

prestiz

magazyn trójmiejski

miesięcznik
bezpłatny
nr (3)
marzec
2010 r.

www.magazynprestiz.com.pl

Anna Jamróz

Miss Polski jakiej nie znacie

Beata Jakuszewska

Na pustyni z nomadami

DIETETYK

PRAWDĘ

CI POWIĘ

Jedz zdrowo

Mikołaj Ziółkowski

Muzyczny wizjoner



Dealer BMW
Zdunek

www.bmw-
zdunek.pl



Radość z jazdy

NAJPIĘKNIEJSZA FORMA DYNAMIKI.

BMW serii 5 jest samochodem dla tych, którzy mają apetyt na życie. Dla tych, którzy inspirować, a nie naśladować. Dlatego BMW serii 5 nie jest jedynie limuzyną, jest przyszłością limuzyn. Projektanci BMW nadali tej przyszłości najpiękniejszą formę. To nie tylko samochód, to idealne połączenie elegancji z wydajnością; niezwykłego wzornictwa z najnowocześniejszymi technologiami i innowacjami, jak chociażby BMW EfficientDynamics. U Dealera **BMW Zdunek** możesz doświadczyć najpiękniejszej formy dynamiki już od **20 marca**. Odwiedź www.bmw.pl/seria5

NOWE BMW SERII 5 LIMUZyna.

BMW EfficientDynamics 
Mniejsza emisja. Większa radość z jazdy.

Dealer BMW Zdunek
ul. Miałki Szlak 43/45
80-717 Gdańsk
Tel.: +48 58 350 60 25
www.bmw-zdunek.pl



Dołącz do świata prestiżu

Dział Reklamy
ul. Władysława IV 43, 81-395 Gdynia
biurowiec Hossa, 6 piętro
redakcja.trojmiasto@eprestiz.pl
tel./fax 058 620 15 14
www.magazynprestiz.com.pl

Myślałem, że będę te słowa pisał, siedząc sobie w ogródku i ciesząc się pobudzającą do życia wiosną. Niestety, zima nie odpuszcza, a ja coraz bardziej zaczynam rozumieć, co kryje się pod tajemniczym dotąd dla mnie pojęciem zimowa depresja. Wierzę jednak, że jeśli macie podobne odczucia, to lektura „Prestiżu” skutecznie pobudzi was do życia. Gwarantuję bowiem, że znajdziecie na naszych łamach wiele ciekawych artykułów, pasjonujących opowieści, poznaście niebanalnych ludzi.

Takim człowiekiem z pewnością jest Mikołaj Ziółkowski, twórca sukcesu Heineken Open'er Festival. Pierwszą edycję organizował w Warszawie, jeszcze jako mieszkaniec Gdyni. Teraz sytuacja się odwróciła. Festiwal zadomowił się w Gdyni na dobre, za to Mikołaj obrał kierunek odwrotny. Przeczytajcie wywiad z człowiekiem, który otworzył serca Polaków na dobrą, ambitną muzykę.

Skoro mowa o sercach, to pewnie niejednemu mężczyźnie mocniej ono zabije, gdy zobaczy na naszych łamach Annę Jamróz. Aktualna Miss Polski jest najlepszym przykładem tego, że seksapil kobiety ukryty jest w głowie. Jaka jest Ania? Przeczytajcie sami, na pewno będziecie pozytywnie zaskoczeni.

Ja z kolei zostałem mocno zaskoczony odwagą i spontanicznością Beaty Jakuszewskiej. Ta młoda mieszkanka Gdyni czerpie z życia pełnymi garściami, poddając się temu, co przyniesie los. A ten los rzuca ją po najdalszych zakątkach świata, do których dostaje się... autostopem, a po drodze spotyka ją wiele niesamowitych przygód.

Od tego numeru zaczynamy też nowy stały cykl – „Prestiżowe wnętrza”. Pokazujemy w nim, jak mieszkają ludzie, jak aranżują swoje wnętrza, aby było pięknie, z klasą i przede wszystkim niebanalnie. Dziś pełen tajemnic i zagadek dom projektantów mody Joli Słomy i Mirka Trybulaka.

Życzę zatem miłej lektury i zachęcam do kontaktu z redakcją.

Jakub Jakubowski



FELIETON

- 5 Wizerunek z pewną rysą
– pisze Małgorzata Rakowiec

WYDARZENIA

- 6 Magda Frąckowiak
– sukcesy gdańskiej
top modelki
- 7 Kamiński poskramia Wisłę
– podróżnik wyruszył
na kolejną wyprawę
- 7 Powalczy o blask koszykówki
– Jakubowski prezesem
zarządu PLK
- 8 Ekstremalne ściganie
– zimowa edycja Quadmanii
- 8 Lodowa sztuka – rzeźby na
Bulwarze Nadmorskim w Gdyni
- 9 „Prestiż” wstrzelił się w lukę
– kolejny raz pisze o nas „Press”
- 9 Pochwała piękna – festiwal
sztuki wizualnej inSPIRACJE



Na okładce:
Mikołaj Ziółkowski
Zdjęcie:
Marcin Mizerski

TEMAT Z OKŁADKI

- 10 Wizjoner, który zburzył
porządek muzycznego świata
– Mikołaj Ziółkowski

LUDZIE



- 16 Miss z Biblią w torebce
– Anna Jamróz, finalistka
konkursu Miss World

BIZNES

- 19 Pomorski Klub Biznesu
zaprasza – aktywizacja
pomorskich przedsiębiorców

PODRÓŻE



- 20 Nomad o imieniu Ryszard
– Beata Jakuszevska zwiedza
samotnie świat

MOTORYZACJA

- 24 Japońska technika, niemiecki
styl – w lexusie jak w domu

DESIGN



- 26 Prestiżowe wnętrze:
Inspirująca rzeczywistość
– dom pełen tajemnic

STYL ŻYCIA

- 28 Niezapomniane dziewięć
miesięcy – pamiętki
z okresu ciąży
- 30 Serialowa bańka mydlana
– miliony ludzi oglądają
ulubionych bohaterów

MODA

- 32 To idzie wiosna – trendy
w wiosenno-letniej garderobie



ZDROWIE I URODA

- 36 Kolagenowy sekret młodej
skóry – jak zatrzymać proces
starzenia się
- 38 Nowy biust bez skalpela
– nowa metoda
powiększania piersi
- 40 Smacznego i na zdrowie
– dietytyki prawdę ci powie



KULTURA

- 43 Nie ma jak dyskusja
– Salon Kulturalny Kobiet
- 45 Gwiazdy i debiutanci razem
– Festiwal Małych Form
Teatralnych „Kontrapunkt”



- 46 Prestiżowe imprezy, czyli
subiektywny przegląd
wydarzeń

KRONIKA PRESTIŻU

- 47 Odważna kolekcja Arłukiewicz,
Jazz dla Haiti
- 48 VIP-y na Pucharze Polski,
Gwiazdy światowej koszykówki
w Trójmieście
- 49 Gdyńskie nagrody rozdane,
Solidna Firma
- 50 Kobięce dyskusje o kulturze,
Najdłuższy koncert na świecie

prestiż
magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY
Magazyn Prestiż, ul. Władysława IV 43, 81-395 Gdynia
tel. +48 58 620 15 14
e-mail: redakcja.trojmiasto@prestiz.pl
www.magazynprestiz.com.pl

Redaktor naczelny: Jakub Jakubowski
tel. kom.: (+48) 500 215 111
Sekretarz redakcji: Natalia Lebieź
Redakcja: Izabela Pek, Dorota Patzer,
Natalia Lebieź, Paulina Hasiak, Jakub Wielicki,
Izabela Małkowska, Małgorzata Rakowiec
Dział foto: Marek Stiller, Photo-Flow/Katarzyna
i Ireneusz Zdrowak
Szef działu foto: Dariusz Gorajski
Korekta: Małgorzata Duda / dudowie.pl
Skład gazety: Maciej Jurkiewicz PROduktART
Dystrybucja: Stanisław Krzeźmiński
Redakcja internetowa: Michał Wyrębski
e-mail: webmaster@prestiz.pl
Kierownik działu reklamy:
Maja Kominiak, tel. kom.: (+48) 794 417 045
reklama.trojmiasto@prestiz.pl
Wydawca: Fabryka Słowa s.c.
Tomasz Chaciński, Michał Stankiewicz

Druk: PPH Zapół sp.j.

Redakcja nie odpowiada za treść reklam.

Wizerunek z pewną rysą

Elokwentni i pewni siebie. Oświetleni ciepłym światłem, w tle biblioteczka z mądrymi książkami, ewentualnie flagi: polska i koniecznie europejska – no bo jesteśmy przecież Europejczykami.

Bez pomyłek, zbyt długiego zastanawiania się, bez wpadek i spontanicznych akcji. Profesjonaliści w każdym calu – przygotowani i merytoryczni. Żeby tacy byli, muszą się ciężko napracować, a przy tej pracy nierzadko korzystają z pomocy specjalistów. Wyższe uczelnie na obleganych kierunkach public relations specjalistów z tej dziedziny kształcą coraz więcej. Taka specjalistyczna pomoc, jak pokazały ostatnie skuteczne działania polityków, przynosi efekty.

Pewnie – lepiej i widzom, i samym bohaterom patrzeć na siebie, gdy jesteśmy świetnie przygotowani i wyglądamy elegancko. Jest tutaj tylko pewna pułapka, przed którą chciałabym przestrzec. Bo chociaż taki świetnie wyglądający i przygotowany biznesmen czy polityk to kusząca wizja, to ma jednak rysę.

Taki świat i taki wizerunek często bywa nudny.

Mamy już niemałą próbkę takiego nudnego ułożonego kawałka. Wystarczy w niedzielę posłuchać porannej audycji radiowej, w której gośćmi są politycy. Bardzo dobrej i ciekawej audycji. Tyle że to jest dopiero początek. Bo potem nierzadko ci sami politycy idą do kolejnych programów. I staje się

jasne, że na niedzielę politycy przygotowują swoje „słowo” i to „słowo” powtarzają przez cały dzień. W efekcie – za każdym razem słyszemy to samo. To samo porównanie, to samo odniesienie, taka sama anegdotka... Zabawne? Chyba jednak raczej nudne i pokazujące, że te słowa z głębi serca to wyuczona fraza.

Jakąż odmianą jest szansa posłuchania tak zwanych „zwykłych” ludzi.

Wszyscy politycy, burmistrzowie, prezydenci, marszałkowie, wójtowie, urzędnicy państwowi, prezesi koncernów, właściciele firm mówiący składnymi, atrakcyjnymi zdaniem, używający barwnych porównań, ciekawych paralel, intrygujących odniesień. Wszyscy gładko uczesani, w eleganckich garniturach, nienagannych koszulach z wąskimi modnymi krawatami.

W specjalistycznym wewnętrznym języku dziennikarzy nazywa się to sondą, czyli pytamy przechodniów o ich opinię na jakiś temat. Wiem, że niektórzy redaktorzy i medioznawcy oburzają się, że to skompromitowana formuła. Tak – to prawda – skompromitowana przez to, że za pomocą sondy nie raz i nie dwa próbowano udowodnić jakieś tezy. Jeśli ktoś na ulicy powiedział, że powinno się zabierać prawo jazdy za to, że kierowca jadąc, zajada się kanapką – to z takiej wypowiedzi dziennikarz wyciągał wniosek, że Polacy są za surowym karaniem głodnych kierowców. Każda teoria w taki sposób jest do udowodnienia.

Tyle że sonda według mnie odgrywać może zupełnie inną rolę. Bo dzięki niej można w końcu posłuchać ludzi, którzy mówią jak jest – bez godzin szkoleń i bez analizowania każdego słowa, każdego gestu na ekranie. To taki powiew świeżości.

Żeby było jasne – nie jestem przeciwna szkoleniu się osób publicznych. Byłoby to z mojej strony obłudne, gdyż sama skończyłam studia podyplomowe z dziedziny komunikacji społecznej i do tego wykładam, od czasu do czasu, tłumacząc, jakimi prawami kieruje się opinia publiczna.

Tyle że chyba w tym wszystkim warto nie zgubić swojego indywidualnego rysu (ewentualnie znaleźć go) i nie stać się jednym z klonów. Podobnych do siebie, mówiących tak samo, tak samo nudno, z których nudnej mowy nic nie wynika. A nuda to najgorsze rozwiązanie. Jest nudna i nikt nie chce jej oglądać.

Małgorzata Rakowiec

PS A czy zastanawiali się Państwo, jak to jest, że różne posunięcia polityków tłumaczone są przez innych polityków jako „PR-owskie zagranie”? To chyba sformułowanie, które w ostatnich dwóch latach zrobiło największą karierę. Gdy się tak zastanowić, kto na takim tłumaczeniu wygrywa, kto najbardziej zyskuje (no bo przecież te PR-owskie ruchy są skuteczne) – to wyjdzie na to, że są to specjaliści od wizerunku. Toż to PR-owski majstersztyk – najlepsza promocja PR!



Małgorzata Rakowiec

dziennikarka, prezenter i wydawca Panoramy TVP Gdańsk. Wieloletnia korespondentka Polskiej Agencji Prasowej i Agencji Reuters. Laureatka Ostrego pióra, nagrody przyznawanej przez Business Centre Club.

Kolejny sukces top modelki z Gdańska

Magdalena Frąckowiak, pochodząca z Gdańska top modelka, została twarzą nowych perfum Givenchy – Eau Demoiselle. Perfumy trafią do sklepów w połowie roku 2010 i mają wydobywać arystokratyczne wartości marki, które ucieleśniał jej założyciel Hubert de Givenchy.

Jest to kolejny sukces gdańskiej modelki. Niedawno francuski „Vogue”, będący wyrocznią w świecie mody, umieścił ją w rankingu 30 najważniejszych modelek dekady. Magdalena jest również notowana na 17. miejscu rankingu top modelek na portalu models.com. O jej znakomitej passie i o tym, jak bardzo jest ceniona w świecie mody, świadczą też dwie okładki ważnych modowych magazynów w jednym miesiącu. W lutym Magdalena Frąckowiak pojawiła się na okładce rosyjskiej edycji

„Vogue’a” oraz „Dazed & Confused”. Obu okładkom towarzyszą piękne edytoriale, w których Magda prezentuje dwa zupełnie różne oblicza.

Magdalena Frąckowiak swoją karierę w świecie mody rozpoczęła w wieku 16 lat, kiedy to została przyjęta do renomowanej agencji Model Plus. Dziś pojawia się na wybiegach u najlepszych, jak Dior, Alexander McQueen, Stella McCartney, Givenchy, Loewe, Valentino, Versace, Ellie Saab, Nina Ricci, Galliano, Hermes, Ungaro i wielu innych.

jak



Galeria *Sawka.PL* prezentuje



Wicej rysunków znajdziesz w galerii Henryka Sawki na www.sawka.pl



Kamiński poskramia Wisłę

Prawie tysiąc kilometrów ma do przepłynięcia podróżnik Marek Kamiński, który wyruszył na swoją kolejną wyprawę. Tym razem nie tak egzotyczną jak zazwyczaj, ale nie mniej ekstremalną. Ekspedycja Wisła, bo tak nazywa się wyprawa, to samotna podróż kajakiem jedną z najbliższych rzek Europy w warunkach zimowych.

Zimowa Ekspedycja Wisła ma na celu udowodnić, że w sercu Europy można przeżyć równie niezwykłą przygodę jak na rzekach Alaski czy Syberii oraz pokazać potencjał przyrodniczy, turystyczny i ekonomiczny królowej polskich rzek. Ma zachęcać do aktywnego trybu życia, szczególnie tego związanego z wodą i Wisłą.

– Pływałem po rzekach Alaski, Syberii, widziałem Amazonkę i z pełną odpowiedzialnością twierdzę, że Wisła w niczym im nie ustępuje, jest równie dzika i nieprzewidywalna – mówi Marek Kamiński.

Warunki są prawdziwie ekstremalne, wszak takiej zimy nie było w Polsce od lat. Wisła w wielu miejscach jest skuta lodem, niebezpieczeństwo niosą ze sobą dryfujące z prądem kry.

– Szczególnie niebezpieczna jest kra płynąca z nurtem rzeki. Po zderzeniu kajaka z krą, kajak pozostaje bez szans – twierdzi podróżnik. – Problemem będzie również silny nurt, który jest teraz nieporównywalnie silniejszy niż latem. Płynąc z takim nurtem, będzie trudno przybić do brzegu. Wierzę jednak, że wyprawa zakończy się powodzeniem.

Marek Kamiński nocował będzie na brzegach Wisły lub na rzecznych wyspach w namiocie, który doskonale sprawdził się na Grenlandii, będzie pił przefiltrowaną wodę z rzeki i żywił się potrawami z wiślanych ryb. Będzie też dokumentował piękny krajobraz, chcąc zwrócić uwagę na jego atrakcyjność i potencjał.

– W dorzeczu Wisły znajduje się ponad połowa powierzchni Polski. Chciałbym pokazać, jak

wielki skarb mamy w samym sercu Europy, i jak można z tego potencjału skorzystać – dodaje Marek Kamiński.

Wyprawa potrwa około dwóch tygodni. Podróżnik pokona w tym czasie 959 km od źródeł Wisły do jej ujścia **jak**



Marek Kamiński



Marek Kamiński płynie Wisłą

foto: archiwum Marka Kamińskiego

REKLAMA

Powalczy o blask koszykówki

Jacek Jakubowski, wieloletni dyrektor generalny mistrza Polski w koszykówce Asseco Prokom Gdynia, przeniósł się z Trójmiasta do Warszawy, gdzie objął funkcję prezesa zarządu Polskiej Ligi Koszykówki.

Jednym z najważniejszych zadań, jakie nowy prezes stawia przed sobą, jest odbudowanie popularności koszykówki, a co za tym idzie pozyskanie sponsora tytularnego dla rozgrywek ligowych. Polska Liga Koszykówki od ponad roku nie ma sponsora, a o małej popularności dyscypliny świadczą niskie wyniki oglądalności telewizyjnych transmisji. A przecież jeszcze w latach 90. koszykówka, zaraz po piłce nożnej, była najpopularniejszą dyscypliną sportową w Polsce. Jakubowski ma przywrócić dyscyplinie blask i sprawić, że hale znów będą zapełniać się po brzegi, a przed telewizorami siadać będą miliony fanów. Cel ambitny, ale też za Jakubowskim przemawia doświadczenie. Jest absolwentem gdańskiej AWF, ukończył również podyplomowe

studium handlu zagranicznego na Uniwersytecie Gdańskim. Przez 15 lat pracował na marketingowy i sportowy sukces wielokrotnego mistrza Polski Asseco Prokom Gdynia. Pełnił również jedną z kluczowych funkcji w Komitecie organizacyjnym EuroBasket 2009 – odpowiadał za dostosowanie wszystkich hal do wymogów FIBA Europe.

jak



foto: Marek Sillier

HenrykSawka.pl



Szukasz oryginalnego prezentu ?!
Kup rysunek Henryka Sawki z autografem lub dedykacją.
Wejdź do galerii na www.sawka.pl

Ekstremalne ściganie

Maksymalna prędkość, olbrzymia moc, ryk silników, efektowne uskoki i niebezpieczne kraksy – tak wyglądała zimowa edycja Quadmanii zorganizowana przez Kolibki Adventure Park. Na torze w Kolibkach oraz na leśnych odcinkach specjalnych ścigali się najlepsi pomorscy zawodnicy, zarówno amatorzy, jak i zawodowcy.

Rywalizacja, zarówno wśród maszyn z napędem na cztery koła, jak i z napędem na jedną oś, była niesamowicie zaćięta.

Potężne czterokołowce wagi ciężkiej, brnąc w półmetrowych zaspach, dzielnie pokonywały górzyste tereny. Zawodnicy musieli używać różnorodnych metod, aby przepychać śnieżne zasy i torować sobie drogę na wyznaczonych trasach. Niekiedy nie wystarczył napęd na obie osie, balans ciałem czy wypychanie maszyny, w ruch szły



Rywalizacja w wadze lekkiej

foto: Nordpress

wyciągarki i łopaty. Zawodnicy nie mieli łatwego życia również na torze. Pętla licząca ponad 1500 metrów pełna była górtek, ciasnych zakrętów, efektownych skocznii. To była nie lada próba dla ludzi i sprzętu. Najlepiej z nią poradził sobie Artur Raczkowski.

Niesamowicie widowiskowo wyglądała rywalizacja lżejszych maszyn. Na starcie zawodnicy dobiegali do swoich maszyn, uruchamiali silniki i ... wyścig ruszał. Bardzo szybkie, lekkie quady z napędem tylnej osi przy umiejętnym prowadzeniu pokazywały mistrzowskie ewolucje na oblodzonym, ośnieżonym torze. 30 minut karkołomnej jazdy – było na co popatrzeć! Znaczne jak na te warunki terenowe prędkości, brawurowe wyprzedzania, skoki i sypiący się spod kół łód były dla kibiców pięknym i niecodziennym widowiskiem. Wśród zawodników z licencją zwyciężył Robert Rogowski z zespołu BQT Racing, a wśród zawodników bez licencji bezkonkurencyjny okazał się junior Maciej Koszałka reprezentujący Kaszuby Racing Team.



Przeprawa przez las

Lodowa sztuka

66 ogromnych brył lodu użyto do produkcji kilku rzeźb lodowych, które przez ponad tydzień mieszkańcy mogli podziwiać na Bulwarze Nadmorskim w Gdyni. Trzy zespoły artystów rzeźbiarzy przez kilka dni za pomocą dłut, żelazek, tasaków, a nawet pił elektrycznych w dzieła sztuki zamieniły prawie 10 ton lodu. Wszystko w ramach Międzynarodowego Festiwalu Rzeźb Lodowych w Gdyni.

Motywy przewodnim wszystkich prac były 84. urodziny Gdyni, morze i wszelkie elementy marynistyczne. Nic więc dziwnego, że kwadratowe bryły lodu zmieniły się w lodowe monstrualne wodne stwory, płynące statki czy efektowne morskie fale. Spektakularny efekt dało podświetlenie rzeźb, dzięki czemu po zapadnięciu zmroku nad Bulwarem Nadmorskim niczym zorza polarna roztaczała się kolorowa poświata, a rzeźby nabierały zupełnie nowego, wręcz baśniowego charakteru.

Gdyński Festiwal Rzeźb Lodowych przyciągnął tłumy widzów ciekawych nie tylko sposobu tworzenia, ale i samego budulca. Lód, który został użyty do zrobienia efektownych rzeźb, nie jest zwykłym lodem. Jest on specjalnie spreparowany w taki sposób, żeby wolniej topniał. Przetrwa nawet dwa dni w temperaturze +5 st. C.

jak



Foto: Marek Sillber



„Prestiż” wstrzelił się w lukę

Luksusowy magazyn „Maleman“, wysokonakładowy miesięcznik dla kobiet „Bluszcz“ i oczywiście „Prestiż” – to zdaniem miesięcznika „Press“ najciekawsze pomysły, które odniosły sukces wydawniczy na krajowym rynku prasy.

Press“ w swoim najnowszym wydaniu w artykule „Wstrzelili się w lukę” opisuje niszowe projekty, które okazały się sukcesem wydawniczym. Jest więc płatny „Maleman“, luksusowy ogólnopolski dwumiesięcznik dla panów, jest i „Bluszcz“, magazyn literacki dla pań o nakładzie 100 tysięcy egzemplarzy. „Prestiż“ znalazł się w tym zestawieniu jako jedyne pismo bezpłatne. W artykule podkreślono nie tylko jakość, ale i rozwój gazety. Magazyn zaczynał w 2007 roku z objętością 36 stron. Dzisiaj tylko w Szczecinie ma 90, klejoną okładkę i zespół kilkudziesięciu współpracowników. Od grudnia 2008 r. wychodzi w Koszalinie, a od grudnia 2009 r. w Trójmieście, gdzie z miesiąca na miesiąc zdobywa sobie coraz większą popularność. Aktualnie w Trójmieście „Prestiż” dystrybuowany jest w prawie 200 punktach. Są to najlepsze trójmiejskie gabinety kosmetyczne, ośrodki spa&wellness, kliniki medycyny estetycznej, kawiarnie, restauracje, fitness kluby, ekskluzywne sklepy i butik.

To już kolejny raz „Press“, opiniotwórczy miesięcznik w branży mediów i reklamy, opisuje „Prestiż“. We wrześniu ubiegłego roku naszą gazetę opisała także „Rzeczpospolita“.

em

Artykuł można znaleźć na stronie www.press.pl

„Prestiż” jest na Facebooku!

Dołącz do naszych fanów, komentuj i dowiaduj się o najnowszych wydarzeniach!



Zostań fanem



Pochwała piękna



W Szczecinie wiosną przywitamy 6. Międzynarodowym Festiwalem Sztuki Wizualnej inSPIRACJE 2010. Festiwal promowany jest w całej Polsce, to bez wątpienia jedno z najważniejszych wydarzeń marca.

Tegoroczna edycja festiwalu według organizatorów przekracza granice. Po pierwsze granice kraju – część imprezy odbywa się w Berlinie w Muzeum Helmuta Newtona, dzięki Helmut Newton Foundation, która współorganizuje inSPIRACJE Glamour. Kuratorem wystawy „Sumo”, którą widzowie festiwalu zobaczą w Berlinie, jest Matthew Harder. Po drugie w 2010 inSPIRACJE przekroczą granice świątyni sztuki: muzeów oraz galerii i zagospodzą w specjalnie zbudowanym miasteczku festiwalowym. Na Wałach Chrobrego tylko z okazji festiwalu zaaranżowano blisko 4000 metrów kwadratowych zadaszanej przestrzeni.

Podczas festiwalu nie zabraknie prawdziwych gwiazd, którym motyw przewodni – styl glamour – jest najbliższy. Zobaczymy wystawę i performance kontrowersyjnego duetu Eva&Adele, pokaz kolekcji projektanta Krzysztofa Stróżyńskiego, przygotowanej specjalnie na tę okazję. Od trzech edycji festiwalowi towarzyszy też kampania społeczna, której temat w tym roku to „Anoreksja/Bulimia to też choroba”. Wszystkie działania artystów będą przybliżać widzom kanony współczesnego piękna. Festiwal potrwa od 18 do 21 marca, szczegółowy program na www.inspiracje.art.pl.

wb



Foto: materiały prasowe

Wizjoner, który zburzył porządek



muzycznego świata

JAKUB JAKUBOWSKI

Nikt tak jak on nie ożywił polskiego rynku muzycznego. Dzięki niemu Polacy nie tylko pokochali wielkie festiwale, ale przede wszystkim otworzyli się na ambitną muzykę. Udowodnił, że Polak potrafi i że w Polsce też można. Można w ciągu kilku lat zrobić festiwal, który nie tylko dorówna tak legendarnym festiwalom jak Roskilde czy Rock Werchter, ale je przebije. Dokonał tego młody chłopak z gdyńskiego Witomina, przed którym dzisiaj swoje drzwi otwierają największe tuzy światowej branży muzycznej. Mikołaj Ziółkowski, szef agencji Alter Art, organizator Heineken Open'er Festival.



Pamiętasz jak i kiedy narodziła się idea Festiwalu Heineken Open'er?

– Idea taka narodziła się w naszych głowach dziesięć lat temu i wypływała z wiedzy, jaką miałem o rynku muzycznym. Alter Art, czyli firma którą kieruję, działa jako promotor wydarzeń muzycznych, rozrywkowych i artystycznych już od połowy lat 90. Doszedłem do wniosku, że w Polsce w najbliższej przyszłości będzie miejsce na takie klasyczne, duże, wielkoformatowe wydarzenie muzyczne. Z tego przekonania narodził się Heineken Open'er Festival, którego pierwsza edycja odbyła się w Warszawie.

– **Czy wtedy, myśląc dopiero o stworzeniu takiej imprezy, myślałeś i czy w ogóle zakładałeś, że będzie ona miała tak gigantyczny wymiar w niedalekiej przyszłości?**

– Byłem przekonany, że rynek muzyczny rozwine się w takim kierunku, że w Polsce i w ogóle w tej części Europy takie wydarzenia się nie tylko przyjmie, ale też będzie w stanie konkurować z najlepszymi. Wiedziałem, że skoro dobre festiwale od wielu lat odbywają się w Wielkiej Brytanii, w Niemczech czy w Danii, to dlaczego nie w Polsce? Aczkolwiek wielu w to wątpiło, wszak Polska z punktu widzenia muzycznego nie jest krajem kluczowym w Europie. Racja była jednak po mojej stronie. Dziś mamy najlepszy duży festiwal w Europie, skutecznie rywalizujemy z innymi festiwalami, które mają 30, 40 lat tradycji. Udało się dojść do takiej pozycji w ekspresowym tempie.

– **A jak rywalizują festiwale między sobą?**

– Po pierwsze festiwale rywalizują o artystów, po drugie, w mniejszym lub większym stopniu o publiczność, po trzecie o prestiż. Open'er odbywa się zawsze w pierwszy weekend lipca. W tym samym czasie w różnych częściach Europy odbywa się około 10 innych dużych wydarzeń muzycznych, w tym słynne Roskilde i Rock Werchter. Widz ma więc w czym wybierać.

– **Powiedziałeś, że festiwale rywalizują o prestiż. Bardziej**

prestiżowej nagrody jak Best Mayor Festival w konkursie European Festival Awards nie można sobie wymarzyć?

– Faktycznie, ta nagroda, którą otrzymaliśmy kilka tygodni temu, była zaskoczeniem nie tylko dla nas, ale też dla całego muzycznego świata. Wiadomo, że gdzieś w głębi duszy tliła się nadzieja, że wygramy, ale nie byliśmy wymieniani w gronie faworytów. Zaskoczeń nie było w innych kategoriach, więc gdy ogłaszano wynik w naszej kategorii, wszyscy byli przekonani, że wygra kto inny. A tu nagle prowadzący wyczytuje nazwę Heineken Open'er Festival. Zburzony został porządek muzycznego świata. (śmiech) Radość była ogromna.

– **Ta nagroda to dowód na to, że...**

– Najważniejsze jest to, że nagrodę tę przyznała publiczność, której chciało się zagłosować, poświęcić czas na oddanie głosu. To nie było jedno kliknięcie myszką, tylko cała dość długa procedura. To też dowód na to, że ta relacja, którą staramy się zbudować między nami a festiwalowiczami, jest bardzo mocna. Dzisiaj o publiczność trzeba dbać, trzeba zbudować relacje partnerskie. Pamiętajmy, że żyjemy w zupełnie innej rzeczywistości muzycznej niż 10 lat temu. Polska nie jest muzyczną pustynią. Grają u nas tacy artyści jak U2 czy Madonna. Ale niezwykle ważne jest, aby obok takich muzycznych gigantów, obecnych na rynku od kilkunastu, a nawet od kilkudziesięciu lat, zapraszać do Polski najbardziej pożądanym artystów młodego pokolenia, jak Kings of Leon, Arctic Monkeys czy The Killers. To są artyści, którzy potrafią zapełnić największe stadiony świata, ale w przeciwieństwie do Madonny czy U2 nie wystąpią w każdym zakątku kuli ziemskiej, tylko w starannie wybranych miejscach. Takich miejscach, w które publika przyjdzie, bo kocha ich muzykę, zna tekst każdej piosenki, a nie tylko dlatego, że nazywa się Madonna. Takich artystów staramy się właśnie zapraszać, nie tylko na Open'era, ale też na Coke Live Music Festival, którego jesteśmy organizatorem. Publiczności

Foto: Alterart



Mikołaj Ziółkowski z Kings of Leon

trzeba słuchać i spełniać jej życzenia. Wracając do tej nagrody, to oczywiście jest to również dowód na to, my Polacy potrafimy. Heineken Open'er Festival to impreza światowa, a takich sukcesów światowych Polska nie ma zbyt wielu.

– Jak na samym początku wyglądały negocjacje z artystami, menedżerami, sponsorami? Mówiłeś coś w stylu: „słuchajcie, mam zamiar zrobić najlepszy festiwal plenerowy w Europie, może u nas zagracie...”?

– (śmiech) Może nie do końca w ten sposób, ale coś w tym jest. Pierwszy festiwal to była jednodniowa impreza i skala trudności jeśli chodzi o organizację była dużo mniejsza niż dzisiaj, aczkolwiek też dużo mniejsze było nasze doświadczenie. Bazowałem na wypracowanych już kontaktach z agentami, menedżerami, gdyż na tym polu działałem już od dobrych paru lat. Udało nam się ich przekonać, że to wydarzenie jest ciekawe i przede wszystkim perspektywiczne. Trzeba jednak wiedzieć, że walka o tych topowych artystów, tak zwanych headlinerów, jest ogromna. W takiej sytuacji nie pomogą nawet nieskończone wielkie pieniądze promotora. Walkę o artystę wygrywa się przede wszystkim przez różne powiązania, wypracowane kontakty i inne wartości dodane do pieniędzy, które często od tych pieniędzy są ważniejsze. To są lata pracy, inwestycji w młode zespoły, które potem stają się wielkimi gwiazdami. Takiego li-

ne-upu, jak na Open'rze nie da się zbudować, mając jeden czy dwa kontakty – to jest długotrwały proces.

– Dzisiaj dla Was ta walka o artystów jest chyba dużo łatwiejsza?

– I tak, i nie. Tak, bo jesteśmy bogatsi o lata doświadczeń. Nie, bo konkurencja jest coraz większa. Czasami proces kontraktowania artysty trwa wiele miesięcy. Tak było choćby ostatnio z Kings of Leon. Są agenci, którzy są niezwykle trudni w współpracy i praca z nimi bywa koszmarem. Zdarza się, że przy tak koszmarniej ekipie menedżerskiej zespół jest fantastyczny. I na odwrót. Często też zespoły grające na małych scenach są dużo bardziej kapryśne niż wielkie gwiazdy pokroju Jaya Z.

– Po roku zdecydowali się przenieść festiwal do Gdyni. Dlaczego?

– Doszliśmy do wniosku, że Warszawa w kontekście takiego modelu festiwalu o jaki nam chodzi, ma swoje ograniczenia, co skutecznie mogłoby ograniczyć jego rozwój. Przychodząc do prezydenta Gdyni Wojciecha Szczurka, wyczuliśmy entuzjazm, zrozumienie i pełną wolę współpracy. Nakreślił wizję rozwoju festiwalu, jego ideę, pokazaliśmy, jak chcemy, aby Heineken Open'er Festival wyglądał za lat X i ta wizja została zrealizowana. W tym mieście potrafią patrzeć daleko w przyszłość, nie boją się realizować odważnych, dalekosiężnych wizji, a to było dla nas bardzo ważne. No i ko-

lejny ważny element to kwestia logistyki i samego miejsca. Babie Doły to teren idealny, dodatkowo miasto leży nad morzem, co daje szereg dodatkowych możliwości spędzenia czasu dla ludzi z Polski czy Europy. Dlatego właśnie jesteśmy w Gdyni.

– Co jest kluczem do zrobienia dobrego festiwalu?

– Klucz jest jeden. To wiedza.

– Wiedza o czym?

– Wiedza nie tylko o tym, co się dzieje w muzyce, ale też wiedza o tym, co się dzieje w trendach społecznych, kulturalnych, czy nawet cywilizacyjnych. To, co trzeba robić permanentnie, to komunikować się ze swoją publicznością i cały czas pokazywać nowe, ważne, ciekawe rzeczy, nie tylko jeśli chodzi o muzykę. Bo na taki festiwal przyjeżdża się nie tylko dla muzyki. W momencie gdy przestaje się o festiwalu w ten sposób myśleć, lub gdy popada się w rutynę, sprowadzając tylko

i wyłącznie stare, sprawdzone gwiazdy, to jest początek końca. Drugi aspekt to wiedza, jak to wszystko zbudować. Głównie chodzi o 60-tysięczne festiwalowe miasto, które musi sprawnie funkcjonować na wielu poziomach. Tego nie da się nauczyć z książek. Wiele razy trzeba samemu stanąć po kolana w błocie, w pięknym słońcu i nauczyć się po prostu na własnych doświadczeniach. To unikalna wiedza.

– Na Open'rze króluje muzyka alternatywna, ale są różne gatunki tej alternatywy. Czy można jakoś ten festiwal spofilować muzycznie?

– Nie chcemy się zamykać w gatunkowej klatce. Chcemy prezentować wszystkie ciekawe, oryginalne zjawiska muzyczne, które na daną chwilę są w światowym krwioobiegu muzycznym, ale nie funkcjonują w szeroko pojętym mainstreamie. Trzeba jednak zaznaczyć, że np. w Polsce



KTO ZAGRA W TYM ROKU? *

Gorillaz Sound System
Hot Chip
Kasabian
Mando Diao
Massive Attack
Pavement
Pearl Jam
The Hives
Tinariwen

* informacja aktualna w momencie zamykania gazety

**ONI ZAGRALI NA
HEINEKEN OPEN'ER FESTIVAL**

Jay-Z, Cypress Hill, Pink, Snoop Dog, Faithless, Fatboy Slim, Lauryn Hill, Kanye West, The White Stripes, Placebo, Manu Chao, Franz Ferdinand, The Streets, Sonic Youth, The Roots, Björk, Beastie Boys, Sex Pistols, Massive Attack, Erykah Badu, The Prodigy, Chemical Brothers, Editors, Moby, Duffy, Lily Allen, Kings of Leon, White Lies, Faith No More

to właśnie tak zwani wykonawcy alternatywni sprzedają najwięcej płyt i biletów na koncerty, a tak zwani wykonawcy popularni, których co kilkanaście minut można usłyszeć w wielu rozgłoszeniach radiowych, mają problem z zapełnieniem niewielkiego klubu w dużym mieście.

– Skoro wywołałeś do tablicy muzykę popularną, to zapytam o to, czy widzisz na Open'erze miejsce dla Lady Gagi? Pytam o to, bo na forum internetowym jeden z internautów wywołał ożywioną dyskusję na temat, czy taka artystka byłaby pożądana na festiwalu.

– Na Open'erze zagrały już przecież znakomite artystki popowe, Lilly Allen i Duffy. Zagrały dlatego, że w ramach tej muzyki tworzą coś ciekawego, oryginalnego, inspirującego. Nad każdym takim przypadkiem zastanawiamy się indywidualnie i jeśli – naszym zdaniem – coś jest ważne, coś nas intryguje, jest ważne dla muzyki, a jednocześnie wpisuje się w formułę Open'era, to jesteśmy na tak. Wyznacznikiem tego, czy ktoś może u nas wystąpić, jest po pierwsze doskonałość muzyczna, a po drugie relacja, jaką może zbudować z publicznością. Na Open'erze te relacje są wyjątkowe i to podkreślają sami artyści.

– Przez te kilka lat na Open'rze zagrało wielu znakomitych artystów. Których z nich można uznać za takich najważniejszych, może przełomowych?

– Takie wyróżnienie chyba nie jest możliwe. Nie da się realnie porównać koncertu Björk z występem np. Jaya Z. Tych bardzo ważnych koncertów było wiele, zarówno na głównej scenie, jak i na pozostałych, mniejszych scenach typu World Stage. Ale te koncerty są ważne nie tylko dla nas, nie tylko dla publiczności, ale też dla samych artystów. Do dzisiaj mam w pamięci koncert Emiliany Torrini, która ze łzami w oczach powiedziała, że to był nie tylko najważniejszy występ w życiu, ale jeden z najważniejszych dni w życiu. Nie dość, że wystąpiła dla największej publiczności w życiu, to jeszcze ta publika znała i śpiewała jej teksty. A po tym gdy skończyła grać na małej scenie, wprowadziliśmy ją na

dużą scenę, gdzie grało akurat Faith No More. To było spełnienie jej marzeń, jej ulubiony zespół, na którego koncercie nigdy wcześniej nie była, bo wiadomo, że zespół nie występował. Skoro jesteśmy przy Faith No More – to zespół ten specjalnie wydłużył swoją trasę koncertową, po to, by zagrać na Open'erze. Nie żalowali, to był świetny występ i sami muzycy mówili, że był to najlepszy koncert w tej trasie.

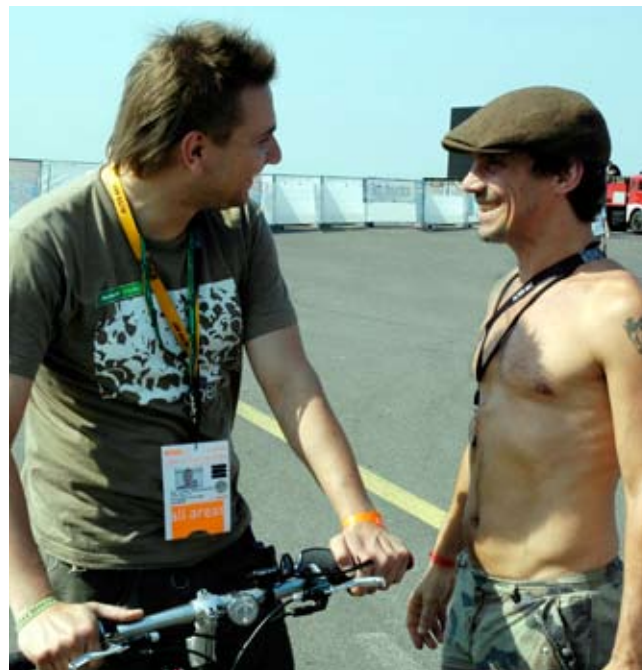
– Masz wizję tego, jak będzie wyglądał Heineken Open'er Festival za lat 5, 10, 15?

– To, czego jestem pewien, to fakt, że nadal będzie to świetna impreza pod względem muzycznym, a coraz większe znaczenie

szących, tego, co zapewniamy im w ramach wartości dodanej do świetnych koncertów. Natomiast granica oczywiście istnieje. Szacujemy ją na poziomie 60 tysięcy widzów każdego dnia.

– Rośnie liczba widzów, rośnie pewnie też liczba VIP-ów. Pokazanie się na takiej imprezie jak Heineken Open'er z pewnością jest trendy.

– Strefa VIP funkcjonuje na naszych festiwalach i wiele ciekawych osób się na nich pojawia, z bardzo różnych sfer życia kulturalnego i społecznego. Ale mamy swoje zasady i wysokie standardy dotyczące funkcjonowania osób publicznych na naszej przestrzeni. Nie ma miejsca



będą miały również aspekty społeczne i sama przyjemność przebywania razem, doświadczania różnych zjawisk, wydarzeń towarzyszących, itp. Open'er zawsze będzie starał się być w awangardzie myśli o kulturze, muzyce i cywilizacji.

– Z roku na rok ten festiwal cieszy się coraz większą popularnością. Do jakiej liczby uczestników można dojść docelowo? Czy jest jakaś granica?

– Rosnąca frekwencja cieszy nas niezmiernie, bo to dowód na to, że to, co robimy, jest słuszne. Cieszymy się, że trafiamy w gust naszych widzów, nie tylko w kwestii doboru artystów, ale też w kwestii imprez towarzy-

szących i nie zgadzamy się na jakąkolwiek tabloidyzację przestrzeni naszych wydarzeń.

– Wielką popularnością cieszą się też inne festiwale organizowane przez Alter Art, takie jak Coke Live Music Festival czy Selector. Poruszacie się bardzo sprawnie na różnych płaszczyznach stylistycznych.

– Coke Live Music Festival organizujemy w Krakowie już od pięciu lat. Za nami cztery fantastyczne edycje festiwalu, a nadchodząca będzie wyjątkowa i będzie miała wyjątkowego, wymarzonego headlinera. To zespół, który od kilku lat jest jedną z najważniejszych grup rockowych na świecie, to zespół,

który zapełnia stadiony od Stade de France przez San Siro po Wembley. Mowa o zespole Muse. Ten festiwal też ma już swoją uznaną markę, zatem wielkich gwiazd będzie całe mnóstwo. Tegoroczna edycja jak zwykle odbędzie się w Krakowie w dniach 20 i 21 sierpnia. Z kolei Selector Festival jest najmłodszym projektem Alter Art. Naszym celem było stworzenie dużego, nowoczesnego festiwalu muzyki elektronicznej i tanecznej. Za nami pierwsza, bardzo udana edycja festiwalu, która była sukcesem zarówno artystycznym, jak i frekwencyjnym. Pojawili się najwięksi i najciekawszy wykonawcy z kręgów szeroko pojętej muzyki elektronicznej, a także nowe odkrycia i nowe nurty muzyczne. W tym roku na dwóch festiwalowych scenach zagrają Faithless, Thievery Corporation, Metronomy, Boys Noize i Uffie. Impreza odbędzie się 4 i 5 czerwca na krakowskich Błoniach.

– Widać, że sporo się dzieje. Czy kielkują już jakieś nowe projekty muzyczne, nowe venty, festiwale?

– Oczywiście że tak. My cały czas poszukujemy inspiracji i czerpiemy z naszej kreatywności. Plany mamy, ale jeszcze nie chcę zdradzać szczegółów. Niedługo nasze plany ujrzą światło dzienne.

– Skoro tyle się dzieje, to zdradź naszym czytelnikom, czy znajdujesz czas na swoje pasje i jakie to są pasje? Masz czas na życie rodzinne, prywatne?

– Moją pasją i sposobem na życie jest Alter Art, ale zawsze najważniejsza dla mnie jest, była i będzie moja córka Mia. Nie unikam przyjemności płynących z życia, wręcz przeciwnie. Staram się je celebrować. Poza światem muzyki moją największą pasją jest przemierzanie różnych zakątków globu.

– Skoro mówisz o świecie muzyki, to na koniec zapytam, jakiej muzyki na co dzień słucha człowiek, który sprowadza do Polski największe gwiazdy światowej sceny?

– Moje muzyczne upodobania są tak zróżnicowane, jak różne są sceny naszych festiwali. I na tych właśnie scenach grali i grać będą moi ulubieni wykonawcy. ■

Miss z Biblią w torebce

JAKUB JAKUBOWSKI

Onieśmiela urodą, intryguje tajemniczością, zachwyca otwartością i zadziwia nonkonformistycznym podejściem do życia. W torebce obok błyszczyka nosi Biblię. Ania Jamróz, Miss Polski 2009 i finalistka konkursu Miss World, opowiedziała „Prestiżowi” o swoich pasjach, marzeniach i życiowych wartościach. Z takiej strony Ani na pewno nie znacie.

Gdy wchodziła do restauracji, w której się umówiliśmy na miłą pogawędkę, nie było mężczyzny, który nie odwróciłby za nią głowy. Panie też się oglądały. Wysoka, zgrabna, atrakcyjna, z uśmiechem na twarzy roztacza wokół siebie niesamowitą aurę.

Mocne fundamenty bajkowego życia

– Moje życie jak na razie jest wręcz bajkowe. Wszystko mi się udaje, osiągam jakieś tam sukcesy, które sprawiają mi olbrzymią satysfakcję i dają taką zwykłą codzienną życiową radość. Codziennie dziękuję Bogu za to, jak wygląda moje życie, ale nie zachłystuję się jednak tymi sukcesami. Wiem, że gorsze dni też kiedyś mogą przyjść – mówi Ania.

Bóg to fundament, na którym Ania Jamróz opiera swoje życie. Mówi o tym otwarcie, co dla ludzi którzy jej nie znają może być sporym zaskoczeniem. Przecież dla większości atrakcyjnych dziewcząt w jej wieku, obracających się na dodatek w środowisku modelek, fotomodelek, kandydatek na różnego rodzaju miss, wiara nie odgrywa jakiegokolwiek istotnej roli. Mało tego, w ogóle młode pokolenie dzisiaj z Bogiem ma wybitnie nie po drodze.

– Nie wstydę się tego, że jestem osobą wierzącą, bo dla czego mam się wstydzić? Tylko dlatego, że Bóg, wiara, wartości nie są dzisiaj modne? Nie zamierzam się dostosowywać. Ja zosta-



Foto: Tomasz Mosionek / Misland

łam wychowana tak, a nie inaczej i wiem, że gdyby nie moja wiara, to moje życie wyglądałoby zupełnie inaczej – przekonuje najpiękniejsza Polka.

Najpiękniejsza Polka

Dzisiaj jej życie to częste wyjazdy, udział w różnych imprezach, pokazach, itp. Obowiązki wynikające z posiadania korony dla najpiękniejszej Polki zobo-

wiążają. A przecież jeszcze kilka miesięcy temu nawet nie przypuszczała, że jej życie zmieni się tak diametralnie. O wyborach nie myślała, mimo że wielu mówiło jej, iż powinna spróbować. Najbardziej sam Gerhard Parzutka von Lipiński, wiceprezes Mislandu.

– Nigdy mi nie zależało na takich konkursach. Słyszałam wiele złych opinii o wszelkich wyborach, jak i o dziewczynach, które w nich startują. Nie uważam się

za jakąś piękność i doskonale znam swoją wartość, która niekoniecznie opiera się na urodzie. Pan Gerhard, który zauważył mnie na pokazie mody, długo mnie namawiał na start, ale ja konsekwentnie odmawiałam. Dopiero jak się przekonałam, że jest to bardzo uczciwy człowiek, człowiek honoru nawet, to pomyślałam sobie, że tak dla świętego spokoju zdecyduję się na start. Byłam przekonana, że szybko odpadnę i nikt nie dowie się o tej przygodzie – na twarzy Ani pojawia się piękny, szeroki uśmiech.

Kręgosłup moralny na drodze kariery

Scenariusz się jednak nie sprawdził. O przygodzie Ani dowiedzieli się nie tylko znajomi, ale cały świat. Zdjęcia z wyborów i momentu koronacji obiegły natychmiast internet. W jednej chwili ta skromna mieszkanka Rumi, studentka prawa, w wolnych chwilach dorabiająca sobie jako modelka, stała się osobą wystawioną pod pręgierz opinii publicznej.

– Gdybym nie miała wrodzonego dystansu do świata i do ludzi, to pewnie bym się załamała – mówi Ania. Wśród wielu pozytywnych opinii było też sporo krzywdzących. Ludzie krytykowali moją urodę, mnie jako człowieka. To pierwsze oczywiście rozumiem, nie każdemu się muszę podobać. Skąd jednak w ludziach tyle jadu?

Nic dziwnego, że trudno jest jej to zrozumieć. Ona sama w lu-

dziach doszukuje się zazwyczaj pozytywów, a ceni w nich najbardziej szczerotę i honor.

– Mało jest ludzi naprawdę honorowych, o dużym poczuciu moralności. Taką osobą jest choćby mój tata. Na każdym kroku można za to spotkać ludzi obłudnych. Brzydę się obłudą, nie cierpię tego. Sama jestem szczerą, czasami do bólu.

Te wartości moralne paradoksalnie mogą stać na drodze ku zawodowej karierze. Ania studiuje bowiem prawo, myślała o aplikacji adwokackiej. Jak jednak sama twierdzi, będzie chyba musiała zmienić plany.

– W młodości oglądałam sporo kryminalów i zawsze intrygował mnie zawód adwokata. Dlatego zaczęłam studiować prawo, ale jest to zawód, w którym często poczucie przyzwoitości trzeba odstawić na bok i nagiąć swój kręgosłup moralny. Nie wiem, czy mój kręgosłup moralny jest na tyle silny, by potem dźwigać skutki podejmowanych przeze mnie decyzji zawodowych. Nie wyobrażam sobie, że mam walczyć o jak najniższy wymiar kary dla gwałciacza, mordercy czy pospolitego bandyty. Dlatego chyba będę musiała zrewidować swoje plany, aczkolwiek skończenie studiów adwokackich z pewnością mi się przyda. Mam teraz rok czasu na przemyślenia, bo właśnie wzięłam urlop dziekański – opowiada Ania.

Miss na urlopie

Urlop dziekański był potrzebny z powodu całej masy obowiązków wynikających z uzyskania tytułu Miss Polski. Przez najbliższy rok Ania Jamróz będzie brała udział w imprezach, pokazach, konkursach, akcjach charytatywnych, itp. Pierwsza wielka impreza będąca chyba największą nagrodą za zdobycie korony już za nią. To udział w wyborach Miss World w RPA. Tam kolejny wielki sukces, czyli awans do ścisłego finału. Ale nie to było dla niej najważniejsze. Jak sama mówi, same wybory i gala finałowa to fajne przeżycie, ale bardziej liczyła się dla niej możliwość poznania zupełnie innej

kultury i innych ludzi. W Afryce Ania spędziła ponad miesiąc, poznając kulturę i chłonąc historię tego pięknego kraju.

– Wrażenia niesamowite, będę o tym opowiadać wnukom. Sporo zwiedzaliśmy, braliśmy udział w różnych imprezach, spotykaliśmy się z interesującymi ludźmi, m.in. z prezydentem RPA Jacobem Zumą. Moja wrodzona ciekawość świata i ludzi została z jednej strony zaspokojona, a z drugiej mocno rozbudzona. W RPA interesowała mnie też kwestia przygotowań do mistrzostw świata w piłce nożnej. Żałuję, że Polacy nie wystąpią w tej imprezie – mówi najpiękniejsza Polka.

Nie ma to jak dobry mecz

Co nietypowe dla kobiet, Ania uwielbia oglądać mecze piłki nożnej. Na magiczne dryblingi Ronaldinho mogłaby patrzeć godzinami. Marzy, aby kiedyś zobaczyć go w akcji na żywo, najlepiej ponownie w koszulce ukochanej Barcelony.

Sport zajmował zawsze ważne miejsce w jej życiu. Jeszcze niedawno z zaangażowaniem grała w siatkówkę i koszykówkę, teraz jednak pozostaje jej rola kibica. Wszystko przez zerwane więzadła krzyżowe w kolanie. Ona



Foto: archiwum Anny Jamróz

sama jednak nie żałuje i wychodzi z założenia, że koniec jednego jest zawsze początkiem czegoś nowego. Sama w przyszłość patrzy z optymizmem i wierzy, że Ktoś tak pisze scenariusz jej życia, by po prostu była szczęśliwa. Czego jeszcze potrzebuje do

szczęścia? Wspaniałego męża, najlepiej w ciągu pięciu lat, minimum dwójki dzieci i zawodowego spełnienia – to fundamenty szczęśliwego życia według Ani Jamróz. Pozostaje tylko trzymać kciuki. ■

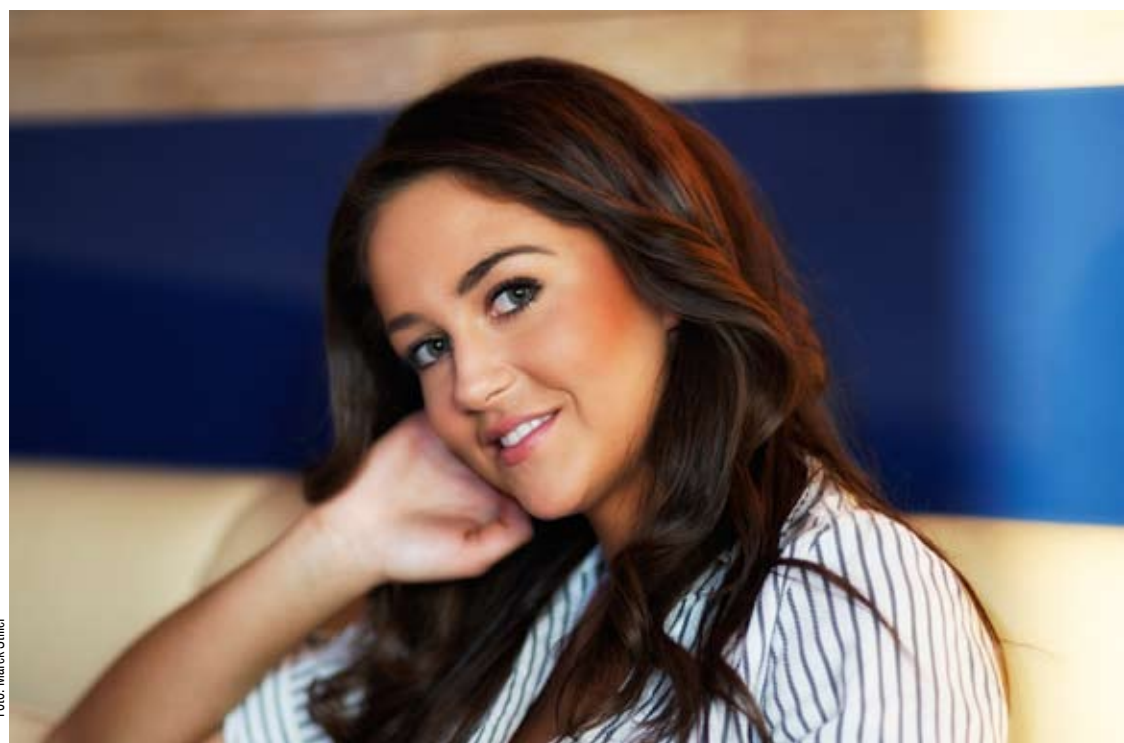


Foto: Marek Sillier

UMOWA MINUTOWA OBEJMUJE TYLKO MINUTY UWZGLĘDNIONE W PROMOCJI. SZCZEGÓŁY NA WWW.PLUS.PL I W PUNKTACH SPRZEDAŻY.



PONADczasowa POTRZEBA UMOWY MINUTOWEJ



Jej Wysokość Potrzeba Umowy Minutowej oraz Sekretarz Stanu Ducha Abonenta mają przyjemność przedstawić Umowę Minutową:

- tylko w Plusie umowa liczona w minutach rozmowy, a nie w latach,
- każda wydzwoniona minuta przybliży do nowej promocji i telefonu,
 - dla Klientów przedłużających umowę oferta specjalna.

Jednocześnie uroczyście oznajmiamy Jaśnie Państwu Abonentom:

- teraz w Umowie Minutowej Jej Wysoka Jakość Nokia E52 z superwytrzymałą baterią i GPS od 1 zł.

Plus

RAZEM LEPIEJ

COLTEX
DAKAR

Gdynia
CH "BATORY" II piętro
ul. 10 Lutego 11
tel. 58 661 81 21

Gdynia
CH "WZGÓRZE"
ul. K. Górskiego 2
tel. 58 669 64 011

Gdańsk-Wrzeszcz
CH "MANHATTAN"
II piętro
tel. 58 76 77 100

Gdańsk
ul. Heweliusza 7
tel. 58 30 111 40

Tylko teraz kupując w Naszym Sklepie telefon z aktywacją w Plusie otrzymasz ciepły polar

Oferta dostępna wyłącznie w wyżej wymienionych sklepach. Koszt polaru 1,22 zł. Szczegóły w regulaminie promocji.



Certyfikaty programu Wybieram Pomorskie wręczone

Pomorski Klub Biznesu zaprasza



JAKUB JAKUBOWSKI

Aktywizacja pomorskich przedsiębiorców i działanie na rzecz rozwoju małych i średnich przedsiębiorstw – takie zadania stawia przed sobą Pomorski Klub Biznesu. To inicjatywa właścicieli firm i kadry zarządzającej pomorskimi firmami. Członkowie klubu aktywnie wspierają się w kontaktach zawodowych i towarzyskich, rozwijając i propagując inicjatywy, postawy i działania sprzyjające rozwojowi przedsiębiorczości.

Jedną z takich inicjatyw jest program Wybieram Pomorskie. Logo z takim hasłem pojawiać się będzie na produktach pomorskich firm. Chodzi o to, aby rozwijać w konsumentach świadomość, że kupując produkty lokalne, wpływają na rozwój przedsiębiorczości, a co za tym idzie – na poprawę sytuacji choćby na rynku pracy. Generalnie program ma przynieść korzyści wszystkim stronom: firmom – bo ich produkty będą chętniej wybierane przez klientów, klientom – bo dostaną lokalny produkt czy usługę najwyższej jakości, społeczeństwu – bo firmy będą chętniej zatrudniać przedstawicieli lokalnych społeczności. I samorządowi – bo z tytułu zwiększonego zatrudnienia pobierać będą zwiększone podatki. Już teraz widać, że spójna wizja promocji odwołująca się do lokalnego patriotyzmu przynosi coraz lepsze efekty.

– Coraz więcej firm przystępuje do programu, gdyż zwiększa się świadomość tego, iż wspólna polityka marketingowa jest jednym z czynników budujących przewagę konkurencyjną. Natomiast edukacja społeczeństwa w zakresie tego co regionalne, produkowane

przez pomorskich pracowników w pomorskich firmach, ma być gwarancją ciągłości i płynności istnienia przedsiębiorstw, miejsc pracy oraz dochodów – mówi Andrzej Stankiewicz, wiceprezes Pomorskiego Klubu Biznesu.

Do programu Wybieram Pomorskie zapraszane są również gminy i instytucje. Ostatnio certyfikat przystąpienia do programu odebrał między innymi Jerzy Władzik, wójt gminy Kosakowo, uznawanej za jedną z najbardziej atrakcyjnych i rozwojowych gmin w Polsce.

– Rozwój lokalnej przedsiębiorczości nie jest możliwy bez dobrej współpracy z samorzą-

dem. Gminy są przecież współodpowiedzialne za rozwój firm działających na ich terenie. My doskonale sobie zdajemy z tego sprawę i z całego serca wspieramy każdą sensowną inicjatywę mającą na celu propagowanie lokalnego biznesu, aktywizację lokalnych społeczności i wszelkich działań mieszczących się w zakresie strategii społecznej odpowiedzialności biznesu – powiedział „Prestiżowi” Jerzy Władzik.

W podobnym tonie wypowiedział się Adam Drzeżdżon, burmistrz Helu. Jego zdaniem program ma szansę na spektakularny rozwój.

– Lokalny patriotyzm jest na Pomorzu, a na Kaszubach szczególnie, bardzo mocno zakorzeniony. Gdy do tego dodamy atrakcyjny produkt lub usługę – to sukces murowany – mówi z przekonaniem.

Wybieram Pomorskie to sztandarowa inicjatywa Pomorskiego Klubu Biznesu. Klub prowadzi jednak szereg innych, mniej formalnych działań mających na celu dotarcie do jak największej liczby przedsiębiorców. Przynajmniej raz w miesiącu organizowane są towarzyskie nieformalne spotkania, przebiegające w luźnej atmosferze, mające na celu wzajemne poznanie się, nawiązanie kontaktów najpierw towarzyskich, a być może później także biznesowych.

– W grupie rażniej, to wiadomo nie od dziś. Gdy w jednym miejscu spotyka się grupa ludzi, którzy się lubią, szanują, mają do siebie zaufanie, to jest duża szansa na wspólne interesy i przedsięwzięcia biznesowe – mówi Andrzej Stankiewicz.

Pomorski Klub Biznesu nie jest towarzystwem zamkniętym, hermetycznym. Klub otwiera swoje drzwi zarówno dla firm dużych, średnich, jak i dla mikroprzedsiębiorstw. ■



Wiceprezes PKB Andrzej Stankiewicz wręcza certyfikat programowi Wybieram Pomorskie Hannie Kąkol, prezes firmy Perfect Consulting

Beata Jakuszewska Samotnie po dzikiej Afryce

IZABELA PEK

Kiedy się podróżuje samemu i nie ma u boku osoby, z którą można dzielić się wrażeniami, człowiek otwiera się bardziej na świat. To, że podróżuje sama, nie znaczy, że jest samotna. Cały czas trafia na ludzi, u których śpi, z którymi je, bawi się, rozmawia. Jest szczęśliwa. Beata Jakuszewska – młoda dziewczyna zwiedzająca samotnie najdalsze zakątki świata.



Niewiele potrzeba do szczęścia. Wystarczy drugi człowiek, możliwość obcowania z nim. Przenikanie się języka, kultur, tradycji. Poznawanie, osvajanie i zwyczajna ludzka życzliwość. Beata Jakuszevska twierdzi, że ta odbija się, jak w lustrze. Kiedy wychodzi się do ludzi z uśmiechem, to ten uśmiech wraca.

Być, nie mieć

Psychologia to jedna z ulubionych nauk Beaty i drugi już kierunek, na którym studiuje. Daje wielką wiedzę o życiu, o ludziach. Pozwala nabrać dystansu do świata, pomaga zagłębić się w marzeniach. W głowie Beaty mocno zakodowane są jakże proste słowa: „to możliwość spełniania marzeń sprawia, że życie jest tak fascynujące”. Nie przestaje więc marzyć. Po studiach zamierza ruszyć w świat. Twierdzi, że całe jej życie jest nie kończąca się podróżą, również w głąb siebie.

Nieczęsto można spotkać kogoś tak spontanicznego, pełnego pasji, chcącego być w ciągłym ruchu. Ludzie trzymają się zwykle czegoś. Swojego kąta, rodziny, pracy. Muszą wszystko mieć, z w życiu chodzi o to, by być. Być sobą. Doświadczyć jak najwięcej, zobaczyć i poczuć na własnej skórze. Beata nie ma wątpliwości. Podróże to jej sposób na życie. Wędrowała po kontynencie afrykańskim, azjatyckim i europejskim. Najchętniej wspomina ten pierwszy.

– Jestem zakochana w Afryce. To jest najpiękniejszy kontynent na świecie. Nie miałam pojęcia, że tam pojadę. W najbardziej urokliwym miejscu wylądowałam przez przypadek i zakochałam się. Po Afryce podróżowałam głównie autostopem – mówi.

W świecie pełnym kontrastów

Do Afryki pojechała od razu po pierwszych studiach filolo-

giczno-dziennikarskich. Tak po prostu. Spontanicznie. Spakowała plecak, pożegnała się z najbliższymi i ruszyła w drogę. Tak to się zaczęło i tak trwało: bez planu, bez terminu, bez konkretnego celu. Dojechała między innymi do Marrakeszu w południowym Maroku. Wylądowała tam zupełnie sama. Nie przeszkadzała jej ta samotność, bo wcale takiej nie odczuwała. Wciąż spotykała nowych ludzi.

– Marakesz to miasto niesamowitych kontrastów. Nigdy wcześniej nie widziałam takiego miejsca, gdzie miesza i styka się ze sobą wszystko: języki, kolory skóry... – opowiada podróżniczka. – Wiadomo, że gdy przenikają się kultury, człowiek w naturalny sposób się rozwija.

Marakesz był jednak tylko jednym z wielu przystanków w jej podróży. Wreszcie, po przejechaniu autostopem i przewędrowaniu pieszo łącznie ok. 13 tys. km, Beata Jakuszevska się zatrzymała. Było to w małej ma-

rokańskiej wiosce M'hamid el Ghizzlane, nazywanej „wrotami Sahary”. Tam spotkała ludzi, których nie zapomni do końca życia – nomadów z plemienia Arib.

Dom jest tam, gdzie jesteś ty

Nie znała arabskiego, ale nie bała się improwizować. Bez trudu zdobyła zaufanie i znalazła wspólny język z nomadami. Nomadowie to ludy pasterskie, prowadzące koczowniczy tryb życia, nie przywiązujące się do miejsca, bez problemu je porzucające w poszukiwaniu nowego. Wraz ze swą rodziną, bo ta jest dla nich ważna, a często zwierzętami, głównie wielbłędami, przemierzają Saharę. Na pustyni Beata spędziła z nomadami sześć miesięcy. Poruszyli ją swoją filozofią życia.

– Dom jest tam, gdzie jesteś ty! Tam, gdzie czujesz szczęście! Bo dom to nie budynek. To przepełnione miłością serce.



Osada nomadów na Saharze



W towarzystwie nomadzkich kobiet na Saharze



Gorące piaski Sahary

To szczęśliwa dusza, która śpiewa. To w końcu relacje, jakie tworzysz ze światem – z ludźmi, zwierzętami, piaskiem, kamieniami, drzewami, ziemią, powietrzem. To jest Dom. Serce nomadów bije we mnie! – mówi wzruszona.

Zarazili ją prostą, dziecięcą, nieskażoną niczym radością i nadali nowe imię: Lalla Fatima. Ona nie pozostała dłużna i nadała starającemu się o jej względy nomadowi, który zwał się Rahmoun, nowe polskie imię: Ryszard. Rysiek oświadczył się Lalli, a kiedy ta odrzuciła jego oświadczenie, podarował jej białą chustę ze swojego turbanu. Dopiero potem dowiedziała się, że to „magiczna” chusta. Według miejscowych wierzeń taka chusta ma oznaczać, że osoba nią obdarowana kiedyś na pewno do swojego darczyńcy wróci, pełna miłości podsycającej tęsknotą.

O Ryszardzie Beata wspomina chętnie i często. To on się o nią troszczył, opiekował, dodawał otuchy, a nawet towarzyszył w dalszej podróży. Podobnie

traktowali ją inni, troskę ludzi czuła na każdym kroku. Bezinteresowną. Tak zwyczajnie po prostu czuła, że ludzie są dobrzy i chcą jej pomagać. Chcieli ją karmić, gościć, a nawet wspomagać pieniędzmi. Ona zaś poznawała ich osobliwe ceremoniały. Jednym z takich ceremoniałów było przyrządzanie i picie herbaty. „Należy pić małymi łyżkami i słuchać przy tym małych opowieści...” To zapamiętała.

Zaufać wielbłądowi

Życie na pustyni podobno nabiera nowego wymiaru. Bezkresnego. Nie kończąca się opowieść. Bezkres myśli i odczuwania, jak to wspomina Beata. Pustka i cisza. Człowiek staje sam na sam ze sobą. „Tyle wiemy o sobie, ile nas sprawdzono” – napisała niegdyś Wisława Szymborska. Beata wspomina, jak została sama na ogromnej, puste przestrzeni. Nie wiedziała w którą stronę iść i w końcu zaufała... wielbłądowi. Przeczuwała, że niejednokrotnie przemierzające



Nomadowie na wielbłądach

ten szlak zwierzę zna właściwą drogę. Nie myliła się. To zdarzenie nie wpłynęło na jej postrzeganie wszechogarniającej pustynnej przestrzeni. Zaczarowała ją ta muzyka tworzona przez wędrujące piaski Sahary. Pobudzała wszystkie zmysły. Pustynia pachniała, mimo że nie rosną na niej żadne kwiaty. Gdzieniedzie widać szczątki zeschniętych roślin... Niezwykle jest w niej to, że istnieje na niej jakieś życie, że wręcz pachnie tym prawdziwym życiem, a co do tego Beata nie ma wątpliwości. Sahara pachnie życiem. Zafascynowana tym życiem Beata nie potrafiła stamtąd wyjechać. Odkrywała bogactwo w pustce. Intensywne przeżywanie własnych myśli. Spotykanie się z nimi. To, na co człowiek żyjący w cywilizacji konsumpcyjnej nie ma czasu. Tylko goni gdzieś. Żyje według zasad ekonomii, a nie poszukuje prawdy o sobie samym i sensie życia. Dla takiego człowieka pytania egzystencjalne przestają mieć sens. Ta bezkresna pustka to taka chwila prawdy. Milion myśli, którym

człowiek musi stawić czoła.

– To przeraża niejednego, ale w końcu uczy być sam na sam ze sobą – twierdzi Beata. Nie bała się poddać temu. Oddychała Saharą. Tarzała w piasku tak długo, aż odkryła, że jest częścią tej Sahary. Piaski pustyni wchłonęły ją bez reszty. Tak stała się jedną z nich. Nomadów.

– Dla typowego nomady, takiego z pustyni, Sahara jest całym światem i nie wyobrażają sobie życia gdzie indziej. Większość z nich nie wie do tej pory, że istnieje coś więcej na świecie poza Saharą – opowiada Beata.

Życie jest podróżą

Beata jest kobietą niezwykłą. Inne w jej wieku skupione są albo na robieniu kariery, albo na „poszukiwaniu tego jedyne”. Ona jest inna. Ma odwagę podążać za głosem serca. Żyć jak chce, a nie jak chcą inni. Wie, że niedługo znów ruszy w świat. I prędko nie wróci.

– Myślę, że całe moje życie będzie już teraz podróżą, że to

będzie nie kończąca się podróż. Nie zakładam, że nie wrócę i nie będę mieszkać tutaj, ale na pewno mam zamiar objechać wszystkie kontynenty, chciałabym wszędzie dotrzeć – deklaruje z uśmiechem.

Ten uśmiech z jej twarzy nie znikną chyba nigdy. Jak sama mówi, uśmiech zawsze do niej wraca. Nawet na samym końcu świata, nawet w oczach wielbłąda na samym środku skąpanej w słońcu Sahary. ■



Mapa: Maciej Jurkiewicz

Czym jeżdżę?

Japońska technika, niemiecki styl



Foto: Jakub Wielicki

JAKUB WIELICKI

Niestraszne są mu zatłoczone miejskie arterie, a i w terenie radzi sobie nadspodziewanie dobrze. Na dodatek to chyba jedyne auto, w którym można poczuć się jak w domu – mówi o swoim lexusie RX350 Marek Ważny, właściciel firmy motoryzacyjnej z Gdyni.

Pierwszy japoński luksusowy SUV pojawił się na rynku jeszcze w 1998 r. Auto pierwszy raz pokazano na międzynarodowym salonie samochodowym w Detroit. Już od początku inżynierowie przykładali wagę do tego, by auto nie było tylko kolejną miejską terenówką. Samochód już projektowano tak, by podczas jazdy zachowywał się jak samochód osobowy.

– Projektanci pomyśleli jeszcze o czymś – dzięki stałemu napędowi na wszystkie koła typu Torsen oraz regulowanej wysokości zawieszania, mój RX, choć nie wygląda, pojedzie również w teren – mówi Marek Ważny, gdynianin.

Najnowsza generacja Lexusa RX350 wyjechała na drogi w połowie 2009 r. Samochód przeszedł nie tylko kurację odmładzającą, która polegała na odświeżeniu karoserii. Najnowszy RX to całkowicie nowy samochód – inżynierowie wymienili w nim całą płytę podłogową. Dzięki temu auto ma większy rozstaw osi niż poprzednik, a co za tym idzie – więcej miejsca we wnętrzu.

Aby tak duży samochód potrafił nabrać prędkości (8 s do setki i 200 km/h prędkości maksymalnej), musi mieć potężną jednostkę napędową. Dlatego pod maską RX-a Marka kryje się wolnossący silnik benzynowy V6 z podwójnymi zmiennymi fazami rozrządu, o pojemności 3,5 litra. Motor dysponuje mocą 277 KM i 346 Nm maksymalnego momentu obrotowego.

– To wszystko razem wzięte wystarcza, by auto jeździło naprawdę szybko i równie szybko przyspieszało przy każdej prędkości – chwali swojego Lexusa pan Marek. – Oczywiście, nic za darmo. Podczas jazdy w mieście samochód spala średnio nawet 14 litrów paliwa.

Moc przekazywana jest na wszystkie cztery koła dzięki sześciostopniowej automatycznej skrzyni biegów. Jak mówi Ważny, napęd to nie jedyna zaleta samochodu. – W środku panuje wręcz doskonała cisza. To jest trzecia odsona tego modelu i widać, że inżynierowie zastosowali zupełnie nowe materiały, które odizolowały kabinę od reszty świata. Nawet nadkola auta pokryto specjalną matą. Dzięki niej do kabiny praktycznie nie dociera szum potężnych 19-calowych kół – zachwyca się właściciel.

Faktycznie ma czym się zachwycać. Cisza podczas jazdy umożliwia skupienie się na dźwiękach dochodzących z głośników. Zestaw audio w tym Lexusie sygnowany jest przez amerykańską firmę Mark Levinson.

– To absolutny światowy top jeśli chodzi o samochodowe audio. Jestem audiofilem, w aucie spędzam sporo czasu, więc postanowiłem zainwestować trochę pieniędzy w nagłośnienie. W samochodzie mam aż 15 głośników – mówi Marek Ważny.

Ulubionej muzyki można słuchać nie tylko z płyt CD czy DVD, ale również z dysku twardego. Jeśli to za mało, muzykę można odtwarzać

Dane techniczne

Silnik: V6, 3,5 l benzyna

Moc: 277 KM

Przyspieszenie 0-100: 8 s

Prędkość maks.: 200 km/h

Spalanie średnie: 11 l

Cena: od 240 tys. zł



Marek Ważny



z przenośnego urządzenia dzięki połączeniu Bluetooth. Do tego jest jeszcze ośmiocalowy ekran nawigacji podłączony do kamer cofania zamontowanych w klapie bagażnika oraz pod prawym lusterkiem.

– Może nie jest to najważniejsze, ale obsługa radia, odtwarzacza i nawigacji jest całkowicie po polsku – zaznacza Ważny.

Aby ułatwić życie kierowcy, polecenia nawigacji wyświetlane są na przedniej szybie, na wyświetlaczu HUD. Prócz strzałek nawigacji i odległości do celu podróży kierowca widzi prędkość swojego auta oraz stację radiową, której słucha.

Nie sposób zapomnieć również o stylu, w jakim wykonano wnętrze auta – nowoczesne kształty i materiały najwyższej jakości. Począwszy od skóry, która trafiła na kierownicę i siedzenia, przez delikatny materiał na podsufitce.

Lexus pomału zdobywa coraz więcej zwolenników wśród polskich kierowców lubujących się w niemieckiej technologii. Japończycy, pokazując najmowy model RX-a, udowodnili, że dla nich nie liczy się jedynie wysoka technologia i otaczające kierowcę gadzety. Ważny stał się również styl, w jakim to wszystko podaje się kierowcy. ■





Prestizowe wnętrze Inspirująca rzeczywistość

IZABELA MAŁKOWSKA

Wejście do kuchni przez starą szafę, kubańskie cygara w toalecie i wszędybylski eklektyzm to tylko niektóre oryginalne pomysły, na które natknęliśmy się w domu gdyńskich projektantów mody Joli Słoma i Mirka Trymbulaka. Dom jest pełen tajemnic, designerskich zagadek i sekretów.

Jola Słoma i Mirek Trymbulak projektują modę, często również aranżują wnętrza, a z miłości do kuchni wegetariańskiej piszą specjalistyczne książki kucharskie. To ludzie niebanalni, oryginalni, nic więc dziwnego, że taki również jest dom, w którym mieszkają.

W salonie triumfuje gama wszystkich możliwych, stonowanych kolorów. Ciemne ramy okien w kolorze palisandru zostały zastąpione ciepłymi oliwkowo-piastajowymi barwami. Całość uzupełniają sprowadzane z Hiszpanii parapety z kolorowych kafli. Pod nimi żeliwne kaloryfery, które wygrzyły nowoczesne blaszaki. Przemalowane na ciemną zieleń, pozłoczone i spatynowane niezwykle ozdabiają wnętrza. Słoma i Trymbulak wychodzą z założenia, że wnętrza mieszkania powinno być skomponowane tak,

by wypocząć mogło w nim nie tylko ciało, ale i oko.

– Takie zadanie miał spełnić nasz komplet wypoczynkowy, dwie sofy i fotel – twierdzi Jola Słoma. – Bardzo podobały nam się nowoczesne i proste formy. Chcieliśmy przełamać tę starociowatość, ale okazało się, że na nowoczesnych meblach siedzi się bardzo niewygodnie. A przecież człowiek musi się zanurzyć w takim fotelu, najlepiej w pozycji półleżącej. Wybraliśmy komplet w kwiecistych kolorach, bo stwierdziliśmy, że oko lepiej wypoczywa, gdy więcej się dzieje.

W ich domu rzuca się w oczy zauroczenie klimatami śródziemnomorskimi. Zaczęło się od patio, którego historia ma swój początek w zwykłym przypadku.

– Naprzeciwko naszej działki był nieogrodzony teren – wspomina Mirek Trymbulak. – Tam okoliczni

degustatorzy win przy okazji konsumpcji zaglądali nam do okien. Postanowiliśmy się odgradzić. Włożyliśmy cembrowinę od studzienki, obudowaliśmy ją ceglami i w efekcie uzyskaliśmy śródziemnomorskie patio. Dopiero potem pojechaliśmy do Wenecji i stwierdziliśmy, że są tam klimaty jak z naszego ogródka.

Śródziemnomorskie klimaty to również piękne muszle. To ulubiony element wystroju duetu projektantów.

– Muszla pięknie przepuszcza światło, w związku z tym jest ono dużo ładniejsze niż w tradycyjnej lampie – uważa Jola Słoma.

Inspirująca rzeczywistość

Słoma i Trymbulak kochają eklektyzm, uwielbiają łamać schematy, a przy projektowaniu często dają się

ponieść wyobraźni. Widać to wyraźnie w ich własnym domu.

– Życie bardzo często podejmuje za nas decyzje – uważa Jola Słoma. – A nam blisko do wschodniego systemu wartości, który mówi, że prościej jest płynąć z prądem niż pod prąd. Wydaje mi się, że to jest ważne zarówno w życiu, jak i w urządzaniu domu. Po prostu szkoda przeznaczać życie na walkę z rzeczywistością, którą można się zainspirować i jeszcze na tym skorzystać.

Nic więc dziwnego, że gdy podczas pierwszego remontu domu stanęli przed topornymi plastikowymi drzwiami z okleiną udającą drewno, postanowili to wykorzystać, nie wyrzucać.

– Pokryliśmy je szpachlą do drewna, potem nałożyliśmy turkusową farbę, a jeszcze później oszlifowaliśmy, pozłociliśmy i wyszły z tego drzwi, które do tej pory nam

się nie znudziły – mówi Trymbulak.

Zarówno dom, jak i obie pracownie projektantów są kwintesencją tego, co Słoma i Trymbulak kochają i co ich fascynuje. Para nie lubi szablonowości i kopiowania. Dlatego do kuchni wchodzi się inaczej niż w tradycyjnych domach, bo przez trzydrzwiową szafę. Odkupiona od kolegi, przelocowana na niebiesko i pozłocona zaprasza do wejścia w smak zapachów i smaków.

– W kuchni nie chcieliśmy normalnych szafek, więc na początku pomyśleliśmy o koszykach wiklinowych – opowiada Jola Słoma. – Ale w kilku gazetach hiszpańskich zobaczyliśmy, że to całkiem popularne. Stwierdziliśmy, że jeśli to popularne, to my tak nie chcemy. Więc Mirek przyniósł z rynku skrzynki po owocach, ja je pomalowałam bejcą i tak już zostało.

– A później dodaliśmy trochę sztukaterii i uszlachetniliśmy to wszystko – dodaje Mirek Trymbulak.

W kuchni nie zabrakło elementów sentymentalnych. Jest makatka prababci z przysłowiem: „Miłość, zgoda domu ozdoba” i zabytkowa maszynka do krojenia chleba.

Stara podłoga z kamieniami Swarovskiego

W tym domu nic nie jest typowe ani oczywiste. W łazience dla gości honorowe miejsce zajmuje stara rama do lustra i inspirująca półeczka z różnymi gadżetami. Są na niej książeczki z poezją, fraszkami, kostki do gry, figurki, kompas, talia kart, kubańskie cygaro, a nawet jajko z tłuczonych skoruppek. W prywatnej łazience jest bardziej buduarowo. Większość miejsca zajmuje bardzo duża wanna za... bardzo niewielkie pieniądze.

– Napelniliśmy ją tylko raz w życiu, ale trwało to zbyt długo. Zanim zapełniła się do końca, woda już zdążyła się wystudzić. Wanna bardziej wygląda niż służy. Jest

trzeciego gatunku, o nierównej fakturze, więc całkiem dobrze udaje marmur. Wszyscy nią się zachycają – śmieje się Mirek Trymbulak.

Umywalka podparta na kariatydzie, kinkiety wykonane z muszli uzupełniają całość. Projektanci przyznają, że mają jeden poważny problem. Nie podoba im się nic gotowego do kupienia. Wszystko muszą zrobić sami.

– Tak było z łóżkiem do sypialni – opowiadają. – Wpadliśmy więc na pomysł, żeby wezgiłowie zrobić z korony zabytkowej szafy. Do reszty potrzebowaliśmy starych belek. Ale nie z tartaku, bo mokre i świeże szybko by się powyginały.

Z pomocą przyszli sąsiedzi rozbierający stare zabudowania gospodarcze. Łóżko stanęło na betonowych kolumnach i podłodze ze starych, rozbiórkowych desek kupionych w porcie.

– Wysła z tego połupana rustykalna podłoga – mówi Mirek Trymbulak. – Kiedyś

nie było mody na postarzanie drewna, nikt się w to nie bawił. Dlatego wiedzieliśmy, że jeśli chcemy mieć starą podłogę, musimy sami ją wymyśleć. Żeby ją rozświetlić powklejaliśmy w nią kamienie Swarovskiego.

Projektanci przyznają, że styl, który uzyskali w domu, wyszedł im trochę przypadkowo.

– Ciekawe jest to, że w którymś momencie bardzo go polubiliśmy – mówi Jola Słoma. – I choć podobają nam się nowoczesne, sterylne wręcz wnętrza, to jednak mieszkać wolimy tak jak teraz.

Nie da się ukryć, że dom Słomy i Trymbulaka pełen jest dziwnych przedmiotów i tajemnic.

Na pytanie, ile jeszcze takich tajemnic można znaleźć, projektanci zgodnie odpowiadają, że tego sami nie wiedzą. O kolejnych tajemnicach dowiadują się przypadkowo od ludzi, którzy ich odwiedzają. Na tym polega urok tego niesamowitego miejsca. ■



JOLA SŁOMA I MIROŚLAW TRYMBULAK SĄ MAŁŻEŃSTWEM. SZYJĄ UBRANIA, PROJEKTUJĄ WNĘTRZA I BIŻUTERIĘ. WEGETARIANIE, AUTORZY KSIĄŻEK: „NAKARMIC DUSZĘ” I „UBRAC DUSZĘ” ORAZ PIERWSZEGO W POLSCE WEGETARIAŃSKIEGO PROGRAMU PT.: „ATELIER SMAKU” W KUCHNIA.TV. MIESZKAJĄ W GDYNI-ORŁOWIE, GDZIE PRZEZ KILKA LAT PROWADZILI KAWIARNIOGALERIĘ, A NASTĘPNIE RESTAURACJĘ WEGETARIAŃSKĄ. ICH ATELIER ZNAJDUJE SIĘ W GDYNI, A OD NIEDAWNA TAKŻE W WARSZAWIE.

Przyszłym mamom nie brakuje pomysłów na niezapomnianą pamiątkę po ciąży. Jednym z nich jest profesjonalna sesja „z brzuszkiem”. Staje się to coraz bardziej powszechne i szczególnie pożądane przez kobiety, które chciałyby zatrzymać ten czas na dłużej.

– Zdecydowałam się na tego typu sesję zdjęciową, ponieważ uważam, że jest to najwspanialsza pamiątka z czasu ciąży. W przyszłości planuję powiększyć zdjęcia i zawiesić je w pokoju dziecięcym – mówi Karolina, która na dniach spodziewa się maleństwa.

To, że zdjęcia „z brzuszkiem” są bardzo popularne, potwierdza Marcin Łabęcki, właściciel studia fotograficznego B&W Photography.

– Coraz więcej przyszłych rodziców decyduje się na portfolio macierzyńskie. Jednym słowem zainteresowanie jest naprawdę spore. Jeśli chodzi o stylizację, to wszystko zależy od przyszłej mamy. Wiele kobiet decyduje się na artystyczne akty, czyli takie, które będą odzwierciedlać uczucia kobiety w błogosławionym stanie. Oczywiście są też pary, które uwielbiają się wygłupiać i mają naprawdę szalone pomysły na zdjęcia. Jednym takim przykładem może być para, która postanowiła mieć „krwawą” sesję – mówi Michał Łabędzki.

Marzena Toszek, szczęśliwa mama trzymiesięcznych bliźniaków, zdecydowała się na własną sesję zdjęciową, a fotografem był jej mąż.

– Bardzo podobają mi się zdjęcia kobiet w ciąży i uważam, że jest to niezapomniana pamiątka. Niestety nie zdążyłam zrobić profesjonalnej sesji. Jednak jestem szczęśliwa, że posiadam zdjęcia z czasu ciąży, zrobione przez mojego męża.

Mamuśki z wyobraźnią

Sesje zdjęciowe to tylko jeden z trendów, które zapanowały wśród kobiet w ciąży. „Brzuszkowa” moda staje się tak powszechna, że wielu przyszłych rodziców decyduje się na kręcenie filmików z każdego miesiąca ciąży.

– Wraz z mężem dokumentujemy w ten sposób każdy etap ciąży. Uważam, że będzie to wspaniała pamiątka nie tylko dla nas, ale również dla naszej pociechy kiedy dorośnie – mówi Kasia Soryn.

Przyszłe mamy chętnie organizują „baby shower”, czyli przyjęcia ciążowe, na które zaprasza się najbliższych i znajomych. „Baby shower” w polskim tłumaczeniu oznacza zalewanie kobiety spodziewającej się dziecka prezentami. Firmy cateringowe na tę okazję przygotowują odpowiednie menu, a w specjalnych sklepach można kupić różnego rodzaju tematyczne gadżety, ozdoby i prezenty. Cała impreza polega na konkursach, podpisywaniu się na brzuszku i otwieraniu prezentów przez przyszłą mamę.

– Podczas przyjęcia na cześć nienarodzonej jeszcze pociechy wraz z najbliższymi przeglądaliśmy książkę z imionami, a punktem kulminacyjnym było pochwalenie się zdjęciem z USG – wspomina Kasia.

Wyobrażenia przyszłych mam nie zna granic. Nikogo już nie szokuje gipsowy odlew brzuszka czy macierzyńskie portfolio, a przyjęcia ciążowe są coraz bardziej popularne. Dzięki pamiątkom „z brzuszkiem” przyszła mama pamięta te lepsze strony bycia w błogosławionym stanie. A w przyszłości będzie mogła się pochwalić pomysłowością i pamiątką, która pozostała po cudownych dziewięciu miesiącach.

Niezapomniane dziewięć miesięcy

NATALIA LEBIEDŹ

Przyjęcia ciążowe, czyli „babyslower”, sesje zdjęciowe z brzuchem w roli głównej, a nawet gipsowy odlew – to tylko niektóre pomysły na okres ciąży. Polki coraz odważniej po nie sięgają. Także w Trójmieście.





Zdjęcia: Panna Lu
Wizaż i stylizacja: Maja Holcman
Modelka: Magda



Gotowe na wszystko

Serialowa bańka mydlana

IZABELA MAŁKOWSKA

Intrygują, wyciskają łzy, zapierają dech w piersi, często pożerają czas – seriale, zarówno polskie, jak i wielkie zagraniczne wieloodcinkowe hity. Oglądają je miliony ludzi. Dorośli i dzieci, kobiety i mężczyźni. Również osoby znane z gazet i telewizji nie przepuszczają żadnej okazji, by obejrzeć przygody ulubionych bohaterów.

Ona zdradza go z przyjaciелеm męża, on bez jej wiedzy przegrywa wspólne oszczędności w kasynie. Pies sąsiada już dwa razy zjadł wycieraczkę spod drzwi mieszkania nr 8. W klatce obok prywatny detektyw, stojąc pod drzwiami jednego z mieszkań, podsłuchuje odbywającą się w środku rozmowę. Brzmi dziwnie? Możliwe, ale o to chodzi w serialach. Mają intrygować niejednoznacznością, komplikować życie bohaterów i wciągać w to jak najwięcej widzów. I chyba robią to skutecznie, bo kiedy w internetowej wyszukiwarce Google wpisujemy hasło „seriale”, w odpowiedzi dostaniemy 8 250 000 haseł. Pokiwają do nas palcem seriale online, blogi o filmowych tasiemcach, najświeższe wiadomości z filmowego świata oraz pełna baza seriali i aktorów w nich grających.

Rzeczywistość odbita w krzywym zwierciadle

– Seriale zawierają substytut życia, którego ludzie często nie prowadzą, są uproszczoną wersją rzeczywistości. To taka

egzystencja zastępcza – twierdzi Mirosław Tomaszewski, współscenarzysta serialu „Pierwsza miłość”.

Moda na oglądanie seriali nie ominęła także ludzi znanych nam z łamów gazet, ekranów kin czy telewizorów. Wystarczy wycelować pilota i jesteśmy w świecie, który zapewnia nam rozrywkę na co najmniej 45 minut. W zaciszu pokoju, miękkości kanapy i w niedalekiej odległości od miski chipsów śledzimy losy naszych ulubionych postaci.

– Seriale mają swój charakter. Wiele z nich inteligentnie porusza tematy, które otaczają nas na co dzień. Zwracają uwagę na problemy społeczne, podpowiadają, jak je rozwiązać – mówi Larry Okey Ugwu, dyrektor Nadbałtyckiego Centrum Kultury, który najchętniej śledzi losy bohaterów „Rodziny zastępczej” i „Rancza”. Ten ostatni serial bije rekordy popularności i z racji rzeczywistości, w jakiej odbywa się akcja, stał się ulubionym serialem samorządowców i urzędników.

– Lubię „Ranczo” ze względu na samorząd, który tam fantastycznie pokazano w krzywym

zwierciadle – mówi Dorota Świążawska, dyrektor Departamentu Zamówień Publicznych i Administracji Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego. – Śmieszy mnie osoba wójta jako władcy wioski i precyzyjnie pokazane różne postawy mieszkańców wobec niego. Jedni czołem biją, inni podkopy robią. Coś niesamowitego.

– Moim zdaniem „Ranczo” jest świetnym serialem, choć nieco przerysowanym. Dostatecznie przedstawia obraz społeczeństwa polskiego, wypunktowując przy okazji pewne stereotypy – dodaje prezydent Gdańska Paweł Adamowicz.

Włącz serial i nabierz dystansu

Sporo ludzi ogląda również seriale o tematyce medycznej. Cukierkowa rzeczywistość płynąca z małego ekranu nijak ma się do tej realnej, niemniej perypetie lekarzy i ich pacjentów w serialu „Na dobre i na złe” z zapartym tchem śledzą miliony widzów.

– Może ten świat jest cukierkowo przedstawiony, ale interesująco. Zresztą realia naszej

służby zdrowia są tak szare, że chyba każdy lubi spojrzeć na jej lepszą postać, choćby mocno naciągniętą. No i muszą się jeszcze do czegoś przyznać. W tym serialu bardzo podoba mi się pani Małgorzata Foremniak – mówi ze śmiechem Michał Targowski, dyrektor gdańskiego zoo.

Seriale kochają prawie wszyscy. Gospodynie domowe i rekiny biznesu, politycy i dziennikarze.

– Jeszcze niedawno chętnie oglądałem „Californication”, tylko pora emisji była dla mnie trochę zaporowa – przyznaje Tomasz Złotoś, dziennikarz gdańskiej TVP3. – Namiętnie śledziłem też losy „Kasi i Tomka”. Lubię „Wojnę domową”. Przy okazji z zawodowego punktu widzenia podziwiam, jak kiedyś, mając tak mizerne środki, filmowcy potrafili zrobić tak świetne kino.

Prawdziwym fanem seriali jest Paweł Orłowski, wiceprezydent Sopotu. Jeśli tylko pozwala mu na to czas, ogląda „Dead-wood” – historię małej amerykańskiej osady wyjętej spod prawa, na przestrzeni odcinków stającej się niewielkim miasteczkiem.

A także „Rzym”, „Rodzinę Soprano”, „Sześć stóp pod ziemią” i „Anioły w Ameryce”.

– Czasami, kiedy muszę sobie poprawić humor, oglądam także „Scrubs” – opowiada Paweł Orłowski. – To bardzo nietypowa komedia, bez śmiechu z tzw. puszki. Pojawiają się tam naprawdę poważne sceny obyczajowe, czasami rzeczywiście dramatyczne. Klasyką jest „Biuro” – w angielskiej wersji pokazywanej w BBC. Polecam każdemu, kto nasiąknął zbyt mocno korporacyjną albo urzędniczą manierą.

Sentymentalna podróż w świat seriali

Ci, którzy nie mają czasu na śledzenie perypetii serialowych bohaterów, z sympatią wspominają tasiecmę sprzed lat.

– Sporym sentymentem darzę „Dom”, w którym losy bohaterów świetnie spletają się z wielkimi wydarzeniami historycznymi – przyznaje Paweł Adamowicz.

Dzisiaj historia, jeszcze niedawno rzeczywistość. Szara i ponura rzeczywistość. Okres PRU-u. To właśnie wtedy powstało wiele kultowych filmów i seriali, do dziś chętnie wspomnianych przez wielu ludzi. Ich bohaterzy zostali w świadomości na wieki.

– Kiedyś każda rola, nawet drugoplanowa, była perełką. Taka kobieta pracująca, Maliniak czy Karwowski to niezapomniane kreacje aktorskie. Poziom obecnych seriali niestety bardzo odbiega od poziomu tamtych, starych. Nie ma żadnego porównania – twierdzi europosłanka Joanna Senyszyn.

Pani Joanna z tamtych czasów wspomina „Czterdziestolatka” i „Alternatywy 4”. Ceni je przede wszystkim za to, że w tych trudnych czasach potrafiły wywołać na twarzy uśmiech.

– Są wyjątkowo dowcipne. Pokazują w krzywym zwierciadle życie w PRL-u w niezwykle życzliwy sposób. Wady nasze i naszego systemu przedstawiono w nich z przymrużeniem oka, wypunktowując znakomicie. Grają tam świetni aktorzy, każdy odcinek jest majstersztykiem.

Wielbicielem „Alternatywy 4” jest również żeglarz Roman Paszke.

– Namiętnie oglądałem też „Czterech pancernych”. Na podwórku każdy chciał być Jankiem Kosem. To był gość – przyznaje.

Innym bohaterem, wzorem do naśladowania, był Hans Kloss. Perypetie polskiego agenta z zapartym tchem śledziły całe pokolenia, a muzyczny motyw z serialu „Stawka większa niż życie” do dziś pozostaje jedną z najbardziej charakterystycznych melodii znanych Polakom.

– Te seriale były odmienne od współczesnych – mówi Dariusz Siastacz, aktor Teatru Miejskiego w Gdyni. – Każdy odcinek opowiadał o czym innym, był jednak częścią całości, jak np. w „Janosiku”.

W serialu jak w życiu

Na czym według samych widzów polega fenomen seriali?

– Myślę, że w losach ich bohaterów znajdujemy własne troski i problemy – sugeruje Paweł Adamowicz.

– Ludzie lubią oglądać rzeczy, które kierują emocjami – mówi Ugwu. – Interesuje ich temat miłości. Zwłaszcza kobiety, które są sentymentalne. Łzy szczęścia lecą, miłość zwycięża. Szukamy w serialach happy endu, czegoś, co poprawi nam humor.

Najdłuższe telewizyjne tasiecmę mają nawet po kilka tysięcy odcinków, trwają wiele lat i końca nie widać. Niektóre biją rekordy popularności. Dane mówią same za siebie. Liczba widzów „M jak miłość” potrafi jednorazowo wynieść nawet 10 milionów.

– Ludziom potrzeba emocji, zarówno negatywnych, które dają im seriale kryminalne, jak i pozytywnych, zawierających element życia sielskiego – twierdzi Mirosław Tomaszewski. W takim łatwo znaleźć receptę na wszystko. Widz podlega przez chwilę złudzeniu, że to, co nieosiągalne, jest proste. I że da się coś zrobić, naśladowując zachowania zaczerpnięte z ekranu. Nie bez kozery przecież mówi się, że w życiu jak w serialu. I na odwrót. ■



Dr House



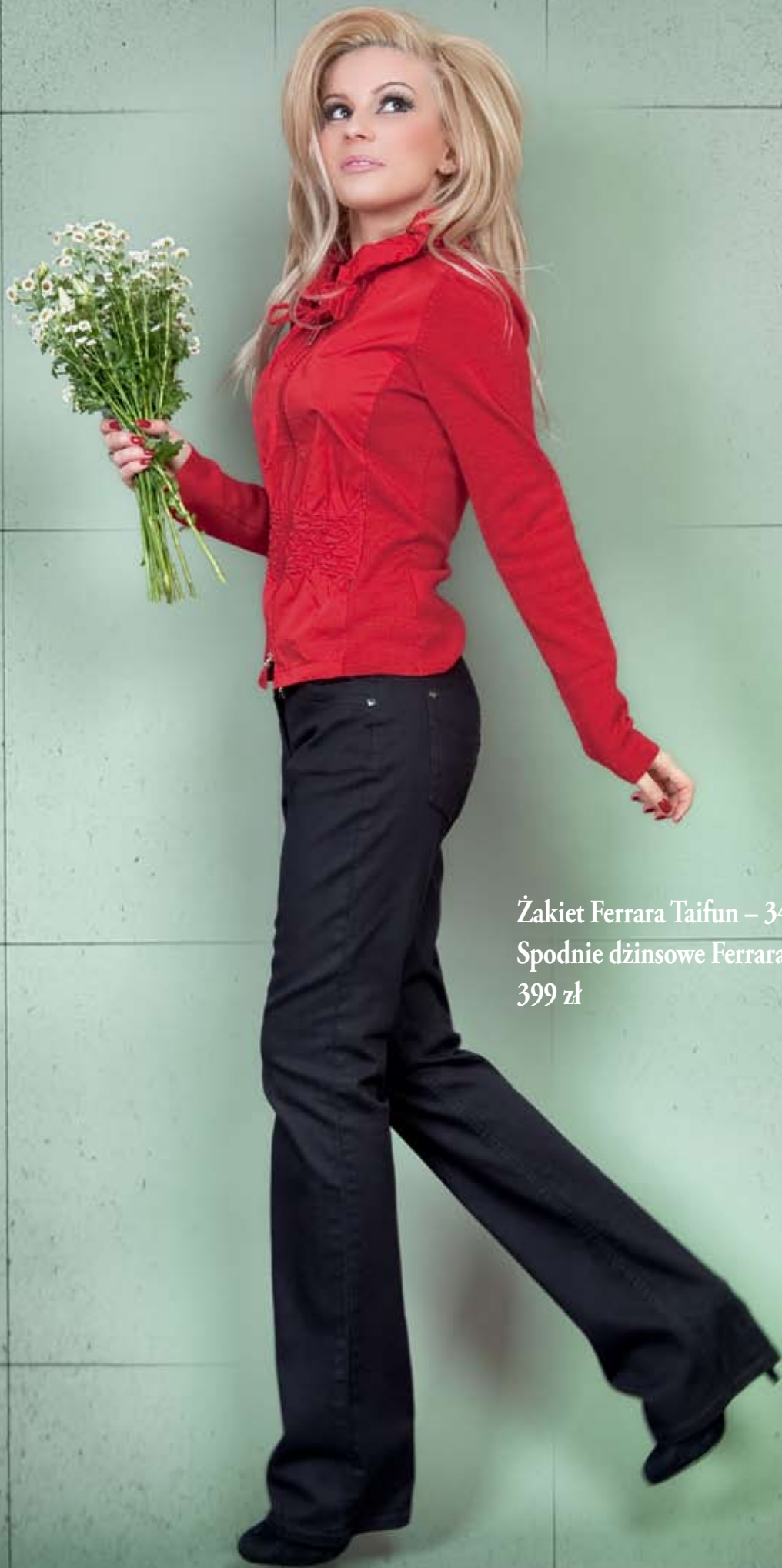
Californication

To idzie wiosna

Sweter Gerry Weber Malta – 349 zł
Spódnica Gerry Weber Malta – 349 zł
Torba Taifun – 299 zł

NATALIA LEBIEDŹ

Zima trzyma się mocno, ale powoli można już przymierzać się do remanentu w szafie i zrobić w niej miejsce dla wiosenno-letniej garderoby. Tym bardziej że sklepy i butikie wypełnione są kolekcjami na cieplejsze dni. Tak jest chociażby w butik Gerry Weber w gdyńskim centrum handlowym Klif. Każda nowoczesna kobieta z pewnością znajdzie tam coś dla siebie. Tradycją firmy stały się już własne interpretacje nowych trendów w modzie. Nie inaczej jest w przypadku ostatniej kolekcji. Widać w niej wpływ najnowszych trendów, ale też indywidualizm. W połączeniu z doskonałą jakością linie odzieży z salonów firmy Gerry Weber są z pewnością wyjątkowe i charakterystyczne.



Żakiet Ferrara Taifun – 349 zł
Spodnie dżinsowe Ferrara Taifun –
399 zł



Koszula Gerry Weber Malta – 349 zł
Spodnie Gerry Weber Edition – 349 zł
Pasek Taifun – 129 zł

Koszula Ferrara Taifun – 299 zł

Kurtka Ferrara Taifun – 599 zł

Spodnie Gerry Weber Edition – 379 zł

Szal Taifun – 129 zł



Produkcja sesji: Katarzyna Zdrowak
Zdjęcia: Photo-Flow/Katarzyna i Ireneusz Zdrowak
Makijaż: Anna Dziemidzik
Stylizacja: Maja Skubich bukietarnia.gda.pl
Modelka: Joanna Klamecka

Kolagenowy sekret młodej skóry

NATALIA LEBIEDŹ

Pojawiające się zmarszczki, cellulit i suchość skóry – to oznaki nieuchronnego starzenia się. W jaki sposób spowolnić lub zatrzymać ten proces? Eksperci z dziedziny kosmetologii znają już odpowiedź – kolagen. Dzięki radykalnej i nowoczesnej przemianie kolagen zyskał nowe zastosowanie w gabinetach medycyny estetycznej. Zapobiega starzeniu się skóry, ujędrnia i zapewnia świeży wygląd – pożądany przez kobiety.

Już od 25. roku życia skóra zaczyna czynnie uczestniczyć w procesie starzenia się. Pojawiające się zmiany na twarzy i ciele dają nam wiele powodów do skorzystania z porady chirurga, a w rezultacie z operacji plastycznej. Zanim jednak sięgniemy po skalpel, wypróbujmy mniej inwazyjne i bardziej przyjemne metody. Do takich z pewnością należy stosowanie kosmetyków kolagenowych.

Uciekający kolagen

Kolagen od dawna używany jest jako składnik wielu kremów. Badania naukowe dowiodły jednak, że preparat syntetyczny na niewiele się zdaje. Skuteczną alternatywą jest opracowana przez polskich naukowców metoda pozyskiwania naturalnego kolagenu, najczęściej pochodzenia rybiego. Ma on właściwości najbardziej przypominające działanie ludzkiego kolagenu.

– Kolagen odpowiada za elastyczność naszej skóry, nawilża ją i regeneruje. Z wiekiem jednak nasz organizm produkuje go coraz mniej, co powoduje między innymi powstawanie zmarszczek. Deficyt kolagenu jest przyczyną wielu problemów zdrowotnych i zmian w wyglądzie. Niestety jest to proces nieunikniony, gdyż z czasem organizm traci zdolność odbudowy kolagenu – mówi dr n. med. Małgorzata Sokołowska-Wojdyło, dermatolog z gdyńskiej kliniki Derm Art.

Efekt niedoboru zauważalny jest głównie na twarzy, której rysy z wiekiem zmieniają się dość wyraźnie. Zmarszczki, przebarwienia, cellulit, suchość i wiotczenie skóry oraz przykurczenie sylwetki to podstawowe efekty braku kolagenu w skórze. Nic więc dziwnego, że kolagen ma coraz szersze zastosowanie

w kosmetyce. Któż z nas bowiem nie chciałby być wiecznie młody?

Kolagen – fakty i mity

– Z tą wieczną młodością to bym nie przesadzał. Kolagen to faktycznie mała rewolucja w kosmetyce, ale narosło wokół niego tyle mitów, że warto dokładnie sprawdzić, co tak naprawdę daje nam stosowanie takiego prepa-

ratu. Przed wszystkim kolagen nie ma właściwości leczniczych, nie leczy schorzeń typu osteoporoza, siwe włosy nie przybiorą pierwotnego koloru, nie pozbedziemy się alergii ani też stwardnienia rozsianego. O takim bowiem działaniu kolagenu jeszcze niedawno w reklamówkach informowali niektórzy producenci. Podstawowym problemem

jest też przenikanie kolagenu pozyskiwanego z ryb lub innych zwierząt przez naskórek do organizmu. Dlatego najlepsze efekty daje kuracja w specjalistycznych gabinetach kosmetycznych, gdzie kolagen aplikowany jest za pomocą specjalnych urządzeń, w odpowiedniej temperaturze. Stosowanie w domu kosmetyków kolagenowych również daje efekty, ale głównie pielęgnacyjne i regenerujące, korzystnie wpły-

Brak przeciwwskazań

– Stosuję kosmetyki na bazie kolagenu od kilku lat i jestem z nich bardzo zadowolona. Przede wszystkim dostrzegłam zmniejszenie się zmarszczek na twarzy i zanik kurzych łapek w okolicach oczu. Już po pierwszym użyciu mogłam zauważyć małe, ale cieszące oko różnice – mówi Renata Tomczewska, przedsiębiorca.

– Braki kolagenu uzupełniam poprzez stosowanie żelu i kremu przeciwzmarszczkowego. Po pierwszych dwóch tygodniach stosowania efekty były mało zauważalne. Dopiero po miesięcznej kuracji moja skóra stała się bardziej ujędrniona i sprężysta – dodaje Jadwiga Czereba, właścicielka firmy Anda.

Kremy kolagenowe z pewnością nie są kosmetykami doskonałymi, o czym może też świadczyć fakt, że wynalazku tego nie wykupiły jeszcze wiodące światowe koncerny farmaceutyczne. Niemniej już teraz, po kilku latach badań klinicznych, można stwierdzić, że są to kosmetyki, które warto stosować, gdyż – mimo stosunkowo wysokiej ceny – skutecznie nawilżają, regenerują skórę. I co najważniejsze, nie istnieją jak dotąd żadne udokumentowane kliniczne przeciwwskazania do ich stosowania, oprócz ostrej niewydolności nerek i chemioterapii oraz uczulenia na białko rybne.



ratu. Przed wszystkim kolagen nie ma właściwości leczniczych, nie leczy schorzeń typu osteoporoza, siwe włosy nie przybiorą pierwotnego koloru, nie pozbedziemy się alergii ani też stwardnienia rozsianego. O takim bowiem działaniu kolagenu jeszcze niedawno w reklamówkach informowali niektórzy producenci. Podstawowym problemem

wające na sprężystość i nawilżenie skóry – mówi gdański dermatolog dr Leszek Majewski.

Ten korzystny efekt to przede wszystkim gładka i nawilżona cera. Kremy z zawartością kolagenu pobudzają bowiem komórki skóry do regularnej odnowy, a także usuwają obumarły naskórek. Kremy mają zazwyczaj delikatną, niemalże jedwabistą

Dr Pernak

Specjalistyczna **Praktyka Lekarska**

81-717 Sopot, ul. Haffnera 10/2

tel. 58 728 200, kom. 500 600 502

www.drpernak.pl

- nieoperacyjne powiększanie piersi
- likwidacja rozstępów i cellulitu
- leczenie wypadania włosów
- usuwanie żylaków, naczynek, pajęczków naczyniowych
- leczenie nadpotliwości
- modelowanie sylwetki
- usuwanie zmian skóry
- usuwanie zmarszczek
- videodermatoscopia
- depilacja laserowa
- chirurgia laserowa
- modelowanie ust
- lipoliza iniekcyjna
- fotoodmładzanie
- plastyka powiek
- złote nici



Nowość!

Body Jet:

- powiększanie piersi
- przeszczepy tłuszczu
- usuwanie tkanki tłuszczowej

Restylane[®]
Natural beauty from within

Macrolane[™]
Gracefully shapes your body



Q-MED Polska Sp. z o.o.
Laurat Konkursu
Perły Medycyny 2009



Nowy biust bez skalpela

PAULINA HASIAK

Długie nogi, pełne biodra, zaokrąglona pupa, jędrny i okazały biust to marzenie niemalże każdej z nas. Niestety natura mało którą kobietę obdarzyła tymi wszystkimi atutami, ale dzisiejsza medycyna estetyczna otwiera przed kobietami nowe możliwości. Jedną z nich jest powiększenie piersi za pomocą preparatu macrolane.



To pierwszy na świecie produkt na bazie kwasu hialuronowego, który może być wstrzykiwany w dużych objętościach. Dodatkową zaletą zabiegu jest natychmiastowy rezultat połączony z długo utrzymującymi się efektami.

Alternatywa dla skalpela

To stosunkowo młoda metoda, a najwięcej zabiegów wykonuje się na piersiach. Trudno się jednak dziwić, wszak z biustem wiążą się kompleksy kobiet na całym świecie. Jedne marzą o większym, inne zaś o jędrniejszym. Dzięki macrolane naprzeciw tym marzeniom wychodzi już nie tylko chirurgia plastyczna, ale też medycyna estetyczna.

– Ta nieinwazyjna metoda polega na wstrzyknięciu naturalnego preparatu na bazie

kwasu hialuronowego pomiędzy ścianę klatki piersiowej a gruczoł. Jak na razie za całkowicie bezpieczne uważa się podanie stu kilkudziesięciu centymetrów sześciennych preparatu do jednej piersi, co odpowiada protezie wielkości około 170 cm³. Jest to idealne uzupełnienie oferty powiększania piersi za pomocą silikonowych implantów – mówi gdyński chirurg plastyczny dr Janusz Zdzitowiecki, polski ambasador marki macrolane.

Zabieg jest całkowicie bezpieczny, krótki i wykonywany przy znieczuleniu miejscowym. To pozwala na powrót do codziennych czynności zaraz po zabiegu, a przy okazji nie wymaga hospitalizacji. Efekt jest natychmiastowy, a wygląd piersi bardzo naturalny. Atutem zabiegu jest też brak jakichkolwiek blizn. Wada jest jedna. Co kilkanaście miesięcy zabieg trzeba

powtarzać. Po takim właśnie okresie kwas hialuronowy ulega samoistnemu wchłonięciu.

– Dla jednych może to być wadą, dla innych natomiast zaletą. Ja zdecydowałam się na ten zabieg właśnie dlatego, że nie chciałam implantów. Nie dlatego, że uważam tę metodę za niebezpieczną. Za dwa lata planuję drugie dziecko i z implantami wolę poczekać do czasu, aż przestanę je karmić piersią. Do tego czasu mogę się cieszyć naprawdę ładnym, naturalnie wyglądającym biustem. Czuję się po prostu atrakcyjna, na czym oczywiście korzysta również mój mąż – powiedziała „Prestiżowi” trójmiejska tancerka Zuzanna Kotowicz.

Efekt natychmiastowy

Zabieg ujędrniania i powiększenia biustu trwa około pół go-

dziny, a efekt widoczny jest tuż po jego ukończeniu. Po zaaplikowaniu przez anestezjologa miejscowego przez anestezjologa wykonywane jest niewielkie nacięcie, przez które lekarz wprowadza około 100 ml żelu modelującego, rozmasowując go równomiernie po całej piersi. Po zabiegu odczuwalny może być niewielki ból w okolicy piersi i towarzyszyć temu może uczucie napięcia. Zazwyczaj dolegliwości mijają po trzecim dniu od zabiegu.

– W porównaniu z dolegliwościami po wstawieniu implantów można powiedzieć, że metoda ta nie wiąże się z żadnymi dolegliwościami. Po wyjściu z sali operacyjnej praktycznie od razu wróciłam do swoich normalnych zajęć. Zupełnie jak po wizycie na przykład u dentysty – dodaje Zuzanna.

– Zabieg jest bezpieczny i nie powoduje skutków ubocznych,

niemniej ważne jest, aby był wykonywany w odpowiednich warunkach, najlepiej w aseptycznej sali operacyjnej, gdzie panuje bezwzględna czystość. Chirurgowi musi towarzyszyć instrumentariuszka, która będzie podawać preparat. Chirurg wykonujący zabieg musi być przeszkolony przez firmę Q-Med, która jest producentem macrolane. Tylko taka osoba ma pełną wiedzę o wszystkich, często bardzo szczegółowych aspektach stosowania tego preparatu. Bardzo ważne jest, aby to był chirurg, gdyż zasada numer jeden głosi, że jeśli umiesz powiększyć, to powinieneś też umieć leczyć powikłania. Wszystko w trosce o bezpieczeństwo pacjenta. Powikłania zdarzają się co prawda niezmiernie rzadko, są to przypadki incydentalne, niemniej przezorny zawsze ubezpieczony – dodaje dr Zdzitowiecki.

Dla kogo macrolane?

Powiększanie i modelowanie piersi metodą macrolane polecane jest przede wszystkim kobie-

tom z małym piersiami. Po zabiegu biust jest nie tylko jędrny, naturalnie wymodelowany, ale również o rozmiar większy. Przy dużym biuście efekt nie jest już tak spektakularny.

– Nigdy nie mogłam poszczy-

cić się dużym biustem, często słyszałam nawet, że jestem płaska jak deska – wspomina Zuzanna. – Na dodatek gdy mój mały Kacperek wręcz zjadł mi piersi, myślałam, że się załamie. Macrolane było wybawieniem. Dzisiaj mam

jędrne, duże B i chętnie chodzę bez stanika.

Nie wszystkie panie mogą jednak poprawić biust za pomocą macrolane. Przeciwwskazaniem jest wysokie ryzyko zachorowania na raka piersi, torbiele w gruczołach piersiowych oraz zmiany w badaniach USG piersi i mammografii. Również choroby tarczycy, wątroby i nerek, problemy z sercem, cukrzycą, ostre i przewlekłe infekcje, zaburzenia krzepności krwi, a także stwierdzona nadwrażliwość na kwas hialuronowy wykluczają zabieg.

Nie da się jednak ukryć, że macrolane otwiera świat nowych możliwości w bezpiecznym kształtowaniu sylwetki. Jest to bowiem pierwszy produkt na bazie kwasu hialuronowego, który może być wstrzykiwany w dużych ilościach. Lekarze na całym świecie wykonują coraz więcej zabiegów modelujących kształt nie tylko piersi, ale też pośladków, łydek, warg sromowych, a nawet klatki piersiowej u mężczyzn, jak i penisu. ■



REKLAMA

www.DrMed.pl

CHIRURGIA
PLASTYCZNA



MEDYCYNA
ESTETYCZNA

Piekno w zasięgu ręki

dr med. Janusz Zdzitowiecki



Proponowane zabiegi m.in.:

- lifting
- plastyka powiek, nosa, ust
- powiększanie piersi
- podniesienie piersi
- zmniejszenie piersi
- operacja ginekostatii
- plastyka brzucha
- liposukcja
- plastyka warg sromowych
- laserowe odmładzanie

Macrolane™ bez skalpela!
powiększanie i modelowanie piersi

Restylane™
przywracanie hydrobalansu skóry twarzy, szyi, dekoltu, dłoni itp.

Pellevé-Radiage™ bez skalpela!
nieinwazyjne odmładzanie skóry twarzy, szyi, dekoltu, brzucha, itp.

IPL - impulsowa lampa terapeutyczna
depilacja, zamykanie naczynek twarzy

Botox™
terapia zmarszczek skóry twarzy

NOWOŚĆ!

ANTI AGING SKIN PROGRAM
Ekskluzywny program stałej opieki nad skórą twarzy, szyi i dekoltu.

www.DrMed.pl

Gabinet chirurgii plastycznej i medycyny estetycznej
Gdynia, ul. Bema 15/1
Rejestracja:
tel. +48 602 210 680



Smacznego i na zdrowie

NATALIA LEBIEDŹ

Tabliczka czekolady, jogurtowy torcik i truskawki w bitej śmietanie – zwodzą wyglądem, kuszą smakiem. Aż chce się po nie sięgnąć w przerwie na reklamę podczas oglądania ulubionego serialu. Minus?

Przybywające centymetry w talii, kilogramy na wadze i gorączkowe szukanie diety. W jaki sposób należy zwalczać te i inne złe nawyki żywieniowe i przejść na mniejszy rozmiar? Zamień dietę „cud” na osobistego doradcę żywieniowego.

Co łączy dietę cud z yeti? Podobno jedno i drugie istnieje. No właśnie, podobno, bo ani diety cud, ani yeti nikt tak naprawdę jeszcze nie odkrył. I nie oszukujemy się, na pewno nie odkryje. Poszukiwaczy jednak nigdy nie brakowało i pewnie jeszcze długo nie zabraknie.

Nie szukaj diety, lecz dietetyka

Ewa Majewska, kierownik działu sprzedaży w gdańskim wydawnictwie edukacyjnym, szuka już od wielu lat i jak sama mówi, wypróbowała chyba wszystkie diety świata. Z różnym skutkiem. Problem był jeden, zasadniczy.

– Brakowało mi niestety konsekwencji w działaniu. Efekt

jo-jo doprowadzał mnie do szalu. Nawet jeśli już udało mi się znaleźć odpowiednią dietę, to po kilku miesiącach wracałam do starej wagi, albo nawet jeszcze większej.

Pani Ewa niestety wracała też do starych przyzwyczajeń. Podjadanie między posiłkami, jedzenie o nieregularnych porach, a zamiast aerobiku i fitness dwa razy w tygodniu mało aktywny odpoczynek na domowej kanapie. Głównie w zimie, bo ta pora roku w naturalny sposób osłabia naszą chęć do wysiłku fizycznego i czasami nawet spojrzenie w lustro, które nigdy nie kłamie, nie jest wystarczająco motywujące.

– Tak było niestety ze mną. Zimą najchętniej zabarykadowałabym się w domu i nigdzie nie wychodziła. Siłą rzeczy wychodzę mniej i częściej niż drzwi mieszkania otwieram drzwi lodówki. Nie mam oczywiście monstrialnych rozmiarów, nie jestem gruba, ale gdybym ważyła 10 kg mniej, to bym się nie pogniwała. Po zimie znów trzeba będzie szukać diety. Mam już taką sprawdzoną, dietę kopen-

haską. Raz schudłam na niej przez dwa tygodnie 12 kg. Ale to była droga przez mękę. Ciągle chodziłam głodna, dlatego teraz chyba poszukam czegoś innego – dodaje Ewa Majewska.

Pani Ewa powinna przede wszystkim poszukać dobrego dietetyka. Złe odżywianie, eksperymentowanie z dietami, stosowanie się do niczym niepotwierdzonych porad znalezionych w kolorowych pismach czy na hobbystycznych stronach w internecie może doprowadzić do poważnych zaburzeń metabolizmu. Finalnym efektem mogą być takie choroby jak cukrzyca, miażdżyca czy nowotwory. Dietetyk może nas przed tym uchronić.

Jedz, na co masz ochotę

Wizyta u dietetyka zaczyna się od odpowiedzi na podstawowe pytanie – dlaczego chcemy schudnąć. Następnie specjalista wyznacza zamierzony konkretny cel oraz ilość kilogramów do zgubienia. Analizowane są waga, wzrost i inne, bardzo szczegó-

lowe parametry. Dzięki temu dietetyk wie, jaki czas jest potrzebny na zrzucenie zbędnych kilogramów, dostosowuje ilość posiłków do trybu życia i rozkładu dnia oraz monitoruje efekty terapii. Najważniejsze jednak, że nikt nie jest zmuszony do jedzenia czegoś, za czym tak naprawdę nie przepada.

– Jedzenie to jedna z największych przyjemności w życiu człowieka i nie chodzi o to, aby jej sobie za wszelką cenę odmawiać. Jeśli lubimy słodczyce, sałatki z majonezem czy pizze – musimy się tylko nauczyć z nich korzystać w sposób, który nie odbije się na naszym zdrowiu i figurze – mówi Anna Słomkowska, dietetyk i doradca żywienia i suplementacji w sporcie z poradni dietetycznej Vita Clinic Sopot.

Ważne jest to, aby w posiłkach znalazły się właściwe składniki odżywcze. Proporcje między składnikami diety są ustalane tak, aby wspomagać organizm w spalaniu maksymalnej ilości zmagazynowanej tkanki tłuszczowej. Co dwa tygodnie prze-

prowadzana jest kontrola wagi, ilości tkanki tłuszczowej, mięśniowej i wody w organizmie. – Nie ma diety uniwersalnej, dobrej dla każdego. Każdy z nas ma inny metabolizm, różny skład ciała – ilość mięśni, tkanki tłuszczowej, również wiek, wzrost, płeć oraz codzienną aktywność fizyczną. To co dla jednego jest dietą cud, u innego może wywołać odwrotny rezultat – dodaje Anna Słomkowska.

Na własnej skórze przekonał się o tym Tomasz Szymanowski, montażysta telewizyjny i filmowy.

– Pracuję dużo i głównie w pozycji siedzącej. Do tego zawsze miałem skłonności do przybierania na wadze, mało mam jednak czasu na aktywność fizyczną. Chciałem schudnąć, ale informacji szukałem głównie w internecie, na forach dyskusyjnych. Tam znalazłem jedną dietę, którą wiele osób bardzo chwaliło. No to spróbowałem. Efekt? 2 kilogramy, ale nie mniej, tylko więcej.

Dla każdego coś smacznego ,ale innego

Dzisiaj największą grupę osób korzystających z usług dietetyka stanowią ludzie z wyraźną nadwagą lub otyłością. Ale nie tylko. Jeśli masz niedowagę, nie możesz przytyć, to właściwie dobrana dieta bogata w białko, węglowodany i zdrowe tłuszcze oraz minerały i witaminy uczyni twoje ciało silniejszym. Sposób żywienia można też dostosować do stylu życia, co powinno zainteresować głównie osoby żyjące aktywnie, szczególnie sportowców. Ich wymagania żywieniowe i potrzeby ich organizmów są diametralnie różne od potrzeb osób, które chcą tylko zgubić kilka kilogramów.

Ale nie tylko sportowcy korzystają z porad dietetyka. Po poradę zgłasza się też coraz więcej wegetarian, gdyż moda na taki sposób odżywiania zatacza coraz szersze kręgi. Dieta wegetariańska jest znakomita dla osób z zaparciami czy zaburzeniami trawienia.

– Dieta wegetariańska przede wszystkim bogata jest we wsze-

lkie warzywa oraz produkty pełnoziarniste, obfituje więc w witaminy, minerały i błonnik. Jest dietą ubogą w kwasy tłuszczowe pochodzenia zwierzęcego i w cholesterol, a bogatą w niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe. Kolejną zaletą jest mniejsza ilość dostarczanego w takiej diecie białka – przeciętny mięsożerny Polak dostarcza sobie za dużo białka właśnie z powodu zjadania zbyt dużej ilości mięsa. Niektóre odmiany diety wegetariańskiej są jednak bardzo rygorystyczne – na przykład frutarianizm czy witarianizm – i nie zapewniają dostatecznej ilości białka, witaminy B12 i D oraz składników mineralnych, szczególnie wapnia, żelaza, cynku. Dieta wegetariańska nie powinna być więc stosowana przez dzieci, kobiety ciężarne i osoby o zwiększonym zapotrzebowaniu energetycznym, np. sportowców – mówi Marta Marzec, dyrektor gdańskiej poradni dietetycznej Mój Dietetyk.

Konsekwencja ponad wszystko

Jeśli już decydujemy się na skorzystanie z usług dietetyka, to warto postarać się o konsekwencję i nie wracać do starych nawyków żywieniowych. Unikniemy wtedy efektu jo-jo.

– Oczywiście podczas kuracji odchudzającej powinniśmy się zastanowić, jak zmienić dawne nawyki, tak by nowy system odżywiania stał się naszym naturalnym rytmem. By ten cel osiągnąć, należy dostosować zasady zdrowego odżywiania do indywidualnych potrzeb smakowych, czasowych, stanu zdrowia i odżywienia. Uważam również, że należy rozsądnie spełniać swoje zachcianki. Po osiągnięciu satysfakcjonującej wagi należy zastosować dietę wyprowadzającą, poprzez którą powoli i stopniowo będziemy zwiększali kaloryczność jadłospisu – radzi Marta Marzec.

Najważniejszą zasadą jest jednak zachowanie umiaru w spożywaniu wszystkich produktów, nie tylko słodczy. Stan wiecznego przejedzenia nie wróży bowiem nic dobrego. ■



Co warto wiedzieć

1. Ciepła woda wypita na czczo rano z dodatkiem świeżego soku z cytryny trafia bezpośrednio do przewodu pokarmowego i oczyszcza jego błony śluzowe.
2. Owoce zawierają dużo błonnika, witamin, minerałów i przeciwutleniaczy. Najlepiej jeść je surowe, ponieważ podczas procesów przetwarzania, w tym także podczas produkcji soku, zawartość składników odżywczych i błonnika spada, a zwiększa się zawartość cukrów i dodatków.
3. Niezdrowe są napoje w puszkach i kartonikach, ponieważ zawierają sześciokrotnie więcej aluminium niż te same napoje w szklanych butelkach. Ponadto zawierają również dużo cukru! Dlatego najlepiej wybierać opakowania szklane.
4. Chleb nie jest taki zły. Wszystko zależy od tego, z jakiej mąki jest zrobiony. Od chleba się nie tyje, ponieważ pieczywo z mąki z pełnego przemiału może stanowić ważny element naszej diety. Ważne jest, aby nie przesadzić z dzienną ilością, która powinna wejść w skład zdrowego posiłku.
5. Sport jest tylko jednym z elementów walki z nadwagą. Podstawą jest właściwy plan żywieniowy.
6. Śniadanie to najważniejszy posiłek w ciągu dnia. Jeśli nie zostanie zjedzony do dwóch godzin po przebudzeniu, organizm może przestawić swój metabolizm na bardziej oszczędny, czego skutkiem w późniejszym czasie jest gromadzenie zbędnych kilogramów.
7. Kolacje są jak najbardziej wskazane, ponieważ jest to bardzo ważny posiłek w naszej diecie. Prawidłowa kolacja powinna zostać zjedzona najpóźniej trzy godziny przed snem.



C E N T R U M

STOMATOLOGICZNO-IMPLANTOLOGICZNE
M E D I C O D E N T

OFERUJE USŁUGI Z ZAKRESU

- IMPLANTOLOGII (AUTORYZACJA DWÓCH NAJLEPSZYCH SYSTEMÓW IMPALNTOLOGICZNYCH)
- PROTETYKI (PEŁEN ZAKRES)
- ORTODONCJI (ZAMKI METALOWE, CAŁOCERAMICZNE)
- CHIRURGII (PEŁEN ZAKRES CHIRURGII STAMOTOGICZNEJ)
- ENDODONCJI (LECZENIE POD MIKROSKOPEM)
- STOMATOLOGII ESTETYCZNEJ (PEŁEN ZAKRES)
- WYBIELANIA ZĘBÓW
- MEDYCYNY ESTETYCZNEJ (PEŁEN ZAKRES)

Gdynia, Starowiejska 24, pon-pt 9.00-20.00, sobota: 9.00-14.00, tel. 58 661 60 50, email: gabinet@medicodent.pl
www.medicodent.pl



forma
d é c o r
SOPOT

Krzywy Domek

Meble, oświetlenie, dodatki prestiżowych
firm z Francji, Belgii i Holandii

www.formadecor.pl

519-160-245

Nie ma jak dyskusja



Wieczorki literackie, dyskusje na intrygujące tematy, spotkania z ludźmi kultury i sztuki – taka forma spędzania czasu, niegdyś powszechna, znów robi się popularna. I to za sprawą pań. W Gdańsku na dobre rozkręca się Salon Kulturalny Kobiet, a w Sopocie akcja „Dobra książka w dobrym wnętrzu“.

Na pierwsze spotkanie Salonu, które odbyło się w gdańskiej Restauracji Filharmonia, przyszło kilkanaście osób. Na drugim było już ponad 40 pań, a dyskusja trwała wiele godzin. Trudno się jednak temu dziwić, skoro jej tematem przewodnim były trudne relacje pomiędzy kobietami a mężczyznami a gościem specjalnym był profesor Bogdan Wojciszke, autor takich publikacji jak „Psychologia miłości” czy „Procesy oceniania ludzi”.

– Zależy nam na organizowaniu spotkań z osobami o ciekawym dorobku zawodowym, uznanym autorytecie: twórcami, krytykami, naukowcami, politykami, artystami, odbiorcami kultury z różnych środowisk. Takimi, których poglądy, działalność zawodowa, publikacje skłaniają do dyskusji, powodują filozoficzne pochylenie się nad tematem albo po prostu budzą kontrowersje. Ale też zależy nam na integrowaniu środowiska kobiet mających podobne zainteresowania, podobny światopogląd, interesujących się kulturą i sztuką. Nie ukrywam, że jako organizacja społeczna chcemy mieć znaczący głos w sprawach kulturalnych Trójmiasta – mówi Anna Dolny, na co dzień kierująca dużą firmą produkcyjną, a po godzinach szefowa i pomysłodawczyni Salonu Kulturalnego Kobiet.

Mottem Salonu jest hasło „Kobieta po pracy, poza domem, w dobrym towarzystwie”. Jak przyznają jego organizatorki to inicjatywa skierowana do wybranych kobiet - aktywnych i spełnionych zawodowo, społecznie. Potrzebujących miejsca, by odpocząć od codziennych trosk, zadbać o własny rozwój i rozrywkę na wyższym poziomie. Pań tęskniących za kulturą zobiektywizowaną, pragnących miło i interesująco spędzać wolny czas w dobrze dobranym damskim gronie, w duchu jedności, zrozumienia i wzajemnej akceptacji.

Wnętrze dla kultury

Podobne motywy kierowały Małgorzatą Janik prowadzącą w sopockim Krzywym Domku salon wyposażenia wnętrza Forma Decor. Ciekawa książka jest najlepszym sposobem na wzbogacenie stylowego wnętrza, a gdy do tego dodamy ciekawą, intelektualną dyskusję, to mamy połączenie wręcz idealne. Nic więc dziwnego, że pomysł na akcję „Dobra książka w dobrym wnętrzu” narodził się zupełnie naturalnie.

– Wszyscy jesteśmy zabiegani, mamy mało czasu na spotkania, rozmowy, przemyślenia. Ciągłe gdzieś gonimy. Mamy za mało czasu dla siebie, dla partnerów,

rodziny czy przyjaciół. Cierpi na tym jakość naszych relacji z bliższym i dalszym otoczeniem. Nasza idea to propozycja spędzenia czasu w miłej atmosferze, dobrym wnętrzu, przy tematyce, która pozwoli nam na chwilę zatrzymać się, zastanowić i może coś zmienić na lepsze w naszym życiu – mówi Małgorzata Janik.

Pomysł chwycił. Na pierwszym spotkaniu było tylu gości, że brakowało miejsc. Gościem specjalnym była Zuzanna Celmer promująca swą książkę „Czy wiesz kogo kochasz?”. Po krótkim czytaniu jednego z fragmentów książki uruchomiła się lawina pytań do autorki, która zmieniła się w ożywioną dyskusję o partnerskich relacjach, miłości, tej bajkowej, jak i trudnej, czasami toksycznej. O takich sprawach można dyskutować i polemizować całymi godzinami. Ostatni

goście z salonu Forma Decor wyszli późno w nocy.

– O to właśnie nam chodzi. Nic tak nie odpręża człowieka, nie daje takiej satysfakcji, jak rozrywka intelektualna, spędzenie czasu w dobrym towarzystwie przy rozmowie na tematy intrygujące, przy lampce dobrego wina – dodaje Małgorzata Janik.

Spotkania z cyklu „Dobra książka w dobrym wnętrzu” mają charakter otwarty. Może w nich uczestniczyć każdy, kogo interesuje tematyka spotkania. Już teraz można być pewnym, że kolejne spotkania we wnętrzach Forma Decor na pewno się odbędą. Inicjatorka akcji nie chce jednak ograniczać się tylko do książek. Pomysłów jest wiele, są chęci do działania, a popularność tego typu inicjatyw dowodzi, że są one potrzebne. **jak**



Foto: Marek Stiller

Kultura



Dołącz do świata prestizu

Dział Reklamy
ul. Władysława IV 43, 81-395 Gdynia
biurowiec Hossa, 6 piętro.
redakcja.trojmiasto@eprestiz.pl
tel/fax 058 620 15 14.
www.magazynprestiz.com.pl



Gwiazdy i debiutanci razem

Spektakle „Trylogia” i „Lipiec” to najważniejsze wydarzenia 45. edycji tegorocznego Przeglądu Małych Form Teatralnych „Kontrapunkt”, odbywającego się w Szczecinie.

Spektakl finałowy „Trylogia” według Henryka Sienkiewicza w reżyserii Jana Klaty to jedno z ważniejszych wydarzeń festiwalu. Wystąpią m.in. Anna Dymna oraz Barbara Wysocka – laureatka tegorocznego Paszportu Polityki. Utrzymane w popkulturowej formie widowisko zostało wielokrotnie nagrodzone – zdobyło Grand Prix Konfrontacji Teatralnych w Opolu w 2009 roku oraz Grand Prix VIII Festiwalu Prapremier Bydgoszcz 2009.

Kolejną obowiązkową pozycją to spektakl konkursowy „Lipiec” w reżyserii Iwana Wyprajewa, należącego do grona najważniejszych dramaturgów rosyjskich. „Lipiec” jest uznawany za jeden

z istotniejszych tekstów rosyjskich początku XXI w. Napisany jako partytura dla aktorki, grany jest przez Karolinę Gruszkę. Aktorka młodego pokolenia ma na swoim koncie nagrodę Złotego Lwa za pierwszoplanową rolę kobiecą („Kochankowie z Marlony” 2005) oraz nominację do nagrody Orła za najlepszą główną rolę kobiecą („Kochankowie z Marlony” 2005).

Festiwalowi będą towarzyszyć imprezy: „Mały Kontrapunkt”, czyli minifestiwal przedstawień dla dzieci, oraz Kontrabanda, na której pokażą się młode niezależne zespoły z regionu Pomorza Zachodniego.

Przegląd Małych Form Teatralnych „Kontrapunkt” to jeden

z najstarszych najważniejszych festiwalu teatralnych w Polsce. W tym roku obchodzi jubileusz 45-lecia. Kontrapunkt to spotkanie kultury i sztuki, integracja całego środowiska artystycznego – od artystów teatralnych, pisarzy, muzyków, malarzy – po fotografów. Na tej samej imprezie prezentują się zarówno debiutanci, jak i wielkie nazwiska świata artystycznego. Markę Kontrapunktu potwierdza przyznanie pierwszego miejsca w ogólnopolskim konkursie 20latRP.pl Pochwalmy się! w kategorii działania i zjawiska, które w minionym dwudziestolecu budowały pozytywny wizerunek miasta i regionu.

Kontrapunkt rusza 17 kwietnia, potrwa tydzień. **em**



Spektakl „Trylogia” w reżyserii Jana Klaty



Prestizowe imprezy

czyli subiektywny przegląd wydarzeń

NATALIA LEBIEDŹ



▶ Do oglądania

Gaelforce Dance

Miłośników tańca irlandzkiego zapraszamy na spektakularny występ mistrzów – Gaelforce Dance. Szaleni, pełni energii po raz kolejny odwiedzają polską publiczność, która jest zachwycona perfekcyjnym tańcem irlandzkim zespołu. Cały spektakl oparty jest na irlandzkim folklorze, który w doskonały sposób odzwierciedla kulturę Zielonej Wyspy. Występ warto zobaczyć nie tylko z powodu profesjonalizmu zespołu, ale również dlatego, że Gaelforce Dance to światowi rekordziści w stepowaniu.



Teatr Muzyczny w Gdyni, 15 marca, godz. 20

Ostatnia taśma

Samuel Beckett uhonorowany literacką nagrodą Nobla. Reżyser w spektaklu przedstawia tragiczny obraz człowieka. Stary i rozgorzyczony Krappe przy pomocy taśm z nagraniami z 39. urodzin rozpamiętuje przeszłość. 69-letni bohater w rygorystyczny sposób ocenia swoje wcześniejsze poglądy. Tym samym dochodzi do istotnych wniosków, dotyczących istot ludzkich i zmian zachodzących z upływem czasu.



Teatr Miejski w Gdyni, 26 marca, godz. 19 (premiera), 27, 28 marca, godz. 19

Persona

Wieloznaczny i dziwny – tak spektakl przedstawia Ingmar Bergman, szwedzki reżyser. Ostre zapalenie płuc i rekonwalescencja zainspirowały pisarza do stworzenia „Persony”. To opowieść o dwóch różnych kobietach – aktorce Elżbiecie Volger, która milczy i słucha, i jej siostrze Almie, która się nią opiekuje i mówi. Cała niezwykłość spektaklu polega na urywanym, pół milczącym dialogu kobiet poszukujących zrozumienia.



Teatr Wybrzeże w Gdańsku, 26 marca, godz. 19 (premiera), 27, 28 marca, godz. 18

Czarodziejski flet

Po „Don Giovannim” i „Weselu Figara” kolej na najbardziej tajemnicze dzieło z Mozartowskich arcydzieł. „Czarodziejski flet” to wspaniała, poetycka wariacja o świecie bez Boga, w którym ludzie sami ustanowili system wartości i próbują wśród codziennych radości i trosk bronić tego systemu i nadać mu sens, a jednocześnie nadać sens własnemu kruchemu życiu.



Opera Bałtycka w Gdańsku, 27 marca, godz. 19 (premiera)

X Mistrzostwa Polski w Armwrestlingu

Największa krajowa impreza z udziałem gwiazd polskiego armwrestlingu. W zawodach weźmie udział około 250 zawodników z całej Polski, w tym również kobiety. Gwarantowane emocje, fascynująca rywalizacja i widowiskowe walki. Zawody są imprezą otwartą dla widzów.



Hala GOSiR w Gdyni, ul. Olimpijska 5/9; 11 kwietnia, godz. 11-21



▶ Do słuchania

Kasia Kowalska

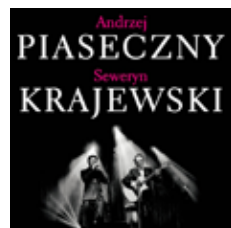
Utalentowana polska wokalistka, kompozytorka, a dodatkowo autorka tekstów piosenek. W roku 2008 wyszła ósma płyta artystki zatytułowana „Antepenultimate”. W 2009 roku ukazała się reedycja tego krążka, wzbogacona o dodatkowe utwory i wideo. Te piosenki, jak i inne największe hity Kasi Kowalskiej z pewnością usłyszymy w gdańskim klubie Parlament.



Klub Parlament w Gdańsku, 22 marca, godz. 20

Piasek & Seweryn Krajewski

Koncert promujący najnowszą płytę Andrzeja Piasecznego „Spis rzeczy ulubionych”. Podczas trasy koncertowej artyście towarzyszyć będzie gość specjalny – Seweryn Krajewski, który nie koncertował od ponad 15 lat. Jest to ogromna niespodzianka dla fanów artysty, ponieważ podczas koncertu będzie można usłyszeć utwory skomponowane przez Seweryna Krajewskiego. Nie tylko z płyty Piaska, ale również kawałki Czerwonych Gitar.



Teatr Muzyczny w Gdyni, 22 marca, godz. 19

Aga Zaryan

Pierwsza Dama Jazzu w Polsce – Aga Zaryan. Podczas trasy koncertowej „Looking Walking Being” artystka ma zamiar przedstawić swoje nowe oblicze. Jest to szczególnie koncert, ponieważ jedyny w Trójmieście. Aga ma zaskoczyć publiczność świeżymi kawałkami, w których słychać bossa novę, sambę, afrykańskie rytmy, jazz oraz jazzrock. Specjalnie z tej okazji zostali zaproszeni zagraniczni wykonawcy, m.in. David Dorużka czy Munyungo Jackson.



Pick & Roll Club w Sopocie, 27 marca, godz. 20



Odważna kolekcja Artukiewicz

Suknie i gorsety według projektów znanej trójmiejskiej projektantki Magdaleny Artukiewicz zrobiły największą furorę podczas drugiej edycji imprezy Versalka Fashion Show. Odważna, prowokująca i pobudzająca wyobraźnię kolekcja nikogo nie pozostawiła obojętnym. Na wybiegu w jednej z kreacji zaprezentowała się również aktualna Miss Polski Ania Jamróz. Były również inne pokazy, między innymi Penny Black, Guess, 4F Performance, Athra i Gerry Weber. Spore wrażenie na gościach zrobiły również fryzury stylizowane przez Annę Wojciechowską. Impreza udana, mnóstwo gości w czasie samych pokazów, jedną szpileczkę jednak można wbić. Wczesna pora rozpoczęcia imprezy sprawiła, że na after party bawiło się zaledwie kilkadziesiąt osób, podczas gdy w czasie pokazów nie było gdzie szpilki wcisnąć.

jak



Modelka w czarnej gorsecie według projektu Magdaleny Artukiewicz



Penny Black – seksowna elegancja



Kolekcja Magdaleny Artukiewicz jest zniewalająca



Kolekcja Gerry Weber



Miss Polski Anna Jamróz świetnie prezentuje się na wybiegu

Jazz dla Haiti

Jazzmani ofiarom trzęsienia ziemi na Haiti – pod takim hasłem w sopockim klubie muzycznym Stary Rower odbył się koncert jazzowy. Zagrała cała trójmiejska czołówka sceny jazzowej z Przemkiem Dyakowskim, Maciejem Sikałą i Piotrem Lemańczykiem na czele. Podczas koncertu usłyszeliśmy autorskie produkcje trójmiejskich artystów oraz niesamowity jam session. Na specjalnej aukcji można było również wylicytować albumy z autografami muzyków.

jak



Na koncercie zegrali najlepsi polscy jazzmani



Dyrektor Nadbałtyckiego Centrum Kultury Larry Okey Ugwu i jazzman Przemek Dyakowski



Wiceprezydent Sopotu Paweł Orłowski



Dziennikarka Radia Gdańsk Rokszana Fołtyn

VIP-y na Pucharze Polski

W Gdyni rozegrany został turniej finałowy Pucharu Polski w koszykówce kobiet. Puchar po raz czwarty w historii trafił w ręce koszykarek Lotosu Gdynia a ich triumf w meczu z CCC Polkowice na żywo oglądało wielu VIP-ów, z oddanym kibicem, prezydentem Wojciechem Szczurkiem na czele. Prezydent na mecz przyszedł z żoną Barbarą i synem Maciejem. Wszyscy znakomicie się bawili i mieli powody do radości, wszak drużyna, która jest chlubą miasta i jego sportową wizytówką, zdobyła prestiżowe trofeum. Na trybunach zauważyliśmy również „warszawkę”, czyli VIP-y ze stolicy.



Prezydent Gdyni Wojciech Szczurek



Janusz Jarosiński, prezes Zarządu Morskiego Portu Gdynia



Żona prezydenta Szczurka, Barbara, z synem Maciusiem



Ivana Matovic odbiera Puchar Polski z rąk Romana Ludwiczka. W tle Andrzej Mazur, prezes Domu Samochodowego Germaz

Foto: Marek Stiller



O rozrywkę zadbał zespół Teatru Muzycznego w Gdyni



Od lewej: Erin Phillips, Ivana Matovic, gwiazdy z Lotosu Gdynia



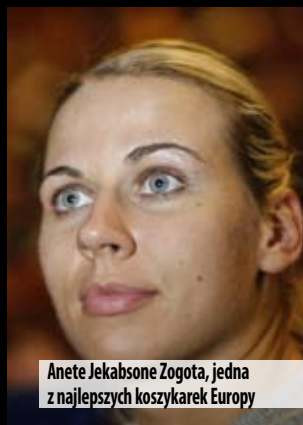
Od lewej: Prezes Grupy Lotos Paweł Olechnowicz, sekretarz generalny FIBA Europe Nar Zanolin

Foto: Marek Stiller

Gwiazdy światowej koszykówki w Trójmieście

Najlepsze koszykarki świata przyjechały do Gdyni na pokazowy mecz Euroleague Women All Star Game. To największa w tym roku koszykarska impreza w Polsce. Gwiazdy światowej koszykówki spędziły w Trójmieście dwa dni. Dzień przed meczem w Teatrze Muzycznym odbyła się uroczysta prezentacja zawodniczek, a po prezentacji goście, wśród których nie zabrakło władz Światowej Federacji Koszykówki (FIBA), obejrzeli koncert z fragmentami najslynniejszych musicali granych na deskach Teatru Muzycznego

jak



Anete Jekabsone Zogota, jedna z najlepszych koszykarek Europy



Diana Taurasi, najlepsza koszykarka świata, nazywana Jordanem w spódnicy. Obok niej gwiazda reprezentacji Polski Agnieszka Bibrzycka

Gdyńskie nagrody rozdane

Co roku podczas uroczystej sesji Rady Miasta Gdyni władze miasta wręczają prestiżowe nagrody „Czas Gdyni” i medal im. Eugeniusza Kwiatkowskiego. Ta pierwsza przypada najlepszym gdyńskim inwestycjom, druga zaś wędruje do rąk ludzi zasłużonych dla miasta. W tym roku kapituła uznała, że najlepszą inwestycją był apartamentowiec Sea Towers. Nagrodę odebrał prezes zarządu Invest Komfort Mieczysław Ciomek. Medal im. Eugeniusza Kwiatkowskiego powędrował między innymi do Mieczysława Krawczyka, prezesa klubu Lotos Gdynia, wielokrotnego i aktualnego mistrza Polski w koszykówce kobiet.



Senator Dorota Arciszewska z mężem, biznesmenem Krzysztofem Mielewczykiem



Przewodniczący Rady Miasta Gdyni Stanisław Szwabski i prezydent Wojciech Szczurek



Mieczysław Ciomek, prezes Invest Komfort



Prezes Lotosu Gdynia Mieczysław Krawczyk odbiera nagrodę



Wiceprezydent Gdyni Marek Stępa i minister w kancelarii prezydenta Kaczyńskiego Paweł Wypych

Foto: Marek Sillier



Wicewojewoda Michał Owczarczak i ówczesny marszałek Jan Kozłowski



Nagroda dla firmy DSV sp. z o.o. S.K.A.



Jan Kozłowski wręcza nagrodę przedstawicielowi firmy Energa Elektrownie

Foto: Biuro Prasowe Urzędu Marszałkowskiego

Solidna Firma

Byli już marszałek pomorski, a obecny europoseł Jan Kozłowski wręczył laureatom konkursu Solidna Firma certyfikaty. Program Solidna Firma od ośmiu lat wspiera i promuje uczciwe firmy, zarazem poddając je weryfikacji i tworząc bazę godnych zaufania przedsiębiorstw. W dotychczasowych edycjach wręczono w sumie ponad 1300 certyfikatów. Laureatami zostają zarówno firmy małe, jak i duże, działające na całym świecie oraz funkcjonujące wyłącznie w jednym regionie. W tym roku w naszym regionie nagrodzono 21 firm, w tym takie, które po ten zaszczytny laur sięgnęły już po raz szósty. Są to Energa Elektrownie Pronet Color i PBE ENBUD.

jak



Laureaci w towarzystwie samorządowców

Kobiece dyskusje o kulturze

W gdańskiej restauracji Dwór Oliwski, z inicjatywy Anny Dolny, współwłaścicielki firmy Laguna odbyło się kolejne spotkanie Salonu Politycznego Kobiet. Tym razem gościem był znany psycholog, profesor Bogdan Wojciszke. Na spotkanie przybyło kilkadziesiąt pań, spragnionych wymiany poglądów i dyskusji na ciekawe tematy. Nie zabrakło osób znanych i cenionych w różnych środowiskach.

jak



prof. dr hab. Marta Bogdanowicz (UG) i prof. Bogdan Wojciszke



Anna Dolny, współwłaścicielka firmy Laguna



Katarzyna Jankowska Józefiak, sędzia Sądu Apelacyjnego w Gdańsku



Elżbieta Małecka, prezes PKO Warszawa i Ewa Grabowska-Bałtycka, artystka fotografik

Foto: Marek Suller

Najdłuższy koncert na świecie

Nowy oficjalny rekord Guinnessa w długości gry na fortepianie bez przerwy to 103 godziny i 8 sekund. Ustanowił go gdańszczanin, znany podróżnik, pisarz i dziennikarz Romuald Koperski. Bicie rekordu na żywo mogli oglądać klienci galerii handlowej Alfa Centrum, która była gospodarzem tego wydarzenia. Romuald Koperski spędził przy fortepianie ponad cztery i pół doby i, jak sam przyznaje, najbardziej doskwierał mu brak snu. Po każdej godzinie koncertu Romualdowi Koperskiemu przysługiwała pięciominutowa przerwa. Musiał wykonać utwory, które wcześniej zgłosił komisji, improwizacja była zabroniona. Pan Romuald wybrał w zdecydowanej większości standardy muzyki klasycznej. Moment ustanowienia rekordu wraz z nim celebrowało wielu widzów, a z gratulacjami i butelką szampana pospieszył prezydent Gdańska Paweł Adamowicz.

jak



Prezydent Gdańska Paweł Adamowicz i Rafał Twarowski, dyrektor zarządzający ECE Projektmanagement Polska, kibicują Romualdowi Koperskiemu



Katarzyna Koperska, Romuald Koperski, Danuta Wałęsa

Foto: Alfa Centrum



Wywiad z rekordzistą przeprowadzają Anna Gonia z Polsatu i Katarzyna Moritz z trójmiasto.pl



Romuald Koperski tuż przed końcem koncertu

NOWOŚĆ !!!

turbiny wiatrowe o pionowej osi obrotu



Posiadanie własnego źródła energii jest bardzo istotne w obliczu coraz większego zapotrzebowania na prąd oraz kurczenia się zasobów kopalnych, a ciągły wzrost cen "czarnej energii" sprawia, że inwestowanie w czystą energię staje się coraz bardziej opłacalne. Turbiny wiatrowe firmy Urban Green Energy to nowoczesne urządzenia wytwórcze, zaprojektowane do wykorzystania jako przydomowe elektrownie wiatrowe. Zastosowana technologia pionowej osi obrotu sprawia, że są to urządzenia wyjątkowo ciche, więc bez przeszkód mogą być instalowane w terenie zabudowanym, a nawet na dachach budynków. Zastosowane w generatorach neodymowe magnesy trwale zapewniają wyjątkową wydajność i pracę w zakresie niskich prędkości wiatru, a prosta i trwała konstrukcja - bezawaryjną pracę przez lata.

EKOWODROL Sp. z o. o.
75-846 Koszalin
ul. Słowiańska 13
tel. 094 348 60 40
fax 094 348 60 41
ekowodrol@ekowodrol.pl
www.ekowodrol.pl



KAWIARNIE

Cafe Ferber, Gdańsk ul. Długa 77/78
Cafe Bar Mon Balzac, Gdańsk, ul. Piwna 36/39
PiKawa, Gdańsk, ul. Piwna 5/6
Costa Coffee, Gdańsk, ul. Długa 5
Cafe Mariacka, Gdańsk, ul. Mariacka 16
W Biegu, Gdańsk, ul. Długa 6/7/8
Dom Czekolady, Gdynia, Centrum Gemini
Empik Cafe, Gdynia, CH Klif
Mariola Cafe, Gdynia, ul. Prusa 24
Cafe Resto, Sopot, Hotel Rezydent
Bookarnia, Sopot, ul. Haffnera 7/9
Dom Czekolady, Sopot, Krzywy Domek
Mount Blanc, Sopot, Centrum Haffnera
W Biegu, Sopot, Centrum Haffnera
Cafe Ferber, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48
La Casa, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49
Pijalnia czekolady E. Wedel, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36
Red Spot Cafe, Sopot ul. Boh. Monte Cassino 36

RESTAURACJE/PUBY

Restauracja Gdańska, Gdańsk, ul. Św. Ducha 16
Restauracja Filharmonia, Gdańsk, ul. Ołowianka 1
Dom Sushi, Gdańsk, Targ Rybny 11
VNS, Gdańsk, C.H. Manhattan
Kreska, Gdańsk, ul. Św. Ducha 2
Metamorfoza, Gdańsk, ul. Szeroka 22/23
Piano Club Barbados, Gdańsk, ul. Karmelicka 1
Tawerna, Gdańsk, ul. Powroźnicza 19/20
Stromboli Ristorante, Gdańsk, ul. Szeroka 33/35
Czerwone Drzwi, Gdańsk, ul. Piwna 52/53
Brovarnia, Gdańsk, ul. Szafarnia 9
Green Way, Gdańsk, ul. Długa 11
Green Way, Gdańsk, ul. Dmowskiego 11
Green Way, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Piwnica Rajców, Gdańsk, ul. Długi Targ 44
Elephant Club, Gdańsk, ul. Długi Targ 41
La Dolce Vita, Gdańsk, ul. Chlebnicka 2
Cico, Gdańsk, ul. Piwna 28/30
CoCo, Gdynia, Centrum Gemini
Boo!var, Gdynia, Centrum Gemini
Golf Park & Restauracja No. 19, Gdynia, ul. Spółdzielcza 1
Gustus, Gdynia, ul. Świętojańska 33/35
Green Way, Gdynia, ul. Abrahama 24
Taj Mahal, Gdynia, ul. Władysława IV
Santorini, Gdynia, ul. Świętojańska 61
Piano Club Barbados, Gdynia, Centrum Kwiatkowskiego
Piwiarnia Poczkalnia, Gdynia, ul. Kilińskiego 9A
Restauracja Poczkalnia, Gdynia, ul. Nowowiczlińska 35
La Vita, Gdynia, ul. Władysława IV
La Vita, Sopot, Centrum Haffnera
Dom Sushi, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38
Galeria 63, Sopot, Centrum Haffnera
Wieloryb, Sopot, ul. Podjazd 2
Restauracja Złota Rybka, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36
Versalka, Sopot, Centrum Haffnera
Monte Vino, Sopot, Centrum Haffnera

Green Way, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 47

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Club Fryzjerski Alternative, Gdańsk, ul. Rajska 1
Club Fryzjerski Alternative, Gdańsk, CH Familia
Jacques Andre, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Jacques Andre, Gdańsk, ul. Karmelicka 1
Jacques Andre, Gdańsk, CH Morena
Studio SHE Gdańsk, ul. Jaškowa Dolina 8
Instytut Evis Gdańsk, ul. Brzozowa 15
Paula Roccialli, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Club Fryzjerski Exclusive, Gdynia, ul. Mściwoja 3
Studio No 7, Gdynia, ul. Bema 18
En Vogue, Gdynia, ul. Świętojańska 79
Bio Nova, Gdynia, ul. Świętojańska 40
Abacoson, Gdynia, ul. Wielkopolska 168
Instytut Urody Perite, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 6/51
Guerlain, Gdynia, ul. Abrahama 24
Kosmedica, Sopot, Krzywy Domek
Centrum Pięknego Ciąa, Sopot, ul. Jagiełły 4
Deja Vu, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38

SPA&WELLNESS

Open Spa Wellbeing Center, Gdańsk, ul. Kolonia Zręby 18
Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski, Gdańsk, ul. Bytowska 4
Spaameed, Gdańsk, ul. Waly Piastowskie 1
Sensual Beauty&SPA, Gdańsk, ul. Grodzka 7
OTC On Line, Gdynia, ul. Kopernika 71
SPA w Hotelu Kuracyjnym, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255
Genesis SPA w Hotelu Nadmorskim, Gdynia, ul. Ejsmonda 2
Forum Day SPA, Sopot, ul. Haffnera 4
Day SPA w Hotelu Rezydent, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja
Conference Center&SPA w Hotelu Sheraton, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10
Centrum SPA&Wellness w Hotelu Faltom, Rumia, ul. Grunwaldzka 7
City Day Spa, Sopot, Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1

MEDYCINA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PŁASTYCZNA

H&Bmed, Gdańsk, ul. Jaškowa Dolina 8
Dermedica, Gdańsk, ul. Brzozowa 15
Ośrodek Medycyny Estetycznej, Gdańsk, ul. Wajdeloty 13
EPI-Centrum, Gdańsk, ul. Pniewskiego 3
Perfectmedica, Gdańsk, ul. Tetmajera 3
Proderm, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2
Laser Line, Gdynia, ul. Mściwoja 10
Beauty Laser, Gdynia, ul. Abrahama 45
Beauty Derm, Gdynia, ul. Świętojańska 139
OTC Online, Gdynia, ul. Kopernika 71
Instytut Urody Perite, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 6/51
Chirurgia Plastyczna Janusz Zdzitowiecki, Gdynia, ul. Bema 15/1
Dr. Pernak, Sopot, ul. Haffnera 10/2

HOTELE

Dwór Oliwski, Gdańsk, ul. Bytowska 4
Hotel Gdańsk, Gdańsk, ul. Szafarnia 9
Radisson Blu, Gdańsk, Długi Targ 19
Hotel Wolne Miasto, Gdańsk, ul. Św. Ducha 2
Hotel Nadmorski, Gdynia, ul. Ejsmonda 2
Hotel Kuracyjny, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255
Hotel Rezydent, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja
Hotel Sheraton, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10
Cosmedique Gdynia, ul. Legionów 100A

KLUBY FITNESS

Good Luck Club, Gdańsk, ul. Orzechowa 7
Tiger Gym, Gdańsk, CH Manhattan
Akademos Gdańsk, ul. Wiejska 1
Baltic Oasis, Gdynia, ul. Kopernika 71
Gymnasion, Gdynia, CR Witawa
Active Lady Fitness, Gdynia, CH Batory
Kolaseum, Sopot, ul. Rzemieślnicza 5

SALONY SAMOCHODOWE

BMW ZdunekGdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45
Motor Centrum, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 4/8
JLR Jaguar, Gdańsk, ul. Abrahama 5
Witman Mercedes, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 493
BMG Goworowski, Gdańsk, ul. Elbląska 81
Carter Toyota&Lexus, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 260
BMG Goworowski, Gdynia, ul. Łużycka 9
Royal Cars Polska, Gdynia, ul. Mylna 1
BMW Kulesza, Gdynia, ul. Hutnicza 9

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

Lux Med., Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49
Invicta Klinika Leczenia Niepłodności, Gdańsk, CH Madison
Kryspin Dent, Gdańsk, ul. Partyzantów 9
Prodent, Gdańsk, CH Madison
Polmed, Gdynia, CR Witawa
Clinica Medica, Gdynia, ul. Mireckiego 11
On Clinic, Gdynia, ul. Orłowska 61/3
Dental Clinic, Gdynia, ul. Starowiejska 25
Medico Dent, Gdynia, ul. Starowiejska 24
Gabinet Chirurgii Kosmetycznej, Gdynia, ul. Abrahama 24
Centrum Optyczno - Okulistyczne, Gdynia, ul. Świętojańska 73
Centrum Okulistyczne Nowy Wzrok, Gdynia, Centrum Kwiatkowskiego
Centrum Medyczne Durys Guzowski, Gdynia, ul. Bema 16/2

SKLEPY I BUTIKI

Salon Langoria, Gdańsk, ul. Grunwaldzka

Natur House, Gdańsk, CH Madison
Marella, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Time Trend, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Intersport, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Penny Black, Gdańsk, Galeria Bałtycka
TUI Centrum Podróż, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Body Shop, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Taranko, Gdańsk, Galeria Bałtycka
Gerry Weber, Gdynia, CH Klif
Time Trend, Gdynia, CH Klif
Pinko, Gdynia, CH Klif
Camel Active, Gdynia, CH Klif
Rosenthal, Gdynia, CH Klif
Pracownia Mody Agnieszki Gruski, Gdynia, ul. I Armii WP
Biopiekarnia Ziarno, Gdynia, ul. Dworcowa 11
Salon sukien ślubnych Farage, Salon sukien ślubnych Cymbeline Gdynia, ul. Wielkopolska 26
Natur House Gdynia, ul. Świętojańska 89
Gdynia, ul. Władysława IV
Studio Fotograficzne Stiller, Gdynia, ul. Abrahama 3
Digital 1, Sopot, Krzywy Domek
Forma Decor, Sopot, Krzywy Domek
In Fashion, Sopot, Krzywy Domek
Piotr Gajda Atelier, Sopot, Hotel Rezydent
Poradnia Dietetyczna Vita Clinic, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 25 DH Monte

INNE

Urząd Miasta Gdańska, Gdańsk, ul. Nowe Ogrody 8/12
Rada Miasta Gdańska, Gdańsk, ul. Wały Jagiellońskie 1
Teatr Wyrzeże, Gdańsk, ul. Św. Ducha 2
Polska Filharmonia Bałtycka, Gdańsk, ul. Ołowianka 1
Urząd Wojewódzki, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27
Kancelaria Finansowa Tritum Group, Gdynia, ul. Przebendowskich 40/3
Dream Homes, Gdynia, ul. Przebendowskich 40/3
Pomorski Klub Biznesu, Gdańsk, ul. Słowackiego 35
Urząd Marszałkowski, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27
Kancelaria Radców Prawnych Leśniewski, Dobrzański, Gdynia, ul. Abrahama 41/16
Wyższa Szkoła Komunikacji Społecznej, Gdynia, ul. Armii Krajowej 46
Urząd Miasta Gdyni, Gdynia, Al. Piłsudskiego 52/54
Rada Miasta Gdyni, Gdynia, Al. Piłsudskiego 52/54
Teatr Muzyczny, Gdynia, Plac Grunwaldzki 1
Teatr Miejski, Gdynia, ul. Bema 26
Urząd Miasta Sopotu, Sopot, ul. Kościuszki 25/27
Sopocki Klub Tenisowy, Sopot ul. Ceynowy 5
Tenisowy Klub Sportowy Arka, Gdynia ul. Ejsmonda 3
Rada Miasta Sopotu, Sopot, ul. Kościuszki 25/27
Sopocka Szkoła Wyższa, Sopot, ul. Kościuszki 47
Kolibki Adventure Park, Gdynia, Ul. Bernadowska 1