

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

prestiz

MAGAZYN SZCZECIŃSKI

NR 10 | 160 | PAŹDZIERNIK 2022 r.

JESTEM NAGA

Dorota Gardias w odważnej sesji i odważnej rozmowie o walce z demonami ciała i ducha

Konrad Bikowski ubiera Dodę
i Andrzeja Seweryna

„Siedemdziesiątka”
Szczecińskiej Izby
Adwokackiej

O dwóch takich,
co poszli na wulkan

GWIAZDA POWRACA

Nowy Mercedes-AMG SL



Mercedes-AMG SL 55 4MATIC+:
średnie zużycie paliwa 13,0-12,3 l/100 km;
łączna emisja CO₂: 293-278 g/km.



AMG

ZRÓB MIEJSCE NA NOWY TATUAŻ



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

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



KLINIKA ZAWODNY
ESTETIC

WWW.KLINIKAZAWODNY.PL
FB/KLINIKAZAWODNY
@KLINIKAZAWODNY

Operacje plastyczne piersi



Operacje piersi są coraz bardziej popularne nie tylko na całym świecie, ale również w Polsce. Różnorodność zabiegów jest ogromna, łatwiej zatem dobrać indywidualnie metodę operacji do pacjentki. Chcielibyśmy pokazać ciekawy przypadek pacjentki z pozornie typowymi gruczołami piersiowymi, kwalifikującymi się do powiększenia implantami silikonowymi. Na zdjęciu widoczna jest asymetria, lewy gruczoł piersiowy jest niżej o 2 cm, niżej jest również lewy fałd podpiersiowy o ok. 2,5 cm. Niepokojąca jest również duża wiotkość gruczołów.

Wykonano 3 cięcia w naturalnych fałdach podpiersiowych, wykonano wewnętrzne podwieszenie gruczołów do mięśni piersiowych uzyskując ich podniesienie. Do kieszeni pod mięśniami piersiowymi włożono implanty silikonowe. Przed wszczepieniem do mięśni piersiowych doszyto membrany służące do zamknięcia kieszeni mięśniowych, w ten sposób implanty pozostaną na prawidłowym miejscu, bez możliwości opadania. Na zdjęciu widoczny efekt po 7 dniach. Efekt finalny można ocenić po 8-12 tygodniach.



AESTHETIC

MED

dr n. med. Andrzej Dmytrzak

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

Rejestracja na konsultacje: tel. 91 422 00 38



Na okładce: Dorota Gardias
Foto: Aleksander Ikaniewicz



18



52



102

SPIS TREŚCI

10. Słowo od naczelnej

FELIETON

- 12. Krzywym okiem
– pisze Dariusz Staniewski
- 13. Nowe miejsca
- 14. Bobowina podróżowała
– pisze Anna Ołów-Wachowicz
- 16. Coś się kończy, coś zaczyna
– pisze Krzysztof Bobala

WYDARZENIA

- 17. Szlachetna i z odzysku
- 18. Moda jak architektura
- 21. 29 edycja najlepszego challenger'a
w na świecie
- 23. Różowy miesiąc Filharmonii
- 25. Renault w teatralnej oprawie
- 27. Zapach Pogodna
- 29. Zdrowa rywalizacja
- 30. Polmotor gra z radiem Eska
- 33. Ludzie z bursztynu

TEMAT Z OKŁADKI

- 35. Jestem naga – Dorota Gardias
w odważnej rozmowie o walce
z demonami ciała i ducha

LUZDZIE

- 38. „Siedemdziesiątka” Szczecińskiej
Izby Adwokackiej

STYL ŻYCIA

- 44. O dwóch takich, co poszli
na wulkan
- 52. Błysk reflektorów, skrzylenie
kostiumów

KULINARIA

- 58. Wszędzie dobrze, ale w Gospodzie
najlepiej
- 60. Zielone Patio – najlepsze miejsce
na twoją imprezę
- 62. Gość dobrze obsłużony, gość
zadowolony

NIERUCHOMOŚCI

- 64. Mieszkanie nad wodą
- 66. Assesthome wkracza na rynek wtórny
- 68. Rewolucja spod znaku Volvo

DESIGN

- 70. Elegancka przystań wypoczynku

ZDROWIE I URODA

- 74. Przebarwienia, niemiła pamiątka
z wakacji
- 76. Skóra pod specjalnym nadzorem
- 79. Jesień dobra dla skóry
- 81. Przełom w laseroterapii
- 82. Biostymulatory tkankowe – nowa era
w medycynie estetycznej
- 84. Komora hiperbaryczna – technologia,
która leczy
- 86. Znani grają w padła – zagraj i Ty
- 88. Ekspert radzi

KULTURA

- 89. IGO pierwszy raz solo/ Festiwal
Euromusicdrama 2022
- 90. Opowieść o cierpliwości, miłości
i empatii/ Dobrze widzi się tylko...
tańcem
- 93. Kukulska bez zasilania/
Nie zobowiązujący wieczór kabaretowy
- 94. Non-lieux: nie-miejsca/ Fogtt Perszko
- 95. Sasina śnić - pisze Szymon Kaczmarek
- 96. Recenzje teatralne – pisze Daniel
Źródlewski
- 97. Recenzje filmowe – pisze Daniel
Źródlewski
- 98. Sybilla Schwarz – poetka dawnego
Pomorza
- 102. Katarzyna Dondalska: nauczyłam się
czerpać inspiracje z samej siebie
- 104. Więcej, lepiej, bardziej, czyli nowy
sezon BNO
- 106. KRONIKI

asethome.pl

INWESTUJ NAD BAŁTYKIEM



2500

APARTAMENTÓW

W NAJPIĘKNIEJSZYCH KURORTACH

INWESTUJ • ZARABIAJ • ODPOCZYWAJ

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



GORĄCO W PAŹDZIERNIKU

Październik w Prestiżu inspirujący, pełen ciekawych tekstów i fenomenalnych zdjęć. Poczynając od nagiej Doroty Gardias na okładce. Oczywiście ta nagość, to nie tylko sztuka dla sztuki, bowiem ma ona swój cel i misję. Dorota Gardias miała zdiagnozowany nowotwór piersi we wczesnym stadium. W Prestiżu dzieli się doświadczeniami, apeluje do kobiet, aby się badały, nie tylko w październiku, który tradycyjnie poświęcony jest profilaktyce tego nowotworu, ale na co dzień, od święta i w każdym innym miesiącu.

W październiku świętujemy też 70-lecie szczecińskiej adwokatury, a to dobry moment na wspomnienia, podsumowania, a także refleksje, bo zawód adwokata jakkolwiek prestiżowy jest jednym z najbardziej stresujących zawodów świata. Jak żona adwokata wiem coś na ten temat. Mój kolega redakcyjny Darek Staniewski zaprosił do rozmowy znanych, szczecińskich mecenasów, którzy dzielą się swoimi spostrzeżeniami i przemyśleniami i przywołują parę niezłych anegdot.

Nigdy nie było specjalną tajemnicą, że Szczecin pełen jest ciekawych osobowości, a Prestiż je pokazuje. W tym numerze opowiadamy wam historię o niewielkiej wyspie na morzu Arktycznym – Jan Mayen. Na niej znajduje się Beerenberg – jedna z najtrudniejszych gór w Norwegii. Na jej szczycie majestatyczny wulkan, aby dotrzeć do jego krateru potrzeba 30 godzin wspinaczki w skrajnie niebezpiecznych warunkach atmosferycznych, bez snu, odpoczynku w zimnie, wietrze, mgłę i śniegu. To ekspedycja dla prawdziwych twardzieli i właśnie na nią wyruszył szczecinianin Łukasz Gruszka. Jak potoczyły się losy tej wyprawy? Zapraszam do lektury.

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,
ALEKSANDRA KUPIS

WYDAWCA:

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

REKLAMA I MARKETING:

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

DZIAŁ PRAWNY:

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

DZIAŁ FOTO:

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

SKŁAD GAZETY:

AGATA TARKA, marta@motif-studio.pl

DRUKARNIA:

DRUKARNIA KADRUK S.C.

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



KLINIKA DR STACHURA

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

Klinika Dr Stachura – Twój sposób na piękny wygląd!
ul. Jagiellońska 87 | 70-437 Szczecin
tel. +48 535 350 055 | biuro@klinikadrstachura.pl
www.klinikadrstachura.pl





DARIUSZ STANIEWSKI

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

Krzywym okiem

Z moją piękną partnerką lubimy pochodzić po lesie. Zwłaszcza jesienią. Nie tylko po to, żeby oddychać pełną piersią leśnym powietrzem, chłonąc jego zapachy, cieszyć oczy bogactwem fauny i flory, leczyc skołatane nerwy i dopadające nas zmęczenie oraz jesienną chandrę. Otóż nie. Niektórzy pewnie szybko stwierdzą, że jako prawdziwi Polacy mamy genetycznie zapisane włóczenie się po lasach w celach partyzanckich czy też powstańczych. Setki lat doświadczeń i kilka boleśnie nieudanych zrywów wolnościowych dostatecznie zapisało się w naszym DNA i określiło do czego nam służy las. I jak stary ułański koń, który jest w każdej chwili gotowy do szarży słysząc dźwięk trąbki wzywający do boju, gdy padnie hasło i „trzeba iść „jakoś tak automatycznie Polacy ruszają w kierunku lasów. Nie na darmo powstało tyle filmów o tej tematyce. Wiemy co spakować do plecaka: manierka, menażka, kilka konserw, nożyłyżka, ciepłe skarpety, sweter, klucz do rozkręcania torów kolejowych, szczyryk, zapałki, organki, aby gdzieś przy ognisku zagrać jakiś przebój „leśnych ludzi” przekonujący, że w „partyzantce nie jest źle”. To nasza kolejna umiejętność, której mogą nam zazdrościć w Europie i na świecie. Jak już wejdziemy w las, bór, puszczy czy inny drzewostan, to żaden leśniczy czy dron nas nie wypatrzy i nie przegoni.

Ale my z moją partnerką nie w celach heroiczno-bohaterskich ruszamy w knieje i leśne ostępy. Otóż sprowadzają nas w nie ... oczywiście, grzyby! Z nieskrywaną przyjemnością potrafimy godzinami wytrzeszczać oczy w poszukiwaniu prawdziwków lub podgrzybków. I nic to, że czyha na nas wiele niemiłych niespodzianek w postaci np. kleszczy – małego dziadostwa, które pojawia się nie wiadomo skąd i kiedy, a następnie podstępnie wdziera się pod nasze ubranie ponuro chichocząc z radości, że mogą nam napsuć krwi – dostownie i w przenośni. Kolejna niemi-

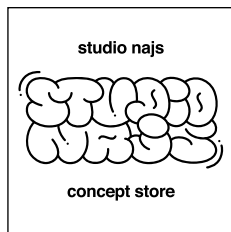
ła niespodzianka, to upierdliwi inni zbieracze grzybów. Las może i duży i dla każdego powinno starczyć miejsca. Ale po co ich aż tylu?! Nie mają co w domu zrobić? Nic do naprawienia? Książki by poczytali, pranie zrobili czy coś tam. W TV nic nie ma? No fakt, na pewnych kanałach nuda jak w zamkniętym hipermarkecie. No to może niech się wybiorą na ryby, rowerem pojadą do Pasewalku albo Locknitz, ruszą „z kapturą” z kijkami nordic walking albo wybiorą tradycyjną formę spędzania wolnego czasu przez Polaków – czyli na zakupach, w kościele lub przy grillu z tłustą kiełbasą lub karkówką, w towarzystwie dobrze zmrożonego pół litra lub „browara”. A tak w ciepłe i suche weekendy do lasu ładują się dzikie tłumy. Śmieją, wrzeszczą, niszczą i co najgorsze zabierają NAM NASZE grzyby! I jeszcze pakują się w NASZE „miejscówki” – upatrzone i sprawdzone pewniaki, gdzie grzyby zawsze były, są i będą. Ale dla NAS, a nie dla innych. Poszukajcie sobie swoich miejsc! I szlag człowieka potem trafia jak widzi jakiegoś chwalipiętę, który na FB prezentuje reklamówki i wiadra (do których wytrawny zbieracz nigdy nie będzie wkładał grzybów) wypełnione po brzegi. A Ty np. byłeś w tym samym miejscu kilka godzin wcześniej i nie powiem co znalazłeś! Góra dwa grzyby w barszcz! Gdzie tu sprawiedliwość? Jak tak można! Kłuć ludzi w oczy swoim szczęściem i bogactwem udanych zbiorów! Po co ten kolejny element wojny Polski z Polską? I jeszcze z bezczelnym uśmiechem cytuje fragment mickiewiczowskiego „Pana Tadeusza”, że „grzybów było w bród”. Po co ją trzyć i siać nienawiść między bliźnich? Gdzie zwykła ludzka przyzwoitość? O matko, zebrał kilka grzybów i robi raban na pół „fejsbuka”! Narobi taki jeden z drugim smaka i już człowiek rusza między drzewa. I łązi i snuje się po leśnych wykrotach i wypatruje czy gdzieś tam nie uśmiechnie się do niego los i las w postaci wiadomo jakiej – okazałych dermatofitów (jakby ktoś nie wiedział – synonim grzyba). Powiedziane jest: szukajcie a znajdziecie. No to szukamy. A jak znajdziemy, to z błogością zjemy.



SZKOŁA JOGI SHANTI

Misja Shanti jest prosta: pomóc każdemu z nas poczuć głęboki relaks, doznać szczęścia i żyć pełnią życia. To miejsce, w którym odzyskasz swój wewnętrzny spokój. Wszystko za sprawą wieloletniej praktyki, bogatego doświadczenia i niepowtarzalnej pasji. W ofercie znajdziesz: masaże ajurwedyjskie, masaż tkanek głębokich oraz relaksacyjny, sesje, terapie i warsztaty tematyczne.

ul. Juranda 24/3



STUDIO NAJS

Galeria, sklep i butik w jednym. Miejsce dla ludzi, którzy cenią sobie dobre wzornictwo i współczesne rzemiosło artystyczne. Definicja unikatowości. Nietuzinkowe grafiki, prace malarskie i fotografie. Nie brakuje także sztuki użytkowej w postaci oryginalnej biżuterii czy ręcznie malowanej ceramiki.

ul. Świętego Ducha 2A



DR RAMI ALSHEKH

Operacje z zakresu chirurgii plastycznej w nowoczesnej klinice ST Medical Clinic. Specjalista w operacjach z zakresu chirurgii estetycznej piersi oraz modelowanie sylwetki, przy użyciu innowacyjnych technik oraz sprzętu. Dr Rami posiada kilkunastoletnie doświadczenie, poparte dużą ilością przeprowadzonych zabiegów.

ul. Kwiatkowskiego 1/26



IBIS STYLES SZCZECIN STARE MIASTO

Trzeci hotel sieci Accor w Szczecinie. Niepowtarzalny wystrój, którego elementy nawiązują do estetyki cyrku, magii oraz iluzji. Fantazyjna sceneria, niecodzienne formy, odważne połączenia stylistyczne i oryginalne dodatki oczarują każdego, kto przekroczy jego progi. Oferuje gościom 161 nowoczesnych i komfortowych pokoi. Hotel powstał w dogodnej lokalizacji i bliskim sąsiedztwie głównych atrakcji turystycznych.

ul. Panieńska 10

reklama

Odzyskaj uśmiech dzięki implantom!

Uśmiechaj się śmiało!



BONDING
na jednej wizycie!

STOMATOLOGIA
NA PODZAMCZU



SZCZECIN, WIELKA ODRZAŃSKA 31B TEL. 91 812 88 88

WWW.STOMATOLOGIA.SZCZECIN.PL



ANNA OŁÓW-WACHOWICZ

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

*GIUSEPPE SIĘ OGARNĄŁ,
ZATEMPEROWAŁ OŁÓWEK
I TWORZY Z KOPYTA. TWIER-
DZI, ŻE TO PIĘKNA WŁOSKA
JESIEŃ GO INSPIRUJE I MOCNE
WŁOSKIE WINO. WINO MUSI
BYĆ NAPRAWDĘ MOCNE, BO
GIUSEPPE TRZASKA ROZDZIAŁ
ZA ROZDZIAŁEM. ZAZDROŚĆ.*

Bobowina podrożała

Jestem jesieniarą. Jak tylko lato się kończy i zaczynają deszczowe dni, zaczynam rozglądać się za kocem i marzę o zupie z dyni. Przez moment jesień jest całkiem znośna: złota, czerwona, kolorowa i na wypasie. Jabłka, gruszki i śliwki same się pchają do ciasta, a imbir do herbaty. Po lecie, które nie wymaga zbyt wiele odzienia (ale za to sporo wymaga od ciała, bo je w tym rozebraniu widać) nadchodzi pora miękko tekstylna. Swetry i szale aż się proszą, żeby się w nie okutać aż po czubek nosa i nie ukrywajmy: dają szansę na maskowanie wszystkiego, czego latem kusa kiecka nie daje rady maskować. Słońce, jeśli akurat jest, grzeje jeszcze troszkę i pięknie doświetla zdjęcia na insta. Jak sucho to można je robić w kopach kolorowych liści, wśród pół mgły i na pustych plażach. Wszystko będzie wyglądało doskonale. To jest wersja fotogeniczna jesieni.

Druga strona jesieni przyjemna wcale nie jest i trudno ją porównać z czymkolwiek, takim jest złem. Kiedy z nieba kolejny dzień leje, SEC jeszcze nie odpalił pieca (i nie wiadomo, kiedy to zrobi, bo czasy są jakie są), kulimy się w wyziębionych murach i wywlekamy z kątów zakurzone farelki. Jesienna deprecha każe dosładzać herbatę z cytryną pudełkiem ptasiego mleczka. No, chociaż piętrem pudełka.

Wszystkie wyszukane ciuchy mokną jednak, pies nie będzie wychodził na spacer, chyba oszalałaś, a poranne wstawanie w ciemności jest tak bardzo, o jak bardzo wbrew ludzkiej naturze. Wszystko mówi, że dzień się jeszcze nie zaczął, jakie „do roboty” wobec tego? Siedzmy w domu.

Albo coś w nim róbmy. Zawsze można, aż do śmierci. Tak jak pewien Włoch o nazwisku Giuseppe Paterno. Peppe to emerytowany robotnik kolejowy, który w wieku 98 lat wypracował sobie dyplom magistra historii i filozofii. A potem uznał, że skoro wykształcenie już zdobył, to zabiera się do pisania swojej debiutanckiej powieści.

O masz, to zupełnie jak ja. Piszę tę swoją książkę i piszę, leniwa bułka. Zaczęłam kilka lat wcześniej niż senior Paterno, ale co z tego. Tak do setki będę pisała? Giuseppe się ogarnął, zateperował ołówek i tworzy z kopyta. Twierdzi, że to piękna włoska jesień go inspiruje i mocne włoskie wino. Wino musi być naprawdę mocne, bo Giuseppe trzaska rozdział za rozdziałem. Zazdrość.

To nie jest tak, że nie mam o czym pisać. Wręcz przeciwnie. Wstaję rano, popatrzę na to co bohaterowie mojej własnej domowej telenoweli tasiemcowej wyrabiają i już mam scenkę.

Wychodzę z domu i zanim dodaję piątym objazdem do szóstego objazdu, podczas stania w zadumie (i w korku) nad wykopem, nad lejem lub wyrwą po ulicy tej czy tamtej – już mam kolejną scenkę.

W pracy to już wiadomo. Nie trzeba w cyrku ani zoo pracować, żeby oglądać całą menażerię z jej historiami. Co człowiek to zdarzenie lub przemyślenie.

A jeszcze mamy internet! Jakież by tam Agatha Christie miałyby używanie. Tworzyłaby historię za historią, zbrodnię za zbrodnią, intrygę za intrygą. Science-fiction, romanse, trillery – co się tylko chce. Internet dostarcza portretów, a jak na tacy.

Tak więc, przyjmijmy, że też bym mogła. Giuseppe w siebie wierzy. Może nie jest najlepszy w internety, ale sam jest chodzącą życiową wikipedią. Niejedno widział, na przykład dwie wojny światowe: drugą i zimną oraz tę Kardaszianek z Hiltonównami o popularność celebrycką.

A właśnie: ostatnio w Przekroju przeczytałam, że 14 czerwca nastąpił koniec kanadyjsko-duńskiej wojny o wyspę Hans. „Wojny whisky”, czyli najpiękniejszej wojny świata. Od 1971 r. trwał spór, który polegał na tym, że ekspedycje obu krajów usuwały sobie nawzajem z wyspy Hans flagi. Wywalając flagę przeciwnika wbijało się swoją oraz zostawiało butelkę naprawdę dobrego trunku. Przeciwnik przychodził, wywał zastaną flagę, zabierał flaszkę, wbił nową flagę i podkładał nową flaszkę. I tak przez 51 lat. Właśnie w czerwcu tego roku uzgodniono plan podziału wyspy. Szkoda, to był cudowny przykład tego, jak można prowadzić wojny. I że mocne wino oraz dobra whisky to pozytywne tego świata.

Przy okazji jesiennych rozmyślań zdałam sobie sprawę, że należymy do tego długiego przedziału społeczeństwa, które będzie pamiętało królową Anglii. Wobec tego mogę napisać kiedyś: dawno temu, kiedy jeszcze żyła królowa itd. i będzie to całkiem fajny początek opowieści.

Lepszy niż taki: dawno temu, kiedy nagle musieliśmy łyknąć tabletkę z jodkiem potasu, a ludzie jeszcze nie świecili w ciemnościach itd.

Patrząc na z wolna opadające liście, chciałabym być może oddawać się refleksjom wzniosłym. Wzruszyć czytelnika słowem dobranym zręcznie i właściwie. Wycisnąć łyzy i stanowić kamień milowy życia. Jak każdy pisarz.

Aby jednak mówić o sobie per pisarz, to jednak trzeba troszkę więcej niż spisanie głupot i heheszków, jak to z zastanawiałyśmy się z koleżanką czy nie kupić swojemu awatarowi tych ciuchów Balenciagi, ale za drogo wychodziło. Czy, że prywatni Czesi jako pierwsi zrobili zrzutkę na czołg dla Żelazskiego i wywołuje to, jak zwykle uśmiech, choć nie powinno. Że Doda umawia się na randki w telewizji i zmieniała fryzurę. Że po trzydziestu latach znowu zewsząd słuchać Kate Busch, ale utwór „Running Up that Hill” jako podkład dźwiękowy do malowania hybrydy i pieczenia steku z kalafiora na Instagramie przyprawia już o zgrzytanie zębów. I że bobowina podrożała.

Ot, dziwaczne problemy konsumpcyjnej cywilizacji. Tymczasem pójdę poleżeć jak ten jesienny liść. I nastawię nalewkę z gruszek, śliwek i innych. Mogą się przydać zarówno na problemy grzewcze, jak i twórcze.



MENNICA
MAZOVIA



Złota polska jesień, to czas na mądre inwestycje.

W Mennica Mazovia bezpiecznie kupisz
monety bulionowe i sztabki z certyfikatem LBMA.
www.mennicamazovia.pl

 info@mennicamazovia.pl

 www.mennicamazovia.pl

WARSZAWA

ul. Krucza 16/22

 +48 22 602 22 48

KATOWICE

ul. Króla Jana III
Sobieskiego 2

 +48 32 323 51 00

SZCZECIN

ul. Jagiellońska 85/8

 +48 91 425 80 20

ŁÓDŹ

ul. Wólczańska 66
lok. A111

 +48 42 620 03 00

GDAŃSK

ul. Grunwaldzka 56
lok. 214 IIP

 +48 58 585 90 90

POZNAŃ

ul. Libelta 27
lok. A 5.2

 +48 61 649 20 60

METALOR[®]

MENNICA MAZOVIA AUTORYZOWANY DYSTRYBUTOR PRODUKTÓW
METALOR W POLSCE WWW.MENNICAMAZOVIA.PL



KRZYSZTOF BOBALA

Współwłaściciel agencji reklamowej „BONO” i “Bene Sport Centrum”, koordynator organizacji 15. Mistrzostw Europy w Pływaniu oraz turnieju Pekao Szczecin Open, wielki miłośnik tenisa i innych sportów rakietowych.

Coś się kończy, coś się zaczyna

Jest taka niezwykle popularna piosenka, amerykańskiej formacji Earth, Wind & Fire, która nazywa się September. Bardzo ją lubię. Rytmiczna i z tak niezwykle pozytywną energią, że mimo, iż powstała dawno, bo w 1978 roku, do dzisiaj słuchamy jej z ogromną przyjemnością i jest niemal podstawą programu, każdego szanującego się DJ-a. Dla mnie od lat, ten tytułowy wrzesień, jest miesiącem radości, pozytywnej energii i pracy, którą warto realizować właśnie w rytm tego wspaniałego przeboju. Bo dla mnie wrzesień to tenis, bo także dla Szczecina wrzesień to tenis, a dla fanów białego sportu wrzesień to Szczecin. I taka zależność trwa już blisko 30 lat, od czasu, kiedy zaczęliśmy organizować największy turniej męskiego tenisa rozgrywany w naszym kraju. I trwamy. Mimo wielu przeszkód, pandemii czy kryzysów ekonomicznych, we wrześniu, wspaniali gracze z całego świata ciągle zjeżdżają do stolicy województwa zachodniopomorskiego, by rywalizować o punkty ATP i finansowe bonusy, chwalić nasze miasto i co niezwykle przyjemne, chwalić nas organizatorów. Nie inaczej było także w tym roku. Niezwykle wysoki poziom meczów, jeden z najwspanialszych finałów w historii naszego challenger'a i wiele ciekawych, tenisowych osobowości, które mogliśmy obserwować zarówno na kortach, jak i poza nimi. Więcej szczegółów o rywalizacji w tegorocznym turnieju znajdziecie Państwo w dodatkowym materiale w tym numerze Prestiżu, a ja chciałbym przejść do dwóch wielkich, wręcz historycznych wydarzeń, związanych z tenisem, które miały miejsce także we wrześniu.

Tuż przed szczecińskim challenger'em, byliśmy świadkami wielkiego triumfu Igi Świątek, zdobywającej swój trzeci tytuł wielkoszlemowy, ale pierwszy poza Paryżem. Triumfu tym cenniejszego, że przez większość rund US Open Iga męczyła się bardzo z przeciwniczkami, była już na krawędzi odpadnięcia, a jednak jej niesamowita motoryka, tenisowe umiejętności i psychika

prawdziwego zwycięzcy doprowadziły do końcowego triumfu. Piękne chwile i ogromne nadzieje, co do dalszej kariery rasy-nianki.

Na drugie wydarzenie czekaliśmy już od jakiegoś czasu. Ze smutkiem, z niedowierzaniem, z żalem, ale wiedząc, że to musi nastąpić. Może na Wimbledonie, gdzie w 2021 roku rozegrał ostatni oficjalny mecz, przegrywając z naszym Hubertem Hurkaczem, a może podczas US Open, bo organizatorzy niezwykle o to zabiegali, a może na jednym ze szwajcarskich turniejów. A ostatecznie stało się to w Londynie. Hala O2 Arena przyciągnęła komplet widzów, transmisja została sprzedana do jakiejś niewyobrażalnej ilości odbiorców na całym świecie i wszyscy mogliśmy obejrzeć jak KRÓL ROGER kończy swoją wspaniałą karierę. Dużo mniej ważne były wyniki Laver Cup, ciekawe mecze, niespodziewane wyniki. Ważny był ON. Człowiek, który od blisko trzech dekad zdominował światowy, męski tenis. Mężczyzna, który pokazał, że można wspaniale połączyć karierę sportową z karierą biznesową i z udanym życiem rodzinnym. Roger Federer – wzór do naśladowania, tenisista, z którego przykład biorą kolejne pokolenia. Elegancja i niezwykle umiejętności. Zdobywca 20 tytułów wielkoszlemowych i zwycięzca 103 turniejów ATP. Świat tenisa już nigdy nie będzie taki sam. Smutne. Płakał Roger, płakał Rafa, chlitali inni uczestnicy tego wydarzenia, ryczałem i ja. To właśnie Federer, obok Steffi Graf i Stefana Edberga to tenisowe gwiazdy mojego życia. Dlatego wrzesień zakończę czymś nieco smutniejszym. Posłuchajcie ze mną Green Day i ich Wake Me Up When September Ends. Lepiej pasuje do nastroju.

Krzysztof Bobala, właściciel agencji Bono, dyrektor Pekao Szczecin Open

SZLACHETNA I Z ODZYSKU

MAGDALENA CZARNECKA POWRACA ZE SWOJĄ NA WSKROŚ ORYGINALNĄ BIŻUTERIĄ. PROJEKTANTKA SPECJALIZUJE SIĘ W TWORZENIU AUTORSKICH „BŁYSKOTEK” Z MATERIAŁÓW POCHODZĄCYCH Z ODZYSKU. AKTUALNIE SPOD JEJ RĄK WYCHODZĄ KRÓTKIE LIMITOWANE SERIE I UNIKATY, WSZYSTKO UTRZYMANE W DUCHU UPCYCLINGU.



– Moja biżuteria jest tworzona zgodnie z zasadą less waste – mówi autorka. – Jak coś mi wpadnie w rękę to przerabiam, ale tylko wysokiej jakości materiały, takie jak srebro, miedź, naturalne kamienie. I tak przykładowo, w modelach, które znalazły się w prezentowanej kolekcji, wykorzystałam m.in. perły z naszyjnika, miedziane elementy z sukienki z secondhandu, wtórnie przetworzone srebro i blachę z miedzi. Nie zawsze jednak udaje mi się w 100% stworzyć model z odzysku, wówczas używam materiałów nowych, głównie stal szlachetną. Moim zamysłem jest łączyć różne metale, np. miedź ze srebrem i struktury tak aby zagrały w spójną całość.

Czarnecka eksperymentuje również z formą. Powoli odchodzi od surowego minimalizmu, z którego była wcześniej znana, na rzecz bardziej złożonych kształtów jak chociażby morskie fale. – Mimo to, są to wciąż proste i oszczędne formy jednak, jakby to określiła bardziej „cosy” ... taki miękki minimalizm – tłumaczy. – Poza kształtem biżuterii, również stoisko, na którym wystawiam swoje projekty, się zmieniło. To już nie są ekspozycje z betonu, tylko marmur i ceramika. Tak więc nowy etap.

ad / projekty i wykonanie: Magdalena Czarnecka / www.instagram.com/czar_nec_ka / foto: Anna Brodnicka





MODA JAK ARCHITEKTURA

ZABYTKOWA WILLA LENTZA NIEZMIENNIE INSPIRUJE KOLEJNYCH TWÓRCÓW I ARTYSTÓW. TYM RAZEM JEJ BOGATE I PIĘKNE WNĘTRZA, A TAKŻE ZACHWYCAJĄCA ARCHITEKTURA, ZWRÓCIŁY UWAGĘ STUDENTÓW SZCZECIŃSKIEJ AKADEMII SZTUKI. MŁODZI PROJEKTANCI POSTANOWILI ZAPREZENTOWAĆ W JEJ MURACH EFEKTY SWOJEJ PRACY. TAK POWSTAŁA DUŻA PRODUKCJA FOTOGRAFICZNA, KTÓREJ FRAGMENTY PREZENTUJEMY. AD

Projekty: Estera Broda, Amanda Kempieńska, Daria Osińska, Iga Nikoliszyn, Magdalena Bylewska, Miłosz Jon, Zuzanna Kulejewska, Patrycja Janiak, Vanessa Resól-Wieliczko, Zuzanna Choińska, Maria Zudilin oraz Piotr Wardziukiewicz / modele: Piotr Levii, Emilia (Gaga Models), Marta Sundmann. / foto: Julia Czarnecka i Mila Łapko / wizaż: Aleksandra Demianiuk, Paulina Chyra / włosy: Kamil Winnicki / stylizacje: Nannie Na / asystenci: Kasia Piotrowska, Patrycja Janiak, Piotr Wardziukiewicz





OPTYK

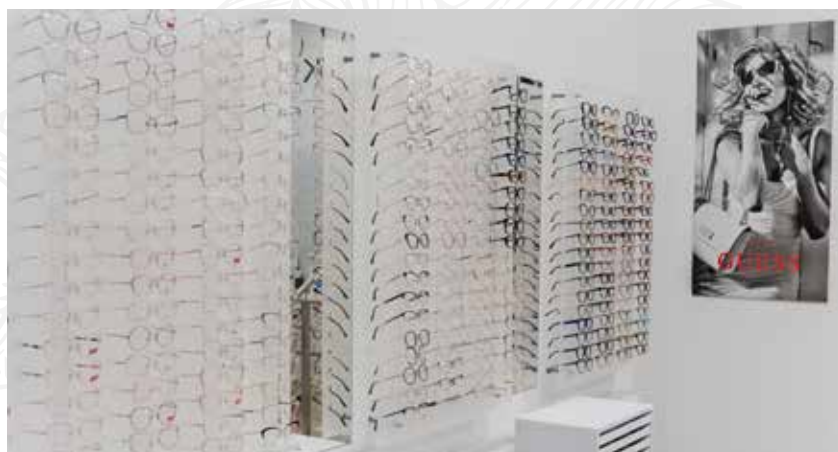
DZIEWANOWSKI

— od 1998r. —

Zaawansowane technologie,
doskonała jakość,
profesjonalny dobór opraw.

To wszystko nas wyróżnia.

Okolo 2000 opraw w bieżącej sprzedaży | Bezpłatne badanie wzroku dla naszych klientów



*Spróbuj, ZOBACZ różnicę!
Serdecznie zapraszam, Jacek Dziewanowski*

ul. Kaszubska 17u1/róg Bogurodzicy | 70-402 SZCZECIN | tel. +48 572 33 02 33
Google: Optyk Dziewanowski



X1

THE NEW



Dealer BMW Bońkowsy

Ustowo 55 (przy Rondzie Hakena)
Szczecin
tel.: +48 91 46 48 300
www.bmw-bonkowsy.pl

Dealer BMW Bońkowsy

Hangarowa 17
Szczecin
tel.: +48 91 46 48 300
www.bmw-bonkowsy.pl

BMW X1 xDrive23i: zużycie paliwa w l/100 km (cykl mieszany): 7,3–6,5. Emisja CO₂ w g/km (cykl mieszany): 165–146*.
*Wartości wstępne, które mogą ulec zmianie.



29 EDYCJA NAJLEPSZEGO CHALLENGERA NA ŚWIECIE

ZA NAMI 29. EDYCJA SZCZECIŃSKIEGO CHALLENGERA, BĘDĄCEGO NAJSTARSZYM I NAJWIĘKSZYM MĘSKIM TURNIEJEM TENISOWYM W POLSCE. ODBYŁ SIĘ — PODOBNIEM JAK DWADZIEŚCIA OSIEM POPRZEDNICH — NA KORTACH PRZY AL. WOJSKA POLSKIEGO 127 W SZCZECINIE.

Pekao Szczecin Open to turniej challengerowy najwyższej rangi, co oznacza 125 punktów do rankingu ATP dla zwycięzcy i ponad 160 tysięcy dolarów w puli nagród dla zawodników oraz hospitality, czyli bezpłatne zakwaterowanie i wyżywienie dla graczy.

Od lat nieprzeciętny poziom szczecińskiego turnieju sprawia, że w stolicy Pomorza Zachodniego gościliśmy już między innymi, Gaela Monfilsa, Juana Carlosa Ferrero i Richarda Gasqueta, oraz zawodników, którzy obecnie znajdują się w czołówce rankingu ATP - Diego Schwartzman, Pablo Carreno Busta, Adrian Mannarino, Filip Krajinović czy Marco Cecchinato.

W tegorocznym finale, wyłoniliśmy mistrza kolejnej edycji Pekao Szczecin Open. Rozstawiony z numerem 4. Corentin Moutet, po trwającym ponad dwie i pół godziny finale wygrał 6:2, 6:7(5), 6:4 z Dennisem Novakiem z Austrii.

Finałowe spotkanie stało na świetnym poziomie. Było bardzo dużo walki i mało błędów. Pierwszy set padł łupem Francuza, który był szybki w defensywie i umiejętnie przechodził do kontrataku. Kiedy wydawało się, że to widowisko zakończy się w szybkich dwóch setach, Austriak znacznie poprawił skuteczność, wygrał kilka ważnych punktów i to dodało mu pewności siebie. Na tyle dużo, że doprowadził do tie-breaka i wygrał go. Moutet nie został wybity z rytmu po utracie seta. W decydującej partii okazał się lepszy. – To był świetny tydzień w moim wykonaniu. To był mój pierwszy występ w Polsce, znakomicie się bawiłem. Dobrze się czułem fizycznie i grałem na dobrym poziomie – cieszył się Moutet. Corentin Moutet do Szczecina przyleciał z Nowego Jorku, gdzie osiągnął IV rundę US Open. Po drodze pokonał między innymi Stana Wawrinkę czy Botica van de Zandschulpa, by przegrać, po wspaniałym pojedynku z Caspresem Ruudem, późniejszym finalistą całej imprezy.

Nie najlepiej w tegorocznej edycji szczecińskiego challengerera zaprezentowali się Polacy. W I rundzie singla odpadli Jerzy Janowicz i Maks Kaśnikowski. Obaj w naszym turnieju występowali z dzikimi kartami. Łodzianin przegrał z Janem Choinskim 3:6,

4:6, natomiast 19-letni Kaśnikowski uległ Flavio Coboli 6:3, 3:6, 2:6. Do 1/8 finału dotarł Daniel Michalski, ale na tym zakończył swój występ, przegrywając z Roberto Carballosem Baeną 1:6, 2:6.

Na ćwierćfinale zakończyły swój udział polskie pary deblowe. Karol Drzewiecki i Szymon Walków ulegli rozstawionym z numerem 4. Dustinowi Brownowi i Andrei Vavassoriemu, późniejszym zwycięzcom szczecińskiej imprezy.

Jak co roku, odbył się także turniej artystów SEC Open w którym rywalizowało ponad trzydzieści gwiazd sceny, muzyki i kabaretu. W kategorii kobiet wygrała Ewa Sawka, w kategorii mężczyzn „plus 60” najlepszym okazał się Wojciech Dąbrowski pokonując w finale Tomasza Stockingera. Niezwykle emocjonujący przebieg miała rywalizacja w kategorii „open”, gdzie w niedzielnym finale, Maciek Dowbor, po bardzo dobrym meczu pokonał Łukasza Pietscha z kabaretu Hrabi.

Sponsorami tytularnymi szczecińskiego challengerera są Bank Pekao S.A. oraz Miasto Szczecin. Sponsorami głównymi są Lexus, SEC, mvb i Orlen – Partner strategiczny Polskiego Związku Tenisowego. Turniej należy też do cyklu LOTOS PZT Polish Tour.

autor: Kacper Bobala / foto: materiały Pekao Szczecin Open





WINA NA KIELISZKI



TEL. +48 722 420 420
E-MAIL: INFO@KARKUT.SZCZECIN.PL
WWW.KARKUT.SZCZECIN.PL



STARA
DRUKARNIA

Piękna jak dawniej
Wspaniała jak dzisiaj



www.StaraDrukarniaSzczecin.pl



RÓŻOWY MIESIĄC FILHARMONII

„FILHERMONIA” TO OPowieść O KOBIEtach, KTÓRE OD ZAWSZE WSPÓŁTWORZYŁY, WSPÓŁTWORZĄ I BĘDĄ WSPÓŁTWORZYĆ. TO ARTYSTKI, MUZYCZKI, DRYGENTKI, KOMPOZYTORKI, MENEDŻERKI I MELOMANKI, OSOBY ZWIĄZANE W BEZPOŚREDNI BĄDŹ POŚREDNI SPOSÓB Z FILHARMONIĄ IM. MIECZYŚLAWA KARŁOWICZA W SZCZECINIE. TO W KOŃCU AKCJA TEJ SZACOWANEJ INSTYTUCJI, KTÓRA IDEALNIE WPISUJE SIĘ W RÓŻOWY PAŹDZIERNIK, CZYLI MIESIĄC WALKI Z RAKIEM PIERSI.



JOANNA FRESZEL

W ramach cyklu „FilHERmonia” odbywać się będą koncerty, wernisaże, konferencja naukowa, warsztaty, dyskusja oraz promocja badań profilaktycznych z zakresu onkologicznych chorób kobiecych. Cykl zainaugurowała wystawa (trwająca do końca października w Galerii przy Cerkwi) plakatów Agnieszki Dajczak pt. Posterumentarium. Plakacistka, projektantka graficzna i wykładowczyni w szczecińskiej Akademii Sztuki, materializuje pomysły w formie plakatów autorskich, które ujawniają przemyślenia o otaczającym świecie, ludziach i zjawiskach.

Kolejnym punktem programu był tradycyjny Marsz Różowej Wstążki, który odbył się 15 października. Następnie (21 października) będą miały miejsce symfoniczne 210 urodziny Emilii Mayer. Mayer to najwybitniejsza szczecińska kompozytorka. Nazywana Beethovenem w spódnicę, całe życie związana była z tym miastem. To tu stawiała pierwsze kompozytorskie kroki pod okiem Carla Loewego i choć na stałe zamieszkała w Berlinie, do naszego miasta wracała regularnie, nierzadko na dłużej. Orkiestrę, która zagra jej utwory, poprowadzi Maria Sydor (na zdjęciu), młoda i utalentowana dyrygentka, współpracująca z najlepszymi orkiestrami w Polsce.

Następnie, w ramach cyklu, w sali symfonicznej wystąpi Natalia Kukulska (22 października). Znakomita wokalistka zaprezentuje materiał z albumu „Kukulska MTV Unplugged”. Artystce towarzyszyć będą wyśmienici instrumentalniści, którzy brali udział w nagraniu albumu. Kukulska zawsze powtarza, że złota sala Filharmonii jest jedną z najbliższych jej sercu scen w Polsce.

„FilHERmonię” zamknie koncert z kompozycjami Gustava Mahlera i Camille’a Saint-Saëns (28 października). Gwiazdą wieczoru będzie wybitna sopranistka Joanna Freszel, której głos poznała publiczność, m.in. Teatru Wielkiego – Opery Narodowej w Warszawie, Teatru Wielkiego w Poznaniu, Estońskiej Opery Narodowej oraz Teatro Lope de Vega w Sewilli. Orkiestrę poprowadzi bardzo doświadczony dyrygent, którym jest Case Scaglione, były zastępca głównego dyrygenta New York Philharmonic, a obecnie dyrektor artystyczny Orchestre national d’Île-de-France.

ad / foto: materiały prasowe

MANUFATURA WZROKU

SZCZECIN | CONCEPT STORE



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

MANUFATURA WZROKU | SZCZECIN | CONCEPT STORE

UL. MONTE CASSINO 40

TEL. 575-494-942

WWW.MANUFATURAWZROKU.PL



RENAULT W TEATRALNEJ OPRAWIE

MOTORYZACJA NIE TYLKO DOSKONAŁE PASUJE DO SPORTU, ALE RÓWNIEŻ I DO KULTURY. NIE OD DZIŚ SZTUKA ŁĄCZY SIĘ ZE ŚWIATEM SAMOCHODÓW I NA ODWRÓT, O CZYM PRZEKONALIŚMY SIĘ PODCZAS OFICJALNEGO PRZEKAZANIA PRZEZ GRUPĘ POLMOTOR SAMOCHODU MARKI RENAULT MICHAŁOWI JANICKIEMU, AKTOROWI TEATRU POLSKIEGO, DYREKTOROWI ARTYSTYCZNEMU TEATRU KAMERALNEGO SZCZECIŃSKIEGO TOWARZYSTWA PRZYJACIÓŁ SZTUKI.

Grupa Polmotor znana jest m.in. z tego, że ambasadorami swoich modeli aut czyni ludzi znanych i utalentowanych, którzy zaznaczają swoją obecność poprzez wybitne sportowe dokonania, czy jak w tym przypadku, poprzez wyjątkową działalność artystyczną.

Michał Janicki otrzymał Renault Arkana ze specjalnym oklejeniem, a kluczyki do tego samochodu wręczył mu po premierowym spektaklu Rafał Bogusławski, dyrektor Renault w Grupie Polmotor. – To był dla nas wyjątkowy wieczór – podkreśla dyrektor Renault. – Po autorskim spektaklu, który odbył się w centrum miasta – Teatrze Kameralnym wszyscy już wiedzą, że na literę „A” zaczyna się „Arkana”, czyli model Renault, którym Michał Janicki podróżować będzie wraz z małżonką.

Podczas wspomnianego autorskiego spektaklu Michał Janicki dosłownie rozbawił gości do łez. W przewrotny sposób w swój monodram, wplótł informacje o prezencie, jaki czekał na niego przed gmachem teatru.

Renault Arkana, który trafił w ręce znakomitego aktora to SUV o smukłej sylwetce z dużym prześwitem, charakteryzujący się przestronnością. – Arkana łączy elegancję, sportową dynamikę i solidność, oferując jednocześnie wyjątkowy design – wymienia jego zalety Martyna Luchcińska, kierownik sprzedaży Renault w Grupie Polmotor. – Te cechy zadecydowały, że nasz ambasador

wybrał właśnie ten model.

Więcej informacji na temat modelu można przeczytać na stronie: www.polmotor.renault.pl

ad / foto: Alicja Uszyńska





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

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

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

ZAPACH POGODNA

CZY ZASTANAWIALIŚCIE SIĘ JAK PACHNIE POGODNO, JEDNA Z NAJŁADNIEJSZYCH I NAJPOPULARNIEJSZYCH DZIELNIC SZCZECINA? TERAZ MOŻEMY MIEĆ OROBINĘ POGODNA WYŁĄCZNIE DLA SIEBIE, WE WŁASNYM DOMU.

A to wszystko dzięki niezwykłym świecom, które są wspólnym dziełem mistrzyni wosku Aleksandry Hopke (Hoca Candle) i graficzki Olgi Tabińskiej (Studio Utoto). Obie autorki projektu są od wielu lat związane z tą dzielnicą. – Świeca z Pogodna to produkt symboliczny, który jest ukoronowaniem współpracy, choćby z lokalnymi rzemieślnikami i przedsiębiorcami z ryneczku Pogodno – wyjaśnia Aleksandra Hopke. – Świeca wydawałoby się bardzo lokalna, ale za to bardzo szczecińska. Pokazująca miasto w trochę inny sposób.

A czym pachnie Pogodno? Takie pytanie zostało zadane na forum. Odpowiedzi były dość podobne. – Otóż Pogodno pachnie kawą i ciastkami, kwiatami z przydomowych ogrodów oraz kwitnącymi krzewami – wymienia jedna z autorek świec. – Wypuściłyśmy dwie świece z Pogodna: „Pogodno szumi i kwitnie” oraz „Ryneczek Pogodno”. Pierwszą obrazuje ilustracja inspi-



rowana wiosenno-letnimi spacerami po dzielnicy oraz rozmowami z jej mieszkańcami. Mamy tu ogród przy willi zwanej „Dom Sowa” mamy gładiczkę trójcierniową – kolczaste drzewo z ciemnymi strąkami porastające aleje na starym Pogodnie. Mamy nietypową szumiącą wierzbo-jarzębinę rosnącą nad Jaśminowym Stawem. Co do Ryneczku to jest to miejsce znane doskonale wszystkim. Modne i przyciągające klientów z całego Szczecina świetną jakością produktów i atmosferą prawdziwego spotkania. To taki nasz bazar obfitości.

ad / foto: materiały prasowe, Ewa Bernaś / ilustracje, projekt etykiety – Olga Tabińska



ALEKSANDRA HOPKE



GABINET BEAUTY HAND & FEET

KATARZYNA WOŹNIAK

ZABIEGI PODOLOGICZNE

ODCISKI, MODZELE, NAGNIOTY, WRASTAJĄCE PAZNOKCIE,
KLAMRY ORTONYKSYJNE, USUWANIE BRODAWEK WIRUSOWYCH,
REKONSTRUKCJA PAZNOKCI

PEDICURE KOSMETYCZNY

PEDICURE HYBRYDOWY

MANICURE HYBRYDOWE

MANICURE

STYLIZACJA BRWI I RZĘS

MAKIJAŻ PERMANENTNY

UL. BEMA 11, SZCZECIN

TEL: 883 636 433 | TEL: 91 48 91 682

ZDROWA RYWALIZACJA

KOLEJNA, SZÓSTA EDYCJA BIEGU SANPROBI ZA NAMI. TYM RAZEM RYWALIZACJA ODBYŁA SIĘ POD NAZWĄ URO-RUN I OTWIERAŁA EUROPEJSKI TYDZIEŃ UROLOGII. CELEM TEGO WYDARZENIA BYŁO ZWIĘKSZENIE ŚWIADOMOŚCI W ZAKRESIE PROFILAKTYKI ZWIĄZANEJ Z NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCYMI SCHORZENIAMI UKŁADU MOCZOWEGO.



Zawody rozpoczęły od biegu na dystansie 5 kilometrów. Kolejna godzina należała do osób, które preferują marsz z kijkami, czyli Nordic Walking. W międzyczasie odbywały się również wyścigi dla dzieci na krótkich dystansach, w różnych kategoriach wiekowych, a także dla osób niepełnosprawnych. Łącznie tego dnia na mecie stanęło 250 osób.

Najszybszym biegaczem okazała się Bartosz Konarski, a biegaczką – Anna Sobczak-Czynsz. Pani Anna wraz z Remigiuszem Zającem zwyciężyła również w kategorii „ochrona zdrowia”. W Nordic Walking po złote medale sięgnęli Karol Lipiński i Magdalena Kamińska, a Michał Soczawa dołączył do nich w kategorii „ochrona zdrowia”.

„Corocznie obchodzony Europejski Tydzień Urologii jest okazją do zwrócenia uwagi na społeczne aspekty chorób, którymi na co dzień zajmuje się urologia, ze szczególnym uwzględnieniem nowotworów układu moczowo-płciowego”: mówił jeszcze przed zawodami Robert Szych, dyrektor biegu. Szczecińska urologia może pochwalić się wieloma nowoczesnymi metodami diagnostyki i leczenia, uwzględniając techniki mało inwazyjne. Organizatorzy imprezy podkreślali, że w profilaktyce zdrowotnej filary są trzy. Od strony diagnostyki mamy w Szczecinie Kli-

nikę Urologii i Onkologii Urologicznej Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego Nr 2; zdrową dietę i aktywny tryb życia promują producent probiotyków – firma Sanprobi, oraz Ruchowa Akademia Zdrowia.

W trakcie zawodów, aby ośwoić temat, na „ściance” biegacze robili sobie zdjęcia z takimi hasłami, jak „Nie dam się złapać rakowi”, „Ja się zbadałem, a ty?” oraz „Jak prosto zbadać prostatę”.

Sanprobi Uro-Run to nie tylko sportowa rywalizacja, to również festyn rodzinny. W pięknym otoczeniu Parku Kasprowicza, m.in. na stoisku SANPROBI uczestnicy imprezy mieli możliwość skonsultować się z dietetykiem i dopasować probiotyk do swoich potrzeb. Diagnostyka przedstawiła ofertę badań laboratoryjnych mających na celu wczesne wykrycie chorób urologicznych, a Massage Nowakowski zapraszał na bezpłatne masaże obolałych po biegu uczestników. Ponadto były animacje dla dzieci – szczudlarze, bańki mydlane i dmuchańce.

Kolejna edycja już za rok, we wrześniu 2023 r. A już w marcu odbędzie się 13. Sanprobi Bieg Kobiet.

ad/ foto: Patryk Dulny



POLMOTOR GRA Z RADIEM ESKA

TO JUŻ IV EDYCJA JEDNEGO Z NAJWIĘKSZYCH WYDARZEŃ ROZRYWKOWYCH NA POMORZU ZACHODNIM. SZYKUJĄ SIĘ NIEZAPOMNIANE WRAŻENIA, A ORGANIZATORZY ZAPLANOWALI DLA UCZESTNIKÓW NIEZWYKŁĄ NIESPODZIANKĘ. W POPRZEDNICH LATACH GALA ESKA BUSINESS PARTY BY GRUPA POLMOTOR ODNIOŚŁA OGROMNY SUKCES, TYM BARDZIEJ Z NIECIERPLIWOŚCIĄ WYCZEKUJEMY 18 LISTOPADA 2022 ROKU. WYDARZENIE BĘDZIE MIAŁO MIEJSCE W SALONIE KIA PRZY ULICY STRUGA W SZCZECINIE. MAGAZYN PRESTIŻ JEST PARTNEREM TEGO WYDARZENIA.

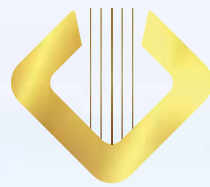
Z czym kojarzy się hasło „dobra muzyka i motoryzacja”? Dla Grupy Polmotor i Radia Eska to połączenie może oznaczać tylko jedno – dobrą zabawę

Przygotowania do imprezy trwają już ponad 8 miesięcy. W ubiegłych latach organizatorzy zaskakiwali występami gwiazd polskiej sceny muzycznej. W tym roku również szykuje się doskonała zabawa. O muzyczne brzmienia zadba m.in. Gromee – jeden z najbardziej rozpoznawalnych DJ'ów i producentów muzycznych w Polsce. Na swoim koncercie posiada współpracę z zagranicznymi artystami i prestiżowymi wytwórniami. Gromee jest gwarancją niesamowitej atmosfery, ale to nie koniec muzycznej podróży. Na dziś, organizatorzy nie zdradzają kto jeszcze pojawi się na scenie. Wiemy jedno – Gwiazda Wieczoru z pewnością zaskoczy każdego uczestnika, a jej tożsamość wyjdzie z cienia tajemnicy dopiero, gdy z głośników popłyną pierwsze dźwięki. Szykuje się występ pełen niespodzianek.

Eska Business Party by Grupa Polmotor odbędzie się 18 listopada 2022 roku w salonie motoryzacyjnym Grupy Polmotor przy ulicy Struga.

ak/ foto: materiały prasowe





apollo
RESORT

APARTAMENTY PRZY PLAŻY

w Świnoujściu

 **assethome**[®]
www.assethome.pl

Biuro sprzedaży
Tel.: +48 600 655 633

No. 1 Premium Real Estate



www.apolloresort.pl



NOWE MIESZKANIA W ŚRÓDMIEŚCIU SZCZECINA



POCZUJ DYNAMIKĘ I HARMONIĘ MIASTA!



Biuro sprzedaży: **+48 801 110 111**

www.ep7.pl

LUDZIE Z BURSZTYNU

ROK TEMU TRIUMFOWAŁY DWIE PANIE – OLGA ADAMSKA ORAZ MAJA BARTLEWSKA. TA PIERWSZA OTRZYMAŁA „BURSZTYNOWY PIERŚCIEŃ” ZA NAJLEPSZY SPEKTAKL SEZONU – AUTORSKI MONODRAM „MY HRABINY NIE PŁACZEMY”, DRUGA Z PAŃ – ZNANA Z DESEK TEATRU LALEK „PLECIUGA” – OKAZAŁA SIĘ WEDŁUG WIDZÓW NAJLEPSZĄ AKTORKĄ. DO KOGO TRAFIĄ „BURSZTYNOWE PIERŚCIEŃ” ZA SEZON ARTYSTYCZNY 2021/2022? PLEBISCYT WŁAŚNIE RUSZYŁ. WSZYSTKO W PAŃSTWA, CZYLI TEATRALNYCH WIDZÓW, RĘKACH.



Plebiscyt teatralny „Bursztynowy Pierścień” ma długą tradycję. Symboliczne pierścienie po raz pierwszy zostały wręczone (założone?) w 1965 roku. Lista nagrodzonych twórców stanowi unikatową kronikę zachodniopomorskiego i kultury. Nagrody cieszą się wielkim uznaniem w środowisku artystycznym i popularnością wśród teatralnej publiczności, która w głosowaniu przyznaje najważniejsze nagrody. Konkurs jest organizowany przez redakcję „Kuriera Szczecińskiego”, od wielu lat w Kapitułę „Bursztynowego Pierścienia” zasiada także Daniel Źródlewski, dziennikarz i recenzent teatralny „Prestiżu”. To właśnie owa Kapituła spośród wszystkich propozycji zachodniopomorskich teatrów nominuje do nagrody najlepszych – spektakle oraz aktorów. Ich propozycje poddawane są dwustopniowemu głosowaniu – przy pomocy drukowanych na łamach „Kuriera Szczecińskiego” kuponów oraz SMS-ów (szczegóły głosowania odnajdą Państwo właśnie w „Kurierze” lub w serwisie internetowym gazety). Pierwszy etap plebiscytu już trwa, drugi rozpocznie się na początku listopada. Wielka Gala zaplanowana jest na 5 grudnia, wtedy dowiemy się do kogo trafią przyznane przez publiczność „Bursztynowe Pierścienie” oraz pozostałe wyróżnienia. Kapituła przyznaje także swoje nagrody – równorzędne w kategoriach „Najlepszy spektakl sezonu” oraz „Najlepsza aktorka/aktor sezonu”, „Srebrną ostrogę” dla debiutantów oraz prestiżową „Wielką Nagrodę Jury”. A oto tegoroczne nominacje:

Nominacje w kategorii „Najlepszy spektakl sezonu 2021/2022”:

1. „Akompaniator”, reż. Zurab Pirveli, Willa Lentza w Szczecinie
2. „Anna K.”, reż. Tatiana Malinowska-Tyszkiewicz, Teatr Nie Ma w Szczecinie
3. „Chwila nieuwagi”, reż. Tomasz Obara, Teatr Polski w Szczecinie
4. „Dzikie łabędzie”, reż. Karolina Okurowska-Wabnic, Teatr Lalek „Pleciuga” w Szczecinie
5. „Edukacja seksualna”, reż. Michał Buszewicz, Teatr Współczesny w Szczecinie
6. „Jędreki, czyli urządzimy Wam dożynki”, reż. Aneta Troszyńska, Bałtycki Teatr Dramatyczny w Koszalinie
7. „Król Roger”, reż. Rafał Matusz, kier. muz. Jerzy Wołosz, Opera na Zamku w Szczecinie
8. „Mały Książę”, chor. Lucyna Zwolińska, Opera na Zamku w Szczecinie
9. „My Fair Lady”, reż. Jakub Szydłowski, Opera na Zamku w Szczecinie
10. „My i krasnoludki”, reż. Magdalena Miklasz, Teatr Lalek „Pleciuga” w Szczecinie
11. „Odłot”, reż. Anna Augustynowicz, Teatr Współczesny w Szczecinie
12. „Raz, gdy chciałem być...”, Teatr Kameralny w Szczecinie
13. „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, reż. Jakub Skrzywanek, Teatr Współczesny w Szczecinie

14. „Wiarołomna”, reż. Hanna Umera, Teatr Współczesny w Szczecinie

Nominacje w kategorii „Najlepsza Aktorka/Aktor sezonu 2021/2022”:

1. Maja Bartlewska – gąsienica Zuza w „Motyla Noga”, Teatr Lalek „Pleciuga” w Szczecinie
2. Maria Dąbrowska - Pasionaria 2 w „La Pasionaria”, Teatr Współczesny w Szczecinie
3. Adam Dzieciniak – burmistrz w „Burmistrz”, Piwnica przy Krypcie, Zamek Książąt Pomorskich w Szczecinie
4. Grzegorz Falkowski - konferansjer/poeta w „Odłot”, Teatr Współczesny w Szczecinie
5. Anna Fedorowicz – Eliza Doolittle w „My Fair Lady”, Opera na Zamku w Szczecinie
6. Robert Gondek – rola w „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, Teatr Współczesny w Szczecinie
7. Jeppe Jakobsen – policjant w „Myfair Lady”, Opera na Zamku w Szczecinie
8. Michał Janicki – „Raz, gdy chciałem być...”, Teatr Kameralny w Szczecinie
9. Anna Januszewska - Wiktor/Wiktoria w „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, Teatr Współczesny w Szczecinie
10. Patryk Kowalski – Mały Książę w „Mały Książę”, Opera na Zamku w Szczecinie
11. Michał Lewandowski – „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, Teatr Współczesny w Szczecinie
12. Krystyna Maksymowicz – dziewczynka z depresją w „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, Teatr Współczesny w Szczecinie
13. Wiesław Orłowski - Alfred Doolittle w „My Fair Lad”, Opera na Zamku w Szczecinie
14. Jacek Piątkowski – wykładowca w „Edukacja seksualna”, Teatr Współczesny w Szczecinie
15. Wojciech Rogowski - konferansjer i trener personalny w „Jędreki, czyli urządzimy Wam dożynki”, Bałtycki Teatr Dramatyczny w Koszalinie
16. Olek Różanek – akompaniator w „Akompaniator”, Willa Lentza w Szczecinie
17. Ewa Sobiech – Pasionaria 1 w „La Pasionaria”, Teatr Współczesny w Szczecinie
18. Adrianna Szymańska – Incuba/Panna, Gibbons (Edna) w „Chwila nieuwagi”, Teatr Polski w Szczecinie
19. Katarzyna Ulicka-Pyda – Jędreki w „Jędreki, czyli urządzimy Wam dożynki”, Bałtycki Teatr Dramatyczny w Koszalinie
20. Helena Urbańska - pielęgniarka w „Spartakus. Miłość w czasach zarazy”, Teatr Współczesny w Szczecinie

nath / foto: Aleksandra Medvey-Gruszka



JESTEM naga

DOROTA GARDIAS W ODWAŻNEJ SESJI I ODWAŻNEJ ROZMOWIE O WALCE Z DEMONAMI CIAŁA I DUCHA

Dziennikarka, prezenterka, matka i kobieta wielu pasji. Dorota Gardias, której wzloty i upadki pilnie śledzą tabloidy i plotkarskie magazyny stanęła za obiektywem Aleksandra Ikaniewicza w kobiecej, sensualnej i odważnej sesji. Po co? Aby zwrócić uwagę na ważny temat.

Widziałam próbne fotosy z sesji...

Oho! Zaczynamy z grubej rury (śmiech).

Rozbierana sesja to w sumie dla ciebie nie pierwszyna. Pozowałaś kiedyś do CKM.

To zupełnie inna sesja. Inna ja. Inny cel i inne powody leżące u podstaw tej decyzji. Kiedyś rozebrałam się trochę z próżności. Dzisiaj chcę zwrócić uwagę na konkretną sprawę.

Rak piersi?

Rak piersi. I nie tylko.

Zostańmy na początek przy tym temacie. Jest październik, miesiąc walki właśnie z rakiem piersi. Co masz do powiedzenia kobietom?

Nic wyszukanego. Nie mam prawa opowiadać o mękach chemii, mastektomii, utracie włosów i całym tym dramacie. Miałam wiele szczęścia. Chcę jedynie wykorzystać tę odrobinę rozpoznawalności, aby przypomnieć kobietom, że rak czyha na każdą z nas.

Co robić, kiedy rak już się pojawi?

To jest najgorsze pytanie jakie można mi zadać. Każdy rak jest inny, każdy człowiek jest inny, dlatego w każdym przypadku odpowiedź będzie inna. Najważniejszym jest nie to, co zrobimy, kiedy rak już się pojawi, ale co zrobić, aby rak się nie pojawił wcale.

No więc?

Badać się! U lekarza, samej w domu. W przebieralni, pod prysznicem, przed pójściem spać. Niech bada nas partner, partnerka. Odruchowo. Bezwiednie. Trzeba poznać własne piersi i reagować na każdą anomalię. Nie tylko na wyczute guzki czy zgrubienia. Na każdą, znaczy na opuchliznę, drętwienie... cokolwiek, co wzbudzi w nas wątpliwość.

Coś jeszcze?

Wdrożyć zasadę ograniczonego zaufania. Nie twierdzą, że trzeba popadać w paranoję. Budzić się z myślą „Czy to już dzisiaj? Czy dzisiaj znajdę guza?”. Chodzi mi raczej o taką stałą czujność. Znam przypadki, kiedy badania nic nie dały. Jedna z moich „rakowych koleżanek” sama wyczuła guza – tydzień po badaniu, które nic nie wykazało. Ja znów zaufałam kompletnie pierwszemu lekarzowi, który powiedział, że moja zmiana to nic takiego.

Więc w telegraficznym skrócie?

Badaj się u lekarza. Badaj się sama. Zasięgnij drugiej opinii. Nie pozostawiaj nic przypadkowi.

Twój rak był łagodny... Boisz się jednak, że wróci?

Jak cholera. Ale nie pozwalam, by ten strach mnie zdominował. Strach to stres, a stres to również czynnik rakotwórczy. Mam wrażenie, że o tym się zapomina przede wszystkim. Dużo mówimy o hormonach, niezdrowej żywności. Ja jednak jestem głęboko przekonana, że życie w stresie przyczyniło się do mojej choroby. Nie tylko tej w sumie.

Mamy odważną sesję przed nowotworem i po nowotworze. Inaczej postrzegasz własne piersi?

No pewnie! Powiedzmy, że zaczęłam je bardziej doceniać. Przyznaję, że przed chorobą myślałam o poprawieniu biustu. Nie żeby go powiększać o trzy rozmiary, ale jednak... Jakoś unieść,

coś zaokrąglić. Każda z nas tak ma, na siłę zawsze znajdziemy coś, co można by poprawić, ulepszyć, upiększyć. Kiedy usłyszałam diagnozę moje piersi nagle wydały mi się idealne. Miałam wiele szczęścia, że udało mi się uniknąć mastektomii. Wiele kobiet nie miało wyboru. To zmienia całkowicie myślenie.

Jakie są teraz?

Co? Moje cycki? (Śmiech). Są wystarczające. Są moje i są piękne. Takie jakie są. Nic bym w nich nie zmieniała.

Jak to jest chorować na oczach całego kraju? Należysz do rozpoznawalnych ludzi, wasz wzloty i upadki śledzą wszyscy na social mediach.

To jest cena jaką płacimy za popularność. Jak to powiedziała Julia Roberts w jednym z moich ulubionych filmów: za każdym razem, kiedy moje serce jest złamane, tabloidy robią z tego wydarzenie roku. A przecież każdy z nas kiedyś miał serce w strzępach. I każdy woli cierpieć w ciszy. Wchodząc w świat popularności, dzieląc się swoim życiem na social mediach z tysiącami ludzi musimy mieć tego świadomość. To taki cyrograf, który musimy podpisać. Godząc się na sławę i korzyści jakie za sobą niesie, musimy również zaakceptować wszystkie upokorzenia i przykrości jakie idą w pakiecie. Inaczej się nie da. Kropka. Ja walczyłam z rakiem publicznie i przyznaję, że nie należało to do szczególnie pomocnych okoliczności. Ale teraz mogę zrobić z tego pożytek, opowiedzieć głośno jak to jest usłyszeć te straszne słowa, tę diagnozę. Jak widzisz rak nie wybiera. Chorujemy wszyscy, bez względu na ilość lajków.

Mówisz o popularności w bardzo racjonalny sposób. Wielu znanych i lubianych ma problem z zaakceptowaniem tych zasad.

Bo to jest prosta matematyka. Osobom publicznym żyje się lepiej, wygodniej. Odcinamy od tego kupony i jestem tego świadoma. Serio. To żadna tajemnica. Ja jestem wdzięczna za to, co przyniósł mi los, ale też za to na co zapracowałam. Płacimy jednak za to równie wysoką cenę: każde z naszych potknięć trafia na afisze. Każda niefortunna wypowiedź, konflikt z prawem. I płacę ja, za chwilę słabości czy bezmyślności.

Jak ostatnią aferą ze źle zapiętymi pasami?

Oczywiście! Przykład idealny. Za tę sytuację zapłaciłam jak każdy człowiek – jak Ty czy inny. Zapłaciłam również jako „celebryta” – ucierpiał mój wizerunek, nasłucham się odpowiednio więcej krytycznych i umoralniających uwag aniżeli każdy z was. Musiałam przełknąć tę publiczną czarę gorczy. To idzie w parze z byciem nawet najmniej rozpoznawalną „osobą publiczną”. Straciłam z dnia na dzień kilka kontraktów. Czy oczekuję współczucia i wyrozumiałości? Nie. Takie życie, ale ja to akceptuję. Oczywiście do czasu.

Do czasu? To znaczy?

Przeprosiłam opinię publiczną i przede wszystkim – przeprosiłam najbardziej zainteresowanych, czyli córkę i jej ojca. Tak trzeba, nie ma co z tym dyskutować. Ale skrucha to jedno, a nadstawianie karku na pręgiewi hipokryzji to inna sprawa. Poczynając od lekkich form takich jak nazywanie mnie „tępą dzidą”, „pustą celebrytką” czy „zidiociałą pogodynką” na formach ekstremalnych takich jak sugestie, że „powinnam rozwalić się z tym dzieckiem i poszybować parę metrów to bym się nauczyła” czy „jakby mi szyba pocięła tę ponaciaganą facjatę to bym miała nauczkę”. Na to mojej zgody nie ma.

Chyba żartujesz...

Nie. Ciągłe cię to dziwi? Mnie już przestało.

Właśnie widzę. Jestem zaskoczona Twoim spokojem. Gdyby nie szczery i promienny uśmiech pomyślałabym, że stałaś się cyniczna. Mam jednak wrażenie, że to nie to. W końcu dużo mówisz o zmianie, która w tobie zaszła. Ostatnio w wywiadzie dla Vivy powiedziałaś, że nie jesteś już Dorotką tylko Dorotą.

Tak, trochę czasu mi to zajęło, biorąc pod uwagę fakt, że przekroczyłam czterdziestkę jakiś czas temu (śmiech).

Co takiego się stało?

Zmierzyłam się z demonami. Zrzuciłam z siebie kilka masek a kilka udało mi się zerwać innym ludziom.

Chyba zbliżamy się nieuchronnie do kolejnego tematu – terapia. Co zmieniła w Tobie?

Problemy z psychiką to kolejny rak toczący nasz gatunek. Walka z nim jest równie ciężka i heroiczna jak walka z nowotworem. Sam fakt, że głośno się do niej przyznaję to wielka zmiana we mnie. Ale pokonałam bardzo trudną drogę, aby dojść do punktu, w którym zrozumiałam, że potrzebuję pomocy specjalisty.

Co było katalizatorem?

Nie potrafię wskazać jednej przyczyny, jednego odczynnika, który uruchomił reakcję łańcuchową. Niestety wiele prawdy jest w tym, że jak coś się w życiu psuje to lawinowo. Wydaje ci się, że jesteś na dnie a okazuje się, że pod tym dnem są jeszcze masy błota, badyli i mułu. Ja się zapadłam bardzo głęboko. Trudno było się z tego wynurzyć, odkopać z tego całego syfu.

Dzisiaj jednak siedzisz przede mną. Masz obie piersi, uśmiech na twarzy. I emanuje z ciebie pewność siebie jakiej się nie spodziewałam.

Tak, bo jak już zaliczysz naprawdę dolną strefę łatwiej później osiągać te najwyższe warstwy życiowej stratosfery. Naprawdę wierze w prawo sinusoidy. Życie faluje a my z nim. Czasem u dołu, aby za chwilę być na szczycie.

Na jaki rodzaj terapii się zdecydowałaś?

Trudno to nazwać „decyzją” bo z terapiami nie jest jak z sofami z Ikea. Nie można otworzyć katalogu i wybrać takiej, która pasuje Ci do salonu. Ja SKORZYSTAŁAM z terapii EMDR co jest skrótem od angielskiej nazwy Eye Movement Desensitization and Reprocessing. To dość złożona forma psychoterapii, na którą składa się wiele elementów z różnych podejść psychoterapeutycznych. Skupia się na dotarciu do trauma, o istnieniu których nie mieliśmy pojęcia lub które bagatelizowaliśmy czy mimowolnie normowaliśmy w naszym umyśle.

To znaczy?

To znaczy, że terapeuta nas uświadamia jak straszne tkwią w nas wspomnienia, jak wiele znaczą wydarzenia z przeszłości, i że wcale po nas „nie spłynęły”. Ja wiele takich krzywd bagatelizowałam, uważałam za normę, na zasadzie „nic się nie stało”, „takie były czasy”. Otóż stało się. I ta terapia pomaga w pierwszej kolejności ujrzeć siebie samego i swoją przeszłość w racjonalnym świetle. Dostrzec szkody, a następnie wziąć się za ich naprawę.

Jak to wygląda? Kozetka, notes i kartki z atramentem?

Mamy właśnie takie banalne, dziwne wyobrażenie o terapii. Wielu ją przerywa, bo myśli, że tak to właśnie wygląda. Niestety, wygląda jeszcze gorzej. Terapia to orka. Wypłakać możemy się w kinie. Tutaj będziemy ryczeć, krzyczeć a później zosta-

niemy zmuszeni do jeszcze większej pracy, jeszcze większego, tytanicznego wysiłku. Świetna sylwetka psychiczna wymaga potu i bólu, tak samo jak świetna forma fizyczna. Nie ma zmiłuj. Ale jest to wysiłek, który warto podjąć.

Polecasz zatem terapię EMDR?

Polecam każdą terapię, która Ci pomoże. Polecam poszukać pomocy. Mi pomogła ta terapia, bo sięga do źródła i dodatkowo jest połączona z neurofizjologicznymi ćwiczeniami, których zadaniem jest manualne zmniejszenie niepokoju za pomocą ćwiczeń fizjologicznych, np. odpowiedniemu ruchowi gałek ocznych. Sęk w tym, żeby poszukać tego, co pomoże właśnie tobie. I nie rezygnować.

Wspólnie z fundacją „Projekt Kobiety” startujecie niebawem z podcastem „Mindtrip”. O czy będą te rozmowy?

O zdrowiu psychicznym właśnie. O równowadze, o poszukiwaniu harmonii. Poprzez te podcasty chcemy zachęcić ludzi do poszukiwań. Nie każdy musi od razu iść do psychologa czy psychiatry. Żyjemy w czasach oferujących wiele różnych dróg, nasze kultury i metody się przenikają. Dlatego właśnie powstał ten cykl rozmów.

Z kim będziesz rozmawiać?

To szereg inspirujących rozmów z terapeutami, coachami, trenerami i innymi specjalistami, którzy reprezentują różne szkoły radzenia sobie ze stresem we współczesnym świecie. Ja sama wyniosłam z tych rozmów wiele dobrego. Wcześniej np. „mindfulness” znałam tylko z nazwy jako jakąś nową, modną ciekawostkę. Teraz wiem, jak poważna i pomocna jest to technika, a niektóre inne formy samorozwoju czy medytacji, o których rozmawiałam ze wspańiałymi ludźmi zaskoczyły nawet mnie.

Czy podcast skierowany jest tylko dla kobiet?

Z reguły fundacja „Projekt Kobiety” której jestem ambasadorką jest o kobietach i dla kobiet, myślę jednak, że zdrowie psychiczne jest ważne dla każdego bez względu na płeć. Dlatego gorąco zachęcam również Panów do słuchania!

Gdzie znajdziemy podcast?

Na głównym profilu podcastowym Fundacji „Projekt Kobiety” na wszystkich popularnych platformach – Spotify, Anchor i Tidal.

Czy własne przejścia pomogły ci zrozumieć jak zaproponowane przez specjalistów metody mogą pomóc nam w codzienności?

Tak, zdecydowanie. Bo ja już jestem szczerą sama przed sobą. Tylko znając swoje słabości możemy sobie pomóc. Oszukując się, że wszystko z nami jest ok nigdy nie będziemy w stanie zmierzyć się z problemem. Bo niby jak, skoro udajemy, że nie istnieje? Aby wypędzić demona, trzeba poznać jego imię (śmiech). Grunt to zrzucić pancerz złudzeń. Rozebrać się z tego, jak chcemy być postrzegani.

Czy to nie czyni nas słabszymi? Narażonymi na atak? Takie pozbawianie się złudzeń? Jak jest z Tobą? Czy naga nie jesteś słaba i bezbronna?

Jestem naga i wolna, a to jest warte każdej ceny.

rozmawiała: mademoiselle_de_chaos / foto: Aleksander Ikanie-wicz / MUA: Magdalena Marcyniuk / włosy: Renata Zajac



MEC. MAREK MIKOŁAJCZYK



„Siedemdziesiątka” Szczecińskiej Izby Adwokackiej

ADWOKAT – OD ŁACIŃSKIEGO ADVOCATORE, CZYLI WZYWAĆ NA POMOC. I DLA WIELU JEST WŁAŚNIE KIMŚ, KTO GASI PRAWNE POŻARY, POZWALA PRZEJŚĆ PRZEZ GĘSTWINY PRZEPISÓW, ZNAJDUJE ROZWIĄZANIA, JEST POMOCNĄ DŁONIĄ WYCIĄGNIĘTĄ W NIESZCZĘŚCIU, CZASAMI NAWET PRZYSŁOWIOWĄ OSTATNIĄ DESKĄ RATUNKU. DLA INNYCH „PAPUGĄ” Z DOBRYM „GADANYM”, KTÓRY SPRYTNIIE POTRAFI WYCIĄGNAĆ Z OPRESJI ORAZ REPREZENTANTEM POPULARNEGO I OPŁACALNEGO ZAWODU. ALE TO TAKŻE STRAŻNIK PRAW I WOLNOŚCI OBYWATELSKICH ORAZ PORZĄDKU PRAWNEGO ZAPISANEGO W KONSTYTUCJI RP. ADWOKACI ZE STOLICY POMORZA ZACHODNIEGO W PAŹDZIERNIKU OBCHODZĄ 70-LECIE DZIAŁALNOŚCI SZCZECIŃSKIEJ PALESTRY.

Historia szczecińskiej adwokatury po II wojnie światowej rozpoczyna się od przyjazdu do stolicy Pomorza Zachodniego osoby niezwykle ważnej dla tego środowiska – mecenas Romana Łyczywka.

– 5 lipca 1945 roku Piotr Zaremba został pełnomocnikiem rządu RP na Szczecin. Zaproponował wtedy swojemu przyjacielowi ze szkoły w Poznaniu a mojemu ojcu Romanowi stanowisko radcy prawnego Zarządu Miasta. Równoległe z pełnieniem tej funkcji ojciec otworzył pierwszą kancelarię adwokacką przy ulicy Rayskiego. We wrześniu 1945 roku wniósł do Sądu Grodzkiego pierwszy pozew cywilny w historii powojennego szczecińskiego sądownictwa. Sprawę wygrał – wspomina mecenas Włodzimierz Łyczywek, wieloletni dziekan Okręgowej Rady Adwokackiej i członek Naczelnej Rady Adwokackiej, odznaczony (jako jedyny żyjący szczeciński adwokat) Wielką Odznaką Adwokatura Zasłużonym.

Czego dotyczył pierwszy cywilny proces w powojennym Szczecinie? Sprawa toczyła się w sądzie grodzkim. Roman Łyczywek reprezentował kupca Józefa W., który walczył o kawiarnię „Europa” na rogu al. Piastów i ul. Krzywoustego (potem była w tym miejscu m.in. Restauracja Ryska, a dziś funkcjonuje w tym miejscu lokal sieci KFC).

„Lokal faktycznie był zajęty przez międzynarodową grupę maruderów. Ówczesny komornik p. Dawid musiał lokal odebrać przy pomocy wojska” – pisał mec. Roman Łyczywek w swoich wspomnieniach.

Na mocy wyroku pozwani mieli opuścić lokal i zwrócić Józefowi W. poniesione koszty: sądowe – 52 zł i adwokackie 135 zł. Ale jego klient w końcu uciekł na Zachód i lokal prowadził już kto inny.

Trudne lata

Pod koniec 1945 roku w Szczecinie pojawiło się kilku innych adwokatów. Wszyscy podlegali pod Izbę Adwokacką w Gdańsku. I tak było do 1951 roku, kiedy powstała Szczecińska Izba Adwokacka. Uznaje się, że od tej chwili oficjalnie swoją działalność

rozpoczęła powojenna szczecińska palestra. Wtedy skupiała ona 51 adwokatów, w tym dwie kobiety oraz trzech aplikantów. A były to bardzo ciężkie lata – okres stalinowskich „błędów i wypaczeń”. Wyznacznikiem polityki partii komunistycznej wobec adwokatury w początkach PRL stał się cytat z W.I. Lenina: „adwokatów należy brać w jeżowe rękawice i trzymać w stanie osaczenia, w przeciwnym razie ta inteligencka hołota często bruździ”

- Okres stalinowski był ciężkim czasem dla adwokatów w całym kraju, nie tylko w Szczecinie. Odbływały się liczne komisje weryfikacyjne, które decydowały, czy ktoś mógł lub nie mógł być adwokatem. Chodziło przede wszystkim o zlikwidowanie tych niepokornych. Oczywiście były to decyzje polityczne. Powstały też zespoły adwokackie, których zadaniem było nie tylko skolektywizowanie adwokatów, czyli wprowadzenie adwokackich kołchozów, ale też inwigilowanie ich członków. Adwokatom utrudniano właściwe wykonywanie obowiązków, spotykały ich liczne represje polityczne np. mój ojciec przesiedział trzy miesiące w szczecińskim areszcie przy ulicy Małopolskiej pod zarzutem rzekomego szpiegostwa na rzecz Francji. To był odprysk głośnej wtedy sprawy i procesu Robineau – konsula Francji w Szczecinie, który został oskarżony o szpiegostwo – mówi mec. Łyczywek.

Od opinii wystawianych przez funkcjonariuszy partii lub Urzędu Bezpieczeństwa zależała przyszłość adwokata i to nie tylko zawodowa. W archiwach zachowała się część takich dokumentów. Niektóre są wręcz groteskowe. Ale w latach 50. ubiegłego wieku mogły złamać życie.

„Częsty bywalec lokali. Otacza się tylko pochodzącymi z inteligencji. Jest zboczony na punkcie kobiet, gdyż jeszcze w ubiegłym roku sprowadzał sobie kobiety i taka jedna z nich – eks-pedientka z PSS opowiadała, że nie warto jej pracować, gdyż adwokat za to, że przyjdzie do niego i rozbierze się i tańczy na stole zapłaci jej 5 tys. zł w starej walucie. Na adwokata nie nadaje się” – zaopiniował jednego ze szczecińskich adwokatów Komitet Miejski PZPR.



„Jako adwokat spraw nie prowadzi należycie a jako przykład może posłużyć sprawa z 1951 roku tj. sprawa skradzionego roweru z KP PZPR, którą przedstawił w takim świetle, że wynikało z tego, że jakoby złodziejami mieli być radzieccy oficerowie. Ogólnie biorąc jego podejście do spraw to nie jest ono klasowe” – ocenił kolejnego adwokata pierwszy sekretarz Komitetu Powiatowego PZPR.

„Występując w sprawach robotniczych i małorolnych chłopów nie stara się bronić np. za zgwałcenie robotnicy przez kierownika fabryki – obywatela Grabowskiego ze Świnoujścia, gdzie do poszkodowanej wyraził się, że sprawy nie wygra, używając przy tym różnych, niemoralnych, płciowych porównań, wywołując zgorszenie” – stwierdził Komitet Miejski PZPR.

Po przełomie „październikowym” 1956 roku ponownie dopuszczono możliwość prowadzenia indywidualnych kancelarii. Ale zabroniono adwokatom łączenia ich zawodu z funkcją radcy prawnego. Ale mimo to szczecińscy adwokaci byli bardzo aktywni i widoczni w życiu publicznym, kulturalnym i politycznym Szczecina.

– Szczególną rolę pełniły kluby adwokata. Jeden z nich powstał w 1953 roku i skupiał śmietankę towarzyską miasta, a adwokaci mieli nawet swój zespół muzyczny. Ale najważniejszy był Klub Inteligencji „U adwokatów”. Powstał w okresie odwilży po październiku 1956 roku. Skupiał naukowców, profesorów, lekarzy, artystów, plastyków. To było takie centrum ówczesnego życia intelektualnego Szczecina – wyjaśnia mec. Marek Mikołajczyk, długoletni dziekan ORA i członek NRA.

W pewnym historycznym momencie szczecińska palestra wyraźnie wyróżniała się na tle innych ośrodków adwokackich w kraju. Chodzi o czas Sierpnia 1980 i stanu wojennego w 1981 i 1982 roku.

– Właśnie w Szczecinie i Gdańsku adwokaci od samego początku licznie włączyli się w strajki sierpniowe, oferując pomoc prawną oraz wsparcie dla strajkujących i wszystkich tych, którzy popadli w kłopoty w związku z działalnością opozycyjną.

Oczywiście pomoc prawna była świadczona przez adwokatów pro bono. Później szczecińscy adwokaci doradzali podziemnym strukturom Solidarności – wyjaśnia mec. Mikołajczyk.

Ale do historii adwokatury polskiej szczecińscy adwokaci weszli w związku z udziałem w procesach stanu wojennego. To był przede wszystkim słynny „proces bydgoski”, m.in. Andrzeja Milczanowskiego i innych działaczy opozycyjnych, opozycjonistów z Zakładów Graficznych oraz Polmozybytu.

– To wtedy szczecińscy adwokaci bardzo odważnie bronili oskarżonych związkowców, wykazując nieprawdopodobne zaangażowanie. Trzeba też wspomnieć o mecenasie Jerzym Piosickim i mecenasie Jerzym Chmurze, którzy ujawnili szokującą sprawę z obozu internowanych w Wierzchowie. Przebywający tam internowani zostali dotkliwie pobici przez strażników więziennych. Wśród pobitych znalazł się m.in. adwokat Mirosław Kwiatkowski, który odniósł poważne obrażenia i z tego powodu stał się inwalidą. Nasi adwokaci ujawnili skalę tych pobić i złożyli wiadomienie o popełnieniu przestępstw. Prokurator wprawdzie warunkowo umorzył i postępowanie, ale napisał tak szerokie i szczegółowe uzasadnienie tej decyzji, że przez wiele miesięcy, wielokrotnie ten dokument był odczytywany przez Radio Wolna Europa - bo wyjątkowo prawdziwie pokazywał okrucieństwo funkcjonariuszy – mówi mec. Mikołajczyk.

– Aktualnie mamy kolejny trudny czas dla adwokatury. Każda władza chce ograniczyć rolę adwokatury. Bo jest ona wylegarnią ludzi, którzy mają swoje zdania i nie boją się go wyrażać. Wymiar sprawiedliwości jest w praktyce coraz gorszy dla społeczeństwa. Władza wykonawcza chce go, na szczęście niezbyt udolnie, sobie podporządkować. Mamy coraz gorsze ustawodawstwo. Jak pisał Anatol France „im bardziej chore jest państwo, tym więcej w nim ustaw i rozporządzeń” – dodaje mec. Łczyzywek.

Z pierwszych stron gazet

Szczecińscy adwokaci w ciągu tych 70 lat występowali w wielu

słynnych procesach jakie toczyły się nie tylko przed szczecińskimi sądami.

– Należy do nich na pewno sprawa „Europy” – zabójstwa klienta restauracji w Międzyzdrojach, prowadzonej przez tzw. ajenta. To był jeden z najgłośniejszych procesów w PRL. Tym procesem i sprawą chciano „dokopać” agentom. Występował w nim mój ojciec. Ale ja ją dobrze pamiętam, bo byłem wtedy aplikantem. Uczestniczyłem w kilku rozprawach i byłem przede wszystkim na przemówieniach stron. A odbywały się one w ... nocy lub nad ranem – opowiada mec. Łyczywek.

Do historii polskiego wymiaru sprawiedliwości przeszły także procesy m.in. Rzeźnika z Niebuszewa, matkobójcy (pokroił ciało matki a szczątki wrzucił do ubikacji), afery cukrowej z 1973 roku (określana jako jedna z największych afer gospodarczych w Szczecinie czasów PRL – na ławie oskarżonych zasiedli pszczelarze, cukiernicy i wytwórcy lodów, chodziło o handel odpadami cukru ze szczecińskiego portu), uczestników ataku na radziecki konsul w grudniu 1956 roku, złodziei zegarków z Baltony w 1956 roku (918 zegarków wartych wtedy 2 mln zł), słynnego pływaka Bogusława L. w 1994 roku (przerzuty samochodów skradzionych w Niemczech na Wschód), zabójcy z ulicy Gorkiego w 1983 roku (ostatnia kara śmierci, która zapadła w szczecińskim sądzie), czy też gangu „Oczki”, prezesów Stoczni Szczecińskiej oraz afery zbożowej.

– Takich spektakularnych procesów było wiele. Niektóre z nich odcisnęły się w polskim prawie karnym wyjątkowymi rozwiązaniami, były głośnie i medialne. Wszystkie kroniki kryminalne Szczecina pełne są opisów procesów z udziałem adwokatów, podobnie jak głośnie afery gospodarcze bądź te o zabarwieniach politycznych. Adwokaci nie boją się trudnych spraw. Gdyby ktoś mnie zapytał, jaką najciekawszą sprawę prowadziłem, czy w której broniłem, to bez wahania odpowiadam, że to jest ta, której jeszcze nie przyjąłem – stwierdził mec. Mikołajczyk.

Zawsze obecni

– Adwokatura szczecińska liczy się w Polsce, bo ma dobrych przedstawicieli w Samorządzie Adwokackim m.in. byłego trzykrotnego dziekana ORA mecenas Marka Mikołajczyka. Adwokaci brali i biorą czynny udział w życiu publicznym. Byli posłami, senatorami, członkami Trybunału Stanu, doradzają Prezydentowi RP. Jeden z adwokatów był prezydentem Szczecina, kolejny jest od kilku miesięcy wojewodą zachodniopomorskim. Nasz kolega mecenas Roman Ossowski był założycielem i redaktorem naczelnym pisma szczecińskiego środowiska prawniczego - 18 lat temu powstał miesięcznik In Gremio. Choć teraz, treścią i charakterem, odbiega on mocno od założeń jakimi kierowali się jego twórcy. Szczecińscy adwokaci piszą książki, sztuki teatralne, malują, zajmują się publicystyką. Pełnią funkcje konsulów honorowych wielu krajów np. Waldemar Juszcak, Andrzej Preiss, Robert Kornecki, Jan Kubiak. Środowisko adwokackie jest bardzo barwne – mówi mec. Łyczywek.

– Adwokaci byli w ciągu tych 70 lat istnienia izby adwokackiej bardzo widoczni w życiu publicznym, kulturalnym i politycznym Szczecina. Adwokaci nadawali kolorytu miastu. Dzisiaj nierzadko dostrzega się tylko tych adwokatów, którzy będąc celebrytami, brylują m.in. w mediach. Mamy z nimi kłopot jako adwokatura, bo oni nie oddają wizerunkowo tego, co w adwokaturze naprawdę się dzieje. Bo przecież prawdziwą adwokaturę stanowią adwokaci, którzy na co dzień etycznie i z zaangażowaniem niosą pomoc prawną wszystkim tego potrzebującym. Ale adwokatura to nie tylko praca. Jednym z najbardziej prestiżowych wydarzeń w mieście są Bale Adwokata. Mają one swoją bardzo dobrą i długą tradycję. Odbywały się w najlepszych salach miasta i zaszczytem było być zaproszonym na ten bal np. jedna z pierwszych takich imprez odbyła się w nowo oddanym hotelu Neptun. Kolejka chętnych do uczestniczenia w tym wydarzeniu zawsze była i jest długa. Bo adwokaci po prostu potrafią się bawić – dodaje mec. Mikołajczyk.



– Są adwokaci aktywni sportowo i to prawie na poziomie olimpijskim np. Patryk Zbroja w żeglarstwie, Włodek Łyczywek był niegdyś kierowcą rajdowym, Andrzej Mataj – to wytrawny golfista. Są osoby o wyjątkowych talentach pisarskich i publicystycznych np. mój przyjaciel Andrzej Zajda napisał książkę o sztandarowej postaci szczecińskiej palestry mecenasie Romanie Łyczywku. Wspomniany już Włodek Łyczywek opisał swoje podróże po wszystkich kontynentach. Jurek Piosicki malował wspaniałe obrazy i tworzył wyjątkowe ex librisy. Ja sam mam dziwne dla wielu hobby - od chyba 10 lat buduję prawie dwumetrowy model z drewna i metalu pancernika Bismarck. Prawdziwy okręt został szybciej zbudowany i zwodowany (śmiech), ale na pewno go kiedyś dokończę. Młodsze pokolenie adwokatów reprezentuje chyba już nieco inne zainteresowania, bo nie słyszałem, żeby ktoś budował Bismarcka. Choć być może są takie osoby, które się po prostu nie ujawniają ze swoimi pasjami. Bo wielkie osobowości dostrzegam w gronie młodszych adwokatów codziennie – zapewnia mec. Waldemar Juszcak – czwar-

tą kadencję pełni funkcję Rzecznika Dyscyplinarnego ORA (oskarżyciela w adwokackim sądzie dyscyplinarnym – najdłużej w historii szczecińskiej Izby, konsul honorowy Luksemburga).

Łyżka dziegciu

Ale jak w każdym środowisku również wśród adwokatów pojawiają się „czarne owce”. Kilka lat temu głośna była sprawa, byłego już mecenasa, Marka K. Został on oskarżony m.in. o fałszowanie testamentów. Teraz Szczecin żyje głośną sprawą mecenasa Szymona L. oskarżonego m.in. o wyłudzenie, płatną protekcję i groźby, powoływanie się na wpływy, paserstwo i utrudnianie postępowania karnego.

– Wszędzie są czarne owce, w każdym zawodzie. Ale myślę, że w adwokaturze wcale nie jest ich dużo. Choć takich przypadków jest więcej niż było kiedyś. Ale też nas, adwokatów jest więcej. Druga sprawa – w czasie, kiedy były zespoły adwokackie, do 1990 roku, nie tylko przestępstwo, ale także niestosowne zachowanie młodego członka palestry byłoby od razu, natychmiast skrytykowane przez starszego adwokata. Kiedy powstały indywidualne kancelarie, to wszystko się rozproszyło, z automatu starsi adwokaci przestali być autorytetami dla młodszych kolegów, bo nie mogli zwracać uwagi na ich zachowanie, działalność, mało się widywali. Również w pokoju adwokackim w sądzie. Być może doszło do tego z naturalnych przyczyn, ponieważ jest nas więcej. Brak takiego praktycznego nadzoru, codziennego, może powodować, że chcą się np. szybko wzbogacić lub zdobyć popularność, głośne nazwisko. Takie sprawy, o których ostatnio było i jest głośno - Marka K. czy Szymona L., to tylko dwie w ciągu ostatnich 10 lat. Więcej nie ma – zapewnia mec. Łyczzywek.

– Jest nam wstyd, że zdarzają się takie postaci, tak je nazwijmy, których postępowanie nie licytujące z wartościami i godnością wykonywania zawodu adwokata. Ich postępowanie staje w zderzeniu z podstawowymi wartościami, które reprezentuje adwokatura, czyli zasadami etyki adwokackiej, godności wykonywania zawodu. Mając swoje samorządowe sądownictwo, swój pion dyscyplinarny staramy się takie postawy szybko korygować orzeczeniami sądów dyscyplinarnych. Zdarzają się też wydalenia z adwokatury i to jest cieżka strona tego zawodu. Pomijam tych adwokatów, którzy wchodzą w kolizję z prawem karnym, mają postawione poważne zarzuty. To patologia tego zawodu, a patologie zdarzają się w każdej grupie zawodowej. Zawsze powtarzam, szczególnie aplikantom adwokackim i młodym adwokatom, że zawód adwokata niesie ze sobą wiele pokus. Są one czasami bardzo silne. Bo przecież adwokat często balansuje na granicy prawa i bezprawia. Lecz chodzi o to, żeby adwokat zawsze stał po stronie prawa. Nam jest wstyd za niektórych adwokatów i mówimy o tym głośno, chodzą o to przypadki incydentalne. Zasadą etyki naszego środowiska może być trochę kosztowne, trochę konserwatywne, ale to jest taki „dobry sznyt” adwokacki, żeby mieć i przestrzegać takich zasad. Obowiązują one nie tylko w życiu zawodowym, ale także prywatnym o czym też często adwokaci zapominają – dodaje mec. Mikołajczyk.

Jakie grzechy najczęściej popełniali i popełniają szczecińscy adwokaci?

– Zdarzają się występki przeciwko etyce. Jedne są takie życiowe, niezawinione, przypadkowe, niechcący dokonane, czasami aż się chce współczuć takiemu adwokatowi, np. pomylił się o jeden dzień w złożeniu apelacji – czyli nie dopilnował terminu dla swojego klienta. To się każdemu z nas może zdarzyć. Są też takie zdarzenia, że np. adwokat nie stawia się na rozprawę, bo pomylił termin. Może się zdarzyć niestawienie na rozprawie zawinione nieumyślnie, spowodowane choćby natłokiem spraw. Ale są też zdarzenia zawinione, na przykład przez adwokata z powodu przyjęcia przez niego sprawy, której przyjęcie powoduje po stronie adwokata konflikt interesów, bo kiedyś już udzielił porady drugiej stronie. Muszę oceniać czy nie dopilnował interesu swojego klienta albo naruszył ten interes

przez swoje działanie lub zaniechanie. Mogą się zdarzyć sprawy cięższego kalibru – jeżeli adwokat będzie o coś oskarżony. To są wtedy ciężkie, trudne sprawy. Całe szczęście, że to są absolutne wyjątki. Najwyższą karą jaką Sąd Dyscyplinarny może orzec na wniosek Rzecznika Dyscyplinarnego jest wydalenie z adwokatury. Nie ma dla adwokata gorszej kary. Nie może wykonywać zawodu, który jest przecież dla nas najpiękniejszy na świecie. Przez cały okres moich czterech kadencji, kilkunastu lat jako rzecznik nigdy nie złożyłem takiego wniosku. Bo nie było takiej potrzeby. Nie dlatego, że chronię swoich kolegów, że tuszuję ich sprawy. Tylko takiej sprawy o takich możliwych konsekwencjach nie było. To dobrze świadczy o zasadach tego środowiska – stwierdził mec. Juszcak.

Dodaje, że oczywiście, że zdarzają się skargi na działalność adwokatów.

– Są też sprawy, wśród tych, które są zgłaszane, wynikające ze złośliwości drugiej strony, przeciwnika, z jakiejś takiej chęci zaszkodzenia temu adwokatowi, choć ten dobrze wykonywał swoje obowiązki, albo może właśnie dlatego. Wiele takich skarg jest niezasadnych i nieuprawnionych. Nie znaczy to jednak też, że wszystkie. Każda jest przedmiotem starannego oglądu przez pion rzecznika – zaznacza Rzecznik Dyscyplinarny.

Quo vadis adwokatura?

– Gdy mówimy o 70 – leciu szczecińskiej adwokatury, to mamy na myśli historię i tradycję naszej izby adwokackiej, pracę kilku pokoleń adwokatów. Dla obecnej Okręgowej Rady Adwokackiej, całego naszego samorządowego zespołu, to wielkie zobowiązanie, by przekazywać doświadczenia starszych pokoleń i utrzymywać pryncypia adwokackie w dzisiejszej adwokaturze. Tym bardziej, że ona szybko się zmienia. Na początku lat 2000 na naszym terenie było ok. 150 adwokatów. Dzisiaj jest ich około 600, czynnie wykonujących ten zawód. Jest to spowodowane niewątpliwie ustawowym otwarciem adwokatury na początku tego wieku, ale także atrakcyjnością zawodu. Tak szybkiego i znaczącego przyrostu osobowego i odmłodzenia jednocześnie w adwokaturze nie było nigdy. Drugi trend – adwokatura staje się coraz bardziej kobieca. Na początku XXI wieku ponad 70 proc. stanu adwokatury stanowili mężczyźni. Dzisiaj to się wyrównało, a gdy patrzymy na roczniki aplikantów, to mężczyźni są już w absolutnej mniejszości. Adwokatura, jak inne zawody prawnicze, zmierza stopniowo ku feminizacji. Bardzo się staramy, żeby młodzi adwokaci, aplikanci adwokaccy byli należycie przygotowani do wykonywania tego zawodu. Adwokat to zawód zaufania publicznego, można powiedzieć, że ma dwie sfery. Pierwsza – skierowana na pomoc prawną wobec klienta, pojedynczego człowieka, gdzie mamy w sposób odpowiedzialny, godny, zgodnie z zasadami sprawiedliwości społecznej, uczciwie, sumiennie i gorliwie wypełniać swoje obowiązki zawodowe. Ale jest też druga sfera działalności adwokackiej – stanie na straży praw i wolności obywatelskich, a także porządku prawnego zapisanego w Konstytucji RP. To jest nasza powinność społeczna, publiczna. Jesteśmy obrońcami wartości nie tylko na sali sądowej, ale także poza nią – wyjaśnia mec. Piotr Dobrowolnic, dziekan ORA w Szczecinie.

– Te pryncypia i wartości staramy się przekazać młodym adeptom sztuki adwokackiej poprzez szkolenia i angażowanie ich w te dwa aspekty wykonywania zawodu. Ci młodzi ludzie, wchodząc do zawodu, muszą być przygotowani nie tylko merytorycznie, ale również od strony wartości, podstaw jego funkcjonowania. I wielu młodych, świeżo upieczonych adwokatów angażuje się w te publiczne, społeczne role, które adwokatura powinna pełnić – wyjaśnia mec. Marta Adamek – Donhöffner, wicedziekan ORA.

– To nie jest tylko zawód, to przede wszystkim powołanie. Trzeba to czuć. Muszę przyznać, że jestem bardzo mile zaskoczony, że te lata, kiedy pracuję z młodzieżą aplikantką są dla mnie ważniejsze niż chodzenie do sądu. Staram się być po prostu przyja-



cielem tych młodych ludzi, rozumieć ich. Warunki, które stwarza istwarzała ORA dla kształcenia aplikanckiego są bardzo widoczne w ostatnich latach i to także z uwagi na nowe formy prowadzenia zajęć. To wszystko przekłada się na poziom wykładowców i formy prowadzenia zajęć, w tym rozpraw symulowanych. Adwokaturę mamy obecnie bardzo odmłodzoną i równie doświadczoną. Potencjał młodości jest widoczny nie tylko wśród dziekanów poszczególnych Izb, ale także w składzie Naczelnej Rady Adwokackiej – dodaje mec. Andrzej Zajda kierownik szkolenia aplikantów adwokackich w szczecińskiej ORA.

Z przymrużeniem oka

Adwokatura jest pełna barwnych postaci. A sale sądowe sprzyjają niecodziennym sytuacjom. Czasami nawet zabawnym. Jest wiele ponadczasowych anegdot ze szczecińskimi adwokatami w roli głównej. Oto dwie z nich.

– Kiedyś prokurator wnosił przed Sądem Okręgowym w Szczecinie o cofnięcie swojej rewizji, apelacji od wyroku. Wychodząc z sali rozpraw prokurator zwrócił się żartobliwie do obrońcy: „No i co panie mecenasie, co pański klient powie – że prokuratura jest dla niego lepsza, bo wycofała apelację, czy pan?”. A nasz

adwokat błyskotliwie ripostował: „Mój klient powie, że mam niezwykle „chody” w prokuraturze”. Cóż za znakomity refleks! – mówi z uznaniem mec. Łyczewek.

Kolejną anegdotę przytacza Mec. Mikołajczyk.

– Jeden z mecenasów występował jako substytut w sprawie o podwyższenie alimentów. I płakał w Sądzie Okręgowym straszliwie, łzy mu ciurkiem leciały. Ale był taki przepis, który mówił, że jeżeli jest szczególny nakład pracy albo sprawa jest szczególnie zawiła, to adwokat może wnioskować o to, żeby sąd zasądził mu z urzędu czterokrotnie wyższą stawkę. Po tym płaczu o podwyższenie alimentów i konieczności ich podwyższenia adwokat mówi: „Wysoki Sądzie wnoszę o zasądzenia poczwórnej stawki wynagrodzenia”. A sąd na to: „Panie mecenasie, ta sprawa nie jest ani zawiła, nie jest trudna, ani nie jest skomplikowana. Dlaczego Pan chce poczwórną stawkę?” A mecenas odpowiada: „Wysoki Sądzie, egzamin adwokacki zdałem na trójkę i dla mnie każda sprawa jest trudna, zawiła i skomplikowana”.

autor: Dariusz Staniewski/foto. Alicja Uszyńska

A large, jagged ice formation, possibly a glacier or ice shelf, floats in the ocean. The ice is white and textured, with visible cracks and layers. The sky is filled with heavy, dark clouds, and the water is a deep, dark blue. The overall mood is dramatic and somber.

O dwóch takich, co poszli na wulkan

NIEWIELKA WYSPA NA MORZU ARKTYCZNYM – JAN MAYEN A NA NIEJ BEERENBERG – JEDNA Z NAJTUDNIEJSZYCH I NAJWYŻSZYCH GÓR W NORWEGII. NA JEJ SZCZYCIE MAJESTATYCZNY WULKAN. ABY DOTRZEĆ DO JEGO KRATERU POTRZEBA OKOŁO 30 GODZIN WSPINACZKI W SKRAJNIE NIEBEZPIECZNYCH WARUNKACH ATMOSFERYCZNYCH, BEZ MOŻLIWOŚCI SNU ANI NAWET DŁUŻSZEGO ODPOCZYNKU, W ZIMNIE, PRZY SMAGAJĄCYM WIETRZE, W DESZCZU, MGLE I ŚNIEGU. TO EKSPEDYCJA TYLKO DLA PRAWDZIWYCH TWARDZIELI. ZNAŁAZŁO SIĘ JEDNAK DWÓCH ŚMIAŁKÓW, KTÓRZY POSTANOWILI PODJĄĆ TO WYZWANIE. O TEJ EKSTREMALNEJ WYPRAWIE OPowiedział JEDEN Z JEJ UCZESTNIKÓW, SZCZECINIANIN – ŁUKASZ GRUSZKA.



Jan Mayen – wyspa o długości 55 km i 377 km kw. powierzchni. Kształtem przypomina kometę. Właściwie cały jej obszar zajmują góry pochodzenia wulkanicznego. Na wyspie nie ma stałych mieszkańców. Czasowo stacjonuje na niej około 18 osób, z czego większość związana jest z funkcjonującą na Jan Mayen norweską stacją meteorologiczną oraz stacją radiową i radionawigacyjną działającą na potrzeby NATO. Wyspa charakteryzuje się surowym, niegościnnym krajobrazem, usianym śnieżno-lodowymi i wulkanicznymi polami. Wizyta na niej jest nie lada gratką. Zróżnicowane i malownicze skały, potężne szczyty górskie jak Stefano czy Rudolf – te obrazy zapierają dech w piersiach. Ale nasi podróżnicy mieli jednak nieco bardziej ambitny plan. Postanowili zdobyć coś niezwykłego! Na wyspie znajduje się jedna z najwyższych gór Norwegii (2277 m n.p.m.) i najwyższa góra koła podbiegunowego - Beerenberg. To także najbardziej wysunięty na północ aktywny wulkan na świecie, drugi pod względem wysokości w Europie (zaraz po Etnie). Jego krater liczy 1,4 kilometra szerokości oraz 200-300 metrów głębokości i jest wypełniony lodem. Ostatnia erupcja miała miejsce w 1985 roku i towarzyszyło jej trzęsienie ziemi o sile 5 stopni w skali Richtera. Obecnie jedyną aktywnością sejsmiczną są niewielkie trzęsienia ziemi i pojawiająca się para wodna, głównie po północnej stronie i w centralnym kraterze wulkanu.

Niecodzienny i ekscytujący fragment rejsu – Wejście na wulkan na wyspie Jan Mayen było częścią wyprawy arktycznej, którą zrealizowaliśmy w ośmioosobowym składzie na pokładzie jachtu Hi Ocean One. Rozpoczęła się ona 1 sierpnia 2022 i trwała prawie miesiąc. W trakcie rejsu pełniłem funkcję pierwszego oficera. Tomek Bosakowski, mój towarzysz w wyprawie na wulkan pełnił na jachcie funkcję drugiego oficera. Kapitanem naszej wyprawy był Sławek Skalmierski – opowiada Łukasz Gruszka.

Rejs rozpoczął się na Spitsbergenie. Kolejnym etapem wyprawy była wyspa Jan Mayen a następnie Grenlandia i Islandia. Ale jednym z bardziej ekscytujących punktów wyprawy był wulkan Beerenberg. – Co wiedzieliśmy zanim zaczęliśmy naszą wędrówkę na wulkan? M.in. to, że wejście na szczyt niekoniecznie jest bardzo wymagające technicznie. Ale w dużej części prowadzi przez lodowce, gdzie trzeba używać asekuracji: lin, raków i czekana. Największym wyzwaniem jest długość podejścia i szczeliny lodowe w końcowej fazie drogi. Trzeba być gotowym by spędzić na trasie około 30 godzin idąc wiele kilometrów w górę i w dół, bez możliwości rozbicia namiotu po drodze. Większość czasu i wysiłku będzie poświęcona wędrówce z zatoki Kvalrossbukta do podnóża wulkanu, a gdy tam dotrzemy, mamy przed sobą jedną z najtrudniejszych gór w Norwegii o wysokości 2277 metrów. Nawet przy odpowiednim przygotowaniu nie ma gwarancji, że wejdziemy na wulkan. Będzie to możliwe tylko w przypadku optymalnych warunków pogodowych, a takie są rzadkością na Jan Mayen. Nie wejdziemy na górę przy silnym wietrze lub słabej widoczności. Prognoza pogody dla tego regionu nie jest wystarczająco dokładna, aby dać nam pewne informacje o możliwych oknach pogodowych. Trzeba być przygotowanym na bardzo zmienne, często ekstremalne warunki – dodaje Łukasz Gruszka.

Mimo to postanowili spróbować zdobyć wulkan

– Aby odwiedzić Jan Mayen, musisz zwrócić się o wydanie specjalnego zezwolenia. My mieliśmy wyjątkowe szczęście. Otrzymaliśmy je zarówno na odwiedzenie wyspy, jak i wejście na wulkan – mówi Łukasz.

Po dotarciu do zatoki Kvalrossbukta przedstawiciel władz zdecydowanie odradzał pomysł zdobycia wulkanu. Bo pogoda jest



paskudna, wieje silny wiatr, pada deszcz, nad wyspą wiszą niskie chmury ograniczające widzialność. Pierwotny plan przewidywał wejście na wulkan w trzyosobowym składzie. – Na jachcie przeglądamy prognozę pogody odebraną przez telefon satelitarny. Nie jest sprzyjająca. Jacht jest zacumowany w zatoce, morze jest rozkołysane. Istnieje ryzyko, że warunki zmienią się na gorsze. Zejście z jachtu trzech najbardziej doświadczonych członków załogi i pozostawienie jednostki na kotwicy na kilkadziesiąt godzin pod nadzorem mniej doświadczonych nie jest dobrym pomysłem. Sławek, kapitan naszej arktycznej wyprawy rezygnuje z wejścia na wulkan. To rozsądna decyzja. Wiatr nieco słabnie, chmury się podnoszą a widoczność się poprawia. Ja i Tomek zaczynamy pakować plecaki. Ruszamy. Obaj jesteśmy zapalonymi żeglarzami – Kapitanami Jachtowymi i Motorowodnymi oraz nurkami PADI. Chodziłem i biegałem po różnych masywach górskich, Bieszczadach, Karkonoszach, Tatrach i Alpach, zarówno latem jak i zimą. Tomek też odwiedził kilka ciekawych szczytów, był między innymi na Elbrusie. Obaj jesteśmy sprawni fizycznie i wysportowani, mamy w naturze ducha walki, dużą determinację i wcześniejsze doświadczenie w wymagających wędrownkach górskich. Nie jesteśmy zawodowcami, góry to jedna z naszych pasji, której poświęcamy część naszego wolnego czasu. Nie mamy dużego doświadczenia w turystyce i wspinaczce lodowej, znamy podstawowe techniki asekuracji, ale brakuje nam praktyki – mówi Łukasz Gruszka.

Plecaki spakowane, otrzymują prognozę ze stacji pogodowej Jan Mayen. Na szczycie góry prognozowany jest silny wiatr, 10, w porywach do 12 metrów na sekundę. Do tego temperatura minus 5 stopni, opady śniegu, zachmurzenie duże i zagrożenie lawinowe. Ale wynika z niej także, że następnego dnia około godziny 7 rano można liczyć na znaczne przejaśnienia z szansą na

słońce. - Decydujemy się nie zwlekać i wyruszyć w trasę natychmiast. Zobaczymy jak się sytuacja rozwine po drodze. Pójdziemy tak daleko jak będzie to możliwe i na ile wystarczą nam siły oraz determinacji. Postanowiliśmy, że jeżeli prognoza się sprawdzi i na szczycie będzie silnie wiało lub też widzialność będzie słaba - zawrócimy – opowiada podróżnik. Pogoda niespodziewanie poprawia się, wychodzi słońce. Szacują, że dojdzie do doliny zajmie jakieś 4 godziny. Idą szybkim, marszowym tempem po wulkanicznym żwirze. Około godziny 1 nad ranem docierają do doliny. O tej porze roku na Jan Mayen jest jasno przez całą dobę. Pozwala to na nieprzerwaną wędrownkę na szczyt. W dolinie przystanek na regeneracyjny posiłek - kanapka, żelek energetyczny i kilka łyków wody. Przepakowują plecaki, bo są za ciężkie, Część sprzętu zostawiają na skałach, zabiorą go w drodze powrotnej. Pakują tylko niezbędne rzeczy - sprzęt do asekuracji, dodatkową odzież w razie załamania pogody, prowiant i wodę. W oddali widać szczyt wulkanu. Od tego momentu zaczyna się bardzo długie podejście w górzystym terenie.

Surowe zasady wyspy

Mijają godziny. Po drodze robią tylko kilkuminutowe przystanki na łyk wody lub kolejnego żelka energetycznego. Pogoda zaczyna się pogarszać. Na szczyt jeszcze około 7 godzin marszu przez góry a niskie chmury i gęsta mgła całkowicie zastoniły cel. Nie poddają się i idą dalej. - Pierwszy raz wędrujemy razem. Pomimo że obaj mamy jakieś górskie doświadczenie zdobyte w różnych warunkach, nie wiemy wiele o sobie nawzajem. Poznajemy się na trasie. Tomek okazuje się być doskonałym partnerem. Nie marudzi, nie narzeka. Wydaje się, że ufa moim wyborom, bo to ja idąc w większości przodem, wytyczam trasę wędrownki.



Czasem zdarza mi się wycofać i szukać bezpieczniejszej drogi. Tomek akceptuje moje decyzje. Mozolnie, ale skutecznie pokonuje wszystkie napotkane przeszkody. Czuję, że będę mógł na niego liczyć w trudnych momentach – dodaje Łukasz Gruszka.

O tym, że wejście na wulkan nie będzie łatwym wyzwaniem wiedzieli wcześniej, zanim się na nie zdecydowali. Byli o tym fakcie informowani już na etapie ubiegania się o zgodę na odwiedzenie Jan Mayen. Wiedzieli jakie na wyspie obowiązują zasady – na jest bardzo długa i trzeba być do niej odpowiednio przygotowanym zarówno sprzętowo, kondycyjnie jak i mentalnie. Na wyspie nie ma żadnych służb ratunkowych, nie ma wielu dróg dojazdowych, nie ma śmigłowca, żadnych ekip, które w razie potrzeby mogłyby ruszyć z pomocą. Musieli sami zadbać o siebie a w przypadku jakiegokolwiek niepowodzenia, liczyć na własne siły. Nawet drobne skręcenie kostki w tak niedostępnym terenie w znacznym stopniu może skomplikować lub zniweczyć całą wyprawę. - Jest godzina 7 rano. Pogoda się poprawia, naszym oczom ukazuje się wulkan! Po kolejnej godzinie marszu jest już prawie pewne, że uda nam się dojść co najmniej do podnóża góry. Słońce skrywa się za wulkanem podświetlając go od tyłu – widok jest obłądny! Idziemy w kierunku Nunataken, charakterystycznej, nieośnieżonej, płaskiej formacji skalnej na której możemy zrobić krótką pauzę i przygotować ekwipunek na atak szczytowy. Wydaje nam się, że jest blisko, ale dojście do skały trwa około 90 minut. Za nami już ponad 27 kilometrów wędrówki. Docieramy do Nunataken i szukujemy asekurację. Zakładamy raki, uprząże, spinamy się liną. Zabieramy taśmy, bloczki, karabinki, czekany i śruby lodowe. W plecaku zostaje woda, żelki energetyczne, apteczka, nóż i trochę ubrań na wypadek załamania pogody, para zapasowych rękawic. Od tego momentu wzajemna asekuracja jest niezbędna. Dostrzegamy ogrom

tej góry, ale też poziom trudności podejścia na jej szczyt. Cała masa ogromnych szczelin i zapadlak na lodowcowej pokrywie. Pierwszy raz w życiu widzę coś takiego. Nie będzie łatwo. Z naszych kalkulacji wynika, że wejście na szczyt powinno zająć nam około 3 - 4 godzin. Ale to tylko przypuszczenia. Jeszcze nie wiemy co nas spotka na trasie, czy będziemy w stanie znaleźć bezpieczną drogę w tym lodowo szczelinowym labiryncie. Czy będziemy w stanie się z tym zmierzyć? Wiele wątpliwości. Ale jedno się nie zmieniło. Nadal mamy chęci, siły i determinację, żeby podjąć to wyzwanie - opowiada pan Łukasz.

W górę!

Pogoda zmienia się diametralnie. Chmury schodzą nisko, poniżej wulkanicznego szczytu. Niebo jest błękitne, słońce operuje z ogromną siłą oświetlając cały stok i ogrzewając lodowcową pokrywę góry. Śnieg przestaje być zmrożony, robi się ciężki, kaszowaty, grząski. Przyczepność raków się zmniejsza, czekanie już tak dobrze nie trzyma. Rośnie zagrożenie lawinowe, lodowe mostki i przejścia między szczelinami znacząco tracą swoją wytrzymałość. Nie zatrzymują się, uparcie podążają ku wierzchołkowi wulkanu. Idą wolniej, trawersują. Im wyżej tym szczeliny są coraz większe i mniej przewidywalne. Mijają kolejne godziny. Muszą uważać, nie mogą ani na moment tracić czujności. Wysokościomierz barometryczny pokazuje, że do szczytu zostało około 250 metrów. Zaczynają się podierać, to ręką, to czekaniem. Nie da się już iść w wyprostowanej pozycji. - Jesteśmy coraz bliżej szczytu, już go widzimy. Zdajemy sobie sprawę z tego, że każda niebezpieczna sytuacja w tym miejscu będzie miała poważne konsekwencje, zarówno dla nas jak i dla pozostałej części załogi. Wpłynie również negatywnie na dalszą



część rejsu przez Arktykę, który przecież jeszcze się nie skończył. Tu nie można być egoistą, trzeba działać rozważnie. Stąpamy po śnieżnych mostkach, miejscach, które w miarę bezpiecznie pozwalają przejść przez szczelinę. Ale im wyżej, tym takich przejść jest coraz mniej. Idziemy. Serce bije coraz szybciej, docieramy na szczyt! Wchodzę pierwszy, po chwili dociera Tomek. Ale po dotarciu do tego miejsca okazuje się, że kilkadziesiąt metrów przed nami, tuż za wypłaszczeniem po lewej stronie, jest jeszcze jedno niewielkie wzniesienie! Coś tu nie gra. Z dołu nie było tego widać. O co chodzi? Zerkamy na wysokościomierz. Pokazuje, że do szczytu brakuje nam jeszcze około 130 metrów! Musimy iść dalej, kilkadziesiąt metrów przed siebie i w naszej ocenie kilkadziesiąt metrów wyżej. Mamy siły, mamy chęci, na – dal jesteśmy skupieni na celu. Idziemy... – mówi Łukasz Gruszka. Ruszają, pokonują kolejne metry i... przed nimi pojawiają się kolejne dwie szczeliny. Obie nie mają końca. Zajmują całą szerokość szczytu. Nie widać możliwości obejścia. – W głowie kłębią się myśli, co robić? Czujemy, że zejście niżej i poszukiwanie alternatywnej drogi w tych warunkach nie będzie najrozsądniejszą decyzją. Możemy też zaryzykować, spróbować przejść nad przysypaną szczeliną i próbować forsować tę kolejną, znajdującą się zaraz za nią. Tylko jak? Ta otchłań się nie kończy, ciągnie się po całej szerokości góry. Zaczynamy rozmawiać. Mamy podobne przemyślenia. Właśnie w tym momencie u każdego z nas zapaliła się czerwona lampka. Widzimy cel naszej wyprawy, jest na wyciągnięcie ręki, to raptem kilkadziesiąt metrów. Ale to co dzieli nas od szczytu, daje nam sporo do myślenia. Czas na ostateczną decyzję. Gdybyśmy tylko mogli mieć pewność, że grunt pod nami jest stabilny, a pogoda się nie pogorszy. Ale jej nie mamy. Wspólnie i solidarnie w tym właśnie momencie decydujemy się zakończyć naszą wyprawę. Z jednej strony czujemy pewien niedosyt, z drugiej, że jesteśmy wielkimi zwycięzcami. Nie zabrakło nam sił, nie zabrakło nam ani odwagi, ani chęci. Podjęliśmy świadomą decyzję, biorąc pod uwagę ryzyko i odpowiedzialność jaka na nas ciąży – zapewnia podróżnik. Schodzimy. Zejście rozpoczynają tą samą trasą, którą wchodzili. Idą sprawnie, szybciej niż poprzednio. Mijają godziny. Ostatnie kilometry marszu są bardzo ciężkie, nie ma już adrenaliny i czuć przebytą drogę w nogach. Docierają do zatoki. Na plaży czeka ponton, wracają na jacht. – Osiągnęliśmy coś, czego zapewne długo nikt nie będzie naśladował. Tak niewiele osób zrobiło to przed nami. Poza Norwegami na szczycie wulkanu byli nieliczni. Można dotrzeć do informacji o pojedynczych sukcesach Szwajcarów, Anglików czy Niemców. Według naszej wiedzy byliśmy drugą polską ekipą na tym wulkanie. Nie zdobyliśmy samego wierzchołka Beerenberg. Tym razem góra dała nam przywilej stania przez chwilę w tak niewielkiej odległości od jej najwyższego miejsca. Jednak w ciągu 25 godzin pokonaliśmy odległość prawie 60 km i tysiące metrów przewyższenia. W naszych głowach zdobyliśmy ten szczyt, choć oficjalnie nie podpisujemy się pod tym. W międzyczasie setki osób było już na Mount Everest. Ale ilu poszło na Beerenberg? W każdym razie wspięliśmy się wysoko na własnej liście przebojów – śmieje się Łukasz Gruszka.

ŁUKASZ GRUSZKA: MATERIAŁ TEN DEDYKUJĘ TOMKOWI BOSAKOWSKIEMU – ZA JEGO DZIELNĄ POSTAWĘ I TOWARZYSTWO PODCZAS WULKANICZNEJ PRZYGODY, MOJEJ RODZINIE – ZA TO, ŻE MNIE WSPIERAJĄ, UFAJĄ I WIERZĄ WE MNIE, SŁAWKOWI SKALMIERSKIEMU – ZA WKŁAD W ORGANIZACJĘ WYPRAWY ARKTYCZNEJ I JEGO KAPITAŃSKĄ DETERMINACJĘ ORAZ MARCINOWI "YETIEMU" TOMASZEWSKIEMU – ZA DOSPRAWĘ I WSPARCIE MERYTORYCZNE.

RELACJĘ OPRACOWAŁ: DARIUSZ STANIEWSKI/ FOTO: ŁUKASZ GRUSZKA



STUDENTKI, STUDENCI: WITAJCIE!

Moda, gastronomia, rozrywka. Wpadnijcie i zostańcie na dłużej :)

gk | GALERIA
KASKADA

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 | www.dentalcenter.pl

PONAD 25 LAT DOŚWIADCZENIA

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



**dr Edyta
Wejt-Tawakol**



**dr Marek
Tawakol**



**dr Adrian
Borawski**

**Dental
Center**
WEJT & TAWAKOL



**dr Ewa
Piesiewicz**



**dr Aleksandra
Wdowiak**



**Agnieszka
Rawska**

STOMATOLOGIA DZIECIĘCA

kompleksowe leczenie na jednej wizycie w znieczuleniu ogólnym

nowoczesna ortodoncja dla młodzieży

ANDRZEJ SEWERYN W SERIALU
"KRÓLOWA", ŹRÓDŁO: NETFLIX



Błysk reflektorów, skrzywienie kostiumów

TWORZY SCENICZNE KREACJE DLA WIELU GWIAZD, M.IN. W JEGO PROJEKTACH WYSTĘPOWAŁA DODA I BEATA KOZIDRAK. JEST AUTOREM NIEZWYKŁYCH KOSTIUMÓW RÓWNIŻ NA POTRZEBY FILMU, JAK TE KTÓRE W SERIALU „KRÓLOWA” NOSI ANDRZEJ SEWERYN, A WKRÓTCE ZOBACZYMY EFEKT JEGO WSPÓŁPRACY Z JOHNEM MALKOVICHEM. KONRAD BIKOWSKI, BO O NIM MOWA, W 2001 ROKU ZAŁOŻYŁ W SZCZECINIE BARDZO POPULARNĄ REWIĘ TANECZNĄ RISING STARS REVUE. RÓWNOCZEŚNIE Z MIŁOŚCIĄ DO TAŃCA I SCENY ROSŁA JEGO FASCYNACJA MODĄ. OD KOSTIUMÓW DLA TANCEREK PO KREACJE DLA GWIAZD, DO TEGO UMIĘLOWANIE DO TRADYCYJNEGO KRAWIECTWA I EKSPERYMENTOWANIA Z MATERIAŁAMI – KONRAD BIKOWSKI JEST OBECNIE JEDNYM Z NAJCIEKAWSZYCH POLSKICH PROJEKTANTÓW.

Panie Konradzie, co w Pana przypadku było pierwsze: moda czy taniec i skąd te obie pasje w Pana życiu?

Pierwszy pojawił się taniec, choć teraz z perspektywy lat nie wiem czy nie popchniętą modą. Muzyka była obecna w mojej rodzinie od zawsze, uwielbienie do ruchu jako interpretacji muzyki nie dotyczyła w moim przypadku ruchu ciała, co bardziej kostiumy, tkaniny. Pamiętam jeżdżąc jako młody tancerz na turnieje tańca towarzyskiego, kochałem obserwować, jak falują halki w sukniach, jak pod wpływem pędu tancerzy poruszają się strusie pióra, czy jak wspaniale kamienie zdobiące kostiumy odbijały

każdy błysk reflektorów, rozszczepiając go i rozświetlając, tworząc w ten sposób swoiste skrzywienie kostiumów.

Tę fascynację, co widać, przełożył Pan na swoje projekty. Tworzy Pan suknie sceniczne, ślubne, wieczorowe a od niedawna tworzy jeszcze kostiumy filmowe. Są to kreacje bardzo bogate, wystawne, idealne na czerwony dywan, na scenę, do których jak najbardziej pasuje określenie „glamour”.

Sceniczność w moich kreacjach przewija się stale, myślę, że jest to część mnie której nie umiem i nie chcę się wyzbyc. Błysk zdo-



KONRAD BIKOWSKI I JOHN MALKOVICH



KONRAD BIKOWSKI NA PLANIE SERIALU "KRÓLOWA"

bień to dla mnie dodatkowa sfera pracy kostiumu czy kreacji. To taka iluminująca powłoka, która może opowiadać ciekawszą historię ubrania niż sam kolor tkaniny. Zresztą na kreację składa się wiele aspektów. Mimo, że najbardziej rzuca się w oczy w moim przypadku błysk, tak to nie on jest podstawą moich prac. Mój styl to mocny krój, silne taliowanie, mocna gorsetowa baza, która koryguje i podkreśla sylwetkę. Dopiero kiedy kreacja jest tak wykonana, mogę pozwolić sobie na zdobienie jej, dzięki czemu nie pogrubię kamieniami sylwetki.

No właśnie, kreacje, które Pan projektuje, czy również własnoręcznie je szyje, bierze Pan czynny udział w procesie tworzenia? Gdzie pobiera Pan nauki, takiego jednak klasycznego krawiectwa?

Sam już nie szyję. Posiadam za to zespół wspaniałych krawców z ogromnym doświadczeniem i fachem w rękach. Ja na ten moment projektuje, robię konstrukcje oraz kroje. Naturalnie nawiguję cały proces i jestem na jego każdym etapie. To dzięki specjalistom z którymi miałem przyjemność współpracować nauczyłem się tajników poszczególnych specjalizacji pracowni. Tworzenie kreacji to złożony proces, żeby móc stworzyć prawdziwą sztukę, potrzebny jest wybitny sztab profesjonalistów pracujący w ramach swojej specjalizacji na różnych etapach jej powstawania. To od nich czerpałem swoje podstawy, natomiast jako wielki fan szycia wysokiej jakości, pracuję ucząc się na pozyskanych materiałach zaczerpniętych z wielkich międzynarodowych domów mody.

I tworzy Pan kostiumy właściwie z każdego materiału. Słyszałam o Pana projekcie ze szkła czy też kostiumie dla Dody wykonanym z 80 metrowego połączanego łańcucha. Co najbardziej oryginalnego do tej pory Pan stworzył i co to było?

Tworzyłem już kreacje przy użyciu lustra, rozświetlałem leadami czy światłowodami. Jak sama Pani zauważyła były również łańcuchy, ale i lany latex czy lakierowana skóra. Nie potrafię powiedzieć co było najbardziej oryginalne. Wszystko co staram się tworzyć kreuję w taki sposób, aby były na ten moment oryginalne i wyjątkowe. Naturalnie zadowolenie ze swojej pracy nigdy nie trwa długo, ale to chyba dobrze, bo dzięki temu sięgam

dalej. Ale na ten moment mam swój ukochany duet kreacji: to były białe pióra Dody i czarne Beaty Kozidrak podczas koncertu jubileuszu 20-lecia Dody na scenie.

A propos Dody i Beaty Kozidrak, to są one jednymi z wielu gwiazd, dla których Pan projektuje kostiumy. Kim są Pana klientki?

Faktycznie, stworzyłem wiele kreacji zarówno dla Dody czy Beaty Kozidrak, ale także dla Viki Gabor, Kasi Moś oraz wielu innych gwiazd polskiej, jak i zagranicznej estrady. Moje klientki to osoby, które lubią być zauważone, nie boją się poklasku i często go oczekują. To osoby świadomie kreujące swój wizerunek, pragnące poczuć na sobie mocny stabilny krój. Zawsze są to osoby niezwykle wymagające zarówno w stosunku do siebie jak i do innych. Z takimi właśnie osobami kocham pracować najbardziej. Najlepszym i najbardziej przełomowym momentem jest chwila, kiedy klient lub klientka zamawiająca u mnie kolejną kreację, ufa mi na tyle że pozwala mi na stworzenie kreacji i dodatków do niej bez żadnych konsultacji. Takie zaufanie tworzy więź i magię. Wymaga ode mnie nie tylko spełnienia wymagań klientki, ale wręcz czuję się zobowiązany zaskoczyć mojego odbiorcę.

Jest Pan również autorem niesamowitych kostiumów, które nosi w serialu „Królowa” Andrzej Seweryn, przemieniając się w drag queen Lorette. Jak Panu pracowało się przy tej produkcji, jak z Andrzejem Sewerynem? Skąd czerpał Pan inspiracje? Czy konsultował Pan kwestie kostiumów z prawdziwymi gwiazdami sceny drag?

Podpatruję scenę drag, inspiruje się nią. Mam w tym gronie sporo znajomych. Natomiast do współpracy przy produkcji serialu „Królowa” zaprosiła mnie Ewa Różewska, pierwszy kostiumograf serialu. Pozwoliła mi zaprojektować i stworzyć suknie do scen w których występuje Loretta, czyli Andrzej Seweryn w wersji drag. Ponadto byłem odpowiedzialny za stworzenie wszystkich choreografii kabaretowych Loretty i jej zespołu. Współpraca z samym Andrzejem Sewerynem to ogromna przyjemność. Jest niezwykle pracowitym aktorem o ogromnym warszacie ruchowym. Spędziliśmy ze sobą mnóstwo czasu podczas prób i przymiarek. Te chwile pozostaną na zawsze w moim sercu jako

KADR Z SERIALU "KRÓLOWA",
ŹRÓDŁO: NETFLIX



niesamowity czas w towarzystwie kogoś absolutnie magicznego i ciepłego. Podczas pracy nad kreacjami do serialu szukałem inspiracji wśród gwiazd jakie mógł podziwiać i uwielbiać młody filmowy Sylwester. Wspólnie z Ewą, musieliśmy stworzyć swoisty portret psychologiczny, na podstawie którego wybraлиśmy divy, które mogły kształtować estetykę młodego Sylwestra, zdradzając jego alter ego w postaci Loretty. Wycelowałem w gwiazdy lat 60-tych kabaretów oraz rewii paryskich. Chciałem pokazać świat drag queen współczesny jemu, a nie nam obecnie. Oczywiście dzięki kunsztowi Łukasza Rembasa, zmodyfikowaliśmy cały wizerunek tytułowej gwiazdy w przystępny sposób dla współczesnego widza, zawierając jednocześnie elegancję i klasę bliskich jemu lat.

Pozostając w filmowych klimatach, to ostatnio miał Pan okazję współpracować, z dwoma znakomitymi brytyjskimi aktorami - Johnem Malkovichem i Jasonem Isaacsem. Co to za projekt? I jak się pracowało z takimi artystami, szczególnie z taką legendą jak Malkovich?

Ten projekt to film „A Winter’s Journey”, produkcja reżyserowana przez Alex Helfrecht. Jest to adaptacja legendarnego cyklu 24 pieśni Franza Schuberta do wierszy Wilhelma Mullera, których bohaterem jest wykluczony ze społeczności wędrowiec. Opowieść umiejscowiona jest w 1812 roku w rejonie Bawarii. Ten film jest dla mnie pasjonujący nie tylko dla tego, że jest to kino historyczne, które uwielbiam tworzyć, ale przede wszystkim był to dla mnie wielki debiut, okraszony wielkimi filmowymi nazwiskami z całego świata. Jednym z nich był John Malkovich, niezwykle człowiek i wybitny aktor. Do czasu premiery wiele kwestii związanych z produkcją jest objętych tajemnicą, ale mogę zdradzić, że nie spodziewałem się, że aktor tej klasy jest tak ciepłą i przystępną osobą. Osobiście również opiekowałem się Johnem na planie dzięki czemu udało mi się poznać go lepiej, o czym chętniej opowiem po premierze filmu.

Nie mogę się Pana nie zapytać o jedną rzecz zwiana ze światem mody. Odnoszę wrażenie, że przez ostatnie lata, polski

czzerwony dywan robi się co raz ciekawszy. Nasze rodzime gwiazdy zaczęły być bardziej odważne... ma Pan swoich faworytów?

Zdecydowanie tak, polskie gwiazdy, ale i polscy projektanci zaczęli bardziej obserwować zachodnie rynki. Jest teraz większa dostępność, poprzez rozwój social mediów, do kolekcji wielkich kreatorów. Same gwiazdy natomiast rozumiały, że ich występy to już nie tylko radio, ale i telewizja, i że widz zasługuje na coś więcej. Cieszę się, że artyści myślą teraz wielopłaszczyznowo, bo to pokazuje, że walczą o swoją publikę i fanów, że zależy im na nich i że uważają ich za świadomych odbiorców. Cieszę się również, że konwenanse odeszły na dalszy plan a na pierwszy wysunęła się artystyczna odwaga. Niestety w Polsce dotyczy to tylko sceny a nie ulicy, ale jest to krok w dobrym kierunku. Ikona stylu w Polsce, w moim mniemaniu, jest zdecydowanie Doda, która wniosła ostatnimi czasy powiew odwagi zachodu. Jej wizerunek jest nienaganny, zawsze dopracowany i bardzo świadomy. Kreacje zawsze w punkt, adekwatne do figury i sytuacji. Ta diva jest idealnym przykładem tego jak należy doceniać swoją widownię, zawsze bardzo wymagająca i perfekcyjnie przygotowaną.

Przy tylu obowiązkach projektanta, ma Pan jeszcze czas na prowadzenie rewii? To już będzie ponad 20 lat, jak ją Pan prowadzi?

Staram się godzić wszystkie moje pasje choć wymagają ode mnie dużo czasu. Wspiera mnie we wszystkich działaniach zarówno mój partner jak i sztab osób, które umożliwiają mi tworzenie wielopłaszczyznowe. W tym roku w czerwcu minęły 22 lata, odkąd istnieje Rising Stars Revue. Udało mi się dzięki nim wyreżyserować dwa pełnometrażowe spektakle teatralne i jesteśmy w trakcie przygotowywania kolejnego. To oddech po pandemii i prawie całkowitemu zamknięciu świata rozrywki.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



DODA



DODA



KADR Z SERIALU "KRÓLOWA",
ŹRÓDŁO: NETFLIX



VIKI GABOR

STYL ŻYCIA

BLUZA W WYRAZISTYM
KOLORZE
DIVERSE 239,99 PLN



CALVIN KLEIN JEANS
VAN GRAAF 449,95 PLN



BUTY ZIMOWE MĘSKIE
MCKINLEY GOPOW AQX
INTERSPORT 499,99 PLN



BLUZA
Z KAPTUREM 139,90 PLN
KOSZULA 94,90 PLN
CZAPKA 47,90 PLN
OKAIDI



Jesienne inspiracje



UNOFFICIAL BLUE
VISIONEXPRESS 299 PLN



BURBERRY CLASSIC
VISIONEXPRESS 759 PLN



RAY-BAN ROUND
VIU VIU OPTICA 712 PLN

KURTKA DAMSKA
PRZEJŚCIOWA TURKUSOWA
249,90 PLN

SPODNIE DAMSKIE
WZORZYSTE ZIELONE
119,90 PLN

MEDICINE



SERUM DO TWARZY
IMMORTELLE RESET
L'OCCITANE
30 ML 269 ZŁ
EKO-UZUPEŁNIENIE 50 ML 329 ZŁ



KOSZULA BAWĘNIANA
Z KIESZENIĄ
DIVERSE 199,99 PLN



SZLAFROK
DAMSKI
GATTA 239,90 PLN

PŁASZCZ DAMSKI
NEW YORKER 279 PLN



PUMPKIN SPICE LATTE
TALL 18,90 ZŁ
GRANDE 20,90 ZŁ
VENTI 22,90 ZŁ
STARBUCKS



ZIELONE
TRZEWIKI
NA GRUBEJ
PODESZWIE
Z LINII RKO
RYŁKO
499,99 PLN



TOREBKA
VENEZIA 459 PLN





Wszędzie dobrze, ale w Gospodzie najlepiej

GOSPODĄ DAWNIEJ BYŁ DOM NA WSI ALBO STOJĄCY PRZY UCZĘSZCZANEJ DRODZE, W KTÓRYM MOŻNA BYŁO SIĘ ZATRZYMAĆ, ZJEŚĆ COŚ, ODPOCZAĆ, A NIEKIEDY I PRZENOCOWAĆ. SIEDLIŚKO NATOMIAST TO CZĘŚĆ GOSPODARSTWA ROLNEGO, NA KTÓRYM MOŻNA BUDOWAĆ WSZELKIEGO RODZAJU OBIEKTY, SŁUŻĄCE DO PROWADZENIA TEGOŻ GOSPODARSTWA. TE DWA SŁOWA DOSKONAŁE SIĘ UZUPEŁNIAJĄ I PASUJĄ DO NOWEJ RESTAURACJI NA MAPIE SZCZECINA. GOSPODA SIEDLIŚKO, CHOĆ JEST UMIEJSCOWIONA W CENTRUM, DZIĘKI MENU I ATMOSFERZE POZWALA NA CHWILOWĄ I SMACZNĄ UCIECZKĘ Z MIASTA.

– W obecnych czasach mamy bezproblemowy dostęp do każdej kuchni świata, ale przecież każdy z nas ma niejednokrotnie ochotę na domowy obiad i smaki, na których się wychowaliśmy – mówi Ewelina Gawlik, właścicielka restauracji. – Gospoda Siedlisko to smaki, które kojarzą się z domem. Przepyszne swojskie potrawy, które z sentymentem wspominamy, gdy myślimy o naszych babciach, mamach i atmosferze rodzinnego domu. Szczególnie jeśli spojrzymy na tempo życia, jakie prowadzimy... warto usiąść, odetchnąć, zjeść pyszny obiad.

– Nasza karta opiera się na klasykach polskiej kuchni – wtóruje Jakub Szwak, menager restauracji. – To właśnie te smaki są dla nas najważniejsze. Aromatyczne soczyste mięso, domowe sosy, chrupiące warzywa. Oprócz tego zawsze dbamy, aby serwowane przez nas dania wyglądały atrakcyjnie dla oka i były

odpowiednio i elegancko podane. Pamiętajmy, że jemy również oczami!

Co w takim razie dobrego można zjeść w Gospodzie? Między innymi rozgrzewający rosół, ręcznie lepione pierogi, soczystą kaczkę z kluseczkami, klasycznego schabowego z ziemniakami i mizerią, żeberka, karkówkę czy jedyne w swoim rodzaju gołąbki, a także ulubione przez wszystkich pierogi. – Prym na pewno wiodą nasze pierogi. Danie, które większość z nas uwielbia, ale nie każdy ma czas i umiejętności, aby zrobić je samemu w domu – wymienia Jakub Szwak. – Poza nimi, potrawą, którą szczególnie polubili nasi klienci, jest soczysta karkówka. Podobną popularnością cieszy się pierś z kaczki. Menu jest proste i tak skonstruowane, że na pewno każdy znajdzie coś dla siebie.



Restauracja przykłada dużą wagę do jakości składników, z których przygotowywane są dania. Nie uznaje zamienników i półproduktów. Wszystko musi być jak najlepszej jakości. – W naszym Siedlisku wielką uwagę zwracamy na produkty, których używamy. Wiejska kura, ekologiczne warzywa – bez tego się nie obejdzie – podkreśla Ewelina Gawlik. – Nie korzystamy z „gotowców”. Sami pieczemy chleb, lepimy pierogi i robimy własny makaron – czyli tak jak w prawdziwej wiejskiej gospodarce. A Jakub Szwałk dodaje: – Uważamy, co jest dla nas priorytetem, że bez odpowiednich składników nie można stworzyć smacznej i zdrowej kuchni. Nie chcemy naszych gości karmić „sztucznym jedzeniem”, dlatego kierunek był oczywisty – robić jak najwięcej na własną rękę.

Tak jak menu, które jest typowo polskie i kojarzy się z dawnym biesiadowaniem, również wystrój wnętrza restauracji jak najbardziej nawiązuje do tego co serwuje swoim gościom. – Jesteśmy gospodarzami, nie tylko ze względu na potrawy, ale także na wystrój wnętrza. Drewniane stoły, w tym prawdziwy „wiejski stół”, kwiaty... Jest kameralnie i przytulnie – mówi manager Siedliska. – Pamiętajmy jednak, że klimat Gospody to nie tylko rzeczy, ale przede wszystkim zawsze życzliwi i uśmiechnięci ludzie, którzy przywitają państwa w naszym lokalu.

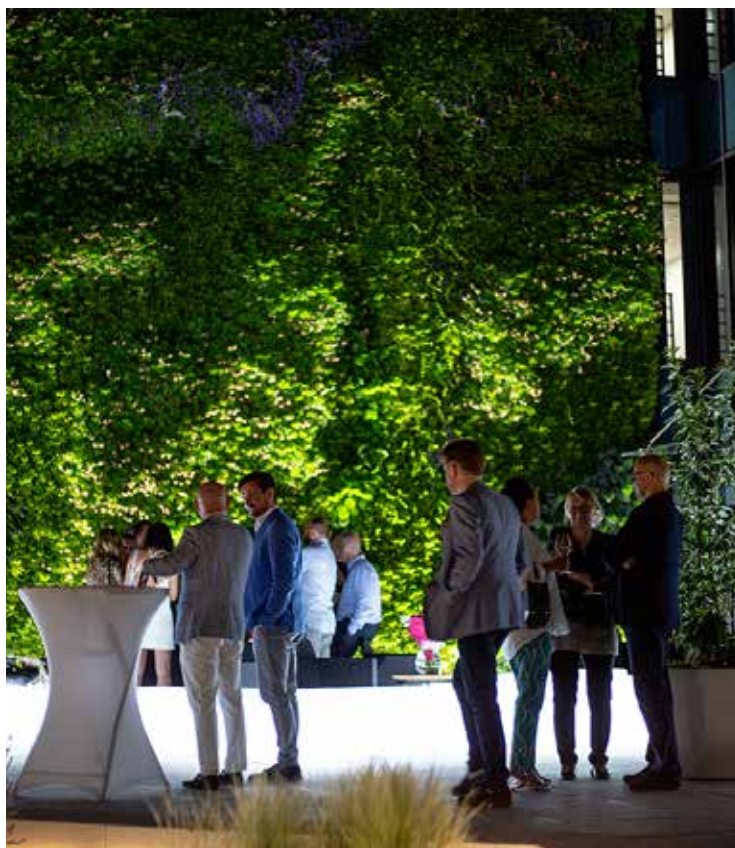


Gospoda Siedlisko, nie tylko gości swoich klientów na co dzień i działa jako klasyczna restauracja. To także bardzo dobre miejsce na zorganizowanie imprezy okolicznościowej. Lokal poza atmosferą i pysznym jedzeniem jest na takie wydarzenia perfekcyjnie przygotowany. – Zgadza się – organizujemy urodziny, komunie, imprezy rodzinne oraz firmowe – zaznacza Ewelina Gawlik. – Zadbamy nie tylko o pyszne jedzenie, ale także wspólny klimat i przyjemną atmosferę!

Wybór lokalizacji restauracji, tak jak jej charakter, także nie był przypadkowy. Siedlisko znajduje się przy ulicy Rayskiego, jednej z najbardziej popularnych ulic w Szczecinie, na której od pewnego czasu tworzy się specyficzny, swojski mikroklimat, a która nawet dorobiła się własnego święta. – Na ulicy Rayskiego zawsze coś się dzieje – podkreśla, uśmiechając się właścicielka Gospody. – Jesteśmy dumni, że możemy być częścią tej społeczności, współtworzyć ją oraz brać udział w organizowanych na Rayskiego eventach.

Proste domowe jedzenie. Ciepła, przyjazna atmosfera i zawsze uśmiechnięta obsługa. W progach Gospody wszyscy są mile widziani.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



Restauracja Zielone Patio – najlepsze miejsce na Twoją imprezę

W CENTRUM SZCZECINA – BIUROWCU POSEJDON ZNALEŻĆ MOŻECIE WYJĄTKOWĄ PRZESTRZEŃ NA ORGANIZACJĘ WSZELKICH UROCZYSTOŚCI. SAM ŚRODEK MIASTA, PIĘKNE PATIO Z IMPONUJĄCĄ ZIELONĄ ŚCIANĄ DO WYŁĄCZNEJ DYSPOZYCJI GOŚCI, PRZEPYSZNA KUCHNIA, PARKING WEWNĄTRZ BUDYNKU, SĄSIEDZTWO HOTELI MARRIOTT I MOXY – TO TYLKO NIEKTÓRE WYRÓŻNIKI LOKALU.





Restauracja Zielone Patio zajmuje się organizacją imprez okolicznościowych, spotkań firmowych i uroczystości. Sala lokalu wraz z zewnętrznym patio i holem jest w stanie pomieścić ponad 400 osób. Restauracja należy do grupy gastronomicznej oferującej kuchnię z wszystkich zakątków świata – od chińskich, włoskich po dania polskie i europejskie. Lokal jest w stanie przygotować każde menu pod preferencje gości – również w formie cateringu w wybranym przez organizatora miejscu.

Wielkim urokiem imprez jest patio wewnątrz budynku ze zjawiskową zieloną ścianą. Patio jest idealnym miejscem na organizację ślubu cywilnego lub humanistycznego. Miejsce ma już z sobą wiele imprez firmowych, spotkań integracyjnych, rodzinnych uroczystości, bankietów, koncertów a nawet dyskotek czy wernisaży.

Od poniedziałku Zielone Patio funkcjonuje jako bufet serwujący pyszne śniadania i lunchy. Restauracja otwarta jest od 8 do 18, w ostatniej godzinie funkcjonowania goście mogą skorzystać z 30% zniżki na wszystkie dania z bufetu. Dodatkowym atutem jest darmowy parking w Posejdonie.

Zapraszamy do poznania oferty.



MARCIN NOWIŃSKI,
MENAGER ROSSO
FUOCO



Gość dobrze obsłużony, gość zadowolony

WYBIERAJĄC SIĘ DO RESTAURACJI NA OBIAD CZY KOLACJĘ, ZAWSZE ZWRACAMY UWAGĘ NA JEDZENIE, NA JEGO SMAK I JAKOŚĆ. WAŻNY JEST DLA NAS WYSTRÓJ WNĘTRZA LOKALU I RZECZ, NIEMAL TAK WAŻNA JAK SAMO MENU – OBSŁUGA.

Efekt pierwszego wrażenia

Włoska restauracja Rosso Fuoco, należy do tych lokali, w których od progu wita nas uśmiechnięty personel, gdzie nawet przychodząc samemu, mamy pewność, że ktoś się nami opiekuje, smacznie nakarmi, zabawi rozmową, a nawet będzie szansa zamienić parę słów z szefem kuchni. Można się tu głośno śmiać, rozmawiać nie trzeba się spieszyć, a jeśli zabierzemy ze sobą naszego psa, to mamy pewność, że i on zostanie godnie

obsłużony. – Dla mnie najważniejszy jest pierwszy kontakt z gościem – mówi Marcin Nowiński, menager Rosso Fuoco. – Nawet jeśli nie jestem akurat w stanie na chwilę przy nim się zatrzymać, muszę mu przynajmniej powiedzieć: „za 2 minuty jestem”. To jest najważniejsze zdanie. Gość ma wtedy pewność, że ktoś się nim zainteresował. Restauracja jest czymś w rodzaju domu. Przychodzi ktoś do nas, więc to naturalne, że powinniśmy się naszym gościem zaopiekować.

To pierwsze wrażenie, o którym wspomina menager Rosso Fuoco jest ogromnie ważne. Są przecież goście, którzy przychodzą do danego lokalu także ze względu na jego obsługę. – Kiedy już nasz gość usiadzie przy stole, należy dalej utrzymywać z nim kontakt. Należy z nim rozmawiać, udzielać informacji, jeśli np. w kuchni jest czasowa obsługa, czy czegoś brakuje w karcie, to powinno być od razu powiedziane, szczególnie gdy taka osoba, który nas odwiedza, jest u nas po raz pierwszy.

O efekcie „pierwszego wrażenia” mówi również Ewa Brok, zana specjalistka od savoir-vivre i trener etykiety biznesowej, która na swojej stronie ewabrok.pl udowadnia, że savoir-vivre nie jest reliktem przeszłości, a odpornym na działanie czasu narzędziem, które wspiera rozwój inteligencji społecznej, czyli zdolności do postępowania z innymi ludźmi. To także stała klientka restauracji, którą ceni nie tylko za dobre jedzenie. – Nie da się zrobić drugiego wrażenia. Ten pierwszy kontakt jest najważniejszy, również od strony gościa restauracji – podkreśla Ewa Brok. – Najpotężniejszym czynnikiem, który sprawia, że ludzie ulegają naszemu urokowi, jest zrozumienie, że jeżeli ludzie nas polubią, to są w stanie wybaczyć nam wiele rzeczy. Możemy dostać lepszy stolik lub zostaniemy szybciej obsłużeni... Z drugiej strony kelner nas obsługujący otrzyma większy napiwek. Powinniśmy dbać o te relacje, ponieważ są one kluczem do tworzenia więzi opartego na wzajemnym szacunku.

Smaczno, czyli gość przy stole

Praca jako obsługa restauracji ma też swoje mniej przyjemne strony, gdyż różni są również jej goście. I „klient awanturujący się”, nie jest tylko postacią z filmu. – Jest taka grupa osób, która doskonale zna system pracy danej restauracji – wyznaje Marcin Nowiński. – Jeżeli kelner nie podejrze do stolika po 2 - 3 minutach i nie zapyta o to czy wszystko jest porządku z daniem, to gość restauracji może powiedzieć, że coś mu nie smakowało, na zasadzie: „Zjadłem wszystko, ale pan nie podchodził. Nie mieliśmy kontaktu”. Ludzie to wykorzystują.

Restauracja jak dom

Marcin Nowiński, w gastronomii pracuje już 15 lat, w Rosso jest menagerem lokalu. – Do moich obowiązków należy m.in. posadzenie gości do stolika, sprawdzenie rezerwacji, czy wszystko się zgadza za barem. Czasem też chwycę za tacę – wymienia. – W weekendy organizacja pracy wygląda inaczej. Nie byłbym w stanie obsługiwać stolików i nadzorować reszty. W Rosso rozdzielamy obowiązki. Moje początki tutaj nie były proste, bo przyszedłem do Rosso jako osoba z zewnątrz i od razu zostałem zatrudniony na stanowisku menagera. Musiałem żyć się z zespołem, ale na takiej zasadzie, żeby utrzymywać też zdrowy dystans. Myślę, że się to udało.

Nie ukrywa również, że restaurację traktuje jak swój drugi dom. Atmosfera, szefstwo, zgrany zespół – to wszystko ma dla niego znacznie. – Staramy się, aby atmosfera w naszej restauracji nie była zobowiązująca, żeby była luźna, żeby nasi goście nie czuli się pozostawieni sami sobie – podkreśla Marcin. – Szanujemy gości. Jeśli przychodzi przykładowo rodzina z dziećmi, które zazwyczaj są głośne, żywe, lubią biegać po restauracji, to nie narzekamy, tylko znajdujemy takie miejsce dla nich, by wszyscy czuli się komfortowo. Nie oceniamy ludzi, przecież nie wiemy, kim są te osoby. A zawsze mogą do nas chętnie wrócić i to jest najważniejsze.



EWA BROK,
SPECJALISTKA
OD SAVOIR-VIVRE
I TRENER ETYKIETY
BIZNESOWEJ





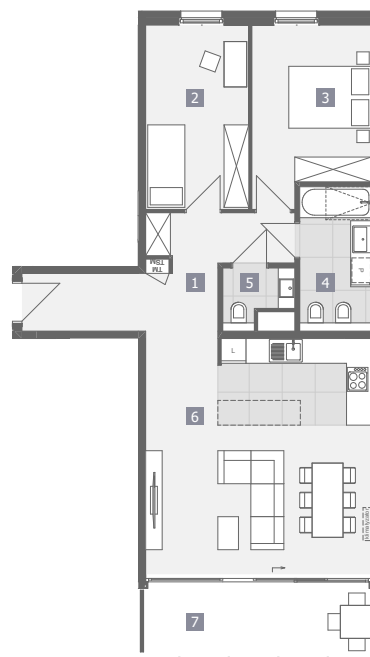
Mieszkanie nad wodą

CLUBHOUSE POŁOŻONY NAD SAMYM BRZEGIEM JEZIORA DĄBIE PRZY UL. PRZESTRZENNEJ. JADĄC OD CENTRUM, ZALEDWIE PO KILKU MINUTACH ZNAJDUJEMY SIĘ W OTOCZENIU WODY I PRZYRODY.

Wszystkie lokale oferują wyjątkowo komfortowe warunki i mają pozwolenie na użytkowanie. Już za moment właściciele będą otrzymywali klucze do swoich wymarzonych mieszkań, by móc się do nich natychmiast wprowadzić.

Komfortowo i z widokami

Nowoczesna bryła budynku wyróżnia się systemem podwójnej, przesuwnej fasady. To innowacyjne rozwiązanie pozwala osłonić się przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi na dużych tarasach, które są znakiem rozpoznawczym CLUBHOUSE. Powiększają one przestrzeń mieszkalną, dając warunki do przeniesienia na zewnątrz części życia towarzyskiego i sąsiedzkiego. Można z nich podziwiać rozległe widoki na wodę i zieloną przestrzeń lotniska sportowego w Dąbiu. Przesuwna fasada pozwoli też zadbać o spokój. Ciszę w budynku zapewnia zastosowanie podwyższonej izolacyjności dźwiękowej i systemu cichobieżnych wind. Potencjał mieszkań można wykorzystać przy pomocy smartfona. Przygotowane są do montażu klimatyzacji, a do wykończenia wykorzystano materiały o najwyższym standardzie, m.in. stal nierdzewną, lustra, klinkiery, kamień naturalny, lastryko terazzo. Przede wszystkim zadbano o ergonomię mieszkań, kładąc nacisk na funkcjonalny rozkład pomieszczeń i ich podział na strefę nocną i dzienną.



MIESZKANIE OZN. A.3.2
NR A.12

PIĘTRO III
LICZBA POKOI: 3
POW. UŻYTKOWA: 72,73m²
WYSOKOŚĆ MIESZKANIA: 2,67m

1 PRZEDPOKÓJ	12,56 m ²
2 SYPIALNIA	10,97 m ²
3 SYPIALNIA	11,46 m ²
4 ŁAZIENKA	5,92 m ²
5 WC	2,03 m ²
6 POKÓJ DZIENNY	29,79 m ²
7 ANEKSEM KUCHENNYM	
RAZEM	72,73 m²
7 BALKON	9,32 m ²



Mieszkania dla Ciebie

Obecnie do nabycia są jeszcze mieszkania zarówno w klatce A, położonej bliżej lotniska sportowego, a także w klatce B, czyli bliżej wody.

3-pokojowe mieszkanie A.3.2 ma prawie 73 m² i jest to ostatnie mieszkanie tego typu w budynku CLUBHOUSE. Charakterystyczna dla niego jest cała przeszklona ściana w salonie, zapewniająca dużą ilość światła dziennego. Natomiast 2 sypialnie położone są od strony zachodniej – jest to świetny podział na część dzienną i nocną, odpowiadający naszym biologicznym potrzebom i naturalnemu trybowi życia. Co ważne, przestronnego widoku z salonu nic nie zasłania – nie ma tu żadnego budynku, który stanowiłby jakąś przeszkodę.

Funkcje dzienna i nocna są doskonale rozdzielone także w mieszkaniu B.1.3, w którym na 2 strony budynku wychodzą nie tylko okna, ale i balkony. Jest to 4-pokojowe mieszkanie o metrażu 134 m². Pokój dzienny z aneksem kuchennym zajmuje ok. 58 m², a wzdłuż salonu i jednej sypialni rozciąga się długi, aż 55-metrowy taras, na który można przenieść część życia towarzyskiego. Jest tu wystarczająco dużo miejsca na spędzanie czasu w gronie rodziny i znajomych. W mieszkaniu znajdziemy 4 sypialnie, 2 łazienki, toaletę i małe pomieszczenie gospodarcze, które pomoże zadbać o dobrą organizację przestrzeni.

W marynistycznym stylu

CLUBHOUSE to doskonały wybór dla osób ceniących wygodę i aktywny styl życia, a zwłaszcza dla miłośników żeglarsstwa i innych sportów wodnych. Na parterze budynku, który kształtem przypomina statek, znajdują się lokale usługowe, m.in. siedziba najstarszego klubu żeglarskiego w Polsce – Yacht Klub Polski Szczecin, pod którego sufitem zawisnie prawdziwy jacht. Przed budynkiem, w dąbskiej marinie, będzie można zacumować własną jednostkę pływającą. Żeglarskie akcenty obecne są także na elewacji i w hali garażowej, w której miejsca postojowe są oznakowane przy pomocy kodu flagowego. Deweloper zadbał o spójność praktycznych rozwiązań z estetyką budynku.

Jezioro Dąbie przyciąga jednak nie tylko wodniaków, ale także rowerzystów, pasjonatów pieszych wycieczek i miłośników przyrody. Wzdłuż brzegu jeziora poprowadzona jest ścieżka

rowerowa, która łączy zlokalizowane w tej części wodne zakątki Szczecina, wyposażone w infrastrukturę rekreacyjną. Nieco dalej położona Puszcza Bukowa zaprasza na wędrowki, rajdy i grzybobranie. Dzięki lokalizacji w otoczeniu natury CLUBHOUSE jest ciekawym miejscem do zamieszkania.

autor: Karina Tessar/foto: materiały prasowe

MARINA DEVELOPER

Przystań na dobre.

MIESZKANIE OZN. B.1.3 NR. B.3

PIĘTRO I
LICZBA POKOI: 4
POW. UŻYTKOWA: 134,67m²
WYSOKOŚĆ MIESZKANIA: 2,67m

1 PRZEDPOKÓJ	14,00 m ²
2 POKÓJ DZIENNY	
Z ANEKSEM KUCHENNYM	57,93 m ²
3 WC	1,99 m ²
4 SYPIALNIA	25,63 m ²
5 ŁAZIENKA	4,66 m ²
6 POM. GOSP.	2,03 m ²
7 ŁAZIENKA	4,77 m ²
8 SYPIALNIA	12,72 m ²
9 SYPIALNIA	10,94 m ²
RAZEM	134,67 m²
10 TARAS	54,77 m ²
11 TARAS	16,86 m ²





ASSETHOME WKRACZA NA RYNEK WTÓRNY POD MARKĄ ASSETREALESTATE.PL

– Słuchaliśmy naszych klientów i postanowiliśmy ruszyć z projektem Asset Real Estate – mówią zgodnie właściciele Assethome. – Na rynku pierwotnym jako assethome.pl osiągnęliśmy już dużo i dzisiaj jesteśmy liderem wśród nieruchomości klasy premium – teraz zaczynamy nowy rozdział i ruszamy także na podbój rynku wtórnego!

Kojarzeni są przede wszystkim z silnie ugruntowaną pozycją na rynku pierwotnym. Obsługują projekty deweloperskie nad morzem, w Szczecinie, w Poznaniu, w górach i w Hiszpanii. Zespół assethome.pl od lat z powodzeniem spełnia wymagania swoich klientów co do zakupu wymarzonej nieruchomości. To, co ich charakteryzuje, to bogate portfolio luksusowych mieszkań oraz najlepszych apartamentów inwestycyjnych. Dotychczasowy sukces zachęcił ich do działania i sprawdzenia się w rynku, który rządzi się trochę innymi prawami.

Dzięki Asset Real Estate poszerzają działalność assethome.pl czyniąc usługi bardziej kompleksowymi. Wiadomo, że zakup nieruchomości od Dewelopera to dopiero początek, a ta sama nieruchomość może zmieniać właściciela wielokrotnie. Przyświecają im dwa cele. Pierwszy to zaoszczędzenie czasu obu stronom transakcji, poprzez szybkie ich skojarzenie oraz dostarczenie jakości usługi na najwyższym poziomie, a to już wyćwiczyli w ramach assethome.pl. Drugi cel to uzupełnienie oferty rynku pierwotnego o najpiękniejsze, wyselekcjonowane nieruchomości na rynku wtórnym i właśnie po to powstała zupełnie nowa marka nieruchomości premium z rynku wtórnego Asset Real Estate.

Przygotowanie projektu Asset Real Estate to długotrwały proces, do którego podeszli w sposób profesjonalny. Przygotowania zajęły nam ponad pół roku. Chcieli mieć wszystko zapięte na ostatni guzik. Teraz przyszedł czas na zaprezentowanie Asset Real Estate na rynku. – Nie ukrywam, że na ten moment czekaliśmy z niecierpliwością. Dla nas moment weryfikacji usługi

z rynkiem to zawsze ekscytujący moment – mówi CEO Assethome Michał Wąsik.

Oferując całe inwestycje deweloperskie, mamy ogromną liczbę zapytań o lokale, które już wcześniej zostały sprzedane – dodaje Michał Wąsik – Posiadamy też wiedzę o klientach, którzy decydują się na sprzedaż nabytych nieruchomości tuż przed zakończeniem inwestycji lub już po przekazaniu kluczy. Szczególną uwagę skupimy wokół klientów, którzy mają zamiar sprzedać apartamenty kupione z naszą pomocą w inwestycjach oferowanych za sprawą assethome.pl, ale nie tylko. Pozostaje nam jedynie połączyć obie strony transakcji. Ta wiedza to nasza główna przewaga na rynku i zamierzamy na 100% ją wykorzystać.

Przeprowadziliśmy już pierwsze testy, które okazały się dla nas obiecujące. Wynika z nich, że część nieruchomości może się nie doczekać publikacji na dedykowanej stronie assetrealestate.pl. Jesteśmy przekonani, że w wyselekcjonowanej grupie 40 000 klientów inwestycyjnych assethome.pl w bardzo krótkim czasie znajdziemy nabywców apartamentów – podsumowuje CEO Assethome

Od samego początku w ramach Asset Real Estate obsługę zapewnią najlepsi doradcy na rynku. Jest ich na ten moment kilkunastu. W zdecydowanej większości zdobyli oni najlepsze doświadczenia w ramach assethome.pl.

Marek Oleśków, CFO Assethome

Jakie są korzyści ze współpracy z Asset Real Estate?

Na podstawie wiedzy i doświadczenia chcemy zapewnić najwyższy poziom wygody zarówno Sprzedającemu, jak i Kupującemu. Nasi klienci mogą na nas liczyć na każdym etapie współpracy. Nasza praca to nie tylko pośrednictwo – za cel stawiamy sobie budowanie długotrwałych relacji. Najważniejsza jest dla nas jakość obsługi.

MAGDALENA ZABORSKA



MARTA WOLNY



ROKSANA WEBER



Współpracujemy z bardzo dużą bazą klientów, która każdego dnia jeszcze się powiększa. Obsługujemy klientów, którzy niejednokrotnie wracają do nas, żeby kupić kolejne nieruchomości lub sprzedać te, które już wcześniej nabyli za naszym pośrednictwem. Często klienci kupowali nieruchomości z myślą, żeby je później sprzedać z zyskiem, prosili nas o pomoc przy sprzedaży, ale ze względu na charakter firmy polecałismy zaprzyjaźnione biura. Do niedawna mogliśmy oferować swoją pomoc tylko w kupnie nieruchomości z rynku pierwotnego, obecnie otwieramy się również na sprzedaż z tzw. drugiej ręki. Rynek wtórny zawsze był w naszym kręgu zainteresowań. Teraz jest ten moment, kiedy z dumą informujemy, że to się zmieniło i nasi klienci w tej kwestii również będą mogli na nas liczyć.

Pięć lat zajęły nam przygotowania do stworzenia odpowiedniej bazy nieruchomości i zaplecza marketingowego, by stworzyć nową jakość na rynku wtórnym. Naszym kluczowym atutem jest profesjonalny Zespół Doradców, który obsługuje wszystkie topowe inwestycje nad Bałtykiem, a także najlepszy dział Marketingu. Obecny budżet marketingowy jest jednym z największych w Polsce na obszarze rynku nieruchomości, a naszymi partnerami są największe platformy sprzedażowe i ogólnopolskie wydawnictwa. Stale publikujemy artykuły w ogólnopolskich wydawnictwach, np. Forbes, Gazeta Wyborcza, itd. Nasz obszar działań na najbliższy rok to województwo zachodniopomorskie. Plany ekspansji są bardzo ambitne i je zrealizujemy.

Tworzymy nową jakość na rynku nieruchomości Premium zarówno w marketingu, jak i obsłudze klienta. Od tego roku możemy nasze reklamy zobaczyć na ogólnopolskiej antenie, m.in. w TVN. Docieramy do 4,5 mln osób miesięcznie.

CEO Assethome Michał Wąsik

Inspiracje czerpiemy od naszych klientów, są inspiracją do stworzenia Asset Real Estate, gdy np. po kilku latach od zakupu swojego pierwszego „M” wracali do nas z cudowną informacją o powiększeniu rodziny. Pomagaliśmy poszukiwaniu nowej nieruchomości. Natomiast przy sprzedaży poprzedniej, nasi klienci szukali pomocy w innych biurach. Nieruchomości, które oferowaliśmy na rynku pierwotnym, a które po kilku latach wracają do ponownej sprzedaży znamy najlepiej – podglądaliśmy wszystkie etapy budowy, widzieliśmy jak „rosną ściany”, towarzyszyliśmy klientom przy zakupie.

Tak naprawdę obecnie wykonujemy bardzo naturalny krok. Jesteśmy przekonani, że nasze doświadczenie na rynku nieruchomości, aktywna obecność w mediach społecznościowych, profesjonalne zaplecze informatyczne i marketingowe pozwolą nam stworzyć markę nr 1 również na rynku wtórnym. Czerpiąc z modelu, jaki z powodzeniem sprawdza się w assethome.pl na rynku pierwotnym indywidualnie ustalamy z naszymi klientami warunki współpracy.

Mariusz Kiermasz CIO Assethome

Jakie nieruchomości znajdują się w ofercie Asset Real Estate?

Tylko nieprzeciętne nieruchomości w najlepszych lokalizacjach. Obsługujemy obecnie najbardziej zamożnych klientów w Polsce, dla których priorytetem jest jakość. Swoją ofertę kierujemy do osób wymagających, dla których profesjonalna obsługa naszych doradców jest priorytetem. Jesteśmy przekonani, że najbardziej wyszukane nieruchomości pozwolą nam sprostać tym oczekiwaniom. To, co ważne, podobnie jak w przypadku rynku pierwotnego, chcemy stworzyć największą bazę ofert premium.

Jakie nowości w tym roku w assethome.pl?

W tym roku pokazaliśmy już kilka nowych inicjatyw a Asset Real Estate to nie jedyna nowość w naszej firmie. Pierwszy przykład z góry to m.in. inauguracyjny event Real Estate Investor's Club promujący inwestycję Baltic Jet. Na evencie spotkaliśmy się na początku wakacji w prestiżowej kamienicy przy ul. Młyńskiej 12 w Poznaniu. Inicjatywa powstania klubu również wywodzi się od naszych klientów, którzy wskazywali na brak profesjonalnej platformy z dostępem do nieruchomości oferowanych przedpremierowo. Klub skupia wokół siebie osoby, które zajmują się inwestowaniem na rynku nieruchomości.

Magdalena Zaborska Manager ds. Nieruchomości

Zatrudniliśmy najnowocześniejszą technologię do pracy. Dla maksymalnego komfortu naszych klientów we wszystkich oddziałach Assethome stanęły dotykowe ekrany multimedialne. Interaktywne monitory dają możliwość zwiedzania obiektu i okolicy jeszcze przed startem budowy. Cieszą się one dużym zaciekawieniem i aprobatą wśród osób zainteresowanych zakupem, ponieważ pozwalają na wirtualny spacer, przez co łatwiej jest wyobrazić sobie, jak będzie wyglądała dana inwestycja.

Marta Wolny, doradca Assethome

Teraz wystartowaliśmy z nową platformą www.assetrealestate.pl, stroną stworzoną pod naszych klientów, która będzie miała przyjazny interfejs, możliwość wyboru, dodawanie ulubionych nieruchomości i personalizacji oferty, a także zapisania się do newslettera.

Roksana Weber, doradca Assethome

Podsumowując, Asset Real Estate to efekt pracy wielu osób zaangażowanych dotychczas w Assethome. Każdy z nas wnosi coś innego do wspólnego nowego projektu. Liczymy na to, że nasze doświadczenie i wykształcenie w zakresie obrotu na rynku nieruchomości, kredytów, prawa, marketingu oraz IT da niesamowity efekt i wprowadzi nową jakość na rynku wtórnym. Już raz to zrobiliśmy wprowadzając na rynek Assethome. Mamy apetyt, aby to powtórzyć w Asset Real Estate.

Do zobaczenia [#assethometeam](https://www.instagram.com/assethometeam)





Rewolucja spod znaku Volvo

SALON VOLVO AUTO BRUNO PODCZAS JEDNEGO Z WRZEŚNIOWYCH WIECZORÓW ZORGANIZOWAŁ KAMERALNE SPOTKANIE DLA KLIENTÓW I WIELBICIELI TEJ SZWEDZKIEJ MARKI SAMOCHODÓW. PODCZAS IMPREZY, UPRZYJEMNIONEJ WYBORNymi WINAMI Z WINNICY TURNAU, ROZMAWIANO O PRZYSZŁOŚCI FIRMY I JEJ OGROMNYM WKŁADZIE W BEZPIECZEŃSTWO I EKOLOGIĘ W MOTORYZACJI.

– Volvo, gdy chodzi o bezpieczeństwo, cały czas planuje innowacje, dlatego osiągnięcie 5 gwiazdek, czyli maksymalnej noty w europejskich i amerykańskich testach bezpieczeństwa to nic wielkiego – wyznaje Stanisław Dojs, rzecznik prasowy Volvo Car Poland. – Nasze samochody mają być najbezpieczniejsze na świecie nie tylko dla gwiazdek czy punktów. Nowy samochód, który wkrótce pokażemy ma jeszcze bardziej podnieść tę poprzeczkę.

Mowa o następcy Volvo XC90, który ma się pojawić z zupełnie nową platformą i technologią. – Na razie mogę jedynie zdradzić, że będzie to największy i najdroższy SUV w naszym katalogu. Pięciometrowy, z siedmioma miejscami, z dużym mocnym silnikiem – mówi Stanisław Dojs. – A w przyszłym roku czeka nas jeszcze jedna premiera modelu, ale będziemy mogli zdradzić więcej szczegółów na jej temat dopiero za jakiś czas.

Wszystkie samochody, które zadebiutują po wspomnianym XC90, całkowicie odświeżą gamę modelową szwedzkiej marki. – Volvo planuje wprowadzić do swojej oferty wyłącznie samochody elektryczne. To oznacza, że do 2030 roku znikną wszystkie auta spalinowe – podkreśla rzecznik prasowy Volvo Car Poland – Jeżeli ktoś myśli, że jest to szaleństwo, to w 2035 roku na terenie Unii Europejskiej nie będzie można zarejestrować samochodu z żadnym napędem spalinowym. Mowa jest także o hybrydach i hybrydach plug-in. Ponadto nasze samochody elektryczne zyskają kolejne technologie napędowe: trochę podniesiemy ich moc, pojawi się wersja jednosilnikowa z napędem na tylną oś. Zmienimy również sposób napędu tych silników, by były jeszcze bardziej efektywne.

Za nową, ekologiczną strategią Volvo przemawia wiele czynników. – Przede wszystkim silnik elektryczny jest silnikiem bar-



dziej efektywnym – stwierdza Stanisław Dojs. – My co prawda tego na co dzień nie odczuwamy, ponieważ samochód benzynowy czy diesel, kiedy go zatankujemy, potrafi przejechać na baku 600-800km i w bardzo krótkim czasie uzupełnić to paliwo. Samochód elektryczny, jednak jeśli spojrzymy, ile energii zamienia w ruch, jest samochodem wielokrotnie bardziej efektywnym. Spotkałem się z opiniami ludzi z branży motoryzacyjnej, mówiącymi, że samochody hybrydowe potrafią osiągać poniżej 100 g CO2 na 1 km, przez co są lepsze od elektryków, bo w Polsce pali się węglem, więc jest gorzej. Owszem, ale zapominamy o bardzo istotnym fakcie: ropa naftowa, rafinacja oraz transport są dla środowiska tak nieprawdopodobnie obciążające, że nasze kopalnie czy nawet elektrownie opalane węglem to zdecydowanie mniejszy problem. Stąd też pragnienie, żeby trochę tego CO₂ zredukować i przestawić motoryzację, zwłaszcza osobową, na elektrykę. Ma to sens, zwłaszcza w takich krajach jak nasz.

Powracając do tematu bezpieczeństwa w motoryzacji, w którym Volvo jest liderem, warto przypomnieć o ważnym fakcie. Otóż pasy bezpieczeństwa w samochodach nie zawsze były normą, dopiero Volvo, w drugiej połowie lat 50. poprzedniego wieku to zmieniło. Osobą, która dokonała tej rewolucji był młody inżynier Nils Bohlin. – Bohlin wcześniej pracował dla firmy SAAB, dla której skonstruował fotel z katapultą dla myśliwca odrzutowego. Sukces jego wynalazku przyczynił się do współpracy z Volvo – mówi Stanisław Dojs. – Dla szwedzkiej marki skonstruował nowatorskie trzypunktowe pasy bezpieczeństwa, które znalazły się w wyposażeniu każdego modelu Volvo. Co ciekawe, szwedzka marka udostępniła ten wynalazek, zupełnie za darmo, innym firmom motoryzacyjnym. Choć pomysł Bohlina był na początku krytykowany – mówiono m.in. o tym, że to zamach na wolność, że pasy są niewygodne i nieskuteczne – to czas i samo życie pokazały, że dzięki nim ogromna ilość osób przeżyła wypadki drogowe.

autor: Aneta Dolega / foto: Alicja Uszyńska



Elegancka przystaiń wypoczynku

WYJĄTKOWOŚĆ I ELEGANCJA – TE HASŁA TOWARZYSZYŁY ARCHITEKTCE WNĘTRZ AGNIESZCE DROŃSKIEJ PRZY PROJEKTOWANIU DWUKONDYGNACYJNEGO, NADMORSKIEGO PENTHOUSE'U W SIANOŻĘTACH. GŁÓWNYM CELEM PROJEKTU BYŁO WYKREOWANIE DLA INWESTORA WIELOZADANIOWEJ PRZESTRZENI WSPÓLNEJ ORAZ INTYMNYCH, WYCISZAJĄCYCH CZĘŚCI PRYWATNYCH.





– Szczególną cechą projektu są wszechobecne błękity połączone z ciepłymi odcieniami bieli i beżu – mówi architekt – Podążające za najnowszymi trendami chromowane i złote elementy, oraz zastosowanie szlachetnych materiałów nadają wnętrzu ponadczasowej elegancji, a opływowe kształty i miękkie formy sprawiają, że projekt staje się jedyny w swoim rodzaju.

Aranżacja penthouse'u, dzięki zastosowaniu dużych powierzchni okiennych, w naturalny sposób wpisuje się w nadmorską atmosferę i pozwala na integrację wnętrza z otoczeniem. Zapewnia to przyszłym lokatorom spokojną przystań do wypoczynku.

ad
projekt: Agnieszka Drońska
foto: materiały prasowe



architekt Agnieszka Drońska
+ 48 603 699-900
architekt@baszta.eu
www.projektowaniewnetrz.baszta.eu

interior design
Baszta
projektowanie wnętrz

Kiedy przestajesz

sobie radzić

z porządkami

- dzwoń do nas,
pomozemy!

Nowe usługi:



Ekologiczne sprzątanie bez detergentów
profesjonalną parownicą Kärcher SG4/4



Mycie tarasów,
pol-bruków,
klinkierów, płyt
chodnikowych
profesjonalną
myjką spalinową
Kärcher HD 7/200

**Od dziś, tylko u Nas.
Zapraszamy!"**



URSZULA I SPÓŁKA
SPRZATANIE MIESZKAN,
DOMÓW I BIUR



731 956 551

WWW.URSZULAI SPOLKA .PL

Przebarwienia, niemiła pamiątka z wakacji

TAK, JUŻ NADESZŁA JESIEŃ. NIE POTRZEBUJEMY NA TO CHYBA WIĘCEJ POTWIERDZEŃ – KOLEJKI USTAWIAJĄ SIĘ PO PUMPKIN SPICE LATTE, CZAPKI I PŁASZCZE SĄ WYCIĄGANE Z SZAFY, A PORTALE SPOŁECZNOŚCIOWE ZALEWAJĄ ZDJĘCIA W CIEPŁYCH KOLORACH. W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ RÓWNIEŻ MOŻNA ODGADNĄĆ BEZ WYGLĄDANIA ZA OKNO, JAKA JEST PORA ROKU – POTWIERDZAJĄ TO ZAPISY NA OKREŚLONE ZABIEGI. ŚWIADOMOŚĆ NASZYCH PACJENTÓW JEST NAPRAWDĘ GODNA PODZIWIU, BOWIEM WIEDZĄ ONI DOSKONALE, IŻ JESIEŃ TO NIE SMUTNY SEZON Z DESZCZEM I OPADAJĄCYMI LIŚĆMI, ALE RADOŚNIE POŁYSKUJĄCY ŚWIATŁAMI... SEZON LASERÓW.



Czas urlopów co prawda jeszcze się nie skończył, ale wszyscy zapominamy już o słowie „wakacje”, zwłaszcza gdy zaczął się rok szkolny i akademicki. Niestety okazuje się, że przywozimy z nich więcej pamiątek, niż byśmy pragnęli. Obserwujemy wśród naszych pacjentów wzrost świadomości w temacie pielęgnacji skóry i wiedzą już oni, że przebarwienia należy usuwać na bieżąco, w innym wypadku będzie ich tylko więcej. Przebarwienia to cichy wróg – potrafią ukrywać się przez część roku, aby potem pokazać się w całej okazałości i nieźle popsuć nam nastrój. Nie należy zwlekać – trzeba działać, a my w Klinice Zawodny mamy coraz lepsze rozwiązania i to dla każdego rodzaju skóry.

Czym są przebarwienia? To ciemne plamki na skórze, które naturalnie pojawiają się na jej powierzchni z wiekiem. Zmiany te są efektem wieloletniego działania słońca na skórę. Szczególnie widoczne stają się one w okolicy 50. roku życia i są rezultatem zaburzeń w pracy melanocytów, czyli komórek barwnikowych skóry. Charakteryzują się owalnym kształtem oraz kolorem od jasnożółtego do ciemnobrązowego. Występują najczęściej na skórze dłoni, stóp, na ramionach oraz przede wszystkim – na twarzy.

Bez dwóch zdań w redukcji przebarwień rewelacyjnie radzi sobie terapia laserowa. Jednym z najlepszych wyborów w terapii przebarwień skóry jest zastosowanie lasera pikosekundowego o długości fali 755 nm. W Klinice Zawodny posiadamy laser tego rodzaju, to światowej sławy PicoSure. Zastosowaniem lasera PicoSure jest leczenie skomplikowanych przebarwień posłonecznych, pozapalnych czy nawet hormonalnych (melasma). Fenomenem lasera jest najbardziej odpowiednia i precyzyjna do leczenia zmian barwnikowych długość fali (755nm) światła laserowego, o czasie trwania liczonym w pikosekundach. Zabiegi z użyciem tego typu lasera są wyjątkowo bezpieczne, a proces gojenia przebiega łagodnie i bez pozostawiania blizn pozabiegowych. To jedna z najskuteczniejszych na świecie terapii na przebarwienia. W Klinice Zawodny posiadamy jeszcze jeden laser pikosekundowy, który za sprawą protokołu Pico Genesis również usuwa przebarwienia i poprawia napięcie skóry.

Mamy dla czytelników Prestiżu jeszcze ciekawszą informację – związaną z premierą urządzenia firmy Lumenis, izrealskiego producenta jednych z najlepszych laserów na świecie. Mianowicie pojawiła się u nas platforma laserowa Stellar M22. Należy podkreślić, że w Klinice Zawodny wybieramy zawsze sprawdzo-



TERAPIA ŁĄCZONA PRZEBARWIEŃ
I SPOTKANIE

ne technologie – dotychczas wykonaliśmy kilkanaście tysięcy zabiegów laserowych, jeszcze więcej z wykorzystaniem innych technologii. Do tej pory także zaufało nam ponad dziesięć tysięcy pacjentów i dlatego koniecznym jest, aby urządzenia, które wybieramy, były jak najwyższej jakości. Platforma Stellar, jest takim sprzętem. Urządzenie to daje wiele możliwości leczenia i uzupełnia szerokie portfolio zabiegów w Klinice Zawodny. Działanie wysokoenergetycznej głowicy IPL powoduje silne fotoodmładzanie, a głowicy frakcyjnej – wygładzenie zmarszczek, ale także terapię blizn i rozstępów. Efekt odświeżenia struktur skóry i poprawę wyglądu gwarantuje głęboka przebudowa skóry, którą wykonujemy podczas zabiegu ResurFX. Dzięki platformie Stellar można także pozbyć się zmian na tle naczyniowym oraz przebarwień. Ponadto wprowadziliśmy protokół leczenia o zastrzeżonej nazwie Photofabulous™, który pozwala na działanie usuwające przebarwienia i zmiany naczyniowe oraz silnie przebudowuje skórę i odmładza ją. Wśród pacjentów na świecie rozpoznawalny pod nazwą „zabieg hollywoodzkiego”. Protokół ten doskonale wpisuje się w naszą koncepcję synergii technologii, którą stosujemy w zabiegach łączonych.

W Klinice Zawodny posiadamy także inne platformy wykorzystującą światło IPL, które w równie skuteczny sposób pozwalają na pozbycie się przebarwień, zmian naczyniowych oraz wpływają na poprawę jakości skóry. Quantum SR to niezawodny zabieg od lat i nadal szczerze polecamy go wielu pacjentom. Oprócz tego w okresie jesiennym doskonale sprawdza się platforma Alma DyeVL + Pixel – zarówno jeśli chodzi o działanie przebudowujące skórę, na czele z laserem frakcyjnym, jak i to pomagające w problemach naczyniowych. W końcu jesień to także czas fotoodmładzania. Zaś dla pacjentów, którzy chcieliby skorzystać z zabiegu alternatywnego dla technologii laserowej, posiadamy także peelingi chemiczne o silnym i potwierdzonym działaniu.

To prawda, że szcycimy się szerokim wyborem zabiegów i pogłębianym doświadczeniem w pracy z różnymi zaawansowanymi technologiami. Robimy to od kilkunastu lat, podchodzimy do problemu kompleksowo i holistycznie, na wszystkich istotnych poziomach. Przed zabiegiem usuwania przebarwień wykonujemy szczegółowe badanie stanu skóry pacjenta, tak aby właściwie zdiagnozować jego problem i wybrać najwłaściwszą terapię. Potem obserwujemy progres w sposób badawczy i zrozumieliśmy także dla pacjenta, a umożliwiliśmy nam to badanie wizjograficzne stanu skóry.

Choć przebarwienia to temat bardzo na czasie i zwykle dotyczy plamek na twarzy, to nie należy zapominać, że występują także na ciele – szyi, dekolcie, dłoniach, ramionach. Zabiegi, które oferujemy – poradzą sobie ze wszystkimi obszarami. Radzimy Pacjentom nie zwlekać i podjąć terapię w odpowiednim momencie – dokładnie takim, jak teraz. Zapraszamy na konsultacje i zabiegi.



TERAPIA ŁĄCZONA PRZEBARWIEŃ
I SPOTKANIE



KLINIKĄ ZAWODNY
ESTETIC

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

Skóra pod specjalnym nadzorem

NOWOTWORY SKÓRY, TO CORAZ CZĘSTSZY PROBLEM, Z JAKIM MEDYCINA MA DO CZYNNIENIA. ZAPADALNOŚĆ NA NIE W OSTATNIM CZASIE WZROSŁA, CO RAZ WIĘCEJ OSÓB SZUKA POMOCY LEKARZY. ZESPÓŁ DR MARCINA WIŚNIEWSKIEGO POWIĘKSYŁ SIĘ O KOLEJNEGO SPECJALISTĘ. JEST NIM DOKTOR ALEKSANDRA SZAJKO, SPECJALISTKA ONKOLOGII KLINICZNEJ, NA CO DZIEN PRACUJĄCA W ODDZIALE KLINICZNYM ONKOLOGII, CHEMIOTERAPII I IMMUNOTERAPII NOWOTWORÓW SPSK 1, KTÓRA SPECJALIZUJE SIĘ WŁAŚNIE W NOWOTWORACH SKÓRY.

Panie doktorze, do Pana zespołu niedawno dołączyła doktor Aleksandra Szajko, specjalistka onkologii klinicznej, zajmująca się diagnostyką i leczeniem nowotworów skóry. Skąd pomysł by taki specjalista pojawił się w pańskim gabinecie?

W ostatnim czasie zauważalny jest zdecydowany wzrost występowania nowotworów skóry oraz ilość pacjentów zgłaszających się do naszej kliniki z takim właśnie problemem. W Szczecinie brakowało miejsca, w którym pacjent będzie mógł poddać się badaniu, leczeniu, a także konsultacji onkologicznej w jednym miejscu, a czas od rozpoznania do podjęcia leczenia zostanie maksymalnie skrócony. Informacja o nowotworze wzbudza w każdym z nas ogromne emocje, często strach, a także mnóstwo pytań. Z tego właśnie powodu rozpoczęłam współpracę z panią doktor, która od lat zajmuje się onkologią kliniczną, a w kręgu jej zainteresowań są nowotwory skóry. Chciałbym, aby pacjent od początku do końca czuł się zaopiekowany, a jego pytania nie pozostały bez odpowiedzi. Dodatkowo Ola, to bardzo empatyczna i ciepła osoba, która idealnie pasuje do naszego zespołu.

Z jakich dokładnie usług mogą pacjenci skorzystać w ramach tego problemu zdrowotnego?

Pacjenci będą mogli poddać się badaniu dermatoskopowemu, które ma na celu wczesne wykrycie podejrzanych zmian skórnych. Taką zmianę będzie można również usunąć nawet podczas tej samej wizyty. W przypadku zmian łagodnych oprócz chirurgicznego usunięcia oferujemy także mniej inwazyjne usuwanie laserowe. Ścisłe współpracujemy także z pracownią diagnostyczną, w której wykonywane są badania histopatologiczne i immunoenzymatyczne. W przypadku potwierdzenia złośliwego charakteru zmiany pacjent będzie miał możliwość dokładnego omówienia z onkologiem uzyskanych wyników i zaplanowania dalszego leczenia.

W jakich przypadkach i kiedy powinniśmy zgłosić się na badania dermatoskopowe?

Jeżeli pacjent ma na swojej skórze zmiany barwnikowe, powinien przynajmniej raz w roku skonsultować się z lekarzem i wykonać badanie dermatoskopowe. Konieczna jest także konsultacja w każdym przypadku zauważalnej zmiany w obrębie znamienia lub pojawienia się nowego. Nagły wzrost, zmiana koloru, nierównomierne rozmieszczenie barwnika, świąd czy niegojąca się nadżerka powinny zaalarmować pacjenta i skierować go na badanie. Każdy nowotwór skóry jest wyleczalny, jeżeli zostanie odpowiednio wcześniej rozpoznany.

Jak wygląda przebieg takiego badania?

Samo badanie jest nieinwazyjne i bezbolesne. Polega na obejrzeniu wszystkich zmian skórnych w dużym powiększeniu, za pomocą dermatoskopu. Oceniane są zmiany w naskórku i skórze właściwej. Dzięki zastosowaniu immersji zwiększamy prze-



zierność warstwy rogowej i dokładniej możemy ocenić zmiany, które położone są nieco głębiej. Podobne znaczenie ma także zastosowanie światła spolaryzowanego. Ważne jest, aby badania poddać wszystkie znamiona.

Co wywołuje nowotwory skóry i jak wygląda późniejsze ich leczenie?

Na powstanie nowotworów skóry wpływa przede wszystkim nadmierna ekspozycja na promieniowanie UV i związane z tym poparzenia skóry, ale także inne czynniki jak urazy skóry, uwarunkowania genetyczne czy przyjmowane leki np. immunosupresja. Leczenie najczęściej polega na ich usunięciu z zachowaniem marginesu zdrowych tkanek. W zależności od typu nowotworu leczenie to może być uzupełnione o poszerzenie marginesu zdrowych tkanek czy usunięcie węzła wartowniczego. W niektórych przypadkach stosowana jest także terapia fotodynamiczna lub miejscowa radioterapia.

Jak się ustrzec przed nowotworami skóry?

Należy się regularnie badać i zwracać uwagę na wszelkie zmiany w istniejących już znamionach barwnikowych. Nie należy bagatelizować trudno gojących się ran, a także unikać nadmiernego opalania bez stosowania filtrów UV i poparzeń skóry.

Dziękuję za rozmowę.

rozmawiała: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe



CROCUS HILL

DNI
22-23
PAŹDZIERNIK
godz.10⁰⁰-15⁰⁰
OTWARTE



CROCUSHILL.PL



539 97 97 97



SZCZECIN, UL. JERZEGO JANOSIKA 1-3



#badamypiersi

GABINETY
TUWIMA

ul. Juliana Tuwima 27/3
71-426 Szczecin
Tel. 91 421 22 20
Kom. 570 70 71 72



Jesień dobra dla skóry

W GABINETACH LOVEMYSKIN ZACZEŁA SIĘ JESIEŃ. TO CZAS, KIEDY POWINNYŚMY OTOCZYĆ OPIEKĄ NASZĄ ZMĘCZONĄ LETNIM SŁOŃCEM SKÓRĘ. PROPONUJEMY NASZYM PANIOM I PANOM SZEREG ZABIEGÓW, KTÓRYCH ZADANIEM JEST GŁĘBOKIE NAWILŻENIE, ODŻYWIENIE I UJĘDRNIENIE SKÓRY, ZARÓWNO TWARZY JAK I CAŁEGO CIAŁA.

Pierwszą z naszych propozycji jest mezoterapia igłowa. Tego zabiegu nie trzeba specjalnie przedstawiać, ponieważ jest znany i bardzo przez panie ceniony. Mamy do wyboru szeroką gamę preparatów, w zależności od potrzeb skóry. Są to koktajle witaminowe dla młodszych klientek; liftingujące, rozświetlające, silnie nawilżające, przeznaczone do skóry twarzy, szyi i dekoltu jak i takie, których celem jest regeneracja wrażliwej i delikatnej skóry wokół oczu. Nie zapominamy również o skórze dłoni, które są przecież naszą wizytówką. I tutaj ważna informacja: w ramach zabiegów z mezoterapii mamy teraz szereg promocji.

Kolejnym zabiegiem, który idealnie nadaje się do nawilżenia i zregenerowania skóry twarzy po lecie jest bardzo lubiany przez nasze klientki zabieg WISH Pro. Jest to zabieg skuteczny i do tego niezwykle przyjemny, połączony z masażem skóry twarzy i dekoltu. Przy delikatnej muzyce, zapachu świec gwarantuje niesamowity relaks.

Jest to urządzenie, które wykorzystuje unikalną technologię infuzji magnetycznej i cztery różne głowice zabiegowe. Dzięki połączeniu Technologii Infuzji Magnetycznej z czerwonym (660nm) i niebieskim (420-470nm) światłem LED oraz prądem o natężeniu 500µA, uzyskujemy efekty do tej pory nieosiągalne. Nasza skóra, jak nigdy wcześniej będzie odmłodzona, promienna, nawilżona, jędrna i zdrowsza.

Zabieg Wish Pro to również idealny pomysł na prezent.




Z innych zabiegów proponujemy również lifting bez skalpela. Technologia oparta o falę radiową bipolarną, podczerwień oraz podciśnienie pozwalają na ujędrnienie skóry, poprawienie owalu twarzy, lepsze ukrwienie co daje właśnie efekt liftingu. Zabieg jest całkowicie bezbolesny.

Oczywiście zapraszamy również na nasze zabiegi modelujące sylwetkę.

Dla Państwa wygody wydłużyliśmy godziny pracy od poniedziałku do piątku do godz. 20, a w sobotę do godz. 15.

Jak zawsze dbamy o to, żeby każdy czuł się u nas wyjątkowo.





DRUGIE URODZINY SUPERRADIA W SUPER MIEŚCIE



**Radio SuperFM**

97.5FM



Przełom w laseroterapii

WSZYSCY ZNAMY LASERY WYSOKOENERGETYCZNE, Z SUKCESEM WYKORZYSTYWANE W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ. ICH DZIAŁANIE JEDNAK WIĄŻE SIĘ Z PEWNYMI NASTĘPSTWAMI, NA KTÓRE NIE ZAWSZE CHCEMY CZY NIE MOŻEMY SOBIE POZWOLIĆ. SĄ TO: DŁUGI OKRES REKONWALESCENCJI, BÓL I SIEDZENIE W DOMU, KTÓRE WIĄŻE SIĘ Z TYM, ŻE NASZA SKÓRA PO ZABIEGU PRZEZ JAKIŚ CZAS NIE WYGLĄDA NAJLEPIJ. W LASEROTERAPII NASTĄPIŁA KOLEJNA REWOLUCJA I NA RYNKU POJAWIŁO SIĘ URZĄDZENIE, KTÓRE MA ZDECYDOWANE WIĘCEJ ZALET NIŻ JEGO POPRZEDNICY. TO LASER TULOWY.

– Laser tulowy działa na podobnej zasadzie co inne lasery wysokoenergetyczne, gdyż odbiorcą, czyli chromoforem skóry jest woda. Różnica jest taka, że laser tulowy daje możliwość pracy na z różnymi problemami skórnymi, przy minimalnym okresie rekonwalescencji – mówi Aleksandra Mikos, kosmetolog, specjalistka m.in. w terapiach odmładzających w Klinice Beauty. – Jest to o tyle istotne, że aktualnie, przy tym tempie i trybie życia, jaki prowadzimy, nie wszyscy możemy sobie pozwolić na wyłączenie z niego, nawet na jakiś czas. W przypadku lasera tulowego po zabiegu występuje tylko lekkie zaczerwienienie i delikatny obrzęk, które utrzymują się maksymalnie dwa dni. To bardzo niewielki okres rekonwalescencji w porównaniu z efektami, jakie możemy uzyskać.

Efekty, o których wspomina kosmetolog to m.in. bardzo widoczne odmłodzenie skóry. – Źródłem energii w przypadku tego lasera jest tul, którego wiązka promieniowania wynosi 1927 nm, co pozwala na kompleksową przebudowę skóry – wyjaśnia Aleksandra Mikos. – Zabieg polega na zwiększeniu napięcia skóry, jej elastyczności i gęstości, redukcji zmarszczek oraz na przebudowie naskórka pod kątem tekstury. Po tygodniu, od wykonania zabiegu, uzyskujemy tzw. efekt „baby face” – skóra staje się miękka, gładka, rozjaśniona i przyjemna w dotyku. Na całkowity efekt odmłodzenia trzeba poczekać ok. ośmiu tygodni. Zawsze zaleca się serię dwóch, trzech zabiegów w przerwach czterotygodniowych.

Laser tulowy, również świetnie sobie radzi z przebarwieniami skóry – niezależnie od głębokości oraz przyczyny ich powstawania. Mogą być to piegi, przebarwienia postłoneczne, hormo-

nalne (np. ostuda), plamy starcze czy przebarwienia pozapalne – Laserem tulowym jesteśmy w stanie to rozjaśnić, poprzez to, że wiązka energii na granicy skórno-naskórkowej rozбивa nagromadzoną melaninę i to w sposób nieinwazyjny – tłumaczy kosmetolog. – Laser ten znakomicie się sprawdza także w przypadku rozstępów i blizn, w tym trudniejszych do usunięcia blizn potrądzikowych. Wówczas pracuje się w trybie ablacyjnym, gdzie dochodzi do głębokiej przebudowy skóry. Powoduje to spłycenie rozstępów, redukcję blizn. Ten rodzaj zabiegu wykonujemy w dłuższych odstępach czasu, ponieważ działamy na zupełnie innych parametrach.

Kolejnym ciekawym zastosowaniem lasera tulowego jest jego działanie w przypadku wypadania włosów czy łysienia androgenowego. – Powoduje on pobudzenie wzrostu włosa. Następuje mocna stymulacja uśpionych mieszków włosowych – mówi Aleksandra Mikos. – Można to połączyć z osoczem bogatopłytkowym lub mezoterapią igłową, jako uzupełnienie terapii, dające szybszy i lepszy efekt.

Dobór parametrów lasera tulowego zależy od zaawansowania procesów starzenia się skóry czy problemów współistniejących. Serię zabiegów laserowych wykonuje się raz w roku, najbezpieczniej w okresie o niskim nasłonecznieniu (jesień, zima, wczesna wiosna) – zaznacza kosmetolog. – Wiemy również, że zdrowy styl życia i prawidłowa pielęgnacja domowa podbijają efekty jego działania.

autor: Aneta Dolega / foto: materiały prasowe

Okiem dermatologa



Dr Kamila Stachura

Biostymulatory tkankowe – nowa era w medycynie estetycznej

NIEZALEŻNIE OD WIEKU, KAŻDY Z NAS CHCIAŁBY ZATRZYMAĆ OZNAKI UPŁYWU CZASU POJAWIAJĄCE SIĘ NA NASZEJ SKÓRZE. ZDROWA, PROMIENNA CERA, DELIKATNIE PODKREŚLONE RYSY TWARZY ORAZ MŁODSZY, ALE WCIAŻ NATURALNY WYGLĄD TO „TOP OF THE TOP” W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ. SPOSOBEM NA WYDOBYCIE I PODKREŚLENIE NATURALNEGO PIĘKNA, IDEALNIE WPASOWUJĄCYM SIĘ W AKTUALNE TRENDY SĄ BIOSTYMULATORY.

Biostymulator – siła tkwi w naturze

Kolagen to kluczowy składnik odpowiedzialny za utrzymanie skóry w dobrej kondycji. Wraz z wiekiem i postępującym procesem starzenia ilość i jakość włókien kolagenowych spada. Pierwsze ubytki kolagenu, pod postacią drobnych zmarszczek, możemy zauważyć już po 25 roku życia. Niestety nie możemy całkowicie zatrzymać procesu degradacji cząstek kolagenu, ale dzięki innowacyjnym technologiom jesteśmy w stanie ten proces spowolnić. Z pomocą przychodzą biostymulatory. – Biostymulatory to substancje wykorzystywane w profilaktyce przeciwstarzeniowej do zahamowania procesów z wiekiem zachodzących w naszej skórze – mówi dr Kamilą Stachura, derma-

tolog i lekarz medycyny estetycznej, która w swoim gabinecie przeprowadza zabiegi z użyciem biostymulatorów.

W naturalny sposób stymulują skórę do produkcji kolagenu i elastyny poprawiając tym samym jej jędrność, elastyczność oraz napięcie. Dzięki biostymulacji pobudzamy naturalne procesy odnowy i regeneracji zapewniając długofalowe działanie anti – aging.

Istnieje wiele biostymulatorów. Ich zaletą jest to, że wszystkie naturalnie występują w naszym organizmie, pobudzają skórę do produkcji włókien kolagenowych i elastynowych co korzystnie wpływa na jej kondycję. Obecnie na rynku istnieje szeroki wy-



Co się stanie, jeżeli zastosujemy biostymulatory na wybrane strefy ciała? Szyja i dekolt – eliminacja wiotkości skóry, wypełnienie zmarszczek; ramiona – ujędrnienie skóry oraz wysmuklenie; pośladki – poprawa kształtu, uniesienie, redukcja cellulitu; uda – wymodelowanie kształtu; kolana – poprawa jędrności i napięcia. Pełne efekty biostymulacji uzyskuje się po kilku miesiącach, a pożądany efekt może utrzymywać się nawet 2 lata.

Zabiegi skrojone na miarę

Dzięki szerokiemu działaniu biostymulatorów zabiegi z ich użyciem kierowane są praktycznie dla każdego. Mogą z nich skorzystać zarówno młode osoby, aby zapobiec utracie jędrności skóry oraz te dojrzałe ze zmniejszonym potencjałem regeneracyjnym. Efekty zabiegu budowane są stopniowo, ale zdecydowanie. – Nie musimy martwić się o uzyskanie przerysowanych rysów twarzy czy nadmiernej wolumetrii – zapewnia dr Stachura. – Produkty z biostymulatorami są naturalne, nieimmunogenne, biodegradowalne oraz bezpieczne w stosowaniu. Wprowadzane są metodą mezoterapii igłowej lub kaniulą do skóry lub tkanki podskórnej, a sam zabieg jest bezpieczny i mało inwazyjny. W zależności od wybranego preparatu, stanu skóry oraz oczekiwanych efektów procedurę przeprowadza się w serii 1-4 zabiegów co 2-6 tyg. W Klinice Dr Stachura do każdego pacjenta podchodzimy kompleksowo, w indywidualny sposób dobieramy leczenie skrojone na miarę, co pozwala uzyskać spektakularne rezultaty oraz cieszyć się pięknym, naturalnie podkreślonym wyglądem.

bór produktów zawierających różne substancje czynne. – Zaliczamy do nich preparaty na bazie kwasu hialuronowego, który dodatkowo wiąże wodę w tkance wpływając pozytywnie na jej nawodnienie (np. Hydro Deluxe, Prophilu, Karisma) – wymienia dr Kamila Stachura. – Ponadto na bazie polinukleotydów, które wychwytyjąc wolne rodniki wykazują działanie antyoksydacyjne (np. Nucleofill), hydroksyapatytu wapnia (np. Hydro Deluxe, Radiesse), polikaprolaktonu (np. Ellanse), karboksymetylocelulozy, która hamuje endogenną hialuronidazę, działając tym samym ochronnie na kwas hialuronowy (np. Karisma, Ellanse), kwasu L-polimlekowego (np. Sculptra, Lanluma) oraz kolagenu Rh (np. Karisma). Tak szeroka gama produktów pozwala dobrać odpowiedni preparat w zależności od kondycji skóry i oczekiwanego efektu. Biostymulatory są boosterami rewitalizacji pobudzającymi fibroblasty do syntezy włókien. Nie zmieniając rysów twarzy, poprawiają jej jędrność, elastyczność, nawodnienie oraz spłycają drobne zmarszczki. Dzięki temu wielokierunkowemu działaniu możemy cieszyć się naturalnym, subtelnym liftingiem pozbawionym sztuczności.

ad/ foto: materiały prasowe



Focus na ciało

Biostymulatory znajdują swoje zastosowanie również w innych okolicach ciała. Aby cieszyć się jędrną i sprężystą skórą szyi, ramion czy pośladków nie trzeba poddawać się inwazyjnym zabiegom chirurgicznym. Naturalny, ale widocznie zauważalny efekt konturowania ciała możemy uzyskać bez pomocy skalpela. – Biostymulatory tkankowe silnie stymulują syntezę kolagenu i elastyny dzięki czemu poprawie ulega gęstość skóry – podkreśla dermatolog. – Zabiegi z ich użyciem możemy zastosować do modelowania wybranych obszarów ciała, tam gdzie chcemy przywrócić skórze jędrność i elastyczność oraz uzyskać efekt wypełnienia.



Komora hiperbaryczna – technologia, która leczy

WE WRZEŚNIU TEGO ROKU SVOJĄ DZIAŁALNOŚĆ ROZPOCZĘŁA JEDYNA W SZCZECINIE I WOJEWÓDZTWIE ZACHODNIOPOMORSKIM KOMORA HIPERBARYCZNA MONO-PLACE. URUCHOMIŁO JĄ CENTRUM BAROMED. OFERUJE ZABIEGI MEDYCZNE, DO KTÓRYCH PRZEPROWADZENIA PACJENCI SĄ KWALIFIKOWANI PRZEZ LEKARZA SPECJALISTĘ. TO JEDEN Z ELEMENTÓW RÓŻNIĄCYCH HIPERBARIĘ LECZNICZĄ OD HIPERBARII CZY NORMOBARII. ALE RÓŻNIC JEST WIĘCEJ I WARTO JE LEPIEJ POZNAĆ.

Ciśnienie atmosferyczne, w którym żyjemy ma wartość 1ATA, czyli jednej atmosfery bezwzględnej. Takie też ciśnienie panuje w komorze normobarycznej, ponieważ przedrostek „normo” określa coś normalnego, typowego. Wszystko, co powyżej 1 ATA możemy nazwać hiperbarią, bowiem przedrostek „hiper” oznacza ‘nadmiar’, ‘więcej’, ‘ponad’.

To podstawowe rozróżnienie musimy powtórzyć w obrębie samej hiperbarii. Hiperbaria, która podnosi ciśnienie do mniej niż 2 ATA, czyli do jednej atmosfery ponad to, co panuje wokół nas, a najczęściej jest to do 1,3 ATA, nie wykazuje udokumentowanych działań leczniczych. Nazywa się ją zwyczajowo hiperbarią kosmetyczną. Udokumentowane medycznie procesy lecznicze w naszym organizmie rozpoczynają się, kiedy poddamy go działaniu ciśnienia powyżej 2 ATA i do oddychania podamy 100-procentowy tlen medyczny. Ten tlen jest wyrobem medycznym, a stosowany bez profesjonalnej kontroli może także wywoływać działania szkodliwe i niepożądane, dlatego aby móc go kupić należy mieć zarejestrowany podmiot medyczny, lub specjalne pozwolenie. Tlen ten nie pochodzi z kondensatora, jest dostarczany w butli przez wyspecjalizowane firmy i tłoczony specjalistyczną instalacją do komory.

– Terapia stosowana w szczecińskiej komorze hiperbarycznej to HBOT (Hyperbaric Oxygen Therapy). W jej trakcie ciśnienie w urządzeniu może sięgać 3 ATA (atmosfer bezwzględnych). Jest to komora przystosowana do leczenia pacjentów. Stąd tak ważna jest kwalifikacja medyczna. Aby kwalifikacja mogła być przeprowadzona właściwie Pacjent musi dostarczyć wyniki RTG płuc, EKG nie starsze niż 2 tygodniowe, w przypadku głuchoty, lub urazu akustycznego aktualny audiogram, oraz inne wyniki, które są konieczne przy określonym rozpoznaniu. Podczas spotkania kwalifikującego zmierzą Pacjentowi ciśnienie i omówią szczegóły zabiegu, rozpisując terapię zgodnie ze stanem zdrowia chorego i zgłaszanymi przez niego potrzebami – mówi doktor Andrzej Gorzka, specjalista chirurgii ogólnej i medycyny ratunkowej, wieloletni Koordynator Szpitalnego Oddziału Ratunkowego w Gryficach, Twórca i Koordynator Ośrodka Terapii Hiperbarycznej w Gryficach.

Podczas zabiegu pacjent sprężany jest powietrzem, a tlen dostarczamy mu poprzez maskę w ściśle określony sposób, pamiętając o przerwach powietrznych, podczas których pacjent oddycha właśnie powietrzem. Najczęściej zabieg trwa 90 minut, z czego 10 minut poświęcimy na sprężenie pacjenta, po czym rozpoczniemy sesję 20-minutowego oddychania tlenem medycznym, po czym 5 minut powietrzem, 20 minut tlenem, znowu 5 minut powietrzem i ostatnie 20 minut tlenem,



po czym powoli wyjdziemy ze sprężenia, co potrwa około 10 minut. Podczas zmian ciśnienia w fazie sprężenia (kompresji) i rozprężenia (dekompresji) dochodzi do zmian temperatury w komorze – pacjenci mogą zrobić się trochę cieplej, a kiedy wyjdziemy ze sprężenia – zimniej, więc przyda się okrycie, które pacjent otrzyma na czas zabiegu.

Pacjent na czas zabiegu w komorze hiperbarycznej leczniczej musi być ubrany w strój składający się ze 100% bawełny. Strój ten nie może zawierać suwaków, cekinów, nadruków itp. Musi być całkowicie niepodatny na jakiekolwiek elektryzowanie. Najlepsze będą bawełniane dresowe spodnie, koszulka z bawełny, taka sama bielizna i skarpetki. Można skorzystać ze stroju przekazanego w Baromed, ale można pozostać w swoim ubraniu pod warunkiem, że spełnia ono powyższe wymogi. Korzystając z zabiegu HBOT nie można mieć na sobie makijażu, lakieru i pianki do włosów, biżuterii. Do komory pacjent nie może zabrać żadnych urządzeń elektrycznych ani łatwopalnych. To zabieg leczniczy, który pomoże Państwu wrócić do zdrowia, albo poczuć się dużo lepiej. Dlatego przykładamy do niego tak dużą wagę.

Skuteczność terapii w komorze hiperbarycznej została potwierdzona wieloma badaniami, a ich wyniki publikowane m.in. na stronie ACHM – American Committee of Hyperbaric Medicine.

autor: ds/foto: materiały prasowe



KU SŁOŃCU

Komfort życia nad Bałtykiem



ZDROWY BUDYNEK

Do budowy domu użyto naturalnych materiałów zdrowych dla człowieka w technologii STEICO

SPRZEDAŻ DOMÓW:

telefon: +48 607 079 041
+48 607 071 087

e-mail: kusloncu@ekomech.com.pl

kusloncu.info

 **ekomech**[®]
Blżej natury

KOMPLEKS ENERGOOSZCZĘDNYCH CAŁOROCZNYCH DOMÓW USTRONIE MORSKIE / KUKINKA

NOWOCZESNA EKOLOGIA I EKONOMIA

Wiemy jak ważny jest dla naszych przyszłych mieszkańców dobór zdrowych, naturalnych materiałów (technologia STEICO) oraz niskie koszty utrzymania nieruchomości, to właśnie dlatego każdy z domów wyposażony został w instalację fotowoltaiczną i system rekuperacji. Zadbaliśmy o wysoką efektywność energetyczną budynków oraz zasilanie części wspólnych energią odnawialną.

PRZESTRZEŃ DOPASOWANA DO TWOICH POTRZEB

KU SŁOŃCU to niska i lekka architektura tworząca kameralną przestrzeń stworzoną z 22 domów (81–111 m²), każdy z ogrodzoną działką oraz dwoma miejscami parkingowymi.

Starannie zaprojektowane zielone otoczenie zachęca do korzystania (m.in. piękny staw, plac zabaw, siłownia zewnętrzna). W najbliższej okolicy: morze, plaża, eskapady sportowe i konne, golf, tenis, kręgielnia i aquapark dostarczą przyjemności na co dzień i przez cały rok.

WYJĄTKOWA LOKALIZACJA

Osiedle znajduje się w odległości 2,5 km od Bałtyku, w bezpośrednim sąsiedztwie Ustronia Morskiego (0,5 km) i Kołobrzegu (15 km). Przy osiedlu znajduje się droga pieszo-rowerowa. W pobliżu przebiegają drogi – ekspresowa S6 i krajowa nr 11 oraz zlokalizowany jest dworzec PKP (przystanek Intercity), co zapewnia świetne skomunikowanie z całym wybrzeżem oraz resztą Polski.

OLEK MOSKALEWICZ, BYŁY PIŁKARZ POGONI I
REPREZENTACJI POLSKI.



PIERWSZY Z LEWEJ: JERZY JANOWICZ, PÓŁFINALISTA
WIMBLEDONU 2013, TOMASZ CZARNECKI, PIOTR CHOMICKI
I RAFAŁ GOZDUR.



Znani grają w padla – zagraj i Ty

JERZY JANOWICZ, MARCIN ŻEWŁAKOW I OLGIERD MOSKALEWICZ – TO TYLKO NIEKTÓRE Z WIELU ZNANYCH POSTACI, KTÓRE ODKRYŁY MOC PADLA. PADLA, CZYLI NOWEGO SPORTU RAKIETOWEGO ZYSKUJĄCEGO BŁYSKAWICZNĄ POPULARNOŚĆ NA CAŁYM ŚWIECIE. W SZCZECINIE MOŻNA W NIEGO POGRAĆ NA 3 KORTACH, KTÓRE ZNAJDUJĄ SIĘ W FABRYCE ENERGII PRZY UL. ŁUKASIŃSKIEGO 110.

Ten młodszy brat tenisa, należący do sportów raketowych jest łatwiejszy w nauce, ale równie atrakcyjny co tenis. Duże znaczenie ma tutaj fakt, że nawet początkujący mają po kilkunastu minutach frajdę z gry. A to dlatego, że w padlu – ze względu na budowę boiska, konstrukcję raket i wolniej niż w tenisie czy squasha latającą piłkę – zbliżone szanse mają zarówno osoby starsze jak i młodsze, kobiety i mężczyźni, wysportowani i mniej wysportowani... No i wcale nie trzeba mieć wielkich umiejętności, by rywalizować z lepszymi od siebie.

Znakomite warunki do gry w sporty raketowe i wspaniała atmosfera panujące w Fabryce Energii przyciągają wielu miłośników tych sportów. Wśród fanów padla są osoby znane, w tym popularni sportowcy. Na świecie grają w niego, m.in. Zbigniew Boniek i Zlatan Ibrahimowicz (właściciel trzech wielkich klubów padla). W Szczecinie także nie brakuje elektryzujących nazwisk. – Ostatnio w trakcie trwania Pekao Szczecin Open gościł u nas znakomity tenisista Jerzy Janowicz, który zaimponował swoimi umiejętnościami – mówi Ireneusz Maciocha, właściciel Fabryki Energii, uznany tenisista i trener padla. – W czasie, kiedy leczył kontuzję, spędzał wiele czasu na grze w padla. Padel jest o wiele bezpieczniejszy i mniej wymagający dla układu ruchu. Jednocześnie pomaga utrzymać dobrą tenisową formę, a nawet poprawić niektóre uderzenia.

Kilka miesięcy temu zalety padla odkrył Łukasz Pietsch z kabaretu Hrabci. Po raz pierwszy spróbował nowego sportu właśnie w Fabryce Energii. – Od tego czasu stara się grać w padla przy każdej nadarzającej się okazji, co nie jest łatwe, bo w jego rodzinnej Zielonej Górze nie ma jeszcze boiska – dodaje Ireneusz Maciocha.

Wśród osób „uzależnionych” od padla są również telewizyjni eksperci piłkarscy – Marcin Żewłakow i Robert Podolski. Przed meczem Pogoni z Lechem, który komentowali, odwiedzili

Fabrykę, by rozegrać mecz. – Marcin Żewłakow zdradził, że woli grać w padla, niż w piłkę i robi to kilka razy w tygodniu – wyznaje z uśmiechem trener padla. – A w wakacje obaj panowie trenowali padla na Majorce m.in. z Robertem Lewandowskim.

Jednym z najlepszych graczy w padla w Szczecinie jest Olgierd Moskaiewicz. Były piłkarz Pogoni i reprezentacji Polski przygotowuje się do Mistrzostw Polski Dziennikarzy i Sportowców w padlu. Broni wicemistrzostwa zdobytego przed rokiem. Rywalizował wtedy m.in. ze Zbigniewem Bońkiem, kolegami z reprezentacji – Jerzym Dudkiem i Tomaszem Hajtą, dziennikarzem Tomaszem Smokowskim, byłym hokeistą Mariuszem Czerkawskim, Joanną Jędrzejczyk (MMA), Łukaszem Kadziewiczem (siatkówka), Pawłem Korzeniowskim (pływanie) i Szymonem Marciniakiem (sędzia piłkarski). – W Polsce ta dyscyplina sportu nie jest aż tak popularna jak np. w Hiszpanii czy w krajach skandynawskich, ale myślę, że to kwestia czasu, gdyż jest to bardzo przyjemny sport i zdecydowanie łatwiejszy od tenisa – podkreśla Olgierd Moskaiewicz. – Ja kocham wszystkie sporty raketowe, przez wiele lat grałem w tenisa, grywałem w badmintona, squasha. Padel dołączył do tej rodziny naturalnie. To bardzo fajna, towarzyska dyscyplina sportu, która nie wymaga dużej sprawności. Nie trzeba tyle biegać jak przy tenisie, nie wymaga takiej siły jak squash. Fabryka Energii to świetne miejsce do nauki tej gry. Warunki, jakie tutaj panują, profesjonalizm i osobowość pana Ireneusza to ogromne atuty. A w padla grają wszyscy i to też jest fajne.

Na wzrost popularności padla w Polsce wpływ niewątpliwie ma także możliwość oglądania transmisji z zawodów World Padel Tour na jednym z kanałów sportowych. Widząc wypełnione trybuny, można przekonać się, jak dużą popularnością cieszy się na świecie i jak atrakcyjnym jest sportem. Może zatem warto spróbować nowej, zabawnej i łatwej do nauczenia dyscypliny sportu?

ad/foto: materiały prasowe



DR RAMI
Chirurgia plastyczna

DR RAMI ALSHEKH
SPECJALISTA
CHIRURGII
PLASTYCZNEJ

ZAJMUJE SIĘ
W SZCZEGÓLNOŚCI
OPERACJAMI
Z ZAKRESU CHIRURGII
ESTETYCZNEJ PIERSI
ORAZ MODELOWANIEM
SYLWETKI.

www.dr-rami.pl



NOWY ADRES:



Szczecin
ST Medical Clinic
www.stmedical.clinic



Poznań
Mandala Beauty Clinic
www.mandalaclinic.com



[dr.rami.alshekh](https://www.instagram.com/dr.rami.alshekh)



Dr Rami Alshekh- Chirurgia Plastyczna



Ekspert radzi

Doktorze,

Nie korzystałam wcześniej z zabiegów depilacji laserowej, ale dowiedziałam się, że zabieg ten pomaga także z podrażnieniem, które tworzy się po goleniu zwykłą maszynką. Chciałam zapytać, czy tak jest oraz, czy naprawdę depilacja laserem jest trwała?

Natalia

Pani Natalio, to prawda, że oprócz redukcji owłosienia zmniejszamy skutecznie możliwość powstawania podrażnień po goleniu maszynką, depilatorem, zapobiegamy wrastaniu włosków, a co z tym się wiąże – redukuje ryzyko powstawania blizn i przebarwień. Warto pamiętać, aby zacząć terapię jesienią/zimą, aby latem móc spokojnie eksponować dane miejsce na promienie słoneczne, więc jest to doskonały czas na rozpoczęcie terapii. I tak – zabiegi usuwające owłosienie, poprawnie nazywane epilacją, to trwałe usunięcie włosa z danego obszaru. Światło lasera precyzyjnie uderza w aktywną wzrostowo cebulkę włosa, pozbywając się jej z danego miejsca w sposób trwały. Kolejne serie zabiegowe są wykonywane po to, aby laser dotarł do innych cebulek właśnie w tej, określonej fazie cyklu wzrostu włosa. Najczęściej po 4-6 zabiegach terapia jest kompletna. Dobra praktyka pielęgnacji tego efektu wskazuje, aby wykonać raz w roku serię przypominającą dla danej okolicy. Proszę tylko pamiętać, że przed wykonaniem zabiegu depilacji konieczna jest konsultacja, podczas której specjalista wykonujący zabieg opowie o przebiegu zabiegu, przeanalizuje wskazania, przeciwwskazania i ustali indywidualny plan zabiegowy.

Pozdrawiam, dr n.med. Piotr Zawodny

Doktorze Zawodny,

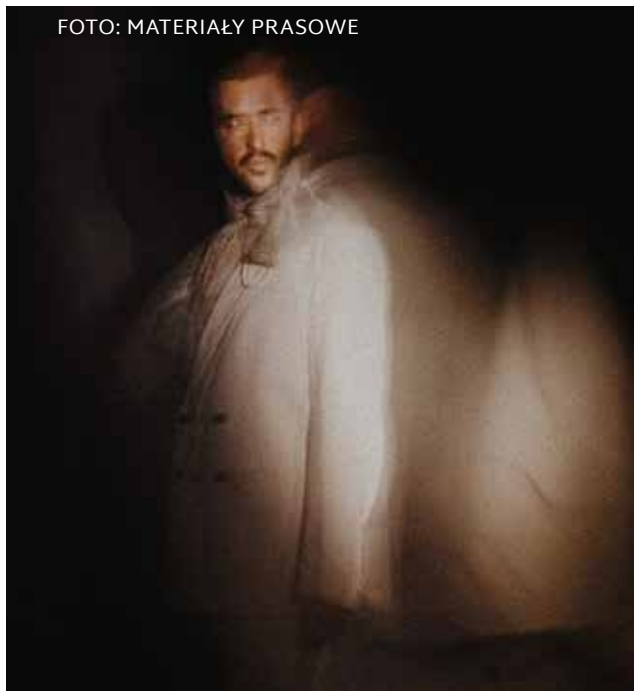
Nadeszła jesień, a ja znowu zmagam się z zaczerwienieniem na twarzy. Już mam tego dość, ilekroć wychodzę na dwór i wchodzę z powrotem do ciepłego pomieszczenia, zalewam się rumieńcem... Jest zabieg, który mi pomoże?

Magda

Pani Magdo, podłożem Pani problemu są najwyraźniej poszerzające się naczynia krwionośne. Jeśli Pani skóra jest wrażliwa i delikatna, a wyraźne zaczerwienienie pojawia się przy gwałtownych skokach temperatury powietrza, przy spożywaniu gorących napojów, alkoholu i ostrych przypraw lub pod wpływem działania klimatyzacji – może to być problem cery naczyniowej. Źródłem powstawania takich problemów może być przewlekła ekspozycja na czynniki środowiska zewnętrznego jak słońce, wiatr oraz długotrwałe stosowanie pielęgnacji, która podrażnia skórę. Problemy naczyniowe mogą również być uwarunkowane genetycznie. W leczeniu tego typu problemów stosuje się laseroterapię oddziałującą na naczynia krwionośne, tak aby nie uszkadzać termicznie otaczających tkanek. Proces ten polega na tym, że światło lasera jest absorbowane przez hemoglobinę zawartą w naczyniach krwionośnych, a powstające w ten sposób ciepło powoduje ich koagulację. Dla zewnętrznego obserwatora wygląda to tak, jakby rozszerzone naczynia zniknęły na jego oczach. Oprócz tego zalecam alternatywnie szereg zabiegów z wykorzystaniem technologii światła IPL, która może pomóc Pani skutecznie pozbyć się rumienia naczyniowego.

Pozdrawiam, dr n.med. Piotr Zawodny

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



PRESTIŻ PATRONUJE

IGO PIERWSZY RAZ SOLO

Igo, czyli Igora Walaszka możecie już znać z projektów Clock Machine czy Bass Astral x Igo. Swoją trasę koncertową, promującą pierwszy solowy krążek, artysta rozpocznie w Przecławiu koło Szczecina. Oprócz numerów z nowego albumu, podczas koncertu usłyszymy hity cieszące się największą ilością odtworzeń na rozmaitych platformach. „Helena”, „Brudas”, „Mówią mi” ... kojarzycie te numery?

Przecław, Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji,
18 listopada 2022

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



PRESTIŻ PATRONUJE

FESTIWAL EUROMUSICDRAMA 2022

Inauguracja festiwalu odbędzie się w sali kameralnej szczecińskiej Filharmonii. Podczas „Koncertu Argentyńskiego” na klarancie zagra Jean-Marc Fessard z towarzyszeniem fortepianu, aktora z taśmą oraz szczecińskiej orkiestry kameralnej Baltic Neopolis Orchestra. Drugiego dnia obejrzymy sztukę teatralną, poświęconą kompozytorowi polskiemu

Mieczysławowi Wajnbergowi, w reżyserii Michała Janickiego. Ostatniego dnia dr hab. Piotr Piechocki poprowadzi konferencję „Jak pozbyć się tremy?”, a w skład części artystycznej wejdą Koncert Młodych Talentów oraz Wieczór improwizacji Michała Janickiego.

Szczecin, Filharmonia/Teatr Kameralny,
27-29 października 2022

reklama



Piękny uśmiech

3 klinika w rankingu
Newsweek'a

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

HAHS
KLINIKA

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

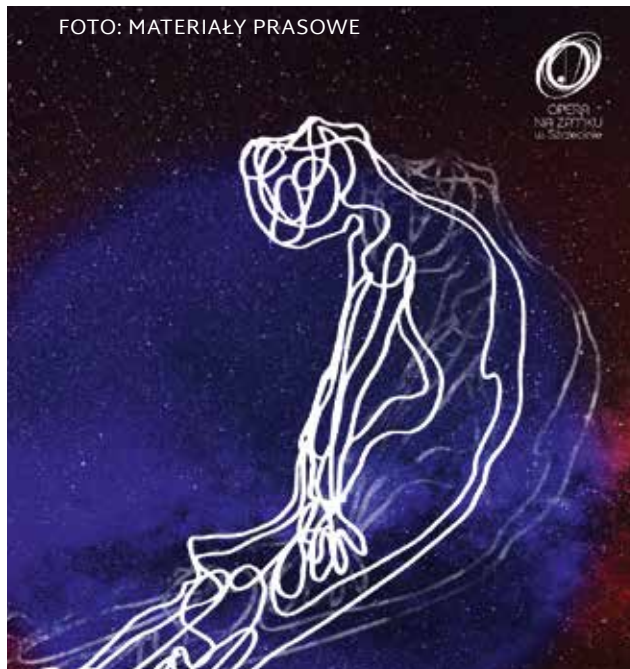


OPOWIEŚĆ O CIERPLIWOŚCI, MIŁOŚCI I SZTUCE EMPATII

Florian Zeller to ceniony na całym świecie francuski pisarz i dramaturg. „Ojciec” to nie opowieść o chorobie, lecz o cierpliwości, miłości i sztuce empatii. O nieuchronności przemijania i próbie szukania siebie w rozmywającej się rzeczywistości. O tym, co się dzieje z człowiekiem, kiedy jego godność i osobowość tonie, ale też o wielkim wysiłku, jaki tonący wkłada, by utrzymać się na powierzchni. Siódma już sztuka Zellera doceniona została m. in. przez The Times czy The Guardian, a jej ekranizacja w reżyserii samego autora, otrzymała dwa Oscary w ubiegłym roku. W październiku będziemy mogli zobaczyć sztukę w reżyserii Norberta Rakowskiego na deskach Teatru Współczesnego w Szczecinie.

Szczecin, Teatr Współczesny, Premiera:
8 października 2022

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



DOBRZE WIDZI SIĘ TYLKO... TAŃCEM

Poetycki, symboliczny język opowieści Antoine'a de Saint-Exupéry przełożony przez choreografkę Lucynę Zwolińską na język tańca, pozwoli dotknąć kwestii, o których trudno rozmawiać – dorastania, przemijania, przyjaźni, samotności czy miłości. Dorostym da szansę spojrzenia na świat oczami dziecka, przypomni o wartościach najistotniejszych. W niesamowitą podróż z Małym Księciem udamy się m. in. dzięki muzyce filmowej, klasycznej czy elektronicznej oraz nagraniom dźwięków i głosów, a także projekcjom wideo i animacjom.

Szczecin, Opera na Zamku,
13,15,16 października 2022

reklama

KK
KORYZNA CLINIC
IMPLANTOLOGIA I STOMATOLOGIA

**PASJA, ZDROWIE,
DOŚWIADCZENIE**
Dbamy o Twój piękny uśmiech

**PROTETYKA
3D
NA JEDNEJ WIZYTCIE**

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

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

OSSTEM[®]
IMPLANT

100% markowych towarów do 50% taniej
kosmetyki, perfumy, zabawki, słodycze, alkohole, delikatesy, chemia

ZAPRASZAMY
NA ZAKUPY W KAŻDĄ NIEDZIELĘ!



**Travel
FREE**

15 YEARS NO.1 BORDERSHOP

BOSS
HUGO BOSS

LEGO®

LAVAZZA

LANCÔME

YVES SAINT LAURENT

PRADA

CAROLINA HERRERA

CALVIN KLEIN

TOMMY HILFIGER

EMPORIO ARMANI

paco rabanne

RITUALS...

L'ORÉAL
PARIS

Dezigal.

VALENTINO
HANDBAGS

MK
MICHAEL KORS

Lenor

Polaroid

BIO THERM

FERRERO

Perwoll

Anthony Berg
Since 1884

GUESS

Barbie

Melitta®

Milka

Ray-Ban
SINCE 1937

travel-free.pl

Travel Free Shop Lubieszyn 1b, 72-002 Dołuje (10 min. autem od centrum Szczecina – vis a vis McDonald)

Największa galeria meblowa w regionie

TOP SHOPPING

blisko 30 salonów, światowi producenci
wyposażenia wnętrz, duży bezpłatny parking



Ul. Hangarowa 13 / Szczecin

topshopping.pl

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

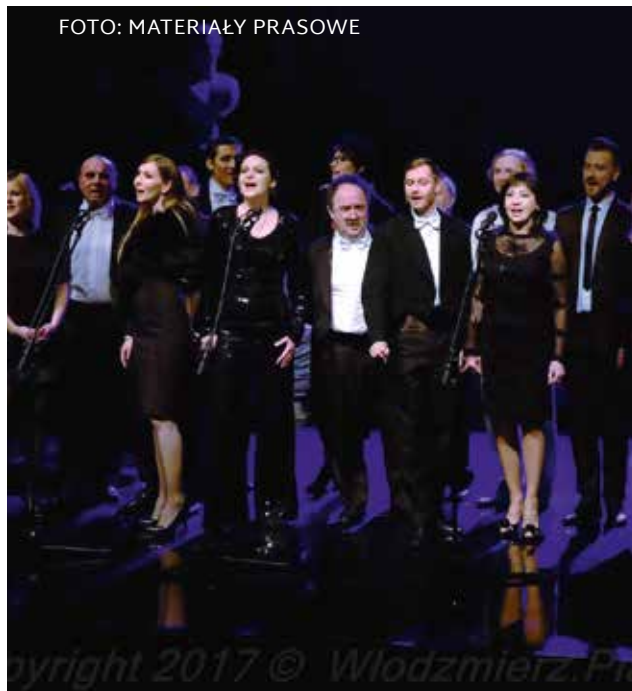


KUKULSKA BEZ ZASILANIA

Natalia Kukulska zawsze powtarza, że złota sala Filharmonii w Szczecinie jest jedną z najbliższych jej sercu scen w Polsce. Dlatego też nie mogła pominąć tego miejsca, planując trasę albumu Kukulska MTV Unplugged. Nowy projekt obejmuje zarówno stare jak i nowe utwory w akustycznych aranżacjach. Na scenie, wraz z wokalistką, stanie zespół pełen wyśmienitych instrumentalistów, którzy brali udział w tworzeniu albumu.

Szczecin, Filharmonia,
22 października 2022

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



NIEZOBOWIĄZUJĄCY WIECZÓR KABARETOWY

Pora ożywić trochę jesienną aurę. POSTSCRIPTUM URODZINOWE to mieszanka wyborowych piosenek, monologów i skeczy, skrzących się wszelkimi odmianami humoru. Całość zainspirowana została kultowymi wieczorami urodzinowymi Czarnego Kota Rudego, który w tym roku świętował 25. rocznicę swojego powstania. Podczas wydarzenia o Wasze wyborne samopoczucie zadbają m. in. Olga Adamska, Sylwia Różycka, Adam Dzieciniak, Michał Janicki i Olek Różanek pod nadzorem Beaty Buchner.

Szczecin, Teatr Polski,
14, 15, 16 października 2022

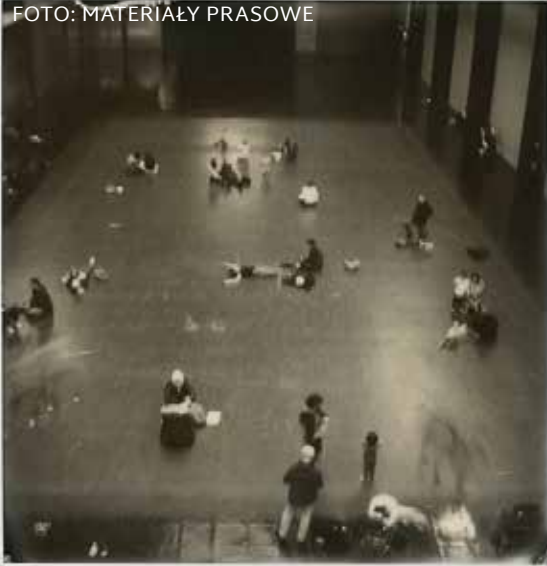
reklama

Wyprzedź go!
szeroki pakiet badań
specjalnie dla kobiet

HAHS
CENTRUM

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

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

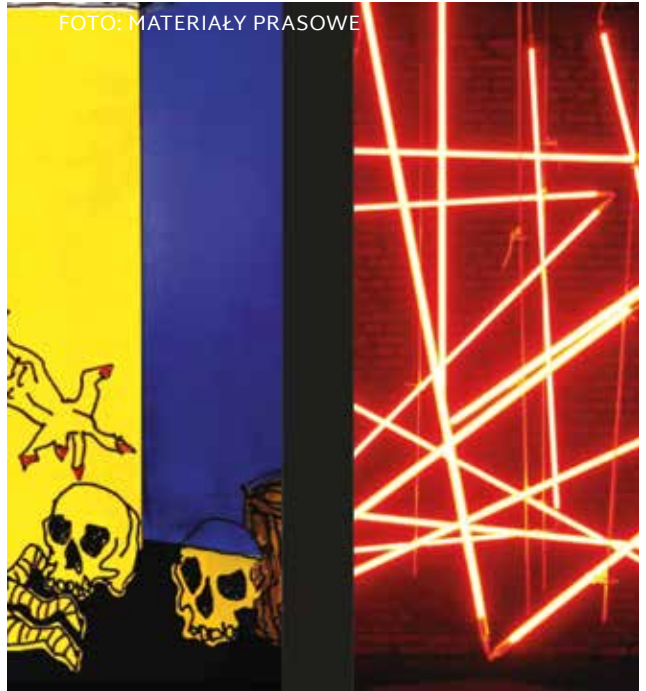


NON-LIEUX: NIE-MIEJSCA

Według koncepcji Marca Augé, francuskiego antropologa kulturowego, „nie-miejsca” są przestrzeniami, które definiują współczesną (nie)rzeczywistość, stojąc w opozycji do miejsc kulturowo i antropologicznie zdefiniowanych w czasie i przestrzeni. Zainspirowana tą teorią skrzypaczka Alicja Pilarczyk wysnuła refleksję dotyczącą własnego życia pełnego pędu, podróży między koncertami, koniecznością utrzymywania bliskich relacji przez Internet oraz poczuciem samotności, które towarzyszy jej mimo licznie poznawanych każdego dnia ludzi. Dzięki interpretacji tematu zagubionej tożsamości miejsc („nie-miejsc”) powstała specyficzna forma koncertu, balansująca na granicy teatru, opery i performance’u.

Szczecin, Trafostacja Sztuki, ul. Świętego Ducha 4,
24 października 2022

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE



FOGTT PERSZKO

Sens prezentowanych na wystawie prac „Artyści domów stojących w miejscu” Andrzeja Fogtta – malarza i Jarosława Perszko – rzeźbiarza, odnosi się do współczesnej historii, rozpoznawalnych w niej wartości, a w jej kontekście – pragnienia pamięci. Wynika z przekonań artystów, że źródła pamięci odnoszą się do człowieka i jego bycia w świecie, a ich dzieła jak most łącząc przeszłość z przyszłością, są próbą uczestnictwa w humanistycznym dyskursie sztuki. U obu twórców mamy do czynienia ze sztuką niosącą uniwersalne przesłanie. Bardzo osobisty, wieloznaczny przekaz ich dzieł wpisuje się równocześnie w uniwersum kultury uwzględniającej historyczną wspólnotę wartościowania.

Szczecin, Muzeum Narodowe, ul. Staromłyńska 1

reklama

Wyprzedź go!
mammografia i usg piersi
z 15% rabatem
Tylko w październiku!



SZYMON KACZMAREK

Dziennikarz, filozof
robotniczo-chłopski.

Sasina śnić

Miałem sen. Może i w tym fackie nie było by niczego niezwykajnego, gdyby nie jeden szczegół: otóż pamiętam go, ten sen ma się rozumieć, z najdrobniejszymi szczegółami, mimo upływu kilku tygodni.

„...wróciłem z zakupami do ciepłego, jasnego i cichego domku. Usiadłem na balkonie i ze świeżutko otrzymanej dostatniej szesnastej emerytury, przelałem na wakacyjne konto odpowiednio wysoką kwotę. Bo taki miałem zwyczaj: dwa miesiące w roku spędzałem w ciepłych krajach, raz wczesną wiosną, raz późną jesienią. W końcu po to jest emerytura. By zwiedzać świat, pomagać wnukom i spędzać resztę kurczącego się czasu na różnego rodzaju fanaberiach, na które wspomnianego czasu nie było w okresie aktywności zawodowej.

Choć żał wyjechać, choćby na chwilę, z Kraju, w którym tyle miłości, przyjaźni i dobroci wyziera z każdego kąta, w każdej chwili.

Radośni, dostatnio żyjący rodacy przechadzają się miło uśmiechnięci, roztaczając wokół różany zapach i opary przyjaźni. Z telewizorów, jakiegokolwiek stacji byś nie włączył, płyną słowa poetyckich sonetów, dźwięki miniatur bachowskich i przyjacielskie pogaduszki funkcjonariuszy partyjnych między skrajnymi frakcjami sejmowymi. Pod kwitnącą wiosennie pergolą, spacerują zgodnie pod rękę Sasin z Budką, Czarzasty z Korwinem, przy stoliku nad kawą i ciasteczkami szczebioczą wesoło zanosząc się radosnym śmiechem Tusk z Kaczyńskim. Po stawie pływają śnieżnobiałe łabędzie. Dzieci, syte i uśmiechnięte, w marynarskich ubrankach trzymają trzeźwych tatusiów za czystą rękę i rozrzucają beztrosko między rabaty 500+. Słonko przeciąga się rozleniwione... W mediach państwowych znów

pracują dziennikarze. I nikt nie wierzy, że białe jest białe, a czarne jest czarne.

Wyregulowałem zegarek, bo jechał autobus 54, a nie mogę się spóźnić na wizytę u gastrologa, o której przypomniała mi porannym telefonem pani z przychodnianej recepcji. Wczoraj, gdy umawiałem wizytę, obiecała i dziś dotrzymała słowa. Zadzwo nił domofon. Uprzejmy pan zapytał czy czasami nie potrzebuję węgla orzecha w cenie połowy cen urzędowych, które przecież i tak rząd obniżył do granicy czterdziestu złotych za tonę. Czterdzieści złotych! Czysty śmiech, jak pojedę za granicę, to tę kwotę mogę przecież wymienić na osiemdziesiąt dolarów albo sto dwadzieścia euro. No co robić, gdy złoty wciąż idzie na giełdach w górę? Upycham paczki banknotów, gdzie tylko mogę. Szafa już się nie domyka, a metraż mam niewielki. Po ulicach cichutko suną elektryczne auta rodzimej produkcji. Policjant przeprowadza na drugą stronę ulicy starszą feministkę. Pomaga jej nieść transparent z napisem „chrońmy pożycie!” i styropianową tęczę. Ogólnie jest pachnąco i jakby luksusowo. Termometr wskazuje, a wiatr wieje ledwie, choć ze zmiennych kierunków. Poranną ciszę przerywa donośny huk. To inflacja spadła do wartości minusowych...”

Obudził mnie niepokój. Oczy miałem mokre od łez szczęścia i wzruszenia. Przemogłem ogólną niechęć i poszedłem na zakupy.

W sklepie zostawiłem dwakroć więcej pieniędzy za dwakroć mniej produktów niż przed tygodniem. Wróciłem z zakupami do jeszcze na razie ciepłego, jasnego i cichego domku. Usiadłem na balkonie ... nad szkarłatnym horyzontem kłęby dymu, słysząc szczęk żelaza...



DANIEL ŹRÓDLEWSKI

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

Recenzje teatralne

★★★★☆☆

Teatr Kana w Szczecinie
„Światy możliwe”

Reżyseria Krzysztof Popiołek

Spektakl otwierają dwa wzruszające prologi – pieśń wykonana przez dziewczynkę i odczytanie tekstów Ukraińców o bolesnych wojennych doświadczeniach (zebranych wcześniej do reżyserowanego także przez Krzysztofa Popiołka 24-godzinny Koncertu dla Pokoju odbywającego się w świdnickim Kościele Pokoju). Po nich do gry wkracza sztuczna inteligencja, która ma dać odpowiedź jak uratować świat przed katastrofą albo chociaż nadciągającym kryzysem i jaka może być w tym rola teatru. Nie powiem, intrygujący to eksperyment. Taka maszyna ma, w przeciwieństwie do istot ludzkich, nieograniczony zasób pamięci RAM, a co za tym idzie wiedzy. Nie ma w tym ani emocji, ani żadnej propagandy, a dziś właśnie potrzebujemy chłodnych, trzeźwych, racjonalnych odpowiedzi i podpowiedzi. Co prawda takich nie dostajemy, ale bardzo ciekawie wypadają pierwsze sceny, w których komputer „doświadcza” jeden z fragmentów „Gęstości zaludnienia” – spektaklu Teatru Kana z 2017 roku z udziałem tego samego zespołu aktorskiego i reżysera. Jeszcze ciekawiej robi się, gdy komputer sięga głębiej w przeszłość i „odnajduje” archiwalne nagranie założyciela Kany – Zygmunta Duchyńskiego z wielce mądrym przesłaniem. Przez myśl przeszła mi wątpliwość, czy rzecz będzie czytelna dla młodszych widzów nie znających historii Kany, ale wzruszony i dumny, że jej osobście doświadczyłem, pytanie porzuciłem. Niestety w kolejnych scenach komputer się zapętla, eksploataowanie tanecznej sceny, a przy okazji wykonujących ją z zapałem aktorów, szybko staje się przykre.

W kolejnej części obserwujemy przygotowania do końca świata – takiego prawdziwego jebnięcia, albo takiego metaforycznego (na myśl przyszła mi filmowa „Melancholia” Larsa von Triera). Bohaterowie dostają od sztucznej inteligencji „zadania”, które mogą pomóc uratować świat. Wszystko podane w sposób humorystyczny i mocno przerysowany. Ironię miała zapewne przywoływać prosta muzyka i dźwięki, ale wybór cytatów zamiast mnie rozbawić, jedynie zniesmaczył. Drażniła też formuła Radia Planeta: ach, gdyby tak zamiast piszczącego, pokrzykującego i wijącego się Piotra Starzyńskiego zobaczyć postać wyważoną czy wręcz poetycką (choćby Chris z kultowego „Przystanku Alaska”). Pozostałe „zadania” przyznane aktorom, by uratować świat, teoretycznie brzmiały znakomicie, ot porywająca metafora weryfikacji złych i dobrych literackich zakończeń czy inwentaryzacja światowego zasobu nasion. Niestety dobre pomysły nie wybrzmiały na scenie, ugrzęzły w inscenizacyjnej zawziętości.

Znakomicie za to wypadł naturalistyczny monolog Bibianny Chimiak o wszystkim co w człowieku obrzydliwie. Wcześniej aktorka tworzyła rysunek biologicznego schematu, który dzięki jej niemal medytacyjnemu skupieniu stał się mandalą, symboli-

zującą – zgodnie z jej regułą – tworzenie i niszczenie (świata?). Niezwykle sprawna Karolina Sabat, bawiła tylko do momentu, gdy jej postać została niemiłosiernie przerysowana. Najlepiej wypadł najsmutniejszy monolog Dariusza Mikuły, z ciekawie wykorzystaną archiwalną projekcją (rola Mikuły z „Nocy” Kany sprzed kilkudziesięciu lat). Godne podziwu opanowanie (oraz skupienie i pomysł na postać) Mikuły każde traktować jego kreację jako najjaśniejszy punkt spektaklu.

Zgrzytem było dla mnie ostatnie kilkanaście minut przedstawienia, w których bohaterowie oddają hołd odnalezionej... kości (wiem, wiem, zwierzęta są w życiu człowieka ważne), a potem śpiewają (ekhm?) tandetne piosenki i bezkońca pływają po scenie w festynowym korowodzie. Czy to wystarczy by uchronić świat przed zagładą?

Na uznanie zasługuje sprawność teatralnej „machiny”, która sprawiła, że spektakl jest niezwykle fotograficzny i efektowny. To ciekawe kostiumy Piotra Popiołka inspirowane dystopijnymi opowieściami ze współczesnym recyklingowym zacięciem. Intryguje scenografia Anny Wołoszczuk z wielkim „ohtarzem” w postaci akwarium czy szklarni oraz sufit przywołujący plaster miodu i zniszczony bombą strop z wiszącymi kablami.

Prestiżowe 3/6



FOTO: PIOTR NYKOWSKI

Recenzje filmowe



Powodzenia, Leo Grande



Podejrzana



Alcarràs

★★★★★★

„Powodzenia, Leo Grande”

reżyseria: Sophie Hyde

Scenariusz: Katy Brand

Wielka Brytania 2022

Seks jest tu tylko (albo aż?) pretekstem do rozmowy o czymś znacznie ważniejszym, przyjemniejszym i dłuższym niż orgazm. O ŻYCIU! Albo inaczej, to rzecz o tym JAK PIĘKNIE ŻYĆ! W zgodzie ze światem i przede wszystkim ze sobą. To rzecz o szacunku – i tu znów: do innych i do siebie. Nie, nie, to nie poradnik, ale mądra inspiracja. Przy czym to nie moralitet, ale subtelna podpowiedź. Subtelna, bo scenariusz Katy Brand, jest naprawdę znakomicie napisany i przede wszystkim rozpisany. To kameralna stereodrama ze świetnymi dialogami, coś w rodzaju Teatru Telewizji – dwójka bohaterów, jedno wnętrze, plenerów oprócz prologu praktycznie brak. No i sedno. Aktorstwo! Daryl McCormak jako tytułowy Leo Grande jest nie tylko arcyprzystojnym modelem, ale wcale mądrym młodzieńcem, co pięknie momentami wyraża w nieśmiałości uśmiechu czy spojrzenia. Znakomity jest w scenach stanowczości wobec filmowej partnerki. Jednak ten film należy do Emmy Thompson! Jej Nancy Stokes to aktorski majstersztyk. Ta kreacja wybitna, o której nie ma sensu pisać, należy po prostu zobaczyć. I jeszcze jedno: film Sophie Hyde nie, jest kinem tylko dla kobiet. Nie, nie jest to też kino tylko dla urodzonych

przed 1980 rokiem. To kino dla WSZYSTKICH, bo przecież czasu nikt z nas nie zatrzyma...

Prestiżowe 6/6

★★★★☆☆

„Podejrzana”

reżyseria: Park Chan-wook

Korea Południowa 2022

Jeden opis tego filmu mówił, że to „najpiękniejszy film o miłości od lat”, inny, że „brawurowy kryminał”. Oba określenia są prawdziwe. To mistrzowsko skomponowany thriller kryminalny – jest morderstwo, trup, policjant, śledztwo, podejrzana i przedziwne zbiegi okoliczności. To ponad dwie godziny wyjątkowego skupienia, gdyż każdy szczegół (kadr) zagadki jest ważny dla jej zrozumienia i wreszcie rozwiązania. Kiedy dodamy do tego MIŁOŚĆ, mamy gotowy ładunek wybuchowy o sporej sile rażenia. Eksplozja z wykorzystaniem olśniewających efektów specjalnych nie ma jednak miejsca na ekranie, ale po drugiej jego stronie, rozrywając emocje publiczności przyglądającej się tej zdecydowanie popapranej relacji. Reżyser Park Chan-wook znakomicie prowadzi opowieść, często zmienia jej tempo i rytm, nieustannie zaskakuje, pokazuje śledztwo z niesamowitą precyzją, do ostatniej sceny trzymając w niepewności. Hae-il Park oraz Tang Wei stworzyli znako-

mity aktorski duet – powiązani toksyczną relacją detektyw Hae-joon i podejrzana Seo-rae niczym magnesy jednocześnie przyciągają i odpychają się. Gwarantuję jednak, że „Podejrzana” wyłącznie przyciąga albo... wciąga.

Prestiżowe 4/6

★★★★☆☆

„Alcarràs”

reżyseria: Carla Simón

scenariusz: Carla Simón, Arnau Vilaró

Hiszpania, Włochy 2022

Hiszpańska wielopokoleniowa epopeja rolnicza. Rzecz o rodzinie, honorze i uporze (co chyba w parze zawsze idzie), a także albo przede wszystkim – o polityce i sile pieniądza. To przewrotne zderzenie gęstej, napiętej atmosfery z dziecięcą beztroską i dozą dystansu wyrażonego w subtelnych humorze. Niestety to nieco niemrawa opowieść rozrzedzona w stu dwudziestu minutach... Gdyby chciał znaleźć pozytyw, to ten film z pewnością prowokuje do jakiegoś zatrzymania. Co przy pędzie wydarzeń ostatniego czasu może faktycznie być bardzo cenne.

Prestiżowe 3/6

autor: Daniel Źródlewski / foto: materiały prasowe



Die Deutsche

Sibylla

Schwarz

Sybilla Schwarz: poetka dawnego Pomorza

BAROK TO NIEZWYKLE CIEKAWA EPOKA. TAKŻE W HISTORII POMORZA, A NAWET – LOKALNEJ LITERATURZE.

TO W TYCH CZASACH ŻYŁA SYBILLA SCHWARZ. NIEZWYKŁA POETKA NAZYWANA „POMORSKĄ SAFONĄ”. POCHODZIŁA Z GREIFSWALDU, A NA ZIEMSKIM PADOLE SPĘDZIŁA JEDY-
NIE SIEDEMNAŚCIE LAT. ŻYŁA SKROMNIE, PRZY RODZINIE.

PISAŁA WIELE I Z TALENTEM. UTWORY SYBILLI WYDANO PO JEJ ŚMIERCI. WZBUDZIŁY ZACHWYT CZYTELNIKÓW ORAZ NIEDOWIERZANIE BADACZY, ŻE SĄ DZIEŁEM TAK MŁODEJ OSOBY! TO WSZYSTKO SPRAWIA, ŻE WARTO POZNAĆ TĘ POSTAĆ BLIŻEJ.

DOM SCHWARZÓW W GREIFSWALDZIE,
STAN Z 2014 R., WIKIPEDIA



Safonę, najśłynniejszą poetkę antycznej Grecji, kojarzy wielu. Sybillę, nastoletnią poetkę z Księstwa Pomorskiego, zna mało kto. Tymczasem to zdumiewające zjawisko literackie. Pomorska Safona jest jedną z najciekawszych postaci ze środowiska dawnych pisarzy regionalnych.

Córa Greifswaldu

Sybilla Schwarz (lub: Sibylla Schwarz, Sibylle Schwartz) żyła w okresie Księstwa Pomorskiego, w latach 1621-1638, w czasie trwania wojny trzydziestoletniej. Urodziła się w Greifswaldzie. Jej rodzice pochodzili ze starych kupieckich rodów mieszczańskich. Ojciec panny był dobrze wykształcony. Spełniał się jako członek rady miejskiej, burmistrz Greifswaldu, landrat (urzędnik kierujący powiatem) oraz doradca Bogusława XIV – ostatniego przedstawiciela dynastii Gryfitów i władcy Księstwa Pomorskiego. Matka była córką rajcy. Sybilla miała liczne rodzeństwo. Dziewczyna była najmłodszym z siedmiorga dzieci Schwarzwów.

Otrzymała typowe dla środowiska wychowanie i wykształcenie. Po śmierci matki wraz z siostrami zajmowała się obowiązkami domowymi. Jednak jej rola wykraczała poza zadania dobrej gospodyni. – W 1634 roku Sybilla brała udział w oficjalnych uroczystościach powitania siostrzeńca księcia Bogusława XIV, Ernesta Bogusława von Croya, który przyjechał do Greifswaldu na studia, publicznie deklamując swój wiersz „Als J.F.G. vohn Croja und Arschott zu Greiffswald, Studierens halben, angelangt” – można przeczytać na stronie internetowej „Encyklopedii Pomorza Zachodniego”.

Kilkukrotnie się przeprowadzała. Jej rodzina doświadczyła skutków wojny. Zaznała wielu trosk. W tym wszystkim znajdowała jednak czas na twórczość literacką. Inspirację do pisania wierszy czerpała z życia. Kiedy trwały przygotowania do wesela jej siostry – Sybilla niespodziewanie zachorowała. Napisała wtedy utwór, w którym żegnała się ze światem. W przeddzień ślubu siostry powiedziała: „Jutro z woli Boga, i ty i ja będziemy miały weselny dzień, ale zupełnie innego rodzaju i w inny sposób”. Zmarła następnego dnia. Pochowaną ją w kościele św. Mikołaja w Greifswaldzie.

Utalentowana poetka

Sybilla wydawać by się mogła jedną z wielu panienek tamtego okresu. Nie była jednak przeciętna! Dużą rolę w kształtowaniu jej umysłu odegrali ojciec oraz bracia. Dom rodziców przyciągał zaś licznych ludzi związanych z uniwersytetem greifswaldzким. Sybilla uczestniczyła w rozmowach, poszerzała horyzonty. Poza tym wiadomo, że czytała utwory znanych twórców. – Już w opinii współczesnych Sibylla Schwarz miała status Poetki – informuje „Encyklopedia Pomorza Zachodniego”.

Dnie spędzała na obowiązkach domowych, noce poświęcała twórczości literackiej. Chłoneła humanistyczną atmosferę domu. Podobno zaczęła tworzyć wiersze w wieku dziesięciu lat. Nazywano ją m.in. „pięknie piszącą” i „cudem swoich czasów”. – Spuściznę literacką Sybilli Schwarz wydał w 1650 w Gdańsku roku jej nauczyciel, Samuel Gerlach – przeczytamy na stronie „Encyklopedii Pomorza Zachodniego”. To on nazwał ją „pomorską Safo”, ale też „dziesiątą muzą”.

Znanych jest 105 wierszy autorki. Pisała o tematyce świeckiej oraz religijnej. Poruszała takie wątki jak przyjaźń, miłość, wojna czy śmierć. Pisała wiersze okolicznościowe. Poza tym: tworzyła też próby dramatyczne, opowiadania. Napisała opowieść pasterską. Oddawała się też tłumaczeniom. Tworzyła niezwykle dojrzałe formy i treści. Nawiązywała w swoim pisarstwie dialog z tradycją literacką. Wykorzystywała w twórczości liczne symbole, motywy oraz toposy kulturowe. Wszystkie jej utwory powstały zaś... w ciągu kilku lat. Między dwunastym a siedemnastym rokiem życia dziewczyny.

Pamięć literacka

Krótki, naznaczony wojną życiorys Sybilli, jest jedną z wielu smutnych biografii, jednak młoda poetka to postać, jaka warta jest pamięci. Twórczość literacka tej panny zadziwia! Dlatego współcześni badacze i sympatycy poezji starają się przywrócić pamięć o „pomorskiej Safonie”. Od lat osoby zafascynowane Sybillą popularyzują jej twórczość. Interesują się nią zresztą różni mieszkańcy ziemi pomorskiej, zarówno Niemcy, jak i Po-



lacy. Chętnie sięgają po jej twórczość literaturoznawcy, kulturoznawcy oraz feministki.

Trwają starania mające na celu przywrócić dawny blask jej rodzinnemu domowi w Greifswaldzie. O poetce nakręcono też film „Sibylla Back in Town”. Poza tym, powstają liczne publikacje jej poświęcone. Dokonano przedruku twórczości literatki. Planowana jest powieść graficzna poświęcona poetce. Sibylla była również bohaterką wystawy z cyklu „Pomorzanki i Pomorzanie”, przygotowanej przez szczecińską Książnicę Pomorską. Co więcej, Joanna Kościelna, kulturoznawczyni i pasjonatka lokalnej historii, poświęciła poetce wnikliwy tekst „Die Lieb ist mein Begin – w kręgu lektur Sibylli Schwarz (1621-1638). Dialog z mistrzami”.

Sibylla żyła wiele wieków temu, a krótkie bytowanie w naszym świecie tej znakomicie się zapowiadającej i utalentowanej poetki przerwała przedwczesna śmierć. Mimo to – nie sposób pozwolić jej odejść z zapomnienia! Poziom artystyczny twórczości tej nastolatki wciąż budzi zdziwienie i zainteresowanie znawców

literatury. Jedni zachwycają się jej poezją, inni niedowierzają, że pisała utwory samodzielnie.

Jedno jest pewne: wyprzedzała swoją epokę. Niezwykła panna nurtuje badaczy i miłośników poezji z wielu względów. Intelkt, kobiecość, postawa życiowa, pewność swojej wartości, wysublimowana twórczość... A wszystko w burzliwych czasach dawnego Księstwa Pomorskiego! Sibylla Schwarz to, według badaczy, fenomen literacki, historyczny oraz socjologiczny. Jeszcze nie raz pewnie o niej usłyszymy czy przeczytamy!

autor: Karolina Wysocka/ źródła: „Die Lieb ist mein Begin – w kręgu lektur Sibylli Schwarz (1621-1638). Dialog z mistrzami”, J. Kościelna, academia.edu; „Greifswald. Z czerwonym gryfem w herbie”, E. Sawicka, kraoznawcy.info.pl; zamek.szczecin.pl, encyklopedia.szczecin.pl, wikipedia.org, ksiaznica.szczecin.pl/ zdjęcia: Pomeranica, Wikipedia



KATARZYNA DONDALSKA: NAUCZYŁAM SIĘ CZERPAĆ INSPIRACJĘ Z SAMEJ SIEBIE

MUZYKĘ MA WE KRWI. SKRZYPCE OPANOWAŁA JESZCZE W WIEKU DZIECIĘCYM, ALE JEJ PRAWDZIWYM ŻYWIOŁEM OKAZAŁ SIĘ WOKAL. KOBIETA ŚWIADOMA SWOJEGO SUKCESU I TALENTU. KATARZYNA DONDALSKA, POLSKA SOPRANISTKA KOLORATUROWA O SKALI CZTERECH OKTAW, NIEBAWEM POWRÓCI DO SZCZECINA, BY OCZAROWAĆ NAS SWOIM GŁOSEM W EKLEKTYCZNYCH WNĘTRZACH WILLI LENTZA.

Kto stanowił muzyczną inspirację, gdy wkraczała Pani w świat muzyki?

Mój dom rodzinny był bardzo muzyczny od pokoleń. W bydgoskiej operze, gdzie pracował mój dziadek uszyto moje pierwsze baletki na zajęcia baletowe. Wychowałam się w filharmonii w Olsztynie, z którą związani byli moi rodzice. Często przychodziłam tam po szkole i godzinami oglądałam przygotowania artystów. Jeździłam też z rodzicami na rozmaite koncerty. Mój tata był koncertmistrzem skrzypiec, a w jego ślady poszło całe moje rodzeństwo. Pierwszych lekcji gry na skrzypcach udziela-

li mi właśnie dziadek, a później tata. Mama z kolei była jedyną w rodzinie perkusistką. Inspiracji instrumentalnej w rodzinie więc nie brakowało. Jeśli chodzi o śpiew, pierwszym natchnieniem był aksamitny głos Placido Domingo w arii Don Josego z Carmen, którą usłyszałam w audycji radiowej, gdy miałam 14 lat. Od razu wiedziałam, że chciałam śpiewać taką muzykę. Poszłam na przesłuchanie do prof. Boguckiej-Olkowskiej w Szkole Muzycznej w Olsztynie, która była bardzo zafascynowana moim głosem i jego skalą. „Niestety – powiedziała – Carmen możesz grać dalej na skrzypcach; z opery Carmen nic nie

będzie, dlatego, że to zupełnie inny rodzaj głosu”. To był koniec lat 80. i bardzo lubiłam też słuchać utworów grupy Europe. Z muzyki rozrywkowej fascynowała mnie również Whitney Houston, która operowała fantastycznym głosem. Pewnego razu zobaczyłam w telewizji występ młodziutkiej Natalie Dessay i to ukierunkowało mnie na śpiewanie koloraturowe, w którym się specjalizuję. Oprócz tego z podziwem słuchałam Edity Gruberovej czy Angeli Gheorghiu.

Kto inspiruje dzisiaj?

Na tym etapie, na którym dziś się znajduję, nauczyłam się czerpać inspirację z samej siebie (śmiech). Poznałam niemal całe zaplecze wielkiego świata muzycznego. Wiem, jak wygląda życie muzyka. Otacza mnie wielu wspaniałych ludzi i każdego dnia dostaje wiele bodźców do działania. Staram się ciągle odkrywać muzyczne nowości i to właśnie w nich poszukiwać dodatkowej inspiracji. Na co dzień w muzyce staram się jednak uzewnętrznąć samą siebie.

Czy jako mała dziewczynka widziała się Pani oczami wyobraźni na najśliczniejszych salach koncertowych świata?

Oczywiście, że tak. Dziecięce marzenia sięgają daleko. Jako bardzo mała dziewczynka wyciągałam biżuterię i jedną z sukni scenicznych mojej mamy i wyobrażałam sobie, że występuje na wielkiej sali. Później te marzenia okazały się po prostu przyszłością.

Czy po występach na największych światowych estradach posiada Pani jeszcze jakieś niespełnione marzenia sceniczne?

Szczerze mówiąc, to nie. Czuję się bardzo spełniona, ale powrót na znane mi już sceny za każdym razem wywołuje we mnie ekscytację. Szczególnie na największe estrady, takie jak Lincoln Center w Nowym Jorku, Walt Disney Concert Hall w Los Angeles czy Alte Oper we Frankfurcie.

Do których występów najczęściej wraca Pani myślami?

Takich występów jest naprawdę wiele. Bardzo przyjemnie wspominam występ w przedstawieniu Ryszarda Straussa w Teatrze Narodowym w Mannheim. To była opera „Ariadne auf Naxos”, w której miałam przyjemność wystąpić na jednej scenie z Panią Editą Gruberową oraz z Panią Anną Tomową-Sintow. Innym fantastycznym przeżyciem była gala otwarcia nowej części monachijskiego lotniska. Wielki koncert, wielu wybitnych artystów. Wykonałam wtedy arię z wysokości 11. piętra. Pani, która pomagała mi przyszykować się do występu zapomniała założyć mi uprząż bezpieczeństwa i przed samym występem musiałyśmy szybko zdejmować wielką suknię sceniczną i zakładać wszystko od nowa. Innym wydarzeniem była gala jubileuszowa Classic Open Air am Gendarmenmarkt w Berlinie w 2019 roku, gdzie było kilka tysięcy osób. Wystąpił tam również Chris De Burgh, do którego utworów bawiłam się w latach młodości. Muszę wspomnieć również o Concertgebouw Amsterdam, gdzie wystawiano koncertowo operę Ravela „Dziecko i czary” w której wystąpiłam śpiewając trzy partie – partię Ognia, partię Księżniczki i partię Słowika. Próby do tego wielkiego przedsięwzięcia były nagrywane, przeprowadzono z nami wywiady, a następnie powstał piękny program telewizyjny. Następnym cudownym wydarzeniem był występ w operze „Ptaki” Braunfelsa i to było w Teatro Lirico di Cagliari na Sardynii. Tutaj również przypadła mi partia Słowika. To jest jedna z moich ulubionych oper i było to fantastyczne przeżycie. Przez problemy z obsadzeniem roli Słowika, dyrektor teatru specjalnie przyleciał do Berlina, żebym dla niego zaśpiewała. To było dwa tygodnie przed rozpoczęciem prób. Pan był zachwycony, rolę dostałam i zdołałam się przygotować w bardzo krótkim czasie. Gdy przyleciałam na Sardynię, aby rozpocząć próby, okazało się, że mój bagaż trafił na Sycylię. Na pierwszą próbę z fantastycznym dyrygentem Roberto Ab-

bado niestety przyszedłam w stroju podróżnym. Bardzo dobrze wspominam też przedstawienie koncertowe „Straszego dworu” w roku moniuszkowskim w Narodowej Orkiestrze Symfonicznej Polskiego Radia w Katowicach, gdzie śpiewałam partię Hanny we wspaniałej obsadzie Adama Kruszewskiego, Adama Zduńkowskiego, Rafała Bartmińskiego czy dyrygenta maestro Tadeusza Wojciechowskiego. Jednym z najpiękniejszych momentów był również wywiad Barbary Bonney w TV BBC podczas konkursu „Cardiff Singer of the World”, gdzie powiedziała o mnie, że jestem „ósmym cudem świata”.

Jakie cele zawodowe stawia Pani przed sobą mając na koncie tak wielkie osiągnięcia?

Staram się dalej rozwijać. Szukam nowych zainteresowań. Lubię odkrywać i rozwijać inne płaszczyzny mojego głosu. Świetnie radzę sobie również w muzyce filmowej czy też bardziej rozrywkowej. Bardzo lubię też nagrywać płyty. Wymaga to niezwykłej dokładności i perfekcyjnego wykonania, gdyż na nagraniu dużo łatwiej jest wyłapać wszelkie błędy. Ważny jest dla mnie również dydaktyczny aspekt mojej kariery. W 2021 roku otrzymałam profesurę od prezydenta Polski. Uważam to za wielkie osiągnięcie. Zasiadam w licznych komisjach konkursowych oraz prowadzę swoją klasę na Akademii Sztuki w Szczecinie. Przy każdej rekrutacji cieszę się długą listą zgłoszeń, a to chyba znak, że idzie mi bardzo dobrze. Uwielbiam patrzeć na rozwój młodych osób i staram się o jak najbardziej indywidualne podejście na moich zajęciach.

Czy Pani zdaniem Szczecin jest miastem sprzyjającym muzykom?

Ciężko mi odpowiedzieć na to pytanie, gdyż na co dzień nie mieszkam w Szczecinie. Wielokrotnie występowałam w szczecińskiej operze oraz filharmonii – zarówno starej jak i nowej. Za każdym razem czułam się tutaj bardzo dobrze. Wspaniałe koncerty odbywają się również w Willi Lentza, a to za sprawą dyrektorki Jagody Kimber, która jest bardzo otwartą i kreatywną osobą. Zdradzę w tajemnicy, że 22 listopada wystąpimy tam wraz ze świetnym tenorem polskim Pawłem Skubałą oraz Nataniem Dondalskim na skrzypcach i Michałem Landowskim przy fortepianie. Kilka moich dyplomantek zaistniało już na międzynarodowej arenie artystycznej i ciągle pojawiają się przed nimi kolejne możliwości rozwoju. Myślę więc, że Szczecin jest przychylny muzykom.

Wykłada Pani wokalistykę na Akademii Sztuki w Szczecinie – dlaczego akurat szczecińska uczelnia?

Po odbytej habilitacji dostałam propozycję pracy na stanowisku profesora Akademii Sztuki w Szczecinie i tą propozycję bardzo chętnie przyjąłam. Szczecin był dla mnie bardzo dogodnym rozwiązaniem, gdyż ze względu na swoje położenie blisko granicy niemieckiej pozwalał mi na rozwój na płaszczyźnie dydaktycznej, przy zachowaniu swobody artystycznej i bliskiej odległości od domu w Berlinie.

Czy sama wynosi Pani jakieś lekcje podczas pracy z młodymi artystami?

Na pewno uczyć się cierpliwości i wyrozumiałości. Od zawsze byłam wymagająca wobec samej siebie i taka też jestem wobec moich studentów. Wiem jednak, że każda z tych młodych osób ma inne możliwości głosowe i inne zaplecze życiowe. Z tego względu szukam sposobów, by moja praca z każdym z osobna była jak najbardziej owocna. Razem staramy się rozwiązywać wszelkie problemy i przełamywać blokady, które przeszkadzają w dalszym rozwoju i zazwyczaj odnosimy sukcesy.

rozmawiała: Aleksandra Kupis \ foto: Suse Beck





WIĘCEJ, LEPIEJ, BARDZIEJ, CZYLI NOWY SEZON BNO

BALTIC NEOPOLIS ORCHESTRA ANI NA CHWILĘ NIE ZWALNIA TEMP A PO OBFITYM SEZONIE LETNIM I PRACOWITYM ROKU. SEZON 2022/2023 TO KOLEJNE PROJEKTY, TE KONTYNUOWANE I TE CAŁKOWICIE NOWE.

Poza aktywnym koncertowaniem w kraju i za granicą szczecińska orkiestra przykłada ogromną wagę do edukacyjnego aspektu swojej działalności. Od kilkunastu lat realizuje program dla młodych utalentowanych artystów, wchodzących w dorosłe życie zawodowe. Mowa o Akademii BNO, która przerodziła się w duży ogólnopolski projekt – „start – cykl koncertów”. – Udział w niej pozwala jej uczestnikom na pracę z najlepszymi muzykami z kraju i ze świata – podkreśla Emilia. – To koncertowanie w Polsce i poza jej za granicami, to udział w kursach mistrzowskich, a nawet udział w nagraniach płytowych.

Unikatowość tego przedsięwzięcia została doceniona nie tylko przez Mecenasa orkiestry – firmę Sanprobi, ale także przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, które postanowiło w ramach programu „Muzyka” wspomagać finansów Akademię jeszcze przez 2 lata. – Absolwenci Akademii BNO już teraz zasilają szeregi najlepszych orkiestr w kraju i w Europie, pełniąc funkcje koncertmistrzów i liderów – dodaje szefowa BNO. – Biorąc pod uwagę dotychczasowe doświadczenia, można założyć, że kolejne lata przyniosą tylko więcej sukcesów.

Działalność BNO w najbliższych miesiącach nie będzie się jednak koncentrować tylko na projekcie „start”. Nagrana w lipcu płyta „Polish Concerti vol. 1” ukaże się na przełomie roku, będąc doskonałym wstępem do jubileuszowego roku orkiestry. – Napisane dla nas utwory, mają nie tylko charakter sentymentalny, ale przede wszystkim stanowią ważny wkład w literaturę polskiej muzyki kameralnej – podkreśla Emilia Goch. –

Rejestracja tego wydawnictwa została dofinansowana przez licznych Mecenasów, m.in. MKiDN z programu „Muzyczny ślad”, STOART, ZAiKS, a także Fundację PZU.

Kolejny duży projekt BNO to prestiżowy festiwal muzyczny, połączony z edukacją, czyli Szczecin Classic – Majówka w Szczecinie nie byłaby już taka sama bez tego festiwalu – mówi Emilia. – Tematyka imprezy co prawda zmienia się z roku na rok, ale zawsze zakłada koncerty otwarte dla szczecińskiej publiczności i liczne wydarzenia towarzyszące, takie jak nauka tańca, gimnastyka z klasyką, czy specjalne eventy dla dzieci. Nie inaczej będzie w kolejnym sezonie. SC 2023 będzie świętem tańca! Zabrzmie podczas niego premierowo, m.in. utwór napisany dla orkiestry w ramach programu MKiDN. To „Zamówienia kompozytorskie” autorstwa Mikołaja Majkusiaka. Będzie również wiele innych kompozycji inspirowanych tańcem.

Poza „roztańczonym” Szczecin Classic Baltic Neopolis Orchestra ma wiele planów koncertowych. Przygotowuje nowy cykl koncertów zimowych, wielkie widowisko muzyczne z Vasko Vassilewem, koncertmistrzem Covent Garden Royal Opera House w Londynie, dyrektorem artystycznym zespołu, zupełnie nową edycję Music West Fest, koncerty na szlaku ścieżek rowerowych Województwa zachodniopomorskiego oraz wiele innych niespodzianek, a wszystko z okazji swoich 15 urodzin.

ad / foto: Hubert Grygielewicz

dom wolno stojący Szczecin, Warszewo



ul. Widokowa, kameralne osiedle,
działka narożna 1215 m²,
z przepiękną roślinnością i drzewostanem,
pow. użytkowa domu 240 m²,
6 pokoi, 2 łazienki, toaleta dla gości,
wysoki salon, garaż na 2 auta, system fotowoltaiki

na sprzedaż

nowa cena: 1,85 mln zł
tel. 601 730 555, 91 810 10 10

luksusowe apartamenty Szczecin, serce Pogodna



4 apartamenty, po jednym na każdym piętrze
parter z ogrodem - 67 m²
poziom 0 - 133 m², poziom 1 - 135 m²
poziom 2 + poddasze - 152 m²
wspólna przestrzeń wellness and spa,
samodzielne garaże, oddanie III kwartał 2023 r.

na sprzedaż

cena: 17,5 tys. zł / m²
tel. 601 94 28 28, 91 810 10 10

nieruchomości
Baszta
real estate office

www.baszta.eu

działka deweloperska Międzyzdroje



pow. 1842 m², dzielnica willowa,
przeznaczenie w studium
pod budynek wielorodzinny z usługami,
możliwość wybudowania ok. 30 lokali
o pow. od 42 do 72 m²,
garaż dwupoziomowy podziemny

na sprzedaż

cena: 3,65 mln zł
tel. 693 555 596

apartament Międzyzdroje



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

na sprzedaż

cena: 590 tys. zł
tel. 693 555 596

FOTO: AKK

Jubel PIG-u

Szczecińska Północna Izba Gospodarcza – największa w Polsce organizacja samorządu przedsiębiorców obchodzi 25-lecie działalności. Z tej okazji na specjalnej gali w Operze na Zamku spotkali się przedstawiciele lokalnego świata biznesu, polityki, prawa, mediów. Po części oficjalnej niemilkły toasty na cześć PIG wznoszone symboliczną lampką szampana. Pierwsza „ćwiartka” za nimi. Czekamy na kolejne. ds



JAROSŁAW TARCZYŃSKI I HANNA MOJSIUK



SŁAWOMIR PIŃSKI I
MAGDALENA GAJDAMOWICZ



GRAŻYNA WÓDKIEWICZ Z MĘŻEM



WALDEMAR JUSZCZAK Z ŻONĄ



LAURA HOŁOWACZ Z MĘŻEM



ZBIGNIEW I BOGNA SKARUL



PIOTR MAZURO I STEFAN MAZURKIEWICZ

FOTO: ALICJA USZYŃSKA

Wino, muzyka i Volvo

Salon Volvo Auto Bruno zorganizował we wrześniu spotkanie dla swoich klientów i wielbicieli tej szwedzkiej marki. W trakcie imprezy o swojej winnicy opowiadali jej właściciele: Zbigniew i Jacek Turnau a goście mogli skosztować ich wybornych win. O nowościach ze świata Volvo mówili Stanisław Dojs z Volvo Car Poland i Kamil Mielcarek, kierownik Działu Flotowego z Volvo Auto Bruno. Wieczór zakończył quiz z nagrodami oraz koncert rockowej grupy prowadzonej przez pracowników salonu. ad



ZBIGNIEW TURNAU I JACEK TURNAU



TOMASZ LOGA
Z PRACOWNIKAMI



MARIA GAŁCZYŃSKA-MAJER
I MARCIN GAŁCZYŃSKI



ZESPÓŁ COVER BAND



PAWEŁ KRASIŃSKI
I KAMIL MIELCAREK



SYLWIA I KONRAD
RUSIECCY



JACEK TURNAU I
BARTŁOMIEJ TROJANOWSKI



JAROSŁAW NABIAŁEK
I MICHAŁ JANE CZKO



DOMINIK ADAMCZYK,
BARTŁOMIEJ TROJANOWSKI,
STANISŁAW DOJS, RAFAŁ
FUSS



WOJCIECH PODHAJSKI
I MICHAŁ ZIÓŁKOWSKI



MAŁGORZATA SERBIN
I KRZYSZTOF LITWIN



KATARZYNA KRAKOWIAK,
DOMINIKA RYCHLICKA



ANETA LIEBELT-GAPIŃSKA
I KRZYSZTOF ZABORNIAK

FOTO: JAROSŁAW GASZYŃSKI

Tenisowy koktajl

W tym roku podczas turnieju tenisowego Pekao Szczecin Open zabrakło tradycyjnego punktu programu, na który niektórzy czekają z utęsknieniem przez cały rok. Chodzi oczywiście o wielki bankiet na kortach. No cóż, wszyscy zaciskamy pasa. Pewnego rodzaju zastępstwem był więc zorganizowany na skromniejszą skalę, ale równie przyjemny koktajl, którego gospodarzem był prezydent Szczecina. ds



TOMASZ GRODZKI, HENRYK
SAWKA I PIOTR KRZYSTEK



MARIUSZ ŁUSZCZEWSKI
I POLINA MINEEVA



AGNIESZKA NYKIEL-BOBALA
I KRZYSZTOF BOBALA



SEBASTIAN ROSZKOWSKI Z ŻONĄ ALICJĄ



JERZY SIEŃKO
Z ŻONĄ MAGDALENĄ



ZOFIA I MICHAŁ JANICCY



KATARZYNA KOROCH



JANUSZ ŻMURKIEWICZ Z ŻONĄ ORAZ MAŁGORZATA
I JAN KOZŁOWSCY



MIROSŁAW SOBCZYK Z ŻONĄ I SYNEM

FOTO: ALICJA USZYŃSKA

Pierwszy hotel ibis Styles

Cyrkowe atrakcje i sztuczki, uroczyste przecięcie wstęgi przez przedstawicieli AccorInvest i Accor oraz wyjątkowy koncert Reni Jusis – ibis Styles Szczecin Stare Miasto został oficjalnie otwarty. Nowy obiekt oferuje gościom 161 stylowych pokoi oraz wnętrza zaprojektowane zgodnie z motywem przewodnim, jakim jest cyrk i świat dziecięcych marzeń. W takim stylu utrzymane są także karty gości czy menu restauracji Winestone. Jednym z charakterystycznych elementów w lobby jest oryginalny cyrkowy monocykl. Oficjalna gala otwarcia odbyła się 22 września. ds



GILLES CLAVIE, HELENA PINKOWSKA, DOMINIK SOŁTYSIK, EWA BLUHM, RAFAŁ SETLAK



LAURENT TURPAULT, HELENA PINKOWSKA



MARTA ZAPŁATYŃSKA, LUIZA CZAJA, HELENA PINKOWSKA, JUSTYNA KORYTKOWSKA



HELENA PINKOWSKA, JUSTYNA KORYTKOWSKA, MARTA ZAPŁATYŃSKA



GWIAZDA WIECZORU - RENI JUSIS

FOTO: ALICJA USZYŃSKA

Wieczór pełen atrakcji

Najpierw wieczór autorski Michała Janickiego i świetny monodram w jego wykonaniu, a później wręczenie bohaterowi wieczoru kluczyków do nowego i pięknego Renault Arkana przez Grupę Polmotor. Teatr Kameralny rozpoczął nowy sezon naprawdę w niezłym stylu. Sztuka, motoryzacja, dużo śmiechu i trochę wzruszeń. A później tradycyjny bankiet. ad



MICHAŁ JANICKI, JÓZEF MALOSEK



MICHAŁ JANICKI I RENAULT



RAFAŁ BOGUSŁAWSKI, MICHAŁ JANICKI, KAROLINA WAŁOWSKA



JOLA SZCZEPAŃSKA-ANDRZEJEWSKA, MICHAŁ JANICKI, ZOFIA JANKOWSKA



IWONA BOGUSŁAWSKA, MAŁGORZATA KUSIOWSKA, KINGA KUSIOWSKA



ZBIGNIEW HASS, ELŻBIETA HASS, ELŻBIETA ZWIERSZ, MICHAŁ JANICKI



JOLANTA PÓŻNIAK, MICHAŁ JANICKI, ZBIGNIEW PÓŻNIAK

FOTO: EWELINA PRUS

Fotograficzne podróże Kydryńskiego

Wystawa fotografii Marcina Kydryńskiego, znakomitego dziennikarza muzycznego, podróżnika, fotografa i autora książek była częścią inauguracji kolejnej edycji Music.Design. Form Festival w szczecińskiej Filharmonii. W trakcie wernisażu w Galerii Poziom 4 jej bohater rozmawiał z gośćmi wystawy i podpisywał swoją ostatnią książkę. Wieczór uświetnił krótki recital dwóch świetnych muzyków: José Manuela Albána Juárezza oraz Tomasza Torresa. Galeria Poziom 4 jest otwarta w soboty i niedziele w godz. 12-16. ad



MARCIN KYDRYŃSKI I DOROTA SERWA



MARCIN KYDRYŃSKI



JOSÉ MANUEL ALBÁN JUÁREZ, PAULINA I TOMASZ TORRES



SYLWIA TROJANOWSKA



KAROLINA KORDYS I MONIKA KRUPOWICZ



MARTA MAC I ADAM DAWIDOWICZ

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

Zalando i FIEGE świętują

Stumilionowa paczka z Centrum Dystrybucyjnego Zalando w Gardnie ruszyła w drogę. Tak uczczono pięciolecie współpracy Zalando i operatora logistycznego FIEGE w tej lokalizacji. Wydarzenie to zgromadziło nie tylko pracowników firmy, ale także przedstawiciele samorządu. Centrum Logistyczne w Gardnie jest pierwszą inwestycją Zalando w Polsce.

Prowadzenie procesów logistycznych w tym miejscu powierzono firmie FIEGE, która jest wiodącym europejskim operatorem logistycznym działającym w 16. krajach na całym świecie. ad



ALICJA KRYŃ



GRZEGORZ SZUBARTOWSKI,
PAWEŁ LASKA



GRZEGORZ SZUBARTOWSKI,
ANNA BAŃKOWSKA, TOMASZ
MILER, PAWEŁ LASKA

FOTO: MATERIAŁY PRASOWE

„Fogtt/Perszko” w ArtGalle i Willi Lentza

Na przełomie września i października Szczecin gościł dwóch wybitnych artystów – Andrzeja Fogtta oraz Jarosława Perszko. W sali kinowej Willi Lentza odbył się pokaz filmów „Portrety” oraz „Od światła do kamienia”, dotyczących twórczości tytułowych artystów. W szczecińskiej galerii sztuki współczesnej ArtGalle można natomiast doświadczać tej twórczości na żywo. Do końca października można obejrzeć wystawę, na której prezentowane jest malarstwo Andrzeja Fogtta z cyklu „Żywioty” oraz rzeźby „Horyzonty” Jarosława Perszko. Patronat honorowy nad wydarzeniami objął Prezydent Miasta Szczecin oraz Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego.



KATARZYNA KOTFIS, NINA
MANDUK-CZYŻYK



GOŚCIE ARTGALLE



OTWARCIE WERNISZAŻU
W ARTGALLE Z UDZIAŁEM
ANDRZEJA FOGTTA



MACIEJ PIRCZEWSKI, ROBERT
WOŹNIAK, ANDRZEJ FOGTT,
WOJCIECH BAL



JAGODA KIMBER, TOMASZ
GRODZKI



JOLANTA SZCZEPAŃSKA-AN-
DRZEJEWSKA, DONATA JUSZ-
CZAK

GRAND BVLWAR

Zainwestuj i zarabiaj!





KUP APARTAMENT INWESTYCYJNY NA ŁASZTOWNI

W centrum kultury i sztuki. W centrum wydarzeń. W nowym sercu Szczecina. Szczecińska Łasztownia ma szansę stać się najbardziej pożądaną lokalizacją, a w niej Grand Bulwar – idealna propozycja dla tych którzy chcieliby nabyć apartament z myślą o wynajmie.

Wybierz jeden spośród 80 lokali o powierzchni już od **17 m²**, skorzystaj z naszej oferty wykończenia „pod klucz” i **wynajmij** we współpracy z operatorem najmu, który zadba o maksymalne obłożenie Twojego apartamentu.

Osiągnij wysoki zwrot z inwestycji. Wybierz Grand Bulwar.



DOBRA LOKATA
KAPITAŁU



MOŻLIWOŚĆ
ODZYSKANIA
PODATKU VAT 23%



OPERATOR
NAJMU



WYKOŃCZENIE
POD KLUCZ



WYSOKA JAKOŚĆ,
SZLACHETNE
MATERIAŁY



W CENTRUM
MIASTA

ZADZWOŃ: +48 530 200 220


WEST COMFORT
art of living

LISTA DYSTRYBUCJI

GABINETY LEKARSKIE

AMC, Art Medical Center ul. Langiewicza 28/01
 Aesthetic Med ul. Niedziałkowskiego 47
 Baromed ul. Przestrzenna 4
 Centrum Rehabilitacji Duet al. Wojska Polskiego 70
 Centrum Medyczne Stowik ul. Kaszubska 59
 Centrum Medyczne Stowik ul. Ślipca 11
 Dental Art ul. Śląska 9a
 Dental Implant Aesthetic Clinic ul. Panieńska 18
 Dental Center ul. Mariacka 6/01
 Dentus ul. Mickiewicza 116/1
 Dentum al. Kazimierza Królewicza 2 L/1
 Dr Wiśniewski Chirurgia i Medycyna Estetyczna ul. Kusocińskiego 12/03
 ESTETIC Klinika Zawodny ul. Ku słońcu 58
 Fabryka Zdrowego Uśmiechu ul. Ostrawicka 18
 Forte Vite ul. Europejska 35/LU3
 Fizjopomoc ul. Witkiewicza 61
 Excelmed ul. Kopernika 6/2
 Gabinet Dr Zótkowski 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. Partyzantów 3/2
 Praktyka Stomatologiczna Rafał Rudziński ul. Śląska 5/2
 PP Estetyczna ul. Zupańskiego 6/1
 Reha Team ul. Elżbiety 3, Mierzyn
 ST Medical Clinic ul. Kwiatkowskiego 1/26
 Stomatologia Kamienica 25 ul. Wielkopolska 25/10
 Stomatologia Mikroskopowa ul. Żołnierska 13A/1
 Stomatologia ul. Wielka Odrzańska 31
 Synergia Centrum Psychoterapii & Coachingu ul. Emilii Plater 7c/16
 Vitrolive al. Wojska Polskiego 103

HOTELE

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

KANCELARIE

Przemysław Manik – kancelaria adwokacka ul. Kr. Korony Polskiej 3
 Gozdek, Kowalski, Łyskowski – adwokaci i radcowie ul. Panieńska 16
 Tomasz Kordus – kancelaria adwokacka ul. Felczaka 11
 Dariusz Jan Babski – kancelaria adwokacka ul. Bogusława 5/3
 Grzegorz Dutkiewicz – kancelaria adwokacka ul. Monte Casino 19c
 Aleksandr Dutkiewicz – kancelaria adwokacka ul. Wysznińskiego 14
 Licht Przeworska – kancelaria adwokacka ul. Tuwima 27/1
 Mariusz Chmielewski kancelaria adwokacka ul. Odzieżowa 5
 Kancelaria Notarialna al. Jana Pawła II 22
 Skotarczak, Dąbrowski, Olech – kancelaria adwokacka ul. Narutowicza 12
 Kancelaria Notarialna Daleszyńska - kancelaria notarialna al. Jana Pawła II 17
 Kancelaria Notarialna Małgorzata Posyniak ul. Józefa Piłsudskiego 20
 Kancelaria Prawna Kamil Zieliński ul. Narutowicza 11/14
 Kancelaria Radców Prawnych Brzeziński, Gregorczyk ul. Swarozycza 15A/3
 Kancelarie Adwokackie Łczywek ul. Krzywoustego 3
 Kancelaria Adwokacka Krzysztof Tumielewicz al. Bohaterów Warszawy 93/5
 Waldemar Juszcak – kancelaria adwokatów i radców al. Niepodległości 17
 Zbroja Adwokaci ul. Bogusława X 9/4
 WGO Legal Wiszniewski, Gajewicz, Oryl - radcowie prawni ul. Felczaka 16/1

KAWIARNIE

Artetamina ul. Rayskiego 21
 Biancafe ul. Ostrawicka/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. Ryskiego 23/2a
 Columbus Coffe ul. Krzywoustego 16
 Columbus Coffe ul. Malczewskiego 26
 Duet Coffee CH Galaxy - 1 piętro
 Era Kawy ul. Grodzka 18
 Fanaberia Deptak Bogusława
 Fit Cake ul. Śląska 5/1
 Koch Cukiernia al. Wojska Polskiego 4
 Lodziarnia Pogodna ul. Poniatowskiego 2
 Orsola ul. Przestrzenna 4
 Przystań na kawę ul. Rayskiego 19
 Nad Piekarnią cafe & bistrot ul. Krzywoustego 15/03
 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. Wysznińskiego 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. Lubieszńska 20
 Lexus Kozłowski ul. Mieszka 1 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
 Skoda City Store Brama Portowa 1 - Posejdon
 Toyota Kozłowski ul. Mieszka 1 25B
 Toyota Kozłowski ul. Struga 17
 Volvo ul. Pomorska 115B
 VW ul. Struga 1B

NIERUCHOMOŚCI

Assethome al. Papieża Jana Pawła II 11 (p.)
 Baszta Nieruchomości ul. Panieńska 47
 Baltic Group ul. Piotra Skargi 15
 Calbud, pokój 15 parter ul. Kapitańska 2
 Extra Invest al. Wojska Polskiego 45
 HMI ul. Zygmunta Moczyskiego 13B
 Idea Invest ul. Tkacka 14/01
 Krawczyk Nieruchomości ul. Jagiellońska 22/2
 Lider House ul. Modra 92/2
 Litwiniuk Property (Oxygen) ul. Malczewskiego 26
 Master House ul. Lutniana 38/70
 PGC Developer ul. Panieńska 17
 Siemaszko al. Powstańców Wielkopolskich 91 A
 Tomaszewicz ul. Kaszubska 20/4
 Turant & Wspólnicy ul. Mała Odrzańska 21/1
 TLS ul. Langiewicza 28A
 Vastbouw al. Wojska Polskiego 125
 WGN Nieruchomości Plac Lotników 7

RESTAURACJE

17 Słodów ul. Targ Rybny 1
 Bachus - winiarnia ul. Sienna 6
 Bananowa Szklarnia al. Jana Pawła II 45
 Bisto na jezykach ul. Grodzka
 Bollywood ul. Panieńska 20
 Bombay ul. Partyzantów 1
 Buddha ul. Rynek Sienny 2
 Brasleirinho Brazylijska Kuchnia&Bar ul. Sienna 10
 Chalupa 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)
 Gospoda Siedlisko ul. Rayskiego 16
 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. Zbozowa 4R
 La Rotonda ul. Południowa 18/20
 La Rocca ul. Koralowa 101
 Mała Tumka 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
 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. Boguźdżicy 1
 Rosso Fuoco, ul. Wielka Odrzańska 18A/U
 Ricoria al. Powstańców Wielkopolskich 20
 Rybarex ul. Małopolska 45
 Sake ul. Piastów 1
 Spotkanie al. Jana Pawła II 45
 Szpizarna Szczecińska Hołdu Pruskiego 8
 Tokyo ul. Rynek Sienny 3
 Towarzyska Deptak Bogusława
 Tutto Bene Bulwar Piastowski 1
 Trattoria Toscana pl. Orta Białego
 Ukraińska ul. Panieńska
 Unagi al. Jana Pawła II 42
 Willa West Ende al. Wojska Polskiego 65
 Wóli Krowa ul. Jagiellońska 11
 Zielone Patio pl. Brama Portowa 2

SKLEPY

5 Plus ul. Jagiellońska 5
 Arcadia perfumeria ul. Krzywoustego 7
 ART TOP ul. Chodkiewicza 6
 Atelier Sylwia Majdan al. Wojska Polskiego 45/2
 Atrium Molo ul. Mieszka 173
 Batlamp ul. Milczarska 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 46/01
 Velpa ul. Bogusława 12/2 i 11/1
 Clochee ul. Bogusława 10/2
 Escada al. Wojska Polskiego 22
 Henry Lloyd ul. Przestrzenna 11
 Icon ul. Jagiełły 6/5
 Jubiler Kleist ul. Rayskiego 20
 Kaskada Galeria (punkt informacyjny)
 Kropka nad i ul. Jagiellońska 96
 Kosmologia Monika Turowska ul. Duńska 38
 MaxMara ul. Bogusława 43/1
 MOOI ul. Bogusława 43
 Moda Club Al. Wyzwolenia 1
 Patrizia Arynion ul. Jagiellońska 96
 Portfolio (od ulicy Jagiellońskiej) ul. Rayskiego 23/11
 Riviera Maison ul. Struga 23
 Rosenthal ul. Bogusława 15/1A
 Wineland al. Wojska Polskiego 70

SPORT I REKREACJA

Aquarium (basen dla dzieci) ul. Jemiolowa 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. Przestrzenna 11
 My Way Fitness ul. Samia 8
 Polmotor Arena Wojska Polskiego 127
 PRIME Fitness Club, ul. Ślipca 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
 Univerum al. Wojska Polskiego 39

ZDROWIE I URODA

Atelier Fryzjerstwa Małgorzata Duleba-Nielacna ul. Wielkopolska 32
 Atelier Piękna ul. Mazurska 21
 Akademia Fryzjerska Gawęcki Al. Wojska Polskiego 20
 Baltica Wellness&Spa pl. Rodła
 Be Beauty Instytut Urody, ul. Łukasieńskiego 40/12
 Beverly Barber Shop ul. Sienna 5A
 CMC Klinika Urody ul. Jagiellońska 77
 Depi Lab ul. Kaszubska 52
 Dr Irena Eris Kosmetyczny Instytut ul. Felczaka 20
 Ella ul. Kaszubska 17/2
 Enklawa Day Spa al. Wojska Polskiego 40/2
 Ernest Kawa, ul. Jagiellońska 95
 Esthetic Concept ul. Jagiellońska 16A/LU2
 Fryzjerskie Atelier Kłim ul. Królowej Jadwigi 12/1
 Gabi Beauty ul. Cisowa 45
 GDG Aesthetic Club ul. Jagiellońska 81/1
 Hall No 1 ul. Wysznińskiego 37
 Imperium Wizazu ul. Jagiellońska 7
 JK Studio (od Rajskiego) ul. Monte Cassino 1/14
 Klinika Beauty ul. Kołtątaja 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 Kmieciak ul. Jagiellońska 93
 Natural Skin Clinic ul. Krasińskiego 10/5
 Normobaria AX Med. ul. Modra 69
 Od stóp do głów ul. Batalionów Chłopskich 39a
 Olimedica ul. Krzywoustego 9-10 (CH Kupiec)
 Optyk Dzielawowski ul. Kaszubska 17/01
 OKO-MED. Al. Powstańców Wielkopolskich 26/LU4
 OXY Beauty ul. Felczaka 18/01
 Orient Massage ul. Janosika 17
 Royal Clinic, al. Wojska Polskiego 2/03
 Royal Studio ul. Łokietka 7/10
 Royal Thai Massage ul. Sienna 4
 Salon Baline ul. Żółkiewskiego 13
 Salon Masażu Baliayu ul. Wielka Odrzańska 30
 SPA Evita Przecław 96E
 Studio Kosmetyczne Kingi Kowalczyk ul. Szymanowskiego 8
 Studio Urody Masumi Deptak Bogusława 3
 Studio Monika Kołcz ul. Św. Wojciecha 1/9
 Verabella ul. Jagiellońska 23
 Well Spring Tai massage ul. Kaszubska 13/4A
 Wersal Spa al. Jana Pawła II 16

INNE

13 Muz pl. Żołnierza Polskiego 13
 ArtGalle ul. Śląska 53
 Animal Eden ul. Warzyrnice 105B
 Centrum Informacji Turystycznej Aleja Kwiatowa
 CITO ul. Szeroka 61/1
 Do Better ul. Łubinowa 75
 Filharmonia – sekretariat ul. Małopolska 48
 Fabryka Energii ul. Łukasieńskiego 110
 Muzeum Narodowe ul. Staromłyńska 27
 Opera Na Zamku ul. Korsarzy 34
 Pazim recepcja pl. Rodła 9
 Pivnicki 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 (taszownia) ul. Wendy 14
 Szczecińska Szkoła Wyższa Collegium Balticum ul. Mieszka 161C
 Szczeciński Park Naukowo-Technologiczny ul. Niemierzyńska 17A
 Teatr Polski ul. Swarozycza
 Teatr Mały Deptak Bogusława
 Teatr Współczesny Wały Chrobrego
 Trafostacja Sztuki Św. Duchy 4
 Unity Line pl. Rodła
 Urząd Marszałkowski ul. Korsarzy 34
 Urząd Miejski pl. Armii Krajowej 1
 Urząd Wojewódzki Wały Chrobrego
 Veticco ul. Wita Stwosza 13
 Władca Języków al. Wojska Polskiego 48/2
 Zamek Punkt Informacyjny ul. Korsarzy 34
 Zapol al. Piastów 42

CHCESZ
KONTYNUOWAĆ
WSPÓLNĄ DROGĘ?



JAGUAR. ŻADEN INNY SAMOCHÓD NIE WCHODZI W GRĘ. SŁUSZNIE!

SKORZYSTAJ Z PROGRAMU ROZLICZENIA UŻYWANEGO JAGUARA PRZY ZAKUPIE NOWEGO MODELU MARKI. CZEKA NA CIEBIE KORZYSTNA OFERTA I KOMPLEKSOWA OBSŁUGA, KTÓRA POMOŻE W WYPEŁNIENIU NIEZBĘDNYCH FORMALNOŚCI. SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI!



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

 / JLRBONKOWSCY

ZAPRASZAMY DO NASZEGO SALONU I SERWISU



*Miesiąc walki
z rakiem piersi.*

*Drogie Panie -
nie zapominajcie
o badaniach!*

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