zyskują na wartości. Jest to więc czysty zysk dla inwestora.

Zakończenie inwestycji Silver Forest jest planowane na 1 kwartał 2024 r. W inwestycji znajdzie się 153 lokali o różnym metrażu, w tym mikroapartamenty, za cenę poniżej 200 000 zł brutto.

Manager Projektu:

Karolina Kirko

T: (+48) 515 890 556

E: karolina.kirko@asethome.pl



Radisson Blu Resort

Twój apartament przy plaży

CORAZ WIĘCEJ TURYSTÓW, ZARÓWNO Z KRAJU, JAK I ZAGRANICY DECYDUJE SIĘ NA WYPOCZYNEK W POLSCE. OZNACZA TO WIELE MOŻLIWOŚCI INWESTYCJI SWOJEGO KAPITAŁU NP. W APARTAMENTY NAD MORZEM.



Lokale powinny znajdować się blisko plaży, w otoczeniu natury, a jednocześnie w niewielkiej odległości od centrum kurortu. Ważny będzie też wysoki standard wykończenia i nowoczesny design.

Wszystkie te kryteria spełnia Radisson Blu Resort w Międzywodziu. To jedna z najlepszych nieruchomości premium na polskim wybrzeżu. Obiekt położony jest zaledwie parę kroków od atrakcyjnej, szerokiej plaży, a swoją oryginalną architekturą zachwyca już z daleka. Kondygnacje hotelowe w układzie kaskadowym zakończone tarasami robią wrażenie, a liczne przeszklenia zapewniają stały dostęp światła i pozwalają cieszyć się pięknymi widokami. Goście będą też mogli skorzystać ze spa, siłowni oraz 2 basenów, wewnętrznego i zewnętrznego z pool barem. Dla najmłodszych gości przygotowano kids room. Pobyt w apartamencie umili też restauracja à la carte ze smacznymi daniami, przygotowanymi przez najlepszych szefów kuchni oraz przyjaznym i kameralnym wnętrzem. Radisson Blu Resort będzie świetnym miejscem na wypoczynek zarówno dla grupy przyjaciół, par, jak i rodzin. W okolicy obiektu znajduje się wiele ścieżek rowerowych. Położenie w spokojnej miejscowości, jaką jest Międzywodzie, a jednocześnie bliskość licznych atrakcji turystycznych i kurortów, zapewnią wspaniałe warunki do wypoczynku.

Radisson Blu Resort to całoroczny apartament nad samym brzegiem morza. Lokale są w pełni umeblowane i wykończone w wysokim standardzie. Styl każdego apartamentu nawiązuje do kolorów natury, zapewniając przytulną atmosferę oraz wygodę. Do wyboru są apartamenty 2 lub 3-pokojowe. Dodatkowo sieć oferuje całoroczną obsługę apartamentów przez operatora, który zadba o wszystkie czynności związane z najmem, a także pomoże w poszukiwaniu najemców. Dzięki marce Radisson rozpoznawalnej na całym świecie łatwo będzie dotrzeć do najemców także z zagranicy, którzy będą mogli liczyć na najwyższą jakość i komfort pobytu. Zapewni to gwarancję, że w sezonie wakacyjnym apartament nie pozostanie pusty, a inwestycja w nieruchomość szybko się zwróci. Zakup apartamentu to najlepsza forma lokowania swojego kapitału, z wysoką stopą zwrotu.

Manager Projektu:
Patrycja Musiał
T: (+48) 572 655 460
E: patrycja.musial@assethome.pl





Dyskretny urok luksusu

JEDEN Z OSTATNICH PROJEKTÓW PRACOWNI IDS – TO POWSTAJĄCA W LEŻĄCYCH NAJBLIŻEJ SZCZECINA MIĘDZYDZROJACH, UNIKATOWA INWESTYCJA MORITZ. CELEM ARCHITEKTÓW BYŁO STWORZENIE ELITARNEJ PRZESTRZENI, GDZIE NOWOCZESNOŚĆ I ELEGANCJA ŁĄCZĄ SIĘ Z NATURĄ. TO MIEJSCE MA SZANSĘ STAĆ SIĘ ARCHITEKTONICZNĄ PERŁKĄ TEJ CZĘŚCI WYBRZEŻA.



Projekt jest idealnym połączeniem subtelnej atmosfery, elegancji, niebanalnego designu i funkcjonalności. Do dyspozycji przyszłych właścicieli oddanych zostanie siedem przestronnych i przeszklonych apartamentów o butikowym charakterze, urządzonych pod klucz. Tutaj każdy element wnętrza został starannie dobrany, poczynawszy od precyzyjnie zaprojektowanego oświetlenia, które ma stworzyć przytulny klimat, przez designerskie meble, po najdrobniejsze detale jak ekspres do kawy Jura.

Częścią wspólną wszystkich apartamentów jest nawiązanie do miejsca, w którym powstaje budynek. – Od samego początku zależało nam, by w projekcie podkreślić integralność przyrody z elementami wykończenia. Inspiracją dla tego obiektu, który został kompleksowo przez nas zaprojektowany, jest natura. Przejawia się to przede wszystkim w kolorystyce, w której dominują barwy ziemi: piasek, drewno, skały, słońce i morze. Do budowy wykorzystaliśmy naturalne i szlachetne materiały – mówi Adrianna Gagat, architektka z pracowni IDS. – To m.in. sprowadzony z Brazylii niezwykle trwały i wizualnie malarski kwarcyt, a także egzotyczne, ściśle wyselekcjonowane drewno. Dodatkowo zastosowaliśmy ogromne przeszklenia, przez który do środka wpadać będzie dużo naturalnego światła. Dzięki temu przyszli mieszkańcy, będą mogli rozkoszować się pięknym widokiem na morze.

Moritz to zupełnie nowa jakość wśród nadmorskiej architektury, coś co można śmiało nazwać dyskretnym luksusem, który szybciej spotkamy na hollywoodzkich wzgórzach. W tym przypadku postawiono na jakość i styl, a nie na ilość. – Mielismy niepowtarzalną okazję, żeby stworzyć coś wyjątkowego. To produkt Premium, półprywatna inwestycja dla zdecydowanego i bardzo wymagającego klienta – podkreśla charakter inwestycji Cecylia Dobrzyńska, architektka prowadząca z pracowni IDS. – Oprócz wspomnianych elementów, które znalazły się w tym projekcie, wyposażyliśmy apartamenty w funkcjonalne udogodnienia. To stapiający się z naturą budynek, ale jednocześnie nowoczesny dom, wyposażony w inteligentny, w pełni automatyczny system zarządzania do każdego z apartamentów. Na wzór nowojorskich loftów, będzie można dostać się do apartamentu z prywatnej windy. Ponadto w podziemiach budynku znajdować się będzie garaż, zapewniający miejsca postojowe dla każdego z lokatorów. Dodatkową atrakcją jest basen, który znajdzie się wewnątrz budynku. Zapewni on relaks mieszkańcom obiektu przez cały rok, niezależnie od aury panującej na zewnątrz. Pobyt nad morzem w takich warunkach ma szansę stać się niezapomnianym i trwającym przez cały rok, przeżyciem.

ad/ wizualizacje: materiały prasowe



IDS
architekci

IDS Architekci Sp. z o.o.
ul. Targ Rybny 2 | 70-535 Szczecin
tel./fax: 91 484 30 56
www.idsarchitekci.pl



Pewna inwestycja

ZAKUP MIESZKANIA, KTÓRE JEST DOPIERO W FAZIE PROJEKTOWEJ, WIĄŻE SIĘ Z DUŻYM RYZYKIEM. W PRZYPADKU INWESTYCJI MARINY DEVELOPER MAMY PEWNOŚĆ, ŻE ZAINWESTOWANE ŚRODKI NIE PRZEPADNĄ. MIESZKANIA W DĄBSKIM CLUBHOUSE, APARTAMENTACH 101 NA WARSZAWIE I NADMORSKIM PÓŁWYPIE DZIWNÓW JUŻ POWSTAŁY I PIERWSI WŁAŚCICIELE ODBIERAJĄ JUŻ KLUCZE.

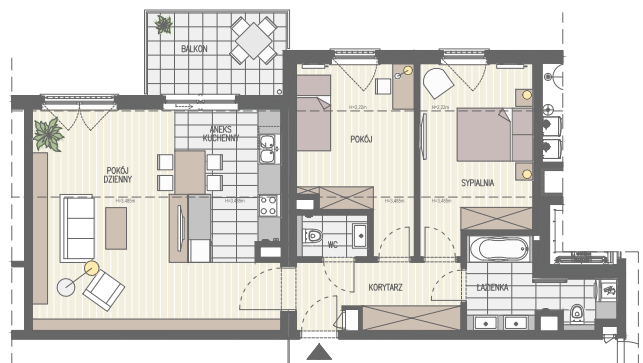
Na osiedlach Półwysp Dziwnów i Apartamenty 101 własność mieszkań już jest przenoszona na nowych właścicieli. Klucze przekazywane są po dopełnieniu niezbędnych formalności. Również w CLUBHOUSE deweloper zmierza do zakończenia realizacji inwestycji. W dobie zawirowań na rynku budowlanym taki etap inwestycji daje poczucie bezpieczeństwa i pewność, że dobrze zainwestowaliśmy środki finansowe. Dodatkowym atutem jest gwarancja ceny, co zachęca do ochrony kapitału przed utratą jego wartości właśnie w ten sposób.

a te mieszkania na parterze posiadają ogródki, w których do minimum ograniczono potrzebę obsługi – wyposażone są w system nawodnienia, automatyczną kosiarkę i gotowe nasadzenia. W bezpośrednim sąsiedztwie osiedla położony jest park Warszewo-Podbórz, a od północy graniczy z Puszcą Wkrzańską, która zaprasza do spacerów na łonie przyrody. Jednocześnie lokalizacja jest na tyle dogodna, że zapewnia szybki dojazd do centrum miasta. Apartamenty 101 to propozycja dla ludzi ceniących zarówno spokój, jak i wygodę.

Apartamenty 101

W Apartamentach 101 gotowe jest m.in. mieszkanie nr 21. Na ponad 80 m² zmieściły się 3 pokoje, w tym duży salon z aneksem kuchennym, z którego można wyjść na 8-metrowy balkon. Deweloper kładzie nacisk na układ funkcjonalny mieszkań, dlatego z korytarza wchodzi się do wszystkich pomieszczeń, również do łazienki i osobnego wc. Apartament położony jest na drugim (ostatnim) piętrze.

Istnieje jeszcze możliwość wykończenia mieszkań w Apartamentach 101 pod klucz. Wszystkie mają bardzo wysoki standard. Wyposażono je w ogrzewanie podłogowe, klimatyzację, system inteligentnego zarządzania przy pomocy smartfona i pompę cyrkulacyjną, zapewniającą szybki dostęp do ciepłej wody. Duże przesuwne okna bezprogowe sprawiają, że pomieszczenia są jasne i przestronne. Teren osiedla i sam apartamentowiec chroniony jest przez systemy monitoringu i alarmowy. Deweloper zwrócił też uwagę na funkcjonalność otoczenia, dbając o potrzeby rekreacyjne mieszkańców. Wszystkie apartamenty mają więc duże tarasy,



APARTAMENTY 101
MIESZKANIE 21
POW.: 81,49 M²
BALKON: 7,94 M²

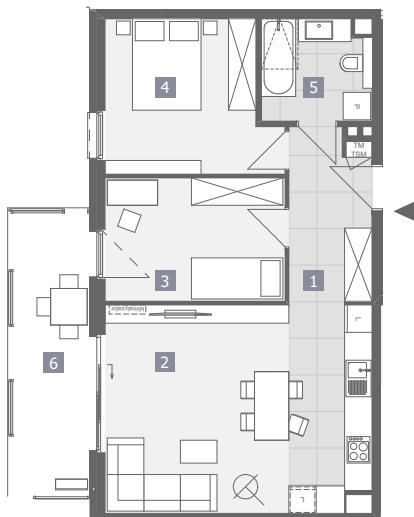


CLUBHOUSE

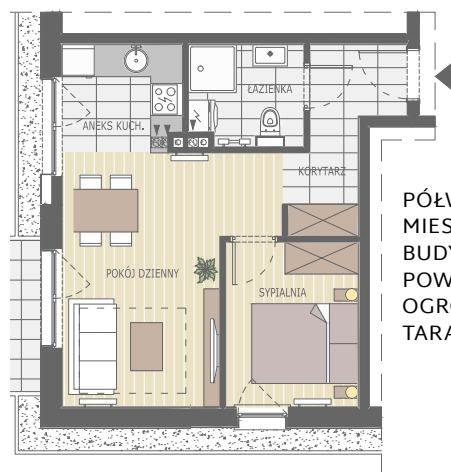
Również na drugim piętrze położone jest mieszkanie B.2.4 w inwestycji CLUBHOUSE. Podobnie jak w poprzednim przypadku korytarz łączy wszystkie pomieszczenia. Na 60 m² rozmieszczono 2 sypialnie i duży pokój dzienny połączony z aneksem kuchennym i jadalnią. 10-metrowy balkon posiada wyjście zarówno z salonu, jak i jednej z sypialni. Rozciąga się z niego widok na Jezioro Dąbie Małe.

Budynek odznacza się ciekawą bryłą, która przywołuje na myśl statek. Jego położenie bezpośrednio nad jeziorem Dąbie i powiązanie z historią oraz naturalnym wykorzystaniem tego miejsca nie jest przypadkowe – Marina Developer zawsze wybiera ciekawą lokalizację dla swoich inwestycji. W sąsiedztwie mamy więc dąbską marinę, a niedaleko dopiero co wyremontowane kąpielisko. Położenie nad akwenem zapewnia spokój, a jednocześnie umożliwia chętnym rozwijanie pasji motorowodnych. Własny jacht czy zawody sportowe różnej rangi można będzie oglądać z okien i tarasów swojego mieszkania – dla pasjonatów żeglarsstwa jest to wielki atut. Właśnie na tych tarasach warto zatrzymać się na dłużej, bo wyposażone są w innowacyjny system

CLUBHOUSE
MIESZKANIE B.2.4
NR B.8
POW.: 59,87 M²
BALKON: 10,15 M²



podwójnej, przesuwnej fasady, która pozwala odgrodzić się od niekorzystnych warunków atmosferycznych. W połączeniu z pokojami dziennymi i sypialniami tworzą one naprawdę imponującą przestrzeń do życia. Wszystkie mieszkania zapewniają widok na wodę, a część także na zieloną przestrzeń lotniska sportowego w Dąbiu i położoną za nim Puszcę Bukową. Budynek odznacza się podwyższoną izolacyjnością akustyczną okien i drzwi, posiada też cichobieżne windy, a wszystkie mieszkania mają w standardzie ogrzewanie podłogowe. Na parterze i pierwszym piętrze znajdzie się kilka lokali usługowych, w tym popularny sklep „Żabka”. Komunikację dla lubiących aktywny tryb życia ułatwia ścieżka rowerowa wzdłuż brzegu jeziora, ale na wysokości budynku przy ul. Przestrzennej znajduje się też przystanek komunikacji miejskiej, a droga samochodem do centrum zajmuje zaledwie 7 minut. Jest to więc i dobre miejsce do wypoczynku, i świetna baza wypadowa do pracy lub za miasto.



PÓŁWYSEP DZIWNÓW
MIESZKANIE 5,
BUDYNEK A1
POW.: 37,45 M²
OGRÓDEK: 110,14 M²,
TARAS: 5,31 M²

Półwysp Dziwnów

W Dziwnowie czeka na chętnych m.in. mieszkanie A1.5. Jest to mieszkanie 2-pokojowe o metrażu ok. 37 m². Poza korytarzem, łazienką i sypialnią jego główną część zajmuje duży pokój dzienny z aneksem kuchennym i częścią przeznaczoną na jadalnię. Położenie na parterze ma dodatkową zaletę – do mieszkania należy ogród, który daje możliwość wypoczynku i towarzyskiego spędzania czasu.

Warto wiedzieć, że lokale Półwyspu Dziwnów przygotowane są nie tylko pod potrzeby mieszkańców, ale także inwestorów. Wszystkie odznaczają się wysokim standardem wykończenia, a niektóre są już wykończone pod klucz. Wybierane są chętnie przez miłośników pracy zdalnej, wypoczynku, ale także pod wynajem na cele turystyczne, co ułatwia podjęta z deweloperem współpraca z tourooperatorem, który weźmie na siebie pełną obsługę obiektu. Powstaje tu 130 apartamentów, które wraz z zagospodarowaniem rekreacyjnym osiedla tworzą miejsce spełniające wymogi rodzin z dziećmi, miłośników sportów wodnych czy zwierząt, a także biznesmenów. Osiedle położone jest nad Zatoką Wrzosowską, tuż obok mariny, popularnej restauracji i nadmorskiej plaży. Dodatkowo inwestycja leży na Zachodniopomorskim Szlaku Żeglarskim, a sam Dziwnów jest jednym z najważniejszych ośrodków żeglarsstwa i sportów wodnych w kraju.

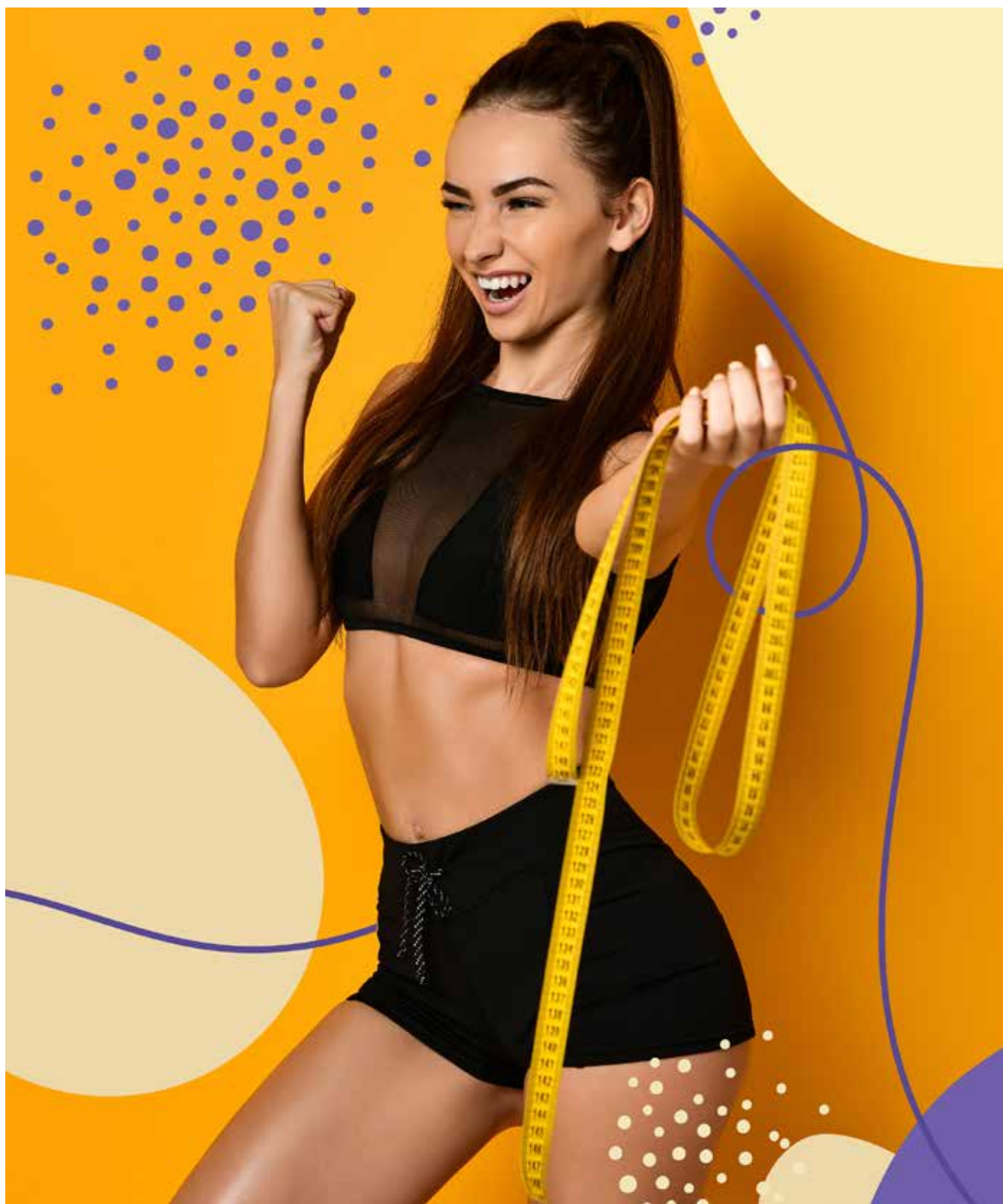
autor: Karina Tessar/foto: materiały prasowe

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.

Niezawodny plan na miarę

DOPIERO CO PISALIŚMY O NADEJŚCIU WIOSNY, A TUTAJ JUŻ LATO. CZUĆ JUŻ POWIEW CIEPŁEGO WIATRU, URLOPU, A CO ZA TYM IDZIE – KRÓTKICH RĘKAWKÓW, KUSYCH SPODENEK, A NAWET BIKINI. NIE KAŻDY JEDNAK MA W SOBIE TYLE ODWAGI, ABY WSKOCZYĆ W NIE BEZ SKRĘPOWANIA.



Zaczyna się sezon na odchudzanie i intensywne treningi. Jednakże dieta i ćwiczenia czasami zawodzą, zwłaszcza gdy mowa o miejscach opornych na nasze starania. Jeśli z uporem maniaka testujesz kolejną dietę, a obwód problematycznych okolic ciała nie zmienia się – mamy dla Ciebie dobrą propozycję. To kolejny rok, kiedy nasz specjalny program modelowania sylwetki – Plan Szyty Na Miarę, odnosi sukcesy. Idealna sylwetka na lato, uzyskana w ekspresowym tempie to przecież marzenie niejednej kobiety i niejednego mężczyzny. Co zatem radzi lekarz?

Holistyczne

W Klinice Zawodny wyznajemy zasadę holistycznego podejścia do zdrowia i urody – to znaczy kompleksowego, całościowego rozumienia procesów zachodzących w organizmie, wewnątrz i na zewnątrz. Sposobem na utratę zbędnych kilogramów bądź redukcji tkanki tłuszczowej nie powinno być zatem coś, co jest ekspresowe, tylko przede wszystkim – zdrowe. Najlepszy efekt uzyskuje się wtedy, gdy osoba z zewnątrz obserwuje, czy każdy z powyższych procesów odbywa się w zgodzie z organizmem zainteresowanego. W świecie medycyny estetycznej istnieją rozwiązania dotyczące tej kwestii, a dynamiczny rozwój technologiczny pozwala na uzyskanie satysfakcjonujących efektów.

Personalne

Nie należy ślepo podążać za kanonami mody. Wymarzony wygląd powinien uwzględniać specyficzne cechy urody. Utrata wagi i pozbycie się zbędnego tłuszczu to zawsze sprawa wysoce indywidualna. W Klinice Zawodny jesteśmy przekonani o tym, że najlepsze rezultaty otrzymuje się przy kompleksowym działaniu – takim, nad którym pieczę sprawuje lekarz bądź inny specjalista. Przecież w gruncie rzeczy chodzi o nasze zdrowie, prawda?

Wspomniane tu indywidualne dobranie kuracji jest rzeczą mogącą sprawiać kłopot lub wymagającą poświęcenia dużej ilości czasu na zdobycie istotnych informacji, jeśli próbuje zrobić to sama osoba zainteresowana. Dlatego właśnie doskonałym rozwiązaniem jest zgłoszenie się do placówki, która w profesjonalny sposób pozwoli na uzyskanie upragnionej sylwetki z poszanowaniem zdrowia i personalnym doбором najbardziej właściwej kuracji. W Klinice Zawodny uważamy, że właśnie w taki sposób osiąga się satysfakcjonujące efekty – w równowadze, w zgodzie ze sobą, świadomie i profesjonalnie. Z tego powodu, kilka lat temu, stworzyliśmy Plan Na Miarę.

Szyty na Twoją miarę

Jeśli już kiedyś szukałaś sposobu na uzyskanie „ekspresowej sylwetki na lato” z pewnością wiesz, że medycyna estetyczna oferuje pełen wachlarz zabiegów. Niewątpliwie też, zarzucona mnóstwem informacji o charakterze medycznym, nie wiedziałas, który z zabiegów będzie najbardziej odpowiednim dla Ciebie. Niejednokrotnie spotykaliśmy się z konsternacją pacjentów wywołaną liczbą technologii dostępnych w naszej Klinice. Dlatego stworzyliśmy ten wyjątkowy program, w którym jedynymi zadaniami pacjenta są: przyjscie do Kliniki Zawodny oraz określenie efektu, który pragnie się osiągnąć. Resztą zajmują się nasi specjaliści.

Pacjent w ramach Planu Na Miarę otrzymuje skrojony pod siebie, spersonalizowany program zabiegowy z określeniem urządzeń i technologii, które w najsukuteczniejszy i najszybszy spo-

sób pomogą mu osiągnąć sylwetkę z marzeń. Ponadto, każdy taki plan zabiegowy otrzymuje atrakcyjną cenę. W ramach tego programu można także skorzystać z pomocy dietetyka i wykonać badania na określenie nietolerancji pokarmowych oraz nowoczesne żywieniowe badania genetyczne.

Ciało

Zajmujemy się przede wszystkim obszarami, które są odporne na dietę i odchudzanie. Możemy redukować nadmierną ilość tkanki tłuszczowej w konkretnych miejscach, takich jak: brzuch, ramiona, boczki, plecy, uda i pośladki. Pracujemy nad pozbyciem się zbędnego tłuszczu, ale także nad ujędrnieniem tkanek, skóry, a nawet – poprawą napięcia mięśni. Nasi doświadczeni eksperci doskonale łączą technologie dostępne w Klinice Zawodny tak, aby się uzupełniały i prowadziły do osiągnięcia szybszego i skuteczniejszego efektu.

Dieta

Poza zabiegami zapraszamy wszystkich, chcących odmienić swoją sylwetkę, na konsultacje do naszej dietetyczki. Z opieką i wsparciem specjalisty można przyjrzeć się swoim nawykom żywieniowym i zaplanować dietę na kilka tygodni. Pacjent regularnie odbywa kontrole dietetyczne, gdzie wykonywane są pomiary antropometryczne i spisywane zostają wymiary obwodu ciała. Oprócz tego, w naszej klinice można wykonać szczegółowe badania dietetyczne i żywieniowe, które dadzą głębski wgląd w indywidualne preferencje organizmu.

Medycyna estetyczna oferuje pełen wachlarz możliwości w kwestii uzyskania wymarzonej sylwetki. Postęp technologiczny pozwala na osiągnięcie coraz szybszych i coraz bardziej spektakularnych efektów. Sytuacja zdrowotna każdego z nas to jednak sprawa niezwykle indywidualna. W pogoni za upragnionym wyglądem nie należy zapominać o rozsądku – ważne, aby tak ważne postanowienia, jak utrata wagi w szybkim czasie, odbywały się pod okiem specjalisty i przebiegały w zgodzie z organizmem. Zapraszamy na konsultacje.



INDYWIDUALNY PROGRAM ZABIEGÓW
„PLAN SZYTY NA MIARĘ”
TERAPIE ŁĄCZONE




KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

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



Turnus dla zdrowia

REHABILITACJA WYMAGA CZASU, SYSTEMATYCZNOŚCI I CIĄGŁEJ WSPÓŁPRACY FIZJOTERAPEUTY I PACJENTA. WIE O TYM KAŻDY Z NAS, KTO KIEDYKOLWIEK MUSIAŁ JEJ PODDAĆ. TE CZYNNIKI TO KLUCZ DO NASZEGO ZDROWIA, Z CZEGO DOSKONAŁE ZDAJĄ SOBIE SPRAWĘ SPECJALIŚCI Z KLINIKI REHABILITACJI STACJONARNEJ W PYRZYCACH. ORGANIZOWANE W TEJ PLACÓWCE TURNUSY REHABILITACYJNE STANOWIĄ DOSKONAŁE ROZWIĄZANIE DLA OSÓB LICZĄCYCH NA SKUTECZNE LECZENIE. O ZALETACH TAKIEJ FORMY, ROZMAWIAMY Z FIZJOTERAPEUTĄ BARTOSZEM SIATKOWSKIM.

Organizujecie u siebie stacjonarne turnusy rehabilitacyjne dla pacjentów. Na czym polega ta forma i czym się różni od pojedynczych wizyt?

Turnusy rehabilitacyjne różnią się od trybu ambulatoryjnego głównie tym, że pacjent ma dostosowany plan dnia do procedur zabiegowych, które zostały mu zlecone. Począwszy od porannych ćwiczeń ogólnych, poprzez indywidualną sesję z fizjoterapeutami, fizykoterapię, aż po konsultacje z psychologiem. Dzięki temu pacjent może uzyskać lepsze efekty poprzez intensyfikację zabiegów. Ponadto fizjoterapeuci mogą szybko modyfikować proces leczenia, mając ciągły kontakt z pacjentem. To także doskonała forma, dla tych osób, które ze względów zdrowotnych, nie mogą uczestniczyć w rehabilitacji ambulatoryjnie.

Jak wygląda taki turnus i kto może z niego skorzystać?

Turnus zawsze rozpoczyna się od zakwaterowania pacjenta w pokoju oraz poinformowania go jak działa cały ośrodek. Następnym etapem jest konsultacja z fizjoterapeutą, który po dokładnym wywiadzie, badaniu funkcjonalnym, wykonaniu testów ustala indywidualny program terapii. W jego skład wchodzi m.in. fizjoterapia, psychoterapia, terapia zajęciowa, dietetyk. W naszym ośrodku mogą przebywać osoby zarówno młode, jak i starsze. Pomagamy w leczeniu chorób neurologicznych (np. po udarach), dyskopatiach, problemach korzeniowych, zmianach zwyrodnieniowych. Rehabilitujemy osoby po zabiegach opera-

cyjnych narządu ruchu. Robimy wszystko, aby usamodzielnąć pacjenta i pomóc mu w dochodzeniu do sprawności.

Warto dodać, że proces leczenia dzięki fizjoterapii nie może opierać się tylko na zabiegach, terapiach czy ćwiczeniach. Ważnym aspektem są również zajęcia dodatkowe, które pomagają zmienić dotychczasowy styl życia. Temu służą konsultacje z dietetykiem i psychologiem. Proponujemy liczne aktywności wspomagające, które są doskonałym dodatkiem do klasycznych form w rehabilitacji – pozwalają poszerzyć wiedzę na temat leczenia ruchem, uczą świadomości naszego ciała.

Kto zatem czuwa nad zdrowiem pacjentów w państwa Klinice?

To przede wszystkim fizjoterapeuci. W zespole mamy magistrów z wieloletnim doświadczeniem zawodowym po licznych szkoleniach, np. z terapii manualnej Kalthenborn'a, terapii manualnej wg IAOM, PNF, Mulligan concept, terapii tkanek miękkich, manipulacji HVLA, treningów medycznych i wielu innych. Dzięki ciągłym szkoleniom w których uczestniczą nasi specjaliści, praca i efektywność są na wysokim poziomie. Ponadto pracują masażyści, terapeuci zajęciowi, dietetyk kliniczny, psycholog, a także personel pomocniczy. Cały team świetnie się rozumie i uzupełnia.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe

KLINIKA⁺ REHABILITACJI STACJONARNEJ W PYRZYCACH



INDYWIDUALNE PLANY
REHABILITACYJNE 24/7
W FORMIE TYGODNIOWYCH
LUB DŁUŻSZYCH TURNUSÓW



MAKSYMALNY EFEKT
TERAPII DZIĘKI CODZIENNYM,
INTENSYWNYM ZABIEGOM



PROFESJONALNE
WSPARCIE
WYKWALIFIKOWANEJ
KADRY

INFORMACJA TEL.: 91 351 02 02

TURNUSY@EVOMED.COM.PL

WWW.EVOMED.COM.PL/PYRZYCE



Dental
Center
WEJT & TAWAKOL

Dental
Center
WEJT & TAWAKOL kids



Szczecin, ul. Mariacka 6/U | tel. 91 423 57 57 | kontakt@dentalcenter.pl
f / [klinika.edentist](https://www.klinika.edentist.pl) | www.dentalcenter.pl

PONAD 25 LAT DOŚWIADCZENIA

implantologia - stomatologia estetyczna
nowoczesna ortodoncja - nakładki Invisalign
leczenie kanałowe pod mikroskopem
licówki - korony - ceramika bez metalu



dr Marek Tawakol,
specjalista stomatologii ogólnej



dr n. med. Edyta Wejt-Tawakol



dr n. med. Ewa Piesiewicz,
specjalista ortodonta



dr Adrian Borawski



dr Aleksandra Wdowiak,
specjalista stomatologii
dziecięcej

STOMATOLOGIA DZIECIĘCA

kompleksowe leczenie na jednej wizycie w znieczuleniu ogólnym
nowoczesna ortodoncja dla młodzieży

Medycznie & Estetycznie

DR N. MED. MARCIN WIŚNIEWSKI

SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ, SPECJALISTA TRANSPLANTOLOGII KLINICZNEJ, MIĘDZYNARODOWY TRENER IMPLANTACJI NICI SILHOUETTE SOFT, TRENER W ZAKRESIE PRZESZCZEPIANIA KOMÓREK MACIERZYSTYCH, POCHODZĄCYCH Z TKANKI TŁUSZCZOWEJ, ZASTOSOWANIA KWASU, HIALURONOWEGO ORAZ BIOSTYMULATORA TKANKOWEGO ELLANSE.



Naturalnie dobra jakość

MEDYCYNĄ REGENERACYJNĄ ODTWARZA, REGENERUJE, NAPRAWIA. ZABIEGI Z JEJ ZASTOSOWANIEM DŁUGOTRWĄŁE EFEKTY, PONADTO ROBIĄ TO W SPOSÓB NATURALNY I SĄ ALTERNATYWĄ DLA NP. TRADYCYJNYCH WYPEŁNIACZY. O DWÓCH DOSKONAŁYCH ZABIEGACH: PREPARACIE ELLANSE I NICIACH SILHOUETTE SOFT, CZERPIĄCYCH Z MEDYCyny REGENERACYJNEJ, ROZMAWIAMY Z DR N. MED. MARCINEM WIŚNIEWSKIM, SPECJALISTĄ CHIRURGII OGÓLNEJ I TRANSPLANTOLOGII KLINICZNEJ.

Ellanse nazywany jest inteligentnym wypełniaczem. Panie doktorze, na czym polega jego działanie i czym się różni od kwasu hialuronowego, który jest najbardziej popularnym tego rodzaju preparatem?

Ellanse to bardzo silny biostymulator tkankowy długotrwale działający w skórze. W jego skład wchodzi dwie substancje. Żel nośnikowy pod postacią karboksymetylocelulozy oraz łańcuchy polikaprolaktonu zamknięte w idealnie gładkich mikrosferach. Żel odpowiada za natychmiastowy efekt wypełnienia, który jest widoczny bezpośrednio po zabiegu. W tym czasie polikaprolakton stymuluje powstanie nowych włókien kolagenowych. Stymulacja ta nasila się aż do uzyskania maksymalnego poziomu po około 3 miesiącach. W przypadku Ellanse uzyskany efekt jest bardzo naturalny, następuje stopniowa poprawa jakości skóry i naturalne odtworzenie objętości.

Dla kogo jest przeznaczony jest Ellanse i jak trwałe jest jego działanie?

Preparat przeznaczony jest dla osób, które cenią sobie naturalny wygląd, dobrą jakość skóry oraz długotrwałe efekty. Może być używany zarówno do odtwarzania objętości jak i samej poprawy i zagęszczenia skóry. Długość działania zależy od rodzaju użytego preparatu. W przypadku Ellanse S będzie to rok, natomiast w przypadku Ellanse M – dwa lata. Co bardzo ważne, przez cały ten okres stymulacja kolagenu utrzymywana jest na takim samym poziomie. Preparat ten doskonale sprawdza się także u osób bardzo aktywnych fizycznie, które szybko metabolizują kwas hialuronowy. Zapewnia on bardziej stabilne i długotrwałe efekty.

Jeśli ktoś wcześniej miał wykonany zabieg z użyciem kwasu hialuronowego to może skorzystać także z Ellanse?

Oczywiście, ale pod pewnymi warunkami. Jeżeli chcemy podać preparat w miejsce, gdzie wcześniej podany był kwas hialuronowy, należy poczekać do wchłonięcia się kwasu.

Na rynku medycyny estetycznej jest kilka rodzajów nici do liftingu i odmładzania twarzy. Co wyjątkowego jest w niciach Silhouette Soft, że warto skorzystać z ich działania?

Nici dostępne na rynku różnią się między sobą zarówno budową jak i materiałem, z którego są wykonane. Te czynniki oraz prawidłowa kwalifikacja pacjenta, wpływają na ostateczny efekt zabiegu. Nici Silhouette Soft zbudowane są z kwasu polimlekowego – jednego z najsilniejszych stymulatorów kolagenu.



W swojej konstrukcji posiadają stożki, a nie haczyki, co daje 2,5 razy większą siłę utrzymywania repozycjonowanych tkanek oraz mocniejsze zakotwiczenie, a jednocześnie nie drażni tkanek. Po ich implantacji dochodzi do repozycjonowania tkanek, a kwas polimlekowy powoduje stymulację kolagenu, co znacząco wpływa na poprawę jakości skóry.

Czy faktycznie aplikacja nici daje aż tak widoczne efekty?

Tak, ale pod warunkiem dobrej kwalifikacji pacjenta do tego typu zabiegu. Chodzi przede wszystkim o jakość skóry. W przypadku bardzo cienkiej i wiotkiej skóry lub bardzo grubej i hipertroficznej nie uzyskamy zadowalających i długotrwałych efektów. W niektórych przypadkach istnieje także możliwość wcześniejszego przygotowania skóry do takiego zabiegu przy pomocy urządzeń wysokoenergetycznych.

Są osoby, które mają obawy co do tego rodzaju zabiegu. Aplikacja nici i to, że mamy później coś obcego pod skórą... W praktyce to jednak nie jest aż tak niezwykle.

Silhouette Soft to całkowicie biodegradowalne nici, tak więc ich obecność w tkance podskórnej jest czasowa. Bezpośrednio po implantacji są one wyczuwalne, ale z czasem pacjenci w ogóle nie odczuwają ich obecności. W chirurgii, różnego rodzaju nici, stosowane są powszechnie i praktycznie podczas każdego zabiegu, dlatego nie uważam, aby ich zastosowanie w obrębie twarzy, było czymś niezwykłym.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Ewelina Prus



Fizjoterapia dla najmłodszych

PIERWSZY ROK ŻYCIA DLA KAŻDEGO DZIECKA JEST PRZEŁOMOWY. TO CZAS, KIEDY MOŻNA ZAPOBIEC WIELU PÓŹNIEJSZYM PROBLEMOM ZDROWOTNYM. WŚRÓD BADAŃ OBOWIĄZKOWO POWINNA SIĘ ZNALEŻĆ TAKŻE WIZYTA U FIZJOTERAPEUTY. O TYM, DLACZEGO JEST TO TAK WAŻNE I W JAKICH PRZYPADKACH REHABILITACJA NAJMŁODSZYCH JEST NIEZBĘDNA, ROZMAWIAMY Z FIZJOTERAPEUTKĄ Z REHA-TEAM OKTAWIĄ PARCHIMOWICZ, SPECJALIZUJĄCĄ SIĘ M.IN. W FIZJOTERAPII I OSTEOPATII DZIECI ORAZ NIEMOWLĄT.

Kiedy tak młody człowiek powinien trafić do pani gabinetu? Czy tylko wtedy, kiedy dzieje się coś z nim niepokojącego? Czy tak jak w przypadku osób dorosłych, warto odbyć taką wizytę kontrolnie?

Zdecydowanie każde dziecko powinno zostać poddane, że się tak kolokwialnie, wyrażę – „przeglądowi”. Tak jak mamy patrolować pediatryczne czy patrolować położnych środowiskowych, czyli kompleksowe badania, tak dziecko, powinno trafić do fizjoterapeuty na konsultację. I to niezależnie od tego czy wymaga interwencji fizjoterapeutycznej, czy nie. Wynika to z tego, że często rodzice nie zdają sobie nawet sprawy, że jakieś niepokojące rzeczy dzieją z ich pociechą albo na odwrót – to, co im się w zachowaniu dziecka wydaje podejrzanym, podczas konsultacji okazuje się czymś zupełnie normalnym.

W pierwszym okresie życia, czyli od 0 do 12 miesięcy, dziecko rozwija się głównie poprzez motorykę. Im bardziej jest pełny jego rozwój ruchowy, tym lepiej się będzie rozwijało pod kątem psychicznym i socjalnym. Rolą fizjoterapeuty jest, w tym wczesnym okresie, wychwycenie wszelkich nieprawidłowości i wspomoczenie takiego dziecka i rodzica elementami pielęgnacyjnymi. Podsumowując, pomagamy dzieciom już od pierwszych dni życia, gdyż najlepsze efekty osiągamy podczas pierwszego – przełomowego dla dziecka roku życia.

Z jakimi problemami mogą do pani gabinetu zgłaszać się rodzice ze swoimi pociechami?

Zajęcia terapeutyczne dedykowane są przede wszystkim dzieciom z zaburzeniami wzmożonego lub osłabionego napięcia mięśniowego, z opóźnieniem rozwoju ruchowego, asymetrią ciała, z zaburzeniami ssania czy połykania, a także karmienia piersią. Wymienione problemy mogą wiązać się z ciążą tzw. ryzyka.

Może to być ciąża cukrzycowa, małowodzie, wielowodzie, problemy endokrynne, hipertrofia płodu. Czasami są one skutkiem skomplikowanego i przedłużającego się porodu. Wtedy taki rodzic, ze skierowaniem do szpitala, trafia do nas na rehabilitację. Pomagam również rodzicom w kwestiach pielęgnacyjnych. Uczę ich jak dziecko właściwie przebierać, ubierać, jak je odkładać. Nawet jeśli nie jest wymagane działanie terapeutyczne, to czynności takie wspomagają jego wczesny rozwój. Terapię prowadzę w sposób nieinwazyjny w oparciu o metody neurofizjologiczne m.in. NDT Bobath oraz o delikatne techniki osteopatyczne.

Czym jest wspomniana przez panią osteopatia? I jak jest wykorzystywana w rehabilitacji dzieci?

Osteopatia to dział medycyny regulacyjnej, która zajmuje się wykorzystywaniem własnych możliwości organizmu do samoregulacji czy samoleczenia. Terapia ta podchodzi do pacjenta całościowo, koncentruje się nie tylko na jednej wybranej części ciała, lecz traktuje ciało jako jedność. Znajduje swoje zastosowanie w każdym wieku, dlatego też dedykowana jest najmłodszym osobom. W terapii tej wykorzystuje się delikatne manualne techniki, m.in. techniki czaszkowo-krzyżowe, wisceralne, powięziowe i limfatyczne. Osteopatia świetnie sobie radzi z usuwaniem wszelkiego rodzaju napięć. W przypadku noworodków i niemowląt sprawdza się w zaburzeniach trawiennych i pokarmowych. Są to zazwyczaj różnego rodzaju wzdęcia, problemy gastryczne, zaparcia, ulewianie, kolki czy nieprawidłowa defekacja. Pomaga także dzieciom nadpobudliwym, niespokojnym, płaczącym, mającym problemy ze snem, przesterowanym ze strony autonomicznego układu nerwowego. Osteopatia wycisza dzieci na różnych polach.

ad / foto: materiały prasowe

A photograph of a woman with long brown hair, wearing a light pink top, smiling warmly and hugging a young girl with long brown hair and a white bow. The girl is also smiling and looking upwards. They are in a bright, indoor setting.

Dzień Matki

to doskonała okazja do podziękowań i radosnych życzeń. Dla coraz większej grupy kobiet droga do macierzyństwa nie jest jednak prosta. Przed niepłodnymi parami – zanim doczekają się potomstwa – pojawia się wiele wyzwań, emocji i rozterek.

Dobrze wiemy, że najtrudniejszą częścią walki o dziecko bywa niepewność. Dlatego wszystkim kobietom, które pomimo przeciwności losu nie poddają się w dążeniu do celu życzymy, by nigdy nie opuszczała ich nadzieja. Niech towarzyszą Wam piękne momenty, które napędzają do działania. **Dużo miłości i wiary dla wszystkich obecnych i przyszłych Mam!**



Fertility Vitrolive

Spełniamy marzenia o rodzicielstwie

TFP Fertility Vitrolive, Aleja Wojska Polskiego 103, 70-483 Szczecin
T + 48 91 48 64 345 M +48 664 732 916 E vitrolive@tfp-fertility.com
www.tfp-fertility.com

Okiem dermatologa



Dr Kamila Stachura

Fotoprotekcja, czyli słońce pod kontrolą

SŁOŃCE TO ŻYCIE. WRAZ Z WIOSNĄ ZACZYNAMY SPĘDZAĆ WIĘCEJ CZASU NA ŚWIEŻYM POWIETRZU, EKSPONUJĄC NASZĄ SKÓRĘ NA CORAZ INTENSYWNIEJ ODDZIAŁUJĄCE PROMIENIE SŁONECZNE. POMIMO IŻ SŁOŃCE MA DOBROCZYNNY WPŁYW NA NASZE SAMOPOCZUCIE I URODĘ, W DUŻEJ ILOŚCI MOŻE WYRZĄDZIĆ RÓWNIEŻ SZKODY. ŻEBY UNIKNĄĆ NIEPRZYJEMNYCH KOMPLIKACJI, ZWIĄZANYCH Z JEGO DZIAŁANIEM, DERMATOLODZY ZALECAJĄ STOSOWANIE FOTOPROTEKCJI. O TYM CZYM JEST FOTOPROTEKCJA I DLACZEGO SŁOŃCE NIE ZAWSZE NAM SPRZYJA, ROZMAWIAMY Z DR KAMIŁĄ STACHURĄ, DERMATOLOGIEM I SPECJALISTĄ MEDYCyny ESTETYCZNEJ.

Pani doktor, dlaczego trzeba uważać na tak zawsze przez nas wyczekiwane słońce i chronić przed jego działaniem naszą skórę?

Skórę należy chronić przed szkodliwym wpływem promieniowania słonecznego UVA i UVB, aby uniknąć oparzeń słonecznych

i trwałego uszkodzenia skóry, prowadzącego w konsekwencji do fotostarzenia, a nawet rozwoju nowotworów skóry. Bardzo aktywne biologicznie promieniowanie UV-B, powodujące szybko widoczny efekt oparzenia skóry, jest w znacznej części pochłaniane przez warstwę ozonową w stratosferze (tylko kilka pro-

cent dociera do powierzchni ziemi). Natomiast promieniowanie UV-A, w znikomym stopniu osłabiane przez atmosferę, wnika głębiej w skórę i wpływa na system immunologiczny i to ono jest odpowiedzialne za rozwój nowotworów. Najczęściej spotykanym szkodliwym działaniem UV są przebarwienia — zwłaszcza na twarzy występujące powszechnie w naszym fototypie skóry. Problem dotyczy przede wszystkim kobiet i związany jest z nasileniem ekspozycji na słońce. Do wystąpienia przebarwień przyczyniają się hormony (ciąża, doustna antykoncepcja), niektóre leki przeciwbólowe i antybiotyki. Połączenie któregoś z tych czynników z promieniami UV stanowi „mieszankę wybuchową” prowadzącą niemal nieuchronnie do powstania przebarwień co z kolei stanowi ogromne wyzwanie dla dermatologa. Stosując fotoprotekcję, w znacznym stopniu ograniczamy ryzyko powstania przebarwień i zapobiegamy pogłębianiu już istniejących.

Czy każdy rodzaj skóry jest w równym stopniu narażony na niekorzystne działanie słońca? Jestem wielbicieleką słonecznych kąpeli. Mam jasną skórę, ale poparzenia słoneczne u mnie to rzadkość. Mimo to zauważyłam, że po lecie moja skóra długo dochodzi do siebie, pojawiają się na niej np. przebarwienia. Jak się przed tym uchronić? Na czym polega fotoprotekcja?

Promieniowanie UVA i UVB zawsze negatywnie odbija się na kondycji skóry. Niszczy zawarty w macierzy pozakomórkowej kolagen i elastynę, przyczyniając się do jej szybszego starzenia się. Powoduje migrację melanocytów, czyli komórek wytwarzających barwnik – melaninę, w efekcie czego powstają przebarwienia, które często pozostają z nami latami. Przed tymi przykrymi skutkami można się jednak zabezpieczyć, wdrażając fotoprotekcję opartą na preparatach z filtrem. Fotoprotekcja to ochrona przed działaniem słońca i promieniowania UV. Jest również konieczna po zabiegach z zakresu medycyny estetycznej lub kosmetycznych.

Na nieprzyjemne skutki nadmiernego przebywania na słońcu najbardziej narażone są osoby z jasną cerą, a także dzieci i osoby starsze. Najbardziej widocznym i zarazem bolesnym skutkiem nadmiernej ekspozycji jest oparzenie skóry. W zależności od tego, jak bardzo „przesadziło” się ze słońcem, oparzenia mogą być różnego stopnia.

Na rynku jest dużo kosmetyków z filtrami, które mają uchronić nas przed szkodliwym działaniem słońca. Jak wybrać właściwy kosmetyk i filtr? I co z kosmetykami, które przyspieszają opalanie? Czy są w ogóle zdrowe?

Codzienne stosowanie filtrów niesie ze sobą szereg korzyści również dla naszej skóry! Bardzo istotne jest, aby dobrać odpowiedni filtr do swojego typu cery i stosować produkty zawierające ochronę SPF 30 lub wyższą. Obecnie mamy do wyboru całą gamę preparatów z filtrem, które różnią się zarówno składem jak i konsystencją, dzięki czemu możemy dobrać odpowiedni preparat, zarówno do typu naszej skóry jak też do okoliczności. Inne kremy polecam, jeśli funkcjonujemy w trybie miejskim a inne gdy wyjeżdżamy na wakacje. Na co dzień najlepiej sprawdzają się filtry chemiczne o konsystencji fluidu, które w żaden sposób nie obciążają skóry, nie zostawiają na skórze filmu i są komfortowe do stosowania pod makijaż. Na wakacje polecam preparaty będące mieszaniną filtrów chemicznych i mineralnych. Filtry mineralne potocznie zwane ekranami, w odróżnieniu od filtrów chemicznych, nie wnikają do naskórka, ale odbijają promienie słoneczne. Zatem połączenie w jednym preparacie substancji działających w różnych mechanizmach i na każdym poziomie skóry jest najskuteczniejsze. Dzięki temu

gwarantujemy swojej skórze najlepszą ochronę. Opalanie możemy przyspieszyć za pomocą kosmetyków oraz suplementów diety. Jeżeli sięgamy po nie z umiarem oraz zgodnie z zaleceniami producenta, to nie powinny nam one zaszkodzić. Jednak trzeba pamiętać, że kosmetyki przyspieszające opalanie powinny także chronić nas przed promieniowaniem UV.

Opalona skóra wygląda zdrowo i ładnie, jednak słońce przyspiesza jej starzenie się. Czy da się to ze sobą pogodzić, czy jednak trzeba unikać słońca?

W obcowaniu ze słońcem należy zachować umiar. Oprócz wad słońce ma też zalety, których nie sposób przecenić. Dzięki promieniom słonecznym mamy przecież dobry nastrój, a organizm może wytwarzać niezbędną dla zdrowia witaminę D3. Filtry przeciwsłoneczne to podstawa. I tu obalamy powszechny mit — stosowanie fotoprotekcji w żaden sposób nie blokuje wytwarzania przez nasz organizm witaminy D3. Zostało to potwierdzone w wielu badaniach naukowych. Zasada jest prosta: im wyższy faktor filtra (czyli SPF), tym dłuższa jest ochrona przed szkodliwym promieniowaniem. Co to oznacza w praktyce? Jeśli użyjemy kremu z filtrem SPF 15, oznacza to, że możemy przebywać na słońcu 15 razy dłużej niż bez jego użycia. Oczywiście do momentu wystąpienia pierwszych oznak działania słońca, czyli do wystąpienia rumienia. Przykładowo, jeśli bez użycia żadnego filtra, po upływie 10 minut, obserwujemy na skórze wystąpienie rumienia. Oznacza to, że używając SPF 15 ten czas wydłuża się do 150 min. Oczywiście pod warunkiem, że nie działają inne czynniki zewnętrzne, czyli nie pocimy się czy nie korzystamy z relaksu w wodzie. W praktyce, żeby skutecznie chronić się przed UV, zwłaszcza w kontekście przebarwień, należy powtarzać aplikacje kremu z bardzo wysokim faktorem, co 2-3 godziny. Istotne jest, żeby filtry się nie sumowały. Jeśli więc użyjesz np. filtra SPF 20 i pudru SPF 15, to twoja ochrona przeciwsłoneczna będzie wynosiła tyle, ile wyższy faktor, czyli w tym przypadku 20. Należy podkreślić, że kosmetyki z SPF nie zapewniają bezkarnego opalania, a jedynie zmniejszają ryzyko powstania oparzeń słonecznych. Pierwsze smarowanie chemicznym filtrem powinno mieć miejsce około 30 minut przed wyjściem na słońce. Pamiętajmy, że aplikację musimy powtarzać od razu gdy tylko wyjdziemy z wody.

Planuję wyjazd w bardzo ciepłe miejsce. Chciałabym się najpierw skonsultować z dermatologiem, bo będę przebywać często na słońcu. Jak wygląda taka konsultacja?

Można (a nawet trzeba) odwiedzić dermatologa, ale taka konsultacja nie różni się od standardowej wizyty lekarskiej.

A co zrobić, kiedy przesadzimy ze słońcem? Jak ratować skórę?

Jeśli już podczas opalania zauważymy zaczerwienienie lub pieczenie, to schowajmy się do cienia i spróbujmy schłodzić skórę. Domowe produkty złagodzą pieczenie i ochłodzią skórę. Możemy także od razu po powrocie wziąć chłodny prysznic. Przez kolejne dni skórę najlepiej smarować preparatami z panthenolem dostępnymi w aptekach oraz balsamami silnie nawilżającymi. Po czasie skóra zacznie się łuszczyć. Jeśli natomiast zdarzyło nam się przesadzić z kąpielami słonecznymi do tego stopnia, że na skórze pojawiły się pęcherze – niezwłocznie trzeba udać się do lekarza pierwszego kontaktu.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



Leczymy z pasją – Dom Lekarski

PRECYZYJNA DIAGNOZA I SZYBKIE LECZENIE POTRAFIĄ POPRAWIĆ KOMFORT ŻYCIA, A NAWET JE URATOWAĆ. W ODPOWIEDZI NA ZAPOTRZEBOWANIE NA WYSOKIEJ JAKOŚCI USŁUGI MEDYCZNE POWSTAŁ DOM LEKARSKI, KTÓRY OD 2001 R. POMAGA PACJENTOM PRZYWRÓCIĆ ZDROWIE I SPRAWNOŚĆ. NIEZMIENNA MISJA DOMU LEKARSKIEGO TO KOMPLEKSOWA OPIEKA MEDYCZNA DLA DZIECI I DOROSŁYCH: KONSULTACJE, BADANIA DIAGNOSTYCZNE I LABORATORYJNE, ZABIEGI OPERACYJNE ORAZ REHABILITACJA. OBECNIE REALIZUJE JĄ W 4 CENTRACH MEDYCZNYCH I 2 SZPITALACH NA LEWOBRZEŻU I PRAWOBRZEŻU SZCZECINA, KTÓRE SKUPIAJĄ PONAD 150 LEKARZY RÓŻNYCH SPECJALIZACJI.

Nowoczesne standardy zabiegowe

Oferta szpitalna Domu Lekarskiego obejmuje takie specjalizacje, jak m.in.: okulistyka, ortopedia, laryngologia, ginekologia, proktologia, flebologia, chirurgia ogólna czy chirurgia plastyczna. Do najczęściej przeprowadzanych zabiegów należą: laserowa korekcja wzroku, leczenie zaćmy, chirurgia żyłaków, usuwanie migdałków, korekcja przegrody nosowej, leczenie nietrzymania moczu, plastyka pochwy i warg sromowych, plastyka piersi, plastyka powiek, a także zabiegi ortopedyczne oraz leczenie bólu kręgosłupa metodą termolezji. Wszystkie zabiegi wykonywane są w nowoczesnych warunkach szpitalnych i ambulatoryjnych, co pozwala na szybki powrót pacjentów do zdrowia i pełnej sprawności.

– Doświadczeni i cenieni przez pacjentów specjaliści, najnowszy sprzęt oraz doskonale wyposażona sala operacyjna gwarantują bezpieczeństwo podczas zabiegu oraz w trakcie pobytu w szpitalu, a przede wszystkim komfort i intymność. Kierujemy się holistycznym podejściem do naszych pacjentów, opiekując się nimi na każdym etapie leczenia – mówi Maja Berezowska, Kierownik Centrum Medycznego i Szpitala Piaśtów.



Misja: przywrócić uśmiech i zdrowie

Nad odpowiednim przygotowaniem pacjenta do zabiegu w Domu Lekarskim czuwają lekarze oraz Koordynatorki Opieki Szpitalnej. Ich głównym zadaniem jest profesjonalna opieka nad pacjentem od momentu konsultacji kwalifikującej do zabiegu, aż do zakończenia leczenia. Koordynatorki kontaktują się z pacjentem zakwalifikowanym do zabiegu, pomagają w przygotowaniu dokumentów oraz przypominają o wykonaniu niezbędnych badań. Większość badań pacjenci mogą wykonać w Domu Lekarskim, nawet w ciągu jednego dnia.

– Wychodzę naprzeciw pacjentowi i staram się, aby cały proces przygotowania do zabiegu odbył się pomyślnie – mówi Dorota Maciejewska, Koordynatorka Opieki Szpitalnej ze Szpitala Piaśtów. Dzięki dobrej i ścisłej współpracy między zespołem szpitalnym a pacjentem zabiegi przebiegają płynnie i efektywnie. – W tej pracy najbardziej podoba mi się wdzięczność pacjentów. To, że potrafią nas docenić, a także przyjazną atmosferę u nas w szpitalu – dodaje Dorota.

Dla komfortu i satysfakcji pacjenta. Opieka pooperacyjna

Pacjent, który zostaje na noc po zabiegu, objęty jest całonocną opieką lekarzy oraz pielęgniarek, a także rehabilitantów, z którymi może kontynuować współpracę po opuszczeniu szpitala. W Szpitalach Piaśtów i Gombrowicza samopoczucie pacjenta po zabiegu jest bardzo ważne, dlatego każdy może liczyć na pomoc w zakresie indywidualnego dopasowania diety, organizacji transportu czy umówienia fizjoterapeuty.

W Domu Lekarskim cały zespół dba z najwyższą starannością o to, by przeprowadzić pacjentów przez procedurę zabiegową w sposób komfortowy, spokojny i bezpieczny. Doświadczeni lekarze, nowoczesne techniki operacyjne oraz sprzęt medyczny, a przede wszystkim serdeczne podejście do pacjenta to standardy każdego dnia.



Kompleksowa
opieka szpitalna

DOM LEKARSKI
MEDICOVER

- diagnostyka
- konsultacje
- zabiegi operacyjne
- dedykowany opiekun
- rehabilitacja



Czego o przegrywaniu uczy dzieci sport?

DZIŚ NIEMAL WSZYSCY CHCĄ WYGRYWAĆ, A PORAŻKĘ TRAKUJĄ JAK COŚ NIEPOŻĄDANEGO. JEDNAK HISTORIE NAJLEPSZYCH SPORTOWCÓW POKAZUJĄ, ŻE KAŻDY MIAŁ W SWOIM ŻYCIU TAKIE MOMENTY, W KTÓRYCH MU NIE SZŁO. I NAWET JEŚLI WIE-
MY, ŻE KAŻDY PRZEGRANY MECZ DOKĄDŚ PROWADZI, TRUDNO TAK PO PROSTU ZAAKCEPTOWAĆ, ŻE PRZEGRYWANIE TO
NIEODŁĄCZNY ELEMENT ROZWOJU, ZWŁASZCZA GDY JEST SIĘ DZIECKIEM...

Psychologowie coraz częściej mówią, że dziś bardzo ważne jest wzmacnianie odporności psychicznej od najmłodszych lat tak samo, jak dbanie o odporność fizyczną. Trudności i frustracje, których doświadczają dzieci, stanowią cenne lekcje, ale większość rodziców chciałaby oszczędzić swoim pociechom rozczarowań i wzmacniać w nich poczucie, że stają się coraz lepsze, niekoniecznie na drodze porażek.

Tylko, że nie da się być coraz lepszym bez stawiania sobie wyzwań, a te mogą skończyć się wygraną lub przegraną. Wygrywanie daje dużo radości, ale to właśnie przegrywanie zmusza do refleksji, pobudza do zmiany i pozwala się rozwijać. Jednak to nie dziecko widzi w przegranej szansę, dlatego potrzebne mu odpowiednie wspierające otoczenie, które nauczy je radzenia sobie z tym, co spotka w życiu jeszcze wiele razy.

Nie każdy postrzega przegraną tak samo

Takim otoczeniem może być właśnie drużyna sportowa, do której dziecko należy. Świetną szkołą przegrywania jest tenis stołowy i wszystkie inne wyzwania sportowe, w których nie ma remisów. Często pomimo rozegrania dobrego meczu i tak się przegrywa, bo przeciwnik był jeszcze lepszy, ale nie zostaje się samemu z tym wynikiem. W sporcie upadek może być początkiem wzrostu, jeśli działa się z profesjonalistami, którzy

bez względu na wynik mówią „pracujemy dalej”. Za przegranym meczem może się kryć zwiększenie pewności siebie, lepsza skuteczność i świetna gra, ale publiczność widzi jedynie wynik.

Najtrudniej pokonać... samego siebie

Każdy, kto podejmuje jakieś wyzwanie, musi liczyć się z tym, że nie zawsze wszystko będzie zależało od niego, a często największy wróg do pokonania jest w nas samych. Myślenie, że „nie nadaję się”, „jestem beznadziejny”, czy „rzucam to” sprawia, że pozwoliliśmy sobie na przegraną bez podjęcia działania. A nawet przegrany mecz to wynik – naszej walki, zmagania i starań, dlatego właśnie każdy turniej traktujemy w Akademii Tenisa Stołowego jak dobrą praktyczną lekcję. Gdy dziecko wychodzi poza swoje ograniczenia i rywalizuje z mocniejszym od siebie, to samo zmierzenie się z tym, co trudne jest sukcesem. Jeśli zdamy sobie sprawę z ostatecznej wygranej, to surowy wynik nie jest tak istotny.

Jeśli więc chcesz, aby Twoje dziecko przeżyło prawdziwą przygodę ze sportem, a przegrane traktowało jak element drogi do zwycięstwa, zajrzyj do PRIME na Modrą 80 i spytaj o Enea Akademię Tenisa Stołowego.

autor: Joanna Szachniewicz / foto: @radfoto Radosław Witkowski



ul. Modra 80, 71-220 Szczecin
budynek PRIME

Dziecko u laryngologa

CENTRUM MEDYCZNE OLIMEDICA TO MIEJSCE, GDZIE POMOC ZNAJDĄ ZARÓWNO DOROŚLI JAK I NAJMŁODSI PACJENCI. ZNAJDUJĄCE SIĘ W SERCU SZCZECINA CENTRUM SPECJALIZUJE SIĘ OD WIELU LAT W LARYNGOLOGII, W TYM LARYNGOLOGII DZIECIĘCEJ.



Mali pacjenci trafiają do Olimedica z wielu powodów. Najczęstszym powodem wizyty u laryngologa są infekcje górnych dróg oddechowych, niedosłuch. Przyczyną może być przerost migdałka gardłowego.

– Migdałek gardłowy, nazywany inaczej „trzecim migdałkiem” jest skupiskiem komórek tkanki chłonnej będącej istotną częścią układu odpornościowego. Jest to pierwszy bastion, o który rozbijają się wszystkie wirusy, bakterie i alergen wdychane zarówno przez nos, jak i usta – wyjaśnia doktor Aleksander Żmudziński, laryngolog, lekarz medycyny estetycznej, ekspert w diagnostyce i leczeniu chrapania. – U małych dzieci trzeci migdałek ulega rozrostowi, a około 7 roku życia zaczyna stop-

niowo zanikać. Zdarza się jednak, że u niektórych zaczyna nadmiernie się rozrastać, stając się przyczyną różnego rodzaju powikłań. Dzieje się tak najczęściej u dzieci w wieku przedszkolnym. Trzeci migdałek może stać się przyczyną nawracających infekcji górnych dróg oddechowych, niedosłuchu, niedowagi, zaburzeń w rozwoju psychoruchowym, a także zmian w ukształtowaniu twarzy, wymaga szybkiej interwencji lekarskiej.

Młodzi pacjenci trafiają do gabinetu laryngologa również z powodu chrapania i bezdechu sennego. Jak się okazuje, nie jest to wcale przypadłość, którą przypisuje się głównie osobom dorosłym. Chrapanie u dzieci najczęściej jest spowodowane przerostem migdałków podniebiennych lub trzeciego migdałka.



Do innych czynników powodujących chrapanie u dzieci zalicza się alergię czy niedrożność nosa, która może być wynikiem różnych infekcji — np. zapalenia zatok.

Chrapanie i bezdech senny najczęściej powodują objawy takie jak: zwiększona senność w ciągu dnia, przewlekłe uczucie zmęczenia czy poranne bóle głowy. U małych pacjentów chrapających pogarsza się wydolność fizyczna, intelektualna. Jednak bezdech senny występujący często przy chrapaniu, to nie tylko kłopoty z koncentracją, problemami z nauką czy niewyspaniem. To również stany bardzo groźne dla zdrowia, a nawet życia. Długotrwały bezdech senny powoduje niedotlenienie organizmu, a tym samym przyczyniają się do rozwoju schorzeń układu krążenia — wyjaśnia laryngolog. — Niedotlenione dzieci mogą być apatyczne, drażliwe i senne oraz mogą mieć problemy ze wstawaniem rano.

Jak pokazują statystyki nawet do 30% dzieci w wieku przedszkolnym regularnie chrapie, a 3-5% ma bezdechy. Szacuje się, że w Polsce około 20 tysięcy pierwszoklasistów cierpi na zaburzenia oddychania podczas snu. Chrapią również noworodki i niemowlęta. Bezdech senny jest szczególnie niebezpieczny u noworodka, ponieważ grozi wystąpieniem zespołu śmierci łóżeczkowej. Jeżeli chrapanie utrzymuje się przez dłuższy czas, należy skonsultować się z laryngologiem w celu ustalenia przyczyny i wdrożenia leczenia.

Krótkie wędzidełko języka to kolejna dolegliwość, która występuje u najmłodszych pacjentów. Przede wszystkim ogranicza ruchomość języka, co może utrudniać na przykład ssanie piersi przez noworodki i zakłócać w dalszym prawidłowym rozwoju

mowy u starszych dzieci. — Najskuteczniejszym sposobem pomocy w przypadku krótkiego wędzidełka jest jego podcięcie, czyli frenotomia — zaleca specjalista. — Zabieg trwa bardzo krótko i najczęściej polega na przecięciu samego wędzidełka, dlatego dziecko może wrócić do domu jeszcze tego samego dnia. Ważne jest, by po wykonanym zabiegu u starszych pociech kontynuować rehabilitację u logopedy. Takie działanie zapobiegnie zrostom i wtórnemu przyrośnięciu języka.

Centrum Medyczne Olimedica poza leczeniem, prowadzi również szkolenia i spotkania ze specjalistami — położnymi, logopedami, neurologopedami. Organizuje również spotkania w szkołach i przedszkolach. Upowszechnianie wiedzy na temat chorób laryngologicznych, zwiększanie świadomości wśród rodziców i specjalistów pracujących z dziećmi, pozwala skutecznie pomagać najmłodszym pacjentom — mówi doktor Żmudziński. — Jako centrum medyczne jesteśmy także miejscem specjalizującym się w nowoczesnej laryngologii dla dorosłych, pediatrii, chirurgii ogólnej, ortopedii, rehabilitacji, medycynie estetycznej, kosmologii, dietetyce i psychologii. Jesteśmy również ośrodkiem z 30-letnim doświadczeniem specjalizującym się w diagnostyce i leczeniu chrapania oraz bezdechu sennego. Do diagnostyki wykorzystujemy jeden z najnowszych fiberoskopów dostępnych na rynku, jak również urządzenia do poligrafii pozwalające potwierdzić lub wykluczyć chorobę, jaką jest obturacyjny bezdech senny. Pacjent może wypożyczyć taki aparat do domu. W leczeniu wykorzystujemy małoinwazyjne i ambulatoryjne metody leczenia — metodę radiochirurgii — Celon, kriochirurgię, dzięki którym pacjent może szybko wrócić do swoich aktywności.

ad/ foto: materiały prasowe



Ekspert radzi

Panie Doktorze,

W sierpniu biorę ślub. Czy są zabiegi, które dadzą efekt na czas, aby moja skóra twarzy się rozjaśniła i wyglądała na bardziej napiętą i wypoczętą?

Pozdrawiam,

Marta

Pani Marto, oczywiście istnieje wiele zabiegów, które przyniosą oczekiwany efekt we wskazanym przez panią czasie. W tym wyjątkowym dniu każda panna młoda pragnie, aby jej skóra była promienna, wypoczęta, a makijaż trzymał się perfekcyjnie. Aby dobrze przygotować się do tego wydarzenia, najlepiej działać precyzyjnie i kompleksowo. W pierwszym etapie trzeba zacząć od oczyszczenia skóry i usunięcia nadmiaru naskórka. Idealnie sprawdzą się tutaj zabiegi hydropeelingu na specjalnie i indywidualnie dobranych płynnych preparatach. W kolejnym etapie przygotowań bardzo istotne będzie nawilżenie skóry i pobudzenie jej do pracy, w tym przypadku zalecam serię mezoterapii z odpowiednio dobranym do potrzeb preparatem, w połączeniu ze stymulacją termiczną włókien kolagenowych i elastynowych. Zabiegi te wpłyną na poprawę jędrności, sprężystości i elastyczności. Już na samym końcu przygotowań do tak ważnego dnia, istotne będzie dotlenienie, nawilżenie oraz rozświetlenie skóry. Tym oczekiwaniom sprosta infuzja tlenowa. Z tak przygo-

towanym protokołem zabiegowym jesteście w stanie osiągnąć fantastyczny efekt we wskazanym przez Panią czasie.

Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny

Doktorze,

Mam problem z wyglądem moich ramion. Idzie lato, a ja nie chcę ich odkrywać... Czy jest skuteczny zabieg na duże, wiotkie ramiona?

Małgorzata

Pani Małgorzato, problem z ramionami może polegać na ich wiotkości, nadmiarze tkanki tłuszczowej lub obu tych stanach jednocześnie. Najlepsze efekty osiągamy ustalając indywidualne strategie postępowania podczas konsultacji. Najczęściej zalecam terapie łączone, które mają różny mechanizm działania i wzajemnie się uzupełniają. Dzięki temu osiągamy znacznie lepsze efekty niż przy zastosowaniu pojedynczego zabiegu. W przypadku ramion zastosowanie mają masaże endermologiczne w połączeniu z zabiegami fal elektromagnetycznych w zakresie radiowym i mikrofal oraz karbocyterapii.

Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny



SZYMON KACZMAREK

Dziennikarz, filozof
robotniczo-chłopski.

*ONZ skompromitowała się tak wiele razy,
że trudno było by wyróżnić którykolwiek przypa-
dek jej bezradności. UE, NATO, USA tak „zaanga-
żowane” w próby rozstrzygnięcia wojny
w Ukrainie, swoją bezradnością udowadniają,
że, podobnie jak ONZ, to tylko puste literki.
Nawet pisane wielką literą.*

cZŁOwiek to brzmi...

Zabrnęliśmy. Prawdopodobnie już zbyt daleko, by móc zawrócić. Prawdopodobnie, to wcale nie jest jeszcze kres tej drogi. Niewykluczone, że już ją przechodziliśmy. Ze skutkiem wykluczającym najmniejsze nawet ślady naszego pobytu na Ziemi. Historia ludzkości wcale nie jest taka oczywista. Jednak, nawet ona, ta oficjalna i obowiązująca, naznaczona jest złem, krwią i śmiercią. Na nic pieśni poetów, mozaiki zapierające dech w piersiach, budowle zachwycające swoim pięknem. Na nic delikatne dźwięki fletów, bezbronne uśmiechy dzieci. Stąpamy po Ziemi krwawym śladem drogę swoją znacząc. Zostawmy czasy odległe i mogiły w pył rozsypane. Zostawmy winy dziadów naszych i ojców. Skupmy się na dniu obecnym, na wiadomościach ekranów, na globalnych wieściach, do których dostęp ot, tak, na wyciągnięcie ręki, na przyciśnięcie kciuka.

Jeszcze wczoraj, ktoś z nas zainteresowany był tragedią humanitarną w Jemenie, gdzie dzieci wciąż giną i od kul i tak po prostu, z głodu? Kogo obchodzi los Libijczyków żyjących na terytorium pozbawionym jakichkolwiek zasad i struktury państwowej? Miliony uchodźców syryjskich wciąż żyją poza swoimi domami. Dramat mieszkańców wschodniej Nigerii, Mali, Sudanu, Afganistanu... to tak daleko. Tak niewyraźnie. „Wyłącz telewizor, do Lidla trzeba iść, zakupy zrobić...”.

Aż pewnego dnia, tak tuż na przedwiośniu, w czasie pełnym nadziei na poprawę pogody i nowe wakacje, Świat zapukał do naszych drzwi.

Darfur, Jemen, Mali, Syria...Ukraina. Z dnia na dzień, bez zaproszenia i oczekiwania na wizytę. Są tu wszyscy w naszych domach. I już zdajemy się wiedzieć co kryje się pod słowami, półmilionowy obóz uchodźców syryjskich na terenie Libanu, czy ćwierć miliona Kurdów zmuszonych do opuszczenia swoich domów...

Bo w gruncie rzeczy, jaka jest różnica między czteroletnim Sasz-

ką z Ukrainy, a czteroletnim Bashirem z Kurdystanu? Jedyna jaką widzę to bezpieczna dla nas odległość zdarzeń, powodujących taką samą śmierć jednego i drugiego.

Pisząc cZŁOwiek, zwiększyłem tylko wielkość trzech liter. By powrócić do dawnej pisowni potrzeba o wiele większego wysiłku niż prosty zabieg komputerowych ustawień.

Wysiłki międzynarodowych instytucji i różnych gremiów powołanych do przywrócenia właściwego znaczenia temu słowu, przywodzą mi na myśl hipodrom. Miejsce, w którym dokonuje się woltyżerki na najwyższym poziomie hipokryzji. Miejsce, gdzie ekonomia wygrywa z humanizmem, a doraźne interesy z przyzwoitością. ONZ skompromitowała się tak wiele razy, że trudno było by wyróżnić którykolwiek przypadek jej bezradności. UE, NATO, USA tak „zaangażowane” w próby rozstrzygnięcia wojny w Ukrainie, swoją bezradnością udowadniają, że, podobnie jak ONZ, to tylko puste literki. Nawet pisane wielką literą. Bo czymże są sankcje energetyczne wprowadzane na początku kwietnia, mające wejść w życie w sierpniu? Czym wysyłanie hełmów miast pocisków? Czym hamowanie podejmowania decyzji, wyłamywanie się z wielogłosu poparcia dla Ukrainy lub zgoła wstydlliwe milczenie?

Na łeb powinien wam politykom spaść ten ogrom nieszczęść. Na wasz łeb i nieskazitelne, spokojne domy...

cZŁOwiek brzmi dziś bardzo wstydliwie. Smutne, bo tyczą te słowa nas wszystkich. ZŁO zaczyna się w nas. W nas się rodzi i to my je pielęgnujemy, karmimy. Każdym gestem milczącej obojętności. Każdą akceptacją ZŁA, przyzwoleniem na nie. Gdziekolwiek by nie miało miejsca, kogokolwiek by nie dotyczyło. Małe lub większe, ZŁO pozostaje ZŁEM i ma swoich karmicieli. Dlatego wszędzie tam, gdzie kiełkuje najmniejsze ziarenko DOBRA, nie powinno nas zabraknąć. Pochylonych z troską nad tą zdziubinką, dbających o naszą jakże niepewną przyszłość.

reklama

 **proste zęby**
bez wyrzeczeń

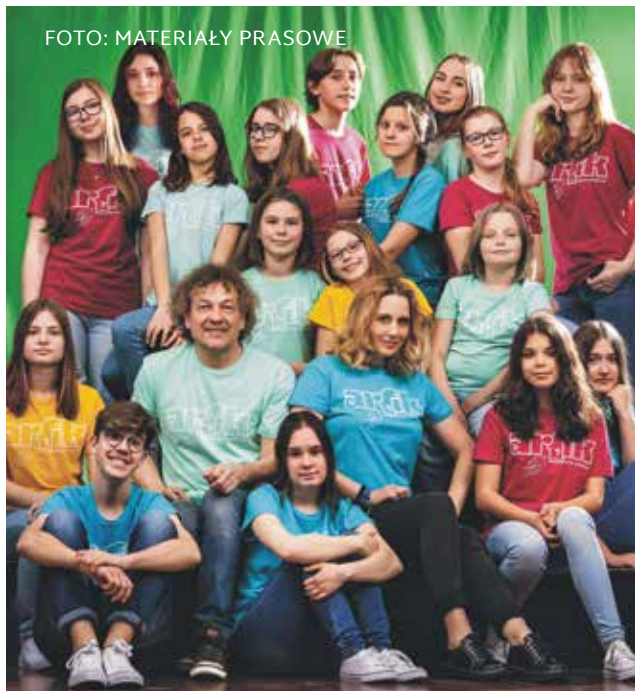
SUPERMIASTO ZASŁUGUJE NA **SUPER**RADIO



*Radio Super***FM**

97.5*FM*

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

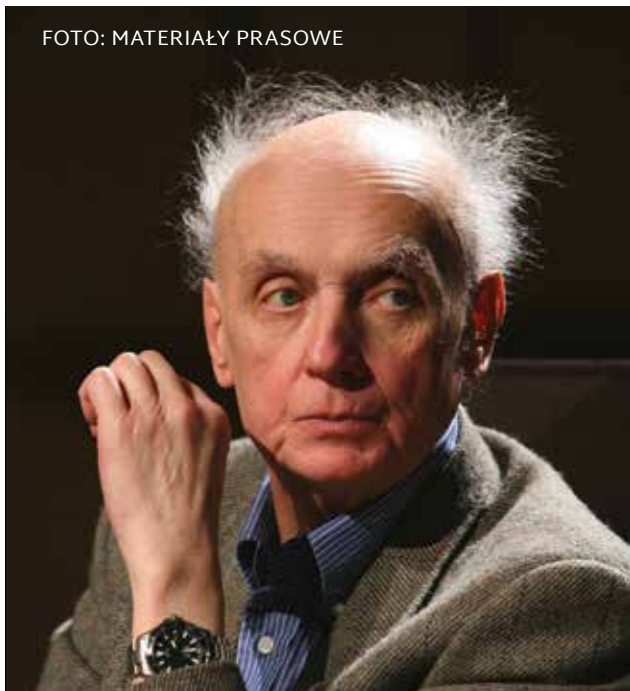


DZIEŃ DZIECKA NA ZAMKU

Gra terenowa Para na Zamek, koncert legendarnej szczecińskiej grupy artystycznej Arfik, który w tym czasie będzie świętował swój jubileusz 35-lecia. To kilka z wielu atrakcji przygotowanych z okazji Dnia Dziecka. Gra terenowa będzie opracowana także w języku ukraińskim, a podczas występu Arfika nie zabraknie ukraińskiego akcentu. Wstęp wolny.

Szczecin, Zamek Książąt Pomorskich, 29 maja, godz. 12 – 16

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



WOJCIECH KILAR

ścieżki dźwiękowe do ponad 160 filmów. Współpracował z wieloma reżyserami, m.in. z Andrzejem Wajdą, Kazimierzem Kutzem, Krzysztofem Zanussim, Krzysztofem Kieślowskim i Romanem Polańskim. Światową sławę przyniosła Kilarowi muzyka napisana w roku 1992 do filmu Dracula w reżyserii Francis Forda Coppoli. W koncercie wystąpi orkiestra Filharmonii Szczecińskiej oraz Beata Bilińska – fortepian. W programie „Orawa”, koncert fortepianowy nr 2 i suita z muzyki filmowej do „Pana Tadeusza.

Filharmonia Szczecińska, 20 maja, godz. 19

reklama



Dzień Matki i **MAMMOMAJ**
mammografia
2D i 3D

Centrum Diagnostyki Medycznej | tel. 91 422 06 49 | www.hahs-lekarze.pl

HAHS
CENTRUM



FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

MIŁOŚĆ – W ŚWIECIE OPERY I FILMU

Wiosenny koncert, który przeniesie słuchaczy i widzów do świata oper, operetek, filmu i musicali. Wystąpi kwartet Golden Star z gościnnym udziałem Joanny Sinkiewicz, sopranistki, laureatki Nagrody Fryderyka w kategorii „Fonograficzny debiut roku 2018”. Podczas koncertu będzie można usłyszeć kompozycje F. Chopina, W. Kilara, F. Lehara, J. Straussa, A. L. Webbera i innych wybitnych kompozytorów. To podróż po melodiach sentymentalnych, które skrywają się w sercach każdego z nas, przekazywane z pokolenia na pokolenie. Utwory zabrzmiały w aranżacjach na kwartet smyczkowy.

Szczecin, DK 13 Muz, 20 maja, godz. 19



FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

NA PAŃSKICH STOŁACH I W KREDENSACH

Wystawa poświęcona zabytkowym naczyniom cynowym będącym w zbiorach muzeów pomorskich. Rozbudowany ceremoniał spożywania posiłków oraz nierzadko towarzyszące im gwarne przyjęcia sprawiły, że stoły i półki kredensów ugięły się od ilości zastaw i przyborów kuchennych. Ogromną popularnością cieszyły się serwisy cynowe, którym dobry rzemieślnik potrafił nadać szlachetnych kształtów, sprawiając, że niewiele różniły się od srebrnych wyrobów. Naczynia o finezyjnych wzorach i formach były zaś chętnie nabywane zarówno przez szlachtę, jak i zamożnych mieszczan.

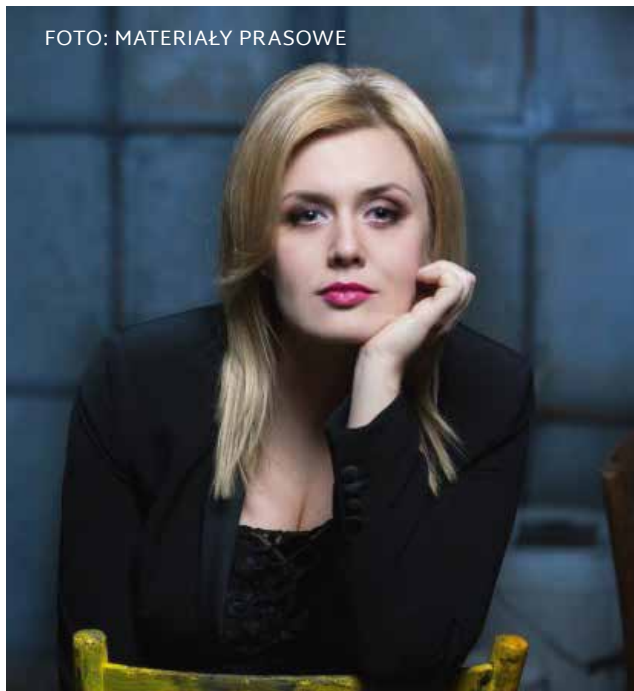
Szczecin, Zamek Książąt Pomorskich, od 24 maja

reklama



26 maja – **Dzień Matki**
Zadbaj o bliską Ci osobę!
Pakiety badań specjalnie dla KOBIEC

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



SOBOTKA I RUSZCZYŃSKI

Recital w wykonaniu Iwony Sobotki (sopran) i Marka Ruszczyńskiego (fortepian). W programie recitalu znajdują się arie z oper m.in. G. Pucciniego, E. Korngolda i F. Cilei oraz wybrane pieśni A. Berga. Iwona Sobotka zapraszana jest przez najważniejsze zespoły symfoniczne w Europie i na świecie. W ubiegłym sezonie, na zaproszenie Sir Simona Rattla wystąpiła m.in. z Filharmonią Berlińską i odbyła tournée z London Symphony. Marek Ruszczyński jest aktywnym artystą występującym w salach koncertowych całej Europy wliczając Wigmore Hall, Barbican, Berlin Philharmonie i Musikverein. Pracował i występował pod okiem Marilyn Horne w ramach projektu The Song Continues w Carnegie Hall w Nowym Jorku i Opéra de Bastille w Paryżu.

Szczecin, Opera na Zamku, 22 maja, godz. 18

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



WĘDRÓWKĄ JEDNĄ ŻYCIE JEST CZŁOWIEKA

Wystawa opowiada o człowieku z perspektywy ważnych etapów i przełomów w jego życiu. Na historię patrzymy jednak z różnych stron. Ludzkie wspomnienia są subiektywne. Każdy tworzy własny obraz minionych lat. Można pokazywać przełomy oczami ludzi zaangażowanych w te wydarzenia. W społeczeństwie zawsze większość tworzą widzowie – i to właśnie z ich perspektywy pokażemy kolejne losy Polaków. W każdej z gablot zaprezentowane jest inne odzwierciedlenie życia od narodzin aż po śmierć. Przedstawione historie odnoszą się do codzienności od drugiej wojny światowej aż po upadek systemu komunistycznego w Polsce.

Szczecin, Muzeum Narodowe – Centrum Dialogu Przełomy

reklama





PASJA, ZDROWIE, DOŚWIADCZENIE

Dbamy o Twój piękny uśmiech

Implantologia i Stomatologia | ul. Sienna 4/1, 70-542 Szczecin
tel.: +48 91 812 15 41, +48 607 236 896 | www.koryznaclinic.com



Dr n.med. M.Sc.
Master of Science
in Oral Implantology
Kacper Koryzna

ALEKSANDRA SZWAJDA



Radosna zabawa kredkami

MOGŁA ZOSTAĆ KLASYCZNYM GRAFIKIEM, TWORZYĆ NA PRZYKŁAD STRONY INTERNETOWE CZY LOGOSY. POSŁUCHAŁA SIĘ JEDNAK SWOJEGO WEWNĘTRZNEGO DZIECKA I WYBRAŁA DOCELOWO ILUSTRACJĘ, DO TEGO TĘ PRZEZNACZONĄ DO KSIĄŻEK DLA DZIECI. OLA SZWAJDA TWORZY BARWNE, FANTAZYJNE, PEŁNE CIEPŁEGO HUMORU PRACE, KTÓRE W CUDOWNYM WRĘCZ STYLU ILUSTRUJĄ HISTORIE DLA NAJMŁODSZEGO CZYTELNIKA. SAMA RÓWNIEŻ PISZE. PRZEGLĄDAJĄC JEJ ILUSTRACJE TRUDNO OD NICH ODERWAĆ WZROK. O TYM JAK SIĘ TWORZY TAK PIĘKNE RZECZY ROZMAWIAMY Z ICH AUTORKĄ.



Zacznę od banalnego pytania. Dlaczego wybrałaś ilustrację jako formę wyrazu? I dlaczego głównie tę dla dzieci?

Właściwie to ilustracja wybrała mnie. Miałam być stuprocentowym grafikiem – kształciłam swój warsztat, by robić logosy, layouty i strony internetowe. Na drodze do tego stanęła mi ilustracja, która była całkowitym przeciwieństwem w mojej ówczesnej twórczości. Ilustracja miała w sobie to „coś”, otworzyła mi umysł na świat, kolory i nieograniczone możliwości. Poprzez nią mogę przekazywać najróżniejsze myśli czy emocje. A dlaczego dla dzieci? Ponieważ przy pracy nad dziećcymi książkami budzi się moje wewnętrzne dziecko, które się cieszy i ma radochę z tego, co robi. To daje mi ogromną frajdę i satysfakcję. Zdecydowanie wolę się w pracy bawić niż męczyć.

Jesteś absolwentką Akademii Sztuki. Twój dyplom „Jak TO ugryźć” czyli ilustrowany elementarz dla młodzieży, dotyczący edukacji seksualnej, trochę pozytywnie namieszał. Dlaczego wybrałaś taką tematykę, jak nad tym pracowałaś? Szczególnie patrząc na aktualną sytuację w naszym kraju, gdzie niestety ta część życia jest spychana na margines.

Czy namieszała? Tu mogłabym polemizować, ponieważ tak naprawdę mój dyplom nie ujrzał światła dziennego i nie zdążył jeszcze narobić kontrowersji wokół siebie. Tematyka publikacji podlega tabu i właśnie dlatego postanowiłam się jej podjąć. Lubię swój bezpieczny świat ilustracji dziecięcej, ale czasami mam ochotę namieszać i stworzyć coś ogólnie przekornego. Broniałam tytułu magistra i chciałam narzucić sobie coś ambitnego. Wydaje mi się, że napisanie i zilustrowanie elementarza seksualnego właśnie takie było. Przyświecała mi myśl, że mogę zrobić coś dobrego dla młodych ludzi i uzupełniać niektóre luki w edukacji – sztuka ma tę niesamowitą moc, że potrafi w prosty sposób przekazywać skomplikowane rzeczy. W odniesieniu do sytuacji w Polsce, szara rzeczywistość jest taka, że wydawnictwa w obawie przed cenzurą boją się puścić moją książkę w świat, a przecież ona nie jest ani wulgarna, ani nieślosowna. „Jak TO ugryźć” czeka na wyjście z szuflady i mam nadzieję, że w niedalekiej przyszłości nadejdzie taki dzień, że jakieś wydawnictwo będzie chciało wykonać ze mną „pracę u podstaw” w temacie polskiej edukacji seksualnej.

Drugi projekt, o który chcę Ciebie zapytać to Twoje wspólne dzieło z Małgosią Narożną, czyli „Fikamy po Szczecinie”. Opowiedz mi coś więcej o nim.

„Fikamy po Szczecinie” to dzieło i pomysł Małgosi, właścicielki księgarni FiKa – ja tylko dorzuciłam swoje kredki do jej wizji. Małgosia chciała stworzyć coś, co zacieka dzieci podczas spacerów po naszym mieście. I tak powstała (rozbudowująca) się seria książek obrazkowych, w której to mali odbiorcy sami wymyślają własną fabułę. Brak tekstu daje nieograniczone możliwości do kreowania opowieści wśród pięknych i znanych miejsc Szczecina. To takie poznawanie otoczenia poprzez zabawę. W sprzedaży są już dwa obrazkowe przewodniki – „Trasa Mewy” oraz „Trasa Bogusława”, nad kolejnymi pracujemy.

Jak się tworzy ilustracje pod czyjś tekst? Jak to wygląda w Twoim wykonaniu?

Wbrew pozorom łatwiej jest mi stworzyć coś pod czyjś tekst. Gdy pracuję nad czymś swoim, to zawsze towarzyszy mi uczucie, że mogę napisać coś inaczej lub lepiej – taka pogoń za doskonałością. Gdy dostaję tekst z zewnątrz, to mam z głowy ten proces i mogę skupić się wyłącznie na tym, co misie lubią najbardziej, czyli na ilustrowaniu. Pytasz jak to u mnie wygląda – odpowiadam: łatwo, prosto i przyjemnie. Gdy dostanę opowiadanie, to praktycznie od razu w głowie widzę, jak ma ono finalnie wyglądać. Siadam do szkicownika i przelewam wizję na papier. Zazwyczaj wykonuję jedną ilustrację w wybranej technice i przekazuję autorowi do akceptacji. A potem to już z góry, siadam przy biurku i bawię się kredkami oraz programami graficznymi w komputerze. Zazwyczaj autorzy zlecają mi także skład tekstu, więc mam całkowitą kontrolę nad rozmieszczeniem typografii względem ilustracji. Wtedy mogę czerpać radość z całościowego tworzenia pięknych książek.

Próbuję sobie przypomnieć swoje ulubione ilustracje z książek, które towarzyszyły mi w dzieciństwie i przychodzą mi te z baśni Andersena. Był też taki rodzaj książek, które się rozkładało, można było poruszać postaciami. Będziesz chyba lepiej ode mnie wiedziała jak ta forma się nazywa... Dlaczego ilustracja jest ważna w książce, pomimo iż to wyobraźnia ma działać?

Książki, o których wspominałaś, to książki ruchome (z otwieranymi, przesuwanymi elementami) oraz pop-up (z wyskakującymi

mi, przestrzennymi obiektami) – obie formy są dość wymagające w przygotowaniu. Trzeba wszystkie elementy dokładnie ze sobą spasować, żeby działały prawidłowo. A odpowiadając pytaniem na pytanie: kto powiedział, że w ilustrowanych opowieściach wyobrażenia nie działają lub działają mniej intensywnie? Odbiorca może sam wykreować swoją wizję na podstawie tekstu lub też wspomóc się wyobrażeniem ilustratora i na jego bazie tworzyć kolejne obrazy w głowie. Ilustracje nadają też niesamowity klimat, pozwalają całkowicie się w nim zanurzyć i najwyczajniej w świecie cieszyć oko. Pół żartem, pół serio są też ratunkiem dla czytelników, którzy są zmuszeni do przeczytania nieciekawej książki – dzięki nim jest mniej stron z tekstem (śmiech).

Jako ilustratorka i autorka okładek, co myślisz o zdaniu, że książek nie należy oceniać po okładce? Uważasz, że dobra okładka może przyciągnąć czytelnika?

Nie ma co ukrywać, że przecież kupujemy oczami. Najpierw coś musi zwrócić naszą uwagę, żebyśmy się tym bardziej zainteresowali. To samo w przypadku książek – piękna lub nietypowa okładka będzie głośniej do nas krzyczyć z półki, aby wziąć ją do ręki. Oczywiście nie jest to reguła, wszystko zależy też od tego jaki mamy gust czy ogólną estetykę. To, co dla jednego jest piękne, dla drugiego jest przystawowym „dwa na dziesięć”. Jednak ważne jest to, żeby za dobrą okładką stała też dobra treść, bo

nieraz można się na tym przejechać. Ja osobiście kocham piękne okładki. Kupuję wszystkie, które wpadną mi w oko, a potem nie mogę się nadziwić, że moja biblioteczka pęka w szwach. Jedni zbierają buty i torebki, ja książki dla dzieci (śmiech).

Projekt – marzenie?

Może to banalne, ale każdy projekt jest tym wymarzonym. Kocham robić to, co robię i cieszę się z każdej powierzonych mi książki. Nie ma znaczenia czy są to opowiadania o liskach, pie-skach czy dinozaurach – wszystkie są tak samo cudowne. Najlepsze jest to, że w każdym projekcie mogę użyć innego warsztatu i stale się rozwijać. To chyba nazywa się pasją i powołaniem do bycia ilustratorem. Moim wielkim marzeniem jest założenie własnego wydawnictwa, w którym wydawałabym napisane i zilustrowane przez siebie książki dla dzieci. Mam już mnóstwo pomysłów czekających na realizację. Do tego dążę, zobaczmy, jak mi to wyjdzie.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / ilustracje: Aleksandra Szwajda

Prace Oli w Internecie: www.behance.net/olaszwajda

IG / ola.szwajda_illustration



www.StaraDrukarniaSzczecin.pl



Piękna jak dawniej

Wspaniała jak dzisiaj

**STARA
DRUKARNIA**

MUZYKA NA ŻYWO

**KAR
KUT**



**ŚRODA, PIĄTEK, SOBOTA
18:00- 22:00
NIEDZIELA
14:00-17:00**

REZERWACJE:

TEL. +48 722 420 420

E-MAIL: INFO@KARKUT.SZCZECIN.PL

WWW.KARKUT.SZCZECIN.PL



DANIEL ŹRÓDLEWSKI

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

Recenzje teatralne



★★★★★

**Agnieszka Kochanowska „Motyla noga”, reż. Roksana Miner
Teatr Lalek „Pleciuga” w Szczecinie**

Zuza to gąsienica, ciekawska i niecierpliwa. Nie mogąc doczekać się przetworzenia w motyla, wyrusza w podróż w poszukiwaniu wiedzy i możliwości. Uparcie chce przyspieszyć proces zmiany, szybciej stać się motylem. Towarzyszy jej nowo poznana przyjaciółka Ziuta – żuk gnojowy. „Motyla noga” Agnieszki Kochanowskiej w reżyserii Roksany Miner to nie tylko „wstęp do wiedzy o przyrodzie”, ale także metaforyczna opowieść o spełnianiu marzeń, wytrwałości, przyjaźni, a przede wszystkim o szacunku i akceptacji rzeczy czy spraw niezależnych od nas samych.

Od pierwszych scen spektaklu widać ogromną pracę nad przeniesieniem na scenę niuansów przyrodniczego świata – to nie tylko naturalistyczna scenografia Agnieszki Aleksiejczuk, ale przede wszystkim wręcz organiczna animacja wspianych lalek. Spotykane po drodze owady opowiadają Zuzi o swoich do-

świadczeniach, a przy okazji poznajemy ich życie. Całość jest mroczna, często po prostu ciemna, stąd najmłodszy adresaci (teatr zaprasza już 4 latków) mogą nieco się bać. Ale czyż taka nie jest właśnie przyroda. Jeszcze o organiczności: wzmianki o fascynacji Ziuty „kupą” były zupełnie niepotrzebne, choć z pewnością dla dzieciaków zabawne.

Ciekawie wypadł duet Zuzy i Ziuty, czyli Maja Bartlewska i Grażyna Nieciecka-Puchalik. Panie znakomicie się rozumieją i uzupełniają. Dla wytrawnych widzów ich kreacje to niezwykle aktorska konfrontacja pokoleniowa, oczywiście z remisowym wynikiem. Gąsienicy i żukowi towarzyszą kolejne leśne poczwary i owady, a wcielają się w nie: Danuta Kamińska, Kasia Majewska, Mirek Kucharski oraz Krzysztof Tarasiuk. Znow na uwagę zasługuje wspomniana już szczegółowość animacji oraz wokalna sprawność zespołu (przy bardzo dobrych kompozycjach Filipa Sternala).

„Motyla noga”: prestiżowe 4/6.

działka pod rezydencję Szczecin, Mierzyn



ul. Jarzębinowa, kameralne osiedle,
działka pod rezydencję 4100 m²,
pełne uzbrojenie, pozwolenie na budowę,
rozpoczęta budowa domu 360 m²,
garaż na 4 auta, basen, spa,
najlepsza, topowa lokalizacja, własny las

na sprzedaż

cena: 2,05 mln zł (500 zł / m²)
tel. 601 730 555, 91 810 10 10

kompleks pałacowo - parkowy Siedlec, pod Poznaniem



na sprzedaż Pałac Krzyckich z XVIII wieku,
otulony parkiem 6,4 ha i stawami,
pow. pałacu 1520 m²,
możliwość rozbudowy o 2 000 m²,
idealny na butikowy hotel lub rezydencję,
30 minut do centrum Poznania

na sprzedaż

cena: 8,8 mln zł
tel. 601 730 555, 91 810 10 10



nieruchomości
Baszta
real estate office

www.baszta.eu

kawiarnia / restauracja Międzyzdroje



250 m², taras 200 m²
wyjątkowa lokalizacja w parku,
ekskluzywne wnętrze, pełne wyposażenie,
lokal na 60 osób wewnątrz i 120 na zewnątrz,
osobna sala dla dzieci,
możliwość przejścia przed sezonem

na sprzedaż

cena: 2,8 mln zł netto
tel. 693 555 596

apartament Międzyzdroje



48 m², parter, 3 pokoje,
wysokość pomieszczeń 5,5 m,
balkon, 150 m od plaży,
w cenie miejsce parkingowe,
doskonała lokalizacja, odnowiony budynek

na sprzedaż

cena: 680 tys. zł
tel. 693 555 596

FOTO: ALICJA USZYŃSKA I BOGUSZ KLUZ

BMW z przyszłości

Niezwykłe i prosto z przyszłości BMW serii 7 zostało zaprezentowane podczas ekskluzywnej premiery w salonie BMW Bońkowscy przy ul. Hangarowej w Szczecinie. Ta luksusowa limuzyna dostarcza zupełnie nowych wrażeń z jazdy, zachwyca także wyglądem, którego nie ukrywali goście imprezy. Choć to samochód był głównym bohaterem wydarzenia, nie mogło zabraknąć innych atrakcji. Muzycznych wrażeń dostarczył występ wiolonczelisty Tomasza Szczęsnego, zaś kulinarnych pyszne przekąski oraz szampa Moët&Chandon. Partnerami premiery byli: Klinika L.A. Beauty oraz projektantka Sylwia Majdan. ad



SYLWIA MAJDAN I NINA MANDUK-CZYŻYK



MAGDALENA MŁODOŻENIEC – KAŁUŃSKA, KRZYSZTOF NIWIŃSKI, JUSTYNA STROYNOWSKA



JACEK JEKIEL, DOMINIKA BOŃKOWSKA



ANGELIKA SAWICKA, DARIUSZ BOŃKOWSKI



TOMASZ SZCZĘŚNY



KAMIL PAWLAK, MATEUSZ GÓRKI, PAWEŁ ZĄBEK



TOMASZ CAPAR, MICHAŁ WIECZOREK, ZUZANNA TOMCZAK, ALEKSANDRA LENDZION



DOMINIKA BOŃKOWSKA, BOGUMIŁ ROGOWSKI, ANDRZEJ RYBKIEWICZ, WALDEMAR JUSZCZAK



ANNA BONIECKA, ANGELIKA SAWICKA, DOMINIKA KADULA, AGNIESZKA KACZOROWSKA, MAŁGORZATA BASARAB, ANNA TOKARCZYK



DANIEL MIESIAK

FOTO: AKK

Megatrendy z Młodkowskim

Pod koniec kwietnia w szczecińskim hotelu Radisson BLU odbył się #BusinessContact4 To spotkanie integracyjno-biznesowe zorganizowane przez Północną Izbę Gospodarczą w Szczecinie. Połączenie networkingu oraz wymiany kontaktów biznesowych. W poprzednich edycjach tej imprezy PIG gościł m.in. Radosława Kotarskiego, Szymona Hołownię oraz Jacka Walkiewicza. Tym razem bohaterem wieczoru był Roman Młodkowski – polski dziennikarz, manager mediów i niezależny konsultant, były redaktor naczelny i twórca TVN CNBC, były dyrektor działu serwisów biznesowych TVN. Spotkanie wzbudziło spore zainteresowanie. Ale to nie powinno dziwić. Bo jego tematem były megatrendy i perspektywy gospodarcze. ds



MICHAŁ WOJTAS, TERESA KULIBERDA-WOJTAS,
ADAM STADNIK



WOJCIECH DORŻYNKIEWICZ, KINGA KURCZ



ŁUKASZ PROROK, ADRIANNA PROROK



MAGDALENA GAJDAMOWICZ, DR ZBIGNIEW
WÓJTOWICZ



OD LEWE: MACIEJ KACZOROWSKI, JUSTYNA
MICHALSKA, KRZYSZTOF NOWAK



OD LEWE: MIROSŁAW SOBCZYK, HANNA MOJSIUK,
ROMAN MŁODKOWSKI



MIROSŁAW SOBCZYK, ANDRZEJ WRÓBLEWSKI



OD LEWE: PAWEŁ WIŚNIEWSKI, HANNA MOJSIUK,
PIOTR WOLNY

FOTO: AKK

Raut Europejski po raz 18

Tuż po „majówce” Anno Domini 2022 w siedzibie Business Club Szczecin odbyła się, już po raz 18, jedna z najważniejszych imprez tej znanej organizacji samorządu gospodarczego - Raut Europejski. To cykliczne wydarzenie organizowane dla upamiętnienia rocznicy przystąpienia Polski do Unii Europejskiej. W salach BCS w Czerwonym Ratuszu pojawili się przedstawiciele lokalnego świata biznesu, palestry, medycyny, nauki, szczecińscy Konsulowie Honorowi, marszałek Senatu RP oraz przedstawiciele władz rządowych i samorządowych. Było uroczyste, elegancko, godnie i europejsko. ds



OLGIERD GEBLEWICZ I BOGUMIŁ ROGOWSKI



TOMASZ GRODZKI I BOGUMIŁ ROGOWSKI



PIOTR KRZYTEK I KAMIL PILARSKI



CEZARY BĄK I BEATA ŁABIGA



OD LEWEJ: WOJCIECH BIEL, JERZY SZKWAREK, STANISŁAW FLEJTERSKI, ANNA BIEL



OD LEWEJ: MARTIN SMETAK, DOMINIKA KRÓL SMETAK, ROBERT KRÓL, JERZY SZKWAREK



ZBIGNIEW PASZKOWSKI I BARBARA PASZKOWSKA

FOTO: MICHAŁ WOJTAROWICZ

Portret matki z córką

W Muzeum Narodowym w Szczecinie a dokładnie w Muzeum Sztuki Współczesnej, można oglądać wystawę dwóch znakomitych szczecińskich artystek – Anny Paszkiewicz i Eli Blanki. To dialog dwóch bliskich sobie kobiet – matki i córki oraz twórczyń działających w tej samej materii, w rzeźbie. Anna Paszkiewicz pokazuje ponad 20 dzieł, natomiast Ela Blanka prezentuje swoje najnowsze prace oraz autorski film poświęcony mamie. [ad](#)



OD LEWEJ: ELA BLANKA,
JOANNA ŁOZOWSKA,
KURATORKA WYSTAWY



PROF. KAZIMIERZ
KOŹŁOWSKI I ANNA
PASZKIEWICZ



MAŁGORZATA NAROŻNA
(KLUBOKSIĘGARNIA FIKA)



EDWARD OSINA (CALBUD)



MAGDALENA LEWOC, ELA
BLANKA



WYSTAWA W MUZEUM
NARODOWYM

FOTO: MARTA MISZUK, RAFAŁ GROTH

Piłkarskie rozgrywki w Trafo

Legendarny włoski dziennikarz sportowy Gianni Brera mawiał, że: „Mecz idealny powinien zakończyć się wynikiem 0:0”. Piłkę nożną i jej społeczno-kulturowych konsekwencji poświęcona jest międzynarodowa wystawa „Pierwsze miejsce w tabeli?”. Swoje autorskie, zaskakujące i intrygujące spojrzenie na futbol zaprezentowała grupa artystów, wśród których znaleźli się m.in.: Pussy Riot, Femen, Janusz III Waza, Paweł Althamer, Kamil Kuskowski i AKS „Zły” Warszawa. Po wernisażu w klubie After Ego odbyło się after party na którym zagrał duet Nagrobki, który w swoim dorobku ma również piłkarski przebój „Kiedy nadzieja umiera ostatnia”. [ad](#)



OTWARCIE WYSTAWY
„PIERWSZE MIEJSCE
W TABELI?”



NAGROBKI W AFTER EGO



MACIEJ SALAMON



OTWARCIE WYSTAWY
„PIERWSZE MIEJSCE
W TABELI?”



DOROTA WALENTYNOWICZ, ANNA CIABACH, STANISŁAW RUKSZA,
GRUPA NAGROBKI: ADAM WITKOWSKI I MACIEJ SALAMON

FOTO: ALICJA USZYŃSKA

Zdążyć z marzeniami

W hotelu Radisson Blue odbyło się Sympozjum Naukowe „Niepłodność – Droga do rodzicielstwa”. Tematem przewodnim był czas i działania zmierzające do najszybszego spełnienia marzeń rodzicielskich pacjentów. W gronie polskich i zagranicznych ekspertów, skupionych wokół kliniki płodności TFP Fertility Vitrolive, poruszono nie tylko kwestie przebiegu i efektywności leczenia w Polsce i Europie, ale był też czas na rozmowy przy kawie. W wydarzeniu wzięło udział ponad 120 specjalistów zainteresowanych tematem niepłodności. kt



JUSTYNA WIDECKA, MARTA ZAPALOWSKA-CHWYC



PROF. GRZEGORZ JAKIEL (CENTRUM MEDYCZNE KSZTAŁCENIA PODYPLOMOWEGO W WARSZAWIE)



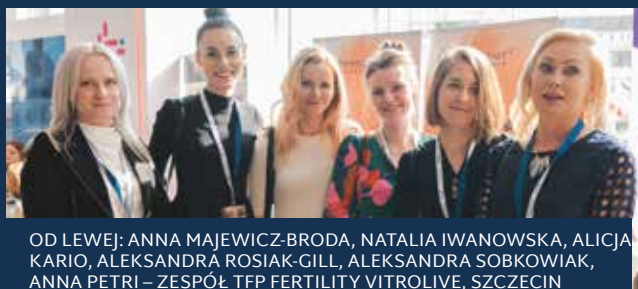
PROF. LESZEK PAWELCZYK (UNIWERSYTET MEDYCZNY W POZNANIU)



OD LEWEJ: EWA KNAP, ANNA RADOMSKA, ANDRZEJ PUCHALSKI, RAFAŁ KURZAWA (POMORSKI UNIWERSYTET MEDYCZNY W SZCZECINIE, DYREKTOR MEDYCZNY TFP FERTILITY POLAND)



PROF. SEBASTIAN KWIATKOWSKI (POMORSKI UNIWERSYTET MEDYCZNY W SZCZECINIE)



OD LEWEJ: ANNA MAJEWICZ-BRODA, NATALIA IWANOWSKA, ALICJA KARIO, ALEKSANDRA ROSIAK-GILL, ALEKSANDRA SOBKOWIAK, ANNA PETRI – ZESPÓŁ TFP FERTILITY VITROLIVE, SZCZECIN



OD LEWEJ: WITOLD RYBSKI, RAFAŁ KURZAWA



WOJCIECH KOLAWA, KATARZYNA OLSZAK-WĄSIK, EWA PANAK (TFP FERTILITY MACIERZYŃSTWO, KRAKÓW)



OD LEWEJ: BOŻENA SEMBATY, AGNIESZKA LIGENZA, PAULA BUDYNEK, MAŁGORZATA MIŁOŚAWSKA (DIAGNOSTYKA, SZCZECIN)



BERENIKA WIŚNIEWSKA, WOJCIECH GŁĄBOWSKI, PAWEŁ BRELIK, JOLANTA NAWROCKA-RUTKOWSKA



WOJCIECH KOLAWA, MARTA SIKORA-POLACZEK (TFP FERTILITY MACIERZYŃSTWO, KRAKÓW)

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



SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA KONSULTACJE
DO NASZEGO GABINETU

LISTA DRYSTRYBUCJI

GABINETY LEKARSKIE

AMC, Art Medical Center
ul. Langiewicza 28/U1
Aesthetic Med ul. Niedziałkowskiego 47
Centrum Rehabilitacji Duet al. Wojska
Polskiego 70
Centrum Medyczne Słowik ul. Kaszubska 59
Centrum Medyczne Słowik ul. 5 lipca 11
Dental Art ul. Śląska 9a
Dental Implant Aesthetic Clinic
ul. Panieńska 18
Dental Center ul. Mariacka 6/U1
Dentus ul. Mickiewicza 116/1
DermaDent ul. Kazimierza Królewicza 2 L/1
Dr Wiśniowski Chirurgia i Medycyna Este-
tyczna ul. Kusocińskiego 12/II/3
ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku słońcu 58
Fabryka Zdrowego Uśmiechu
ul. Ostrawicka 18
Forte Vite ul. Europejska 35/II/3
Fizjopomoc ul. Witkiewicza 61
Excelmed ul. Kopernika 6/2
Gabinety Dr Zółtowski al. Powstańców
Wielkopolskich 79
Gabinet Terapii Manualnej ul. Kasprzaka 3A
Gajda ul. Narutowicza 16A
GDG Aesthetics Club Jagiellońska 81/1
HAHS ul. Czwartaków 3
Hahs Protodens ul. Felczaka 10
Klinika Dr Stachura ul. Jagiellońska 87
Laser Medi Derm ul. Kasprzaka 2C
Laser Studio ul. Jagiellońska 85
Lighthouse Dental, ul. Arkońska 51/5
Medicus pl. Zwycięstwa 1
Mediklinika ul. Mickiewicza 55
Medimel ul. Nowowiejska 1E
Optegra ul. Mickiewicza 138
Ortho Expert ul. Jagiellońska 87B
Perfaden - Gabinet Stomatologiczny al.
Powstańców Wielkopolskich 4C
Praktyka Lekarska Piotr Hajdasz ul. Party-
zantów 3/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński
ul. Śląska 5/2
PP Estetyczna ul. Żupańskiego 6/1
Reha Team ul. Elżbiety 3, Mierzyn
ST Medical Clinic ul. Kwiatkowskiego 1/26
Stomatologia Kamienica 25
ul. Wielkopolska 25/10
Stomatologia Mikroskopowa ul. Żołnierska
13A/1
Stomatologia ul. Wielka Odrzańska 31
Synergia Centrum Psychoterapii
& Coachingu ul. Emilii Plater 7c/16
Vitrolive al. Wojska Polskiego 103

HOTELE

Courtyard by Marriott Brama Portowa 2
Hotel Atrium al. Wojska Polskiego 75
Hotel Dana al. Wyzwolenia 50
Hotel Grand Park ul. Słowackiego 18
Hotel Grand Focus ul. 3 Maja 22
Hotel Focus ul. Małopolska 23
Hotele Marina ul. Przechodnia 13
Hotel Park ul. Plantowa 1
Hotel Radisson BLU pl. Rodła 10
Moxy Szczecin City Brama Portowa 2
Willi Flora ul. Wielkopolska 18

KANCELARIE

Przemysław Manik – kancelaria adwokacka
ul. Kr. Korony Polskiej 3
Goźdek, Kowalski, Łysakowski – adwokaci i
radcowie ul. Panieńska 16
Tomasz Kordus – kancelaria adwokacka ul.
Felczaka 11
Dariusz Jan Babski – kancelaria adwokacka
ul. Bogusława 5/3
Grzegorz Dutkiewicz – kancelaria adwokacka
ul. Monte Cassino 19c
Aleksandrut-Dutkiewicz – kancelaria adwo-
kacka ul. Wyszyńskiego 14
Licht Przeworska – kancelaria adwokacka
ul. Tuwima 27/1

Mariusz Chmielewski kancelaria adwokacka
ul. Odzieżowa 5
Kancelaria Notarialna al. Jana Pawła II 22
Skotarczak, Dąbrowski, Olech – kancelaria
adwokacka ul. Narutowicza 12
Kancelaria Notarialna Daleszyńska - kancela-
ria notarialna al. Jana Pawła II 17
Kancelaria Notarialna Małgorzata Posyński
ul. Józefa Piłsudskiego 20
Kancelaria Prawna Kamili Zielińskiej
ul. Narutowicza 11/14
Kancelaria Radców Prawnych Brzeziński,
Gregorczyk ul. Swarzędzka 15A/3
Kancelarie Adwokackie Łyczewek
ul. Krzywoustego 3
Waldemar Juszcak – kancelaria adwokatów
i radców al. Niepodległości 17
Zbroja Adwokaci al. Bogusława X 9/4
WGO Legal Wiszniewski, Gajlewicz,
Oryl - radcowie prawni ul. Felczaka 16/1

KAWIARNIE

Artetamina ul. Rayskiego 21
Biancafe ul. Ostrawica/róg Wojska Polskiego
Bajgle Króla Jana ul. Nowy Rynek 6
Cafe 22 pl. Rodła 8
Coffee Costa GK Kaskada
Coffee Costa CH Galaxy - parter
Coffee Costa CH Mollo
Coffee Costa CH Outlet Park
Columbus Coffe al. Wojska polskiego 50
Columbus Coffe ul. Rayskiego 23/2a
Columbus Coffe ul. Krzywoustego 16
Columbus Coffe ul. Malczewskiego 26
Duet Coffee CH Galaxy - 1 piętro
Fanaberia Deptak Bogusława
Fit Cake ul. Śląska 5/1
Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
Lodziarnia Pogodna ul. Poniatowskiego 2
Orsola ul. Przechodnia 4
Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
Nad Piekarnią cafe & bistro ul. Krzywo-
ustego 15/U3
Vanilla Cafe&Restaurant al. Wyzwolenia
(Galaxy)
Sowa Cukiernia al. Wojska Polskiego 17
Sowa Cukiernia ul. Ku Słońcu 67
Sowa Cukiernia ul. Mieszka 173
Sowa Cukiernia ul. Struga 42
Sowa Cukiernia CH Galaxy
Solony Karmel ul. Rydla 52
Starbucks ul. Wyszyńskiego 1
Starbucks CH Galaxy

MOTORYZACJA

Auto Club Hyundai, Mitsubishi, Suzuki
Ustowo 56
BMW i Motorrad Ustowo 55
BMW i MINI Hangarowa 17
Cichy-Zasada Audi, VW, Seat, Cupra
Południowa 6
Ford Bemo Ustowo 56
Ford ul. Pomorska 115B
Harley Davidson ul. Gdańska 22A
Honda ul. Białowiejska 2
HTL ul. Lubieszyska 20
Lexus Kozłowski ul. Mieszka I 25
Land Rover /Jaguar Ustowo 58
Mazda Kozłowski ul. Struga 31B
Mercedes Mojsiuk ul. Pomorska 88
Moto 46 ul. Kurza 1
Moto 46 ul. Kurza 4
Opel Kozłowski ul. Struga 31B
Peugeot Drewnikowski ul. Bagienna 36D
Polmotor ul. Struga 31B
Polmotor ul. Zymborskiej 6
Polmotor Ustowo 52
Skoda ul. Struga 1A
Skoda City Store Brama Portowa 1 -
Posejdon
Toyota Kozłowski ul. Mieszka I 25B
Toyota Kozłowski ul. Struga 17

Volvo ul. Pomorska 115B
VW ul. Struga 18

NIERUCHOMOŚCI

Assethome al. Papieża Jana Pawła II 11 (II p.)
Baszta Nieruchomości ul. Panieńska 47
Baltic Group ul. Piotra Skargi 15
Calbud, pokój 15 parter ul. Kapitańska 2
Extra Invest al. Wojska Polskiego 45
Idea Inwest ul. Tkacka 14/U1
Krawczyk Nieruchomości ul. Jagiellońska
22/2
Lider House ul. Modra 92/2
Litwiniuk Property (Oxygen) ul. Malczew-
skiego 26
Master House ul. Lutniana 38/70
PCG Deweloper ul. Panieńska 17
Siemaszko al. Powstańców Wielkopolskich
91 A
Tomaszewicz ul. Kaszubska 20/4
Turant & Wspólnicy ul. Mała Odrzańska 21/1
Vastbouw al. Wojska Polskiego 125
WGN Nieruchomości Plac Lotników 7

RESTAURACJE

17 Schodów ul. Targ Rybny 1
Bachus - winiarnia ul. Sienna 6
Bananowa Szklarnia al. Jana Pawła II 45
Bistro na językach ul. Grodzka
Bollywood ul. Panieńska 20
Bombay ul. Partyzantów 1
Buddah ul. Rynek Sienny 2
Brasileirinho Brazylijska Kuchnia&Bar
ul. Sienna 10
Chałupa ul. Południowa 9
Colorado Wały Chrobrego
Columbus Wały Chrobrego
De Novo ul. Wojciecha 11/1
Emilio Restaurant al. Jana Pawła II 43
Forno Nero Plac Brama Portowa 1
Greckie Ouzeri (pod mostem Długim)
Jin Du al. Jana Pawła II 17
Karczmą Polska Pod Kogutem pl. Lotników
Kisiel ul. Monte Cassino 35/2
Kitchen meet&eat Bulwar Piastowski 3
Kresowa al. Wojska Polskiego 67
Lastadia ul. Zbożowa 4R
La Rotonda ul. Południowa 18/20
La Rocca ul. Koralowa 101
Mała Tumskul. Mariacka 26
Marshal Food ul. Rayskiego 23/1
Między Wierszami ul. Moniuszki 6/1
Na Kuncu Korytarza ul. Korsarzy 34
Non Solo Pizza Pasta ul. Wielka
Odrzańska 18U
Paladyn ul. Jana z Kolna 7
Paprykarz al. Jana Pawła II 42
Pepperoni Pizzeria ul. Poniatowskiego 2a
Piastów 30 al. Piastów 30
Porto Grande Wały Chrobrego
Public Fontanny al. Jana Pawła II 43
Restauracja Karkut ul. Bogurodzicy 1
Rosso Fuoco, ul. Wielka Odrzańska 20
Ricoria al. Powstańców Wielkopolskich 20
Rybarex ul. Małopolska 45
Sake ul. Piastów 1
Spotkanie al. Jana Pawła II 45
Spizarnia Szczecińska Holdu Pruskiego 8
Tokyo ul. Rynek Sienny 3
Towarzyska Deptak Bogusława
Tutto Bene Bulwar Piastowski 1
Trattoria Toscana pl. Orła Białego
Ukraineczka ul. Panieńska
Unagi al. Jana Pawła II 42
Willa West Ende al. Wojska Polskiego 65
Wół i Krowa ul. Jagiellońska 11
Zielone Patio pl. Brama Portowa 1

SKLEPY

5 Plus ul. Jagiellońska 5

Arcadia perfumeria ul. Krzywoustego 7
ART TOP ul. Chodkiewicza 6
Atelier Sylwia Majdan al. Wojska
Polskiego 45/2
Atrium Molo ul. Mieszka 173
Batlamp ul. Milczańska 30A
Batna ul. Targ Rybny 4/2
Bella Moda ul. Bogusława 13/1
Brancewicz al. Jana Pawła II 48
Centrum Mody Ślubnej ul. Kaszubska 58
Desigual, CH Galaxy – parter
Eichholtz by CLUE Al. Papieża Jana Pawła
II 46/U1
Velpa ul. Bogusława 12/2 i 11/1
Clochee ul. Bogusława 10/2
Escada al. Wojska Polskiego 22
Henry Lloyd ul. Przechodnia 11
Icon ul. Jagiełły 6/5
Jubiler Kleist ul. Rayskiego 20
Kaskada Galeria (punkt informacyjny)
Kropka nad i ul. Jagiellońska 96
Kosmetologia Monika Turowska
ul. Duńska 38
MaxMara ul. Bogusława 43/1
MOOI ul. Bogusława 43
Moda Club Al. Wyzwolenia 1
Patrizia Aryn ton ul. Jagiellońska 96
Portfolio (od ulicy Jagiellońskiej)
ul. Rayskiego 23/11
Riviera Maison ul. Struga 23
Rosenthal ul. Bogusława 15/1A
Wineland al. Wojska Polskiego 70

SPORT I REKREACJA

Aquarium (basen dla dzieci) ul. Jemiołowa 4A
ASTRA szkoła tańca al. Wyzwolenia 85
Binowo Golf Park Binowo 62
Bloom ul. Koralowa 64X
Calypso Fitness Club Office Center ul.
Piastów 30
EMS Studio al. Wojska Polskiego 31/4
EnergySports ul. Welecka 13
Eurofitness (Netto Arena) ul. Szafera 3
Fitness „Forma” ul. Szafera 196B
Kids Arena, ul. Staszica 1
Mabo B Zone Klub ul. Welecka 2
Marina Sport ul. Przechodnia 11
My Way Fitness ul. Sarnia 8
Polmotor Arena Wojska Polskiego 127
PRIME Fitness Club, ul. 5 Lipca 46
PRIME Fitness Club, ul. Modra 80
RKF ul. Jagiellońska 67
Ski Park ul. Twardowskiego 5
Strefa H2O basen ul. Topolowa 2
Strefa 3L ul. Santocka 18/13/p.1
Strefa Jogi ul. Santocka 18/16
Szczeciński Klub Tenisowy
al. Wojska Polskiego 127
Universum al. Wojska Polskiego 39

ZDROWIE I URODA

Atelier Fryzjerstwa Małgorzata Dulęba-Nie-
faćna ul. Wielkopolska 32
Atelier Piękna ul. Mazurska 21
Akademia Fryzjerska Gawęcki
Al. Wojska Polskiego 20
Baltica Wellness&Spa pl. Rodła
Be Beauty Instytut Urody,
ul. Łukasieńskiego 40/12
Beverly Barber Shop ul. Sienna 5A
CMC Klinika Urody ul. Jagiellońska 77
Depi Lab ul. Kaszubska 52
Dr Irena Eris Kosmetyczny Instytut
ul. Felczaka 20
Ella ul. Kaszubska 17/2
Enklawa Day Spa al. Wojska Polskiego 40/2
Ernest Kawa, ul. Jagiellońska 95
Esthetic Concept ul. Jagiellońska 16A/LU2
Fryzjerskie Atelier Klim ul. Królowej
Jadwigi 12/1
Gabi Beauty ul. Cisowa 45

GDG Aesthetic Club ul. Jagiellońska 81/1
Hall No 1 ul. Wyszyńskiego 37
Imperium Wizażu ul. Jagiellońska 7
JK Studio (od Rajskiego) ul. Monte
Cassino 1/14
Klinika Beauty ul. Kołtąta 31
L.A. Beauty, Brama Portowa 1
La Fiori ul. Kwiatkowskiego 1A/6
La Rocca, al. Wojska Polskiego 9
Luxmedica ul. Welecka 1A
Medesthetic ul. Okulickiego 46
Manufaktura Wzroku ul. Monte Cassino 40
MOI Instytut Kobiecego Piękna ul. Wielka
Odrzańska 28a
Modern Design Piotr Kmiecik
ul. Jagiellońska 93
Natural Skin Clinic ul. Krasieńskiego 10/5
Normobaria AX Med. ul. Modra 69
Od stóp do głów ul. Batalionów
Chłopskich 39a
Olmedica ul. Krzywoustego 9-10 (CH Kupiec)
OKO-MED. Al. Powstańców Wielkopolskich
26/LU4
OXY Beauty ul. Felczaka 18/U1
Orient Massage u. Janosika 17
Royal Clinic, al. Wojska Polskiego 2/U3
Royal Studio ul. Łokietka 7/10
Royal Thai Massage ul. Sienna 4
Salon Bailine ul. Żółkiewskiego 13
Salon Masażu Baliayu ul. Wielka
Odrzańska 30
SPA Evita Przechwał 96E
Studio Kosmetyczne Kingi Kowalczyk
ul. Szymanowskiego 8
Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
Studio Monika Kołcz ul. Św. Wojciecha 1/9
Verabella ul. Jagiellońska 23
Well Spring Tai massage ul. Kaszubska
13/4A
Wersal Spa al. Jana Pawła II 16

INNE

13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
ArtGalle ul. Śląska 53
Animal Eden ul. Warzyrnice 105B
Centrum Informacji Turystycznej Aleja
Kwiatowa
CITO ul. Szeroka 61/1
Do Better ul. Łubinowa 75
Filharmonia – sekretariat ul. Małopolska 48
Fabryka Energii ul. Łukasieńskiego 110
Muzeum Narodowe ul. Staromłyńska 27
Opera Na Zamku ul. Korsarzy 34
Pazim recepcja pl. Rodła 9
Piwnica Kany św. Piotra i Pawła 4/5
Pogoń Szczecin biuro marketingu
ul. Karłowicza 28
Północna Izba Gospodarcza al. Wojska
Polskiego
Pracownia Dobrostanu al. Jana Pawła II
28/7A
Przedszkole Niepubliczne Nutka (Baltic
Business Park)
Radio Super FM pl. Rodła 8
Radio Szczecin al. Wojska Polskiego 73
Stara Rzeźnia Kubryk literacki (dąstownia)
ul. Wendy 14
Szczecińska Szkoła Wyższa Collegium
Balticum ul. Mieszka I 61C
Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny
ul. Niemierzyńska 17A
Teatr Polski ul. Swarzędzka
Teatr Mały Deptak Bogusława
Teatr Współczesny Wały Chrobrego
Trafostacja Sztuki św. Ducha 4
Unity Line pl. Rodła
Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
Urząd Miejski pl. Armii Krajowej 1
Urząd Wojewódzki Wały Chrobrego
Vetico ul. Wita Stwosza 13
Władca Języków al. Wojska Polskiego 48/2
Zamek Punkt Informacyjny ul. Korsarzy 34
Zapal al. Piastów 42

NIECH WIDZĄ.
I SŁYSZĄ.
F-TYPE ROADSHOW.



JAGUAR F-TYPE NIEZAWODNIE DZIAŁA NA ZMYŚŁY. POCZUJ TO NA WŁASNEJ SKÓRZE!

NIE CZEKAJ I ZAREZERWUJ JUŻ DZIŚ JAZDĘ TESTOWĄ W BOŃKOWSCY BRITISH AUTO.



AUTORYZOWANY SALON LAND ROVER I JAGUAR W SZCZECINIE

BOŃKOWSCY BRITISH AUTO

USTOWO 58, 70-001 SZCZECIN

+48 91 852 34 00 | SALON@BRITISH-AUTO.PL

WWW.BRITISH-AUTO.JAGUAR.PL/CONTACT-US

 / JLRBONKOWSCY

ZAPRASZAMY DO NASZEGO SALONU I SERWISU



*26 maja
Dzień Matki*

No.1

NOWA JAKOŚĆ W MEDYCYNIE

CHIRURGIA PLASTYCZNA
GINEKOLOGIA ESTETYCZNA
GINEKOLOGIA OPERACYJNA
ORTOPEDIA
CHIRURGIA OGÓLNA

AMC[®]
ART MEDICAL CENTER

Jedno z najbardziej zaawansowanych
technologicznie centrów medycznych w Polsce.

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

www.artmedicalcenter.eu