

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

prestiz

M A G A Z Y N S Z C Z E C I Ń S K I

Odkurzenie muzyką

Powitanie Afryki

Wiosna wraca na ulice

NR 3 | 153 | MARZEC 2022 r.

JAKUB SKRZYWANEK

Robię teatr z miłości do ludzi



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
BOGATOPŁYKOWE

KOKTAJLE
WITAMINOWE

BADANIA
TRYCHOLOGICZNE

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


KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

WWW.KLINIKAZAWODNY.PL
FB/KLINIKAZAWODNY
@KLINIKAZAWODNY

30 lat doświadczenia w chirurgii plastycznej i rekonstrukcyjnej

Operacje powiększania pośladków

W klinice Aesthetic Med wykonujemy operacje powiększenia pośladków dwoma metodami: przeszczepem tłuszczu i wszczepiając implanty silikonowe.

Jeżeli pacjentka ma wystarczającą ilość tłuszczu, wykonujemy odsysanie tkanki tłuszczowej i po przygotowaniu przeszczepiamy tę tkankę w okolicę pośladków. Tłuszcz podajemy pod powięź powierzchowną mięśni pośladkowych. Przed podaniem tłuszczu uwalniamy wszystkie więzadła między skórą a tkanką tłuszczową na pośladkach. Pokazujemy efekt takiej operacji 2 dni po jej wykonaniu. Pacjentkę operował dr Rami Alshekh.



Pacjentka przed operacją.



Pacjentka 2 dni po operacji metodą przeszczepu własnego tłuszczu.

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

Rejestracja na konsultacje: tel. 91 819 90 99

www.aestheticmed.com.pl

Druga metoda to powiększanie pośladków implantami silikonowymi pośladków. Pokazujemy zdjęcia pacjentki przed i 2 dni po operacji powiększenia pośladków z użyciem implantów silikonowych o pojemności 360 ml. Przed implantacją usunięty został tłuszcz, przez odsysanie, z okolicy krzyżowo-lędźwiowej i nadpośladkowej. Zabieg taki pozwala na uzyskanie znacznie lepszego efektu. W obu przypadkach rozmiar pośladków został wybrany przez pacjentki. Pacjentkę operował dr Andrzej Dmytrzak.



Pacjentka przed operacją.



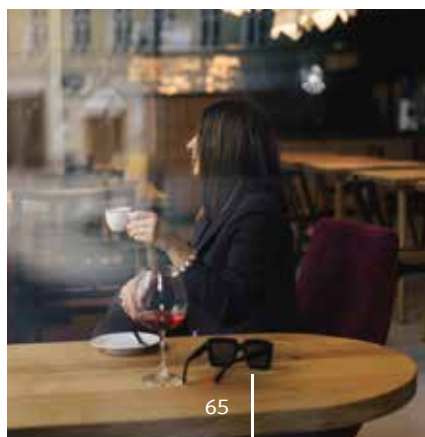
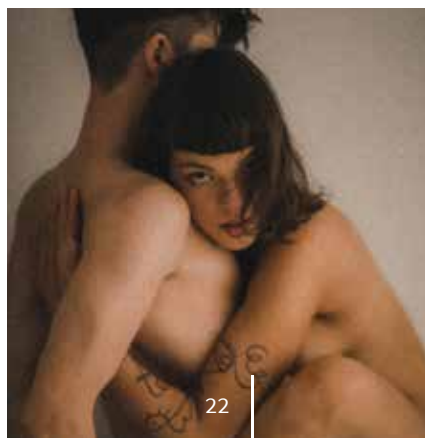
Pacjentka 2 dni po operacji pośladków z użyciem implantów.

AESTHETIC
MED

dr n. med. Andrzej Dmytrzak



Na okładce:
Zespół Teatru Współczesnego
Foto: Ewa Bernaś



SPIS TREŚCI

10. Słowo od naczelnej

FELIETON

- 13. Zdaniem kobiety – pisze Ania Ołów-Wachowicz
- 14. Krzywym okiem – pisze Dariusz Staniewski

WYDARZENIA

- 17. Nowe miejsca
- 18. Granica
- 21. Kobieta w świecie moto
- 22. Momenty we dwoje
- 25. Bud-Gryf & Home w Netto Arenie
- 26. Moda i pomaganie wpisane w DNA
- 29. Jazz i wybuchowe emocje
- 31. Nowa jakość karmienia ptaków w Szczecinie

TEMAT Z OKŁADKI

- 32. Jakub Skrzywanek: Robię teatr z miłości do ludzi

LUDZIE

- 38. Od czytania książek do czytania świata
- 42. Emocjonalne odKURZanie muzyką

MOTORYZACJA

- 44. Ręce na kierownicy i w drogę
- 48. Miejski drapieznik

PODRÓŻE

- 50. Powitanie Afryki

MODA

- 56. Wiosna wraca na ulice

DESIGN

- 60. Relaks wśród drzew
- 65. Wśród światła i drewna

NIERUCHOMOŚCI

- 68. Zamieszkać w tym roku
- 70. Wież ci u nas dostatek

BIZNES

- 74. Myślisz o kredycie?
- 76. ZARR S.A. Dofinansowanie dla zachodniopomorskich przedsiębiorców
- 79. Przedsiębiorcy z Ukrainy – pomóżmy im prowadzić biznes w Polsce

ZDROWIE I URODA

- 80. SOS dla włosów!
- 82. Naukowo o niepłodności
- 84. Młodsze, czyli zdrowsze spojrzenie
- 86. Zdrowie, uroda i zero waste
- 88. Zdrowy, prosty i bez bólu
- 90. Zdrowe życie intymne
- 91. Wszystko, co chcielibyście wiedzieć o botoksie...
- 94. Chcesz mieć zdolne dziecko – zapisz je na tenis stołowy
- 95. Ekspert radzi

KULINARIA

- 97. Niebiańskie risotto
- 98. Twój własny barman

KULTURA

- 101. Trafo i archiwum „Łabędź” Trojanowskiej
- 102. KURZ w Kanie Śpięty w Filharmonii
- 103. Niezwykła premiera w Operze Muza i Paragraf
- 104. Odwstydzić seks Szancer na Zamku
- 105. Kobieta marca 62' – pisze Szymon Kaczmarek
- 106. Recenzje teatralne – pisze Daniel Źródlewski
- 108. Władysław Gałka – artysta totalny
- 110. Taras Szewczenko: symbol ukraińskiego losu
- 112. Nina Rydzewska: Wrażliwa skandalistka
- 116. Ewa Kołodziejek – z miłości do języka

118. KRONIKI

luksusowe mieszkania



UL. KLONOWICA
DZIELNICA POGODNO

PREMIERA MAJ 2022
I ETAP 168 MIESZKAŃ

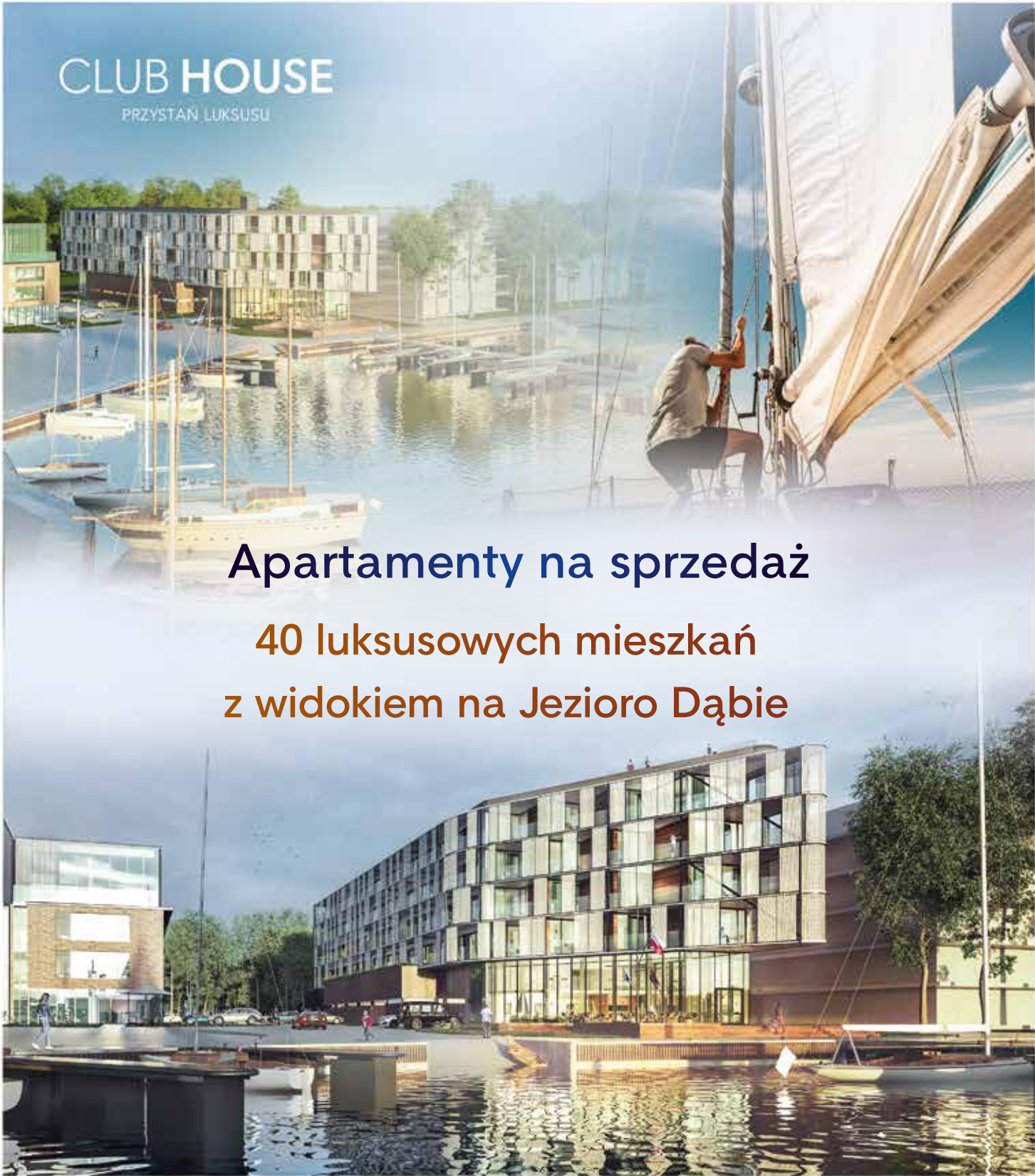
OSIEDLE TARASY KLONOWICA



www.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



„(...) LECZ LUDZI DOBREJ WOLI JEST WIĘCEJ. I MOCNO WIERZĘ W TO, ŻE TEN ŚWIAT NIE ZGINIE NIGDY DZIĘKI NIM (...)”

W ciągu tygodnia zmienił się cały świat. Otwieram rano oczy i pierwsze, co, to rzucam się do telefonu i sprawdzam, co w Ukrainie. Żałuję, że obudziłam się i to wszystko nie jest jakimś koszmarnym snem. Idę do kuchni robię nieśpiesznie kawę, a za oknem – wiosna. Słońce świeci, a pod naszymi słynnymi platanami eksplozja krokusów. Kolorowo, radośnie, aż boli. Czuję wyrzuty sumienia, że u nas tak pięknie, a tam w Ukrainie... Jak nie oszaleć? Rzucam się w działanie. Trzeba pomagać! To rodzaj autoterapii, przekuwam swój lęk w konkretne działanie. Wrzucam na FB zdjęcie rodziny, która uciekła z Charkowa z prośbą o pomoc w znalezieniu dla nich mieszkania. Rozdzwaniają się telefony. Na drugi dzień rodzina ma dach nad głową! Chociaż tyle, aż tyle. Jedno jest pewne – to, co się dzieje wyzwoliło ocean dobroci i solidarności. Lawinę akcji pomocowych, które tak bardzo podtrzymują na duchu. Pomagają niemal wszyscy dookoła mnie – każdy jak może. Idę do pracy, działam, tworzę normalny świat dla siebie i mojej rodziny. Tak, abym miała siłę i środki, by pomagać. Patrzę w to piękne niebieskie niebo i wiem, że cokolwiek się stanie, nie da się go zniszczyć. Wierzę, że wszystko w naszych rękach. Wierzę we wspólne działanie. Wierzę, że dobro zwycięży.

Przyjdą lepsze, spokojne dni. Nie mam, co do tego absolutnie żadnych wątpliwości. Bo ludzi dobrej woli jest więcej...

prestiz
MAGAZYN SZCZECIŃSKI

Wydawnictwo Prestiż

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

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

REDAKTOR NACZELNA:

IZABELA MARECKA

REDAKCJA:

ANETA DOLEGA, DANIEL ŻRÓDLEWSKI,
KAROLINA WYSOCKA, DARIUSZ
STANIEWSKI

FELIETONIŚCI:

SZYMON KACZMAREK,
ANNA OŁÓW-WACHOWICZ

WSPÓŁPRACA:

PANNA LU, ARKADIUSZ KRUPA

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
RADOŚLAW PERZ, TEL.: 575 650 590

DZIAŁ PRAWNY:

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

DZIAŁ FOTO:

BOGUSZ KLUZ, EVELINA PRUS,
ALICJA USZYŃSKA,
DAGNA DRAŻKOWSKA-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



Line CALMING



KURACJA WZMACNIAJĄCO- -STYMULUJĄCA

Codzienna, intensywna pielęgnacja dla skóry wrażliwej
i skłonnej do zaczerwienień.

Sprawdź na: www.clochee.com

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



ANNA OŁÓW-WACHOWICZ

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

Kobiety, które mnie otaczają, nie chcą bohaterów, zwycięstw i chwały. Myślą o kosztach. O zniszczeniach, śmierciach, ruinach i bólu. Myślą o dzieciach, partnerach, rodzinach, przyjaciółach. Traumach, niepokoju, stracie.

Zdaniem kobiety

Wiosna zaczęła się od mocnego podmuchu ze wschodu. Zwalił nas z nóg. Wszystko w jednej chwili przestało być stałe i w jeden poranek zamieniło się w inne, niepewne, niepokojące. Strach szybko obejmuje we władanie i poraża rozsądek. Bo strach to potężna broń, ma wiele ofiar. Boi się i raniony, i świadek. Po tem boi się ktoś, kto o wszystkim usłyszał, później jego znajomy i znajomy znajomego. Strach paraliżuje. Ze strachu nie musisz umrzeć, ale może on Cię nadkruszyć – na chwilę lub na zawsze. Strachem najłatwiej i najmniejszym kosztem jest podbijać.

XXI wiek, środek Europy. Tysiąclecie doświadczeń, że wojna i agresja zawsze kończą się źle i nic. Jak krew w piach. Droga, która zawsze okazuje się nieskuteczna, znowu zostaje wybrana.

Kobiety nie chcą wojny. Nikt jej nie powinien chcieć, już od dawna.

Kobiety, które mnie otaczają, nie chcą bohaterów, zwycięstw i chwały. Myślą o kosztach. O zniszczeniach, śmierciach, ruinach i bólu. Myślą o dzieciach, partnerach, rodzinach, przyjaciółach. Traumach, niepokoju, stracie.

Kobiety, gdyby mogły wybrać, nie wybrałyby siły. Nie dlatego, że są tchórzliwe czy słabsze. Nie uciekną. Stoją, walczą, trzymają broń. Na siłę zawsze odpowiedzą siłą. Ale od niej nie zaczną. Porozmawiają.

Bo reszta świata nie zatrzymuje się, kiedy bohater idzie walczyć. O bohatera martwi się matka, siostra, córka, kobieta. Zostaje bez wsparcia i wcale nie wie, czy nie na zawsze. Śmierć bohatera nie boli mniej niż śmierć tchórze. Po bohaterach płacze się tak samo w domu.

Kobieta nie chce honorów i salwy nad grobem bliskiego, nawet w zdobyczy zwycięstwa.

Kobieta pamięta, że dzieci małe i duże chcą spać, jeść, przytulać się. Pogłaskać kota, pobiec na podwórko z psem. Poleżeć na łóżku we własnym pokoju, posłuchać muzyki, pogadać z kumplami. Rozdać cukierki w przedszkolu i usiąść w jednej ławce z tą koleżanką, która jest fajna. Wstać z niechęcią do szkoły, po to, żeby na pierwszej przerwie zakochać się pierwszy raz i wrócić w skowronkach. Tymczasem schron, korytarz metra, albo granica obcego kraju. Z małym plecakiem i klatką świnki morskiej pod pachą, bo nie zostawia się przyjaciela, zostawia się dom.

To kobiety myślą: jak wyprać ubranko dziecku, kiedy nie będzie prądu, wody. Jak ugotować kaszę? Skąd wezmę pieluchy, skąd podpaski? Czy ten ząb na dole nie zacznie znowu boleć, bo gdzie tu dentysta? Czy róże w ogrodzie przetrwają, przecież sadziła je jeszcze babcia. Czy wrócę do pracy, do koleżanek? Czy odbudują ten piękny budynek na rogu? Ile wytrzymają rodzice? Czy siostra jest bezpieczna? Czy sąsiedzi nie ucierpieli? Co u przyjaciół?

I co dzieje się z nim. Czy żyje.

Za oknem wiosna, przyjdzie i tak. Będzie zielono, życie będzie chciało przyspieszyć i tego nic i nikt nie powstrzyma. Wielka migracja tym razem nie dotyczy tylko ptaków. Przyszli do nas goście, którzy zostawili domy. Nie odlecą jesienią. Wszystkim nam trzeba sił, żeby ten rok przetrwać razem. My: konsekwentni, nie tylko w chwilowym zrywie. Oni: przybici i zagubieni, niemający siły być w widoczny sposób wdzięczni, bo jest w nich piekło i trauma. Spotkało ich właśnie niewiarygodne i są jak w złym śnie.

To wszystko poderwało nas z miejsca, jak ukłutych w samo sedno. Pomagamy. Szybko zrozumieliśmy, że rzecz dzieje się jak w lustrzanym odbiciu. Udzielono nam błyskawicznej lekcji empatii. Try walking in my shoes i kochaj bliźniego jak siebie samego. Tylko jak już zaczęliśmy, to dokończmy. Zmęczyć się nie możemy. Nie damy rady?

Nawet z pandemią się nad sobą już nie rozczulamy, jest to jest, co zrobisz są gorsze rzeczy. Maski na twarz i karton z pamperkami na pakę: czekamy na was, nie martwcie się, wejdźcie do domu.

Rozglądam się i z ulgą widzę, że ludzkość się nieco uczy. Zwykły szary człowiek zdał egzamin. Kilku trolli i kilka rządów nie uczy się jak zawsze – niczego, ale zwykli ludzie zrozumieli lekcję. Patrzą i współodczuwają. Idziemy pomagać jak samym sobie. Z tą obawą z tyłu głowy, że to mogliśmy być my. To mogliśmy być my.

Czy będziemy? Nie bójmy się, co to pomoże. Nie bójmy się. Na przekór żyjemy. To wszystko ma sens. Po coś jesteśmy.



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 zniechęconej) 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.

Chciałbym się przenieść do miasta po II wojnie światowej, do pierwszych 20 lat, napić się wódki z K.I. Gałczyńskim, posłuchać Czesława Niemena i innych późniejszych gwiazd big beatu na Festiwalu Młodych Talentów, porównać smak ówczesnych pasztecików i dzisiejszych, spróbować oryginalnego „paprykarza szczecińskiego”, obejrzeć pierwszy w Polsce striptiz w Kaskadzie i bawić się do upadłego w Bajce patrząc jak „mewki” zręcznie „skubią” zagranicznych marynarzy.

Krzywym okiem

Niedawno wpadła mi w ręce najnowsza powieść pewnego polskiego, bardzo płodnego (w sensie twórczym oczywiście, bo reszta mnie nie obchodzi) pisarza. Facet pisze szybciej swoje książki niż niejeden facet zmienia skarpetki. Jak to robi? Wielu zadaje sobie to pytanie. Niektórzy sugerują pomoc „autorów widmo”, czy też jakichś „zielonych ludzików” literatury. Nie o to chodzi. Niech ten nowy Kraszewski pisze ile chce i co chce. Ale jego najnowszy twór, to nie tylko moim zdaniem (opieram się na opiniach z FB i internetu) jest totalnym knotem. W skrócie – rzecz się dzieje w pewnym historycznym kompleksie umocnień usytuowanym pod jednym z polskich łańcuchów górskich. Dochodzi do katastrofy. Powoduje ona, że w podziemiach uruchamiają się korytarze umożliwiające podróże w czasie. I tyle streszczenia. Powieść nudna, przekombinowana. Do tego mało zabawne wątki odnoszące się do aktualnej sytuacji politycznej w kraju. Chyba miały nadać lekkości fabule, a może nawet humoru. Nic z tego. Nie wyszło. Ogólnie – słabizna. Ale przypomniałem sobie ten wątek korytarzy pozwalających na podróże w czasie (podobno według naukowców takie wycieczki są możliwe,) czytając pewną informację z lokalnych mediów. Otóż kończą się prace przy oczyszczaniu odnalezionych podziemnych korytarzy schronu pod szczecińskim Zamkiem Książąt Pomorskich. A co by się stało, gdyby w wyniku tych prac nagle naruszono w nich coś tam coś tam i doszło do powstania kanałów umożliwiających podróże w czasie? Nawet ograniczone tylko do naszego lokalnego podwórka, czyli Szczecina? Kto z nas oglądając stare zdjęcia stolicy Pomorza Zachodniego nie pomyślał czasami: „chciałbym to zobaczyć na własne oczy”? Ilu z nas nie miałoby ochoty, żeby organoleptycznie sprawdzić jak wyglądało nasze miasto np. pod koniec XIX wieku? Przejść się ulicami, zajrzeć do sklepu, restauracji, posłuchać śpiewów z piwiarni, obejrzeć jakieś varietes, ale i jednocześnie poczuć smród rynsztoków oraz biedy? Posłuchać o czym mówią ludzie, co jedzą, jak się zachowują, czym żyje miasto, co grają w teatrach? Wiem, wiem, to wszystko można znaleźć w archiwach, ówczesnych źródłach pisanych, które przetrwały do naszych czasów. Ale mimo wszystko to nie to samo. Ułożyłem więc sobie (na wszelki wypadek, gdyby jednak w tych zamkowych korytarzach coś tam coś tam naruszono) taką małą

listę moich podróży jakie chciałbym odbyć do Szczecina sprzed lat i wieków. No co, pomarzyć, pofantazjować nie można? To nie kosztuje i nikomu przecież nie szkodzi. A lepiej być przygotowanym. Niby na świecie już wszystko odkryte a przecież ze zdumieniem dowiadujemy się np. że istnieje i funkcjonuje tajemnicze państwo San Escobar, niejaki Zenek jest wybitnym artystą, a co-widu nie ma, bo jest to bzdura wymyślona przez określone siły. Ktoś go widział? Nie, więc go nie ma. Cóż więc takiego chciałbym zobaczyć w dawnym Szczecinie? Chciałbym się przenieść do miasta po II wojnie światowej, do pierwszych 20 lat po kataklizmie m.in. zobaczyć jak wygwizdany został przez harcerzy I sekretarz PPR Bolesław Bierut w czasie manifestacji „Trzymamy straż nad Odrą”, napić się wódki z K.I. Gałczyńskim, posłuchać Czesława Niemena i innych późniejszych gwiazd big beatu na Festiwalu Młodych Talentów, porównać smak ówczesnych pasztecików i dzisiejszych, spróbować oryginalnego „paprykarza szczecińskiego”, obejrzeć pierwszy w Polsce striptiz w Kaskadzie i bawić się do upadłego w Bajce patrząc jak „mewki” zręcznie „skubią” zagranicznych marynarzy. Chciałbym przenieść się do Szczecina przedwojennego kiedy miasto miało już w pełni brunatną, faszystowską mordę, zobaczyć wizytę Szatana w mieście, czyli Hitlera i dziki szal mieszkańców na jego punkcie. Sprawdzić czy rzeczywiście bracia Wright pokazywali swoją latającą maszynę na jednym z podszczecińskich lotnisk i czy dzisiejszy „Pionier” rzeczywiście zastępuje na miano najstarszego kina na świecie. Chciałbym być świadkiem gigantycznej transformacji miasta, czyli likwidacji twierdzy i fortów oraz powstanie m.in. Tarasów Hakena, czyli dzisiejszych Wałów Chrobrego, stanąć na szczycie wieży Quistorpa, w jednym ze szczecińskich hoteli natknąć się na Żelaznego Kanclerza, czyli Ottona von Bismarcka, zobaczyć dwie przyszłe caryce Rosji, które urodziły się w Szczecinie – Katarzynę II i Marię Fiodorowną. Chciałbym także pohulać na weselu Bogusława X i Anny Jagiellonki. A co, nie można? Lista moich podróży chyba nie jest zbyt obszerna. Zawsze może ulec rozszerzeniu. Wszystko teraz w rękach oczyszczających schron pod szczecińskim zamkiem. Olać Majorki, Malediwy czy inne Zanzibary. Przeszłość czeka, wzywa z daleka.



NOWOŚCI W KARCIE **SZEFA KUCHNI**



Columbus Restauracja & Pub

ul. Wały Chrobrego 6 | 70-500 Szczecin | tel: 914893401 | columbus@walychrobrego.com



EXOTIC RESTAURANTS

★ SZCZECIN ★



RESTAURACJA INDYJSKA
BOMBAY
Exotic cuisine of INDIA

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


Buddha
Thai & Fusion Restaurant

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

 **TOKYO**
SUSHI 'N' GRILL

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


Bollywood
STREET FOOD

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

 **SHANGHAI**
CHINESE RESTAURANT

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

WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL



HOTEL MOXY

To nowoczesny, zaskakujący swoją prostotą i lifestylowym designem hotel najnowszej marki sieci Marriott. Oferuje 121 komfortowych pokoi typu Queen, wyposażonych w 49-calowe telewizory z płaskim ekranem Full HD oraz wysokiej jakości systemem dźwiękowym, bezpłatny dostęp do szybkiego Wi-Fi i wbudowane porty USB. Tętniący życiem bar oraz części wspólne otwarte są 24 godziny na dobę, oferują muzykę na żywo, eventy, gry i zabawę. Hotel oferuje także pierwszą w Polsce, niewielką salę konferencyjną, w której krzesła zostały zastąpione huśtawkami. Sala może pomieścić 6 osób.

Szczecin, pl. Brama Portowa 2
(wejście od ul. Kaszubskiej)



GABINETY LOVEMYSKIN

Zostały stworzone z pasji i miłości do ciała oraz fascynacji i wiary w nowoczesną technologię oraz naukę. Są też odpowiedzią na zapotrzebowanie na najwyższej jakości usługi dla klientów w zakresie pielęgnacji skóry, ujędrnienia, modelowania oraz redukcji tkanki tłuszczowej i cellulitu. Gabinet został wyposażony w najwyższej jakości aparaturę posiadającą niezbędne certyfikaty, a personel odpowiednio przeszkolony, dzięki czemu istnieje możliwość indywidualnego dobrania terapii do potrzeb każdego z klientów.

Szczecin, al. Jana Pawła II 14
(wejście od frontu budynku)



SZCZECIŃSKI BRODACZ

Męski salon fryzjerski na szczecińskim Pogodnie. W ofercie znajdują się typowe usługi jak strzyżenie włosów (męskie i dziecięce), ale także trymowanie brody (z brzytwą i bez brzytwy), farbowanie brody oraz golenie brzytwą.

Szczecin, ul. Księcia Józefa
Poniatowskiego 2A, U2,



MYJNIA RĘCZNA PRAWOBRZEŻE

Zajmuje się kompleksowym sprzątaniem i czyszczeniem samochodów – wnętrza, pranie tapicerki, mycie, odkurzanie, woskowanie, dodatkowa propozycja – door to door (przyjedziemy, zabierzemy, umyjemy, odwieziemy Twoje auto, w cenie usługi). Przyjemna poczekalnia, pyszna kawa, wi-fi. W przygotowaniu usługa samochodu zastępczego.

Szczecin, ul. Struga 72

reklama

Odzyskaj uśmiech
dzięki implantom!

Uśmiechaj się
śmiało!



STOMATOLOGIA
NA PODZAMCZU



BONDING
na jednej wizycie!



GRANICA

UROCZA BLONDYNECZKA W RÓŻOWEJ KURTECZCE. TO CZTEROLETNIA EWELINKA. ZWRÓCIŁA NASZĄ UWAGĘ OD RAZU. PATrzyŁA NIECO ONIEŚMIELONA, UŚMIECHAŁA SIĘ DO ROBERTA, FOTOREPORTERA. CIESZYŁA SIĘ BARDZO, ŻE ZOBACZYŁA TATĘ, A TEN PRAKTYCZNIE NIE WYPUSZCZAŁ JEJ Z RĄK. SIERGIEJ PRZYJECHAŁ PO ŻONĘ I TRÓJKĘ DZIECI Z POBIEROWA, GDZIE PRACUJE.

EWELINKA NIE WIE, ŻE JEST WOJNA, MIMO, ŻE RAZEM Z MAMĄ I BRAĆMI, W RODZINNYM WARASZU, DZIESIĘĆ RAZY MUSIELI UCIEKAĆ DO PIWNICY Z POWODU ALARMÓW RAKIETOWYCH. NIE WIE, ŻE JEST WOJNA, MIMO ŻE ABY DOSTAĆ SIĘ DO POLSKI STAŁA Z BLISKIMI DWIE DOBY W KOLEJCE DO PRZEJŚCIA W DOROHUSKU. NIE WIE, ŻE JEST WOJNA, MIMO, ŻE WOKÓŁ WIDZISZ INNYCH DZIECI UCIEKAJĄCYCH Z UKRAINY.

„POWIEDZIAŁAM JEJ, ŻE TO TAKA ZABAWA. TAKA SPECJALNA GRA” – WYTŁUMACZYŁA TATIANA, MAMA DZIEWCZYNI.

JEŚLI JESTEŚ REPORTEREM MUSISZ MIEĆ TWARDĄ SKÓRĘ. NIE MOŻESZ ROZKLEJAĆ SIĘ PRZY KAŻDYM LUDZKIM DRAMACIE, O KTÓRYM OPOWIADASZ. MUSISZ NAUCZYĆ SIĘ NIE BRAĆ WSZYSTKIEGO DO SIEBIE, BO INACZEJ ZWARIUJESZ. ALE SĄ MOMENTY, KIEDY NAWET I TY NIE WYTRZYMUJESZ.

TO BYŁ TAKI MOMENT. CZUŁAM JAK WSZYSTKO W JEDNEJ CHWILI ŚCISKA MI SIĘ W ŚRODKU, AŻ DO BÓLU. I WIEDZIAŁAM, ŻE NIE MOGĘ URONIĆ NAWET JEDNEJ ŁZY. PRZECIEŻ EWELINKA MYŚLI, ŻE TO ZABAWA. WZIĘŁAM GŁĘBOKI ODDECH. EWELINKA I JEJ STARSI BRACIA ZAJADALI ZE SMAKIEM GORĄCE KOTLETY, KTÓRE DOSTALI OD WOŁONTARIUSZY. UŚMIECHNIĘTA TATIANA ROBIŁA DZIECIOM ZDJĘCIA. SZCZĘŚLIWI, ŻE SĄ JUŻ BEZPIECZNI.

NA GRANICY POLSKO-UKRAIŃSKIEJ BYLIŚMY Z ROBERTEM DWA DNI. W TYM CZASIE PRZEZ PRZEJŚCIA W ZOSINIE I DOROHUSKU W WOJEWÓDZTWIE LUBELSKIM DO POLSKI UCIEKŁO TYSIĄCE LUDZI. GŁÓWNIEMIE KOBIET I DZIECI, ALE TEŻ STARSZYCH LUDZI, I TYCH, KTÓRZY NIE SĄ OBYWATELAMI UKRAINY. JAK KAMIŁ, UZBEK, KTÓRY RAZEM Z ŻONĄ I DZIECIAMI UCIEKŁ Z KIJOWA. OBOJE TAM UCZYLI SIĘ I PRACOWALI.

PRZY GRANICZNYCH SZLABANACH TRWAŁO WIELKIE WYCKIEWANIE. NIEKTÓRZY CZEKALI NA SWOICH BLISKICH CZY ZNAJOMYCH NAWET PO TRZY DOBY. W ZOSINIE SPOTKALIŚMY DWÓCH CHŁOPAKÓW, KTÓRZY TEN CZAS POSTANOWILI WYKORZYSTAĆ POMAGAJĄC WOŁONTARIUSZOM WYDAWAĆ POSIŁKI. TU KAŻDY MIAŁ DO OPowiedzenia TAKIE HISTORIE, PRZY KTÓRYCH LECAŁ MU ŁZY. BO WIĘKSZOŚĆ WOŁONTARIUSZY NIE BYŁA PSYCHICZNIE GOTOWA, NA TO CO ZOBACZY. WŁAŚCIWIE NIKT NIE BYŁ NA TO GOTOWY. WIDOK UCIEKAJĄCYCH PRZED WOJNĄ DZIECI ZOSTANIE Z NIMI NA ZAWSZE.

SZEF PUNKTU RECEPCYJNEGO W HORODLE (TO NIECAŁE SIEDEM KILOMETRÓW OD DOROHUSKA) PRZEZ PIERWSZE DWIE DOBY PRAWIE NIE SPAŁ. NIE WYTRZYMAŁ, KIEDY DO HORODŁA PRZYJECHAŁ AUTOKAR ROMSKICH MATEK I DZIECI. JEDNA BYŁA Z OŚMIORGIEM DZIECI. KIEDY Z NIM ROZMAWIAŁAM, ZAZNACZYŁ, ŻE JUŻ SIĘ NIE WZRUSZA, ALE TEN AUTOKAR ZAPAMIĘTA DO KOŃCA ŻYCIA. WIE, ŻE MA ZADANIE DO WYKONANIA. WIE, ŻE TO WSZYSTKO NIE BĘDZIE

TRWAŁO TYDZIEŃ. I ŻE MUSI WZIĄĆ SIĘ W GARŚĆ, MUSI SPAĆ I ODPOCZYWAĆ.

PIERWSZY DZIEŃ PŁAKAŁY TEŻ KOBIETY Z MIEJSCOWEGO KOŁA GOSPODYŃ WIEJSKICH GOTUJĄCE ZUPY DLA UCHODźCÓW. WZRUSZENIA NIE KRYŁ POLICJANT Z CHOSZCZNA, KTÓRY RAZEM Z INNYMI POLICJANTAMI Z ZACHODNIOPO-MORSKIEGO, ZOSTAŁ WYSŁANY JAKO WSPARCIE NA GRANICĘ. TERAZ KAŻDY Z NICH WIE, ŻE MUSI TE EMOCJE WYŁĄCZYĆ. BO INACZEJ NIE DA SIĘ TEGO ZNIEŚĆ.

W PUNKCIE RECEPCYJNYM W DOROHUSKU BYLIŚMY W NIEDZIELE. MNÓSTWO LUDZI Z CAŁEJ POLSKI (SPOTKALIŚMY TEŻ OSOBY Z GRYFINA) PRZYWOZIŁO CAŁE KARTONY DĄRÓW. NIESAMOWITE POSPOLITE RUSZENIE.

ALE POWIEM CI COŚ. W POMAGANIU TRZEBA MYŚLEĆ DO BÓLU RACJONALNIE. I NIM SPONTANICZNIE POJEDZIESZ NA GRANICĘ ALBO ZORGANIZUJESZ ZBIÓRKĘ, SKONTAKTUJ SIĘ Z KIMŚ NA MIEJSCU, ODEZWIJ SIĘ DO KOGOŚ, KTO JUŻ POMAGA I ZAPYTAJ, CO JEST POTRZEBNE.

PRZEZ PIERWSZE DNI WOJNY NA GRANICĘ TRAFIŁY GIGANTYCZNE ILOŚCI UBRAŃ. KARTONY I WORKI Z CIUCHAMI LEŻAŁY NA POLU PRZY SZLABANACH W ZOSINIE, WYPEŁNIAŁY CAŁY PLAC PRZED PUNKTEM RECEPCYJNYM W DOROHUSKU. KSIĄDZ Z ZOSINA POPROSIŁ MNIE, ABY ZAPEŁOWAĆ DO LUDZI: NIE PRZYWOŻCIE JUŻ UBRAŃ NA GRANICĘ. TAM JEST POTRZEBNA TYLKO POMOC DORAŻNA. I ZGADZAM SIĘ Z KSIĘDZEM, ŻE UCHODźCY POWINNI BYĆ STAMTĄD JAK NAJSZYBCIEJ ZABIERANI W SPOKOJNE MIEJSCA, GDZIE ODPOCZNA, WYŚPIĄ SIĘ, USPOKOJĄ. ZRESZTĄ, PRZECIEŻ I W SAMYM SZCZECINIE WOŁONTARIUSZE POMAGAJĄCY UKRAIŃCOM UCIEKAJĄCYM PRZED WOJNĄ MAJĄ PEŁNE ROBOTY, A MNÓSTWO OSÓB BEZINTERESOWNIE PRZYJĘŁO UCHODźCÓW POD SWÓJ DACH. NIM POJEDZIESZ NA GRANICĘ SPRAWDŹ, CZY MOŻE TU, OBOK CIEBIE, UCHODźCZA RODZINA NIE POTRZEBUJE WSPARCIA. A MOŻE TAKIEGO WSPARCIA POTRZEBUJE KOLEŻANKA Z PRACY, UKRAINKA, KTÓREJ BLISCY Z RÓŻNYCH POWODÓW NIE WYJECHALI Z KRAJU.

BYĆ MOŻE JUŻ TO SŁYSZAŁEŚ, BO WIELE OSÓB TO POWTARZA, ALE I JA NAPISZĘ TU RAZ JESZCZE. WYSTARTOWALIŚMY Z POMAGANIEM NA PEŁNEJ PETARDZIE, ALE TERAZ TRZEBA USPOKOIĆ ODDECH, WYCiąGNĄĆ KROK, ZŁAPAĆ WŁAŚCIWY, SPOKOJNY RYTM. JUŻ WIEMY WSZYSCY, ŻE TO NIE SPRINT. TO MARATON I JEŚLI KIEDYKOLWIEK MIAŁEŚ OKAZJĘ POKONAĆ TEN KRÓLEWSKI DYSTANS, DOBRZE WIESZ, ŻE TRZEBA WŁAŚCIWIE ROZŁOŻYĆ SIŁY, A CHŁODNA GŁOWA JEST TAK SAMO WAŻNA, JAK WYTRZYMAŁOŚĆ.

SOŁTYS ZOSINA PYTAŁ MNIE, CZY PRZYZWYCZAIMY SIĘ DO TEGO, JAK PRZYZWYCZAILIŚMY SIĘ DO PANDEMII. MAM NADZIEJĘ, ŻE NIE. ŻE WIDOK MAŁEJ DZIEWCZYNI, KTÓRA MYŚLI, ŻE BIERZE UDZIAŁ W ZABAWIE, ZAWSZE WYWOŁA ŚCISK ŻOŁĄDKA. ALE PRZED WSZYSTKIM CHCĘ WIERZYĆ, ŻE TO WSZYSTKO SIĘ ZARAZ SKOŃCZY I ZAMIAST WOZIĆ BANDAŻE I CIEPŁE SKARPETY DO KIJOWA CZY KASZKI DLA MAŁUCHÓW NA GRANICĘ, BĘDIEMY MOGLI MYŚLEĆ O TYM, JAK POMÓC ODBUDOWAĆ ZNISZCZONĄ UKRAINĘ.

AUTOR: KATARZYNA ŚWIERCZYŃSKA / FOTO: ROBERT STACHNIK

NOWE MIEJSCE
NA KULINARNEJ MAPIE SZCZECINA
ORYGINALNA KUCHNIA TOSKAŃSKA



ROSSOFUOCO

— CUCINA TOSCANA —

UL. WIELKA ODRZAŃSKA 20/U

TEL. +48 608 300 830

 / RESTAURACJAROSSOFUOCO



KOBIETA W ŚWIECIE MOTO

STOWARZYSZENIE LIONS CLUB SZCZECIN JANTAR ORGANIZUJE SWOJĄ KOLEJNĄ IMPREZĘ CHARYTATYWNĄ Z OKAZJI DNIA KOBIET.

– To cykliczne wydarzenie pn. „Kobiety – kobietom” z którego dochód jest przeznaczany na rzecz kobiet. W tym roku kontynuujemy kwestowanie na zakup sprzętu medycznego dla Zachodniopomorskiego Centrum Onkologii w Szczecinie – wyjaśnia Ewa Nieżychońska, współorganizatorka imprezy.

Odbędzie się ona 2 kwietnia w nowym szczecińskim hotelu Courtyard by Marriott. Impreza ma charakter otwarty. Jej motywem przewodnim jest „Kobieta w świecie moto”. Podczas imprezy zaprezentowane zostaną kolekcje strojów z firmy BMW oraz Portfolio. Świat motoryzacji przybliżą w swoich wystąpieniach Dominika Bońkowska – właścicielka Grupy BMW/Mini Bońkowsky oraz Małgorzata Serbin – instruktorka jazdy w Akademii Kierowcy „Aberos”. W części artystycznej wystąpi m.in. męski zespół wokalny Sweet Four oraz skrzypek Ruigi Dong.

Partnerem wydarzenia jest: Grupa BMW/Mini Bońkowsky oraz Hotel Courtyard by Marriott, patronatem medialnym – Prestiż.

Koszt cegiełki – 70 zł/os

ds / foto: archiwum Lions Club Szczecin Jantar





Momenty we dwoje

Naturalna, intymna, ze smakiem... Fotografka Ewa Bernaś, po serii bardzo kobiecych portretów, idzie dalej i przed swój obiektyw zaprosiła parę, pozwalając swoim modelom na pełną swobodę. – Nie chciałam pokazywać niczego dosłownie – mówi autorka zdjęć. – Pragnę, by ten czas na sesji był dla moich modeli wyjątkowy. Wtedy zdjęcia powstają same. Nie są wymuszone, pozowane. Oczywiście trochę te sytuacje aranżuję, ale chwytam też nieuchwytnie momenty, coś co powstaje spontanicznie. Przy tym wszystkim, choć są to bardzo intymne chwile, jest dużo śmiechu i luzu.



Nowy projekt fotografki będzie kontynuowany. – Mam w głowie dwie stylizacje: jedna – pościelowa, druga w czerwieni, w której zakochałam się, po sesjach kobiecych. Zapraszam przed obiektyw.

ad / foto: Ewa Bernaś

modele: Agnieszka i Mateusz



reklama

EVENT FACTORY

KOMPLEKSOWA REALIZACJA WYDARZEŃ

idea | kreacja | realizacja
www.eventfactory.pl

EVENT STAGE

TECHNICZNA STRONA WYDARZEŃ

specjaliści techniki eventowej | nagłośnienie
oświetlenie | multimedia | konstrukcje sceniczne
www.eventstage.pl

BRAND

**WYPOŻYCZALNIA
NA KAŻDĄ OKAZJĘ**

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU EVENTOWEGO

meble | namioty | sprzęt cateringowy | dekoracje
nagłośnienie | oświetlenie | multimedia
www.brand.info.pl

ORGANIZUJESZ EVENT?

**NASI SPECJALIŚCI SĄ
DO TWOJEJ DYSPOZYCJI!**

RAZEM MOŻEMY WIECEJ!

KARKUT

RESTAURANT



 KarkutRestauracja



 karkut_restauracja



UL. BOGURODZICY 1, SZCZECIN, TEL.+48 720 422 422, +48 91 422 00 00, WWW.KARKUT.SZCZECIN.PL



BUD-GRYF & HOME W NETTO ARENIE

OSTATNI WEEKEND MARCA BĘDZIE BARDZO UDANY DLA MIŁOŚNIKÓW BUDOWNICTWA, REMONTÓW, MODERNIZACJI. COŚ DLA PROFESJONALISTÓW, JAK I AMATORÓW DOMOWEJ DŁUBANINY W STYLU „ZRÓB TO SAM”. W DNIACH 25-27 MARCA W SZCZECIŃSKIEJ HALI NETTO ARENA ODBĘDĄ TARGI BUD-GRYF & HOME.

Swoją ofertę przedstawią producenci oraz przedstawiciele firm zajmujących się akcesoriami budowlanymi, wyposażeniem wnętrz, kuchni i łazienek, elementami drewnianej zabudowy, drzwiami, dachami, biura projektowe. To również stoiska z profesjonalistami dzielącymi się swoją wiedzą i doświadczeniem, poradami, rozwiązaniami, wskazówkami i inspiracjami mogącymi pomóc przy remoncie lub budowie nowego domu. W trakcie Bud-Gryf & Home odbędzie się także, już po raz trzynasty, konferencja „Odnawialne źródła energii szansą zrównoważonego rozwoju regionu” współorganizowana przez Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego. Jej tegoroczna edycja poświęcona będzie nowym zasadom funkcjonowania prosumenta w Polsce. Gościem specjalnym targów będzie najpopularniejsza „Złota Rączka” w Polsce – Wiesiek Skiba. Budowlaniec znany z programów „Dzień dobry TVN”, „Pogotowie remontowe Wieska”, „Dom Marzeń” czy „Home staging – mieszkania do sprzedania” będzie gospodarzem strefy „Zmajstruj coś z Wieskiem – warsztaty dla kobiet”. Podobnie jak w poprzednich latach podczas Bud-Gryf & Home przyznane zostaną medale „Wyróżniony Wyrób”. Wstęp na targi jest bezpłatny.

Więcej informacji na stronie www.zstw.szczecin.pl

TARGI

BUDOWLANE I WYPOSAŻENIA WNĘTRZ

25-27
marca
2022

WSTĘP
WOLNY

BUD
GRYF
& HOME

- materiały budowlane
- nowe technologie
- wyposażenie wnętrz
- warsztaty
- porady ekspertów
- pokazy
- konkursy z nagrodami
- strefa dla dzieci

piątek: 12:00-17:00

sobota, niedziela:
10:00-17:00

NETTO ARENA



www.bud-gryf.pl

GOŚĆ SPECJALNY
WIESIEK SKIBA

PATRONAT HONOROWY



PATRONAT MEDIALNY

www.szczecin.pl

ESKA

prestiz

budownictwo.org

budowa.org

styroplan.biz

Kwiat Kominków

HOME&LIFE

MOJE

idealny

DECORATION

livingroom

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego



MODA I POMAGANIE WPISANE W DNA

Moda na pomaganie trwa. Dyktatorami w tej dziedzinie, nieprzerwanie od pięciu lat są młodzi ludzie skupieni w Interact Szczecin International, którzy wspólnie z Rotary Club, organizują charytatywne pokazy mody pn. Fash'n'Act. Fundusze, które zbierają podczas pokazów, przeznaczają na szczytne cele.

Drugą ideą tego przedsięwzięcia jest zaprezentowanie przed szerszą publicznością, tego co w lokalnym modowym świecie tworzą, stawiający pierwsze kroki, młodzi projektanci. Dlatego też partnerem Fash'n'Act jest szczecińska Akademia Sztuki, dyrektorem artystycznym i głównym projektantem Anna Gregorczyk, zaś ambasadorem akcji znana projektantka Sylwia Majdan.

Tegoroczna edycja wydarzenia, odbędzie się w Filharmonii im. Mieczysława Karłowicza w Szczecinie, a zebrane w ten sposób zostaną wykorzystane na wsparcie podopiecznych Stowarzyszenia Rodzin I Przyjaciół Dzieci z Zespołem Downa Iskierka.

W czasie wydarzenia zobaczymy kreacje młodych szczecińskich talentów – wszystkie nawiązujące do głównych motywów tegorocznej edycji pokazu: Dynamics; Nature; Adventure (DNA). Cała impreza zostanie uzupełniona o pokazy artystyczne nawiązujące do tego samego motywu, ale przyjmujące oryginalne formy i aranżacje.

ad / foto: Malina Majewska / stylizacje: Weronika Łobejko / makiaż: Iwona Rząd, Redroom / modele: Adam Heliński, Jan Śliwa, Kinga Kusiowska





MENNICA
MAZOVIA



Złota perspektywa przyszłości Mennica Mazovia w Szczecinie

Kupuj bezpiecznie sztabki i monety inwestycyjne
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



„A NA WIOSNĘ COŚ NOWEGO, COŚ DLA MNIE!”

Odkryj wiosenne trendy i zjawiskowe kolekcje w swoich ulubionych sklepach.

gk | GALERIA
KASKADA



JAZZ I WYBUCHOWE EMOCJE

DAWNO ŻADEN POLSKI ZESPÓŁ JAZZOWY NIE WZBUDZAŁ TAK POZYTYWNYCH EMOCJI I NIE PRZYCIĄGAŁ NA KONCERTY TAKIEJ ILOŚCI OSÓB, KTÓRE NIEKONIECZNIE SĄ WIELBICIELAMI CZY ZNAWCAMI MUZYKI JAZZOWEJ. KWINTET WOJTKA MAZOLEWSKIEGO. JEST JEDNĄ Z GWIAZD TEGOROCZNEJ EDYCJI SZCZECIN MUSIC FEST. MUZYCY WYSTĄPIĄ 25 MAJA NA SCENIE FILHARMONII.

Talent Mazolewskiego i jego kwintetu został doceniony nie tylko w Polsce. W 2018 roku nakładem brytyjskiej wytworni Whirlwind Recordings ukazała się światowa edycja albumu „Polka”. Wydawnictwo zostało entuzjastycznie przyjęte przez zagraniczne media. Między innymi prestiżowy amerykański magazyn jazzowy Down Beat przyznał albumowi maksymalną ilość 5 gwiazdek. Twórczością Mazolewskiego zachwycił się także sam Gilles Peterson, słynny brytyjski dziennikarz radia BBC i wielki muzyczny autorytet.

Te zachwyty nie wynikają z niczego. Wojtek Mazolewski i muzycy jego kwintetu od początku powstania formacji prezentują nowy sposób postrzegania muzyki jazzowej. Zarówno album „Polka”, jak i płyta „When Angels Fall” z interpretacjami muzyki Krzysztofa Komedy zachwycają świeżością i oryginalnością. Łączą się z tym wybuchowe koncerty, które stanowią znak firmowy muzyki Mazolewskiego. Analogowe brzmienie kwintetu nawiązuje do mistrzów jazzu, łączy się z elektroniką i współczesnymi inspiracjami. Miesza się echa muzyki Milesa Davisa, Erika Dolphy'ego, Led Zeppelin, Red Hot Chili Peppers, Nirvany i Aphex Twina. Grupa eksperymentuje, wzbudza skrajne emocje i udowadnia, że muzyka jazzowa ma potencjał burzenia muzycznych schematów.

Szczecin Music Fest jest pierwszym szczecińskim festiwalem prezentującym najważniejsze zjawiska współczesnej world music (muzyki świata) i jazzu. World music jest bardzo ważnym nurtem muzycznym i cieszy się sporą popularnością na całym świecie. Często niesłusznie utożsamiane jest tylko z muzyką folkową, a tymczasem jest to jeden z najbardziej wpływowych nurtów muzycznych, który czerpie inspirację z wielu źródeł. World musi, to zarówno muzyka latynoska, afro, reggae, muzyka arabska, ale także wiele odmian znanych z takich stylistyk jak blues, jazz czy hip hop.

ad/ foto: materiały promocyjne



Badania w jeden dzień!

⚓ Medycyna pracy

⚓ Świadectwa
morskie

⚓ Szczepienia
okresowe

Sprawdź szczegóły na:
www.marinemedical.pl



Marine Medical Services

Plac Rodła 8, 70-419 Szczecin

III piętro biurowca Pazim, tel.: 91 359 42 00

Social media:



Seres 3

W cenie 145 000* PLN Brutto
dostępne od ręki



ZASIĘG (WLTP) – 350 KM
DO 100KM/H – 8,9 s

GWARANCJA AUTO 5 LAT LUB 120 TYS KM
GWARANCJA BATERIE 8 LAT LUB 150 TYS KM

*(plus dopłata Mój elektryk)

NOWA MARKA
SAMOCHODÓW ELEKTRYCZNYCH

Auto E-Net Sp. z o. o.

AUTORYZOWANY DEALER I SERWIS NR 1 W POLSCE

ul. Andrzeja Struga 78A | 70-770 Szczecin | biuro@dfsk-seres.pl | +48 508 554 058

NOWA JAKOŚĆ KARMIEŃIA PTAKÓW W SZCZECINIE

TRZY PTASIE BUFETY, CZYLI AUTOMATY WYDAJĄCE ZDROWĄ KARMĘ, KTÓRE JEDNOCZEŚNIE PEŁNIĄ FUNKCJĘ EDUKACYJNĄ, STANĘŁY W SZCZECINIE. DWA Z NICH ZNAJDUJĄ SIĘ NA TERENIE LASÓW MIEJSKICH: JEDEN OBOK STAWU WĘDKARSKIEGO, A DRUGI NA SYRENICH STAWACH. TRZECI POJAWIŁ SIĘ NA OBSZARZE INWESTYCJI VICTORIA APARTMENTS TUŻ PRZY JEZIO- RZE DĄBIE. MIASTO DOŁĄCZYŁO DO OGÓLNOPOLSKIEJ INICJATYWY, KTÓRA MA NA CELU ZMIANĘ NAWYKÓW MIESZKAŃCÓW ORAZ PROPAGOWANIE ZASAD PRAWIDŁOWEGO DOKARMIANIA PTAKÓW.



Urządzenia zapewniają dostęp do karmy składającej się z różnorodnych i odżywczych zbóż oraz ziaren dla ptactwa wodnego lub lądowego. Aby otrzymać porcję zdrowej karmy, wystarczy wrzucić monetę o nominale 2 zł do urządzenia, przekręcić pokrętkę i odebrać gotową mieszankę, która wysypuje się do podajnika. Karma zostaje wydana „do ręki”, nie jest zapakowana w żadne plastikowe pudełka, czy foliowe worki, a więc nie generuje dodatkowych odpadów. Ptasie bufety oferują nie tylko porcję ziarna, ale także wiedzy – na każdym urządzeniu jest instrukcja prawidłowego dokarmiania ptaków.

– Postawione właśnie podajniki oferują pełnowartościową, zdrową mieszankę. To nowa jakość karmienia ptaków w naszym mieście. Pamiętajmy jednak, żeby nie wrzucać pokarmu do wody, ponieważ mokry kwaśnieje i pleśnieje. Takie ziarno może doprowadzić do zatrucia. Zostawiamy takie ilości, które będą zjedzone w ciągu jednego dnia. Odzwyczajanie od chleba będzie trochę trwało, ale to jedyny sposób, by uchronić zwierzęta od śmierci, ponieważ spożywany przez dłuższy okres wywołuje u ptaków schorzenia układu pokarmowego, które prowadzą do ogólnego osłabienia organizmu – mówi Marzena Białowska z Fundacji Dzikich Zwierząt.

Chleb w czasie trawienia wytwarza kwas chlebowy, który zakwasza układ pokarmowy zwierzęcia, doprowadzając do biegunki oraz poważnej choroby kwaśnicy żołądka. Sól zawarta w chlebie zaburza gospodarkę wodną organizmu, co może doprowadzić do śmierci ptaka. Znanie wszystkim „anielskie skrzydło” to choroba ptactwa wodnego. Powstaje wtedy, gdy w diecie łabędzi, czy kaczek jest za dużo węglowodanów, a za mało witaminy D, E i wapnia. Przy tej chorobie bardzo często jako przyczynę podaje się właśnie dietę ograniczoną do pieczywa.

Lokalizacje ptasich bufetów zostały wyłonione dzięki współpracy przedstawicieli ZUK, a dokładniej Wydziału Lasów Miejskich i Fundacji Dzikich Zwierząt. To właśnie w wybranych okolicach żeruje najwięcej ptaków, jest tam też dla nich swobodny dostęp do zejścia na ląd. Otoczenie Syrenich Stawów, Stawu Wędkarskiego i jeziora Dąbie to jednocześnie miejsca spotkań

i spacerów mieszkańców Szczecina, wśród których pomysłodawcy chcą budować świadomość prawidłowego dokarmiania.

Fundatorem i pomysłodawcą urządzeń jest firma deweloperka PCG. Dwa lata temu internet obiegły dramatyczne zdjęcia ptaków, które zgromadziły się na niewielkim odcinku Odry w centrum Szczecina. Tysiące kormoranów, ale także czaple i inne ptactwo uciekło z wysp zamrożonego jeziora Dąbie w poszukiwaniu jedzenia. PCG jako firma dbająca o faunę i florę terenów, wokół których buduje swoje inwestycje, postanowiła zająć się tematem dokarmiania ptactwa w Szczecinie. Wspólnie z Marzeną Białowską z Fundacji Dzikich Zwierząt, która od lat starała się o uruchomienie podobnych urządzeń, znaleźli operatora i zawnieśli o możliwość ich ulokowania w wybranych miejscach. Dwa z nich stanęły na obszarach miejskich – obok Stawu Wędkarskiego i Syrenich Stawów, a trzeci przy jeziorze Dąbie, na terenie osiedla, które buduje PCG, czyli Victoria Apartments. Kwota, która zostanie zebrana w automatach, pokrywa koszt stałej obsługi, dbania o czystość i systematycznego uzupełniania urządzeń w karmę. Zajmuje się tym ich operator, czyli marka Ptasi Bufet.

Pomysł na postawienie podajników pojawiał się już jako projekt w Szczecińskim Budżecie Obywatelskim. Niestety nie doczekał się realizacji, gdyż nie uzyskał wystarczającej liczby głosów.

– Bardzo cieszymy się, że pomimo różnych przeciwności, a jednocześnie deficytu urządzeń na rynku, udało się postawić je jeszcze tej zimy. Liczę na to, że ptasich bufetów będzie w Szczecinie więcej i problem karmienia chlebem całkowicie zniknie – mówi Marzena Białowska. – Mam także nadzieję, że akcja zapoczątkuje szereg innych, ważnych działań w naszym mieście związanych z dbaniem o faunę i florę, a wiedza na temat odpowiedniego dokarmiania ptaków będzie coraz większa.

Fundacja Dzikich Zwierząt już teraz zapowiada wizyty w szkołach i placówkach oświatowych, by szerzyć właściwe postawy wobec zwierząt wśród dzieci i młodzieży.





JAKUB
SKRZYWANEK:

ROBIĘ TEATR Z MIŁOŚCI DO LUDZI

Z JAKUBEM SKRZYWANKIEM, NOWYM DYREKTOREM ARTYSTYCZNYM TEATRU WSPÓŁCZESNEGO ROZMAWIAMY W MOMENCIE, KTÓRY NIE JEST ŁATWY DLA ŚWIATA. NA UKRAIŃSKIE MIASTA SPADAJĄ BOMBY, GINĄ LUDZIE. TYM BARDZIEJ WAŻNA JEST ROLA SZTUKI W PRZESTRZENI PUBLICZNEJ. SKRZYWANEK NIE WYBIERA PROSTYCH, GŁADKICH TEMATÓW, NIE PODLIZUJE SIĘ WIDZOWI. SZOKUJE, ZMUSZA DO MYŚLENIA, WYRZUCA WIDZA ZE STREFY KOMFORTU.

Nie sposób nie ulec wojennej atmosferze, stąd sięgam do militarnej terminologii: czy teatr to „broń” ofensywna czy defensywna?

Nie lubię tych porównań wojennych, choć one są często używane w kontekście mojej pracy, szczególnie przy bezsensownych atakach konserwatywnych publicystów czy polityków, którzy oczywiście nie widzieli spektaklu. A ja mam poczucie, że jeśli teatr po coś istnieje, to właśnie po to, żeby robić wszystko, by do takich konfliktów jak na Ukrainie, do ŻADNYCH podobnych konfliktów, nigdy nie dochodziło. Ewidentnie widać, że to co się dzieje na Ukrainie jest świadectwem na to, że zabrakło tam również przestrzeni na dialog, na wzajemne zrozumienie. Zabrakło przestrzeni na uczucia i emocje, a to są właśnie elementy przynależne teatrowi. Już od antyku teatr był świętą przestrzenią do rozmowy i reprezentowania pewnych tematów, osób, grup. Tak chcę widzieć współczesny teatr – jako miejsce, w którym w bezpiecznych warunkach możemy rozmawiać nawet na najtrudniejsze tematy.

To bliskie Twojej, uznawanej za rewolucyjną, choć tak naprawdę wracającą do źródeł czy pierwotnych idei, koncepcji powtórnego zdefiniowania idei teatru publicznego.

To bardzo oświeceniowa koncepcja, choć powstała 250 lat temu to dziś jest niezmiennie aktualna i to niemal w każdym punkcie. To z założenia była piękna fundamentalna idea, otwarta dla wszystkich obywateli. Celem powołania teatru publicznego było stworzenie przestrzeni artystycznej, która miała spajać i edukować społeczeństwo. I to się naprawdę przez te wielki udało, to jest wielki sukces. Mało jest miejsc na świecie, w którym teatr tak dużo znaczy jak w Polsce.

O wadze tego co mówisz, może świadczyć to, jak często w Polsce o teatr się kłócimy.

Mamy w kraju ponad 100 teatrów dramatycznych, dotowanych z publicznych pieniędzy. Choćby dlatego na teatrze publicznym spoczywa ogromna odpowiedzialność kulturotwórcza czy społeczna. Rozumiem teatr jako miejsce, które powinno być bardzo blisko społeczeństwa i na społeczeństwo mocno się otwierać. Widzę to na bardzo prostych czy podstawowych fundamentach – oprócz działalności produkcyjnej, czyli stwarzania spektakli, mamy obowiązek tak budować repertuar, tak dobierać twórców, by ten dialog ze społeczeństwem był pełny, nikogo niepomijający. Musimy na każdym kroku oddawać się głębokiej refleksji, być otwartym na sprawy społeczne. I co najważniejsze otworzyć szeroką przestrzeń edukacyjną. To jest dla mnie fundamentalne. Zresztą spójrz jak w ostatnim czasie pięknie rozwija się pedagogika teatru – to naprawdę piękny, mądry i wielce interesujący nurt. I mam nadzieję, że już pokazaliśmy to pierwszą „moją” premierą we Współczesnym, czyli „Edukacją seksualną” Michała Buszewicza.



To co mówisz, jest bliskie zagadnieniu „społecznej odpowiedzialności”, tak modnej ostatnio w „środowiskach biznesowych czy wszelkiej maści korporacjach. Wszyscy chcą teraz pomagać – ludziom, zwierzętom, roślinom, planecie... Czasami wychodzi niezbornie, albo wręcz komicznie, ale rozumem, że teatr chce inaczej „ratować świat”, użyć innych narzędzi.

Znów sięgnę do „Edukacji seksualnej” jako przykładu. Jesteśmy w sytuacji, ogromnego kryzysu w jakim znalazła się młodzież w Polsce – przez pandemię i lockdowny, a przede wszystkim przez zły system edukacji. Zły w rozumieniu ciągłych reform, które go po prostu psują, zły bo wciąż niedoinwestowany. I w ramach tego skrzywionego systemu mamy młodych ludzi, którzy mówią o potrzebie zdobywania rzetelnej wiedzy o swojej seksualności i tożsamości. A ten system, przez skandaliczne decyzje polityków, nie zaspokaja tych potrzeb! To My jako instytucja publiczna musimy tę odpowiedzialność wziąć na siebie!

Czyli jednak defensywnie?

Czekaj mam! To jest ciekawe! Jeśli My jesteśmy rzeczywiście w jakimś konflikcie – tu myślę akurat nie o wojnie, ale o naszym politycznym piekielku, wewnętrznym konflikcie społecznym. No to moim podstawowym myśleniem, jako kuratora tej instytucji, jest to, żeby ten teatr, tych artystów, ale przede wszystkim widzów, czyli społeczeństwo wyciągnąć z tego konfliktu. Czyli ani nie ofensywnie, ani defensywnie....

Taka Szwajcaria? Pełna teatralna neutralność?

O tak! Albo taka teatralna forma debaty jak w Organizacji Narodów Zjednoczonych. I teraz dlaczego tak myślę – urodziłem się w 1992 roku i dla mnie na przykład idea Unii Europejskiej, takiego społecznego zjednoczenia ponad podziałami, także tymi narodowymi, jest nie tylko czymś pięknym, ale czymś oczywistym, zwykłym, normalnym, fundamentalnym. Chcę tego rodzaju myślenie o wspólnocie – tak wiem, nieco utopijne – przekładać na teatr. Chcę nieustannie wychodzić ze sporu. Tak właśnie się stało z „Edukacją seksualną”. Kwestia, która jest absolutnie najintymniejszą sprawą każdego człowieka, stała się politycznym orężem, bronią, „ideologią”, więc My nie wchodzimy w ten spór, nie kłócimy się, ale tego młodego człowieka tym zainteresowanego wyciągamy z tego. Wchodzimy w działanie, zapraszamy go do teatru. Tworzymy spektakl – piękny spektakl o relacjach i o uczuciach, o miłości. Bo artyści nie są przecież nauczycielami biologii, my zrobiliśmy spektakl o tym jak ważne jest, żeby ze sobą rozmawiać, nie bać się pytać i starać się szukać odpowiedzi. Przedłużeniem tego jest cały przebogaty pakiet edukacyjny. I tak rozumiem dziś teatr, tak rozumiem dziś teatr publiczny. I zapewniam, że będę bardzo w tym stanowczy, nie zamierzam wchodzić i uczestniczyć w żadne spory polityczne, nawet jak mnie będą zaczepiać... Będziemy tu w Teatrze Współczesnym pokazywać ludzką twarz i ludzkie potrzeby. Zupełnie poza polityką!

Piękny manifest. Odważny. A propos „odważny” – jakie cechy charakteru powinien mieć reżyser?

Ja nigdy nie myślałem, że zostanę artystą. Widziałem siebie raczej jako urzędnika, czy pracownika w jakiejś instytucji kultury. Miałem iść na prawo, ale odważyłem się na tworzenie, najpierw w off-ie i tam nauczyłem się, że dzieło nie powstaje w próżni. Dziś bardzo dużo rozmawiamy o tym, jaki powinien być proces tworzenia. Wiem, że musi być proces bardzo podmiotowy. Nie wierzę w model reżysera – demiurga, nie uznaję modelu mistrzowskiego. Myślę, że to się zużyło, pewnie przynosiło jakieś efekty, ale dziś jest już nieaktualne.

Do produkcji spektaklu „Śmierć Jana Pawła II” w poznańskim Teatrze Polskim zaprosiłeś grono ekspertów – był kon-

sultant medyczny i pielęgniarski, byli konsultanci językowi i prawnicy. Do „Edukacji seksualnej” zaprosiliście młodzież, by pomogli rzecz „napisać”. Podobnie będzie przy będącym już w próbach „Spartakusie”, gdzie będziesz współpracować z ekspertami z zakresu psychiatrii dziecięcej.

Teatr jeśli chce mieć coś do powiedzenia, musi zacząć słuchać. To jest dla mnie fundamentalna przestrzeń twórczości. Musimy zacząć słuchać rzeczywistości, a jeśli już chcemy być ekspertem w jakiejś dziedzinie, to jesteśmy ekspertami w dziedzinie opowiadania. Mam poczucie, że My jako społeczeństwo, dzięki rozwojowi technologicznemu, coraz więcej wiemy. Każdy w zasięgu ręki, w kieszeni ma telefon z dostępem do internetu, a tam największą bibliotekę świata, z całą jego wiedzą.

Mój Przyjaciel mawia, że „dziś każdy ma w kieszeni, w telefonie – Boga”.

Zużył się już mit, o tym, że ktoś wie więcej od nas. To założenie dziś jest naiwne, przemocowe, głupie, złe. My jesteśmy od słuchania tych, którzy wiedzą, zdobyli jakieś doświadczenie i nim mogą się z nami podzielić. To jest pierwszy fundament teatru, a drugim powinny być słowa, które niedawno wypowiedział chyba rektor stołecznej Akademii Teatralnej Wojciech Malajkat: „Teatr nie może krzywdzić”. Na każdym poziomie. I w procesie tworzenia i eksploatacji. Nikt nie ma prawa krzywdzić, nawet w imię choćby najwspanialszego dzieła. Do tego powinna prowadzić się rozmowa o #metoo czy innych zwyrodnialstwach. Musimy teraz wszystkim dookoła dać narzędzia, by potrafili tę przemoc rozpoznawać i by jej nie ulegać.

Jak zatem wygląda Twój reżyserski „warsztat”. Co jest początkiem twórczego procesu?

Przestrzeń do opowiadania w teatrze tworzy się dla mnie z pewnego rodzaju potrzeby zrozumienia albo zmierzenia się z jakimś tematem. Dla mnie zawsze mocno indywidualnym czy wręcz intymnym. Podjąłem się realizacji „Śmierci Jana Pawła II”, bo potrzebowałem zmierzyć się z tematem śmierci, po tym jak obok siebie jej doświadczyłem. To była dla mnie przede wszystkim próba zrozumienia samego siebie, rozpoznania pewnych procesów. W przypadku wcześniejszych „Opowieści niemoralnych” i przyszłego „Spartakusa”, to moja niezgoda na rzeczywistość. Bo jak nie zareagować na wręcz systemową przemoc wymierzoną czy to w kobiety, uchodźców, czy wreszcie w środowiska LGBTQ+? Powiedzenie NIE jest po prostu w tym momencie elementarną powinnością. Powiedzenie NIE, jest dla mnie działaniem etycznym i moralnym. Moi rodzice byli nauczycielami, ale też aktywistami opozycyjnymi, a dziś także społecznikami. Ewidentnie odziedziczyłem sporo po nich (śmiech).

Czyli najpierw jest myśl, pomysł, a potem dobór narzędzi – warstwy literackiej czy formalnych, realizacyjnych pomysłów.

Mój debiutancki spektakl „Cynkowi chłopcy” tak powstał. To była reakcja na wydarzenia z 2015 roku na wrocławskim Rynku, gdy podczas prawicowej demonstracji antyimigracyjnej spalono kukłę Żyda. To mi zburzyło świat, zanegowało moje myślenie o rzeczywistości. Nie wyobrażałem sobie, że można będzie jeszcze kiedyś zobaczyć takie obrazy. „Cynkowi chłopcy” i „Mein Kampf” to jest właśnie mój mocny głos, żeby zatrzymać przemoc. Nigdy więcej! A wracając do rytmu pracy – najpierw temat, potrzeba, a potem faktycznie poszukiwania pomysłu opowieści, ale nie rozumianego jako literackie podłoże. Za każdym razem są to bardzo autorskie koncepty, zawsze inne. Ja nie jestem inscenizatorem, próbowałem to kilka razy zrobić, ale nie czuję, że to jest moja droga teatralna. Cenię to oczywiście u innych, tu wspinałbym przykładem jest Ania Augustynowicz. To dla mnie reżyserka-poetka, ze znakomitą teatralnym słuchem, ale u mnie te projekty są bardziej... patchworkowe.



W niektórych spektaklach, choćby szczecińskim „Kasparze Hauserze” ów patchwork, szczególnie w warstwie literackiej, niebezpiecznie zbliżył dzieło do zaczerpniętego ze sztuk wizualnych konceptualizmu. Bez wnikliwej znajomości materiału czy intencji twórcy, trudno rzecz w pełni zrozumieć.

To jest problem dla każdego artystycznego ego (śmiech), ale ja wciąż szukam nowych narzędzi, nowych form opowiadania. Ta, która mnie teraz zajęła to forma rekonstrukcji i ona bardzo się sprawdza. Może nawet jest bliższa sztuce konceptualnej, bo faktycznie fundamentem jest przestrzeń wizualna, czy nawet samo doświadczenie, a mniej literatura. Ale gwarantuję jest hiperkomunikatywna dla widza.

Czy można już mówić o stylu Jakuba Skrzywanka? Czy w Twoich poszczególnych pracach widać jakieś wspólne elementy – powiązania, nawiązania, przenikania?

Mój język teatralny idzie w nową przestrzeń, widzę to, czuję. Konkretyzuje się, systematyzuje. Nie wiem czy taki już będzie zawsze, mam nadzieję, że nie (śmiech). Niech się nieustannie zmienia. Niech pomagają mi w jego określaniu coraz to nowi ludzie, których będę na swojej drodze spotykać. Ja uwielbiam ten teatralny tłum, uwielbiam próby, kiedy jesteśmy razem. Nie lubię samotności. Ania Augustynowicz kiedyś mi powiedziała... głupio mi trochę to cytować, ale myślę, że nikt nie powiedział o mojej pracy czegoś bardziej trafnego... Więc, powiedziała, że widzi po mnie, że kocham ludzi, a najlepiej robić teatr z miłości właśnie.

Jesteś także autorem dramatów. Wydałeś „Pogrom alfonsov, Warszawa 1905” oraz „To my jesteśmy przyszłością!”. W Szczecinie współtworzyłeś „Kobietę zagrożoną niskimi świadczeniami emerytalnymi” w brawurowym wykonaniu Marii Dąbrowskiej. Będiesz kontynuować tę twórczość?

Ja już na studiach zauważyłem, że napisane dramaty mi nie wystarczają. Bylem trudnym studentem (śmiech). Musiałem sobie sam pisać. A teraz ta droga pisarska się doprecyzowuje. Właśnie skoczyliśmy pisać „Śmierć Jana Pawła II”, kończymy pisać „Spartakusa”. To są publikacje bardzo innowacyjne, chyba nikt tak jeszcze nie pisał scenariuszy teatralnych. Przetwarzam utwory dramatyczne w dość oryginalnej formule, nazywam to instrukcjami do rekonstrukcji. Teraz na przykład to będzie takie trochę „Śmierć Jana Pawła II” – zrób to sam. Każdy będzie mógł zrobić ten spektakl w swoim teatrze. Przeszczepiam na teksty to, co zrobiłem na scenie, czekając bardzo niecierpliwie na to aż ktoś po nie sięgnie.

A widz? Czy to będzie tylko lektura specjalistyczna dla twórców?

Nie, to będzie czytelne dla wszystkich. To będzie rozszerzenie tego co i jak chcę mówić w teatrze.

Jesteś teatrem przesiąknięty, teatr wręcz kipi z Ciebie. Wracasz z teatru do domu, a tam... Twoja partnerka Justyna Sobczyk, reżyserka, założycielka Teatru 21. To może prowadzić do niebezpiecznego wrzenia albo niekontrolowanej eksplozji.

Poznaliśmy się podczas Olimpiady Teatralnej we Wrocławiu, gdy miasto było Europejską Stolicą Kultury. Zafascynowała mnie najpierw jako reżyserka, jako absolutnie niesamowita artystka. To dla mnie pionierka i rewolucjonistka, szczególnie w przestrzeni pedagogiki teatru. Jej Teatr 21 to unikatowe zjawisko. Potem zafascynowała mnie w ten drugi sposób... I faktycznie nasz dom jest bardzo teatralny i pełen miłości. To jest doświadczenie piękne, choć czasami trudne. Wyobraź sobie dwójkę reżyserów, każdy w swoim twórczym procesie, dwie osoby w stanie skupionym wyłącznie na sobie, a jednocześnie próbujący nieustannie dawać sobie bliskość i ciepło. To są trudne momenty, ale dopełniamy się i dużo się od siebie nawzajem uczymy. Jestem losowi bardzo



wdzięczny, że się spotkaliśmy. Gdyby nie Justyna i jej wsparcie, a przede wszystkim cierpliwość, nie zdecydowałbym bym się na przyjazd i pracę w Szczecinie.

A gdzie uciekasz? Jeśli nie teatr to co?

Kocham podróżować i kocham góry! Chciałem kiedyś być ratownikiem GOPR-u się, ale... skreśliłem kolano. Chwilę przed planowanym wyjazdem w wysokie Alpy. No i kiedy nie mogłem się wspinać, to skupiłem się bardziej na teatrze i tak mi zostało...

Musisz się z Mirkiem Gawędą (dyrektor naczelny Teatru Współczesnego) zamienić na gabinety, bo On ma widok na Góry Bukowe.

Ha! A ja mam na morze (śmiech)!

No... trochę naciągane, po prostu Twoje okna wychodzą na północ.

Jestem chłopakiem z Dolnego Śląska, nie znałem wcześniej takich widoków na otwarte akweny, na port. I wiesz co, mnie ten widok nieustannie wzrusza. Przypomina mi się jak pierwszy raz z rodzicami widziałem morze. To było w Świnoujściu. To tak zawsze jest, że marzy się o tym, czego się nie ma. A że życie mnie tu przywiał, to korzystam i niemal każdą wolną chwilę wykorzystuję na poznawanie nieznanej mi „Północy”. Gdy pracowałem w Szczecinie nad „Kasparem Hauserem” w każdą niedzielę musiałem być nad morzem.

Jaki będzie Teatr Współczesny pod Twoją artystyczną kura- telą?

Taki jak osoby, które go nieustannie tworzą. W Szczecinie mamy wspaniały zespół, pełen ciepłych, troskliwych i mądrych osób. Będziemy wspólnie wsłuchiwać się w to co ważne i starać się o tym opowiadać. Patrząc jak nasz zespół w ostatnich dniach zaangażował się w pomoc osobom uchodźczym z Ukrainy, wiem, że to ludzie o wielkich sercach i bardzo jestem im za to wdzięczny. Opiekujemy się jako zespół kilkoma rodzinami, do naszego teatru osoby z Ukrainy mogą przyjść za 1zł na spektakl, a niebawem, będziemy organizować warsztaty i zajęcia, które pomogą w integracji tej społeczności. Jestem dumny, że stałem się częścią tego zespołu.

Szczecin będzie w Twoim artystycznym rejsie będzie chwilową przystanią czy portem macierzystym?

Nie będę, czy to w konkretnym miejscu czy w teatrze w ogóle, za wszelką cenę. Gdy nie będę mógł tworzyć na swoich zasadach, to nie będę tworzyć wcale. Nie ugnę się w kontekście politycznym, nie wyobrażam sobie tworzyć teatru w ramach narzuconych ram, norm, cenzury czy nawet autocenzury. Teatr musi pozostawiać przestrzeń wolną i wolność dawać wszystkim – artystom i odbiorcom. Teatr nie może się bać. To jest fundamentalne dla mnie. I właśnie tutaj w Szczecinie mam poczucie wielkiej wolności i jestem za to bardzo, bardzo, bardzo wdzięczny. A znam przecież doświadczenia moich kolegów w innych miastach. Szczecińscy władarze i urzędnicy przystali na propozycję zespołu i dyrekcji, żebym tutaj przyszedł. Myślę, że w żadnym innym mieście nie było by to możliwe. Będę tu tak długo, dopóki z tej wolności będę mógł korzystać.

Teatr Współczesny mimo szumnych zapowiedzi wciąż nie doczekał się swojej siedziby. Będziesz walczyć?

Sam doskonale wiesz w jakich warunkach tu pracujemy. Każdy kto był za naszymi kulisami jest zdziwiony, a nawet przerażony. Jesteśmy jednym z najważniejszych teatrów w Polsce, a wciąż nie mamy własnej siedziby. Ktoś mi ostatnio przyniósł artykuł prasowy z 2017 roku, w którym pada, że już lada moment Teatr Współczesny wyprowadza się z Muzeum Narodowego i przechodzi na swoje. I co? Jesteśmy 5 lat dalej, ale dalej w tym samym miejscu. Fakt jest taki, że ten teatr w tym miejscu, z takim zapleczem nie jest w stanie funkcjonować i mówię, to bardzo odpowiedzialnie: JESTEŚMY W SYTUACJI ROZPACZLIWEJ. Stąpamy po bardzo kruchym lodzie. Zdaję sobie sprawę, że czasy, nie są najlepsze, ale kiedy są, wszystkie inne instytucje doczekały się już remontów, a my? Jeśli natychmiast nie podejmiemy decyzji to się... rozsypiemy. Osobnym tematem jest kwestia, że my nie jesteśmy w stanie uczciwie pełnić swojej roli – mówimy o tworzeniu otwartego teatru, budujemy ofertę dla wszystkich, a nasza siedziba nie jest przystosowana choćby do obsługi osób niepełnosprawnych. To jest skandal. Mamy XXI wiek, to jest poza standardami. Wiem, że przedstawiciele miasta to wiedzą i rozumieją, ale My natychmiast potrzebujemy decyzji i działania i będę o to walczył, to także część mojej pracy.

Czyli defensywa!

Nieustanny dialog!

Zatem rozmawiajmy! Dziękuję za tę naszą.

rozmawiał: Daniel Źródlewski, foto: Ewa Bernaś



Od czytania książek do czytania świata

FIKA TO SZWEDZKI ZWYCZAJ, KTÓRY OZNACZA PRZERWĘ NA KAWĘ, NA SŁODKIE WYPIEKI, TO SPOTKANIE Z PRZYJACIÓŁMI, ZNAJOMYMI. W SZCZECINIE NA FIKĘ MOŻEMY RÓWNIEŻ CHODZIĆ DO KSIĘGARNI. KONKRETNIE DO KLUBOKSIĘGARNI FIKA, KTÓRA ZNAJDUJE SIĘ NA „ZŁOTYM SZLAKU” – ALEI FONTANN, W SERCU MIASTA.

Wchodząc do Fiki pocujemy nie tylko zapach papieru pokrytego fascynującymi historiami ale także kawy. I chociaż miejsce głównie specjalizuje się w literaturze dla dzieci i młodzieży, to dorośli są tu najbardziej pożądani. Nad wszystkim czuwa właścicielka, księgarka Małgorzata Narożna, która otworzyła księgarnię z bardzo prostego powodu – z miłości do książek i dzieci. O tym właśnie uczuciu, a także o tym dlaczego czytanie oraz księgarnie są ważne, porozmawialiśmy przy kubku dobrej kawy.

Pani Małgorzato, dlaczego czytanie książek jest tak bardzo ważne?

Czytanie sprawia, że człowiek jest wrażliwy, że jest w stanie empatycznie odnieść do każdej sytuacji, do drugiej napotkanej osoby. Dzięki czytaniu, na każdym etapie życia, zmieniamy się, dojrzewamy. Rozumiemy otaczający nas świat.

W taki razie co należy czytać?

Wszystko i różnorodnie. Warto znać twórczość lokalnych pisarzy, dorobek autorów nagrodzonych. Nie można się zamykać. Należy sięgnąć po dobrą literaturę młodzieżową, która pomoże nam zrozumieć współczesnego nastolatka. Wbrew pozorom pisarze doskonale „czytają” świat, są przy tym wnikliwi i przenikliwi.

Kto odwiedza Pani księgarnię, jaki typ ludzi?

Do księgarni przychodzą ludzie, którzy mają świadomość tego co książka wnosi nie tylko do ich życia, ale też do świata młodego człowieka. Wiedzą, że znajduje się tutaj bardzo wyselekcjonowana literatura dla dzieci i młodzieży. Z bardzo dużą dbałością wybieram to co chcę zaprezentować klientom. Jestem dość przenikliwą księgarką i widzę jakie treści, jaką książkę mogą komuś zaproponować. Czasami, nawet najprostsza opowieść może stać się trampoliną do pięknej, być może w innym stylu napisanej, historii.

Książka powinna być w naszym życiu od dziecka. Od którego momentu? I co to daje?

Rodzice często zapominają, że ten proces czytelniczy z dzieckiem rozpoczynamy w momencie, kiedy dziecko w ogóle ma pierwszy kontakt z książką. Odczytywanie obrazu i nazywanie rzeczy oraz przedmiotów, opowieści która dzieje się na kartach książki obrazkowej, to też jest czytanie. Robiąc to, przekładamy też naprawdę siebie, niekoniecznie czytając historię, którą napisał pisarz, tylko odczytując historię, którą zaplanował ilustrator. Kilka lat temu książki obrazkowe były nieczytelne, niezrozumiałe. Dzisiaj, m.in. dzięki takim seriom jak „Mamoko” państwa Mizielińskich czy „Ulica czereśniowa” Susanne Berner Rotraut,

jesteśmy bardziej otwarci i chętniej wchodzimy z dzieckiem w taką zabawę.

Po obrazkach przychodzą literki, które też musimy nauczyć się odczytywać. Kiedy książka jest obecna z dzieckiem od samego początku, proces umiejętności odczytywania liter staje się bardzo naturalny. W tym procesie istotny jest również dobór książek. Ważne jest by go rozwijały, miały kolejny stopień trudności czytelniczej. Nawet czcionka powinna być adekwatna do treści. W przypadku samej treści, nie powinna być przeładowana wiedzą. Oczywiście wiedza jest ważna, ale kiedy dziecko nie będzie nasycone czułością, empatią, nie będzie miało rozbudzonej wyobraźni, to później nie będzie wiedziało co z tą wiedzą zrobić. W pewnym momencie może go przytłoczyć.

Na pewno literatura pozwala ośwoić takiego młodego czytelnika z wieloma zjawiskami czy problemami, pomaga mu je wytłumaczyć. Bohater literacki może być takim podmiotem, który jesteśmy w stanie ocenić za jego pozytywne czy negatywne zachowanie, może być swego rodzaju bezpiecznym odnośnikiem.

Patrząc na statystyki dotyczące czytelnictwa w Polsce przychodzą do głowy raczej smutne wnioski. Mało czytamy, a księgarni zamiast przybywać ubywa. W Szczecinie nie jest wcale lepiej.

To bardzo smutne, że w 400 tysięcznym mieście jest tylko kilka księgarni. Proszę sobie wyobrazić taką sytuację: jest apteka, do której codziennie chodzimy po lekarstwa, jest piekarnia, w której kupujemy ulubione pieczywo, czy sklep spożywczy w którym stale robimy zakupy. Znamy te miejsca, sprzedawcy znają nas. Chętnie tam wracamy. Tak samo jest z moją księgarnią, gdzie znam swoich klientów. Przychodząc do mnie mają pewność, że zaproponuję im coś, co będzie dla nich atrakcyjne. Dlaczego o tym mówię? Otóż, poważnie traktujemy nasze ulubione piekarnie, cukiernie czy sklepy spożywcze, dzięki którym karmimy nasze ciała a zapominamy, że trzeba jeszcze nakarmić umysł. I tu pojawia się pytanie: drogi czytelniku, kiedy ostatni raz byłeś w księgarni i nakarmiłeś swój umysł?

Ale możemy powiedzieć, że owszem karmimy, kupując książki w sieci. Choć jednak to nie to samo...

Nasze zakupy w Internecie są czasami konkretne a czasami emocjonalne bo pojawia się przed nami okładka, bo usłyszeliśmy rozmowę w radio, ponieważ tę książkę widzimy u każdego instagramera. Spoglądając na monitor czy wyświetlacz, widzimy, że do tego koszyka możemy włożyć więcej książek, za które zapłacimy nie np. 400 złotych (jak w księgarni, gdzie płaci się cenę okładową), tylko 270. Tylko wtedy, wybierając taką formę zakupu, nie mamy czasu zastanowić się nad tym, czy jesteśmy w stanie przeczytać te wszystkie książki i czy ich wybór jest rzeczywiście trafny. Odwiedzając księgarnię mamy okazję nie tylko dobrze się zastanowić, ale także porozmawiać z ludźmi, którzy faktycznie znają się na literaturze i jeszcze potrafią



nam podpowiedzieć, która książka jest tak naprawdę warta uwagi, która do nas psuje, która będzie odpowiednia na konkretny nastrój, która spełni nasze oczekiwania. Dla mnie książka to ładny przedmiot, który ma w sobie historię. Teraz już tylko ode mnie zależy, czy ja chcę opowiedzieć czytać przez 480 stron czy wybrać tzw. picture book, który składa się głównie ilustracji. Oba rodzaje książek są tak samo ważne. Nie wyobrażam sobie codzienności bez czytania.

A co zrobić z osobami, które w ogóle nie czytają książek, a chciałoby. Jak je do tego zachęcić?

Może to wynikać z dwóch różnych czynników: po pierwsze, nie potrafią ocenić, która historia im się spodoba. I tutaj jest ważny księgarz lub bibliotekarz, który niedosztemu czytelnikowi podpowie co wybrać. Ta podpowiedź też musi być przemyślana, ponieważ na rynku znajduje się sporo grafomaństwa i książek, które nie powinny być zostać wydane. Ten początkujący czytelnik nie może na starcie się rozczarować bo być może nie wykona drugiego podejścia i więcej nie zaufa księgarzowi.

Po drugie: jeśli nie jesteśmy w codzienności otwarci na nowe rzeczy to w przypadku książek będzie podobnie. Chodzi by być

ciekawym świata, otwartym na nową muzykę, kino i podobnie literaturę. Przy tym, nie oceniamy tego wyboru, że ktoś woli kryminały a inna osoba literaturę faktu, że ktoś jest lepszy czy gorszy. Najważniejsze że czyta, że obcuje z literaturą, która wpływa na nas i nas zmienia.

Pani księgarnia jest miejscem, które specjalizuje się w literaturze dla dzieci i młodzieży. Postanowiła Pani zrobić następny krok i powoli na swoje półki zaprasza twórczość przeznaczoną dla dorosłego czytelnika.

Spowodowane jest to kilkoma czynnikami. Jednym z nich jest to, że Fika w tym roku idzie do pierwszej klasy. Mamy już osiem lat. To prawda, że jesteśmy wyspecjalizowani w literaturze dziecięcej, ale te dzieci, które wychowaliśmy czytelniczo, stają się już nastolatkami, dorastają. Dzięki temu rodzice zaczynają mieć więcej czasu dla siebie, co za tym idzie, mają więcej czasu na czytanie swoich rzeczy. Ponadto, trudna sytuacja jaka jest na rynku, zmusza do podjęcia nowych wyzwań, zamiast myśleć o zamknięciu księgarni, czego sobie nie wyobrażam. Myślę, że Fika jest na tyle ważnym miejscem na mapie Szczecina, kulturalnym, opiniotwórczym i miastotwórczym, że należy sobie stawiać nowe wyzwania. Jednym z rozwiązań jest poszerzenie

oferty, o literaturę dla dorosłych. Od połowy lutego, do zespołu FiKi dołączył Pan Mateusz, którego głównym zadaniem jest pozyskanie nowych klientów. Już nie długo rozpoczynamy publikację podkastów, zarówno o literaturze, jak również opowieści o Szczecinie „Cioci Fiki”, które będą stanowić uzupełnienie tre-

ści wydawanych przez nas nieoczywistych przewodników obrazkowych z serii „Fikamy po Szczecinie”.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Ewelina Prus

FIKA W LICZBACH:

KWIECIEŃ – 8 URODZINY, ROZPOCZĘCIE DZIAŁALNOŚCI 04.2014 W PRZESTRZENI MUZEUM NARODOWEGO W SZCZECINIE, GMACH GŁÓWNY PRZY WAŁACH CHROBREGO 3.

GRUDZIEŃ 2018 – PRZEPROWADZKA DO LOKALU PRZY AL. PAPIEŻA JANA PAWŁA II 6.

SIERPIEŃ 2019 – ZMIANA LOKALU PRZY AL. PAPIEŻA JANA PAWŁA II 8, W LATACH 2016-2021 ZREALIZOWANE PROJEKTY PRZY UDZIALE FINANSOWYM MKiDN ORAZ MARSZAŁKA WOJEWÓDZTWA ZACHODNIOPOMORSKIEGO.

WSPÓŁTWÓRCZYNI AUTORSKIEJ KLUBOKSIĘGARNI FIKI, ABSOLWENTKA POLSKIEJ AKADEMII KSIĘGARSTWA, SŁUCHACZKA STUDIÓW PODYPLOMOWYCH NA UNIWERSYTECIE WARSZAWSKIM NA KIERUNKU „LITERATURA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY WOBEC WYZWAŃ NOWOCZESNOŚCI”, CZŁONKINI ZARZĄDU POLSKIEJ SEKCJI IBBY, PRZEWODNICZKA TURYSTYCZNA. W SZCZECIŃSKIEJ ALEI FONTANN STWORZYŁA MIEJSCE DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA, W KTÓRYM SYSTEMATYCZNIE CZYTA, SPOTYKA SIĘ Z PISARZAMI, ANIMUJE – TWORZĄC PRZESTRZEŃ DLA WOLNYCH MYŚLI. ZOSTAŁA ZA TO NAGRODZONA W KATEGORII UPOWSZECZNIANIE CZYTELNICTWA W KONKURSIE KSIĄŻKA ROKU 2018. W LAUDACJI ANNY CZERNOW CZYTA-MY: „KSIĘGARKA DYPLOMOWANA, WSPÓŁTWÓRCZYNI KLUBOKSIĘGARNI FIKI, W KTÓREJ NA TYSIĄCE SPOSOBÓW PROMUJE ŚWIETNĄ LITERATURĘ DLA MŁODYCH CZYTELNIKÓW, ORGANIZUJE SPOTKANIA Z OSOBISTOŚCIAMI ŚWIATA LITERATURY I KULTURY, POKAZUJE DOBRĄ KSIĄŻKĘ W ŚRODKACH MASOWEGO PRZEKAZU. PEŁNA ZAPAŁU ENTUZJASTKA OBCOWANIA Z KSIĄŻKĄ SPRAWDZAJĄCA NA SOBIE KAŻDĄ POZYCJĘ, KTÓRĄ MA NA PÓŁCE. MAMA MARTYNY KIERUJĄCA SIĘ MYŚLĄ: „NIE MA RZECZY NIEMOŻLIWYCH, SĄ TYLKO RZECZY I SYTUACJE MAŁO PRAWDOPODOBNE”.

reklama



Z AleBox impreza zrobi się sama!



ALEBOX
catering

Szczecin | ul. Koński Kierat 17 | ul. Przestrzenna 3

tel. + 48573679528 | e-mail: info@alebox.pl

f / AleBoxCatering | @ / alebox_catering

www.alebox.pl



Emocjonalne odKURZanie muzyką

TERAPEUTYCZNA MUZYKA ELEKTRONICZNA. BARWNA I TANECZNA. KURZ TO ŚWIEŻY PROJEKT TRÓJKI DOŚWIADCZONYCH MUZYKÓW, ALE DOTĄD KOJARZONYCH Z INNEGO TYPU GRANIA. OBDARZONA NIEZWYKŁYM GŁOSEM ALICJA KRUK, KTÓRA WSPÓŁTWORZYŁA M.IN. DUET OHO!KOKO, MARCIN STYBORSKI ZWIĄZANY Z MUZYKĄ ETNICZNĄ, FOLKIEM, A TAKŻE AUTOR ZNAKOMITEJ MUZYKI TEATRALNEJ I TOMASZ NAWROCKI, ŚWIETNY BĘBNIARZ, KTÓRY NA KONCIE MA WSPÓŁPRACĘ Z WIELO-
MA ZNANYMI ARTYSTAMI I PROJEKTAMI JAK ŁONA & WEBBER, CHANGO, CHORZY CZY PIOTR CUGOWSKI.

11 stycznia miała miejsce premiera debiutanckiej płyty projektu. „Troszczę się” zostało nagrane w Stobno Records i pojawiło się także na serwisach streamingowych. Zespół stworzył materiał składający się z 10 autorskich utworów, które będziemy mieli okazję posłuchać na żywo już 2 kwietnia w Ośrodku Teatralnym Kana. Zanim jednak poddamy się tanecznej terapii, porozmawialiśmy z autorami projektu.

Skąd pomysł na projekt?

Alicja Kruk: Zanim powstał KURZ, w dwójkę z Marcinem organizowaliśmy małe tematyczne eventy, typu Spotkanie dla singli czy pokręcone piosenki świąteczne. Zaczęło się od tego, że wymyśliłam sobie, że będę jak Phoebe, bohaterka serialu „Przyjaciecie” i grając na ukulele czy gitarze, będę śpiewała piosenki, w takim stylu jak ona to robiła w serialu. Na szczęście Marcin się do mnie odezwał i zaproponował pomoc.

Marcin Styborski: Pierwszy występ odbył się w Kanie i był to świąteczny recital, na który złożyły się covery różnych znanych piosenek. Trochę klawiszy, loopowanie i Ala ze swoim ukulele. Później były następne okolicznościowe występy i przyszła pandemia. Wtedy ten nasz kontakt trochę się urwał.

Alicja: Miałam w tym czasie poważne problemy ze zdrowiem. Przez osiem miesięcy, z powodu depresji, byłam wyłączona z życia. Myślałam wtedy, że już nigdy nie będę śpiewać. Po kryzysie odezwał się do Marcina, że może zaczniemy razem grać, że mam gotowe dwa, trzy utwory, zrealizowane w garażowych warunkach. Marcin, który jest instrumentalistą, zajął się nimi, przerobił, zaaranżował i zharmonizował. I tak zaczęły się regularne próby u Marcina, gdzie w pewnym momencie, stwierdziliśmy, że super by było dołączyć do tego zestawu bębny. Od razu padło na Tomka. Nikogo innego nie wyobrażaliśmy sobie na to miejsce, dlatego, że się przyjaźnimy i dlatego też, że Tomasz jest wybitnym muzykiem i perkusistą.

Muzyka elektroniczna to dla was raczej nowe pole działania. Robiliście do tej pory inne rzeczy.

Marcin: Faktycznie, muzyka elektroniczna jest dla nas bardzo świeża. Do tej pory byłam związany głównie z folkie. Bliższa mi była muzyka etniczna.

Tomasz Nawrocki: Ja również krążyłem wokół innych muzycznie klimatów. Gdzieś w okolicach rocka, a nawet hip-hopu. Może przez to, elektronika jest dla nas w pewnym sensie nowa, to co robimy, te nasze poszukiwania są świeże, w miarę oryginalne. Nie korzystamy z szablonów czy utartych schematów.

Alicja: Pomijając sam gatunek muzyki, nowością dla mnie było to, że piszę wyłącznie po polsku. Właściwie tylko jedna pio-

senka na płycie jest w języku angielskim. Co do samej muzyki to jest tak, jak mówi Tomek – wszystko jest dla nas świeże i może dzięki temu zachowujemy autentyczność.

Marcin: Ta świeżość też występuje także w obrębie interpretacji tekstu. W tekstach Alicji podoba mi się między innymi właśnie to, że pomimo tego, że część z nich została napisana przez Alicję, w bardzo trudnym dla niej okresie, to są one bardzo... lekkie. Mają pozytywne zabarwienie i przekaz.

Alicja: Ja się też tego nauczyłam. Był w moim życiu okres, w którym rzeczywiście opisywałam ciężkie stany, szczególnie te depresyjne, zagłębiając się w ten mroczny świat, zamiast dystansując się od niego. Miało to swój urok, ale było skierowane do zupełnie innego odbiorcy. Teraz staramy się... chcemy, żeby te wszystkie emocje wytańczyć. Te traumy, napięcia i lęki... żeby muzyką taneczną wytworzyć pozytywną energię.

Czyli w pewnym sensie misję do wypełnienia?

Marcin: Chcemy naszą muzyką nagłaśniać problemy, ale też nie jesteśmy terapeutami. Niech to będzie rodzaj pewnego narzędzia.

Alicja: Bardzo ważne jest samo dawanie świadectwa. Mimo wielu przeciwności, mocnych kryzysów psychicznych, jesteśmy w stanie żyć, pracować, tworzyć i ogólnie żyć pełną piersią, jak już ten kryzys minie. Dużą siłę w ciężkich czasach, czerpałam właśnie ze świadectw innych, często znanych osób.

A Nazwa KURZ? Co oznacza?

Alicja: Miało być coś krótkiego... (śmiejch).

Marcin: Nie jesteśmy idealni, jesteśmy też trochę zakurzeni, ale chcemy odkurzać. Może odkurzymy trochę służbę zdrowia... (śmiejch), może odkurzymy kilka problemów u naszych bliskich.

Tomasz: A może to jest skrót? K jak kryzys, U jak ulga, R ja rozwój, Z jak zdrowie. KURZ.

Przed nam odKURZanie na żywo. Jest płyta czas na koncert.

Alicja: Jesteśmy wygłodnieli żywej energii koncertowej. Tak naprawdę zagraliśmy tylko raz, online, dla publiki. Przygotowujemy się pieczołowicie na próbach i szczerze nie możemy się doczekać.

Tomasz: Zapraszamy serdecznie 1 kwietnia o godz. 20 do Ośrodka Teatralnego Kana. Wstęp jest wolny!

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Hubert Grygielewicz



MOC SILNIKA: 2,5 HYBRID PLUG-IN 309 KM
ZUŻYCIE PALIWA W CYKLU MIESZANYM 1,1 L
PRZYŚPIESZENIE: 6,3-100 KM/H
ZASIĘG W TRYBIE ELEKTRYCZNYM: PONAD 60 KM

Ręce na kierownicy i w drogę

NOWY LEXUS NX O NAPĘDZIE PLUG-IN, ZANIM WYJECHAŁ NA ULICE, BYŁ SZCZEGÓŁOWO TESTOWANY NICZYM NAUKOWY OBIEKT. W PRACACH NAD NIM BRALI UDZIAŁ NIE TYLKO INŻYNIEROWIE, ALE TAKŻE PROFESJONALNI KIEROWCY WYŚCIGOWI, KTÓRZY SPRAWDZALI JEGO MOŻLIWOŚCI NA SPECJALNYM TORZE BADAWCZYM. A WSZYSTKO PO TO BY ICH „NOWE” DZIECKO BYŁO JESZCZE LEPSZE POD KĄTEM SZYBKOŚCI REAKCJI ORAZ WYCZUCIA UKŁADU KIEROWNICZEGO I HAMULCOWEGO.

I tak nowa generacja NX łączy imponującą moc i niesamowite przyspieszenie, a w trakcie jazdy czujemy elastyczność hybrydowego napędu elektrycznego. Jest cichy i ma lepsze właściwości aerodynamiczne. Obniżony środek ciężkości zapewnia doskonałe właściwości jezdne i dużo lepsze trzymanie się na drodze. W czasie pokonywania zakrętów i przyspieszania daje o sobie znać harmonijna współpraca układu napędowego,

usztywnionego podwozia oraz niezwykle czułego układu kierowniczego.

W nowym Lexusie mamy do czynienia z hybrydowym napędem plug-in, który wykorzystuje 15-letnie doświadczenie firmy w dziedzinie elektryfikacji samochodów. W pełni naładowane auto może, w trybie elektrycznym, przejechać ponad 60 km.



Dzięki zaawansowanemu akumulatorowi litowo-jonowemu o pojemności 18,1 kWh możemy cieszyć się niemal bezgłówną i zeroemisyjną jazdą z prędkością do 135 km/h.

W tym modelu po raz pierwszy zaprojektowano kokpit według koncepcji Tazuna. To tajemnicze słowo w języku japońskim oznacza lejce w końskiej uprzęży. Podstawowym założeniem tej koncepcji jest pomoc kierowcy w skupieniu się na prowadzeniu, zgodnie z zasadą „ręce na kierownicy, oczy patrzą na drogę”. Służy temu kolorowy projektor Head-Up Display o przekątnej 10". Umożliwia on obserwowanie parametrów jazdy i ustawień elementów sterujących bez odrywania wzroku od jezdni. Takie rozwiązanie pomaga kierowcy skupić się tylko i wyłącznie na prowadzeniu samochodu. Dodatkowo projektanci i inżynierowie

Lexusa tak zaprojektowali wnętrze, by harmonijnie połączyć ze sobą wszystkie elementy – od pozycji za kierownicą, poprzez ułożenie 14-calowego ekranu multimedialnego, aż po sposób przekazywania kluczowych informacji w trakcie jazdy. Dzięki ambientowemu oświetleniu kabiny możemy również wybrać jeden z 64 kolorów oświetlenia wnętrza pojazdu. Jak mówi główny inżynier NX, Takeaki Kato: „Zdefiniowaliśmy na nowo pojęcie idealnej przestrzeni w kokpicie, który traktujemy jako narzędzie połączenia kierowcy z pojazdem. Naszym celem był kokpit, który umożliwia bliższy, bardziej intuicyjny kontakt z samochodem i pozwala na jeszcze wierniejsze panowanie nad pojazdem”.





Dynamiczne osiągi nowego Lexusa NX opierają się na koncepcji Driving Signature. Polega ona na tym, że modułowa platforma Global Architecture K (GA-K), pozwoliła na obniżenie środka ciężkości samochodu. Nowa płyta podwozia jest wykonana ze stali o wysokiej wytrzymałości, zapewniającej doskonałą stabilność samochodu. Maski i nadkola mają poszycie aluminiowe, co obniża masę pojazdu i pozytywnie wpływa na właściwości jezdne.

Kolejna ważna rzecz, która jeszcze bardziej podnosi komfort jazdy to nowoczesne technologie. Lexus NX oferuje swoim kierowcom głosowy system Lexus Concierge, który reaguje na komendę „Hej Lexus”. Współpraca technologii sztucznej inteligencji i chmury sprawia, że nie trzeba szukać ani naciskać żadnych przycisków. To z kolei pozwala w pełni skupić się na drodze. Nowy system rozumie język naturalny i kontekst sformułowań takich jak „zголоdniałem” czy „zimno mi”. Asystent głosowy pozwala bez odrywania rąk od kierownicy nawiązywać ponad 100 różnych interakcji z telefonem, nawigacją, systemem audio i ustawieniami pojazdu.

W kwestii bezpieczeństwa samochód jest wyposażony w trzecią generację systemu Lexus Safety System+, oferującą ochronę przeciwdrożeń, rozbudowaną o dodatkowe scenariusze identyfikowania zagrożeń, m.in.: może rozpoznać rowerzystów i motocyklistów zarówno w dzień, jak i nocą. Sygnalizuje także

ich obecność w martwym polu na skrzyżowaniach. Natomiast dostępny opcjonalnie system FCTA, ostrzega o ruchu poprzecznym z przodu i o ryzyku kolizji. Ponadto auto posiada system elektronicznego otwierania i blokowania drzwi, który informuje o pojazdach nadjeżdżających z tyłu, a w razie konieczności umożliwia otwarcie drzwi, zapobiegając kolizji podczas wysiadania z samochodu. Z ciekawostek: nowego Lexusa NX można zaparkować jednym naciśnięciem przycisku lub poprzez aplikację mobilną dzięki funkcjonalności Lexus Teammate.

Na koniec przyjrzyjmy się nowemu NX z bardzo bliska. Wyrazista stylistyka i starannie zaprojektowany przód z nowym wzorem grilla. Śmiało pociągnięte linie boczne i aerodynamiczne detale sylwetki zapewniają optymalny przepływ powietrza i poprawiają wyciszenie wnętrza. To przejaw filozofii Omotenashi polegającej na przewidywaniu potrzeb i spełnianiu oczekiwań. Kierowca i pasażerowie mogą się poczuć w tym samochodzie jak u siebie w domu. Wykończenie wnętrza dowodzi kunsztu mistrzów Takumi, którzy stosują wyłącznie najwyższej jakości materiały. Do wyboru jest wiele kolorów tapicerki, a fotele mogą mieć różne kształty w zależności od wersji samochodu i preferencji posiadacza. Wszystko by cieszyć się nowym Lexusem jeszcze bardziej.

autor: Aneta Dolega / foto: Bogusz Kluz

YACHT PARADISE



A dark blue Jaguar XE is driving towards the camera on a city street. The car is positioned in the center of the frame, with its headlights on. Above the car is a large, ornate red bridge with gold-colored decorative elements. The bridge has a crest featuring a lion and a unicorn, with the motto 'DIEU ET MON DROIT' visible. A person in a red jacket is standing on the bridge. In the background, there are city buildings, a red double-decker bus, and other vehicles. The scene is set during the day with soft lighting.

MOC SILNIKA: 204 KM
MAKSYMALNA PRĘDKOŚĆ: 230 KM / H
PRZYŚPIESZENIE: 7,8 S. – 100 KM/H
ŚREDNIE ZUŻYCIE: 4,7 L / 100 KM

XDY 446

Miejski drapieżnik

DOSKONALE SIĘ PREZENTUJE, WSPANIALE JEŹDZI I NA DODATEK JEST BARDZO WYDAJNY. ZNANY ZE SWEJ ELEGANCJI I KLASY NOWY JAGUAR XF R-DYNAMIC SE ZOSTAŁ WZBOGACONY O TECHNOLOGIĘ HYBRYDOWĄ MHEV.



Ten skrót oznacza nic innego jak miękką hybrydę. Jak w przypadku pełnych hybryd, budowa całego układu wygląda bardzo podobnie. Różnicą jest jedynie znacznie mniejsza skala działalności silnika elektrycznego. W autach z układem mild hybryd, tak jak w naszym Jaguarze, zawsze na pierwszym miejscu jest silnik spalinowy współpracujący z automatyczną skrzynią biegów. Zastosowanie MHEV pozwala na jeszcze bardziej wygodne i efektywne podróżowanie. Druga technologia, która czyni podróż Jaguarem jeszcze lepszą jest system napędu na wszystkie koła o nazwie All Wheel Drive (AWD). Obejmuje on system Intelligent Driveline Dynamics (IDD), prognozujący ograniczenia trakcji i odpowiadający za rozdział momentu obrotowego w celu utrzymania kontroli nad pojazdem oraz pewnego prowadzenia.

Kolejne udogodnienie to systemy wspomagające kierowcę. Ułatwiają one przemieszczanie się i parkowanie w mieście oraz sprawiają, że jazda w trasie jest jeszcze przyjemniejsza. Systemy wpływają także korzystnie na komfort prowadzenia, pomagając uwolnić się od stresu i dając kierowcy poczucie bezpieczeństwa. W ich skład wchodzi: system hamowania awaryjnego, przednie i tylne czujniki parkowania, system utrzymania na pasie ruchu Lane Keep Assist, tempomat adaptacyjny z ogranicznikiem prędkości, system monitorujący zmęczenie kierowcy, system rozpoznawania znaków drogowych. Ponadto pakiet Blind Spot Assist, dzięki któremu można bezpiecznie i swobodnie wyjechać tyłem z miejsca parkingowego. Wszystkie XF są w standardzie wyposażone w system Apple CarPlay i Android Auto, które poprzez łączność bluetooth pozwalają połączyć smartfon z samochodem. W wersji opcjonalnej tego modelu możemy mieć kamerę umieszczoną w antenie dachowej, która przesyła obraz na żywo do lusterka wstecznego, zapewniając stałą widoczność, niezależnie do tego, co się znajduje za nami.

Siedząc w obszernym i designersko zaprojektowanym wnętrzu Jaguara, na elektrycznie regulowanym fotelu, opierając łokieć na skórzanym kierownicy, mamy przed sobą ekran dotykowy 11,4" oraz cyfrowy wyświetlacz wskaźników kierowcy 12" z systemem multimedialnym Pivi Pro. Do tego, między innymi, radio cyfrowe DAB oraz łączność bezprzewodową Bluetooth.

Nasz samochód możemy otwierać i zamykać nie używając kluczyka. Activity Key, to wodoszczelny i odporny na wstrząsy, opcjonalny system, który umożliwia odblokowanie i zablokowanie pojazdu. Konwencjonalny kluczyk staje się w tym momencie przeszłością.

Innym ciekawym elementem tego modelu, który stanowi o jego komforcie, są boczne, fotochromatyczne lusterka. Podgrzewane, elektrycznie sterowane i składane z pamięcią, wyposażone są w oświetlenie powitalne. Mamy również elektrochromatyczne, wewnętrzne lusterko wsteczne. Komfort jazdy podbijają reflektory premium LED z oświetleniem do jazdy dziennej, automatyczne światła drogowe oraz sekwencyjne kierunkowskazy przednie.

Jaguar XF to kwintesencja brytyjskiej marki. Chłodny, dystyngowany, ale też intrygujący. Mówi się o nim, że to gentleman, ale z mrocznym charakterem. Takie przynajmniej nasuwają się skojarzenia, gdy się na niego patrzy. Pod tym zdystansowanym, eleganckim opakowaniem kryje się wygodny, praktyczny, popularny i przyjemny samochód. Dostępny w salonie Bońkowski British Auto do jazdy testowych i w finansowaniu Arval.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe

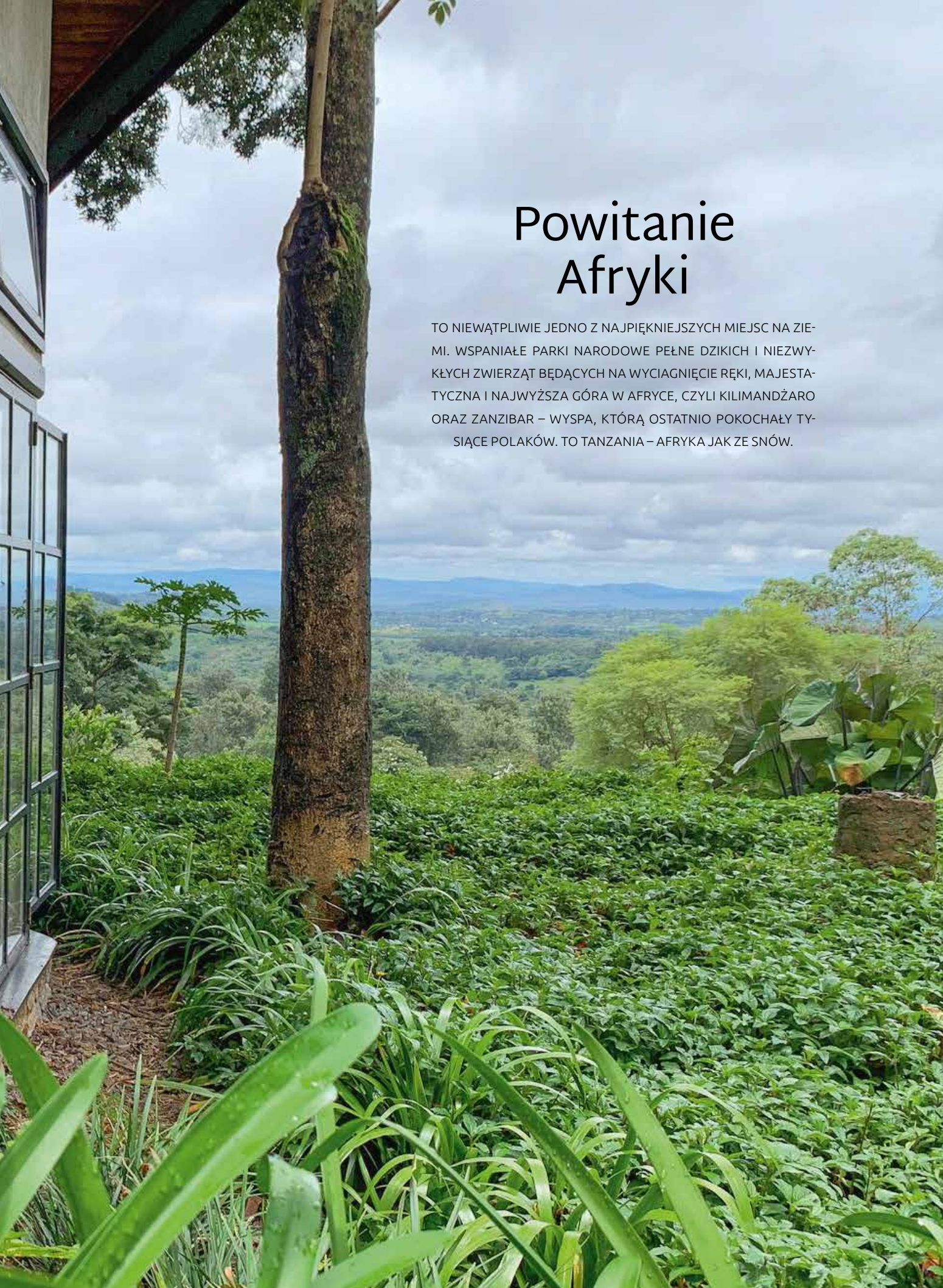


Bońkowski British Auto | Ustowo 58, 70-001 Szczecin
+48 91 852 34 00 | salon@british-auto.pl
www.british-auto.jaguar.pl/contact-us | /JLRBońkowski
Zapraszamy do naszego salonu i serwisu



Powitanie Afryki

TO NIEWĄTPLIWIE JEDNO Z NAJPIĘKNIEJSZYCH MIEJSC NA ZIEMI. WSPANIAŁE PARKI NARODOWE PEŁNE DZIKICH I NIEZWYKŁYCH ZWIERZĄT BĘDĄCYCH NA WYCIĄGNIĘCIE RĘKI, MAJESTATYCZNA I NAJWYŻSZA GÓRA W AFRYCE, CZYLI KILIMANDŻARO ORAZ ZANZIBAR – WYSPA, KTÓRĄ OSTATNIO POKOCHAŁY TYŚIĄCE POLAKÓW. TO TANZANIA – AFRYKA JAK ZE SNÓW.







Tanzania jest największym państwem Afryki Wschodniej. Położony jest nad Oceanem Indyjskim. Składa się z części lądowej (Tanganika) i Zanzibaru wraz z mniejszymi wyspami. Graniczy na północy z Kenią i Ugandą, na zachodzie z Rwandą, Burundi i Demokratyczną Republiką Konga oraz z Zambią, Malawi i Mozambikiem na południu. Jest trzy razy większa od Polski. To kilka podstawowych danych geograficznych. Ale Tanzania to kraj pełen ciekawostek o których pewnie wielu z nas nie wie. Do 1964 roku była kolonią. Wcześniej niemiecką a po I wojnie światowej brytyjską. Historycznie z Wlk. Brytanią łączy Tanzanię także pewien konflikt zbrojny. W 1896 roku doszło między nimi do wojny. Ale był to jeden z najkrótszych pojedynków w historii – trwał 45 minut. I jeszcze jedno – najsławniejszym i najbardziej rozpoznawalnym obywatelem Tanzanii na świecie był i jest Freddie Mercury – wokalista grupy Queen, który urodził się na Zanzibarze.

Troje podróżników ze Szczecina postanowiło osobiście poznać uroki tego kraju.

– Wyjazd do Tanzanii, to była taka nasza ucieczka od epide-

mii. Pojawiła się możliwość podróży, spakowaliśmy się więc szybko i pojechaliśmy. Kilkunastogodzinny lot, z trzema przesiadkami i jesteśmy w centrum Afryki. I od razu spotyka nas najpiękniejsza rzecz jaka mogła nam się przydarzyć – na miejscu okazuje się, że praktycznie w ogóle nie ma turystów! Największe i najpopularniejsze hotele miały obłożenie na poziomie 10 procent tego, zazwyczaj istniejącego – opowiada Rafał, miłośnik fotografowania, który do Tanzanii wybrał się z żoną i synem.

Sporo zdziwienie wzbudził fakt, że w Tanzanii epidemii COVID-19... nie było. Oficjalnie. Bo tak ogłosił i takie zarządzenie wydał prezydent kraju.

Ale kilka dni przed naszym wyjazdem okazało się, że zmarł w szpitalu w Nairobi w Kenii. Na covid! Oczywiście w kilku instytucjach o charakterze europejskim czy światowym np. hotelach obowiązywały obostrzenia covidowe. Te placówki były w pełni dostępne i wręcz się biły o gości. I tam obowiązywało noszenie maseczek i używanie płynów dezynfekcyjnych. Ale to było tylko w takich miejscach. Tubylcy masek nie nosili, nie obowiązywały ich żadne obostrzenia. Dopiero po śmierci prezyden-



ta władze przyznały, że takie podejście było błędem – dodaje Rafał.

W Tanzanii spędzili osiem dni. Przede wszystkim na prawdziwym safari podróżując przez dwa parki narodowe – Serengeti i Ngorongoro, od Aruszy (czwartego pod względem wielkości miasta) do Jeziora Wiktorii i z powrotem. To trasa marzeń. Czas więc na kolejną porcję informacji geograficznych. Serengeti jest najstarszym parkiem narodowym w Tanzanii. Powstał w 1951 roku. Nazwa serengeti w języku lokalnych Masajów znaczy „miejsce gdzie ziemia rozciąga się w nieskończoność lub bezkresną równinę”. Położony jest na północy kraju i zajmuje około 15 tysięcy kilometrów kwadratowych. Przylegają do niego rezerваты i inne parki Tanzanii, a także kenijski Masai Mara. Obfituje w dziką zwierzynę i ptactwo. Serengeti słynie z tzw. zwierzęcej „wielkiej piątki”, czyli lwa, bawoła, nosorożca czarnego, lamparta i słonia afrykańskiego. Największą atrakcją Serengeti jest coroczna migracja zwierząt, chętnie i często pokazywana przez wiele telewizyjnych kanałów geograficzno-przyrodniczych. Krater Ngorongoro – położony jest 180 kilometrów od Aruszy. To największy krater świata i obowiązkowy punkt na trasie każdego safari w północnej Tanzanii. Kaldera – wielkie zagłębienie w szczytowej części wulkanu liczy ponad 312 km kw. powierzchni i średnicy dochodzącej do 22 km. W całej strefie krateru żyje około 25 tys. gatunków zwierząt. Jest jednym z najbardziej interesujących miejsc na safari w Afryce. Kilimandżaro – najwyższa góra Afryki (5896 m n.p.m.). Jej nazwa oznacza w języku

Masajów „górze, która lśni”. Wznosi się na południe od równika, w północnej Tanzanii i w całości należy do tego kraju. Góra znana z literatury i filmu (Ernest Hemingway) oraz jednego z przebojów zespołu Lady Pank. Natomiast Jezioro Wiktorii leży na Wyżynie Wschodnioafrykańskiej na terenie trzech państw: Tanzanii, Kenii oraz Ugandy. Jest największym jeziorem afrykańskim. Liczy 68,8 tys. kw.

Mieliśmy świetnego przewodnika, który pozostawał do naszej dyspozycji. Doskonale przygotowany, otwarty, miły, pomocny w kontaktach z „lokałami”. Nie było zbyt wielu turystów miał więc na głowie tylko naszą trójkę. Inaczej się zachowywał niż zazwyczaj. Był mniej obciążony, mógł nam poświęcić swój czas, uwagę, wiedzę. Do tego nieprawdopodobna przyroda. Dzięki mniejszej ilości turystów kontakt z nią, ze zwierzętami był zupełnie inny. One czuły się mniej zaabsorbowane naszą obecnością, mniej skrępowane, na większym luzie, bardziej dostępne, łagodniejsze. Dzięki temu mieliśmy mnóstwo cudownych okazji żeby nawiązać z nimi kontakt, bliżej do nich podejść, zrobić wspaniałe zdjęcia. Jestem totalnym amatorem, ale lubię dobry sprzęt i potrafię się nim posługiwać. Uważam, że najważniejsze jest dobre ujęcie. I myślę, że wiele z nich można znaleźć w fotograficznym zapisie naszej wyprawy – zapewnia Rafał.

Czas na Tanzanię.

ds/ foto: Rafał Kurzawa

MOOI

home interiors

Zmień swoje wnętrze na wiosnę...

Nowe trendy
Naturalne kolory
Czarne i srebrne dodatki
Bestseller Bouclé



www.mooi.pl

Salon MOOI Szczecin
al. Woj. Polskiego 20
tel.: 91 488 85 16

Salon MOOI Międzyzdroje
ul. Promenada Gwiazd 14/U16
tel.: 513 943 417 (otwarcie maj)
Kontakt: sklep@mooi.pl

Salon MOOI Wrocław
ul. Kościuszki 20/1a
tel.: 514 792 514



Wiosna wraca na ulice

RAZEM Z WIOSNĄ WRACAMY Z NASZYM MODOWYM CYKLEM, W KTÓRYM POKAZUJEMY WAM FAJNIE, ORYGINALNIE UBRANYCH LUDZI ZE SZCZECINA. WYBÓR JEST BARDZO SUBIEKTYWNY, CZASEM JEST TO KTOŚ Z NASZEGO OTOCZENIA, CZASEM PRZYPADKOWO SPOTKANA NA ULICY OSOBA, BĄDŹ WYPATRZONA W CYFROWEJ PRZESTRZENI. TO CO ŁĄCZY NASZYCH BOHATERÓW TO FAKT, ŻE WSZYSCY LUBIĄ MODĘ, NOSZĄ TO CO CHCĄ, JAK CHCĄ I JAK SIĘ OKAZUJE, SĄ NIETUZINKOWYMI OSOBAMI.



W marcowej odsłonie przed wami taki właśnie duet. Adam na co dzień pracuje jako menager w restauracji Kabuki Ramen, ale jest również fotografem. Nicol prowadzi barbershop Off Cut, którego jest właścicielką, a także jest szkoleniowcem fryzjerstwa męskiego.

ad / foto: Karolina Tarnawska



ADAM

[HTTPS://WWW.INSTAGRAM.COM/PRZYGODNYADAM](https://www.instagram.com/przygodnyadam)

CZAPKA – ZARA

SPODNIE – LEVIS VINTAGE 1947

BLUZA – CHAMPION REVERSE WEAVE

KAMIZELKA – CARHARTT

BUTY – ADIDAS ORIGINALS GAZELLE VINTAGE

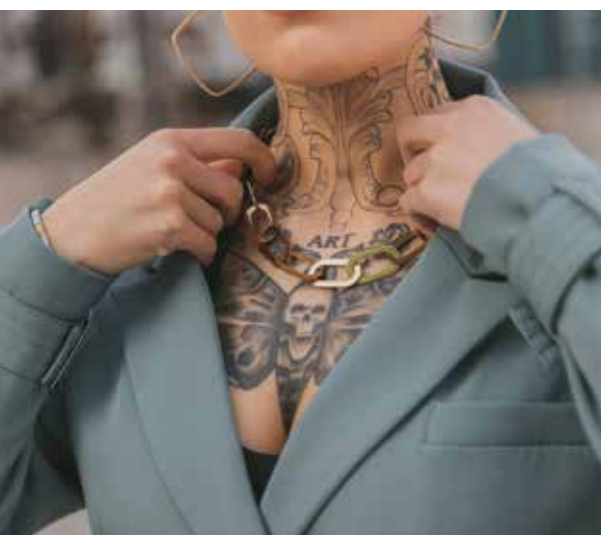
PASEK – Y3

OKULARY – ETRO

ZEGAREK – CASIO

APARAT – CONTAX 137MA QUARTZ





NICOL

[HTTPS://WWW.INSTAGRAM.COM/OFF_CUT_BARBERSHOP](https://www.instagram.com/off_cut_barbershop)

MARYNARKA – OUTLET LAV-MAG (ALLEGRO)

KOLARKI – BERSHKA

BUTY – STRADIVARIUS

KOLCZYKI I NASZYJNIK – MAIABELLE JEWELLERY SZCZECIN

BRANSOLETKA – NOMINATION





Relaks wśród drzew

PIĘKNY DOM, KTÓRY ŁĄCZY NOWOCZESNOŚĆ Z NATURĄ, POŁOŻONY NAD UROKLIWYM JEZIOREM KOŁCZEWO, TO PROJEKT MARCINA SADOWSKIEGO Z JEMS ARCHITEKCI. TEN PIĘTROWY BUDYNEK ZOSTAŁ ZBUDOWANY Z ELEMENTÓW ŚWIERKOWEJ KLEJONKI, NATOMIAST ELEWACJA POWSTAŁA Z OLEJOWANYCH NA CZARNO SOSNOWYCH DESEK ORAZ Z DESEK CEDROWYCH.



Wnętrze domu, na parterze którego znajdują się: otwarta kuchnia, jadalnia, salon, sypialnia, łazienka, sauna i pralnia, zaś na piętrze dwie sypialnie i łazienka, to dzieło architektki wnętrz Agaty Pleśniarowicz. Dominuje w nim biel z widocznymi świerkowymi elementami konstrukcji domu, które zostały wyługowane tak, żeby nigdy nie stracić jasnej barwy. Jasności dodają także przeszklenia, tak pomyślane, żeby światło dzienne i słońce „prześwietlało” wnętrze. Podłogi są wykonane ze szlachetnych materiałów: na parterze posadzka jest marmurowa, na piętrze podłoga składa się z dębowych desek.

– Przy tym projekcie pracowałam z moją córką Hanią, która wprowadziła elementy nadające wyjątkowego charakteru wnętrsom – mówi Agata Pleśniarowicz. – Wszystkie detale tekstylne, wykonane z lnu, takie jak pościele, poduszki, kapy i koce – to jej projekt.





Panie do wystroju domu użyły swoich ulubionych lamp DCW edition: Lamp Gras i In The Thube. – Nadają się znakomicie do łazienek i na zewnątrz. Do tego są bezpieczne – podkreśla projektantka. Oprócz tego w projekcie zostało wykorzystanych kilka mebli belgijskiej firmy Ethnicraft, które są efektem rzemieślniczej pracy, a dekoracyjnym elementem łazienek zostały baterie Bongio. – W tym domu pięknie pachnie drewnem, a panująca wokół cisza powoduje, że świetnie się w nim odpoczywa – dodaje z uśmiechem projektantka.

ad / foto: materiały prasowe
projekt domu: Marcin Sadowski
wnętrza: Agata Pleśniarowicz, Hanna Włodarczyk
www.pwaw.pl, www.hamptonsbyhania.pl







Wśród światła i drewna

DREWNO, PAPIER I BETONOWA MOZAIKA A WSZYSTKO W ODPOWIEDNICH PROPORCJACH, Z WY-
CZUCIEM ESTETYKI. ZNANY ZE SWOJEGO ORYGINALNEGO I MINIMALISTYCZNEGO STYLU PROJEK-
TANT JACEK KOLASIŃSKI, STWORZYŁ WNĘTRZA NOWO POWSTAŁEJ RESTAURACJI PUNKT CAFE,
ZNAJDUJĄCEJ SIĘ NA PLACU ZAMENHOFA W SZCZECINIE.



Na powierzchni 150m² stanęły meble z olejowanego drewna dębowego, zawisły szklane żyrandole oraz lampy z ręcznie produkowanego papieru czerpanego. Fotele i krzesła użyte w projekcie pochodzą z lat 60, XX wieku i poddane zostały renowacji na potrzeby restauracji. Wykorzystane zostały również taborety projektu Nendo. W pełnym ciepłego światła i przestrzeni wnętrza, uwagę przykuwają także bardzo oryginalne wieszaki i betonowa mozaika, które wyszły spod rąk Moniki Kreft z pracowni Same Plusy.

ad

projekt: Jacek Kolasiński / loft-kolasinski.pl / foto: Joel Hauck





Zamieszkaj w tym roku

NIKT NIE LUBI KUPOWAĆ KOTA W WORKU, ZWŁASZCZA JEŚLI CHODZI O MIESZKANIE. WYBIERAJĄC Z OFERTY MARINY DEVELOPER MOŻEMY CIESZYĆ SIĘ WŁASNYM LOKUM JESZCZE W TYM ROKU. TAKA DECYZJA DAJE NAM PEWNOŚĆ CENY I SPODZIEWANEGO STANDARDU WYKOŃCZENIA.

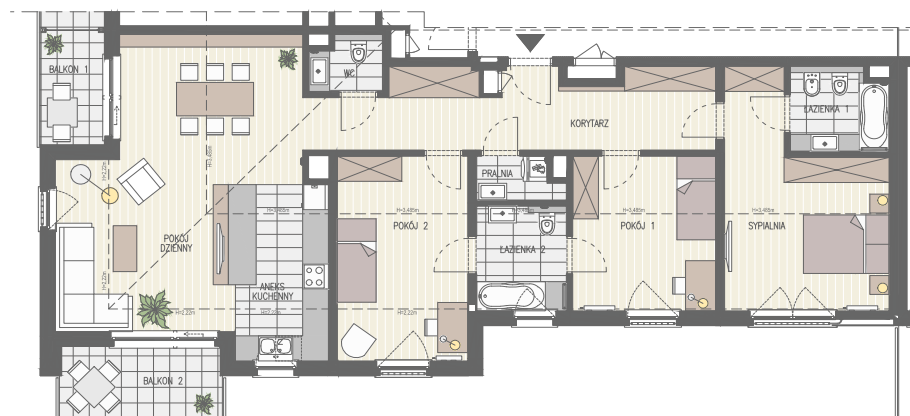
Apartamenty 101 na szczecińskim Warszawie są już oddane do użytku, a jesienią przyjdzie czas na CLUBHOUSE przy ul. Przestrzennej w Szczecinie.

Apartamenty 101

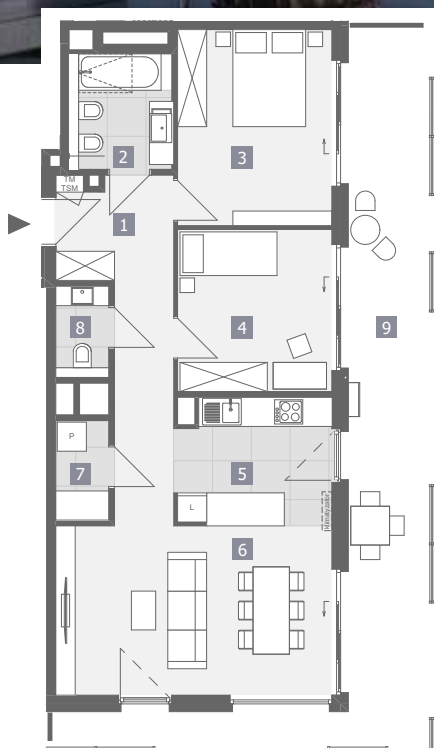
To zakończona inwestycja, na terenie której pozostało jeszcze kilka mieszkań. Przyszli właściciele mogą odebrać klucze natychmiast po zakupie. Apartamenty znane są z najwyższej jakości wykończenia. Wyposażenie każdego z mieszkań w pompę cyrkulacyjną, zapewniającą szybki dostęp do ciepłej wody, ogrzewanie podłogowe, klimatyzację, system inteligentnego

zarządzania przy pomocy smartfona to tylko część udogodnień. Systemy monitoringu i alarmowy zapewniają poczucie bezpieczeństwa, a duże, bezprogowe i przesuwne okna wpuszczają do mieszkań dużo światła słonecznego. Kontakt z naturą zapewniają duże tarasy i „bezobsługowe”, wyposażone w nawodnienie i automatyczną kosiarkę ogródki, ale także sąsiedztwo parku Warszawo-Podbórz i Puszczy Wkrzańskiej. Nic dziwnego, że większość mieszkań znalazła już właścicieli.

Na chętnych czeka jeszcze m.in. mieszkanie numer 19 z zachodnią i północną wystawą okien. Duże, bo 114-metrowe, posiada aż 4 pokoje. Położone jest na drugim piętrze. Dwa balkony zapewniają widok w różnych kierunkach. Korytarz prowadzi nas



APARTAMENTY 101
MIESZKANIE 19
POW.: 114,85 M²
BALKON 1: 4,12 M²
BALKON 2: 6,35 M²



CLUBHOUSE | MIESZKANIE A 2.4
POW.: 70,82 m² | BALKON: 28,33 m²

do ponad 30-metrowego pokoju dziennego połączonego z aneksem kuchennym. Dwie łazienki i osobne wc ucieszą przyszłych mieszkańców, podobnie jak pralnia, która sprawdzi się zwłaszcza u dużej rodziny.

CLUBHOUSE

Tej inwestycji w Dąbiu nie trzeba już szcecinianom przedstawiać. Charakterystyczny budynek w kształcie statku już powstaje. Trwają prace wykończeniowe, a do mieszkań można już wejść i podziwiać widok z okien i niezwykle przestronnych balkonów – a jest na co popatrzeć. Z jednej strony bezpośrednie sąsiedztwo Jeziora Dąbie i mariny, w której będzie można zamurować własny jacht, a z drugiej wielka zielona przestrzeń dąb-

skiego lotniska sportowego i, nieco w oddali, Puszcza Bukowa. Lokalizacja w odległości zaledwie 7 minut jazdy od centrum, zagospodarowane nabrzeże i infrastruktura rekreacyjna w okolicy (m.in. wodne zakątki, ścieżka rowerowa nad jeziorem, pobliskie kąpielisko, marina) sprawiają, że CLUBHOUSE to nie tylko dobra baza wypadowa do pracy, ale i miejsce do codziennego wypoczynku. Podwyższona izolacyjność akustyczna okien i drzwi, cichobieżne windy, system podwójnej przesuwnej fasady, który pozwala osłonić się na tarasie przed warunkami atmosferycznymi – to wszystko są udogodnienia, które pozwolą żyć w ciszy i spokoju, nie rezygnując jednak z życia towarzyskiego. Parter budynku przeznaczono pod usługi związane z żeglarstwem, ale także popularną „Żabkę”, dzięki której niezbędne produkty będziemy mieć zawsze pod ręką.

Dostępne jest m.in. położone na drugim piętrze narożne mieszkanie o metrażu 70 m². Z dwóch stron otoczone jest przestronnym tarasem, który zapewnia piękny widok na okolicę. Ma on prawie 30 m², o które powiększa powierzchnię do życia przyszłych mieszkańców. Można go dowolnie zagospodarować, bo na takiej przestrzeni zmieszczą się i meble balkonowe, i zieleń dla miłośników przyrody. Mieszkanie jest 3-pokojowe i – jak zawsze w przypadku Mariny Developer – przemyślane pod względem rozkładu funkcjonalnego. Centralnie położony przedpokój ułatwia dostęp do wszystkich pomieszczeń – sypialni, salonu, kuchni, łazienki i wc, a także pomieszczenia gospodarczego.

Zakup mieszkania, które już powstało lub powstaje, od dewelopera klasy premium, to ochrona kapitału i minimalizacja ryzyka. Firma gwarantuje nie tylko najwyższy standard, ale także pewność dokończenia budowy i ceny, co daje tak potrzebne w obecnych czasach poczucie bezpieczeństwa.

autor: Karina Tessar/foto: materiały prasowe

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.





Wież ci u nas dostatek

KILKA LAT TEMU, W TRAKCIE WYBORÓW SAMORZĄDOWYCH, JEDEN Z KANDYDATÓW NA PREZYDENTA SZCZECINA PROPO-
NOWAŁ WYBUDOWANIE W STOLICY POMORZA ZACHODNIEGO GIGANTYCZNEJ WIEŻY WIDOKOWEJ. MIAŁ TO BYĆ POMYSŁ
NA PODNIESIENIE ATRAKCYJNOŚCI MIASTA ORAZ ZARABIANIE PIENIĘDZY. PROJEKT UPADŁ ZANIM NA DOBRE SIĘ ROZKRĘCIŁ.
ALE W ZACHODNIOPOMORSKIM WIEŻ NIE BRAKUJE. W STYCZNIU TEGO ROKU ZACZĘŁA SIĘ BUDOWA NAJNOWSZEGO TAKIE-
GO OBIEKTU W REGIONIE – W WOLINIE.



Wieże widokowe usytuowane są praktycznie w każdej części Pomorza Zachodniego. Podnoszą atrakcyjność wielu zakątków regionu i cieszą się wielką popularnością wśród turystów. Które warto odwiedzić i co można z nich zobaczyć? Oto kilka reprezentacyjnych obiektów.

Regionalne widoki

Zaczynamy na południu województwa. Pod koniec kwietnia ubiegłego roku, po remoncie i pracach rewitalizacyjno-konserwatorskich, została ponownie oddana do użytku zabytkowa wieża w Cedyni. Prawdziwa perełka wśród takich obiektów w regionie. Od ponad 120 lat jest jednym z symboli Cedyni. Rozciąga się z niej wspaniały widok na fragment pradoliny Odry. Wieża została zbudowana w 1895 roku jako pomnik wojenny, ku czci cedynian, którzy zginęli podczas wojen Prus z Danią w 1864, z Austrią w 1866 i z Francją w latach 1870/1871. W czasie walk w lutym 1945 roku wieża służyła Armii Czerwonej jako punkt obserwacyjny. Później, uznano ją za obiekt o znaczeniu militarnym i wykorzystywana była jako strażnica Wojsk Ochrony Pogranicza. Po 1956 roku wieża została odremontowana i udostępniona do zwiedzania. Liczy 14 m wysokości i składa się z czterech kondygnacji. Roztacza się z niej wspaniały widok na Żuławy Cedyńskie – po Hohensaaten i Lunow, na południe po Bad Freienwalde i Oderberg oraz na północny wschód po Schwedt nad Odrą. Godzinę jazdy samochodem od Szczecina dwa lata temu wieżę otworzyło Ińsko. To niewielka miejscowość położona niedaleko Stargardu na terenie Ińskiego Parku Krajobrazowego i nad pięknym jeziorem Ińsko. Znana jest przede wszystkim z odbywającego się w niej od wielu festiwalu filmowego. Wieża mierzy prawie 30 metrów wysokości. To stalowa, ażurowa konstrukcja. Składa się z ośmiu tarasów widokowych, a najwyższy z nich usytuowany jest na wysokości 25 metrów (prowadzi do niego 160 schodów). Dostępna jest też winda. Wieczorem, podobnie jak cedyński obiekt, wieża jest podświetlana. Wstęp na nią jest bezpłatny. Jej budowa kosztowała 3,4 mln zł. Najbliżej Szczecina – w Nowym Warpnie usytuowana jest kolejna wieża. Rozciągają się z niej wyjątkowe widoki Zalewu Szczecińskiego, Jeziora Nowowarpieńskiego oraz znajdującej się po drugiej stronie zalewu małej niemieckiej miejscowości Altwarp.

Ruszamy na północ województwa. Bardzo blisko Szczecina w 2020 roku powstała wieża widokowa w Puszczy Goleniowskiej – w Nadleśnictwie Kliniska. To drewniany, 14-metrowy obiekt z widokiem m.in. na lasy oraz na rzekę Inę. Zlokalizowana jest przy użytku ekologicznym „Dolina rzeki Iny” i na trasie szlaku rowerowej „Zakątkami Puszczy Goleniowskiej”. Do budowy wieży wykorzystano drewno świerkowe oraz niewielkie ilości sosnowego. Koszt jej budowy sięgnął ponad 250 tys. zł



Najnowsza wieża powstaje właśnie na terenie Wolińskiego Parku. W styczniu tego roku rozpoczęła się budowa ponad 29 metrowego obiektu, z którego będzie można podziwiać panoramę Zalewu Szczecińskiego.

Wieża powstanie w Wolinie, na Wzgórzu Wisielca, koło Pomnika Tryglawa, za amfiteatrem, który będzie zmodernizowany. Koniec prac jest przewidziany na październik 2022 roku – zapewnia Andrzej Najda, prezes szczecińskiej spółki Najda Consulting – inżyniera kontraktu tej inwestycji.

Budowa wieży będzie kosztowała ponad 5 mln złotych. Nie sposób także nie wspomnieć o jednej z najoryginalniejszych wież w Zachodniopomorskiem. To obiekt w Ogrodach Hortulus Specabilis w Dobrzycy – w powiecie koszalińskim, w linii prostej 8 kilometrów od wybrzeża Bałtyku. Jest jednym z elementów ponad hektarowego grabowego Labiryntu. Mierzy 19 metrów wysokości. Aby wejść na taras widokowy usytuowany na 18 metrze trzeba pokonać ponad 100 schodów. Wieża przyciąga wzrok i zachwyca już z Dalek przede wszystkim oryginalnym kształtem – splecionej nici DNA.

A szczecińskie wieże?

Przed drugą wojną światową stolica Pomorza Zachodniego może nie była odpowiednikiem tokańskiego San Gimignano – Miasta Wież. Ale słynęła z kilku takich obiektów m.in. z wieży Quistorpa, Bismarcka oraz Baresała. Pierwsza z nich – położona na Wzgórzu Arkony w Lasku Arkońskim została zbudowana w latach 1900-1904. Powstała na zlecenie Martina Quistorpa. Miała być hołdem dla jego ojca Johanessa – znanego szczecińskiego przedsiębiorcy oraz filantropa. Wieża została zniszczona podczas II wojny światowej. Ruiny po niej są jedną z atrakcji Lasku Arkońskiego chętnie odwiedzaną przez mieszkańców oraz turystów. Szczecińscy radni wielokrotnie próbowali interweniować, aby miasto zaopiekowało się pozostałościami po obiekcie, zabezpieczyło je, a może nawet postarało się zdobyć fundusze na rekonstrukcję wieży. I choć miasto nie wykluczało możliwości częściowej lub całkowitej odbudowy obiektu, to jednak wskazuje na szereg przeszkód, które uniemożliwiają taką inwestycję m.in. brak funduszy, warunki formalno-prawne oraz brak możliwości jego późniejszego skomercjalizowania. Teraz, dzięki projektowi pt. „Rewitalizacja wieży Quistorpa”, który okazał się jednym ze zwycięzców najnowszej edycji Szczecińskiego Budżetu Obywatelskiego, ruiny budowli zostaną zabezpieczone, oczyszczone oraz podświetlone. Zostanie zamontowana tablica informacyjna o historii wieży oraz biogram Johannesa Quistorpa. Po wieży Baresała także zostało niewiele. Tylko... schody i kawałek posadzki. Usytuowana była w Puszczy Bukowej na Skórczej Górze. Jej nazwa pochodzi od nazwi-



ska projektanta budowli. Powstała w 1904 roku i mierzyła 32 m wysokości. Z jej szczytu, można było zobaczyć lewobrzeżną część Szczecina, Międzyodrze, Zdroje, część Puszczy Bukowej a nawet Goleniów oraz Stargard. Niedaleko wieży zbudowano restaurację z salą taneczną. Wszystkie obiekty zostały zniszczone przez wycofujących się Niemców w 1945 roku. Więcej szczęścia miała wieża Bismarcka. Położona jest na Goławiu – w jednej z północnych, nadodrzańskich dzielnic Szczecina, na szczycie Zielonego Wzgórza. Z górnej kondygnacji wieży rozciąga się wyjątkowy widok na dolinę Odry. To jedna z ponad 200 wież-pomników na cześć Żelaznego Kanclerza Ottona von Bismarcka, które powstały w wielu miejscowościach Niemiec na początku XX wieku. Ale jest ona jedną z najdroższych, największych oraz najlepiej zachowanych takich budowli. Budowę szczecińskiej rozpoczęto w 1913 roku. Ale ze względu na pierwszą wojnę światową ukończono ją w 1921 roku. Po II wojnie światowej na szczycie obiektu zamontowano maszt radiowy, a sama wieża była przez długi atrakcją turystyczną. Ale po kilku tragicznych wypadkach do jakich doszło wśród zwiedzających wieża została zamknięta. W 2001 roku została sprzedana prywatnemu inwestorowi na cele m.in. turystyczne i gastronomiczne. Ale inwestycja nigdy nie została zrealizowana. W 2020 roku pojawił się nowy inwestor, który już podjął prężne działania konserwatorskie i rekonstrukcyjne. W wyremontowanym obiekcie miałyby powstać m.in. kawiarnia z tarasem widokowym.

Warto także wspomnieć o jeszcze jednej szczecińskiej wieży – przetrwała II wojnę światową i jest prawie dwa razy wyższa od wieży Bismarcka. I choć liczy 44 metry wysokości wielu nie zauważa tej konstrukcji. A stoi ona prawie w centrum miasta – nad brzegiem Odry na Pomorzanie. To wieża węglowa dawnej gazowni. Zrujnowany obiekt stoi przy ulicy Koksowej (boczna od ulicy Tama Pomorzańska). Jest widoczna z daleka. Podróżni mogą ją zobaczyć np. z nabrzeża Odry przy Dworcu Głównym PKP. Wieża powstała w 1925 roku. Jej projektantem był znany architekt – Adolf Thesmacher twórca m.in. budynku Łoży Masońskiej Pod Trzema Cyrkami, gdzie mieści się teraz Teatr Polski, kościołów, budynków policji i sądu przy ulicy Małopol-

skiej oraz wielu willi na Pogodnie. Wieża służyła do rozładunku węgla, który Odrą docierał do gazowni. Aktualnie znajduje się w rękach prywatnego inwestora

Kup pan wieżę

Ale kto ma trochę funduszy na zbyciu może sobie taki kupić w Szczecinie. Na sprzedaż została wystawiona wieża ciśnieni w Parku Chopina. Pięknie odrestaurowany obiekt ma 19,5 metra wysokości. Zbudowano ją w latach 20. XX wieku. Była częścią dziecięcego kompleksu opiekuńczego „Kückenmühler Anstalten” (nazwa pochodzi od „Kurzego Młyna”, który znajdował się w tej okolicy). W ośrodku mogło mieszkać i uczyć się jednocześnie ponad tysiąc dzieci, głównie upośledzonych umysłowo. Wieża zasilala w wodę cały kompleks oraz najprawdopodobniej również osiedle Niemierzyn (niem. Nemitz). W rękach prywatnych znajduje się od końca lat 70. XX wieku. Pełni funkcję mieszkalno-usługową. Kilka lat temu zakończono prace renowacyjne. Powierzchnia – 609,24 m kw. Cena: 4 mln 999 tys. zł.

Kilka lat temu jeden z kandydatów na prezydenta Szczecina, w trakcie kampanii wyborczej, proponował wybudowanie w stolicy Pomorza Zachodniego wieży widokowej, która dorównałaby wysokością tym najwyższym na świecie. Według kandydata na prezydenta taka wieża składałaby się m.in. z tarasu widokowego, restauracji, sklepów z pamiątkami a może nawet muzeum miasta. Obiekt miał stanąć w okolicach wałów Chrobrego – na dzisiejszym placu przy pomniku Adama Mickiewicza. Z tarasu wieży usytuowanej w tym miejscu można byłoby podziwiać Jezioro Dąbskie, Zalew Szczeciński, a nawet Morze Bałtyckie. Pojawiły się także głosy, że lepszą lokalizacją byłaby Łasztownia. Pomysł wzbudził mieszane uczucia. Ale kampania wyborcza się skończyła, pomysłodawca wieży nie wygrał, projekt upadł. A może jednak warto byłoby wrócić do tej koncepcji?

Ds/foto: Robert Stachnik oraz materiały Miasta i Gminy Cedynia



MINI ELECTRIC



MINI ELECTRIC. PIERWSZE W PEŁNI ELEKTRYCZNE MINI.

NAŁADOWANE PASJĄ.

Zero emisji, maksymalna frajda z jazdy. Pierwsze w pełni elektryczne MINI wyjeżdża na ulice!
To auto naprawdę zmierza w dobrym kierunku. Rusz nim w podróż naładowaną siłą dobrej energii!

MINI Bońkowscy
ul. Hangarowa 17
70-767 Szczecin
Tel.: +48 91 46 48 300
www.bonkowsky.mini.com.pl



MINI Cooper SE – łączny pobór mocy: 15,9–15,2 kWh/100 km, zużycie paliwa: 0,0 l/100 km, emisja CO₂: 0 g/km. Szczegóły na www.MINI.com.pl

Myślisz o kredycie?

WYKORZYSTAJ PONAD 90 LAT DOŚWIADCZENIA W BANKOWOŚCI I WSPÓŁPRACUJ Z ZESPOŁEM ASSETHOME.PL. PODCZAS PLANOWANIA ZAKUPU NIERUCHOMOŚCI, REALIZACJI INWESTYCJI DEWELOPERSKIEJ CZY KOMERCYJNEJ, PRAKTYCZNIE ZAWSZE POJAWIA SIĘ PYTANIE O SPOSÓB FINANSOWANIA. NAJCZĘSTSZY NA REALIZACJĘ PLANU JEST KREDYT BANKOWY, KTÓRY JEST DOŚĆ ŁATWYM I SZYBKIM SPOSOBEM NA POZYSKANIE BRAKUJĄCEGO KAPITAŁU.



MAREK OLEŚKÓW
– CFO ASSETHOME.PL

Czy rzeczywiście z uzyskaniem kredytu jest tak łatwo i szybko?

Zdecydowanie potwierdzam, uzyskanie finansowania na realizację pomysłów związanych z nieruchomościami nigdy nie było trudne. Jest to zadanie jak każde inne do którego trzeba mieć plan i dobrze się przygotować. Oczywiście trudno porównać potrzebną wiedzę i nakład pracy przy kredytach hipotecznych i przy kredytach inwestycyjnych. To są dwie różne dziedziny finansów ale zawsze można skorzystać z wiedzy specjalisty – mówi Marek Oleśków CFO w grupie assethome.pl.

Skąd 90 lat doświadczenia w bankowości w assethome.pl?

To oczywiście suma doświadczenia zespołu assethome.pl. Generalnie osoby, które do nas dołączają wywodzą się albo z rynku nieruchomości albo właśnie z bankowości. Naszym największym atutem jest to, że zdobywaliśmy doświadczenie w bankowości korporacyjnej, inwestycyjnej, private banking oraz detalicznej. Z sukcesem łączymy zdobytą wiedzę z tych jakże innych obszarów i uzyskujemy niesamowity efekt synergii nieosiągalny nigdzie indziej – mówi Marek Oleśków.

W jaki sposób wykorzystujecie ten potencjał?

Od początku powstania assethome.pl koncentrowaliśmy się na pomocy przy pozyskiwaniu finansowania dla projektów deweloperskich i komercyjnych. Obecnie w każdym kwartale pomagamy w pozyskaniu finansowania dla kilku przedsię-

wzięć inwestycyjnych. Od samego początku byliśmy świadomi, że nie uciekniemy od tematu kredytów hipotecznych oraz kredytów inwestycyjnych dla małych i średnich przedsiębiorstw, z których będą finansowane nieruchomości z oferty assethome.pl. Dlatego w pierwszej połowie 2021r. starannie dobraliśmy do współpracy brokera, który dostarczył nam nowoczesną platformę do obsługi kredytów, odpowiednio wzmocniliśmy się kadrowo, tak aby od razu mieć w zespole specjalistów – mówi Marek Oleśków.

Jakie są efekty?

Efekt jest naprawdę imponujący. Skupienie w assethome.pl największej bazy nieruchomości premium, wysokiej klasy specjalistów z branży nieruchomościowej oraz kredytowej dla naszych klientów daje wymierne efekty w postaci szybkości przepływu informacji na linii klient – pośrednik – bank.

Skracamy proces kredytowy do absolutnego minimum, ponieważ w jednym miejscu mamy niezbędne informacje dotyczące nieruchomości, inwestora oraz kredytobiorcy. Nie musimy czekać na potrzebne dane, które musiałby nam dostarczyć inny podmiot. Znając specyfikę inwestycji, z góry wiemy, w którym z ponad dwudziestu banków warto sprawdzać możliwość finansowania. A niestety nie zawsze największy bank lub ten, który ma najsilniejszą kampanię reklamową, będzie miał najlepszą ofertę dla klienta – mówi Marek Oleśków.

A więc dlaczego warto korzystać z usług doradcy kredytowego assethome.pl?

W assethome.pl stawiamy na użyteczność. Mamy być potrzebni naszym klientom. Wiemy, że klienci cenią nas za jakość oraz realną oszczędność czasu i pieniędzy.

W dzisiejszym świecie finansów liczy się doświadczenie. Na rynku obserwujemy dużą zmienność w ofercie kredytowej banków, która jest odpowiedzią na takie czynniki jak od dawna niespotykana zmiana stóp procentowych czy wojna w Ukrainie. Żaden klient, który na co dzień nie interesuje się tematem bankowości i kredytów, nie jest w stanie konkurować sprawnością działania, wiedzą oraz doświadczeniem ze specjalistą kredytowym, który dzień w dzień powiększa swoją wiedzę i pomaga w przepracowaniu kolejnych kredytów a na swoim koncie ma już kilkaset załatwionych z sukcesem spraw – mówi Aleksandra Wierzbicka Specjalista ds. kredytów hipotecznych w assethome.pl.

Dlaczego klienci korzystają ze wsparcia assethome.pl przy pozyskaniu finansowania?

Kredyt to sposób na spełnienie marzeń, które bez finansowania bankowego byłyby nieosiągalne albo bardzo mocno odroczone w czasie. To właśnie dlatego większość osób decyduje się na wsparcie bankowe swoich zakupów. Niektórzy klienci sami sprawdzają warunki kredytów w poszczególnych instytucjach i porównują wg własnych potrzeb.

W assethome.pl jesteśmy zawsze gotowi do pomocy przy uzyskaniu finansowania ale nie narzucamy się jeżeli klient czuje się na siłach aby działać samodzielnie. Wiemy jednak, że to zajęcie wymaga zdobycia pewnej wiedzy i oczywiście czasu. Często klient samodzielnie zdobędzie idealną dla siebie ofertę ale też często wracają po uzyskaniu kilku niesatysfakcjonujących ofert lub decyzjach odmownych ze strony banku. W tym momencie dobry pośrednik finansowy może okazać się niezbędny. Po pierwsze dokona analizy ofertowej produktów i pomoże dobrać odpowiednie rozwiązanie. Warto również pamiętać, że przekazując sprawę wybrania odpowiedniego kredytu specjaliście mamy czas na zajęcie się innymi sprawami – wyjaśnia Aleksandra Wierzbicka.

– Zawite zapisy w bankowych umowach, masa trudnych pojęć i szereg kruczków prawnych mogą przestraszyć lub zniechęcić niejedną osobę. Wzięcie kredytu to ogromna odpowiedzialność, dlatego warto z rozważań wybrać ofertę dla siebie. Specjalista kredytowy z assethome.pl z pewnością dokładnie wytłumaczy cały proces, a także doradzi na jakich warunkach wziąć kredyt a następnie monitoruje jego udzielenie. Są to powody, dla których wiele osób z chęcią korzysta z takiego wsparcia – dodaje Marek Oleśków.

Jakie cechy powinien posiadać specjalista kredytowy?

Taka działalność wymaga chęci nieustannego poszerzania swojej wiedzy i ogromnych umiejętności interpersonalnych. I choć nie ma żadnych wymagań formalnych w zakresie wykształcenia, by móc rozpocząć tego rodzaju działalność, to trzeba wiedzieć, że jej rzetelne wykonywanie jest bardzo wymagające. Pośrednik musi bowiem znać nie tylko aktualne oferty banków, ale również aktualne przepisy prawa, śledzić kursy walut, śledzić WIBOR i nieustannie aktualizować swoją wiedzę z obszaru swojego zawodu.

Specjalista kredytowy z assethome.pl poświęca ogromną ilość czasu na zbadanie potrzeb klienta i jego możliwości finansowych. Dodatkowo pomaga przy zwiększeniu zdolności kredytowej, np. poprzez namowę do zamknięcia zbędnych kart kredytowych czy spłaty pożyczek dla których zostało dośłownie kilka

rat. Podpowiada, w jaki sposób można uzyskać lepszą ocenę w banku i na co zwrócić uwagę by poprawić sytuację klienta w kontakcie z bankiem.

W assethome.pl wiemy, że tylko dobre przygotowanie do transakcji pomaga określić oczekiwania klienta oraz główne parametry finansowania. Na podstawie tych informacji mamy możliwość merytorycznego przygotowania wniosków kredytowych i tym samym przybliżamy klienta do założonego celu i minimalizujemy ryzyko odmowy – mówi Aleksandra Wierzbicka.

– Jedno jest pewne. Pośrednik musi być obiektywny i rzetelny. Uczciwie musi zaprezentować wady i zalety każdej z przedstawionych ofert. Przy doradztwie musi się kierować potrzebami i możliwościami klienta – mówi Marek Oleśków.

Czy złożenie wniosku i uzyskanie pozytywnej decyzji kredytowej to pełen sukces dla klienta i koniec pracy doradcy kredytowego?

Oczywiście, że nie. Decyzja kredytowa to ważny moment. Wiemy, że bank będzie chciał udzielić kredyt. Znamy parametry kredytu ale też wiemy jakie warunki musi spełnić klient przed podpisaniem umowy oraz przed uruchomieniem pierwszej i kolejnych transz kredytu.

Rolą specjalisty kredytowego w assethome.pl jest doprowadzenie kredytu do uruchomienia. Dlatego specjalista szczegółowo przygotowuje dla klienta informacje o wszystkich dokumentach, które są do pozyskania, skompletowania i dostarczenia do banku. Rolą specjalisty jest koordynacja działania w taki sposób, aby dokumenty na które należy czekać długo były pozyskiwane w pierwszej kolejności. To on pilnuje aby dokumenty były kompletne w terminach wyznaczonych przez bank oraz w imieniu klienta składa te dokumenty do banku – wyjaśnia Aleksandra Wierzbicka.

Jak można podsumować pośrednictwo kredytowe w ramach assethome.pl?

Wyróżnikiem assethome.pl na tle rynku jest to, że w jednym miejscu klient ma dostęp do oferty kilku tysięcy apartamentów premium oraz dostęp do specjalisty kredytowego ze znajomością oferty kilkunastu banków. Na jednym spotkaniu można ustalić warunki transakcji zakupu wybranej nieruchomości oraz poznać warunki finansowania bankowego.

Z mojego punktu widzenia pośrednictwo kredytowe jest dla klienta bardzo wygodną formą współpracy. W jednym miejscu spotkamy się z przeglądem całej palety banków. Pośrednictwo kredytowe w wydaniu assethome.pl, gwarantuje to co najważniejsze: pełne doradztwo oraz zaoszczędzenie czasu i pieniędzy.

W assethome.pl skupiamy całą niezbędną wiedzę potrzebną do tego aby zakup nieruchomości dawał tylko przyjemne wspomnienia – mówi Marek Oleśków.



Aleksandra Wierzbicka
Doradca ds. Kredytów
+48 518 362 303

aleksandra.wierzbicka@asethome.pl



ZARR S.A.

Dofinansowanie dla zachodniopomorskich przedsiębiorców

PROWADZISZ MIKRO, MAŁE LUB ŚREDNIE PRZEDSIĘBIORSTWO? CHCESZ ZWIĘKSZYĆ MOŻLIWOŚCI ROZWOJOWE SWOJEJ FIRMY? PODNIEŚĆ KWALIFIKACJE SWOICH PRACOWNIKÓW? JEŚLI TAK, TO MAMY DLA CIEBIE OFERTĘ PRZYGOTOWANĄ PRZEZ ZACHODNIOPOMORSKĄ AGENCJĘ ROZWOJU REGIONALNEGO SA. MOŻESZ OTRZYMAĆ DO 80% DOFINANSOWANIA NASZKOLENIA, PODNIESIENIE KWALIFIKACJI ZAWODOWYCH LUB INNE USŁUGI ROZWOJOWE. O JEJ REALIZACJI ROZMAWIAMY Z BARBARĄ ZAKRZEWSKĄ-KOORDYNATOREM PROJEKTU "DOFINANSOWANIE USŁUG ROZWOJOWYCH DLA ZACHODNIOPOMORSKICH MMŚP II".

Projekt rozpoczął się w czerwcu 2020 roku i będzie trwał do czerwca 2023 roku. Celem projektu jest podniesienie kwalifikacji pracowników zachodniopomorskich przedsiębiorstw sektora mikro, małych i średnich przedsiębiorstw. Program ten adresowany jest w szczególności do pracowników będących w wieku 50+ oraz pracowników o niskich kwalifikacjach zawodowych.

Dofinansowanie usług rozwojowych obejmuje w równym stopniu: kobiety, mężczyzn i osoby z niepełnosprawnością. Oznacza to, iż w trakcie rekrutacji, nie zostanie odrzucony z powodu swojej płci, niepełnosprawności, wyznania czy też wieku żaden uczestnik.

Ile mikro, małych i średnich przedsiębiorstw z regionu skorzystało z projektu? Ilu pracowników? Jakie firmy były nim najbardziej zainteresowane?

W ramach projektu przewidziano wsparcie dla 900 MMŚP oraz 4 200 osób. Do 31 grudnia 2021 roku z dofinansowania skorzystało już 705 przedsiębiorstw oraz 2 945 pracowników.

Z usług rozwojowych korzystają przede wszystkim mikro przedsiębiorstwa, w tym samo zatrudnieni, jak również małe i średnie przedsiębiorstwa.

Jakie usługi – szkolenia związane z projektem cieszyły się i cieszą największym zainteresowaniem?

Przedsiębiorcy i ich pracownicy, w ramach projektu mogą skorzystać z szerokiego wachlarza szkoleń oraz kursów, a także z doradztwa, studiów podyplomowych czy też coachingu.

Najczęściej wybierane przez przedsiębiorców usługi to kursy języków obcych, m.in. języka angielskiego, niemieckiego oraz hiszpańskiego. Przedsiębiorcy korzystają również chętnie z usług dotyczących zarządzania i organizacji pracy, rozwoju osobistego, ale także tzw. usług technicznych jak np. optymalizacja procesu montażu osprzętu elektrycznego i GWO Blade Repair-turbin wiatrowych. Dużym zainteresowaniem cieszą się również szkolenia z zakresu medycyny, medycyny estetycznej, kosmetologii. Wśród nich znajdują się specjalistyczne kursy jak np.: „Praktyczna anatomia twarzy – zaawansowane techniki iniekcyjne i procedury off-label” oraz „Praktyczna anatomia ginekologiczno – onkologiczna” – z wykorzystaniem nieutralizowanych preparatów anatomicznych. Z dziedziny kosmetologii zdrowia wyróżnić można: „Zaawansowane techniki powiększania ust kwasem hialuronowym”, „Mezoterapia igłowa i modelowanie ust kwasem hialuronowym”, „Podologia – kurs kompleksowy”, „Podniesienie dna zatoki szczękowej w praktyce klinicznej”, „Kurs wprowadzający do implantologii”, „Radiologia w praktyce fizjoterapeuty”, „Art and knowledge”, „Usługi Fryzjerskie w czasach pandemii”, „Color me beauty”, „Perfekt Blond droga do doskonałości”.

Mogłabym jeszcze podać wiele innych ciekawych, interesujących i co najważniejsze podnoszących kwalifikacje zawodowe przedsiębiorców i ich pracowników kursów czy szkoleń, ale odsyłam tutaj chętnych, którzy chcą skorzystać z dedykowanego projektu dofinansowania usług rozwojowych dla zachodniopomorskich MMŚP, do Bazy Usług Rozwojowych (BUR), gdzie każdy może znaleźć dla siebie usługi czy szkolenia skrojone na miarę.

Ile środków wydano do tej pory na realizację projektu?

Do końca ubiegłego roku refundacja dla przedsiębiorców wyniosła 11 milionów złotych. Przypomnę, że wartość dofinansowania przeznaczona dla przedsiębiorców i pracowników ze środków europejskich to kwota 23 861 664,63 zł. Zaznaczam jednak, że maksymalna kwota dofinansowania na jednego uczestnika to 6 000 zł. Mamy więc środki do rozdysponowania i czekamy na zgłoszenia naszych przedsiębiorców chętnych przeszkolić pracowników, a w szczególności zapraszamy uczestników w wieku 50+.

Jak ZARR ocenia realizację projektu? Czy spełnia pokładane w nim oczekiwania?

Należy podkreślić, iż jest to już druga edycja tego projektu i cieszy się on dużym zainteresowaniem, a co jest najważniejsze, przedsiębiorcy bardzo chętnie z niego korzystają. Możemy śmiało powiedzieć, że projekt spełnia swój cel, a więc zwiększa konkurencyjność naszych zachodniopomorskich przedsiębiorców, którzy dzięki zdobytej wiedzy mogą w lepszym stopniu wykorzystać swoje zaplecze techniczne i kadrowe.

Pamiętajmy, że rynek pracy wciąż się zmienia, ewoluuje, możemy to zaobserwować zwłaszcza dzisiaj, kiedy pandemia przyspieszyła bądź też wymusiła wręcz pewne zmiany, trendy w przedsiębiorstwach, firmach w zakresie wykonywania pracy np. poza firmami, a więc online. Pracownicy muszą nabywać nowe umiejętności, część z nich musi zmienić swoje kwalifikacje, zaś przedsiębiorstwa przebranżowić. Te procesy pokazują dużą dynamikę zmian i aby nie zostać w tyle, aby nadążyć za tymi zmianami, należy aktualizować i podnosić swoje kwalifikacje. Pamiętajmy, że pracownicy o niskich kwalifikacjach są zagrożeni, zyskują pracownicy wykwalifikowani – specjaliści, dlatego tak ważne jest, aby zapewnić naszym przedsiębiorcom, ich pracownikom dostęp do szkoleń, podniesienia kwalifikacji zawodowych, doksztalcenia na każdym poziomie i taką pomoc z dofinansowaniem nasi przedsiębiorcy znajdą u nas w Zachodniopomorskiej Agencji Rozwoju Regionalnego. Zapraszamy.



SUKCESJA jest zbiorem decyzji, planów, wizji oraz działań, które mają doprowadzić do **stworzenia firmy wielopokoleniowej** lub przygotowania firmy do dokonania zmiany pokoleniowej.
Zrób pierwszy krok – przystąp do projektu!



Udział w projekcie „Sukcesja w firmach rodzinnych” współfinansowany jest w 90% ze środków Unii Europejskiej i krajowych. Celem projektu realizowanego przez firmę DGA S.A. jest wsparcie **Firm Rodzinnych** poprzez udzielenie eksperckiego doradztwa sukcesyjnego w zakresie: prawnym, finansowym i organizacyjnym, jak również wsparcia ze strony psychologa biznesu w **łącznym wymiarze 75 godzin**. Przede wszystkim jednak każdy z uczestników projektu (firm) otrzyma opracowaną indywidualnie Strategię Sukcesji. Liczba firm mogących wziąć udział w projekcie „Sukcesja w firmach rodzinnych” jest ograniczona. Doradcami w projekcie na terenie województwa zachodniopomorskiego są eksperci Kancelarii Podatkowej i Sukcesyjnej: Teresa Kuliberda-Wojtas oraz Michał Wojtas.

Więcej informacji na stronach:
www.sukcesja.info
www.sukces-ja.pl

Kancelaria Podatkowa i Sukcesyjna Michał Wojtas | ul. Kaszubska 53/1, 70-226 Szczecin
Teresa Kuliberda-Wojtas, tel. 605 542 443, tkw@sukces-ja.pl
Michał Wojtas, tel. 664 993 396, mw@sukces-ja.pl
www.sukces-ja.pl

Przedsiębiorcy z Ukrainy

– pomożemy im prowadzić biznes w Polsce

O MOŻLIWOŚCIACH WSPARCIA PRZEDSIĘBIORCÓW Z UKRAINY W SZCZECINIE I REGIONIE ORAZ O KORZYŚCIACH WYNIKAJĄCYCH Z TAKICH DZIAŁAŃ PRESTIŻ ROZMAWIA Z WŁAŚCICIELAMI GRUPY DORADCZEJ TAX LION – EDYTĄ MAY I ALBINEM MAJKOWSKIM. KANCELARIA PRAWNO-PODATKOWA TAX LION OD WIELU LAT JUŻ WSPÓŁPRACUJE Z PRZEDSIĘBIORCAMI Z UKRAINY.

EM: I bardzo to sobie chwalimy. Pomagamy ukraińskim przedsiębiorcom w codziennym prowadzeniu działalności w Polsce. Teraz, po wybuchu wojny w Ukrainie, obserwujemy oczywiście ogromny przyrwył uchodźców, którzy w pierwszej kolejności zwrócili się o pomoc do swoich rodaków. Ci rzucili swoje dotychczasowe obowiązki i bez zastanowienia zaczęli, na masową skalę, pomagać swoim rodzinom, przyjaciołom i dawno niewidzianym znajomym. Wraz z ludźmi pojawił się również kapitał, ponieważ cudzoziemcy, opuszczając swój kraj, zabrali również swoje pieniądze i pomysły na życie. Już teraz można założyć, że kobiety, które przyjechały do Polski, a w Ukrainie prowadziły swoje firmy, mają potencjał biznesowy. Mogą oni okazać się pomocni w organizacji pobytu w naszym kraju. Mogą tworzyć przedszkola, żłobki, jadłodajnie, firmy sprząające, a także zakłady fryzjerskie, manicure lub inne. Naturalnie potrzebują przewodnika. Nasza kancelaria pełni właśnie taką funkcję. Pomagamy załatwić formalności, założyć spółkę, zalegalizować zatrudnienie pracowników, rozliczyć podatki. Dzięki szerokim kontaktom łączymy biznesy. Jesteśmy akceleratorem polsko-ukraińskiej działalności biznesowej.

AM: W naszej działalności kładziemy nacisk na to, aby przedsiębiorcy i pracownicy z Ukrainy, szczególnie teraz w tak trudnym czasie, nie czuli się obywatelami drugiej kategorii. Traktujemy ich w naszej kancelarii tak, jak sami chcielibyśmy być traktowani w innych krajach. Po prostu po partnersku, na równych zasadach. Zachęcamy, a wręcz apelujemy do środowiska biznesowego, aby tak właśnie podejść do potencjalnych partnerów z Ukrainy.

Czy spotkali się Państwo z negatywnym podejściem i złym traktowaniem Ukraińców?

EM: Niestety tak. Nasi klienci i partnerzy mieli nieraz przykre doświadczenia z nieuczciwymi księgowymi czy doradcami, którzy wykorzystując ich słabszą pozycję, narażali ich na dużo wyższe niż rynkowe koszty oraz na kłopoty ich firm w przyszłości. Osobiście uważam, że w tych trudnych czasach Ukraińcy będą mogli,



FIRMA Z SUKCESEM
I SATYSFAKCJĄ

a nawet musieli prowadzić biznesy w Polsce. Po pierwsze, dlatego, że większość jest tu na dłużej, po drugie, dlatego, że będą chcieli zarabiać więcej niż zaoferowana, przez nasze państwo, pomoc.

AM: Chcemy pomagać. Polacy chcą pomagać, jednak, żeby skutecznie pomagać, trzeba zarabiać.

Napływ uchodźców do naszego regionu może być ogromnym potencjałem dla jego rozwoju?

EM: Jesteśmy o tym przekonani. Nasz własny zespół to również księgowie Ukrainki, Wszystkie są bardzo dobrze wykształcone i świetnie pracują. Ukraińcy mogą otwierać w Polsce biznesy, my im w tym pomagamy. Dzięki naszej fundacji „WOLNA UKRAINA” jesteśmy w stanie w tym momencie wspierać konkretne działania biznesowe bez opłat. Nasze drzwi są otwarte dla ukraińskich przedsiębiorców, którzy chcą prowadzić biznesy u nas i z nami. Zachęcamy czytelników Prestiżu nie tylko do zatrudniania pracowników z grupy uchodźców, ale i do zawierania kontraktów z ukraińskimi firmami na podwykonawstwo.

Jak jeszcze pomaga Tax Lion?

AM: Zapraszamy polskie firmy, które potrzebują pracowników lub dostawców usług. Połączymy je z kandydatami i przedsiębiorcami. Obserwujemy również odpływ ukraińskich pracowników, którzy wyjeżdżają do Ukrainy walczyć o pokój. Pomożemy naszym przedsiębiorcom zastąpić ich tymi, którzy przyjechali. Z chęcią pomocy i potrzeby serca wykładamy własne środki finansowe, które oczywiście się szybko kończą, gdyż potrzeby są ogromne.

**ZACHĘCAMY DARCZYŃCÓW DO WPŁAT DATKÓW NA KONTO FUNDACJI WOLNA UKRAINA NA NR KONTA:
18 1020 4795 00009802 0479 9633.**

**ZACHĘCAMY RÓWNIEŻ DO BLIŻSZEGO POZNANIA NAS I NASZEJ KANCELARII: WWW.TAXLION.PL
TERAZ PRZED WSKAZKIM DZIAŁAMY W FUNDACJI WOLNA UKRAINA, WWW.WOLNA-UKRAINA.ORG,
DO KTÓREJ ZAPRASZAMY WOLONTARIUSZY. POMÓŻCIE NAM POMAGAĆ.**



Grupa Doradcza Tax Lion
Biurowiec Aloha ul. Janosika 17, 71-424 Szczecin
e-mail : biuro@taxlion.pl | Tel. +48 91 4222022 | Tel. Kom. +48 536444222
www.taxlion.pl



SOS dla włosów!

ISTNIEJE WIELE POWODÓW OSŁABIENIA WŁOSÓW, JEDNAK OSTATNIO WIELU Z NAS ZMAGA SIĘ Z TYM NAJPOWSZECHNIEJSZYM — PRZEBYTĄ INFЕКCJĄ COVID-19. OSŁABIEŃ UKŁADU ODPORNOŚCIOWEGO, ZMIANY W FUNKCJONOWANIU UKŁADU HORMONALNEGO I ENZYMATYCZNEGO WPŁYWAJĄ BEZPOŚREDNIO NA STAN NASZYCH WŁOSÓW. PODCZAS GDY NASZE SAMOPOCZUCIE WRACA DO NORMY, STAN WŁOSÓW STAJE SIĘ KOLEJNYM ŹRÓDŁEM TROSK. DO TEGO SILNY STRES, SKRAJNE NASTROJE I ZMARTWIENIA PANUJĄCYMI SYTUACJAMI NIE POMAGAJĄ NAM ODZYSKAĆ TEGO SAMEGO STANU ZDROWIA, CO WCZEŚNIEJ. BRAK ODPOWIEDNIEJ ILOŚCI SNU, DIETA I NIEUSTANNIE ODCZUWANE NAPIĘCIE NIE DZIAŁAJĄ NA NASZĄ KORZYŚĆ I TO Z KOLEI POWODUJE DALSZY WYPADANIE I PRZERZEDZANIE SIĘ WŁOSÓW.



Wszystkie wspomniane wcześniej czynniki wpływające na nasz ogólny stan zdrowia, mogą stać się bezpośrednią przyczyną problemów z włosami. Mowa jest o ich nadmiernym wypadaniu, przerzedzeniu, miejscowych ubytkach, łysieniu i pogorszeniu ich kondycji. Włosy są bardzo czułe i mogą reagować silnie

na to, co dzieje się w środku. Najczęściej w takich przypadkach niezbędne jest precyzyjne działanie tuż przy cebulce włosa. Co jednak robić, jeśli włosy wychodzą garściami, mimo że organizm jest już po infekcji czy pełnej terapii?



DIAGNOSTYKA

W Klinice Zawodny przeprowadzamy z pacjentem wywiad lekarski, w którym dowiadujemy się, jakie czynniki mogą wpływać na stan jego włosów. Trycholog medyczny tworzy kartę pacjenta i przeprowadza badanie skóry głowy i włosa. Dzięki nowoczesnym możliwościom technologicznym mamy możliwość precyzyjnej oceny włosów opierając się na technice wideodermatoskopii i trychoskopii. W badaniach tych oceniane są łodygi włosów, ujścia mieszków włosowych i otaczająca je skóra. Jest to obecnie najlepsza metoda, która pozwala zdiagnozować rodzaj łysienia i problemów z włosami. Podczas badania za pomocą specjalnej kamery uzyskuje się obraz włosów i skóry głowy w we wszystkich jej okolicach. Ocena badań przez specjalistę pozwala na różnicowanie wszystkich typów łysienia i ocenę czy skóra jest zdrowa. Wynik badań trichoskopowych skóry głowy może być poddany dodatkowej analizie w specjalistycznym laboratorium. Trafna diagnoza przyczyny wypadania włosów to pierwszy krok w stronę skutecznego leczenia.

TERAPIE DLA WŁOSÓW

Po szczegółowej ocenie i otrzymaniu wyników badania trychologicznego nasz specjalista tworzy indywidualny plan leczenia. Proces terapeutyczny najczęściej jest złożony z odpowiedniego postępowania pielęgnacyjnego, leczniczego, suplementacji mikro i makroelementów oraz odpowiednich zabiegów. W naszej klinice stosowane są różne mechanizmy działania, takie jak: poprawa mikrokrążenia skóry głowy, odżywienie i stymulacja mieszków włosowych aż po przeszczep komórek macierzystych i przeszczep włosów metodą FUE.

Poprawę mikrokrążenia uzyskujemy, stosując z powodzeniem, już od 20 lat, karboksyterapię. Zabieg polega na kontrolowanym podaniu dwutlenku węgla pod skórę i do skóry, co pobudza mikrokrążenie, odżywia skórę i włosy, a także stymuluje okoliczne tkanki i ich komórki. Terapia ta pozwala załagodzić problemy związane z utratą i przeczadaniem się włosów i jest przeznaczona zarówno dla pań, jak i panów. Leczenie pozwala

na zredukowanie negatywnego wpływu czynników na nadmierne wypadanie włosów i łysienie.

Odżywienie i stymulację mieszków włosowych uzyskujemy zabiegami mezoterapii, czyli precyzyjnego podania substancji aktywnych w głąb skóry. Delikatne nakłucia pobudzają mieszki włosowe, a zawarte w substancjach aktywnych czynniki, pobudzają je do wzrostu, wzmacniają i regenerują. W Klinice Zawodny dostępne są wszystkie skuteczne i licencjonowane preparaty stymulujące proces porostu włosów oraz zatrzymujące proces nadmiernego wypadania. Oprócz tego polecamy wielu naszym pacjentom wykorzystanie autologicznego preparatu, jakim jest osocze bogatopłytkowe. Pozyskane z krwi pacjenta naturalne czynniki wzrostowe są idealne do poprawy mikrokrążenia, stanu skóry i mieszków włosowych oraz silnie przyspieszają regenerację.

Leczenie z wykorzystaniem komórek macierzystych i czynników wzrostu to autologiczny przeszczep komórek zdolnych do regeneracji osłabionych mieszków włosowych i skóry. Procedura przeszczepu komórek polega na pobraniu ich z tkanki tłuszczowej lub wybranej okolicy skóry głowy. Dzięki takiemu zabiegowi, proces łysienia zostaje zahamowany, a włosy dostają bodziec do ponownego wzrostu. Metoda ta jest niezwykle skuteczna w leczeniu kilku typów łysienia i osłabienia włosów. Dla pacjenta jest on komfortowy i całkowicie bezbolesny, ponieważ odbywa się w znieczuleniu miejscowym. Jeden zabieg może wystarczyć dla osiągnięcia efektu, który zaś utrzymuje się przez kilka lat.

Ostateczną, a czasami pierwszego wyboru terapią jest przeszczep włosów. W naszej klinice od wielu lat z powodzeniem zajmujemy się przeszczepem pojedynczych zespołów mieszkowych metodą FUE. Planując przeszczep włosów, zawsze należy również pamiętać o regeneracji i wzmocnieniu pozostałych mieszków włosowych terapiami uzupełniającymi.

Tylko odpowiednia diagnostyka i indywidualny oraz holistyczny plan ustalony przez specjalistę lub zespół specjalistów zapewni maksymalne bezpieczeństwo i skuteczność całego procesu leczenia.



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



NAUKOWO O NIEPŁODNOŚCI

„NIEPŁODNOŚĆ – DROGA DO RODZICIELSTWA” TO MIĘDZYNARODOWE SYMPOZJUM NAUKOWE ORGANIZOWANE PRZEZ TFP FERTILITY VITROLIVE. DEDYKOWANE JEST LEKARZOM GINEKOLOGOM-POŁOŻNIKOM, ONKOLOGOM I SPECJALISTOM INNYCH DZIEDZIN, KTÓRZY W CODZIENNEJ PRAKTYCE STYKAJĄ SIĘ Z PROBLEMEM NIEPŁODNOŚCI. WYDARZENIE ODBĘDZIE SIĘ 22 KWIETNIA W HOTELU RADISSON BLUE W SZCZECINIE.

– Temat tegorocznego spotkania „Najkrótsza droga do zostania rodzicami” wiernie odzwierciedla oczekiwania pacjentów borykających się z problemem niepłodności – mówi profesor Rafał Kurzawa, Dyrektor Medyczny TFP Fertility Polska. – W procesie starań o dziecko kluczową rolę odgrywa czas. Zegara biologicznego nie da się zatrzymać, dlatego należy szukać najkrótszej drogi do rodzicielstwa i rozwiązań, które zwiększą szanse na urodzenie zdrowego dziecka. Podczas trwania sympozjum, w gronie polskich i zagranicznych ekspertów skupionych wokół grupy TFP, przyjrzymy się uważnie tematowi leczenia niepłodności partnerskiej. Zajrzyjemy też w głąb laboratorium IVF i przeanalizujemy algorytm diagnostyczny, aby móc zaproponować pacjentom szybkie i skuteczne leczenie. Wspólnie porozmawiamy o liczbach, matematycznie rozłoży-

my temat na czynniki pierwsze i – czerpiąc z międzynarodowych doświadczeń – obalimy mity, skupiając się na faktach związanych z leczeniem niepłodności.

Wydarzenie odbędzie się w formie hybrydowej, a rejestracja uczestnictwa i szczegółowe informacje znajdują się na stronie www.drogadorodzicielstwa.pl. Sympozjum TFP w Szczecinie to wyjątkowa okazja do wymiany wiedzy i dzielenia się swoimi doświadczeniami. – Zapraszam do udziału i wzajemnych, owocnych dyskusji – dodaje profesor Rafał Kurzawa.

ad / foto: materiały prasowe



Fertility Vitrolive

zaprasza lekarzy ginekologów-położników, andrologów, onkologów i specjalistów innych dziedzin,
którzy w codziennej praktyce stykają się z problemem niepłodności na

**SYMPOZJUM NAUKOWE
NIEPŁODNOŚĆ
– DROGA DO RODZICIELSTWA
NAJKRÓTSZA DROGA DO ZOSTANIA RODZICAMI**

22 kwietnia 2022 r.
Hotel Radisson Blue Szczecin
Rejestracja na www.drogadorodzicielstwa.pl

Za uczestnictwo w wydarzeniu uczestnicy otrzymają 4 punkty edukacyjne.
Symposium odbędzie się w formule hybrydowej: stacjonarnie i online.

Okiem dermatologa



Dr Kamila Stachura

Młodsze, czyli zdrowsze spojrzenie

SPOGLĄDAJĄC NA TWARZ, TO OCZY SĄ TĄ CZĘŚCIĄ, NA KTÓRĄ ZWRACAMY UWAGĘ W PIERWSZEJ KOLEJNOŚCI. SĄ ODZWIERCIEDLENIEM NASZEGO WIEKU, STANU ZDROWIA CZY... POZIOMU ZMĘCZENIA. ZMARSZCZKI, WORKI I CIENIE, WIOTKA SKÓRA, A TAKŻE OPADAJĄCA GÓRNA POWIEKA, TO NAJCZĘSTSZE DOLEGLIWOŚCI, Z KTÓRYMI SIĘ ZMAGAMY.

DOBRY KOREKTOR, CZY JESZCZE LEPSZY KREM NIE MAJĄ TAKIEJ SIŁY NAPRAWCZEJ JAK MEDYCYNA ESTETYCZNA.

W jej ramach oraz w obrębie kosmetologii powstają coraz bardziej skuteczne metody, których zadaniem jest eliminacja wiotkości skóry, wynikającej najczęściej z utraty kolagenu, elastyny i tkanki tłuszczowej. Tym zajmuje się blefaroplastyka, czyli plastyka powiek. Polega ona na usunięciu nadmiaru skóry i nagromadzonego tłuszczu w postaci fałdek z okolicy oka. – Jest to rewelacyjny zabieg chirurgiczny, który w naszej Klinice, przeprowadza znakomity chirurg dr Michał Chalcarz – mówi dr Kamila Stachura, dermatolog i specjalista medycyny estetycznej. – Poprzez korekcję opadającej górnej powiek i bądź usunięcie przepuklin tłuszczowych w obrębie dolnej, twarz

nabiera młodszego i wyraźnie wypoczętego wyglądu. Znikają worki pod oczami, a zmarszczki są delikatnie wygładzone. Opadająca powieka- co jest niezwykle istotne- przestaje ograniczać pole widzenia. Oko „wizualnie” się otwiera.

Dr Michał Chalcarz jest specjalistą chirurgii ogólnej, zajmuje się przede wszystkim zagadnieniami związanymi z chirurgią plastyczną oraz medycyną estetyczną i regeneracyjną. Realizuje w ten sposób swoje zawodowe marzenia, pomagając odzyskiwać pewność siebie tym, którzy tego potrzebują.



Powracając do blefaroplastyki, w której się między innymi specjalizuje, to najczęstszym powodem, dla którego jest wykonywana to upływ czasu. Nie zapominajmy jednak, że ten problem dotyczy również młodych osób i jest związany z budową genetyczną oka. Czynnikiem kwalifikującym do zabiegu są uwarunkowania anatomiczne.

Blefaroplastyka ma także niechirurgiczną i mniej inwazyjną odsłonę. Bardzo dobre efekty daje nieoperacyjny lifting powiek z użyciem Plexr'a. – To generator plazmy, nazywanej „czwartym stanem skupienia” – tłumaczy dr Kamila Stachura. – To zjonizowany gaz, który umożliwia wytwarzanie łuku elektrycznego pomiędzy igłą a skórą. Ten ładunek o wysokiej energii doprowadza do sublimacji powierzchniowych warstw skóry, co sprawia, że komórki naskórka dosłownie „wyparowują”. Warto zaznaczyć, że podczas zabiegu nie dochodzi do uszkodzenia skóry właściwej, nie występuje krwawienie ani uszkodzenie tkanek otaczających.

Jakie korzyści odnosimy z takiego działania? – Podczas zabiegu dochodzi do intensywnej stymulacji komórek na poziomie skóry właściwej – wyjaśnia dalej Pani Doktor. – W efekcie uzyskujemy spektakularny efekt mocniejszego napięcia skóry oraz wyeliminowanie zmarszczek i fałdów. Rezultaty takiego działania mogą utrzymać się od 2 do 4 lat. W przypadku leczenia opadającej powieki może być konieczność powtórzenia zabiegu po 3 miesiącach.

Zabieg z zastosowaniem Plexr'a jest przeprowadzany w znieczuleniu miejscowym i trwa około pół godziny. Po zabiegu skóra jest pokryta małymi strupkami, które utrzymują się około tygodnia. W ciągu kilku dni po zabiegu może utrzymywać się obrzęk. Urządzenie Plexr jest urządzeniem całkowicie bezpiecznym – zapewnia dr Stachura. – Zostało skrupulatnie przebadane, a wiele publikacji naukowych potwierdziło jego skuteczność i bezpieczeństwo. Łuk elektryczny nie doprowadza do zniszczenia skóry poniżej warstwy podstawnej naskórka. Precyzyjne

działanie Plexr'a pozwala na dokładną kontrolę całej procedury.

Urządzenie to, choć najczęściej stosowane w korekcie oka, ma także inne właściwości i świetnie się sprawdza w wielu innych sytuacjach. Dzięki niemu można uzyskać bardzo dobre rezultaty w takich przypadkach jak: odmładzanie okolicy ust (np. zmarszczek pionowych), niwelowanie zmarszczek w innych okolicach twarzy, mikropeeling zmarszczek w okolicach policzków, usuwanie przebarwień i odbarwień, likwidowanie blizn oraz trądziku, zarówno w fazie aktywnej, jak i nieaktywnej, likwidowanie rozstępów, a także łagodnych zmian skórnych (brodawki, włókniaki, zrogowacenia). Plexr sprawdza się także w przypadku zmarszczek i utraty jędrności skóry w obrębie szyi. Jego zastosowanie jest szerokie i uniwersalne.

autor: Aneta Dolega/ foto: materiały prasowe





Zdrowie, uroda i zero waste

ZAWÓD MEDYCZNY TO DOSKONAŁY GRUNT DLA ROZWIJANIA ZAINTERESOWAŃ I DZIAŁALNOŚCI KOSMETOLOGICZNEJ. WIE O TYM I WYKORZYSTUJE TO Z SUKCESEM W SWOJEJ PRACY GABRIELA KOWALSKA, KOSMETOLOG, A TAKŻE DYPLOMOWANA PIELĘGNIARKA. PROWADZĄC GABINET GABIBeauty, ŁĄCZY TE DWIE PROFESJE.

– Moje wykształcenie pielęgniarzkie oraz doświadczenie zawodowe gwarantują bezpieczeństwo w realizacji zabiegów z zakresu medycyny estetycznej. Posiadanie dyplomu pielęgniarki oraz specjalizacji uprawnia mnie do wykonywania zabiegów z przerwaniem ciągłości tkanek, czyli do zabiegów z użyciem igły bądź kaniuli – mówi Gabriela Kowalska. – Jako pielęgniarka posiadam również kompetencje i doświadczenie, by odpowiednio reagować w razie powikłań. Mój gabinet wyposażony jest w stosowny sprzęt, abym w nagłej sytuacji mogła udzielić koniecznej pomocy. Cały czas podnoszę kwalifikację. Z dużym zaangażowaniem uczestniczę w szkoleniach, pokazach, konferencjach chcąc oferować swoim pacjentom usługi na europejskim poziomie.

Gabriela Kowalska specjalizuje się w kosmetyce zabiegowej. – Kosmetyka ta różni się od kosmetologii tym, że w pierwszym przypadku mamy do czynienia z zabiegami bardziej inwazyjnymi – tłumaczy. – Jestem zabiegowcem, igła to od lat podstawowe narzędzie mojej pracy. Ponadto cieszę się zmysłem estetycznym i intuicją. Uważam, że wartością, która determinuje prawdziwe piękno, jest zdrowie. Tylko zdrowy człowiek może cieszyć się piękną skórą. Tylko zdrowa skóra może być piękna. Planując zindywidualizowany program zabiegów, rozmawiam z pacjentkami o codziennej pielęgnacji skóry, odżywianiu, trybie życia oraz o balansie pomiędzy życiem zawodowym a osobistym. Staram się podchodzić do nich holistycznie.

GabiBeauty posiada w swojej ofercie wszelkie zabiegi z zastosowaniem kwasu hialuronowego, czyli wypełnianie i modelowanie

ust, wypełnianie bruzd i wolumetrię twarzy. Ponadto pacjenci mogą skorzystać m.in. z biostymulatorów tkankowych, lipolizyniekcyjnej, hialuronidazy, mezoterapii igłowej i Dermapenu, a także z zabiegów trychologicznych, czy z oczyszczania wodowego. – Ponadto oferuję usługi typowo pielęgniarzkie, czyli iniekcje dożylnie, domięśniowe, wlewy kroplowe czy stawianie baniek medycznych, które w moim domu rodzinnym towarzyszyły mi od urodzenia – wymienia kosmetolog. – Wielkim szacunkiem darzę medycynę naturalną. Uważam, że doskonale może ona uzupełniać i wspierać leczenie konwencjonalne. Ponadto w swoim gabinecie staram się realizować ideologię „zero waste”, wykorzystując do zabiegów pielęgnacyjnych wegańskie kosmetyki w opakowaniach zwrotnych.

Jedną z usług, jaką w swojej ofercie ma gabinet Gabrieli Kowalskiej, jest przeprowadzanie wybranych zabiegów w warunkach domowych u pacjentki. – Z kobietami zwykle bywa tak, że jesteśmy zapracowane i własne potrzeby stawiamy na końcu. Czas jest na wagę złota – wyjaśnia z uśmiechem Gabriela Kowalska. – Do takich pań mogę przyjechać, że swoją ofertą i wykonać większość zabiegów z pakietu w warunkach domowych. Oczywiście z zachowaniem zasad bezpieczeństwa. Na podobnej zasadzie świadczę domowe usługi pielęgniarzkie. Są panie, które cenią sobie taką formę usług. Nie muszą wychodzić z domu, wszystko odbywa się w ich przestrzeni. Tak zresztą narodziło się GabiBeauty – od dużego wózka zabiegowego i składanego łóżka.

autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska

Nowa kamienica

UL. NARUSZEWICZA

PREMIERA MAJ 2022



- 35 mieszkań o pow. 33m² do 48m².
- 2 lokale usługowe w parterze
- winda i garaż podziemny



TOWNHOUSE
№ 19



www.assethome.pl



ORTH EXPERT

LEK. ALBERT STACHURA

TYTUŁ SPECJALISTY UZYSKAŁ W 2006 R. PONAD 20-LETNIE DOŚWIADCZENIE ZDOBYWAŁ W OŚRODKACH KRAJOWYCH I ZAGRANICZNYCH M.IN. ANNECY, NICEI, OXFORDZIE, BOSTONIE, GYHUM, KIEL. SPECJALIZUJE SIĘ W ZABIEGACH PROTEZOPLASTYK STAWÓW BIODROWEGO, KOLANOWEGO, RAMIENNEGO ORAZ ZABIEGACH MAŁOINWAZYJNYCH I REKONSTRUKCYJNYCH UKŁADU KOSTNO-SZKIELETOWEGO.

Zdrowy, prosty i bez bólu

KRĘGOSŁUP TO NAJBARDZIEJ NARAŻONA NA URAZY CZĘŚĆ NASZEGO CIAŁA. SCHOROZENIA KRĘGOSŁUPA ZOSTAŁY ZALICZONE DO CHOROÓB CYWILIZACYJNYCH I CIERPI NA NIE CORAZ WIĘCEJ LUDZI, W TYM OSOBY NASTOLETNI I DZIECI. WPŁYW NA TO MA PRZED W SZYBOKIM TRYB ŻYCIA. WSPÓŁCZESNA ORTOPEDIA MA KILKA ROZWIĄZAŃ, JEDNĄ Z NICH, CORAZ BARDZIEJ POPULARNĄ SĄ ZABIEGI MAŁOINWAZYJNE.

O ich zaletach i stosowaniu rozmawiamy z Maciejem Dominem, ortopedą, specjalizującym się w operacjach choroby zwyrodnieniowej kręgosłupa szyjnego oraz lędźwiowego, oraz chirurgią urazową oraz chirurgią kręgosłupa.

Panie doktorze, jak aktualnie wygląda leczenie schorzeń kręgosłupa. Co się w tej dziedzinie zmieniło?

Kiedyś była tylko rehabilitacja albo operacja i nic więcej. Zmieniło się to, od kiedy pojawiły się zabiegi małoinwazyjne. Mam tu między innymi na myśli drobne zabiegi: termolezję, kriolezję i ostrzyknięcia, czyli bezpośrednie podawanie leku do kanału kręgowego. To dużo zmieniło, np. grupa osób, która dawniej nie mogła być tradycyjnie operowana i której nie można było zbyt wiele zaproponować w kwestii leczenia, teraz znalazła pomoc. Właśnie pod postacią zabiegów małoinwazyjnych. Te mniejsze zabiegi są dla osób, które się jeszcze nie kwalifikują do operacji, a nie pomogły im standardowe formy leczenia jak fizjoterapia czy leki przeciwbó-

lowe. Pacjenci przychodzą do nas zawsze po leczeniu farmakologicznym lub po rehabilitacji.

Dużo jest tego rodzaju zabiegów?

Całkiem sporo. Na przykład wspomniana termolezja polega na użyciu prądu wysokiej częstotliwości, który ma trwałe działanie przeciwbólowe. Dzięki temu, praktycznie zaraz po zabiegu, pacjenci odczuwają poprawę, a po okresie 2-4 tygodni ten efekt się utrzuca. Jest to rodzaj działania ratunkowego, szczególnie skutecznego u osób starszych. Jest to też dobry zabieg dla pacjentów, którzy nie są przekonani do leczenia operacyjnego.

Ten rodzaj zabiegu stosowany jest głównie przy chorobie zwyrodnieniowej kręgosłupa, a także przy różnego rodzaju niestabilnościach. Nie ma za to zastosowania przy dyskopatiach. W tym przypadku zalecana jest nukleoplastyka, czyli zmniejszanie objętości dysku.



DR ALBERT STACHURA I WSPÓŁWŁAŚCICIELE:
DR MACIEJ DOMIN I DR SEBASTIAN KURAS



Zaczęliśmy także wykonywać zabiegi endoskopowe. Usuwamy w ten sposób dysk, uciski kostne, które powodują ból, uszkodzenia neurologiczne. Przez endoskop, nacięcie skóry ma niecały centymetr, jesteśmy w stanie bardzo dużo zrobić w kręgosłupie. Poza tym ryzyko uszkodzenia tkanek u pacjenta w trakcie zabiegu, jest bardzo małe. I kolejna zaleta: pacjent po kilku godzinach po zabiegu, może wstać i pójść do domu.

Kto jest szczególnie narażony na schorzenia kręgosłupa? Mówi się, że prawie każdy. To jedna z chorób cywilizacyjnych.

Każdy z nas jest narażony na urazy kręgosłupa. Żeby tego uniknąć albo być mniej narażonym, trzeba po prostu starać się prowadzić zdrowszy tryb życia. Przede wszystkim ważna jest aktywność fizyczna, nawet umiarkowana. Następnie należy unikać siedzącego trybu życia, bowiem najgorsza dla kręgosłupa jest właśnie ta pozycja. Dobrze też unikać przeciążeń, czyli intensywnej pracy bez rozgrzewki i uprawiania sportu bez wcześniejszego przygotowania. Bardzo negatywny wpływ na nasze zdrowie ma również stres.

Jak wygląda leczenie u osób starszych, a jak np. u dzieci?

Leczenie kręgosłupa u osób w podeszłym wieku jest trudniejsze, ale nie niemożliwe. Nie ma granicy wieku do której leczymy. Leczymy obecnie nawet osoby po 90 roku życia, które trafiają do nas nie dlatego, że nie mogą chodzić, tylko żeby poprawić jakość swojego życia.

Zespół bólowy kręgosłupa w przypadku dzieci to trochę temat tabu. Neurochirurdzy się tym nie zajmują. Neurolodzy i ortopedzi dziecięcy może troszkę. Do mnie trafia spora grupa najmłodszych pacjentów. Przyczyny schorzeń kręgosłupa w tym przypadku są wynikiem chorób cywilizacyjnych: otyłości, długiego czasu spędzonego przed monitorem komputera, brak ruchu. Na szczęście

dzieci rzadko wymagają naszej interwencji, szczególnie operacyjnej. Myślę, że fizykoterapia, rehabilitacja połączona z farmakologią w tym przypadku wystarczają. Potencjał dziecięcego organizmu jeśli chodzi o regenerację jest bardzo duży.

A sportowcy? To specyficzna grupa pacjentów.

To prawda. Na szczęście ci pacjenci zgłaszają się do lekarza znacznie wcześniej. Są bardziej wyczuleni na punkcie swojego zdrowia. Pomimo, iż jest to spora grupa ludzi, to dobrze się z nimi współpracuje. Może dlatego, że traktują to jako część swojej pracy.

Panie doktorze, dlaczego warto zgłosić się do lekarza i nie przeciągać w czasie takiej wizyty?

Warto skorzystać z naszej pomocy, chociażby dlatego, że może się okazać, że schorzenie, które nam się przytrafiło nie jest długotrwałe i można je wyleczyć drobnymi sposobami. Gorzej jak to zaniedbamy i zignorujemy niepokojące nas objawy. To może skończyć się operacją, która oczywiście nie jest końcem świata, ale wiąże się z późniejszą, dłuższą rehabilitacją.

W jakim kierunku rozwija się leczenie małoinwazyjne?

Myślę, że za jakiś czas dojdzie do takiej sytuacji, że będziemy małoinwazyjnie operować wszystko co się da. Ta metoda zwiększa komfort pacjenta, przyspiesza jego powrót do zdrowia. A przecież o to w tym wszystko chodzi. O zdrowie i zadowolenie.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały promocyjne



Zdrowe życie intymne

GINEKOLOGIA PLASTYCZNA TO CZĘŚĆ MEDYCyny, KTÓRA STAJE SIĘ CORAZ BARDZIEJ POPULARNA. NIE JEST TO WBREW POWSZECHNEJ I NIESPRAWIEDLIWEJ OPINII KAPRYS KOBIEt, KTÓRE W POPRAWIANIU URODY SIĘGAJĄ TAKŻE PO INTYMNĄ CZĘŚĆ SWOJEGO CIAŁA, TYLKO NATURALNA POTRZEBA I WZGLĘDY JAK NAJBARDZIEJ MEDYCZNE.

– Wygląd warg sromowych ma znaczenie dla wielu kobiet, chociaż nie wszystkie o tym mówimy chętnie i otwarcie – mówi dr n. med. Dorota Gródecka, ginekolożka z Gabinetów Tuwima. – To nie są żadne fanaberie. To ważna kwestia dotycząca samoakceptacji, a także kwestii pozbycia się problemu nawracających dolegliwości zapalnych i bólowych, które powodują przerosnięte wargi sromowe mniejsze. Często wystarczy jeden zabieg z użyciem lasera, który fachowo nazywa się labioplastyką, by ten problem rozwiązać.

Wspomniana labioplastyka polega na przeprowadzeniu za pomocą lasera korekty chirurgicznej warg sromowych mniejszych. Można w ten sposób skorygować asymetrię, nieprawidłowy kształt, atrofię czy hipertrofię tych właśnie części ciała. Sam zabieg polega na wycięciu nadmiaru tkanki i wymodelowaniu warg sromowych. – Podczas zabiegu wycinam nadmiar tkanki i modeluje wargi sromowe tak, aby zarówno prawidłowo spełniały swoją funkcję, jak i wyglądały estetycznie. Efekty są już widoczne zaraz po zabiegu – wyjaśnia dr Gródecka. – Dzięki niemu panie pozbywają się częstego problemu towarzyszącego przerosniętym wargom sromowym, czyli obtarć, obrzęków, podrażnień i stanów zapalnych. Labioplastyka, to także zabieg, który wykonują kobietom, dla których wielkość warg sromowych mniejszych stanowi problem natury estetycznej.

Drugi rodzaj zabiegu z obszaru ginekologii plastycznej jest waginoplastyka, czyli plastyka ścian pochwy i krocza. – Zabieg ten przeprowadzany jest najczęściej u kobiet, które w wyniku ciąży i ciężkich porodów doznały pęknięcia lub rozciągnięcia pochwy i krocza oraz u pacjentek narażonych na inne czynniki, w wyniku których doznały rozciągnięcia oraz obniżenia ścian pochwy – wyjaśnia ginekolożka. – W obszarze ścian pochwy, na jej przedniej i tylnej ścianie, wykonuje się nacięcie usuwając zbędną

tkankę, a następnie zaszywa się rany tak, aby uzyskało kształt zgodny z prawidłową anatomią i oczekiwaniami pacjentki. Operacja dotyczy zarówno śluzówki, jak i mięśniówki pochwy oraz plastyki krocza. W wyniku przeprowadzonej operacji uzyskuje się zwężenie pochwy, co zmniejsza ryzyko infekcji narządu rodowego i znacząco poprawia jakość komfortu życia codziennego oraz współżycia. Zmiana świadomości kobiet, sposobu myślenia i potrzeb przyczynia się do rozwoju ginekologii plastycznej.

Cieszy mnie fakt, że kobiety dostrzegają miejsce ginekologii plastycznej. Podczas wizyt rozmawiamy o intymnych problemach, także tych dotyczących wyglądu i atrakcyjności żeńskich narządów płciowych, dlatego też tak ważne jest budowanie świadomości i wiedzy w tej kwestii.

Redukcja napletka łechtaczki to kolejny zabieg, dzięki któremu wzrasta aktywność seksualna i związane z nią doznania. Przy okazji ma pozytywny wpływ na estetyczną stronę tej części ciała. – Wskazaniami do takiego zabiegu są: przerost napletka łechtaczki, dyskomfort lub ból jaki pojawia się podczas noszenia obcisłej bielizny lub w momencie uprawiania sportu (np. jazda konna, jazda na rowerze), a także niemożność osiągnięcia orgazmu łechtaczkowego i niezadowolenie z wyglądu łechtaczki – wymienia dr Gródecka. – Zabieg polega na chirurgicznym usunięciu nadmiaru tkanki pokrywającej lub otaczającej łechtaczkę. Przeprowadzany jest w znieczuleniu miejscowym, a efekty są zauważalne od razu po zabiegu.

Problemy z jakimi borykają się kobiety jest znacznie więcej, na szczęście są rozwiązania i to chciałabym zaznaczyć – podsumowuje dr Gródecka. – W rozmowie poruszyliśmy temat zaledwie trzech zabiegów, które mogą pomóc pacjentkom, jednak lista jest zdecydowanie dłuższa.

ad/ foto: materiały prasowe



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.

Wszystko, co chcielibyście wiedzieć o botoksie...

NA JEGO TEMAT NAROSŁO WIELE MITÓW I KONTROWERSJI, ALE JEDNO JEST PEWNE – TO NAJPOPULARNIEJSZY PREPARAT STOSOWANY W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ, KTÓRY ZWALCZA OZNAKI STARZENIA, NIWELUJĄC ICH OBJAW, CZYLI ZMARSZCZKI. MOWA OCZYWIŚCIE O BOTOKSIE, CZYLI TOKSYNIE BOTULINOWEJ. O TYM, CZYM JEST BOTOKS I DLACZEGO NIE NALEŻY SIĘ GO BAĆ I JAKIE MA ZASTOSOWANIE W MEDYCYNIE OGÓLNEJ, ROZMAWIAMY Z DR N. MED. MARCINEM WIŚNIEWSKIM, SPECJALISTĄ CHIRURGII OGÓLNEJ I TRANSPLANTOLOGII KLINICZNEJ.

Panie doktorze, proszę powiedzieć, czym jest botoks?

Botoks to nazwa handlowa leku, jakim jest silna toksyna botulinowa typu A, powodująca zahamowanie uwalniania neuroprzekaznika odpowiedzialnego za przekazywanie impulsów między nerwami a mięśniami. Toksyna botulinowa działa poprzez blokowanie połączeń między zakończeniami nerwów w tkankach docelowych np. w mięśniach (nie dochodzi wtedy do skurczów mięśni) lub też w gruczołach potowych (w przypadku leczenia nadpotliwości). Efekt po podaniu toksyny botulinowej rozwija się stopniowo w ciągu kilku dni do nawet 2 tygodni. W przypadku zastosowania tego leku uzyskujemy przejściowy efekt relaksacji mięśni lub zahamowania wydzielania gruczołów potowych. Na pewno nie jest ona wypełniaczem i nie służy do uzupełniania objętości.

Jak wygląda jego działanie i skąd ta popularność w jego stosowaniu?

Nasza twarz jest bardzo mimiczna, a w związku z tym, w niektórych miejscach powstają charakterystyczne załamania. W przypadku młodej skóry zmarszczki pojawiają się i znikają. W skórze nieco starszej dochodzi do ubytku kolagenu i włókien elastynowych, a co za tym idzie, staje się ona mniej sprężysta, a zmarszczki utrwalają się. Zastosowanie toksyny wyłącza na pewien czas działanie mięśni, przez co zapobiega załamywaniu się skóry. Działanie jest bardzo precyzyjne i odwracalne. Terapia przy użyciu toksyny jest szybka, niebolesna, nie wymaga okresu rekonwalescencji i może być powtarzana, a efekty utrzymują się od 3 do 6 miesięcy. Uważam, że to właśnie powoduje tak dużą popularność tej metody.

Historia botoksu jest bardzo ciekawa. Na początku był stosowany wyłącznie w tradycyjnej medycynie jako lek.

Toksyna botulinowa została odkryta w 1817 roku. W medycynie po raz pierwszy została zastosowana w 1978 roku przez okulistę Allan B. Scotta do leczenia zezów, a w 1989 zatwierdzona przez FDA do stosowania w celach terapeutycznych. Od tego czasu nastąpił dynamiczny rozwój badań klinicznych nad jej wykorzystaniem w innych chorobach przebiegających z nadmierną kurczliwością mięśni oraz zaburzeniami nerwowo-mięśniowymi.

Czy współcześnie również jest stosowany jako lekarstwo?

Toksyna botulinowa to lek i należy to bardzo wyraźnie podkreślić. Stosowany może być wyłącznie przez lekarza. Wskazania są bardzo szerokie. Toksyna stosowana jest w leczeniu ogniskowej spastyczności kończyn u dzieci i dorosłych, w kurczu powiek, dystonii szyjnej, nadreaktywności pęcherza moczowego, szczeliny odbytu, nadpotliwości, bólach migrenowych i w bruksizmie.

A kiedy botoks został odkryty dla medycyny estetycznej?

W 2002 roku FDA zatwierdziło stosowanie toksyny botulinowej w celu redukcji zmarszczek.

Czy z botoksem można przesadzić?

Oczywiście, że można. Toksyny nie należy stosować częściej niż co 3 miesiące w odpowiednich dawkach. Zastosowanie zbyt dużej ilości toksyny może dać nienaturalny efekt zamrożonej, maskowatej twarzy, a niezrelaksowanej i wypoczętej.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe

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



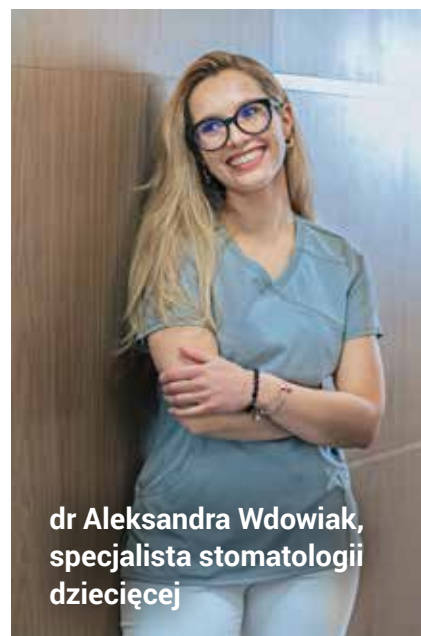
dr n. med. Edyta Wejt-Tawakol



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



foto: Radosław Witkowski @radfoto



Chcesz mieć zdolne dziecko – zapisz je na tenis stołowy

DYSCYPLINA SPORTU, KTÓRA JEST ABSOLUTNIE DLA KAŻDEGO, ZYSKUJE CORAZ WIĘKSZĄ POPULARNOŚĆ W SZCZECINIE. I CHOĆ WYDAJE SIĘ, ŻE WIELU KOJARZY GO RACZEJ Z ZABAWAMI ŚWIETLICOWYMI NIŻ Z MISTRZOSTWAMI OLIMPIJSKIMI, TO PASJONATÓW, KTÓRZY DOSTRZEGLI W NIM KORZYSTNY WPŁYW NA ROZWÓJ MÓZGU, PRZYBYWA. MOWA O TENISIE STOŁOWYM – DYSCYPLINIE TROCHĘ ZAPOMNIANEJ, ALE DAJĄCEJ WIELE FRAJDY I SATYSFAKCJI ZARÓWNO NAJMŁODSZYM, JAK I DUŻO STARSZYM.

Z pozoru banalna gra, w której wystarczy posłać piłeczkę na drugi koniec stołu... w praktyce to połączenie umiejętności strategicznego myślenia z opanowaniem, zdolnością analizy, koncentracji i kontrolowania emocji. To duże wymagania jak na sport „dla każdego”, ale tenis stołowy taki właśnie jest – nie wyklucza ze względu na wiek, predyspozycje czy poziom sprawności fizycznej.

Tenis stołowy na problemy w szkole

Trudno opowiadać o tenisie stołowym, ponieważ z poziomu widza można nie dostrzegać wielu istotnych procesów, jakie zachodzą podczas gry. Fenomen tego sportu polega na jednoczesnym koordynowaniu rakiетки, piłeczki, stołu i tego wszystkiego, co dzieje się wokół. Ci, którzy połknęli bakcylię, zgodnie przyznają, że systematyczność i cierpliwa praca zawsze przynoszą efekty. Dlatego można śmiało powiedzieć, że w tej dyscyplinie wiele zależy od nas. To też nauka tego, że są od nas lepsi i że warto z nimi grać, bo to nas rozwija. Tenis stołowy może być świetną wprowadką dla dzieci, które na co dzień siedzą w ławkach, muszą się skupić na lekcjach, przetwarzać to, co słyszą i widzą, reagować szybko na polecenia. W tenisie jest podobnie – to nie tylko koordynacja, ale także umiejętność jednoczesnego przewidywania i błyskawicznego reagowania. Dzieci, które przy-

chodzą na zajęcia, z czasem coraz lepiej radzą sobie w takich zadaniach jak: przepisywanie z tablicy, przetwarzanie poleceń, motoryka mała. Są też bardziej pewne siebie i w okresie dynamicznego rozwoju fizycznego ten ruch jest dla nich niezwykle ważny – mówi trener Enea Akademii Tenisa Stołowego, Roman Kolin.

W Szczecinie zagrasz na światowym poziomie

Enea Akademia Tenisa Stołowego, która funkcjonuje w klubie fitness PRIME (przy ul. Modrej 80), zaprasza chętnych na zajęcia już od 5 roku życia. Akademia prowadzi regularnie treningi dla kilku grup wiekowych i na różnym poziomie zaawansowania. Trenują dzieci młodsze, młodzież i dorośli.

Akademia dysponuje doskonałym zapleczem technicznym. Uczniowie grają na nowych, wysokiej jakości atestowanych stołach, w tym najwyższej klasy (takim samym, na którym odbywają się rozgrywki olimpijskie). Ponadto, są pod opieką trenera przygotowania motorycznego, dietetyka oraz zespołu ortopedów. Niewątpliwie sercem Akademii jest trener Roman Kolin – mistrz, wieloletni zawodnik ze świetnym podejściem do dzieci. Jego obecność to dowód na to, że tenis stołowy pomaga zachować witalność, sprawność i dobre zdrowie mimo upływu lat.



ul. Modra 80, 71-220 Szczecin
budynek PRIME



Ekspert radzi

Dzień dobry,

Po odbytej chorobie zauważyłam, że moja skóra jest przesuszona i odwodniona, a zmarszczki są bardziej widoczne. Jeszcze do niedawna nie miałam problemu z nałożeniem makijażu, a teraz podkład na twarzy wygląda nieestetycznie. Jakie zabiegi pomogą mi w szybkim odzyskaniu zdrowej i nawilżonej skóry?

Pozdrawiam Magdalena

Pani Magdaleno,

przyczyn wysuszenia się skóry może być wiele. Mogą być one bardzo złożone — od tych dość prozaicznych związanych z wpływem środowiska, czy też nieodpowiednią pielęgnacją, po te zdecydowanie poważniejsze. Kolejną możliwością są również przejściowe problemy skórne wywołane długotrwałym stosowaniem niektórych leków czy też powstałe w wyniku osłabienia organizmu po przebytej infekcji. Podobna sytuacja często pojawia się również u kobiet w okresie menopauzy.

Nie należy bagatelizować problemu przesuszonej skóry. Kremy są bardzo ważne, ale zadziałają powierzchownie. Aby wprowadzić substancje stymulujące i nawilżające w głębsze warstwy skóry należy wybrać terapię, która to umożliwi. Istnieje wiele metod, jakimi możemy podać specjalnie dobrany preparat. Zabiegi mezoterapii igłowej z wykorzystaniem np. kwasu hialuronowego, którego właściwości nawilżające, wiążące wodę w skórze, ograniczające jej utratę mogą być lekarstwem na Pani problem, to doskonały sposób na zapewnienie głębokiego nawilżenia dla przesuszonej skóry. Innym sposobem wartym uwagi jest mezoterapia mikroigłowa oraz zabiegi infuzji tlenowej — Intraceuticals. Niezależnie od wybranej metody proszę

pamiętać o zbilansowanej diecie bogatej w nienasycone kwasy tłuszczowe oraz zwiększenie ilości wypijanej wody w ciągu dnia. Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny

Panie Doktorze,

Nie chciałabym wprowadzać dużych zmian do mojego wyglądu twarzy, jednak bardzo, ale to bardzo przeszkadza mi drugi podbródek. Widzę go na wszystkich zdjęciach... Jakie mogę się go pozbyć?

Anna

Pani Anno,

Drugi podbródek to problem wielu osób, coraz częściej przyjmujemy pacjentów zmagających się z tym defektem estetycznym. Najczęściej przyczyną jest miejscowy nadmiar tkanki tłuszczowej i towarzysząca wiotkość tkanek tej okolicy, czyli skóry i tkanki podskórnej. Czasami powodem może być cofnięta broda i skrócone mięśnie okolicy podbródka. W jednorazowym i trwałym pozbyciu się tego problemu najefektywniej działa niewielka liposukcja wspomagana laserem oraz lifting specjalnymi nićmi. W sytuacji, kiedy nie możemy sobie pozwolić na zabiegi inwazyjne, proponuję technologię HIFU — Ultraformer III, mikrofały Coolwaves — Onda albo termolifting światłem podczerwieni — Zaffiro. Wybór zabiegu jest podyktowany stopniem zaawansowania problemu.

Jak Pani widzi, możliwości mamy dużo, także serdecznie zapraszam na konsultację.

Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny



Piękna jak dawniej



STARA
DRUKARNIA

Wspaniała jak dzisiaj

www.StaraDrukarniaSzczecin.pl



Niebiańskie risotto

TO PROSTE WŁOSKIE DANIE ŚMIAŁO KONKURUJE Z ULUBIONYM PRZEZ WSZYSTKICH MAKARONEM. RISOTTO, KTÓREGO GŁÓWNYM SKŁADNIKIEM JEST RYŻ POCHODZĄCY Z NEAPOLU, ALE JEGO FENOMENALNY SMAK SPOWODOWAŁ, ŻE ROZPRZESTRZENIŁO SIĘ PO CAŁEJ ITALII, DOCIERAJĄC AŻ NA JEJ PÓŁNOCNE KRAŃCE.



Rodzajów risotta jest tyle, ile kulinarnej wyobraźni. Specjalnie dla nas, risotto przygotował Marek Maślak, jeden z szefów kuchni Rosso Fuoco, włoskiej restauracji, specjalizującej się w kuchni toskańskiej. – Do naszego frutti di mare wykorzystujemy przeróżne owoce morza. Mamy dwa rodzaje kalmarów, świeże krewetki, bardzo dobrej jakości mule. Do tego, osobno gotujemy bulion, który składa się z owoców morza i warzyw. Wszystko po to, żeby podbić smak całego. Gotowy bulion łączymy z sosem pomidorowym, który gotujemy kilka godzin wcześniej.

Samo risotto powstaje w około piętnaście minut. Natomiast przygotowanie do niego trwa zdecydowanie dłużej. Do gotowego dania podajemy białe wino. – Moim ulubionym jest Pinot Grigio, idealne nie tylko do owoców morza, ale także serów – zaleca Marek Maślak. – Serwowane jest lekko schłodzone i choć nie wszyscy za tym przepadają, to kostka lodu do lekko cytrusowego wina jak najbardziej pasuje. Nie zabija to delikatnego smaku potrawy, a tylko go podkreśla.

Deser w przypadku risotto frutti di mare jest wręcz obowiązkowy. Jeśli danie jest trochę lżejsze, to dobrze jest zjeść niewielki, ale za to konkretny deser. – Polecam zdecydowanie tiramisu, które jest przyrządzane na wiele sposobów – dodaje szef kuchni. – W naszej wersji nie używamy alkoholu, nie używamy też amaretto ani innych żadnych likierów. Mamy własną oryginalną recepturę na krem, opartą na mascarpone, żółtku i cukrze. Wszystkie składniki muszą być bardzo dobrej jakości.

autor: Aneta Dolega / foto: Dagna Drązkowska-Majchrowicz

RISOTTO FRUTTI DI MARE

Składniki:

- ryż „Carnaroli lub Arborio” (100 gr)
- bulion rybny lub warzywny (około 0,5 l)
- białe wino wytrawne (około 100 ml)
- krewetki surowe (rozmiar 16/20) 6 szt., kalmar tuba – biały (8 krążków), mule (6-8 szt.), kalmary baby (2-3 kalmary)
- czosnek (2 ząbki), natka pietruszki (wedle uznania), seler naciowy (20 gr), marchewka (20 gr) szalotka (20 gr)
- masło (20 gr)
- oliwa extra virgin (30-50 ml)
- chilli suszone lub świeże (do smaku), sól morską (do smaku), pieprz (do smaku)

Na rozgrzaną oliwę wrzucamy posiekany czosnek, seler naciowy, marchewkę, szalotkę i chilli. Całość przesmażamy około 2 minuty. Dodajemy suchy ryż i podlewamy winem. Po odparowaniu większości wina dodajemy połowę bulionu oraz pokrojone i oczyszczone owoce morza. Kontrolujemy poziom płynu tak, aby ryż stopniowo go wchłaniał i robił się bardziej miękki – samo risotto powstaje w około 15 minut (pamiętajmy, aby ryż zachował strukturę „al dente”). Dodajemy więc stopniowo bulion, który w efekcie zostanie prawie w całości wchłonięty przez ryż. Pod koniec gotowania dodajemy posiekaną natkę pietruszki, masło oraz sól i pieprz.



Rosso Fuoco

Wielka Odrzańska 20 | 70-753 Szczecin

info@rossofuoco.eu | tel.: 608 300 830

f / RestauracjaRossoFuoco | www.rossofuoco.eu



Twój własny barman

JEDNYM Z HASEŁ, TOWARZYSZĄCYCH POSHE JEST „YOUR OWN BARTENDER” – TWÓJ WŁASNY BARMAN. TWORZĄC POSHE FAKTYCZNIE CHCEMY, ŻEBY BYŁO ONO WASZYM WŁASNYM BARMANEM. A CO TO WŁAŚCIWIE OZNACZA?

Kim jest i co robi barman? Oczywiście, miksuje pyszne ciekawe koktajle. Ale jego praca to dużo, dużo więcej. Pamiętam zresztą internetowy obrazkowy komentarz na ten temat, krążyła parę lat temu seria memów o tym, co różni ludzi z otoczenia myślą o naszych zajęciach – był więc i taki o barmanie. Co ludzie myślą o tym co robimy – moi przyjaciele sądzą, że wciąż imprezuję, moja dziewczyna, że podrywam klientki, moi rodzice – że podaje ludziom posiłki, moi klienci – że żongluję butelkami i leję kolorowe drinki, mój szef, że powinienem wciąż sprzątać. Co ja uważam? – że jestem gwiazdą lokalu. Co robię w rzeczywistości – nalewam setki piw... Najważniejsze jednak i najbardziej zgodne z prawdą jest to, że praca barmana nie jest jednowymiarowa, to nie tylko lanie piwa, nie tylko mieszanie drinków i noszenie keg z piwem.

Ojcem barmaństwa takiego jakie znamy dziś, jest działający prawie półtora wieku temu Jerry Thomas – autor pierwszego podręcznika „Bartenders Guide – how to mix drinks”. Thomas jako pierwszy wprowadził swój zawód na zupełnie nowy poziom. Jako były kuglarz i cyrkowiec wykorzystał swoje umiejętności, by z przygotowywania napojów zrobić prawdziwe show. Najbardziej znany w tym wszystkim jest blue blazer – koktajl z mocnej whisky, podpalany i tak płonący przelewany w widowiskowy sposób z jednego do drugiego kubka. Tak się to

zaczęło, wyczyny Thomasa za barem sprawiały, że ludzie przychodzili do niego nie tylko pić alkohol, ale też podziwiać jego pracę – barman stawał się kimś więcej niż tylko „polewaczem”. Tak to utarła się w naszych wyobrażeniach sylwetka barmana-showmana.

Barman wie, co lubimy i co pijemy. Niejednokrotnie wie o tym lepiej nawet niż my sami, mało tego, że swoimi magicznymi mocami często potrafi dopasować drinka specjalnie do nas, tak żebyśmy poczuli się wyjątkowi, jedyni w swoim rodzaju i zrozumiani. Barman dużo widzi, dużo słyszy i dużo wie, ale jest dyskretny. Zapewni nam rozrywkę i dobrą zabawę. Zrozumie i wysłucha, doradzi. No i oczywiście przyszykuje specjalnie dla nas wyjątkowy napój, tak w skrócie wyobrażamy sobie barmana i faktycznie, takich mnóstwo wciąż spotkać możemy.

A my w Poshe wszystkie te wymienione przeze mnie, lekko romantyczne cechy dobrego barmana, starannie przyrządzamy i mieszamy, razem z marakują, grejpfrutem, falernum czy imbirem, tak, aby nasze drinki były czymś więcej, niż tylko owocowym sokkiem, który można dolać do wódki. Aby inspirowały też was do ciekawego i kreatywnego podejścia do alkoholu, oraz do czerpania przyjemności z kulturalnego spożywania alkoholu, zawsze oczywiście w jak najlepszym towarzystwie.



CELEBRUJ MOMENTY...
... z koktajlem kraftowym.

www.poshedrinks.com

Sprawdź nasze wszystkie smaki!

good
food
good
mood

PUBLIC
FONTANNY



PRZYSTAŃ W ZGIEŁKU MIASTA

pizza - pasta - street food

weekendowy salon śniadaniowy

koktajle - wino - naturalne napoje

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

MANUFATURA WZROKU

SZCZECIN | CONCEPT STORE



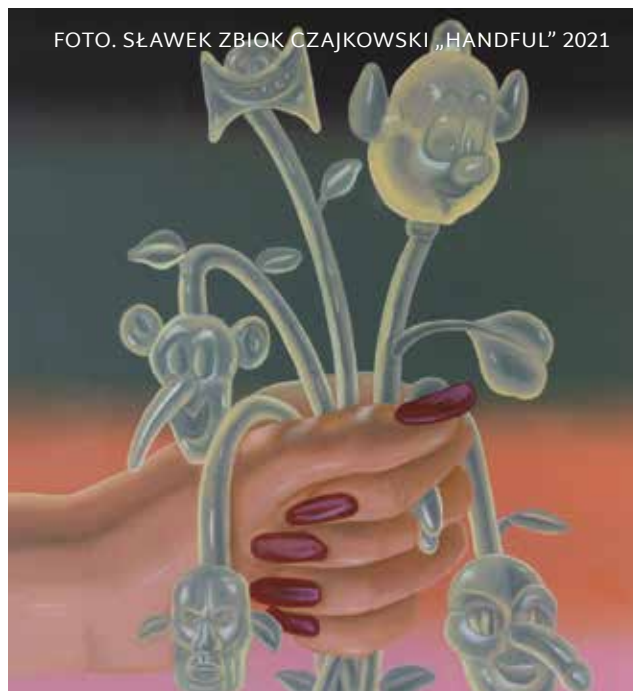
- LOKALIZACJA W SAMYM CENTRUM (PRZY DEPTAKU)
- OFERUJEMY OKULARY PROGRESYWNE, BIUROWE ORAZ JEDNOOGNISKOWE
- MOŻLIWOŚĆ WYKONANIA PROFESJONALNEGO BADANIA WZROKU PRZEZ DYPLOMOWANEGO OPTOMETRYSTĘ
- NAJATRAKCYJNIEJSZE CENY W SZCZECINIE
- NIETUZINKOWE OPRAWY MAREK TAKICH JAK: ETNIA BARCELONA, LIU JO, CALVIN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

MANUFATURA WZROKU | SZCZECIN | CONCEPT STORE

UL. MONTE CASSINO 40

TEL. 575-494-942

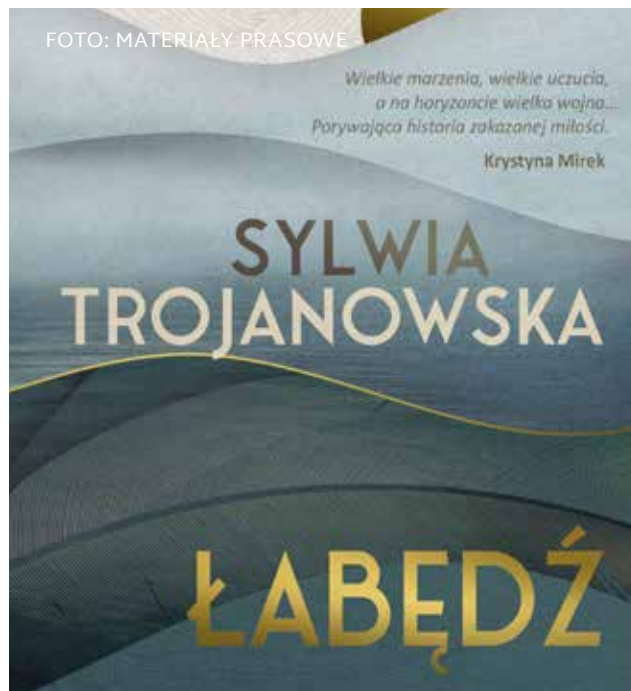
WWW.MANUFATURAWZROKU.PL



TRAFO I ARCHIWUM

W nowej wystawie TRAFO pt. „Możesz uciec z bezkresnego środka, na sam dół góry” artystki i artyści z Polski oraz Berlina podejmą temat archiwum. Podchodzą do zagadnienia nie tylko w znaczeniu wizualnej formy wiedzy, ale także wytwarzanych w jego ramach sposobów komunikacji. Sprowadza się to do prześledzenia zakłóceń, jakie odnajdujemy we wspólnotowej przestrzeni naszych doświadczeń. Zestawione z sobą strategie artystyczne ukazują archiwum jako żywe medium i „ruchome” miejsce.

Szczecin, Trafostacja Sztuki, ul. Św. Ducha 4



„ŁABĘDŹ” TROJANOWSKIEJ

To poruszająca opowieść szczecińskiej pisarki Sylwii Trojanowskiej o sile rodzinnych więzi, woli życia, nadziei i miłości, trwających nawet w obliczu okrucieństw wojny. To historia o rodzinie – niezwyklej w swej zwyczajności. To opowieść o nietuzinkowych kobietach, ale też o niezwykłych mężczyznach, intrygujących, na których pojawienie się czytelnik czeka z niecierpliwością. To opowieść o II wojnie światowej, która wcale nie musi być końcem marzeń. I wreszcie – to historia zakazanej miłości między Polką i Niemcem.

reklama

mammografia 2D i 3D
usg piersi

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

HAHS
CENTRUM

FOTO: HUBERT GRYGIELEWICZ



KURZ W KANIE

Zespół KURZ to unikalny projekt trójki szczecińskich artystów – Alicji Kruk, Marcina Styborskiego i Tomasza Nawrockiego. Muzyka, którą tworzą to barwna, taneczna i bardzo szczerą opowieść o tym, o czym mówić jest najtrudniej – o depresji, samotności, tęsknocie za wolnością. Zespół powstał w początkowej fazie rozwoju pandemii COVID-19 w Polsce. Przymusowe zamknięcie i towarzyszące nam wszystkim w tej nowej sytuacji emocje i rozterki zmotywowały artystów do twórczej pracy i otwarcia się poprzez sztukę na szczerą rozmowę o zdrowiu psychicznym.

Szczecin, Ośrodek Teatralny Kana, 1 kwietnia, godz. 20

FOTO: MARCIN KLINGE



SPIĘTY W FILHARMONII

Wyjątkowym wydarzeniem w marcu w szczecińskiej Filharmonii będzie koncert Huberta „Spiętego” Dobaczewskiego – wokalisty, gitarzysty i lidera znanej grupy rockowej Lao Che. Przez lata swojej twórczości dał się poznać publiczności jako artysta niezależny, który nie wpisuje się w ramy i szufladki, zyskując tym samym szeroką rzeszę fanów ceniących sobie jego bogatą twórczość. Po latach współpracy z Lao Che przyszła kolej na album solowy Spiętego o enigmatycznym tytule „Black Mental”, dla którego inspiracją była refleksja o współczesnym świecie i rządzącymi nim mechanizmami opartymi na manipulacji jednostkami oraz całymi społeczeństwami, ucieczce od wolności i zbiorowej nieświadomości. Koncert odbędzie się w ramach cyklu Energico.

Filharmonia Szczecińska, 16 marca, godz. 19.

reklama





KORYZNA CLINIC
IMPLANTOLOGIA I STOMATOLOGIA

**PASJA, ZDROWIE,
DOŚWIADCZENIE**

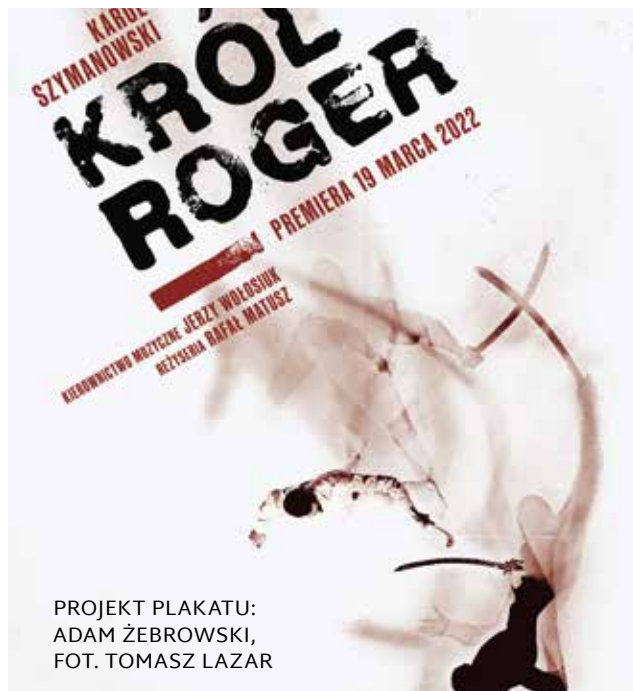
Dbamy o Twój piękny uśmiech



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

OSSTEM[®]
IMPLANT

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



NIEZWYKŁA PREMIERA W OPERZE

Król Roger Karola Szymanowskiego to nadzwyczajne muzyczne wydarzenie dla szczecińskiej Opery na Zamku. W ciągu 65 lat jej istnienia nikt tego arcydzieła nie wystawił. To zazwyczaj przywilej wielkich scen ze względu na m.in. dużą obsadę – na scenie, jednocześnie, potrafi być ponad 100 osób. Z powodu wartości artystycznych „Król Roger” nazywany jest jednym z największych arcydzieł XX wieku. Jest operą, oratorium i misterium jednocześnie. Realizowany przez najbardziej uznanych dyrygentów i reżyserów, zachwyca na scenach operowych niemal całego świata. W szczecińskiej inscenizacji weźmie udział ok. 150 artystów. Obok solistów, orkiestry, baletu i chóru Opery na Zamku wystąpią soliści gościnni oraz chór Theater Vorpommern i Szczeciński Chór Chłopięcy „Słowiki”.

Szczecin, Opera na Zamku, premiera: 19 marca, godz. 19



MUZA I PARAGRAF

Okręgowa Rada Adwokacka w Szczecinie zaprasza na prezentację filmu Marka Osajdy o mecenasie Jerzym Piosickim – człowieku renesansu: wybitnym adwokacie, wspaniałym artyście, żeglarzu, człowieku wielu pasji i wielkiego serca. oprócz zawodu adwokata był także artystą – uprawiał grafikę, malarstwo, tworzył poezję, współtworzył książki. pozostawił po sobie bogaty dorobek, ale w wielości obowiązków, zajęć i pasji zawsze znalazł czas i wrażliwość dla drugiego człowieka. Wyjątkowy film o wyjątkowym człowieku.

Szczecin, DK 13 Muz, 18 marca, g. 18

reklama

Marzec miesiącem KOBIET

**Pakiet badań
MOJE ZDROWIE**

Kompleksowy przegląd stanu zdrowia specjalnie dla kobiet

HAHS
CENTRUM

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

FOTO. PIOTR NYKOWSKI



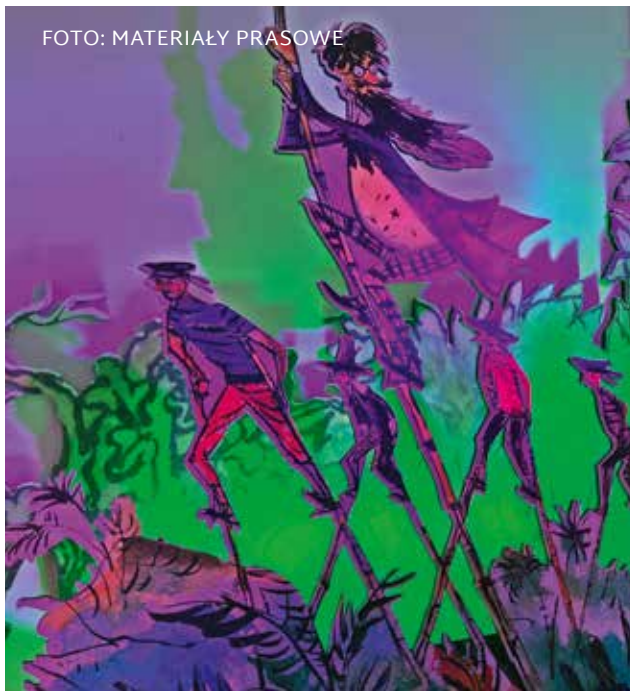
EDUKACJA SEKSUALNA

ODWSTYDZIĆ SEKS

Edukacja seksualna Michała Buszewicza, to najnowsza propozycja szczecińskiego Teatru Współczesnego. I już bardzo głośna w polskim teatralnym świecie, choć jej premiera odbyła się miesiąc temu. „Nasze wczesne doświadczenia seksualności są różne. Bywają trudne, śmieszne, nieporadne. W tym spektaklu chcemy o nich opowiedzieć. O sobie, swoich przeżyciach, dylematach i zachwytach. Opowiemy o błędach, które kiedyś wydawały nam się końcem świata, a mimo to dziś potrafimy się z nich śmiać. Zapytamy się wzajemnie o to, co lubimy, o to gdzie stawiamy granice. Chcemy mówić o seksie, bo seksualność jest wrodzona i naturalna, a wszyscy jesteśmy seksualni. Będziemy mówić o seksie, bo brakuje bezpiecznej i otwartej przestrzeni, żeby o nim mówić. Jesteśmy tu po to, aby się odważyć. Żeby „odwstydzić” temat seksu” – zapewniają autorzy przedstawienia.

Szczecin, Teatr Współczesny, 30 i 31 marca, godz. 19

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



SZANCER NA ZAMKU

To magiczna wyprawa do krainy wyobraźni dla dzieci i dorosłych, czyli świat twórczości Jana Marcina Szancera. Wybitny twórca ilustracji literatury dziecięcej, człowiek – instytucja o niebywałym talencie, znany doskonale wszystkim, którzy wychowali się na wierszach Juliana Tuwima i Jana Brzechwy. Obrazy wykreowane przez Szancera ukształtowały wyobraźnię kilku pokoleń dzieci i młodzieży. To dzięki jego pracom i niezwykłej pomysłowości wiemy jak wyglądał Pinokio, Calineczka, bohaterowie bajek J. Ch Andersena czy legendarny Pan Kleks. Trudno wyobrazić dziś sobie te i wiele innych postaci inaczej niż na ilustracjach autorstwa Szancera. Wystawa „Szancer, wyobraź sobie!”, zabiera widzów do świata znanego z bajek, a także opowiada o życiu twórcy – to opowieść o losach artysty oraz skomplikowanych i dramatycznych doświadczeniach polskich Żydów w XX wieku.

Zamek Książąt Pomorskich w Szczecinie, do 20 marca 2022 roku

reklama



Piękny uśmiech

3 klinika w rankingu
Newsweek'a

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

HAHS
KLINIKA



SZYMON KACZMAREK

Dziennikarz, filozof
robotniczo-chłopski.

*Pani Rowerkowa ze szczerego złota
była cała. „A pies to jebał” myślała,
patrzając na drżącą dłoń spragnionego
rowerkowego szaleństwa malca.
Do pełnej złotówki, ciut brakowało.
„Od dziesięciu groszy nie zbiednieję”.
Bo grubym słowem rzucić potrafiła
z taką samą łatwością, z jaką szafowa-
wała swą szczodrością.*

Kobieta marca 62'

Pani Rowerkowa miała pięć rowerków „Bobo” trójkółowych, dwa typu „Żabka”, te dla zawodowców, tylko na dwóch kołach, sześć hulajnóg, w tym dwie z hamulcem ręcznym, granatowy płaszcz przeciwdeszczowy i zegarek męski marki „Poljot”. Uśmiech miała szczerozłoty, a i serce z tego samego kruszcu. Pachniała papierosami marki „Silesia” i szczerością, z tych prostych i uczciwych. Jej płaszcz pachniał czasem mielonymi, albo kapuśniakiem. Ale nade wszystko prostoduszną dobrocią. Pani Rowerkowa mieszkała w jednym z niskich domów na ulicy Podwałe, dziś pl. Żołnierza i co dzień cały ten swój majdan przenosiła na pl. Hołdu Pruskiego, dziś Solidarności.

Pani Rowerkowa ze szczerego złota była cała. „A pies to jebał” myślała, patrząc na drżącą dłoń spragnionego rowerkowego szaleństwa malca. Do pełnej złotówki, ciut brakowało. „Od dziesięciu groszy nie zbiednieję”. Bo grubym słowem rzucić potrafiła z taką samą łatwością, z jaką szafowała swą szczodrością. Klęła rząd słowami o nierządzie równie łatwo, jak swojego starego. Ale jednocześnie, wycierała nam osmarkane nosy, opatrywała zranione podczas szaleńczej jazdy kolana, a i przytulić potrafiła, gdy w kolejnym wyścigu znowu nie poszło najlepiej.

Czasami, w codziennej monotonii rozstawiania tych wyścigowych maszyn, pomagał jej piegowaty pięciolatek. Nie całkiem bezinteresownie. Otóż, za tę pomoc mógł do woli panoszyć się pośród stęsknionych zabawy rówieśników. Darmowa jazda i przywilej siedzenia na jednej ławce z Panią Rowerkową, zaspokajały żądze władzy młodego, napuszonego pawia. Choć, jak bywa często, pycha karana była w chwili, gdy którykolwiek z innych chłopaków usiadł na rower. Szymek do Tour de France nie nadawał się zupełnie. Nawet w turde plac Hołdu wypadał nędznowo. Sport, mimo licznych prób, nigdy nie był jego światem. Natomiast rozmowy z dorosłymi, a i owszem. To przecież dzięki nim, odkrywany świat rozrastał się do odległych granic możliwości poznawczych. Wiadomości uzyskane od dorosłych napędzały wybujałą wyobraźnię, wzbogacały słownictwo i czasami spać nie dawały do późnych godzin wieczornych.

Plac był jednym z tych miejsc gdzie zbierała się okoliczna dzieciarnia. Oprócz typowych huśtawek, czy karuzel napędzanych siłą chudych nóg, największą atrakcją stanowiły ponton i szalupa. Stalowe rupiecie ze stocznioowego demobilu odmalowane grubo olejną farbą, wmurowano w betonowe postumenty, dospawano drabinki i to wystarczyło byśmy mogli podróżować dookoła znanego nam świata. Czasem w szalupie śmierdziało szczynami nocnych gości, ale nam, kapitanom, piratom i rozbitkom, zupełnie to nie przeszkadzało. Kilka lat później wspomniane „zabawki” posłużyły jako tarany. Wyrwane z postumentów, uniesione słusznym gniewem ludu, w pył rozwalily ogromną bramę pobliskiej komendy MO. Relikty mojego dzieciństwa były bezpośrednią przyczyną pierwszych ostrych strzałów jakie padły podczas szczecińskiego Grudnia 70. Dziś różni ludzie opowiadają o tych wydarzeniach różne dyrdymały. Przecież byli w tym czasie na Pogodnie, a to tak niedaleko...

Wróćmy do Pani Rowerkowej. Dziś mówili by o niej: kreatywny, rzutki przedsiębiorca, wtedy była prywatną inicjatywą. Podobnie jak stojący nieopodal, tuż koło sklepu „Cepelii” właściciele saturatora, waty cukrowej i lodów „Pingwin” w polewie czekoladopodobnej, lub bez polewy. Mimo samego środka czasów planów pięcioletnich i gniecenia podatkami, w centrum socjalistycznego rozkwitu, prywatna inicjatywa miała się nieźle.

Sklepy „kolonialne” na Krzywoustego, naprzeciwko Kosmosu, czy w miejscu dzisiejszego „Medicusa” kusily egzotycznymi zapachami kawy, gumy do żucia i czymś nierozpoznanym, odległym, tajemniczym...

Nie dawajcie wiary plotkom! To Pani Rowerkowa była prekursorką wolnego rynku! A dlaczego piszę o Niej w marcu? Bo pewnego marca w latach sześćdziesiątych nie wyszła ze swoim majdanem na plac...



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

Teatr Współczesny w Szczecinie, „Edukacja seksualna” scenariusz i reżyseria Michał Buszewicz

Dziwne to, że zamiast w szkole trzeba TEGO uczyć w teatrze. Ale w kraju, który od kilku lat pragnie uchodzić za świętszy od samego Watykanu temat seksu jest tabu. Nie pomaga w tym nieznacznym (małym?) fakcie, że niektórym u góry ewidentnie nie staje. W tej dziwnej sytuacji cieszy jedynie, że po obejrzeniu „Edukacji seksualnej” w szczecińskim Teatrze Współczesnym można stwierdzić, że tak właśnie powinna wyglądać edukacja! Zarówno spektakl i szeroki towarzyszący program warsztatowy to przykład jak skutecznie edukować.

Projekt „Edukacja seksualna” to przede wszystkim znakomity spektakl z tekstem i w reżyserii Michała Buszewicza. Za artystycznym sukcesem produkcji stoi decyzja, by rzecz przygotować wspólnie z młodymi odbiorcami. Twórcy spektaklu powołali młodzieżową grupę ekspercką, której członkowie zagwarantowali, że nie jest to sztuczne, wymuszone, dziaderskie moralizatorstwo. To pełnowymiarowy dialog i to pełen humoru, dystansu, ale przede wszystkim praktycznej wiedzy. To mądra i wnikliwa rozmowa na krępujący wielu temat. To także, a może przede wszystkim, adekwatnie dobrany (wypracowany?) język, doskonale zrozumiały dla wchodzących w dorosłość nastolatków.

Zaskakujący, ale wymowny jest pomysł Doris Nawrot na główny motyw scenograficzny, którym uczyniła legendarnego morskiego potwora – Krakena. Wierzę, że finałowa neutralizacja (rozebranie) potwornej potworności tego potwora jest równa przyswojeniu omawianego materiału – dla wielu tak samo strasznego i przerażającego jak seks.

Na wielkie uznanie zasługuje praca Katarzyny Sikory, która z organicznych zasad działania narządów płciowych uczyniła błyskotliwą choreografię. Warto tu podkreślić sprawność zespołu aktorskiego oraz znakomitą współpracę z autorem również dobrej muzyki (Baasch).

Zespół Współczesnego znakomicie odnalazł się w eksperymentalnej formule pracy nad tym spektaklem. To ciekawy debiut Heleny Urbańskiej (świetny pomysł Buszewicza, by zestawzić pierwsze razy – ten seksualny ze scenicznym, teatralnym) oraz przemyślane, pełne dystansu, ale też wdzięku, cierpliwości i siły role Marii Dąbrowskiej i Ewy Sobiech. Warto wspomnieć o wielokrotnie poruszonym problemie molestowania seksualnego. Najwymowniejsza scena, w której twórcy z nim się rozprawią, to „pantomima z herbatką” w brawurowym wykonaniu Arkadiusza Buszki i Wojciecha Sandacha. Również w formie:

Jacek Piątkowski, Maciej Litkowski oraz Paweł Niczewski – z humorem i należytą rzetelnością. Ciekawie – w wymiarze aktorskim i fabularnym – wypadła wielowątkowa finałowa opowieść o rozmaitych „kochaniach”. Co ważne, nikogo nie pominięto, bo KOCHAJĄ przecież wszyscy. Wszyscy tak samo.

„Edukacja seksualna” to spektakl na piątkę z plusem.

foto: Piotr Nykowski





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

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

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

WŁADYSŁAW GAŁKA – ARTYSTA TOTALNY

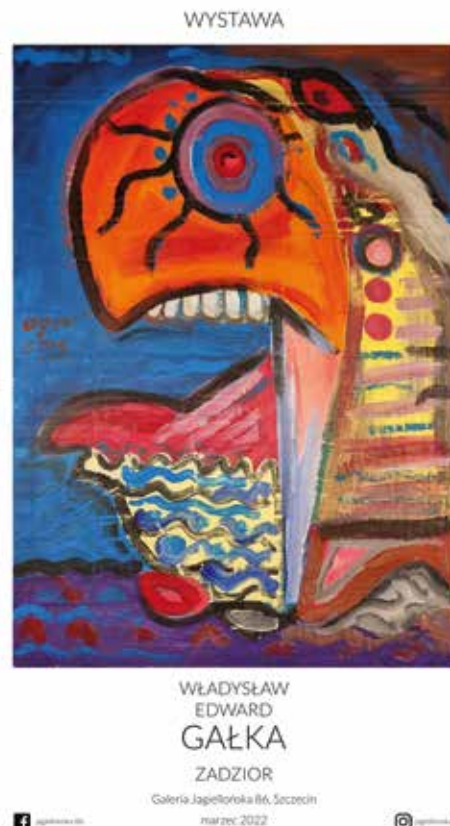
WŁADYSŁAW GAŁKA TO MALARZ, RZEŹBIARZ, RYSOWNIK, GRAFIK, TWÓRCA INSTALACJI, POETA. ŻADNA TECHNIKA I MATERIAŁ NIE JEST MU OBCY. W PRACACH PLASTYCZNYCH STOSUJE: MALARSTWO OLEJNE, AKRYL, PASTELE, AKWARELĘ, KREDKĘ, WĘGIEL ORAZ TECHNIKI MIESZANE. MALUJE I RYSUJE NA PŁÓTNIE, TEKSTURZE, KARTONIE, PAPIERZE, NA PRZERÓŻNYCH OPAKOWANIACH. RZEŹBI, MIĘDZY INNYMI W GLINIE I W DREWNI. JEST ILUSTRATOREM, AUTOREM KSIĄŻEK. JEGO PRACE MOŻEMY OGŁĄDĄĆ NA JAGIELLOŃSKIEJ 86, KTÓRA JEST GALERIĄ, KAWIARNIĄ, SKLEPEM Z WINYLANAMI I MIEJSCEM SPOTKAŃ.

Artysta pochodzi ze Świnoujścia. Sam o sobie mówi tak: „Murarz-tylnik po szkole zawodowej, kanonier po wojsku, rencista po chorobie psychicznej”. W dziedzinie sztuki jest samoukiem, nie odebrał formalnego wykształcenia artystycznego. Nie znaczy to jednak, że nie zgłębił historii sztuki oraz wielu technik malarskich i rzeźbiarskich. Mieszka i tworzy w Węgorzynie. Jego prace znajdują się, m.in. w Muzeum Narodowym w Szczecinie, w zbiorach prywatnych w Polsce i poza jej granicami.

Na twórczości Władysława Gałka piętno odcisnęły nie tylko jego osobiste poszukiwania artystyczne, ale również wieloletnie zmagania z chorobą psychiczną (artysta ma zdiagnozowaną schizofrenię). Kilka lat temu bardzo trudną sytuację pogłębiła ciężka choroba żony artysty. Artysta pełni rolę jej opiekuna. Jak napisał w książce „Agew u Taśta”: „Artysta który nie toczy walki to i owszem: maluje, rzeźbi, rysuje, pisze wiersze, nawet poematy, ale gdy tylko duch jaki, zły czy dobry, omami go i zmusi by się wyteżył... i widział poprzez ślepe własne oko, a zaraz demony mu ukażą świat inaczej niżby zdołał pomyśleć, bo musi być zadziór, jakiś kolec, drzazga, gwóźdź w bucie”.

Prace artysty można nie tylko oglądać w galerii, ale także kupić. Środki z ich sprzedaży zostaną przeznaczone na pomoc artysty i rehabilitację jego żony.

ad / prace: Władysław Gałka



reklama



Szczecin, ul. Modra 69

ZALETY NORMOBARII:

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

Receptura na zdrowie

CO₂ 2%

O₂ 40%

H 0,5%

1500 hPa

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.

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



Budujemy dla Ciebie!

JASMINOWE — WZGÓRZE —

**Już od
6800/m²**



Lokalizacja

Osiedle położone jest w prężnie rozwijającej się północnej dzielnicy Szczecina, w odległości 300 m od Galerii Północ.



Różnorodność wyboru mieszkań

Na osiedlu powstaje 328 mieszkań. Do wyboru mieszkania z górkami, tarasami oraz antresolą. Do każdego mieszkania możliwość zakupu komórki lokatorskiej.



Komunikacja

Do osiedla łatwo dotrzeć komunikacją miejską. Do 2023 r. ma zostać wybudowany ostatni etap Północnej trasy Szczecina łączący ul. Łączną z ul. Szosą Polską.



Bezpieczeństwo

Teren osiedla będzie zamknięty i monitorowany, co zagwarantuje utrzymanie wysokiego standardu bezpieczeństwa.

www.tomaszewicz.pl

Sprzedaż mieszkań

tel. 507 155 418, e-mail: lukasz@tomaszewicz.pl
tel. 513 007 100, e-mail: monika@tomaszewicz.pl

**Ostatnie
wolne mieszkanie!**
90 m²

Zeskanuj
i zobacz!

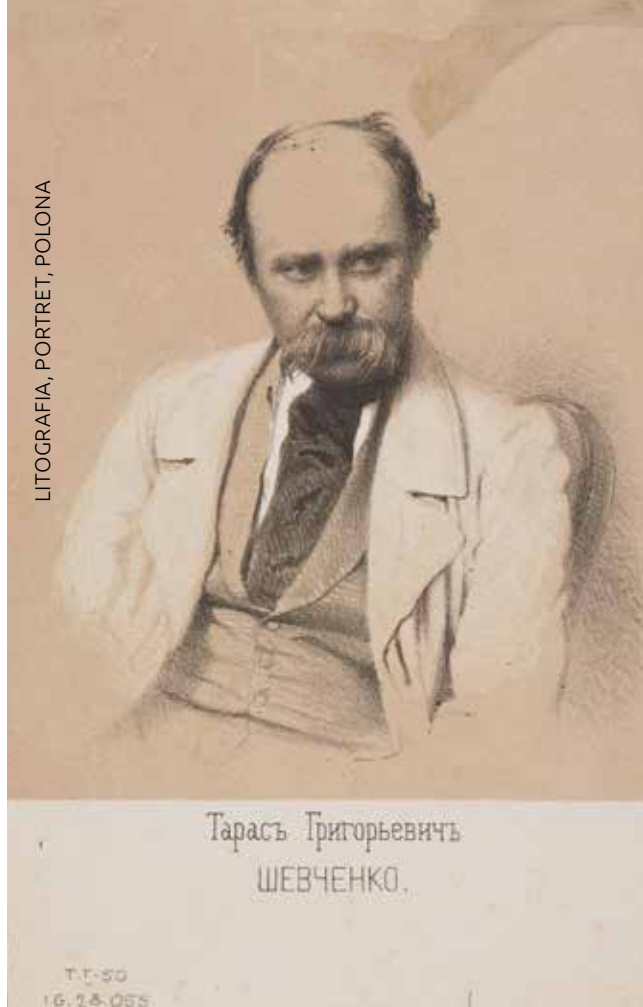



LAWENDOWE
— WZGÓRZE —

LAWENDOWE.SZCZECIN.PL



LITOGRAFIA, PORTRET, POLONA



ZDJĘCIE PORTRETOWE, 1859, WIKIPEDIA



Taras Szewczenko: symbol ukraińskiego losu

„PODAJ-ŻE RĘKĘ KOZAKOWI/ I SZCZERE SERCE JEMU DAJ, / DOPOMÓŻ, BRACIE, WYGNAŃCOWI/ ODTWORZYĆ DAWNY, CICHY RAJ!”: NAPISAŁ W WERSZU „DO POLAKÓW” TARAS SZEWCZENKO. UTWÓR POWSTAŁ MIĘDZY 1847 A 1850 ROKIEM, ALE WCIĄŻ BRZMI AKTUALNIE. W OBLICZU TRAGEDII, KTÓRA ROZGRYWA SIĘ ZA NASZĄ WSCHODNIĄ GRANICĄ, NIE JESTEŚMY OBOJĘTNI. POMAGAMY. WCIĄŻ NIEWIELE WIEMY JEDNAK O UKRAIŃSKIEJ KULTURZE. A TO ONA PRZECIEŻ BUDUJE TOŻSAMOŚĆ, JEST OPOKĄ W TRUDNYCH CHWILACH, ŁĄCZY I INTEGRUJE. WARTO POZNAĆ CHOĆ FRAGMENT DZIEDZICTWA KULTUROWEGO UKRAINY. TYM BARDZIEJ, ŻE NA POMORZU ZACHODNIM MAMY JEGO ŚLAD. W BIAŁYM BORZE STOI POMNIK TARASA SZEWCZENKI, ROMANTYCZNEGO POETY, PISARZA I MALARZA.

Ukraińcy są największą mniejszością narodową na Pomorzu Zachodnim. Wielu znalazło się tutaj w 1947 roku przez akcję „Wisła”. W ostatnich latach spora liczba przybyła ze względu na konflikt ukraińsko-rosyjski. Teraz przez zbrojną agresję Federacji Rosyjskiej na ich kraj. W trudnych chwilach, zupełnie jak my, Ukraińcy często szukają oparcia, siły i ukojenia w literaturze. Tym, kim dla Polaków jest Mickiewicz, dla nich jest Szewczenko.

Literacka integracja

Romantyczny wieszcz to jedna z kluczowych postaci ukraińskiej kultury. Literatura pomaga zaś przetrwać niespokojne czasy, ale też buduje mosty. Polsko-ukraińskie związki kulturowe są zaś bliskie i bardzo bogate. Taras Szewczenko może być tego przykładem. W Białym Borze, na szczycie wzniesienia, stoi

jego pomnik, który ma kształt nadnaturalnej wielkości stylizowanego popiersia poety. Monument to wyraz jego życia, ale też symbol losu Ukraińców.

Życiorys Szewczenki jest pasmem tragicznych wydarzeń. Poeta nie miał łatwego życia. Jego losy wpłynęły jednak na to kim się stał: jednym z najwybitniejszych twórców literatury ukraińskiej. Dla Polaków to również interesujący pisarz. Mieszkający w naszym kraju Ukraińcy, a także różni badacze literatury i historii często zwracają uwagę na związki Szewczenki z Polską. W jego życiorysie oraz twórczości można znaleźć wątki, które nas łączą.

Symbol Ukrainy

Taras Szewczenko urodził się 9 marca 1814 roku we wsi Moryń-

ce, w guberni kijowskiej. Był pisarzem, etnografem, folklorystą, malarzem i działaczem politycznym. To przedstawiciel romantyzmu, bohater narodowy Ukrainy. Był synem pańszczyźnianego chłopca. Szybko się uczył, miał też talent do sztuk plastycznych oraz pociąg do ludowej twórczości. Chłoniął folklor i historie opowiadane, śpiewane przez jego otoczenie. Chętnie słuchał wędrownych kobziarzy, bandurzystów, lirników. Przez pewien czas był pastuchem, pracował też u malarza. Później służył we dworze. Tam dużo czytał oraz rysował. Lata dzieciństwa oraz wczesnej młodości wspominał jako niezwykle trudne. Spotkał się z przemocą, wyzyskiem, rozczerowaniem. To, że był utalentowany malarsko i poetycko, pomogło mu odmienić los.

Dzięki staraniom przyjaciół został wykupiony z poddaństwa. Stał się wolnym człowiekiem 22 kwietnia 1838 roku. Wykształcenie zdobywał w Wilnie, Warszawie i Petersburgu. W tym czasie zetknął się bliżej z językiem oraz literaturą polską. Studiował z zaangażowaniem malarstwo, nauki przyrodnicze i fizykę. Wiele czasu poświęcał też europejskiemu pisarstwu. W 1840 roku wydał tom poezji „Kobzarz”, później poemat „Hajdamacy”. Te dzieła przyniosły mu rozgłos. – W malarstwie reprezentował kierunek realistyczny (portrety, m.in. „Katarzyna” 1842). W 1843 odbył podróż na Ukrainę, gdzie powstał cykl akwafort „Malownicza Ukraina” (1844) – można przeczytać na stronie www.encyklopedii.pwn.pl. Twórczość literacka Szewczenki z czasem stała się bardzo bogata i różnorodna. Pisał poezję, prozę, dramaty, pamiętniki. Poruszał w nich tematykę ludową, społeczną, obyczajową, polityczną, refleksyjną, religijną, historyczną i filozoficzną. – W swojej twórczości literackiej Szewczenko zdecydowanie zabierał głos w sprawach, które uważał za ważne i nie unikał tematyki narodowowyzwoleńczej – podkreślił Jerzy Klimczak w tekście „Taras Szewczenko – chłop, który został bohaterem Ukrainy”. Także jego malarstwo było urozmaicone, wykorzystywał z powodzeniem różne techniki.

Twórca został też wyrazicielem idei słowianofilskiej. W wierszu „Do umarłych, żywych i nienarodzonych rodaków moich...” potępiał imperialny podbój kolejnych terytoriów przez Rosję. Był zaangażowany w działalność Bractwa Cyryla i Metodego, promującego Słowiańszczyznę. Organizację rozbiły służby carskie. Szewczenkę, ze względu na pochodzenie i radykalne poglądy, ukarano najdotkliwiej. Został aresztowany, uwięziony, a później zesłany na Ural. Miał zakaz pisanie oraz malowania, ale i tak się tym zajmował, po kryjomu, chowając swoją twórczość. Później przydzielono go do ekspedycji badającej wybrzeża Morza Aralskiego. Podczas pobytu na zesłaniu zaprzyjaźnił się z Polakami, z czasem jego sytuacja uległa poprawie. Niestety w wyniku donosu trafił do twierdzy Nowopietrowskiej. Dzieląc ciężkie warunki z współtowarzyszami niedoli, znów zaprzyjaźnił się z kilkoma Polakami. Później sytuacja Szewczenki kolejny raz uległa lekkiej poprawie. Przez lata na przemian łagodzone mu i zastrzono rygory. Przyjaciele poety starali się zaś o przywrócenie mu wolności. W końcu się udało.

Szewczenko w 1858 roku znalazł się w Petersburgu. Malował i tworzył poezję. Po długich staraniach pozwolono mu wyjechać na Ukrainę. Odwiedził rodzinę, wiele rozmawiał z chłopami. Donosy sprawiły, że został znów aresztowany i osadzony w więzieniu. Najpierw w Czerkasach, później w Kijowie. Zakazano mu pobytu na Ukrainie, oddalono do Petersburga. Szewczenko zmarł 10 marca 1861 r., osłabiony długimi latami zesłania. Pochowano go w Petersburgu, ale później przewieziono szczątki na Ukrainę, zgodnie z jego życzeniem z wiersza „Testament”. Pogrzeb stał się manifestacją polityczną. W ostatnim pożegnaniu pisarza brało udział wielu Polaków. Jeden z nich, Władysław Choroszewski, przyjaciel ze studiów, żegnał go na pogrzebie takimi słowami: „Niech też i polskie słowa, krótkie, ale serdeczne, zabrzmiały przy Twojej trumnie. Kochałeś swój kraj ojczysty, swój Dniepr swą, swój naród siermiężny. Niech teraz wszelkie umilkną wyrzuty, niech tylko serdecznie brzmi słowo: Cześć Tobie”.



Poeta wart lektury

Taras Szewczenko żył czterdzieści siedem lat, z czego: 24 lata spędził w poddaństwie; 10 lat na zesłaniu; 3,5 roku pod nadzorem policji; 9 lat na wolności. Jego tragiczny los, ale też wielkie oddanie krajowi, sprawiło, że dla Ukraińców to bohaterski wieszcz. Stworzył narodową literaturę o europejskim wymiarze. Na wieki utrwalił na obrazach ojczysty kraj. Rozpropagował język ukraiński i dostrzegał odrębność swojego narodu. Szewczenko to symbol Ukrainy, jej kultury oraz tożsamości.

Dla niektórych polskich odbiorców jest twórcą kontrowersyjnym, ale warto zaznaczyć, że opowiadał się za porozumieniem między naszymi narodami. W posłowie do poematu „Hajdamacy” pisał przykładowo: „Sława Bohu, że to minęło. Serce boli, lecz opowiadać trzeba: niechaj bratają się znowu ze swoimi wrogami, niechaj żytem, pszenicą, jak złotem, pokryta – nie pocięta miedziami, na wieki pozostanie od morza do morza ziemia słowiańska!”. Cenił też niektórych naszych władców i polityków. Krytykował Bohdana Chmielnickiego. Przyjaźnił się z wieloma Polakami. Inspirował naszymi twórcami i brał z nich przykład. Znał polski język. Przekładami dzieł Szewczenki zajmowali się m.in. Jarosław Iwaszkiewicz, Stefan Żeromski, Eliza Orzeszkowa i Władysław Syrokomla. Na koniec warto wspomnieć ostatnie wersy z jego wymownego utworu „Testament”, w którym poeta nawołuje do walki o wolność: „Potem w wielkiej już rodzinie, / Wielkiej, wolnej, nowej, / Pamiętajcie wspomnieć o mnie / Dobrym, cichym słowem”.

autor: Karolina Wysocka / źródła: encyklopedia.pwn.pl, pomorzachodnie.travel, wikipedia.org, histmag.org, dorzeczy.pl, historia/dzieje.pl, ossolineum.pl, z-p-u.org / zdjęcia: Wikipedia, Polona



Nina Rydzewska: Wrażliwa skandalistka

POETKA, PISARKA, DZIENNIKARKA. PIĘKNA KOBIETA. UMIAŁA BUDZIĆ SILNE EMOCJE, ALE BYŁA TEŻ WRAŻLIWA. PISAŁA WIELE I Z ZAANGAŻOWANIEM. PRZEZ CAŁE ŻYCIE TOWARZYSZYŁO JEJ NOTORYCZNE UBÓSTWO. NASZE MIASTO BYŁO JEJ OSTATNIĄ PRZYSTANIĄ. NINA RYDZEWSKA MA W SZCZECINIE SVOJĄ ULICĘ, A JEJ GRÓB ZNAJDUJE SIĘ NA CMENTARZU CENTRALNYM. TO JEDNA Z WIELU POSTACI, KTÓRE PRZYPOMINAJĄ NAM, ŻE WARTO SIĘGAĆ DO PRZESZŁOŚCI NASZEGO MIASTA.

Urodziła się w 1902 roku w Warszawie, zmarła w 1958 r. w Szczecinie. Burzliwy życiorys pisarki oraz jej oryginalna twórczość są warte uwagi i przypomnienia. Tym bardziej, że w naszym mieście Rydzewska spędziła ostatnie, bardzo aktywne zawodowo, lata życia. Tutaj pisała i angażowała się w rozwój kulturalny miasta. W Szczecinie zawzięcie walczyła też o lepszy byt.

Pisarka z Ziem Północnych

Lokalne środowiska akademickie oraz literackie od kilku lat starają się przywrócić pamięć o Rydzewskiej. Jedną z osób, które są w to zaangażowane, jest Patrycja Megger-Borkowska, pracująca w Książnicy Pomorskiej, która zajmuje się literaturą regionalną i prowadzi też wykłady. Napisała doktorat na temat pisarki.

– Przykład Rydzewskiej posłużył mi do zbadania figury pisarki na terenach w nomenklaturze propagandowej nazywanych „Ziemiemi Odzyskanymi” – mówiła w rozmowie z „Prestiżem”. – Nina Rydzewska pokazuje, na co mogli liczyć pisarze i pisarki przyjeżdżający do Szczecina z różnych stron Polski, zwabieni obietnicami lepszego, łatwiejszego życia czy dobrobytu mieszkaniowego – dodała Patrycja Megger-Borkowska. Pisarka decydując się na nasze miasto liczyła na spokojne i dostatnie życie. Tak się nie stało, co było konsekwencją ówczesnej polityki kulturalnej oraz mieszkaniowej. Nie jedyna miała podobne kłopoty, ale to właśnie ona zainteresowała Patrycję.

Mówi się, że Rydzewska miała smutne życie. Mimo talentu i ciężkiej pracy, nigdy nie osiągnęła sukcesu. Patrząc na cały

życiorys pisarki wydaje się, że od początku los jej nie sprzyjał. Całe życie walczyła o komfort bytowy. Nie jest łatwo zagłębić się w jej biografii. Poza tym, w rękopisach Rydzewskiej znalaziono tak przygnębiające słowa: „Ja jestem z innego świata. Nie rozumiem Was, a Wy nie rozumiecie mnie. Kupić chciałam Was sobie sercem, ale dla Was serce nie przedstawia wartości”. Warto jednak sięgnąć po jej literaturę i zapoznać się z losami pisarki. Rydzewska – w dzisiejszych nieczułych czasach – może dać nam niejedną lekcję życia.

„Sowa z Mokotowa”

Nina Rydzewska pochodziła z rodziny robotniczej. Od dzieciństwa zmagająca się z nędzą. Wczesne lata życia pisarki są osnute tajemnicą. Wiadomo, że zaczęła pracować w wieku dziewięciu lat, była korepetytorką i uczyła się w Szkole Handlowej. Przed II wojną światową pracowała jako urzędniczka. We własnym życiorysie wielokrotnie zmieniała dane. Mówiła m.in. że jest dzieckiem z rodziny gruzińskiej, a jej rodzice zginęli podczas rewolucji październikowej. W 1927 roku związała się z warszawską grupą poetycką „Kwadryga”. Środowisko literackie było zaciekawione nową koleżanką. Podobał się jej „świeży talent”, a także oryginalna, egzotyczna uroda. Rydzewska miała południowe rysy, duże oczy. Nazywano ją „Sowa” i podobno niejednemu z „kwadrygantów” zawróciła w głowie.

Niejasne pochodzenie Rydzewskiej pobudzało wyobraźnię. – W archiwum pisarki w Książnicy Pomorskiej znajduje się dokument podważający spekulacje dotyczące pochodzenia Niny Ry-



dzewskiej. Jest to odpis z aktu chrztu Janiny Antoniny Rydzewskiej (Nina tak naprawdę nazywała się Janina, lecz nie używała tego imienia), pochodzący z warszawskiej parafii św. Barbary. Opowieści o gruzińskim pochodzeniu pisarki to mit, legenda powtarzana prawdopodobnie dla zainteresowania postacią intrygującej urodą warszawskiej poetki. Rydzewska najpewniej samą ją wymyśliła, a na pewno sama powtarzała – rozwiła wątpliwości w rozmowie z redakcją Patrycja Megger-Borkowska.

Skandalizująca debiutantka

Rydzewska w młodości zwracała na siebie uwagę urodą, ale przede wszystkim budziła żywe zainteresowanie twórczością. Debiut literacki pisarki był skandalem. Opublikowany w „Głosie Prawdy” wiersz „Madonna Nędzarzy” wzbudził wiele kontrowersji. Poetka pisała w nim: „Wstydz się, Prześliczna Panno, / Wyznaj swój grzech przed Bogiem/ Ze siostra twa – Matka Nędzarzy/ Umiera z głodu pod progiem”. Utwór ma postać modlitwy do Matki Boskiej o opiekę nad nędzarką i jej dzieckiem. Biedni zostali w nim przedstawieni z naturalistyczną drastycznością. Autorka wytyka w wierszu Maryi brak pomocy, reakcji na zaistniałą sytuację.

Utwór wywołał oburzenie ówczesnych skrajnie konserwatywnych środowisk. W liście do Ministerstwa Sprawiedliwości zarzucano pisarce „bezczelne i ohydne bluźnierstwo”. Pisano: „Zbrodniarka nie jest ścigana!”. Pisarka była prześladowana. Środowisko literackie broniło jednak nowego talentu. Wstawili się za nią m.in. Tuwim, Gałczyński, Iłakowiczówna i Kaden-Bandrowski. Podobnie większość międzywojennych odbiorców doceniła utwór poetki. Rydzewska wygrała konkurs „Głosu Literackiego” i dostała nagrodę za najlepszy wiersz roku 1927. Warto dodać, że jej utwór wpisuje się w długą tradycję literacką wadzenia się z Bogiem, znaną wcześniej z twórczości Mickiewicza oraz Kasprzowicza. Wiersz oddawał też doskonale charakter „Kwadrygi”. Z grupą Rydzewską wiązało m.in. pisanie o nierównościach społecznych, poza tym: postawa buntu i niezadowolenia, moralizatorstwo, reportażowość i humanitaryzm.

Nie wszystkim podobały się odważne, szczerze wiersze poetki. Krytycy i literaci cenili jednak autorkę za pisarską dojrzałość oraz humanistyczny ton wierszy. – W przedwojennym piśmie „Epoka” napisano o poezji Rydzewskiej: „Jej świat to świat zmagania się i walki o prawdę, i wznioślejszą treść życia. To walka z niesprawiedliwością i krzywdą ludzką” – napisała Nina Putyńska w artykule „Nina Rydzewska – pisarka niepo-

prawna” („Magazyn 204”). – W tomiku poezji „Miasto” poetka poruszyła tematykę biedy, niesprawiedliwości społecznej, niewidzialności uboższej części społeczeństwa. Twórczość Rydzewskiej wyraża jej zainteresowanie losem ludzi bezbronnych i słabszych – tak scharakteryzowała jej pisarstwo dla „Prestiżu” Patrycja Megger-Borkowska.

Przed II wojną światową Rydzewską uznano za obiecujący talent. Była kobiecym głosem literatury. Tłumaczono jej utwory na niemiecki, francuski, węgierski, fiński i łotewski. Wiele podróżowała. Podejmowała się tematyki marynistycznej. Poznała kulturę kaszubską, czego efektem była powieść „Akwamaryna” (1937 r.). Książka w międzywojniu cieszyła się znacznym powodzeniem. Tematem pozycji była tożsamość kaszubska i jej relacja wobec polskości. To nie wszystko. – Nina Rydzewska została przyjęta przed wojną do sekcji marynistycznej Stowarzyszenia Dziennikarzy w Warszawie – zaznaczyła Ewa Kraskowska w tekście „Niny Rydzewskiej *Ludzie z węgla* i Zyty Orszyn *Ocalenie Atlantydy*. Próba lektury palimpsestowej”. Pisarka próbowała ułożyć sobie także życie prywatne. – O jej mężu, Asłanie Baytuganie, wiadomo niewiele, dowiedziałam się, że ślub wzięli w obrządku muzułmańskim w Wilnie w 1932 roku, wzięli rozwód w 1950 roku. W czasie wojny Baytugan wyjechał za granicę: do Francji, później do Anglii. Co ciekawe, nie był to jej pierwszy mąż. Rydzewska wyszła wcześniej za mąż w 1923 roku, ale tamto małżeństwo przetrwało zaledwie rok – w rozmowie z redakcją powiedziała Patrycja Megger-Borkowska.

Podczas wojny Rydzewska mieszkała w Warszawie. Pracowała jako urzędniczka. Pisała w jednym z wierszy: „Lecz Bóg mi nie dopomógł/ Ogłuchł od huku bomb”. Uwięziona, uciekła z transportu i do końca historycznej burzy mieszkała w Koninie. Na podstawie własnych doświadczeń napisała powieść „Godzina W”, o ludności cywilnej w trakcie wojny, osobach schowanych w piwnicach i niepewnych przyszłości.

Autorka szukająca własnego miejsca

Po wojnie pisarka wielokrotnie zmieniała lokalizację. Miała problemy zdrowotne. Próbowала znaleźć swoje miejsce w literaturze i świecie. Przed drugą wojną światową nie udało jej się zapewnić sobie ugruntowanej pozycji w pisarskim środowisku. Nie mogła też znaleźć spokoju. Z Konina trafiła do Łodzi, później na Dolny Śląsk. W twórczości realizowała preferencje socrealizmu. – W okresie obowiązywania w literaturze i sztuce doktryny realizmu socjalistycznego nie należała do tej grupy pisarzy,

którzy pisali do szuflady, ale nie była też zagorzałą komunistką. Chciała pisać i chciała być wydawana, dlatego przyjęła obowiązujące reguły gry – wyjaśniła nam Patrycja Megger-Borkowska.

– Wgląd w zachowane po Rydzewskiej materiały archiwalne pozwala stwierdzić, iż w naturze jej pisarskiego warsztatu leżało nieustanne poszukiwanie nowych pomysłów twórczych i podejmowanie różnych działań dla ich realizacji, często kończących się niepowodzeniem. Przyczyną tych niepowodzeń były na ogół względy polityczne, bo choć Rydzewska bardzo się starała tworzyć w zgodzie z obowiązującymi preferencjami bądź nakazami, to jednak zawsze w jej utworach pojawiały się elementy, które tym dyrektywom przeczyły – podkreśliła Ewa Kraskowska w tekście „Niny Rydzewskiej *Ludzie z węgla...*”.

Co dość nietypowe dla kobiet, Rydzewska podjęła się napisania powieści produkcji. Kierowały nią pobudki ekonomiczne (ciągły brak pieniędzy) i chęć dostosowania się do panujących wytycznych. Będąc na Dolnym Śląsku celowo zatrudniła się więc w wałbrzyskiej kopalni, by móc oddać odczucia oraz doświadczenia górników. To stało się podstawą do napisania powieści „Ludzie z węgla”. W kopalni pisarka poznała też późniejszego przyjaciela, Edmunda Bączyka. – Poznali się w 1949 roku, kiedy Rydzewska przyjechała na Śląsk, do Wałbrzyska, zbierając materiały do powieści „Ludzie z węgla”. Historia Bączyka tak zafascynowała Rydzewską, że postanowiła uwzględnić ją w powieści, Bączyk stał się więc wzorcem głównego bohatera powieści: Edwarda Bonczara. Właściwie od tamtej pory pozostawali w stałym kontakcie, podejmowali wspólnie próby wydania powieści „Hiszpania ma kształt skóry ściągniętej z wołu”. Można powiedzieć, że Rydzewska sprawowała nad Bączykiem pewnego rodzaju mecenat, dzięki niej jego rodzina przeprowadziła się do Szczecina, a Bączyk z górnika stał się pisarzem – historię ich znajomości przybliżyła redakcji Patrycja Megger-Borkowska. Rydzewska zresztą napisała dla przyjaciela serdeczną dedykację w „Ludziach z węgla”.

Szczecinianka z ambicjami

Pisarka osiadła w naszym mieście, wraz z Bączykiem i jego rodziną, w 1953 roku. Zamieszkała w willi przy ul. Pogodnej 34 (Głębokie), w której wcześniej mieszkał Jerzy Andrzejewski. – Po wojnie, jak wielu ludzi, rozpoczęła wędrówkę w poszukiwaniu nowego domu i pracy. Zachęcona zapewne przez komunikaty ówczesnych władz za swój kierunek obrała tzw. „Ziemie Odzyskane”: najpierw Jelenią Górę, później Szczecin – doprecyzowała Patrycja Megger-Borkowska.

Tu Rydzewska spędziła ostatnie lata życia. Była prezesem lokalnego oddziału Związku Literatów Polskich. Pracowała w Radiu Szczecin. Będąc na stanowisku kierownika redakcji literackiej zajmowała się np. tematyką kaszubską. Tworzyła m.in. opowiadania, reportaże, audycje poetyckie, słuchowiska, felietony literackie. Była też autorką widowisk teatralnych. Ciężko pracowała, ale mimo to: miała również problemy mieszkaniowe i zmagła się z urzędem kwaterunkowym. Walczyła z biurokracją, co odbijało się na jej życiu prywatnym oraz zawodowym. Żaliła się na ten temat w rozmowach i listach do bliskich. Inni pisarze wstawiali się za nią bezskutecznie. Na krótko wyjechała do Łodzi. Wróciła jednak do Szczecina. Pod koniec życia, wciąż walcząc o byt, pisała wiele tekstów publicystycznych o urzędniczej bezduszości. Większość nie została opublikowana. Niektórzy zwracają uwagę także na to, że nie chciano jej drukować. Patrycja Megger-Borkowska w rozmowie z „Prestiżem” podkreśliła,

że to szerszy problem, związany z ówczesną polityką kulturalną oraz tym, że Rydzewskiej nie zawsze udało się sfinalizować wydanie powieści, bo często walczyła z redaktorami o szczegóły książki.

Zmarła z powodu choroby serca. Podobno dzień przed śmiercią poprosiła Bączyka o kupienie jej buteleczki wiśniówki i paczki papierosów. Miała w planach kolejne powieści. Rękopis książki „Mol na Krzyskim Wzgórzu” został przyjęty do druku dwa dni po jej śmierci. „Serce człowieka jest bardzo wrażliwe. Z bólem przyjmuje niesprawiedliwość, chamstwo, nieszlachetne postęпки... Mnie to dosłownie wykańcza”: to słowa pisarki wypowiedziane pod koniec życia, które zanotował Józef Bursewicz. – W pamięci kolegów po piórze zachowała się jako kobieta skromna, uczynna, pogodna, nieznaną uczucia zazdrości zawodowej. Jednocześnie samotna, zatopiona w swej pracy pisarskiej i bardzo w niej systematyczna – napisała Jolanta Frydrykiewicz w tekście „Nina Rydzewska 1902 – 1958. Sowa”, dostępnym na portalu sedina.pl.

Twórczość Rydzewskiej wyróżniała staranność w odtwarzaniu kolorytu lokalnego i realiów życiowych. Przez całe życie była autorką wrażliwą społecznie. W Książnicy Pomorskiej znajdują się jej liczne rękopisy oraz korespondencja. Prócz prozy, jest tam także twórczość poetycka, w tym: fraszki, satyry, wiersze oraz bajka. – Dla mieszkańców naszego miasta i województwa Nina Rydzewska może być ciekawa przez wzgląd na historię jej życia, na jej losy w Szczecinie. Napisała też powieść o lokalnym środowisku literackim, uwzględniła w niej własne doświadczenie, ale powieść ta, „Dom Pod Sową” nie została wydana, można przeczytać jej maszynopis w archiwum pisarki w Książnicy Pomorskiej – powiedziała w rozmowie z redakcją Patrycja Megger-Borkowska.

autor: Karolina Wysocka



ŹRÓDŁA: „NINA RYDZEWSKA – PISARKA NIEPOPRAWNA”, NINA PUTYŃSKA, „MAGAZYN 204”, 5/2017, ISSU.COM; JOLANTA FRYDRYKIEWICZ, „NINA RYDZEWSKA 1902 – 1958. SOWA”, SEDINA.PL; „RYDZEWSKA I BĄCZYK. PISARKA I GÓRNIK NA ZIEMIACH ODZYSKANYCH”, MONIKA ADAMOWSKA, SZCZECIN.WYBORCA.PL; EWA KRASKOWSKA, „NINY RYDZEWSKIEJ LUDZIE Z WĘGLA I ZYTNY ORSZYK OCALENIE ATLANTYDY: PRÓBA LEKTURY PALIMPSESTOWEJ”, ACADEMIA.EDU; AGNIESZKA WARKNE, „POETKI AWANGARDY: TO NIE DLA WAS, MIĘKKOUSTNE SNOBY, TAKIE SŁOWA – GORĄCZKOWE, TWARDE”, CULTURE.PL; „ENCYKLOPEDIA POMORZA ZACHODNIEGO”, POMERANICA.PL/ ZDJĘCIA: ARCHIWUM KSIĄŻNICY POMORSKIEJ

SUPERMIASTO ZASŁUGUJE NA **SUPER**RADIO



*Radio Super***FM**

97.5*FM*



Ewa Kołodziejek – z miłości do języka

W AUDYCJI RADIOWEJ „SUPERKOBIEȚA W SUPER FM” MOŹNA BYŁO USŁYSZEĆ PROF. DR HAB. EWĘ KOŁODZIEJEK, JĘZYKOZNAWCZYNIĘ UNIWERSYTETU SZCZECIŃSKIEGO ORAZ WICEPRZEWODNICZĄCĄ RADY JĘZYKA POLSKIEGO. PROWADZONA PRZEZ JOANNĘ SAWICKĄ-BUDZIAK ROZMOWA BYŁA CENNĄ LEKCJĄ JĘZYKA POLSKIEGO DLA WSZYSTKICH MIESZKAŃCÓW NASZEGO MIASTA I NIE TYLKO.

Czy język polski jest obecnie zaniedbany? Wydaje mi się, że coraz częściej przestajemy używać końcówek ą i ę.

Nie mogę powiedzieć, że język jest zaniedbany. Nie dzieje się z nim nic złego. Zmienia się, a jest to naturalna kolej rzeczy. Natomiast trochę zaniedbani jesteśmy my, użytkownicy języka. To od nas zależy jak wyglądają teksty, czyli realizacja języka. Jeśli mówi pani o tych ogonkach przy ą i ę, to my nazywamy je znakami diakrytycznymi. Mowa o znakach, które odróżniają e od ę, czy ł od l. Rzeczywiście, kiedy ktoś pisze niestarannie, najczęściej w mailach czy internecie, to pozbawiamy język czegoś naprawdę ważnego. Te wszystkie znaki graficzne, te litery z ogonkami, są duszą naszego języka. Nie powinniśmy się ich pozbywać. Na przykład w języku mówionym zanika nosowa końcówka ę, kiedy mówimy np. „proszę cie”, ale zapisać musimy „proszę cię”. Często ten ogonek, czy ta kreseczka zmienia znaczenie wyrazu.

Taką zmianę widzimy na przykład mówiąc: poszukuję lub poszukuje.

No właśnie! Końcówki e i ę zmieniają kategorię gramatyczną, zmieniają osobę. Poszukuję ja, poszukuje on. Inny przykład zmiany znaczenia to kapać i kąpać albo laska czy łaska.

Miałam właśnie taką sytuację na jednym szkoleniu. Pracownik zwrócił uwagę, że trudno mu rozszyfrowywać maile od szefa, który omija polskie znaki. Szef stwierdził, że to bez znaczenia, bo pracownik i tak go rozumie. Wtedy ja zauważyłam: drogi szefie,

chyba jest różnica, czy robisz łaskę czy laskę. Wtedy dopiero ten pan zrozumiał.

W pewnym sensie szef miał rację, bo my znaczenie słów możemy odczytać z kontekstu. Jednak poprawne zapisywanie to jest po prostu szacunek do odbiorcy. Nawet nie do języka, a właśnie do drugiego człowieka. Jeśli ktoś pisze do mnie maila bez kropek, kreseczek, to mam poczucie, że mnie nie szanuje. To samo dotyczy dziennikarzy, urzędników czy studentów, którzy nie czytają swoich tekstów przed oddaniem. To jest przejaw niefrasobliwości i lekceważenia odbiorcy.

Pani profesor, zastanawiam się, skąd ta miłość do języka u pani?

Ja też się zastanawiam, bo ona trwa bardzo długo, właściwie od zawsze. Zawsze lubiłam przedmiot „język polski”, miałam świetnych nauczycieli. Myślę, że to jest właśnie podstawa, świetny nauczyciel, który obudzi w uczniach pasję. Poza tym również mój ojciec zawsze dbał o to, żebyśmy pięknie mówili i pisali, nie używali niewłaściwych słów.

Jakie to są niewłaściwe słowa?

Pamiętam, jak kiedyś przyszedłam ze szkoły i przyniosłam takie „piękne” słowo: wkurzyć się. Ojciec zrobił w domu straszną awanturę, bo faktycznie kiedyś to było słowo brzydkie, wręcz wulgarne. Dzisiaj wszyscy się wkurzają. Nie jest to słowo najpiękniejsze, ale emocjonalne i potocznie dopuszczalne.

Czyli w pani życiu język polski zawsze był blisko?

Tak. Dlatego poszłam na polonistykę i tam również trafiłam na świetnych wykładowców. Moje córki też są polonistkami. Wszyscy w rodzinie tkwimy w świecie języka polskiego i wszyscy jesteśmy tym językiem zafascynowani.

Kiedy państwo siadacie do świątecznego obiadu, to jak wyglądają te rozmowy?

Przy świątecznym obiedzie mniej rozmawiamy o języku, natomiast pomagamy sobie w pracy zawodowej. Konsultujemy się wzajemnie, bo jedna córka jest nauczycielką języka polskiego, a druga redaktorką w wydawnictwie.

To bardzo ciekawe być członkiem rodziny, która tak bardzo dba o język.

Mamy z córkami coś takiego, co się nazywa skrzywieniem zawodowym, oczywiście mówię to z przymrużeniem oka. Gdy ktoś popełni językowy błąd, my spoglądamy na siebie porozumiewawczo, bo wiemy, o co chodzi, ale nie zwracamy nikomu uwagi. Nie taka jest nasza rola w rodzinie.

Jakie są najczęściej popełniane błędy językowe i co pani myśli, słysząc je?

Myślę, że sporo się w języku zmienia. Kiedyś naśladowano język inteligencji, dziś nie potrzebujemy na co dzień języka wzorcowego, tylko komunikatywnego, ekspresywnego. Przecież my też jesteśmy pełni emocji! Czasem ktoś mnie pyta, dlaczego mówimy „strasznie się cieszę”, bo przecież strasznie znaczy, że coś jest straszne. Otóż nie. Słowem „strasznie” wyrażamy emocje. Mówiło się kiedyś „totalnie”, „masakrycznie”, teraz mówi się „super”, „mega”. Jesteśmy pełni emocji i dużo rzeczy nas... wkurza. I te emocje werbalizujemy.

W szkole o emocjach się nie mówi. Tego uczymy się później, sami.

Tak. W szkole nie uczy się wielu bardzo potrzebnych rzeczy. Ubolewam, że przedmiot nazywający się „język polski” faktycznie jest historią literatury. W szkole nie uczy się też sposobów komunikacji, prowadzenia sporów, dyskusji. Programy są przedstawiane i kompletnie oderwane od potrzeb młodego człowieka.

Jak język reaguje na zmiany w naszym życiu?

Wszystko, co się dzieje wokół nas jest w języku odzwierciedlone. Na przykład wysoka aktywność kobiet. To, że goszczę w programie radiowym poświęconym superkobietom, wynika z tego, że rola kobiety w życiu społecznym się umocniła. Stała się wręcz rolą pierwszoplanową. Dlatego w języku pojawiają się feminatywy, choć nie wszyscy je jeszcze akceptują.

Czym są feminatywy?

To żeńskie nazwy tytułów, godności czy stanowisk. Wcześniej

używaliśmy żeńskich określeń ról mniej ważnych, jak ekspedientka, nauczycielka, aktorka, pielęgniarka. One nie budzą żadnych emocji. Gdy zaczynamy określać żeńskimi formami stanowiska i zawody opisywane dotąd formami męskimi jak: dyrektorka, prezeska, filozofka, językoznawczyni, kierowniczni, to się to wielu osobom nie podoba, bo nie są do tych form przyzwyczajone. Tymczasem trzeba zaakceptować nowe nazwy, bo one uwidaczniają społeczną obecność kobiet. Feminatywy nie są wymysłem naszych czasów, są w naszym języku od ponad stu lat, tylko w pewnych okresach nie były z różnych powodów używane.

Myślę, że o języku mogłybyśmy jeszcze długo rozmawiać. Chcę teraz zapytać, czy czasem pani odpoczywa od tych zagwozdek językowych?

Chyba nie. Jest to moja pasja i miłość, ale przede wszystkim moja profesja. Zajmuję się badaniem języka zawodowo, nie mogę więc przestać myśleć o języku. Słucham, obserwuję, analizuję, opisuję rozwój języka. Potrzebuję też przykładów różnych zachowań językowych do analizy na zajęciach akademickich i do mojej rubryki „Językowa corrida”, którą w „Kurierze Szczecińskim” prowadzę już od 30 lat.

Czyli w ogóle pani nie odpoczywa?

Jeśli odpoczywam to biorę książkę, która też ma językową formę. Później ją oceniam. Jak książka napisana jest bez dbałości o formę, albo jeśli autor myśli, że im więcej przymiotników, tym lepiej, to bywam taką lekturą zmęczona. Lubię zwięzłą formę, zawierającą bogatą treść. Ale doceniam też różnorodność pisarską.

Jak pani ładuje swoje baterie, oprócz czytania?

Dopóki wirus nie zamknął nam świata, lubiłam podróżować z przyjaciółmi, szczególnie do Azji. Podróżą mojego życia była jednak samochodowa wędrówka po czterech stanach Ameryki Północnej. Pojechaliśmy z dwiema koleżankami jeepem z przyczepionym do niego małym kamperem. Była to dwutygodniowa podróż po parkach narodowych Stanów Zjednoczonych. Wtedy zobaczyłam, jak można dbać o przyrodę. Pocułam tam, jak to jest być częścią natury, a nie tylko jej konsumentem. Podróż była bardzo ekscytująca i pouczająca, bo okazało się, że dajemy sobie same radę. I że kobiety są silne i zaradne. Chciałabym pojechać tam jeszcze raz i na pewno pojedę, kiedy już świat się przed nami otworzy.

Mówi pani, że lubi zwiedzać świat, a czy lubi pani nasze miasto?

Bardzo lubię nasze miasto. Jestem szczecinianką, choć Szczecin nie jest moim rodzinnym miastem. Ale się z nim utożsamiam i skaczę do oczu każdemu, kto mówi, że Szczecin się zwija i nic się w nim nie dzieje. Jestem lokalną patriotką, śmiało tak mogę o sobie powiedzieć!

rozmawiała: Joanna Sawicka-Budziak / foto: Przemysław Budziak

JOANNA SAWICKA-BUDZIAK – MENTORKA, AKREDYTOWANY COACH ICF, WŁAŚCICIELKA FIRMY SZKOLENIOWEJ „KUŹNIA SUKCESU”, ORGANIZATORKA MARSZU RÓŻOWEJ WSTAŹKI, AKCJI ZACHĘCAJĄCEJ DO PROFILAKTYKI RAKA PIERSI ORAZ ŚWIEŻO UPIECZONA PREZESKA FUNDACJI MOŻESZ. W UBIEGŁYM ROKU ZWIĄZAŁA SIĘ ZE SZCZECIŃSKĄ ROZGŁOŚNIĄ RADIOWĄ, GDZIE PROWADZI PROGRAM SUPERKOBIECI W SUPERFM. JOANNA SAWICKA-BUDZIAK ZAPRASZA DO STUDIA NIEBANALNE KOBIECI Z NASZEGO MIASTA I OKOLIC. W SWOICH WYWIADACH PREZENTUJE CZĘSTO WYBOISTE DROGI DO SUKCESU I HISTORIE PEŁNE EMOCJI. PROGRAMU SUPERKOBIECI – SŁUCHAJCIE W KAŻDĄ NIEDZIELĘ PO GODZINIE 13. WSZYSTKIE ODCINKI DOSTĘPNE SĄ W SEKCJI PODCASTY NA WWW.SUPER.FM – DO USŁYSZENIA!

W dobrym celu, w kameralnym gronie

W Cafe Popularna spotkały się uczestniczki projektu „Wiele powodów, by żyć”. Pięknym efektem tego szlachetnego przedsięwzięcia jest kalendarz, na kartach którego wystąpiły jego bohaterki. Panie spotkały się w kameralnym gronie, by podsumować projekt. Dochód ze sprzedaży kalendarza został przeznaczony na bezpłatne badania cytologiczne, które wykonają współautorki projektu, ginekolożki – dr Joanna Lewandowska i dr Dorota Gródecka. ad



SYLWIA MAJDAN I SYLWIA TROJANOWSKA



MONIKA SZYMANIK, DOROTA SERWA



ALEKSANDRA MEDVEY-GRUSZKA, AGNIESZKA SZEREMETA



AGNIESZKA FRĄCZEK I KAROLINA WAŁOWSKA



OD LEWEJ: KINGA KONIECZNY, ANITA AGNIHOTRI, MONIKA SZYMANIK, SYLWIA TROJANOWSKA



PANIE GOŚCIŁA CAFE POPULARNA



OD LEWEJ: MONIKA SZYMANIK, AGNIESZKA KOWALEWSKA, ALEKSANDRA MEDVEY-GRUSZKA, KLAUDIA HOLCHAUZER-STOLARCZYK



OD LEWEJ: IZABELA MARECKA, SYLWIA TROJANOWSKA, NINA DĄBROWSKA



OD LEWEJ: JOANNA LEWANDOWSKA, AGNIESZKA SZEREMETA, DOROTA GRÓDECKA



KATARZYNA OPIEKULSKA-SOZAŃSKA, KINGA KONIECZNY



OD LEWEJ: JOANNA LEWANDOWSKA, SYLWIA TROJANOWSKA, DOROTA GRÓDECKA, SYLWIA FABIAŃCZYK-MAKUCH

FOTO: AKK

Kabaretowa „ćwiartka”

Szczecin świętował 25. urodziny chyba najstawniejszego kabaretu w historii miasta: Czarnego Kota Rudego. Obchody trwały sześć dni. Na Scenie Dekadencja w Nowym Browarze wystąpili artyści Teatru Polskiego w Szczecinie tworzący kabaret, a także zaproszeni goście m.in. Joanna Kołaczkowska, Hanna Śleszyńska, Andrzej Poniedziałski, Artur Andrus i Krzysztof Matera. Na scenie pojawiły się największe przeboje Czarnego Kota Rudego, a także numery premierowe. Kto nie był niech żałuje i w brodę sobie pluje. ds



OD LEWEJ: ZNANI SATYRYCY ORAZ POECI –
ANDRZEJ PONIEDZIAŁSKI I ARTUR ANDRUS



OLGA ADAMSKA – AKTORKA TEATRU POLSKIEGO



OD LEWEJ: WIESŁAW ŁĄGIEWKA, SŁAWOMIR KOŁAKOWSKI
I MICHAŁ JANICKI – TEATR POLSKI



MICHAŁ JANICKI, JOANNA KOŁACZKOWSKA (KABARET
HRABI), SŁAWOMIR KOŁAKOWSKI



OD LEWEJ: ADAM DZECINIĄK, MIROSŁAW KUPIEC, WIESŁAW
ŁĄGIEWKA, SŁAWOMIR KOŁAKOWSKI, MICHAŁ JANICKI



JAN KOZŁOWSKI (TOYOTA KOZŁOWSKI) Z ŻONĄ MAŁGORZATĄ



KRZYSZTOF URSKI W DOBOROWYM TOWARZYSTWIE



NA PIERWSZYM PLANIE – JAROSŁAW MROCZEK, PREZES
MKS POGOŃ SZCZECIN



FILIP CEMBALA – TEATR POLSKI



KABARET W PEŁNEJ KRASIE

FOTO: AKK

Biznes pożegnał karnawał

Zakończył się tegoroczny karnawał. Business Club Szczecin postanowił na finał zorganizować bal w swojej siedzibie w Czerwonym Ratuszu przy ulicy Dworcowej. Pojawili się wierni członkowie oraz sympatycy biznesowego stowarzyszenia, aby zapomnieć choć na chwilę o ponurej rzeczywistości. A jak wiadomo dobrze się spędza czas w doborowym towarzystwie, przy wykwintnym menu oraz odrobinie „elementu baśniowego” w płynie (jak mawiał sławny polski aktor Jan Himilsbach). ds



OD LEWEJ: WALDEMAR JUSZCZAK, DONATA JUSZCZAK, JULIA MAJ



OD LEWEJ: IZABELA MONTWIŁŁ, ROMAN MAJCHRZAK, BARBARA MAJCHRZAK



OD LEWEJ: SŁAWOMIR ŻÓŁTOWSKI, HANNA ŻÓŁTOWSKA, ANDRZEJ MONTWIŁŁ



OD LEWEJ: ZBIGNIEW PASZKOWSKI, BOGUMIŁ ROGOWSKI, BARBARA PASZKOWSKA, EWA ROGOWSKA, JOLANTA KORZENIEWSKA

FOTO: ALICJA USZYŃSKA

Hotel z huśtawkami

W Szczecinie rozpoczął działalność hotel Moxy. To czwarty obiekt tej sieci w Polsce. Mieści się w samym centrum miasta - kompleksie Posejdon. To nowoczesny, zaskakujący swoją prostotą i lifestyleowym designem hotel najnowszej marki sieci Marriott. Oferuje 121 komfortowych pokoi typu Queen, tętniący życiem bar, części wspólne otwarte są 24 godziny na dobę, muzykę na żywo, eventy, gry i zabawę oraz pierwszą (choć nie-dużą) w Polsce salę konferencyjną, w której krzesła zastąpiono huśtawkami. ds



WIKTORIA BYSTRZAK, NATALIA PIŃKOWSKA, MARTYNA GWOZDECKA, U GÓRY JAROSŁAW BRODOWSKI, NA DOLE MARTYNA SZCZEPANIAK, SEBASTIAN SZWEDO, MARLENA SZCZECIŃSKA



JAROSŁAW BRODOWSKI, SEBASTIAN SZWEDO



MARTYNA GWOZDECKA, WIKTORIA BYSTRZAK



NATALIA PIŃKOWSKA, MARTYNA SZCZEPANIAK

Szczecin, Jasne Błonia piętro willi



vis a vis pomnika Trzech Orłów
pow. 233 m² + piwnica 50 m²
działka 500 m²
garaż na 4 auta

na sprzedaż
cena: 3,3 mln zł
tel. 608 301 031, 91 810-10-10
www.baszta.eu



Szczecin, Centrum nowe apartamenty



dwupoziomowe apartamenty
„Zielone Tarasy”
w ścisłym centrum miasta
ul. Mazowiecka / Piłsudskiego
pow. 61 - 84 m²

na sprzedaż
tel. 791 404 330, 91 810-10-10
www.baszta.eu



SOLIDARNI Z UKRAINĄ



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. Ślaska 9a
Dental Implant Aesthetic Clinic ul. Panieńska 18
Dental Center ul. Mariacka 6/U1
Dentus ul. Mickiewicza 116/1
DermaDent ul. Kazimierza Królewicza 2 L/1
Dr Wiśniowski Chirurgia i Medycyna Estetyczna ul. Kusocińskiego 12/lu3
ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku słońcu 58
Fabryka Zdrowego Uśmiechu ul. Ostrawicka 18
Fizjopomoc ul. Witkiewicza 61
Excelmed ul. Kopernika 6/2
Gabinety Dr Żółtowski al. Powstańców Wielkopolskich 79
Gabinet Terapii Manualnej ul. Kasprzaka 3A
Gajda ul. Narutowicza 16A
HAHS ul. Czwartaków 3
Hahs Protodens ul. Felczaka 10
Klinika Dr Stachura ul. Jagiellońska 87
Laser Medi Derm ul. Kasprzaka 2C
Laser Studio ul. Jagiellońska 85
Lighthouse Dental, ul. Arkońska 51/5
Medicus pl. Zwycięstwa 1
Mediklinika ul. Mickiewicza 55
Medimel ul. Nowowiejska 1E
Optegra ul. Mickiewicza 138
Ortho Expert ul. Jagiellońska 87B
Perfadent - Gabinet Stomatologiczny al. Powstańców Wielkopolskich 4C
Praktyka Lekarska Piotr Hajdasz ul. Partyzantów 3/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński ul. Ślaska 5/2
PP Estetyczna ul. Żupańskiego 6/1
ST Medical Clinic ul. Kwiatkowskiego 1/26
Stomatologia Kamienica 25 ul. Wielkopolska 25/10
Stomatologia Mikroskopowa ul. Żołnierska 13A/1
Stomatologia ul. Wielka Odrzańska 31
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. Przestrzenna 13
Hotel Park ul. Plantowa 1
Hotel Radisson BLU pl. Rodła 10
Willa Flora ul. Wielkopolska 18

KANCELARIE

Przemysław Manik – kancelaria adwokacka ul. Kr. Korony Polskiej 3
Andrzej Marecki – kancelaria adwokacka ul. Lutniana 39
Gozdek, 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
Aleksandr-Dutkiewicz – kancelaria adwokacka ul. Wyszyńskiego 14
Licht Przeworska – kancelaria adwokacka ul. Tuwima 27/1
Mariusz Chmielewski kancelaria adwokacka ul. Odzieżowa 5

Kancelaria Notarialna al. Jana Pawła II 22
Skotarczak, Dąbrowski, Olech – kancelaria adwokacka ul. Narutowicza 12
Kancelaria Notarialna Daleszyńska - kancelaria notarialna al. Jana Pawła II 17
Kancelaria Notarialna Małgorzata Posyński ul. Józefa Piłsudskiego 20
Kancelaria Prawna Kamil Zieliński ul. Narutowicza 11/14
Kancelaria Radców Prawnych Brzeziński, Gregorczyk ul. Swarozycza 15A/3
Kancelarie Adwokackie Łyczewek ul. Krzywoustego 3
Waldemar Juszcak – kancelaria adwokatów i radców al. Niepodległości 17
Zbroja Adwokaci ul. 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. Ślaska 5/1
Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
Lodziarnia Pogodna ul. Poniatowskiego 2
Orsola al. Przestrzenna 4
Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
Nad Piekarnią cafe & bistrot ul. Krzywoustego 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. Białowieska 2
HTL ul. Lubieszynska 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. Szymborskiej 6
Polmotor Ustowo 52
Skoda ul. Struga 1A
Toyota Kozłowski ul. Mieszka I 25B
Toyota Kozłowski ul. Struga 17
Volvo ul. Pomorska 115B
VW ul. Struga 1B

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
HMI ul. Moczyńskiego 13B
Idea Inwest ul. Tkacka 14/U1
Krawczyk Nieruchomości ul. Jagiellońska 22/2
Lider House ul. Modra 92/2
Litwiniuk Property (Oxygen) ul. Malczewskiego 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
Greckie Ouzeri (pod mostem Długim)
Jin Du al. Jana Pawła II 17
Karczma Polska Pod Kogutem pl. Lotników
Kisiel ul. Monte Cassino 35/2
Kitchen meet&eat Bulwar Piastowski 3
Kresowa al. Wojska Polskiego 67
Lastadia ul. Zbożowa 4R
La Rotonda al. Południowa 18/20
La Rocca ul. Korolowa 101
Mała Tumskia ul. Mariacka 26
Marshal Food ul. Rayskiego 23/1
Między Wierszami ul. Moniuszki 6/1
Na Kuncu Korytarza ul. Korsarzy 34
Non Solo Pizza Pasta ul. Wielka Odrzańska 18U
Paladin ul. Jana z Kolna 7
Paprykarz al. Jana Pawła II 42
Pepperoni Pizzeria ul. Poniatowskiego 2a
Piastów 30 al. Piastów 30
Porto Grande Wały Chrobrego
Public Fontanny al. Jana Pawła II 43
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
Sushi & Pasta ul. Zbożowa 4
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
Willi 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 I 73
Batlamp ul. Milczańska 30A
Batna ul. Targ Rybny 4/2
Bella Moda ul. Bogusława 13/1
Brancewicz al. Jana Pawła II 48
Centrum Mody 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. Przestrzenna 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
Portfolio (od ulicy Jagiellońskiej) ul. Rayskiego 23/11
Riviera Maison ul. Struga 23
Rosenthal ul. Bogusława 15/1A
Strefa Koloru ul. Santocka 44
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. Korolowa 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
Kids „Forma” ul. Szafera 196B
Kids Arena, ul. Staszica 1
Mabo B Zone Klub ul. Welecka 2
Marina Sport ul. Przestrzenna 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-Niełacna 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 u. Cisowa 45
GDG Aesthetic Club ul. Jagiellońska 81/1
Hall No 1 ul. Wyszyńskiego 37
Imperium Wizażu ul. Jagiellońska 7
JK Studio (od Rajskego) ul. Monte Cassino 1/14
Klinika Beauty ul. Kołtąta 31

L.A. Beauty, ul. Raginisa 7/U3
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
Od stóp do głów ul. Batalionów Chłopskich 39a
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
MaxMara ul. Bogusława 43/1
Salon Baseline ul. Żółkiewskiego 13
Salon Masażu Baliayu ul. Wielka Odrzańska 30
SPA Evita Przeclaw 96E
Studio Kosmetyczne Kingi Kowalczyk ul. Szymonowskiego 8
Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
Studio Monika Koltz ul. Św. Wojciecha 1/9
Verabella ul. Jagiellońska 23
Well Spring Tai massage ul. Kaszubska 13/4A
Wersal Spa al. Jana Pawła II 16
Yasumi ul. Staromłyńska 19

INNE

13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
ArtGalle ul. Ślaska 53
Animal Eden ul. Warzymice 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 (fasztownia) ul. Wendy 14
Szczecińska Szkoła Wyższa Collegium Balticum ul. Mieszka I 61C
Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny ul. Niemierzyńska 17A
Teatr Polski ul. Swarozycza
Teatr Mały Deptak Bogusława
Teatr Współczesny Wały Chrobrego
Trafostacja Sztuki św. Ducha 4
Unity Line pl. Rodła
Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
Urząd Miejski pl. Armii Krajowej 1
Urząd Wojewódzki Wały Chrobrego
Velico ul. Wita Stwosza 13
Władca Języków al. Wojska Polskiego 48/2
Zamek Punkt informacyjny ul. Korsarzy 34
Zapal al. Piastów 42

JAGUAR XE

WRAŻENIA
DOSTĘPNE OD RĘKI
OD 1950 ZŁ
MIESIĘCZNIE



DLA PRZEDSIĘBIORCÓW

SAMOCHÓD DOSTĘPNY JEST DO JAZD TESTOWYCH W SALONIE BOŃKOWSCY BRITISH AUTO.
KORZYSTNE FINANSOWANIE ZAPEWNIĄ FIRMA ARVAL



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



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