

prestiz

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 11 (2019 r.)



04 FLOW

Kobieca wersja coworkingu

**MAREK "LOONEY"
RYBOWSKI**

*Barwy
trójmiejskiej ulicy*

MARCIN POPIELARZ
i jego drugi "Królik"

PACO PEREZ

**KULINARNE COMPARTIENDO
W OLIWIE**

FORUM
GDAŃSK

**FRIDAY
IS THE NEW
BLACK!**

Targ Sienny 7
www.forumgdansk.pl



FELIETON

- 06 OD NACZELNEGO
- 08 Z KURTYNĄ I BEZ - PROFESOR JERZY LIMON
- 10 ZBIGNIEW CANOWIECKI - METROPOLIA JEST OKI
- 12 KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE - ARKADIUSZ HRONOWSKI
- 14 TRÓJMIJESKA
- 16 ALE NUMER!

TEMAT Z OKŁADKI

- 18 COMPARTIENDO W STYLU - PACO PEREZA

STYL ŻYCIA

- 26 MAREK LOONEY RYBOWSKI
COŚ WESOŁEGO W SMUTNYM MIEJSCU

PODRÓŻE

- 32 LWÓW - BRAMA NA WSCHÓD

MOTORYZACJA

- 36 TARGI MOTORYZACYJNE 3TM
- 38 MAZDA CX-30 - W MIEJSKI TEREN?
- 42 BMW M 135 I XDRIVE - WYŚCIGOWA JEDYNKA

DESIGN

- 46 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW
- 48 JAK MAŁA GALERIA
- 54 WEEKEND Z DESIGNEM
- 56 WIECZÓR DE LUXE Z DESIGNEM
- 60 SZYMAŃSKI PROJEKTANTEM ROKU
- 62 SALONY SNU HEVER - JUŻ 10 LAT W TRÓJMIĘSCIE

MODA

- 66 STREET FASHION - FORUM GDAŃSK
- 68 LOCAL DAYS BY MERCURE
- 70 ELEKTRYZUJĄCA JESIEŃ
- 72 MADE IN 3CITY - SILK EPOQUE W MEDIOLANIE
- 74 ŻYCIOWA SZTUKA PRZEBUDZENIA

ZDROWIE I URODA

- 76 IMPLANTY BEZ TAJEMNIC
- 78 TARGI URODA
- 80 MACIEJ MAYEWSKI - UTRATA WŁOSÓW?
RATUNEK W AFROLOKACH
- 82 GDYŃSKI INSTYTUT YASUMI
WIZJA USZYTA NA MIARĘ
- 86 JAKOŚĆ PŁYNĄCA Z WIEDZY I DOŚWIADCZENIA
- 88 IZABELA TUSZAKOWSKA
KOSMETOLOG NA MIARĘ XXI WIEKU

KULINARIA

- 90 MARCIN POPIELARZ I JEGO DRUGI KRÓLIK
- 94 PRZEPIS - DORSZ W ORZECHOWEJ KRUSZONCE
PODANY Z DUSZONYM ZIEMNIAKIEM, MAŚLANYM
BOROWIKIEM I SOSEM Z TRAWY ŻUBROWEJ
- 95 PRZEPIS - RAGOUT Z DZIKA
- 96 NOWE MENU I NOWY KUCHARZ - #HOTEL HAFFNER

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA

- 98 ŚLUBNA ALTERNATYWA W STARYM MANEŻU
- 99 KOMBI I KRYSZYNA STĄNKO DLA HOSPICJÓW
- 100 MONOPOLY EDYCJA GDYNIA
- 100 HEVELKA NA STADIONIE
- 102 PRESTIŻOWE IMPREZY
- 103 WOJCIECH WOŹNIAK X „UNKNOW ROADS” W PGS
- 103 TYDZIEŃ AUSTRIACKI W GTS
- 104 BIBLIOTECZKA PRESTIŻU
- 106 W SIECI Z... PAULINĄ JAMBOROWICZ (DEER .HOME)

WIRTUALNE TRÓJMIASTO

- 108 TRÓJMIJESKIE INSTASTORY
ADA ZIELIŃSKA

SPORT

- 110 WINDMAGEDON VOL . 2
- 112 ŚWIETNY START POLAKÓW
#MIDDLE SEA RACE 2019
- 114 JUMPOFF HIPODROM - DRUGA ELIMINACJA

BIZNES

- 116 BIZNES Z KOBIECYM FLOW
- 120 PLASTIK W OBIEGU ZAMKNIĘTYM
- 121 AKCJA „DO NASADZENIA”
- 122 WORLD FINANCE BANKING AWARD
DLA BNP PARIBAS WEALTH MANAGEMENT
- 123 WIĘCEJ NIŻ PRACA
- 124 KRZYWYM OKIEM

KRONIKA PRESTIŻU

- 126 OTWARCIE SHOWROOMU MANSI LONDON
- 127 WIECZÓR DE LUXE Z DESIGNEM
- 128 ARTYSTYCZNE DUETY W GALERII
- 129 AUKCJA CHARYTATYWNA
FUNDACJI MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

nr. 11/2019 (110) www.prestiztrojmiasto.pl



Zwycięzcy
Błękitnej Wstęgi
Zatoki Gdańskiej 2019

SZYBKOŚĆ • SKUTECZNOŚĆ • NIEZAWODNOŚĆ



White
Wood
NIERUCHOMOŚCI

Lider nieruchomości
w segmencie premium

www.whitewood.pl

+48 606 225 382

W POSZUKIWANIU IDEALNYCH SMAKÓW

Przyznam, że do niedawna stosunkowo mało interesowałem się kulinarnym światem. Nie jako smakosz, czy też osoba zainteresowana dobrym jedzeniem. Każdy chyba lubi dobrze zjeść i w poszukiwaniu smaków eksploruje przepisy bądź też polecane miejsca. Nie miałem jednak wiedzy systemowej, branżowej, która towarzyszy każdej dziedzinie. Mam tutaj na myśli rywalizacje kucharzy, zdobywane przez nich nagrody, konkursy, czy też programy kulinarne - cały związany z tym kulinarny showbiznes. Owszem - o uszy obijały się mi się gwiazdki Michelin, a wiele lat temu byłem nawet jednym z autorów „Lukullusa w podróży”, czyli przewodnika po najlepszych przydrożnych knajpach w Polsce, ale to było elementem mojej pracy i zleceń, a nie czystego zainteresowania.

Gdy jednak w ciągu ostatniego roku coraz częściej wokół mnie zaczęło krążyć nazwisko Paco Perez, a wraz z nim opinie, że coś wyjątkowego dzieje się w Gdańsku - to już nie miałem wyjścia. Ciekawość wzięła górę. Musiałem się doksztąpić, dzięki czemu zacząłem doceniać to co naprawdę powstaje w Gdańsku.

Przed wszystkim ostawione gwiazdki Michelin. Śmiem twierdzić, że wielu z was - podobnie jak ja - wzrusza teraz ramionami. Jakie gwiazdki? I co z tego, że gwiazdki?

Otóż okazuje się, że to nie jakieś tam gwiazdki firmy produkującej opony, ale najbardziej opiniotwórcze rekomendacje na europejskiej mapie gastronomicznej. Pierwszy przewodnik bracia Michelin wydali w 1900 roku, a w 1926 roku przyznali po raz pierwszy swoją gwiazdkę. Od tego czasu obowiązuje trzygwiazdkowa skala, gdzie samo już przyznanie jednej gwiazdki oznacza, że restauracja ma bardzo dobrą kuchnię i jest ogromnym wyróżnieniem. Dwie gwiazdki oznacza kuchnię wręcz re-

welacyjną, a trzy - to wręcz kulinarny olimpiadnik. Co ważne - gwiazdki odnoszą się tylko i wyłącznie do jedzenia. Inne elementy, które stosowane są w przewodnikach Michelin - jak np. znak „Big Gourmand” to wyróżnienie za stosunek jakości do ceny. Są też skrzyżowane sztuczki, które są odbiciem oceny samego lokalu - jego wnętrza, obsługi, czy też udogodnień.

Polskie restauracje są obecne w przewodniku już od lat (samo wymienienie traktowane jest jako wyróżnienie). W tegorocznej edycji znalazło się w sumie 27 knajp z Warszawy i 25 z Krakowa. Ale tylko dwie z nich (!) - Atelier Amaro i Sense - zdobyły po jednej gwiazdce, co dało im niewątpliwą sławę. Inne polskie miasta do rej pory nie były obecne.

Przewodnik jest regularnie odnawiany, co oznacza, że żadna gwiazdka nie jest dana na stałe. I teraz przechodzimy do Gdańska, który staje przed szansą zwrócenia na sie-

bie uwagi autorów sławnego przewodnika. Wszystko za sprawą Paco Pereza, katalońskiego kucharza, którego szlak bojowy jest wręcz wysłany gwiazdkami. Dwie prowadzone przez niego restauracje zdobyły aż po dwie, a kolejna - jedną gwiazdkę. Zdobyte przez jedną osobę tylu wyróżnień nie może być przypadkiem. Teraz Gdańsk dołącza do kulinarnej rodziny Paco, obok takich miast jak Barcelona, Berlin, czy Manchester. To dobra wiadomość nie tylko dla smakoszy, ale i wszystkich ambitnych i utalentowanych restauratorów i kucharzy z Trójmiasta. Jeżeli wierzyć w siłę turystyki kulinarnej - przyjezdni poszukiwacze smaków Pereza z pewnością nie ograniczą się tylko do jednej restauracji, ale korzystając z okazji - ruszą „na łowy”. Nie mówiąc już o autorach przewodnika Michelin. Przecież Trójmiasto jest fajniejsze od Warszawy i Krakowa. Czy ktoś ma może co do tego jakiegokolwiek wątpliwości? No właśnie. Smacznej lektury!

Michał Stankiewicz



MAGAZYN PRESTIŻ miesięcznik bezpłatny

Al. Niepodległości 735/4, 81-840 Sopot
tel. (58) 620 15 14
redakcja.trojmiasto@msgroup.pl
www.prestiztrojmiasto.pl
www.facebook.com/prestiz.trojmiasto
www.issuu.com/prestiz

Redakcja nie odpowiada za treść reklam

Redakcja:
Sylwia Gutowska, Max Radke,
Matylda Promień, Marta Legieć,
Marcin Wiła, Michalina Domoń,
Katarzyna Graj, Malwina Talaśka

Redaktor Naczelny:
Michał Stankiewicz

Zastępca Redaktora Naczelnego:
Klaudia Krause-Bacia

Dział foto: Karol Kacperski (szef),
Krzysztof Nowosielski

Skład: Kamil Żurek

MS
GROUP

Wydawca:
MS Group Sp. z o.o.

ul. Trzy Lipy 3
80 - 172 Gdańsk
NIP: 9571059132

Prezes:
Michał Stankiewicz

Dyrektor zarządzający:
Maria Bek, bek@msgroup.pl

Dyrektor działu organizacji eventów:
Aleksandra Staruszkiewicz
staruszkiewicz@msgroup.pl
tel. 606 603 416

Dział sprzedaży i marketingu:
Krzysztof Nowosielski, tel. 533 200 779
Karol Kacperski, tel. 796 023 368
Marta Blendowska, tel. 791 971 399
Natalia Wasiak - Bachewicz, tel. 517 723 820
Daria Łobasiuk, tel. 508 128 358

Marketing i PR: Katarzyna Okońska

prestiz
magazyn trójmiejski



WŚLIZGU!



WWW.STO.PL



Z KURTYNĄ I BEZ



JERZY LIMON

Jerzy Limon jest profesorem zwyczajnym Uniwersytetu Gdańskiego oraz dyrektorem Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego. Wydał kilkanaście książek naukowych z zakresu historii i teorii literatury, dramatu i teatru, a jego specjalnością jest XVI i XVII wiek (w tym i twórczość Szekspira). Jest autorem pięciu powieści i przekładów dawnego i współczesnego dramatu angielskiego. W wolnym czasie gotuje.

CAŁY TEN ZGIEŁK

Październikowy Tydzień Japoński w Teatrze Szekspirowskim przypomniał mi, że jedna z japońskich opowieści mitologicznych, związanych z boginią słońca Amaterasu, wiąże się z genezą teatru. Otóż bogini, obrażona przez brata, skrywa się w jaskini, przez co świat pograża się w ciemnościach. Po to, żeby ją wywabić na zewnątrz, bogowie organizują rodzaj występu artystycznego, w którym bogini Ama no Uzume wpada w trans i wykonuje striptiz. Obnażenie narządów rodnych interpretowane jest jako "mityczny moment narodzin teatru", w którym zatracona zostaje ich pierwotna, biologiczna funkcja, a nadana zostaje funkcja znakowa. Staje się znakiem czegoś, czym nie jest, jak wszystko, co znajduje się na scenie. Striptiz bogini ma charakter komiczny, a na dźwięk śmiechu wiedziona ciekawością Amaterasu uchyla wrota jaskini i pyta o przyczynę wesołości. Ama no Uzume wyjaśnia, że wszyscy się cieszą, gdyż okazało się, że żyje bogini piękniejsza od Amaterasu, po czym podaje jej metalowe lustro, w którym słoneczna bogini po raz pierwszy ogląda swe oblicze. Widok ten jeszcze bardziej podsyca ciekawość Amaterasu, która wychodzi z jaskini, dzięki czemu jednemu z bogów udaje się ją porwać i przywrócić światu.

Jeszcze inna, już nie mitologiczna, jest geneza teatru kabuki, który powstał na obrzeżach "przyzwoitego świata", w zakazanych dzielnicach miast, a którego pierwszymi aktorkami były... prostytutki, co zresztą doprowadzało do awantur i bójek pośród widzów, rywalizujących o względy "gwiazdy". Dopiero w drugiej połowie osiemnastego wieku wyzwo-

lone z pruderii i śmiało w ukazywaniu scen intymnych kabuki stało się uznaną dziedziną sztuki, a dzisiaj jest wizytówką tradycji wysokiej kultury Japonii. Podobnie w Europie: już w renesansie teatry stały się miejscem polowań na klientów dla ladacznicy (i odwrotnie), a w wieku dziewiętnastym niektóre teatry Londynu czy Paryża zasłynęły z powodu nierządu, jaki w nich uprawiano na zapleczu podczas przedstawień, a w wielu burdelach z kolei - obok widowisk erotycznych - zaczęto wystawiać przedstawienia teatralne. W okresie Drugiego Cesarstwa wiele kurtyzan robi kariery aktorskie na scenie. Granica przestrzeni rozrywki czy sztuki oraz rozpusty zaczynała się zamazywać.

Widzimy, że w obu wspomnianych wypadkach geneza teatru wiąże się z czymś uznawanym w tamtym czasie za gorszące lub nieprzyzwoite, z nagością czy nawet rozpustą, z czymś co przekraczało granice przyzwoitości, co mogło szokować. Historia teatru na świecie pokazuje więcej przykładów takiego właśnie oddziaływania sceny (kult rozpustnego Dionizosa stoi u źródeł teatru europejskiego!). Niejednokrotnie ludzi teatru spotykały szykany, ostracyzm (aktorzy kabuki musieli nosić specjalne stroje, które ostrzegały "porządnych" ludzi, z kim mają do czynienia), a nawet prześladowania i więzienie. Teatry stawiano na obrzeżach miast albo w dzielnicach "zakazanych". W elżbietańskim Londynie wzniesiono je na południowym brzegu Tamizy, poza jurysdykcją miasta, w dzielnicach rozpusty, gdzie obok Globe czy Hope znajdowały się podejrzane zajazdy, burdele, a na wszelki wypadek także i więzienie - Clink.

Później mieściły się w dzielnicy Soho, gdzie przeniósł się też handel ciałem („soho” to zawołanie myśliwskie: w owej dzielnicy polowano na ludzkie ciała).

Dzisiaj w wielu krajach (zwłaszcza Zachodu) istnieje daleko posunięta tolerancja dla teatru, który nie tylko w swym awangardowym, offowym nurcie, jest często transgresyjną tego, co przyzwolone czy dopuszczalne w przestrzeniach publicznych. Teatr stanowi przestrzeń, w której społeczeństwo w coraz większym stopniu akceptuje fakt możliwości przekraczania norm, tym bardziej, jeśli jest to przestrzeń, do której widz idzie dobrowolnie, a to nie ona narzuca mu widowisko, którego nie chce oglądać. W tym ostatnim wypadku mamy do czynienia z prowokacją, często nieakceptowaną nawet w demokratycznych społeczeństwach, otwartych przeciw na różnorodność komunikatów i światopoglądów. Być może z tych właśnie powodów wiele zjawisk, działań i akcji artystycznych przedstawia się nie jako teatr, lecz pornografię lub niby-sztukę (tu czujność naszego ministerstwa kultury jest godna podziwu). Ale jest też odwrotnie: zjawiska nieteatralne podszywają się pod teatr, albo są jako taki interpretowane przez ignorantów. To tak, jakby płąsy prominentnych przedstawicieli naszego rządu na urodzinach znanego zakonnika traktować jako przejaw nowych prądów w teatrze tańca. Z drugiej strony szczególnie denerwujące jest, kiedy politycy mówią o burzeniu, że jakieś zdarczenie nie miało nic z polityką wspólnego, bo było tylko teatrem. Tak jakby teatr był czymś gorszym.



Internorm®

Dom, w którym wszystko wolno.

Wolność to moment, kiedy czuję przestrzeń, która mnie otacza. To chwila, gdy niespiesznie obserwuję bawiące się w ogrodzie dzieci. To harmonia z miejscem. Naturą. Ze sobą.

I czas, który płynie wolno.

Zatrzymaj się. Poczuj wolność. Okna Internorm!

Nowy Showroom Internorm
w Gdańsku
Centrum Handlowe
ul. Kartuska 214

tel. 58 533 62 87
www.okna-internorm.com.pl

ZBIGNIEW CANOWIECKI

Absolwent Politechniki Gdańskiej. Doktorat uzyskał na Uniwersytecie Gdańskim. W latach 1981-2007 Prezes Zarządu i dyrektor giełdowej spółki „Centrostal S.A.". Sprawował społecznie wiele funkcji m.in. Prezydenta Pomorskiej Izby Przemysłowo-Handlowej, Przewodniczącego Sejmiku Gospodarczego Województwa Pomorskiego, Przewodniczącego Pomorskiej Rady Przedsiębiorczości, Prezydent „Pracodawców Pomorza”.



NASZE ZDROWIE

Codziennie media atakują nas informacjami o protestach kolejnych grup zawodowych pracujących w ochronie zdrowia oraz o zamykanych oddziałach szpitalnych, fatalnym stanie finansów szpitali, brakującym personelu lekarskim i pielęgniarskim. Sami również doświadczamy wielogodzinnego oczekiwania na pomoc w Szpitalnych Oddziałach Ratunkowych lub wielomiesięcznego oczekiwania na wizytę u lekarza specjalisty lub planowy zabieg. Miało być lepiej, a jest jak zwykle, a może nawet gorzej. Zapowiadano likwidację Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ). I nic. Wprowadzono sieć szpitali. Efekt mizerny, żeby nie powiedzieć żaden. Przyznawane co jakiś czas przez Ministra Zdrowia podwyżki dla bardziej zdesperowanych grup zawodowych częściowo obciążają same podmioty lecznicze, które systematycznie muszą ponosić zwiększone koszty działalności. Czasami wiadomości te okraszane są jakimś sukcesem medycznym, unikatową operacją lub inwestycją sprzętową lub budowlaną. W tym zakresie niezwykle aktywność wykazują władze samorządowe wykorzystując wszystkie możliwe środki własne, dotacje lub fundusze unijne. Ale nie tylko. W Województwie Pomorskim dzięki odważnym decyzjom sprzed lat połączono po kilka szpitali w duże podmioty lecznicze poprawiając zarządzanie i oszczędzając na administracji, ale przede wszystkim stwarzając lepsze możliwości wykorzystania kadr medycznych i sprzętu oraz lepszej pozycji negocjacyjnej z NFZ lub przy pozyskiwaniu dodatkowych środków i funduszy unijnych. Szpitale zwane marszałkowskimi

w tym m.in. Copernicus (Szpital Kopernika, Zaspas, d. Kolejowy, Centrum Onkologii) niezwykle sprawnie zarządzany przez Dariusza Kostrzewę oraz Szpitale Gdynskie (Szpital Miejski, PCK Redłowo, Wejherowo, Zakaźny) kierowane z determinacją i sukcesami przez Jolantę Sobierańską - Grendę mają na tle polskiej służby zdrowia stosunkowo nieduże zadłużenie.

Mam przekonanie, że na Pomorzu zarówno samorząd terytorialny jak i podmioty lecznicze od wielu lat robią to wszystko co możliwe i często to co wydaje się niemożliwe, aby następowała poprawa w dostępie do świadczeń medycznych oraz ich jakości. Ale te możliwości się wyczerpują. Dlatego też wnioski i postulaty dotyczące ochrony zdrowia przyjęte na październikowym posiedzeniu Wojewódzkiej Rady Dialogu Społecznego kierowane były praktycznie wyłącznie do władz centralnych. Do Rządu i Parlamentu RP, aby wreszcie podnieść wysokość nakładów w budżecie państwa na ochronę zdrowia do poziomu postulowanego od lat. Do Ministra Zdrowia o zwiększenie liczby miejsc na studiach lekarskich i pielęgniarskich, uregulowanie kwestii opieki psychiatrycznej, zmianę polityki antyalkoholowej, zwiększenie finansowania m.in. geriatry i diabetologii oraz urealnienie wielu świadczeń zdrowotnych jak choćby w zakresie rehabilitacji. Ponowiono postulaty dotyczące Szpitalnych Oddziałów Ratunkowych, których poprawa funkcjonowania zależy od zwiększenia funkcjonalności podstawowej opieki zdrowotnej przy jednoczesnej zmianie formuły działania Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej. Zaapelowano

o spójność wielu przepisów i zwykłą współpracę. Dla przykładu Pomorskie zalicza się do województw o wysokim poziomie zachorowań na nowotwory złośliwe w tym guzy mózgu. Zgodnie z charakterystyką epidemiologii guzów ośrodkowego układu nerwowego w Polsce powinny funkcjonować trzy pracownie z aparatem Gamma Knife do bezinwazyjnego leczenia guzów wewnątrzczaszkowych oraz innych patologii mózgu. Obecnie pracują tylko dwa takie aparaty w Warszawie i Katowicach gdzie muszą leczyć się pacjenci z Polski północnej. Dlatego też Wojewoda Pomorski po niezbędnych konsultacjach wydał w 2017 roku pozytywną opinię o celowości inwestycji budowlano – zakupowej obejmującej budowę nowego budynku diagnostyki obrazowej wraz z wyposażeniem w tym Gamma Knife w Szpitalu im. M. Kopernika dysponującym oddziałem neurochirurgicznym o wysokim poziomie leczniczym i kadrowym. Niedawno rozpoczęły się prace budowlane, ale NFZ odmówił potwierdzenia, że od 2022 roku gotowy jest finansować te zabiegi co utrudnia podjęcie działań zakupowych. Jeżeli samorząd województwa i spółka medyczna podejmują inwestycję w ochronie zdrowia na poziomie kilkudziesięciu milionów złotych to płatnik publiczny jakim jest NFZ powinien być prawnie zobligowany do finansowania tych świadczeń medycznych. Czas wycinkowego poprawiania, sztuczowania i improwizacji w ochronie zdrowia definitywnie się skończył. Czas znacząco zwiększyć nakłady na ochronę zdrowia i radykalnie przebudować cały system ochrony zdrowia.

Citigold

Sprawdź, jak oszczędzać 2,7% w skali roku z Kontem Osobistym Citigold w Citi Handlowy.

CITIGOLD. SUKCES NA TWOICH WARUNKACH.

Zapraszamy do odwiedzenia oddziału Citigold w Gdańsku:

Budynek Neptun,
al. Grunwaldzka 103A, Gdańsk

Łukasz Stybner
Dyrektor Regionalny
Segmentu Klientów Zamożnych
Tel.: 697 080 530

citi handlowy
Welcome what's next

Bankowość prywatna Citi Handlowy wyróżniana nagrodami

Forbes
★★★★★

Najlepsza ocena
w rankingu bankowości
prywatnej Forbes 2019

EUROMONEY
PRIVATE BANKING
2019

Najlepsza oferta
bankowości prywatnej
w Polsce 2019

Więcej na citigold.pl

Oferta „Na dobry początek z Citigold edycja III” jest dostępna dla 300 pierwszych Klientów, którzy do 31 stycznia 2020 r. zawrą z bankiem Umowę Produktów Depozytowych, otworzą na jej podstawie Konto Osobiste Citigold lub Citigold Private Client lub skorzystali ze wskazanych w Regulaminie ofert na powitanie dla konta Priority i dokonają zmiany typu konta na Citigold lub Citigold Private Client i spełnią warunki opisane w Regulaminie oferty. Oprocentowanie Konta Oszczędnościowego podane w skali roku. Z oferty wyłączone są m.in. osoby wnioskujące o nowe konto, które po 01.01.2018 r. do dnia rozpoczęcia obowiązywania oferty posiadały samodzielnie lub jako współposiadacz konto osobiste lub rachunek oszczędnościowy do Konta Citigold lub Citigold Private Client. Pełna lista wyłączeń jest dostępna w Regulaminie oferty. Oferta „Na dobry początek z Citigold edycja III” nie łączy się z innymi ofertami specjalnymi dotyczącymi Konta oraz Lokat. Bank Handlowy w Warszawie S.A. Najwyższa ocena w rankingu bankowości prywatnej Forbes 2019 z 28.02.2019 r. (źródło: www.forbes.pl). Lider bankowości prywatnej w Polsce w Private Banking and Wealth Management Survey 2019 z 06.02.2019 r. (źródło: www.euromoney.com). Materiał nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu Cywilnego. Znaki Citi oraz Citi Handlowy stanowią zarejestrowane znaki towarowe Citigroup Inc., używane na podstawie licencji. Spółce Citigroup Inc. oraz jej spółkom zależnym przysługują również prawa do niektórych innych znaków towarowych tu użytych.



KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄDUJE

ARKADIUSZ HRONOWSKI

od 2001 roku zawiąduje sopockim SPATIF-em. Odpowiada za serwis muzyki niezależnej Soundrive.pl oraz festiwal muzyki alternatywnej Soundrive Festival. Na stocznioowych terenach w Gdańsku stworzył klub B90 oraz współtworzy Ulicę Elektryków, Plenum i Plener 33. Od niedawna w Krakowie współorganizuje Mystic Festival. Najmłodsze dziecko to nowy, alternatywny klub muzyczny DRIZZLY GRIZZLY.

MURZYNEK BAMBO W AFRYCE MIESZKA, CZARNĄ MA SKÓRĘ TEN NASZ KOLEŻKA

Niech mnie drzwi ścisną jeśli ktoś z Was choć raz nie pomyślał lub nie wypowiedział słów, które wyraźnie dawały do zrozumienia, że czarnoskóry mieszkaniec Afryki jest kimś gorszej kategorii. Najślynniejsza polska czytanka o Murzynku Bambo jest pierwszym czytany tekstem przez każdego młodego Polaka. I nawet jeśli Julian Tuwim nie miał złych intencji, to jednak przedstawia w swoim wierszu ciemnoskóre dziecko jako kogoś leniwego, nie skorego do nauki w szkole, nie chcącego się myć niegrzecznego chłopca.

Wychowało się na tej czytance dziesiątki milionów Polaków. Nikomu do głowy nie przyszło, że ów murzynek Bambo jest początkiem naszego rasistowskiego myślenia o ludziach z innym kolorem skóry? Dowcipy o murzynach czy żydach to podstawa naszego repertuaru. Śmiejemy się z tych dowcipów, nawet jeśli nie jesteśmy rasistami. Ale czy bycie rasistą to tylko nazywanie czarnoskórych asfaltem, czarnuchem czy małpą? Dziś istnieje coś w rodzaju zakamuflowanego rasizmu. Przykładowo może to być opinia wypowiedziana na temat czarnoskórych mieszkańców dajmy na to Tanzanii, z której właśnie wróciliśmy z wakacji - jak na mieszkańców Tanzanii to wyjątkowo uzdolnieni językowo ludzie. No przecież to nic innego jak pokazanie, że my biali jesteśmy zdziwieni, że czarnoskórzy w ogóle potrafią mówić. Jestem ateistą i uważam, że nie ma chrześcijańskich dzieci, są tylko dzieci chrześcijańskich rodziców, tak jak i są dzieci mułmańskich rodziców. Rodzimy się w danym regionie świata, gdzie dominuje dana kultura i religia. Dorastamy w tym świecie i w nim

żyjemy. Gdyby biały człowiek urodził się gdzieś w Nigerii albo Kenii i dorastał w niewielkiej wiosce bez prądu, edukacji i dostępu do służby zdrowia byłby tak samo prostym człowiekiem za jakich dziś uważamy czarnoskórych mieszkańców Afryki. Czujemy się lepsi, bo zostaliśmy wykształceni w stopniu podstawowym. Ale wśród nas białych jest przecież cała masa niezdolnych, niemądrych, niezaradnych, leniwych i złych ludzi. Kultura białych stawia jednak tych ludzi w hierarchii społecznej na dość wysokim pięttrze. Kiedy jesteśmy wściekli na swojego pracodawcę potrafimy w złości powiedzieć na odchodne, że nie jestem Twoim murzynem byś mnie tak traktował. My Polacy nie jesteśmy nauczeni dzielenia życia z czarnoskórymi ludźmi. Ale przecież podziwiamy ich nie tylko we współczesnej popkulturze, ale też w sporcie. Barbarzyństwo i nieludzkie traktowanie czarnoskórych mieszkańców Afryki, których siłą przewieziono do Ameryki znają wszyscy. I pomimo tego otrzymaliśmy w zamian coś bez czego świat wyglądałby dużo marniej. Mamy muzykę. To czarnoskórzy niewolnicy wymyślili bluesa, bez którego nie byłoby dziś choćby Rolling Stonesów i Nirvany. Gdyby nie czarnoskórzy nie byłoby dżezu i nikt nigdy tak by go nie grał jak oni. I pomimo, że biali bardzo szybko zaczęli naśladować czarnoskórych, to jednak Ci drudzy stworzyli funk i potem disco. A kto wymyślił najpopularniejszy dziś gatunek muzyczny jakim jest hip hop? Nikt tak nie rapuje jak czarnoskórzy, bo hip hop był i jest czarny! Kto dominuje w lekkoatletyce, a zwłaszcza w sprincie i długich dystansach? A gdzie byłaby światowa koszykówka gdyby nie czarnoskórzy gracze? A kto

jest najbardziej rozpoznawalnym golfistą na świecie jak nie czarnoskóry Tiger Woods. A czy to nie czarnoskóry kierowca Lewis Hamilton od lat dominuje na torach Formuły 1? Światowy boks to chyba też dominacja czarnoskórych pięściarzy? Wracając do muzyki. Czy wiecie, że co trzeci hit słyszany w rozgłośniach radiowych na całym świecie skomponował Quincy Jones, czarnoskóry kompozytor i producent muzyczny, którego dziełem jest między innymi „Thriller”? Quincy był 70 razy nominowany do nagrody Grammy, a 27 razy ją zdobywał. Piosenka „We Are The World” to też jego dzieło. A jak to się stało, że przez dwie kadencje Prezydentem USA był czarnoskóry mieszkaniec tego kraju Barack Obama? A co powiecie o Naomi Campbell, słynnej modelce, która była uznana za boginię urody. Gdyby nie Aretha Franklin, ktoś musiałby ją natychmiast wymyślić. Nie znacie „Respect”? Znacze, bo zawsze kiedy to słyszycie śpiewacie „dżast e litlubit”. A czy Roy Charles to nie ten czarnoskóry Pan, który obdarzył nas ponadczasowymi „Georgia On My Mind” i „Hit The Road Jack”? Jimmy Hendrix z kolei był pod jego ogromnym wpływem. Dlatego dowcip: Wiesz, że Freddie Mercury żyje? Stevie Wonder go widział może jest i śmieszny, ale w klasyczny sposób pokazuje, że pomimo iż Stevie nagrał takie hity wszechczasów jak: „Superstition” i „I Just Call To Say I Love You”, to próbujemy jednak znaleźć jakąś ułomność u czarnoskórego, nawet jeśli jest piekielnie utalentowanym człowiekiem. I choćby nie wiem ile jeszcze się wylało dowcipów o czarnoskórych to my biali nigdy nie dorównamy im w wielu dziedzinach życia. Bez nich świat byłby gorszy. Rispekt!

100 mieszkań z RABATAMI przez 100 dni



EURO STYL
GRUPA DOM DEVELOPMENT

Oferta dotyczy wybranych mieszkań, czas trwania od 22.09 do 31.12.2019 r.

ALE NUMER!

25 KRAJ

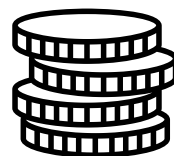


pojawił się na mapie gdańskiej spółki LPP. Polski producent odzieży niedawno zadebiutował w Finlandii. Obecność wszystkich pięciu marek LPP w Mall of Tripla – jednym z najważniejszych centrum handlowych Helsinek, ma strategiczne znaczenie dla budowania rozpoznawalności LPP w nowym regionie. Gdańska spółka jest jedynym najemcą, który w wyniku udanych negocjacji otworzył w tym miejscu aż 5 salonów, które zajmują łączną powierzchnię 6520 m².

31:10



tyle wyniósł czas Tomasza Grycko, który jako pierwszy minął metę gdyńskiego Biegu Niepodległości kończącego tegoroczne PKO Grand Prix Gdyni. W głównym biegu wzięło udział ok. 4000 uczestników. Do pokonania tradycyjnie był dystans 10 km wiodący trasą: skwer Kościuszki - aleja Jana Pawła II - aleja Topolowa - bulwar Nadmorski - aleja Topolowa - aleja Jana Pawła II - skwer Kościuszki. Wśród pań, podobnie jak przed rokiem, zwyciężyła Marta Łagownik z Gdańska. Na mecie była 35. z czasem 35:49.



2 UNCJE

waży pierwsza z monet inspirowana Wiedźminem o nazwie „Ostatnie życzenie” wybita w Mennicy Gdańskiej. Druga z nich waży już aż kilogram. Obie zostały wykonane z czystego srebra, są nadzwyczaj kunsztownie ozdobione i dostępne w limitowanym nakładzie, odpowiednio 2000 i 200 sztuk. Emitent chwali się, że powstały one we współpracy z pisarzem Andrzejem Sapkowskim. To dopiero początek serii, która będzie kontynuowana w najbliższych latach.

5 NOWYCH ZWIERZĄT



pojawiło się w gdańskim zoo: samiec żyrafy Rothschilda, małeńka zebra Chapmana oraz 3 walabie bennetta. Większość z nich to przyjezdni. Pięcioletni samiec żyrafy Rothschilda o imieniu Gem przyjechał do Gdańska pod koniec września z zoo w Opolu. Z kolei samiec i dwie samice walabii bennetta zostały przywiezione z zoo Neuwied, w Niemczech. Nowe walabie przyjechały by „odświeżyć” krew w stadzie i poszerzyć pulę genową. Natomiast małeńka zebra to już rodowity mieszkaniec gdańskiego zoo.

29 PAŹDZIERNIKA



w L'Entre Villes odbyła się oficjalna premiera minimalistycznego magazynu Linia dotyczącego architektury, sztuki i designu. W skład redakcji wchodzi m.in Aneta Szyłak, pełnomocniczka NOMUS. Nową pozycję w szeregach trójmiejskiego wydawnictwa MS Group, zaprezentował prezes MS Group Michał Stankiewicz oraz kreatorka projektu Marta Blendowska.

25 LITRÓW MIODU



zebrano z pasieki na dachu Urzędu Miasta w Gdyni. Stanęły tam ule, w których zamieszkało 200 tysięcy pracowitych pszczół. Zbieranie nektaru rozpoczęły w maju, teraz urzędnicy podsumowali całą akcję. Pszczoły regularnie doglądane są przez pszczelarza Roberta Klimka. Miodobrania odbyły się 5 czerwca, 19 lipca oraz 29 sierpnia, a miód, który udało się zebrać, będzie przeznaczony na cele promocyjne miasta.

4 NOWE POŁĄCZENIA LOTNICZE



z Gdańska do Skandynawii zostaną uruchomione już w kwietniu 2020. Za wszystko odpowiedzialne są linie lotnicze Norwegian. Samoloty polecą do Kopenhagi, Sztokholmu, Goteborga i Trondheim. Wkrótce w sumie z Polski Norwegian będzie obsługiwał osiem nowych tras do Skandynawii. Zwiększy się również częstotliwość na niektórych istniejących trasach. Samolot z Gdańska i Krakowa poleci do Oslo nie 9, a 11 razy w tygodniu.



52 LATA

temu powstał Gdański Telefon Zaufania „Anonimowy Przyjaciel”. Była to pierwsza taka placówka w Polsce. Założyła ją profesor Grażyna Świątecka wspólnie z profesorem Tadeuszem Kielanowskim. 11 listopada prezydent Andrzej Duda uroczystie odznaczył prof. Świątecką Orderem Orła Białego w uznaniu za upowszechnianie idei bezinteresownej wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka.

SHERATON
Sopot Hotel

Sylwester w stylu Sheraton!



Zakończ ten rok w stylu Sheraton!

Na czas sylwestrowej zabawy przygotowaliśmy dla Was moc atrakcji, które na długo pozostaną w pamięci!

Uroczysty Bal Sylwestrowy z energetyczną muzyką zespołu ViniBand wraz z DJem, wieczór sylwestrowy pełen muzyki na żywo oraz bogatych bufetów Szefa Kuchni Krystiana Szidela lub wykwinna kolacja dla dwojga w Restauracji Polskie Smaki.

Wybierz tak jak lubisz, a my zadamy o szampańską zabawę!

f sheraton.sopot.hotel s heratonsopot

Od 330 zł za osobę

W celu rezerwacji prosimy o kontakt:
Dominika Nenczak

T 730 808 792

@ dominika.nenczak@sheraton.com

www.sheratonsopot.pl

Sheraton Sopot

ul. Powstańców Warszawy 10

Sopot

T 58 767 10 00

MEMBER OF
MARRIOTT BONVOY™

COMPARTIENDO W STYLU
PACO PEREZA



COMPARTIENDO W STYLU PACO PEREZA

AUTOR: KRYSZTOF KRÓL /FOTO: KAROL KACPERSKI

Chwilę przed wywiadem usiedliśmy 140 metrów nad ziemią i zachwycaliśmy się widokiem na spokojne, skąpane w słońcu morze. Spojrzenie na świat z takiej perspektywy powoduje, że można nabrać dystansu do otaczającego świata i prawdziwie się odprężyć. Nawet nie zauważyliśmy, gdy podszedł do nas skromny, wyciszony człowiek, kompletnie nie wyglądający na jedną z najjaśniejszych gwiazd gastronomii w Europie. Poznajcie Paco Pereza, kucharza z Katalonii, który postawił na Gdańsk.

Czy łatwo być Paco Perezem?

Oczywiście, cały czas jestem sobą. Ja się ze sobą czuję świetnie (śmiech). Cieszę się drobnymi sprawami, pracuję ze wspaniałymi ludźmi, którzy mnie otaczają i akceptują to, co spotyka mnie po drodze. W hiszpańskim języku popularne jest słowo *compartiendo*, a więc „dzielenie się”. Lubię dzielić się moimi przeżyciami, doświadczeniami, a staram się to wyrażać poprzez to, co podaję moim gościom. Oczywiście gwiazdki Michelin bardzo pomagają, stoi za nimi duże dziedzictwo i prestiż, ale dla mnie, w codziennej pracy chodzi właśnie o dzielenie się tym, co możemy stworzyć, współprzeżywanie emocji, udział we wspólnym wydarzeniu, jakim jest spotkanie przyjaciół przy stole. Gotowanie to moje życie, w wolnym czasie gotuję dla najbliższych i cieszę się tymi chwilami, kiedy wspólnie dzielimy się posiłkami.



Co będzie flagowym daniem w Arco?

To złe postawione pytanie. Będziemy proponować doświadczenie bycia w Arco. Nie tylko najwyższej klasy kuchnia i wrażenia estetyczne tego, co podamy na talerzu. Będzie to również klimat wnętrza, przestrzeń widoczna za oknami, całościowe przeżycie. Zapraszamy gości na specjalne doznania, których nie będzie można porównać z niczym innym. Arco to spotkanie z akcentami śródziemnomorskimi, jednak tworzone na poziomie wszystkich zmysłów: smaku, zapachu, wzroku, słuchu i dotyku. Przekażemy nasz sposób rozumienia świata.

Dlaczego wobec tego Gdańsk?

To są sytuacje, które przynosi życie. Nigdy o tym nie myślałem, że tak wyjątkowy projekt może stać się realny. Jak sięgam pamięcią wstecz, to sam się zastanawiam jak to się stało. Zauroczył mnie widok za oknem, ten wyjątkowy budynek i ludzie, z którymi go realizuję. Każdy wykazuje entuzjazm. Arco to projekt dopracowany pod każdym względem: wnętrza,

profesjonalny sprzęt, jaki mamy do dyspozycji w kuchni i zespół ludzi.

To porozmawiamy o tym, czego będzie mógł się spodziewać gość Arco?

Przede wszystkim ciepła i niezobowiązującej elegancji. Chcemy wprowadzić gości do wnętrza wypełnionego hiszpańskim ciepłem bez względu na porę dnia i roku. Takie było nasze założenie. Wielokrotnie przyjeżdżając do Gdańska, odwiedzałem miasto wspólnie z projektantami wnętrza w miesiącach zimowych czy jesiennych, a więc wiem, że mocno brakuje tu energii słonecznej, bo dzień trwa zdecydowanie krócej niż na południu Europy. Wnętrza wypełni jasne dębowe drewno, kamień o kolorze piasku i perfekcyjnie dobrane oświetlenie, które w połączeniu z akustyką i zapachem przygotowywanych w kuchni potraw dopełni zakładany przez nas efekt. Wiele detali, które przygotowu-

jemy w restauracji zostało przygotowanych ręcznie przez niewielkich rzemieślników. Kafle na ścianach są ręcznie sygnowane przez jednego mistrza, część zastawy zaprojektowałem sam, ponieważ zależy mi na tym, żeby nie tylko pozwolić odpowiednio zaprezentować nasze dania, ale i świetnie komponować się z klimatem wnętrza. Dla mnie najważniejsze jest to, że każda z osób zaangażowanych w ten projekt – począwszy na nas kucharzy, przez architektów i wytwórców detali, aż po management wkłada w niego swoje serce. To projekt tworzony przez ludzi z pasją, którzy kochają to, co robią.

Co pan czuje przyjeżdżając do Gdańska po dwóch latach przygotowań restauracji?

Przyjeżdżam tutaj od lutego 2017 roku, więc to nawet więcej niż dwa lata. Miasto za każdym razem jest mi bliższe. Za każdym razem jeszcze bardziej mi się podoba i coraz bardziej czuję się tu u siebie, bo kiedy tu jestem przypomina mi w coraz większym stopniu moje ukochane miejsca.

To dosyć zaskakujące. Są jakieś podobieństwa pomiędzy Gdańskiem, a słoneczną Katalonią?

To przede wszystkim ludzie i klimat. Ludzie tutaj podobnie ciężko pracują i wkładają całe swoje serce, w to, co robią. Jest poza tym masa podobieństw pomiędzy Polakami, a Katalończykami, których w pozostałych regionach Hiszpanii określa się *el Polacco*. Gdy byłem w wojsku, na wejściu zapytano mnie skąd jesteś. Gdy odpowiedziałem, że z Katalonii, to usłyszałem: „A, *el Polacco*, to na prawo, do reszty Katalończyków”. Katalończycy, podobnie jak Polacy są zrównoważeni, pracowici, cisi, zajmują się tym, co ich interesuje, są kreatywni, interesuje ich polityka i to, co dzieje się w ich państwie. Poza tym pory roku. Wiosna w Gdańsku wygląda bardzo podobnie jak w Katalonii.





Jak często będzie pan w Gdańsku?

Będę tutaj regularnie. Będę zaangażowany w prowadzenie tego projektu, przygotowywanie dań, menu. Będę i w kuchni, i w restauracji i bodega, która stanowi będzie bramę wejściową do Arco.

Zawsze pan chciał zajmować się kuchnią?

Zawsze chciałem wiązać życie zawodowe z kuchnią, ale są oczywiście rzeczy, o których nigdy nie myślałem, że mi się to uda, np. otwarcie restauracji w tak pięknym miejscu w Gdańsku. Mam w życiu szczęście robić to, co lubię.

A pierwsze danie, które pan zrobił?

„Pizza masakra” (śmiech), którą w wieku 11 lat przygotowałem razem w braćmi. Żyliśmy bardzo skromnie, nawet nie mieliśmy piekarnika, więc wpadliśmy na pomysł upieczenia jej na słońcu. Efektów każdy może się domyśleć. Później, gdy moja rodzina miała bar tapas, to w czasie wakacji pomagałem w kuchni.

Od „pizy masakry” jest jednak dosyć długa droga do gwiazdek Michelin. W którym momencie poczuł pan, że ma prawdziwy talent?

Poczułem to dojrzewając, gdy widziałem jakie emocje wywołują u ludzi moje dania. Dawało mi to olbrzymią przyjemność i również na mnie mocno oddziaływało. Zacząłem w każde danie wkładać całego siebie, całe serce, a z czasem coraz większą wiedzę. Również obecnie wiedza idzie w parze z emocjami i stąd takie efekty.

Gwiazdki Michelin są olbrzymim wyróżnieniem, jednak co one oznaczają dla szefa kuchni?

Gwiazdki Michelin mają ponad 100 letnią tradycję. Dla szefów kuchni są czymś magicznym, zaproszeniem do wyjątkowego grona ludzi. Pierwsza gwiazdka jest bardzo ważna, podkreśla rangę, wiedzę i pracę całego zespołu.

Po zdobyciu tylu gwiazdek jakie ma pan jeszcze marzenia?

Marzenia są każdego dnia. Poprzez kuchnię wyrazamy samych siebie, to rodzaj ekspresji emocjonalnej, chyba podobnej do wyjścia na scenę artysty. Poza tym wciąż czuję potrzebę sprawiania innym przyjemności z uczestniczenia w wydarzeniu z obszaru sztuki kulinarnej. Dla mnie to jest bardzo ważne.

OD GWIAZDEK MICHELIN DO PEPE GUARDIOLI

Paco Pérez urodził się w Huelvie, ale odkąd skończył sześć miesięcy mieszkał w prowincji Empordà. Pasja Paco do gotowania została przebudzona w bardzo młodym wieku. Gdy miał 12 lat, rozpoczął karierę pracując w rodzinnym barze tapas, gdzie uczył się tradycyjnej kuchni. Później łączył studia z pracą w różnych restauracjach podczas letnich wakacji, jednak po skończeniu uczelni wyższej skupił się całkowicie na świecie gastronomii. Zdobył doświadczenie zawodowe we Francji dzięki Michelowi Guérardowi, jednemu z pionierów Nouvelle Cuisine i posiadaczowi trzech gwiazd Michelin. Prowadzone przez Paco Péreza restauracje dotychczas zdobyły 5 gwiazdek Michelin - po dwie uzyskały restauracje Miramar z miejscowości Llança oraz Enoteca w Hotel Arts w Barcelonie. Kolejną o nazwie Cinco w hotelu Das Stue w Berlinie. Pérez prowadził ponadto trzy kolejne restauracje w Barcelonie: restaurację L'Eggs specjalizującą się w potrawach bazujących na jajkach, Bao Bar serwującą azjatyckie bułki bao oraz znaną z burgerów La Royale. Rok temu w Manchesterze wspólnie z jednym z najbardziej znanych trenerów piłkarskich Pepem Guardiolią otworzył restaurację Tast Catala.





Wielu kucharzy chciałoby być w miejscu, do którego pan doszedł przez lata. Co mógłby im pan poradzić? Co powinni robić?

Powinni robić to, co daje im szczęście. To jest najważniejsze. Aby ich praca wynikała z pasji i poświęcenia, a także, żeby dali sobie czas na nabranie wiedzy i praktyki. Gwiazdki będą tylko podkreślały ich poświęcenie i oddanie temu, co robią. Powinni chcieć zachować entuzjazm małego dziecka, we wszystkim co robią.

Ostatnią restaurację, którą pan otwierał, była Tast Catala w Manchesterze, którą założyliście wspólnie ze słynnym trenerem piłkarskim Pepem Guardiolo. On też gotuje? On najczęściej konsumuje. Uwielbia jeść, ale w jego przypadku lepiej radzi sobie w sporcie niż w kuchni.

Z kim pan tworzy gdańską restaurację? Wcześniej pan wspominał, że zespół, któ-

ry zaangażował do stworzenia Arco, to taki dream team w rodzaju FC Barcelony gastronomii.

Moją prawą ręką w Gdańsku będzie Antonio Arcieri, który jest dla mnie jak członek najbliższej rodziny. Był zaangażowany w Miramarze, mojej rodzinnej restauracji i przy innych projektach. Pracujemy razem kilkanaście lat i doskonale się rozumiemy. Poza nim skupiliśmy się na naprawdę wnikliwej analizie życiorysów i kompetencji wybitnych postaci z Hiszpanii, Polski i kilku krajów z całego świata. Zespół składa się z osób nawet z tak odległych krajów jak Sri Lanka. Będzie to absolutnie niepowtarzalna grupa ekspertów kuchni, jednak będziemy również otwarci na młode talenty.

A czym będzie się wyróżniało Arco od pana wcześniejszych restauracji?

Arco ma mieć swoją własną osobowość. Będziemy przygotowywać dania na bazie składników lokalnych. Jej tożsamość będzie wynikać z wszystkiego co otacza Gdańsk. Będziemy bazować na potrawach pochodzących z okolicznych lasów, pól i morza. Ryby dostępne w Polsce są zdecydowanie odmienne od tych, które można kupić w Hiszpanii, ale są bardzo smaczne. np. od początku zachwycała mnie sielawa. Wkładamy masę czasu i pracy w dokładne ich poznanie i znalezienie autorskich pomysłów na ich przygotowanie. Nasza kuchnia w Arco działa już od paru miesięcy, a więc znacznie szybciej niż cała restauracja. Wykorzystujemy ten czas na kreację dań. Wielu naszych kucharzy również wcześniej odwiedzało moje inne restauracje i tam się przygotowywało. Lokalne produkty włączymy w naszą koncepcję Arco. Cały czas je rozwijamy i dopracowujemy, aby zaproponować nasze autorskie myślenie o kuchni.

Czy łatwo jest osiągnąć oczekiwany efekt na bazie tutejszych składników?

Otrzymanie zakładanego efektu nie jest łatwe, ale nie ze względu na lokalne składniki, ale chęć stworzenia całkowicie nowych doznań dla klientów Arco. Staram się łączyć produkty z całego świata tworząc z nich unikalne efekty. Używamy składników z Jamajki, Tahiti, Japonii. Mamy osoby, które zajmują się ściąganiem z najodleglejszych krajów wyjątkowych i zaskakujących produktów. Mając je do dyspozycji wkładamy kreatywność całego naszego zespołu w stworzenie wyjątkowości doznań w Arco. Przez okres przygotowań dokładnie poznaliśmy bogactwo lasów, morza i rzek i na pewno będziemy z nich na co dzień czerpać.

TRAFIĆ W SMAK I DŹWIĘK

Arco to wyjątkowa restauracja w Polsce. Nie tylko za sprawą jego właściciela, ale lokalizacji (na wysokości 140 m) i widoku na morze. Wyjątkowe jest także jej wnętrze, które zostało zaprojektowane przez Tarruella Trenchs Studio – pracownię designerską, która odpowiada za projekty gwiazdkowych restauracji na całym świecie. Ciekawostką jest fakt, że część zastawy stanowi osobisty projekt Paco Péreza, a większość wystroju restauracji jest dziełem niewielkich zakładów rzemieślniczych, produkujących detale ręcznie. Kafle, przypominające łuskę ryby, które ozdobią kuchnię, część restauracji i schody prowadzące do restauracji ręcznie sygnował mistrz, który je stworzył. Kuchnię wypełnią w całości indywidualnie zaprojektowane urządzenia najbardziej prestiżowej firmy Chavret, której poziom porównywany jest do najdroższych marek samochodowych świata. W części dla klientów znajdzie się tylko 30 miejsc. W menu znajdują się śródziemnomorskie potrawy ze składników lokalnych, jednak wzbogaconych o produkty wyszukiwane przez dedykowanego do tego eksperta z tak odległych miejsc jak Japonia czy Tahiti. Wstęp będzie dostępny wyłącznie w drodze rezerwacji. Atrakcją będzie osobna bodega, w której na stałe dostępnych będzie 800 etykiet win. Restauracja skierowana będzie nie tylko do mieszkańców Trójmiasta i Polski, ale i Europy. Tego typu kuchnia staje się punktem obowiązkowym wszystkich znawców najbardziej wyrafinowanej kuchni świata, którzy podróżują z jego odległych zakątków tylko po to, by skosztować nowych dzieł mistrza. Co ważne, Paco Pérez przygotowując swoje dania stawia nie tylko na smak, ale serwuje również feerię doznań na poziomie wszystkich zmysłów. Dania są dopracowane do tego stopnia, że nawet dźwięk wydobywający się w trakcie kosztowania potraw musi odpowiadać założeniom szefa kuchni.



Produkcja: Karol Kacperski, Klaudia Krause-Bacia

Miejsce: Olivia Star, Restauracja Arco

Make-up: Anna Pacan

MAREK LOONEY RYBOWSKI



COŚ WESOŁEGO W SMUTNYM MIEJSCU

AUTOR: SYLWIA GUTOWSKA /FOTO: KAROL KACPERSKI

Człowiek, który pokolorował gdańskie ulice. Kiedyś gwiazda hiphopowego podziemia, dziś ceniony artysta, którego murale ozdabiają wnętrza biurowców i modnych restauracji. Marek „Looney” Rybowski mówi dziś o tym, gdzie jeszcze go nie było.

Fot. Archiwum prywatne



Kiedy graffiti wyszło z podziemia?

Graffiti ma różne nurty, a graficiarz może obrać różną drogę. Są tacy, którzy malują już ponad 20 lat i nadal zostają w podziemiu, uprawiając tzw. bombing, czyli nielegalne malowanie na ścianach. Są też tacy, którzy to rozwijają w kierunku malarstwa, projektowania czy architektury. Często w ich pracach widać inspiracje z czasów graffiti.

Twoja sztuka zmieniła się na przestrzeni dwudziestu paru lat. Z ulicy weszła do ładnych pomieszczeń, jak Olivia Business Centre czy modna knajpka.

No tak, moje prace wyszły z ulicy do galerii, z wiaduktów do biurowców klasy A. Mój przykład pokazuje, że sztuka ulicy to nie musi być

wandalizm. Pokazuję dzieciakom, że jeśli ktoś ma na to zajawkę, to może się to stać jego drogą zawodową.

Czy człowiek z podziemia, wchodząc na salony, nie traci swojej wiarygodności?

Jestem jednym z pionierów trójmiejskiej sceny. Większość ludzi wie, w jakich ekipach byłem i z czym miałem do czynienia. Teraz po prostu maluję, bo sprawia mi to frajdę, nieistotne, czy na obrazie, czy na murze. Wielu oldskulowych graficiarzy obecnie robi wielkoformatowe murale dla wielkich korporacji. Wykonują zlecenia w kraju i za granicą. Po godzinach nadal staramy się kilka razy w roku spotkać i pomalować wspólnie graffiti. Nie straciliśmy kontaktu z ulicą, pamiętamy o swoich korzeniach.

W Polsce powstaje coraz więcej murali. Jak pozyskuje się pozwolenie na ścianę?

Zazwyczaj występuje się o zgodę do wspólnoty, rozmawia z mieszkańcami, składa wnioski w odpowiednim urzędzie. Potrafi to potrwać. Jednym z moich murali jest dziewczynka z kotem na ulicy Kartuskiej. To powstało w porozumieniu z mieszkańcami, wspólnotą i konserwatorem. Cieszę się, że przebrnąłem przez tą całą biurokrację, bo odbiór lokalnej społeczności był bardzo pozytywny. Faktycznie w Polsce panuje moda na murale, a z modą u nas w kraju ludzie często się zagalopowują. Nie można wszędzie paćkać ścian, warto, by mural miał uzasadnienie w otaczającej go architekturze. Nie



wszystko musi być pomalowane, ale jeśli sąsiedztwo jest ponure, warto dodać coś, co osłodzi mieszkańcom widok.

Dlaczego sztuka i, jeżeli sztuka, czemu akurat graffiti?

Wszystko zaczęło się od jazdy na deskorolkach w połowie lat 90. Moi rodzice wyjechali do pracy pod koniec lat 80-tych. Mieszkaliśmy kilka lat na Fiji, a potem w Australii, gdzie za-

cząłem jeździć na desce. Deskorolki często były ozdabiane grafikami z elementami graffiti. Wraz z kolegami, inspirowani tym co widzieliśmy na tych grafikach, zaczęliśmy szkicować swoje projekty i pomalować nimi na ścianę.

Czyli dosłownie przywoleś do Polski kolor.

Tak. Malowaliśmy wtedy zupełnie nie patrząc, jakiego rodzaju sprayu używamy. Bo są

spraye lepsze i gorsze. Potem docierało do mnie, że trzeba sobie wymyślić jakąś ksywę. Jako pierwszy malowałem postacie, a znajomy przezwiał mnie po kreskówkach Warner Bros „Looney” i tak się przyjęło. Naturalnie przeszło więc z deskorolki na spray, ze sprayu na rap, a potem z powrotem na spray, choć nie tylko tym narzędziem maluję.

Co myślisz o dzisiejszej scenie hiphopowej?

To dziś potężny biznes. Ludzie, którzy są gwiazdami sceny, zarabiają duże pieniądze. Polski hip hop to nie tylko muzyka, to też np. ubrania, które sprzedawane są nie tylko w Polsce, ale między innymi na Białorusi, Ukrainie. To wielokierunkowy rynek. Kiedy zaczynaliśmy, w najśmielszych snach nie przewidywaliliśmy, że to się tak rozrośnie. Ludzie, którzy to zaczęli, zrobili kawał dobrej roboty i nawet dla mnie to jest nie do ogarnięcia. Niemniej ja zajmuję się swoim malowaniem i jest mi z tym dobrze. Nie śledzę na bieżąco wszystkiego, co się dzieje, bo tak jak powiedziałem, nie mam na to czasu.

Czujesz, że tobie też się udało?

Lubię to, co robię. Niektórzy koledzy mówią, że powinienem być zostać przy muzyce, bo dla niektórych słowo „udało” wiąże się z ogromną popularnością, którą inni mają wokół siebie. Są przy tym dojrzałymi artystami, nie zatracili siebie. Z jednej strony jest większy hype i fame, a z drugiej – niepewne jutro. Dobrze się czuję z tym, czym się zajmuję i ostrożnie sądzę, że jestem szczęśliwy. Chciałbym więcej robić poza granicami Polski, niemniej mam teraz tyle pracy tutaj, że jak będę miał czas...

Masz na myśli Europę Zachodnią?

Tak, kierunek zachodni, Europa i dalej. Było kilka propozycji wernisaży, ale nic się nie zażyło czasowo. W tym temacie jeszcze dużo przede mną

Wielu ludzi mówi, że hip hop to ostatnia subkultura, w której ludziom o coś chodziło.

Ja i wielu moich znajomych jesteśmy podobnego zdania. Spójrz na pokolenie naszych rodziców. Każde pokolenie mówi, że za ich czasów to była kultura i sztuka, a teraz jest bajzel i jazgot z głośników. Zazwyczaj nowe nurty potrzebują trochę czasu, by zostać docenionymi.

Nie dissuję tego, co nowe, bo może przędziej czy później powstanie z tego coś inspirującego. Potrzeba do tego spojrzenia z perspektywy czasu. Ale tak, uważam, że hip hop to ostatnia z ciekawszych kultur. Zresztą stworzyła podwaliny pod taniec, sztukę obecną dzisiaj na świecie. Taniec, DJ-e, rap. Teraz to jest wszędzie.



Fot. Archiwum prywatne



To znaczy, że wy hipopowcy, dobrze wylądowaliście.

Raczej tak, choć nie obyło się bez ofiar. Początki nie były łatwe. Granie koncertów, nagrywanie muzyki spotykało się z wieloma utrudnieniami. Żeby mało-wać, dostać pozwolenie na jakąś ścianę, było potwornie trudno. Teraz jest dużo łatwiej. Ci, którzy przetrwali, dalej tworzą, do tego mają własne firmy, biznesy, wytwórnie płytowe, zainwestowali w działalność.

Kiedy pójdziesz szukać ściany dla siebie?

W marcu albo w kwietniu. Mam już przygotowane ściany, ale nie chcę zapeszać. Trzeba śledzić mój Fanpage, tam wszystko będzie wyjaśnione.

Mówiliśmy, że kultura hip hopu była zaangażowana. Czy ciebie jeszcze rusza to, co dzieje się w społeczeństwie, polityce?

Często maluję na osiedlach, gdzie zdania i poglądy są podzielone, a mury szare. Swoimi pracami nie chce wzbudzać kontrowersji, zależy mi, by wnieść szeroko pojętą wesołość i humor.

Nie chciałbyś być niczym Banksy?

Podoba mi się jego pomysłowość. Sam chętnie czasami bym złamał swoje prace krótkim, graficznym komunikatem, ale mój styl malowania jest bardziej malarzski. Mniej zaangażowany politycznie.

Gdzie się widzisz za pięć, dziesięć lat?

Ostatnio zajmuję się głównie wykonywaniem zleceń. Robię to któryś rok z kolei i bardzo mnie to cieszy, ale chciałbym mieć więcej czasu, żeby móc popracować nad autorskimi pracami. Zaprezentować się także w Europie czy też w Stanach.

W Stanach jest już dużo graffiti i murali.

Jest tego trochę, ale polscy muraliści reprezentują wysoki poziom i wielu z nich jest rozchwytywanych na światowym rynku.

A jak ludzkość skolonizuje już Marsa, to chciałbyś postawić tam swojego taga?

(Śmiech) Powiem szczerze, że chętnie bym się tam przeleciał. Tylko o ile mógłbym wrócić, bo mam tutaj masę roboty.



LWÓW

BRAMA NA WSCHÓD

AUTOR: SYLWIA GUTOWSKA

Co weekend lwowska starówka wypełnia się turystami. Uliczki, restauracje i bary pobrzmiwają językiem polskim. To oczywiste – Polacy odwiedzają niegdysiejsze polskie miasto. Ale Lwów to dużo więcej. Ta najbardziej na zachód położona metropolia naszych wschodnich sąsiadów może okazać się początkiem fascynujących podróży po Ukrainie.



Dotarcie do Lwowa jest proste, o ile wcześniej zadamy o paszport. Samoloty z Gdańska kursują tam codziennie. Do wyboru mamy dwie niskokosztowe linie lotnicze. Samochody stoją w korkach na granicy. Pociągiem z naturalnych przyczyn jest znacznie dłużej, choć niektórzy twierdzą, że to świetna przygoda. Ale jeszcze lepiej jest podróżować pociągiem po samej Ukrainie. Do samego Lwowa z Polski północnej najszybciej więc przemieścić się samolotem. Z lotniska zabierze nas taksówka albo Bolt, choć komunikacja miejska będzie tańsza, a pasażerowie chętni do pomocy w odnalezieniu naszego przystanku. Panuje tu zasada uśmiech za uśmiech. Mieszkańcy są ciepłi i warto z tego skorzystać zamiast wyszukiwać wszystkiego samodzielnie z nosem w telefonie. W końcu nikt tak nie zna miasta, jak sami Lwowianie.

W KOLEJCE PO WÓDKĘ

Jedną z rzeczy, z której można zdać sobie sprawę już po chwili pobytu na Ukrainie, jest to, że egzotyka napisów w cyrylicy to tylko pierwsze wrażenie. Tak naprawdę język ukraiński jest bardzo podobny do polskiego i nawet, jeśli nie liźnieliśmy ani ukraińskiego, ani podobnego rosyjskiego, to dogadać się jest bardzo łatwo. Fakt, że warto przyswoić sobie kilka podstawowych słów, jak „dzień dobry”, „dziękuję” czy „dworzec”. Sam alfabet można zgłębić w podstawowym zakresie w czasie wyjazdu. A to, trzeba przyznać, ułatwia sprawę, jeśli chcemy ruszyć się gdzieś poza ścisłą starówkę.

Ale najpierw trafiamy tam, gdzie każdy turysta trafić powinien, czyli na rynek. Na powitanie warto spróbować lokalnej specjalności, wiśniówki serwowanej w specjalnym barze tuż przy ratuszu. Nie jest bardzo alkoholowa, a raczej słodka. Sam lokal jest ozdobiony ciekawymi wiśniowymi motywami. Kolejnym punktem obowiązkowym jest wspięcie się na wieżę ratuszową i podziwianie z niej panoramy Lwowa. Na dole, w obrębie rynku znajdziemy kilkanaście restauracji, pubów i kawiarni, od tradycyjnych, nawiązujących do kuchni galicyjskiej i polskiej, po gruzińskie, ukraińskie, indyjskie i nowoczesne, hipsterskie lokale o designerskich wnętrzach. Na całej starówce zjemy i tradycyjnie, i wegańsko – oferta kulinarna jest naprawdę szeroka. Co więcej, Lwowianie ewidentnie przykładają wagę do dobrej kawy, bo nagromadzenie klimatycznych kawiarni rzuca się w oczy, a kawa nęci aromatem już z ulicy. Jeśli lubimy celebrować śniadania (a gdzie jak nie na urlopie można sobie na to pozwolić), ciekawą opcją może się okazać legendarna Restauracja

Baczewskich, w której do śniadania w formie szwedzkiego bufetu serwowana jest lampka szampana albo kieliszek wódki. Wszystko za niewielką opłatą, więc niejako prawdziwą cenę płacimy, czekając w kolejce, która ustawia się przed wejściem już od 8 rano. Dla niecierpliwych w kilku miejscach w mieście otwarte są lwowskie croissanty (Lviv Croissant) – duży wybór, szybko i smacznie.

40 KOŚCIOŁÓW

Jest coś dla ciała, ale i dla duszy. Miasto skrywa w sobie ponad czterdzieści zabytkowych kościołów, w większości czynnych świątyń grekokatolickich funkcjonujących w dawnych kościołach obrządku rzymskiego. Do najpiękniejszych należy kompleks Kościoła Bożego Ciała i klasztor Dominikanów przy placu Muzealnym. To jeden z najbardziej okazałych przykładów sakralnej architektury baroku. Innym urokliwym kościołem jest Katedra Ormiańska, która ukryta jest nieco w głębi głównego turystycznego szlaku. Warto ją odszukać, bo, niepozorna z zewnątrz, zachwyca zdobieniami i grą światła wewnątrz. Tuż przy rynku mieści się jedna z najszlachetniejszych budowli Lwowa, Opera Lwowska, którą można zwiedzić także od wewnątrz, najlepiej wybierając się na operę. Dla tych, którzy od sztuki wysokiej wolą sztukę ulicy, na wychodzącym od Opery prospekcie Swobody wieczorami grają uliczni muzycy. Tam rozpiętość poziomu artystycznego jest naprawdę szeroka, od rzepolącego każdego wieczoru tę samą piosenkę „Dobry wieczor Ukraino” grajka po młodych, ciekawych artystów, być może wschodzące gwiazdy ukraińskiego rocka.

Choć lwowska starówka czaruje atrakcjami, warto się z niej ruszyć, bo nieco dalej jest jeszcze mnóstwo do oglądania. Na przykład rozbuchana Katedra Św. Jura na wzgórzu, z którego możemy podziwiać fragment Lwowa. Spacerując w kierunku katedry, po drodze miniemy główny gmach Uniwersytetu Lwowskiego i Politechnikę Lwowską. Po drodze warto zwrócić uwagę na architekturę kamienic – od secesji po, miejscami przyrdzewiały, modernizm. Daleko poza starówką znajdziemy świetnie zachowane, piękne budynki.

Ze Lwowa można też wyruszyć na wycieczki do pobliskich miejscowości turystycznych. Drohobycz, urokliwe miasteczko Brunona Schulza, Truskawiec, lokalne spa, czy położony ciut dalej Kamieniec Podolski, to tylko niektóre z nich. Właśnie w drodze na dworzec mijamy kolejną bu-



dowlę, przy której warto się zatrzymać. To pochodzący z początków XX wieku kościół św. Elżbiety. Z neogotyckich wież również możemy podziwiać panoramę miasta.

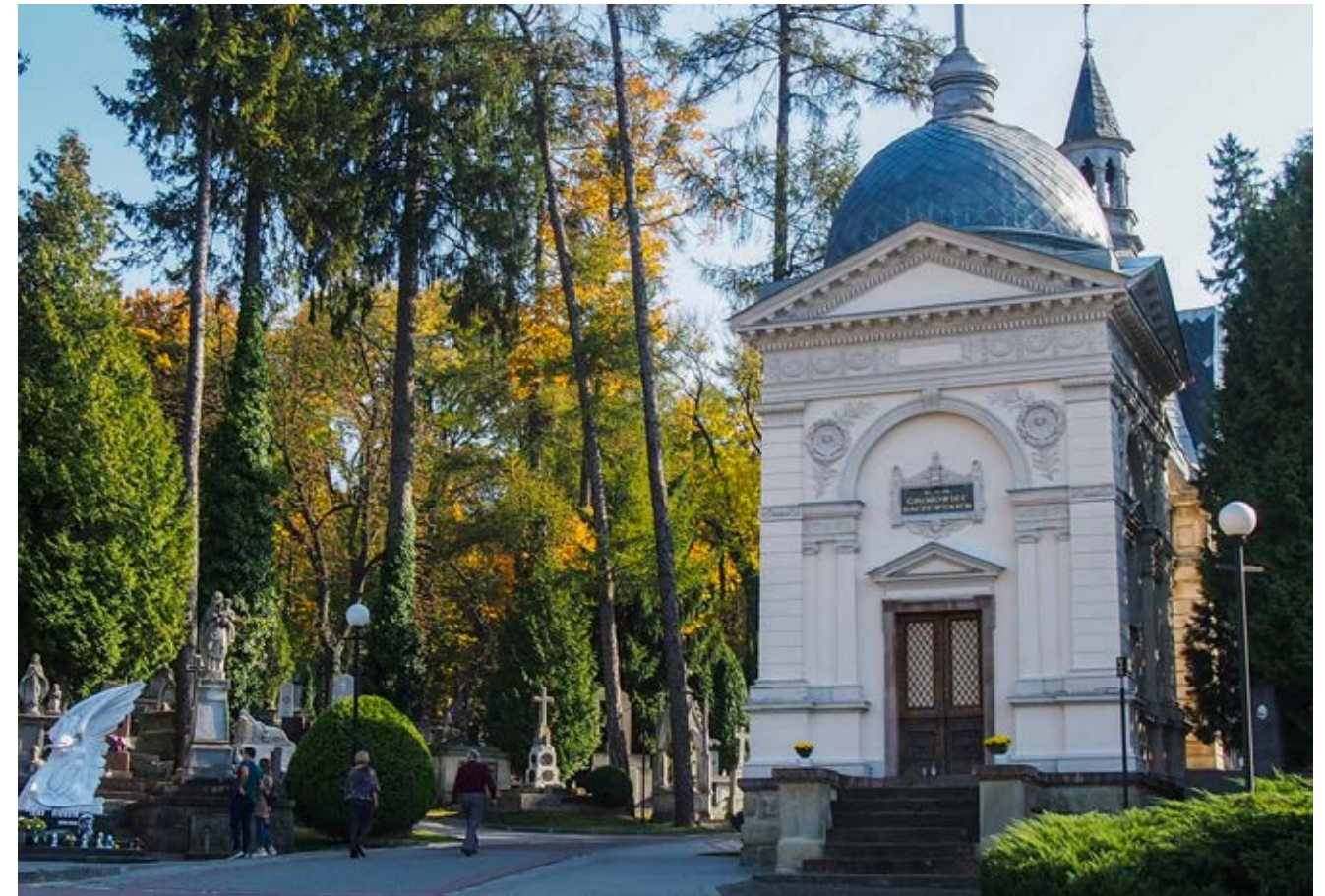
Kolejnym wartym polecenia punktem widokowym jest Wzgórze Zamkowe. Zamkowe jest tylko z nazwy, bo zabytek nie przetrwał zawirowań historycznych i ze stojącego tam kiedyś zamku pozostały tylko niewielkie rozmiarów ruiny. To, co przetrwało na wzgórzu i jest widoczne z wielu miejsc we Lwowie, to wieża radiowo-telewizyjna, przykład radzieckiej myśli technicznej. Niezbyt ładne, ale stoi. Kilkaset niestromych schodków dzieli nas od widoku na, tym razem, cały Lwów. Ze wzgórza widać bowiem i ten historyczny, pokazywany turystom, i ten zwyczajny, mniej reprezentacyjny, w którym toczy się codzienne życie. Warto zobaczyć ten kontrast.

SŁAWNA NEKROPOLIA

Wycieczka do innej dzielnicy czeka nas też, jeśli chcemy zobaczyć Cmentarz Łyczakowski. A warto, bo poza walorami architektonicznymi będziemy mieli okazję odwiedzić groby sławnych, bogatych i zasłużonych, nie tylko Polaków. Ze słynnych Polaków spoczęli tam Maria Konopnicka, K. J. Ordon

czy Tadeusz Barącz, autor pomnika Jana III Sobieskiego, przeniesionego po II wojnie światowej ze Lwowa do Gdańska (rondo nieopodal Teatru Wybrzeże). Na cmentarzu są pochowani powstańcy styczniowi, a osobną część stanowi Cmentarz Obrońców Lwowa. Nie trzeba wielkiej wnikliwości, by zauważyć, że na tej samej nekropolii leżą żołnierze walczący po przeciwnych stronach barykady. Co ciekawe, żyjący Ukraińcy, chcąc zapewnić sobie pochówek w tym pięknym i prestiżowym miejscu, nie tylko, jak w Polsce, mają wykupione miejsce, ale często ich imiona i nazwiska wraz z podobiznami, są już umieszczone na rodzinnych grobach.

Przechadzając się ulicami Lwowa, nie można nie dojrzeć rozwieszonych w wielu miejscach flag Ukrainy. Może to dziwić, tych przywiązanych do polskości Lwowa może złościć, ale ci, którzy obserwują Ukrainę już od dawna, jak choćby polski publicysta Ziemowit Szczerek, twierdzą, że tak wygląda budząca się do życia nowa państwowość. Ukraina to kraj, który przez lata po upadku „Sajuzu” był pod wpływem Rosji, a od kilku lat jest w stanie wojny. Co z tego wyjdzie dla naszych sąsiadów, pokaże czas. Ale to właśnie Lwów może być naszym pierwszym kontaktem z Ukrainą. Dalej na Wschód jest jeszcze wiele fascynujących miejsc.



TARGI MOTORYZACYJNE 3TM

AUTOR: MARCIN WIŁA / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Już po raz 11 w Gdańsku odbyły się Targi Motoryzacyjne 3TM. Tegoroczna formuła różniła się od poprzednich edycji, bowiem wśród wystawców dominowały firmy tuningowe, serwisowe oraz świadczące szeroko pojęte usługi z sektora samochodowego. Lokalni dealerzy samochodowi stawili się w znacznie mniejszym gronie, a całkowitą nowością były wyścigi na 1/8 mili 3TM Race.

Mniejsza ilość przedstawicieli marek samochodowych, zaowocowała wyższym komfortem oglądania prezentowanych pojazdów przez odwiedzających. Poza kilkoma modelami, które cieszyły się ogromnym zainteresowaniem i stałe przyciągały tłumy, panowała spokojniejsza atmosfera, która sprzyjała podziwianiu. Wśród reprezentantów trójmiejskich dealerów, pojawiły się takie marki jak Ford (Euro-Car i BIG Autohandel), Dodge (Auto-Mobil), Peugeot (Intervapo), Honda (Honda Gdynia i Gdańsk), Hyundai (Margo), KIA (Interbis), Volkswagen (City Motors), BMW (Bawaria Motors Gdańsk), Ssang-Yong (G-M), Toyota i Lexus (Toyota Walder i Lexus Trójmiasto), Jeep, Fiat i Abarth (Schewe) oraz modele elektryczne od BMW, Nissan'a i Renault (Grupa Zdunek). Najbardziej okazałe stoiska zaprezentowały firmy Toyota Walder oraz City Motors, na których prezentowano kilka różnych modeli. Uwagę zwracała także ekspozycja Auto-Mobil, gdzie dealer po raz pierwszy publicznie pochwalił się swoją nową marką w ofercie, czyli Dodge'm.

Niestety w tym roku obyło się bez naprawdę nowych i premierowych modeli. Nowości, jeśli można je tak nazwać, niestety już kilkanaście dni wcześniej zadebiutowały w trójmiejskich salonach. Przykładem może być między innymi BMW Serii 1, KIA Xceed, Toyoty Supra czy Peugeot'a 508



w wersji kombi. Nie można jednak narzekać na brak ciekawych samochodów. Wśród aut wyścigowych, tuningowych, a nawet policyjnych radiowozów, szczególną uwagę przyciągało klasyczne Ferrari 365 GT z lat 60. o wartości ponad miliona złotych. Dla miłośników motoryzacyjnej egzotyki ciekawą perełką było Lamborghini Aventador Roadster. Warto również wspomnieć, że na targach, na stoisku Lexus Trójmiasto po raz pierwszy publicznie pokazano wizualizację nowo powstającego salonu tej marki w Gdańsku. Planowany

termin uruchomienia nowego obiektu to koniec 2019 roku.

Tegoroczna edycja Targów Motoryzacyjnych 3TM pokazała, że ten rodzaj prezentacji samochodów przeżywa spadek popularności nie tylko poza granicami naszego kraju – co pokazała na przykład tegoroczna edycja targów IAA we Frankfurcie nad Menem, ale dotyczy także naszego lokalnego rynku. Wśród nieobecnych w AmberEXPO były tak popularne marki jak Skoda, SEAT, Audi, Mercedes-Benz, Jaguar, Mazda czy też Opel.



Audio Solutions
virtuoso



www.premiumsound.pl

instalacje audio-video dla restauracji, biur,
sal konferencyjnych, hoteli, obiektów
użyteczności publicznej,
audiofilskie systemy stereo, gramofony,
kina domowe

Aleja Niepodległości 645 B, 81-855 Sopot
tel. 513-07-07-30, 537-07-07-30



MAZDA CX-30

W MIEJSKI TEREN?

AUTOR: MARCIN WIŁA / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Motoryzacyjne trendy nie zmieniają się tak często jak moda odzieżowa, ale na nudę w tej branży też narzekać nie można. SUV'y które zdominowały rynek wciąż cieszą się popularnością, ale oto na horyzoncie pojawia się nowy hit. Samochody typu crossover, czyli mniejsze, bardziej miejskie, inspirowane „terenowym” stylem auta, które konstruowane są z myślą o miejskich bezdrożach. Do tego segmentu dołącza Mazda z modelem CX-30, który klasyfikuje się ponad CX-3, ale poniżej CX-5. Czym jest i dla kogo przeznaczony jest nowy model? Sprawdzamy dzięki dealerowi Mazda BMG Goworowski.

Powiedzmy sobie szczerze. Samochody tego typu jedynie udają auta terenowe. Choć często w ich nazwie pojawiają się motywy sugerujące jakieś możliwości typu „off-road” to prawda jest taka, że najlepiej używać ich w błocie na podjeździe własnego domu, ewentualnie wjechać na łąkę i pójść na spacer z psem.

Ich funkcjonalność poza drogą ogranicza się do większego komfortu wjazdu na krawężnik z powodu trochę większego prześwitu. Konstrukcyjnie jednak, te samochody nie są przystosowane do rajdów przełajowych i z racji zaawansowanej technologii na pokładzie forsowna jazda w wilgotnym, syrkim czy też

mocno nierównym terenie wiąże się z ryzykiem poważnych uszkodzeń.

PRZEJDŹMY ZATEM DO CX-30. CZYM JEST NOWY PRODUKT MAZDY?

CX-30 to model nowej generacji, który zaprojektowany został w oparciu o ewolucję języka stylizacji KODO – Dusza Ruchu. To także zupełnie nowy standard wyposażenia i kolejny krok tego producenta do segmentu Premium.

Na liście elementów znajdujących się w każdej wersji wyposażenia znajdują się m.in.: kolorowy wyświetlacz head-up na przedniej szybie, reflektory LED, nawigacja satelitarna,



system Apple Car Play/Android Auto, adaptacyjny tempomat, aluminiowe felgi oraz pakiet systemów bezpieczeństwa i-Activsense.

Wymiary samochodu to: długość 4395 mm, szerokość 1795 mm i wysokość 1530 mm przy rozstawie osi 2655 mm.

O wspomnianych możliwościach „terenowych” świadczy podwyższony prześwit, plastikowe osłony, zapobiegające uszkodzeniu powłoki lakierniczej na karoserii i opcjonalny napęd na 4 koła.

Prezentowany egzemplarz udostępniony nam do redakcyjnego testu to Hikari z 2-litrowym, benzynowym silnikiem, manualną 6-biegową skrzynią i napędem na jedną, przednią oś. Co ciekawe wyposażony jest on w system „miękkiej” hybrydy Mazda M Hybrid oraz układ dezaktywacji cylindrów. Jednostka osiąga moc 122 KM przy 6000 obr./min i maksymalny moment obrotowy na poziomie 213 Nm przy 4000 obr./min. Średnie zużycie paliwa wyniosło podczas

naszego testu poniżej 7 litrów przy mieszanej jeździe.

Zachowanie CX-30 w czasie jazdy przypomina sposób prowadzenia typowych, kompaktowych samochodów. Dzięki niższej karoserii, środek ciężkości nie jest umieszczony tak wysoko jak w przypadku SUV'ów, mniejsza jest także masa własna samochodu. To wszystko sprawia, że nowa Mazda jest bardzo przyjemna w odbiorze przez kierowcę.

Powodów do narzekania nie mają także pasażerowie, których zadowoli duża przestrzeń i wygodny sposób wsiadania.

Mazda CX-30 w zaprezentowanej tutaj wersji kosztuje bazowo 119 900 zł. Dodatkowe wyposażenie zamontowane w tym egzemplarzu podnosi cenę do 131 400 zł.

Zbliża to nową Mazdę do segmentu Premium nie tylko pod względem wyposażenia i jakości wykonania, ale niestety także kwoty, jaką trzeba za nią zapłacić.





BMW M 135 I XDRIVE WYŚCIGOWA JEDYNKA

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Choć to najmniejszy z całej gamy modeli BMW - to miłośnicy dynamicznej jazdy z pewnością odnajdą w nim ducha bawarskiego koncernu. Doskonały układ jezdny w połączeniu z ponad 300 konną jednostką napędową w pełni zasługuje na określenie ze sloganu BMW - „Radość z jazdy”.

Trzecia generacja „jedynek” oznaczona jako F40 została pokazana po raz pierwszy w maju 2019 roku, czyli 15 lat po debiucie tego modelu. Nowa jedynka jest większa. Pierwszy model miał długość 4227 mm, szerokość 1751 i wysokość 1430 mm. Rozstaw osi wynosił 2660 mm. Oferowany był zarówno w wersji coupe, jako 3 i 5 drzwiowy hatchback oraz cabrio.

Kolejna edycja BMW 1 oznaczona jako F20, wypuszczona w 2011 roku była już większa - miała długość 4324 mm, szerokość 1765 mm, a wysokość 1421 mm. Rozstaw osi wynosił 2690 mm. Ta seria oferowana była jako 3 i 5 drzwiowy hatchback. Cechy coupe przejęła zupełnie nowa seria - 2.

Trzecia generacja jest nieco inna od poprzednich. Zmieniły się proporcje nadwozia - auto jest szersze i wyższe, ale ma krótszy przód.

Wymiary odpowiednio: 4319 mm, 1799 mm, 1434 mm. Rozstaw osi wynosi 2670 mm. Najnowsza „jedyńska” oferowana jest wyłącznie jako 5 drzwiowy hatchback.

Samochód dostępny jest w dwóch stylizacjach, a do wyboru mamy pięć jednostek napędowych - trzy diesle - 116d o pojemności 1,5l i mocy 116 KM, 118d o pojemności 2l i mocy 150 KM oraz 120d xDrive o mocy 190 KM. Benzynowe jednostki są w modelach: 118i (silnik o pojemności 1,5 l i mocy 140 KM) oraz testowanym M135i xDrive o pojemności 2 l i mocy 306 KM. I o ile osiągi M135i (do setki 4,8) nie budzą zaskoczenia, a wręcz są czymś naturalnym dla tej marki, szczególnie sygnowanej znaczkiem M, to wyniki najslabszego z diesli BMW (aż 10,3 s do setki) mogą budzić zdziwienie. Jeżeli jednak przyszły nabywca kieruje się przede wszystkim spalaniem i ekonomią to wybór tego silnika wydaje się być uzasadniony - wg producenta wynosi ono 4,5 do 5,3 l.

Spalanie naszej M jest oczywiście większe (7,9 - 8,3 l), ale dynamika i wrażenia z jazdy nieporównywalne. W tym modelu w 100% czuć ducha BMW: silnik, układ jezdy, skrzynia biegów tworzą doskonałą harmonię. Do tego sztywne zawieszenie, sportowe i mocno trzymające fotele, świetnie leżąca w dłoniach kierownica i można jechać w trasę. M135i xDrive doskonale sprawdzi się nie tylko na autostradzie, ale przede wszystkim krętych, kaszubskich drogach. Niskie zawieszenie, odpowiednia szerokość w stosunku do długości i całkiem spora masa własna (1,6 tony) powoduje, że może auto nie należy do cesarzy komfortu, ale za to doskonale trzyma się drogi. O dynamikę jazdy dba przede wszystkim jednostka napędowa - to dwulitrowa, czterocylindrowa benzyna o mocy 306 KM.

Nasz model został wyposażony w cały zestaw udogodnień - pełna elektryka, dwa ekrany nawigacji - ten umieszczony na środkowej kolumnie i drugi na panelu zegarów, czy też wyświetlacz head - up. Są też wszystkie cechy wersji M: 18 aluminiowe obręcze, sportowy układ hamulcowy, układ kierowniczy M, sportowe zawieszenie, sportowa kierownica, sportowa skrzynia biegów i oczywiście tylny spojler.



BMW M135ixDrive

Moc: 225 kw (306 KM)
Pojemność silnika: 1998 ccm
Prędkość maksymalna: 250 km/h
Przyśpieszenie: 4,8 s
Cena prezentowanego modelu:
 231 tys. zł brutto



NAJLEPSZA WYPRZEDAŻ RENAULT 2019



Zyskaj nawet do 25 000 zł z oponami zimowymi

Zysk maksymalny 25 000 zł dotyczy Renault Koleos w wersji Initiale Paris z silnikiem 2.0 dCi 175 z roku produkcji 2019 i składa się z rabatu 22 000 zł brutto oraz rabatu 3000 zł na komplet opon zimowych dostępny od 1 zł. Stan oferty na 6.11.2019. Liczba aut w promocji ograniczona. Oferta ważna do wyczerpania zapasów. Szczegóły w salonach. Wartości zużycia paliwa w zależności od wariantu i wersji wynoszą w cyklu mieszanym dla modeli: Renault Captur od 6,4 do 6,7 l/100 km, emisja CO₂ od 145 do 151 g/km, Renault Kadjar od 4,9 do 6,8 l/100 km, emisja CO₂ od 128 do 155 g/km, Renault Koleos od 7,4 do 7,8 l/100 km, emisja CO₂ od 194 do 203 g/km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie i emisja CO₂ zostały określone zgodnie z procedurą WLTP. Podane wartości mogą się różnić od rzeczywistych, na które wpływają m.in. styl i warunki jazdy, dodatkowe wyposażenie samochodu zainstalowane po rejestracji pojazdu, jego stan techniczny. Sprawdź szczegóły u Autoryzowanych Partnerów Renault lub na stronie wltpl.renault.pl. Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie www.renault.pl.

Renault zaleca **elf**

[i](#) [f](#) [y](#) renault.pl

Renault ZDUNEK

GDAŃSK, ul. Miałki Szlak 43/45

tel. 786 201 102

GDYNIA, ul. Morska 517A

tel. 786 201 202

SOPOT, Al. Niepodległości 940

www.renault.zdunek.pl

CHILLOUT

OLGA LEWANDOWSKA vs MARIANNA PAWŁUSIÓW

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

Luz, luzik, kompletne wyluzowanie. Zwolnij tempo, bo nikt i nic cię przecież nie goni. Czas choć płynnie nieubłaganie, ale już nie tak szybko. Na zewnątrz ciemno, a krople deszczu miarowo uderzają o parapet. Robi się błogo i chciałoby się pójść spać. Ale jest dopiero 16:00 i właśnie kończysz pracę. Pozostań „na relaksie”. Pora na jesienny chillout.



OLGA LEWANDOWSKA

graficzka, ilustratorka, edukatorka. Zdecydowanie za często odpowiada na pytania tekstami piosenek.

Rysuję, bo to fajna sprawa.

Mój pierwszy rysunek przedstawiał... bardzo chciałabym powiedzieć, że potwory ze śmietnika, ale chyba pierwsze były zwykłe kreski.

Pobudza moją kreatywność: spotkanie innych ludzi.

Artysta dojrzewa, kiedy nauczy się trochę odpuszczać.

Największe wyzwanie to nie robić wiecznie tego samego.

Chill out to wspaniały stan, kiedy nic się nie pali.

Najczęściej muszę „wychillować”, kiedy zaczynam analizować zdarzenia, które nawet nie miały miejsca.

Najlepszy sposób na jesienny chill out to dzbanek herbaty z cytryną i imbirem.

Jeśli ktoś nie umie „wychillować”, to znaczy, że będzie go bolał brzusek.

Najlepsze miejsce na chill out w Trójmieście to plaża o każdej porze roku.



Pojedynek Rysowników



MARIANNA PAWŁUSIÓW

graficzka, ilustratorka i wielbicielka typografii. W wolnym czasie lubi surfować, zrywać cytryny przez okno i robić zdjęcia ciekawym literom w mieście.

Rysuję, bo uwielbiam tworzyć własny świat.

Mój pierwszy rysunek przedstawiał złotego psa - stonogę.

Pobudzają moją kreatywność: podróżowanie i natura.

Artysta dojrzewa, kiedy jest świadomy, tego co tworzy.

Największe wyzwanie to wstanie z ciepłego łóżka jesienią, kiedy za oknem jest jeszcze ciemno.

Chill out to chwila dla siebie – przyjemne lenistwo.

Najczęściej muszę „wychillować”, kiedy za bardzo się przejmuję.

Najlepszy sposób na jesienny chill out to spacer po jesiennym lesie w miłym towarzystwie lub siedzenie pod kocem z dobrą książką lub filmem, koniecznie z kubkiem kawy, herbaty lub czekolady.

Jeśli ktoś nie umie „wychillować”, to znaczy, że bierze wszystko zbyt poważnie.

Najlepsze miejsce na chill out w Trójmieście to morze, las, a później kawa w dobrej kawiarni.

JAK MAŁA GALERIA

PROJEKT: PRACOWNIA MAGMA

TEKST: MARIA ZRZELSKA-PAWLAK, MAGDALENA BIELICKA /**FOTO:** FOTOMOHITO

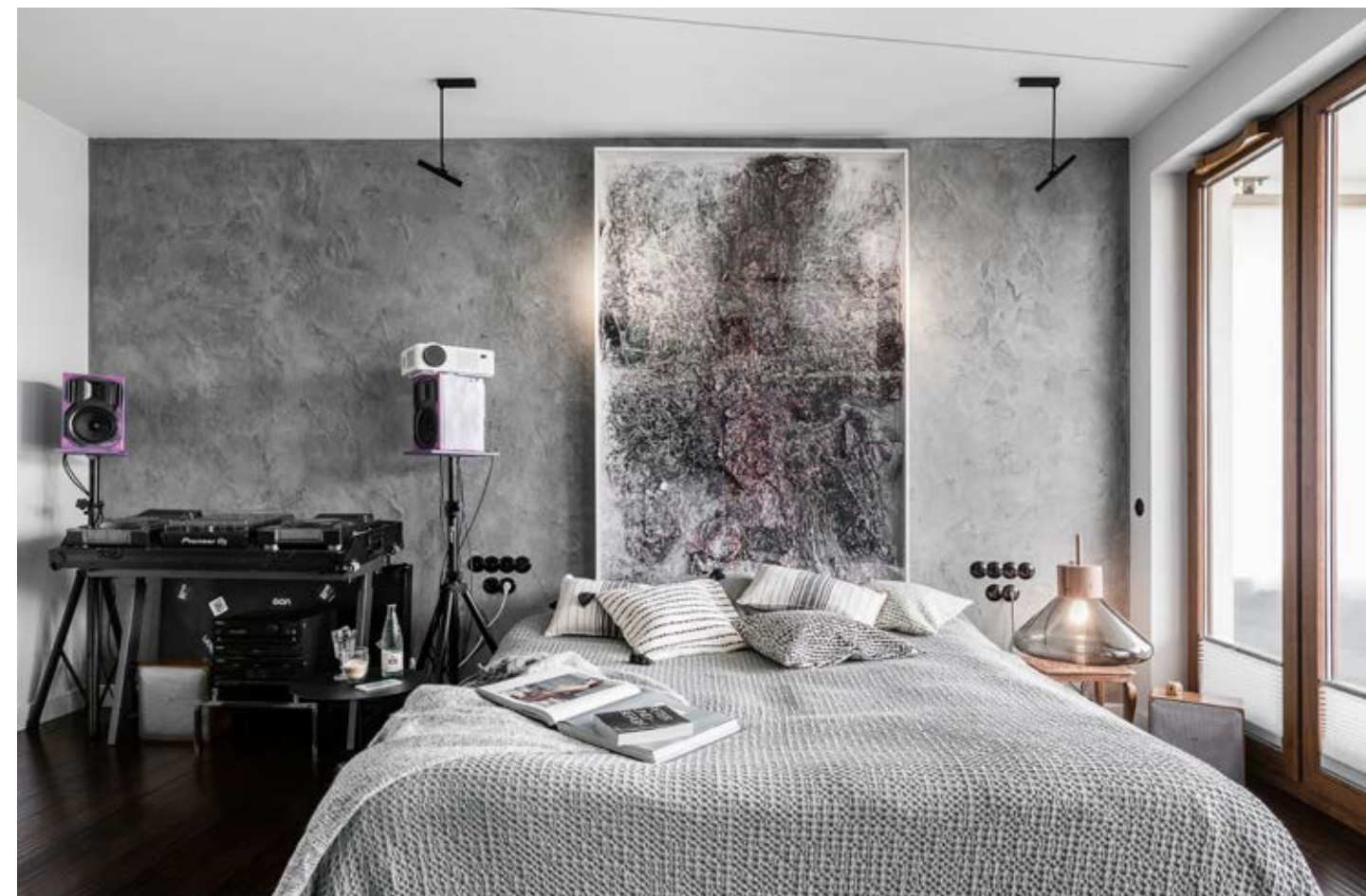
W Gdyni zaprojektowano nowoczesny apartament, który został stworzony z połączenia dwóch mniejszych mieszkań. Miejsce wyróżniające się bezkompromisowym designem, gdzie naturalne kolory łączą się z ciemnymi akcentami oraz prawdziwymi dziełami sztuki.

Są projekty, których tworzenie zdecydowanie można nazwać przygodą. Zdarzają się też inwestorzy, których niepohamowana fantazja i odwaga przyćmiewa najbardziej szalonego wewnątrzarza. Tak było tym razem. Praca rozpoczęła się od projektu domu, który w połowie został wstrzymany... Okazało się, że wyciecznym domem dla czteroosobowej rodziny będzie jednak apartament, który miałyśmy stworzyć z połączenia dwóch mniejszych mieszkań. Szczęśliwie jego duży metraż zdołał pomieścić wszystkie obrazy i rzeźby (kolekcja wciąż się rozrasta) i zaspokoić wielki apetyt inwestorów na oryginalny, bezkompromisowy design.

ODROBINA NONSZALANCI

Styl mieszkania zdecydowanie wymyka się sztywnym ramom. W efekcie powstał nowoczesny apartament w którym delikatne, naturalne kolory łączą się z mocnymi, ciemnymi akcentami i wyrazistymi dodatkami oraz dziełami sztuki. Ściana z porozbiórkowej cegły, przywiezionej z Kaszub, dosłownie i w przenośni odgradza „murem” strefę dzienną od strefy prywatnej. W pierwszej znajduje się kuchnia z jadalnią i salonem oraz łazienka, natomiast w drugiej dwie sypialnie dzieci, pomieszczenie gospodarcze oraz duża sypialnia z łazienką oraz garderobą dla gospodarzy.





Część dla gospodarzy została zaprojektowana jako osobna strefa, odseparowana od reszty mieszkania. Tutaj można było sobie pozwolić na zdecydowanie więcej niż w konwencjonalnym apartamencie. Łazienka jest przestrzenią odciętą od reszty jedynie szklaną ścianą i kontynuuje kolorystykę z części dziennej. Dominuje szarość i czerń, a najbardziej ekscentrycznym elementem jest pomarańczowa miska wc zamontowana na meblu z blachy. Centralne miejsce zajmuje miedziana wanna, sprowadzona z Indonezji, a tuż nad nią wisi olbrzymie zdjęcie Michała Szłagi.

Niestandardowo wygląda również sypialnia, gdzie szczególną uwagę poświęcono oświetleniu, które zostało zaprojektowane na suficie w postaci cienkich profili LED uwidaczniających geometrię szklanej ściany. Całość dopełniają mini-reflektorki z polskiej firmy Labra, które oświetlają ogromny obraz Przemysława Łopacińskiego zawieszony tuż nad łóżkiem. Natomiast w głębi sypialni znajduje się pojemna garderoba i zarazem piękna ekspozycja bardzo oryginalnych butów gospodyni. Wyzwaniem była też aranżacja pokoi dziecińczych, gdzie

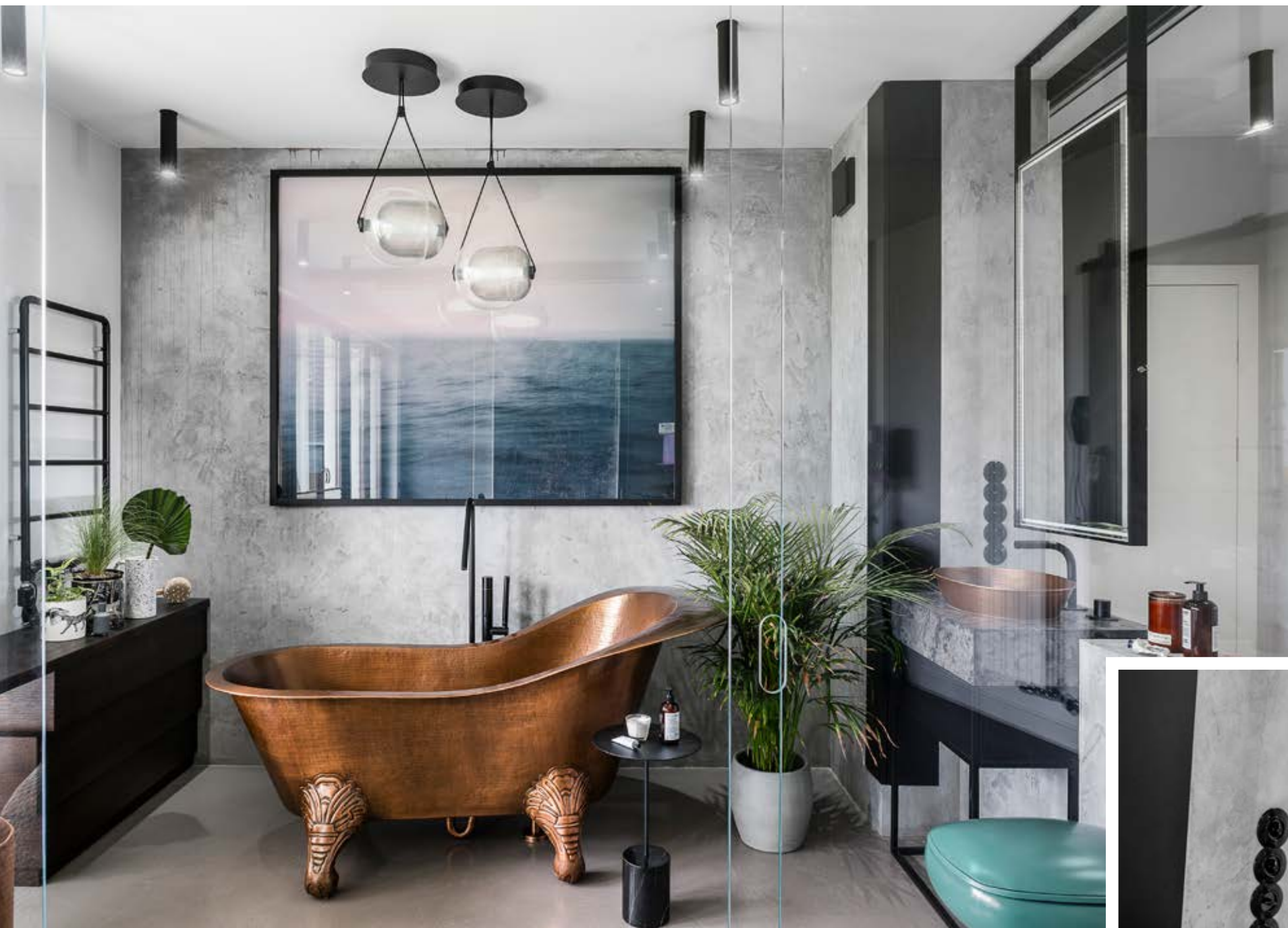
finalnie udało się zrealizować marzenia o łóżku na antresoli. Wysokość pomieszczenia pozwoliła na podniesienie miejsca do spania i oddanie trochę przestrzeni na zabawę na ziemi, a w drugim pokoju na szafę.

W pokojach zaprojektowano także wygodne miejsca do czytania - energetyczne kolory tapicerki zapraszają do wygodnej lektury. Wnętrza dopełniają ciekawe tapety i naklejki, wybrane zgodnie z charakterem mieszkańców.

SZTUKA NA PIERWSZYM MIEJSCU

Mieszkamy i pracujemy na morzem, więc industrialne, stoczniove, klimaty są dla nas naturalnym otoczeniem. To one często inspirują do przenoszenia „niedomowych” materiałów, jak chociażby skorodowana blacha, do wnętrza. Z tego właśnie materiału została wykonana wyspa stanowiąca centralny element w strefie dziennej. Olbrzymia forma, dosłownie „wyrastająca” z betonowej wylewki wygląda jak prawdziwa rzeźba, a mimo to mieści też blat kuchenny, telewizor, a dalej stół jadalniany. Blat został

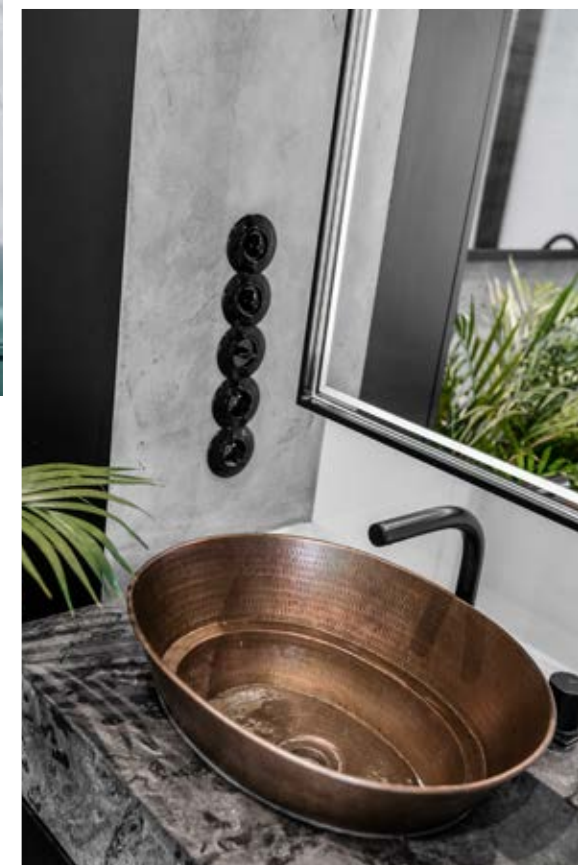




wykonany z wyjątkowego kamienia - lawy, reszta zabudowy stanowi prosta bryła bez uchwytów wykonana z acrylu. Uwagę przykuwa też geometryczna forma na suficie. Instalacja wykonana z barissolu stanowi bardzo mocny akcent w całościowej aranżacji, a dodatkowo może być podświetlana na kilka różnych sposobów, również RGB.

Część livingroomu wygląda jak mała galeria. Nad czarną kanapą znajdują się foto-

grafie stoczni Gdańskiej zaprzyjaźnionego artysty Michała Szlagi, a czarny kubik (mieszczący łazienkę) stał się miejscem ekspozycji obrazów Jacka Kornackiego, profesora gdańskiej Akademii Sztuk Pięknych. Tuż obok znajdziemy unikatową metalową lampę wykonaną przez dr Macieja Śmietańskiego. W tej części zaprojektowano też specjalne oświetlenie na ultrafiolet, aby wydobyć zupełnie inną perspektywę!



3M Science.
Applied to Life.™



RENOWACJA
MEBLI I DRZWI
LAMINATY
3M DI-NOC

☎ 600 107 517

✉ BIURO@NOKTO.PL

🌐 WWW.NOKTO.PL

WEEKEND Z DESIGNEM



Fot. Krzysztof Nowosielski

AUTOR: KLAUDIA KRAUSE-BACIA

Trzy dni inspirujących wydarzeń, kreatywnych warsztatów, fascynujących wykładów i wyjątkowych atrakcji - tak wyglądał tegoroczny Weekend z Designem organizowany przez Galerię City Meble. Gośćmi honorowymi byli: Oskar Zięta, wielokrotnie nagradzany założyciel Zieta Prozessdesign oraz Marta Czerkies, ceniona architektka wnętrz.

Weekend z Designem już na stałe wpisał się w kalendarz trójmiejskich imprez. W dniach 25–27 października w galerii City Meble nie zabrakło dobrego designu, wystaw, spotkań z architektami i projektantami oraz kreatywnych warsztatów.

NAJLŹEJSZE NA ŚWIECIE

Gościem honorowym pierwszego dnia był wielokrotnie nagradzany w Polsce i na świecie Oskar Zięta – założyciel i dyrektor generalny Zieta Prozessdesign. Swoje projekty, które nazwał „meblami przyszłości”, trafiły do wielu prestiżowych kolekcji, w tym Centre Pompidou w Paryżu, Pinakotek der Moderne w Monachium, Zurich Design Museum i Baden State Museum w Karlsruhe. Podczas Weekendu z Designem można było obejrzeć fascynującą wystawę jego prac oraz wysłuchać wykładu „Think big, be stupid”, w którym architekt opowiadał m.in. o swoich polskich i światowych realizacjach, ekspansji wolumetrycznej, czy technologii FiDU, która wykorzystuje powietrze do formowania metalu. Właśnie dzięki niej Zieta Prozessdesign zaprojektowało Ultraleggerę, czyli najlżejsze w historii designu krzesło na świecie.

- Po wielu latach pracy, udało nam się stworzyć prototyp, który waży 1600-1650 g i już jest lżejszy od klasycznego konceptu Gio Ponti'ego o nazwie Superleggera, którego waga wynosiła 1700 g - tłumaczył Oskar Zięta.
- Zaprojektowanie krzesła ważącego mniej niż 2000 g, to trochę jak biegać poniżej 10 sekund na dystans 100 m, gdzie granicę przekracza już tylko kilku. Ultraleggera to bardzo ważny projekt zarówno dla nas, jak i światowego designu, bo to nowe najlżejsze krzesło na świecie produkowane seryjnie - podsumowuje założyciel Zieta Prozessdesign.

ZAPROJEKTUJ MIESZKANIE

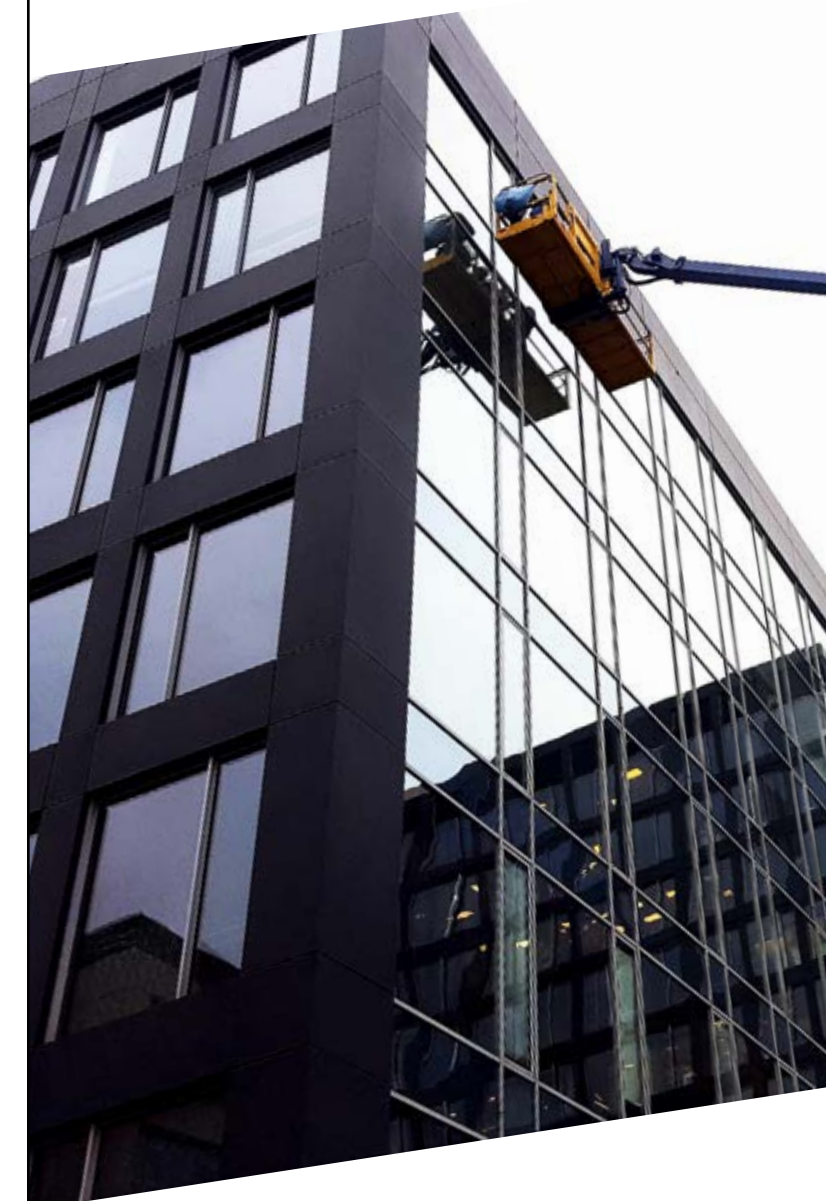
Natomiast w sobotę swoją wiedzę podzieliła się Marta Czerkies, architektka wnętrz oraz prowadząca program „Kupione i co dalej” w Domo+. Na wieczornym wykładzie projektantka opowiedziała, jak urządzić mieszkanie kupione w stanie deweloperskim oraz pokazała krok po kroku, jak zaplanować i zrealizować tego typu projekt. Kupno mieszkania w stanie deweloperskim daje właścicielom wiele możliwości własnej aranżacji wnętrza. Można dość łatwo zmienić układ, a nawet funkcje pomieszczeń i wszystko urządzić po swojemu. Nie trzeba mozolnie skuwać starych kafelków ani zrywać tapet po poprzednich lokatorach. Z drugiej strony wiele rzeczy trzeba zaplanować i wykonać od zera, co na ogół wiąże się ze sporymi kosztami. Jak zrobić to z głową? Jak obliczyć budżet wykończenia wnętrza? Jak wybrać materiały i wykonawcę? Tego wszystkiego dowiedzieli się uczestnicy Weekendu z Designem.

WSZECHOBCENY DESIGN

Przez cały weekend w galerii City Meble można było napawać się dobrym designem. Oprócz wystawy prac Oskara Zięty, uczestnicy mogli obejrzeć wystawę prac dyplomowych studentów Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, Wydziału Architektury i Wzornictwa z pracowni projektowania mebla. Odbłyły się też warsztaty pt. „Sam możesz zaprojektować swoje mieszkanie”, prowadzone przez Katarzynę Paszyk oraz bezpłatne konsultacje z architektami wnętrz. Profesjonalnych porad udzieliły projektantki conceptownia.com - Katarzyna Jędruszczak oraz Agnieszka Rogaczewska. Dodatkową atrakcją dla odwiedzających była gra miejska „W poszukiwaniu wnętrza z inspiracją”.

Nie zabrakło też wydarzeń towarzyszących. W ramach wydarzenia oficjalnie ogłoszono czwartą edycję ogólnopolskiego konkursu dla projektantów „Inspirujący produkt na...”, organizowanego przez gdańską Galerię City Meble. Konkurs ma promować młodych projektantów, którzy stawiają pierwsze kroki w projektowaniu. To także możliwość do nawiązania kontaktów na linii projektant – producent – odbiorca. Jak co roku nagrodą za pierwsze miejsce jest wyjazd na prestiżowe, międzynarodowe targi mebli i designu w Mediolanie – Salone del Mobile Milano 2020. Ponadto, zwycięski projekt zostanie wyprodukowany przez współorganizatora konkursu, firmę TRE i włączony do kolekcji marki.

3M Science.
Applied to Life.™



OBNIŻENIE
TEMPERATURY BEZ

3M EFEKTU LUSTRA
PRESTIGE 70 EX

☎ 600 107 517

✉ BIURO@NOKTO.PL

🌐 WWW.NOKTO.PL

WIECZÓR DE LUXE Z DESIGNEM

AUTOR: ALEKSANDRA STARUSZKIEWICZ / FOTO: KAROL KACPERSKI

Jaki może być design: estetyczny, funkcjonalny czy odpowiedzialny? Na to pytanie odpowiedzieli prelegenci podczas kolejnego Wieczoru de Luxe organizowanego przez firmę MS Group, wydawcę magazynu Prestiż. Podczas wieczoru odbyła się też prezentacja nowego czasopisma Linia dotyczącego sztuki, architektury i designu!



Świadomość roli designu stale rośnie, a zmiany we współczesnym świecie powodują, że design sam w sobie staje się znaczącym czynnikiem. Steve Jobs, podkreślał, że „nie chodzi o to jak przedmiot wygląda, ale jak działa”. Coraz więcej uwagi poświęca się na to, by kreowane przestrzenie czy przedmioty były nie tylko funkcjonalne, ale także ciekawe, intrygujące, piękne i inspirujące do zmian. Ma to znaczenie zarówno w przestrzeniach naszych domów, jak i w każdej sferze życia, która nas otacza. Podczas październikowego Wieczoru de Luxe, doświadczeni prelegenci w pełni uświadomili gościom, jak ważną rolę w naszym życiu pełni właśnie design.

MOC DODATKÓW

Tym razem podczas kolejnego spotkania De Luxe, uczestnicy poszerzyli wiedzę na temat designu w życiu codziennym, zarówno w przestrzeni prywatnej, jak i publicznej. O tej pierwszej opowiadała blogerka Paulina Jamborowicz (deer.home), reprezentująca kameralną Galerię Klif z Gdyni, która przedstawiła jak w prosty sposób stworzyć ciepło i bezpieczeństwo w domu, a jednocześnie wykreować w nim piękno i funkcjonalność. W zestawieniu nie zabrakło nowoczesnych i stylowych mebli, unikatowych ozdób i rozmaitych dodatków, które tak naprawdę małym kosztem mogą wprowadzić prawdziwą sztukę w domowe przestrze-



nie. Inspiracją tej podróży były wyjątkowe salony wyposażenia i dekoracji wnętrz z Galerii Klif, jak chociażby: Miloo Home, Spenzen, Home&You, BBhome, Duka, Premium Home, JMB Design Home czy wkrótce otwierający się salon Tempur.

Kolejnym prelegentem była Katarzyna Dobek Leszczuk, prezes firmy Eurodom, która przedstawiła trendy na rok 2020 i wskazała na jeden, który rozwija się w bardzo dużym tempie, mianowicie - nurt naturalistyczny, czyli powrót do natury. W swojej prezentacji opowiedziała o tym w kontekście dodatku w postaci dywanu!

- Dziś dywan jest ważnym dodatkiem we wnętrzu i pełni w pomieszczeniach przeróżne role - mówi Katarzyna Dobek Leszczuk. - Z jednej strony podnosi komfort funkcjonowania poprzez izolację termiczną i akustyczną, a z drugiej przede wszystkim jest dekoracją i dopełnieniem wnętrza.

Jeżeli mowa o trendach, to w projektach dywanów przeważają łagodne kolory oraz spokojne, botaniczne wzory, które mają wyciszać wnętrza. W 2020 roku będą dominowały trzy style: always chic, czyli tradycyjne wzory w nowoczesnym wydaniu, urban design, gdzie geometria dywanów idealnie komponuje się z loftowymi przestrzeniami oraz new art, czyli styl wzorów tapetowych.



OKIEM PORSCHE

W szybkim tempie codziennego życia, design w przestrzeniach domowych ukierunkowany jest głównie na wyciszenie i powrót do natury. Jak natomiast widziany jest on przez producentów samochodów? Wbrew pozorom to właśnie samochody tworzą nam na co dzień równie ważną przestrzeń prywatną. O tym jak postrzegany jest design w jednej z najbardziej prestiżowych marek branży samochodowej, opowiedział Adam Wąsik, przedstawiciel Porsche. Ta marka od ponad 70 lat uzależnia swoje produkty od nowych technologii, a z drugiej strony zawsze zachowuje przy tym własną indywidualność.

- Chcemy pokazać, że te dwie rzeczy da się połączyć - mówi Adam Wąsik. - Jeden z członków z rodziny Porsche, Ferdinand Alexander projektant m.in. Porsche 911 i Porsche 904, mawiał, że dobry design musi być funkcjonalny, a funkcjonalność powinna być przełożona na formę estetyczną pozbawioną zbędnych dekoracji. Tego się trzymamy – dodaje.

Niedawno Porsche zaprezentowało elektrycznego Taycana, który jest doskonałym przykładem połączenia sztuki, technologii i ekologii. Patrząc na to auto w każdym calu widać ducha Porsche, a jednocześnie połączenie dziedzictwa z przyszłością.



DESIGN W PRZESTRZENIACH PUBLICZNYCH

Nie zabrakło również prelekcji dotyczącej rynku nieruchomości. Często nie zdajemy sobie sprawy, że prywatny kapitał firm jest inwestowany w przestrzeń publiczną i ma na celu upiększenie terenu oraz stworzenie lepszych warunków dla ludzi. Takim przykładem jest oliwska iluminacja świetlna stworzona przez firmę Doraco Nieruchomości wraz z miastem Gdańsk. O tym jak prywatny kapitał ingeruje w przestrzeń publiczną opowiadała kolejna prelektka Wieczoru de Luxe - Andżelika Cieślowska, prezes Doraco Nieruchomości.

- Realizacja miała na celu ożywienie części przy parku w Oliwie oraz stworzenie przestrzeni, która mobilizuje do wyjścia na zimowy spacer z rodziną, wyciszenia się i obejrzenia czegoś przyjemnego - podkreśla Andżelika Cieślowska. - Już 6 grudnia wystartuje 4. edycja tego wydarzenia, które na stałe wpisało się w trójmiejski kalendarz. Dodatkowo wspomnę, że w zeszłym roku padł rekord, gdyż w ciągu dnia miejsce odwiedziło około 30 000 osób.

Prezes Doraco Nieruchomości podczas wieczoru, zachęcała do tego, by przestrzenie biznesowe realizować w inny sposób niż tradycyjne biura, co jest ogromną korzyścią dla wszystkich. Podkreślała, że nie zawsze funkcjonalność jest najważniejsza, lecz tworzenie przestrzeni w taki sposób, by była zwyczajnie piękna - wszystko z poszanowaniem natury, która w tych czasach odgrywa niebagatelną rolę.

Zwierzchniem części wykładowej była prelekcja Ewy Janczukowicz-Cichosz, wicedyrektor Pomorskiego Parku Naukowo Technologicznego, która poruszyła m.in. ciekawy temat architektury recyklingowej oraz adaptacji designu do zmian klimatu.

- Świat jest w takim momencie, że zastanawiając się nad funkcjonalnością i estetycznością w designie, trzeba pamiętać o odpowiedzialności - spuentowała.

NOWA „LINIA”

Kulminacyjnym punktem wydarzenia była prezentacja nowego czasopisma Linia - o sztuce, architekturze i designie. Nową pozycję w szeregach wydawnictwa MS Group, zaprezentował prezes MS Group Michał Stankiewicz oraz kreatorka projektu Marta Blendowska.

- Oddajemy w państwa ręce bardzo ważny dla nas projekt. Zupełnie nowe, świeże spojrzenie na design, sztukę i architekturę przez pryzmat magazynu Linia - mówi Michał Stankiewicz. - Do tej pory wydawaliśmy dodatek wnętrzarski do naszego głównego magazynu, czyli Prestiżu pod tytułem „Mieszkaj i urządzaj”. To był magazyn, który był bardzo funkcjonalny i poradnikowy. Z biegiem czasu postanowiliśmy ten projekt zmodyfikować i dodaliśmy do niego element sztuki, tak właśnie powstała Linia, prezentowana dzisiaj po raz pierwszy - podsumowuje prezes MS Group.

Wieczór de Luxe po raz kolejny poprowadził znakomity Marcin Żebrowski, wieloletni dziennikarz TVN 24. Partnerem wydarzenia była Restauracja L'entre Villes w Sopocie oraz Prosecco Freixenet. Fundatorami nagród byli: Galeria Klif, Duka, BioDermic Dermocosmetics, Experti Medycyny Estetycznej, Eurodom. Organizatorem wydarzenia była firma MS Group, wydawca czasopisma Prestiż, magazynów branżowych - Linia i Lustro oraz organizator eventów, m.in. 3CityTennisCup, SopotWave czy spotkań de Luxe.



SZYMAŃSKI PROJEKTANTEM ROKU

Jarosław Szymański, założyciel gdańskiej firmy DOKI, został okrzyknięty projektantem roku w ramach krajowego konkursu Dobry Wzór. Trójmiejski projektant został wyróżniony za wszechstronność, innowacyjność i unikalne kolekcje.



JAROSŁAW SZYMAŃSKI

profesor zwyczajny Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, prowadzący Pracownię Projektowania Produktu na Wydziale Architektury Wnętrz i Wzornictwa. Absolwent Państwowej Wyższej Szkoły Sztuk Plastycznych w Gdańsku. Współzałożyciel pracowni projektowej i architektonicznej STUDIO 1:1, w której razem z innymi projektantami, od 2002 roku realizuje projekty z zakresu wzornictwa przemysłowego, architektury i architektury wnętrz oraz wystawiennictwa. Za wybitne osiągnięcia artystyczne i twórcze wyróżniany przez Ministra Kultury i Sztuki, Prezydenta Miasta Gdańska oraz Rektora Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku.

Trójmiejski design został doceniony w prestiżowym konkursie Dobry Wzór. W tym roku nagrodę specjalną - Designer Roku 2019 - otrzymał Jarosław Szymański, założyciel firmy DOKI. Statuetkę trójmiejskiemu projektantowi wręczył prezes Instytutu Wzornictwa Przemysłowego. Multidyscyplinarne jury wyróżniło Szymańskiego za całokształt twórczości. Tak brzmiało uzasadnienie:

„W drodze twórczej przeszedł wszystkie szczeble – od traktowania projektowania jako stylingu, po projektowanie kompleksowe jako element strategii rozwoju firm i ich marek. W swoich pracach stawia na innowacyjność w tworzeniu produktów i usług, wyznaczanie nowych trendów – za projekty i osiągnięcia został wyróżniony wieloma nagrodami krajowymi i międzynarodowymi. Stworzył warunki dla rozwoju wielu polskich przedsiębiorstw produkcyjnych. Dzięki wszechstronności zespołu, który stworzył, wdrażane rozwiązania mają wymiar holistyczny i osiągają sukcesy zarówno w skali mikro jak i makro. W pracy biura projektowego stawia na współdziałanie twórców różnych dziedzin i zespół, z którym osiąga

sukcesy nie tylko w obszarze produktu, ale też rozwiązań architektonicznych. Jest współwłaścicielem nowej marki DOKI, na którą składają się obiekty odwołujące się do tożsamości miejsca w którym – jak mówią – przyszło im żyć i pracować. Stworzył dziesiątki unikalnych kolekcji stając się ekspertem w dziedzinie wzornictwa i ergonomii siedzisk biurowych. Jego wszechstronne działania projektowe i całego zespołu, z którym współpracuje mają wpływ na rozwój firm, instytucji, ale również na rozwój kultury materialnej i gospodarki”.

Dobry Wzór to najstarszy i najbardziej wiarygodny polski konkurs wzorniczy z 26-letnią tradycją. Konkursowe produkty i usługi wskazywane są przez badaczy i ekspertów Instytutu Wzornictwa Przemysłowego na podstawie stałego monitoringu rynku. Konkurs jest równocześnie jedynym w Polsce niezależnym audytem wzorniczym: typowanie produktów odbywa się na podstawie wiedzy ekspertów i badaczy IWP, ich znajomości projektowania, rynku i trendów. Gala wręczenia nagród odbyła się 24 października w siedzibie Instytutu Wzornictwa Przemysłowego w Warszawie.

Marchewka
SCHODY • PODŁOGI • WNĘTRZA

SALON EKSPOZYCYJNY - PIOTROWICE 125, 55-311 KOSTOMŁOTY



tel. +48 71 397 01 94 / kom. 513 184 515 / schody@marchewka.pl

www.marchewka.pl

SALONY SNU HEVER

JUŻ 10 LAT W TRÓJMIEŚCIE

AUTOR: KLAUDIA KRAUSE - BACIA / FOTO: KAROL KACPERSKI

- Służba w Marynarce Wojennej „zaopatrzyła” mnie w wiele cech niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania firmy. Jednak moja firma to przede wszystkim ludzie. Stawiam na nich - sam nie dałbym rady. W strukturach mojej firmy jest także rodzina, w której mam stałe oparcie - mówi właściciel Salonów Snu Hever, Przemysław Szczerbowski. Był żołnierzem, został właścicielem prestiżowej firmy sprzedającej łóżka i materace. Jak do tego doszło? Jak wyglądały początki i dalsza droga rozwoju? I w końcu, w jakim kierunku podąża obecnie rynek rozwoju materacy? Zapraszamy do lektury!



Przemysław Szczerbowski, właściciel salonów wraz z córką Wiwianną, pełniącą funkcję kierownika sprzedaży w Trójmiejskich salonach



Istniejecie na rynku już od 10 lat i w tym okresie staliście się rozpoznawalną marką w Trójmieście. W czym tkwi źródło waszego sukcesu?

Ciężka praca u podstaw oraz uczciwe podejście do naszych klientów. Słyszymy to od nich przy realizacji kolejnych zamówień. Zarówno proponowane łóżka i materace oraz profesjonalna obsługa pozwalają nam funkcjonować w dobrej kondycji. Jak zaczynaliśmy w Trójmieście były dwie firmy, które specjalizowały się w sprzedaży łóżek i materacy. Teraz jest o wiele więcej, ale klienci o nas pamiętają. Wierzmy zatem, że wykonujemy swoją pracę dobrze.

Jak się Pan czuje jako „dziesięciolatek”?

W sile wieku. Uważam, że jesteśmy dojrzałi. Wiemy jakie obowiązują trendy we współczesnej sypialni. Wiemy jak dotrzeć do współczesnego klienta. Oceniam ten okres jako stabilny. Niemniej jednak mamy jeszcze wiele do zaproponowania.

Cofnijmy się dekadę wstecz. Jak rozpoczęła się działalność Salonu Snu Hever?

Po długoletniej służbie w Polskiej Marynarce Wojennej szukałem pomysłu na nowy etap swojego życia. Przez krótki okres współpracowałem z producentem, który zaopatrywał hotele w łóżka i materace. Tak powstał pomysł, aby spróbować samodzielnie we współpracy z niezależnymi polskimi i europejskimi producentami. Do dnia dzisiejszego w naszym portfolio jest ponad 100 obiektów hotelowych w całym kraju, w których używane są łóżka i materace polecane i dostarczone przez moją firmę. W tak zwanym międzyczasie powstały Salony Snu Hever dedykowane klientowi indywidualnemu. Na dzień dzisiejszy jest ich siedem, a dodatkowo prowadzimy też sklep internetowy. Dziesięć lat temu królowały materace sprężynowe, ale od razu sięgnęliśmy po inne rozwiązania, które do dnia dzisiejszego świetnie się sprawdzają. Postawienie na materace piankowe było tym kierunkiem. Dzięki takim firmom jak moja, znacząco wzrosła



także świadomość klientów z zakresu higieny i komfortu snu.

Czyli, krótko mówiąc Salon Snu Hever założył żołnierz z 18-letnim doświadczeniem! Przyzna pan, że to nietypowe...

Wiedziałem, że chcę mieć swoją firmę, w której będę mógł się sprawdzić. Miałem dość realizowania cudzych pomysłów, do których nie miałem przekonania. To ja chciałem przekonywać innych do swoich. Z perspektywy czasu wiem, że była to słuszna decyzja. Służba w Marynarce Wojennej „zaopatrzyła” mnie w wiele cech niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania firmy. Do dnia dzisiejszego z nich korzystam.

Od razu dysponował Pan pełną gamą produktów czy zaczęło się od pojedynczych sztuk jednej marki?

Początki nie były łatwe. Trzeba bardzo ciężko pracować i przekonywać do siebie inwestorów z branży hotelowej. Po pierwszych realizacjach

zarobione pieniądze skierowane były do budowania Salonów Snu Hever dla klientów detalicznych. Od początku postawiłem na kilka marek. W ten sposób byłem i jestem konkurencyjny na naszym rynku.

No właśnie, w ciągu ostatnich kilku lat Polski rynek dystrybutorów i producentów materacy stał się bardzo konkurencyjny. Co obecnie w największym stopniu przesądza o sukcesie na rynku materacy?

Uważam, że uczciwe podejście do klienta ostentacyjnego zawsze się opłaca. Mamy wielu klientów, którzy nas oceniają i te oceny napawają dumą, ale także zobowiązują do rzetelnej pracy. Nie tylko chcemy sprzedać, przede wszystkim zależy nam na bardzo dobrym dopasowaniu materaca czy poduszki pod indywidualne potrzeby naszych gości w salonie. Moja firma to przede wszystkim ludzie. Stawiam na nich - sam nie dałbym rady. W strukturach mojej firmy jest także rodzina, w której mam stałe oparcie.



W jakim kierunku podąża obecnie rynek rozwoju materacy?

Ten rynek ewoluuje. Kiedyś były to głównie sprężyny, po nich nastał czas wszelkich pian, które doskonale znalazły zastosowanie w budowie materaca. Od jakiegoś czasu obserwujemy „renesans” materacy sprężynowych. Materace hybrydowe – złożone ze sprężyn (często z kilku warstw) są tego dobrym przykładem.

Materasso, Hilding, Mollyflex, Bedding, Curem, Royal Sleeper, Royal Coil, New Elegance, Ekodom, Italcomfort - produkty takich marek znajdziemy u was w ofercie. W jaki sposób dobierał pan poszczególnych dystrybutorów?

Zawsze jest to wypadkowa kultury pracy z poszczególnymi firmami oraz wyboru i jakości towaru. To my wybieramy poszczególne modele łóżek czy materacy, które znajdują się w naszych salonach. To my bierzemy odpowiedzialność za to, kogo chcemy promować. Szanse zawsze mają te firmy, które podchodzą w uczciwy sposób do nas, ale przede wszystkim do naszych klientów. Kilka wymienionych firm współpracuje z nami od naszego początku. Cenię sobie w nich upór i innowację. Czerpię z ich wiedzy, podglądam i wciąż się uczę.

Jednak materac niejedno ma imię - w salonach Snu Hever znajduje się aż 150 różnego rodzaju materacy. Jak wybrać ten jedyny?

Uważam, że bez rzetelnego przetestowania materaca w naszych salonach trudno jest jednoznacznie wskazać model, który będzie dla nas najlepszy. Mam przyjemność współpracować z bardzo profesjonalnym personelem, który doskonale wie jak dopasować materac. Na przykład, jeden z doradców klienta jest z wykształcenia fizjoterapeutą i bezbłędnie potrafi dobrać odpowiedni model!

Jakie cele stają dziś przed Salonem Snu Hever?

Przed nami dalszy rozwój. Nasze salony nie tylko znajdują się w Trójmieście, ale także we Wrocławiu, Legnicy i Lubinie. Planowane są nowe lokalizacje i nowe salony. W mojej firmie od kilku lat pracuje moja córka Wiwiana. Chciałbym, aby jej obecność wprowadzała świeże spojrzenie na rozwój naszej firmy. Przecież kiedyś nastąpić też może zmiana „wacht”!



City Meble

Gdańsk Zaspą, Aleja Grunwaldzka 211

CH Rental Park

Gdańsk Szadółki, ul.Przywidzka 9

Galeria Wnętrz Alucolor

Rumia, ul.Grunwaldzka 6

www.new-hever.pl

STREET FASHION FORUM GDAŃSK

W tym roku Forum Gdańsk rzuciło wyzwanie modzie ulicznej. W ramach Forum Gdańsk Street Fashion odbyły się warsztaty modowe z Oskarem Podolskim, personalizacja ubrań i butów wraz z projektantami, porady znanej blogerki Kapuczyny, a przede wszystkim liczne pokazy mody. Gwiazdą głównego pokazu był Robert Kupisz z kolekcją Reborn.

Street Fashion Forum Gdańsk to ukłon w stronę mody ulicznej, która rządzi się swoimi prawami. Z tej okazji w samym centrum Forum Gdańsk zorganizowano dwa dni prawdziwego święta mody. Wszystko zaczęło się od otwarcia tzw. Street Bazaru - miejsca sprzedaży najbardziej ulicznych marek gdańskiego Forum. Nie zabrakło też strefy kreatywnej, gdzie odbywały się m.in. warsztaty personalizowania z LPP i Cropp, nauka projektowania z iDream i artystą Oskarem Podolskim, czy customizowanie w salonie Levi's z BeeskiArt. Z kolei dla osób poszukujących własnego stylu wsparciem była znana blogerka i stylistka Kapuczyna.

Gwoździem programu były jednak pokazy mody wybranych marek, które prezentowały swoje kolekcje jesień/zima 2019/2020. W jesienno-zimowych propozycjach królowały pastelowe odcienie i jednokolorowe stylizacje. Absolutnym must have będzie plisowana spódnica midi, nieśmiertelna krata oraz wzory zwierzęce. Projektanci zaznaczyli również, że warto łączyć cienkie materiały z grubymi i bawić się fakturami. Głównym pokazem streetowego weekendu był pokaz najnowszej kolekcji Roberta Kupisza - Reborn.

Fot. Materiały Prasowe



- Reborn to bardzo osobista kolekcja. Są takie momenty w życiu, kiedy chcemy o czymś zapomnieć, od czegoś uciec i docenić to co mamy. Wszyscy chcemy być szczęśliwi, żyć po swojemu, bez oceny innych. Mam to szczęście, że zawód, który wykonuję daje mi radość i spełnienie. Tą radość chciałem przełożyć na ubrania i podzielić się z nią z naszymi klientami. Ja bardzo lubię moje ubrania, chodzę w nich na okrągło i moją jedyną ambicją zawodową jest to, aby inni ludzie także czuli przyjemność z noszenia produktów naszej marki – podsumowuje kolekcję Robert Kupisz.

W roli prowadzącej wystąpiła Joanna Horodyńska. Nie zabrakło też modowego konkursu, tańca i pysznego jedzenia, czyli Street Dance w wykonaniu Enzym Studio i Street Food na dziedzińcu Forum. Podsumowując, Street Fashion Forum Gdańsk połączył świat mody i sztuki z dobrą zabawą!

IKA

kolor

www.ika-kolor.com.pl

**PODŁOGI DREWNIANE,
WINYLOWE
PANELE • DRZWI
TAPETY • SZTUKATERIA**



GDAŃSK, al. Grunwaldzka 470

(przy hali Olivia)

tel.: 58 552 09 76 i 58 552 00 02 / kom.: 600 804 747 i 728 214 616
gdansk01@ika-kolor.com.pl

GDAŃSK, al. Grunwaldzka 211

Galeria Wnętrz City Meble (1 piętro przy strefie inspiracji)
tel.: 58 691 95 44 / kom.: 602 460 180
gdansk02@ika-kolor.com.pl

RUMIA, ul. Grunwaldzka 6 (przy Lidlu)

tel.: 58 771 40 95 / kom.: 608 317 699
rumia@ika-kolor.com.pl

LOCAL DAYS BY MERCURE

W hotelu Mercure Gdynia Centrum odbyła się pierwsza odsłona Local Days by Mercure, będąca jednocześnie częścią kampanii #DiscoverLocal. Cel? Pokazanie jak marka hotelowa promuje lokalną kulturę, tradycję i smaki. Mocnym akcentem wydarzenia były wyjątkowe pokazy trójmiejskich projektantów.

9 października, w hotelu Mercure Gdynia Centrum, goście mogli doświadczyć jak Mercure poprzez design, kuchnię i współpracę z artystami jest oknem na lokalną kulturę. Wśród przygotowanych atrakcji znalazły się pokazy młodych, utalentowanych trójmiejskich projektantów: Karoliny Kalskiej, Ismeny Warszawskiej i Michała Starosta. Moda, kobiecość, uniwersalność oraz lokalność – wszystkie te elementy połączyły twórców i ich pasje z marką Mercure.

Oprócz wyjątkowych pokazów goście mogli spróbować specjalnych dań przygotowanych przez hotel i restaurację Winestone. Wśród smaków morza znalazły się pozycje lokalne i najznamienitsze

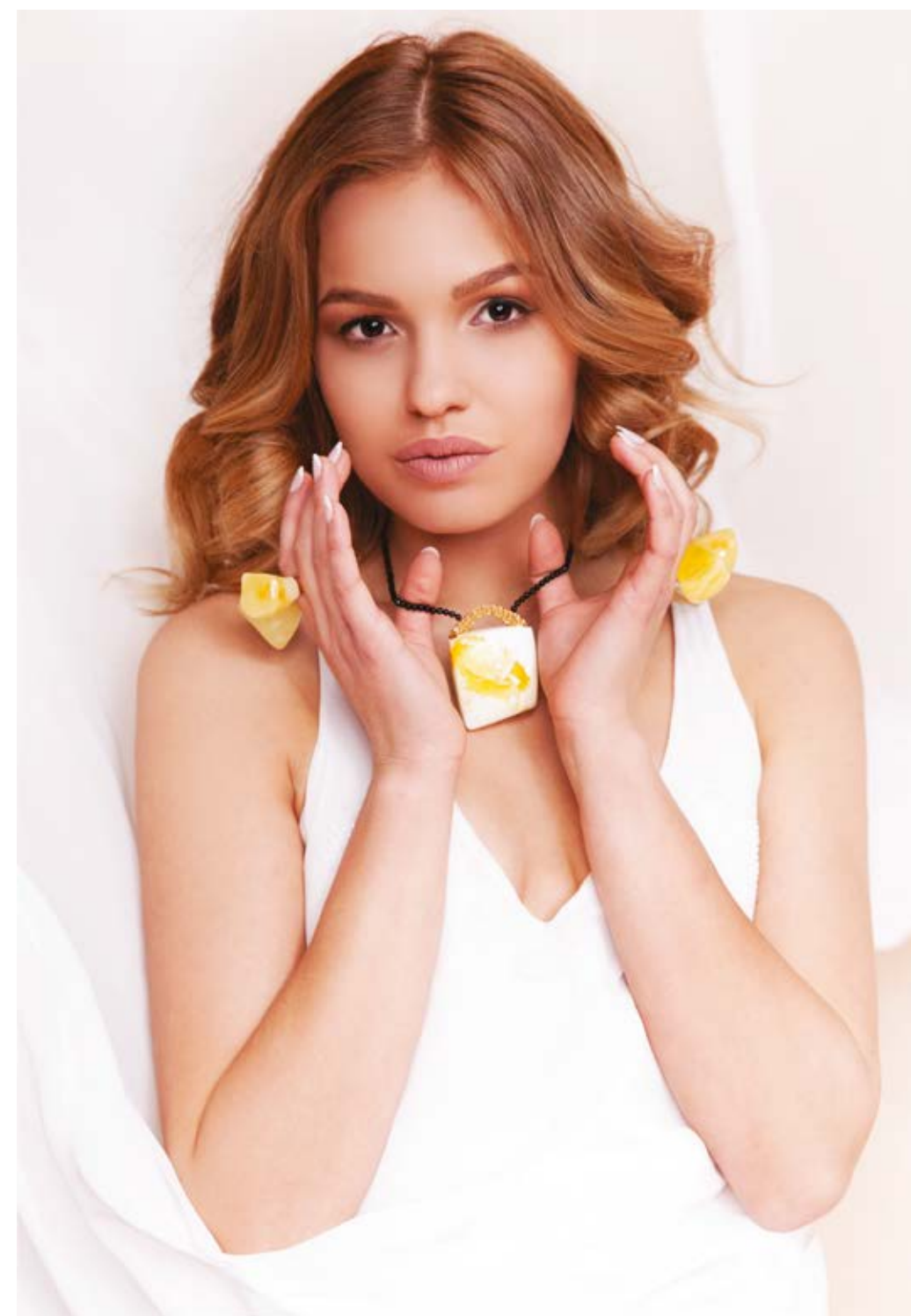
potrawy nawiązujące do regionu, m.in. tatar z dorsza czy tatar z łososia bałtyckiego oraz różnego rodzaju potrawy wędzone. Podkreśleniem uroczystego wieczoru był występ duetu Afrocake. Adelle Matsili i Patryk Woźny w klimatycznych występach muzycznych nawiązali do lokalności, piękna i przywiązania do tradycji miejsca. Nie zabrakło również niespodzianek przygotowanych przez lokalne firmy i artystów-rzemieślników. Wśród obecnych na wydarzeniu partnerów znaleźli się: manufaktura mebli Tamo, producent sygnowanej oczkiem bursztynu galanterii skórzanej – firma Batycki, tworząca niepowtarzalną biżuterię Anja Coraletti, produkująca ręcznie wyjątkowe muchy i poszetki Edyta Kleist, a także sopocka

pracownia niezwyklej torebek Mia Mia oraz producent ceramiki – Andrea Świetlicki. Spotkanie poprowadził dziennikarz i prezenter telewizyjny Mateusz Szymkowiak, a wśród gości obecne były m.in. Katarzyna Figura i Reni Jusis.

#DiscoverLocal i realizowane w ramach tego projektu Local Days by Mercure Gdynia Centrum były okazją do podkreślenia powiązań Mercure z lokalnością i tradycjami miejsc, w których znajdują się obiekty tej marki. Wydarzenie miało także na celu ukazanie unikalnych momentów, dzięki którym goście doświadczają regionalnej kuchni wprost z restauracji Winestone, a także poznają rzemiosło i lokalne dziedzictwo Pomorza.



L U X U R Y A M B E R J E W E L L E R Y



A2 JEWELLERY
ul Mariacka 41
Gdańsk, Poland

f a2jewellery

© a2_jewellery


ELEKTRYZUJĄCA JESIEŃ

Za oknami polska złota jesień. Elektryzująca nowymi, ciepłymi barwami przyrody, półcieniami i coraz krótszym dniem błyszczącym w promieniach łagodnego słońca. Przechadzając się parkiem mam wrażenie, jakby całe otoczenie migotało miniaturowymi rozbłyskami. To szczególnie czas - refleksyjny, a zarazem romantyczny. Sceneria ta w mojej wyobraźni rysuje się, jakby „światlik” zaaranżował przestrzeń nowoczesną techniką oświetleniową. Błyszczą, miga, skrzy się - jak na scenie nowoczesnej sztuki baletowej...

Wspominam o tym nie bez kozery, ponieważ to wszystko ma konotację ze światem mody, w którym ostatnio również zawiądnął aspekt techniczny. Twórcy coraz częściej sięgają po robotykę i technologiczne aspekty, a co za tym idzie, jarzeniowe kolory czy syntetyczne tkaniny, które można wykorzystać w efektywny sposób. W kolekcjach często widzimy kreacje zmieniające swój kształt albo blask taśm ledowych, pieczołowicie wkom-

ponowanych w poszczególne stylizacje. Kwestią czasu są coraz bardziej kosmiczne rozwiązania.

Sam miałem okazję przygotować ledową kreację, która miała swoją premierę na Techno Fashion Week w Berlinie. Właśnie tam cała Europa prezentowała nowinki robotyczne w modzie i biżuterii. Była to prawdziwa uczta dla wyobraźni i przede wszystkim wgląd we wszystkie gorące nowości. W mojej kreacji wkomponowałem taśmę led w żabot biegnący od szyi do dołu w mocnym niebiesko-chabrowym odcieniu. Tym razem naszym planem zdjęciowym były sopockie Łazienki Północne, które wybrałem wraz z fotografem - Rafałem Patokiem. Przed obiektywem stanęła nowa twarz młodego trójmiejskiego modelingu, a zarazem stylistka Magdalena Frost. Makijażem zaopiekował się Maciej Wojtas, a fryzurę stworzył Bartek Szumiński od kilku sezonów związany z trójmiejską strefą mody. Co myślicie o tej futurystycznej propozycji?

 MichalStarostKreatorMody



Michał Starost, projektant mody, dyrektor artystyczny, jeden z czołowych i najbardziej wszechstronnych polskich projektantów.



— MADE IN 3CITY —

SILK EPOQUE W MEDIOLANIE

Silk Epoque by Olga Ziemann wzięła udział w tegorocznej jesiennej odsłonie Milan Fashion Week. W Chiostrì di san Barnaba, w samym sercu Mediolanu, odbył się pokaz mody #satisfashionMilano, gdzie polska marka zaprezentowała 11 kreacji. To jednak nie wszystko. Tu, w stolicy mody, finansów i zarazem najbogatszym mieście Włoch, odbyła się sesja zdjęciowa kolekcji "Solo tu" - najnowszej kampanii marki. Jedwabne suknie kojarzone z elegancją, stylem i luksusem zostały zaprezentowane w iście włoskim stylu. Kolekcję oraz nowinki z Mediolanu będą zaprezentowane na grudniowym trunk show w Silk Epoque.



ŻYCIOWA SZTUKA PRZEBUDZENIA

Kiedy pozostałam z pustką, rozdarciem, ogromnym smutkiem i żalem odnalazłam ukojenie i spokój w tym co zawsze we mnie było - w mojej pasji - opowiada o swojej inspiracji Patrycja Brendler, trójmiejska artystka i projektantka biżuterii.



Co jest najważniejsze w projektowaniu biżuterii?

Projektowanie i tworzenie biżuterii to sposób na moje życie. Przez to co robię - wyrażam siebie, pokazuję jakim człowiekiem jestem i mówię co jest wartościową w moim życiu. Jedną z nadrzędnych wartości są dla mnie ludzie, którzy są niekończącą inspiracją w mojej twórczej pracy, gdyż za każdym razem stanowią dla mnie kolejne i nowe bodźce do działania. Bez pięknych umyślem ludzi nie miałabym szans budować ciekawych i trwałych relacji, które otwierają dla mnie ogromną przestrzeń w mojej artystycznej pracy. Świadomie zbudowane relacje, pozwalają mi na to, że powstają nowe i niepowtarzalne projekty biżuterii, ale to nie wszystko...

Co jest kluczowe - talent, wiedza, umiejętności, a może coś zupełnie innego, nienamacalnego?

Z talentem człowiek się rodzi, ale nie zawsze umie z niego korzystać, wiedzę i umiejętności jeśli zdobędzie i umiejętnie je wykorzysta, mogą być niezwykle przydatne. Obok otwartego umysłu, poczucia estetyki, zmysłu piękna, wrażliwej na bodźce percepcji - istotą w tym wszystkim jest odwaga pokazania światu tego co nasze, a przede wszystkim determinacja, konsekwencja i cierpliwość w działaniu. Bez tych ostatnich rzeczy, nie wiem jak wyjątkowe byłyby to projekty, nic nie mogło by przetrwać i dalej się rozwijać.

Co w pani przypadku zdecydowało o wyborze takiej, a nie innej drogi?

Tworzenie, projektowanie i rękodzieło są ze mną od wielu, wielu lat. Zawsze przejawiałam duże zdolności artystyczne i marzyłam o tym aby studiować na Akademii Sztuk Pięknych, już nawet wówczas, kiedy jako mała dziewczynka nie rozstawałam się z rysunkiem i malarstwem. Jednak obowiązki i trud życia codziennego przesłoniły marzenia, gdyż bardzo szybko opuściłam swój dom rodzinny i bardzo szybko weszłam w dorosłe i odpowiedzialne życie.

Czyli twórczą pasję odłożyła pani na bok?

Tak, przewartościowałam i przemeblowałam schemat dotychczasowego życia, w którym

jako młoda osoba powinnam rozwijać swoje zainteresowania i pasje, studiować, podróżować i poznawać ludzi. Ja zaczęłam od budowania domu i rodziny, za którą zawsze tęskniłam. Silna potrzeba posiadania rodziny zmieniła mój system wartości, dlatego skupiałam się na niej. Jednak siła moich pasji była ogromna, a moje pasje były ze mną cały czas, wypełniając bardzo mocno moje życie. Wszystko co twórcze, niepowtarzalne i mocno indywidualne wyzwało we mnie motywację do własnego twórczego działania, dlatego tworzyłam, projektowałam, pisałam i kreowałam w tym wszystkim siebie, ale jeszcze wówczas w ukryciu i dla najbliższych mi tylko osób.

Aż wreszcie postanowiła pani wyjść na zewnątrz, zrobić artystyczny comingout?

Jednego pięknego dnia moje życie runęło w gruzach, ale nie za sprawą przypadku, zrządzenia losu czy nieprzewidzianych okoliczności. Nic z tych rzeczy. Przyczyną była osoba dla której zrezygnowałam z własnego życia, wierząc że to co robię jest dobre i wartościowe. Musiałam wówczas zmierzyć się z okrucieństwem, kłamstwem, egoizmem, brakiem empatii, obojętnością i lekceważeniem. Moje traumatyczne doświadczenia stały się punktem zwrotnym i wyzwoliły we mnie ogromną potrzebę zmiany.

Potrzebę zmiany życia, a jednocześnie skutecznej terapii?

Kiedy pozostałam z pustką, rozdarciem, ogromnym smutkiem i żalem odnalazłam ukojenie i spokój w tym co zawsze we mnie było - w mojej pasji. Wtedy właśnie postanowiłam realizować swoje marzenia, skupić się na tym co moje i na tym co sprawia mi satysfakcję, radość i daje poczucie spełnienia. Moja twórcza praca pozwoliła mi znaleźć czas na przemyślenia, podsumowania i zrozumienie własnych potrzeb. Ciężką pracą, konsekwencją i uporem, dzień po dniu, noc po nocy, miesiąc po miesiącu, wieloma godzinami projektowałam i tworzyłam w wielkim skupieniu i zaangażowaniu



biżuterię mojego autorstwa. A jedną z moich kolekcji zatytułowałam właśnie - „Przebudzenie”. Zaufałam sobie i to był mój początek nowego!

Początek nowego życia. Dzięki pasji pokonała pani własne ograniczenia?

Początek lepszej drogi, aby zadbać w końcu o siebie. Dzięki silnej potrzebie zbudowania własnego szczęśliwego życia, w którym mogę oddać się swojej pasji, byłam gotowa i zdeterminowana pokonać wszelkie trudności, aby móc zmienić swoje życie na lepsze.

Przed wszystkim przyznałam się sama przed sobą, że nie muszę we wszystkim być idealną i niezawodną. Dałam sobie zgodę na bycie niedoskonałą i przestałam we wszystkim traktować siebie tak surowo. Dzięki tak pokonanym ograniczeniom, wszystkie moje porażki zaczęłam przyjmować jako drogowskazy, a nie poniesioną klęskę. Teraz wiem czego chcę, nie odwracam się już za siebie i nie wywieram na siebie presji. Jestem wierna swojej pasji, dlatego konsekwentnie realizuję wszystkie swoje plany i marzenia.



PATRYCJA BRENDLER,

artystka, projektantka autorskiej biżuterii, ekspert w dziedzinie naturalnych kamieni. Odkrywa razem z kobietami ich zewnętrzne i wewnętrzne piękno oraz umiejętnie przez tworzenie spersonalizowanej biżuterii - wydobywa charakter każdej z kobiet. Motywuje do zmiany, rozwoju i pracy nad sobą. Sprzedawca i promotor własnej marki Patrycja Brendler, biżuteria autorska oraz stylu życia w istocie szeroko pojętej kobiecości. Współtwórca cyklu spotkań „Na skrzydłach marzeń”. Prywatnie pasjonatka narciarstwa, teatru i muzyki filmowej.

IMPLANTY BEZ TAJEMNIC

Czy zastanawiałeś się kiedyś czym właściwie jest implant? Kiedy implanty są wskazane? Czy są przeciwwskazania do leczenia implantologicznego? Skąd czerpać rzetelne informacje na temat takiego leczenia?

Implant to w skrócie mała, tytanowa śruba, zastępująca korzeń naturalnego zęba. Do implantu przykręcana jest korona lub most. Dzięki temu zastępujemy zęby, których do pięknego uśmiechu i prawidłowej funkcji żucia brakuje.

Wskazaniem do implantacji jest brak zęba lub konieczność usunięcia jednego z zębów, nie licząc ósemek, czyli zębów mądrości. Braki międzyzębowe prowadzą do przesuwania się zębów w łuku i wysuwania zęba przeciwnego do luki. Jest to spowodowane stale działającymi siłami żucia oraz próbą zrównoważenia ich przez nasz organizm. Niestety, prowadzi to nie tylko do wykrzywiania się zębów, ale również do przeciążeń. Przeciążenia obecne na zębach mogą prowadzić do ich ścierania się, kruszenia, a w niektórych sytuacjach nawet do uporczywych bólów głowy.

U osób bezzębnych leczenie implantologiczne często odbudowuje utraconą zdolność żucia. Dzieje się tak dzięki zwiększeniu stabilizacji ruchomych protez lub, kiedy tylko jest to możliwe, dzięki wykonaniu „zębów na stałe” - przykręcanego do implantów mostu, bez możliwości zdejmowania go przez pacjenta. Przy takim leczeniu wcale nie trzeba uzupełniać wszystkich korzeni zębów. Możliwym często rozwiązaniem jest wszczepienie czterech implantów i odbudowa pełnego łuku zębowego na stałe. Takie rozwiązanie nie tylko bardzo zmniejsza koszty leczenia implantologicznego, ale również pomaga pacjentom w sytuacjach bardzo trudnych do odbudowy, ze względu na małą ilość kości.

Większość chorób ogólnoustrojowych, w tym uregulowane nadciśnienie czy cukrzyca, nie stanowią przeciwwskazania do leczenia implantologicznego. Zawsze jednak wskazane jest wykonanie aktualnych, podstawowych badań krwi, poziomu witaminy D czy cholesterolu, które mówią nam o ogólnej zdolności organizmu do gojenia się i pomagają nam podjąć najlepsze dla Pacjentów decyzje. Szczególną uwagę należy zachować przy leczeniu Pacjentów z historią chorób nowotworowych, jednak nie wyklucza to wykonania uzupełnień na implantach. Również w takich sytuacjach jesteśmy w stanie pomóc.



Prawidłowe leczenie implantologiczne wymaga dużej wiedzy, zwłaszcza w skomplikowanych przypadkach. Należy do nich zwłaszcza leczenie estetyczne (w okolicy zębów przednich) oraz leczenie pacjentów bezzębnych lub tracących zęby. Zwłaszcza wtedy niezwykle istotne jest prawidłowe pozycjonowanie implantów tak, aby rezultat końcowy był nie do odróżnienia od naturalnych zębów, a implant z koroną czy mostem służył przez lata.

Korzystamy z najbardziej aktualnych metod leczenia - oferujemy naszym Pacjentom zabiegi w nawigacji komputerowej. Zaplanowana przez nas pozycja implantu jest wdrażana w rzeczywistość z największą możliwą precyzją, przy

użyciu szablonów chirurgicznych. Szablony takie projektowane są indywidualnie dla każdego zęba, a następnie drukowane na drukarce 3D z żywicy z atestem medycznym, bezpiecznej dla naszych tkanek. To nie wszystko. Nasi Pacjenci korzystają również z wielu lat doświadczenia chirurgicznego oraz protetycznego naszych lekarzy. Nasz zespół bezustannie kształci się, aby służyć aktualną wiedzą i zapewniać naszym Pacjentom leczenie na najwyższym poziomie.

W SmileClinic Advanced Implant Center Chmielewski i Karczewska staramy się odpowiedzieć na wszelkie pytania nurtujące naszych Pacjentów. Zapraszamy serdecznie na konsultację!



smileclinic | Advanced
Chmielewski & Karczewska | Implant
Center

TARGI URODA

Najnowsze trendy, innowacyjne produkty, widowiskowe pokazy z udziałem światowej sławy mistrzów sztuki fryzjerstwa i wizażu, emocjonujące konkursy, porady ekspertów i setki stoisk - tak wyglądała 22. edycja gdańskich Targów Kosmetycznych i Fryzjerskich Uroda. Targi odwiedziło blisko 8 tysięcy gości!



Brazylijska samba, pióra, pełne magii stroje, niczym brazylijski karnawał w Rio - tak rozpoczęły się dwudniowe (5-6 października) Targi Uroda w gdańskim AmberExpo. Stoiska wystawców podzielono na dwie strefy: kosmetyki i fryzjerstwo, natomiast najbardziej widowiskowe wydarzenia targów odbywały się na czerwonym dywanie w strefie show. To tu swój kunszt i talent prezentowali światowej sławy goście. Kalejdoskop wydarzeń był niezwykle barwny. W ramach wydarzenia odbył się m.in. finał 20-lecia Mistrzostw Makijażu Kobiety Dojrzałej z pokazami mistrzów, oprócz tego można było spotkać się również z Gośćmi Specjalnymi Targów – makijażystą gwiazd Harry J Glam, którego pokaz makijażu „Gwiazdy na czerwonym dywanie” zgromadził tłumy, uroczą dziennikarką i prezenterką Dorotą Gardias i Dorotą Freaks, tegoroczną zwyciężczynią NYX Face Awards, która zaprezentowała niezwykle pokaz mrocznej charakterystyki The Devil's Face.

Podczas targów odbyły się także XXII Mistrzostwa Stylizacji Paznokci Nail Master Cup. Nowością był podział uczestników na dwie dywizje – dzięki temu zarówno początkujący, jak i zaawansowani stylści mieli wyrównane szanse. Pojawiły się także nowe konkurencje, które zapewniły zebranym szeroki wachlarz możliwości prezentacji swoich umiejętności. Na tegoroczne Mistrzostwa przybyła rekordowa liczba osób, które łączy pasja związana ze stylizacją paznokcia. Mistrzostwa Stylizacji Paznokci Nail Master Cup zakończyły się ogromnym sukcesem, a ich kulminacją było uroczyste wręczenie nagród.

Jak zwykle na targach Uroda nie zabrakło nowości kierowanych do profesjonalistów branży kosmetycznej i fryzjerskiej. Dużym zainteresowaniem cieszył się organizowany po raz pierwszy kongres kosmetyczny - Akademia Targów Uroda, na którym eksperci w dziedzinie kosmetyki profesjonalnej. Targi były także okazją do doskonalenia swoich umiejętności i kwalifikacji z zakresu podologii podczas Konferencji i Kongresu Podologicznego. Wiele pań gromadziło się również przed sceną pokazową Look & Learn, gdzie odbywały się pokazy różnorodnych zabiegów.

Z kolei premierowa strefa Zatoka Piękna zgromadziła znakomitych ekspertów z zakresu chirurgii, medycyny estetycznej, kosmetyki i biznesu. To tutaj rozmawiano o zaległościach medycyny estetycznej, technologiach, profilaktyce anti-aging oraz zdrowotnych aspektach dbania o urodę. Odwiedzający strefę mieli też możliwość bezpłatnych konsultacji ze specjalistami z najlepszych klinik w Trójmieście. Dużym zainteresowaniem cieszyły się także projekcje filmów z zabiegów estetycznych, które można było oglądać na dużym ekranie. Dla miłośników kosmetyków ekologicznych i wegańskich zorganizowano też specjalną, dedykowaną strefę Eko Uroda. Odwiedzający mieli też szansę wziąć udział w warsztatach tworzenia własnych kosmetyków i zobaczyć pokazy produkcji naturalnych kosmetyków.

Drugi dzień tradycyjnie był poświęcony sztuce fryzjerskiej. Rozpoczął się konkursem „Fast Fade Fight”, czyli walką fryzjerów na szybkość i precyzję w wykonaniu strzyżenia męskiego skin fade w czasie 15 minut! Po konkursie na scenie głównej rozpoczęły się pokazy fryzjerskie, na początku wicemistrz świata we fryzjerstwie artystycznym Mateusz Kępka zaprezentował najnowsze trendy fryzur wieczorowych, po nim scenę opanowali barberzy z Wojciechem Karwatem - World Champion Barber oraz wicemistrzynią Europy i Eurazji Beatą Lewczuk na czele. Na zakończenie niezwykle doświadczonego, międzynarodowego team Juran ART Group z Anną Zenkowską w pokazie New Grunge zaprezentował najnowsze trendy mody młodzieżowej największych miast europejskich.

Targom Uroda od lat towarzyszy akcja charytatywna Czesanie za uśmiech, której celem jest wsparcie podopiecznych Hospicjum Pomorze Dzieciom i promocja młodych talentów fryzjerskich. W tym roku uczniów szkół zawodowych po raz kolejny wsparli mistrzowie świata i Polski we fryzjerstwie z tegorocznym mistrzem świata z Paryża w kongruencji Hair Tattoo Design. Podczas akcji zebrano 5 000 zł.

Po wielkich zakupach i emocjach można było odpocząć w specjalnie zaaranżowanych strefach chillout, a goście, którzy odwiedzili targi wraz ze swoimi pociechami – mogli pozostawić dzieci pod fachową opieką, a sami zając się poznawaniem targowych stref. Kolejna edycja odbędzie się 3-4 października 2020 roku.



OWOCE DO BIURA

WEŹ POMYSŁ DO PRACY!

Profesjonalna dystrybucja owoców i warzyw do firm i korporacji w Trójmieście i okolicach. Zapewnij swoim pracownikom zdrowie i dobre samopoczucie w miejscu pracy.

Zapoznaj się z naszą ofertą
www.owocedobiura.pl

Więcej informacji:

zapytania@owocedobiura.pl

+48 535 361 066 | +48 530 240 447



MACIEJ MAYEWSKI

UTRATA WŁOSÓW? RATUNEK W AFROLOKACH

Łysienie plackowate, nadmierne wypadanie włosów, utrata włosów w wyniku chemioterapii – dla każdej kobiety to prawdziwa trauma. Z pomocą przychodzą styliści z salonu Szarpi Kłak w Gdańsku, którzy w ramach akcji #helpforbeauty, zupełnie za darmo, doczepiają kobietom dotkniętym utratą włosów, kręcone, syntetyczne włosy. Przywracamy im wiarę w siebie i sens życia – mówi Maciej Mayewski, inicjator akcji.

Skąd pomysł, aby w taki właśnie sposób wspierać kobiety, które zmagają się z tym poważnym problemem?

Pomysł poddało samo życie. Wraz z moją żoną Magdą opracowaliśmy autorską metodę produkcji i zakładania afroloków, czyli kręconych, syntetycznych włosów, które w dotyku i wyglądzie do złudzenia przypominają włosy naturalne. Włosy zakłada się na około 10 tygodni, potem się je zdejmuje i można założyć nowe. Metoda ta nie niszczy i nie obciąża włosów naturalnych. Bujne, kręcone fryzury o różnych kolorach i długościach stały się bardzo modne. Któregoś dnia zgłosiła się do nas kobieta chorująca na łysienie plackowate. Udało się założyć nowe włosy w sposób taki, że włosy zupełnie przykryły ubytki i można je było nosić w sposób komfortowy, bez ryzyka, że odpadną lub odsłonią łysinę. Pocztą pantoflową rozniosło się, że jesteśmy w stanie pomóc i coraz więcej kobiet zaczęło się do nas zgłaszać.

W jaki sposób przerodziło się to w akcję charytatywną?

Włosy to jeden z najważniejszych atrybutów kobiecości. Ich nagła utrata oznacza dla kobiety głęboką traumę. Szacuje się, że nawet 8 procent kobiet chorych onkologicznie odmawia dalszego leczenia z obawy o utratę włosów. Jesteśmy z Magdą bardzo empatyczni i historie, których wysłuchujemy w naturalny sposób po-



budzają naszą wrażliwość i nasze serca. Kolejny powód jest najbardziej prozaiczny - to sytuacja materialna kobiet, które zgłaszają się do nas po pomoc. W ramach akcji #helpforbeauty pomagamy bezpłatnie tym kobietom, których nie stać na taką usługę. Wystarczy do nas napisać, opisać swoją chorobę i sytuację, załączyć kilka dobrych zdjęć poglądowych i na tej podstawie podejmujemy decyzję o kwalifikacji do bezpłatnego projektu #helpforbeauty.

Czy afroloki można zakładać na każdy rodzaj włosów?

W zasadzie tak, a jedyny warunek to minimum 20 procent skóry głowy pokrytej włosami i minimalna długość włosów naturalnych, która wynosi 5 cm. Można je zakładać na włosy przerzedzone i bardzo cienkie. Akcja #helpforbeauty to nasza misja. W walce z nowotworami psychika odgrywa wielką rolę, a utrata włosów często powoduje dodatkową traumę. Strach przed brakiem akceptacji otoczenia, wścibskimi spojrzeniami i komentarzami często jest tak duży, że odbiera kobietom chęć do życia i do walki z chorobą.

Ile kobiet skorzystało już z Waszej pomocy?

Bardzo dużo. Projekt prowadzimy od trzech lat, miesięcznie obsługujemy około 10 kobiet, choć zapotrzebowanie jest dużo większe. Być może w przyszłości założymy fundację i będziemy mogli ubiegać się o jakieś dofinansowanie. Wtedy chętnie przeszkolilibyśmy i zatrudnili pracownika dedykowanego do tej akcji. Widzimy, że to ma sens. Cudownie jest patrzeć na emocje towarzyszące kobietom, gdy patrzą w lustro po metamorfozie.

Czy przez te lata zapadły Panu w pamięć jakieś konkretne przypadki?

Każda kobieta przychodzi do nas ze swoją własną historią. Ja pamiętam szczególnie Dominikę, 16-letnią dziewczynę, która w wieku 2 lat uległa wypadkowi i poparzyła wrzącym olejem 90 procent powierzchni skóry głowy. Miała trzy przeszczepy skóry i 18 przeszczepów włosów, dzięki którym odzyskała 70 procent włosów. Nadal jednak cierpiała i miała mnóstwo kompleksów, szczególnie, że przeżywała trudny okres dojrzewania. Założyliśmy jej piękne, blond kręcone włosy i jej życie się zmieniło diametralnie.



Maciej Mayewski,
inicjator akcji #helpforbeauty



**DOBRCZE JEST
MIEĆ STABILNEGO
PARTNERA BIZNESOWEGO**

**A CZY U CIEBIE
YES CZYSTO?**

WWW.YESCZYSTO.PL

yes czysto

UL. DYWIZJONU 303/1 80-462 GDAŃSK

607 030 666

BIURO@YESCZYSTO.PL

YESCZYSTO



Fot. Karol Kacperski

GDYŃSKI INSTYTUT YASUMI WIZJA USZYTA NA MIARĘ

- Podjęcie współpracy z Yasumi pozwalało na zachowanie pełnej autonomii, a także sporej dozy swobody w kształtowaniu i aranżacji gabinetów, dzięki czemu w naszym gdyńskim Instytucie mogliśmy wyrazić siebie, a idee Yasumi zmaterializować na swój sposób - mówi Diana Czerwińska, współwłaścicielka gdyńskiego Instytutu Yasumi. W wywiadzie opowiada m.in. o japońskiej filozofii, prawdziwej złotej masce i swojej własnej interpretacji Yasumi.

Yasumi w języku japońskim oznacza relaks, czy właśnie to jest waszym głównym założeniem?

Relaks to zdecydowanie jeden z głównych filarów naszego Instytutu w Gdyni, ale nie jedynie. Gdyński Instytut Yasumi stworzyliśmy w Redłowie przy ulicy Łużyckiej 1, w miejscu, które podlega olbrzymim przemianom i dzisiaj jest biznesowym centrum Gdyni. Właśnie tutaj zaobserwowaliśmy potrzebę stworzenia wyjątkowego miejsca pozwalającego na zaznanie relaksu w trakcie całej gamy masażu i rytualnych zabiegów pielęgnacyjnych na twarz i ciało, opartych o najwyższej klasy

urządzenia czerpiące z najnowocześniejszych rozwiązań hi-tech. Tworząc nasz Instytut położyliśmy nacisk na minimalistyczny wystrój, wchodząc tu momentalnie zapominamy o zabieganym otoczeniu, które zostawiliśmy za drzwiami.

Gabinety Yasumi słyną ze swojego rytualnego podejścia, dbają nie tylko o ciało, ale również stan ducha. W jaki sposób?

W Instytucie Yasumi w Gdyni poza najnowocześniejszymi urządzeniami pozwalającymi na wykonywanie skutecznych zabiegów med-estetic, duży nacisk, zgodnie z filozofią

marki, kładzie się na stan ducha. Zabieramy gości w podróż do krainy błogiej przyjemności, w której każdy odnajdzie równowagę ducha, ciała i umysłu. Już od progu usłyszymy starannie dobraną muzykę wprowadzającą odprężający nastrój. Te dźwięki towarzyszą nam również w każdym gabinecie, pomagając uzyskać wyciszenie i zdystansować się do wszystkich dręczących problemów codzienności. Nasz personel zadba o dobór odpowiednich zabiegów pielęgnacyjnych, a oczekując na przejście do strefy gabinetowej będziemy mogli rozkoszować się prawdziwą japońską herbatą.

Brzmi jak prawdziwa oaza. Co jest zatem flagowym zabiegiem gabinetu?

W naszym Instytucie można skorzystać z wielu wyjątkowych zabiegów pielęgnacyjnych. Jednak takim, który nas wyróżnia jest na pewno luksusowy zabieg „Złota Maska”. Jest to unikalny zabieg z wykorzystaniem płatków prawdziwego złota, którego pozytywne właściwości dla naszego organizmu były znane już przed wiekami. „Złota Maska” to prawdziwy rytuał, który sprawi, że każdy kto go zażyje poczuje się wyjątkowo. Czini to także że „Złotej Maski” zabieg doskonale nadający się na prezent, którym możemy obdarować bliskie osoby. Wychodząc naprzeciw naszym klientom, przygotowaliśmy wyjątkowe bony podarunkowe w pięknej oprawie.

Wspomniała pani, że podczas tego zabiegu wykorzystuje się prawdziwe 24 karatowe złoto? Jakie ma ono właściwości?

To prawda, na każdy zabieg przypada ponad 57 mg 24 karatowego złota! Jedną z jego największych zalet jest fakt, że nadaje się dla każdego rodzaju skóry, ze szczególnym wskazaniem dla cery z widocznymi oznakami upływu czasu. Zabieg zaleca się osobom, którym zależy na szybkim i skutecznym poprawieniu kolorytu i wyglądu zmęczonej skóry. Prawdziwe złoto stymuluje wzrost komórek warstwy rozrodczej skóry, umożliwiając regenerację włókien kolagenowych i elastynowych, a tym samym nie dopuszcza do dalszego spadku jędrności skóry. Wokół złota tworzą się młode komórki, które przyspieszają procesy metaboliczne w skórze. Te właściwości złota wpływają na redukcję zmarszczek i zapobieganie powstawaniu nowych. Dzięki silnym właściwościom antyseptycznym złoto łagodzi również stany zapalne skóry i spowalnia proces powstawania melanogenezy, przez co zapobiega powstawaniu przebarwień i rozświetla skórę. Wszystkie te pozytywne właściwości są możliwe do uzyskania w połączeniu z unikatową nanotechnologią Yasumi. W trakcie zabiegu wytwarzana jest nano-mgła, która wnikać w głąb skóry pozwala na zwalczanie wolnych rodników, a tym samym opóźnianie procesów starzenia. Nanocząsteczki pozostają w skórze, nawilżając ją i uelastyczniając.

Oprócz złotej maski, Yasumi jako pierwsze wprowadziło do Trójmiasta zabiegi falą radiową LavaTron - znane często pod nazwą lifting bez skalpela. Na czym to polega?

LavaTron to kolejny wyróżniający nas zakres zabiegów. Jego niezwykle właściwości sprawiają, że jest on doskonałą alternatywą dla medycy estetycznej z wykorzystaniem skalpela, dlatego skierowany jest do każdego, kto nie chce poddawać się drogim i inwazyjnym zabiegom. Jego działanie polega na wykorzystaniu fal radiowych, które powodują wzrost tempe-



ratury wewnątrz tkanek. W wyniku zabiegu komórki stają się lepiej odżywione, a fibroblasty zostają pobudzone do produkcji kolagenu i elastyny. Ponadto dzięki zastosowaniu emitowanych przez urządzenie fal możemy skutecznie wprowadzić substancje aktywne w głąb skóry efektywnie dostarczając jej składników odżywczych i witamin. Wielopłaszczyznowość działania zabiegów LavaTron zdecydowanie zwiększa nawilżenie i poprawia jędrność skóry. Warto też wspomnieć, że fale radiowe LavaTron, dzięki kontrolowanemu podgrzaniu tkanek i pobudzeniu metabolizmu na poziomie komórkowym, sprzyjają w walce o szczupłą i jędrną sylwetkę oraz redukcję cellulitu.

Yasumi to franczyza, dlaczego zdecydowaliście się wybrać tę markę, a nie stworzyć gabinetu pod własną nazwą?

Z wykształcenia jestem magistrem chemii, kosmologiem oraz wykładowcą w trójmiejskich szkołach kosmetycznych. Od lat zgłębiałam wiedzę z zakresu szeroko pojętej kosmetyki i moim wielkim marzeniem było stworzenie profesjonalnego instytutu, w którym zdobyta wiedza i doświadczenie będą mogły przełożyć się na najwyższą jakość usług. Idealnym rozwiązaniem było właśnie Yasumi. To wyjątkowa marka, której holistyczne podejście do zabiegów jest kompleksowo przemyślane i konse-

kwentnie realizowane. Właśnie to „know-how”, które niesie przynależność do sieci, gwarantuje, że Instytut Yasumi w Gdyni może oferować najwyższą jakość usług skierowanych do świadomego konsumenta. Nie bez znaczenia dla nas był również fakt, że podjęcie współpracy z Yasumi pozwalało na zachowanie pełnej autonomii, a także sporej dozy swobody w kształtowaniu i aranżacji gabinetów, dzięki czemu w naszym gdyńskim Instytucie mogliśmy wyrazić siebie, a idee Yasumi zmaterializować na swój sposób. Wszystko to sprawiło, że wybór Yasumi był dla nas tak naturalny.

W jakim kierunku zmierza gdyński Instytut Yasumi?

Cały czas stawiamy na rozwój, śledzimy nowości na rynku kosmetycznym i stale doskonalimy wiedzę i umiejętności naszego personelu. Planujemy wprowadzić do oferty zabiegi, które będą jeszcze bardziej wyróżniały Yasumi Gdynia na trójmiejskim rynku kosmetycznym, ale na tą chwilę nie możemy zdradzać wszystkich szczegółów. Obecnie w Instytucie jest pięć w pełni wyposażonych gabinetów oraz otwarta strefa manicure i pedicure, ale rozważamy możliwość powiększenia Instytutu o strefę SPA oraz gabinety umożliwiające wykonywanie zabiegów z zakresu m.in. medycyny estetycznej.

Instytut Zdrowia i Urody Yasumi

Gdynia, ul. Łużycka 1B/3, I piętro
tel: 510 742 429
gdynia.yasumi.pl





BEZBOLESNA EPILACJA

Jeśli do tej pory przed skorzystaniem z epilacji laserowej powstrzymywała Cię obawa przed bólem lub brakiem efektów, mamy dobrą wiadomość: zabieg wykonany laserem **Soprano Ice Platinum** jest szybki, komfortowy i skutecznie usuwa owłosienie każdego koloru, niezależnie od fototypu. Jego działanie wyjaśnia **dr Judyta Brzezińska**, lekarz medycyny estetycznej z Synea Medical Day Spa.



Na czym polega skuteczna epilacja laserowa?

Energia lasera pochłaniana jest przez barwnik znajdujący się

w mieszkcu włosowym, co powoduje jego zniszczenie - to dlatego właśnie najłatwiej jest usunąć ciemne owłosienie (ma najwięcej melaniny) z jasnej karnacji, która jest najmniej narażona na poparzenie. Większość laserów stosowanych do tej pory miało więc wiele ograniczeń, jeśli chodzi o „idealną pacjentkę” do zabiegów. Soprano Ice Platinum to pierwszy na świecie laser łączący trzy długości fal (aleksandryt 755 nm, dioda 810 nm, Nd-Yag 1064 nm) podczas jednego impulsu. To innowacyjne rozwiązanie technologiczne pozwala uszkodzić strukturę włosa na różnych głębokościach i zwiększa skuteczność zabiegu bez względu na kolor i strukturę włosa. Synergia działania trzech fal (będących złotym standardem w epilacji) podczas każdego impulsu zapobiega ponownemu odrastaniu owłosienia. Technologia sprawdza się na wszystkich fototypach skóry i usuwa wszystkie kolory włosów, za wyjątkiem siwych, które są w ogóle pozbawione barwnika.



Dzięki czemu zabieg jest bezbolesny?

W Soprano Ice Platinum zastosowano innowacyjną, zastrzeżoną przez firmę Alma Laser technologię depilacji SHR. Powoduje ona niszczenie mieszków włosowych i hamuje ich ponowny wzrost bez uszkodzania tkanek dookoła, co ma

wpływ na skuteczność i bezpieczeństwo zabiegu. Głowica jest w ciągłym ruchu, a impulsy są bardzo krótkie, dlatego ryzyko poparzenia jest zminimalizowane, a zabieg komfortowy dla pacjenta. Laser wyposażony jest też w specjalną końcówkę chłodzącą wykonaną ze szkła szafirowego. Co ważne, metoda ta jest bezpieczna również dla ciemnych skór, gdzie melanina jest znacznie bardziej wrażliwa na ciepło wykorzystywane przy zabiegach laserowych. Specjalna głowica o dużym okienku skanowania pozwala natomiast skrócić czas trwania zabiegu, który zwykle trwa od kilkunastu do maksymalnie kilkudziesięciu minut, w zależności od obszaru.

Czy zabieg trzeba powtarzać?

Pamiętajmy, że laser do epilacji działa tylko na włoski będące w fazie wzrostu - uważa się, że jednorazowo w fazie wzrostu jest ok. 30% owłosienia z jednej powierzchni, dlatego zabieg trzeba powtórzyć - zwykle ok. 6 razy co 4-6 tygodni na twarzy i co 6-8 tygodni na ciele, aby efekt był satysfakcjonujący.

Czy trzeba się jakoś specjalnie przygotować do zabiegu?

Bezpośrednio przed zabiegiem należy zgolić włosy w miejscu depilacji jednorazową maszynką, a wcześniej przez 6-8 tygodni nie wolno ich wrywać. Skóra nie może być podrażniona, więc np. w przypadku pach na 48 godzin przed zabiegiem nie powinno się stosować antyperspirantu, a na twarzy czy nogach przez tydzień

złuszczać jej np. peelingami. Zabieg można wykonać najwcześniej dwa tygodnie po przyjęciu antybiotyków. Pamiętajmy też, że przeciwwskazaniem do zastosowania lasera będą aktywne infekcje skóry w miejscu zabiegu (bakteryjne, wirusowe, grzybicze) oraz świeża opalenizna i aplikacja samoopalacza. Minimalna przerwa po opalaniu wynosi 4-6 tygodni.

A o czym pamiętać po zabiegu?

Naturalnym objawem po zabiegu jest czasowy obrzęk i zaczerwienienie depilowanego obszaru skóry oraz małe strupki. Wszystkie objawy powinny ustąpić maksymalnie po kilku dniach. W tym czasie należy bardzo delikatnie pielęgnować skórę - myć ją delikatnym żelem bez mydła, delikatnie osuszać (bez pocierania), w razie potrzeby można posmarować ją maścią łagodzącą. W przypadku pach nie należy bezpośrednio po zabiegu stosować dezodorantów ani antyperspirantów. Po epilacji włosów na twarzy nie wolno stosować podkładów, ponieważ może to przyczynić się do powstawania podrażnień. Bezpośrednio po zabiegu depilacji laserowej nóg oraz okolic bikini należy włożyć lekkie, przewiewne ubranie. Preparaty o działaniu złuszczącym można zacząć wprowadzać najczęściej po 2 tygodniach od wykonania epilacji.



Synea Medical Day Spa
ul. Witosy 12
83-000 Pruszcz Gdański
tel.: +48 609 070 780
www.synea.pl



www.itpsa.pl

ADVENTURE
& CRUISES
TANIEREJSOWANIE.PL

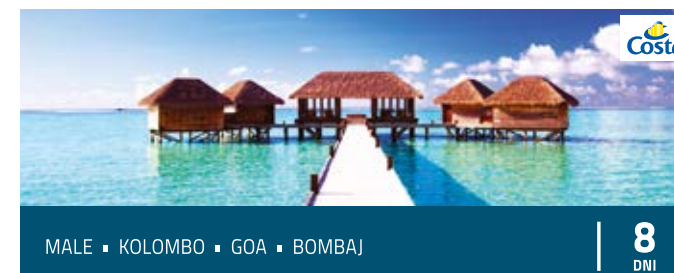


NAJLEPSZE CENY REJSÓW W POLSCE

od **381** EUR/os.



REJS MALEDIWY, SRI LANKA I INDIE



MALE ■ KOLOMBO ■ GOA ■ BOMBAJ

8
DNI

POLSKI PILOT

PRZELOT Z WARSZAWY OD 3155 PLN

PEŁNE WYŻYWIENIE

Statek: Costa Victoria ****

Termin: 24.01.2020 - 01.02.2020

od **639 EUR/os.** (opłaty portowe w cenie)

REJS PERŁY EMIRATÓW ARABSKICH



DUBAJ ■ MASKAT ■ DOHA ■ ABU DHABI ■ DUBAJ

8
DNI

PEŁNE WYŻYWIENIE

Statek: Costa Diadema ****+

Terminy: od listopada 2019 do marca 2020

od **381 EUR/os.** (opłaty portowe w cenie)

REJS FIORDY NORWESKIE Z POLSKIM PILOTEM



WARNEMÜNDE ■ KOPENHAGA ■ GEIRANGER
BERGEN ■ STAVANGER ■ GÖTEBORG

8
DNI

POLSKI PILOT

AUTOKAR Z POZNANIA W CENIE

PEŁNE WYŻYWIENIE

Statek: Costa Fascinosa ****+

Termin: 15.05.2020 - 22.05.2020

od **694 EUR/os.** (opłaty portowe w cenie)

TWÓJ BON NA KOLEJNY REJS

BON 50 EURO

KOD: PRESTIŻ 50



PRZY REZERWACJI PODAJ KOD „PRESTIŻ 50”

bon jest ważny do 15.10.2019

minimalna wartość rezerwacji: 500 EUR

pełna oferta rejsów: tanierajsowanie.pl

+48 58 690 49 49

www.tanierajsowanie.pl



JAKOŚĆ PŁYNAĆCA Z WIEDZY I DOŚWIADCZENIA

Czarny Dwór 10/34 w Gdańsku to adres warty zapamiętania. Trafiłem tu nie przypadkiem. Lek.dent. Michał Nawrocki to nazwisko, które już od dawna przewijało się w moim otoczeniu. Czytałem, widziałem, słyszałem o klinice w różnych miejscach. Wiedziałem, że mój problem z uzębieniem wymagać będzie długich i skomplikowanych procedur, dlatego długo robiłem rozeznanie komu powierzyć swój uśmiech. Mój wybór padł na Nawrocki Clinic.

Od samego progu poczułem, że jestem w dobrych rękach. Przyjemne, harmonijne i ciepłe wnętrze kliniki sprawiło, że poczułem się komfortowo i bezpiecznie. Miła oraz uśmiechnięta rejestratorka wytłumaczyła i pomogła w wypełnieniu formalności, nie czułem pośpiechu i znużenia z jej strony, wręcz odwrotnie - zaangażowanie i empatię. To mnie bardzo uspokoiło, mogłem już tylko zrelaksowany czekać na swoją wizytę.

Wyszedł po mnie sam dr Michał Nawrocki i zaprosił do gabinetu. Podczas konsultacji zrobił na mnie ogromne wrażenie, nie tylko jako doświadczony i wykształcony stomatolog, ale także jako człowiek - ciepły, życzliwy z niebanalnym poczuciem humoru. To wszystko

o czym czytałem i słyszałem okazało się być prawdą. Pomyślałem - tak, to jest to! To właśnie tutaj powstanie mój nowy uśmiech.

Ale przejdźmy do konkretów. Na pierwszej konsultacji zdjęcie - tomografia komputerowa miała rozwiązać wszelkie wątpliwości i pomóc ustalić proces mojego dalszego leczenia. Nowoczesny sprzęt w pracowni RTG już na wstępie zrobił na mnie ogromne wrażenie. Konsultacja, plan leczenia oraz to, co spodobało mi się najbardziej, a mianowicie fakt, że mogłem zobaczyć swój przyszły uśmiech! Wszystko za sprawą specjalnego protokołu DSD Digital Smile Design opracowanego przez dr Christiana Coachmana z Brazylii. Użyte zostały do tego zdjęcia zro-

bione aparatem fotograficznym, zdjęcia RTG oraz specjalne modele diagnostyczne, które analizowane są przez program komputerowy. Efekt jest niesamowity. Program bierze pod uwagę wielkość zębów, ich kształt, położenie oraz umiejscowienie w dziąsłach i pokazuje efekt, jaki zostanie osiągnięty już po przeprowadzonym zabiegu. Mogłem zobaczyć końcowy efekt na monitorze, co więcej mogłem mieć realny wpływ na wygląd swojego nowego uśmiechu. Aby mi jednak podjąć ostateczną decyzję, w laboratorium przygotowano dla mnie specjalny mock up imitujący finalny efekt. To z pewnością pomogło mi podjąć ostateczną decyzję! Tak, to jest mój nowy uśmiech - wykrzyczałem wtedy ciesząc się jak dziecko.



SIMPLANT NATYCHMIASTOWA ODBUDOWA UŚMIECHU

NAWROCKI CLINIC

To była ta przyjemna część mojego leczenia - pomyślałem. Teraz czeka mnie to czego obawiałem się najbardziej - wykonanie. Z perspektywy czasu powiem, że ta obawa była bezzasadna.

Ponieważ mój lęk przed dalszym leczeniem był bardzo wyczuwalny przez doktora Michała Nawrockiego zaproponował on leczenie w sedacji, czyli z użyciem gazu rozszerającego, który zniweluje lęk i pozwoli się zrelaksować podczas leczenia. Zagwarantował także, że wszelkie znieczulenia podane zostaną bezboleśnie z użyciem komputerowego znieczulenia The Wand, a większość procedur wykona przy użyciu lasera stomatologicznego.

Ponad rok temu dr Michał Nawrocki uzyskał tytuł Master of Science in Laser in Dentistry - czytałem o tym i wiedziałem, że nie ma w Polsce drugiego tak doświadczonego i wykształconego w laserach stomatologa. To zdecydowanie dało się odczuć. Głowica lasera w rękach doktora Nawrockiego była jak pędzel w ręku artysty. Z niezwykłą pewnością, precyzją i swobodą wykonywał zaplanowane procedury. Do odbudowy uśmiechu zdecydowaliśmy się wykorzystać Simplant - zaawansowany program, wykorzystujący nawigację komputerową do planowania zabiegu implantologicznego z jednoczesnym uwzględnieniem przyszłej odbudowy protetycznej, a tym samym umożliwiającą zaprojektowanie przysz-

go uśmiechu. Proces składał się z trzech etapów. W pierwszym zrobiono mi zdjęcie tomograficzne CBCT pozwalające na trójwymiarowe zwizualizowanie anatomii kości szczęki i żuchwy. Kolejnym etapem był wewnętrzny cyfrowy wycisk, obrazujący jamę ustną. Tak pozyskane dane przesłane zostały do oprogramowania Simplant, dzięki czemu dr Michał Nawrocki precyzyjnie zaplanował pozycję przyszłych implantów. Sama precyzja nie jest jedynym atutem Simplant. Byłem przekonany, że po takim skomplikowanym zabiegu jakim jest wszczepienie kilku implantów miesiącami będę czekał na odbudowę protetyczną. Myliłem się. Dzięki cyfrowym technikom oraz znajdującemu się w Nawrocki Clinic laboratorium protetycznemu czas ten został skrócony do minimum. Możecie wierzyć lub nie, ale już tego samego dnia wyszedłem z kliniki ciesząc się nowym uśmiechem.

Laboratorium protetyczne i technicy dentyści w Nawrocki Clinic zasługują na osobną pochwałę. Fakt, że klinika posiada własne laboratorium, ma ogromne znaczenie w całym procesie odbudowy uśmiechu. Dzięki temu lekarze mają możliwość komunikowania się z technikiem, a to zdecydowanie przekłada się na jakość i czas wykonania prac protetycznych. Nie muszę chyba dodawać, że technicy dentyści pracujący w Nawrocki Clinic to oddani swojej pracy rzemieślnicy. Z ogromną dokładnością i precyzją wykonali moją odbudowę

protetyczną. Ponadto na ogromną uwagę zasługuje estetyka prac protetycznych wykonywanych przez Nich. To prawdziwi artyści, posiadający doświadczenie i umiejętności pozwalające na bezpośredni dobór barw tak by charakteryzowały się one niezwykle wysoką estetyką i harmonią. Dzięki temu są one idealnie zbliżone do naturalnych zębów.

Po zakończonym leczeniu w każdym calu spełnione zostały moje oczekiwania. Nowy uśmiech był idealnie dopasowany do mojej twarzy, karnacji, mimiki. To wszystko tworzyło jedną, spójną całość! Po zakończonym leczeniu spotkałem się z właścicielami kliniki, dr. Michałem Nawrockim oraz jego żoną Agnieszką Dojlidko-Nawrocką, aby podziękować za nowy uśmiech i nowy etap w moim życiu. Doktorowi podziękowałem za jego oddanie i umiejętności, a pani Agnieszce natomiast za obsługę, za to, że każdy członek zespołu Nawrocki Clinic przyczynił się do tego, że całe leczenie było przyjemne, a ja na żadnym jego etapie nie czułem lęku, strachu i niepewności. Także za to, że dzięki jej szerokim działaniom PR mogłem o nich usłyszeć, poczytać, poznać i podjąć decyzję, że to właśnie im powierzę swój uśmiech. I powiem Wam, to była jedna z najlepszych decyzji w moim życiu, bo poza doskonałą jakością sprzętem i wysoce wykwalifikowanym zespołem, Nawrocki Clinic zapewnia komfort i spokój.

- Pacjent



IZABELA TUSZAKOWSKA

KOSMETOLOG NA MIARĘ XXI WIEKU

FACE & BODY LAB. to nowoczesny gabinet kosmetologii high-tech oraz medycyny estetycznej, który powstał z zamiłowania do piękna oraz z prawdziwej pasji jego właścicielki, Izabeli Tuszakowskiej, absolwentki Collegium Medicum Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, który ukończyła na Wydziale Farmaceutycznym o kierunku kosmetologia, a także analityka trychologii.

Co skłoniło Panią do założenia własnego gabinetu? Jaki miała Pani pomysł na rozwinięcie własnej działalności?

Z pasji do kosmetologii pragnęłam stworzyć miejsce, w którym nadrzędną wartością jest bezpieczeństwo oraz najwyższa jakość proponowanych przeze mnie usług z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb każdego pacjenta, a także podnoszenie świadomości moich pacjentów w zakresie zdrowia, diety, suplementacji, co pozwala na kompleksowe, holistyczne podejście do pielęgnacji skóry oraz włosów. Gabinet to dla mnie miejsce, w którym mam możliwość połączenia zdobytej wiedzy z praktyką. To tutaj przeprowadzam indywidualne konsultacje z zakresu kosmetologii oraz trychologii, a także ustalę plany zabiegowe. Rozpoczynając pracę w gabinecie kosmolo-

gicznym bardzo szybko zdałam sobie sprawę z tego, że posługiwanie się utartymi schematami, to w praktyce kręcenie się w błędnym kole. Doświadczenie nauczyło mnie, że nie istnieje idealny model zabiegów dla każdego, tak jak nie istnieje w praktyce kosmologa takie pojęcie jak skóra normalna. Idealne dopasowanie modelu zabiegu do konkretnego pacjenta jest możliwe dopiero wtedy kiedy spojrzymy na ludzkie ciało jako komplementarną całość. W swojej pracy wyznaję zasadę holistycznego i interdyscyplinarnego podejścia do pacjenta, co umożliwia skuteczne dobranie indywidualnie skomponowanych terapii zabiegowych. I chociaż bardzo lubię korzystać z wysokich technologii, które dają kosmologom spektrum możliwości, to jednak podstawą jest odpowiednia kwalifikacja pacjenta do konkretnych zabiegów. Należy pamiętać, że

każda skóra jest unikalna, a każdy organizm jest inny, co rodzi potrzebę indywidualnego podejścia do tematyki nie tylko urody, ale i zdrowia pacjenta. Główną przyczyną problemów skórnych, tak jak i zdrowotnych, nie jest wyłącznie obciążenie genetyczne, lecz w istocie predyspozycja genetyczna w połączeniu z wpływem środowiska, stylu życia, zarządzania stresem, przyjmowania konwencjonalnych leków. Wszystko to rzutuje na stan naszego organizmu, a co za tym idzie naszej skóry, jako największego z organów. Dlatego długofalowy, spersonalizowany plan zabiegowy ustalam w oparciu o badania laboratoryjne oraz analizę stylu życia danego pacjenta. W przypadku takiego podejścia mam możliwość działania nie tylko na defekt estetyczny jako na skutek, ale głównie staram się zlokalizować przyczynę problemu i zadziałać na niego kompleksowo.

Z jakich zabiegów można skorzystać w FACE & BODY LAB.?

W gabinecie wykonuję zabiegi, które stymulują tkanki i pozwalają im regenerować się w sposób naturalny. Zatrzymanie młodego wyglądu skóry wcale nie musi być zasługą skalpela i inwazyjnych procedur medycznych.

Jednym ze sposobów, który wykorzystuję i osobiście uwielbiam jest opracowany przez francuską firmę LPG patent Endermologie Alliance, który według mnie nie jest zwykłym zabiegiem, a podstawą zdrowego stylu życia. Masaż endermologiczny mechanicznie stymuluje fibroblasty, czyli komórki skóry właściwej do produkcji włókien kolagenowych, elastyny oraz naturalnego kwasu hialuronowego, pobudza przepływ limfy, przyspiesza metabolizm komórki i wpływa znacząco na jej odmłodzenie. Kolejnym urządzeniem wykorzystywanym do redukcji cellulitu, braku jędrności oraz kształtowania sylwetki jest STORZ MEDICAL D-ACTOR, czyli urządzenie wykorzystujące uderzeniową falę akustyczną. Emitowana z wysoką częstotliwością fala akustyczna stymuluje mikrokążenie w obrębie tkanki łącznej i w spektakularny sposób liftinguje skórę.

Zredukowanie zmarszczek wokół oczu i usunięcie nieestetycznych sińców umożliwia bezinwazyjny lifting powiek przy pomocy urządzenia PLASMA IQ. Stary naskórek usuwany jest za pomocą punktowej wiązki plazmy, co skutkuje uniesieniem skóry.

Inne zabiegi kosmologiczne, które wykonuję to między innymi odmładzanie skóry za pomocą lasera frakcyjnego nieablacyjnego Palomar EMERGE, który świetnie sprawdza się np. w redukcji kurzych łapek.

Jednak niekwestionowaną gwiazdą w gabinecie jest najnowszy nabytek Laser Alma Harmony XL PRO.

W jakich zabiegach sprawdza się Laser Harmony XL PRO?

Jest to jeden z najnowocześniejszych i najbardziej zaawansowanych technologicznie laserów na świecie. Głowica Dye-VL idealnie sprawdza się w zabiegach usuwania naczynek, rumienia, teleangiektazji, leczeniu trądziku różowatego, usuwaniu przebarwień postępczych oraz plam soczewicowatych. W przypadku zamykania głębokich naczyń na nogach oraz tzw. pajęczaków najlepiej sprawdzi się Głowica Nd:YAG.

Kolejna głowica laserowa Clear Lift służy do odmładzania i zagęszczania skóry w jej głębokich warstwach, nie uszkadzając warstwy naskórkowej. Jest to technologia, którą moje pacjentki uwielbiają, ponieważ nie wymaga rekonwalescencji, nie wyłącza z codziennej aktywności. Kolejnym zastosowaniem tej technologii jest możliwość usuwania źle wykonanego makijażu permanentnego oraz tatuażu.

Z kolei głowica iPixel Er:YAG nie ma sobie równych w redukcji zmarszczek, blizn i rozstępów oraz nieestetycznie rozszerzonych porów, jednocześnie redukując efekty starzenia. Matryca lasera iPixel doprowadza do powstania punktowych mikrourazów termalnych (pixeli). Punkty te otoczone są nienaruszoną tkanką, która przyspiesza regenerację okolicy poddanej zabiegowi. Wymienne, różniące się długością oraz budową końcówki umożliwiają działanie na różnych poziomach skóry w zależności od indywidualnych potrzeb pacjenta.

Wisienką na torcie są dwie głowice NIR (twarz oraz ciało), wykorzystujące technologię światła podczerwonego, wprowadzając wysoką temperaturę do głębokich warstw skóry. Ten swoisty termolifting powoduje skrócenie włókien kolagenowych, pobudzenie produkcji nowych włókien oraz wzrost elastyny. Dzięki temu skóra zagęszcza się i zwiększa się jej elastyczność. Efekt poprawy napięcia zauważalny jest bezpośrednio po zabiegu i przez kolejne dni staje się jeszcze bardziej wyraźny.

Dlaczego warto wybrać się do FACE & BODY LAB.?

Stale rozwijam swoje kwalifikacje, stawiając przy tym na holistyczne i indywidualne podejście do każdej osoby korzystającej z usług oferowanych w moim gabinecie. Zabiegi jakie wykonuję są bezpieczne i oparte na naturalnych metodach, ich charakter nie jest inwazyjny. Każda osoba, która chce zadbać o swoją urodę, zdrowie, jak i dobre samopoczucie, a jednocześnie ceni sobie naturalność znajdzie tutaj coś dla siebie.

Bardzo szybki rozkwit branży kosmetologii estetycznej motywuje mnie do ciągłego pogłębiania wiedzy. Dbanie o rozwój obok nowoczesnych technologii i wysokiego standardu świadczonych usług to dla mnie podstawowa składowa sukcesu. Zapraszam do FACE & BODY LAB. wszystkich, dla których NATURALNE PIĘKNO W DOBRYM STYLU jest wartością.





MARCIN POPIELARZ I JEGO DRUGI KRÓLIK

AUTOR: KLAUDIA KRAUSE - BACIA

- W Sulęcynie stawiamy na dobrze znane smaki, ale nadal z twistem Białego Królika. Moim głównym celem jest pokazanie, że kuchnia w małej miejscowości, nie musi być monotonna i szablonowa, a wręcz przeciwnie, kreatywna, ale stonowana - mówi Marcin Popielarz, Chef Patron w restauracji Biały Królik w Gdyni, a od niedawna także w Bióły Trus w Leśnym Dworze w Sulęcynie. W rozmowie z Prestiżem opowiada o kaszubskiej odświeżeniu Białego Królika, swoich nieustająco zaskakujących inspiracjach, ulubionych kaszubskich smakach i planach na najbliższą przyszłość, a tych jest sporo!

Słyniesz z nieoczywistych połączeń kulinarnych, co wielokrotnie potwierdziłeś już w Białym Króliku. Czy w siostrzanej restauracji - Bióły Trus w Leśnym Dworze, kontynuujesz tę drogę?

Biały Królik od początku był miejscem, w którym decydowaliśmy się na ekstrawaganckie połączenia smaków, lecz nigdy nie bazowaliśmy na takich produktach. Używamy rzadko spotykanych w innych restauracjach partii mięsnych, ryby wybieramy spośród grupy certyfikowanych przez MSC, czyli takich, które nie

cieszą się zbyt dużą popularnością wśród tradycyjnych wielbicieli ryb. Zawsze wkładaliśmy dużo pracy w to, aby te zwykłe produkty wyciągnąć na zupełnie inny poziom. W Sulęcynie stawiamy na dobrze znane smaki, ale nadal z twistem Białego Królika, choć nie staramy się szokować połączeniami smakowymi. Wolimy używać produktów, które cieszą się uznaniem na Kaszubach. Od początku staramy się robić te same sztuczki co w Białym Króliku, odświeżamy dobrze znane receptury z tego regionu, ale również przystosowujemy klasyczne recep-

tury z kuchni francuskiej do produktów, które mamy pod ręką. W nowej karcie będziemy na przykład serwować kaszubskie boulabaisse bazujące tylko na lokalnych rybach jeziornych, z masłem rakowym i teriną ze szczupaka.

Niejednokrotnie wspominałeś, że fascynuje cię kuchnia regionalna. Teraz masz okazję spełnić tę lokalność na talerzu w 100%?

Lokalność to słowo często nadużywane w dzisiejszych czasach. Myślę, że kuchnia w Leśnym Dworze w Sulęcynie to wypad-

kowa oczekiwań gościa z tym, co możemy aktualnie dostać w dobrej jakości i cenie. Nie zamykamy się choćby na produkty takie jak czarne kakao, pomarańcza lub werbena cytrynowa, lecz stosujemy je z pewnym umiarem. Nigdy nie grają pierwszych skrzypiec w kompozycji, lecz uzewnętrzniają walory smakowe głównego produktu, który jest dobrze znany lokalnemu konsumentowi. Moim głównym celem w tym miejscu jest pokazanie, że kuchnia w małej miejscowości, gdzieś poza Trójmiastem, nie musi być monotonna i szablonowa, a wręcz przeciwnie – kreatywna, ale stonowana. Myślę, że dosadnie pokazuje to nasz de volaille.

Sulęcyno leży w sercu Kaszub. Powiedz zatem czy kuchnia również oparta jest o prawdziwe kaszubskie receptury?

„Oparta o prawdziwe receptury” - dobrze ujęte. Zawsze staramy się inspirować tradycyjnymi recepturami i uważamy je za punkt wyjścia. Uważam, że każdy szef kuchni powinien prowadzić kuchnię autorską, a to jaki z niego autor weryfikuje liczbą zadowolonych gości i pozytywnych opinii. Weźmy choćby na przykład tradycyjną kaszubską zupę z „kaszubszczi wręczy”, czyli zupę z żółtej brukwi na gęsinie, w oryginale jest to wywar z gęsiny z rozdrobnionymi warzywami korzeniowymi, brukwią i ziemniakami. Bardzo smaczna tradycyjna zupa, lecz postawiliśmy sobie za zadanie unowocześnić recepturę i myślę, że to się udało. Aksamitne puree z warzyw korzeniowych, brukwi i szarej renety, z dużą ilością majeranku i czosnku doprowadzamy do konsystencji zupy krem za pomocą tradycyjnego wywaru z gęsi na czerninę. W finalnej fazie serwisu zakwaszamy ją i zagęszczamy wędzonym gęsim tłuszczem, efekt jest oszałamiający. Gość otrzymuje na talerzu wędzoną kaczą pierś z marynowaną na krótko żółtą brukwią i skwarkami z gęsiich nóg, a w to wszystko wlewany jest aksamitny krem z brukwi.

Brzmi genialnie! A wasze flagowe danie? O ile w ogóle spośród twoich dań można takowe wyróżnić (śmiech)...

Okoń z Jeziora Mausz z ziemniakami i szczypiorkowym roullies to danie, które bez zmian serwowane jest od początku. Szczypiorkowe roullies to nic innego jak ciepły majonez na szczypiorkowym chlorofilu podkreślony winno-octową bazą estragonową. Świetnie pasuje do ryby. Nie mogło oczywiście zabraknąć głównego bohatera, czyli królika. Królik w majonezie z suszonych borowików, to klasyczne danie z gdyńskiego Białego Królika, bardzo casualowe. Gotowany Królik w formie mięsa confit z bardzo mocnym majonezem na bazie suszonych polskich borowików, serowany z maślaną brioszką i konfiturą z suszonej śliwki i czosnku niedźwiedziego.





Na co najbardziej stawiasz w swojej kuchni?

Stawiamy na kreatywność. Aktualnie pracujemy nad ciastkami typu shortbread z sera ostri z kaszubskiej Osady Burego Misia, czyli chrupiącymi serowymi ciastkami wypełnionymi zimnym fondue z sera i świeżą żurawiną, posypane kwaśnym pudrem z żurawiny. To nasz nowy amuse-bouche na przywitanie gościa. Kto, jadąc w polskie góry nie je oscypka z żurawiną? Tu będziemy mieli kaszubski ser z żurawiną, ale w zaskakującej formie.

Ser z Osady Burego Misia to jedno, a są jeszcze jakieś inne produkty z Kaszub, na których uwielbiasz pracować?

Oprócz moich ukochanych serów, uwielbiam też ryby z Jeziora Mausz i masło kartuskie. Co więcej, wraz z nadchodzeniem kolejnych sezonów pojawiają się różne tematy, o których nawet nie można marzyć w Trójmieście - na przykład: świeża rukiew wodna, owoce jałowca, grzyby, tarniny, borówki i oczywiście najtańsza truskawka kaszubska!

Restauracji w tym regionie jest sporo, czym wyróżniają się wasze?

Znowu wskażę na kreatywność, zarówno pod względem smaku jak i formy. Nie chcę, żeby brzmiało to arogancko, ale większość restauracji w tym regionie nie wychodzi poza pewien schemat. Nie jest to złe, sam lubię tam jeść i z reguły jest pysznie. Myślę natomiast, że w mojej naturze leży łamanie schematów. Zawsze kładę duży nacisk na odbieganie od utartych szlaków bez straty na smaku.

Biały Królik świetnie sobie radzi, Leśny Dwór i Bioli Trus otwarte z powodzeniem - jakie masz plany na najbliższe miesiące?

Aktualnie planujemy małą przebudowę w gdyńskim Białym Króliku, ale o tym może później.

Z początkiem grudnia planujemy wypuścić serię 13 produktów roślinnych sygnowanych moim nazwiskiem. Produkty będą istotą tego, czym wyróżnił się Biały Królik na przestrzeni lat funkcjonowania i w dodatku będą bardzo niskokaloryczne i pozbawione produktów zwierzęcych. Teraz jest to moje oczko w głowie. Cała linia będzie składała się z 6 produktów warzywnych / 6 produktów owocowych / 3 olei. Produkty będą składowymi różnych innych receptur, ale również będą cudownie smakowały jako mono porcje. Mamy fajnych odbiorców w całej Polsce. Myślę, że niedługo każdy będzie mógł spróbować roślinnej kuchni Białego Królika w swoim domu.

Czy któreś z tych planów wiąże się z kuchnią roślinną, której jesteś ambasadorem? Czy Bioli Trus, podobnie jak Biały Królik ma lub będzie

miał menu wegańskie?

Kuchnia roślinna to dla mnie największa inspiracja w ostatnich latach, wiąże z nią dużo planów jeśli chodzi o moją przyszłość, ale również jeśli chodzi o przyszłość gastronomii na europejskim rynku. W końcu nasz kraj jest warzywnym Eldorado. Mamy wszystko, aby stać się przykładem na kreatywne zastosowanie warzyw w życiu codziennym, jak i w kulturze fine dining.

Na koniec zapytam, skąd czerpiesz inspiracje na wciąż nowe, zaskakujące dania?

Często od ludzi, z którymi pracuję. Paliwem dla mnie jest ich fascynacja tym, co robią. Również moja żona Martyna inspiruje mnie do działania swoją ciężką pracą. Najlepiej planuje się razem w domowym zaciszu, kiedy osiąga się pełen relaks.



Tradycyjne Boże Narodzenie na kaszubską nutę
i szampański Sylwester nad jeziorem
Leśny Dwór Sulęczyno.

repcja@lesnydwor.pl +48 58 684 50 15
www.lesnydwor.pl

szafir
HOTEL



DORSZ W ORZECHOWEJ KRUSZONCE PODANY Z DUSZONYM ZIEMNIAKIEM, MAŚLANYM BOROWIKIEM I SOSEM Z TRAWY ŻUBROWEJ

HOTEL SZAFIR

Składniki:

Solanka:

Woda 1 l, Sól 60 g, Cukier 30 g, Czosnek rozgnieciony 2 zębki, Cytryna 2 szt.

Polędwica z dorsza 400 g, Orzechy ziemne 50 g, Orzechy laskowe 50 g, Jajko 1 szt., Ziemniaki 300 g, Masło 200 g, Bulion warzywny 0,5 l, Sól, Pieprz, Tymianek 10 g, Borowik cały 200 g, Szalotka 100 g, Trawa żubrowa 1 g, Śmietana 36% 50 ml, wino białe 100 ml, Koperki 1 g

Przygotowanie:

Przyrządzamy solankę do dorsza. Do wody dodajemy: sól, cukier, czosnek, cytrynę - zagotowujemy mieszając. Solankę studzimy, następnie gdy ostygnie do temperatury pokojowej wkładamy dorsza i moczymy go około 15 minut. Ziemniaki obieramy, wycinamy z nich walce. Wkładamy do naczynia wypełnionego bulionem warzywnym, tymiankiem, solą i pieprzem. Dusimy pod przykryciem w piecu w temperaturze 100 stopni przez około godzinę. Szalotkę kroimy w kostkę, podsmażamy na maśle wraz z trawą żubrową, kiedy cebula się zeszkli podlewamy białym winem. Gdy wino odparuje, wyciągamy żdźbła trawy żubrowej, podlewamy bulionem i dusimy cebulę do miękkości. Następnie dolewamy śmietanę i redukujemy ją o połowę. Na koniec sos blendujemy i doprawiamy solą i pieprzem do smaku. Orzechy mielimy tak, aby pozostawić ich widoczne kawałki. Dorsza moczymy w rozbełtanym jajku i obtaczamy w orzechach. Obsmażamy z każdej strony i wkładamy do pieca nagrzanego do 160 stopni na około 10 minut. Borowiki przekrojone na pół podsmażamy na maśle z tymiankiem, szczyptą soli i pieprzu. Na środku talerza układamy grzyby, podpieramy na nich polędwicę z dorsza. Wokół ryby układamy ziemniaki, wszystko wykańczamy sosem i świeżym koperkiem.

RESTAURACJA



MAJOLIKA
VILLA UPHAGENA

RAGOUT Z DZIKA

RESTAURACJA MAJOLIKA

Składniki:

Łopatka z dzika 1,2 kg, cebula biała 300 g, marchew 200 g, seler korzeń 200g, pietruszka korzeń 200g, wiśnia mrożona 200g, czosnek 4 zębki, rozmaryn 1 gałązka, majeranek 1 gałązka, tymianek 1 gałązka, jałowiec 5 ziaren, cynamon 2 laski, miód 2 łyżki, ocet winny czerwony 100 ml, wino czerwone wytrawne 100 ml, rosół drobiowy 1,2l, sól, pieprz do smaku, ciasto francuskie (może być gotowe, zakupione w sklepie)

Przygotowanie:

Oczyszczoną łopatkę z dzika kroimy w kawałki wielkości 2x2 cm. Przesmażamy dokładnie z cebulą i czosnkiem, dodajemy zioła i przyprawę, a następnie przekładamy do większego garnka. Naczynie po wysmażonym mięsie zalewamy winem i octem, po czym dolewamy rosół. Po zagotowaniu dodajemy mięso i gotujemy wszystko około 1,5 h. Dodajemy warzywa pokrojone w kostkę mniejszą od mięsa, wiśnie, miód i gotujemy kolejne 30 min, doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Gotowy gulasz przelewamy do naczynia/bulionówki. Z ciasta francuskiego wycinamy o średnicy bulionówki, przykrywamy gulasz. Ciasto posypujemy solą gruboziarnistą oraz ziołami. Pieczemy 8-10 min w 210 st.C.

NOWE MENU I NOWY KUCHARZ

#HOTEL HAFFNER

AUTOR: HALINA KONOPKA / FOTO: KAROL KACPERSKI

Zapowiedź jesiennej karty restauracji Hotelu Haffner odbyła się w formie nietuzinkowej kolacji komentowanej. Na stole pojawiło się pięć dań, deser stworzony przez mistrza cukiernictwa oraz gama specjalnie dobranych alkoholi. Spotkanie było również oficjalnym powitaniem drugiego szefa kuchni - Grzegorza Labudy.

W październikowy wieczór w restauracji Hotelu Haffner w Sopocie odbyła się kolacja komentowana, będąca jednocześnie premierą nowej karty menu. Tym razem, po raz pierwszy za przygotowanie kolacji, oprócz wieloletniego szefa kuchni Haffnera Michała Zawierzeńca, odpowiadał również Grzegorz Labuda. Kolacja była zarazem oficjalnym powitaniem nowego szefa kuchni, dobrze już znanego w trójmiejskich kręgach kulinarnych. Z kolei za słodką odsłonę menu odpowiadał mistrz cukiernictwa Michał Wiśniewski. Właśnie ta trójka przygotowała nowe, jesienne menu Haffnera. Dodatkowo dania serwowane były w towarzystwie odpowiednio wyselekcjonowanych alkoholi, za których dobór odpowiedzialny był sommelier i kierownik restauracji w Hotelu Haffner, Przemysław Małek. Całość poprowadziła Paulina Marwińska.

Na początek zaserwowano amuse-bouche - na kawałku drewna podano kwintesencję pomorskich smaków jesiennej karty: tatar z gęsi, suszony śledź z winogretem, śledź kaszubski, wędzony schab ze śliwką oraz kiszzone warzywa. Wszystko komponowało się znakomicie z lekko musującym Montelvini Asolo Il Brutto Col Fondo zaproponowanym przez Przemysława Małka. Przystawkę stanowił tatar z jagnięciny z karmelizowaną cebulą w formie musu, piklowanymi pomidorami koktajlowymi i majonezem z cho-



rizo. Wyważone włoskie czerwone wino, Alturis Pinot Nero doskonale podkreśliło smak dania.

Dwa pierwsze dania przygotował Michał Zwierzeniec, resztą zaś zajęli się już Grzegorz Labuda, który jako pierwsze zaserwował zupę krem z bałtyckich ryb z chrupiącymi skwarkami, omułkami i masłem cytrynowym. Tą

delikatną jesienną propozycję podano w towarzystwie białego wytrawnego wina Grüner Veltliner Göttweiger Berg. To jednak nie koniec rybnych propozycji. Kolejnym daniem były policzki z dorsza serwowane z kotleciem ze smażonej ciecierzycy, pierogiem z dorszem i kiszoną kapustą oraz sosem rakowym. To danie zahaczające o tradycję, podano z polskim wytrawnym winem Sauvignier Gris od Piwnicy Półtorak. Ostatnią potrawą była dziczyzna, czyli polędwica z jelenia podana z puree z pietruszki z cydrem, ziemniakami, grzybami oraz sosem z czarnego bzu i gorzkiej czekolady. Jej smak doskonale podkreśliło eleganckie czerwone wino El Chaparral de Vega Sindoa Old Vines.

Wielki finał to słodki popis mistrza cukiernictwa Michała Wiśniewskiego, który zaproponował gościom lody z białej czekolady w połączeniu z borowikami! Całość podano w towarzystwie gruszki w Martini, chipsów z brownie i cytrynowej kruszonki. Na koniec, jako pożegnalną niespodziankę zaserwowano tzw. petit four, czyli małe przekąski na słodko i wytrawnie.

Kolacja była bardzo dobrze zorganizowana. Twórcy z chęcią odpowiadali na pytania uczestników i na bieżąco starali się rozmawiać z gośćmi o ich wrażeniach z degustacji. Karta z jesiennym menu jest już dostępna w restauracji Hotelu Haffner.



Możesz wszystko.

Mieszkać w Gdańsku, Gdyni lub Sopocie,
żyć dynamicznie w centrum
lub spokojnie wśród zieleni.

ORO

OLIWA
ZŁOTY ŚRODEK TRÓJMIASTA



Myślisz o sobie.

Pasja? Przestrzeń na aktywność o krok.

Wybierasz mądrze.

Wybierasz Oliwę - złoty środek Trójmiasta.

ZACZYNAJMY BUDOWĘ!

bmc
budujemy marzenia

bmc.gda.pl

ŚLUBNA ALTERNATYWA W STARYM MANEŻU

Alternatywnie, niesztampowo i rekordowo - tak było na tegorocznych, ósmym już Alternatywnych Targach Ślubnych, które odbyły się w połowie października w Starym Maneżu. Tegoroczna edycja była wyjątkowa. Zarówno pod względem liczebności wystawców, jak i odwiedzających gości.

Sakramentalne „tak”, to jedno z najważniejszych wydarzeń w życiu. Zarówno ona, jak i on marzą żeby było wyjątkowo. Specjalnie dla przyszłych państwa młodych, którzy nie chcą powielać utartych schematów, w Starym Maneżu już po raz ósmy zostały zorganizowane Alternatywne Targi Ślubne.

- Gdańskie Alternatywne Targi Ślubne ponad 3 lata temu zapoczątkowały trend i zwróciły uwagę na potrzebę organizacji estetycznie wymakowanych ślubów i wesel przy współpracy lokalnych małych firm z branży ślubnej, które stawiają na jakość, naturalność i nietypowe podejście - mówi Magda Kalisz, współorganizatorka targów.

Tegoroczna edycja była rekordowa pod względem wystawców. Swoje usługi i produkty przyszłym nowożeńcom zaprezentowało 85 firm - floryści, projektanci sukien ślubnych, pracownice cukiernicze, fotografowie, filmowcy, pracownice graficzne, konsultanci ślubni, projektanci obrączek, muzycy, czy projektanci dekoracji. Podczas targów w Starym Maneżu można było między innymi skosztować ciast z lokalnych kawiarni i cukierni specjalizujących się w tradycyjnych wypiekach, ale także idących z duchem czasu i proponujących słodkości w nowoczesnej odsłonie. Pyszne słodkie stoły przygotowały cukiernie: NoToCiacho, Little Friday, Tortorama, SuziCake i Cappuccino. Przyszła panna młoda miała okazję również osobiście porozmawiać z projektantkami sukien ślubnych, makijażystkami i niszowymi jubilerami, którzy z chęcią dopasują każdy szczegół wymarzonej biżuterii. Najnowsze modele sukien ślubnych pokazały: Alisa, Miłość, ArtTrend i White Lovers. Jak co roku nie zabrakło także lokalnych kwiatarni, zdecydowanie wyróżniających się niepowtarzalnym stylem. Jednak absolutnym hitem okazały się: nowa sala weselna Oklaski Stanisławie, nietuzinkowe dodatki dla panów młodych Nie Tylko Dla Dżentelmenów i Edyta Kleist z muchami, a także prosecco van!

Zgromadzonych wystawców, w swojej ofercie łączyła naturalność oferowanych produktów, stawianie na emocje i niewymuszone dekoracje. Wszystko to zaprezentowane w minimalistycznym stylu z klasą. Ślub w stylu boho, industrialnym, eko, slow, folk – takie właśnie jest alternatywne wesele. Bez blichtru, kiczu, krzykliwości i utartego schematu, powtarzanego na co drugim, polskim weselu. Kolejna 9. edycja Alternatywnych Targów Ślubnych odbędzie się już 26 stycznia 2020 roku w Starym Maneżu.



Fot. Daria Szczygiel



KOMBI I KRYSZYNA STAŃKO DLA HOSPICJÓW

12 października w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej odbył się koncert z cyklu „Głosy dla Hospicjów”. Muzycznymi gwiazdami wieczoru byli Krystyna Stańko Quintet oraz zespół KOMBI ze Sławomirem Łosowskim na czele. Charytatywny wieczór pełen dodatkowych atrakcji pozwolił zebrać 45 000 zł.

Każdego roku na początku października obchodzony jest Światowy Dzień Hospicjów i Opieki Paliatywnej. Z tej okazji w wielu miastach Polski organizowane są specjalne koncerty charytatywne pod nazwą „Głosy dla hospicjum”. Dotychczas w ramach cyklu zaśpiewali m.in.: Grzegorz Turnau, Renaty Przemek, Justyny Steczkowskiej, Krystyny Jandy, Kayah czy Zakopower. Tym razem na scenie wystąpił legendarny zespół KOMBI ze Sławomirem Łosowskim na czele oraz Krystyna Stańko Quintet. Koncert poprowadzili dziennikarze Radia Gdańsk: Magda Szpiner i Robert Silski. W przerwie goście mogli skorzystać z poczęstunku, wrzucić datek do skarbonki wolontariuszy, wziąć udział w zabawie fantowej, a także aukcji charytatywnej. Występ zespołu KOMBI dopełniło uroczyste wręczenie liderowi grupy Sławomirowi Łosowskiemu Nagrody Prezydenta Miasta Gdańska w Dziedzinie Kultury, z okazji 50-lecia pracy artystycznej. W ramach wydarzenia pojawił się również wyjątkowy prezent: historyczne zdjęcie Gdańska z 1968 roku autorstwa Zbigniewa Kosycarza przekazane przez Macieja Kosycarza.



Fot. Krzysztof Nowosielski



W ramach wydarzenia udało się zebrać 45 000 zł. Dochód z koncertu zostanie przeznaczony na rzecz podopiecznych Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych im. ks. E. Dutkiewicza SAC oraz budowę Centrum Opieki Wytchnieniowej. To inicjatywa, która dopełni wszechstronne wsparcie udzielane przez Fundację Hospicyjną chorym, osobom niesamodzielnym i ich opiekunom. Według założeń ośrodek każdego dnia ma udzielać pomocy 90 rodzinom.

Tegoroczny koncert w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej otworzył kolejną kampanię społeczną pod hasłem „Ważni-niewidziani. Zauważ, zrozum, wesprzyj”, której celem jest zwrócenie uwagi na rolę opiekunów rodzinnych, opiekujących się bliskimi w domach oraz potrzebę wspierania dzieci, które straciły kogoś z najbliższych. Kampania będzie przypominać, że „dzieci radzą sobie same tylko w bajkach”, a także o istniejącym portalu wsparcia dla dzieci i młodzieży w żałobie www.tumbopomaga.pl

MONOPOLY EDYCJA GDYNIA

Już za kilka miesięcy do miast posiadających własną edycję legendarnej gry Monopoly dołączy Gdynia. 9 października w Centrum Naukowym Experyment odbyła się konferencja inauguracyjna projektu.

Nowy Jork, Londyn, Sydney, Poznań, Kraków, Gdańsk - do grona posiadających własną edycję gry Monopoly, już niedługo dołączy również Gdynia.

- Mówi się, że Gdynia to miasto z morza i marzeń, więc nieprzypadkowo postanowiliśmy zaprosić Gdynię projektu - mówi Karina Nelka-Sławek, wydawca Monopoly. - Bardzo chcemy, żeby eksperci, w postaci mieszkańców, wypowiedzieli się o swoim mieście. Dlatego też zaproponowaliśmy dla nich szereg różnych aktywności. Dla uczniów szkół podstawowych przygotowujemy specjalny konkurs, który będzie polegał na nakręceniu filmiku o Gdyni i Panu Monopoly. Zwycięska szkoła pojawi się na planszy gry. Już dziś, poprzez portal Trojmiasto.pl, rozpoczniemy głosowanie na najdroższe pole na planszy. Będzie można zdecydować pomiędzy

Bulwarem Nadmorskim, Świętojańską, Klifem Orłowskim i Skwerem Kościuszki.

Konferencja inauguracyjna projektu rozpoczęła się od przywitania wszystkich uczestników w Centrum Naukowym Experyment. Dlaczego na inaugurację wybrano akurat to miejsce?

- Przede wszystkim czujemy się wizytówką miasta, w związku z tym nie wyobrażam sobie, aby ogłoszenie nowej edycji gry mogło odbyć się gdzie indziej - podkreśla Alicja Harackiewicz, dyrektor Centrum Naukowego Experyment. - Po drugie jest to miejsce spędzania wspólnego czasu które, tak jak gra Monopoly dookoła planszy, gromadzi całą rodzinę na wspólnej zabawie. A dziś czas jest naszym największym dobrem, którym często musimy się dzielić, odkładając wiele naszych problemów na bok. Rów-



Fot. Karol Kacperski

niez istotne jest to, że Experyment jest takim miejscem, w którym lokalna społeczność uczestniczy w budowaniu oferty, tego co tutaj robimy. Tak samo czyni to Monopoly, włączając gdynian od początku do tworzenia tej gry.

Na wydarzeniu obecny był również prezydent Gdyni, który przypomniał m.in. o 2008 roku, kiedy Gdynia jako jedyne polskie

miasto, znalazła się na planszy edycji Monopoly Świat. Na zakończenie części oficjalnej, wszyscy uczestnicy konferencji, przebrani w kapelusze i wąsy, zapozowali do wspólnego zdjęcia z Panem Monopoly. Część oficjalna zakończyła się po niecałej godzinie, a potem dzieciaki miały czas, aby eksplorować Centrum Nauki Experyment. Premiera gry odbędzie się wiosną 2020.

HEVELKA NA STADIONIE

Tysiące gości, 20 wystawców i ponad 100 rodzajów piwa, w tym te w premierowych odsłonach. Tak w skrócie można podsumować pierwszą jesienną edycję Hevelki. Największa impreza browarów kraftowych w północnej Polsce, odbyła się w dniach 18 i 19 października w zupełnie nowej lokalizacji - na Stadionie Energa Gdańsk.

Hevelka swoją nazwą nawiązuje do Jana Heweliusza - znanego gdańskiego astronoma i czego wielu nie wie - browarnika. Przez dwa dni uczestnicy mieli okazję poznać tajniki warzenia piwa, odkryć nowe smaki i co najważniejsze doświadczyć wspaniałej atmosfery tego festiwalu.

W tym roku w Hevelce udział wzięło 20 wystawców, którzy zaofiarowali ponad 100 rodzajów piwa, w tym wiele nowych - ciemnych, jasnych, mocnych, owocowych czy leżakowanych, a także kilkanaście foodtrucków z urozmaiconym jedzeniem. Wśród znanych kraftowych browarów znaleźli się: Browar Brodac, Stary Browar Kościerzyna, H-O-P-I-T-O, AleBrowar, Brokreacja, Inne Beczki Ales & Lagers, Funky Fluid, Olimp Browar Rzemieślniczy

z Torunia, Piwowarownia, Rockmill, Browar Stu Mostów, Dziki Wschód, Pinta, Browar Absztyfikant, Browar Czarna Owca oraz Perun. Jak przystało na festiwal, serwowane browary były bardzo różnorodne - od klasycznych IP, po tropikalne APY, gose z marakują, New England z żelkami haribo, po IPY o smaku pierogów jagodowych. Piwa można było testować w wersjach: 100 ml, 300 ml i 500 ml.

Jesienna Hevelka przyniosła też za sobą wiele zmian. Tą najważniejszą była zmiana lokalizacji. Do tej pory festiwal odbywał się w Centrum Stocznia Gdańska, a teraz po raz pierwszy został przeniesiony na Stadion Energa Gdańsk. Wszystko ze względu na większą przestrzeń i aż 2 tysiące miejsc siedzących. Oprócz tego, w prze-



Fot. Materiały Prasowe

ciwieniu do poprzednich edycji, obowiązywał darmowy wstęp. Zmienił się też system płatności, z banknotów przerzucono się na

żetony, co zaowocowało znacznie mniejszymi kolejkami przy wydawaniu piw. Kolejna edycja już za rok!

szafir
HOTEL
★ ★ ★



WIGILIE FIRMOWE W HOTELU SZAFIR

• WYJĄTKOWA
ŚWIĄTECZNA ATMOSFERA

• TRADYCYJNE
POTRAWY WIGILIJNE

• WSPÓLNE
KOLEĐOWANIE

• KOMFORTOWE
POKOJE

• BURSZTYNOWE SPA,
BASEN, JACUZZI, SAUNY,
KRĘGIELNIA

Prestizowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA
CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ



PRESTIŻ PATRONUJE



COHEN I KOBIETY

Niezwykły projekt muzyczny z okazji 85 rocznicy urodzin Leonarda Cohena. Podczas koncertu usłyszymy klimatyczne piosenki artysty w interpretacji cenionych polskich wokalistek: Anity Lipnickiej, Natalii Kukułkiewicz, Grażyny Łobaszewskiej, Julii Pietruczy, Barbary Wrońskiej, Matyldy Damięckiej i Pauliny Przybysz. W połączeniu z tekstami w przekładzie Macieja Zembatego i aranżacjami Leszka Biolika koncert urzeka nie tylko przy pierwszym zetknięciu! Klimat dopełnią wizualizacje i grafiki Matyldy Damięckiej. Wraz z gwiazdami zagra dziesięcioosobowy zespół muzyczny pod kierownictwem byłego muzyka Republiki - Leszka Biolika.

**Gdańsk, Polska Filharmonia Bałtycka,
25 listopada godz. 20:30**



PRESTIŻ PATRONUJE



FRANCISZEK POSPIESZALSKI TRIO KONCERT

Artysta prezentuje debiutancki album "Accumulated Thoughts". W autorskich kompozycjach Franciszka Pospieszalskiego, które usłyszycie, wpływy muzyczne stawiają na równi jazz, improwizację i klasyczne impresjonistyczne brzmienia muzyki fortepianowej. Zespół w tym roku był finalistą konkursu Jazz nad Odrą. Na jednej scenie wystąpi Franciszek Pospieszalski - kontrabasista, Franciszek Raczkowski - pianista, a także węgierski perkusista Péter Somos.

**Sopot, Teatr Boto,
29 listopada godz. 21:00**



SMOLIK/KEV FOX

Polski producent, kompozytor i multiinstrumentalista SMOLIK oraz brytyjski wokalista, gitarzysta i kompozytor KEV FOX zagrają ostatni koncert w tegorocznej trasie koncertowej The All Saints Tour. Usłyszycie utwory z pokrytego platyną debiutanckiego albumu, jak i ze znakomitej, nagrywanej w Real World Studios EP Queen Of Hearts. Misternie skonstruowane, pełne melancholii melodie SMOLIKA i niepowtarzalny, hipnotyzujący, silny wokal KEVA gwarantują niezapomniane wrażenia!

**Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski,
15 grudnia godz. 20:00**



PRESTIŻ PATRONUJE



BAKALIE ŚWIĄTECZNE

Święta Bożego Narodzenia zbliżają się wielkimi krokami! Jeżeli należysz do osób które nie chcą na ostatnią chwilę kupować prezentu dla najbliższych, zachęcamy do pojawienia się na świątecznej edycji Bakalii. Doskonała okazja na zakup podarków wykonanych w Polsce z wielką pieczołowitością. Świetne propozycje prezentowe od ubrań, przez torebki, biżuterię, czapki, ogromny wybór przedmiotów do wnętrza, roślin aż po książki, przetwory, zabawki i znacznie więcej. Nie możecie tego przegapić! Szczegóły dostępne na: <http://targibakalie.pl/>

**Gdańsk Stocznia, Plenum,
8 grudnia**



PRESTIŻ PATRONUJE



KASIA KOWALSKA 25-LECIE ZESPOŁU

Artystka świętuje 25-lecie działalności scenicznej! Wraz ze zespołem wykona najważniejsze utwory z przekroju całej swojej kariery. Na widzów czeka piękne, mistyczne widowisko przepięknie emocjami i niezwykłą energią. Podczas koncertów nie zabraknie największych przebojów piosenkarki, takich jak: "Prowadź mnie", "Antidotum", "A to co mam", "Spowiedź", "Być tak blisko", "Co może przynieść nowy dzień", "Coś optymistycznego", "To co dobre" i wielu innych, a także utworów z najnowszej płyty min. Promującego ją singla "Alannah (Tak niewiele chęć)". Jako support zagra Łyka - zespół grający muzykę z okolic indie/rocka/alternatywy.

**Gdańsk, Stary Maneż,
22 listopada godz. 20:00**



MIKROMUSIC Z DOLNEJ PÓŁKI

Zespół prezentuje całkiem nową, akustyczną odsłonę! Słyną z muzyki określanej jako avant pop lub art pop. W ich twórczości słychać inspiracje słowiańskim folkie, jazzem, rockiem i elektroniką. Tym razem szukając niecodziennych brzmień grupa sięgnęła po nietypowe instrumenty - gitary z pudełek po cygarach, miski dla psów, weselny akordeon, saxhorn barytonowy, basowy flet czy turecki saz. Dzięki tym brzmieniom powstał nowy album pt. "Mikromusic z Dolnej Półki" z którego utwory usłyszycie podczas koncertu w Starym Maneżu!

**Gdańsk, Stary Maneż,
24 listopada godz. 19:00**



NATALIA PRZYBYSZ JAK MALOWAĆ OGIEŃ

Artystka wyrusza w długo oczekiwaną trasę koncertową promującą piątą solową, autorską płytę "Jak Malować Ogień". Nowy krążek to zapis chwili i emocji towarzyszących Natalii i jej zespołowi. Materiał jest naturalną konsekwencją i rozwinięciem brzmień oraz kompozycji, które ukazywały się na poprzednich wydawnictwach - "Prąd" i "Światło nocne". Na krążek składa się 10 piosenek, które wyróżnia delikatnie brzmiący blues, soul i jazz, żywe instrumenty i jak zawsze wyjątkowe w swej dojrzałości teksty. Na koncercie spodziewajcie się dobrych dźwięków i dużo ciepłego wiatru!

**Gdańsk, Stary Maneż,
8 grudnia godz. 19:00**



PRESTIŻ PATRONUJE



JUMPOFF HIPODROM III I IV

Trwa w najlepsze cykl zawodów JumpOff Hipodrom, który od kilku lat stanowi stały punkt kalendarza wydarzeń na sopockim Hipodromie. Zawody tradycyjnie rozpoczynają się w październiku, a wielki finał ma miejsce w marcu. Przez całą jesień i zimę na Hali Pomarańczowej można oglądać zmagania jeźdźców, nie tylko z Pomorza. W ramach zawodów rozgrywanych jest wiele konkursów o różnej skali trudności. Ponieważ JumpOFF to cykl, konkursy zgrupowane są w rundy, dla których organizatorzy prowadzą klasyfikację generalną. Jest o co walczyć, dlatego zawody rozgrywane w ramach tego cyklu co roku przynoszą rekordy frekwencyjne. Dla publiczności wstęp na zawody jest bezpłatny.

**Sopot, Hipodrom Sopot,
23-24 listopada oraz 6-8 grudnia**

WOJCIECH WOŹNIAK X „UNKNOWN ROADS” W PGS

Kolejna wystawa w PGS to fotografie o charakterze retrospektywnym Wojciecha Woźniaka. Twórczość fotografa, prezentującą bardzo różne style formalne i stylistyczne, można oglądać w PGS do 8 grudnia.

Wystawa Wojciecha Woźniaka zatytułowana „Unknown roads” to szerokie spektrum twórczości fotografa z różnych okresów poszukiwań. Znajdziemy tutaj cztery różne fragmenty prezentujące bardzo różne style formalne i stylistyczne. Pierwszy cykl fotografii to czarno-białe prace pod nazwą „Sentymenty”. To fotografie bardzo minimalistyczne w formie, wykonane kamerą otworkową na dużym formacie 4x5 cala. Drugi cykl fotografii tworzą obrazy pod nazwą „Metafizyka codzienności”. Kolejny cykl wystawy tworzą obrazy wielkoformatowe powstałe około 2015 roku pod nazwą „Codzienne rytuały”, odwołujące się do relacji pomiędzy człowiekiem i zwierzęciem. W fotogramach tytułowych „Unknown roads”, motywem wiążącym jest z kolei motyw drogi, w kontekście metafizycznych przemyśleń autora. To z jednej strony tradycyjna wystawa fotografii prezentująca formy „drogi” jako symbolu, z drugiej to instalacja multimedialna przedstawiająca zależność zwierzęcia od człowieka poprzez sfotografowane oczy i zarejestrowane dźwięki.



TYDZIEŃ AUSTRIACKI W GTS

Na początku grudnia Gdański Teatr Szekspirowski przygotował kolejną odsłonę cyklu „Teatry Europy i Świata”. Kolejny z tygodni narodowych przeniesie nas do Austrii.

Przełom listopada i grudnia w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim upłynie pod znakiem kultury i sztuki Austrii, której twórczość poznamy teatralnie, muzycznie, literacko i filmowo. W bogatym programie znajdują się spektakle dramatyczne, taneczne i operowe, performatywne czytania dramatów, a także koncert, wystawa fotografii Graz Selection III, przegląd filmów, spotkania z literaturą i wykłady. Jednym z głównych bohaterów tygodnia będzie Thomas Bernhard - poświęcone mu będą dwa spektakle, spotkanie literackie i czytanie performatywne. Do Gdańska przyjadą dwa polskie i dwa austriackie spektakle. "Siłę przyzwyczajenia" w reż. André Hübnera-Ochodlo (29.11), wystawioną w Teatrze Atelier w Sopocie, trójmiejska publiczność miała okazję poznać. Największą gwiazdą tygodnia będzie spektakl Katarzyny Kalwat "Rechnitz. Opera - Anioł Zagłady" (4.12) z TR Warszawa poświęcony masażce dwustu żydowskich przymusowych robotników w austriackim Rechnitz w 1945 roku. Z Austrii przyjedzie monodram "Mróz" w wykonaniu Andreasa Pattona (1.12) i taneczna formacja Liquid Loft ze spektaklem



"Models of Reality" (7.12). Ponadto zagra duet jazzowy Klaus Paier i Asja Valčić (30.11) oraz można wziąć udział w spotkaniu poświęconym austriackim winom (także 30.11).

Tydzień Austriacki odbędzie się w dniach 29 listopada - 7 grudnia 2019 roku w ramach cyklu Teatry Europy i Świata, organizowanego przez Gdański Teatr Szekspirowski i Fundację Theatrum Gedanense.

DO SPOTKANIA

DO OGLĄDANIA

DO SŁUCHANIA

BIBLIOTECZKA PRESTIŻU

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE - BACIA

Coraz krótsze, jesienne dni to dobry czas, by zaszyć się w domowym zaciszu z dobrą książką. Zebraliśmy dla was kilka ciekawych propozycji na długie wieczory. W listopadowym zestawieniu prestiżowej biblioteczki znajdziecie m.in. #Erę Tindera, erotyk, który próbuje odpowiedzieć na pytanie: czy pod sztandarem tinderowej rozpusty jest szansa na znalezienie wartościowej relacji? Nie zabrakło też dobrych propozycji historycznych i kryminalnych, które rozgrywają się na terenie Trójmiasta. Zachęcamy do lektury!

WEDDING PLANNER NA STARCIE

Autor: Iwona Przybojewska



Jak działać, by odnieść sukces i znaleźć się w czołówce najlepszych organizatorów weseli i eventów? Odpowiedź znajdziecie w książce „Wedding Planner na Starcie”. To 17 rozdziałów, w których autorka zdradza przepis m.in. na to, jak łączyć ten zawód z etatem, studiami czy macierzyństwem, w co zainwestować na początku drogi, gdzie szukać i jak weryfikować odpowiednich podwykonawców oraz jak wyceniać swoje usługi. 4 wywiady, z których dowiecie się, jak wyglądają kulisy życia i pracy Wedding Plannera, jak zdobyć pierwszych klientów, gdzie się reklamować i jak odnieść sukces w zawodzie, który nie jest jeszcze bardzo popularny w Polsce. Typy i ćwiczenia, które pomogą Ci lepiej zorganizować swoją pracę, napisać biznesplan oraz podpowiedzą, gdzie zdobyć doświadczenie i jakie umiejętności osiągnąć, by być skuteczną w branży. Do dzieła!

KORTYZOL

Autor: Przemysław Gułda
Wydawnictwo: Prószyński i S-ka



Ta książka to osobista opowieść o doświadczeniu męskiej depresji. Na poziomie narracyjnym mamy tu historię dwóch rozstań i jednego kryzysu. Reszta to próby radzenia sobie z sytuacją krytyczną i szukanie sposobów, by uciec przed dążącą rozpacz. Niekiedy ratunkiem okazuje się praca, czasem pomaga zapis doświadczeń czy też daleki wyjazd, ale najczęściej – rozmowy z przyjaciółmi. Wciąż jednak pozostaje świadomość winy i pustka połączona z utratą poczucia własnej wartości. Mężczyźni bardzo często próbują realizować kulturowy ideał silnego, rządzącego sobie w każdej sytuacji samca alfa, dlatego wstydy się swoich emocji, a kiedy nie mogą sobie z nimi poradzić, ukrywają to i udają, że nic się nie stało. Ta książka próbuje uciec od owego stereotypu, pokazując, że nie wszyscy muszą umieć zapanować nad własnym życiem i w momentach kryzysowych nie powinno się – a może wręcz nie wolno – uciekać przed prawdą.

#ERATINDERA

Autor: Jakub Przytarski
Wydawnictwo: Novae Res



Propozycja Gdańszczanina Jakuba Przytarskiego to erotyk pisany przez mężczyznę, czyli wciąż rzadkość. Nie jest to jednak cukierkowa historia miłosna. To brutalne rozliczenie hedonistycznego pokolenia instant, które gdzieś w odmetach wirtualnej rzeczywistości zagubiło sens nawiązywania trwałych relacji z drugim człowiekiem. Ona jest 23-letnią studentką, która próbuje zagoić rany po ostatnim nieudanym związku. On jest 28-letnim mężczyzną, który od lat jest zamknięty emocjonalnie dla nowo poznanych kobiet. Czy pod sztandarem tinderowej rozpusty i instagramowej atencji jest szansa na znalezienie wartościowej relacji, która nie będzie oparta wyłącznie na powierzchownych uczuciach, tak powszechnych w dobie portali randkowych? Odpowiedź nie jest tak banalna, jak myślisz.

UCIECZKA NA SESZELE

Autor: Pirs Leon
Wydawnictwo: Marasimsim



Ile trzeba przeżyć prawdziwych przygód i ilu historii trzeba być świadkiem, aby móc stworzyć tak wciągającą fikcję? Ale czy "Ucieczka na Seszele" to rzeczywiście tylko fikcja? Wielu z nas czuje się czasem bezsilnymi i osaczonymi w współczesnym świecie. Ale jaką podjąć akcję w momencie zagrożenia najbliższej rodziny? Już sam tytuł sugeruje, że Seszele staną się nie tylko celem podróży, ale i kierunkiem jakiejś ucieczki. Jednak autor opisuje nie tylko Seszele, bo akcja powieści jest osadzona w głównej mierze również w Polsce, dokładnie w Trójmieście, zwłaszcza w Gdańsku, ale i w Warszawie, gdzie główny bohater – Paweł Adamski – mieszka i pracuje. W powietrzu wiszą zmiany, które realnie dotrą naszą planetę i całe społeczeństwa. Ta książka to nie tylko doskonała powieść sensacyjna, ale i intrygująca obserwacja naszej cywilizacji, pobudzająca do głębszej refleksji.

MIASTA SKOSZAROWANE

Autor: Jan Daniluk
Wydawnictwo: Muzeum Gdańskie



Jak wyglądał Gdańsk i Sopot w czasie II wojny światowej? Co miało wpływ na życie codzienne i gospodarcze? Historyk Jan Daniluk przedstawił ten temat z nowej perspektywy, a mianowicie żołnierzy Wehrmachtu, którzy stacjonowali w garnizonie wojskowym. Omówione zostały nie tylko działania zbrojne, bombardowania oraz genocida i rozwój garnizonu wojskowego, ale także m.in. jego wpływ na życie gospodarcze miasta czy codzienne jego mieszkańców. Ponieważ wojsko wpływało na praktycznie wszystkie sfery życia i funkcjonowania miast, dla szerszego kontekstu przedstawiono w publikacji m.in. po raz pierwszy plan tzw. Wielkiego Gdańska (z 1942 r.), liczbę jego mieszkańców w latach wojny czy zmiany w krajobrazie Sopotu. Książka będzie z pewnością ciekawą lekturą zarówno dla zawodowych historyków, jak i miłośników historii. Zawiera bogatą ikonografię pochodzącą z kraju i z zagranicy, z instytucji publicznych, jak i zbiorów prywatnych, w tym także niepublikowane do tej pory materiały.

HISTORIA GDAŃSKICH DZIELNIC T. II

Autor: Janusz Dargacz, Katarzyna Kurkowska
Wydawnictwo: Muzeum Narodowe w Gdańsku



Drugi tom cyklu (pierwszy poświęcony był dzielnicy Chelm) stanowi kompendium wiedzy na temat Starego Przedmieścia. Publikacja liczy 550 stron, na których znalazło się 180 ilustracji i 23 artykuły przygotowane przez interdyscyplinarny zespół badaczy: historyków, historyków sztuki, archeologów, konserwatorów oraz muzealników. Teksty, które trafiły do wydawnictwa, obejmują wybrane zagadnienia od średniowiecza aż po lata 70. XX w. W książce poruszone zostały m.in. takie tematy, jak zmiany w przestrzeni Starego Przedmieścia od późnego średniowiecza do początku XIX wieku, wyniki badań archeologicznych przeprowadzonych w klasztorze i kościele franciszkańskim na Starym Przedmieściu, i polska społeczność na Starym Przedmieściu w latach międzywojennych.

BEZ ROZGRZESZENIA

Autor: Mariusz W. Kliszewski
Wydawnictwo: Novae Res



Mariusz W. Kliszewski to rodowity Kartuzjanin oraz wieloletni gdański nauczyciel historii, który w tym roku wydał swoją debiutancką powieść – „Bez rozgrzeszenia”. Jest rok 1626. Konrad Machola, syn możnego szlachy, by nie zostać wydziedziczonym za dawne występki, trafia z woli swego ojca do klasztoru kartuzów nieopodal Gdańska. Przyrzeka sobie, że po służbie wróci prosić ojca Luiza – kupca gdańskiego i zacieklego wroga Macholów – o jej rękę. Tymczasem czeka go pół roku pracy dla milczących mniichów w wypełnionej spokojem i modlitwą kartuzi. Niespodziewanie monotonię dni odmierzanych dźwiękiem dzwonu zakłócają wizyta dziwnych pielgrzymów oraz tajemnicza śmierć jednego z gości. Konrad otrzymuje od przeora klasztoru zadanie przesłuchania podejrzanych. Dowody prowadzą donikąd i gdy wydaje się, że znalezienie winnego zabójstwa jest niemożliwe, młodzieniec niespodziewanie odkrywa coś, co stanowi przełom w sprawie.

MENEL

Autor: Włodzimierz Zaczek
Wydawnictwo: Bernardinum



Menel to kolejna propozycja trójmiejskiego autora, który wnikliwie podchodzi do tytułowego zagadnienia. Tak naprawdę nikt nie wie, ilu ich w Polsce jest. Może pięćdziesiąt, może sto tysięcy, a może jeszcze więcej. Spotkać ich można w prawie każdym mieście i w niektórych wsiach. Zamieszkują w zsepach na śmieci, kanalach grzewczych lub różnego rodzaju ruderach. Ich cechą wspólną jest wykluczenie. Nie są chlubą narodu, ale nie są też zakazą społeczeństwa. Tworzą swój własny świat – bez podatków, które należałoby płacić, bez przepisów, których trzeba by przestrzegać i bez instytucji, z którymi należałoby się liczyć. Niewielu interesuje się ich historią, często tragiczną i naznaczoną cierpieniem. Tymczasem wśród tych obelganych brudem i niezadko cuchnących alkoholem ludzi trafiają się jednostki wybitne, wykształcone, wartościowe i wrażliwe. Z całą pewnością niezastępowane na pogardę. Czasami warto z nimi porozmawiać, spróbować zrozumieć i pomóc, bo nigdy nie wiemy, czy kiedyś nie zasiliły ich grona.

Premiera książki „Wedding Planner na Starcie”

23 listopada 2019 godz. 16:00
Hotel Pałac Wieniawa w Rekowiu Górnym k. Gdyni

Książka oraz bilet na event z okazji premiery dostępne na stronie: www.weddingplannernastarcie.pl

Obowiązkowa lektura dla osób związanych z branżą ślubną i eventową

Iwona Przybojewska

Przedsiębiorca, Certyfikowany Trener Biznesu, Inżynier i Pełnomocnik Jakości, Ekspert branży ślubnej. Od 2011 właścicielka prężnie działającej agencji wedding plannerskiej - Event by Ev oraz Pracowni Dekoratorskiej z siedzibą w Gdyni. Pomysłodawca i twórca Akademii Event Business Expert - unikatowego programu dla osób chcących wejść na najwyższy poziom w branży HoReCa. Zarówno w życiu osobistym jak i biznesie zwolenniczka filozofii „win-win”.



Pomagam Budować Skuteczne Biznesy

Zapoznaj się z aktualną ofertą szkoleń na www.iwonaprzybojewska.pl

W SIECI Z ...



PAULINĄ JAMBOROWICZ (DEER.HOME)

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE - BACIA



PAULINA JAMBOROWICZ

Blogerka i fotografka. Marzyła o Paryżu, zamieszkała w Gdyni. Chciała mieć rudowłosą córkę, ma dwóch najfajniejszych chłopców. Chciała być tłumaczem, a finalnie założyła bloga o wnętrzach. Dzisiaj jest jedną z najbardziej cenionych trójmiejskich blogerek, a aparat to jej okno na świat. Prowadzi Instagrama @deer.home o tematyce wnętrzarskiej, na którym zebrała 185 tys. obserwatorów.

Wirtualna rzeczywistość to poniekąd moje drugie życie. Funkcjonuje tu na równi ze światem rzeczywistym. Tu większość czasu pracuje, poznaje ludzi, z którymi potem spotykam się na żywo i nierzadko zawieram prawdziwe przyjaźnie, rozmawiam, szukam inspiracji. Mówię jednak głównie o **Instagramie i blogu (mydeerhome.pl)**, czyli tych przestrzeniach, w których działam. Jestem bardzo związana z wirtualnym światem, bo tu zarabiam na życie.

Moja historia z internetem zaczęła się kilkanaście lat temu. **Facebooka** założyłam w 2008 roku, kiedy jechałam na wymianę studencką do Brukseli. Kazali mi się tam załogować, żeby być na bieżąco z informacjami, imprezami, spotkaniami. Mieliśmy swoją grupę i dzięki temu mogliśmy jakoś ogarnąć tę nową sytuację. Dzisiaj głównie przez Facebooka mam kontakt z ludźmi, których tam poznałam. Gdyby nie ta strona pewnie nie byłoby to takie łatwe. Dzisiaj internet to moje **główne narzędzie pracy**, gdzie prym zdecydowanie wiodzie Instagram. To tu regularnie prowadzę swoje konto i kilka innych, mam najwięcej kampanii i chyba też na tej aplikacji znam się najlepiej. Od niej zaczęła się moja przygoda z blogowaniem.

Internet to też dla mnie morze inspiracji. Uwielbiam oglądać **Pinteresta**, który pozytywnie nakręca mnie do działania, robienia lepszych zdjęć i aranżacji. Można tam wyłapać fajne perełki blogowe i sklepy. Znajdziemy tam mieszkania z całego świata, takie które niekoniecznie są zaprojektowane od linijki i wyglądają jak pokoje hotelowe. Dobry design to coś, co jest w nas, a nie w perfekcyjnej aranżacji, którą proponują marki. Dla jednego będzie to stara komoda, która dostała drugie życie, dla innego najnowszy fotel od duńskiego producenta. To wszystko znajdziemy właśnie na Pinterestcie, jak i Instagramie. Jednak, staram się mieć do tego dystans, lubię mieć swój własny styl, a nie kopiować bezmyślnie pomysły innych. Niektórzy właśnie do tego używają internetu, ale to blokuje kreatywność.

Sama nie mam zbyt wielu aplikacji. Niestety brakuje mi miejsca, ponieważ na swoim smartfonie mam tysiące zdjęć. Posiadam takie aplikacje jak: **Instagram, Gmail, Canon Camera Connect** do pobierania zdjęć z aparatu, **Lightroom i VSCO Cam** do edycji zdjęć, **Tidal** do słuchania muzyki i dwie aplikacje do tworzenia story na Instagrama. Na Instagramie obserwuję głównie profile wnętrzarskie, trochę znanych mi osób z małymi kontami i wiele osób, które poznałam podczas różnych spotkań i kampanii. Wbrew pozorom to nie są powierzchowne znajomości, często mamy podobne problemy i pomagamy sobie. Bardzo lubię też niektóre profile zagranicznych sklepów, np.: **Sezane** czy **Anthropologie**, są to wesołe strony, które promują celebrację życia.

Jeżeli chodzi o strony www, to najczęściej przeglądam te dotyczące wyposażenia wnętrza, bo niebawem zaczynamy remont nowego lokum! Każdą wolną chwilę teraz spędzamy na rozmyślaniu jak je zaaranżujemy. Często szukam też rzeczy dla dzieci. Lokalnie odwiedzam natomiast najczęściej **trojmiasto.pl**, choć przyznam szczerze, że rzadko to robię. Wielu rzeczy dowiaduje się bezpośrednio z Facebooka i Instagrama, od znajomych. To chyba znak naszych czasów, że siedząc pół dnia w wirtualnych miejscach spotkań dowiadujemy się najczęściej o świecie. Czasami oglądamy **Netfixa**, ale to chyba tyle z rozrywek. Jak nie miałam dzieci to zdarzało mi się w coś pograć, ale już mnie to nie kręci.

Dzisiaj nie wyobrażam sobie świata bez internetu, bo straciłabym najlepszą pracę na świecie! (śmiech). Pamiętam jak studiowałam socjologię, gdzie mieliśmy przedmiot o nowych mediach. Wykładowca stwierdził wtedy, że **home office** to nasza przyszłość. Pomyślałam wtedy, że chyba oszalał, bo ja nigdy nie będę pracować w domu. Teraz nie wyobrażam sobie innego trybu pracy. Gdyby nie to, że tak wsiąklam w ten świat, to nie wiem czy nawet odważyłabym się marzyć o miejscu, w którym jestem obecnie!



KULINARNE SERCE TRÓJMIASTA



RESTAURANT MARKET

9 RESTAURACJI I 2 BARY W JEDNYM MIEJSCU

CZYNNIE CODZIENNIE OD 9.00

Kuchnia śródziemnomorska | Śniadania | Burgery | Kuchnia tajska | Wege | Ryby i owoce morza
Makarony | Sushi | Ramen | Pizza | Klasyczna polska | Kawa i słodkości | Wódka & Wino & Koktajle

Słony Spichlerz | Chmielna 10-11 | Gdańsk

www.slonyspichlerz.pl



@slonyspichlerz



@slonyspichlerz

Trójmiejskie Insta Story

INSTAGRAMA PRZEJRZAŁA I WYBRAŁA MICHALINA DOMOŃ (@letsfollowthewhiterabbit)

Fotopamiętnik, kanał społecznościowy, narzędzie promocji, które z powodzeniem wyparło inne social media. Instagram zaspokaja szeroki wachlarz potrzeb współczesnego człowieka i wpisuje się w fakt, że żyjemy w czasach obrazów i infografik. Obraz zastępuje coraz częściej słowo pisane. Jak pisał Jean Baudrillard, jest subiektywną interpretacją rzeczywistości, która zaciera granicę, między tym, co rzeczywiste, a tym co wyobrażone. Może dlatego tak namiętnie przeglądamy kolejne konta na Instagramie, które co rusz przenoszą nas w inne światy? W cyklu Trójmiejskie InstaStory prezentujemy co miesiąc najciekawsze konta instagramowe osób związanych z Trójmiastem.

ADA ZIELIŃSKA

Obserwuj

@zielinska.ada

Kim jest bohaterka kolejnego Insta Story? Zglądając na jej instagramowy profil nie ma wątpliwości czym zajmuje się jego autorka. Absolwentka Warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych jest autorką grafik i ilustracji, i współtworzy Hardziej Studio. Jej prace charakteryzuje wypracowany styl, utrzymany w klimacie i estetyce lat 70. i 80. Choć większość prac Ady powstaje w środowisku cyfrowym, to autorka nie ukrywa swojego zamiłowania do technik analogowych i sięga po nie, gdy tylko nadarzy się ku temu okazja.

Nazywam się Ada Ziełńska

Zajmuję się grafiką i ilustracją

Urodziłam się w Bydgoszczy, na co dzień mieszkam w Gdyni, moim ulubionym miejscem na świecie jest Wenecja.

Robię zdjęcia, ponieważ dają mi możliwość zatrzymania chwili.

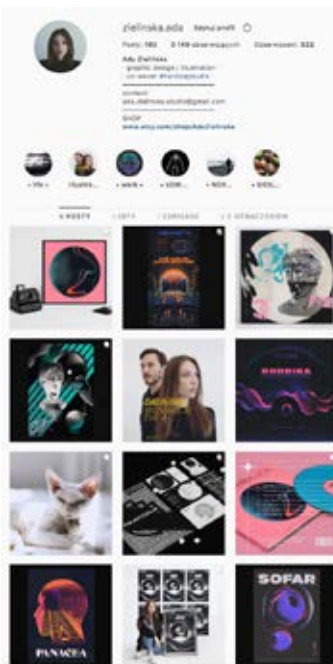
W obrazie interesuje mnie przede wszystkim rola światła, kompozycji i kolorów.

Instagram służy mi do pracy, jest dla mnie miejscem, w którym mogę dzielić się z odbiorcami tym, co tworzę.

Gdybym mogła zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałbym moich najbliższych.

Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście: Klif w Orłowie, Torpedownia na Babich Dołach, ulica Elektryków w Gdańsku.

Trzy ulubione adresy w Trójmieście: Hardziej Studio, Leń Gdański, Sztuka Wyboru.



Insta nominacje

@zielinska.ada



@wangzhihong.ig

za piękne projekty



@nasa

za codzienną dawkę informacji i inspiracji



@counterprintbooks

za dobre książki



@skinshapemusic

za świetną muzykę

WINDMAGEDON VOL. 2

56 kitesurferów oraz 72 windsurferów, wiatr wiejący z prędkością 25 węzłów, rewelacyjne warunki na wodzie i gorąca atmosfera na brzegu - tak wyglądała tegoroczna edycja Windmagedonu. W windsurfingu prym wiodli doświadczeni olimpijczycy - Paweł Tarnowski i Przemysław Miarczyński. Natomiast kitesurfing zdominowali juniorzy!

Frekwencja drugiej edycji Windmagedonu dopisała. Zawody organizowane były na prognozę. Ze względu na kierunek i siłę wiatru, wybór padł na 26 października. Bazą regat była Kuźnica. Wyścigi odbyły się na trasie Kuźnica - Małe Morze - Kuźnica w konkurencjach: windsurfing i kitesurfing w kategoriach open i junior. Do wyścigów stanęli zarówno amatorzy, jak i doświadczeni zawodnicy. Zawody rozegrano zgodnie z przepisami regatowymi slalom PWA.

Jako pierwsi do wyścigu przystąpili zawodnicy na deskach windsurfingowych. Na czele wyścigu windsurferów od początku był nasz olimpijczyk, Przemek Miarczyński, a zaraz za nim mknął doświadczony kadrowicz - Paweł Tarnowski. Przed minieniem drugiej boi zwrotnej Przemek żeglujący na foilu nieco zmniejszył pułap lotu, przez co zahaczył o glony. Ten błąd wykorzystał Paweł Tarnowski, który już do samego końca nie oddał wywalzonego prowadzenia. Trzeci na mecie zameldował się junior Michał Polak. Jedyną dziewczyną, która ukończyła wyścig była Karolina Skowrońska.



Fot. Materiały prasowe

W wyścigu kite prym wiodła „młoda gwardia”, która zdominowała zawody. Dwa pierwsze miejsca przypadły juniorom, którzy rozegrali ze sobą zacięty bój o pierwsze miejsce. Ostatecznie z pojedynku zwycięsko wyszedł Jakub Jurkowski,

pokonując Michała Wojciechowskiego. Trzecie miejsce wywalczył Błażej Ożóg. U dziewcząt rywalizacja również odbyła się pod dyktando junierek. Pierwsze miejsce zdobyła, bardzo dobrze żeglująca w całym sezonie, Julia Damasiewicz - medalistka Beach Games 2019. Tuż za nią uplasowała się Magdalena Wojciechowska, a trzecie miejsce na podium przypadło Ninie Arcisz.

- Gratulacje i wielkie dzięki dla was kochani, że chcieliście przyjechać i zawalczyć - mówi Maciej Dziemiańczuk, współorganizator zawodów. - Plan na przyszły rok to modyfikacja trasy i więcej kategorii oraz nagród! Myślimy przede wszystkim o wydłużeniu trasy. Brawo dla wszystkich, którzy podjęli wyzwanie. Do zobaczenia na wodzie w przyszłym roku!

Organizatorem imprezy byli trenerzy kadry windsurfingowej - Paweł Kowalski i Maciej Dziemiańczuk oraz Sopocki Klub Żeglarski.



Fot. Maks Dziemiańczuk

NOWE mieszkania

GDAŃSK ul. Zeusa 87

+48 725 525 325
www.raipb.pl

 **GIDA**
OZNACZA
BEZPIECZEŃSTWO



ŚWIETNY START POLAKÓW

#MIDDLE SEA RACE 2019

Polska załoga Ocean Challenge Yacht Club dowodzona przez Przemysława Tarnackiego na jachcie Aragon zajęła drugie miejsce w klasie największych jachtów IRC 1 w jednych z najważniejszych i najtrudniejszych regat na świecie - Rolex Middle Sea Race 2019. Na miejscu 9. do mety dopłynął jacht Green Dragon z żeglarzami Yacht Clubu Sopot na pokładzie, a tuż za nim finiszował jacht Sailing Poland dowodzony przez Macieja Marczewskiego.



Drugie miejsce załogi Ocean Challenge Yacht Club to najlepszy wynik w historii startów polskich żeglarzy w tych regatach. Pierwsze miejsce zajął słynny amerykański jacht Rambler 88. W klasyfikacji w czasie rzeczywistym (Line Honours) Aragon zajął 6. miejsce w gronie 113 startujących jachtów reprezentujących aktualną czołówkę światowego żeglarstwa morskiego. Wyjątkowości dokonania dodaje fakt, że polska załoga składała się z żeglarzy zawodowych i amatorów.

– Nasz wynik potwierdza słuszność formuły PRO AM, którą realizujemy. Osobiście to jedno z ważniejszych dokonań w mojej żeglarskiej karierze. Nasza działalność została uznana również w międzynarodowym środowisku żeglarskim. Rolex, patronujący najważniejszym wydarzeniom żeglarskim na świecie, opowie w swoich przekazach medialnych o tegorocznych regatach przez pryzmat startu w nich naszej załogi – mówi skipper Przemysław Tarnacki.

W skład załogi Ocean Challenge Yacht Club weszli żeglarze: Przemysław Tarnacki (skipper), Witold Małek, Damian Raciniowski, Bartłomiej Olczak, Wojciech Dargiewicz, Rafał Ciesielski, Waldemar Winnowicz, Andrzej Lenartowicz, Grzegorz Nowakowski, Szymon Muszyński,

Tomasz Szuścik, Adam Ziemelewski, Nicolai Sehested, Miles Seddon, Wouter Roos, Rogier Van Overveld.

Na miejscu 9. wśród największych jachtów grupy IRC1 (14 miejsce w klasyfikacji Line Honours) regaty ukończyła załoga jachtu Green Dragon. Wynik ten trzeba uznać za bardzo dobry biorąc pod uwagę fakt, że cała załoga składała się z pasjonatów żeglarstwa, a nie profesjonalistów. Załogę tworzyli członkowie Yacht Clubu Sopot. Tuż za nimi, na miejscu 10. w klasie IRC1 sklasyfikowana została załoga jachtu Sailing Poland.

- Nie były to dla nas najszcześniejsze regaty. Słabo wiało, złapaliśmy sieć rybacką, którą ciągnęliśmy bardzo długo i straciliśmy kontakt z czołwką. Gdy zaczęło mocno wiać, zaczęliśmy odrabiać straty, przesunęliśmy się z miejsca 48 na 23 miejsce w klasyfikacji Line Honours, ale więcej już się nie udało zrobić – mówił Kuba Zborowski, członek załogi Sailing Poland.

Warto podkreślić, że Sailing Poland promuje też najzdolniejszą, żeglarską polską młodzież. Niedawno w regatach Fastnet Race w załodze znalazł się 18-letni Oskar Niemira, reprezentant Polski w klasie Nacra 15, a teraz w regatach Rolex Middle Sea Race na pokład zamustrowała Magdalena Kwaśna, kadrowiczka z klasy Laser Radial.

The Rolex Middle Sea Race

to żeglarski klasyk rozgrywany od roku 1968. W tym roku przypada jego jubileuszowa 40. edycja. Wyścig liczy 607 mil morskich i rozpoczyna się wystrzałem startowym z baterii armatniej w Valletta Grand Harbour. Jego trasa prowadzi przez Capo Fassero na Sycylii, Cieśninę Messyńską, Stromboli, Favignana, Pantelleira, Lampedusa i z powrotem do Valletta na Malcie. Obok słynnych regat Rolex Sydney-Hobart i Rolex Fastnet wyścig zaliczany jest do najtrudniejszych i najważniejszych zawodów morskich świata.

SALONY OPTYCZNE
OPTICAL  CHRISTEX

PROGRESY*

DLA PROFESJONALISTÓW



WG SKANU OKA

opticalchristex.pl

GDYNIA, C.H. KLIF
Al. Zwycięstwa 256
tel. 58 35 08 501

* okulary progresywne


RODENSTOCK

JUMPOFF HIPODROM DRUGA ELIMINACJA

Pod koniec października na sopockim Hipodromie rozegrano drugą eliminację w ramach tegorocznego JumpOFF Hipodrom. Cykl ten na stałe wszedł już do kalendarza sopockich zawodów jeździeckich, a jego popularność wśród zawodników z całej Polski wciąż rośnie.

Za nami dwie odsłony zawodów w skokach przez przeszkody z cyklu JumpOFF Hipodrom. Jest to cykl zawodów w skokach przez przeszkody, który trwa od października do kwietnia. Zawody rozgrywane są w sposób ciągły – kolejne konkursy o różnej trudności odbywają się jeden po drugim, z krótkimi przerwami na zmianę ustawienia przeszkód i wyrównanie podłoża. A zatem można przyjść pooglądać zawody można w każdej chwili. Po każdym konkursie następuje uroczysta dekoracja zwycięzców.

Po drugiej eliminacji powoli zaczyna nabierać kształtu klasyfikacja generalna prowadzona dla całego cyklu. Zawodnicy już poczuli, że mogą powalczyć o punkty, a wiosną podczas finału odebrać bardzo atrakcyjne nagrody finansowe i rzeczowe. A jest o co walczyć – pula

nagród w finale to aż 40 tysięcy złotych. To naprawdę dużo, jak na zawody o randze regionalnej. Zawodnicy będą również mogli wygrać rowery miejskie, elektryczną hulajnogę, a nawet quada.

Dla publiczności ogromną atrakcją jest możliwość zobaczenia z bliska koni i jeźdźców. Zupełnie inne emocje towarzyszą kibicowaniu, gdy ważący 500 kilogramów koń galopuje tuż koło nas, pokonując kolejne przeszkody. Widzowie, którzy po raz pierwszy mają okazję zobaczyć zawody na żywo, zwracają uwagę, że jest to zupełnie inne przeżycie, niż oglądanie tego sportu w telewizji. Przed nami zawody grudniowe - mikrotajkowe, gdzie na zawodników i publiczność będą czekały świąteczne atrakcje. Warto więc odwiedzić Hipodrom i na własne oczy przekonać się, co wyjątkowego tkwi w jeździectwie.



WILLE JUSZKOWO OSIEDLE WZGÓRZE RADUNI

- ◆ ponad 240 m kw. powierzchni całkowitej
- ◆ 2 garaże i ogródek
- ◆ 15 minut do centrum Gdańska



BIURO SPRZEDAŻY
ul. Chabrowa 33/4
83-010 Straszyn
tel. 538 411 584

www.willejuskowo.pl

BIZNES Z KOBIECYM FLOW

Strefa coworkingu dedykowana kobietom powstała na terenie Olivia Business Centre. To pierwsza przestrzeń tego typu w Polsce. - Tworzymy miejsce, w którym panie będą mogły pracować kiedy chcą i tak jak chcą - wyjaśnia Dominika Rossa, szefowa O4 Flow. - Mam nadzieję, że prostymi zabiegami uda nam się wzbudzić w rezydentkach poczucie przynależności do tego miejsca, że czują tu flow, dzięki któremu rozwiną siebie, swoje pasje i biznesy - dodaje Dagmara Czarnobaj Zielińska, projektantka wnętrza.



O4 Flow - bo tak nazywa się nowa przestrzeń - dedykowana jest wszystkim kobietom przedsiębiorczym - właścicielkom biznesów, osobom pracującym w korporacji, jak i freelancerkom. Wszystkim tym, które chciałyby zaistnieć w nowym, innym środowisku, stymulować kreatywność, wzmacniać kompetencje, rozwijać siebie i swój biznes.

- Nasi bliscy dzielą się na dwie grupy: wspierających i deprecjonujących - mówi Dominika Rossa, szefowa O4 Flow. - Pierwszy jest zachwycony każdym naszym pomysłem i działaniem. Drugi sugeruje lub otwarcie mówi o tym, że mogłybyśmy coś zrobić inaczej, lepiej, szybciej. W O4 Flow znajdzie się miejsce dla reprezentantów obu typów osobowości,

bo jesteśmy pięknie różne i te nasze różnice charakterów nas dopełniają. Czasami potrzebujemy poklepania po ramieniu, innym razem przysłowiowego kopniaka w tyłek. Czasem chcemy usłyszeć: „Nie martw się, dasz radę”, a niekiedy „Spróbuj ponownie i możesz to zrobić tak czy tak”. I tego dowiedzieliśmy się podczas przeprowadzanych przez nas badań. W O4 Flow najczęściej jednak usłyszycie „Zróbmy to razem” - dodaje.

Taką też dewizą kierują się ambasadorki O4 Flow - Natalia Hatałska założycielka Infuture Hatałska Foresight Institute, Olga Kozierowska twórczyni Sukcesu Pisanego Szminka oraz Marta Moksa, Dyrektor Zarządzająca O4 Coworking.

- Właśnie dlatego tworzymy miejsce, w którym panie będą mogły pracować kiedy chcą i tak jak chcą, mając przy okazji kontakt z osobami, które dzielą podobne doświadczenia i wzmacniając kompetencje, które są dziś niezbędne do wzrostu konkurencyjności na rynku pracy - wyjaśnia Dominika Rossa.

SKANDYNAWSKI UMIAR I PRZYTULNOŚĆ HYGGE

Wnętrza O4 Flow zostały zaprojektowane z myślą o paniach i z udziałem pań. Prace aranżacyjne poprzedziły badania i ankiety, których respondenci uznały styl skandynawski za ten, który powinien dominować w kobiecym coworkingu.

- Styl ten jest kojarzony z naturalnością, prostotą, stonowanymi barwami. Ale też ze zrównoważonym rozwojem i szacunkiem dla środowiska naturalnego - opowiada Dagmara Czarnobaj - Zielińska ze studia Desire, projektantka O4 Flow. - Zależało mi na zachowaniu balansu między skandynawskim umiarem, a poczuciem przytulności hygge. Tutaj mamy czuć się dobrze i mieć ochotę tu być. Mam nadzieję, że prostymi zabiegami uda nam się wzbudzić w rezydentkach poczucie przynależności do tego miejsca, że czują tu flow, dzięki któremu rozwiną siebie, swoje pasje i biznesy. Wierzę w ten projekt, dlatego zdecydowałam się na współpracę przy nim i finalnie sama będę członkinią O4 Flow - przyznaje z uśmiechem.

W wizję projektantki wpisała się koncepcja wyposażenia wnętrza zaproponowana przez Jysk, partnera O4 Flow. Ta międzynarodowa sieć handlowa wywodząca się z Danii oferując „wszystko dla domu” zarządzana jest w oparciu o skandynawskie korzenie, które odzwierciedlają kulturę firmy i sposób prowadzenia przez nią działalności. Polska siedziba Jyska znajduje się w Gdańsku.

WIELOBARWNE FLOW

Przekraczając gościnne progi O4 Flow od razu można się przekonać, że ten coworking ma

wiele barw. Geneza tkwi w pojęciu z pogranicza psychologii pozytywnej i psychologii motywacji. Twórcą koncepcji jest Mihály Csíkszentmihályi, według którego flow to stan między satysfakcją, a euforią, wywołany całkowitym oddaniem się jakiejś czynności. Na postawie teorii przepływu Csíkszentmihályi powstała np. kultowa gra komputerowa „Flow”. Po wtóre, w terminologii parkourowej flow oznacza płynność ruchów. Po trzecie, w potocznym rozumieniu znaczy tyle, co płynność, zaangażowanie, pozytywne nastawienie, optymizm, swoboda w myśleniu i działaniu, luz, „bycie na fali”, poczucie, że „dobrze mi idzie” oraz że mam dobry kontakt z rozmówcą. Nazwa coworkingu dla pań i jego znak graficzny miejsca idealnie odzwierciedlają założenia, jakie przyświecają tej nowoczesnej przestrzeni.

Według założycieli kobiecego coworkingu O4 Flow - nazwą i znakiem graficznym - ma komunikować płynność rozwoju biznesu oraz rozwoju osobistego. Podkreślać też optymalne warunki do osiągania sukcesu w atmosferze wsparcia i akceptacji. Znaczenie ma również wkomponowanie elementów logo O4 Coworking w znak graficzny O4 Flow. Ten ruch ma podkreślić koegzystencję i dopełnienie obu bytów - O4 Flow jest bowiem integralną, ale autonomiczną częścią O4 Coworking. Kolorystyka znaku nawiązuje do stylu wnętrza.

RODZINA O4 COWORKING

O4 Flow jest częścią O4 Coworking, jednego z największych i najbardziej dynamicznie rozwijających się coworkingów w Polsce. Dziś pod szyldem O4 funkcjonuje już 5 tys. m kw. przestrzeni zlokalizowanej w różnych punktach Olivia Business Centre.

Są to zarówno miejsca niezwykle prestiżowe, z widokiem z 13 piętra na całe Trójmiasto, jak i miejsca, w których można czuć się swobodnie, a nawet chodzić z psem do pracy. Użytkownicy mogą pracować we wspólnej, otwartej przestrzeni, korzystać ze sprzętu biurowego i kuchni. Mogą też wybrać wydzielone, indywidualne pokoje i przestrzenie, które dopasowywane do ich potrzeb. Z O4 korzystają zarówno pojedyncze osoby, jak i wieloosobowe firmy.

To przestrzeń skierowana do wszystkich, nie stawiająca żadnych wymogów formalnych, zapraszająca w swoje progi zarówno starty, początkujących przedsiębiorców, jak i przedsiębiorców już dojrzałych lub rozwijających się. W O4 Coworking działają także projekty akcelerycyjne wspierające starty, rozwojowe dla studentów i młodych przedsiębiorców. Aktualnie w O4 Coworking działa ponad 80 firm z 7 różnych krajów.





POCZUJ WOMEN POWER!

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ / FOTO: IZABELA DEMKOWICZ / ANNA BIELSKA

Na liście przyjaciółek i menterek mamy wspaniałe kobiety chcące dzielić się swoją wiedzą i umiejętnościami. Takie, którym zależy na zwiększeniu liczebności kobiet na wysokich stanowiskach w biznesie i pełniących ważne role społeczne. Nie chcemy się izolować, chcemy współpracować - mówi Dominika Rossa, szefowa O4 Flow.

Czy mogę wejść do O4 Flow?
Możesz!

Czyli panowie też mogą wejść. To fajnie, ale czy są tu mile widziani i pożądanymi?

O4 Flow to kreatywna przestrzeń stworzona przez kobiety z myślą o kobietach. I to kobiety są u nas najważniejsze. Ale to nie znaczy, że panowie mają wstęp wzbroniony. Wprost przeciwnie. Kobięce biznesy współpracują z mężczyznami, mają klientów, kontrahentów, partnerów biznesowych, mentorów, pracowników, którzy są

mężczyznami. I ci, którzy u nas goszczą zapewniają nas, że czują się w O4 Flow dobrze i są mile widziani.

Skąd pomysł na taką właśnie koncepcję?

O4 Flow jest odpowiedzią na międzynarodowe trendy specjalizacji przestrzeni coworkingowych i womenpower. Pod ich wpływem, podczas jednej z burzy mózgów, w głowach osób zarządzających O4 Coworking zaczęła kiełkować ta myśl. A ja od kilkunastu miesięcy zajmowałam się wcielaniem jej w życie. Natalia Hatalska z infu-

ture institute, jedna z naszych rezydentek, mówiła już parę lat temu o sile kobiet, o ich rosnącej aktywności w życiu zawodowym i społecznym. Dziś mam poczucie, że O4 Flow musiało powstać i jest naturalną konsekwencją rozwoju.

Kobiety lepiej czują się wyłącznie we własnym gronie?

Nie chodzi o wyłączenie. Zarówno kobiety jak i mężczyźni w swoich bezpiecznych grupach zachowują się inaczej niż w mieszanym towarzystwie. Po prostu

pięknie się różnią a, jak pokazują badania, kobiety mają wysoką potrzebę wspólnotowości, budowania więzi i z tych relacji potrafią czerpać. Zarówno zawodowo, jak i prywatnie.

Czym różni się ta przestrzeń od zwykłego coworkingu?

Często o wystroju wnętrza biura decyduje wizja właściciela lub architekta. O4 Flow powstało w zgodzie z wizją naszych potencjalnych rezydentek. Przeprowadziliśmy badania, w których pytaliśmy precyzyjnie o preferowany styl wnętrza biura, w którym chciałyby pracować. Większość naszych respondentek wybrała styl skandynawski. Dlatego też podjęliśmy współpracę ze skandynawską firmą Jysk, która zaowocowała pięknym designem części wspólnych: jest przytulnie, ciepło, ale jednocześnie bez nadmiarowych rozwiązań. Dominują naturalne elementy, dużo roślin, a wszystko utrzymane jest w neutralnych odcieniach. Od naszych gości otrzymałyśmy też ciekawe pozycje literatury, więc możesz się rozsiąść w fotelu bujanym i poczytać jak np. być kobietą asertywną. Mamy biura prywatne, każde utrzymane w innym klimacie, ale wszystkie w spójnym stylu. Do dyspozycji rezydentek i naszych gości jest też w pełni wyposażona, piękna kuchnia oraz sale konferencyjne i unikalny projekt: session room. Session Room jest bezpieczną przestrzenią do przeprowadzania trudnych lub bardzo prywatnych rozmów np. z trenerem personalnym, coachem, psychoterapeutą, dietetykiem, prawnikiem, mediatorem, emisyjnistą czy logopedą. To pomieszczenie, które ci specjaliści mogą wynajmować jako swoje gabinety na godziny.

Co oferujecie swoim klientkom? Z czego mogą korzystać?

Z myślą o przedsiębiorczyniach podjęliśmy współpracę z biurem rachunkowym oraz adwokatką, które zapewniają bezpłatne doradztwo dla naszych rezydentek. Ponadto każda z nich ma bezpłatny dostęp do platformy wiedzy Strefy Kobiet Biznesu, gdzie znajdą porady z zakresu prowadzenia biznesu, budowania marki i kreowania wizerunku. W ramach współpracy mamy również system zniżek na różne usługi i produkty u naszych partnerów. Organizujemy liczne wydarzenia, warsztaty i szkolenia, do udziału w których zapraszamy nasze rezydentki. W O4 Flow można pracować, ale też po prostu spotkać się z innymi kobietami biznesu w ramach pakietu, który umożliwia korzystanie z przestrzeni wspólnych. Nie ukrywam, że czasami pojawiają się nietypowe zapytania i wówczas staramy się projektować ofertę „na miarę”. Wystarczy wejść na stronę www.poczuj-flow.pl i pozostawić kontakt.



W Trójmieście jesteście na pewno pierwszy, a czy w Polsce jest taka przestrzeń?

O4 Flow jest pierwszą taką przestrzenią w Polsce, a nawet w tej części Europy. Współpracujemy z najbliższymi nam geograficznie coworkingami kobiecymi. Mamy kontakt z Hera Hub w Uppsali, a Hannah Dahl, CEO CoWomen w Berlinie jest też mentorką w O4 Flow. Jesteśmy w stałym kontakcie, spotykamy się kiedy tylko jest to możliwe. Dumą napawa mnie fakt, że stałyśmy się już inspiracją dla kolejnych kobiet: za kilka tygodni odwiedzi nas Ivanne Possier, która chce otworzyć coworking dla kobiet w Paryżu i prosi nas o radę.

Macie już pierwsze użytkowniczki?

Tak. Jesteśmy dopiero tydzień po otwarciu, a chętnych nie brakuje.

Kogo się spodziewacie? Do jakich zawodów, firm skierowana jest oferta?

Często słyszę to pytanie i za każdym razem powtarzam, że branża nie ma znaczenia. Wśród naszych rezydentek są kobiety zajmujące się doradztwem kredytowym, coachingiem, jest też biuro projektowe i firma IT. Mamy zapytania od startupów, średnich biznesów i freelancerek. Jeśli czujesz z nami Flow to jest tu miejsce dla ciebie.

Czy to ma być przed wszystkim fajne miejsce do pracy, czy chcecie tworzyć nową społeczność?

Kiedy rozmawiam z osobami zarządzającymi lub współpracującymi z przestrzeniami coworkingowymi na świecie, zazwyczaj wyróżniają te w których jest społeczność. Zdecydowanie ta druga opcja interesuje mnie bardziej. Mamy na liście naszych

przyjaciółek i menterek wspaniałe kobiety chcące dzielić się swoją wiedzą i umiejętnościami. Takie, którym zależy na zwiększeniu liczebności kobiet na wysokich stanowiskach w biznesie i pełniących ważne role społeczne. Nie chcemy się izolować, chcemy współpracować i – jak to pięknie powiedziała jedna z nich, Olga Kozierowska – wspierać się w realizacji marzeń.

Czy analogicznie powinien powstać coworking dla mężczyzn? Macie taki w planach?

W Polsce jest ponad 300 coworkingów. Zarządzający 66% z nich zadeklarowali, że kobiety w ich coworkingach stanowią mniej niż 30%. Pozwól więc sobie stwierdzić, że coworkingi dla mężczyzn już są.

Wasz pomysł jest pionierski, a jak to u pionierów są zawsze jakieś ryzyka. Na terenie Olivia Business Centre prowadzicie kilka przestrzeni coworkingowych pod marką O4. Skoro pań jest mniej, to nie obawiacie się, że będzie ich tam jeszcze mniej, bo teraz przejdą do O4 Flow?

Każda przestrzeń O4 Coworking ma inny charakter, wielkość biur i przestrzeni wspólnych. Staramy się tworzyć urozmaiconą ofertę dopasowaną do różnych potrzeb rozmaitych klientów. Jeśli któraś z kobiecych firm uzna, że w O4 Flow będzie się czuła lepiej, to dla nas powód do dumy. Oznacza to bowiem, że zaproponowaliśmy jej konkretną klientkę bardziej satysfakcjonującą ją rozwiązanie, a w O4 Coworking pojawi się miejsce na kolejny biznes, który chce się z nami rozwijać.

PLASTIK W OBIEGU ZAMKNIĘTYM

Czy można utrzymać plastik w obiegu zamkniętym? Okazuje się, że tak! Udowodnił to Reinhard Schneider, właściciel firmy Werner & Mertz w ramach innowacyjnej inicjatywy recyklatu. Co kryje się za tym pojęciem? Czy ta rewolucja na rynku plastiku może zmienić świat?

Wyobraźcie sobie gigantyczną plastikową butelkę prawie trzykrotnie wyższą od trójmiejskiego drapacza chmur - Olivii Star! W tej objętości zmieści się około 300 milionów butelek PET - tyle, tylko w roku 2019 pozwoliła zaoszczędzić inicjatywa recyklatu Werner & Mertz (właściciela m.in. marki Frosch). O tym jak wdrażać te rozwiązania w życie opowiadał Reinhard Schneider, właściciel firmy, która jest pionierem w dziedzinie 100% ponownego wykorzystania materiałów plastikowych - opakowania produktów marki Frosch powstają w 100% z materiałów pochodzących z recyklingu. Panel dyskusyjny pod hasłem „Czyste oceany bez plastiku – wizja czy przyszłość” odbył się w sopockim Sheratonie.

Problem plastiku jest jedną z najbardziej palących kwestii XXI wieku. Statystyczny Polak zużywa 29 kg plastiku, średnia dla obywatela europejskiego wynosi 31 kg, a przeciętny Amerykanin wyrzuca około 84 kg takich śmieci rocznie. Jednak Reinhard Schneider, udowodnił, że już dziś można utrzymać plastik w obiegu zamkniętym. Jego inicjatywa polega na zapobieganiu dostawania się plastiku do mórz i oceanów poprzez jego odpowiedni recykling na lądzie. Działania podejmowane w ramach innowacyjnego recyklatu popularyzują powtórne wykorzystanie materiału PET, wcześniej niewykorzystywanego lub spalane. Obecnie wykorzystać go można między innymi do produkcji wysokiej jakości opakowań, nadających się do ponownego recyklingu. To nowe podejście zakłada, że celem jest rzeczywisty obieg zamknięty surowców, a nie tylko wykorzystywanie plastiku z butelek do produkcji choćby elementów małej architektury miejskiej.

- W ramach inicjatywy recyklatu opracowaliśmy technologię, która umożliwia skuteczny recykling odpadów plastikowych, pochodzących z gospodarstw domowych, oraz stworzenie zrównoważonego obiegu tego materiału. Inicjatywa jest tzw. otwartą innowacją. Oznacza to, że każda zainteresowana strona może do niej dołączyć by poznać technologię i z niej korzystać. To rewolucja na rynku plastiku, która może odmienić przyszłość środowiska. Jednak trzeba pamiętać, że butelka wyprodukowana ze „starego plastiku” jest o 10% droższa niż ta zrobiona z nowego surowca PET, dlatego światowe koncerny wciąż nie decydują się na wprowadzenie tej inicjatywy w życie – podkreślał Reinhard Schneider, prezes firmy Werner & Mertz.

Oprócz Reinharda Schneidera udział w konferencji wzięli również Marcin Dorociński, który opowiedział o zagrożonych i ginących gatunkach roślin i zwierząt morskich.

- Od 8 lat jestem ambasadorem WWF Polska i sukcesywnie zdobywam świadomość jak piękne zwierzęta mamy w naszym kraju. Spełniam się w roli aktora, ale wykorzystuję ją też, by zwiększać świadomość ludzi w naszym kraju, wskazując na piękną polską faunę i florę oraz co robić, by ją pielęgnować - tłumaczył Marcin Dorociński. - Przez lata zatruwaliśmy środowisko nie myśląc o konsekwencjach. Każda inicjatywa minimalizująca nasz negatywny wpływ na planetę ma znaczenie najwyższej wagi.

Dyskusję poprowadził Marcin Meller, publicysta i podróżnik. W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele świata nauki, samorządów oraz organizacji ekologicznych.

Fot. Karol Kacperski



AKCJA „DO NASADZENIA”

W dwie październikowe soboty blisko 1500 osób, pracowników trójmiejskich firm i instytucji odtworzyło 11 ha lasu na terenach dotkniętych nawałnicą w 2017 roku. Akcja "Do nasadzenia", zaproponowana przez firmę Torus, przeszła najśmielsze oczekiwania organizatorów, posadzono blisko 110 tysięcy drzew.

W nocy z 11 na 12 sierpnia 2017 roku potężne nawałnice, które przetoczyły się przez Polskę powaliły miliony drzew. Zniszczenia sięgnęły aż 8,4 mln m3 połamanych i wyrwanych drzew (ok. 20 mln sztuk) na niemal 70 tys. ha powierzchni lasów. Najbardziej dotkniętym tamtą nawałnicą terenem było Nadleśnictwo Lipusz, gdzie uszkodzonych zostało 1,8 mln m3 drzew, całkowicie zmieniając jego krajobraz. Aby odtworzyć las powalony na tym obszarze potrzeba zasadzić aż 60 mln drzew. Z inicjatywy firmy deweloperskiej Torus powstała akcja „Do nasadzenia”, której celem było wsparcie w odtworzeniu ekosystemu leśnego.

- Skala odzewu była nieprawdopodobna, "Do nasadzenia" zgłosiło się 1600 osób. To był wielki projekt „zaskoczeń”, odkrywania jak

funkcjonuje las i dlaczego jest tak ważny dla nas. Ogromne zaangażowanie i entuzjazm z jakim się spotkaliśmy sprawia, że będziemy myśleć o kolejnej edycji tej akcji w przyszłym roku – komentuje Małgorzata Dąbrowska, marketing manager z firmy Torus.

Inicjatywa Torusa spotkała się z szerokim odzewem i zaangażowaniem zarówno środowiska biznesowego, jak i wielu pojedynczych osób. W dwie październikowe soboty udało się odtworzyć 11 ha lasu, sadząc blisko 110 tysięcy brzoź, modrzewi, sosen oraz innych gatunków biocenotycznych.

- Jesteśmy pod ogromnym wrażeniem zaangażowania wszystkich uczestników. Atmosfera, zapał do pracy i radość z jaką przybyli uczestnicy akcji bardzo nas zaskoczyła. Niezależnie czy było to



pierwsze czy kolejne doświadczenie w sadzeniu drzew każdy mógł liczyć na pomoc leśników, którzy oprócz instruktażu sadzenia niejednokrotnie odpowiadali na wiele nurtujących pytań dotyczących naszych lasów i zniszczeń jakich dokonała nawałnica w 2017 roku. Cieszymy się, że mogliśmy gościć pracowników pomorskich firm. Ta akcja to też okazja do spotkania dwóch na co dzień

„odmiennych światów” - leśnego i miejskiego – mówi Anna Kukier, rzecznik prasowy Nadleśnictwa Lipusz.

W akcji uczestniczyli znajomi i przyjaciele z firm, także rodziny z małymi dziećmi. Towarzyszyły jej liczne gry i zabawy edukacyjne, dzięki czemu wiele osób poznało jak funkcjonuje las i jak ważną pełni rolę w naszym życiu.

NOWA SIEDZIBA KANCELARII NOTARIALNEJ

Informujemy, że od 01 lipca 2019 roku siedziba Kancelarii Notarialnej działającej pod firmą: **NOTARIUSZE MĘDRAŚ I SZULC SPÓŁKA PARTNERSKA Z SIEDZIBĄ W GDAŃSKU**, mieści się w budynku SCENA APARTAMENTY w Gdańsku, przy ul. SZYMANOWSKIEGO nr 12 lokal 17.



WORLD FINANCE BANKING AWARD DLA BNP PARIBAS WEALTH MANAGEMENT

BNP Paribas Wealth Management w Polsce otrzymał prestiżowe wyróżnienie Best Private Bank 2019 od brytyjskiego magazynu World Finance. Kapituła konkursu doceniła bank za najlepszą jakość świadczonych usług z zakresu bankowości prywatnej.

Brytyjskie wydawnictwo i międzynarodowe jury wyłoniło zwycięzców na poszczególnych rynkach biorąc pod uwagę analizy rynkowe, opinie analityków i ekspertów oraz wskazania samych klientów. BNP Paribas Wealth Management w Polsce został doceniony w szczególności za najlepszą jakość świadczonych usług, a także za innowacyjne podejście do bankowości oraz wysoki poziom obsługi. Przyznana nagroda World Finance Banking Award 2019 dla Best Private Bank jest kolejnym potwierdzeniem, iż usługi BNP Paribas Wealth Management są na bardzo wysokim poziomie. W bieżącym roku bank otrzymał już wyróżnienie w podobnej kategorii globalnego magazynu finansowego Euromoney. Nagroda jest tym bardziej szczególna, gdyż wpływ na wybór zwycięzców mieli nie tylko eksperci, ale także czytelnicy – czyli klienci, najważniejsi recenzenci pracy BNP Paribas Wealth Management.

Wyróżnienia World Finance Banking Awards, przyznawane są od 2007 roku i należą do jednych z najbardziej uznanych w dziedzinie bankowości prywatnej. Do rywalizacji o trofeum przystępują marki bankowości prywatnej z całego świata, przy czym najsilniejsza konkurencja panuje na tych rynkach, na których usługi z zakresu private banking są wysoko rozwinięte i mają wieloletnią tradycję.

BNP Paribas Wealth Management w Polsce korzysta z ponad stoletniego doświadczenia, pozycji rynkowej i najlepszych praktyk Grupy BNP Paribas, która jest numerem jeden w dziedzinie Wealth Management w Strefie Euro i siódmym co do wielkości graczem Wealth Management na świecie.

Klienci BNP Paribas Wealth Management otrzymują nie tylko dostęp do specjalnych produktów i usług, ale także do obsługi i doradztwa świadczonego przez osobistego doradcę Wealth Management, wspieranego przez grupę doświadczonych ekspertów z dziedziny finansowania, strategii inwestycyjnych, nieruchomości, podatków, a także pla-



nowania majątkowego oraz maklerów Biura Maklerskiego i dealerów rynków walutowych. Centrum Wealth Management w Gdańsku znajduje się na Alei Zwycięstwa 13a.

Więcej na temat BNP Paribas Wealth Management można przeczytać w naj-

nowszym raporcie private banking, który ukazał się na łamach listopadowego magazynu Forbes. W raporcie oprócz interesujących wywiadów znalazły się zagadnienia z zakresu produktów inwestycyjnych i kredytowych oraz z obszaru wealth planningu – często poruszanego w ostatnim czasie.

WIĘCEJ NIŻ PRACA

Wygodne mieszkanie, szkoła dla dzieci, możliwość nauki języka polskiego - to nowe oczekiwania mieszkańców zza wschodniej granicy z jakimi muszą liczyć się polscy pracodawcy, by skutecznie pozyskiwać nowych pracowników.

Od dłuższego czasu polskie firmy zmagają się z problemem braku rąk do pracy. Dotyczy to nie tylko stanowisk specjalistycznych, ale również prostych prac produkcyjnych czy magazynowych. Remedium na bolączki przedsiębiorców są obcokrajowcy, którzy tłumnie przyjeżdżają do Polski w poszukiwaniu lepszego życia.

Zatrudnienie cudzoziemca jest dość skomplikowanym procesem i wymaga specjalistycznej wiedzy. Przedsiębiorstwa, które na własną rękę decydują się przyjąć w swoje szeregi obcokrajowca stają przed dużym wyzwaniem, ponieważ oprócz dopełnienia standardowych formalności, takich jak podpisanie umowy, zgłoszenie do ZUS-u czy rozliczenie pracownika, muszą również wziąć na siebie kwestie legalizacji pobytu i pracy oraz wdrożenia cudzoziemców do pracy. Dobrym sposobem na ograniczenie czasochłonnych procedur jest skorzystanie z pomocy specjalistów w dziedzinie zatrudniania obcokrajowców. Wybierając firmę, która zajmie się outsourcingiem pracowników warto zwrócić uwagę na jej podejście do personelu oraz na dodatkową działalność, która może przyczynić się do ograniczenia rotacji.

UŁATWIĆ ADAPTACJĘ

Jedną z firm specjalizujących się w outsourcingu pracowników jest gdańska firma Profit4You.

– Dopełnienie wszelkich formalności związanych z uzyskaniem dokumentów, zezwoleń, dokonanie rozliczeń i monitorowanie przebiegu projektów jest oczywiście niezwykle istotne i stanowi podstawę naszej działalności - mówi Ewa Felska, współwłaścicielka Profit4You. - Nie zapominamy jednak o tym, co najważniejsze, czyli o ludziach. Zdajemy sobie sprawę, że lojalny, wyszkolony pracownik, który nie zrezygnuje z pracy po miesiącu, to siła napędowa każdej firmy. Dlatego prowadzimy szereg inicjatyw, które mają za zadanie ułatwić cudzoziemcom adaptację do życia i pracy w Polsce oraz budować długotrwałe relacje z pracownikami i klientami.

Wielu obcokrajowców pragnie zamieszkać w Polsce na stałe, jednak kwestie formalne często okazują się zbyt zawiłe dla osób niezorientowanych w meandrach polskiego prawodawstwa.

– Kiedy pojawiły się pierwsze sygnały, że nasi pracownicy wiążą z Polską swoją przyszłość,



Ewa Felska, PROFIT4YOU

postanowiliśmy działać – mówi Ewa Felska. – Opracowaliśmy autorski program „Rodzina Profit4You”, w ramach którego pomagamy naszym pracownikom otrzymać Kartę Pobytu, sprowadzić rodzinę, wynająć mieszkanie, znaleźć przedszkole lub szkołę dla dzieci i osiąść w Polsce na stałe.

To jednak nie jedyny czynnik, który wpływa na jakość życia i wzrost poczucia przynależności naszych pracowników. Według ostatnich badań ponad 70% rosyjskojęzycznych obcokrajowców pracujących w Polsce wyraziło chęć nauki języka polskiego.

- Takie liczby dają do myślenia. Postanowiliśmy zatem wyjść naprzeciw oczekiwaniom obcokrajowców i od lipca tego roku publikujemy, zupełnie bezpłatnie, autorskie lekcje polskiego, które w pierwszej kolejności mają ułatwić komunikację w miejscu pracy, a docelowo umożliwić w pełni komfortowe funkcjonowanie w polskim środowisku – zapewnia Ewa Felska. – Zdajemy sobie również sprawę, że wyjazd do innego kraju wiąże się z olbrzymim stresem. O ile dla obywateli Ukrainy czy Białorusi Polska nie jawi się jako egzotyczne miejsce, to dla Uzbeków, Kazachów czy Tadżyków wciąż pozostaje sporą niewiadomą.

POLSKIE FORUM W TASZKIENCIE

Profit4You swoje działania edukacyjne prowadzi także daleko od Polski. Jednym z nich jest założone Polskie Forum w Taszkencie.

- To centrum rekrutacyjno - szkoleniowe, w którym kandydaci do pracy mają możliwość dowiedzieć się więcej na temat naszego kraju, rozpocząć naukę języka oraz przybliżyć sobie specyfikę przyszłej pracy – wyjaśnia Ewa Felska. – Co więcej, aby ułatwić proces adaptacji, stworzyliśmy obszerny przewodnik, w którym każdy kandydat znajdzie najważniejsze informacje dotyczące pracy i życia w Polsce. Przyszli pracownicy mogą także poznać opinie ludzi, którzy już u nas pracują, dzięki wywiadam publikowanym na naszym kanale na YouTube. Aby zwiększyć zaangażowanie pracowników w życie firmy organizujemy dla nich konkursy z nagrodami oraz zachęcamy do przyłączenia się do cyklicznej akcji charytatywnej prowadzonej przez Profit4You pod hasłem: „Cenimy Wielkich, Wspieramy Małych”. Wszystkie te inicjatywy mają realne przełożenie na minimalizację rotacji personelu, zwiększenie wydajności pracy i redukcję kosztów zatrudnienia – tłumaczy Ewa Felska.

KRZYWYM OKIEM

MICHAŁ STANKIEWICZ

Zaczynał w Gazecie Wyborczej, a od 1999 r. dziennikarz „Rzeczpospolitej”. Od kilku lat związany też z TVN. Laureat wielu ogólnopolskich nagród, m.in. „Watergate” Zarządu Głównego Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich oraz Fundacji Batorego. Dwukrotnie nominowany do Grand Press, a także do Mediatorów. Pasjonat tenisa, dobrej muzyki oraz... psów rasy bokser. Założyciel i wydawca Prestiżu.



IDYLLA PRZEDSIĘBIORCÓW

Październik tradycyjnie upłynął pod szyldem walki polsko - polskiej. Wybory parlamentarne utrwaliły dominację koalicji PO - PiS (z dodatkami), a do której po kilkuletniej nieobecności dołączyło SLD.

Przed nami zatem cztery kolejne fascynujące lata. Najlepsze perspektywy mają przedsiębiorcy. Dzięki stale rosnącym obciążeniom mogą nieustannie zwiększać swój udział w budowaniu ukochanej, reformowanej ojczyzny. Serca rosną na wieść o deklaracjach rządu co do podniesienia płacy minimalnej, czy też rosnącej skuteczności służb skarbowych. Efekty są wspaniałe. „Polski system podatkowy jest najbardziej represyjnym systemem w Europie. Nigdzie nie ma takich kar, grzywn i innych zagrożeń karnych jak w Polsce. Kara za brak raportowania podatkowego w naszym kraju wynosi 5 mln euro, kiedy średnia w UE wynosi 30 tys. Jesteśmy liderem w represyjności. Chcemy ściągać za wszystko i to olbrzymimi karami” - stwierdził niedawno w jednym z wywiadów prof. Adam Mariański, Przewodniczący Krajowej Rady Doradców Podatkowych.

Słowa profesora wydały się być szczególnie aktualne podczas inauguracyjnego posiedzenia Sejmu, gdy premier Mateusz Morawiecki dziękował służbom skarbowym za ich wielki wysiłek i pracę. Serce rośnie! Duma!

Samo ponoszenie danin jednak nie wystarcza. Zupełnie inną satysfakcję, bliższą ekscytacji porównywalnej z oczekiwaniem na prezent pod choinkę albo występ ulubionego artysty daje przedsiębiorcom oczekiwanie na kolejne nowe, najczęściej niejasne przepi-

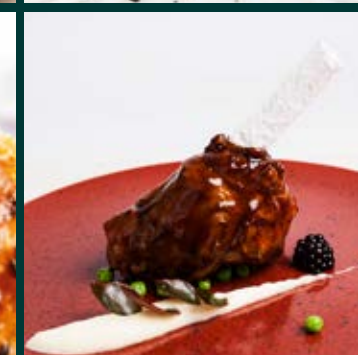
sy. Produkowane są każdego roku w gigantycznych ilościach. Niektóre planowane od dawna, a inne wprowadzane nagle i zupełnie nieoczekiwanie. Dzięki temu przedsiębiorcy mogą utrzymywać setki tysięcy księgowych i specjalistów od przepisów, którzy mozolnie starają się je poznawać i interpretować. Oczywiście z różnym skutkiem.

Ważnym osiągnięciem rządu było wprowadzenie w sierpniu tego roku zwolnienia z podatku PiT dla osób do 26. roku życia. Każda obniżka podatku jest dobra i powodów zwolnienia ludzi w tej kategorii wiekowej nie trzeba wyjaśniać. Nie wiadomo jednak dlaczego z PiT - u nie zwolniono także 28 - latków, 37 - latków i 49 - latków. A nawet 56 i 61 - latków. Nowy przepis burzy przy okazji politykę antydyskryminacyjną firm stosowaną przy zatrudnianiu - jeżeli chodzi o wiek. Nie ma co udawać, że koszty zatrudnienia mającego takie same kwalifikacje 24 i 27 latka będą teraz zupełnie inne, stąd ten drugi nie będzie mieć szans. Pytanie - czy przedsiębiorcy będą tak odważni jak rząd i napiszą wprost w ogłoszeniu: „Oferta tylko dla osób do 26. roku życia”?

Wielką radość przedsiębiorcom daje też ZUS. Rosnące z roku na rok składki, kolejne programy socjalne i ulgi dla wybranych grup motywują do jeszcze większej przedsiębiorczości i pracy na rzecz dobra wspólnego. Rząd tutaj też nie zwalnia tempa. Premier Morawiecki jeszcze przed wyborami zapowiedział liczne zmiany w składkach ZUS. Nie wiadomo dokładnie jakie i o co w nich chodzi. Wiadomo tylko, że emerytury będą coraz mniejsze, a na każdego pracującego będzie przybywać niepracujących.

Nie zapominamy też o samorządach. W czasie gdy PiS uszczęśliwia naród na szczeblu centralnym w samorządach o szczęście i dobrobyt obywateli dba opozycja. W październiku największa wdzięczność należy się włodarzom z Gdyni, Sopotu i Gdańska, którzy postanowili zerwać umowę z firmą NB Tricity należącą do Next Bike Polska na projekt rower Mevo. Jak wyjaśniali na konferencji prasowej w ten sposób postanowili uratować nasze pieniądze. Bo właśnie NB Tricity miało zrewolucjonizować transport rowerowy w metropolii tworząc ponad 600 stacji i wprowadzając do obiegu 4800 rowerów o napędzie elektrycznym. Projektowi towarzyszył jednak chaos, problemy z aplikacją, z ładowaniem rowerów, a przede wszystkim brak obiecanej liczby rowerów. Samorządowcy za wszystkie niedociągnięcia nakładali kary, aż wreszcie postanowili zerwać umowę i ściągnąć pieniądze od operatora. Swój komunikat wystosował też Next Bike Polska podkreślając, że prowadzi w Polsce kilkadziesiąt systemów. Wszystkie są tradycyjne i działają. Porażkę poniósł tylko w Trójmieście. Wina operatora nie budzi wątpliwości. On sam się zresztą od niej nie uchyla. Trudno jednak było jednak takiej refleksji dopatrzeć u samorządowców.

Zmiany we władzach Sopotu. Nowym zastępcą prezydenta Sopotu została Magda Jachim - Czarzyńska, dotychczasowa rzecznik prasowa. Zastąpiła na stanowisku Joannę Cichocką - Gulę, która z kolei została dyrektorem Art Inkubatora, nowej miejskiej instytucji kulturalnej. W sopockich realiach konkurs uznano za zbędny. Kadencja potrwa siedem lat.



Zdecyduj, które dania trafią do naszej karty – tydzień testów nowego menu za **-50%**

Szef Kuchni Radosław Gierałtowski zaprasza

16-24 LISTOPADA

* oferta dotyczy gości indywidualnych



Marcin Rąbczyk - współwłaściciel Mansi London,
Blanka Lipińska - pisarka



Od lewej: Blanka Lipińska - pisarka, Małgorzata Korpusik -
współwłaściciel, prezes Mansi London, Alicja Domańska - malarka



Oskar Maya - dziennikarz, Żaklina Ta Dinh - modelka,
Ola Nowak - influencerka



Od lewej: Michał Stankiewicz, prezes MS Group, wydawca magazynów
Prestizj i Linia, Aneta Szyłak, pełnomocniczka nowego Muzeum Sztuki
NOMUS, Marcin Żebrowski, dziennikarz prowadzący wydarzenie



Marta Blendowska, kreatorka magazynu Linia, Wioletta Lenczowska,
właścicielka Mesmetric, Katarzyna Haska, właścicielka Moyha



Krystian Rassmus, architekt, Klaudia Krause Bacia, z-ca redaktora
naczelnego magazynu Prestizj, Bartek Bacia, marketing Balax Metal



Od lewej: Aneta Bodziak, Ewa Chodakowska,
Damian Górski - (Gorsky_Ushuaia) Tatio London



Janusz Bodziak - współwłaściciel Mansi London,
Ewa Chodakowska - trenerka fitness



Ewa Chodakowska, Aleksandra Rogowska TVN, (druga od prawej)
Alicja Domańska, Małgorzata Korpusik - prezes Mansi London



Krystian Rassmus, architekt, Barbara Markiewicz, właścicielka
restauracji Lentre Villes



Prelegenci wieczoru: Adam Wąsik, przedstawiciel marki Porsche,
Paulina Jamborowicz, blogerka, Katarzyna Dobek Leszczuk,
prezes firmy Eurodom, Anđelika Cieślowska, prezes Doraco
Nieruchomości, Ewy Janczukowicz-Cichosz, wicedyrektor PPNT,
Marcin Żebrowski, dziennikarz prowadzący wydarzenie



Iwona Kohnke Art & Design manager, Aleksandra Staruszkiewicz,
organizator wieczoru MS Group, Małgorzata Udala, marketing sales
manager Zieta Proszedesign



John Porter, Alicja Domańska

OTWARCIE SHOWROOMU MANSI LONDON



Od lewej: Łukasz Wasiak z małżonką,
Marcin Rąbczyk - współwłaściciel Mansi London,
Małgorzata Korpusik - prezes Mansi London



Oliver Rasztański - architekt, Kruk Rasztański Architektki,
Marek Zylewicz, marketing manager Lentre Villes,
Ewa Janczukowicz-Cichosz, wicedyrektor PPNT

WIECZÓR DE LUXE Z DESIGNEM

Architekci oraz przedstawiciele biznesu i sztuki spotkali się w restauracji L'Entre Villes na wieczorze de Luxe organizowanym przez agencję medialną MS Group. Tematem przewodnim eventu był design. Kulminacyjnym punktem wydarzenia była prezentacja nowego czasopisma Linia - o sztuce, architekturze i designie! Wydarzenie poprowadził Marcin Żebrowski, wieloletni dziennikarz TVN 24.



Arkadiusz Grzymkowski, manager regionu Geberit,
Marta Blendowska, kreatorka magazynu Linia



Od lewej: Magdalena Wszolek, Daria Górka (od prawej)

W Gdyni Orłowie odbyło się oficjalne otwarcie nowego showroomu Mansi London. Właściciele postanowili połączyć sztukę użytkową wraz z obrazami z kolekcji Angel Mantra autorstwa Alicji Domańskiej, które współgrają z wnętrzem i kolekcją mebli. W wydarzeniu wzięło udział blisko 100 zaproszonych gości. Na otwarcie przybyli wyjątkowi goście, w tym Ewa Chodakowska oraz Grzegorz Skawiński. Atrakcją wieczoru był występ muzyczny Johna Portera.



Od lewej: Alicja Domańska - malarka,
Kacper Hamilton - designer, Shinoko Wakatsuki - aktorka



Przemysław Kisielewski, dyrektor City Handlowy, Marek Sitowski i Michael
Michalczewski, właściciele Michael&Markus Jewelry



Karolina i Paweł Romanowscy, właściciele Taras Factory



Marta Pałucka - modelka, Andrzej Boczek Junior - AB Inwestor



Od lewej: Waldemar Tkaczyk, Alicja Domańska, Grzegorz Skawiński



Projektant mody Rodrigo De La Garza wraz z żoną Anną



Grzegorz Leszczuk, Katarzyna Dobek Leszczuk,
właściciele firmy Eurodom



Sylvia Makris, Art Photography, Ismena Warszawska,
projektantka mody z córką



Aleksandra Wojciechowska, Aleksandra Joachimowska, właścicielka
Optical Christex, Mariola Szoszarowska, właścicielka Ika Kolor



W-ce Prezydent Gdyni Katarzyna Gruszecka - Spychała,
Janusz Bodziak - współwłaściciel Mansi London



Żaklina Ta Dinh - modelka, Ola Nowak - influencerka



Małgorzata Korpusik, Żaklina Ta Dinh, Marcin Rąbczyk



Jakub Wyreński, właściciel Livolo, Agata Smuga, social media
specialist Livolo



Dr. hab. Jan Sikora, architekt Sikora Wnętrza Architektura



Karolina Łukaszevska, marketing manager Porsche Lellek Sopot

Fot. Karol Kacperski



Małgorzata Stępnik, malarka z Częstochowy, Szymon Romanowski, właściciel galerii Triada



Maggie Piu, krakowska artystka, Szymon Romanowski, Małgorzata Stępnik



Od lewej: Jan Stępnik, Małgorzata Stępnik, Sławomir Stępnik, Magdalena Stępnik, Oskar Nowak.



Marcin Żebrowski, były dziennikarz TVN24



Sylwia Szołt



Dariusz Mądry, Aneta Mądry, Anna Pstrągowska

Fot. Krzysztof Nowosielski



Beata Zając, Grażyna Romanowska



Od lewej: Krzysztof Zając, Grażyna Romanowska, Beata Zając, Szymon Romanowski



Agnieszka i Adam Trzasko



Rafał Sokołowski, Bartosz Sambożuk



Sylwia Zarzycka, prezes Fundacji Między Niebem a Ziemią



Agata Sznycey, Michał Sznycey, radca prawny

Fot. Piotr Zagiełł



Wilga Bądowska, artystka

ARTYSTYCZNE DUETY W GALERII TRIADA



Waldemar J. Marszałek, artysta



Wanda Rusakiewicz, Stanisław Sikora, Waldemar Marszałek z Tymkiem, Marta Marszałek z Ignasiem, Irena Hubert-Sikora

W galerii Triada odbył się wernisaż dwóch artystek: Małgorzaty Bieniek (Maggie Piu) oraz Małgorzaty Stępnik. Wszystko w ramach cyklu artystycznych duetów, które mają na celu pokazać trójmiejskim odbiorcom większą ilość artystów, a także zestawić ich twórczość ze sobą. W ramach wydarzenia odbyła się również wystawa córki i ojca - Marty i Waldemara J. Marszałków.



Po prawej: Wilga Bądowska, Marek Wróbel z żoną



W środku: Szymon Romanowski, właściciel galerii Triada



Wiesława Romanowska, założycielka galerii Triada z mężem Andrzejem Romanowskim, architektem



Od prawej: Małgorzata Suhecka, radca prawny



Od lewej: Andrzej Czarniecki



Maciej Suhecki, Magdalena Wruszak

AUKCJA CHARYTATYWNA FUNDACJI MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

Ponad 141 000 zł udało się zebrać na aukcji charytatywnej zorganizowanej przez Fundację Między Niebem a Ziemią. Pieniądze uzyskane z licytacji zostaną przeznaczone dla kilkudziesięciu dzieci śmiertelnie i nieuleczalnie chorych oraz ich rodzin. W aukcji udział wzięli trójmiejscy prawnicy, a także przedstawiciele biznesu. Licytację prowadził były dziennikarz TVN 24 Marcin Żebrowski. Wydarzenie odbyło się po raz kolejny w Sky Clubie Olivia Business Centre.



Andrzej Zwara, Monika Lewandowska, Adam Lewandowski



Anna Belniak, Maja Likus - Wójcikiewicz



Marta Żebrowska, dyrektor hotelu Hanza Pałac



Anna Przybylska



Marta Marszałek



Z lewej: Ewa Skaper, artystka



Od lewej: Marek Wróbel, Wiesława i Szymon Romanowski, galeria Triada, Marta i Waldemar J. Marszałek, Wilga Bądowska



Michał Herok, właściciel agencji SEOgroup



Anna Kruszyńska



Agnes Sowa, skrzypaczka

ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

Umam Gdańsk, ul. Hemara 1; **Umam Marina** Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Kafe Delin**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 17; **Segafredo**, Gdańsk, Tart Rybny 11 wejście od Motławy; **Cafe W**, Gdańsk, CH Manhattan; **Corten Cafe**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Marmolada Chleb i Kawa**, Gdańsk, ul. Stonimskiego 5 (osiedle Garnizon); **Mount Blanc**,Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Gelatio Magia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Costa Coffee**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Kreatywna Cafe**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Szuka Wyboru**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Paulo** Gelerteria, Gdańsk, ul. Podwale Staromiejskie 96/97; **Caldò**, Gdańsk, Plac Dominikański 1; **Rosse Rosse**, Gdynia, ul. Świętojańska 45 (Bałtj Plaza); **Costa**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdynia, Centrum Riviera; **Mount Blanc**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdynia, Centrum Gemini; **Grey Coffee&More**, Gdynia, Centrum Gemini; **Corner Cafe**, Gdynia, ul. Świętojańska 78A; **Costa Coffee**, Gdynia, CH Klif; **Cyganeria**, Gdynia, ul. 3 Maja 27; **Mariola Cafe**, Gdynia, ul. Prusa 24; **Baliępe**, Gdynia, Centrum Riviera; **Ciacia Babka**, Gdynia, al. Piłsudskiego 30; **Lawenda Cafe**, Gdynia, ul. Starowiejska 11; **Alt Cafe**, Gdynia, ul. Legionów 112f/1 (Altus); **Cafe Resto**, Sopot, Hotel Rezydent; **Mount Blanc**, Sopot, Centrum Hafnera; **Cafe Ferber**; Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Cukiernia T.Deker**, Sopot, Hotel Rezydent; **Kava**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 61; **So! Coffe**, Sopot, Krzywy Domek; **Capucino Cafe**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 25; **Pociąg do kawy**, Nowe Centrum Sopotu; **La Crema**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 14; **La Bagatela**, Nowe Centrum Sopotu

RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

Browar Vrest, Gdańsk, ul. Słowackiego 23; **True**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Ryz**, Gdańsk, Gdańsk, ul. Stary Rynek Oliwski 2; **Jak się masz**, Gdańsk, ul. Rybińskiego 24; **Mami Sushi**, Gdańsk, Hemara 5; **Wozownia**, Gdańsk, ul. Gradowa 6; **Piwnica Rajców**, Gdańsk, ul. Długi Targ 44; **Zafishowni**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Officina**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 415 (Argon) **Thai Thai**, Gdańsk, ul. Pogarybary 10; **Grass**, Gdańsk, ul. Szeroka 121/122; **Motława**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/1; **Pe Brzegi**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/4; **Bresso**, Gdańsk, ul. Krasińskiego 98/1; **Tekstylni**, Gdańsk, ul. Szeroka 11; **Alo! Inspired by Gdańsk**, Gdańsk, ul. Partyzantów 6; **Majolika**, Gdańsk, ul. Uphagena 23; **Machina**, Gdańsk, ul. Chlebnička 13/16; **Amber Side**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Fishmarkt**, Gdańsk, Tart Rybny 6 C; **Fellini**, Gdańsk, Tart Rybny 6; **Correze**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/7; **Bellevue**, Gdańsk, Tart Rybny 10 AB; **Hard Rock Cafe**, Gdańsk, ul. Długi Targ 35/38; **Goldwasser**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 22; **Lao Thai**, Gdańsk, Tart Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Sempre**, Gdańsk, Tart Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Kubicki**, Gdańsk, ul. Wartka 5; **Sushi 77**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 30 (obok Żurawia); **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Tandeta/Szeroka; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Espanol**, Gdańsk, ul. Tandeta (róg Szerokiej); **Restauracja Filharmonia**, Gdańsk, ul. Św. Duchy 16; **Restauracja Ritz**, Gdańsk, ul. Szafarnia 6; **Restauracja Szafarnia 10**, Gdańsk,ul. Szafarnia 10; **Neighbours Kitchen**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11 (Waterlane); **Delmonico Out**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Itakaya Sushi**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **KOKU Sushi**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **Otwarta**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 6 (Garnizon); **Lula**, Gdańsk, ul. Nowy 4 (Garnizon); **Ping Pong**, Gdańsk, ul. Słowackiego 21 (Garnizon); **Elksir**, Gdańsk, ul. Hemera 1 (Garnizon); **Loberst**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **VNS**, Gdańsk, C.H. Manhattan; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 84; **Tawerna**, Gdańsk, ul. Powornicza 19/20; **Mon Balzac**, Gdańsk, ul. Piwna 36/39; **Browarnia**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Gdański Bowke**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 11; **Fusion Sushi**, Gdańsk, ul. Stary Rynek Oliwski 9; **Mono Kitchen**, Gdańsk, ul. Piwna 28/30; **Piwna 47**, Gdańsk, ul. Piwna 47; **Latający Holender**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Big Apple**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 578; **Stacja de Luxe**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 22; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Servus**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241; **Esplendidos**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 243; **Milo Mi**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245; **Punkt**, Gdynia, ul. Władysława IV 59; **Moje Miasto**, Gdynia, Skwer Kościuszki 15; **Głuchy Telefon**, Gdynia, ul. Świętojańska 52; **Fedde Bistro**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Como Ristorante**, Gdynia, CH Klif; **Tokyo Sushi**, Gdynia,ul. Mściwoja 9; **Trafik Jedzenie & Przyjaciele**, Gdynia, Skwer Kościuszc 10; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście;

Hashi Sushi, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **CoCo**, Gdynia, Centrum Gemini; **Chwila Moment**, Gdynia, Infoblox; **Barozuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Tapas Barcelona**, Gdynia, ul. Świętojańska 23/28; **Pasta Miasta**, Gdynia, ul. Świętojańska 46; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Sceneria**, Gdynia, ul. Mickiewicza 1/3; **Malika**, Gdynia, ul. Świętojańska 69; **Casa Cubeddu** Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **Thusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Stuczka**, Gdynia, ul. Abrahamama 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Mąka i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Trio Restauracja**, Gdynia, ul. Starowiejska 29-35; **AlcBrowar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **Santorini**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Biały Królik**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Gard Nordic Kitchen**, ul. Waszyngtona 10 (Hotel Courtyard); **Mondo di Vinegre**, Gdynia, ul. Polska 1; **Pieterwas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Abrahamama 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Tawerna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/3; **Vertigo**, Gdynia, Plac Grunwaldzki 2; **Sempre Pizze e Vino**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **La Vita**, Gdynia, ul. Władysława IV; **Bosco**, Sopot, Centrum Hafnera; **Grono di Rucola**, Sopot, ul. Wybickiego 48; **Nowy Świat**, Sopot, Centrum Hafnera; **Pelikan**, Sopot, Centrum Hafnera; **Thai Thai**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 17; **Błękitny Pudel**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 44; **Toscana**, Sopot, ul. Grunwaldzka 27; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 60; **Ristorant Sempre**, Sopot, ul. Grunwaldzka 11; **Morska**, Sopot, ul. Morska 9; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49; **White Martin**, Sopot, Al. Wąjska Polskiego 1; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Crudo**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Unique Club**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Avocado**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Cyrano-Roxane**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 11; **Tapas de Rucola**, Sopot, Pułaskiego 15; **Pick&Roll Club**, Sopot, ul.Zamkowa Góra 3-5; **La Marea**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Pak Choi**, Sopot, ul. Morska 4; **Pieprz**, Sopot, ul. Hafnera 7; **Smak Morza**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszk 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Sushi77**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 53 (Krzywy Domek); **Bulaj Sopot**, Sopot, Al. Franciszka Mamuski 22; **737 Lentre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Aquarella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Hotel Villa Aqua); **Pomarańczowa Plaża**, Sopot, ul. Emilii Plater 19; **Fidel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Hashi Sushi**, Dworzec Sopot; **Tartoria**, Dworzec Sopot; **Fit&Green**, Dworzec Sopot; **Whiskey for The Rock**, Dworzec Sopot; **Bagażownia Zynera**, Dworzec Sopot; **SeaFood Restaurant**, Dworzec Sopot; **Secretariat**, Hipodrom Sopot; **Projekt 36**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Polskie Smak**, Sheraton Sopot; **Ware**, Sheraton Sopot; **1911 Restaurant**, Sopot, ul. Grunwaldzka 4/6

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Quiris, Gdańsk, ul. Heweliusza 15; **Atelier Brzozowski**, Podwale Staromiejskie 109/112B; **Barberian**, Gdańsk, ul. Wypiańskiego 28; **Quiris**, Gdańsk, ul. Galczyńskiego 12; **Salon Fryzjr Meskich**, ul. Łąkowa 27; **Fryzjerna**, Gdańsk, ul. Szeroka 24-26; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, OH Familia; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elzbietarska 9/10 kolo kościoła Św. Józefa; **Jacques Andre**, Gdańsk, Galeria Bałtycka (poziom -1); **Salon Fryzjersko – Kosmetyczny ExcellentQ**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5A; **Salon Fryzjerstwa Artystycznego Degowski**, Gdańsk, ul. Heweliusza 31; **Roccialli**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Roccialli**, Olivia Business Centre; **Atelier de Beaute**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 409 (Alchemia); **Studio Marina**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Metamorphosis Karolina Konkiel**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Prime Club Fryzjerski**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 FG; **Camile Albane**, Gdańsk, CH Madison; **Permanent Makeup Place – Gm**, ul. Świętojańska 43/15; **Makeup Your Mind**, ul. Gdynia, ul. Bema 5/1 PŚW **Mat-Studio**, Gdynia, ul. Orłowska 2; **Obesene Studio**, Gdynia, ul. Batorego 4; **Studio No 7**, Gdynia, ul. Bema 10; **Guertain**, Gdynia, ul. Abrahamama 24; **La Perla**, Gdynia, ul. Harcerska 5; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, CH Klif; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, Plac Górnosiłagi 4; **Instytut Piękna Dolce Vita**, Gdynia, Skwer Kościuszki 18; **Beauty Marine**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 7; **Studio Effect**, Gdynia, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Akademia Makijażu Permanentnego**, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Brański Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/14 (Nowe Orłowo); **Elixir Kosetyka**, Gdynia, ul. Świętojańska 41/7; **Atelier Brzozowski**, Gdynia, Legionów 119C; **Salon Fryzjerski Studio F**, Gdynia, ul. Świętojańska 43/19; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Jacques Andre**, Gdynia, Centrum Riviera; **Centrum Pięknego Ciała**, Sopot, ul. Jagielly 4; **Styl**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Instytut Dr Irena Eris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Salon urody Drausal**, Sopot, al. Niepodległości 739/1; **Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2/1; **Salon Modnej Fryzury Mago**, Sopot, Al. Niepodległości 688; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775/1; **Włoski Salon Fryzur**, Sopot, Al. Niepodległości 648/1; **HairBar**, Sopot, Sheraton, Dom Zdrojowy; **Instytut Kosmetykoi Nina Godlewska**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 2-4

SPA&WELLNESS

Five Senses, Gdańsk, ul. Norwida 4; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Beauty Derm Instytut-Medical Day SPA**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30 Hotel Posejdon **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniewskiego 51; **Vitallabs**, Gdańsk, Al. Jana Pawła II 38 lok. U1; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **SpaSpeed**, Gdańsk, ul. Wąły Pastowskie 1; **Moments Day Spa**, Gdańsk, ul. Myśliwska 33; **Bali SPA**, Gdańsk, ul. Szeroka 42/43; **Nadobne**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 457 **Mana Day Spa**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 2A; **SPA w Hotelu Kuracyjnym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul.

Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Vanity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii WP 26/1U; **Day SPA Vita'o**, Gdynia, ul. Abrahamama 11/10; **OXO Spa**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Day SPA w Hotelu Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel Conference Center&SPA**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **City Day Spa**, Sopot, Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1; **Aquapark Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5; **Salon Mai Thai**, Sopot, ul. Chopina 26 A; **Aqua Spa**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5

MEDYCYNIA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PŁASTYCZNA

Skinlab, Gdańsk, ul. Hemara 2; **Dr Kondęb**, Gdańsk, ul. Polarki 136/6; **Dermiclab Med.&Beauty Clinic**, Gdańsk, ul. Obywatelska 2A; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniewskiego 2A; **Perfect Medica**, Gdańsk, ul. Kołobrzeska 63; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Dr Pernak**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 549; **Dwір Kutniczi**, Gdańsk, ul. Wejdeloty 13; **Amiamo.pl**,Gdańsk, ul. Obr. Wybrzeża 7; **Klinika Dobosz**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok.102; **Instytut Kosmetykoi Babiana**, Gdańsk, ul. Hynka 6/9; **Kliniika Zdrowia i Piękna H&Bmed**, Gdańsk, ul. Jaskowa Dolina 8; **Gdańska Klinika Urody**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/2; **Kliniika Gorszewska**, Gdynia, Al. Legionów 112/2; **L'essai Medical Clinic**, Gdynia, ul. Hryniewickiego; **Veoli Clinic**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Hevena Beauty**, Gdynia, ul. I Armii WP 8/5; **Beauty Medical**, Gdynia, ul. Wincentego Pola 27; **Proderm**, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2; **Laser Line**, Gdynia, ul. Mściwoja 10; **Beauty Laser**, Gdynia, ul. Abrahamama 45; **Beauty Derm**, Gdynia, ul. Świętojańska 139; **Centrum Medyczne Dr Kubik**, Gdynia, ul. Skwer Kościuski 15/6; **Kliniika Estetyki**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/11; **Derm Estetyka**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Centrum Medyczne Nowe Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/8 Nowe Orłowo; **Allure Institute**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/7 Nowe Orłowo; **Care Medica by Karolina Sozańska**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/6 Nowe Orłowo; **Kliniika Urody Mediderm**, Gdynia, ul. Abrahamama 36-44; **Instytut Urody Apata Partyka**, Gdynia, ul. Strzeżków 1/4; **New Skin**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 38; **Centrum Zdrowia i Urody Orchard**, Sopot, ul. Hafnera 10/2; **Estee Med**, Sopot, ul. Chopina 34/2; **Sopocka Fabryka Urody**, Sopot, ul. Smolna 1D; **Derm-AL**, Sopot, ul. Armii Krajowej 116/5; **Medissima**, Sopot, ul. Armii Krajowej 72

HOTELE

Number One, Gdańsk, ul. Jagłana 4; **Hotel Impresja**, Gdańsk, ul. Tuwima 12 **Hilton Gdańsk**, Gdańsk, Tart Rybny 1; **Radisson Blu**, Gdańsk, ul. Długi Targ 19; **Dwір Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Hotel Gdańsk**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Golden Tulip**, Gdańsk, ul. Pastowska 160; **Celestin Residence**, Gdańsk, ul. Straganarska 19; **Hanza Hotel**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Królewski**, Gdańsk, ul. Oliwianka 1; **Amber Tower**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Holland House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Fahrenheit**, Gdańsk, ul. Grodzka 19; **Grand Cru**, Gdańsk, ul. Rycerska 11-12; **Puro Hotel**, Gdańsk, ul. Stagiewna 26; **Hotel Sadova**, Gdańsk, ul. Łąkowa 60; **Hotel Almond**, Gdańsk, ul. Toruńska 198; **Dwір Prawdziwa**, Gdańsk, ul. Pastowska 198; **Hotel Focus**, Gdańsk, ul. Nad Stawkę 5; **Kuracyjny**, Gdynia, Al. Zwycęstwa 255; **Różany Gaj**, Gdynia, ul. Gdynia, ul. Bema 5/1 PŚW **Mat-Studio**, Gdynia, ul. Orłowska 2; **Courtyard by Marriott**, Gdynia, ul. Waszyngtona 19; **Hotel Villa Baltica**, Sopot, ul. Emilii Plater 1; **Hotel Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **Softel Grand Sopot**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 12-14; **Villa Antonina**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Mera Spa**, Sopot, ul. Btwy pod Płowcami 59; **Mała Anglia**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Dworek Admiral**, ul. Powstańców Warszawy 80; **Hotel Sopot**, Sopot, ul. Hafnera 88; **Villa Sentoza**, Sopot, ul. Grunwaldzka 89; **Hotel Haffner**, Sopot, ul. Haffnera 59; **Villa Aqua**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Mlyn Klekotki**, Godkowo

KLUBY FITNESS

Fitness Authority, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 229; **Zdrofit**, Gdańsk, CH Manhattan; **Muy Gym**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Zdrofit**, Gdańsk, Grunwaldzka 411; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, Hotel Marina; **Calypto**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 256 (Klif); **Centrum Joga i Pilates**, Gdynia, ul. Starowiejska 54/3; **Zdrofit**, Gdynia, Centrum Riviera; **Calypto Fitness**, Sopot, Al. Niepodległości 697-701 (Sopocki Skwer); **Sheraton Fitness**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **CrossFit Trójmiasto**, Sopot, 3 Maja 69C; **Elite Gym**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 55-57; **Zdrofit**, Sopot, ul. Dworcowa 7

SALONY SAMOCHODOWE

BMW Zdunek, Gdańsk, ul. Miarki Szlak 43/45; **Bawaria Motors**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 195; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault Zdunek**, Gdańsk, ul. Miarki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, Gdańsk, ul. Miarki Szlak 4/8; **KMJ Zdunek**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 295; **Opel Serwis Haller**, Gdańsk, ul. Odyseusza 20; **Subaru Zdanowicz**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256 A; **British Automotive**, Gdańsk, ul. Abrahamama 5; **Volvo Drywa**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Goworowski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **City Motors**, Gdańsk, ul. Jagiellońska 12A; **BMW Zdunek**,

Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdynia, ul. Zwycięstwa 241/3; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Drywa**, Gdynia, ul. Parkowa 2; **Mercedes BMG Goworowski**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Auto House**, Gdynia, ul. Stryska 24; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Dwisiana 13; **Audi Centrum Gdynia**, ul. Łużycka 3A; **Peugeot, JD Kulej**, Gdynia, ul. Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1; **Aquapark Sopot 162**; **Opel Serwis Haller**, Gdynia, ul. Morska 290A; **Porsche Centrum Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 966; **Prestige**, Sopot, Al. Niepodległości 663; **Unique Cars**, Reda, ul. Wejherowska 56

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

Nord Clinic, Gdańsk, ul. Norwida 3U/2; **Stomatolog Katarzyna Lisiecki Patyna**, Gdańsk, ul. Matejki 22/2 **Polimed**, Gdańsk, CH Manhattan; **Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Imvicta**, Gdańsk, ul. Rajska 10 (Madison); **Nivradental**, Gdańsk, Al. Klif; **Swarowski**, Gdynia, CH Klif; **Kezard**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 197; **Optical Christex**, Gdynia, Centrum Riviera 6; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Projekt Uśmiech**, Gdańsk, ul. Partyzantów 76 (Green Office); **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaskowa Dolina 57; **Kliniika Prof. Dobosz i Partnerzy**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok. 102; **Anna Dental Clinic**, Gdańsk, ul. Szeroka 119/120; **Lux Med**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **VitalLabs**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Dental Spa**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 164; **Prodent**, Gdańsk, CH Madison; **Prodent**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 1/65 (Garnizon); **Medyczna Gdynia, Gdynia**, ul. Władysława IV 59; **Reha Prestige**, Gdynia, ul. Kielecka 10 ; **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Optyczno – Okulistyczne**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Evi-Med**, Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Osteo Sport**, Gdynia, ul. Stryska 26; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzeżków 11B/4; **Artident Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul. Jagielly 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **ibidental**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Grand Dental**, Sopot, ul. Hafnera 25

SKLEPY I BUTIKI

City Meble, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 211; **Lilou**, Gdańsk, ul. Ogarna 126/127; **Cafardini**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate, 3p); **Bestbrandshop**, Gdańsk, Galeria Metropolla; **InFashion**, Gdańsk, ul. Pańska 3; **Electronic Point**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 234 **Simple**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Swarowski**, Gdańsk, galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Intersport**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróży**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Body Shop**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Taranko**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Strellson**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Lanoro**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Clarks**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tru Trusardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Valentini/Samsonte**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Optyk Studio 1242**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Rosenthal**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, CH Manhattan; **Dolio Wini**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 9 (Garnizon); **Interior Park**, Gdańsk, Grunwaldzka 223; **Marry Me**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 124; **World Box**, Gdańsk, CH Manhattan; **Sandwich-mac**, Gdańsk, CH Madison; **Valentini/Samsonte**, Gdańsk, Madison; **Winers**, Gdańsk, ul. Miarki Szlak 52; **Premium Sound**, Gdańsk, ul. Rakoczego 31; **Lingeria**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 5; **Lumann**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 4; **Interior Park**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 223; **Coco Perfumy**, Gdańsk, ul. Szeroka 44-45; **Elements**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Novelle**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **MK Design**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Hever** , Salon Snu, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **IKA-Kolor**, Gdańsk, Grunwaldzka 470; **Persona**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 569; **Galeria Rubio**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 lok.66; **OOG Eyewear Concept Store**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Perfumeria Galilu**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Silk Epoque**, Gdynia, ul. Orłowska 53A; **DaSea People**, Gdynia, ul. Abrahamama 29; **Cocho**, Gdynia, ul. Klirskiego 11/1); **Fashion Box**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 9/2B; **Amazing Decor**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8; **Deco Home Art**, Gdynia, al. Zwycięstwa 234; **Bo Concept**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Studio Dago**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Spansen**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 171; **Pracownia AGD**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **NAP**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Hypnos Beds**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **REMEMB**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/1 (Nowe Orłowo); **Flader Art**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **REMEMB**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/1 (Nowe Orłowo); **Sen i Zdrowie**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/1 (Nowe Orłowo); **Living Story**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 235/2 (Nowe Orłowo); **Butik See You**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/2 (Nowe Orłowo); **InFashion**, Gdynia, ul. Świętojańska 91; **Epicentrum**, Gdynia, ul. Nowodworcowa 21; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Świętojańska; **Butik By O la la**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik MarCain**,

Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Optical Christex**, Gdynia, CH Klif; **S'portafino**, Gdynia, CH Klif; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lidia Kalita**, Gdynia, CH Klif; **Marella**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Betty Barclay**, Gdynia, CH Klif; **Max Mara**, Gdynia, CH Klif; **H**

My budujemy, Ty prosperujesz.



nadmotławie

ESTATE



ZAINWESTUJ w NADMOTŁAWIE ESTATE

Biuro sprzedaży

ul. Szafarnia 5, 80-755 Gdańsk

www.gdansk.robyg.pl

ROBYG

Grupa Deweloperska