

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

prestiz

M A G A Z Y N S Z C Z E C I Ń S K I

Piękne i Bestie
Maksymiliana
Ławrynowicza

Słoś, czyli życiorys
genialnego ignoranta

Prof. Rafał Kurzawa:
Niepłodność nie ma płci

KRZYSZTOF MAJCHRZAK

Pięścią w rozpacz

NR 4 | 154 | KWIECIEŃ 2022 r.



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 rządowi siedzeń, które po złożeniu pozwalają zyskać jeszcze więcej przestrzeni w bagażniku.

Więcej informacji na: mercedes-benz.pl/eqb



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

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

TERAPIE DLA WŁOSÓW PO COVID-19

KOMÓRKI
MACIERZyste

KARBOKSYTERAPIA

OSOCZE
BOGATOPŁYTKOWE

KOKTAJLE
WITAMINOWE

BADANIA
TRYCHOLOGICZNE

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


KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

WWW.KLINIKAZAWODNY.PL
FB/KLINIKAZAWODNY
@KLINIKAZAWODNY

Operacje powiększania ust

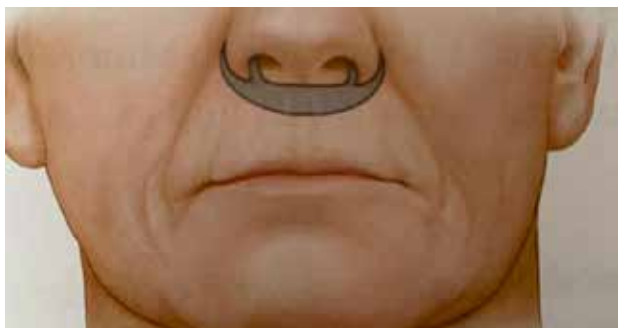
Pokazujemy schematycznie sposoby powiększania ust i wywijania czerwieni wargowej.

Potrzeba zmiany kształtu i wielkości ust to zjawisko, które pojawiło się bardzo dawno. Początkowo wykonywano takie zabiegi tylko i wyłącznie chirurgicznie, z czasem kiedy pojawił się kwas hialuronowy, można powiększać usta używając tzw. wypełniaczy.

Wniosek z tego jest taki, że można te zabiegi podzielić na operacyjne i bezoperacyjne.

Zabieg operacyjny daje efekt praktycznie na całe życie, natomiast wypełnianie czerwieni wargowej kwasem daje efekt czasowy i trzeba je powtarzać. Niestety nie wszystkie materiały pojawiające się w sprzedaży dają dobry efekt i należy starannie wybierać spośród wielu preparatów.

Zabiegi operacyjne zwykle wykonuje się w znieczuleniu miejscowym i pacjentka po zabiegu może opuścić gabinet. Pokazujemy kilka rycin zabiegów operacyjnych polegających na wywinięciu konta ust i podniesieniu środkowej części wargi górnej.



Cięcie przy podniesieniu środkowej części.



Podniesienie środkowej części.



Podniesienie kącików ust.

Zdjęcia pokazują zabiegi całkowitego wywinięcia czerwieni wargowej, które okazały się w tych przypadkach jedynym sposobem uzyskania oczekiwanego efektu.



Duża asymetria wargi górnej po wielokrotnych zabiegach ostrzykiwania kwasem chialuronowym.



Zabieg operacyjny - wywinięcie czerwieni wargi, efekt tuż po zabiegu.



Wycięcie starej blizny oparzeniowej wargi górnej - brak czerwieni wargowej.



Wywinięcie pozostałego fragmentu czerwieni wargowej, lip lift. Efekt tuż po zabiegu operacyjnym.

AESTHETIC
MED

dr n. med. Andrzej Dmytrzak



Na okładce:
Krzysztof Majchrzak
Foto: Rafał Masłowski



23



34



46

SPIS TREŚCI

10. Słowo od naczelnej

FELIETON

- 13. Wiosna zwykłego polskiego chomika – pisze Ania Ołów-Wachowicz
- 14. Krzywym okiem – pisze Dariusz Staniewski
- 17. Nowe miejsca

WYDARZENIA

- 18. „ДЕТИ” w solidarności z Ukrainą
- 21. Czas na szczecińską ligę żeglarską
- 22. Pozytywna energia Morcheeby
- 23. Na wybiegu pomagając
- 25. O biznesie w trudnych czasach
- 26. Pomaganie zapisane w DNA

TEMAT Z OKŁADKI

- 29. Krzysztof Majchrzak: Pięścią w rozpacz

LUDZIE

- 34. Historia zapisana w ginie
- 38. Piękne a jednak bestie

MOTORYZACJA

- 46. Powiew wolności
- 50. Ekscytujący, bo elektryczny
- 52. Bezpieczny, wygodny i z klasą
- 55. ŠKODA City Store – nowa jakość

DESIGN

- 57. Designerska sztuka równowagi
- 61. (Nie)zwykła codzienność

NIERUCHOMOŚCI

- 64. Enklawa w centrum miasta
- 66. Mieszkanie z widokiem na przystań jachtową

BIZNES

- 68. Mediacja i lobbing
- 70. Zielona transformacja to przyszłość biznesu
- 72. Jubileusz szczecińskiej szkoły międzynarodowej
- 74. Pomoc na miarę oczekiwań
- 75. Legalizacja zatrudnienia w Polsce
- 76. Premium, czyli możliwość wyboru
- 79. Gnocchi – drogocenne kluseczki
- 81. Niepłodność nie ma płci

ZDROWIE I URODA

- 82. Wiosenne bestsellery
- 84. Uśmiech w dobrych rękach
- 86. Jak zaszczepić w dzieciach miłość do sportu?
- 87. Naturalnie gabinetowe nowości
- 88. Nowe biodro, lepsze życie
- 90. Na zdrowych nogach
- 94. Praca nad urodą to praca nad zdrowiem
- 95. Nakładki szczęścia
- 96. Powrót do normalnego życia
- 97. Z miłości do nauki i ciała
- 98. Kręgle, morze i duża dawka relaksu
- 99. Japońska szkoła relaksu i urody
- 100. Ekspert radzi

KULTURA

- 101. Burmistrz / Szwedzka królowa swingu
- 102. Foki / Gwiazdozbiór z Olbrychskim
- 103. Jak powstawała Opera w Szczecinie / Portret córki – portret mamy
- 104. Saksy w filharmonii / Skarby czasu zarazy
- 105. Naród – pisze Szymon Kaczmarek
- 106. Słoś, czyli życiorys genialnego ignoranta
- 110. Dlaczego nie ma wielkanocnych kolęd i przebojów?
- 115. Teatr Dobra
- 116. **KRONIKI**



NOWY RESORT NAD BAŁTYKIEM W MIĘDZYWODZIU

Zainwestuj w apartament całoroczny



No. 1 Premium Real Estate

Biuro sprzedaży

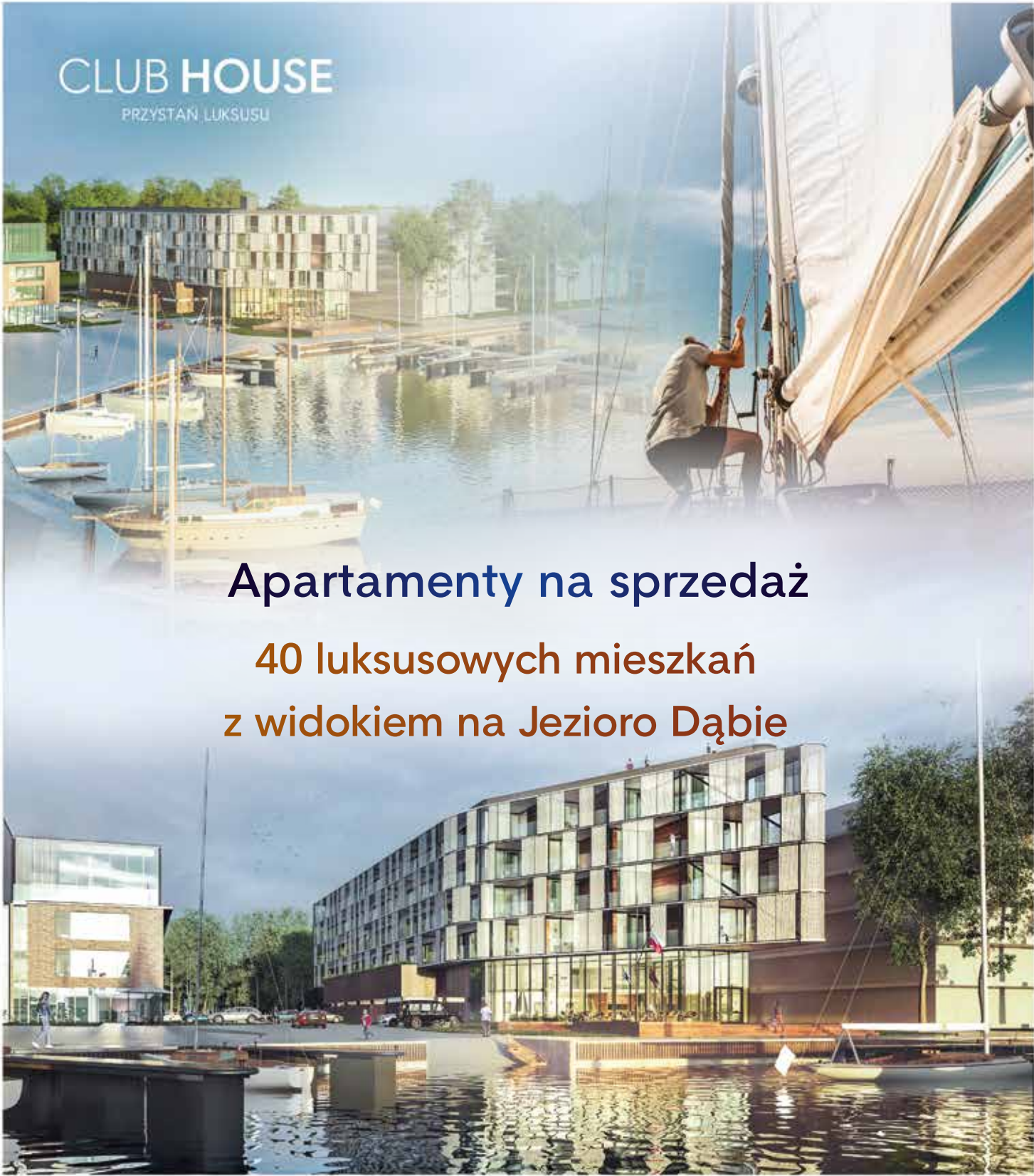
Tel.: +48 500 522 544

[assethome.pl](https://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



POMAGAJ, PRACUJ I ODPOCZYWAJ

Nie wierzę w zewsząd dobiegające mnie nawoływania do jedności, solidarności i zakończenia politycznych sporów. Z bajek wolę Harry'ego Pottera, i nie zmieniło się to nawet w czasie wojny Rosji przeciw Ukrainie. Wezwań do tego, by się natychmiast pojednać słucham z rozbawieniem – teraz trzeba po prostu pomagać. Jak najlepiej się da. Jeżeli pomoc odbywa się ponad podziałami to doskonale, aczkolwiek patrząc na zdjęcia z koncertu charytatywnego i widząc pewną popularną przedstawicielkę partii rządzącej, która z ugrzecznioną miną zasiada w pierwszych rzędach tego wydarzenia, a poza tym nie robi absolutnie nic – mam duże wątpliwości do szczerości intencji.

Rzeczywistość, w której obecnie żyjemy uobecnia się także Prestiżu, ale akurat w tym pozytywnym aspekcie, jeżeli w ogóle można o takim mówić w kontekście wojny. I tak część zdjęć w kwietniowym numerze robiła dla nas fotografka Anna Amanheldyieva, która wraz z mężem uciekła z Kijowa. Jeżeli zdecyduje się pozostać w naszym mieście, na pewno będziemy kontynuować współpracę. Ja jednak życzę jej osobiście jak najszybszego powrotu do domu, pod warunkiem, że znowu będzie mogła czuć się w nim bezpiecznie.

W Prestiżu relacje z akcji, eventów i koncertów charytatywnych. Pomagają kluby Lions i Rotary, pomagają fundacje, instytucje, szczeciński biznes, pomaga Północna Izba Gospodarcza. My, mamy zaszczyt i przyjemność wspierać, promować i pokazywać te akcje. Jak dobrze, że ten potężny ruch pomocowy jest tak widoczny, jestem autentycznie dumna z naszego miasta – i jego mieszkańców. Zmieniając temat, wraz z wiosną wracają do nas znane i lubiane wydarzenia na czele ze Szczecin Music Fest, któremu patronuje Prestiż, będą także Fryderyki, i Męskie Granie (nareszcie w Szczecinie!) – kto zdobył bilety, ten szczęściarz, bo zniknęły jak świeże bułeczki. Jest czas na pracę, będzie i na relaks czego sobie i Wam życzę. Zasłużyliśmy.

Izabela Marecka

prestiz
MAGAZYN SZCZECIŃSKI

Wydawnictwo Prestiż

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

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

REDAKTOR NACZELNA:

IZABELA MARECKA

REDAKCJA:

ANETA DOLEGA, DANIEL ŹRÓDLEWSKI,
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
RADOŚŁAW PERZ, TEL.: 575 650 590

DZIAŁ PRAWNY:

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

DZIAŁ FOTO:

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

SKŁAD GAZETY:

AGATA TARKA, marta@motif-studio.pl

DRUKARNIA:

DRUKARNIA KADRUK S.C.

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





KLINIKA DR STACHURA

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

Klinika Dr Stachura – Twój sposób na piękny wygląd!

ul. Jagiellońska 87 | 70-437 Szczecin

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

www.klinikadrstachura.pl





EXOTIC RESTAURANTS
— ★ SZCZECIN ★ —

THE BEST ASIAN RESTAURANTS



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



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



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



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



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

WWW.EXOTICRESTAURANTS.PL



ANNA OŁÓW-WACHOWICZ

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

(...) Reszta jest zdania, że lepsze jest wrogiem dobrego, a było dobrze. Podcinają człowiekowi skrzydła, o takich ludziach mówi się: pierwszy hamulcowy. Ja tu lecę na skrzydłach wiosny, a hamulcowy – wajcha w dół. Nie polatam.

Wiosna zwykłego polskiego chomika

Wiosenne poruszenie w przyrodzie i większe ilości słońca nastroją pozytywnie. Potężna machina rytmu natury oddziałuje i na nas. Mimo przytępionych cywilizacją zmysłów i my – ludzie, zupełnie tak samo jak chomiki polne, zaczynamy oporządkować swoje norki, wymiatać zimowe śmieci i myć okna. Zwłaszcza na Wielkanoc.

Wielkanoc to w naszej polskiej tradycji taka wersja light szaleństwa bożonarodzeniowego. Zarówno, jeśli chodzi o przygotowania, jak i menu. Póki co, nie trzeba lepić uszek, dania są lekkostrawniejsze niż staropolska wigilia pełna grzybów, grochu i kapusty. Raz w roku wystarczy obłędu, był raptem trzy miesiące wcześniej, więc teraz przez następne osiem będziemy do niego dojrzewali. Jak bigos. Też lubi dojrzewać, jest wtedy lepszy.

O wyższości świąt Bożego Narodzenia nad świętami wielkanocnymi toczy się długie spory. Nie silę się na werdykt, ja się tylko cieszę, że porównanie wychodzi mi finansowo korzystniej, jeśli chodzi o Wielkanoc. Zajętek przychodzi, ale się nie wygłupia tak jak Mikołaj.

Wiosną musi być lżej. Wszystko rusza się szybciej, ćwierka i śpiewa oraz skłonne jest do rozmnażania. My również. Wyciągamy z szaf ubrania mniej maskujące i następuje prawda objawiona. Jak jest dobrze, to można w pełni zaczynać sezon godowy. Jak jest jeszcze zapas po zimie to robimy natychmiast racjonalne plany żywieniowe nastawione na rzeżuchę i rzodkiewkę oraz inne wiosenne zieleńki, najlepiej kiełki. Potem się i tak skończy na białej kiełbasie z babą drożdżową w święta, ale start zawsze jest świeży jak kwietniowe żonkile. Mój zapas zimowy się zmniejszył, ale nadal anatomicznie bliżej mi do chomika niż drobnej ryjóweczki. Rzeżucha wchodzi do menu, zresztą już trzeba na święta posiać, mimo że nie lubię jej zapachu z nutą kocich siuszków.

W Wielkanocy lubię to, że najważniejsze jest dla odmiany śniadanie (wielkanocne), a nie kolacja (wigilijna). Ze śniadaniem nie da się aż tak przesadzić, żeby trzeba je było popychać kompotem z suszu. Chociaż...

Po zimowej nocy przychodzi dzień. Wiosna, jaja, motyle, kwiaty. I porządki w norcie chomika. Ostatnio przeczytałam: „Próbowaliście wdrożyć w życie duńską koncepcję hygge, lecz przytulne sweterki, miękkie pledy i zapachowe świeczki nie przyniosły wam szczęścia? A może jednak postanowiliście się ich pozbyć, bo bliższa wydała wam się szwedzka zasada umiaru, czyli lagom? Jeśli żadna z nich nie pomogła, wypróbujcie japońską ideę szczęścia i długowieczności, czyli ikigai. W pewnym sensie ikigai to zaprzeczenie duńskiego hygge. Nie zachęca nas do tego, by zwolnić. Chodzi w niej o odnalezienie celu w życiu, który będzie nas napędzał do działania, powodu, dla którego wstajemy rano z łóżka. Ikigai oznacza bowiem „życie” (czyli „iki”) oraz „powód” („gai”).

To jest cytat z F5. Przeczytałam i musiałam chwilę połapać myśli: ale, że to jak. Czyli, że co. Już się człowiek w tych trendach z czasopism zaczyna gubić w cholerę. Ledwo świeczek nakupowałam to już mam szukać celu w życiu, a świeczki jednak wywalić, bo staną na drodze nadmiar. Ale tak sobie potem pomyślałam, że hygge czy ikigai i tak chodzi o zdrowy rozsądek.

Darujcie sobie artykuły, można to jednym zdaniem powiedzieć: trzeba wyjść z koca, wywalić świece, ale tylko połowę, zwolnić, ale z umiarem i jednak napędzać się do przodu. Proszę bardzo, nie ma za co.

Hygge, czy lagom – sama co roku mówię sobie, że się opanuję. Nie przesadzę, nie wydam, nie nagotuję, nie wysprzątam. A potem rzucą mi się w oczy te wszystkie zajączki, motyle, kwiaty, jajeczka, gałązki, króliczki, kurki. Takie słodkie. To jednak jakieś kupię. I ulegnę sugestii namnażających się w tym czasie zdjęć kolorowych, pomysłowych, pysznych, zdrowych dań na wielkanocny stół. Ugotuję. Tzn. spróbuję ugotować, a co wyjdzie z nowego przepisu, to już inna sprawa. Czasem nie trzeba jednak było.

Rzucam się na wiosenne porządki jak tylko wyjdzie słońce. Jak chomik na październik w norze. W słońcu wszystko zawsze widać bardziej. Jak już tak sprzątam to nachodzi mnie ochota na przemeblowanie albo inny rodzaj estetycznego zamieszkania przyjmowany przez resztę rodziny z niezadowolaniem. Reszta jest zdania, że lepsze jest wrogiem dobrego, a było dobrze. Podcinają człowiekowi skrzydła, o takich ludziach mówi się: pierwszy hamulcowy. Ja tu lecę na skrzydłach wiosny, a hamulcowy – wajcha w dół. Nie polatam.

Ale i tak lubię wszystkie święta. To doskonała okazja do biesiadowania z rodziną przy rozłożystym stole, gdzie rozmowa nie jest mniej ważna niż dania. Tylko raz zdarzyło mi się spędzić święta on-line z resztą, bo szalała pandemia i to nie było to.

Pandemia na początkach. Wspominam ją z niestosownym rozrzewnieniem. Zestrachaliśmy się jak norki i zrobiliśmy sobie rachunek sumienia oraz zapasy. No czy nie jak chomiki? W kilka chwil doceniliśmy to co mamy. A w kilka (naście) miesięcy dojedliśmy zapasy zgromadzone w pierwszym ataku paniki. W życiu nie miałam tylu puszek w szafkach. Praca wyłącznie zdalna, zakaz łożenia poza ważnymi powodami, powolne gotowanie, czytanie, netfliksy i czas. Nieustanne mycie rąk i wszechobecny zapach alkoholu. Pierwsze dwa tygodnie jak wakacje: zrobiło się co tam trzeba, a potem wąskie rodzinne gronko, czytanie, planszówki – niemal idylla. Ominęło nas fatum, respirator nie był potrzebny, więc mogę sobie pleść bzdury o cudowności tego czasu. Nie rozpędzam się jednak za mocno, za dużo znam osób, u których wszystko nie skończyło się dobrze.

Skończyło? Pandemia się nie skończyła. Cwany wirus mutuje jak szalony, jeszcze go popamiętamy. Jednakże chwilowo przyćmił go niezdrowy chuch ze wschodu i wszystko znowu stanęło do góry nogami. Poza tym, ludzkość ma taką cechę, że jak się znajdzie w czarnej doopecie, to się po chwili próbuje w niej jakoś urządzać. Przyzwyczailiśmy się do pandemii, przyzwyczailiśmy do wojny? Oby nie! Niech nam nie spowszednieje. Nie zgadzajmy się na taki stan rzeczy.

Do pewnych rzeczy i spraw nie chcę się przyzwyczaić, nie chcę, żeby wracały, jak zła tradycja. Jak kubek lodowatej wody w wyjątkowo chłodny Lany Poniedziałek.

O to Cię w tym roku proszę, kochany Zajączku. Bardzo.

Twój oddany chomik Ania.



DARIUSZ STANIEWSKI

Dziennikarz z bardzo bogatym stażem i podobno niezłym dorobkiem. Pracował w kilku lokalnych mediach. Do niedawna dziennikarz „Kuriera Szczecińskiego”, m.in. autor poczytnej (przez niektórych uwielbianej, przez innych znienawidzonej) kolumny pt. „Kurier Towarzystwo” (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.

A tymczasem, tuż za rogatkami Świnoujścia, po drugiej stronie granicy, znajdują się aż cztery (!) restauracje, które mogły się uhonorować gwiazdkami Michelin. Można? Można!

Krzywym okiem

Jeden ze znanych polskich dziennikarzy stwierdził ostatnio, że wybuch wojny w Ukrainie sprawił, że trudno mu zabierać głos na ten i inne tematy. Bo pierwszy jest trudny, a każdy inny zbyt nieważny. Zgoda. Ale przecież człowiek potrzebuje także ucieczki, oderwania od natłoku złych informacji, które atakują go prawie na każdym kroku i z każdego medium. Jak śpiewał Jerzy Stuhr: „czasami człowiek musi, inaczej się udusi”. Spróbujmy więc choć na chwilę oderwać się od ponurej rzeczywistości. Bo przed nami Wielkanoc. Czyli dla wielu czas błęgiego, niczym nieskrępowanego obżarstwa. Bo co mamy sobie żałować! Poza tym nasze jedzenie jest najlepsze na świecie, najzdrowsze i wielu mogłoby się od nas uczyć. Bo znamy się na jedzeniu. Podobnie jak na medycynie. Udowodnił to już przed wiekami niejaki Stańczyk – błazen króla Zygmunta Starego, a w ciągu dwóch ostatnich lat jego badania potwierdzili na masową skalę sami Polacy, którzy stali się ekspertami od pandemii koronawirusa, szczepień, szczepionek, powikłań, jak i czym leczyć COVID itp. Teraz, po wybuchu wojny w Ukrainie, wielu Polaków zostało wybitnej klasy ekspertami wojskowości. Mają w małym palcu podręcznik prowadzenia wojny, czyli „Sztukę wojenną” Sun Zi, szczegółowo rozpracowali kampanie Napoleona Bonaparte i godzinami potrafią rozprawiać o strategiach opracowanych przez Carla von Clausewitza. Korespondencyjnie ukończyli przynajmniej amerykańską West Point. A jeżeli nie, to na pewno każdy ma jakiegoś znajomego, kolegę lub członka rodziny (niepotrzebne skreślić), który dysponuje „najprawdziwszymi informacjami z pierwszej ręki” od kogoś, kto z kolei zna takiego jednego, który wie wiele od człowieka mającego ścisłe powiązania z wojskiem. Bo np. codziennie kupuje bułki w sklepie naprzeciwko siedziby Korpusu NATO. A poza tym miał dziadka w partyzantce, kuzyna w ułanach i dalekiego wujka, który w czasie II wojny sprzedawał Szwabom i Kacapom bimber, do którego wcześniej napluł. Ci nasi domorośli i kanapowi eksperci wielokrotnie widzieli „Czterech pancernych” i inne wojenne filmy, więc wiedzą najlepiej co się na froncie dzieje i co powinni się zrobić, żeby Moskale rozgromić jednym chirurgicznym

cięciem, przepędzić niespodziewaną ostrą kontrofensywą, albo dzięki zgrabnemu manewrowi okrążającemu zamknąć go w tzw. kotle i wykończyć. Wiele takich opinii od ponad miesiąca można usłyszeć np. w środkach masowej komunikacji, na ryneczkach lub w kolejce w dyskontach spożywczych. Jesteśmy przecież narodem, który walkę i wojsko wysysa z mlekiem matki. Ale wracając do naszej wiedzy o jedzeniu. W przeróżnych telewizjach od lat przewijają się specjaliści różnej maści i edukatorzy gastronomiczni, którzy z jednego ziemniaka potrafią wyczarować trzydaniowy posiłek z deserem albo błyskawicznie podnoszą z kolan lokal, który odwiedzają tylko szczury i insekty. I aż dziwne, że w tym kraju kulinarnych znawców jest już tylko jedno miejsce – pewna krakowska Restauracja, która może się poszczycić gwiazdką Michelin. Jedna w Polsce! Oprócz niej spalona ziemia. A tymczasem, tuż za rogatkami Świnoujścia, po drugiej stronie granicy, znajdują się aż cztery (!) restauracje, które mogły się uhonorować gwiazdkami Michelin. Można? Można! Jedna funkcjonuje w Ahlbecku – niewielkim, urokliwym miasteczku, do którego świnoujscy kuracjusze i wczasowicze chodzą na spacer. Trzy następne działają w nieodległym Heringsdorfie – popularnym letnim ośrodku wypoczynkowym z drugim, co do wielkości, po sopockim, mołem w Europie. To dwie, niewielkie miejscowości. I cóż Wy na to polscy telewizyjni gastronomiczni celebryci? Gdzie jesteście o Wy smakosze nad smakoszami, znawcy żarcia wszelakiego, degustatorzy wszechczasów, królowie podniebień, posiadacze wyrafinowanych kubków smakowych? Wy telewizyjni fechmistrze kulinarni przed którymi żadna potrawa nie ma tajemnic? Czemu swych umiejętności nie przekujecie w czyn, a jeżeli nawet Wam się to udało i jesteście właścicielami przeróżnych knajp lub restauracji, to jak to się dzieje, że Wasza wiedza i zdolności nie są docenione przez francuskich ekspertów? Gdzie Wasze gwiazdki Michelin? Nie ma? No cóż, to pewnie po prostu zwykła zawiść oraz spisek żabojadów i ślimakożerców. A tymczasem wszystkim nam zdrowych, wesołych, obfitych i dyngusowatych świąt Wielkiejnocy!



MENNICA
MAZOVIA



PEŁNEJ ZŁOTEGO BLASKU
WIELKANOCY ŻYCZY
ZESPÓŁ MENNICA MAZOVIA

Bezpieczne zakupy metali szlachetnych.
Monety inwestycyjne oraz
sztabki z certyfikatem LBMA.

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



Archeologiczna
Home

NOWOCZESNY DOM W MIERZYNIE

Stworzony dla rodziny



assethome[®]
premium home - premium life

No. 1 Premium Real Estate

Biuro sprzedaży

Tel.: +48 500 511 550

assethome.pl





KARMELEK

Karmelek- Koszalińska Pracownia Słodczy, to nowe miejsce – wyspa, które znajdować się będzie w CH Galaxy w ciągu łączącym starą i nową część na 1 piętrze. W ofercie firmowe krówki, karmelki, lizaki, czekolady, chałwy, miody, owoce i orzechy w czekoladzie, pianki, żelki oraz kącik vege. Krówka koszalińska to produkt wytwarzany własnoręcznie z 3 składników – mleka, masła i cukru. Aktualnie wytwarza 10 rodzajów krówek smakowych m.in. kawową, czekoladową, z makiem, z imbirem, kokosowa oraz bez cukru.

Szczecin, CH Galaxy,
al. Wyzwolenia



ŠKODA CITY STORE

W Szczecinie rozpoczął działalność pierwszy ŠKODA City Store – salon motoryzacyjny działający w nowej formule w samym centrum miasta – w kompleksie Posejdon. Obiekt wyposażony jest w nowoczesne technologie wspomagające i ułatwiające prezentację oraz sprzedaż samochodów. Do tego kompleksowa obsługa zapewniana przez profesjonalistów oraz możliwość indywidualnego przetestowania auta podczas jazdy próbnej.

Szczecin, Kompleks Posejdon,
Plac Brama Portowa 1



PAWEŁ KUJAWA – KANCELARIA MEDIACYJNA

Kancelaria stałego mediatora sądowego przy Sądzie Okręgowym w Gorzowie Wielkopolskim. Paweł Kujawa posiada uprawnienia do prowadzenia mediacji cywilnych, rodzinnych, gospodarczych, karnych i nieletnich. Swoje działania prowadzi na terenie całej Polski. Oferuje spotkania w formie bezpośredniej w biurze kancelarii ewentualnie w miejscu uzgodnionym z klientem lub spotkania pośrednie z wykorzystaniem środków komunikacji elektronicznej (online). Ma ponad 20-letnie doświadczenie zawodowe jako przedsiębiorca, menadżer, członek zarządu i prezes zarządu.

Szczecin ul. Jerzego Janosika
17, II piętro, pok. 211



JEM TU SUSHI

To kameralna restauracja Premium, która stawia przede wszystkim na jakość. Wszystkie potrawy przygotowywane są w oparciu o produkty importowane z Japonii. Natomiast składniki które wymagają świeżości, pozyskiwane są od sprawdzonych, lokalnych dostawców. Dzięki temu można mieć pewność, że w Jem tu Sushi serwowane jest jedzenie najwyższej klasy.

Szczecin, ul. Kusocińskiego 8

reklama

Odzyskaj uśmiech
dzięki implantom!

Uśmiechaj się
śmiało!



STOMATOLOGIA
NA PODZAMCZU



BONDING
na jednej wizycie!

„ДЕТИ” W SOLIDARNOŚCI Z UKRAINĄ

PRZED TEATREM WSPÓŁCZESNYM W SZCZECINIE POJAWIŁ SIĘ NAPIS „ДЕТИ” – KOPIA WIELKIEGO NAPISU „DZIECI” W JĘZYKU ROSYJSKIM, UPAMIĘTNIAJĄCA BOMBARDOWANIE TEATRU W MARIUPOLU W UKRAINIE. TO REAKCJA ZESPOŁU NA ANTYWOJENNY APEŁ ZAWARTY W ORĘDZIU NA MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ TEATRU.

Napis ma upamiętniać bombardowanie Teatru Dramatycznego w Mariupolu. W wyniku rosyjskiego nalotu zginęło około 300 osób, które schroniły się w budynku. Napis jest także odpowiedzią zespołu Teatru Współczesnego na apel zawarty w orędie, który na Międzynarodowy Dzień Teatru wygłosił Kobięcy Dramatyczny Kolektyw (w składzie: Agata Adamiecka, Małgorzata Błasińska, Jagoda Dutkiewicz, Monika Dziekan, Dorota Kowalkowska i Monika Strzępka):

„(...) Potrzebujemy teatru jako schronu, jako domu dla nas i dla tych, którzy z nami zamieszkają. Schronu dla wyobraźni, która niesie alternatywę i stwarza nowe języki. Schronu dla wartości. Schronu dla istnień ludzkich i pozaludzkich – gdy chcą być razem, obok, blisko, ciało przy ciele, oddech przy oddechu, bliscy choć obcy, zewsząd, tu i teraz – razem. (...) Umieścimy przed każdym teatrem w Polsce i na świecie napis ДЕТИ. Niech ten napis-okrzyk niesie się przez świat: ДЕТИ ДЕТИ ДЕТИ... Niech usłyszy go zbrodniarz i zrozumie, że uderza w nas wszystkich. Niech usłyszy go Ukraina i wie, że wszyscy jesteśmy z nią. Niech usłyszy go świat i zacznie pracę nad nową przyszłością.”

Napis stworzyli znani szczecińscy artyści – Katarzyna Szeszycka i Piotr Pałkowski „Lump”. Podobne napisy pojawiły się m.in. przed Teatrem Narodowym w Pradze, Teatrem Dramatycznym w Warszawie i Teatrem Polskim w Poznaniu.

ds /foto: akk



Line SUN PROTECTION

Rozświetlający krem SPF 30
Matujący krem SPF 50

NIEZAWODNA OCHRONA PRZECIWSŁONECZNA

Chronią przed promieniowaniem UVA i UVB

Nawilżają i wyrównują koloryt

Zakrywają drobne niedoskonałości



Dostępne na www.clochee.com

Sklep stacjonarny przy ul. Księcia Bogusława X 10/2 w Szczecinie

YACHT PARADISE





SZCZECIŃSKA LIGA REGATOWA 2021
FOTO: © Marek "WIEKU" Wilczek

CZAS NA SZCZECIŃSKĄ LIGĘ ŻEGLARSKĄ

7 MAJA NA WODY ODRY I JEZIORA DĄBIE POWRÓCĄ ZMAGANIA SZCZECIŃSKIEJ LIGI ŻEGLARSKIEJ. TYTUŁU MISTRZÓW I PRZECHODNIEGO PUCHARU BĘDZIE BRONIĆ ZAŁOGA PKO LEASING, KTÓRA OKAZAŁA SIĘ NAJLEPSZA W SEZONIE 2021.

Organizator zadbał o to, żeby wzięcie udziału i spróbowanie sportowej rywalizacji było jak najprostsze. Formuła regat jest amatorska i do udziału mogą zgłosić się załogi klubowe, firmowe czy po prostu złożone z grupy znajomych. Każda z rund poprzedzona jest zajęciami Akademii Regatowej, podczas której trenerzy pomagają uczestnikom w opanowaniu obsługi jachtów oraz podstaw taktyki regatowej. Dzięki temu, umiejętności żeglarskie nie są niezbędne, żeby cieszyć się emocjami, które oferuje sportowe żeglowanie. Nie trzeba też posiadać własnego jachtu. Organizatorzy zapewniają jednakowy sprzęt dla wszystkich uczestników i serwisują go podczas zawodów. Do Ligi może zgłosić się zespół złożony z dowolnej liczby osób, a podczas regat jest możliwość zmieniania składu.

Cykl czterech jednodniowych regat składa się na punktację generalną. Załoga z największą ilością punktów na koniec sezonu będzie miała szansę odebrać puchar przechodni Szczecińskiej Ligi Żeglarskiej załodze PKO Leasing. A być może doświadczona załoga obroni tytuł? Ubiegłoroczna rywalizacja była bardzo zacięta, a stawka klubowych i firmowych załóg była wyrównana. Dzięki krótkim wyścigom, których w ciągu dnia rozgrywa się kilka lub kilkanaście, nie ma miejsca na nudę. Ściganie jest dynamiczne, a szansa na naprawę swoich błędów dostaje się kilka razy dziennie.

Najbardziej ambitne załogi traktują udział w Szczecińskiej Lidze jako rozgrzewkę przed Polską Ligą Żeglarską. Rozgrywany w tym samym formacie ogólnopolski cykl regat cieszy się w ostatnich latach szybko rosnącą popularnością. Żeglarstwo ligowe jako sprawiedliwa i łatwo dostępna odmiana sportowego żeglarstwa zachęciło w tym roku ponad 50 klubów do udziału w Polskiej Lidze Żeglarskiej.

Szczecińska Liga Żeglarska przyciąga wiele załóg firmowych, ponieważ wzięcie udziału w cyklu jest znakomitą okazją do promocji swojej marki, często służy jako narzędzie team-buildingu i employer branding. Organizator oferuje też możliwość wykupienia powierzchni reklamowych na jachtach i innych powierzchniach reklamowych towarzyszącym wydarzeniu. Spotkania integracyjne po każdej rundzie są okazją do networkingu i przedstawienia swojej marki.

Do firmy MT Partners odpowiedzialnej za wydarzenie od lat, w tym roku, w roli współorganizatora, dołącza Yacht Klub Polski Szczecin. Połączenie sił gwarantuje wysoki poziom organizacyjny i sportowy wydarzenia odbywającego się pod patronatem Zachodniopomorskiego Okręgowego Związku Żeglarskiego.

mc / foto: Jarosław Gaszyński



POZYTYWNA ENERGIA MORCHEEBY

„BLACKEST BLUE” TO ZESZŁOROCZNY ALBUM LEGENDY TRIP HOPU, BRYTYJSKIEGO DUETU MORCHEEBA. TEN SWEGO RODZAJU POWRÓT JEST MOCNO OSADZONY W MUZYCZNEJ HISTORII ZESPOŁU. TO DZIESIĘĆ UTWORÓW ŁĄCZĄCYCH DOWNBEAT, TRIP HOP, CHILLOUT, ELECTRO-POP I SOUL W BARDZO ATRAKCYJNĄ CAŁOŚĆ. JUŻ 21 CZERWCA BĘDZIEMY MOGLI WYSŁUCHAĆ TEGO MATERIAŁU NA ŻYWO PODCZAS KOLEJNEJ EDYCJI SZCZECIN MUSIC FEST. MORCHEEBA WYSTĄPI NA DZIEDZINCU ZAMKU KSIĄŻĄT POMORSKICH

Ostatni Album Brytyjczyków powstawał w niełatwych czasach, a jego celem był pozytywny przekaz, zarówno w warstwie muzycznej jak lirycznej – tak Skye Edwards pisze o przezwyciężaniu losowych przeciwności i odkrywaniu nowych sił we własnym wnętrzu. Jej zmysłowy wokół i świetna muzyczna produkcja nadają tekstom wiarygodności i mocy. Na płycie gościnnie pojawili się m.in. Duke Garwood (znany ze współpracy z Markiem Laneganem) i Brad Barr (The Slip, The Barr Brothers). Najnowszy album Morcheeba promowały single „Sounds of Blue”, „Oh Oh Yeah” i „The Moon”.

Morcheeba powstała w połowie lat 90. ubiegłego wieku z inicjatywy braci Rossa i Paula Godfreyów. Wkrótce dołączyła do nich obdarzona niezwykłym głosem Skye Edwards. Muzyką i klimatem grupa wpisała się w trip hopowy nurt, stojąc w jednym szeregu obok takich grup jak Massive Attack czy Portishead i mając wpływ na muzykę i kulturę lat 90. – Kochałem lata 90-te. kochałem muzykę gitarową, takie zespoły jak My Bloody Valentine czy Dinosaur Jr. To był świetny czas, zanim ludzie zaczęli się wpatrywać przez cały dzień w swoje telefony komórkowe – stwierdził Ross Godfrey, w rozmowie z nami, którą odbyliśmy trzy lata temu. – W naszej muzyce słychać różne wpływy, np. bluesa czy country. Sam osobiście uwielbiam starego acid rocka, to co robił Jimi Hendrix czy grupa The Cream. Skye za to uwielbia takie wokalistki jak Shirley Bassey czy Patsy Cline. W naszej muzyce słychać wiele różnych rzeczy, ale ponieważ

większość z nich jest wciąż dość psychodeliczna i ma stępione bity, to ludzie nazywają to trip hopem.

Debiutancki album Morcheeba „Who Can You Trust?” z 1996 roku to mroczny, nieco psychodeliczny trip hop. Płyta niepokojąca, ale melodyjna. Nie odniosła komercyjnego sukcesu, za to pod kątem artystycznym stała się prawdziwym rarytasem. I tak się zaczęła historia zespołu. Nazwa Morcheeba składa się z dwóch członów: „MOR” to skrót od Middle of the Road oznaczającego radiowy format, zaś „cheeba” to slangowe określenie marihuany. Morcheeba miała okres w swojej twórczości bez udziału Skye, która na jakiś czas odeszła z grupy. Wokalistka nagrywała solowe płyty i rozkręciła własny interes – Skyewards Recordings. Bracia w tym czasie zajęli się swoimi karierami, nagrywaniem i produkowaniem muzyki. Aktualnie Morcheeba to duet: Ross i Skye.

Zanim usłyszymy i zobaczymy na żywo Morcheebę, festiwalowe atrakcje SMF poprzedzą dwa wiosenne koncerty. Najpierw 12 maja zagra jazzowe trio z Trójmiasta Immortal Onion, które do swojego muzycznego kociołka oprócz jazzu dorzuca sporo elektroniki, lirycznych fraz i progresywnego metalu. Następnie, 25 maja, zapowiadany już przez nas Wojtek Mazolewski Quintet, czyli prawdziwa jazzowa petarda.

ad/ foto: materiały prasowe

NA WYBIEGU POMAGAJĄC

W HOTELU COURTYARD BY MARIOTT, W RAMACH AKCJI KOBIETY-KOBIETOM, PANIE Z LIONS CLUB SZCZECIN JANTAR ZORGANIZOWAŁY IMPREZĘ CHARYTATYWNĄ PN. „KOBIETA W ŚWIECIE MOTO”. Z TEJ OKAZJI ZE SWOIMI PRELEKCJAMI WYSTĄPIŁY: DOMINIKA BOŃKOWSKA, WŁAŚCICIELKA BMW, MINI BOŃKOWSCY ORAZ MAŁGORZATA SERBIN Z AKADEMII KIEROWCY „ABEROS”.

Podczas imprezy, którą poprowadził aktor Teatru Polskiego Mateusz Kostrzyński odbył się pokaz mody. Nową kolekcję Patrizii Aryton z salonu La Passion zaprezentowały członkinie LC Jantar oraz zaproszone przez nie panie. „Jantarki” pojawiły się raz jeszcze na wybiegu, podczas prezentacji ubrań firmy Portfolio, gdzie w drugiej części pokazu, poświęconego dodatkowo, w roli modelek wystąpiły panie z publiczności. Cały dochód z imprezy został przeznaczony na zakup translatorów dla lekarzy i personelu medycznego z Zachodniopomorskiego Centrum Onkologii w Szczecinie, którego Lions Club Szczecin Jantar jest ambasadorem. Mają one pomóc w komunikacji z pacjentkami z Ukrainy i przełamać bariery językowe.

ad/ foto: Anna Amanheldyieva



ZOFIA DALESZYŃSKA
(LC JANTAR)



EWA NIEŻYCHOWSKA
(LC JANTAR)



OD LEWEJ: IZABELA MARECKA (PRESTIŻ), KLAUDIA KACPRZYK-DYMEK, WICE PREZYDENT LC JANTAR



ADRIANNA ZALEWSKA
(LC JANTAR)



AGNIESZKA JAWOROWSKA
(LC JANTAR)



KATARZYNA MATEUSZCZUK-SZAJKOWSKA



PELAGIA ŻEJMO,
PREZYDENT LC JANTAR



DOROTA JASINA
(LC JANTAR)



BARBARA MARCINIAK-MARECKA
(LC JANTAR)





KORYZNA CLINIC
IMPLANTOLOGIA I STOMATOLOGIA

Naturalnego UŚMIECHU

na co dzień i od święta!

O BIZNESIE W TRUDNYCH CZASACH

PRZEDSIĘBIORCY W POLSCE ZDAJĄ OBECNIE JEDEN Z NAJTRUDNIEJSZYCH EGZAMINÓW – TEST Z RADZENIA SOBIE W NIEPEWNEJ, NIEPRZEWIDYWALNEJ, A PRZEZ TO W NIEZWYKLE TRUDNEJ RZECZYWISTOŚCI. SŁOWO „KRYZYS” ODMIENIAMY PRZEZ WSZYSTKIE PRZYPADKI, A „ZARZĄDZANIE KRYZYSOWE” NIE JEST JUŻ TYLKO TEMATEM SZKOLENIA, A STAJE SIĘ NASZĄ CODZIENNĄ PRAKTYKĄ. JAK SOBIE Z TYM RADZIMY? PATRZĄC OBIEKTYWNIEM – BARDZO DOBRZE. NIE ZMIENIA TO FAKTU, ŻE NIE JEST TO ŁATWY CZAS: DWA LATA PANDEMII, ROSNĄCA INFLACJA, REWOLUCJA NA RYNKU PRACY, A OSTATNIO DRUZGOCĄCA WOJNA W UKRAINIE. TO WSZYSTKO POWODUJE, ŻE ROZMOWA O REALIACH RYNKU W OTOCZENIU PRZEDSIĘBIORCÓW I EKSPERTÓW JESZCZE BARDZIEJ ZYSKUJE NA ZNACZENIU. ZMIAN JEST WIELE I ZACHODZĄ ONE TAK DYNAMICZNIE, ŻE TYLKO PRZEDSIĘBIORCA, MENADŻER CZUJNY, ZWINNY I OTWARTY NA TO, CO DZIEJE SIĘ DOOKOŁA, JEST W STANIE RADZIĆ SOBIE Z WYZWANIAМИ CODZIENNOŚCI.

25
05

KONFERENCJA SZCZECIN BIZNES & HR

Biznes w trudnych czasach. Jak rozwijać siebie i firmę?
Spotkanie praktyków.



SB
&
HR

SZCZECIN
BIZNES & HR

biznes-hr.pl

Pragnę Państwa zaprosić na czwartą edycję konferencji Szczecin Biznes & HR, która odbędzie się już 25 maja w gościnnych wnętrzach hotelu Courtyard by Marriott w Szczecinie. W trakcie wydarzenia będziemy dyskutować o tym, jak prowadzić biznes w trudnych czasach i jak, mimo wielu zmiennych, rozwijać siebie, swoich ludzi i firmę. Dotychczasowe edycje konferencji (wówczas pod nazwą #HRSzczecin) były źródłem żywej i kreatywnej dyskusji na temat przyszłości rynku pracy, na temat trendów, szans i zagrożeń. Po dłuższej przerwie wracamy, by znowu rozmawiać o tym, co się dzieje wokół i przewidywać, jakie wyzwania szykuje dla nas jeszcze rynek pracy i cała gospodarka. Na pewno nie zabraknie tematów, które tu i teraz kształtują naszą rzeczywistość i nie pozostają bez wpływu na sytuację i działalność polskich firm (wspomniane wyżej wojna, pandemia czy Polski Ład).

Jestem przekonana, że dla każdego kierującego firmą czy zespołem będzie to inspirujące, pobudzające kreatywność doświadczenie, a także idealna okazja, aby rozwiązać wątpliwości, które mogą się w tym trudnym czasie pojawiać.

Szczecin Biznes & HR po raz kolejny poprowadzi znana i lubiana Beata Tadla, która zarażać nas będzie swoją, jakże teraz potrzebną, pozytywną energią. W gronie prelegentów natomiast znajdują się znakomici goście, w tym: charyzmatyczny Bogdan Sosnowski, wzięty trener, doradca, mówca inspiracyjny, specjalizujący

się w strategii i wdrażaniu zmian, znana wszystkim psycholog Maria Rotkiel, ekspertka z zakresu rozwoju zawodowego i osobistego, czy Szymon Kudła, który już trzecią dekadę inspiruje biznesowo szeroką publiczność w Polsce, w zachodniej Europie i w USA. Swoją praktyczną wiedzę z uczestnikami podzielią się również przedstawiciele biznesu, którzy na co dzień mierzą się z wyzwaniami zmiennego rynku (m.in. Roman Borecki z Netto Polska, Salling Group). Zwieńczeniem będzie wykład profesora Zarzeckiego, który opowie o perspektywach gospodarczych na świecie, Europie i Polsce. Konferencję zakończy koktajl biznesowy, podczas którego będzie czas na wymianę wrażen, spostrzeżeń czy nawiązanie nowych kontaktów.

Nie mam wątpliwości, że tak jak dotychczas, będzie to jedno z najważniejszych wydarzeń kierowanych do biznesu i osób zarządzających. Liczymy na obecność przedstawicieli największych firm działających na Pomorzu Zachodnim. Partnerów zainteresowanych współtworzeniem konferencji serdecznie zapraszam do współpracy. Więcej informacji znajdziecie Państwo na stronie konferencji: biznes-hr.pl, którą na bieżąco aktualizujemy.

Katarzyna Opiekulska-Sozańska, Dyrektor Zarządzająca LSJ HR Group. Prezes Fundacji Talent & Kariera



POMAGANIE ZAPISANE W DNA

FASH'N'ACT TO CHARYTATYWNY POKAZ MODY ORGANIZOWANY OD KILKU LAT PRZEZ LOKALNĄ MŁODZIEŻ ZRZESZONĄ W INTERACT SZCZECIN INTERNATIONAL. TO ONI WYMYŚLAJĄ, PLANUJĄ, PRZYGOTOWUJĄ I STYLIZUJĄ, ABY UZBIERAĆ FUNDUSZE POTRZEBNE DLA CO-ROCZNEGO BENEFICJENTA LUB BENEFICJENTKI, WEDŁUG HASŁA #MODNIEPOMAGAC.

Poprzednie edycje zakończyły się sukcesem, pieniądze zebrane podczas ostatniej edycji umożliwiły zakup protez kończyn dla szczecinianki Julii Dąbrowskiej. Tegorocznymi beneficjentami są Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Dzieci z Zespołem Downa Iskierka, a także osoby z Ukrainy mieszkające na terenie Polski i potrzebujące pomocy podopieczni rotariańskiego projektu Liberdade. Do tej pory zebrano 30 tysięcy złotych. Zbiórka pieniędzy jeszcze trwa pod numerem konta:

76 1030 0019 0109 8533 0003 8573

Rotary Club Szczecin International, z dopiskiem FashnAct



Tegoroczny Fash'n'Act, który odbył się w murach szczecińskiej Filharmonii, składał się z siedmiu pokazów, które były zaprezentowane zaraz po uкладzie szczecińskiego klubu tanecznego „Astra”. Motywem przewodnim prezentacji było DNA: Dynamics, Nature, Adventure. Pokazy składały się z niesamowitych kolekcji Akademii Sztuki, które powstały pod opieką projektantki mody Anny Gregorczyk. Ostatni zaś był wzruszającą formą protestu wobec wojny w Ukrainie i wielu innych podobnych sytuacji panujących na świecie.

ad / foto: Cube Media



reklama

DOMY KLASY PREMIUM z dużymi ogrodami

9 MINUT OD CENTRUM SZCZECINA



- Najwyższy standard materiałów od renomowanych firm: Aluprof, Schüco, TECE, Saunier Duval, Brillux
- Oferta dla ceniących jakość oraz oszczędności w kosztach eksploatacji
- W pobliżu: szkoła, przedszkole, sklep
- Bezpośredni dojazd pod dom oświetloną drogą publiczną. Garaże i własny parking
- Pomoc doradcy kredytowego i architekta wnętrz

Istnieje możliwość wykorzystania dodatkowego pokoju na parterze na **gabinet do pracy zdalnej z osobnym wejściem**, który będzie oddzielony od części prywatnej.



ZADZWOŃ PO SZCZEGÓŁY:

+48 576 247 001

www.MojaOstoja.pl





Pięścią w rozpacz

AKTOR FILMOWY I TEATRALNY, JEDEN ZE WSPÓŁCZESNYCH MISTRZÓW AKTORSTWA CHARAKTERYSTYCZNEGO ZNANY Z KRWISTYCH RÓL I KONTROWERSYJNYCH POGLĄDÓW. ROZMAWIAMY Z KRZYSZTOFEM MAJCHRZAKIEM O BYCIU SILNYM I NIEPOKORNYM.

Wygląda Pan jak zawodowy sportowiec. Ćwiczy Pan ze sztangą, czy z ketlami?

Lubię totalny trening. Jednego dnia – ciężary, a drugiego – worki bokserskie. To dla mnie jak mycie zębów albo poranna kawa.

Skąd ten nawyk?

Jako ośmiolatek pojawiłem się na korytarzu Państwowej Podstawowej Szkoły Muzycznej przy ul. Jaracza 19 w Łodzi. Mój romans z muzyką się przedłużył, bo potem było liceum muzyczne, potem trzy lata Akademii Muzycznej. I nagle – ku przerażeniu mojego Taty – pojawiłem się na egzaminach wstępnych do Łódzkiej Filmówki. W wyniku tego nieodpowiedzialnego gestu, bo tak go oceniam po latach – zostałem również aktorem.

Wróćmy do tych projekcji ośmiolatka

Otóż na korytarzach w szkole wisiały portrety. Jeden przedstawiał dość miłego pana z trzema podbródkami w okularach ze szklami jak denka od szklanki. Nazywał się Franz Schubert. Dalej wisiał jakiś grubas w białej barokowej peruce, z dużym brzuchem. Nazywał się Johann Sebastian Bach. Ale miałem jeszcze jednego demona, który mnie wtedy straszył. Człowiek z przystojną twarzą, z włosami uciętymi na pazia, których nienawidzę. Ten, z kolei, nazywał się Fryderyk Chopin. Wmówiłem sobie wtedy, że jak będę się uczył muzyki, będę grał na fortepianie – to będę tak wyglądał... Dlatego rok później, w tajemnicy przed rodzicami, zapisałem się do klubu sportowego do sekcji boks i ciężarów. Od tamtej chwili jadę codziennie.

Boks?

I karate. Byłem kiedyś na kontrakcie muzycznym w Japonii, mam żółty pas. Opowiem Pani o moim mistrzu. Gdy byłem w Japonii, moi kumple ostro pili...

A Pan to wylewał za kołnierz?

Ja nie wylewam za kołnierz, uwielbiam balangi. Natomiast te

ilości zaczęły mnie powalać. Nie dawałem rady. Zapytałem właściciela klubu, w którym graliśmy, czy gdzieś w pobliżu jest jakiś klub karate. Chciałem w ten sposób się jakoś ratować. Myślałem, że przynajmniej napijemy się raz; w weekend. Ale nie codziennie! Okazało się, że jego brat prowadzi klub karate. Mój mistrz, jedyny w klubie mówiący po angielsku, nazywał się Haruhisa Miura i miał 83 lata. Myślałem wtedy, że wszystkich tam rozwalę. On ma mnie uczyć? Człowieka podciągającego się na drążku 24 razy?!

Wow!

Niestety Haruhisa zrobił mi rozgrzewkę trwającą piętnaście minut, po której nie wiedziałem czy fruwać, zemdleć czy się porzygać. Umyłem się i usłyszałem: „Kris, kiedy będziesz wychodził – ukłoń się dojo (sali treningowej), taki jest zwyczaj. I chyba do jutra, prawda?” „Tak, za dziś dziękuję” – odpowiedziałem i wychodząc zapytałem: „Czy mistrz zechce mi zdradzić tajemnicę swojej wydolności?” Usłyszałem, że są tylko dwie rzeczy. Po pierwsze: jeść tylko wtedy, kiedy chce się jeść, po drugie: jeżeli zaczynasz ćwiczyć - to ćwicz codziennie (jak mówili w klubie: mainichi). Tego się trzymam i ku mojej radości Pani ocenia moją kondycję pozytywnie.

Co Panu daje taki wysiłek?

Nie wiem... Może wygraną w kontakcie z rozpaczą, nieustanną towarzyszką ludzkiego losu? Może pozwala mi w tym błocie rozpacz na to, żeby usta wysunęły się odrobinę nad, a nie utonęły pod? Może mi to pomaga nie żyć w tym ciągłym imadłe losu, ściśnięty między byciem szczęśliwym i nieszczęśliwym, bogatym i biednym, sławnym i niesławnym? Może to? Czuję, że tak jest, ale ludzie, którzy nie są zbyt „robotni” i nie przywykli do pracy fizycznej mi w to nie uwierzą. Zaraz zapytają, a gdzie moje przyjemności? A ruch jest ważniejszy od czegośkolwiek, nawet jedzenia. Tak więc kobieta czy mężczyzna powinni zawsze mieć przy sobie butelkę wody i się ruszać.

Wtedy nie ma się żadnych romansów i znajomości z lekarzami.

Latem, na festiwalu filmowym Tofifest w Toruniu otrzymał Pan nagrodę za niepokorność twórczą. Odbierając ją powiedział Pan, że nagrodzono Pana za bycie uczciwym...

No właśnie... Żyjemy niestety w świecie, w którym zwykła uczciwość okazuje się niepokornością! I powoduje nazywanie takiego człowieka trudnym, czy wręcz seryjnym mordercą! Ale to nie jest wina ludzi, którzy pokochali uczciwość i po prostu słuchają głosu własnego serca.

Nie?

To jest wina kontekstu kulturowego, tego, w jaki sposób homo tabletus zastąpił nam homo sapiens! Otóż niestety kontaktujemy się wyłącznie ze szkłem. Doszło do tego, że przyjaciele, kochankowie rozmawiają ze sobą za pomocą urządzeń!

Pana to mocno denerwuje, jak widzę...

Na zajęciach w Akademii Teatralnej często rozmawiam ze studentami. Proszę sobie wyobrazić, że osoba, która mnie szanuje, ceni i lubi - nagle w środku rozmowy ze mną zaczyna wywijać kciukiem. Dodam, że rozmawiamy o ważnych rzeczach! Mówię: „Proszę, nie wal tym kciukiem w ten ekran. I słyszę: „Proszę mówić, Profesorze, proszę mówić, ja mam podzielną uwagę”. Odpowiadam, że ja nie mam podzielnej uwagi, a ten kciuk zaburza mi całkowicie sposób myślenia i utrudnia porozumienie. Ale nadal słyszę: „Proszę mówić, proszę mówić...” To pieprzone, przekłete szkło niszczy związki, niszczy rodziny! Nie rozumiem też jak można czytać książki na e-bookach albo jeszcze gorzej – słuchać ich nagranych przez jakiegoś szmirusa! Przecież pisarz liczy na kontakt czytelnika z tekstem i życzy sobie iskrzenia. Ale jak ma nastąpić iskrzenie, gdy jakiś bubek, któremu płacą parę groszy czyta tęsknie modulując głos! Otóż homo tabletus spowodował, że świat się zmienił na tyle, że zwykła uczciwość graniczy dziś z niepokornością.

Czyjś modny ostatnio coming out świadczy o niepokorności?

A skąd! To jest rzecz z kompletnie innego porządku. Nawiasem mówiąc, Iwaszkiewicz powiedział kiedyś, że nie życzy sobie mówienia o tym, ponieważ sama natura opowiadania o swojej seksualności należy do strategicznie osobistych komunikatów. Ja też sobie nie życzę mówienia o mojej seksualności, bo jak Iwaszkiewicz, uważam, że jest to zwyczajnie sfera ludzkiej intymności. Nie chcę nikogo stygmatyzować, po prostu mówię do artystów kina i teatru: Jeśli chcesz mówić o nieheteronormatywności to zobacz, proszę, co z tym wszystkim zrobił Pedro Almodovar w swojej opowieści o Człowieku - a nie o „lesbjkach i gejach”! Obejrzyj film „Porozmawiaj z nią”, czy „Wszystko o mojej matce” i będziesz wiedział jak skonstruowany jest świat, w którym bycie heteronormatywnym czy nieheteronormatywnym nie jest najważniejszym z problemów! Almodovar podszedł do tematu po szekspirowsku i niczym Fiodor Dostojewski zajął się po prostu wędrówką Człowieka przez życie. Co załatwia w gruncie rzeczy czyjś coming out?! Myślę sobie: „Weź bracie swoją tajemnicę, przytul ją do serca i nie zdradzaj jej nikomu, bo to jest częśćka twojej osobistej godności”.

Nie sądzi Pan, że coming out znanej osoby może pomóc np. ludziom stygmatyzowanym z powodu swojej orientacji? Takich w Polsce nie brakuje...

Uważam za haniebane stygmatyzowanie osób nieheteronormatywnych. Po prostu gdzieś czuję, że te głośne medialnie coming outy nie przynoszą nikomu żadnej korzyści.

Ale feministą się Pan nie nazwie?

Mogę być feministą, wszystko mi jedno. Najważniejszy jest szacunek do Drugiego Człowieka. Pani, przypadkiem, jest kobietą a ja mężczyzną. I co z tego? Jeżeli nie dostrzeżemy w sobie Człowieka to nic nam to nie da. To podwórkowe zobaczenie Drugiego Człowieka w sobie jest po prostu fajne i dobre – jak to na podwórku.

Na podwórku? A w czym to pomaga?

W prostocie kontaktów, w niewchodzeniu w konflikty, choć bójkę między chłopakami zdarzają się w ciągu dnia średnio trzy razy. Mówię tu tylko o prawdziwym szacunku Człowieka do Drugiego. A ten szacunek rodzi się tylko w taki sposób.

Takie proste, a jednak trudne.

Cholernie trudne. I w istocie wracamy do figury tego „niepokornego”, który jest jedynie uczciwy.

To bycie uczciwym uchroniło Pana przed laty przed bójką w sklepie nocnym na warszawskiej Pradze?

Rozumiem, że nawiązuje Pani do tego spotkania, o którym opowiedziałem odbierając nagrodę na Tofifest? To prawda, byłem pozytywnie zaskoczony, że ktoś mnie tam rozpoznał i chciał przybić piątkę za to, że widział mnie w jakiejś roli. Nawiasem mówiąc, nie sądzę, żeby koło, który mnie zaczepił obejrzał jakiś cały film z moim udziałem, bo tam nikt niczego nie obejrzał w całości. Tam byli ludzie, którzy chleją, napierdalają się i kradną. A za to, co ukradną – piją w nocnym sklepie. Była tam krata, a za nią siedziała bardzo młoda dziewczyna. Wystawiała butelkę, szybko wydawała resztę i cofała rękę. Tak jakby się bała, że ktoś ją za nią złapie. Ale właśnie ci kolesie byli o niebo uczciwsi od tych pretensjonalnych, artystowskich typków z tzw. przestrzeni kultury. Gest tego kolesia, jego akceptacja, ta piątka była dla mnie nagrodą! Bo to znaczy, że zrobiłem coś, co absolutnie do niego dotarło. Nie ma większego szczęścia.

Zastanawiał się Pan nad tym, jak to się stało?

Prawdopodobnie to skutek uczciwości i prostoty, o których rozmawialiśmy. Podobnie było na gali wręczenia nagrody Złoty Głan. Jeżeli przede mną nagrodę za uczciwość dostaje np. Agnieszka Holland, to jest to nagroda, która premiuje nie tyle filmy jako produkty, ale decyzje, jakie się podejmuje. Pewna dziewczyna powiedziała mi kiedyś: „Dostał Pan nagrodę za to, że nigdy nie złapaliśmy pana na robieniu jakiegoś gówna”. Z drugiej strony na uczelni artystycznej, gdzie pracuję, za kolejny tytuł dostaje się punkty. I słyszę: „Krzysztof, od czterech lat nie zrobisz filmu i Akademia nie dostaje punktów”. Odpowiedziałem, że niedawno dostałem nagrodę za niepokorność.

I co Pan usłyszał?

Że to „cudownie, bo to się przyda do parametryzacji”. Tłumaczyłem, że nie dostałbym tej nagrody gdybym zagrał np. w „Zabili go i uciekł 4”. Ta nagroda jest nagrodą za serię problematycznych odmów, czyli mówiąc wprost: rezygnacji z udziału w dennych projektach. Jesteśmy tu więc na kursie kolizyjnym. Mówią mi: „Graj, graj”, bo uczelnia ma punkty, a teraz punkty otrzymuję za niegranie. I nagle słyszę: „To jest błąd systemu”.

Trudno to zrozumieć?

Trudno. Ale trzymam się tego, co mówiła moja babcia Ola: „Wnuś, nie martw się. Naprawdę ciężko jest z głodu zdechnąć”.

Nie ma Pan dużych potrzeb?

Mam motocykl, rajdowy samochód, dom w lesie. Mam mieć drugi dom czy samochód osiem razy droższy? Gdybym nagle się tego pozbył i miał zamieszkać w jednopokojowym mieszkaniu

w bloku, to oczywiście płakałbym za swoim lasem z kilkusetletnimi sosnami, ale nic by się w gruncie rzeczy nie stało. Nie zmieniłbym ani jednego dnia, siedzenia przy fortepianie albo walenia w worek bokserski. Marzę tylko o Porsche 911. Fajne autko.

To prawda, fajne.

Ale do nart, na których często jeżdżę jest mi niepotrzebne – za małe. W szkole Tata i Mama zabraniali mi na nich jeździć, bo miałem być pianistą – więc ciągle jestem niewyjeżdżony i jak opuszczam góry, to zawsze płaczę.

A jest Pan szczęśliwy?

Jak już mówiłem – miałem szczęście wymknąć się działaniu tego imadła, ściskającego Człowieka między byciem takim a takim. Więc bardzo fajnie mi się wędruje.

Mówią, że w swoich rolach łączy Pan męską siłę i wrażliwość. Można to jeszcze połączyć?

Z tym się wiąże wybór tematu, który chcę podjąć w rozmowie z widzom. To ważna dla mnie decyzja. Czy Pani wie, że ja w „Konopielce” o mały włos nie zagrałem? Zresztą Mama mi powtarzała, że jak będę tak dalej traktować swoją pracę – skończę pod płotem. A teraz mówię jej na tamten świat: „Mamo skończę pod płotem, ale we własnym ogródku”.

O co chodzi z tą „Konopielką”? Dlaczego by Pan w niej nie zagrał?

Przyszedłem akurat na wieczorny spektakl, gdy zadzwonił Witold Leszczyński. Przedstawił się, ale ja go nie skojarzyłem. Powiedział, że ma dla mnie propozycję. „Chciałbym, żeby pan zagrał w *Konopielce* główną rolę – Kaziuka” – usłyszałem. Odpowiedziałem: Wie Pan co, ja tej książki o chłopach, którzy „chodzo, rzygajo, jebio i pierdzo”, nienawidzę. Nienawidzę też tych dziesięciu chałtur, które kursują po Polsce i zbijają forsy na robeniu z chłopów kretynów. Mam w dupie tę postać i te monodramy, to mnie kompletnie nie interesuje. I nagle on odpowiedział mi: „Wiem, że Pan jest muzykiem. Którego pianistę lubi pan bardziej: Oscara Petersona, czy Errolla Garnera?”. Odpowiedziałem, że kocham obu z osobnych powodów. A on mi na to: „Czy ma pan jutro wolny wieczór? Proszę przyjść do mnie, mam potężną aparaturę, posłuchamy płyt”.

Poszedł Pan?

Owszem, ale cały czas nie wiedziałem o co chodzi. Myślałem po drodze: „Konopielka”? Błagam! Puściliśmy te płyty, wypiliśmy kawę. Po godzinie Witold przyniósł mi scenopis filmu, który miał 18-20 stron i zapytał: «Zechce to pan przeczytać na spokojnie, ale może jutro rano? I powiem panu na do widzenia, że to ja jestem autorem *Żywotu Mateusza*. Gały wyszły mi na wierzch, łzy stanęły w oczach, bo przecież kochałem ten film. Jedyne co byłem w stanie powiedzieć to: „Dobranoc. Dziękuję za płyty”. W nocy od razu to przeczytałem i krzyczałem: „Kur...a, to jest genialne”. Leszczyński zrobił z tego jakiś moralitet średnio-wieczny. Zresztą Redliński – autor *Konopielki* po premierze powiedział: „Wituś, tak moja książka powinna, kur...a, wyglądać”. To była opowieść o świecie, figurze Boga, drodze Człowieka, a „Konopielka” Redlińskiego taka nie jest. To pierdząco-rzygający chłopski bełkot. Nienawidzę tej książki i o mały włos przez nią nie pracowałbym z Witkiem.

Dobrze się Wam pracowało?

Genialna robota. Nie było nawet czasu na to, żeby zjeść kanapkę, bo szliśmy z obiektu na obiekt.



I który reżyser słuchałby płyt z aktorem?

Pewnie żaden. Nawiasem mówiąc, dziś najbardziej toksycznym zawodem świata jest tzw. reżyser castingu. To etatowy gnębiel aktorów, których traktuje po prostu z butą: „Proszę zrobić taką minkę, proszę inną. Do widzenia. Odezwiemy się do pana”.

A Pan, co dziś mówi swoim studentom?

Nie wiem, co im mówić. Jestem czasem po prostu bezradny...

Czy oni mogą być niepokorni?

Nie mogą, zwłaszcza jak mają dziecko na głowie i nie mają co do garku włożyć. Tragiczna rzecz, ale na tzw. Zachodzie wcale nie jest wesołej. Natomiast aktorzy często sami stwarzają sytuacje, w których są traktowani z łokcia.



Dlaczego?

Może dlatego, że tak żebrzą o rolę? I jak już ją dostaną to robią głupie miny, co wprawdzie budzi śmiech, ale nie szacunek. Rzadko zdarza się np. że po ujęciu podchodzi do nich operator kamery i mówi „Rozwaliłeś mi tym serce”. A przecież tylko na tego rodzaju impulsach jest oparta tzw. sztuka.

Ostatnio dużo się mówi o przemocy w szkołach artystycznych. Słyszał Pan?

Sam przeszedłem tzw. kurs antyprzemocowy. Dwa dni po osiem godzin z bardzo miłą panią zajmującą się tym tematem zawodowo. W przerwie na papierosa powiedziałem, że mam wątpliwości czy te dwa wspólne dni w jednej sali są akurat nam tak bardzo potrzebne. Chłopaki zapytali mnie, dlaczego tak mówię. Powiedziałem: „ponieważ od urodzenia wiem, że dzieci się ani nie bije ani nie rucha”. Zaczęli się śmiać.

A prowadząca?

Do niej oczywiście tego nie mówiłem. Ona była bardzo zaangażowana, empatyczna, a samo spotkanie było bardzo frapujące. Ale jak już o tym rozmawiamy, to przyznam szczerze, że to – o paradoksie – ja, w ciągu tych paru lat na uczelni doświadczyłem mobbingu ze strony studentów!

W jakich sytuacjach?

Na przykład rok po pokazie dyplomowym na Festiwalu Szkół Artystycznych w Łodzi – okazało się, że człowiek, z którym nie bez trudności budowałem wspólnotę, który dostał za swoją rolę parę nagród – wspominał potem publicznie pracę ze mną jako gwałt, walkę i burzę! Zadzwonili do mnie jego koledzy i pytali: „Widział pan co on powiedział? Prześlę profesorowi”. Za chwilę dzwoni następna dziewczyna i pyta: „Co, boli, profesorze?” Odparłem, że tak. Kompletniej gorczy dopełniał fakt, że półkę nad moim kominkiem wypełniają głównie prezenty od niego – które ofiarowywał mi – jak sądziłem – w geście wdzięczności. Sprytne to i podłe. Zapytałem prowadzącą ten kurs antyprzemocowy, czy to też nie jest mobbing? Usłyszałem, że takie sytuacje się zdarzają i że mi współczuje. Ale ten ból jest chyba składową człowieczej wędrówki. A to właśnie ona jest powodem powstawania filmów, książek, spektakli. Ona – a nie tzw. „bieżączka”.

A polityka?

Artysta w ogóle nie powinien zajmować się polityką. Najważniejsze rzeczy w plastyce, literaturze, filmie nie dotyczą polityki. Dla uczciwego artysty niezbywalną dumą jest, po prostu, bycie Człowiekiem.

rozmawiała: Paulina Błaszczewicz / foto: Rafał Maślów

MANUFAKTURA 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!

MANUFAKTURA WZROKU | SZCZECIN | CONCEPT STORE

UL. MONTE CASSINO 40

TEL. 575-494-942

WWW.MANUFAKTURAWZROKU.PL



Historia

zapisana w ginie

KIEDY ŻYCIE DAJE CI CYTRYNĘ... DODAJ DO NIEJ GIN Z TONIKIEM. PROSTE, PRAWDA? I JAKIE DOBRE. GIN TO JEDEN Z TYCH PRZYJEMNYCH ALKOHOLI, KTÓRY MOŻNA SĄCZYĆ PRZESZ CAŁY ROK, IŻ ZAWSZE BĘDZIE PACHNIAŁ I SMAKOWAŁ JAK LETNI ZACHÓD SŁOŃCA. TAJEMNICA JEGO FENOMENU TKWI W SKŁADNIKACH. I CHOĆ TO JAŁOWIEC JEST PODSTAWĄ TEGO TRUNKU TO DODAC DO NIEGO MOŻNA NIEMAL... WSZYSTKO.

Wie o tym doskonale para wielkich miłośników ginu i twórców lokalnej odmiany tego alkoholu – Aleksandra i Marcin Czajkiewiczowie. Heritage Magnolia Gin to ich zamknięte w pięknej butelce, cudownie aromatyczne „dziecko”. Motywem przewodnim Heritage jest magnolia, niezwykle urody kwiat, który jest nie tylko wpisany w symbolikę i klimat Szczecina, ale także wspólnie podbija smak samego trunku.

Co takiego jest wyjątkowego w ginie, że Wy akurat zdecydowaliście się poświęcić mu swój czas, pieniądze i podniebienia?

Aleksandra Czajkiewicz: Najbardziej wyjątkowa w ginie jest jego różnorodność. W zależności od tego jakie składniki botaniczne dodamy w procesie produkcji, to sprawi, że za każdym razem uzyskamy unikalny efekt w smaku, aromacie.

Marcin Czajkiewicz: Gin jest kategorią alkoholi, najbliższą współczesnej alchemii. Z jednej strony mamy jałowiec będący podstawą receptury, a z drugiej, kiedy zaczynamy wchodzić w szczegóły receptury, okazuje się, że są różne rodzaje jałowca i różne składniki botaniczne, które można wykorzystać w tworzeniu tego alkoholu, czasem naprawdę zaskakujące.

Czyli na przykład jakie?

Marcin Czajkiewicz: Podróżując w różne miejsca na świecie, czy była to Tajlandia czy Islandia, zawsze szukaliśmy lokalnego ginu, innego od tego klasycznego. Wydawać by się mogło, że na takiej Islandii, lokalnej wersji tego trunku raczej nie znajdziemy. Tymczasem okazało się, że jest inaczej. Islandczycy do ginu dodają rodzaj miejscowego mchu, który daje bardzo torfowy aromat. Co prawda nie znalazłem nikogo, komu by ten gin smakował, poza mną (śmiech), ale trudno nie docenić kreatywności.

Natomiast w zeszłym roku będąc w Danii, natrafiłszy na gin z dodatkiem kredy, a dokładnie skały kredy, która alkoholowi dodaje mineralnego posmaku.

Aleksandra: Mnie osobiście za to bardzo miło zaskoczył gin tajlandzki, w którym bardzo wyczuwalny jest aromat ananasa i kokosa. To połączenie nadaje trunkowi świeżości i tropikalnego charakteru. Generalnie z ginem jest tak, że dzieli się go na kategorie. Mamy na przykład kategorię London dry do której należą często klasyczne, prostsze w składzie giny czy kategorię ginów współczesnych. Tutaj poza jałowcem pojawiają się inne oryginalne smaki i aromaty, jak kwiaty, cytrusy czy różnego rodzaju przyprawy. Ta kategoria cały czas się rozwija i szczególnie podoba się barmanom, gdyż daje szerokie pole do tworzenia wielu kombinacji koktajlowych.

Zamiłowanie do tego trunku postanowiliście przełożyć do własnych butelek i stworzyliście własną markę. Skąd ten pomysł?

Aleksandra: Miłośnikami ginu jesteśmy od lat. Tak bardzo, że stwierdziliśmy, że zrobimy własny. W trakcie pandemii, kiedy sporo osób rozważało co dalej robić w życiu i jakie wprowadzić w nie zmiany, stwierdziliśmy, że czas zacząć realizować wspólne marzenie, którym było stworzenie własnej marki ginu.

Marcin: Doświadczenie z alkoholem, poza jego degustowaniem, zdobywałem przez cztery lata pracy w Pernod Ricard, firmie która w swoim portfolio ma m.in. Wyborową. Tam kierowałem marketingiem online i tworzyłem dział, który zajmował się wszystkimi markami w Polsce plus polskimi wódkami globalnie. To pozwoliło mi poznać tę branżę. Z drugiej strony jednak wydawało mi się, że tworzenie alkoholi jest domeną tzw. wielkich graczy, korporacji, takich jak ta w której pracowałem. Długo do





mnie docierało, że tworzenie ginu może być także niszowym przedsięwzięciem. I dopiero w trakcie pandemii pojawił się pomysł, by nasze marzenie przekuć w realne działanie. Wiedzieliśmy, jak to zrobić i kto może nam w tym pomóc.

Aleksandra: Rozmawialiśmy z każdą destylarnią rzemieślniczą w Polsce. Odwiedziliśmy większość z nich, żeby zobaczyć, jak to wygląda w praktyce. Można w nich produkować własny alkohol, na takiej samej zasadzie na jakiej produkuje się kraftowe piwa – w formie współpracy kontraktowej. My wybraliśmy do współpracy taką, która dała nam najwięcej swobody w tworzeniu ginu. Odpowiadamy za całą recepturę, za proces technologiczny, za przygotowanie składników. Dodatkowo jesteśmy przy każdej destylacji, która trwa 12 godzin. Później rozcieńczamy, butelkujemy, etykietujemy i numerujemy ręcznie każdą z butelek. Zależy nam na tym, żeby w każdej butelce można było wy czuć rzemiosło i pasję, którą wspólnie w to wkładamy.

Marcin: Wsparcie naszej destylarni i cały też związany z tym know-how jest niesamowity. Kiedy destylowaliśmy pierwszą partię, tak naprawdę zostaliśmy rzućni na głęboką wodę. Pomoc destylarni, moje doświadczenie w branży alkoholowej, nasza wspólna pasja i wykształcenie Oli, którą jest mikrobiologia – to wszystko złożyło się na to, że mogliśmy tego dokonać.

Na początku naszej rozmowy mówiliście o wszystkich, czasem dość oryginalnych składnikach jakie może zawierać gin. W waszym ginie znajduje się magnolia. Wyjątkowej urody kwiat, ale też jeden z symboli Szczecina. To chyba nie był przypadek?

Marcin: Związany z tym proces myślowy wyglądał tak: wiedzie-

liśmy, że robimy gin i że wracamy do Szczecina. Zrobimy w takim razie gin z magnolią. Magnolia w branży gastronomicznej na Zachodzie w ogóle nie jest wykorzystywana. Jest to piękna roślina, która najczęściej służy jako element ozdobny. Pamiętam, że lata temu odwiedzając w Chinach mojego ojca, który tam wtedy pracował, trafiłem na herbatę inną niż wszystkie. Miała słodki aromat, zupełnie nie herbaciany. Po rozmowie ze sprzedawcą okazało się, że jest to magnolia.

Już później, w trakcie naszych „ginowych” poszukiwań, znaleźliśmy tylko dwa przypadki na świecie, gdzie w ginie wykorzystywany jest ten. Wynikało to z tego, czego sami doświadczyliśmy, że jest to po prostu trudny składnik w obróbce.

Aleksandra: To prawda, poświęciliśmy mu najwięcej czasu. Musieliśmy go dopasować do reszty mieszanki botanicznej, dlatego, że magnolia ma bardzo intensywny aromat a my nie chcieliśmy stworzyć ginu, który będzie tylko z magnolią, tylko taki który będzie współgrał harmonijnie z każdym składnikiem i będzie tworzył fajną paletę cytrusowo-owocowo-kwiatowo-ziołową.

Nawiązanie do Szczecina w Waszym ginie, nie tylko odzwierciedla magnolia, ale też inne składniki i cała oprawa i strategia marki.

Aleksandra: Przy tworzeniu tej receptury zależało nam by wszystko było spójne. Marka nawiązuje do Szczecina, miasta, w którym my się urodziliśmy, ale też do miejsca, do którego po wojnie przyjechali nasi dziadkowie z Kresów Wschodnich. Magnolia jest łącznikiem przeszłości naszych dziadków i naszej teraźniejszości. Staraliśmy się również w tej recepturze odzwier-



cedlić smaki z Kresów Wschodnich, dlatego mamy tutaj polskie jabłka, czarną porzeczkę, żurawinę, miętę, przytulię wonną i pędy sosny.

Nasza etykieta również nawiązuje do idei marki. Jest inspirowana architekturą Szczecina, poniemieckimi kamienicami. To właśnie filar kamienicy jest fundamentem naszej etykiety. Mamy też kwiaty magnolii, jest i jałowiec. Wśród tych symboli znajduje się także element, który nawiązuje do sklepienia Poczty na ulicy Dworcowej, jak również ulicy Pocztowej, na której Marcin się wychował i gdzie znajduje się nasze biuro.

Marcin: Tak, Śródmieście i Turzyn to są nasze rejony. I te inspiracje chcieliśmy oddać, tworząc markę. Pokazać, że Szczecin to nasz dom.

Kto, zanim gin trafiła na rynek, testował go po Was i jakie były i są reakcje na niego?

Marcin: Mieliśmy zaufaną grupę barmanów, którzy byli naszymi testerami. Test dał nam dużo materiału do przemyśleń, do zmiany receptury, ale też pokazał nam, w którym kierunku powinniśmy pójść.

Aleksandra: Te testy pokazały również to, że każdy lubi coś innego, i każdy wyczuwa coś innego i ma różne skojarzenia. W końcu w naszym ginie jest 19 składników. Dostajemy pozytywne informacje zwrotne, cały czas do nas napływają. Myślę, że dodatkowo takim miłym wyznacznikiem jakości są również medale, jakie dostajemy w międzynarodowych konkursach. Niedawno otrzymaliśmy najwyższe wyróżnienie w międzynarodowym konkursie w Hiszpanii. Zresztą nie wypuszczalibyśmy

produktu, który by nas w stu procentach nie satysfakcjonował, ale pozytywny odbiór konsumentów jest dla nas bardzo ważny.

W takim razie, gdzie można spróbować Waszego ginu i jak go zdobyć na własność?

Marcin: Jesteśmy tylko w dobrych sklepach specjalistycznych i topowych koktajlbarach i restauracjach, w różnych częściach Polski. W Szczecinie jesteśmy w 17 Schodach, w Wyszaku, w Moxi, w restauracji Karkut, w Rosso Fuoco, w Tkackiej 7, w The Ptak i Pies, w Hali Odra, w Browarze Pod Zamkiem, w Barażu czy Jazzmencie, a także w Binowo Park Golf Club. Oprócz tego można nas kupić w trzech sklepach specjalistycznych: w CityWine i Fine Wine na Starym Mieście i w 101 Win przy alei Jana Pawła II. Można nas także zamówić online przez największy tego typu sklep z alkoholem, czyli Dom Whisky.

Na koniec jeszcze jedno pytanie: jak prawidłowo pić gin?

Aleksandra: My polecamy w przypadku każdego alkoholu rzemieślniczego, by spróbować go najpierw solo, nawet bez dodatku lodu, po to, żeby poczuć ten smak i wszystkie aromaty. Można go spróbować pijąc z kieliszka, ze szklanki bądź z kieliszka degustacyjnego do whisky, jak kto woli. Później można dodać lodu, tonicu. Można go miksować w różnych koktajlach. Wyznajemy zasadę, że alkohol jest dla ludzi i należy go pić w taki sposób, w jaki nam najbardziej odpowiada. Nie jesteśmy purystami w tej dziedzinie. Oczywiście gin, tak jak każdy alkohol, należy pić z umiarem w odpowiedzialny sposób.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Aleksandra Czajkiewicz



Piękne, A JEDNAK bestie

POCHODZĄCY ZE SZCZECINA FOTOGRAF MAKSYMILIAN ŁAWRYNOWICZ POWRACA Z KOLEJNĄ CZĘŚCIĄ SWOJEGO CYKLU FOTOGRAFICZNEGO PROJEKT KOBIETY, TYM RAZEM PORTRETUJĄC KOBIETY, KTÓRE CHOĆ BYŁY PIĘKNE I INTELIGENTNE RÓWNOCZEŚNIE BYŁY RÓWNIEŻ BEZWZGLĘDNE I ZABÓJCZE. BOHATERKI „PIĘKNEJ I BESTII” W HISTORII ZAPISAŁY SIĘ JAKO PIĘKNE MODLISZKI, KUSICIELKI CZY OKRUTNICE. – NAWET JEŚLI CENĄ BYŁY CZYJEŚ ŻYCIA.

SALOME III TAŃCZĄCA ZE ŚMIERCIĄ

BIBLIA TO NIE TYLKO PROROCTWA CZY PRZYPowieści PEŁNE MORAŁU. TO RÓWNIEŻ HISTORIE KOBIET – CZĘSTO SILNYCH, WZGARDZONYCH A NIEKIEDY I OKRUTNYCH. A TAKICH NIE BRAKOWAŁO W MĘSKIM ŚWIECIE STAROŻYTNEGO IZRAELA. Z TYCH NAJBARDZIEJ PRZEBIEGŁYCH PRYM WIODŁA PIĘKNA SALOME. POCHODZIŁA Z DYNASTII HERODIAŃSKIEJ I ISTNIAŁA NAPRAWDĘ: BYŁA CÓRKĄ HERODA III I HERODIANY A ŻYŁA W POŁOWIE PIERWSZEGO WIEKU NASZEJ ERY. PRZYJMUJE SIĘ, IŻ UWIODŁA WŁASNEGO WUJA – BRATA SWEGO OJCA – ZMYŚLOWYM TAŃCEM. TEN ZAŚ OCZAROWANY JEJ WDZIĘKAMI OBIECAŁ SPEŁNIĆ KAŻDE JEJ ŻYCZENIE. SALOME, DZIAŁAJĄC NA POLECENIE SWOJEJ RÓWNIE OKRUTNEJ MATKI ZAŻYCZYŁA SOBIE GŁOWY JANA CHRZCICIELA, KTÓRY PRZEBYWAŁ WTEDY W HERODOWYM LOCHU. WUJ SPEŁNIŁ JEJ ŻYCZENIE BEZ WAHANIA, KŁADĄC KRES ŻYCIU ŚWIĘTEGO, ZAŚ Taniec SALOME NA WIEKI STAŁ SIĘ SYMBOLEM KOBIECEJ WŁADZY NAD MĘŻCZYZNAM I PRZEZ CAŁE STULECIA ROZPALAŁ WYOBRAŹNIĘ ARTYSTÓW.

MODELKA: KLAUDIA LICKA / FRYZURA: L'OREAL PROFESSIONNEL TEAM / MAKIJAŻ: MAGDALENA GRAFF / NYX / OPIS: MAKSYMILIAN ŁAWRYNOWICZ

„Morderczynie, nimfomanki, dwulicowe konspiratorki, podstępne wszetecznice i bezwzględne władczynie, które jednym skinieniem topiły w morzu krwi całe narody często dla samej hecy...” – to fragment zapowiedzi kolejnej odsłony Twojego projektu i znowu wybrałeś kobiety, o których trudno powiedzieć, że były słodkie, dobre i szlachetne... Co tym razem Ciebie zainspirowało? Skąd taki temat i wybór bohaterów?

Z natury bardziej pociąga nas profanum aniżeli sacrum. Słodka, dobra i szlachetna jest zupa krem z pomidorów malinowych. W żadnym razie nie można użyć takiej nomenklatury w stosunku do prawdziwych kobiet (śmiech). Kobieta ma smak złożony, pełen dziwnych i skrajnych nut. To danie niesłychanie skomplikowane, które trudno uwarzyć, a jeszcze trudniej zjeść i powiedzieć po prostu: smakuje mi lub nie smakuje mi. Kobiety nie mają „owocowego bukietu”. Wyczuwamy w nich smak krwi, wina, rozmarynu, róż, ale też długo gotowanych kości. Ludzkich kości. Zainspirowała mnie właśnie kobieca złożoność: składników, aromatów, ukrytych akordów. O nich chcę opowiadać. Na ten smak składa się bowiem wiele czynników i ingrediencji, również tych gorzkich. I potencjalnie trujących.

Przeglądając bohaterki tej odsłony cyklu, natrafimy na postacie historyczne i mityczne. W przypadku niektórych z pań, nie znajdziemy żadnego usprawiedliwienia dla ich czynów, ale są też postaci, które chyba aż tak sobie, na złą sławę nie zasłużyły, np. nasza szczecinianka Katarzyna Wielka. Są wątpliwości co do jej udziału w zamordowaniu męża czy wielkiego apetytu na seks. Choć faktycznie, idealna raczej nie była. Czy się kierowałeś w wyborze bohaterów?

Katarzyna jest idealnym przykładem tego, co pragnę opowiedzieć tą wystawą. O żadnej innej kobiecie zarówno jej współcześni, jak i żyjący później nie wypowiadali tylu rozbieżnych i sprzecznych ze sobą sądów. Jedni wynosili ją pod nieboskon, inni nazywali potworem w ludzkim ciele, dziwką na tronie. Ta rozbieżność trwa do dzisiaj. Nie da się dyskutować z faktami, a te jasno mówią, że miała bardziej niż imperialistyczne zapędy względem swoich sąsiadów, zezwoliła szlachcie na handel ludźmi i zsyłanie niepokornych chłopów na Syberię. Krwawo tłumiła bunt kozackie i chłopskie, starła z powierzchni ziemi siły tureckie i dokonała rozbioru Polski. Była tyranem w każdym możliwym tego słowa znaczeniu. Nie zmienia to faktu, że za jej władzy Rosja rozkwitła. Katarzyna kazała tworzyć szkoły dla dziewcząt, zabroniła tortur, pozbyła się wólcęgostwa i żebractwa. Dlatego idealnie wpisuje się w obrane przeze mnie ramy – dualizmu kobiecej natury. Co do sławnego apetytu na

seks, to Katarzyna bardzo go lubiła i do tej pory są tego świadectwa. Miała na przykład swoje les éprouveuses, czyli „damy próbne”, które miały obowiązek sprawdzać zdolności seksualne jej potencjalnych kochanków. Nie była jednak bardziej rozwiązła aniżeli współcześni jej mężczyźni. Myślę, że miano nimfomanki przyłgnęło do niej, bo była kobietą, lubiła seks i nie bała się nim cieszyć, co jak wiemy dla kobiety jest zbrodnią, a dla panów powodem do dumy.

Które z Twoich bohaterek są Ci „najbliższe”? Nie użyję słowa „ulubione” ale może te najbardziej według Ciebie interesujące?

W moje pojęcie symboliki i mistycyzmu zdecydowanie wpisuje się biblijna Salome. Nie jestem katolikiem, a Biblię traktuję bardziej jako dzieło literackie, jednak mimo wszystko zaskoczyła mnie ilość silnych i niebezpiecznych kobiet, które są w niej ujęte. Salome świadomie użyła kobiecych wdzięków, aby zmanipulować ubogiego w silną wolę mężczyznę do osiągnięcia swego celu. A cel był drastyczny, jak wiemy – głowa Jana Chrzciciela. Nie mogę oczywiście nie wspomnieć o Elżbiecie Batory. Jej domniemane zbrocenia i sadyzm do dzisiaj są tematem sporów historycznych, nie zmienia to jednak faktu, iż była silną, zaradną, bajecznie bogatą i okrutną kobietą. Czy rzeczywiście kąpała się we krwi dziewic? W mojej wyobraźni, na pewno. Ostatnia z mojej, nazwijmy to „najbardziej intrygującej” trójki jest Katarzyna Medycejska, która oprócz tego, iż była świetnym politykiem i matką królów połowy Europy, to pałała się oryginalnym hobby – trucicielstwem.

Jak twoje modelki zareagowały, że będą przed obiektywem odtwarzać tak mroczne postaci. Niektóre z bohaterek cyklu to naprawdę ludzkie potwory, a ich historie i czyny są przerażające.

I tu znów wraca moje zamiłowanie, do zapraszania w charakterze modelek zawodowych aktorek. Aktorka dostaje zadanie, postać. Pewne ramy, buty w które musi wejść. W teatrze, przy pracy nad „Mistrzem i Małgorzatą” nie ma miejsca na rozmowy typu: „Hella? O nie, za mroczna, wolę być Małgorzatą!”. Tak samo jest z sesjami. Dziewczyny traktują to ambitnie, często jako wyzwanie aktorskie. Reakcje oczywiście były różne, jak wiemy moje modelki to często osoby publiczne. Łatwiej jest się wtedy wcielić z pełnym przekonaniem w postać Grace Kelly nie narażając się na ostracyzm aniżeli w postać pani oficer gestapo Irmy Grese. Nie zmienia to faktu, iż po dłuższej rozmowie, każda z nich przyjmowała wyzwanie. W „Projekcie Kobiety” albo opo

KATARZYNA MEDYCEJSKA JADOWITA MATKA KRÓLÓW

KATARZYNA WYWODZIŁA SIĘ Z JEDNEGO Z NAJPOTĘŻNIEJSZYCH WŁOSKICH RODÓW – MEDYCEUSZY. RODZICE OSIEROCILI JĄ W BARDZO WCZESNYM WIEKU, ZAŚ MAJĄTEK, KTÓRYCH PO NICH ODZIEDZICZYŁA, UCZYNIŁ Z NIEJ JEDNĄ Z NAJBOGATSZYCH I NAJBARDZIEJ POŻĄDANYCH PARTII W EUROPIE. PIECZĘ NAD DZIEWCZYNKĄ PRZEKAZANO JEJ WUJOM, PAPIEŻOWI LEONOWI X I PRZYSZŁEMU KLEMENSOWI VII. KLEMENS VII ZAARANŻOWAŁ JEJ MAŁŻENSTWO W WIEKU 14 LAT Z PRZYSZŁYM WŁADCĄ FRANCJI, HENRYKIEM DE VALOIS. PARY NIE POŁĄCZYŁA MIŁOŚCI, ALE UDAŁO IM SIĘ MIMO TO SPŁODZIĆ DZIESIĘCIORO DZIECI, Z KTÓRYCH TRÓJKA OBJĘŁA PÓŹNIEJ TRON FRANCJI, A SYN HENRYK PRZEZ CHWILĘ BYŁ KRÓLEM POLSKI. CÓRKI ICH ZAŚ WŻENIŁY SIĘ W WAŻNE EUROPEJSKIE RODY. KATARZYNA JEDNAK NA DWORZE FRANCUSKIM NIE CIESZYŁA SIĘ POPULARNOŚCIĄ. PO TRAGICZNEJ ŚMIERCI MĘŻA SPRAWOWAŁA WŁADZĘ. DZIECI BYŁY JEJ MARIONETKAMI. OKRUTNIE ROZPRAWIAŁA SIĘ Z INNOWIERCAMI – DOPROWADZIŁA DO MASAKRY HUGENOTÓW W NOC ŚW. BARTŁOMIEJA. DODATKOWO ZAMIŁOWANIE DO ALCHEMII, OKULTYZMU ORAZ KONTAKTY Z TAKIMI OSOBAMI, JAK NOSTRADAMUS, PRZYSPORZYŁY JEJ TYTUŁ CZARNEJ KRÓLOWEJ. JEŻELI KTOŚ STANAŁ JEJ NA DRODZE, PRZECIWSTRAWIAŁ SIĘ LUB ZAGRAŻAŁ JEJ WŁADZY, KATARZYNA SIĘGAŁA PO TRUCIZNĘ. LEGENDA GŁOSI NAWET, IŻ PRZYPADKOWO OTRUŁA WŁASNEGO SYNA, KTÓREGO ZAINTERESOWAŁA KSIĄŻKA PODSUNIĘTA POLITYCZNEMU WROGOWI KATARZYNY. W TRAKCIE JEJ CZYTANIA NIESZCZĘŚNIK ŚLINIŁ PALCE, CO OKAZAŁO SIĘ JEGO ZGUBĄ – KATARZYNA BOWIEM NASYCIŁA STRONICĘ JADEM.

MODELKA: MONIKA FRONCZEK / FRYZURA: L'OREAL PROFESSIONNEL TEAM / MAKIJAŻ: MAGDALENA GRAFF / NYX
STYLIZACJA: KAROLINA WILCZEK / OPIS: ANNA BARON-JAWORSKA





wiadamy o kobietach totalnie – o ich blaskach i cieniach, albo wcale. Teraz przyszedł czas na cienie. Wszyscy to zaakceptowaliśmy i -jak to się mówi – wzięliśmy na klatę.

Jak myślisz, co sprawia, że kobieta, czy po prostu – człowiek, staje się zły i jest skłonny do potwornych czynów? I czy kobiety są bardziej czy mniej okrutne od mężczyzn i w czym to okrucieństwo się objawia?

Kobiety w mojej opinii ogólnie są „bardziej”. Jeśli weźmiemy dwie bardzo inteligentne osoby, jego i ją, istnieje duża szansa, że to kobieta będzie bystrzejsza. Niestety uważam, że ta zasada dotyczy wszystkich aspektów życia. Kobiety się nie patyczkują, zarówno jeśli chodzi o empatię, pomoc, zrozumienie jak i zemstę, przebiegłość czy okrucieństwo jako takie. Stąd uważam – być może mylnie, że kobiety są zdolne do dużo bardziej mroźnych krew w żyłach czynów.

Co zaś nas do nich popycha? Czasem traumy, czasem rzeczy prozaiczne takie jak ujma czy chęć zemsty. Najbardziej jednak „okrutnogennym” czynnikiem, który mutuje naszą moralność i wypacza naszą naturę jest wojna. Pracując cały zeszły rok nad tą wystawą, czytając okropne biografie nowych postaci i wertując ociekające krwią karty historii II Wojny Światowej nie sądziłem, że tegoroczna wystawa okaże się przestrogą. Z ciekawostki historycznej wystawa ewoluowała w mój osobisty protest. W świadectwo tego, jak wywrotna bywa człowiecza natura. Szczególnie wtedy, kiedy mrok, który w sobie nosimy trafia na sprzyjające okoliczności. A takimi okolicznościami jest właśnie wojna. Musimy dbać o nasze człowieczeństwo i nie możemy pozwolić, aby owładnął nami mrok, znieczulica i bezwzględność. Bo jeśli tak się stanie, już bardzo niedaleko do utożsamiania się z bohaterkami „Pięknej i Bestii”.

Część Twoich bohaterek, oprócz tego, że robiła rzeczy złe, moralnie skandaliczne to jednak były to kobiety obdarzone nieprzeciętną urodą i intelektem. To chyba nie przypadek?

Los nie wszystkich obdarza wyjątkową inteligencją czy urodą, a jeszcze rzadziej i tym, i tym. Kiedy tak się staje, zyskujemy olbrzymi potencjał osobisty, wyjątkowe narzędzia personalne i siłę. Jak ją spożytkujemy – czy na czynienie dobra czy zła, to już bardzo indywidualna sprawa. W przypadku bohaterki mojej nowej wystawy odpowiedź jest oczywista.

Żyjemy w rzeczywistości, która sprzyja rodzeniu się potworów. Wojny, kryzysy, wszelkiego rodzaju konflikty, to dobre podłoże dla wszelkich patologii. Ja sam zauważyłem, szczególnie wojna jest podatnym środowiskiem. Czy jesteśmy jako gatunek coraz gorsi czy po prostu historia zatacza koło?

Jesteśmy ciągle wyjątkowo zachwycający i jednocześnie szalenie rozczarowujący jako gatunek. Nic w tej materii się nie zmieniło. To nie działa przecież tak, że wojna nagle nastaje sama z siebie i ona jest sprzyjającym środowiskiem do rodzenia się w nas potworów. Nie jest tak, że wynaturzenia są jej konsekwencją. Akt wojny sam w sobie jest wynalazkiem ludzi. Wszelkie konflikty, polaryzacja poglądów, skrajności, radykalizm, nietolerancja, zachłanność, rządza władzy – to wszystko my, ludzie. Przeciw tym naszym niechlubnym cechą możemy rzucić jedynie nasze zalety - naszą empatię, tolerancję, miłość i łagodność.

Choć wiem, że bardzo kochasz kobiety to jednak pokazujesz nas z tej mniej jasnej strony. Czemu akurat to Ciebie tak w nas fascynuje? I czy mężczyźni powinni się nas obawiać?

Właśnie dlatego, że kocham kobiety mówię o nich jako o całości. Nie lukruję, nie bronię, nie wmawiam, że są idealne, lepsze w tym czy w tamtym. Nie powtarzam frazesów o kobiecym empowermentcie, nie mówię, że kobietom coś się należy. Odzieranie kobiet z tego co kobiecie to akt gwałtu, braku szacunku. Bycie kobietom to przywilej, z całym bagażem jaki to za sobą niesie. Walczę z całą mocą z szowinizmem, presją społeczną sprowadzania kobiet do rodzenia dzieci, ale równocześnie uważam, że pojęcie feminizmu dla co niektórych przybrało karykaturalną formę. I – o absurdzie – powinien się nazywać raczej defeminizmem. Przeczytałem na przykład kiedyś artykuł zatytułowany „Kobiety odkrywają, że miesiączka jest fajna”. Na tyle ile znam i rozmawiam z kobietami, i na tyle ile raz w życiu miałem skurcze mięśni gładkich – to wiem, że nie jest. A artykuł był stekiem bzdur. Niestety w miesięczniku, który do tej pory szanowałem. Gardzę pojęciem „cnót niewieścich” naszych pravicowych polityków i pomysłem wkładania takich bzdur do głowy dziewcząt. Z drugiej strony na zarzuty, że to mężczyźni zajmują w większości wysokie stanowiska reaguję alergicznie. A co z faktem, że to mężczyźni w większości układają bruk? Budują nasze domy? Co z faktem, że to mężczyźni w większości trafiają do

ELŻBIETA BATORY CZERWONA HRABINA

BRATANICA STEFANA BATOREGO, ELŻBIETA, PRZYSZŁA NA ŚWIAT W 1560 ROKU W NYÍRBÁTOR JAKO CZŁONKINI JEDNEGO Z NAJPOTĘŻNIEJSZYCH RODÓW ŚRODKOWEJ EUROPY. WŁADAŁA KILKOMĄ JĘZYKAMI I WYKAZYWAŁA NIEZWYKŁĄ INTELIGENCJĘ. JEDNAK JEJ DZIECIŃSTWO WYPEŁNIAŁY RÓWNIEŻ PRZERAŻAJĄCE MOMENTY: JEJ RODZINA BORYKAŁA SIĘ Z PROBLEMAMI PSYCHICZNYMI, OBJAWIAJĄCYM SIĘ M.IN. W AGRESJI. ELŻBIETA W WIEKU 15 LAT WYSZŁA ZA MĄŻ ZA HRABIEGO FRANCISZKA NÁDASDY. ICH WSPÓLNY MAJĄTEK CZYNIŁ Z NICH JEDNĄ Z NAJBOGATSZYCH PAR EUROPY ŚRODKOWEJ. HRABIA NIE POSIADAŁ JEDNAK DOBREJ REPUTACJI. ZAMIŁOWANIE DO WOJNY ORAZ IMPULSYWNY CHARAKTER PRZYNIOŚŁY MU ROZGŁOS CZARNEGO RYCERZA Z WĘGIER. MĄŻ ELŻBIETY ZMARŁ NAGLE W WYNIK NIEUSTALONEJ CHOROBY, A WDOWA PO NIM ZYSKAŁA KONTROLĘ NAD NIEWYOBRAŻALNYM BOGACTWEM. WRAZ Z TYM WYDARZENIEM WOKÓŁ BATORY ZACZĘŁY KRAŻYĆ HISTORIE O JEJ NIEZWYKŁYM OKRUCIEŃSTWIE ORAZ ŻĄDZY ZACHOWANIA MŁODOŚCI ZA WSZELKĄ CENĘ. TĄ PŁACIŁY MŁODE WIEŚNIACZKI, A POTEM SZLACHCIANKI, KTÓRE ZWABIAŁA DO TWIERDZY W CSEJTE, MORDOWAŁA, A NASTĘPNIE KĄPAŁA SIĘ W ICH KRWI. JEJ OFIARY MIAŁY BYĆ LICZONE W SETKACH. CHOĆ NIGDY NIE DOSTARCZONO BEZPOŚREDNICH DOWODÓW NA POPEŁNIONE PRZEZ NIĄ ZBRODNIĘ, ELŻBIETA ZOSTAŁA ZA NIE SKAZANA NA ZAMUROWANIE ŻYWCEM W JEDNEJ Z KOMNAT ZAMKU, Z OTWOREM JEDYNI DO PODAWANIA POŻYWIEŃ.

MODELKA: BARBARA KURDEJ-SZATAN / FRYZURA: L'OREAL PROFESSIONNEL TEAM / MAKIJAŻ: MAGDALENA GRAFF / NYX
OPIS: ANNA BARON-JAWORSKA

wojska? Co z faktem, że w więzieniach jest więcej mężczyzn niż kobiet? Uważam, że należy tutaj sięgnąć po prawdziwie kobiecą cnotę – rozwagę i empatię. Współczesny feminizm jest bardzo wybiórczy. Tak to jest z wolnością, że postrzegamy ją tylko ze swojej perspektywy. Gdyby równouprawnienie działało w pełnej swojej głorii, powinniśmy w równej mierze zmuszać wielkie firmy do zatrudniania kobiet na stanowiskach dyrektorskich, co kobiety do układania bruku.

Więc jak brzmi odpowiedź – krótko i na temat?

Odpowiem w ten sposób: tak jak kobiety powinny obawiać się radykalnych mężczyzn, tak mężczyźni powinni obawiać się radykalnych kobiet. Proponuję przestać obawiać się siebie nawzajem, a zacząć się słuchać. A w tym kobiety są zajebiste. Dlatego tak je podziwiam.

Zgrabnie powiedziane. Teraz z innej beczki: częścią każdego odczytu cyklu jest wystawa, a także wsparcie wielu marek, w tym głównie tych, które są związane z kobietami? Z kim współpracowałeś przy tej edycji?

Cieszę się, że poruszasz ten temat. Żadna z wystaw nie doszłaby do skutku, gdyby nie partnerzy w postaci marek. „Projekt Kobiety” jest projektem artystycznym, zupełnie niekomercyjnym. Znaczący to dosłownie tyle, iż nikt na nim nie zarabia. Nikt nikomu za nic nie płaci. Potrzebny jest jednak zespół, fundusze na wydruki prac czy albumów. I tutaj, co bardzo mnie cieszy zawsze znajdzie się marka, która z radością angażuje się w ten wyjątkowy proces. I mówię tu zarówno o markach butikowych, jak i wielkich korporacjach. W tym projekcie swoich

bardzo zdolnych fryzjerów delegowała marka L’Oreal Professionnel, makijażystów zaś marka NYX. Tradycyjnie już jednym z partnerów została również marka Clochee, z którą współpracuję od dłuższego czasu. Wspólnie z prezesem tej marki, Darią Prochenką oraz moją fundacją zrobiliśmy już razem kilka projektów artystycznych i z niekłamaną przyjemnością zaprosiłem ich do kolejnej odsłony „Projektu Kobiety”. Fakt, że to tak kobiece brand i do tego z moich rodzinnych stron to balsam dla mojej duszy.

Gdzie i kiedy będziemy mogli obejrzeć Twoje bohaterki na żywo?

Wystawa wystartowała 6 kwietnia, tradycyjnie już w progach warszawskiej Hali Koszyki, gdzie mam przyjemność rezydować razem z moją fundacją. Hala to świetne miejsce, warszawski tygiel na styku kultur, kulinariów, sztuki, designu i historii. Następnie wystawa odwiedzi moje rodzinne, zachodniopomorskie strony – Stargard i Połczyn Zdrój.

Czy zawita do Szczecina?

Nie otrzymałem jeszcze takowej propozycji, ale zawsze z radością powrócę do Szczecina, gdzie debiutowałem z moimi trzema pierwszymi wystawami w gmachu Muzeum Narodowego. Jeśli ktoś ma w Szczecinie odwagę stanąć twarzą w twarz z moimi Bestiami – czekam na telefon! (śmiech)

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: Maksymilian Ławrynowicz

IRMA GRESE POTWÓR W SPÓDNICY

JEDNA Z NAJMROCNIEJSZYCH POSTACI HISTORII NOWOŻYTNEJ JEJ ZBRODNI SĄ POLICZALNYMI, SPRAWDZALNYMI I UDOKUMENTOWANYMI FAKTAMI, ZA KTÓRYMI STOJĄ CIERPIENIA I TRAGEDIE SETEK ISTNIEŃ LUDZKICH. IRMA BYŁA SADYSTKĄ, KTÓRA W CZASACH II WOJNY ŚWIATOWEJ BYŁA NADZORCZYNIĄ SS. OSOBIŚCIE POPROSIŁA O PRZYDZIAŁ W OBOZIE KONCENTRACYJNYM, GDZIE PRZEZ WIĘZNIARKI BYŁA UZNAWANA ZA NAJOKRUTNIEJSZĄ Z NADZORCZYŃ. NAZYWANA PRZEZ WSZYSTKICH „PIĘKNĄ BESTIĄ” LUB PO PROSTU „POTWOREM W SPÓDNICY” IRMA KATOWAŁA SVOJE OFIARY NA TAK RÓŻNE I WYRAFINOWANE SPOSOBY, IŻ ZANIECHAMY ICH OPISYWANIA, ABY JUŻ NIGDY NIE INSPIROWAŁY JEJ PODOBNYCH DO POPEŁNIANIA TAKICH CZYNÓW. JEJ POSTAĆ POJAWIA SIĘ W TYM PROJEKCIE JAKO PRZYPOMNIENIE, JAK WIELKĄ ZBRODNIĄ PRZECIWKO LUDZKIEJ NATURZE JEST WOJNA I DO JAK MAKABRYCZNYCH FORM WYRASTA, KIEDY TRAFI NA PODATNY GRUNT. A TAKIM GURTEM BYŁA BEZ WĄTPIENIA IRMA GRESE. NADZORCZYNI ZOSTAŁA SKAZANA NA ŚMIERĆ I STRACONA W TRAKCIE JEDNEGO Z LICZNYCH, POWOJENNYCH PROCESÓW.

MODELKA: ANNA KARCZMARCZYK / FRYZURA: L’OREAL PROFESSIONNEL TEAM / MAKIJAŻ: MAGDALENA GRAFF / NYX / KOSTIUM: MARTA BANASZEK / OPIS: MAKSYMILIAN ŁAWRYNOWICZ



Kiedy przestajesz
sobie radzić
z porządkami

- dzwoń do nas,
pomożemy!



URSZULA I SPÓŁKA
SPRZĄTANIE MIESZKAŃ



731 956 551

WWW.URSZULAISPOLKA.PL





Powiew wolności

JEST ROK 1968. NA EKRANY KIN WCHODZI „BULLITT” PETERA YATES’A, GDZIE TYTUŁOWEGO DETEKTYWA GRA STEVE MCQUEEN. CHOĆ JEST NIEKWESTIONOWANĄ GWIAZDĄ FILMU, TO OBOK NIEGO DRUGĄ BARDZO WAŻNĄ ROLĘ ODGRYWA SAMOCHÓD. TO FORD MUSTANG GT 390 Z 335-KONNYM SILNIKIEM V8. FASTBACK, PRZEZ KTÓREGO LUDZIE OSZALELI NA PUNKCIE TEGO MODELU I MUSTANGÓW W OGÓLE. PRAWIE 11-MINUTOWA SCENA POŚCIGU I JEGO POJEDYNEK Z DODGEM CHARGEREM, PRZESZŁA DO HISTORII KINA. CO CIEKAWE MCQUEEN OSOBIŚCIE BRAŁ W NIEJ UDZIAŁ. BYŁ ŚWIETNYM KIEROWCĄ, UCZESTNIKIEM RAJDÓW SAMOCHODOWYCH I NIGDY NIE KORZYSTAŁ Z DUBLERÓW.

To nie była pierwsza filmowa rola Mustanga. Dwa lata wcześniej, za jego kółkiem w oscarowym „Mężczyźnie i kobiecie” Claude’a Lelouche, usiadł Jean-Louis Trintignant, który także, jako miłośnik wyścigów, nie korzystał z pomocy dublera. Ford Mustang zagrał w bardzo wielu produkcjach, stając się najpopularniejszym filmowym autem i najbardziej kultowym amerykańskim samochodem. Ostatnio na ekranach kin jeździł nim, a dokładnie Mustangiem Boss 492 z 1969 roku, Keanu Reeves w „Johnie Wicku”.

Mustang zadebiutował w 1964 roku na targach motoryzacyjnych w Nowym Jorku i z miejsca stał się przebojem. Jego fenomen polegał na tym, że był przeciwieństwem wielkich krążowników szos i sportowym autem na każdą kieszeń, czego o istniejącej

już Corvette nie można było powiedzieć. Stał się także symbolem buntu, głosem młodego pokolenia, które chciało się odciąć od tego co reprezentowali ich rodzice. Zgrabny, oszczędny i w miarę niedrogi. Do tego szybki. My wracamy do roku 66. Mustang, który trafił na chwilę w nasze ręce i przed nasz obiektyw, jest pięknie odrestaurowanym modelem. – Choć jest to zabytek, który posiada wszelkie możliwe certyfikaty, dokonaliśmy w nim jednej modyfikacji – mówi właściciel Forda Mariusz Mańkowski. – Chodzi o wydech – zamiast V8 jest V6. Jednak w brzmieniu wydaje bardzo podobny dźwięk, czyli przyjemnie burczy.

Ford Mustang do pana Mariusza trafił w stanie niemal agonalnym. Pochodził ze złomowiska, bez żadnej informacji, do kogo wcześniej należał i kto nim jeździł. Wydawać by się mogło,



że nic z niego nie będzie. Jednak trafił do odpowiedniej osoby i do odpowiedniego warsztatu. – Odrestaurowaniem samochodu zajął się mąż mojej kuzynki, który jest specjalistą od klasycznych aut i dla którego samochody kończą na 73 roku – śmieje się właściciel Forda. – Mustanga wybrałem z oczywistego i prozaicznego powodu. To było moje motoryzacyjne marzenie, na które duży wpływ miało kino. Nie wiem, jak to wytłumaczyć logicznie, ale kiedy zawsze gdzieś widziałem ten samochód, czułem ekscytację a serce mi biło mocniej.

Na składowisku stały cztery Mustangi, trzy z silnikiem V8 i ten jako jedyny z V6. – Był najładniejszy i był biały – opowiada pan Mariusz. – Po rozkodowaniu numerów VIN okazało się, że ktoś go przemalował a jego prawdziwym kolorem jest niebieski. Bardzo nietypowe malowanie, bo rzadko w Mustangach wnętrze jest jaśniejsze od tego co na zewnątrz. Kolor karoserii jest więc oryginalny, z jedną drobną poprawą: dodaliśmy do lakieru metalik, dzięki czemu uzyskaliśmy piękny połysk.

Renowacja auta trwała trzy lata. Jak pan Mariusz wspomina – był to czas wielkiego oczekiwania: – Nie wiem, jak opisać uczucie jakie mi towarzyszyło, kiedy usiadłem za kierownicą i odpaliłem silnik – zastanawia się. – Nie da się tego do niczego porównać. Na pewno prowadzenie zwykłego auta nie może się z tym równać, Mustang jest zdecydowanie bardziej ekscytujący.

Muszę przyznać, że jeszcze nie wykorzystałem jego możliwości do końca, ale na autostradach wyprzedzamy. Średnio jechałem nim 130 km na godzinę a myślę, że spokojnie mógłbym więcej.

Ford Mustang, kiedy pojawił się na świecie był też autem ekonomicznym. I wbrew pozorom, nie pożerał benzyny w ilościach niewyobrażalnych. – Z racji tego, że posiada silnik 6-cylindrowy i ma pojemność 3300, to przy spokojnej jeździe na trasie typu S, czy na drogach krajowych bez korków, potrafi spalić ok. 11 litrów – wyjaśnia pan Mariusz. – Po mieście spala tyle ile dostanie. Nie mierzymy.

Stare klasyczne auta mają coś w sobie niezwykłego, są jak dzieła sztuki. Ford Mustang od samego początku wzbudzał emocje. Jest niczym powiew wolności. Piękny i dziki jak galopujący koń, który jest logiem tego modelu Forda. – Porównując go do współczesnych pojazdów, to auto nie ma ani klimatyzacji, ani wspomagania. Brakuje w nim centralnego zamka i wszelkich systemów bezpieczeństwa. To trzeba przewidzieć, kiedy należy zahamować, gdyż hamulce w nim są bębnowe – wymienia z uśmiechem właściciel auta. – Pomimo tego, jazda nim to czysta przyjemność. Wzbudza emocje także u innych kierowców oraz przechodniów i chyba nie ma nikogo, kto by się za nim nie obejrzał.

autor: Aneta Dolega / foto: Bogusz Kluz





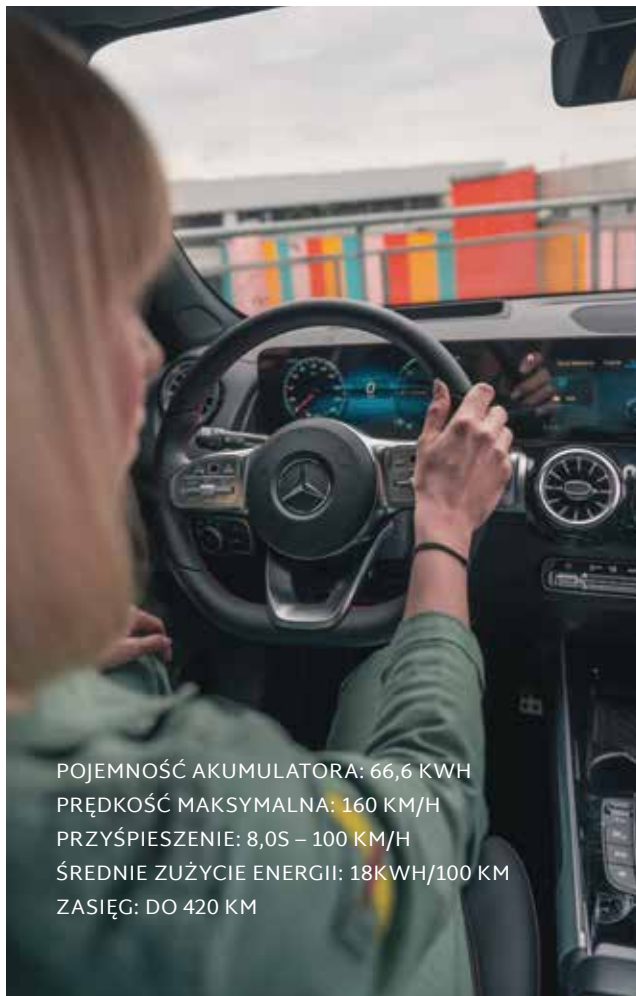
Ekscytujący, bo elektryczny

ZALET SAMOCHODÓW ELEKTRYCZNYCH JEST WIELE. SĄ EKOLOGICZNE, NIE ZATRUWAJĄ SPALINAMI ŚRODOWISKA, NIE HAŁASUJĄ. DO TEGO, W DOBIE OSZCZĘDZANIA, SĄ WYDAJNE POD WZGLĘDEM EKONOMICZNYM. DLACZEGO? NIE POTRZEBUJĄ BENZYNY, A PARKINGI DLA ELEKTRYKÓW SĄ DARMOWE. ICH POPULARNOŚĆ WZRASTA I WKRÓTCE TO ONE ZDOMINUJĄ MIEJSKIE ULICE. WSZYSTKO JEST KWESTIĄ CZASU. NA TYM POLU, MERCEDES RADZI SOBIE DOSKONALE. NIEDAWNO WYPUŚCIŁ NA DROGI SVOJE KOLEJNE ELEKTRYCZNE I ELEKTRYZUJĄCE DZIECKO. OTO W PEŁNI EKOLOGICZNY SUV MERCEDES EQB 300 4MATIC.

Nowego Mercedesa przetestowała dla nas Justyna Galikowska, stylistka i kreatorka wizerunku, prywatnie wielbicielka elektrycznych aut. – Zanim usiadłam za kierownicą EQB, miałam przyjemność pojeździć EQA, czyli nieco mniejszą wersją tego modelu – mówi stylistka. – Tak jak EQA określiłabym samochodem dla kobiet tak EQB to pojazd zdecydowanie rodzinny. Jest przestronny, ma duży bagażnik, i choć jest sporej wielkości, to jednocześnie jest bardzo zgrabny.

EQB to auto, którym śmiało możemy wyruszyć za miasto i nie chodzi tu tylko o jego gabaryty i praktyczność, ale także o za-

sięg. Tym modelem Mercedesa, bez ładowania akumulatora, możemy przejechać aż do 420 km. – To dobre auto na przemieszczanie się z miasta do miasta czy zwiedzanie okolicznych miasteczek – stwierdza Justyna Galikowska. – Mimo tego, że jest to SUV, to również nadaje się do jazdy po mieście. Pomimo swoich gabarytów jest bardzo zwinny. Wygodnie się do niego wsiada i wysiada, pomimo iż jest to wysokie auto. Można nim załatwić wszelkiego rodzaju miejskie sprawunki, od zakupów, przez odebranie dziecka ze szkoły po zwykłe przemieszczenie się z miejsca na miejsce. Fakt, że jest to auto elektryczne, to jego kolejna duża zaleta. Lubię tego rodzaju samochody i ogólnie hołduję ekologicznemu trybowi życia. Malkontentów przekonam tym,



POJEMNOŚĆ AKUMULATORA: 66,6 KWH
PRĘDKOŚĆ MAKSYMALNA: 160 KM/H
PRZYŚPIESZENIE: 8,0S – 100 KM/H
ŚREDNIE ZUŻYCIE ENERGII: 18KWH/100 KM
ZASIĘG: DO 420 KM

że elektrycznym samochodem zaparkujemy za darmo, no i nie potrzebujemy benzyny, co przy aktualnych cenach paliwa, jest to wręcz bezcenne.

Nowy Mercedes jak na elektryka przystało, jest cichy i oczywiście bezpieczny. Służą temu specjalne pakiety i asystenci, m.in. aktywny asystent układu hamulcowego, który pomaga uniknąć kolizji, aktywny asystent odległości Distronic, który reguluje odstęp od poprzedzającego pojazdu, a jeśli np. pojazd zbliża się do zakrętu, może przewidując zmniejszyć prędkość. Ponadto asystent martwego punktu, aktywny asystent utrzymania pasa ruchu i asystent ograniczenia prędkości. Natomiast adaptacyjny asystent świateł drogowych włącza je zawsze, gdy nie wykrywa nadjeżdżającego z naprzeciwka pojazdu. W ten sposób można lepiej obserwować drogę, rozpoznawać zagrożenia i nie trzeba samodzielnie przełączać świateł na światła mijania.

Z bezpieczeństwem związany jest też komfort jazdy. W pełni zmienny napęd na wszystkie koła 4MATIC zapewnia bardzo dobre właściwości jezdne, nawet na nieutwardzonym podłożu. System poprawia trącję i stabilność jazdy, zwiększając bezpieczeństwo nawet gdy jezdni jest mokra, pokryta śniegiem czy oblodzona.

We wnętrzu EQB znajdziemy dwa wysokiej klasy 10,25-calowe wyświetlacze, które są połączone w jeden kokpit szerokoekranowy. Obsługą dotykową odtworzymy treści multimedialne z dużą ostrością szczegółów i doskonałą jakością obrazu, dzięki czemu wszystkie ważne informacje i osiągi będą pod kontrolą. Odpowiada za to niezawodny system multimedialny MBUX powiedzieć „Hej Mercedes” i otrzymamy dostęp do wielu funkcji. Wystarczy tylko wygodnie rozsiąść się w fotelu i ruszyć w drogę.

autor: Aneta Dolega / foto: Bogusz Kluz

PRZYKŁADOWO – MODEL MERCEDES-BENZ EQB MOŻNA NABYĆ W PROGRAMIE FLEXI LEASING JUŻ OD 1 369,17 PLN NETTO MIESIĘCZNIE (45% WSTĘPNEJ WPŁATY LEASINGOWEJ, OKRES LEASINGU 60 MIESIĘCY, WYKUP POJAZDU 25%).



Zapraszamy do Autoryzowanego Salonu Mercedes-Benz Mojsiuk w Szczecinie - Dąbiu,
ul. Pomorska 88 lub pod nr telefonu: +48 91 48 085 712
www.mojsiuk.mercedes-benz.pl
Szukaj nas na Facebooku: Mercedes-Benz Mojsiuk
i Instagramie: mercedesbenz_mojsiuk



Bezpieczny, wygodny i z klasą

AWANGARDOWY SUV DO JAZDY W TERENIE Z NAPĘDEM NA CZTERY KOŁA. ELEGANCKI O IDEALNYCH PROPORCJACH, Z MOCNYM PRZODEM I PŁYNNĄ LINIĄ. LAND ROVER VELAR TO TERENÓWKA Z KLASĄ, KTÓRĄ MOŻNA SIĘ ŚMIAŁO POKAZAĆ NA MIEJSKICH ULICACH.

W temacie przemieszczania się także, po trudnym terenie Velar jest wyposażony w system Terrain Response. Umożliwia on ustawienie i utrzymanie stałej prędkości w trudnych warunkach, takich jak błoto, mokra trawa, lód, śnieg i drogi gruntowe. Silnik, skrzynia biegów, centralny mechanizm różnicowy oraz układy podwozia, dopasowują się do wymagań terenu, dzięki jednemu z sześciu trybów jazdy, jaki może wybrać kierowca. Ponadto napęd na wszystkie koła z funkcją Torque-on-demand zapewnia doskonałe osiągi na drodze i pełne możliwości terenowe. Aby utrzymać optymalną trakcję i zapewnić pewność w każdych warunkach, napęd Land Rovera Velar jest podłączony i dostarczany dzięki starannie zaprojektowanym, nowoczesnym technologiom.

8-biegowa automatyczna skrzynia biegów jest precyzyjnie dostrojona w celu połączenia płynnej zmiany biegów z wyjąt-

kowo szybką reakcją. Dzięki ośmiu rozmieszczonym blisko siebie przełożeniom zmiany biegów są prawie niezauważalne. W opcjonalnej ofercie Velar wyposażony jest jeszcze w system Configurable Dynamics. Pozwala on skonfigurować mapowanie przepustnicy, punkty zmiany biegów, ustawienie kierownicy oraz zawieszenie odpowiednio do potrzeb jazdy.

Land Rover, choć stworzony do jazdy po trudnym i nierzadko ryzykownym terenie, jest samochodem bardzo bezpiecznym. Wyposażony jest w systemy wspomagające jazdę, które zwiększają komfort i podnoszą bezpieczeństwo. Do tego auto wspomagane jest przez systemy asystentów bezpieczeństwa, w tym asystenta parkowania czy martwego pola. To samochód tak bezpieczny, że uzyskał pięciogwiazdkową ocenę Euro NCAP, co jest ogromnym wyróżnieniem w tym temacie.



Poza możliwościami terenowymi i przyjemności z samej jazdy w Velarze zachwyca także technologia pokładowa, która także ma wpływ na jazdę. System Pivi Pro pozwala korzystać w samochodzie ze sztucznej inteligencji, dzięki której system nawigacji jest znacznie wygodniejszy. Na interaktywnym wyświetlaczu kierowcy o rozdzielczości i przekątnej 12,3 cala mogą być prezentowane różne układy, w tym trójwymiarowa mapa czy informacja dla kierowcy. Przezierny wyświetlacz pokazuje także istotne dane jak prędkość pojazdu, wybrany bieg czy wskazówki nawigacji. Do tego mamy 10-calowy ekran dotykowy. Żeby przejażdżka Land Roverem była jeszcze przyjemniejsza, może-

my uruchomić system audio Meridian i posłuchać swojej ulubionej muzyki z 22 głośników. Do tego wszystko ma miejsce w pełnym przestrzeni wnętrzu o pojemności 748 litrów, w którym na bardzo wygodnych fotelach może się rozsiąść 5 osób. W takich warunkach, przy takich możliwościach i w poczuciu pełnego bezpieczeństwa możemy wyruszyć w drogę.

Co ciekawe wszystkie modele marki są dostępne od ręki, można umówić się na jazdę próbną oraz zakupić je w korzystnym finansowaniu Arval.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



MOC SILNIKA: 300 KM
PRĘDKOŚĆ MAKSYMALNA: 217KM/H
PRZYŚPIESZENIE: 7,5S -100 KM/H
ŚREDNIE ZUŻYCIE: 7,7 L / 100 KM



Autoryzowany salon Land Rover i Jaguar w Szczecinie | Bońkowsky British Auto
Ustowo 58, 70-001 Szczecin +48 91 852 34 00 | salon@british-auto.pl
www.british-auto.landrover.pl/contact-us | /JLRBonkowsky
Zapraszamy do naszego salonu i serwisu



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

ŠKODA City Store – nowa jakość

W SZCZECINIE ROZPOCZĄŁ DZIAŁALNOŚĆ PIERWSZY ŠKODA CITY STORE. W SAMYM CENTRUM MIASTA, W NOWOCZESNYM I NAJBARDZIEJ PRESTIŻOWYM MIEJSCU STOLICY POMORZA ZACHODNIEGO – KOMPLEKSIE POSEJDON KLIENCI ZNAJĄ WYMARZONE AUTA, KTÓRE SPEŁNIĄ ICH OCZEKIWANIA. TO PROFESJONALNA OBSŁUGA W POŁĄCZENIU Z INNOWACJAMI TECHNOLOGICZNYMI ORAZ AUTA Z NAJWYŻSZEJ MOTORYZACYJNEJ PÓŁKI. SALON NALEŻY DO NAJWIĘKSZEGO DEALERA MOTORYZACYJNEGO W POLSCE – GRUPY CICHY-ZASADA.



Miejsce, w którym się znajduje, ma niebagatelne znaczenie. To ekskluzywny punkt, do którego każdy trafi z największą łatwością. Jednocześnie zapewnia niestandardowe podejście na klienta, otwartość na jego potrzeby i wysoką jakość usług. Wnętrze ŠKODA City Store zostało nowocześnie zaaranżowane w stylu loftowym. Jest nie tylko przestrzenią funkcjonalną, ale także przykładem udanego skomponowania najnowszych kierunków designu, nowoczesnych technologii i motoryzacji. Jednym z głównych i charakterystycznych elementów salonu jest innowacyjne w formie podejście do prezentacji oraz sprzedaży oferowanych aut.

To miejsce ma jeden główny cel – w tym salonie zakup samochodu ma być i jest prawdziwą przyjemnością. I wszystko jest tak przygotowane, aby go osiągnąć. Zarówno od strony technicznej, jak i osobowej. Nasi doradcy, to prawdziwi profesjonaliści, którzy pomogą w wyborze odpowiedniego auta, indywidualnie dopasują je do każdego klienta, jego potrzeb i oczekiwań. Do tego dochodzą nowoczesne technologie wspomagające proces wyboru i zakupu aut. To wszystko na pewno wyróżnia nasz salon od innych tego typu obiektów nie tylko w Szczecinie – zapewnia Tomasz Mularczyk – kierownik ŠKODA City Store.

W salonie w Posejdonie klienta w wyborze samochodu wspiera specjalna instalacja multimedialna. To nowa jakość obsługi. Przy poszczególnych modelach umieszczono tablety. Klienci znajdują w nich szczegółowe specyfikacje prezentowanych samochodów. Całość dopełnia multimedialny stół z imponującym ekranem. Dzięki tym technologicznym nowinkom można dowolnie skonfigurować elementy samochodu, jednocześnie od razu widząc efekty swoich działań na monitorze.

Kolejnym elementem pomagającym klientowi w dokonaniu wyboru jest jazda testowa wybranym modelem. Można się na nią umówić samodzielnie lub z jednym z naszych doradców. Jazda testowa proponowana przez nasz salon nie ma ograniczeń czasowych. Wszystko zależy od klienta, jego potrzeb. Jesteśmy elastyczni i staramy się, aby w czasie przejażdżki mógł w pełni poznać wybrane auto, sprawdzić, czy spełnia jego oczekiwania i upewnić się, że dokonuje on właściwego wyboru. Chcemy, aby czuł się komfortowo, podejmując decyzję o zakupie, żeby podejmował ją z pełnym przekonaniem, aby był jej pewien – dodaje Tomasz Mularczyk.

A jest w czym wybierać. ŠKODA City Store oferuje pełny wachlarz modeli marki. Wszystkie przyciągają wzrok nowoczesnym i dynamicznym designem. Znajdziemy tu modele Kodiaq – 7-osobowy, wszechstronny SUV-a, o innowacyjnej technologii. Enyaq – pierwszy elektryczny SUV ŠKODY wyposażony w wiele inteligentnych rozwiązań, z napędem na tył lub 4 x 4. OCTAVIA – pełna perfekcyjnego wyposażenia, nowoczesnej technologii, jest gwarantem najwyższego stylu i komfortu. FABIA – sprawdzająca się zarówno w mieście jak i w trasie. KAMIQ – rodzinny samochód, łączący elementy SUV-a i auta miejskiego. Z kolei SUPERB jest synonimem prawdziwej elegancji i komfortu z najwyższej półki.

Ze wszystkimi autami można się zapoznać w ŠKODA City Store w kompleksie Posejdon przy Bramie Portowej. To miejsce na pewno szybko stanie się bardzo widoczne i rozpoznawalne na motoryzacyjnej mapie Szczecina. Z tego salonu klient na pewno nie wyjdzie niezadowolony

ds / foto: materiały prasowe



Designerska sztuka równowagi

MEBLE SKRZYNIOWE, ZAPROJEKTOWANE W DUCHU SKANDYNAWSKIEGO DESIGNU Z LAT 60. I 70. REGAŁY, KOMODY I BIURKA, STWORZONE Z NATURALNYCH FORNIRÓW DĘBOWYCH I ORZECHA AMERYKAŃSKIEGO. MINIMALISTYCZNE, FUNKCJONALNE I WPISUJĄCE SIĘ NIEMAL W KAŻDE WNĘTRZE. SZCZECIŃSKA MARKA LIVLO, CZYLI LIVE LONG WYZNAJE W DESIGNIE FILOZOFIĘ RÓWNOWAGI.



– Bardzo nam po drodze ze szwedzkim „lagom” bądź duńskim „hygge”, czyli w dużym skrócie skandynawską sztuką równowagi mówi Damian Raupuk, jeden z założycieli marki. – Takie też są nasze meble. Mają dopełniać przestrzeń w sposób harmonijny, a nie zaznaczać krzykiem swoją obecność. Tworzymy coś, co w naszym rozumieniu doda spokoju i balansu do życiowej przestrzeni. Komoda jako obiekt kontemplacji? Lubię nieskromnie myśleć o naszych meblach w ten sposób.

Livlo stworzyło trzech kolegów z czasów licealnych – Damian, Kuba i Wojtek. Jeszcze na studiach każdy z nich zaczął realizować swoje marzenia i plany związane z pracą. Damian z Kubą otworzyli firmę zajmującą się produkcją etui na smartfony natomiast Wojtek założył markę przetworydesign.pl. Z czasem zapragnęli założyć kolejną firmę. – Chcieliśmy stanąć w opozycji do trendu jednorazówek, plastiku, masowej produkcji, kiepskiej jakości i sztucznego postarzania produktu – mówi Damian Rau-



puk. – Marzyło się nam tworzenie przedmiotów użytkowych, które mimo upływu lat pozostaną estetyczne i w doskonałej jakości. W 2020 roku na jednym z naszych spotkań padła myśl „zaczniemy robić meble”. Postawiliśmy na meble skrzyniowe, czyli meble, które zajmują ważną i eksponowaną przestrzeń w naszych domach.

Meble Livlo przeznaczone są dla osób, dla których prosty design jest równie ważny co jakość i trwałość wykonania. Dla osób,

które mogą dopasować produkt do swoich potrzeb. – Meble wysyłamy do klientów z całej Europy, zarówno indywidualnych, jaki i biznesowych. Przychodzą do nas również klienci, którzy mają wizję swojego wymarzonego mebla. Pomagamy im tą wizję skonkretyzować, robimy projekt i przystępujemy do działania.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



KLINIKA⁺ REHABILITACJI STACJONARNEJ W PYRZYCACH



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



MAKSYMALNY EFEKT
TERAPII DZIĘKI CODZIENNYM,
INTENSYWNYM ZABIEGOM



PROFESJONALNE
WSPARCIE
WYKWALIFIKOWANEJ
KADRY

INFORMACJA TEL.: 91 351 02 02

TURNUSY@EVOMED.COM.PL

WWW.EVOMED.COM.PL/PYRZYCE







(Nie)zwykła codzienność

W OKNACH ZABYTKOWEJ KAMIENICY PRZEGLĄDA SIĘ ŚRÓDMIEŚCIE SZCZECINA, A W JEJ WNĘTRZU MIEŚCI ICH OSOBISTY WSZECHŚWIAT. W MIESZKANIU, KTÓRE MAGDA I KONRAD WYPATRYLI W WYKAZIE LOKALI KOMUNALNYCH OFEROWANYCH PRZEZ MIASTO W ZAMIAN ZA REMONT, W NIESPEŁNA SZEŚĆ MIESIĘCY POWSTAŁA PRZESTRZEŃ DALEKA OD SZTAMPY I BA-
NAŁU. TAKA, KTÓRA INSPIRUJE.

Magda właśnie przeprowadziła się do Szczecina z rodzinnej Warszawy i szukała z Konradem miejsca na nowy start. 90-metrowe mieszkanie, które znaleźli przez wykaz lokali komunalnych, było zrujnowane, ale to ich nie odstraszyło. Wręcz przeciwnie — oczarowani jego autentycznością, od razu wiedzieli, że chcą urządzić tu swój pierwszy wspólny kąt. Nie jest to żadne zaskoczenie, jeśli weźmiemy pod uwagę, że oboje dorastali w kamienicy — Magda na warszawskiej Woli, Konrad przy szczecińskich Wałach Chrobrego. Z dzieciństwa pamiętają podłogi — skrzypiące, gdy się po nich stąpało — i drzwi, solidne, drewniane, że spatynowanymi, mosiężnymi klamkami, po których Konrad lubił wodzić palcem.

Po podpisaniu umowy z gminą, mieli na prace osiem miesięcy. Ku zaskoczeniu najbliższych, uporali się z remontem w niespełna sześć. W pół roku surowa przestrzeń stała się przyjazna i funkcjonalna, idealna dla ich trzyosobowej rodziny. Mieszkanie wymagało wykonania nowej instalacji centralnego ogrzewania oraz wymiany instalacji elektrycznej i wodno-kanalizacyjnej, w tym pionu wodnego, co nastręczyło wielu problemów. „Okazało się, że skorodowaną, zarośniętą kamieniem i rdzą rurę musieliśmy wymienić nie tylko w naszym mieszkaniu, ale także w lokalach sąsiadujących. Po rozmowach z sąsiadami i tygodniach zmagania z opieszłym majstrem wreszcie mogliśmy być spokojni, że awaria starego pionu nie spowoduje zalania naszego nowo wyremontowanego mieszkania” — relacjonuje Magda. — „Poza tym konieczna była wymiana okien i zgniłych legarów, a belki wymagały odgrzybienia i impregnacji” — dodaje.



W mieszkaniu udało się odrestaurować drewniane podłogi, drzwi z profilowanymi opaskami zwieńczone supraportami i sztukaterie sufitowe. Proces renowacji był niezwykle uciążliwy. Ocalone elementy należało pieczołowicie oczyścić i uzupełnić. Dzięki temu dziś można cieszyć oko tymi ornamentami w pełnej ich krasie. W salonie dumnie prezentują się fasety z dekoracyjnymi kartusiami, z kolei w kuchni i sypialni królują motywy roślinne, głównie maki. Supraporty, które dawniej aplikowano na ściany, aby optycznie powiększyć przejście i uatrakcyjnić je, wyróżniają się na tle jasnych ścian dzięki żłobieniom tworzącym światłocieniową kompozycję.

Po powojennym podziale lokalu niektóre pomieszczenia zostały zaadaptowane chaotycznie i pospiesznie. Zmieniając ich funkcję, parze udało się spełnić marzenie o kuchni z jadalnią otwartą na salon za sprawą dwuskrzydłowych drzwi. To szczególne miejsce w domu, w którym dominantą jest otoczony niedopasowanymi krzesłami długi stół, przy którym smakowanie kruchego ciasta z owocami leśnymi pod kruszonką staje się prawdziwym misterium.

Wyposażenie to głównie starocie. Współczesne są tylko dywan jutowy i zabudowa z długim blatem roboczym, przy którym Magda eksperymentuje z nowymi roślinnymi przepisami. Zamiast tradycyjnych szafek wiszących, są otwarte półki wypełnione detalami o wyjątkowym charakterze, jak ręcznie wykonane kubeczki z Maroka, ozdobne puszkę z pchlich targów czy figura Matki Boskiej pozbawiona głowy, którą para znalazła w opuszczonej kaplicy i postanowiła uratować. Kredens vintage w odcieniu chińskiej porcelany dodaje przestrzeni koloru, tak samo jak plakaty zespołu The Flatliners i muzyka Franka Turnera, które wybrał Konrad.

Dzięki efektownym, dwuskrzydłowym drzwiom i spójnej stylistyce kuchnia z jadalnią płynnie przechodzi w salon. Symbolicznym łącznikiem są ozdoby, które Magda wykonała z gliny, meble wyszukane na pchlich targach i śmietniku oraz rozstawione po kątach rośliny doniczkowe. Przestronne pomieszczenie wyposażono w niezbędne meble. Sofa — największy obiekt w salonie — sprzyja odpoczynku, zachęcając do błędnego wypoczynku. Lecz nie tylko dzięki sofie pomieszczenie jest przytulne, mają na to także wpływ rattanowy fotel i stolik oraz dekoracyjna lampa przy suficie. Ściany zdobią barwne grafiki autorstwa przyjaciela

właścicieli Macieja Boszkowa oraz obrazki, które Magda namalowała podczas studiów, na zajęciach z grafiki warsztatowej. Tkaniny w połączeniu z kolekcją sztuki stanowią mocny akcent na stonowanej kolorystyce ścian i nadają ton całej aranżacji. Duże, łukowe okna przysłonięte zasłonami z białego lnu wychodzą na mury śródmiejskich kamienic, w których zakonserwował się klimat dawnego Szczecina.

Odrębną strefę mieszkania stanowi sypialnia zaaranżowana od strony zacisznego podwórza. Lekka zasłona filtruje wpadające światło, nadając mu ciepły kolor. Przytulności dodaje wnętrzu wykończona sklejką, obszerna zabudowa z otworami zamiast uchwyty. Jej uzupełnieniem jest wygodne łóżko. Za dekorację służą zwisające z lampy, ręcznie robione papierowe wycinanki. Wykonana na zamówienie zabudowa doskonale łączy się ze stylową komodą z drugiej ręki, mandalą zdobiącą ścianę i dywanem w soczystych kolorach. Nie da się przeoczyć tego, że dla Magdy, która ukończyła wzornictwo na Wydziale Tkaniny i Ubioru w Łodzi, materiały odgrywają ważną rolę. Najbardziej lubi dywany tkane na płasko, ale marzą jej też perski albo szalony, marokański, który wzbogaci przestrzeń.

Każde z pomieszczeń kryje jakieś skarby. W salonie kredens z nadstawką z lat 50. XX wieku wypełniają kwieciste talerze z Fabryki Fajansu Włocławek i kryształ — pamiątki rodzinne. W ujmującej prostotę łazience są to urocze gliniane szkatułki, kolejne świadectwo umiejętności manualnych Magdy. W korytarzu zaś nietknięta remontem rura gazowa z zawieszonym na kurku talizmanem — okiem proroka — dodaje mieszkaniu odrobinę szaleństwa.

Magda i Konrad nie potrzebowali projektanta wnętrz, oboje są po ASP i wiedzieli, że z aranżacją poradzą sobie sami. Para była świetnie przygotowana do urządzenia przestrzeni w swoim osobistym stylu. Zdążyli zebrać pokaźną kolekcję mebli i przedmiotów, które zatrzymują wzrok. Nie dla nich sztywne zasady, schematy i reguły. Wiedzieli, że pięknie mieszkać, to mieszkać we wnętrzu urządzonym w zgodzie z samym sobą.

autor: Aleksandra Poncyljusz / mieszkamwszczecinie.com

foto: Michał Szatkiewicz / mieszkamwszczecinie.com





Enklawa w centrum miasta

OSIEDLE TARASY KLONOWICA, TO NOWA PROPOZYCJA NA DEWELOPERSKIEJ MAPIE SZCZECINA. INWESTYCJA O CIEKAWEJ ARCHITEKTURZE Z PONADCZASOWYM WZORNICTWEM, ATRAKCYJNIE ZLOKALIZOWANA NA SKRAJU JEDNEJ Z NAJBARDZIEJ PRESTIŻOWYCH DZIELNIC SZCZECINA – POGODNA. OFERUJE PRZESTRONNE I JASNE WNĘTRZA, WSZECHOBCENĄ ZIELEŃ, PARK W CENTRALNEJ CZĘŚCI ORAZ BLISKOŚĆ SKLEPÓW, SZKÓŁ, PRZEDSZKOLI I TERENÓW REKREACYJNYCH.



Osiedle Tarasy Klonowica zostało zaprojektowane tak, by dać mieszkańcom jak najwięcej przestrzeni do wypoczynku, rekreacji i wspólnego spędzania czasu w pięknej okolicy.

Połowa powierzchni działki to budynki wielorodzinne, druga połowa to zieleni urządzonej z zachowaniem istniejącego starego drzewostanu. W centralnej części osiedla powstanie rozległy park, który jest niewątpliwym wyróżnikiem projektu Tarasy Klonowica. Tej wielkości tereny zielone na osiedlach są dziś rzadkością. W parku zostaną zainstalowane ogólnodostępne urządzenia rekreacyjne, między innymi siłownia zewnętrzna – mówi Karolina Kirko, Manager Projektu.

Kolejnym atutem osiedla Tarasy Klonowica są strefy wyłączone z ruchu pojazdów kołowych. To w szczególności położony w centralnej części park oraz duże, zielone dziedzińce, na których znajdują się place zabaw. Miejsca zaplanowane z myślą o najmłodszych mieszkańcach, którzy będą mogli się bezpiecznie na nich bawić, a w razie potrzeby szybko wrócić do swojego mieszkania. Samochody mieszkańców będą parkowane w garażach podziemnych. Parkingi naziemne zaprojektowano z myślą o zmotoryzowanych gościach.

Kolejną cechą charakterystyczną osiedla Tarasy Klonowica jest nowoczesny design i ponadczasowa stylistyka budynków. Na pewno w pełni zaspokoją wymagania nawet największego estety. Tarasy Klonowica to mieszkania o różnej powierzchni i liczbie pokoi, począwszy od kawalerek, skończywszy na mieszkaniach czteropokojowych dla rodzin z dziećmi. Każde mieszkanie ma własny przestronny balkon, który można dowolnie

zagospodarować, tworząc np. dodatkową przestrzeń wypoczynkową na sezon letni. Duże przeszklenia zamiast klasycznych okien – to dzięki temu rozwiązaniu mieszkania są jaśniejsze i bardziej przestronne – wyjaśnia Karolina Kirko, Manager Projektu.

Stylowo wykończone zostaną części wspólne – hole i klatki schodowe. Budynki wyposażone są windy docierające bezpośrednio z dużych garaży podziemnych na każdą kondygnację budynku.

Zaletą mieszkania na osiedlu Tarasy Klonowica jest także doskonałe położenie – blisko najważniejszej miejskiej infrastruktury. Zapewnia dobry dojazd do centrum miasta, a także łatwy dostęp do sklepów, punktów usługowych, kościołów, szkół, przedszkoli, żłobków. W pobliżu znajdują się też liczne tereny rekreacyjne, bardzo lubiane przez mieszkańców Szczecina – Las Arkoński, kąpielisko Arkonka, Netto Arena i Jezioro Głębokie.

Tarasy Klonowica to komfortowa i zielona enklawa w centrum wielkiego miasta.



Manager Projektu:
Karolina Kirko
T: (+48) 515 890 556
E: karolina.kirko@asethome.pl



Mieszkanie z widokiem na przystań jachtową

ZBLIŻA SIĘ SEZON ŻEGLARSKI, A CO ZA TYM IDZIE PRZY POMOSTACH I KEJACH ZAROI SIĘ OD JACHTÓW. ATMOSFERA RYWALIZACJI SPORTOWEJ I MORSKIEJ PRZYGODY TO DLA WIELU COŚ, NA CO CZEKAJĄ Z UTĘSKNIENIEM AŻ OD POPRZEDNIEGO LATA. DLA NICH – CHOĆ NIE TYLKO – JEST WŁAŚNIE CLUBHOUSE: APARTAMENTOWIEC, KTÓRY ZAPEWNI WIDOK NA PRZYSTAŃ JACHTOWĄ I WIELKĄ PRZESTRZEŃ JEZIORA DĄBIE.

Zamieszkać w tym roku

Na terenie inwestycji kończone są już prace zewnętrzne, dzięki czemu budynek nabiera docelowego kształtu. Z wyglądu przypomina statek, bo nawiązanie do wody wydaje się być oczywiste – CLUBHOUSE położony jest przy ul. Przestrzennej w Szczecinie, nad samym brzegiem jeziora. Odpowiadająca za inwestycję Marina Developer zawsze szuka dla swoich projektów wyjątkowych lokalizacji. Sąsiedztwo mariny pozwoli cieszyć się żeglarskim hobby w każdej wolnej chwili i to nie tylko dorosłym, ale też dzieciom, dla których co roku Yacht Klub Polski Szczecin organizuje szkółkę żeglarską. Na jeziorze odbywają się liczne wydarzenia kulturalno-rozrywkowe i sportowe, w tym zawody różnej rangi. Marina Club posiada liczne pomosty, na których można odpoczywać pośród zacumowanych jachtów.

Na ukończeniu są też prace służące komercjalizacji części usługowej. Na najniższej kondygnacji znajdzie się popularny sklep „Żabka” i siedziba najstarszego klubu jachtowego w kraju: Yacht Klub Polski Szczecin, a na piętrze kancelaria adwokacka Patryka Zbroi. Wewnątrz trwają już tylko prace na klatkach schodowych. Jest to więc ostatni moment, by wybrać mieszkanie dla siebie. Deweloper dobierze odpowiedni lokal do naszych preferencji, dlatego jeśli chcemy obejrzeć mieszkania, warto jak najszybciej umówić się z przedstawicielem firmy. W tym wydaniu „Prestiżu” przedstawiamy dwa lokale na trzecim piętrze, które dadzą obraz tego, czego możemy się spodziewać.



Kameralnie i nowocześnie

Położenie na wysokiej kondygnacji daje gwarancję pięknych widoków. Na mieszkanie A.3.3. składają się trzy pokoje. Dzięki zastosowaniu dużych przeszkleń wszystkie są bardzo jasne. Zabieg ten daje poczucie dużej przestrzeni, które potęguje otwarcie mieszkania na duży taras: aż 18 m². Można na niego wyjść zarówno z salonu, jak i z obu sypialni. Układ funkcjonalny to kolejny atut tego lokalu, który poza wymiarem praktycznym prezentuje się także bardzo nowocześnie. Łączny metraż mieszkania to ok. 60 m².

Z rozmachem

Kolejne mieszkanie (B.3.3.) zapewnia widok nie tylko na jezioro, ale także na drugą stronę budynku, za którą rozpościera się zielona przestrzeń lotniska sportowego w Dąbiu i Wzgórz Bukowych na dalszym planie. To znacznie większy lokal – ok. 135 m² mieszczą się 4 pokoje, w tym niemal 60-metrowy salon z aneksem kuchennym! Do tego niemal 26 m² tarasu w całości położonego od strony akwenu – to wszystko pozwoli poczuć ducha tego miejsca i cieszyć się pięknym krajobrazu. Deweloper nie zapomniał o wadze układu funkcjonalnego, dlatego mamy tu także dwie łazienki, wc i pomieszczenie gospodarcze. Pozwoli to dobrze zorganizować przestrzeń życiową.

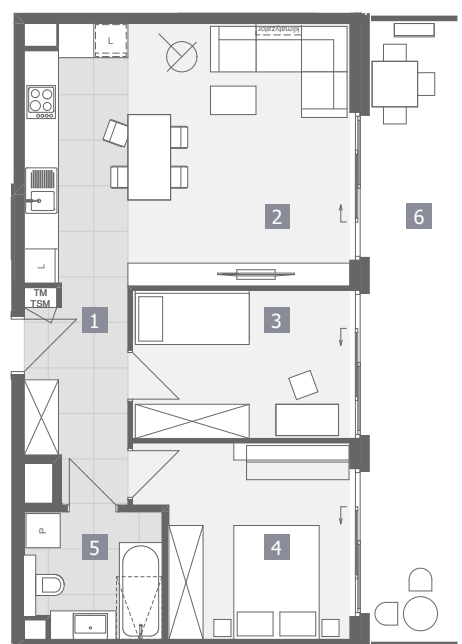
Jakość, funkcjonalność, lokalizacja

Marina Developer znany jest nie tylko z ciekawych lokalizacji obieranych dla swoich inwestycji, ale także, a może przede wszystkim, z wysokiego standardu budownictwa i wykończenia lokali. Mieszkaniem, w tym klimatyzacją, można zarządzać przy pomocy smartfona. Duże przeszklenia oraz wykonane z deski kompozytowej przestronne tarasy, wyposażone w system podwójnej przesuwnej fasady, dzięki któremu można osłonić się od niekorzystnych warunków atmosferycznych, pozwolą cieszyć się pięknymi widokami i przenieść domowe życie na dwór. Podwyższona izolacyjność akustyczna i termiczna zapewnią komfort użytkowania budynku przez różne grupy mieszkańców: miłośników żeglarstwa, rodziny z dziećmi czy biznesmenów. Innym proekologicznym rozwiązaniem są stacje ładowania pojazdów elektrycznych, ale kierowców ucieszą także szerokie miejsca parkingowe. Te wszystkie elementy sprawiają, że CLUBHOUSE można uznać za nietuzinkowy projekt, który wyróżnia się nie tylko na mapie Szczecina, ale i Polski.

autor: Karina Tessar/foto: materiały prasowe



CLUBHOUSE
MIESZKANIE B.3.3
POW.: 134,67 M²
BALKON: 25,59 M²



CLUBHOUSE
MIESZKANIE A.3.3
POW.: 58,24 M²
BALKON: 17,82 M²

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.





Mediacja i lobbying

WIELU PRAWNIKÓW TWIERDZI, ŻE NAJGORSZA UGODA JEST LEPSZA NIŻ NAJLEPSZY WYROK. POTWIERDZA TO CORAZ CZĘSTSZE KORZYSTANIE PRZEZ POLAKÓW Z MEDIACJI. ZAMIAST SĄDOWEJ — DŁUGOTRWAŁEJ I WIELU PRZYPADKACH KOSZTOWNEJ PROCEDURY DECYDUJĄ SIĘ WŁAŚNIE NA TAKĄ METODĘ ROZWIĄZYWANIA SPORÓW. LOBBING NATOMIAST JEST WAŻNYM ELEMENTEM SKUTECZNEGO I ZGODNEGO Z PRAWEM WPŁYWANIA NA PROCESY LEGISLACYJNE, BIZNESOWE ORAZ SYSTEMU WŁADZY, NA RÓŻNYCH SZCZEBŁACH. TAKIE USŁUGI OFERUJE JEDNA ZE SZCZECIŃSKICH KANCELARII — PAWEŁA KUJAWY, MEDIATORA SĄDOWEGO I POZASĄDOWEGO ORAZ LOBBYSTY.

Mediacja jest zazwyczaj o wiele krótsza od przewodu sądowego. Poza tym zawarcie ugody przed mediatorem ma taką samą moc prawną jak podobna umowa zawarta przed sądem.

Jej długość zależy od dobrej woli stron i stopnia skomplikowania sprawy. To, co w sądzie potrafi trwać latami, w czasie mediacji można rozwiązać nawet w jeden dzień — zapewnia Paweł Kujawa z Kancelarii Mediacyjnej w Szczecinie.

Dodatkowym atutem, ważnym dla wielu osób jest to, że mediacja pozwala uniknąć upublicznienia wielu niezręcznych oraz czasami niewygodnych faktów. Może też stanowić podstawę egzekucji komorniczej. Oznacza to więc, że ugoda po zatwierdzeniu w pełni zastąpi wyrok sądowy.

MEDIACJA WEDŁUG DEFINICJI

Jest dobrowolnym i poufnym procesem, w którym fachowo przygotowana, niezależna i bezstronna osoba, za zgodą stron, pomaga im poradzić sobie z konfliktem.

Mediacja pozwala jej uczestnikom określić kwestie sporne, zmniejszyć bariery komunikacyjne, opracować propozycje rozwiązań oraz — jeśli oczywiście jest taka wola stron, zawrzeć wzajemnie satysfakcjonujące porozumienie. Powodzenie mediacji jako skutecznej metody rozwiązywania konfliktów zależy w dużym stopniu od profesjonalizmu mediatorów i wysokiego poziomu ich etyki zawodowej — mówi Paweł Kujawa z Kancelarii Mediacji w Szczecinie.

W procesie mediacji obowiązują pewne standardy, które mają charakter wytycznych i wskazówek dla mediatorów. Nie są zaś źródłem prawa i nie mogą być podstawą do wysuwania roszczeń prawnych. Ale są pomocą w prowadzeniu praktyki mediacyjnej, zapewniają większe bezpieczeństwo stronom mediacji oraz samym mediatorom, zwiększają zaufanie do mediacji jako środka rozwiązywania konfliktów oraz pomagają kandydatom na mediatorów przy podejmowaniu decyzji o podjęciu się tej funkcji.

Jakie są standardy prowadzenia mediacji i postępowania mediatora? Nie zmusza on stron ani do podjęcia mediacji, ani do osiągnięcia porozumienia. Mogą się one wycofać z mediacji na

każdym jej etapie oraz o mogą wybrać innego mediatora. Musi on być neutralny wobec przedmiotu sporu i bezstronny wobec uczestników mediacji. Nie narzuca stronom rozwiązań. Dbą o poufność mediacji – jej przebieg i rezultaty są objęte tajemnicą. Mediator rzetelnie informuje strony o istocie i przebiegu mediacji. Współpracuje z innymi specjalistami dla dobra postępowania. Mediacja może się zakończyć zawarciem porozumienia obejmującego całość sporu lub zawarciem porozumienia obejmującego część negocjowanych problemów. I wreszcie mediator rzetelnie informuje o swoich usługach, nie obiecuje ani nie gwarantuje osiągnięcia określonych wyników postępowania mediacyjnego – wyjaśnia Paweł Kujawa.

Mediacja staje się coraz popularniejszym sposobem rozwiązywania sporów. Okazuje się, że najczęściej Polacy korzystają z niej w przypadku spraw rodzinnych, spadkowych, pracowniczych, konsumenckich, medycznych, gospodarczych, karnych, ubezpieczeniowych, odszkodowawczych oraz cywilnych.

W BIAŁYCH RĘKAWICZKACH

Lobbing jest kolejną usługą oferowaną przez kancelarię Pawła Kujawy. To prawnie dozwolone czynności dążące do wywarcia wpływu na decyzje władzy publicznej przez rzeczników określonych interesów osób trzecich – zleceńodawców. To efektywny sposób reagowania na zmieniające się tendencje w prawie, polityce i biznesie, wpływające na ich jakość i pozycję. Odpowiedzialny, transparentny i rzetelny lobbing dba m.in. o intensyfikację rozwoju gospodarczego oraz poszanowanie porządku prawnego.

Współczesny lobbing, to przede wszystkim monitorowanie działań legislacyjnych na rzecz konkretnych osób lub podmiotów, ich pozycję biznesową lub polityczną, na różnych szczeblach – rządowych lub samorządowych. To świadomy dialog, oparty na transparentności i odpowiedzialności pomiędzy różnymi grupami społecznymi, zawodowymi np. przedsiębiorcami a organami rządzącymi. Lobbing jest ważnym elementem życia politycznego w państwach o dojrzałej demokracji. Ale skuteczny lobbing w głównej mierze zależy od umiejętności lobbysty oraz jego wiedzy z wielu dziedzin m.in. politologii, prawa, biznesu, gospodarki, negocjacji, marketingu, promocji, dziennikarstwa. To wszystko pomaga w rzetelnym i odpowiedzialnym reprezentowaniu zleconych interesów, poglądów, prezentowania pewnego punktu widzenia oraz dostarczaniu przedstawicielom władzy argumentów i informacji w celu przekonania ich do określonego stanowiska.

Lobbing to jedna z usług, jakie wykonuje nasza kancelaria. Monitorujemy działania legislacyjne na rzecz naszych klientów. Podejmowane przez nas działania mają postać bezpośrednią i pośrednią. Reprezentujemy grupy osób, interesów, społeczne w procesie stanowienia prawa poprzez przedstawianie ich racji i stanowisk. Prezentujemy racje różnych grup zawodowych, społecznych i osób promując ich rozwiązania w procesie stanowienia prawa – dodaje Paweł Kujawa z Kancelarii Mediacji w Szczecinie.

autor: Ds. /foto: materiały prasowe





FARMA FOTOWOLTAICZNA WYBCZYK - 1,86 MW

Zielona transformacja to przyszłość biznesu

OD BLISKO DWÓCH LAT EPROSUMENT S.A. Z BYDGOSZCZY AKTYWNIIE DZIAŁA NA ZACHODNIOPOMORSKIM RYNKU. JAK WIĘKSZOŚĆ PODMIOTÓW SEKTORA OZE, PRZYGODĘ Z FOTOWOLTAIKĄ ZACZYNALI OD INSTALACJI DOMOWYCH. DZIŚ EPROSUMENT REALIZUJE DUŻE PROJEKTY BIZNESOWE, BUDUJE WŁASNE FARMY FOTOWOLTAICZNE I ROZWIJA SIĘ ŁADOWAREK DO SAMOCHODÓW ELEKTRYCZNYCH. O INNOWACJACH, PLANACH, ROZWOJU I OBECNOŚCI NA RYNKU ZACHODNIOPOMORSKIM MÓWI PREZES FIRMY – MICHAŁ SZCZEPAŃSKI ORAZ PRZEDSTAWICIEL FIRMY W REGIONIE – MICHAŁ SZUSTER.

Wywodzicie się z regionu kujawsko-pomorskiego, gdzie jesteście liderem w sektorze OZE. Dlaczego wybraliście zachodniopomorskie?

Michał Szczepański: Kujawsko-pomorskie to faktycznie miejsce, gdzie jesteśmy liderem – i to w zasadzie zarówno w temacie małych instalacji, jak i również tych dużych – biznesowych. Na naszą pozycję ciężko pracowaliśmy od 2015 roku. Aktualnie mikroinstalacje są dla nas tematem mniej istotnym, bo rynek też się zmienia i stawia inne wymagania, do których trzeba się dostosować. Przede wszystkim skupiamy się na dużych klientach biznesowych oraz na rozwijaniu sektora farm fotowoltaicznych. To w tych obszarach widzimy ogromny potencjał, ponieważ polski biznes potrzebuje rozwiązań redukujących koszty konsumowanej energii. I to na już. Zachodniopomorskie stało się dla nas naturalnym kierunkiem – oszacowaliśmy potencjał i uznaliśmy, że będzie doskonałym miejscem na kolejny krok w naszym rozwoju.

Michał Szuster: Przez to, że od wielu lat związany jestem ze Szczecinem i województwem zachodniopomorskim, dostrzegłem tu bardzo duży potencjał do realizacji takich projektów. Jako re-

gion jesteśmy liderem pod względem ilości energii, jaką produkujemy z OZE. Jest tu ponad 260 instalacji produkujących energię elektryczną o łącznej mocy zainstalowanej wynoszącej blisko 2 GW. To prawie 20 procent mocy OZE zainstalowanych w kraju. Zachodniopomorskie zawsze było województwem, które wyznacza trendy. Teraz jest nim ekologia i zielona transformacja. Jeśli chcemy w tym zakresie pozostać na podium, musimy bardzo mocno wejść w rozwiązania ekologiczne. Odnawialne Źródła Energii to nasza przyszłość i z tym trudno dyskutować. Tylko od nas samych zależy, czy biznes, który prowadzimy na co dzień, będzie liderem tych zmian, czy raczej znajdzie się w ich ogonie.

Dlaczego biznes miałby współpracować akurat z Wami? OZE są bardzo popularne, konkurencja jest spora. Co Was wyróżnia spośród innych?

Michał Szczepański: Konkurencja faktycznie jest spora, ale lista naszych przewag jest dość długa. Praca z klientem biznesowym to nie jest realizacja mikroinstalacji na domu. Wymaga szerokiego doświadczenia, zaawansowanej wiedzy technicznej, odpowiednich kompetencji i doświadczonej kadry. Za nami



MICHAŁ SZCZEPAŃSKI – PREZES EPROSUMENT S.A.



MICHAŁ SZUSTER – PROJECT MANAGER

przemawia, chociażby liczba i skala zrealizowanych projektów, które mamy w portfolio, a także własne ekipy montażowe czy kompleksowość prac. My robimy to, na czym znamy się najlepiej, a nasz klient może swobodnie skupić się na prowadzeniu swojego biznesu. To sytuacja win-win dla obydwu stron.

Michał Szuster: Uczestniczenie w transformacji energetycznej wymaga specjalistycznej wiedzy i kompetentnego partnera. Można powiedzieć, że to właśnie doświadczenie firmy, która pomaga przeprowadzić zieloną transformację jest kluczowe dla powodzenia całego projektu. My – jako jedna z niewielu spółek związanych z OZE w Polsce – jesteśmy w stanie kompleksowo obsłużyć klienta biznesowego oraz inwestycyjnego. Aktualnie na terenie województwa zachodniopomorskiego budujemy farmę PV o mocy 2 MW, a kolejny projekt – o mocy blisko 60 megawatów – jest w fazie przygotowania. Będzie to inwestycja wyjątkowa również w skali całego kraju.

Dlaczego z punktu widzenia biznesu, trzeba bardzo poważnie rozważać inwestycję w OZE? Czy trzeba mocno zachęcać, przekonywać do obrania takiego kierunku rozwoju?

Michał Szuster: Coraz mniej trzeba zachęcać, bo przedsiębiorcy dojrżeli i sami widzą uzasadnienie biznesowe takich inwestycji. Jeszcze kilka lat temu zwrot z inwestycji fotowoltaicznej wynosił średnio 8-10 lat. Aktualny poziom ceny 1 MWh sprawia, że zwrot z takiej inwestycji następuje po 4-5 latach. To naprawdę krótko. Biznes to widzi i coraz szybciej podejmuje decyzje o budowie instalacji na własny użytek. Dodatkowo inwestycje w zieloną energię to świadome budowanie swojego ekologicznego wizerunku. Takie firmy są na rynku zdecydowanie lepiej postrzegane, łatwiej uzyskują różnego rodzaju finansowanie, a na budowę samej instalacji PV uzyskują środki na bardzo preferencyjnych warunkach. W kolejnych latach pociąg, który nazywamy „finansowanie zielonej energii”, będzie się zdecydowanie rozpętał. Od nas zależy, czy wsiądziemy do niego w odpowiednim momencie.

Michał Szczepański: Dodatkowym aspektem jest możliwość zarabiania na farmach fotowoltaicznych. Coraz wyraźniej obserwujemy taką tendencję inwestycyjną – budujemy farmę fotowoltaiczną, aby zarabiać na energii, którą ona wyprodukuje. To doskonały i bardzo stabilny kierunek lokowania kapitału. Zwłaszcza w kontekście rosnących cen energii.

Wasz biznes opiera się o fotowoltaikę. Ale to nie jest jedyny rodzaj Waszej działalności.

Michał Szczepański: OZE to system naczyń połączonych, gdzie poszczególne elementy współpracują ze sobą i się uzupełniają. Najbardziej „niezależnym” elementem jest fotowoltaika, ale w parze z nią idą magazyny energii, systemy grzewcze czy rozwijająca się u nas elektromobilność. Chociaż wspomniane rozwiązania nie są jeszcze tak popularne, jak sama fotowoltaika, to my już wiemy, że w najbliższych latach ich rola będzie zdecydowanie rosła. Zmierzamy w kierunku niezależności energetycznej, a to wymaga stosowania konkretnych rozwiązań.

Michał Szuster: Elektromobilność u nas dopiero raczkuje, ale już widać, że te rozwiązania przyjmą się na rynku i z czasem flotę elektryków będziemy mogli ładować prądem z własnej farmy. Jako Eprosument jesteśmy teraz na etapie uruchamiania własnego elektromobilnego brandu i mamy wielką nadzieję, że w niedalekiej przyszłości pojawimy się z nim również w województwie zachodniopomorskim. Dzięki temu lokalni przedsiębiorcy będą mogli w pełni wykorzystać ofertę, którą przygotował dla nich Eprosument.

A jakie macie plany na Pomorze Zachodnie?

Michał Szczepański: Dla nas ten region, to bardzo ważny rynek. Chcemy być jego aktywną częścią i wspierać lokalny biznes w transformacji energetycznej. Najbliższe miesiące, a liczymy, że również lata, będą przebiegały pod znakiem dużych inwestycji. Planujemy rozwijać projekty farmowe – i to te realizowane w oparciu o własne koncepcje, jak również budowane na potrzeby inwestorów zewnętrznych. Wierzymy, że z lokalnym biznesem możemy tu bardzo dużo wspólnie zdziałać na rzecz propagowania zielonej energii. Jesteśmy członkiem Północnej Izby Gospodarczej i w ramach działań organizowanych przez tę instytucję chętnie dzielimy się naszą wiedzą i doświadczeniem – na najbliższym kwietniowym wydarzeniu Izby (Business Contact 4, 28 kwietnia 2022 r.) również nas nie zabraknie. Rok 2022, ale również 2023, zapowiada się niezwykle intensywnie. Podpisujemy kolejne umowy realizacyjne, o ramowej współpracy, aktywnie działamy na terenie kilku województw, wspieramy procesy inwestycyjne realizowane w zakresie fotowoltaiki przez samorządy. Doba dla nas jest zdecydowanie za krótka, a wskazane działania, to tylko fragment naszej biznesowej codzienności.

Zdękujemy za rozmowę.

Jubileusz szczecińskiej szkoły międzynarodowej

SZCZECIN INTERNATIONAL SCHOOL TO JEDYNA SZKOŁA W SZCZECINIE I JEDNA Z ZALEDWIE PIĘCIU SZKÓŁ W POLSCE, KTÓRE POSIADAJĄ UPRAWNIENIA IB NA 3 POZIOMACH: PYP, MYP I DP, DZIĘKI KTÓRYM MOŻNA ZDAWAĆ MATURĘ MIĘDZYNARODOWĄ. MIĘDZYNARODOWY PROGRAM INTERNATIONAL BACCALAUREATE WDRAŻANY JEST ZARÓWNO W SZKOLE PODSTAWOWEJ, JAK I ŚREDNIEJ. UCZNIOWIE SZCZECIŃSKIEJ PLACÓWKI POCHODZĄ Z AŻ 17 KRAJÓW, OD 20 LAT BĘDĄC JEJ NAJLEPSZYMI AMBASADORAMI NA CAŁYM ŚWIECIE.



Okrągła rocznica SIS, bo tak w skrócie nazywa się szkoła, to okazja do przemyśleń na temat przyszłości edukacji, której rozwój nie tylko leży na sercu każdemu rodzicowi, ale jest też w interesie nas wszystkich. Do rozmowy zaprosiliśmy panią Edytę Czajkowską, dyrektorkę SIS oraz polonistki: Małgorzatę Wesołowską-Nowak, Anetę Płuciennik i Elenę Karczewską.

XXI wiek stawia przed edukacją nowe wyzwania. Przyszli pracodawcy liczą nie tylko na pracownika wykwalifikowanego, ale także pełnego pasji, komunikatywnego, chcącego się rozwijać. Jak spełnić te wymagania?

– Rzeczywiście, kompetencje miękkie są obecnie kluczowe, sta-

wiane niekiedy na równi z umiejętnościami praktycznymi. Rozwijamy je w taki sposób, aby umożliwić naszym absolwentom podejmowanie wyzwań, jakie postawi przed nimi dorosłe życie w dowolnie wybranym kraju – nie musi być to wyłącznie kariera zawodowa. Uczymy transdyscyplinarnie oraz interdyscyplinarnie – brzmi to może skomplikowanie, ale oznacza tylko, że patrzymy na dane zagadnienie z perspektywy różnych dyscyplin. Pozwala to lepiej zrozumieć otaczającą nas rzeczywistość i przygotowuje do nauki i pracy w globalnej społeczności. Niezależnie od realizowanego tematu, stawiamy na samodzielne myślenie.

Nasi uczniowie to aktywni badacze świata. Kultuwujemy dziecięcą ciekawość i rozwijamy ją na kolejnych etapach nauczania.



Nieustannie zachęcamy do zadawania pytań: sobie nawzajem, sobie samemu, nauczycielom, wychowawcom, opiekunom, osobom spoza szkolnej społeczności. Nie uczymy suchych faktów. Kładziemy nacisk na dociekanie, które prowadzi do weryfikacji wiedzy, a nawet prowadzenia własnych badań. Pokazujemy, jak odważnie stawiać pytania, od których przecież zaczynają się wszystkie wielkie idee.

Dla uczniów z pewnością ważne jest zachowanie równowagi między nauką a rozwojem własnych pasji. Czy mają ku temu warunki?

– W SIS dajemy uczniom przestrzeń do odkrywania wzajemnych relacji. W ramach „Community project” realnie wpływają na otoczenie, realizując projekty wynikające z ich empatycznej obserwacji i diagnozy potrzeb środowiska szkolnego, lokalnego lub inicjatyw globalnych. Realizując projekty w ramach projektu „Service as action” uczniowie angażują się w pomoc ludziom i organizacjom. Uczą się przy tym wiele o własnych zainteresowaniach, poznają siebie. Służy temu zwłaszcza ukierunkowany na rozwój osobisty „Personal project”, w ramach którego uczniowie realizują naprawdę wspaniałe pomysły. W tym roku szkolnym Maya i Ania z klasy 6 zorganizowały kiermasz bożonarodzeniowy, a zebrane pieniądze przeznaczyły na schronisko dla zwierząt. Livia i Saya z klasy 8 zebrały środki na zakup masek dla organizacji Caritas, Nikolas i Eric z klasy 6 poprowadzili szkolny konkurs talentów, a Adam i Maria z klasy 10 stworzyli własną grę RPG. To tylko niektóre projekty, a rok szkolny się jeszcze nie skończył!

Jak przyczyniacie się do tworzenia międzynarodowej społeczności w naszym mieście?

– Nasi uczniowie mają możliwość uczestniczenia w licznych inicjatywach, zarówno lokalnych, jak i międzynarodowych. Jednym z takich działań jest udział przedstawicieli naszej społeczności uczniowskiej w międzynarodowych konferencjach np. Model United Nations, które m.in. odbywają się w Berlinie – BERMUN. W czasie tych spotkań uczniowie wcielają się w rolę ambasadorów różnych krajów, wykorzystując zdobyte umiejętności i wiedzę w praktyce. To, jak i kontakty w życiu prywatnym, z pewnością ułatwia znajomość języków. Dzięki niej świat stoi przed uczniami otworem. Kształcimy wszechstronnie: prawie wszystkie przedmioty wykładane są w języku angielskim, uczymy zarówno języków obcych (niemieckiego, francuskiego, hiszpańskiego oraz polskiego), jak i rozwijamy języki ojczyste naszych uczniów (polski, angielski, niemiecki oraz duński). Program edukacyjny zapewnia wiedzę i umiejętności niezbędne do zdania międzynarodowej matury, która z kolei daje możliwość kontynuowania nauki na poziomie uniwersyteckim niemal na całym świecie. Do samego programu można dołączyć w 11 klasie (czyli na ostatnie dwa lata nauki na poziomie licealnym). Rekrutacja właśnie się rozpoczęła. Zapraszamy uczniów z całego województwa. W Szczecin International School tworzymy otwartą, kreatywną i wspierającą społeczność międzynarodową.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Karina Tessar/foto: materiały prasowe





PRACOWNICY SZCZECIŃSKIEGO FUNDUSZU POŻYCZKOWEGO

Pomoc na miarę oczekiwań

SZCZECIŃSKI FUNDUSZ POŻYCZKOWY JEST JEDNĄ Z MIEJSKICH SPÓŁEK, KTÓRYCH CELEM JEST ZMIENIANIE SZCZECINA NA LEPSZE. OD 18 LAT WSPIERA FINANSOWO LOKALNE FIRMY, WSPÓLNOTY MIESZKANIOWE ORAZ ORGANIZACJE POZARZĄDOWE. JAK MÓWIĄ PRZEDSTAWICIELE FIRMY: „NIE ZWALNIAMY TEMPA, SZYKUJEMY KOLEJNE, ATRAKCYJNE OFERTY”.

Piękne kamienice, zadowoleni przedsiębiorcy

W tym roku SFP wchodzi w dorosłość. Przez ten czas Szczecin bardzo się zmienił także za sprawą tego, co robi Fundusz. – Dla naszej firmy to symboliczny moment, w którym możemy dokonać podsumowania naszej pracy, ale też przygotować się na kolejne wyzwania – mówi Krzysztof Nowak, prezes Szczecińskiego Funduszu Pożyczkowego. – Ostatnie dwa lata, głównie z powodu Covid-19, były dla wszystkich trudne, a to, co przed nami również nie napawa optymizmem. Najważniejsze to być elastycznym i oferować takie instrumenty finansowe, które będą niosły realną pomoc.

Finansowa pomoc Funduszu przekłada się na konkretne efekty. Od 2004 roku Fundusz udzielił przedsiębiorcom łącznie ponad 600 pożyczek na kwotę ok. 200 mln zł. Były to pożyczki inwestycyjne, obrotowe i płynnościowe. Te ostatnie są ważne, bo udzielone w związku z pandemią, która bardzo dotknęła gospodarkę, a szczególnie sektor mikro, małych i średnich przedsiębiorstw. W ostatnich dwóch latach Fundusz udzielił ponad sto takich pożyczek, dzięki którym lokalne, często rodzinne biznesy mogły przetrwać. Spółka przyczynia się także do rewitalizacji Szczecina, udzielając pomocy finansowej dla wspólnot mieszkaniowych, na remonty dachów, elewacji, balkonów i klatek schodowych. Dzięki temu w Szczecinie odrestaurowano już ponad sto kamienic, a kolejne są w remoncie.

O jakości usług oferowanych przez Fundusz, może świadczyć fakt, że spółka dołączyła do grona najlepszych firm pożyczkowych w kraju, zrzeszonych w Polskim Związku Funduszy Pożyczkowych. Jest również liderem konsorcjum składającego się z czterech funduszy pożyczkowych na terenie województwa zachodniopomorskiego.

Jak ciepłe bułeczki

Atrakcyjność pożyczek, których udziela Fundusz, sprawia, że cieszą się one dużą popularnością. Tak było np. z produktem, z którym spółka wystartowała pod koniec lutego. – Było tak duże zainteresowanie przedsiębiorców, że po trzech dniach z powodu wyczerpania środków zmuszeni byliśmy wstrzymać nabór wniosków na Pożyczkę Płynnościową POIR – opowiada Agnieszka Weychan-Rączka, dyrektor SFP. – Mamy nadzieję, że znajdą się dodatkowe środki, abyśmy mogli wznowić nabór. Naszych klientów nie zraża fakt, że nasze pożyczki to nie subwencja czy dotacja i że udzielamy ich tylko tym przedsiębiorcom, którzy mają perspektywę na poprawę swojej sytuacji. Wiedzą, że ma to wiele zalet: zerowe oprocentowanie, brak prowizji, długi okres spłaty i możliwość karencji w spłacie kapitału do 6 miesięcy.

Wysokie tempo, nowe oferty

Spółka w najbliższym czasie będzie mogła również rozpocząć nabór wniosków na Pożyczkę Inwestycyjną dla firm. Zakłada się, że wysokość udzielanej pożyczki może wynosić do kilku milionów złotych, a okres spłaty wyniesie 120 miesięcy. O szczegółach będziemy informować na bieżąco – zapowiada Krzysztof Nowak. – trzeba pamiętać, że ten rok, jest ostatnim, w którym pozyczać będziemy pieniądze unijne, jeszcze z perspektywy 2014-2020. Mamy nadzieję, że już niedługo pojawią się nowe rozwiązania dla przedsiębiorców.

Aktualne oferty pożyczek znajdują się na stronie Szczecińskiego Funduszu Pożyczkowego: fundusz.szczecin.pl

FIRMA Z SUKCESEM
I SATYSFAKCJĄ

Legalizacja zatrudnienia w Polsce

ZATRUDNIANIE OBCOKRAJOWCÓW STAŁO SIĘ BARDZO PO-
WSZECHNE WŚRÓD KLIENTÓW KANCELARII PRAWNO-PO-
DATKOWEJ TAX LION W SZCZECINIE, JAK I W OGÓLE WŚRÓD
POLSKICH PRZEDSIĘBIORCÓW. PRZEPISY DOTYCZĄCE LEGA-
LIZACJI PRACY CUDZOZIEMCÓW MOGĄ SPRAWIAĆ TRUDNO-
ŚCI. JAK SOBIE Z NIMI PORADZIĆ WYJAŚNIA MARLENA KACZ-
MAREK, HEAD OF HR W TAX LION.



W Tax Lion na co dzień wspieramy przedsiębiorców w tej te-
matyce i przybliżymy podstawowe informacje o tym, na czym
polega legalizacja zatrudnienia. Wymóg takiego obowiązku
jest przewidziany w stosunku do cudzoziemców niebędących
obywatelami państw Unii Europejskiej, Europejskiego Obszaru
Gospodarczego oraz Szwajcarii. Rozmawiając o legalnej pracy
w Polsce, nie sposób nie wspomnieć o konieczności legalizacji
pobytu cudzoziemca. Aby legalnie pracować w Polsce, trzeba
bowiem najpierw legalnie przebywać na jej terytorium. Mimo,
że sam pobyt w Polsce jest niejako prywatną sprawą pracow-
nika, pracodawca musi być jednak świadomy tej kwestii, aby
legalność pracy cudzoziemca nie została podważona.

Wśród dostępnych dróg zatrudnienia, na szczególną uwagę
zasługuje procedura oświadczeniowa. Jest łatwiejszą drogą za-
trudnienia osób pochodzących z kilku ściśle określonych przepi-
sami krajów. Procedurę tę przewidziano dla obywateli Armenii,
Białorusi, Rosji, Ukrainy, Gruzji i Mołdawii. Polega ona na zło-
żeniu przez pracodawcę w odpowiednim Powiatowym Urzędzie
Pracy oświadczenia o powierzeniu wykonywania pracy cudzo-
ziemcowi. Co ważne, oświadczenia składane od dnia 29 stycznia
2022 roku na mocy nowych przepisów, będą obowiązywać do
24 miesięcy zamiast wcześniejszych 6 miesięcy w ciągu roku,
a pracownik może z tego okresu skorzystać u różnych pracodaw-
ców. Procedura jest łatwiejsza ze względu na krótki czas oczeki-
wania na legalizację, ponieważ wpis do ewidencji oświadczenia
w powiatowym urzędzie pracy wydawany jest w ciągu maksy-
malnie 7 dni roboczych. Po uzyskaniu takiego wpisu można od
razu zatrudnić pracownika.

Kolejnym sposobem legalizacji zatrudnienia cudzoziemca jest
uzyskanie dla niego zezwolenia na pracę. Wyróżniamy sześć ty-
pów takich dokumentów, w zależności od indywidualnego przy-
padku. Uzyskanie zezwolenia na pracę odbywa się tym razem
w Wojewódzkim Urzędzie Pracy i jest znacznie dłuższe niż w
przypadku procedury oświadczeniowej. Może ona trwać nawet

kilka miesięcy, a zmiana pracodawcy generuje potrzebę uzyska-
nia nowego pozwolenia. Procedura wymaga w niektórych przy-
padkach przeprowadzenia testu rynku pracy, co dodatkowo wy-
dłuża czas całego procesu.

Istnieje również forma prawna, zwana jednolitym zezwoleniem
na pobyt i pracę, dzięki której możliwa jest legalizacja pobytu
i pracy cudzoziemców w jednym dokumencie. W tym przypad-
ku wnioszek składa pracownik, uzyskując od pracodawcy jedynie
załącznik potwierdzający zatrudnienie. Procedura przewidzia-
na jest dla osób, które zamierzają przebywać w Polsce i wyko-
nywać pracę w okresie dłuższym niż 3 miesiące, a maksymalnie
3 lata. Jeśli pracownik otrzyma takie zezwolenie, to nie potrze-
buje dodatkowego dokumentu pobytowego, ponieważ przyzna-
wana jest mu karta pobytu. Jednolite zezwolenie przypisane
jest ściśle do konkretnego pracodawcy, co oznacza koniecz-
ność podjęcia odpowiednich kroków w celu legalizacji pobytu
i zatrudnienia w przypadku chęci zmiany pracodawcy.

Bez zalegalizowania pobytu i pracy, zatrudnienie cudzoziem-
ców niebędących obywatelami państw Unii Europejskiej, Euro-
pejskiego Obszaru Gospodarczego oraz Szwajcarii jest absolut-
nie nielegalne i niedozwolone. Sankcje za mogą być dotkliwe
zarówno dla pracodawcy, jak i samego cudzoziemcy. Są to kary
finansowe, jak i administracyjne, np. konieczność opuszczenia
przez cudzoziemca terytorium Polski oraz zakaz ponownego
wjazdu, konieczność pokrycia przez pracodawcę kosztów przy-
musowej deportacji albo zakaz dla pracodawcy zatrudniania ko-
lejnych cudzoziemców.

NA ZDJĘCIU: MARLENA KACZMAREK – EKSPERT W ZAKRESIE
SZEROKO ROZUMIANEGO PRAWA PRACY I ZARZĄDZANIA
ZASOBAMI LUDZKIMI. W TAX LION KIERUJE DZIAŁAMI KADR
I PŁAC ORAZ LEGALIZACJI. ZAJMUJE SIĘ TAKŻE COACHINGIEM
KARIERY.



Premium, czyli możliwość wyboru

O SZCZECIŃSKIM I ZACHODNIOPOMORSKIM RYNKU MOTORYZACYJNYM W ROZMOWIE Z DOMINIKĄ I DARIUSZEM BOŃKOWSKIMI – WŁAŚCICIELAMI ZNAJĘJ GRUPY BOŃKOWSCY ORAZ ANGELIKĄ SAWICKĄ – DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCĄ BMW MINI BOŃKOWSCY.

Państwa firma jest powszechnie znaną marką Premium, działającą na rynku motoryzacyjnym od początku lat 90-tych. W stolicy Pomorza Zachodniego jest obecna od 2007 roku. Spotykamy się w popularnej szczecińskiej restauracji Karkut, która również jest marką Premium. Nigdy nie kusiło Państwa, aby zainwestować w gastronomię?

Dariusz Bońkowski: O nie, nie (śmiej). Myślę, że każdy powinien się zajmować tym, na czym się zna i w czym się dobrze czuje. My bardzo dobrze się czujemy w Karkucie, ale jako goście. Natomiast, uważamy, że ważna jest specjalizacja w prowadzeniu działalności. My specjalizujemy się w motoryzacji, w autach Premium, choć nie tylko. Ale myślę, że jak się jest w takim miejscu Premium, jak w Karkucie, to inaczej się patrzy na pewne starania, działania, wprowadzane standardy, procesy. Docenia się je, obserwuje, czasami wykorzystuje we własnej działalności. Dlatego też chętnie zapraszamy naszych gości i partnerów biznesowych do doświadczenia wyjątkowości tego miejsca.

Jak Państwo oceniają ubiegły rok na szczecińskim i zachodniopomorskim rynku motoryzacyjnym?

Angelika Sawicka: Myślę, że to był udany rok. I zgodny z naszymi oczekiwaniami. Łącznie sprzedaliśmy ponad 1000 BMW, prawie 140 samochodów MINI oraz 100 motocykli. Ale ubiegły rok to dla nas także ogromny sukces w Zachodniopomorskiem – albowiem w tym regionie jesteśmy numerem 1 w klasie Premium. Mamy nadzieję, że liderowanie w tym segmencie będzie naszym nawykiem. A jeżeli chodzi o wolumen, to jesteśmy na tym rynku zaraz po Toyocie. Możemy zatem powiedzieć, że Grupa Bońkowsky dobrze wybiera partnerów, bo w swoim portfolio ma zarówno BMW jak i Toyotę.



Dominika: Ten segment rynku – czyli marki Premium są w naszym regionie bardzo dynamiczne. Należy pamiętać, że wiele zależy od jakości usług. Sprzedajemy towar bardzo porównywalny. Seria samochodów 1,7 lub X7 jest w całej Polsce taka sama. Mamy to szczęście, że w Zachodniopomorskim jesteśmy jedyni. Ale w Poznaniu funkcjonuje trzech dealerów BMW i są między nimi różnice w sprzedaży. Dlaczego? Bo to, co wyróżnia lepszego od najlepszego i od tego, który jest ekspertem to właśnie jakość obsługi. Okazują się to bardzo ważne. Wszystko, nawet pewne detale, w całym procesie obsługi klienta i całej transakcji – musi zagrać i być spójną całością.

Samochody elektryczne. To gorący temat. Czy zwiększyło się zainteresowanie tego typu autami w Szczecinie i regionie? To moda, czy też kierunek, w którym będzie zmierzać współczesna motoryzacja?

Dariusz: Trzy lata temu otworzyliśmy strefę ładowania samochodów ekologicznych i hybrydowych, w jednym ze szczecińskich centrów handlowych. A niewiele wtedy pytało o samochody elektryczne... Zdecydowanie tą inwestycją wyprzedziliśmy obowiązujące trendy, a może trochę intrygowaliśmy i inspirowaliśmy mieszkańców Szczecina i regionu. W tym roku inwestujemy w kolejną szybką ładowarkę, która powstanie obok jednego z naszych salonów. Reprezentujemy markę, która nie zapomina o nikim. Dysponuje ofertą aut zarówno dla użytkowników samochodów z silnikami spalinowymi, hybrydowymi oraz elektrycznymi. BMW mówi – niech klienci wybierają. Również to, w którą stronę pójdzie firma.

Dominika: Są też marki, które wybrały strategię podążania za przepisem. Ale my jesteśmy tak stworzeni, że nie lubimy ograniczeń. Chcemy mieć prawo wyboru. I akurat BMW czy tym bardziej MINI także nie lubi ograniczeń. Na tym właśnie polega Premium – na możliwości wyboru.

Czym Państwo zaskoczą swoich klientów ze Szczecina i regionu w ciągu najbliższych miesięcy?

Angelika: Otworzyliśmy już nowy serwis BMW i MINI w Koszalinie. Są tam do dyspozycji samochody nowe oraz używane. To punkt dla obsługi klientów, których już mamy w okolicach Koszalina i Kołobrzegu, ale jesteśmy oczywiście otwarci na nowych klientów. BMW jest takim brandem, który rocznie wprowadza na rynek przynajmniej kilka nowych pojazdów. Praktycznie co kwartał pojawia się jeden lub dwa nowe samochody. Każdy więc ma szansę na znalezienie czegoś dla siebie.

Dominika: Gdybyśmy mieli tylko ofertę Super Premium, to niemożliwością byłoby osiągnięcie drugiego miejsca wolumenowo na rynku. Do ubiegłego roku, w Zachodniopomorskim, było więcej punktów Mercedesa niż BMW. A mimo wszystko uzyskaliśmy dominację w klasie Premium. I oczywiście jesteśmy z tego dumni. Ale jesteśmy też na drugim miejscu pod względem wolumenu całościowego, a to jak już wspomniała Angelika sytuacja unikatowa w całej Polsce.

Angelika: Trzeba wspomnieć, że nasza marka Premium w systemie ratalnym okazuje się porównywalna do oferty marek popularnych. Tymczasem obserwujemy takie sytuacje, że Premium jeszcze ciągle onieśmiewa potencjalnych klientów. A warto jednak przekroczyć próg naszych salonów i sprawdzić warunki oferty. Bo często można uzyskać dużo większe korzyści za podobną kwotę raty.

Dziękuję za spotkanie w gościnnych progach restauracji Karkut i ciekawą rozmowę.

Całość rozmowy dostępna na www.prestizszczecin.pl

rozmawiał: Dariusz Staniewski / foto: Alicja Uszyńska



NOWE MIEJSCE
NA KULINARNEJ MAPIE SZCZECINA
ORYGINALNA KUCHNIA TOSKAŃSKA



ROSSOFUOCO

— CUCINA TOSCANA —

UL. WIELKA ODRZAŃSKA 20/U

TEL. +48 608 300 830

 / ROSSOFUOCOSZCZECIN

Gnocchi – drogocenne kluseczki

TE MAŁE ZIEMNIACZANE KLUSECZKI SĄ WE WŁOSZECH RÓWNIE POPULARNE CO MAKARON. GNOCCHI – BO O NICH MOWA, ZACHWYCAJĄ SWOIM SMAKIEM I RÓŻNORODNOŚCIĄ, A NA STOŁACH SŁONECZNEJ ITALII GOSZCZĄ OD XII WIEKU.



SZEF MASSIMILIANO

A wszystko dzięki swojej prostocie. Głównym składnikiem gnocchi są ziemniaki i mąka. Kluseczki po ugotowaniu powinny być pulchne i mięciutkie. Na powierzchni mają często wykonane widelcem paski, bądź dziurki. Gnocchi są robione w całych Włoszech, różnią się tylko nadzieniem, które zazwyczaj składa się z produktów charakterystycznych dla danego miejsca. – W Toskanii najbardziej popularne są gnocchi z serem i trufkami, które występują właśnie na tym terenie – mówi szef Massimiliano, jeden z szefów kuchni Rosso Fuoco, restauracji specjalizującej się w kuchni tokańskiej – To jeden ze smaków mojego dzieciństwa. Gnocchi robiła moja babcia i moja mama. Praktycznie na nich wyrosłem. Stąd też moje uwielbienie dla nich.

Głównym składnikiem tego rodzaju gnocchi są trufle, które co prawda nie występują w Polsce, ale można je zdobyć. – Trufli we Włoszech jest kilka rodzajów – tłumaczy szef kuchni. – W zależności od tego, gdzie występują, taką mają wartość. Te najbardziej wartościowe występują na wzgórzach, te mniej w lasach iglastych. Najcenniejsze i najbardziej pożądane są białe trufle, które zawierają duże ilości białka i węglowodanów. W tym roku za kilogram białych trufli trzeba było zapłacić 4 tysiące euro. Cena nie tylko wynikała z ich wartości i tego, że to najcenniejszy grzyb na świecie, ale także z powodu, że było ich wyjątkowo mało. Białe trufle są tak pożądane, że wystawiane są na aukcjach, gdzie licytowane są przez restauracje z całego świata.

Gnocchi z trufkami to bez wątpienia danie wyjątkowe. Mała ilość składników w nadzieniu wynika także z tego, że trufle są bardzo aromatycznymi grzybami, a w połączeniu z równie wyrazistym kozim serem niczego już więcej nie potrzebują. – Oczywiście kozie ser możemy zastąpić innym, np. ricottą a trufle podgrzybkami – mówi szef Massimiliano. – Tak naprawdę rodzajów nadzienia może być wiele.

Do gnocchi, podobnie jak do innych dań, najbardziej pasuje wino,

oczywiście włoskie. – W tym przypadku, idealnym połączeniem będzie wino o wyrazistym aromacie, najlepiej czerwone – zaleca szef kuchni Rosso Fuoco. – Polecam szczególnie chianti, im starsze, tym lepsze.

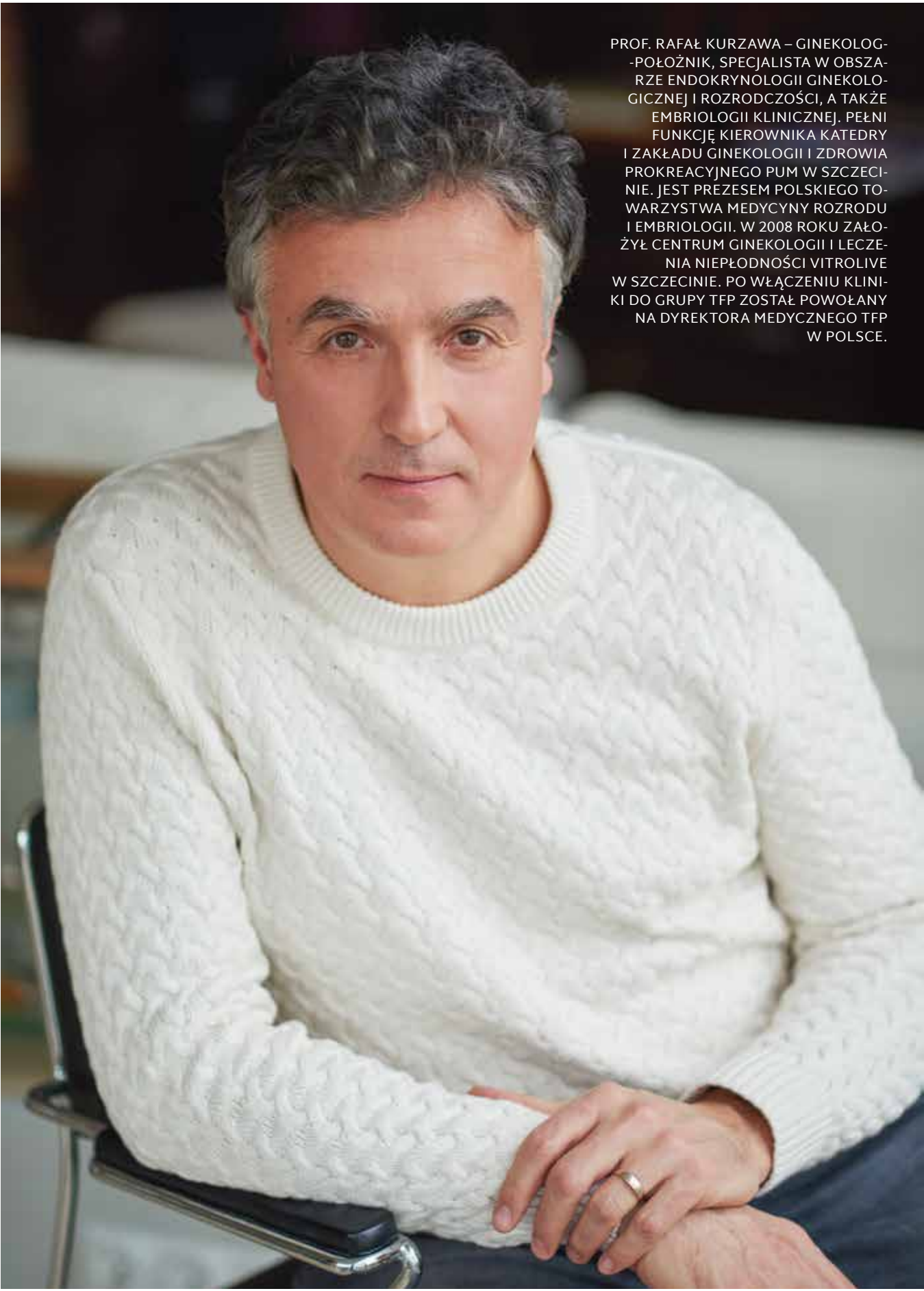
autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska

CIASTO: ziemniaki, najlepiej z różową skórą (0,5 kg), mąka pszenna (typ 500), 3 kurze żółtka

NADZIE: kozie ser, ale może być również np. ricotta, trufle, sól, odrobina gałki muszkatołowej

SOS: masło, świeże listki szalwii

Ugotowane ziemniaki, można przepuścić przez praskę bądź zmiażdżyć je na purée. Ważne by ziemniaki zawierały jak najmniej wody. Najlepsze będą polskie, z różową skórą. Następnie do ziemniaków należy dodać przesianą mąkę, żółtka, zmieszany ser z trufkami, tak by farsz zawierał 20 procent trufli i 80 procent sera. Po połączeniu składników należy wyrobić ciasto. Dobrze, żeby ciasto na gnocchi poleżało sobie tak ze 30 minut, najlepiej w lodówce. Następnie z ciasta formujemy wałeczki o średnicy ok. 2 cm, które kroimy na nieduże kawałki. Na każdym kawałku możemy uformować paski albo zrobić dziurkę na kształt kluski śląskiej. Gotowe kluseczki wrzucamy do wrzącej wody. Gotujemy tak, by się ze sobą nie posklejały i po wypłynięciu na powierzchnię i odciedzeniu układamy na talerz. Do wykonania sosu potrzebujemy tylko masła i świeżej szalwii, które to podgrzewamy na patelni. Sosem polewamy gnocchi i gotowe.

A portrait of Prof. Rafał Kurzawa, a middle-aged man with grey hair, wearing a white cable-knit sweater. He is sitting in a chair, looking directly at the camera with a neutral expression. His hands are clasped in his lap, and he is wearing a ring on his left ring finger. The background is blurred, showing what appears to be a clinical or office setting.

PROF. RAFAŁ KURZAWA – GINEKOLOG-
-POŁOŻNIK, SPECJALISTA W OBSZA-
RZE ENDOKRYNOLOGII GINEKOŁO-
GICZNEJ I ROZRODCZOŚCI, A TAKŻE
EMBRIOLOGII KLINICZNEJ. PEŁNI
FUNKCJĘ KIEROWNIKA KATEDRY
I ZAKŁADU GINEKOLOGII I ZDROWIA
PROKREACYJNEGO PUM W SZCZECI-
NIE. JEST PREZESEM POLSKIEGO TO-
WARZYSTWA MEDYCYNY ROZRODU
I EMBRIOLOGII. W 2008 ROKU ZAŁO-
ŻYŁ CENTRUM GINEKOLOGII I LECZE-
NIA NIEPŁODNOŚCI VITROLIVE
W SZCZECINIE. PO WŁĄCZENIU KLINI-
KI DO GRUPY TFP ZOSTAŁ POWOŁANY
NA DYREKTORA MEDYCZNEGO TFP
W POLSCE.

Niepłodność nie ma płci

O TYM JAK MOŻNA ZARADZIĆ NIEPŁODNOŚCI, KLUCZOWEJ ROLI CZASU W STARANIACH O DZIECKO, A TAKŻE O SYMPOZJUM „NIEPŁODNOŚĆ – DROGA DO RODZICIELSTWA”, KTÓRE ODBĘDZIE SIĘ JUŻ 22 KWIEŃNIA W SZCZECINIE W WYWIADZIE Z PROFESOREM RAFAŁEM KURZAWĄ, DYREKTOREM MEDYCZNYM SIECI KLINIK TFP FERTILITY POLAND, NA CO DZIEŃ ZWIĄZANYM Z OŚRODKIEM TFP FERTILITY VITROLIVE W SZCZECINIE.

Według szacunków problem niepłodności dotyczy obecnie ok. 15% osób w wieku rozrodczym. Liczby te zwiększają się z roku na rok. Co jest przyczyną?

Klasyczne przyczyny niepłodności odchodzą na dalszy plan, a zyskiwać na znaczeniu zaczynają powody społeczne, głównie nasze zachowania oraz decyzje. Olbrzymi wpływ na płodność człowieka ma styl życia: stosowanie używek, palenie papierosów i ogólna kondycja psychofizyczna organizmu – otyłość, także równowaga wewnętrzna. Paradoksalnie współczesnej niepłodności teoretycznie często można zaradzić, także poprzez edukację i promocję zdrowia. Informowanie o wpływie stresu czy diety na płodność człowieka to pozornie błahostki, ale te czynniki mają faktycznie kolosalne znaczenie. Szczególnie teraz, gdy w statystykach zaczynają na prowadzenie wybijać się takie zjawiska jak niepłodność męska.

Dodam również, że najpoważniejszą przyczyną niepłodności w Polsce jest zaawansowany wiek kobiet decydujących się na dziecko. Odkładanie decyzji o dzieciństwie na przyszłość ma swoją wysoką cenę. Jeżeli kobieta rodzi pierwsze dziecko w wieku 29-30 lat, a tak jest w Polsce, to prawdopodobieństwo kolejnego dziecka w rodzinie jest mniejsze niż 50 proc.

Co zrobić, by planując rodzicielstwo nie trafić w ślepą uliczkę?

Trzeba zachować czujność, mieć świadomość ograniczeń wynikających z natury i sposobu życia, ale także systemu opieki zdrowotnej w Polsce.

Diagnostyka niepłodności jest u naszym kraju w zasadzie refundowana. Jeśli coś ogranicza spontaniczne poczęcie, pierwsze etapy pomocy można uzyskać w wielu państwowych ośrodkach akademickich, w których wykonywane są bezpłatnie badania u kobiety i mężczyzny. Trzeba jednak szukać lekarzy, którzy mają odpowiednie wykształcenie, a najlepiej specjalizację z endokrynologii ginekologicznej i rozrodczości. Powiedziałbym, że prawdziwym zagrożeniem dla pacjenta jest brak uporządkowanego, systemowego podejścia do procesu organizacji leczenia. Teoretycznie mamy centralne finansowanie etapu diagnostycznego, ale dość łatwo pacjent może nie trafić tam, gdzie powinien, przez co będzie tracić czas na nieefektywne czekanie. W niektórych praktykach pacjenci są po prostu zbyt długo przetrzymywani. Jako środowisko specjalistów związanych z medycyną rozrodu próbujemy temu przeciwdziałać, przede wszystkim edukować, bo to w moim odczuciu działanie na szkodę chorego. Uwrażliwić na to będziemy lekarzy specjalistów m.in. podczas zbliżającego się sympozjum „Niepłodność – droga do rodzicielstwa” już 22 kwietnia w Szczecinie, gdzie mam nadzieję wybrzmie podstawowa według mnie prawda – w procesie starań o dziecko kluczową rolę odgrywa czas.

Dodatkowo, brak spójnego systemu opieki niepłodnościowej, możliwości referowania chorych, ale i centralnego finansowania to inne poważne bolączki zarówno chorych, jak i nas, stojących nierzadko pod ścianą lekarzy.

Profesorze: chcemy mieć dziecko, podeszliśmy do badań, ale do sukcesu nie dochodzi. Co mamy robić dalej?

Gdy medycyna zachowawcza i proste zabiegi chirurgiczne nie pomagają, w okresie nie dłuższym niż 1-2 lata koniecznie trzeba zgłosić się na konsultację do specjalistycznego ośrodka leczącego niepłodność. Takie miejsca dysponują metodami wspomaganego rozrodu i zapleczem infrastrukturalnym pozwalającym na bardziej skuteczną pomoc. Są to zwykle są ośrodki prywatne, a niestety komercyjne leczenie jest kosztowne.

In vitro i procedury medycznie wspomaganego prokreacji dają w tej chwili ok. 1,6 proc. wszystkich porodów w Polsce, ale gdybyśmy wykonywali zabiegi w takim zakresie, w jakim jest na nie zapotrzebowanie, ta liczba byłaby na poziomie 3 procent. Dla porównania, w Izraelu odsetek porodów po leczeniu to około 9%. Wracam więc do punktu wyżej – konieczne jest spięcie klamrą systemowego leczenia całej kompleksowej opieki nad pacjentem: należałoby doprowadzić do refundacji nie tylko diagnostyki, ale i leczenia, a także pomagać w ośrodkach, które faktycznie leczą.

W Polsce finansowanie publiczne zabiegu in vitro nie płynie z państwa. Jakie są możliwości dofinansowania in vitro?

Od kilku lat systematycznie mapa Polski coraz intensywniej pokrywa się inicjatywami lokalnymi; wśród miast realizujących dofinansowanie wymienić należy Warszawę, Poznań, Gdańsk, Kołobrzeg, Wrocław oraz nasz Szczecin oraz mniejsze gminy, jak Nowogard czy Ostrów Wielkopolski. Liczba takich „samoorganizatorów” leczenia rośnie, mimo iż refundacja zabiegów jest dla budżetu lokalnego sporym obciążeniem. Choć dofinansowanie (zwykle do 5 tys. zł na jeden zabieg) nie pokrywa kosztów całej procedury, to i tak dla wielu par jest bezcenną pomocą. Niestety samorządy w Polsce zmuszone są robić to, czego nie robią organy właściwe do tego przygotowane, czyli Ministerstwo Zdrowia czy NFZ. Jest to więc tylko łatanie dziury, bo jednostki lokalne nie są w stanie zapewnić dofinansowania wszystkim potrzebującym parom. Na pewno nie tędy droga, ale jest to krok naprzód i szansa dla par, których nie stać na opłacenie leczenia.

A jak wygląda sama sytuacja prawna in vitro w Polsce na tle innych krajów?

Tak naprawdę jest ona całkiem dobra, ostatnia ustawa podpisana przez Prezydenta Bronisława Komorowskiego zapewnia bezpieczeństwo i skuteczną medyczną interwencję dla potrzebujących. U nas problemem jest nie prawo, a praktyka i pieniądze. Dostępność do specjalistycznego leczenia jest wysoka, nawet nadspodziewanie wysoka jak dla tak konserwatywny kraj – ograniczenie dotyczy w zasadzie tylko par jedнопłciowych. Co do samej konstrukcji zasad, zupełnie nie mamy się czego wstydzić i tak naprawdę to właśnie takie ukonstytuowanie legislacyjne spowodowało dynamiczny rozwój medycyny rozrodu w Polsce.

Dziękujemy za rozmowę.

foto: materiały prasowe

WIOSENNE BESTSELLERY

WIOSNĄ PRZYPOMINA NAM SIĘ WIELE PRAKTYCZNYCH NAWYKÓW - ROBIMY PORZĄDKI, WRACAMY DO TRENINGÓW, PIELĘGNUJEMY SKÓRĘ. WRAZ Z POWROTEM PRZYJEMNEJ POGODY, CZUJEMY RADOŚĆ, PLANUJEMY URLOPY I NABIERAMY CHĘCI NA TO, ABY... DOBRZE NA NICH WYGLĄDAĆ. NIEKTÓRZY PACJENCI DOSKONALE ZDAJĄ SOBIE SPRAWĘ Z TEGO, ŻE MEDYCYNA ESTETYCZNA JEST W CZĘŚCI TAKŻE SPRAWĄ SEZONOWĄ. W OKRESIE JESIENNO-ZIMOWYM WYKONUJE SIĘ ZABIEGI LASEROTERAPII, CZY WSZELKIE CHEMICZNE PEELINGI. JEDNAK SĄ TAKŻE W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ ZABIEGI CAŁOROCZNE – JEST TO TEMAT SZCZEGÓLNIIE ISTOTNY, GDY WRAZ Z WIOSNĄ CHCEMY WEJŚĆ W CODZIENNOŚĆ Z NOWĄ ENERGIĄ I Z... ODŚWIEŻONYM WYGLĄDEM. OTO ZABIEGI DOSKONAŁE NA WIOSENNAJ REGENERACJĘ!



PO PIERWSZE – SKÓRA, NASZ NAJWIĘKSZY ORGAN

Po okresie jesieni i zimy skóra potrzebuje odświeżenia. Przesuszone przez sztuczne ogrzewanie, przez zmiany temperatury, prosi o naszą pomoc – i to sięgającą w jej głębsze warstwy niż naskórek i to, co potrafią zdziałać kosmetyki. Oprócz iniekcji substancji odżywczych i poprawiających jej nawilżenie, najczęściej chcemy też odzyskać jej blask. Jak możemy odjąć zmęczenie z naszej twarzy?

Doskonałymi zabiegami głęboko odmładzającymi, poprawiającymi jakość i napięcie skóry będą zabiegi wykonywane zaawansowaną technologią laserów pikosekundowych (Cutera Enlighten, Cynosure Picosure), która pozwala na wykonywanie ich przez cały rok. Oba te lasery silnie stymulują skórę i kolagen, pozwalając na powrót jędrności i elastyczności skóry. Zabieg takim laserem wygładzi zmarszczki, zagęści skórę, spłyci blizny i ujednolici koloryt skóry. Bardzo popularnym całorocznym zabiegiem poprawiającym jakość skóry jest również zabieg wykorzystujący technologię radiofrekwencji. Masz rozszerzone pory i zaskórniki? Ten zabieg pomoże ci nie tylko pozbyć się ich, ale także ujędrni skórę i wygładzi zmarszczki.

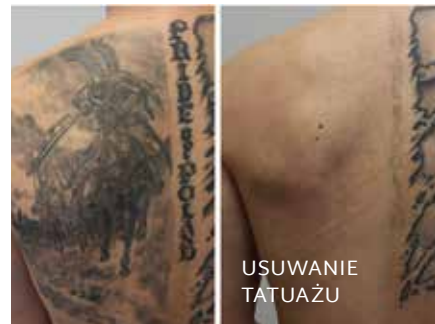
Doskonałym poleceniem od lat w Klinice Zawodny jest połączenie zabiegu podczerwieni na skórę twarzy z zabiegiem radiofrekwencji w okolicy oczu. Oprócz tego zdecydowanie faworytem, bardzo często wykonywanym, jest także Ultraformer wykorzystujący technologię HIFU (high intensity focused ultrasound). Zabieg ten daje efekt prawdziwego liftingu – bez skalpela, to znaczy, że odbywa się nieinwazyjnie i nie wymaga od Pacjenta okresu rekonwalescencji.

W kwestii odżywienia skóry w Klinice Zawodny oferujemy kilka sposobów podania substancji aktywnych. Jest to oczywiście klasyczna mezoterapia igłowa, wykonywana przez lekarza, mezoterapia próżniowa wieloigłowa (Vital Injector), mezoterapia mikroigłowa (Dermapen), a także infuzja tlenowa. W Klinice Zawodny dobór preparatu jest dokonywany przez eksperta po wywiadzie z Pacjentem. To mogą być substancje aktywne, kwas hialuronowy, a także autologiczny preparat osocza bogatopłytkowego.

PO DRUGIE – NIECHCIANY TATUAŻ I MAKIJAŻ PERMANENTNY

Punkt być może nieoczywisty dla tych, którzy nie mają tatuaży, ale zrozumiały dla tych, którzy mają swoje, nie lubią ich i z niechęcią odkrywają je latem. Wspomniane wcześniej światowej klasy lasery pikosekundowe (Cutera Enlighten, Cynosure Picosure) to także rozwiązanie dla niechcianych tatuaży i nieudanego makijażu permanentnego. To bardzo silne i precyzyjne lasery, które mogą usunąć każdy kolor pigmentu (poza białym) i w niemal każdym miejscu. To od lat nasz jeden z bestsellerych zabiegów – szczerzymy się wysoką skutecznością usuwania tatuaży. Niezależnie od wielkości, wieku i koloru – lasery pikosekundowe nie mają konkurencji. W Klinice Zawodny posiadamy dwa wysokiej klasy lasery tego rodzaju i nasi specjaliści wykorzystują je w usuwaniu tatuaży w sposób uzupełniający. Pozbycie się barwnika z tatuażu lub makijażu wymaga zwykle od kilku do kilkunastu sesji, dlatego warto odpowiednio wcześniej zapisać się na konsultację czy zabieg. Już jeden raz

wystarczy, aby pigment tatuażu znacznie zbladł, co pozwala fanom tatuaży na wykonywanie kolejnych w tym samym miejscu, tzw. coverów. Precyzja tych laserów w ręce doświadczonego specjalisty pozwala także na usuwanie makijażu permanentnego w takich miejscach jak usta i powieki.



PO TRZECIE – CIAO, CIAŁO!

Ostatni punkt, lecz chyba najważniejszy! Wiosną przygotowujemy się na bikini, krótkie spodenki i bluzki na ramiączkach. W ramach tradycyjnych sposobów redukcji nadmiaru tkanki tłuszczowej, zapraszamy serdecznie do naszego dietetyka. W kwestii problematycznych okolic, które są odporne na odchudzanie oraz ćwiczenia, również zapraszamy na konsultację - z kosmetologiem. Posiadamy pełen wachlarz technologii pomagających uporać się z kłopotliwymi obszarami brzucha, ud, ramion, pośladków i pleców. Zdarza się, iż ciało potrzebuje redukcji nadmiaru tkanki tłuszczowej tylko w wybranej okolicy. Wtedy właśnie wkraczają nasi specjaliści, którzy tworzą indywidualny program zabiegowy i z pomocą takich technologii jak mikrofały, kriolipoliza, radiofrekwencja, czy ultradźwięki pomagają osiągnąć sylwetkę marzeń. Taki spersonalizowany program zabiegowy to specjalna oferta w naszej klinice - nazywamy ją planem szytym na miarę - czyli Planem Na Miarę, który ponad oczywiste walory, jest jeszcze w atrakcyjnej cenie dla naszych Pacjentów.

Oprócz redukcji zbędnej tkanki tłuszczowej możemy także znacząco ujędrnić ciało. Wiele pań i panów nie zdaje sobie nawet sprawy, że ich problem to nie tłuszcz, a wiotkie tkanki. Nasi specjaliści wiedzą dokładnie, jak sobie z tym poradzić. Z tym – i także z cellulitem. W Klinice Zawodny posiadamy kilka bestsellerów, które państwo pokochały dzięki temu, że pozbyły się pomarańczowej skórki. Na koniec warto dodać, że posiadamy także technologię poprawiającą napięcie mięśni, ich zarys i wytrzymałość - to prawdziwa gratka dla tych, którzy cenią sobie piękne ciało.



Wiosna, jak co roku, dodaje wszystkim energii i motywacji. Gdy przyroda zakwita, my też chcemy czuć się piękni i nie ma w tym nic złego. Wszystko, co oferuje medycyna estetyczna, jest w zasięgu ręki i w większości przypadków polega na zewnętrznej stymulacji tego, co jest naturalnym procesem organizmu. W Klinice Zawodny posiadamy doświadczenie w tworzeniu indywidualnych programów zabiegowych, na których efekty możecie liczyć. Zapewniamy profesjonalną opiekę wysoko wykwalifikowanej kadry specjalistów i najnowocześniejsze urządzenia. Zapraszamy.



Uśmiech w dobrych rękach

GABINETY STOMATOLOGICZNE FORTE-VITE, TO MIEJSCE, GDZIE KLASYCZNA STOMATOLOGIA SPOTYKA SIĘ Z ORTODONCJĄ, PROTETYKĄ, IMPLANTOLOGIĄ, MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ I FIZJOTERAPIĄ. CO TO OZNACZA DLA PACJENTA? TO, ŻE TRAFIA W DOBRE RĘCE SPECJALISTÓW, KTÓRZY W PEŁNI SIĘ NIM OPIEKUJĄ I DBAJĄ, NIE TYLKO O JEGO ZDROWIE, ALE TAKŻE O SAMOPOCZUCIE. W KOŃCU ZDROWE ZĘBY TO PIĘKNY UŚMIECH, A PIĘKNY UŚMIECH TO WIĘKSZA PEWNOŚĆ SIEBIE I ZADOWOLENIE.



– Podchodzimy do pacjenta w sposób indywidualny i holistyczny – mówi Anita Szyrocka-Frukacz, lekarz stomatolog, dyplomowany lekarz medycyny estetycznej i właścicielka Forte-Vite. – Wykonujemy bardzo szeroki wachlarz leczenia z zakresu stomatologii zachowawczej i estetycznej, ortodoncji, implantoprotetyki oraz chirurgii stomatologicznej. W związku z tym, że jesteśmy zabiegowcami, bardzo łatwo przychodzi nam wykonywanie zabiegów również z zakresu medycyny estetycznej. Praca igłą czy kaniulą – mamy to we krwi.

– Do tego dochodzą aspekty wiedzy ortodontycznej i szczegółowa znajomość anatomii twarzy. Na przykład zajmujemy się pacjentami z zaburzeniami ortodontycznymi, które wpływają na rysy twarzy, dodaje Adam Garstka, lekarz stomatolog. – Ponadto, często naszymi pacjentami są osoby, u których wcześniej zastosowano niewłaściwe leczenie. My to korygujemy poprzez współpracę lekarzy: stomatologa, ortodonta, lekarza protetyka czy medycyny estetycznej.

Ta współpraca lekarzy specjalistów z różnych dziedzin jest bardzo ważnym aspektem działalności Forte-Vite. – Jestem pasjo-

natką medycyny, w pełnym tego słowa znaczeniu – podkreśla właścicielka gabinetów. – Zależało mi na tym, by praca lekarzy się ze sobą wiązała, czyli nie tak, że każdy wykonuje swoją część i koniec. Bardzo często zdarzają się pacjenci, gdzie potrzebna jest konsultacja nawet kilku lekarzy.

W Forte-Vite, oprócz podstawowego leczenia z wymienionych specjalizacji, pacjenci mogą skorzystać z gabinetu fizjoterapii. – Myślę, że jest to ewenement, jeśli chodzi o Szczecin i gabinety stomatologiczne w Polsce – mówi doktor Garstka. – Ci pacjenci zaburzeniowi to nie są tylko pacjenci do leczenia, którym robimy wyciski czy zakładamy szyny i sprawa załatwiona. Trafiają się przypadki tak skomplikowane, że nie możemy zostawić w takim stanie pacjenta. Tutaj pomoc fizjoterapeuty jest nieodzowna. Mamy do stawu skroniowo-żuchwowego podejście ortopedyczne, czyli podchodzimy do niego jak do każdego innego stawu w organizmie. Jest to staw symetryczny, co znaczy, że każdy staw, zarówno prawy jak i lewy, uczestniczy w każdym ruchu żuchwy i problemy mogą przechodzić z jednej strony na drugą. Dlatego staramy się naszych pacjentów tak prowadzić, aby ten rodzaj terapii przebiegał identycznie jak w klasycznej w ortopedii.



Każda wizyta w gabinecie zaczyna się od konsultacji i ustalenia planu leczenia, a także od profesjonalnego oczyszczania zębów. – W tym celu wykorzystujemy protokół Guided Biofilm Therapy, który jest konieczny, aby zapewnić piękny uśmiech i utrzymać jamę ustną w zdrowiu – wyjaśnia doktor Anita Szyrocka-Frukacz. – Podczas zabiegu usuwamy szkodliwą płytkę bakteryjną zwaną Biofilmem, z zębów i dziąseł. Jest to bardzo ważne działanie, gdyż płytka może zwiększyć ryzyko wystąpienia, np. choroby Alzheimera, choroby serca, cukrzycy czy zaburzeń ze strony układu oddechowego. Sam zabieg piaskowania jest bezbolesny i nie uszkadza dziąseł.

Współpracujący ze sobą zespół Forte-Vite, skupia się także na znalezieniu przyczyny dolegliwości ze strony stawów skronio-wo-żuchwowych. – W leczeniu stosujemy m.in. indywidualnie zaprojektowaną w drukarce 3D szynę dwuszczkową. To oczywiście wiąże się ze wspomnianą pracą fizjoterapeuty. W takich przypadkach nieodzowne są masaże rozluźniające mięśnie głowy, obręczy barkowej i całego ciała – zaleca doktor Garstka. – Ponadto leczymy wady zgryzu. W tym celu używamy systemu nakładkowego o nazwie Invisalign. Zajmujemy się też odbudową powierzchni zwarciowych, aby przywrócić optymalne ustawienie stawowe i prawidłową okluzję.

Zabiegi z zakresu medycyny estetycznej to także część działalności Forte-Vite. Łączą się one z pracą stomatologa, bowiem

mogą być świetnym uzupełnieniem medycznych zabiegów, ale także można z nich skorzystać osobno. Jednym z, dających szybkie i rewelacyjne efekty, zabiegów jest termolifting Zaffiro. Liftinguje, odmładza i rozświetla skórę. – W zabiegu tym wykorzystywane jest działanie światła podczerwonego na głębokie warstwy skóry – tłumaczy pani doktor. – To zabieg bezbolesny i bezinwazyjny, który można wykonywać przez cały rok, a także przed tzw. ważnymi wyjściami.

Drugim, szczególnie polecanym zabiegiem w gabinecie Forte-Vite, jest karboksyterapia wykonywana urządzeniem o nazwie Fenix. – Za pomocą pneumatycznego pistoletu, pod skórę wprowadzany jest czysty dwutlenek węgla (CO2) – tłumaczy Anita Szyrocka-Frukacz. – Zabieg ten poza opóźnianiem procesu starzenia, działa przeciwbólowo i przeciwzapalnie. Zmniejsza rozstęp, cellulit, redukuje tkankę tłuszczową.

Ogromnym plusem gabinetów Forte-Vite jest to, że zajmują się właściwie każdym przypadkiem, począwszy od uzupełnień ubytków po skomplikowane zabiegi z zakresu chirurgii stomatologicznej. Co najważniejsze wszystko odbywa się w jednym miejscu, w przyjemnej i profesjonalnej atmosferze. – Doradzimy każdemu pacjentowi, pomożemy osiągnąć wymarzony i upragniony efekt. Sprawimy, żeby każdy czuł się komfortowo i był zadowolony z wykonywanego zabiegu.

autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska

Jak zaszczepić w dzieciach miłość do sportu?

OD DAWNA MÓWI SIĘ O TYM, ŻE DZIECI SĄ CORAZ MNIEJ AKTYWNE, A CHĘĆ DO UPRAWIANIA SPORTU MALEJE WRAZ Z WIEKIEM. CI, KTÓRZY JUŻ W OKRESIE PRZEDSZKOLNYM I WCZESNOSZKOLNYM UPRAWIALI SPORT, CHĘTNIEJ KONTYNUUJĄ TĘ PRZYGODĘ W PÓŹNIEJSZYCH LATACH. KLUCZ TO ZNALEZIENIE DOBREJ AKTYWNOŚCI I CO ISTOTNE POD OKIEM DOŚWIADCZONEGO TRENERA.

Jedną z najbardziej skutecznych form profilaktyki chorób cywilizacyjnych jest aktywność fizyczna – dorośli to wiedzą, ale do dzieci nie trafiają piękne zdania, dla dzieci istotna jest dobra zabawa, możliwość spędzenia czasu w ciekawej formie i bycie częścią grupy. Rolą dorosłych jest zaszczepienie w dzieciach miłości do sportu, ale w natłoku codziennych spraw nie zawsze jest czas i możliwość, by o to zadbać. Na pomoc rodzicom przychodzi Prime, gdzie podczas zajęć z tenisa stołowego, dzieci i młodzież dodatkowo trenują pod okiem wykwalifikowanego trenera personalnego.

DOBRE NAWYKI TO PODSTAWA

– Nawyki najłatwiej kształtować u najmłodszych – dziecko, które od razu nauczy się dobrze siadać, wstawać, dźwigać, wykonywać podstawowe ćwiczenia, będzie umieć wykonywać te czynności poprawnie przez resztę życia. Często my dorośli musimy uczyć się na nowo prawidłowej postawy, dbania o kręgosłup, podnoszenia się – mówi Bartek Rząd, trener personalny, z którym mają okazję ćwiczyć młodzi tenisисти z klubu Prime.

Wydaje się, że ćwiczenia pod okiem trenera zarezerwowane są dla sportowców. Tymczasem fakt, że dzieci mają mnóstwo zajęć w ławkach, siedzą wiele godzin przed komputerem, czy ze smartfonem w ręku sprawia, że zwykły przewrót w przód, pajacyk, przysiad, czy złapanie piłki stanowią dla nich trudność. Rola trenera sprowadza się więc do zadbania o podstawy, których często brak, aby w dalszej kolejności proponować ćwiczenia dla konkretnych grup mięśni.

TRENER PERSONALNY DLA MŁODYCH ZAWODNIKÓW

Podczas zajęć z trenerem personalnym w ramach Enea Akademii Tenisa Stołowego na dzieci czeka szereg ćwiczeń dostosowanych do ich możliwości i potrzeb. To też okazja do poznania różnych przyrządów, zaznajomienia z siłownią, w której spędzony czas zawsze jest dobrze spożytkowany. – Dzieci często ciekawią takie miejsca, ale nie ma okazji, by im pokazać coś więcej, zainteresować, a przecież potrzebują się wyszaleć, zmęczyć i znaleźć coś, co być może okaże się ich pasją na długie lata.

Dlatego w Prime dajemy taką szansę i zapraszamy rodziców z dziećmi na tenisa stołowego, squasha, do wszystkich stref funkcyjnych naszego klubu – mówi manager, Paweł Grzywna.

tekst: Joanna Szachniewicz



ul. Modra 80, 71-220 Szczecin
budynek PRIME



Medycznie & Estetycznie

DR N. MED. MARCIN WIŚNIEWSKI

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

Naturalnie gabinetowe nowości

JALUPRO I KOLAGEN KARISMA TO DWA NOWE ZABIEGI, KTÓRE ZAWITAŁY DO GABINETU DR N. MED. MARCINA WIŚNIEWSKIEGO. OBA NIWELUJĄ OZNAKI STARZENIA SIĘ SKÓRY I OBA, BAZUJĄC NA NATURALNYCH SKŁADNIKACH, WPISUJĄ SIĘ W TREND MEDYCYNY REGENERACYJNEJ.

Jalupro, reklamowany jako najbardziej naturalny symulator tkankowy zawierający aminokwasy. Panie doktorze, na czym polega jego działanie?

Nasza skóra zaczyna starzeć się już od 25 roku życia. To wtedy właśnie zaczyna zmniejszać się ilość fibroblastów odpowiedzialnych za naturalną produkcję kolagenu. W celu spowolnienia tych procesów należy dostarczyć skórze substancji, które wykorzystane zostaną do jego odbudowy. Taki właśnie cel przyświecał stworzeniu Aminokwasowej Terapii Zastępczej. Jalupro to połączenie aminokwasów pochodzenia niezwierzęcego w ściśle określonych proporcjach: Glicyny, L-Proliny, L-Lizyny, L-Leucyny z wysokiej jakości nieusieciovany kwasem hialuronowym. Stanowią one budulec nowego kolagenu, zwiększając namnażanie i aktywność fibroblastów.

Do czego najlepiej go użyć?

Jalupro to produkt do biostymulacji skóry. Przyczynia się do długotrwałej odnowy jej struktury, poprawy elastyczności, jędrności i gęstości, a kwas hialuronowy zawarty w preparacie stymuluje skórę i głęboko ją nawilża. Najchętniej wykorzystuję ten preparat do rewitalizacji okolicy oka, gdzie skóra jest bardzo delikatna i wymagająca, ale może być stosowany w obrębie całej twarzy. Jalupro zawiera w sobie kwas hialuronowy, ale jest on niesieciovany, a jego zadaniem jest głębokie nawilżenie. Oznacza to, że nie jest on klasycznym wypełniaczem tkankowym. Nie wypełni zatem dużych ubytków i nie uzupełni objętości. Jego działanie to przede wszystkim poprawa jakości i napięcia w obrębie skóry, a także zmniejszenie drobnych zmarszczek w obrębie skóry.

Jalupro stosuje się także jako uzupełnienie innych zabiegów.

Możemy go stosować jako uzupełnienie zabiegów z użyciem urządzeń wysokoenergetycznych takich jak laser frakcyjny czy radiofrekwencja mikroigłowa, równocześnie z peelingami

czy dermabrazją, a także wspomagająco przy leczeniu blizn. Aminokwasy zawarte w preparacie przyspieszają regenerację skóry i poprawiają jej jakość.

Drugi zabieg to kolagen Karisma. Co to takiego?

Jest to pierwszy na rynku innowacyjny biostymulator na bazie kolagenu typu I, który mimo pełnej zgodności z ludzkim kolagenem nie jest pochodzenia zwierzęcego, a co za tym idzie, jego profil bezpieczeństwa jest bardzo wysoki. Dzięki zastosowaniu zupełnie nowej technologii z wykorzystaniem jedwabników uzyskano kolagen w pełni zgodny z ludzkim. Jest to wyrób medyczny klasy III, naturalny, biozgodny i bezpieczny, bez ryzyka reakcji alergicznych. Zawiera polipeptydowy łańcuch $\alpha 1$ kolagenu typu I, karboksymetylocelulozę, ograniczającą negatywny wpływ wolnych rodników, oraz kwas hialuronowy o wysokiej masie cząsteczkowej, odpowiedzialny za natychmiastowy efekt. Wszystkie te składniki działają synergistycznie, stymulując skórę do odbudowy i regeneracji.

Jak wygląda jego aplikacja i jakie są efekty?

Preparat podawany jest za pomocą igły lub kaniuli w głębokie warstwy skóry, lub podskórnice. Do dyspozycji mamy aż 2 ml preparatu w 1 strzykawce. Przeznaczony jest dla osób, które cenią sobie naturalny wygląd, a jednocześnie chcą poprawić jakość skóry, zredukować ubytki czy delikatnie odbudować objętość. Protokół zakłada wykonanie 2 zabiegów w odstępie miesiąca, a następnie zabieg przypominający po 4 miesiącach. Stosuję go w celu odmłodzenia skóry w obrębie twarzy, szyi, dekoltu czy dłoni, poprawy konturu, redukcji zmarszczek. Jego podstawowe zadanie to poprawa jakości i gęstości skóry oraz przyspieszenie jej regeneracji.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega/foto: materiały prasowe



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.

Nowe biodro, lepsze życie

WYMIANA STAWU BIODROWEGO TO DRUGI NAJCZĘŚCIEJ WYKONYWANY ZABIEG W ORTOPEDII. DZIEJE SIĘ TAK, GDYŻ WŁAŚCIWIE KAŻDY Z NAS JEST NA NIEGO SKAZANY, NIEZALEŻNIE OD TEGO, JAKI TRYB ŻYCIA PROWADZIMY. NAPRAWĄ TEJ OGROMNIE WAŻNEJ CZĘŚCI LUDZKIEGO CIAŁA, ZAJMUJE SIĘ PROTEZOPLASTYKA STAWU BIODROWEGO.

Na szczęście współczesna medycyna i postęp techniczny pozwalają nam cieszyć się dłużej zdrowiem i wciąż sprawnym, choć ulepszonym, ciałem o czym, m.in. rozmawiamy z Sebastianem Kurasem, ortopedą, specjalizującym się w zabiegach protezoplastyki stawów biodrowego i kolanowego, artroskopii stawu kolanowego i chirurgii urazowej. Doktor Kuras wykonuje również zabiegi operacyjne z wykorzystaniem komórek macierzystych.

Panie doktorze, w jaki sposób możemy wymienić staw biodrowy? Na czym ten rodzaj operacji polega?

Biodro można wymienić na różne sposoby: z boku, z tyłu albo z przodu. My w klinice zakładamy z boku i z przodu. Ogólnie, żeby założyć protezę trzeba dojść do stawu. Żeby dojść do stawu trzeba przejść przez mięsień, czyli w sposób kontrolowany trochę go uszkodzić. Tak się dzieje, kiedy zakładamy protezę. Zarówno z tyłu, jak i z boku. Z przodu natomiast można operować między dwoma mięśniami bezpośrednio. Mięśnie nie ulegają uszkodzeniu

i jeżeli jest to wykonane w sposób prawidłowy, to po ustąpieniu znieczulenia, pacjent może stanąć na nogi. Na pewno jednak pacjent musi przyzwyczaić się do nowego biodra, skóra musi się wygoić, ale powrót do sprawności jest krótki.

Ten rodzaj zabiegu jest rzadko wykonywany, gdyż jest to skomplikowana operacja. Ten rodzaj dojścia operacyjnego nie toleruje błędów. Jest za to mało inwazyjny, z tego względu, że wszystko, co jest pod skórą, zostaje oszczędzone i nietknięte. Pozostaje tylko blizna.

Skoro jest to tak skomplikowany i trudny rodzaj zabiegu, to czemu się pan akurat na niego zdecydował?

Zrobiłem z biodrem już wszystko (śmiech). Łącznie z drukowanymi implantami, wymianą biodra razem z udem, biodra z kolanem, itd. Stwierdziłem, że muszę moim pacjentom zaproponować coś lepszego. Jestem na takim etapie, że w temacie bioder i kolan nic



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



nie jest mnie w stanie zaskoczyć. W samym szpitalu w Zduńowie, w którym również operuję, robię rocznie sto bioder i kolan.

A jak wygląda dojście do sprawności po tego rodzaju zabiegu?

W przypadku stawu biodrowego jest tak, że pacjent to, co robił przed operacją, ma nadal to robić, kiedy znowu stanie na nogi. To, czego wcześniej nie robił, nie powinien się raczej uczyć. Przykładowo, jeśli jest to kobieta w wieku 60+, która nigdy nie jeździła na nartach, to po zabiegu nadal nie powinna tego robić ani nawet próbować. Jeśli jeździła, to może spokojnie wrócić do nart. Jeżeli amerykański żołnierz w wieku 25 lat, w wyniku ostrzału, ma uszkodzone biodro i zostaje zaprotezowany, to spokojnie może wrócić do czynnej służby. Sam miałem dwóch pacjentów, którzy po założeniu protezy biodra, wrócili do wspinaczki skałkowej.

Jaka jest żywotność implantów stawu biodrowego?

Żywotność implantów jest zależna od wieku pacjenta i od tego jak wcześniej założymy taki implant. Na świecie znajdują się rejestry, które gromadzą informacje na temat: kto, kiedy oraz przez kogo był operowany i jaki implant został mu założony. Jeżeli implant zostanie włożony osobie poniżej 40 roku życia, to jego wytrzymałość jest krótsza, gdyż w tym wieku człowiek jest jeszcze bardzo aktywny. Medycyna idzie cały czas do przodu, a także związana z nią technologia, więc wytrzymałość implantów jest coraz dłuższa. Jeśli w noszeniu implantu pojawia się problem, to nie dotyczy

on samego implantu, ale jego połączenia z kością. Na przykład, człowiek zrobił się starszy i ma osteoporozę. Co prawda proteza, którą nosi wygląda nadal świetnie, ale kość, która się na niej trzyma już gorzej.

Ponoć przed wymianą stawu biodrowego nikt z nas nie ucieknie. To prawda?

Najczęstsze zmiany zwyrodnieniowe u ludzi dotyczą małych stawów rąk. Problem jest taki, że nic się nie da z tym zrobić. Po prostu mają ograniczone funkcje i słabiej się ruszają. Natomiast w temacie biodra, jego działanie jest skorelowane z wiekiem. Nie ma na to wpływu tryb życia. Oczywiście, osoby otyłe czy te z chorobami metabolicznymi mają bardziej obciążone stawy i są bardziej narażone, ale tak w praktyce nie ma to przełożenia. Jedynym czynnikiem jest wiek. Po prostu żyjemy coraz dłużej. Wcześniej średnia życia wynosiła 50 lat, ale wraz z postępem medycyny potrafimy dożyć nawet setki. Umiera się na nowotwory i choroby serca. W przypadku nowotworów mamy wczesną diagnostykę i możliwości leczenia. Podobnie jest z sercem, które również można leczyć. Natomiast z długością życia nasze stawy się mechanicznie zużywają. Do tego dochodzą mikro urazy, sport... Niestety jeszcze nikt na to nie wymyślił lekarstwa.

Dziękuję za rozmowę

rozmawiała: Aneta Dolega/ foto: materiały prasowe

Okiem dermatologa



Dr Kamila Stachura

Na zdrowych nogach

PIĘKNE NOGI TO ZDROWE NOGI, O KTÓRE RÓWNIEŻ NALEŻY DBAĆ. JEDNYM Z NAJCZĘSTSZYCH SCHORZEŃ Z NIMI ZWIĄZANYCH SĄ ŻYLAKI. NIE JEST TO TYLKO DEFECT ESTETYCZNY, ALE OBJAW CHOROBY, KTÓREGO NIE NALEŻY BAGATELIZOWAĆ.

– Żylaki są jednym z objawów przewlekłej niewydolności żył – tłumaczy dr Kamila Stachura, dermatolog i specjalista medycyny estetycznej.

Istnieje wiele teorii, które tłumaczą powstawanie żylaków. – Przede wszystkim schorzeniu temu sprzyja niewydolność zastawek żył, która wpływa na cofanie się krwi oraz osłabienie

ściany naczyń żylnego – mówi dr Kamila Stachura. – Ma na nie wpływ również brak ruchu czy siedząca lub stojąca praca. Czynniki te mogą powodować, że krew co prawda nie płynie z powrotem w kierunku serca, ale też nie cofa się, a więc gromadzi w żyłach, rozciągając je i tworząc właśnie żylaki. Raz poszerzona żyła zostaje już w tej postaci i tworzy poskręcany wzór tuż pod skórą na nodze.

PRZED ZABIEGIEM



PO ZABIEGU

Pierwszymi objawami żylaków są zazwyczaj drobne pajęczki i popękane naczynka na nogach, pod postacią wypukłych, niebieskich linii lub sieci krętych, poszerzonych i niebieskawych żył. – Zmiany są obecne najczęściej na udach, w zgięciu kolanowym i wzdłuż łydek – wymienia pani doktor. – Typowymi objawami są obrzęki i bóle kostek oraz uczucie ciężkości nóg, ale może się zdarzyć, że oprócz zmian na nogach, nie pojawiają się żadne inne dolegliwości.

Pierwszą czynnością, którą powinniśmy wykonać, gdy niepokoi nas stan naszych nóg jest badanie USG Dopplera żył kończyn dolnych. Służy ono ocenie przepływu krwi w tętnicach lub żyłach. Istnieje szereg wskazań do wykonania go, a jednymi z głównych jest właśnie podejrzenie niewydolności żyłnej, czyli żylaki. Pozwala nam ono na podjęcie właściwej decyzji dotyczącej leczenia pacjenta. Istnieją bowiem różne metody poczynawszy od leczenia operacyjnego poprzez skleroterapię a skończywszy na terapii laserowej. Wybór metody jest uzależniony od stopnia niewydolności żyłnej.

Jedną z metod, która stanowi standard w leczeniu małych żylaków oraz tzw. pajęczków, jest skleroterapia. – Metoda ta polega na iniekcyjnym podaniu substancji chemicznej do światła naczynia żylnego, który w miejscu podania powoduje powstanie kontrolowanego stanu zapalnego żyły – tłumaczy dr Stachura. – Wskutek tego żyła w tym miejscu zamyka się, krew przestaje

płynąć i żylak stopniowo zanika. W przypadku tego zabiegu nie jest wymagane znieczulenie. Skleroterapia wykonywana jest cienką igłą, co minimalizuje ból. Zmiany widać już po pierwszej iniekcji, choć musimy pamiętać, że czasami istnieje konieczność powtórzenia zabiegu.

Zamykanie poszerzonych naczyń krwionośnych kończyn dolnych należy do najczęściej wykonywanych procedur flebologicznych. Bardzo dobrym sposobem na uporczywe zmiany żyłne jest również laserowe zamykanie naczynek. – W klinice używamy do tego, dającego świetne rezultaty, urządzenia o nazwie Cutera Exel V+ – mówi dermatolog. – Zabieg tym urządzeniem pozwala zamknąć rozszerzone naczynka krwionośne przy pomocy naświetlania. Promieniowanie laserowe sprawia, że temperatura krwi w naczynku gwałtownie rośnie, naczynko się obkurcza i zamyka, zaś zmiana ta jest trwała. Dzięki odpowiedniemu dobraniu długości fali promieniowania laserowego zabieg przynosi natychmiastowe i trwałe efekty.

Istnieje dziś wiele sposobów, z których pomocą możemy poradzić sobie z żylakami czy poszerzonymi naczynkami. Medycyna zmierza w kierunku działań jak najbardziej nieinwazyjnych i takimi też dysponujemy w Klinice Dr Stachura.

autor: Aneta Dolega / foto: Dagna Drązkowska-Majchrowicz, materiały prasowe

PRZED ZABIEGIEM



PO ZABIEGU



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



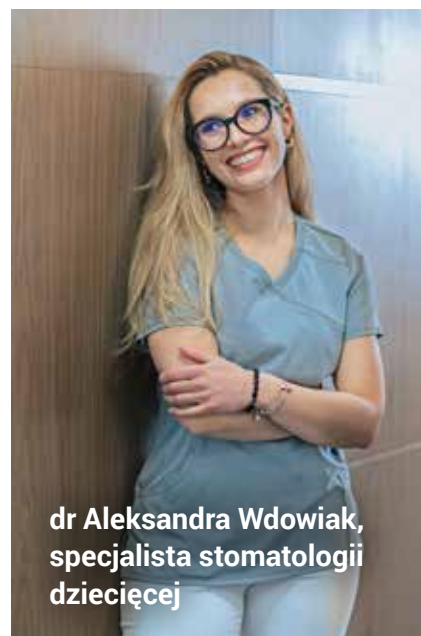
dr n. med. Edyta Wejt-Tawakol



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



Praca nad urodą to praca nad zdrowiem

CZASY SIĘ ZMIENIAJĄ, A CO ZA TYM IDZIE NASZE POTRZEBY. MEDYCYNA ESTETYCZNA TAKŻE DOSTOSOWUJE SIĘ DO RZECZYWISTOŚCI. POWRÓT DO NATURALNOŚCI TO OBECNIE WIODĄCY TREND W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ. OZNACZA TO, ŻE JEJ DZIAŁANIA NIE TYLKO ZMIERZAJĄ DO PODNIESIENIA WALORÓW ESTETYCZNYCH PACJENTEK, ALE RÓWNIEŻ SKUTECZNIE SPOWALNIAJĄ PROCESY DEGENERACYJNE KOMÓREK I TKANEK, ZWIĄZANE Z ICH STARZENIEM.

– Jestem wielką zwolenniczką medycyny regeneracyjnej – mówi Gabriela Kowalska kosmetolog, dyplomowana pielęgniarka i właścicielka GabiBeauty. – W pracy z pacjentem coraz częściej spotykam się z otwartością na wprowadzanie zabiegów stymulujących skórę. Nowoczesne biostymulacje powoli wypierają standardowe zabiegi z zastosowaniem wypełniaczy czy botoksu. Nie oznacza to jednak, że same w sobie są złe. Efekty ich zastosowania są stosunkowo szybko zauważalne, aczkolwiek względnie krótkotrwałe. Nauka udowadnia, że biostymulacja komórek skóry daje nieporównywalnie lepsze, bardziej długotrwałe i wielowymiarowe rezultaty.

Biostymulatory współdziałają w pełnej symbiozie z ludzką fizjologią i w realny sposób są w stanie przeciwdziałać oznakom starzenia. Zapewniają skórze nie tylko znacznie młodszy, ale również i zdrowszy wygląd. – Kwestia zdrowia jest mi szczególnie bliska, gdyż jako pielęgniarka, patrzę na pacjentki przede wszystkim pod kątem zdrowotnym, w sposób holistyczny – wyznaje Gabriela Kowalska. – Szara, ziemista cera, podkrążone oczy, przesuszone dłonie, zmarszczki, czy wypadające włosy, to nie tylko efekt naturalnego starzenia się organizmu, ale również stresu, stosowania używek, nieodpowiedniej diety, życia w ciągłym biegu, czy braku snu. W czasie konsultacji, nigdy nie pomijam kwestii związanych z tymi problemami. Praca nad urodą to przede wszystkim praca nad zdrowiem. Często pacjentki bardzo świadomie podchodzą do kwestii wyboru preparatów i metod ich aplikacji, zapominając jednak, że na jakość i wygląd

naszej skóry pracujemy także poza gabinetami medycyny estetycznej.

Trend na biostymulację i naturalność to bardzo pozytywny aspekt medycyny estetycznej. W końcu odchodzimy od wątpliwej estetyki, gdzie kobiety kreowane były według tego samego, przerysowanego standardu. Napompowane usta, policzki czy zupełnie płaska skóra twarzy – to powoli odchodzi do tzw. estetycznego lamusa. Biostymulacja pozwala zachować unikatową urodę każdej z kobiet. Bez nadinterpretacji którejkolwiek z cech, bez groteski. – Moje pacjentki nie zaczynają po pewnym czasie przypominać siebie nawzajem. Każda z nich rozkwita we własnym, niepowtarzalnym kierunku, dzięki skutecznym procedurom biostymulacji skóry – podkreśla z uśmiechem kosmetolog. – W tym temacie polecam również terapie łączone. Pozwalają one perfekcyjnie dostosować rodzaj i częstotliwość zabiegów do konkretnej osoby. Pozwalają na wielowymiarowe działania naprawcze i upiększające. W swojej wielozadaniowości łączą zarówno procedury oczyszczania, regeneracji, wolumetrii i biostymulacji. Współpraca z pacjentkami, które z pełnym zaufaniem realizują zaplanowane przeze mnie, zindywidualizowane procedury, jest trochę tak, jakbym projektowała i szyła dla każdej z nich, tę jedyną – wyjątkową sukienkę. Tak, jak my kobiety lubimy najbardziej. No i jeszcze jest ta chwila, kiedy bezpośrednio po zabiegu lub przy okazji kolejnej wizyty, pacjentka z uśmiechem spogląda w lustro. To bezcenne doświadczenie.

ad/ foto: Alicja Uszyńska

Nakładki szczęścia

PIĘKNY UŚMIECH TO NAJLEPSZA WIZYTÓWKA, KTÓRA TOWARZYSZY NAM PRZESZ CAŁE ŻYCIE. TAKI UŚMIECH GWARANTUJĄ ZDROWE, CZYSTE I.... PROSTE ZĘBY. KOREKCJA ZGRYZU, A KTÓRĄ DECYDUJE SIĘ WIELE OSÓB, ZAZWYCZAJ KOJARZY NAM SIĘ Z NOSZENIEM NIEWYGODNYCH METALOWYCH APARATÓW ORTODONTYCZNYCH. JEDNAK WCALE NIE MUSIMY BYĆ NA NIE SKAZANI. METOD NA UZYSKANIE PROSTEGO I ŁADNEGO ZGRYZU NIE BRAKUJE. JEDNĄ Z NICH SĄ NAKŁADKI WYRÓWNUJĄCE.



– W przeciwieństwie do tradycyjnych, metalowych aparatów ortodontycznych, nakładki są prawie niewidoczne, wygodne w noszeniu, łatwo wyjmowane i co najlepsze – nie narzucają ograniczeń dietetycznych – przekonuje Maciej Sz wajkiewicz, lekarz stomatolog z Gabinetów Tuwima. – I mówię to z pełnym przekonaniem, bazując również na własnym doświadczeniu.

Na czym polega różnica? – Innowacyjna budowa nakładki, z linią cięcia ponad zenit dziąseł, pozwala na lepsze dopasowanie do zębów i bardziej skuteczne ich przesuwanie – tłumaczy lekarz. – Oczywiście ważny jest również materiał, z którego są produkowane, bo dzięki niemu mają możliwość optymalizacji pod kątem zatrzymywania naprężeń i przejrzystości, a jednocześnie pozostają odporne na plamy i pęknięcia. Ponadto są bezpieczne. testowane kliniczne i to co z pewnością docenią wszyscy, którzy z aparatami ortodontycznymi mieli już do czynienia - są wygodne w noszeniu.

Jak w przypadku każdej metody pacjent najpierw musi umówić się na wizytę. Podczas konsultacji z lekarzem stomatologiem, dowie się czy leczenie systemem nakładkowym ClearCorrect będzie odpowiednie do wady, którą posiada. – W przypadku

braku przeciwwskazań, wykonujemy zdjęcie rentgenowskie, skan cyfrowy lub wycisk zębów i opracowujemy indywidualny plan leczenia – wyjaśnia doktor Sz wajkiewicz. – Na podstawie powyższych zaleceń, ClearCorrect wykona specjalne nakładki, które pacjent odbierze w gabinecie. Aby zmaksymalizować skuteczność leczenia, bardzo ważne jest noszenie nakładek przynajmniej 22 godzinny dziennie, 7 dni w tygodniu. W zależności od potrzeby, nakładki wymienia się co tydzień, maksymalnie co 3 tygodnie. Konieczne są także wizyty kontrolne w gabinecie stomatologicznym, co 2-3 miesiące.

Plan leczenia w formie wizualizacji 3D, otrzymuje każdy pacjent. Jest on udostępniony w formacie PDF, dzięki czemu każdy może otworzyć go na swoim smartfonie bez instalacji dodatkowego oprogramowania. Plan leczenia zawiera poszczególne etapy oraz oczekiwany efekt końcowy. – Czas leczenia jest kwestią indywidualną i zależy od rodzaju posiadanej wady zgryzu. W większości przypadków proces ten trwa kilka miesięcy, ale pierwsze efekty można zauważyć już po kilku tygodniach – zapewnia na koniec doktor Sz wajkiewicz.

ad/ foto: materiały prasowe

Powrót do normalnego życia

ZNANE POWIEDZENIE „POSIKAŁAM SIĘ ZE ŚMIECHU” JEST METAFORYCZNĄ REAKCJĄ NA BARDZO ZABAWNĄ SYTUACJĘ. JEDNAK TO SAMO ZDANIE PRZESTAJE BYĆ ŚMIESZNE, KIEDY JEST DOSŁOWNYM OKREŚLENIEM PROBLEMU, Z KTÓRYM BORYKA SIĘ CZĘŚĆ KOBIET.

– Efektem tego bardzo poważnego co równie wstydliwego schorzenia jest niekontrolowany wyciek moczu, który odbywa się poza naszą wolą, a także w momentach, w których tego nie planujemy – mówi dr Dorota Gródecka, ginekolog z Gabinetów Tuwima. – Wysiłkowe nietrzymanie moczu jest jednym z kilku rodzajów tej dolegliwości. Oznacza ono zmianę ciśnienia wewnątrz brzuszego, efektem, której jest niekontrolowane opróżnienie pęcherza.

Muszę przy tym podkreślić, że jest to schorzenie, które należy leczyć, jednak bardzo często kobiety tego unikają, ponieważ sama sytuacja jest dla nich na tyle krępująca, że nie chcą o niej rozmawiać. Funkcjonowanie osób z takimi przejawami jest wysoce niekomfortowe.

Przyczyną nietrzymania moczu jest osłabienie mięśni dna miednicy, do którego dochodzi podczas porodu, kiedy mięśnie znacznie się rozciągają i nie wracają do swojej formy. Innym czynnikiem jest okres menopauzy i związane z nim zmiany stężenia hormonów, syntezy kolagenu oraz zwiótnienie mięśni. Na tę dolegliwość narażone są również kobiety bardzo aktywne fizycznie, niezależnie od wieku. – Podczas konsultacji rozmawiam z pacjentkami i przedstawiam możliwości leczenia – wyjaśnia dr Gródecka. – Spotykam się z przekonaniem wśród pacjentek, że nie da się z tym nic zrobić a znaczna część pań uważa nawet, że niekontrolowany wyciek moczu to coś zupełnie naturalnego wynikającego z wieku, natury i fizjologii. Z pewnością kobiety utwierdzają się w tym przekonaniu, odwiedzając apteki, w których półki uginają się od podkładów, wkładek i pieluch, które mają pomóc w utrzymaniu higieny.

Statystyki jednak są nieubłagane i wskazują, że 300 milionów kobiet na całym świecie, w tym, co czwarta Polka boryka się z tym schorzeniem. Kobiety chcąc uniknąć krępujących sytuacji, rezygnują nie tylko z aktywności fizycznej czy długich podróży, ale bardzo często znacznie zmniejszają ilość przyjmowanych płynów, co powoduje niebezpieczne dla zdrowia, przewlekłe odwodnienie organizmu. – Nie wolno się godzić na przyzwyczajenie się do takiej sytuacji i brak reakcji. Warto a nawet trzeba podjąć leczenie – stwierdza stanowczo ginekolog. – Jedną z metod jest laserowe leczenie nietrzymania moczu. Jest to metoda bezinwazyjna, dodatkowo nie wymaga hospitalizacji, operacji i rekonwalescencji. Jest znacznie skuteczniejsza od popularnego samodzielnego ćwiczenia mięśni Kegla. Terapia laserowa jest idealnym rozwiązaniem dla osób, które mają przeciwwskazania do wykonania leczenia chirurgicznego czy stosowania leczenia farmakologicznego.

Sam zabieg jest bezbolesny i trwa ok. 5-10 minut. Podczas zabiegu lekarz wykorzystuje wiązkę lasera, którą wprowadza do



pochwy. – Wywołuje ona obkurczanie i stymulację włókien kolagenowych, dzięki czemu ścianka pochwy wzmacnia się i usztywnia. Ułożenie cewki moczowej również ulega skorygowaniu, przywracając normalne funkcjonowanie układu moczowego – tłumaczy dr Gródecka. – Poprzez obkurczenie mięśni dna miednicy powraca normalne funkcjonowanie układu moczowego, a kobieta odzyskuje pewność siebie i komfort życia. Laserowe leczenie nietrzymania moczu wpływa również na zwiększenie satysfakcji ze współżycia seksualnego.

Pacjentki po zabiegu odczuwają ogromną ulgę. Wracają do normalnego życia, przestają unikać aktywności fizycznej, bliskich kontaktów. – Wychodzą z domu, robią zakupy, zaczynają podróżować i nie koncentrują całego życia na dostosowaniu się do tej krępującej dolegliwości – zapewnia z uśmiechem ginekolog.

ad / foto: materiały prasowe



Z miłości do nauki i ciała

NOWOCZESNA KOSMETOLOGIA TO NIE TYLKO WSZELKIEGO RODZAJU MANUALNE ZABIEGI NA TWARZ I CIAŁO, ALE PRZED E WSZYSTKIM, WYKORZYSTYWANIE TECHNOLOGICZNIE ZAAWANSOWANYCH URZĄDZEŃ, KTÓRE MAJĄ SŁUżyć REGENERACJI ORAZ PIELĘGNACJI. GABINETY LOVEMYSKIN POWSTAŁY WŁAŚNIE Z TAKIEJ FASCYNACJI WSPÓŁCZESNĄ TECHNOLOGIĄ I NAUKĄ, A TAKŻE Z MIŁOŚCI DO CIAŁA, BO JEST ONO DLA NAS NIEZWYKLE WAŻNE.

– Chciałyśmy mocno skupić się na modelowaniu ciała – mówi Anna Marczak, jedna z właścicielek LoveMySkin. – Jest wiele gabinetów, które oferują głównie zabiegi na twarz. Natomiast zależało nam, by wyposażyć gabinet w taki sprzęt, który naszym klientkom pomoże wymodelować i odchudzić przede wszystkim ciało, ale metodami nieinwazyjnymi, które są bezpieczne i bardzo skuteczne, na tyle, że efekty widać już po pierwszym zastosowaniu. Dla przykładu podam dwa urządzenia, które cieszą się popularnością. To dobrze znana, ale nadal bezkonkurencyjna w redukcji tkanki tłuszczowej Kriolipoliza oraz urządzenie o nazwie Magnifico II Premium – jest to kompleksowe urządzenie do profesjonalnej pielęgnacji skóry, które wykorzystuje 5 nowoczesnych technologii: Bipolar RF działający na 3 głębokościach, Podcierwień, Podciśnienie w 2 trybach masażu, Masaż rolkami i Liposukcja US+RF: innowacyjne połączenie liposukcji kawitacyjnej z radio frekwencją. Oznacza to, że modelując sylwetkę, dodatkowo ujędrniamy skórę, zwalczamy cellulit i jeszcze usuwamy nadmiar tkanki tłuszczowej.

Bardzo popularnymi zabiegami w gabinetach kosmetycznych i medycyny estetycznej stały się tzw. zabiegi bankietowe, które dają spektakularne efekty już po jednym razie i można je przeprowadzać dosłownie na chwilę przed ważną okazją. Mamy w gabinecie prawdziwą rewelację w tym zakresie – podkreśla Katarzyna Kalińska, druga z właścicielek LoveMySkin. – Jeśli komuś nagle wypada bardzo ważna impreza i chce dobrze wyglądać, to mamy w ofercie zabieg, który w ciągu 30 minut, likwiduje kilka centymetrów w obwodzie naszego ciała. Sprawdziłyśmy – działa. Na przykład u jednej z par z brzucha zniknęło ok. 10

cm, a z ramienia 3 cm. Zabieg polega na zastosowaniu wiązki laserowej w celu redukcji objętości tkanki tłuszczowej. Wnikając w głąb skóry, wiązka lasera powoduje zwiększenie przenikalności błony komórkowej adipocytów. W rezultacie komórki tłuszczowe ulegają skurczeniu, a zawarty w nich płynny tłuszcz zostaje uwolniony do przestrzeni międzykomórkowej. Urządzenie pozwala na skuteczne usuwanie złogów tłuszczu, poprawiając kontur sylwetki i redukując cellulit. Aparat znajduje zastosowanie w zabiegach wyszczuplania i ujędrniania skóry u klientów o umiarkowanej lub średniej zawartości tkanki tłuszczowej.

Jeśli klientka chciałaby dodatkowo poprawić stan skóry twarzy i dekoltu, to może obu zabiegom poddać się jednocześnie – mówi Anna Marczak. – Na przykład podczas korzystania z zabiegu Lipolaserem na brzuch, równocześnie poddaje się zabiegowi WishPro Plus, w trakcie którego ma aplikowane za pomocą infuzji magnetycznej w skórę twarzy cenne składniki – dobrane indywidualnie do rodzaju skóry. Wystarczy więc 30 minut Lipolaser i 15 minut zabiegu na twarz i można pójść na imprezę.

Dla każdej kobiety jej ciało jest ważne, każda z nas chce, żeby było ono zdrowsze i atrakcyjniejsze – tłumaczy Katarzyna Kalińska. – Stąd też ta idea, że wszystkie nasze zabiegi skupiać się będą na poprawie jakości skóry. Oczywiście naszą ofertę będziemy stopniowo rozszerzać o nowe i innowacyjne zabiegi na twarz, bo też tego rynek oczekuje, ale to ciało, przynajmniej na początek, jest naszym tematem przewodnim. Jak sama nazwa wskazuje – robimy to z miłości do niego.

autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska





Kręgle, morze i duża dawka relaksu

GRAND LAOLA SPA TO POŁOŻONY W POBIEROWIE, NAD SAMYM MORZEM KOMPLEKS HOTELOWY Z APARTAMENTAMI PREMIUM I SPA. STYLOWO ZAPROJEKTOWANY, JEST IDEALNĄ PROPOZYCJĄ DLA OSÓB WYMAGAJĄCYCH, SZUKAJĄCYCH WYSOKIEJ JAKOŚCI USŁUG I KTÓRE CENIĄ SOBIE ODPOCZYNEK W OTOCZENIU PRZYRODY. GWARANTUJĄ TO PIĘKNA PLAŻA, KLIFY I KRYSTALICZNIE CZYSTA MORSKA WODA.

W Laoli, do dyspozycji gości są pokoje i apartamenty, wszystkie wyposażone tak by każdy w nich czuł się jak w domu a jednocześnie miał dostęp do wszelkich udogodnień hotelowych. Goście mogą skorzystać ze wszystkich zabiegów SPA, m.in. masaży, kąpeli i zabiegów pielęgnacyjnych, w znanej ze swoich rewelacyjnych właściwości leczniczych tętni solankowej. Oprócz tego mogą skorzystać z basenu, gabinetu kosmetycznego, wypożyczalni rowerów, placu zabaw i kącia dla dzieci. Zamawiać posiłki mogą w restauracji a la Carte lub skorzystać z pełnego pakietu wyżywienia.

Jedną z atrakcji Grand Laoli, raczej rzadko spotykaną w tego typu miejscach, jest czterotorowa kręgielnia połączona z restauracją serwującą dania kuchni amerykańskiej o nazwie Laola Pizza & Bowling Club. – To jedyne tego rodzaju miejsce w Pobierowie, które jest otwarte przez siedem dni w tygodniu, przez cały rok, niezależnie od tego czy jest akurat sezon czy go nie ma – mówi Paweł Podstawka, zastępca szefa kuchni w Laola Pizza & Bowling Club. – Jeśli ktoś nie lubi kręgli albo ma ochotę pograć w coś innego, to mamy jeszcze automaty do gier, bilard i strefę kibica.

W kręgle w Laoli mogą pograć nie tylko dorośli, ale także najmłodsi. Tory i sprzęt są specjalnie dostosowane do dzieci. – Wyposażone są w pomocnicze bandy ułatwiające grę – tłumaczy z Paweł Podstawka. – Polega to na tym, że kula w trakcie gry nigdy nie ucieka do rynien bocznych, tym samym każdy rzut kończy się sukcesem i nie ma przegranych.

Poza specjalny torem, młodzi gracze mają oczywiście do dyspozycji specjalne obuwie, w dziecięcych rozmiarach od numeru 29 oraz lekkie kule. Nawet menu jest dla nich specjalnie przygotowywane. – Kuchnia, którą serwujemy w naszej restauracji tylko

podkreśla charakter tego miejsca i samej gry – mówi pan Paweł. – To proste, ale chyba przez wszystkich lubiane przekąski, jakie serwuje się w klasycznych amerykańskich dinnerach. Począwszy od pizzy, burgerów i hod dogów przez słodkie „pankejkę”, donaty, czyli amerykańskie naleśniki i pączki po krążki cebulowe, frytki czy tzw. chicken wings, inaczej skrzydełka w chrupiącej panierce a także popcorn, na świeżo robiony w specjalnej maszynie. Każde danie przygotowywane jest ze świeżych produktów. Nie uznajemy półproduktów, sami robimy sosy, pieczemy bułki pod burgery, wyrabiamy ciasto pod pizzę, a wołowina, którą wykorzystujemy w naszej kuchni jest bardzo dobra jakościowo. Pragniemy by nasi goście czuli się w pełni zaopiekowani, także pod kulinarnym kątem.

Laola Pizza & Bowling Club, jest otwarta cały czas i dla wszystkich. Z tych atrakcji mogą korzystać również osoby, które nie są gośćmi SPA. – Zapraszamy do nas wszystkich, którzy pragną fajnie spędzić czas, osoby, które przyjeżdżają na chwilę do Pobierowa, a także mieszkańców naszego kurortu. Mamy atrakcyjne pakiety, promocje. W naszych wnętrzach zorganizowaliśmy urodziny, imprezę integracyjną. Dysponujemy salą VIP dla 25 osób. Dodatkowo w piątki i soboty odbywają się imprezy na których muzykę serwuje DJ.

Niezależnie od pogody, pobyt nad morzem zawsze będzie należał do udanych. Spacer brzegiem Bałtyku, czy relaks na plaży, można połączyć z późniejszą grą w kręgle. W razie deszczu to także znakomita alternatywa. – Jesteśmy otwarci przez cały rok i dla wszystkich. Zapraszamy – dodaje z uśmiechem Paweł Podstawka.

autor: Aneta Dolega / foto: Dagna Drązkowska-Majchrowicz



Japońska szkoła relaksu i urody

W POSZUKIWANIU SPOSOBÓW NA ZATRZYMANIE CZASU, SPECJALIŚCI, OPRÓCZ STOSOWANIA NAJNOWSZYCH TECHNOLOGII, CORAZ CHĘTNIEJ SIĘGAJĄ PO TRADYCYJNE SPOSOBY I MEDYCYNĘ NATURALNĄ. JEDNYM Z NICH, KTÓRY WYWODZI SIĘ Z DALEKIEJ AZJI JEST KASSAJI – JEDNA Z NAJSTARSZYCH TECHNIK MASAŻU TWARZY NA ŚWIECIE.

– Masaż Kassaji co prawda wywodzi się z medycyny chińskiej Gua Sha, ale to w Japonii został zmodyfikowany i rozbudowany – mówi Kornelia Rupar, kosmolog i właścicielka gabinetu Dermedica by Rupar. – Jest to rodzaj drenażu limfatycznego twarzy, wykonywany specjalnym kamieniem wulkanicznym Kassa, który doskonale działa na układ limfatyczny i krwionośny, daje głęboki relaks i odprężenie, ale nie tylko.

Choć Kassaji działa kojąco na układ nerwowy, to przede wszystkim drenuje, co powoduje redukcję obrzęków i zastojów w okolicy oczu, na twarzy oraz szyi. – Kassaji jest świetnym zabiegiem liftingującym i regenerującym – zachwala Kornelia Rupar. – Skóra po masażu staje się jednolita, wygładzona i dotleniona. Zmniejszają się napięcia mięśniowe, dzięki czemu twarz wygląda na wypoczętą i rozluźnioną. Likwiduje obrzęki przy oczach, wygładza zmarszczki.

W Japonii o tym masażu mówi się, że jest także zabiegiem medycznym, działającym na cały organizm. – To prawda, Kassaji poprawia drożność zatok, łagodzi bóle migrenowe i rozluźnia mięśnie twarzy – zachwala kosmolog. – Ponadto pobudza narządy wewnętrzne oraz wzmacnia tkanki przed bardziej inwazyjnymi zabiegami.

Jedna sesja masażu trwa około 40 minut. Składa się z ruchów uciskania, lekkiego drapania i głaskania, w taki sposób, aby przeciwdziałać obrzękom oraz poprawiać ukrwienie i odpływ limfy. Ręcznie szlifowany Kassa, w trakcie zabiegu, nabiera temperatury ciała masowanego i przez cały masaż pozostaje ciepły. Efekty widać już po pierwszej sesji, dlatego Kassaji znakomicie sprawdza się jako tzw. zabieg bankietowy. Powtarzany podtrzymuje efekty.



Ten japoński masaż przeznaczony jest właściwie dla każdego. To także bardzo dobra alternatywa dla osób ze skórą nadwrażliwą, naczyniową, u których nie można stosować mocnych i bolesnych technik, a które również pragną efektów liftingu, poprawy owalu i struktury skóry. – Ten masaż to jedna z pereł naszego gabinetu – przekonuje z uśmiechem Kornelia Rupar. – Ma niezastąpione działanie na skórę i przyczepy mięśniowe. Relaksuje i przygotowuje organizm na kolejne etapy zabiegów. Wykonujemy go podczas zabiegów twarzy, szyi i dekoltu. W Dermedice, przy doborze terapii patrzymy wielokierunkowo na problemy skóry, dobierając odpowiednie technologie i wyselekcjonowane kosmetyki oraz tworząc autorskie zabiegi. Zapewniamy spokój, ciszę i anonimowość oraz dbamy o to, żeby każdy z naszych pacjentów czuł się w gabinecie dobrze i komfortowo.

ad / foto: materiały prasowe



Ekspert radzi

Panie Doktorze,

Słyszałam, że można sobie poradzić z nadpotliwością dzięki botoksowi – czy to prawda i jak wygląda taki zabieg?

Monika

Pani Moniko, to prawda, że nadpotliwość jest dość kłopotliwą dolegliwością, która na co dzień może powodować spory dyskomfort. Ilość potu, którą wydziela każdy człowiek, jest kwestią indywidualną, uzależnioną m.in. od genetyki, stylu życia, ilości stresu oraz wagi ciała. Czasem jednak przyczyna tkwi w zaburzeniach hormonalnych, infekcjach oraz innych chorobach. Kluczowe jest więc postawienie właściwej diagnozy i dobór odpowiednich metod działania.

Jednym z najskuteczniejszych sposobów walki z miejscową nadpotliwością jest zabieg z użyciem toksyny botulinowej podanej w newralgiczne miejsca (dłonie, stopy, pachy, twarz, głowa). Jego działanie jest ukierunkowane na blokowanie czynności gruczołów potowych. Wielkość dawki jest dobierana indywidualnie do każdego pacjenta. Dzięki zablokowaniu połączenia nerwowo-gruczołowego, ilość wydzielanego potu będzie znacznie mniejsza. Po zabiegu pacjent może wrócić do codziennych czynności. Efekty pojawiają się już po upływie kilku dni, utrzymując się od 3 do 9 miesięcy.

Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny

Dzień dobry,

Regularnie używam botoksu i przychodzę na zabiegi powiększania ust. Czy mogę wykonać oba te zabiegi przed urlopem w ciepłych krajach? Nigdy wcześniej moja wizyta w klinice nie zbiegła się z czasem urlopu. Proszę o odpowiedź.

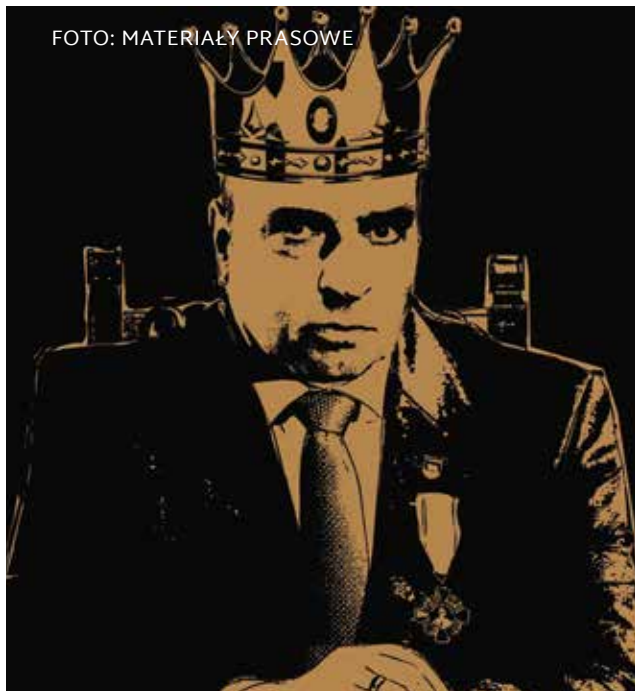
Pozdrawiam, Ania

Pani Anno, zabiegom z użyciem toksyny botulinowej i kwasu hialuronowego można się poddawać przez cały rok, mając tylko na uwadze fakt, że przez 7-10 dni po zabiegu należy unikać bezpośredniej ekspozycji na światło słoneczne. Bezpośrednio po zabiegu należy unikać wysokich temperatur, wzmożonej aktywności fizycznej, lotów samolotem (24 godziny po zabiegu). Po każdym z tych zabiegów zalecana jest kontrola w odpowiednio wyznaczonym przez lekarza terminie. W przypadku toksyny botulinowej – po około 7-14 dniach, po kwasie hialuronowym – po 2-3 tygodniach. Pożądany efekt kształtuje się przez pierwsze tygodnie po wizycie.

Zalecamy zgłosić się na zabieg do kliniki 3-4 tygodnie przed planowanym urlopem w celu zachowania bezpieczeństwa i możliwości odbycia wizyty kontrolnej. Jest to odpowiedni odstęp czasu, żeby podczas wakacji cieszyć się nowym wyglądem i efektami zabiegów.

Pozdrawiam, dr Piotr Zawodny

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



BURMISTRZ

Teatr Piwnica przy Krypcie zaprasza na prapremierę nowego spektaklu pt. „Burmistrz”. To kolejny monodram w wykonaniu znakomitego Adama Dzieciniaka na podstawie tekstu Tomasza Jachimka, artysty kabaretowego, konferansjera, publicysty i tekściarza. Nie zabraknie anegdot, przebojów muzycznych oraz historii o kulisach władzy. Tytułowy burmistrz, najlepszy w dziejach miasteczka (stanowisko piastuje już 40 lat), kończy właśnie 70 lat. To idealna okazja do spektakularnego odejścia na emeryturę. Czy ceremonia zadowoli burmistrza, współpracowników, jego rodzinę i mieszkańców miasteczka?

Szczecin, Zamek Ks. Pomorskich, 22. 04, g. 19 (prapremiera)

FOTO: W. PIĄTEK



SZWEDZKA KRÓLOWA SWINGU

Gunhild Carling – szwedzka multiinstrumentalistka wraz z zespołem Carling Family wystąpi w Szczecinie. To supergwiazda muzyki swing, znana na całym świecie (regularnie koncertuje w Europie i Stanach Zjednoczonych), z wielomilionowymi odтворzeniami na serwisie YOUTUBE. Słynie m.in. z grania na trzech trąbkach jednocześnie! Poza tym gra na puzonie, dudach, instrumentach strunowych – banjo, ukulele i harfa. Dodatkowo przy tym stepuje i śpiewa. Jej koncert w stolicy Pomorza Zachodniego będzie zwieńczeniem szczecińskich Dni Skandynawskich.

Szczecin, JAZZMENT KLUB, Stare Miasto, 15 maja

reklama



Laser **MonaLisa Touch**TM
rehabilitacja po porodzie

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

HAHS
CENTRUM

FOTO: KAROLINA BABIŃSKA



tu Teatr Mały i Duży w Szczecinie

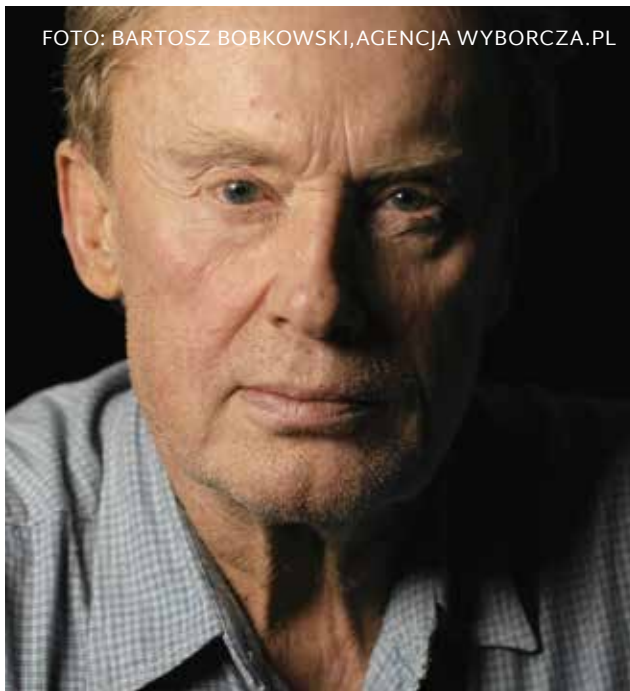
FOKI

FOKI

Polskę obiega niecodzienna nowina: podopieczne fokarium w Szczecinie wystawiły „Grażynę” Mickiewicza. Zdarzenie jest zagadką zarówno dla naukowców, jak i krytyków teatralnych. Czy spektakl to zakodowana wiadomość od zwierząt do człowieka? Symptom kryzysu klimatycznego? A może to po prostu nadinterpretacja fake news propaganda? Tymczasem ludzcy aktorzy zbiorowo przechodzą załamanie nerwowe. Szalona popularność fok odbiera teatrowi publiczność. Aby ją odzyskać, aktorzy na nowo poszukują istoty bycia na scenie.

Szczecin, Teatr Mały, kwiecień 2022

FOTO: BARTOSZ BOBKOWSKI, AGENCJA WYBORCZA.PL



GWIAZDOZBIÓR Z OLBRYCHSKIM

Zamek Książąt Pomorskich w Szczecinie zaprasza na spotkanie z Danielem Olbrychskim – wybitnym aktorem teatralnym i filmowym, przez wielu nazywanym „niekwestionowanym królem polskiego kina”. Wydarzenie odbędzie się w ramach cyklu Zamkowy Gwiazdozbiór.

Daniel Olbrychski zagrał w blisko 180 filmach kinowych i telewizyjnych. Zdobył uznanie w Polsce i za granicą. Był odtwórcą głównych ról w ekranizacjach największych dzieł polskiej literatury, takich jak „Potop”, „Ziemia Obiecana” czy „Wesele”.

Zamek Ks. Pomorskich, 20.04, g. 18

reklama

CENTRUM EKSPERCKIE

KOSMETOLOGIA, MASAŻE,
TRYCHOLOGIA, SZKOLENIA



UL. OSTROBRAMSKA 15 LOK. U3, SZCZECIN
TEL.: +48 501 780 874, WWW.CENTRUMEKSPERCKIE.PL



FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

U źródeł szczecińskiej sceny muzycznej

Protokoły posiedzeń
Towarzystwa Miłośników
Teatru Muzycznego
(1956-1958)

U źródeł szczecińskiej sceny muzycznej



JAK POWSTAWAŁA OPERA W SZCZECINIE

Jak wyglądały początki dzisiejszej Opery na Zamku w Szczecinie, która w tym roku obchodzi swoje 65-lecie? Warto się zapoznać i dowiedzieć, w jakich warunkach tworzono pierwszy teatr muzyczny w Szczecinie, mieście zapomnianym wówczas przez władze: W książce „U źródeł szczecińskiej sceny muzycznej...” pojawiają się nigdy niepublikowane stenogramy posiedzeń czy zdjęcia. Publikacja w formacie pdf jest umieszczona na stronie internetowej Opery na Zamku w zakładce „65 lat Opery w Szczecinie”.

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



PORTRET CÓRKI – PORTRET MAMY

Jak można pogodzić macierzyństwo ze sztuką? Czy bliskie sobie kobiety wspierają się w byciu artystkami? Czy matka-artystka i córka-artystka mogą żyć ze sobą w zgodzie, w poczuciu spełnienia i bez poczucia winy? Czy udało się przełamać patriarchalny schemat relacji między matką a córką, nakazujący im rywalizację? Wystawa Anny Paszkiewicz i Eli Blanki „Portret córki – portret mamy” nie jest jubileuszową laurką, ale dialogiem dwóch bliskich sobie kobiet – matki i córki – artystek działających w tej samej dziedzinie, w rzeźbie.

Szczecin, Muzeum Narodowe, do 19 czerwca 2022

reklama



Sprawdź swój stan zdrowia!

Pakiety badań dla kobiet i mężczyzn.

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

HAHS
CENTRUM

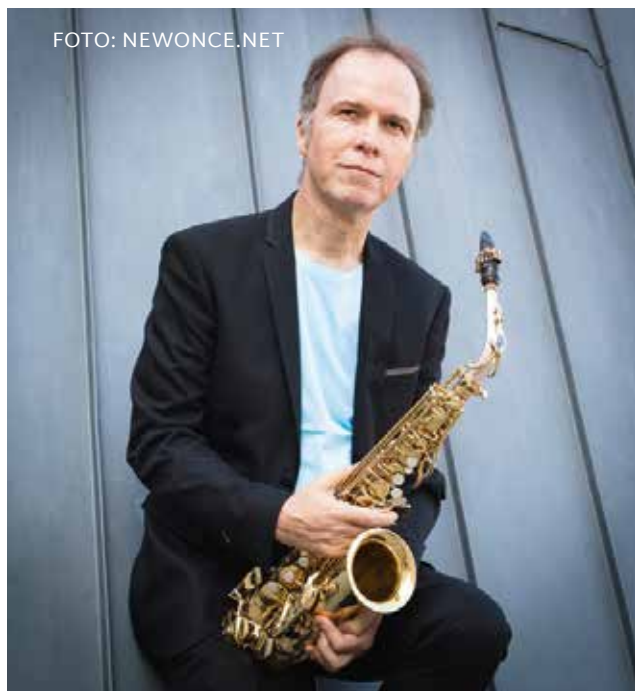


FOTO: NEWONCE.NET

SAKSY W FILHARMONII

Jak co roku, na zaproszenie Międzynarodowego Festiwalu Saksofonowego, do Szczecina przyjeżdżają wirtuosi saksofonu. Gośćmi specjalnymi koncertu w Filharmonii im. Mieczysława Karłowicza będą niezwykle utytułowani i cenieni artyści – urodzona na Półwyspie Krymskim Asya Fateyeva oraz pochodzący z Francji Philippe Geiss.

Filharmonia Szczecińska, 27.04, g. 19

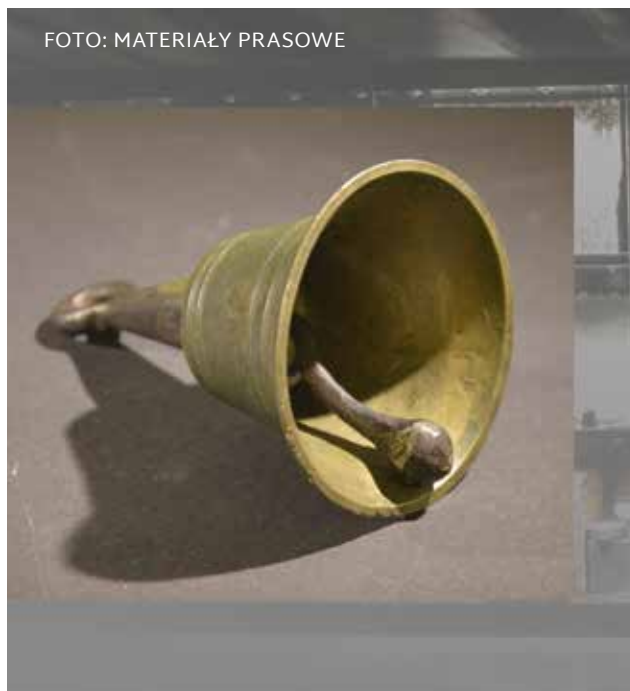


FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

SKARBY CZASU ZARAŻY

Na wystawie znajdują się najciekawsze obiekty pozyskane do kolekcji podczas trudnego czasu pandemii, kiedy przez prawie półtora roku Muzeum Narodowe Szczecin – Centrum Dialogu Przełomy było zamknięte dla publiczności. Niezależnie od okoliczności, działalność muzeum prowadzona była intensywnie, co zaowocowało wieloma projektami wystawienniczymi, edukacyjnymi i obywatelskimi oraz systematycznym powiększaniem kolekcji.

Szczecin, Centrum Dialogu Przełomy, do 30 września 2022

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.

Dobrze pamiętam czasy, gdy powstawał Teatr Kana, kiedy wraz z grupą Przyjaciół zafascynowani dzieliliśmy się wrażeniami po przeczytaniu tomików poetyckich Achmatowej, Mandelsztama, Rożdźestwieńskiego. Trudno byłoby posądzić nas o sprzyjanie komunizmowi i władzom PRL-u. Podobnie z sympatią wobec ZSRR.

Naród

Nie jestem Schwarzeneger'em. Ani z postury, ani ze stanowiska, w żaden sposób nie jestem do niego nawet podobny. Piszę to na samym początku, żeby nie było, że nie pisałem. Nie jestem nim, jednak więcej mamy wspólnego niż z pozoru by się mogło wydawać. Otóż, bowiem ja także lubię i szanuję Rosjan. Od najmłodszych lat większy wpływ na rozwój mojego człowieczeństwa mieli Rosjanie niż na przykład Czesi, Niemcy, czy zgola Mongołowie. To na rosyjskiej literaturze i kinematografii wsparły jest mój dzisiejszy sposób postrzegania świata. Zawsze wolałem tęskie syberyjskie pieśni, od skocznych bawarskich polek. Jesienin pisał wiersze o wiele bliższe mojej duszy, niż Goethe, a „Konik Garbusek” Piotra Jerszowa, to jedna z najbardziej znaczących bajek mojego szczeniństwa.

Na półkach z książkami mojego ojca ogromną część zajmowała literatura rosyjska i radziecka. Bo przecież radzieckim pisarzem był Michaił Szołochow, autor „Cichego Donu”. Wasilij Szukszyn, aktor, reżyser, pisarz, także opisywał rzeczywistość Rosji sowieckiej. Pisarze, malarze, kompozytorzy, filmowcy... któż zliczy tych wszystkich niezwykłych artystów, których twórczość towarzyszyła pokoleniu dzisiejszych sześćdziesięciolatków? Kto zapomni wzruszenie przy oglądaniu filmów „Lecą żurawie”, „Los człowieka” albo „Spaleni słońcem”? Dobrze pamiętam czasy, gdy powstawał Teatr Kana, kiedy wraz z grupą Przyjaciół zafascynowani dzieliliśmy się wrażeniami po przeczytaniu tomików poetyckich Achmatowej, Mandelsztama, Rożdźestwieńskiego. Trudno byłoby posądzić nas o sprzyjanie komunizmowi i władzom PRL-u. Podobnie z sympatią wobec ZSRR. Bo czy śpiewanie piosenek Wysockiego lub Okudźawy można uznać za przejaw sympatii wobec Breżniewa?

Wielomilionowa rzesza zwykłych Rosjan żyjących na przekór sowietyzmowi była w tym kraju i jest po dziś dzień. Pielęgnująca tradycje kulturowe swojego narodu. Nie poddająca się okrutnemu systemowi. I temu, który był za komuny i temu, który jest za Putina. Bezimienni bohaterowie, dla których dbałość

o wykształcenie dzieci, o podtrzymanie ducha humanizmu, były ważniejsze od szalejącego wokoło komunizmu. Domy, w których dla gościa zawsze znalazła się herbata, konfitury, stakańczych samogonu i sało na prikusku. W których rozmawiano i rozmawia się i dziś, o poezji, przyrodzie, życiu i miłości. Z których dziś, nie bacząc na konsekwencje, ich mieszkańcy wychodzą na ulicę by zaprotestować wobec zbrodni władz. Bo zawsze byli odważni.

I nagle ci ludzie, a może ich synowie, mężowie, bracia, zakładają mundury i jadą strzelać do swoich przyjaciół, znajomych, rodziny... Kto mądry to pojmie? Kto zrozumie, co stało się z nami, z ludźmi?

Nie dam wiary nikomu, kto mówi, że to naród rosyjski napadł na Ukrainę.

Nie będę krzyczeć „Precz z ruskimi!”. Nie dam się ponieść populistycznym hasłom i bezmyślnej hysterii tłumu. Zło ma swoje imię i nazywajmy je tym imieniem.

Czy to nam się podoba, czy nie, nie ma bliższych nam narodów od Białorusinów, Rosjan i Ukraińców. I żadne trudne relacje tego nie zmienią. Nawet bracia Czesi mentalnie bliżej są zachodowi niż krajom słowiańskim.

I podobnie, jak nie należy utożsamiać z aktualną władzą Polaków, nie należy tego robić z żadnym innym narodem. To przecież naturalne, że Węgrzy nie są Orbanem, Polacy Kaczyńskim, a Amerykanie Bidenem. Ktoś może powiedzieć: ale to są wybrańcy, czyli przedstawiciele narodu. Działają w naszym imieniu. No i właśnie tu leży problem. Nasz problem, z którym musimy mierzyć się przy każdych wyborach. Bądźmy więc rozważni, by szaleństwo jednego psychopaty nie wpływało na obraz całego Narodu.

I miejmy w pamięci, że to nie naród rosyjski wywołał tę okrutną i krwawą wojnę, lecz chora klika kremłowskich bandytów.

Sława Ukrainie!

reklama




POSHE
Craft Cocktails

POWITAJ WIOSNĘ...
...koktajlem kraftowym.

www.poshedrinks.com

Sprawdź nasze wszystkie smaki!

Słoś, czyli życiorys genialnego ignoranta

SŁAWOMIR OSIŃSKI – „SŁOŚ”. SZCZECINIANIN, ZNANY PEDAGOG I ARTYSTA DUŻEGO FORMATU (DOSŁOWNIE I W PRZENOŚNI), CZŁOWIEK O WIELU OBLICZACH I TALENTACH, SYBARYTA, SMAKOSZ, ZNAWCA GASTRONOMII, TWÓRCA ORYGINALNYCH POTRAW I WIELBICIEL KOTÓW. W ROZMOWIE Z PRESTIŻEM UJAWNIA, DLACZEGO NA CHWILĘ ZOSTAŁ POLITYKIEM, JAK POWSTAJĄ JEGO SŁAWNE BALLADKI, O CZYM BĘDZIE NOWA POWIEŚĆ, JAK POWSTAJĄ „SŁOSIOWE” RYSUNKI SATYRYCZNE I JAKICH POTRAW NIGDY NIE SKONSUMUJE.



Jeżeli nazwę Cię człowiekiem Renesansu, to chyba niewiele się pomylę. Spróbuję wyliczyć: nauczyciel, pedagog, dyrektor szkoły, wykładowca akademicki, pisarz, felietonista, dziennikarz, poeta, satyryk, rysownik, znakomity kucharz, choć jak sam mówisz wolisz określenie „osoba gotująca”. To pełna lista?

Z wiekiem nieco mi na skromności ubyło, toteż nazywam wszystkich ludzi, którzy są ogólnie mówiąc inteligentami, w tym siebie, genialnymi ignorantami. Jestem takim dyplomowanym genialnym ignorantem.

Ale o bardzo szerokim spektrum zainteresowań.

Dużo się tego w życiu znalazło. Różne rzeczy robiłem. Był kiedyś, za czasów PRL, taki program telewizyjny pt. „X, Y, Z”, w którym znani publicyści musieli odgadnąć na podstawie mniej lub bardziej pełnych informacji, kto jest bohaterem poszczególnego odcinka. Ze mną miałoby ogromne kłopoty, tyłoma rzeczami się w życiu zajmowałem. Stuknął szósty krzyżyk, więc peselioza i sks coraz większe. Chowają się sprawy bieżące, ale zaczynają odświeżać dawne, zapomniane. Chociażby to, że przez kilka lat byłem politykiem...

Rzeczywiście, byłeś radnym Rady Miasta Szczecin przez dwie kadencje.

Teraz już się od polityki oddaliłem. Ale jak już się w nią włądziło, to cały czas gdzieś siedzi w środku i turbację wywołuje. Byłem także związkowcem, współreaktywowałem Solidarność

Nauczycielską pod koniec lat 80. ubiegłego wieku.

Żałujesz, że byłeś politykiem?

Nie. I myślę, że tzw. ewaluacja odroczonej świadczy o tym, że nie byłem w tej materii szkodnikiem. Szczególnie w sferze kultury, bo np. do dzisiaj z teatrów jakieś zaproszenia otrzymuję. Wszystkie rzeczy wówczas udało się nam zbudować. Mimo różnicy w poglądach radnych z różnych opcji umieliśmy się zawsze dogadać, np. jeśli chodzi o uchwałę dotyczącą priorytetów w kulturze. Chociaż spory też oczywiście były. To było bardzo dobre doświadczenie. Pracowałem też w zespole pilotażowym związanym z przejmowaniem szkół. Nasze dokonania później wykorzystywały inne miasta. To doświadczenie bardzo przydało mi się też w zarządzaniu szkołą. Niestety, obserwowanie, jak to wszystko się zmienia, dzisiaj jest irytujące, bo wszystko czemuś strasznie się degeneruje.

Dlaczego?

Wtedy było budowanie, uczenie się demokracji, a pierwsza ustawa o samorządzie dawała dużo kompetencji radnym przy zerowych prawie wynagrodzeniach. Za 10 złotych jakie otrzymywaliśmy w tamtym czasie, można było kupić dwie bułki i coś do picia w bufecie. Do tego dochodziła także szeroka odpowiedzialność i przeróżna tematyka działań. Wtedy się wszystko robiło bez praktyki, przejmowało instytucje bez doświadczenia. Nie ustrzegło się oczywiście błędów, ale były też zdrowsze zasady międzyludzkie. Dziś każdy, nawet we własnej partii, czeka



na potknięcie drugiego. A za naszych czasów np. z jednym z kolegów z lewicy, bardzo sympatycznym, udało się nam się pewnego działacza z bardzo prawicowej partii, po jakimś bankiecie sutym, zapisać do Sojuszu Lewicy Demokratycznej. Jak się ten działacz na drugi dzień obudził, to nam było bardzo radośnie, ale ów człowiek chyba w abstynencję popadł. Mało zawału nie dostał, jak mu pokazaliśmy dokumenty. Dzisiaj to by to na pewno wykorzystano w jakiś niecny sposób. Wtedy był to świetny, znakomity żart (śmiech). Mówiąc poważnie – był to czas odbudowy i budowy, i dlatego jest też jakaś satysfakcja ogólna, że gdzieś ten kamyczek zmian się położyło w gmachu nowej Polski, żeby rzecz podniosła i patetycznie. Może dzięki temu, że zbudowane wtedy samorządy przetrwały i dzisiaj ocalały Polskę przed upadkiem.

Jesteś z wykształcenia polonistą. Chciałeś być nauczycielem?

Chyba chciałem. Może jeszcze myślałem o dziennikarstwie, może czymś artystycznym... Jestem człowiekiem leniwym, sybarytą, który nie lubi za dużo kłopotów. Staram się robić to co mi odpowiada, sprawia przyjemność i niespecjalnie denerwuje, chociaż z tym ostatnim różnie bywa. Tak się zdarzyło, że te profesje uprawiam, choć niekoniecznie dające super pieniądze. Ale daje coś ważniejszego: jakąś tam satysfakcję i czystość sumienia. W miarę.

Byłeś dobrym nauczycielem?

Różnym. Myślę, że na początku byłem czasami bardzo niedobrym nauczycielem. Później byłem już niezły. Po paru latach doświadczenia.

Uczyłeś tylko „polaka”?

Uczyłem wszystkich przedmiotów, poza matematyką, wuefem i fizyką. Na zastępstwach, nawet po kilka tygodni. Fenomenem było, że za pomocą adapteru i winylowych płyt, uczyłem przez trzy tygodnie muzyki! A muszę tu wspomnieć, że stado mamutów syberyjskich przebiegło mi przez uszy. W podstawówce, pani od muzyki, całkowicie we mnie zwątpiła. Nie była w stanie wymusić, groźbami, przemocą, czy piórnikiem, żebym zagrał gamę na flecie prostym. To przekraczało moje możliwości, manualne i słuchowe. Aczkolwiek do melodii jestem w stanie napisać tekst i stworzyć piosenkę. Bez problemów.

Czy edukacja to tylko belferka, a teraz dyrektorowanie Szkole Podstawowej nr 47 w Szczecinie?

Nie – to stworzenie dobrej nowoczesnej szkoły i działalność publicystyczna i szkoleniowa – tu odpowiem wzniosło: mam ogromny dorobek piśmienniczy i osiągnięty przez to realny wpływ na kształt polskiej oświaty i społeczeństwa, albowiem od 1981 roku jako niezależny publicysta oraz konsultant w zakresie spraw oświatowych, kulturalnych i społecznych oraz zarządzania wydałem z siebie kilkaset tekstów publicystycznych, kilkadziesiąt artykułów naukowych oraz wiele wystąpień na konferencjach naukowych. Od 2005 roku pełnię też funkcję wykładowcy akademickiego prowadzącego zajęcia z zarządza-

nia, metodyki, marketingu, komunikacji, dydaktyki i etyki na studiach podyplomowych, co bardzo zresztą lubię.

A ja lubię czytać Twoje wiersze, które publikujesz na swoim profilu na Facebooku. Nie znam się na poezji, ale kilka z nich naprawdę mnie poruszyło.

Najczęściej tworzę tzw. balladki, to taka poezja trochę niższego rzędu, użytkowa, reaktywna. Liryków naprawdę poważnych jest mało. One najczęściej pojawiały się w biuletynie wydawanym przy okazji Przeglądu Teatrów Małych Form, dzisiaj to się nazywa Kontrapunkt. Redagowałem go i ilustrowałem ponad 30 lat. I tam się te poważne wiersze rzeczywiście zdarzały. Czasem, jak mnie już jakaś bulwersacja napadnie, to się coś na Facebooku zdarzy. Ostatnio też moje wiersze pojawiały się w „Pegazach zarazy”. Fajne pismo, które niestety chyba skończyło się razem z zarazą. Tam też ukazał się jedyny publikowany tekst dramatu. No i wiersze zamieszczałem też w „Pegazie Lubuskim” i nie istniejących już „Pograniczach”, nad którymi cały czas boleję, że się rozpełzły w niebyt. Bo mogłyby trwać.

Pochlebiam sobie, bo sam byłem bohaterem jednej z Twoich balladek, jednej z najślawniejszych, która powstała po pewnej uczcie Klubu Śledziozerców. Pod znamienym tytułem „Darek Staniewski padł”.

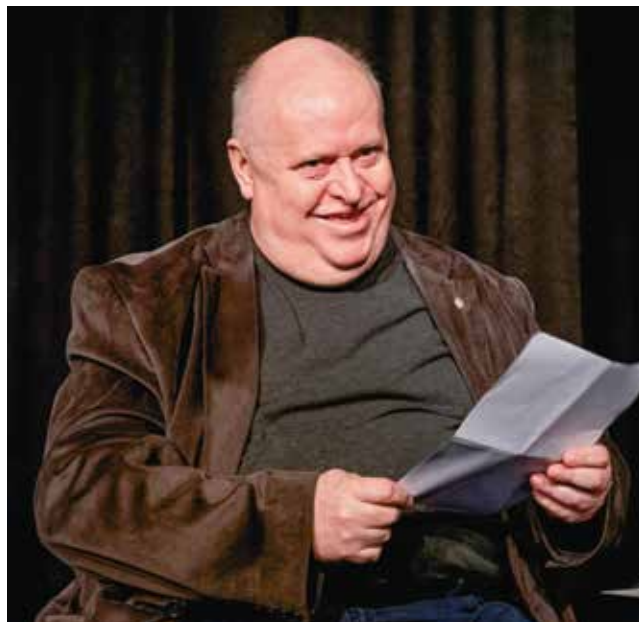
To była jedna z najobfitszych uczt – 30 różnych dań ze śledzia, będących jednocześnie zakąskami. Bardzo porządny wieczór i zgrabna balladka. Wiersze zwane balladkami są moimi reakcjami na codzienność, często to są pastisze lub trawestacje np. twórczości Jacka Kaczmarskiego. Nad starymi balladkami właśnie siedzę, bo próbuje je pozbierać z tych wszystkich lat i spróbować z nich uczynić sensowny zbiór, czyli opracować do druku „Gawędę o balladkach”.

Ukażą się w formie tomiku?

Jestem całkowicie niezapobiegliwy w materii wydawniczej. Z reguły do tej pory się zjawiał dobry człowiek, który mówił, że coś mojego wydamy i nic na tym nie zarobimy. (Śmiech) I tak było zawsze. Poza pierwszą książką kucharską, kiedy otrzymałem jakieś skromne wynagrodzenie. Drugi zbiór felietonów z przepisami kulinarnymi i trzecia książka – satyryczna powieść – profitów nie przyniosły. (Śmiech)

Masz coś takiego, że czasami coś Cię wkurzy, albo poruży wtedy siadasz, trzask, prask i przelewasz to na kartkę i wiersz lub felieton gotowy?

Czasem nachodzi takie coś, zwane natchnieniem, dość charakterystyczne dla grafomanów zwykle. Zazwyczaj powstają wtedy balladki, a pisanie bardzo szybko idzie. Ale brakuje mi czasu, żeby usiąść i spokojnie popracować nad np. tekstami dramatycznymi, czy nad kolejną powieścią, której zarys mam w głowie. Nie ma, kiedy pomysły przelać na papier. Praca dyrektora szkoły podstawowej jest absorbująca i męcząca psychicznie. Pierwszą książką literacką była „Durna powieść”... Druga będzie o jeszcze ciekawszym tytule (śmiech).



Gatunek podobny, też pastisz i satyra?

Głędzenie, czyli to co dzisiaj wszyscy piszą. Pierwsza książka była typową powieścią parodiującą mody literackie. Powieść powstała parę lat temu, kiedy popularni zaczęli być „kryminaliści”, czyli autorzy powieści kryminalnych, panowała też moda na współczesny realizm – brutalny, wyuzdany, mocny. Choć w mojej powieści pada chyba tylko jedno brzydkie słowo i przewrotnie nie ma dosłownej erotyki. Ale są wszystkie inne wątki – teorie spiskowe, kryminalne, terroryzm, zbrodnie, działanie tajnych służb, „genderyzm” z wielką paradą, mafia, wampiryzm, historie miłosne, itp. Oczywiście pojawili się też superbohaterowie i Super Zło, które okazuje się być podwójne plus bardzo rozbudowane elementy kulinarne, niektóre oparte na rzeczywistych jadłospisach, z prawdziwych miejsc, gdzie bohaterowie się pojawiają. Jest też gruby kot. Fikcyjnie miasto mocno przypomina Szczecin. Pojawia się też trochę witkacowskiej zabawy z nazwiskami i imionami bohaterów. Czyli wszystko, co w literaturze początku XXI wieku występowało.

Druga powieść będzie głędzeniem na tematy współczesne?

Owszem, ale trochę nawiązującym, jeszcze nie wiem w jak dużym stopniu, do czasów Doktorów Kościoła. Ale nie religijnie, tylko obyczajowo. Wszystko też z przymrużeniem oka, może onirycznie i surrealistycznie, bardziej poetycko. Nie jest mi dane stworzenie bardzo poważnego dzieła. Mam jeszcze naszkicowanych kilkanaście tekstów dramatycznych, ale wymagają one sporo pracy redakcyjnej. Lubię teatr, stąd też zapewne moje związki z Przeglądem Teatrów Małych Form. Mocno też dbałem o ten festiwal i przybytki Melpomeny, kiedy byłem przewodniczącym Komisji Kultury w Radzie Miasta. Bardzo dawno temu mi się marzyło wyreżyserowanie „Szalonej lokomotywy” Witkacego. Ale prawdopodobnie teatr zbankrutowałby realizując tę moją wizję, choć dziś wirtualne środki pozwoliłyby na coś takiego.

Pamiętasz, kiedy ukazał się Twój pierwszy w pełni profesjonalny rysunek satyryczny?

Początki były w licealnych gazetkach, w pismach podziemnych, studenckich wydawnictwach... Choć tak naprawdę pierwszy to w ogóle ukazał się w USA. W takim wydawnictwie poświęconym science fiction, fantasy, RPG i podobnym dziwactwom. Nawet mi chyba kilka razy po dolarze za to przysłali. Dwa, trzy rysunki pojawiły się w ogólnopolskim wydaniu „Gazety Wyborczej”. Ale naprawdę, pierwszy, a potem i prawdziwy cykl rysunków pojawił się w „Kurierze Szczecińskim”. Potem w „Głosie”, „Dzienniku Bałtyckim”, „Refleksjach” i sporadycznie w innych mediach.

Pseudonim artystyczny „Słós” powstał na potrzeby rysowania, twórczości literackiej?

Nie, powstał przypadkowo, kiedyś podczas jakiejś audycji w Polskim Radio. Legenda mówi, że chyba redaktor Kasia Wolnik-Sayna, czochrając mnie po sadle rzekła: „Słosisiu”. Bardzo mi się to spodobało, bo proste – od dwóch pierwszych liter imienia i nazwiska, i ładnie brzmi. I tak zostało.

Satyry to także impuls chwili, czy często przemyślane głęboko pomysły?

To był zawsze impuls chwili. Zawsze tak rysowałem i rysuję. W szkole jak rysowałem samochodziki, to znaczy, że lekcja była nudna. Jak zwierzątko sprośne, to znaczyło, że jednocześnie byłem bardzo mocno zainteresowany zajęciami. Komiksy były już w podstawówce, czasami bardzo, bardzo dziwne. Później pojawiła się FAMA, czyli Festiwal Artystyczny Młodzieży Akademickiej w Świnoujściu. Sławna impreza, lata 80. ubiegłego wieku. Śp. Wojtek Hawryszuk – „Baca” był dowódcą tego festiwalu, a my: Jurek Sawka – rysujący wtedy, jego brat Henio, będący jeszcze kabareciarzem, Wojtek Kazana pojawiliśmy się tam jako rysownicy. Przy kolejnej Famie dołączył Wojtek Mirowski. Wtedy rysowaliśmy oprócz typowych śmiesznych rysunków rzadko bywające w sklepach rarytasy jak szynki, balerony i inne wędliny. Oprócz wystaw rysowaliśmy „na żywo” na promenadzie i za to zbieraliśmy jakieś pieniądze, które następnie przeznaczaliśmy w większości na smaczne napoje. Jedną z moich wystaw zrobiła ogromną furorę – antyalkoholowa, którą urządziłem w sklepie monopolowym. Pokazywałem także moje zwierzątka, które cały czas wymyślam i rysuję. Wtedy też zaczęły się felietony. Mój ulubiony gatunek prasowy – powstało ich chyba z tysiąc, wiele z dopowiadającym rysunkiem.

Kiedy Twoje prace będziemy mogli obejrzeć na jakiejś wystawie?

Moje rysunki mają stałą „przyokazyjną” wystawę – na Facebooku... Nigdy nie rozmawiałem na temat żadnej wystawy w realu – po prostu ktoś proponował i robiła się... Przed każdymi świętami rozsyłałem też znajomym trochę takich okolicznościowych rysunków. Z tego pewnie coś by się złożyło...

Wspomniałeś o Internecie, czyli tym wynalazku Szatana...

Tak, tak. To dzieło siły nieczystej i kobiety nielegalnych obyczajów, jak ktoś powiedział. Prawdopodobnie jeden z starożytnych komunistów, którzy wymarli przed naszą erą. Ja jestem XIX-wieczny i urządzeniami elektronicznymi się brzydzę. Największą przyjemnością jest dla mnie czytanie papierowych

klasycznych książek, a nie e-booków. Korzystam oczywiście bez entuzjazmu z „komórki”. To nawet przydatne urządzenie. Ale te wszystkie bajery... Ja tego nie czuję.

Często można w Internecie lub Fb spotkać Twoją kolejną specjalność – przepisy kulinarne okraszone zdjęciami smakowitych potraw.

Gotuję przeważnie w weekendy. Wczoraj co prawda zobaczyłem polędwicę i mało zawału nie dostałem, bo wyceniona była na 200 złotych, ale jednak nie powstrzymałem się. Przepis na nią, podaną w towarzystwie brukselki zapewne w niedługim czasie się pojawi. W internetowym wielkopolskim magazynie publikuję także moje felietonowe przemyślenia na temat whisky – recenzje ze zbadanych szkockich single maltów. Portale społecznościowe mają wiele zalet, ale Internet, to także taki instrument, który ograniczył kontakty. Pogadamy sobie ze znajomymi na Facebooku, a zobaczymy się osobiście... za trzy lata. Czasem tęsknię za czasami, kiedy szło się ulicą i nagle ktoś rzucał pomysł: robimy flaszkę lub browara i idziemy do kogoś. Słyszałem, że teraz młodzież to strasznie bawi, takie tzw. „nachodzenie”. Że bez zapowiedzi pójda do kogoś z butelczyną. I to jest dla nich jakieś strasznie ekscytujące przeżycie. Do czego to doszło! (śmiech)

Sam komponujesz przepisy kulinarne, korzystasz ze sprawdzonych źródeł, modyfikujesz?

Mój tata, który był ochmistrem i pływał na statkach świetnie gotował. Gdy przyplęwał z rejsu, to były super obiady. No i babcie genialnie gotowały. To mi się bardzo spodobało. Pierwszą potrawą jaką przygotowałem według przepisu z jakiejś bardzo starej książki, jeszcze w podstawówce, była zupa cebulowa. Wysła całkiem nieźle. Potem po prostu zaczęło mnie to ba-

wić. W 1992 roku, kiedy jeszcze nie było całego stada piszących o kulinariach, to w „Gazecie na Pomorzu” – szczecińskim dodatku „Wyborczej” przez cztery lata pisywałem felietony polityczno-kulinarne. Potem w „Głosie Szczecińskim”, gdzie były to przede wszystkim się oceny lokalnych knajp, w „Golfie” i kilku innych pismach.

A jakich potraw nie lubi Sławomir Osiński?

O mam taką definicję: jeżeli coś typie na ciebie szyderczo i ucieka z talerza, to jest niejadalne. Dlatego cały czas mam dylemat z ostrygami, które raz tylko próbowałem i nie jestem do nich do końca przekonany. Mało tych potraw jest, których zdecydowanie nie lubię. Aczkolwiek gust mi się zmienia. Bo ja bardzo dziwny byłem. Zawsze lubiłem tran. Uwielbiałem. I pewnie dlatego zamiłowanie do kawioru mi zostało, niestety. Natomiast za młodu nie lubiłem lodów, które teraz uwielbiam. Zamiłowanie do dziwnych potraw miałem zawsze. Niespecjalnie byłem tzw. „obrzydlivy”. Np. świerszczyki suszone do piwa są bardzo dobrą zakąską. Ale gdyby one samopęzliwe były, to na pewno bym się nie zdecydował. Mam taką zasadę, której obywatelki będące w ciąży też hołdują: trzeba spożywać to, czego organizm się domaga. Nawet jeżeli przed chwilą zjadło się słonego śledzia, a organizm ma ochotę na ajerkoniak, to znaczy, że organizm wie czego chce. I ja się tej zasady trzymam, odpukać, to mi jakoś nigdy nie robiło źle. Po prostu tak jak u ks. Kitowicza, zwyczajnie wszędzie się miesza złe do dobrego. Nierozstrzygnięty pozostaje tylko dylemat ze „Scenariusza dla trzech aktorów” Bogusława Schaeffera: „Dlaczego pieprzone pierogi są dobre, a pieprzone życie już nie takie?”. Chociaż moje dotychczasowe życie chyba było dobre i smaczne...

rozmawiał: Dariusz Staniewski / foto: Jarosław Gaszyński / rys.: S. Osiński

reklama



Szczecin, ul. Modra 69

ZALETY NORMOBARII:

- NASYCENIE TLENEM KOMÓREK W ORGANIZMIE
- ZWIĘKSZENIE ILOŚCI KOMÓREK MACIERZYSTYCH
- ZMNIEJSZENIE RYZYKA ZAWAŁU
- WSPOMAGANIE LECZENIA: CUKRZYCY, BORELIOZY, NOWOTWORÓW I INNYCH CHOROŚĆ
- ZMNIEJSZENIE 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%
H₂O 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.

Komor 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



Dlaczego nie ma wielkanocnych kolęd i przebojów?

PRZED NAMI WIELKANOC. TO DRUGIE, POD WZGLĘDEM POPULARNOŚCI, PO BOŻYM NARODZENIU, ŚWIĘTA W POLSCE. CHOĆ WEDŁUG OBRZĄDKU CHRZEŚCIJAŃSKIEGO WAŻNIEJSZE. DLACZEGO WIĘC NIE OBCHODZIMY ICH TAK JAK BOŻEGO NARODZENIA? DLACZEGO NIE ŚPIEWAMY KOŁĘD WIELKANOCNYCH? DLACZEGO W RADIO NIE USŁYSZYMY POPOWYCH PIOSENEK POŚWIĘCONYCH WIELKIEJNOCY? DLACZEGO DUET WHAM NIE ŚPIEWAŁ O TYM CO SIĘ WYDARZYŁO OSTATNIEJ WIELKANOCY, CHRIS REA NIE JECHAŁ DO DOMU NA ŚWIĄTECZNE ŚNIADANIE, A NAT KING COLE NIE WYCHWAŁAŁ TYCH RADOSNYCH DNI? DLACZEGO RÓWNIEŻ POLSCY WYKONAWCY NIE CHCĄ POPOWYMI PRZEBELAJMI OBCHODZIĆ TYCH ŚWIĄT?





Dlaczego w środku zimy, trzaskającego mrozu i obfitych opadów śnieżnych potrafimy się cieszyć świętami Bożego Narodzenia, tworzyć wspaniałą atmosferę, niezapomniany klimat a wszystko przy wtórze dziesiątek kolęd i popularnych przebojów. Dlaczego tego nie ma w czasie świąt Wielkanocnych? Dlaczego nie obchodzimy ich śpiewająco? Nie tylko przy świątecznym stole, ale również podczas mszy w kościołach?

Wielkanoc nas onieśmiela?

Nie ma takiego zwyczaju. Nie tylko w Polsce, ale w ogóle w chrześcijaństwie nie ma zwyczaju wspólnego śpiewania pieśni wielkanocnych. Zresztą jest ich niewiele w stosunku do kolęd i pastorałek, których są setki, patrząc na czas historyczny – wyjaśnia Iwona Karwowska, etnograf i pracownik Muzeum Narodowego w Szczecinie. – Kolędowanie jest elementem spędzania Bożego Narodzenia wpisanym w nasz obyczaj. To zwyczaj nie tylko u nas, ale również w innych krajach. Natomiast pieśni popularnych, chwalcących Zmartwychwstanie nie ma. Pieśni wielkanocne są rodzajem hymnu pochwalnego, są podniosłe, pełne patosu. Ich po prostu w takiej domowej codzienności się nie śpiewa. Szykując wigilijne potrawy często sobie pod nosem

podśpiewujemy jakieś kolędy. W przypadku Wielkanocy mamy do czynienia z uroczystością o innym charakterze, tak w okresie przygotowań jak i w czasie samych świąt.

Nie chciano komponować kolęd wielkanocnych? Nie było takiej potrzeby? Nikt nie chciał w ten sposób cieszyć się z Wielkanocy? Kolędy w tym czasie są niepotrzebne?

Nie wykształciły się, nie wytworzyły, nigdy ich nie było. Boże Narodzenie i Wielkanoc mają inny charakter. Przygotowując się do Narodzenia Pańskiego jesteśmy weseli, cieszymy się z tej chwili. Natomiast przed Wielkanocą jest okres postu, wielkiego smutku, Wielki Tydzień, Wielki Piątek – absolutny dzień żałoby, bardzo ostro przestrzegany w tradycji chrześcijańskiej. W ten dzień kiedyś nie wolno było nawet głośno się śmiać, a co dopiero śpiewać. Potem przychodzi Dzień Zmartwychwstania, śpiewamy wtedy radosne pieśni, ale są one takie podniosłe, mające melodycznie i tekstowo podniosły charakter. Wielkanoc to z jednej strony czas mistycznej zadumy nad własnym życiem, z drugiej wesołe świętowanie w gronie rodzinnym. Świętujemy to, że Chrystus zmartwychwstał dając i nam nadzieję na zmartwychwstanie. To kwintesencja wiary chrześcijańskiej. Natomiast Boże Narodzenie tak głęboko nie wchodzi w escha-



tologię. Opowiada o narodzinach dziecka, a jak dziecko się rodzi, to zawsze jest taki mały cud, radość rodziny. W przypadku Wielkanocy Chrystus po wielkim cierpieniu umarł i po trzech dniach zmartwychwstał abyśmy mogli dostąpić zbawienia. W warstwie doktryny, zwyczajów, tradycji i w naszych odczuciach święta Wielkanocne i Bożego Narodzenia zasadniczo się różnią.

Święta Wielkiejnocy nas onieśmielają? Są poważniejsze, czujemy przed nimi pewien respekt? – Tak można powiedzieć. Oba opowiadają o życiu: jedno o cudzie narodzin, drugie o życiu, które zwyciężyło śmierć. W czasie Wielkanocy śpiewamy: Zwycięzca śmierci, piekła i szatana... słowa te niosą w sobie olbrzymi ładunek mistyki, który ludzkim rozumem trudno ogarnąć i to jest chyba najlepsza odpowiedź na postawione na początku rozmowy pytanie.

Popowa wielkanocna pustynia

Nie ma kolęd wielkanocnych. Ale nie ma też polskich i zachodnich piosenek pop wychwalających ten czas, jego elementy, atmosferę, radość, obyczaje itp. „Na siłę” można próbować dopasować niektóre polskie przeboje do klimatu świąt Wielkiejnocy np. „Wiosna” Skaldów albo „Ciągłe pada” Czerwonych Gitar jako opis śmigusa dyngusa. W Internecie można znaleźć dosłowni kilka utworów dotyczących Wielkanocy. To Eleni, Arka Noego i coś w stylu disco polo. W odróżnieniu do nagrań i przebojów poświęconych Bożemu Narodzeniu kompletna pustynia. Dlaczego?

Trudno odpowiedzieć na to pytanie. Sam się nad tym kilka razy zastanawiałem – mówi Ryszard Leoszewski, znany szczeciński kompozytor, muzyk i piosenkarz, założyciel zespołu „Sklep z Ptasimi Piórami” oraz Dziecięcej Grupy Artystycznej „Arfik”. – Z odległych czasów pamiętam, że w okresie Wielkanocy było kilka pieśni wykonywanych w kościołach. Ale z reguły były to takie smutne, smętne utwory, choć powinny być jak najbardziej radosne, bo to przecież Zmartwychwstanie Chrystusa! Święta Bożego Narodzenia są, nawet dla niewierzących, generalnie lep-

szym czasem. Zima, śnieg, niezwykły nastrój, kilka dni wolnego, specyficzna atmosfera i dużo przyjemniej śpiewa się piosenki przy choince i świeczkach. A Wielkanoc, cóż? Święconki i lanie wody w dyngusa, to chyba najbardziej jest zapamiętywane.

Pieśni wielkanocne wykonywane w świątyni ach są utworami bardzo podniosłymi, pełnymi patosu, to hymny „ku czci”. Aż się prosi, aby napisać, skomponować coś leższego na temat samych świąt, radości ze Zmartwychwstania, końca smutnego czasu jakim był Wielki Post, wielkanocnych bab piaskowych i mazurków, obfitości stołu, ale również atmosferze.

Powinny zahaczać np. o tradycję, o pisanki święconkę, stukanie jajkami, zajączka, baranka itp. elementy świąteczne. Może gdyby poszperać, to by się znalazło takie utwory. Ale na pewno nie konkurują i nie będą one konkurować z ilością i jakością piosenek około bożonarodzeniowych. Z Arfikiem mamy w repertuarze piosenki świąteczno-rodzinne, które nie nawiązują bezpośrednio do tradycji kościelnych, ale oddają charakter Świąt – dodaje Ryszard Leoszewski.

Czy polskich kompozytorów nie kusił, aby napisać coś takiego lekkiego, fajnego, wesołego, związanego z Wielkanocą?

Mam taką piosenkę o dyngusie, którą skomponowałem na zamówienie, z tekstem Andrzeja Grabowskiego, czyli słynnego Profesora Ciekawskiego. To było wtedy, kiedy realizowany był jeszcze program TV dla dzieci „Budzik”. W jednym z jego marcowych wydań sam występowałem jako Pan Wiosna i prezentowałem dwie „wiosenne” piosenki. To było specjalne zamówienie, które bardzo chętnie zrealizowałem. Rzeczywiście, można byłoby ten temat Wielkanocy trochę pociągnąć. Ale nie wiem, czy tak długą tradycję nieśpiewania o tym, można przekształcić w nowy zwyczaj (śmiech) – stwierdził Ryszard Leoszewski.

autor: Dariusz Staniewski / foto: AKK / rys.: Sławomir Osinśki



22 kwietnia 2022
w Hotelu Radisson Blue Szczecin
klinika leczenia niepłodności



gości lekarzy na sympozjum naukowym
„NIEPŁODNOŚĆ – DROGA DO RODZICIELSTWA”
NAJKRÓTSZA DROGA DO ZOSTANIA RODZICAMI

Konferencja TFP Fertility Vitrolive to:

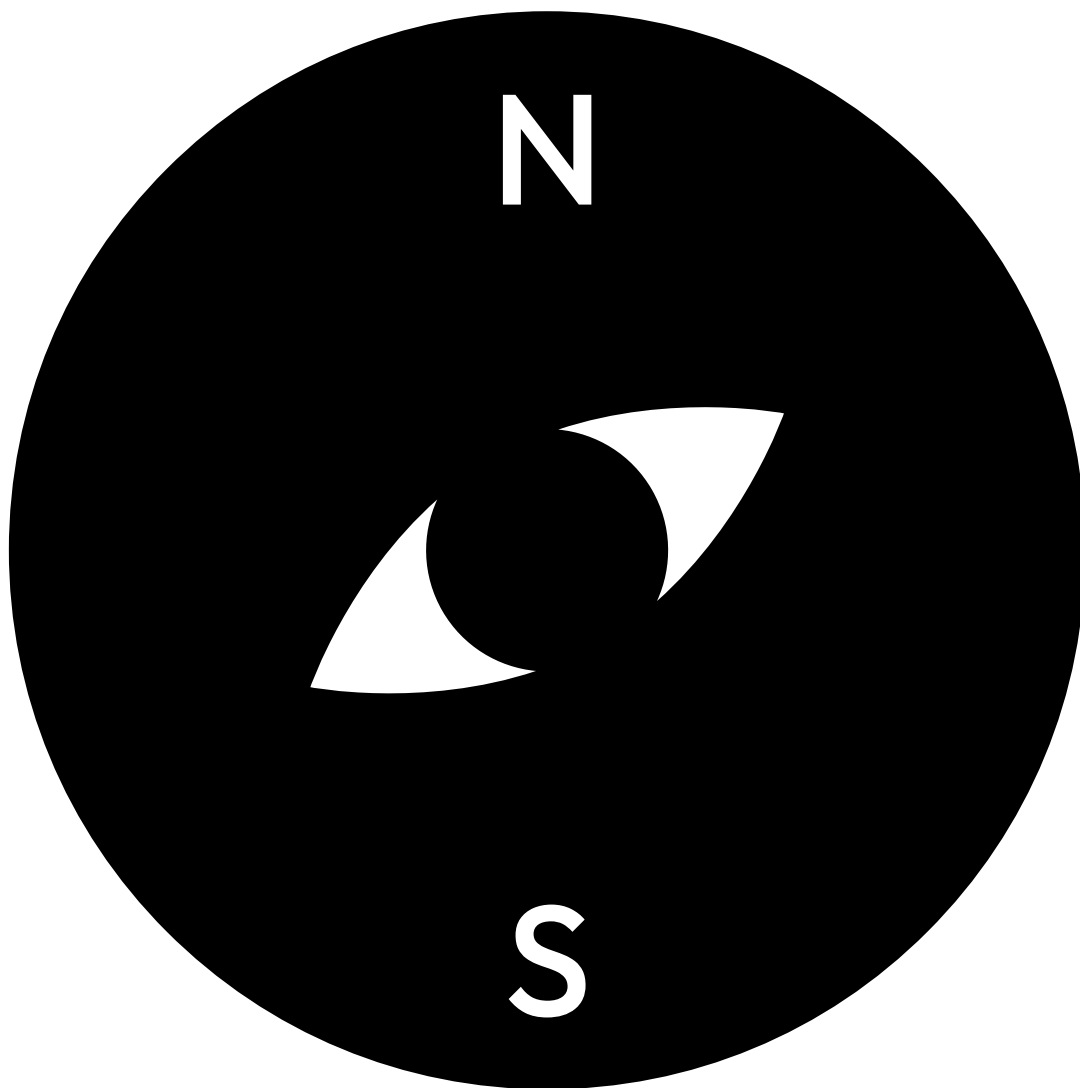
- międzynarodowi specjaliści z różnych dziedzin
- przedstawienie kontrowersyjnych tematów w formie debat
 - analiza przypadków klinicznych
- unikatowa okazja do dyskusji i wymiany doświadczeń

Rejestracja last minute możliwa na www.drogadorodzicielstwa.pl.



Szczecin
21-29 kwietnia 2022

56. Przegląd
Teatrów Małych Form
KONTRAPUNKT



Organizator:



Finansowanie:



Miasto
Szczecin



Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego

Współorganizatorzy:



Partnerzy:



Sponsorzy:



Teatr Dobra

PRZEGLĄD TEATRÓW MAŁYCH FORM KONTRAPUNKT TO WBRĘW NAZWIE INTERDYSCYPLINARNY FESTIWAL SZTUK. W NURCIE KONKURSOWYM O PRESTIŻOWE NAGRODY RYWALIZOWAĆ BĘDĄ ZESPOŁY ZAWODOWYCH TEATRÓW REPERTUAROWYCH ORAZ NIEZALEŻNYCH, ALTERNATYWNYCH. CAŁOŚCI TOWARZYSZYĆ BĘDĄ KONTRATEKSTY, CZYLI OBSZERNY, INTERDYSCYPLINARNY PROGRAM WYDARZEŃ, W KTÓRYM OBOK KOLEJNYCH PROPOZYCJI TEATRALNYCH OBECNE BĘDĄ MUZYKA, LITERATURA, FILM, SZTUKI WIZUALNE ORAZ PERFORMANCE.



BIBLIA PRÓBA / FOTO: WOJTEK SZABELSKI



REWOLUCJA KTÓREJ NIE BYŁO / FOTO: GRZEGORZ PRESS

56. edycja tego jednego z najstarszych, największych i najważniejszych polskich festiwali teatralnych odbędzie się między 21 a 29 kwietnia. W programie znalazło się ponad 50 wydarzeń. Spośród wszystkich propozycji będzie motto – DOBRO. Tak piszą organizatorzy w zaproszeniu na Festiwal: „Chcemy festiwalu będącego świętem, najlepszego, jaki można zorganizować, takiego, który zachwyci, stawia pytania, dodaje otuchy, a może i ratuje przed nieszczęściem. Ważny jest dla nas WYBÓR – tego co najlepsze, KONFRONTACJA – dzieł i twórców, RYTUAŁ – spotkania i festiwalowej wspólnoty. A przede wszystkim TROSKA – o teatr i NADZIEJA – na lepszą przyszłość. I tegoroczny KONTRAPUNKT taki będzie”.

W nurcie konkursowym publiczność zobaczy jedenaście przedstawień. Nie będzie podziału na Konkurs Główny i OFF Kontrapunkt. To powrót do pierwotnych idei Kontrapunktu nawiązujący do tradycji zapoczątkowanej przez Zygmunta Duczyńskiego, twórcę Teatru Kana. Gdy w 1995 roku włączył się do organizacji Przeglądu Teatrów Małych Form, zaproponował rozszerzenie nazwy o pojęcie „kontrapunktu”, a także zasadę, że do konkursu zostaną zaproszone zarówno teatry dramatyczne, jak i lalkowe czy offowe.

O prestiżowe laury Kontrapunkty (pula nagród to blisko 40 000 zł) powalczą następujące tytuły: „IV RP Snów” Sztuki Nowej, „a.y.l.a.n.” Teatri i Qytetit – Gijlan z Kosowa czy głośna „Biblia: Próba” Teatru im. W. Horzycy w Toruniu. Świeżo po premierze publiczność zobaczy monodram Roberta Talarczyka „Byk” na

podstawie tekstu i we współreżyserii Szczepana Twardocha. Ciekawie zapowiadają się spektakle tzw. nurtu „włączającego” – „Grimm” poznańskiego Teatru pod Fontanną oraz „Rewolucja, której nie było” Teatru 21 i Biennale Warszawa. Kolejne spektakle to: „Klub” Teatru Collegium Nobilium w koprodukcji z TR Warszawa, „Kobieta i życie” Wrocławskiego Teatru Współczesnego na podstawie tekstu ubiegłorocznej jurorki Kontrapunktu – Maliny Prześlugi, „Maszyna” bydgoskiego Teatru Polskiego, lalkowy „Robot” Unii Teatr Niemożliwy oraz wykorzystujący techniki tzw. nowego cyrku „Epitafium błazna” Kolektywu Kejos. Grand Prix przyznaje w głosowaniu publiczność, kolejne nagrody Jury.

W programie KONTRatekstów znajdą się m.in. koncerty Budyń & Chango oraz Jacka Kleyffa w Orkiestrze na Zdrowie. Będą wystawy – Aleksandry Ziętali, autorki tegorocznego znaku festiwalu oraz plakatów z kolekcji Pigasus Polish Poster Gallery w Berlinie. Gien Mientkiewicz z Przyjaciółmi zaprosi na farsę kulinarną „Surströmming i inne katastrofy”, nowy monolog zaprezentuje Romek Zańko, a Teatr Ruchu Umownie Ewidentnego zatańczy w „Korowodzie w bluesie”. Będzie audioperformans dokumentalny „Król Skinów”, monodram „Nadbagaż” w wykonaniu Karoliny Miłkowskiej-Prorok oraz – instalacja performatywna „Uwaga” rzeszowskiego Teatru o. de. la.

Bilety na poszczególne wydarzenia są dostępne na platformie bilety.fm oraz w stacjonarnych Punktach – CiT w Alei Kwiatowej oraz CIKiT w Zamku Książąt Pomorskich. Szczegółowy program na www.kontrapunkt.pl

Dla Ukrainy

To było jedno z najważniejszych wydarzeń artystyczno - charytatywnych wiosny 2022 w Szczecinie. W środę 30 marca w Operze na Zamku w Szczecinie odbył się wielki koncert „Energia dla życia” – dla Ukrainy! W trakcie koncertu wystąpili m.in. Chór Akademii Morskiej w Szczecinie pod dyktando Sylwii Fabiańczyk - Makuch, Sylwia Różycka, Olga Adamska, Damian Ukeje oraz Retro Gitary. Wydarzenie wzbogaciła aukcja dobroczynna, której przedmiotem były grafiki i obrazy takich artystów, jak Wojciech Siudmak, Andrzej Maciejewski, Rafał Olbiński. Licytację poprowadził Michał Janicki. Gospodarzami wieczoru byli Sandra Jędras i Conrado Moreno. Wśród gości można było zauważyć m.in. wicemarszałka województwa, wojewodę zachodniopomorskiego, konsuli honorowych Ukrainy, Estonii i Norwegii. Zebrane środki - ponad 76,5 tys. złotych trafią do 100-osobowej grupy dzieci z domu dziecka z Guliypola koło Zaporozża, która obecnie korzysta z gościnności Centrum Konferencyjno – Wypoczynkowego w Moryniu. ds



SYLWIA FABIAŃCZYK - MAKUCH



MICHAŁ JANICKI, ROBERT KORNECKI



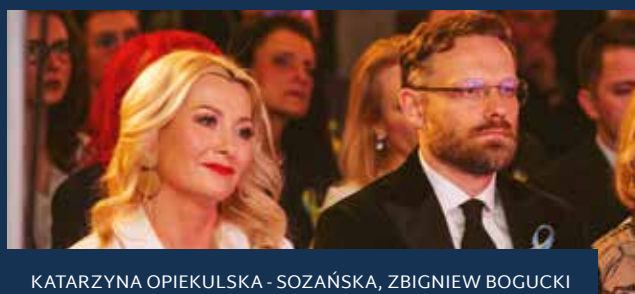
DOROTA KAWECKA, TOMASZ KAWECKI



(OD LEWEJ) SYLWIA TROJANOWSKA, NINA KACZMAREK, ANITA GAŁEK, MALGORZATA FIEDUCIK, IWONA LITKA I JUSTYNA KORYTKOWSKA



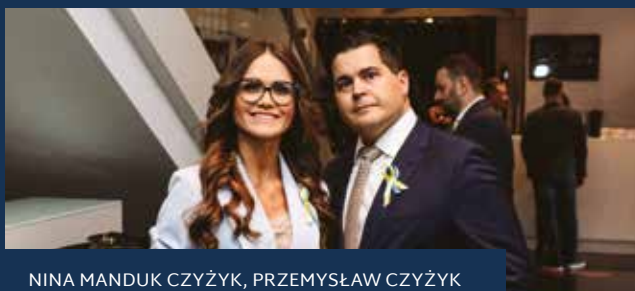
GRAŻYNA WÓDKIEWICZ, RYSZARD OSTACHIEWICZ, PAWEŁ STEFANOWSKI Z ŻONĄ OLGĄ WASIENKO – STAFANOWSKĄ



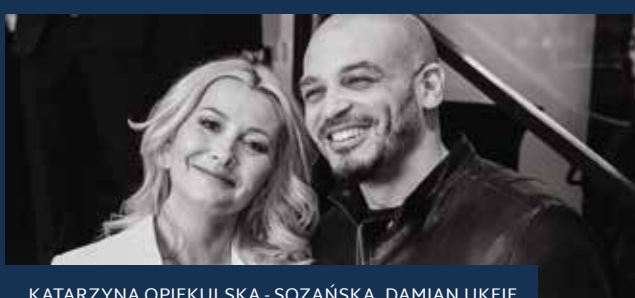
KATARZYNA OPIEKULSKA - SOZAŃSKA, ZBIGNIEW BOGUCKI



CONRADO MORENO, KATARZYNA OPIEKULSKA - SOZAŃSKA, SANDRA JĘDRAS



NINA MANDUK CZYŻYK, PRZEMYSŁAW CZYŻYK



KATARZYNA OPIEKULSKA - SOZAŃSKA, DAMIAN UKEJE



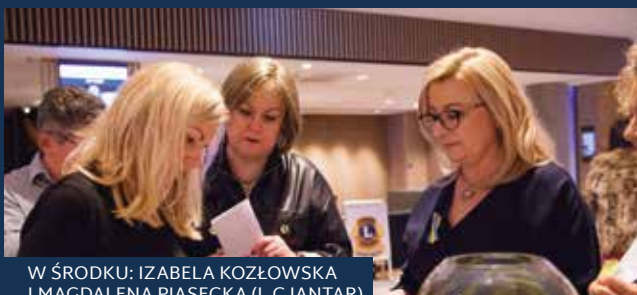
TOMASZ ZALEWSKI, MAREK KOLBOWICZ, SERGIEJ STOLYARENKO, JÓZEF PIĄTEK I KATARZYNA OPIEKULSKA – SOZAŃSKA

Kobiety dla kobiet

W hotelu Courtyard by Marriott miało miejsce wyjątkowe wydanie. Panie z Lions Club Szczecin Jantar w ramach akcji Kobiety-Kobietom zorganizowały imprezę charytatywną pn. „Kobieta w świecie moto”. Jak sama nazwa wskazuje, temat przewodni dotyczył pań w świecie motoryzacji. Z tej okazji ze swoimi prelekcjami wystąpiły: Dominika Bońkowska, właścicielka BMW, MINI Bońkowsky oraz Małgorzata Serbin z Akademii Kierowcy „Abe-ros”, wyścigowa mistrzyni Polski w klasie A-1000. Na imprezie nie zabrakło muzycznych atrakcji, odbył się również pokaz mody. Dochód z imprezy został przeznaczony m.in. na zakup translatorów dla lekarzy personelu medycznego z Zachodniopomorskiego Centrum Onkologii w Szczecinie. Mają one pomóc w komunikacji z pacjentkami z Ukrainy. ad



MIROSŁAW SOBCZYK (ZAPOL), MARIA I ZYGMUNT MEYER (LC JANTAR), ELŻBIETA PYDYN (WILLA WEST ENDE), LILA SOBCZYK



W ŚRODKU: IZABELA KOZŁOWSKA I MAGDALENA PIASECKA (LC JANTAR)



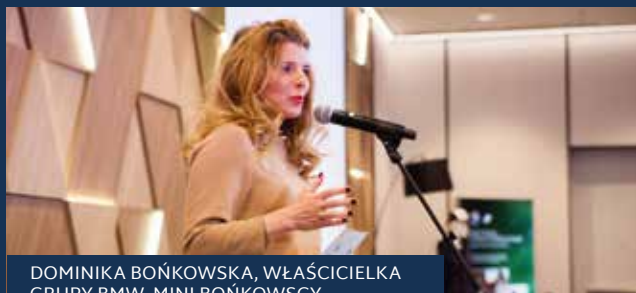
GOŚĆ IMPREZY I MALARKA BARBARA KUBIAK



OD LEWEJ: ADRIANNA ZALEWSKA (LC JANTAR), ALEKSANDRA SZYDŁOWSKA, GRAŻYNA ZALEWSKA



PELAGIA ŻEJMO, PREZYDENT L.C. JANTAR, BOGUMIŁA RABIEJEWSKA, HALINA STANUCH (L.C. JANTAR)



DOMINIKA BOŃKOWSKA, WŁAŚCIELKA GRUPY BMW, MINI BOŃKOWSCY



EWA NIEŻYCHOWSKA (LC JANTAR)



KATERINA ZAVIZHENETS (STOWARZYSZENIE MI-GRACJA)



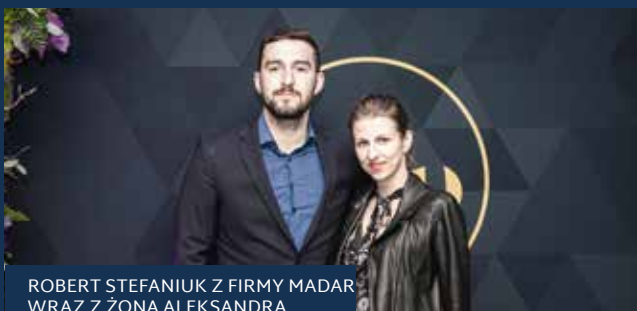
ANNA TARNOWSKA (LC JANTAR)

BDP i Szkocja

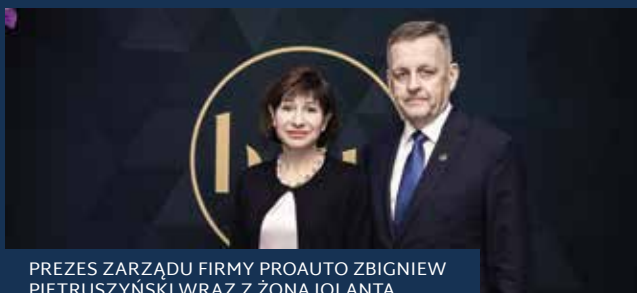
Pod koniec marca w jednej z sal balowych hotelu „Courtyard by Marriott”, odbyło się kolejne spotkanie Partnerów Biznesowej Dumy Pomorza. Uczestnicy eventu mogli obejrzeć mecz reprezentacji Polski ze Szkocją a po smakach i aromatach tego kraju oprowadzali ich Ambasador Marek Prestiżowych – Bartosz Ziembaczewski oraz założyciel Łoży Dżentelmenów – Artur Brzychcy. ds



OD LEWEJ JAN KARLICKI, WSPÓŁWŁAŚCICIEL FIRMY ROKA NIEWIADOMSKI WITOLD NIEWIADOMSKI, KAROL NIEWIADOMSKI, A TAKŻE PIOTR BEDNARZ



ROBERT STEFANIUK Z FIRMY MADAR WRAZ Z ŻONĄ ALEKSANDRĄ



PREZES ZARZĄDU FIRMY PROAUTO ZBIGNIEW PIETRUSZYŃSKI WRAZ Z ŻONĄ JOLANTĄ



OD PRAWEJ JOANNA BAGIŃSKA-JANAS, WŁAŚCICIEL OŚRODKA BAGIŃSCY SPA MARIUSZ BAGIŃSKI I AGATA BAGIŃSKA



PREZES ZARZĄDU FIRMY FORT GRZEGORZ SZCZEPAŃSKI WRAZ Z ŻONĄ CZESŁAWĄ



PREZES ZARZĄDU EPA MARINE JACEK ROMAN WRAZ Z ŻONĄ AGATĄ



OD PRAWEJ ZAŁOŻYCIEL ŁOŻY DŻENTELMENÓW ARTUR BRZYCHCY, KIEROWNIK BIURA ZARZĄDU POGONI SZCZECIN EDYTĄ JAKUBIK, A TAKŻE AMBASADOR MAREK PRESTIŻOWYCH BARTOSZ ZIEMBACZEWSKI



OD LEWEJ WŁAŚCICIELKA FIRMY KRUSZ-BAU IZABELA WITKOWSKA-HENTSCHEL, WŁAŚCICIEL FIRMY PHU STANDARD IRENEUSZ ROJEWSKI WRAZ Z PARTNERKĄ WIOLĄ



OD PRAWEJ PREZES ZARZĄDU POGONI SZCZECIN JAROSŁAW MROCZEK ORAZ PREZES ZARZĄDU DEDECO PIOTR HOFMAN



JACEK KNAPIK Z FIRMY MAGEMAR WRAZ Z ŻONĄ ELŻBIETĄ



PREZES ZARZĄDU FOLLOW MEI TOMASZ BŁOCH Z ŻONĄ KATARZYŃĄ

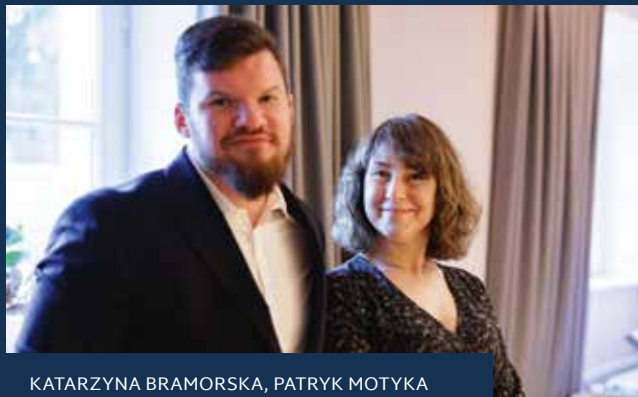


PREZES ZARZĄDU PM SERVI-CES POLAND BARTŁOMIEJ SZEJBA RAZEM Z ŻONĄ AGNIESZKĄ

FOTO: AKK

Food&Fun w Manowcach

Druga Edycja Food and Fun w Pałacu Manowce już za nami. To powrót do tradycji salonów towarzyskich, okazja do spotkań i rozmów w gronie czołowych osobowości regionu w atmosferze najpiękniejszego z zachodniopomorskich pałaców, tuż nad Zalewem Szczecińskim. To znakomite połączenie dobrej muzyki, wykwintnej kuchni i sztuki. Tym razem z wyjątkowym koncertem „The Best of” wystąpił Sławek Uniatowski, znakomite dania przygotowała znana szczecińska restauratorka Iwona Niemczewska a gościem honorowym wieczoru był Artur Bruno Krajewski, warszawski ekspert w dziedzinie sztuki. ds



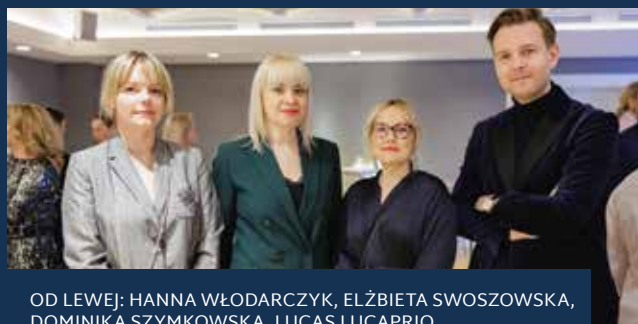
KATARZYNA BRAMORSKA, PATRYK MOTYKA



PIOTR GIERMAZIAK, ARTUR BRUNO KRAJEWSKI



JOANNA SINKIEWICZ, ALBERT STACHURA,
KAROLINA GOŁĘBIEWSKA



OD LEWEJ: HANNA WŁODARCZYK, ELŻBIETA SWOSZOWSKA,
DOMINIKA SZYMKOWSKA, LUCAS LUCAPRIO



RADOSŁAW I MAGDALENA KIEDROWICZ, MONIKA TOBISIAK, EMILIA
KURA-MĘDREK I KRZYSZTOF MĘDREK, JOANNA I JAN KUZAŁ



ALEKSANDRA LENDZION, OLGA SIDOR



EDYTA I JANUSZ TOMASZEWSKY, WOJCIECH WETOSZKA



GWIAZDA WIECZORU – SŁAWEK UNIATOWSKI

Wszystko o tańcu

12 marca przeszło do historii jako absolutne święto tańca. Po raz pierwszy w Szczecinie, w niecodziennej przestrzeni nowo otwartego hotelu Courtyard by Marriott szkoła tańca All About zorganizowała Szczecin Dance Festival. W ramach imprezy rozegrane zostały Mistrzostwa Okręgu Zachodniopomorskiego w tańcu towarzyskim. Przez cały dzień przewinęło się blisko 1000 gości, którzy z radością podziwiali najlepsze pary w okręgu. ad



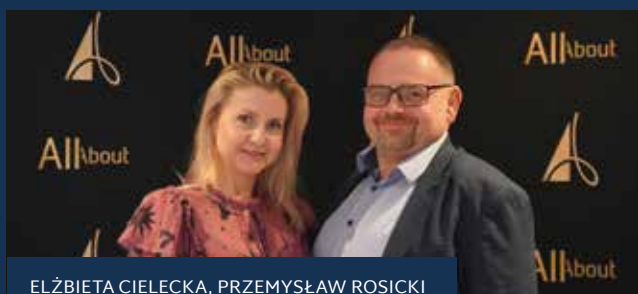
OD LEWEJ: KATARZYNA FLORCZUK, ARKADIUSZ GUZIEROWICZ, ORGANIZATORZY SZCZECIN DANCE FESTIVAL



UCZESTNICY GALI WIECZOROWEJ SZCZECIN DANCE FESTIVAL



KOMISJA SĄDZIOWSKA, OD LEWEJ: ANDRZEJ ŁASZCZUK, MARIA SIELICKA-RÓŻYŃSKA, PIOTR PURCHAŁA, RADOŚLAW HOJSAN, SERGIU RUSU, MARCIN KISZTELIŃSKI, KATARZYNA FLORCZUK, ARKADIUSZ GUZIEROWICZ, BARBARA JAWOR, MAŁGORZATA KOCIŃSKA



ELŻBIETA CIELECKA, PRZEMYSŁAW ROSICKI



NA PIERWSZYM PLANIE OD LEWEJ: MAJA JEKEL, ALEX SIMONIDES, MARTYNA SMUNIEWSKA, RAFAŁ POKWICKI

Dzień Kobiet w PCG

O trendach we wnętrzach, które pokochały kobiety, na luzie o nieruchomościach, także tych szczecińskich i o tym, co obecnie jest popularne oraz doceniane w budownictwie rozmawiały szczecińskie przedstawicielki płci pięknej wraz z ekspertami rynku nieruchomości – Nest Real Estate & Interior oraz Grand House Nieruchomości. Spotkanie odbyło się w biurze sprzedaży firmy deweloperskiej PCG przy ul. Panieńskiej 17, która buduje tuż nad jeziorem Dąbie inwestycję Victoria Apartments. Dyskusje umiliła degustacja wyrobów producentów skupionych w Stowarzyszeniu Winnice Pomorza Zachodniego. ds



MARTA SIDORKIEWICZ (STOWARZYSZENIE WINNICE POMORZA ZACHODNIEGO)



AGNIESZKA SKOCZYŁAS (NEST REAL ESTATE & INTERIOR)



SAMANTA KIEŁPIŃSKA (GRAND HOUSE NIERUCHOMOŚCI)



MARLENA PIETRUSEWICZ (GRAND HOUSE NIERUCHOMOŚCI)



DAMIAN ORLIK I MARTA SIDORKIEWICZ (STOWARZYSZENIE WINNICE POMORZA ZACHODNIEGO)



MARLENA PIETRUSEWICZ, SAMANTA KIEŁPIŃSKA (OBIE - GRAND HOUSE NIERUCHOMOŚCI) I AGNIESZKA SKOCZYŁAS (NEST REAL ESTATE & INTERIOR)



(OD LEWEJ) SANDRA ROMANOWSKA, SANDRA HEJNA

Wieczór pod znakiem łabędzia

„Łabędź”, to nowa powieść szczecińskiej pisarki Sylwii Trojanowskiej. Opowieść o sile rodzinnych więzi, woli życia, nadziei i miłości, trwających nawet w obliczu okrucieństw II wojny światowej, nietuzinkowych kobietach, o niezwykłych mężczyznach, to historia zakazanej miłości między Polką i Niemcem. W połowie marca w szczecińskiej Orsola – Coffee Haus odbyło się spotkanie promocyjne to wydawnictwo. ds



SYLWIA TROJANOWSKA I TOMASZ ŚLEPOWROŃSKI



IWONA LITKA, SYLWIA TROJANOWSKA, MAŁGORZATA FIEDUCIK I AGNIESZKA OSTROWSKA



JOANNA LEWANDOWSKA, SYLWIA TROJANOWSKA, ANNA BARANEK I ŁUKASZ CZUB



MAŁGORZATA PRZEPIERA, SYLWIA TROJANOWSKA I MICHAŁ PRZEPIERA



SYLWIA TROJANOWSKA I ALEKSANDRA TURBACZEWSKA



SYLWIA TROJANOWSKA I ORGANIZATORKI WIECZORU AUTORSKIEGO AGNIESZKA FRĄCZEK ORAZ KAROLINA WAŁOWSKA

Raz gorzej

To był wyjątkowy wieczór. Gabriela Wiatr – długoletni rzecznik prasowy marszałka województwa zachodniopomorskiego zaprezentowała swoje nieznanne oblicze – poetyckie. Pod koniec marca miała premierę jej pierwszy tomik wierszy pt. „Raz gorzej”. Słowa i strofy ozdobiła cudnymi obrazami – akwarelami Katarzyna Owczarek a wspaniale zinterpretowała je natomiast znana szczecińska aktorka Olga Adamska. Poetycki wieczór odbył się w nowym, coraz popularniejszym miejscu artystycznym miasta – Jagiellońska 86. ds



MARCIN KORNELUK I KATARZYNA WOJTCZAK



(OD LEWEJ) DOMINIKA BUDZAR „TOWARZYSKA” I KATARZYNA OWCZAREK



OLGA ADAMSKA (TEATR POLSKI) I RYSZARD SIWIEC



(OD LEWEJ) GABRIELA WIATR, DAREK STARTEK (ZNANY IMPRESARIO MUZYCZNY) I KATARZYNA OWCZAREK



WIERSE NUTAMI UBARWILI ZNANI SZCZECIŃSCY MUZYCY (OD LEWEJ) IRENEUSZ SKOCZKA I JACEK SKRZYP CZAK



POEZJA GABRIELI WIATR WZBUDZIŁA WIELE EMOCJI. WZRUSZENIA NIE KRYŁ NAWET PRAWDZIWY TWARDZIEL – ZNANY ANIMATOR KULTURY ADAM GROCHULSKI.

LISTA DRYSTRYBUCJI

GABINETY LEKARSKIE

AMC, Art Medical Center
ul. Langiewicza 28/U1
Aesthetic Med ul. Niedziałkowskiego 47
Centrum Rehabilitacji Duet al. Wojska
Polskiego 70
Centrum Medyczne Słowik ul. Kaszubska 59
Centrum Medyczne Słowik ul. 5 lipca 11
Dental Art ul. Śląska 9a
Dental Implant Aesthetic Clinic ul.
Panińska 18
Dental Center ul. Mariacka 6/U1
Dentus ul. Mickiewicza 116/1
DermaDent ul. Kazimierza Królewicza 2 L/1
Dr Wiśniowski Chirurgia i Medycyna Este-
tyczna ul. Kusocińskiego 12/lu3
ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku słońcu 58
Fabryka Zdrowego Uśmiechu
ul. Ostrawicka 18
Fizjopomoc ul. Witkiewicza 61
Excelmed ul. Kopernika 6/2
Gabinet Dr Żółtowski al. Powstańców
Wielkopolskich 79
Gabinet Terapii Manualnej ul. Kasprzaka 3A
Gajda ul. Narutowicza 16A
GDG Aesthetics Club Jagiellońska 81/1
HAHS ul. Czwartaków 3
Hahs Protodens ul. Felczaka 10
Klinika Dr Stachura ul. Jagiellońska 87
Laser Medi Derm ul. Kasprzaka 2C
Laser Studio ul. Jagiellońska 85
Lighthouse Dental, ul. Arkońska 51/5
Medicus pl. Zwycięstwa 1
Mediklinika ul. Mickiewicza 55
Medimel ul. Nowowiejska 1E
Optegra ul. Mickiewicza 138
Ortho Expert ul. Jagiellońska 87B
Perladent - Gabinet Stomatologiczny al.
Powstańców Wielkopolskich 4C
Praktyka Lekarska Piotr Hajdasz ul. Party-
zantów 3/2
Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński
ul. Śląska 5/2
PP Estetyczna ul. Żupańskiego 6/1
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 & Coachin-
gu 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. Przeszczenna 13
Hotel Park ul. Plantowa 1
Hotel Radisson BIU pl. Rodła 10
Moxxy Szczecin City Brama Portowa 2
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. Panińska 16
Tomasz Kordus – kancelaria adwokacka
ul. Felczaka 11
Dariusz Jan Babski – kancelaria adwokacka
ul. Bogusława 5/3
Grzegorz Dutkiewicz – kancelaria adwokacka
ul. Monte Cassino 19c
Aleksandrut-Dutkiewicz – kancelaria adwo-
kacka ul. Wyszyńskiego 14
Licht Przeworska – kancelaria adwokacka
ul. Tuwima 27/1

Mariusz Chmielewski kancelaria adwokacka
ul. Odzieżowa 5
Kancelaria Notarialna al. Jana Pawła II 22
Skotarczak, Dąbrowski, Olech – kancelaria
adwokacka ul. Narutowicza 12
Kancelaria Notarialna Daleszyńska - kance-
laria notarialna al. Jana Pawła II 17
Kancelaria Notarialna Małgorzata Posylniak
ul. Józefa Piłsudskiego 20
Kancelaria Prawna Kamil Zieliński ul. Naru-
towicza 11/14
Kancelaria Radców Prawnych Brzeziński,
Gregorczyk ul. Swarżycza 15A/3
Kancelarie Adwokackie Łyczewek
ul. Krzywoustego 3
Waldemar Juszczyk – 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. Śląska 5/1
Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
Lodziarnia Pogodna ul. Poniatowskiego 2
Orsola ul. Przeszczenna 4
Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
Nad Piekarnią cafe & bistrot ul. Krzywo-
ustego 15/U3
Vanilla Cafe&Restaurant
al. Wyzwolenia (Galaxy)
Sowa Cukiernia al. Wojska Polskiego 17
Sowa Cukiernia ul. Ku słońcu 67
Sowa Cukiernia ul. Mieszka 173
Sowa Cukiernia ul. Struga 42
Sowa Cukiernia CH Galaxy
Solony Karmel ul. Rydla 52
Starbucks ul. Wyszyńskiego 1
Starbucks CH Galaxy

MOTORYZACJA

Auto Club Hyundai, Mitsubishi, Suzuki
Ustowo 56
BMW i Motorrad Ustowo 55
BMW i MINI Hangarowa 17
Cichy-Zasada Audi, VW, Seat, Cupra
Południowa 6
Ford Bemo Ustowo 56
Ford ul. Pomorska 115B
Harley Davidson ul. Gdańska 22A
Honda ul. Białowiejska 2
HTL ul. 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. Panińska 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. Malczew-
skiego 26
Master House ul. Lutniana 38/70
PCG Deweloper ul. Panińska 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. Panińska 20
Bombay ul. Partyzantów 1
Buddah ul. Rynek Sienny 2
Brasileirinho Brazylijska Kuchnia&Bar
ul. Sienna 10
Chałupa ul. Południowa 9
Colorado Wały Chrobrego
Columbus Wały Chrobrego
De Novo ul. Wojciecha 11/1
Emilio Restaurant al. Jana Pawła II 43
Forno Nero Plac Brama Portowa 1
Greckie Ouzeri (pod mostem Długim)
Jin Du al. Jana Pawła II 17
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 ul. Południowa 18/20
La Rocca ul. Koralowa 101
Mała Tumska ul. Mariacka 26
Marshal Food ul. Rayskiego 23/1
Między Wierszami ul. Moniuszki 6/1
Na Kuncu Korytarza ul. Korsarzy 34
Non Solo Pizza Pasta ul. Wielka
Odrzańska 18U
Paladin ul. Jana z Kolna 7
Paprykarz al. Jana Pawła II 42
Pepperoni Pizzeria ul. Poniatowskiego 2a
Piastów 30 al. Piastów 30
Porto Grande Wały Chrobrego
Public Fontanny al. Jana Pawła II 43
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. Orla Białego
Ukraineczka ul. Panińska
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. Przeszczenna 11
Icon ul. Jagiełły 6/5
Jubiler Kleist ul. Rayskiego 20
Kaskada Galeria (punkt informacyjny)
Kropka nad i ul. Jagiellońska 96
Kosmetologia Monika Turowska
ul. Duńska 38
MaxMara ul. Bogusława 43/1
MOOI ul. Bogusława 43
Moda Club Al. Wyzwolenia 1
Patrizia Aryton ul. Jagiellońska 96
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. Koralowa 64X
Calypso Fitness Club Office Center
ul. Piastów 30
EMS Studio al. Wojska Polskiego 31/4
EnergySports ul. Welecka 13
Eurofitness (Netto Arena) ul. Szafera 3
Fitness „Forma” ul. Szafera 196B
Kids Arena, ul. Staszica 1
Mabo B Zone Klub ul. Welecka 2
Marina Sport ul. Przeszczenna 11
My Way Fitness ul. Sarnia 8
Polmotor Arena Wojska Polskiego 127
PRIME Fitness Club, ul. 5 Lipca 46
PRIME Fitness Club, ul. Modra 80
RKF ul. Jagiellońska 67
Ski Park ul. Twardowskiego 5
Strefa H2O basen ul. Topolowa 2
Strefa 3L ul. Santocka 18/13/p.1
Strefa Jogi ul. Santocka 18/16
Szczeciński Klub Tenisowy al. Wojska
Polskiego 127
Universum al. Wojska Polskiego 39

ZDROWIE I URODA

Atelier Fryzjerstwa Małgorzata Dulęba-Nie-
facna 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. Łukasińskiego 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 Kłim ul. Królowej
Jadwigi 12/1
Gabi Beauty ul. Cisowa 45

GDG Aesthetic Club ul. Jagiellońska 81/1
Hall No 1 ul. Wyszyńskiego 37
Imperium Wizażu ul. Jagiellońska 7
JK Studio (od Rajskego) ul. Monte
Cassino 1/14
Klinika Beauty ul. Kołtąta 31
L.A. Beauty, Brama Portowa 1
La Fiori ul. Kwiatkowskiego 1A/6
La Rocca, al. Wojska Polskiego 9
Luxmedica ul. Welecka 1A
Medestetic 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. Krasińskiego 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
Salon Bailine ul. Żółkiewskiego 13
Salon Masażu Baliayu ul. Wielka
Odrzańska 30
SPA Evita Przeclaw 96E
Studio Kosmetyczne Kingi Kowalczyk
ul. Szymanowskiego 8
Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
Studio Monika Kołcz ul. Św. Wojciecha 1/9
Verabella ul. Jagiellońska 23
Well Spring Tai massage
ul. Kaszubska 13/4A
Wersal Spa al. Jana Pawła II 16
Yasumi ul. Staromłyńska 19

INNE

13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
ArtGalle ul. Śląska 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. Łukasińskiego 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 (lasztownia)
ul. Wendy 14
Szczecińska Szkoła Wyższa Collegium
Balticum ul. Mieszka I 61C
Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny
ul. Niemierzyńska 17A
Teatr Polski ul. Swarżycza
Teatr Mały Deptak Bogusława
Teatr Współczesny Wały Chrobrego
Trafostacja Sztuki św. Ducha 4
Unity Line pl. Rodła
Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
Urząd Miejski pl. Armii Krajowej 1
Urząd Wojewódzki Wały Chrobrego
Vetico ul. Wita Stwosza 13
Władca Języków al. Wojska Polskiego 48/2
Zamek Punkt Informacyjny ul. Korsarzy 34
Zapol al. Piastów 42

W BOŃKOWSCY BRITISH AUTO
MARZENIA NIE KAŻĄ NA SIEBIE CZEKAĆ!

**SĄ DOSTĘPNE
OD RĘKI.**



**SKONTAKTUJ SIĘ Z NASZYM
DORADCAMI LUB ODWIEDŹ SALON
NA USTOWIE 58 W SZCZECINIE.**



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

BRITISH-AUTO.LANDROVER.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