prestiż

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 05 (2018 r.)



SEBASTIAN FABIJAŃSKI
Kaszubski kamerdyner

MATURA I STUDNIÓWKI
Wspomnienia mieszkańców Trójmiasta

MAREK KALISZUK
i jego Trójmiejsca

GARAŻ PRESTIŻU
Mercedes CLS, BMW M5

ANETA KRĘGLICKA

KRÓLOWA WIZERUNKU



Nadaj kształt swoim marzeniom.
Porsche Approved.

Porsche Approved to program certyfikowanych samochodów używanych Porsche. W jedynym salonie samochodów używanych Porsche w Polsce znajdziesz samochody, które zanim trafią do klientów, są przeanalizowane pod kątem aż 111 punktów weryfikacyjnych. Każdy egzemplarz przechodzi też przez ręce odpowiednio przeszkolonych ekspertów Porsche stosujących wyłącznie oryginalne części. Jeśli wszystko jest w najlepszym porządku, samochód otrzymuje gwarancję Porsche Approved. W naszym salonie obejrzysz wszystkie dostępne modele.

Zapraszamy do Porsche Approved Centrum Samochodów Używanych w Sopocie.



PORSCHE

Centrum Samochodów Używanych
Porsche Approved
Al. Niepodległości 948
Tel. 515 000 911 / 661 911 912
Mail: porsche.approved@lellek.com.pl



W SALONIE FIRMOWYM SKORZYSTASZ Z DODATKOWYCH USŁUG:

MONTAŻ

SAMSUNG Brand Store

NOWY SALON

Forum Gdańsk
ul. Targ Sienny 7 / poziom +2
80-806 Gdańsk
tel. +48 501 019 690
e-mail: samsung.forum@iterra.pl

Kup QLED TV 55” za 6 399 zł **a drugi telewizor** otrzymasz **w prezencie**

Samsung Full HD 22"
o wartości 729 zł
UE22K5000





TRANSPORT

UBEZPIECZENIE SPRZĘTU

Galeria Bałtycka
Al. Grunwaldzka 141 / poziom +1
80-264 Gdańsk
tel. +48 58 550 32 40
e-mail: samsung.baltycka@iterra.pl

Centrum Riviera
ul. Kazimierza Górskiego 2 / poziom +1
81-304 Gdynia
tel. +48 58 620 04 45
e-mail: samsung.riviera@iterra.pl

STARA OLIWA

APARTAMENTY Z WIDOKIEM NA PARK OLIWSKI

kameralna inwestycja

apartamenty od 23 m2 do 115 m2

lokal użytkowy

atrakcyjna lokalizacja



BIURO SPRZEDAŻY
Gdańsk, Al. Grunwaldzka 72,
tel: 721 650 750,
www.intuo.com.pl,
www.jaworscydevelopment.pl

INTUO
GRUPA DEWELOPERSKA

JAWORSCY
DEVELOPMENT





NA OKŁADCE: ANETA KRĘGLICKA FOTO: MAREK STRASZEWSKI



nr. 05/2018 (92) www.prestiztrojmiasto.pl

FELIETON
10 OD NACZELNEGO
12 Z KURTYNĄ I BEZ - PROFESOR JERZY LIMON
14 KRZYWYM OKIEM - MICHAŁ STANKIEWICZ
16 KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE - ARKADIUSZ HRONOWSKI
18 W SIECI Z... JERZY SNAKOWSKI

WYDARZENIA
20 WĘDROWIEC JUŻ NA WODZIE
22 W BŁOCIE I W LODZIE
24 CHARYTATYWNIE WE FRANCUSKIM STYLU
26 SOCIAL MEDIA SHOW
26 B2RUN W GDAŃSKU
28 JEŹDZIECKIE ŚWIĘTO W CIEKOCINKU
28 SYNEXUS W NOWEJ SIEDZIBIE
30 WRAŻLIWOŚĆ NA EKRANIE, NA PAPIERZE I W ŻYCIU
32 WKKW ZA NAMI, CZAS NA CSIO 5*
34 ZAPACH W ROLI GŁÓWNEJ
34 KOBIETY SUKCESU

TEMAT Z OKŁADKI
36 ANETA KRĘGLICKA UKŁADY NIE. PERFEKCJONIZM TAK

LUDZIE
48 ZAWODY Z DUSZĄ - ANTYKWARIUSZ
44 SEBASTIAN FABIJAŃSKI - UPADKI UCZĄ NAJWIĘCEJ
52 MARCIN KYDRYŃSKI - TU I TERAZ

PODRÓŻE
56 FIORD NA ADRIATYKU
58 CHORWACJA POD ŻAGLAMI
60 MICHAŁ PAWLIK - ENDORFINOWY GRANAT

MOTORYZACJA
62 BMW M5 - ŚLICZNY DEMON
64 NOWY MERCEDES CLS
68 TERENOWA PERFEKCJA
70 MERCEDES G500 4×4² Z GDAŃSKA NA PUSTYNI

STYL ŻYCIA
72 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW
74 STUDNIÓWKA, MATURA... DOJRZAŁOŚĆ
78 MARTA SIEMBAB ZAPACH TO POTĘŻNE NARZĘDZIE

DESIGN
80 PRESTIŻOWE WNĘTRZE – MODERNISTYCZNY DOM W GDYNI
82 WYGODA HOTELU W LESIE
84 BOCONCEPT BUSINESS
86 ŚCIANA BOHATERKĄ WNĘTRZ

MODA
88 WIOSNA W MODZIE OKIEM KAPUCZINY
94 MADE IN TRICITY - TOMBUT

MIEJSCA
96 TRÓJMIEJSCA - MAREK KALISZUK
98 SEMPRE W NOWEJ ODSŁONIE!
104 KOSAKOWO GMINA PATRZĄCA W PRZYSZŁOŚĆ

ZDROWIE I URODA
106 HIFU – ALTERNATYWA DLA CHIRURGII PLASTYCZNEJ
107 STOMATOLOGIA Z ARTYSTYCZNYM TWISTEM
108 POZNAJ NAJMODNIEJSZE ZABIEGI MEDYCYNY ESTETYCZNEJ TEGO SEZONU!
110 ZADBAJ O ZDROWIE RODZICÓW
112 NOWOŚCI W RENEW INSTITUTE
114 STOMATOLOGIA XXI WIEKU

KULINARIA
116 KUCHNIA SZEFA KUCHNI - AGNIESZKA NERKO - JAK SIĘ MASZ?
118 PRZEPIS – ŁOSOŚ Z PIECA ZAWIJANY W LIŚCIE BANANOWCA
119 PRZEPIS – LINGUINE CON FRUTTI DI MARE
120 PRZEPIS - CIEPŁY CHLEB NA ZAKWASIE Z POREM W ŚMIETANIE
122 4 RAZY SMACZNIEJ W BIAŁYM KRÓLIKU
124 PROBIERNIA WIN - POZNAJMY SIĘ NA WINIE!

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA
126 PRESTIŻOWE IMPREZY
128 TRZEJ MUSZKIETEROWIE W GTS
128 ROBAKOWSKI I DWURNIK W PGS
131 AGNIESZKA NIENARTOWICZ - OBRAZY JAK FOTOGRAFIE

BIZNES
134 NIERUCHOMOŚĆ PREMIUM SPRZEDAŻ TYLKO Z FACHOWCEM
136 PODSTAWĄ KAŻDEGO SUKCESU W BIZNESIE SĄ LUDZIE
138 ZAPAKUJ SOBIE SAMOLOT
140 CIEMNA STRONA RODO

KRONIKA PRESTIŻU
142 POLSKO – FRANCUSKA GALA CHARYTATYWNA
143 OTWARCIE RESTAURACJI NOWOSOPOCKA
144 OTWARCIE OFFICYNY
145 MĘŻCZYZNA W MIEŚCIE









Klasa A 180 d – zużycie paliwa (średnio) – 4,3 l/100 km, emisja CO_2 (średnio) – 113 g/km.

Nowa Klasa A z Mercedes me

Perfekcyjna jak Ty.

Nowa Klasa A dopasowuje się do Twojego życia. Wszystko w niej podporządkowane jest Twojej wygodzie: sportowa sylwetka, więcej przestrzeni, wielofunkcyjny system operacyjny Mercedes-Benz User Experience (MBUX), sterowany Twoim głosem i dotykowy, panoramiczny ekran. Powiedz „Hej, Mercedes", a Klasa A nawiąże z Tobą prawdziwy kontakt! Połączenie ze smartfonem jest równie płynne i pozwala Ci pozostać w kontakcie przez całą podróż! **Nowa Klasa A. Taka jak Ty.**
www.mercedes-benz.com/a-class/pl/pl/

*Rata miesięczna netto dla Klasy A 160 w programie finansowania Lease&Drive 1% dla przedsiębiorców (wpłata wstępna: 10% ceny netto pojazdu, okres umowy: 36 miesięcy, przebieg średnioroczny: 25 000 km; Pakiet Gwarancyjny: + 2 lata / 120 000 km gratis; gwarancja odkupu pojazdu). Oferta Mercedes-Benz Leasing Polska Sp. z o.o.

Od 976 PLN netto/m-c*

BMG Goworowski Sp. z o.o.
Gdynia, ul. Łużycka 9, tel.: 58 660 49 49 • Gdańsk, ul. Elbląska 81, tel.: 58 322 22 22 • Bolesławice, ul. Słupska 6, tel.: 59 848 70 70

„Dla niektórych kobiet mijający czas jest trudny. Osobiście u siebie nie zauważyłam szczególnej histerii, podchodzę do biologii bez paniki, natomiast zauważam kobiety, które nie mogą sobie z tym poradzić. Próbują czas zatrzymać na siłę, a tego się po prostu nie da zrobić, niestety. Później pojawia się problem uzależnienia od zabiegów i wtedy najczęściej efekt bywa opłakany" – to słowa Anety Kręglickiej, gdańszczanki, która jako jedyna Polka w historii zdobyła zaszczytny tytuł Miss World, i z którą wywiad możecie przeczytać na łamach tego wydania Prestiżu.



W lipcu 1989 roku Aneta Kręglicka zdobyła tytuł najpiękniejszej kobiety świata. Stało się to w najbardziej burzliwym dla Polski okresie, pełnym przemian politycznych i ustrojowych. To właśnie w tym czasie w Polsce upadł komunizm, a w Niemczech obalono mur berliński. O sukcesie, wtedy 24-letniej Anety, rozpisywały się media na całym świecie!

To było wtedy wielkie wow, a Aneta Kręglicka stała się z dnia na dzień narodowym bohaterem, twarzą zmieniającego się kraju, symbolem wkroczenia Polski w wolny świat. Można powiedzieć, że stała się pierwszą celebrytką w historii demokratycznej Polski. Miała ogromne szczęście, że były to czasy, kiedy nikt jeszcze nie słyszał o Pudelku, Plotku, Facebooku, tabloidach, w ogóle przecież wtedy nie było internetu. Z pewnością łatwiej było zachować jej normalność i nie zwariować.

Ze sławą poradziła sobie pewnie i spokojnie. Nie mogło być jednak inaczej, bo od początku twardo stąpała po ziemi. Całe życie walczyła ze stereotypem pięknej blondynki. Aneta Kręglicka zamiast cieszyć się swoją urodą, za wszelką cenę próbowała wszystkim udowadniać, że jest mądra i kompetentna. Dzisiaj już tego nie robi. Zna swoją wartość.

Zresztą zawsze tak było. Na konkurs Miss World nie pojechała przecież zakompleksiona dziewczyna z kraju Trzeciego Świata, ale świadoma własnej wartości, 24-letnia studentka ekonomiki produkcji, biegle mówiąca w języku włoskim i angielskim, oczytana i ciekawa świata. Jurorów konkursu, a także dziennikarzy z całego świata ujęła nie tylko urodą, ale przede wszystkim inteligencją i urokiem osobistym. Brytyjski „Daily Mirror" wywiad z Anetą zatytułował „The Beauty and the Brain".

Od tego czasu minęło 29 lat, a o Pani Anecie wciąż można napisać to samo. Nadal zachwyca urodą, klasą i stylem. Jest uosobieniem kobiety XXI wieku - niezależnej, świadomej swojej wartości, otwartej na świat i ludzi, kosmopolitycznej, ceniącej wartości rodzinne i społeczne. Mało kto jednak o tym wie, bo ta mądra kobieta nie ma Facebooka, Instagrama, nie dzieli się prywatnością w wywiadach. Można?

Jakub Jakubowski

MAGAZYN PRESTIŻ
MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

Al. Niepodległości 735/4, 81-840 Sopot
e-mail: redakcja.trojmiasto@eprestiz.pl
tel. 58 620 15 14
www.prestiztrojmiasto.pl

Redaktor Naczelny: Jakub Jakubowski

Redakcja: Max Radke, Klaudia Krause, Agata Rudnik, Matylda Promień, Marta Legieć, Marcin Wiła, Michalina Domoń, Dagmara Rybicka - Rafalak, Natalia Dawszewska, Justyna Michalkiewicz - Waloszek, Malwina Talaśka
Dział foto: Mona Blank, Karol Kacperski, Krzysztof Nowosielski, Bartek Modelski

Sekretarz redakcji: Katarzyna Okońska
Skład: Kamil Żurek

Redakcja nie odpowiada za treść reklam
www.facebook.com/prestiz.trojmiasto
www.issuu.com/prestiz

Dział sprzedaży i marketingu
Krzysztof Nowosielski, tel.: 533 200 779
Karol Kacperski, tel.: 796 023 368
Marta Blendowska, tel: 791 971 399
Kinga Pozłutka, tel: 512 378 618

Dyrektor działu sprzedaży i marketingu:
Maria Bek, bek@eprestiz.pl

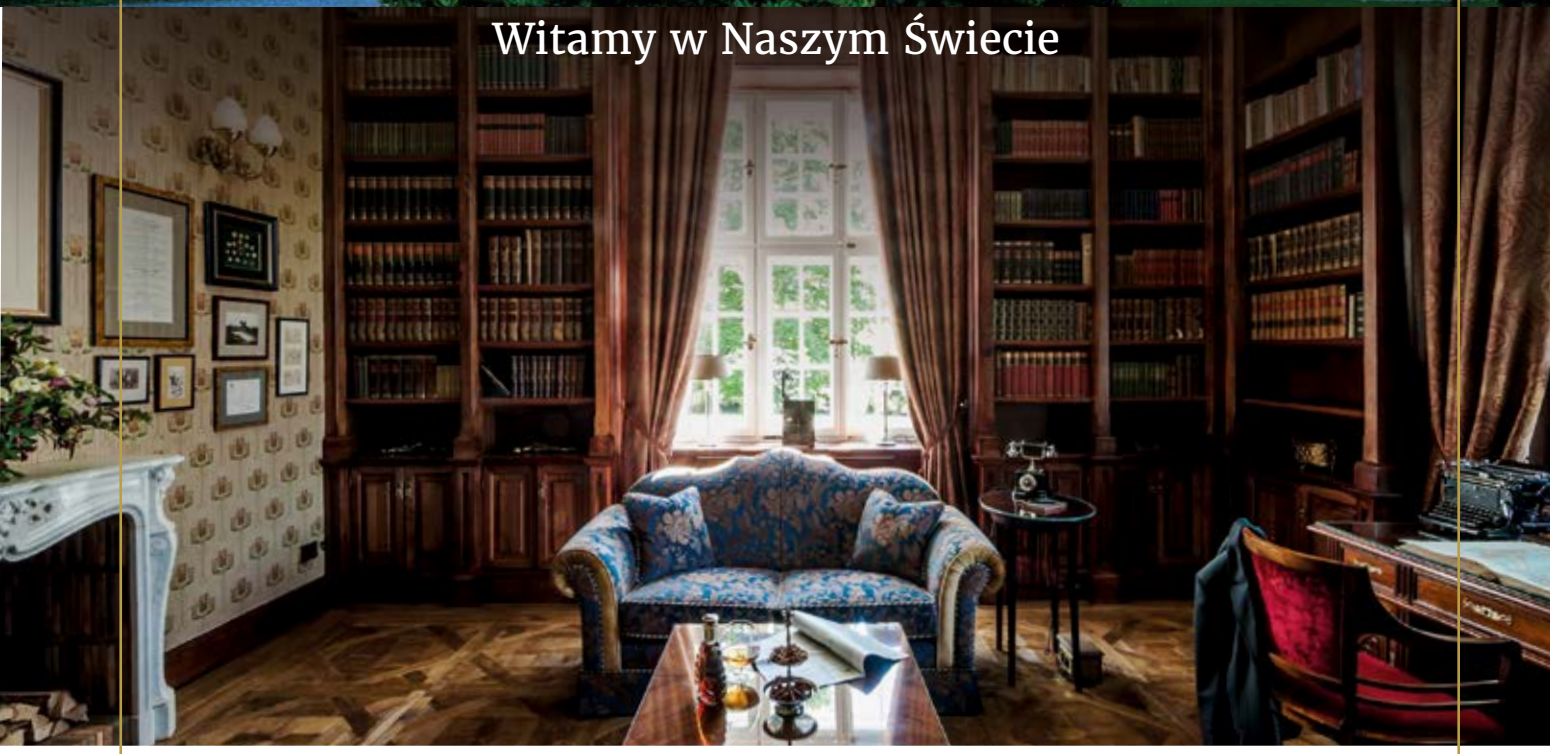
Eventy:
Project Director
Aleksandra Staruszkiewicz
staruszkiewicz@eprestiz.pl,
tel: 606 603 416

Wydawca: Prestiż Trójmiasto Sp. z o.o.
Al. Niepodległości 735/4, 81 - 840 Sopot
Prezes: Michał Stankiewicz
Wiceprezes: Jakub Jakubowski



NATURA LUKSUSU

Witamy w Naszym Świecie



PAŁAC CIEKOCINKO

HOTEL RESORT & WELLNESS

★ ★ ★ ★ ★

Ciekocinko 9, 84-210 Choczewo | hotel@palacciekocinko.pl | +48 608 002 220 | www.palacciekocinko.pl



Z KURTYNĄ I BEZ





JERZY LIMON

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

NARTY A SPRAWA POLSKA

Tak się zdarzyło, że w czasach małyszomanii moja teściowa, dama o nienagannych manierach i elegancji, rzuciwszy okiem na pokazywany w telewizji skok któregoś z narciarzy, orzekła głosem fachowca: „mógłby nieco styl poprawić". Zdumiało mnie to bardzo, gdyż teściowa nigdy właściwie sportem się nie interesowała, a tu nagle wypowiada się w sprawach dziedziny do niedawna u nas jeszcze niszowej. Ale cały kraj popadł wówczas w euforię, gdyż nagle pojawiła się dyscyplina, w której Polak odnosi sukcesy, ba, jest najlepszy na świecie. Dyscyplina, dodajmy, dość przypadkowa, bo to nie było tak, że w Polsce od lat miliony fascynowały się skokami narciarskimi, a młodzież trenowała w setkach szkółek na setkach skoczni, tylko najpierw pojawił się Adam Małysz, a potem nastąpiła zbiorowa psychoza. Tak, jakby chwała zwycięstw spływała na każdego z nas, obywateli kraju, który w sporcie zwycięstwa odnosi sporadycznie.

Bardzo podobały mi się awanse w rankingach naszej narodowej dumy, czyli reprezentacji kraju w piłce nożnej, wynikające z tego, że drużyna nie grała, a inni przegrywali. Wydaje się, że to właśnie dlatego każdy realny sukces sportowy stanowi doraźne podreperowanie naszej narodowej samooceny, wyraźnie nadwątlonej przez zabory, wojnę, PRL, komunistów i złodziei, elity, zagraniczne media i wrogów, jacy nas otaczają. To narodowe kompleksy powodują, że cieszymy się jak dzieci, gdy któryś z naszych zajmie miejsce na podium, ba, weźmie udział w prestiżowych zawodach, i utwierdzamy się w przekonaniu o naszej wyjątkowości.

Być może jesteśmy jedynym krajem, gdzie media sportowe odnotowują fakt, iż polski piłkarz, grający w jakiejś drużynie zagranicą, wyszedł na boisko na końcowe piętnaście minut meczu. Na tego typu informacje nigdy nie natrafiłem w prasie niemieckiej, czy angielskiej. A u nas nawet udana asysta przy golu, który zdobył kto inny, urasta do rangi wydarzenia, poprzez które świat powinien patrzeć na nas z podziwem i w końcu zacząć doceniać. Bo właśnie to nam doskwiera, że pomimo genetycznie przekazywanych cech wyjątkowych, świat zdaje się ich nie dostrzegać, a co gorsze, na skutek donosów wrogów ojczyzny wypomina nam cechy, jakich z pewnością nie posiadamy, i zarzuca czyny, jakich nie popełniliśmy. Przyprawia nam gębę. Ale wiemy, że to głosy wrogów lub niedouczonych. Jednak w prosty sposób megalomania narodowa, oparta często na mitach, przeobrazić się może w tępy nacjonalizm, który w filmie fabularnym potrafi dostrzec zagrożenie dla obowiązującej, pełnej samouwielbienia identyfikacji narodu.

Kto temu winien? Ano system edukacji, który w zakresie historii czy wiedzy o społeczeństwie (i świecie) przypomina ten z okresów zaborów. Wybielający, tuszujący, martyrologiczny i mitomański, wciąż nasączony romantycznymi mrzonkami. Nadal wzdychamy do Polski mocarstwowej, od morza do morza, ale w szkołach nie uczy się, jak to właściwie się stało, że znaleźliśmy się nad Morzem Czarnym? Przeciw komu i o co walczyliśmy pod Samosierrą albo na Haiti? Słowo kolonializm nie pada (wiem to od studentów) i dopiero od niedawna dyskurs postkolonialny pojawia się nieśmiało w niszowych badaniach historycznych, w historii literatury i kultury.

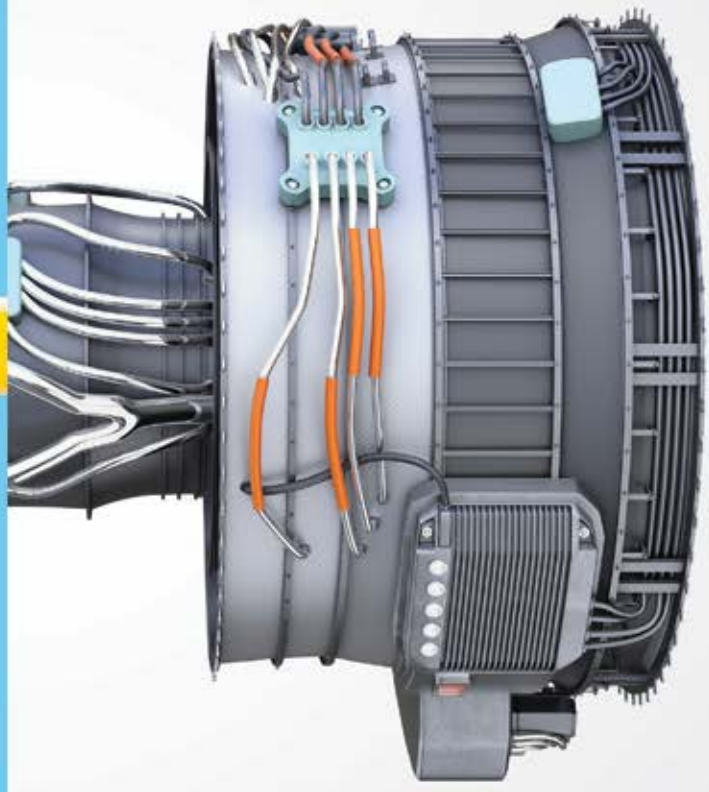
Nadal historia kraju to historia wojen i bitew wygranych i przegranych, gdzie racja zawsze jest po naszej stronie. Nigdy nie byliśmy najeźdźcami, nigdy nie krzywdziliśmy niewinnych, nie gwałcili, nie grabili, nie dobijali rannych i nie rozstrzeliwali jeńców. Nadal żyjemy w sienkiewiczowskiej wizji historii. Lustra, w jakich się oglądamy są photoshopem. Teraz za korektę odbicia wzięli się politycy. W patriotycznym selfie nawet hajlujący młodzieńcy wyglądają sympatycznie. Dlatego każdy głos przywołujący nas do lustra, gdzie obraz nie jest retuszowany, traktujemy jak zdradę, zamach na narodową godność i honor, przyprawianie gęby. Wszystko, co odbiega od kanonu wzniosło-patriotycznego, jest podłością, zakłamaniem historii i prawdy. Bo ta jest jedna.

Gardząc innymi lustrami, potrzebujemy potwierdzenia, że lukrowate odbicie, z jakim się identyfikujemy, jest prawdziwe, że jesteśmy narodem wybranym, obdarzonym szczególną wrażliwością etyczną, zdolnościami i mądrością, jakiej inni mogą nam tylko pozazdrościć. Dowodem naszej wielkości są przecież narty: najpierw Małysz, teraz Stoch. Jeno świat tego nie dostrzega, bo w większości krajów skoki narciarskie to nadal dziedzina niszowa.

Talent Twojego dziecka



Twój zmysł do inwestycji



Tak tworzy się przyszłość!

Porozmawiajmy o finansowaniu edukacji Twojego dziecka

800 100 700 lionsbank.pl

Jesteśmy oddziałem Idea Bank S.A.

LION'S BANK

KRZYWYM OKIEM



MICHAŁ STANKIEWICZ

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

OD UBEZPIECZEŃ DO CUKRU

Kolejni uzdolnieni politycy zasilają kadry spółek skarbu państwa. Tym razem Patryk Demski, burmistrz Pelpina chce zostać wiceprezesem Lotosu. Jak podała Gazeta Wyborcza burmistrz zgłosił się do konkursu i jest gotów zakończyć swoją pracę w samorządzie przed zakończeniem kadencji. Dla burmistrza podjęcie pracy oznaczałoby wielki skok finansowy – z 140 tys. zł rocznie zarobków aż do 700 tys. zł. Wyniki konkursu mają być znane pod koniec maja. I choć samorządowiec z PiS nigdy nie zarządzał firmą w branży paliwowej to ma duże szanse na uzyskanie stanowiska. Z pewnością zdarzyło mu się tankować paliwo na stacjach Lotosu. Zdobyte podczas tankowania doświadczenia powinny wystarczyć.

Jak informuje GW, w Lotosie Demski miałby pilnować fuzji z Orlenem, a którym z kolei zarządza inny i zdecydowanie znacznie wybitniejszy działacz PiS – Daniel Obajtek. Jeszcze w 2015 roku był wójtem Pcimia, z prokuratorskimi zarzutami na koncie – związanymi z jego wcześniejszą działalnością w biznesie. W grudniu 2015 został prezesem Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, by z kolei w 2017 roku z rolnictwa płynnie przejść do energetyki na fotel prezesa Energi (w agencji dość powszechnie używano prądu stąd Daniel Obajtek uzyskał odpowiednie doświadczenie). Na początku 2018 roku Obajtek zmienił po raz kolejny branżę – tym razem na paliwową, zostając prezesem Orlenu (prawdopodobnie wielokrotnie tankował samochód na stacjach Orlenu, stąd jego kwalifikacje również można uznać za wystarczające).

Jeszcze większą skalą wybitnych umiejętności może pochwalić się Andrzej Jaworski, były poseł PiS. Kolejno: studia z etnologii, praca w harcerstwie, w Bałtyckiej Fundacji Kultury, przedsiębiorstwie Gospodarki Maszynami Budownictwa, PKP, TVP3, Enerdze, aż wreszcie prezesura Stoczni Gdańsk. W maju 2016 roku, po objęciu władzy przez PiS został członkiem zarządu PZU S.A. W kwietniu 2017 trafił do zarządu PKO BP, dzięki czemu kierował jednocześnie największym polskim ubezpieczycielem i największym bankiem zyskując nie bez powodu miano Zeusa finansów. Stan boskości trwał miesiąc, bo Jaworski zrezygnował z funkcji w PZU. Jesienią 2017 znów zmiana. Powszechne stosowanie cukru do herbaty i kawy w PZU i PKO BP upewniło radę nadzorczą Krajowej Spółki Cukrowej S.A. że to właśnie Andrzej Jaworski powinien zasiadać w jej zarządzie. Tak też się stało.

Szybkość i dynamika nominacji świadczy nie tylko o starannej i przemyślanej strategii kierownictw wymienionych spółek, ale przede wszystkim i autentycznym geniuszu samego Andrzeja Jaworskiego, który w tak krótkim czasie nie tylko potrafi przebranżawiać się, ale i wnieść tak wiele dobrego do zarządzanych przez siebie spółek. Przed PiS jeszcze ponad rok rządów, tak więc przynajmniej dwie spółki powinny dostąpić zaszczytu kierowania nimi przez Andrzeja Jaworskiego. W razie niepowołania go członkowie rad nadzorczych mogą obawiać się pociągnięcia do odpowiedzialności za działanie na szkodę spółki.

Trwoga w Sopocie, letniej stolicy Polski. Radni uchwalili zakaz sprzedaży alkoholu w sklepach od godziny 2.00 do 6.00. To już kolejne ograniczenie, bo lokale gastronomiczne mają z kolei prohibicję w godzinach od 5.00 do 7.00. W praktyce to oznacza, że pomiędzy 5.00, a 6.00 w Sopocie w ogóle nie będzie można kupić alkoholu. Wprowadzając zakaz radni argumentowali, że osoby kupujące w nocy alkohol brudzą, niszczą i hałasują. Część na pewno tak, ale na pewno nie wszyscy. Stosowanie odpowiedzialności zbiorowej nie jest dobrą drogą, bo powoduje ograniczenie swobodnego prawa wyboru. Wiele osób rzuca na ziemię papierki po słodyczach. Najprostszym rozwiązaniem byłby więc zakaz sprzedaży słodyczy, co automatycznie zlikwidowałoby problem papierów po nich. Tylko czy o to chodzi?

Inna sprawa to ciekawe, jak zareaguje na to biznes. Polacy, szczególnie Ci pamiętający czasy PRL mistrzowsko potrafią obejść przepisy. I nie mam tutaj na myśli zwykłych melin, ale bardziej wyrafinowane, balansujące na granicy prawa sposoby. Tak czy siak, branża alkoholowa łatwo nie podda się. A póki co, warto zrobić zapasy. ■

KOMFORTOWE APARTAMENTY W ŚRÓDMIEŚCIU GDAŃSKA

RIVERFRONT
APARTMENTS



szeroki wybór metraży od 37 do 115 m²

wysoki standard wykończenia

idealne połączenie tradycji i nowoczesności

tylko 15 minut spacerem do Starego Miasta

www.riverfront.pl



KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE

ARKADIUSZ HRONOWSKI
od 2001 roku zawiaduje sopockim SPATiF-em. Odpowiada za serwis muzyki niezależnej Soundrive.pl oraz festiwal muzyki alternatywnej Soundrive Fest. Jego ostatnie, najbardziej wyczekiwane dziecko to Klub B90 na terenie Stoczni Gdańskiej. Kolejne dziecko, które przyjdzie na świat niebawem to Browar Gdański Kulturalny. W wolnych chwilach trwoni czas w zespole The Stags, pisząc piosenki tylko o miłości.

POLITYCZNA NOWOMOWA BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, RODACY!

Zasadniczo chodzi o to, aby nie być w temacie, ale nie chodzi też o to, by o tym rozstrzygać. Dlatego ogólnie zastanawiam się gdzie tkwi sens? I żeby dalej nie brnąć, myślę że powinniśmy zastanowić się nad teoretycznym rozwiązaniem tej, nazwijmy to nierealnej próby połączenia kwestii zrozumienia istoty sprawy na tle czysto teoretycznym. Tyle że jeśli dziś pochylimy się nad istotą zagadnienia, to chyba nikt nie jest w stanie podołać tej trudnej sytuacji. Gdyby jednak określić jak duży jest kaliber naszych możliwości, moglibyśmy wszyscy dokonać tego, o czym myślimy od lat.

I właściwie nie wiem czy te rozważania mają jakiś sens, ale gdybyśmy wszyscy spróbowali tego dokonać, to wszystko mogłoby stać się oczywiste, jak to, o co nam chodzi. A chodzi o to, że już kiedyś o tym rozmawialiśmy i trudno dziś powracać do tego tematu. Niemniej, zasada jest taka, że nie wolno nam zapominać o tym jak ważna jest droga do celu i kto ją realizuje. Gdybyśmy jednak spróbowali zastanowić się kto byłby najlepszy, kto byłby wstanie wspiąć się na intelektualne wyżyny tego trudnego zadania, to mogłoby to nas doprowadzić do paranoi. A tak to właściwie jesteśmy w stanie pozostać neutralni. I gdyby ktoś jeszcze próbował zdefiniować sens tego przedsięwzięcia, to byłby to krok do innej sfery przypuszczeń, tak ważnej dla naszego procesu twórczego.

Ilekroć myślimy o tym z punktu widzenia syntezy działań elementu zasadniczego, zastanawiamy się nad skutkami realizacji zadania, o którym mowa była tyle razy. Kiedy jednak już zdążymy dotrzeć do sedna tej niezwykle skomplikowanej teorii, możemy śmiało stwierdzić, że nie jesteśmy tak osamotnieni w tym zagadnieniu. I gdyby ktoś próbował zrozumieć ten sposób myślenia oraz odnalezienia sensu choć niewielkiej części tego trudnego zagadnienia, to byłby bliski uświadomienia sobie, że sedno nie zależy od wyników, a samej skuteczności czynnika zewnętrznego.

Trudno teraz jest mówić o wszystkich aspektach właściwości owej materii oraz skuteczności działania jej niezidentyfikowanych cząsteczek. Ale gdyby postawić tezę o konieczności ich zastosowania oraz samej istoty zagadnienia, to byśmy w ogóle nie byli w stanie zrozumieć o czym piszę. Jedno jest pewne, że każda jednostka, która chce dokonać istotnych zmian w bilansie przeciętnej rodziny musi wiedzieć, że marchewka musi być zawsze obrana, a chleb przechowywany w chlebaku. Dlatego ta prosta zasada jest niezwykle ważna z punktu widzenia jednostki, zwłaszcza tej, która myśli, że wartość dodatnia jest zależna od wspólnego zaangażowania społeczeństwa tak ważnego dla grupy osób upoważnionych do wspólnej egzystencji w obszarze umiarkowanego zagrożenia, choć nie pozbawionego wody.

Nie chcę tutaj więcej zanudzać, ale uważam że zagrożenie jest widoczne tylko wtedy gdy próbujemy pozbawić się świadomości istnienia czynników atmosferycznych. Deszcz może mieć wartość samą w sobie, ale nie można stwierdzić, że może on być zbawienny w trakcie burzy. Po burzy zawsze przychodzi słońce i wysusza nie tylko pranie powieszone na balkonie. Jesteśmy społeczeństwem uzależnionym od wody i może ona doprowadzić nas do bratobójczej wojny.

Możemy myśleć, że jesteśmy wierni chrześcijańskim wartościom, ale kiedy pojawi się wizja wojny domowej, to pierwsi w niej weźmiemy udział by chociażby pozbawić bliźniego wody. Wszak brak wody to przecież wizja wielkiego kryzysu, spadków cen nieruchomości i całkowity paraliż Ochotniczej Straży Pożarnej. Niemniej obecna ocena stanu wód gruntowych pozwala myśleć, że przeciętny obywatel może wciąż liczyć na reumatyzm, co pozwala nam pozytywnie spoglądać w przyszłość. Wilgoć to przecież życie. Wilgotność to efekt chwilowego stanu, spowodowanego myślą potępianą przez kościół. Dlatego nie oglądajmy już telewizji.

P.S. Nic nie brałem pisząc ten felieton ■

ORŁOWO
UNIQUE

APARTAMENTY



abinwestor.pl

58 621 74 74

sprzedaz@abinwestor.pl

AB INWESTOR

W SIECI Z ...

JERZY SNAKOWSKI

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI



JERZY SNAKOWSKI

Popularyzator teatru muzycznego – opery, baletu, musicalu, operetki. Autor scenariuszy teatralnych, spektakli dla dzieci oraz programów edukacyjnych dla dorosłych, tj. Opera? Si! w Operze Bałtyckiej oraz „Musicalonamia" w Teatrze Muzycznym w Gdyni. Laureat trzech edycji Wielkiej Gry z dziedziny opery. Wykładowca akademicki Uniwersytetu Gdańskiego oraz Akademii Muzycznej w Gdańsku. W przeszłości piastował stanowisko zastępcy dyrektora Opery Bałtyckiej oraz sekretarza literackiego Teatru Muzycznego w Gdyni.

Nie dałem się zwariować. W pewnym momencie stwierdziłem, że jestem zbyt przywiązany do smartfona. Dlatego telefon zaczyna mi towarzyszyć dopiero po wszystkich porannych rytuałach. Już nie zabieram go do łóżka. Poranek jest tylko i wyłącznie dla mnie. Dopiero później jestem online. Pierwsze co robię zaglądając w telefon, to prywata. Sprawdzam widomości. **Messenger** i **WhatsApp**, następnie na scenę wchodzi on, **Facebook**.

Kontroluję powiadomienia i nadchodzące wydarzenia. Facebook zdecydowanie mi wystarczy, aby inni wiedzieli, co się u mnie dzieje, bo głównie wykorzystuję go do tego celu. Jako tubę propagandową. Nawet nie próbowałem zakładać konta na I**nstagramie** stwierdziłem, że zostanę przy „fejsie". To jest mój świadomy wybór, coraz więcej czasu spędzam w sieci i boję się utraty kontaktu z realnym światem. Wolę być tu i teraz niż w „wirtualu".

W swojej prywatnej czarnej skrzynce nie mam zbyt wielu sekretów. Głównie używam praktycznych aplikacji. **Jakdojade**, do sprawdzania komunikacji miejskiej, **Sky Cash** do kupowania biletów, a jak mam dosyć tłoku i ścisku, to korzystam z **Ubera**. Posiadam również aplikację związaną z **bankowością internetową**. To jest moja podstawa.

Mam również **Netflixa**, bo czasem się przydaje. Są również głupotki typu **Bitmoji**, aplikacja generująca emotikony z własną twarzą. Zainstalowaną mam również aplikację **Gazety Wyborczej**. Zapłaciłem, ale nie mogę się zalogować. Obraziłem się na nich i więcej nie wykupię wydania online. Na moim smartfonie mam jeszcze aplikację **Booking** i **Spotify**.

Nie traktuję internetu jako zło. Trzeba wiedzieć czym jest to narzędzie. Jego urok polega na błądzeniu. Zaczynamy z zamierzeniem, że odbędziemy jakąś podróż i wiemy dokąd zmierzamy. Ale po drodze okazuje się, że na stacji przesiadkowej proponują nam jeszcze dziesięć innych kierunków, o których nie wiedzieliśmy. Na końcu tej podróży trafiamy w zupełne inne miejsce i dostajemy więcej, niż chcieliśmy. Daję się złapać w sieć i porwać przygodzie.

Ostatnio odbyłem niezwykłą podróż na **YouTube**. Rozpocząłem ją od opery z **Marią Callas**, później oglądałem reklamy wykorzystujące muzykę operową, a skończyło się na muzyce techno, która mnie pochłonęła. Tak zainspirowała mnie twórczość i energia **Paula Kalkbrennera**. Jeśli przed moim własnym występem czuję się skrępowany, niepewny, nie mam werwy, nie potrafię znaleźć swojego tonu, to lubię oglądać **nagrania z koncertów Michaela Bublé**.

Na **youtube.com** subskrybuje kilku maniaków, wariatów operowych. Bardzo lubię wybory operowe, których dokonuje osoba, ukrywająca się pod nickiem **Coloraturafan**. Obserwuję również przeuroczą, bardzo dystyngowaną, odrobinę pretensjonalną starszą panią **Cantorandopera**. To Amerykanka, która ogląda spektakle operowe. Przez 50 minut potrafi opowiadać o spektaklu. Czasami rozśmiesza mnie swoją manierą, ale jestem od niej uzależniony. Jest cudowna.

A co do oglądania, to stawiam na **Netflix**. Uwielbiam seriale, ostatnio zafascynowałem się duńską produkcją **Rita**. Pokazuje życie bez glamouru i relacje międzyludzkie bez efektu „wow". To mnie ujęło. Z całego serca polecam serialomaniakom. Moim top of the top na **Netflixie** jest tasiemiec **House of Cards** oraz **Black Mirror** – czyli klasyka. Polecam również mój branżowy serial, czyli **Mozart in the jungle** oraz coś zupełnie z innej beczki, **Młody Papież**. Ale generalnie lubię proste produkcje, które odnoszą się do mojej rzeczywistości.

Mam swoje branżowe portale, które odwiedzam na bieżąco. Jest to **operabase.com**, moja ulubiona strona, która informuje mnie gdzie, kiedy i jacy artyści występują, jaka produkcja się zbliża oraz podpowiada operowe rocznice. Śledzę też dwutygodnik **ruchmuzyczny.pl**, ale w tym wypadku moje serce skradło pięknie wydanie papierowe.

Parę miesięcy temu schowałem głowę w piasek, powiedziałem pass. Orientuję się co dzieje się w polityce, ale już się tak nie emocjonuję. Myślę, że nabyłem takiej umiejętności, iż potrafię zachować dystans i wiem kiedy media szarżują, czy przeginają pałę. To takie typowe dla Polaków, albo maksymalnie w prawo, albo maksymalnie w lewo. Umiejętność odnalezienia się w tym świecie, to złoty środek. Czytam co ma do powiedzenia **Gazeta Wyborcza** w ramach ogólnodostępnych artykułów. Zaglądam również okazjonalnie z ciekawości przez prawe ramię, jak dany temat przedstawia **TV Trwam**. Lokalnie śledzę **trojmasto.pl**, **gdansk.pl**, a podsłuchuję również **Radio Gdańsk**. ■


Info - info@liujopolska.pl +48 22 636 00 16 SHOP AT LIUJO.COM
LIU·JO
MILANO
CH Klif, Gdynia, Poziom 0
Candela Pelizza | Brera, Milano | #ExpressYourStyle

WĘDROWIEC JUŻ NA WODZIE

Jest największym luksusowym jachtem motorowym zbudowanym od początku do końca w Polsce. Ma 40 metrów długości i 8 metrów szerokości. Na pokład zabiera 10 pasażerów i 7 członków załogi. Kosztował około 77 milionów złotych. Jacht Conrad C133 nazwany Viatoris (łac. Wędrowiec) został zbudowany i zwodowany w gdańskiej stoczni Conrad.



Fot. Conrad Shipyard

Budowa trzypokładowego superjachtu trwała ponad 2 lata. Viatoris został zaprojektowany jako transoceaniczny, wypornościowy jacht o stalowym kadłubie z aluminiową nadbudówką. Projekt to dzieło renomowanych, światowych biur projektowych - Reymond Langton Design z Wielekiej Brytanii i Diana Design z Holandii. Projekt wnętrz został wykonany przez własne biuro projektowe stoczni Conrad we współpracy z klientem.

Bezpieczeństwo, komfort, luksus, najwyższa jakość oraz wykorzystanie najnowszych zaawansowanych technologii stanowiły priorytety, zarówno na etapie projektowania, jak i w trakcie budowy tej jednostki. Szczególną uwagę poświęcono ograniczeniu wibracji i hałasu. Jacht wyposażony jest w system stabilizacji niwelujący przechyły, własną oczyszczalnię ścieków, dźwig do wodowania pontonu, żuraw pokładowy czy odsalarkę.

Co jest dostępne na pokładzie? Otwarty salon na pokładzie głównym mieści przestrzeń rekreacyjną oraz stół obiadowy dla 12 osób. Przesuwane drzwi na trzech jego bokach oraz opuszczane nadburcia oferują niezrównane widoki i "prawdziwą bliskość morza". Z przodu jachtu znajduje się duża kabina armatorska z dwiema łazienkami, garderobą i balkonami na obu burtach.
Cztery kabiny dla gości mogą być łatwo przekonfigurowane na dwa apartamenty "VIP cabins". Na rufie, na pokładzie górnym, znajdujemy salon "sky" przeznaczony dla rozrywki i rekreacji. Oferuje on m.in. pełnowymiarowy bar połączony windą z kuchnią oraz przytulne siedziska i system audio-video z dużym ekranem. Jest też kabina kapitańska z zejściem do sterówki.

Na najwyższym pokładzie znajdują się oszklone sauny, jacuzzi i otwarta przestrzeń „plażowa". Na rufie znajduje się garaż na sprzęt pływający, który można przekształcić w platformę kąpielową i bazę dla uprawiania sportów wodnych z wygodnym, bezpiecznym dostępem do wody.

Po przeprowadzeniu wymaganych przepisami prób morskich Viatoris zostanie przekazany prywatnemu armatorowi na początku czerwca 2018, a we wrześniu odbędzie się jego światowa premiera w trakcie prestiżowej wystawy Monaco Yacht Show 2018. mp







DENON
SALONY FIRMOWE

NASI EKSPERCI POLECAJĄ
PRZYJDŹ DO SALONU
I SIĘ PRZEKONAJ



ZAPEWNI KINOWY KLIMAT

ZESTAW GŁOŚNIKÓW STEREO **CHRONO 507.2**
Z AMPLITUNEREM KINA DOMOWEGO **AVR-X1400H**

429 zł x 10 rat 0%

Santander
CONSUMER BANK

GALERIA BAŁTYCKA

Grunwaldzka 141, 80-264 Gdańsk,
tel.: 58 345 05 88, gdansk@denon.pl

www.salonydenon.pl

W BŁOCIE I W LODZIE

Ponad 6500 uczestników, tysiące kibiców, piękna pogoda, zimna woda, piasek, błoto, kilkadziesiąt ekstremalnych przeszkód i wszechogarniająca atmosfera zwycięstwa. Tak w jednym zdaniu można opisać, to co działo się podczas weekendowego Runmageddonu w Gdyni Orłowie.

Wybrzeże nigdy wcześniej nie widziało jeszcze tylu ubłoconych i tak szczęśliwych uczestników najbardziej ekstremalnego biegu przez przeszkody w Polsce. Biegali po plaży z workami pełnymi piasku, wchodzili do zimnego Bałtyku, czołgali się w wodzie pod kolczastymi drutami. Pokonywali kilkumetrowe ściany, wskakiwali do kontenera z lodowatą wodą, przedzierali się przez opony, wspinali po konstrukcjach, skakali na linach i nosili kamienie.

- Pokonaliśmy kolejny rekord, tym razem na gdyńskiej plaży. 6650 tyle osób łącznie wzięło udział w tej edycji Runmageddonu, w tym aż 1150 dzieci w formule KIDS. Niezwykle cieszy fakt, że co roku w Trójmieście spotyka się coraz więcej żądnych przygód i niecodziennych wyzwań ludzi, którzy nie dość, że walczą sami ze swoimi słabościami, to jeszcze pomagają sobie nawzajem w pokonywaniu przeszkód **- mówi prezes Runmageddonu, Jaro Bieniecki.**

Pierwszego dnia wystartowali uczestnicy serii Elite, w formule Rekrut - to sześciokilometrowy bieg z ponad 30 przeszkodami. Wśród mężczyzn zwyciężył Tomasz Oślizło (xRunners) z Gorzyc, wśród kobiet triumfowała Maria Jankowska (xRunners) z Gdańska. Drugiego dnia na starcie stanęło ponad 1100 dzieci w formule Runmageddon Kids oraz odważni debiutanci w formule Intro, którzy podjęli się przebiegnięcia 3 kilometrów i pokonania ponad 15 katorżniczych przeszkód.

- Runmageddon to z pewnością nie jest bieg dla pedantów. Na starcie było słychać okrzyki „This is Sparta!" (śmiech). Pierwsze przeszkody – bieg po plaży z workiem piasku na placach, drewniana ściana, czy ciąganie betonowego kloca były łatwe, ale po piątej kąpieli w lodowatym Bałtyku i czołganiu się pod drutem kolczastym zadałam sobie pytanie czy to na pewno był dobry pomysł?! Bardzo podobała mi się atmosfera panująca wśród uczestników, nikt ze sobą nie rywalizował, wręcz przeciwnie, bez wzajemnego wsparcia, niektórych przeszkód nie dałoby się pokonać w pojedynkę i to dzięki pomocy innych udało mi się pokonać kilka trudnych ścianek **– mówi Marta Blendowska, reprezentantka Magazynu Prestiż.**

Kolejny Runmageddon w Trójmieście planowany jest w dniach 15-16 września br.

mp



Fot. Igor Kohutnicki











fot. Mikołaj Milewicz

DASEA
PEOPLE

ABRAHAMA 29
GDYNIA

daseapeople.com
fb.com/daseapeople

CHARYTATYWNIE WE FRANCUSKIM STYLU

Ponad 150 tys. zł na rzecz hospicjum Bursztynowa Przystań zebrano podczas Wielkiej Polsko-Francuskiej Gali Charytatywnej, która odbyła się w hotelu Mercure Gdynia. Przyznano także „Bryłę Bursztynu" – nagrodę wręczaną za działalność na rzecz innych. Odebrała ją Joanna Matuszewska, dziennikarka Radia Gdańsk, autorka poradników adresowanych do osób cierpiących na choroby nowotworowe.

Pokaz mody, występy muzyczne i artystyczne, a także aukcja charytatywna sprawiły, że wieczór był pełen wrażeń. Wszystko po to, by pomóc nieuleczalnie chorym dzieciom z gdyńskiego hospicjum Bursztynowa Przystań. W wydarzeniu wzięło udział prawie 170 gości. To niecodzienne, trójmiejskie wydarzenie gromadzi ludzi o wielkich sercach, którzy swoim wsparciem i zaangażowaniem pragnęli włączyć się w pomoc nieuleczalnie chorym dzieciom. Pomysłodawcami Gali oraz nagrody „Bryła Bursztynu" są Alain Mompert, Konsul Honorowy Francji oraz Anna Białek z Akcji Anima.

Obok atrakcji artystycznych, organizatorzy - wśród nich mistrzowie kuchni Tomasz Kaniewski z hotelu Mercure Gdynia i Philippe Abraham z Petit Paris - przygotowali wyśmienite menu. To wszystko sprzyjało doskonałej atmosferze i hojności, której upust goście dali podczas Wielkiej Aukcji Charytatywnej, którą poprowadzili Anna Maruszeczko redaktorka naczelna Uroda życia i Piotr Jacoń, dziennikarz TVN 24.

Podczas aukcji najwyższą kwotę, 9000 zł zapłacono za możliwość udziału w Rejsie Niepodległości Darem Młodzieży, rower Czesława Langa z autografem słynnego kolarza zmienił właściciela za 8100 zł. 5000 zł osiągnęły takie fanty, jak: zaproszenie na prapremierę spektaklu "Gorączka Sobotniej Nocy" i zwiedzanie Teatru Muzycznego w Gdyni, podwójne zaproszenie na Festiwal Polskich Filmów Fabularnych, czy wazon autorstwa Andrei Świetlickiej.

Aukcję zwieńczył recital francuskiego wokalisty Chrisa Schitulli, zakochanego w polskiej muzyce, tekstach Jacka Cygana, Agnieszki Osieckiej i Jeremiego Przybory. Artyście towarzyszył wybity pianisty jazzowy Bogdan Hołownia. W foyer można zaś było oglądać wystawę obrazów autorstwa Stephanie Moser - francuskiej malarki, która od kilku lat mieszka w Warszawie. Tematem prac pokazanych na gali były kobiece portrety

Atrakcją Gali był także występy aktorów teatru Muzycznego oraz pokaz mody marki ASKA, za którą stoi Joanna Błażejewska, Polka od 30 lat mieszkająca w Paryżu. Zaprezentowano też piękną biżuterię Elli Klemonsowicz oraz nakrycia głowy Sylvii Laroche, które również mieszkają i tworzą we Francji. mp



Fot. Krzysztof Nowosielski

Na Gali bawiło się i pomagało 170 gości


Fot. Maurycy Śmierzchalski

Nagroda Bryła Bursztynu dla Joanny Matuszewskiej


Fot. Krzysztof Nowosielski

Alain Mompert na rowerze podarowanym przez Czesława Langa


Występ aktorów Teatru Muzycznego w Gdyni


Pokaz mody



ASTERIA

GDYNIA
WZGÓRZE św.
MAKSYMILIANA

MIESZKAJ POD GDYŃSKIM NIEBEM

www.bmc.gda.pl

bmc

Budujemy Twoje Marzenia

SOCIAL MEDIA SHOW

3 dni wydarzeń, 200 uczestników, 20 prelegentów i niezliczona dawka wiedzy na temat komunikacji, kryzysów i najnowszych rozwiązań w branży social media i marketingu. W Starterze odbyła się 5. edycja Social Media Show organizowana przez Gdański Inkubator Przedsiębiorczości STARTER.

Social Media Show rozpoczął się prelekcją dla tych, którzy w internecie prowadzą sprzedaż. Pixel, Google Adwords, targetowanie – o skutecznych narzędziach sprzedażowych opowiedzieli Tomasz Piotrowski i Mateusz Moroz z agencji Beeffective, która była partnerem wydarzenia. Jak stworzyć odpowiedni regulamin? Ile osób powinna liczyć komisja? Kiedy konkurs, staje się loterią? Na te i inne pytania, odpowiedział Tomasz Palak, który choć poruszał kwestie prawne, skradł serce i uwagę publiczności.

Prelegent fizycznie nieobecny to przyszłość konferencji – napisał na Twitterze jeden z uczestników. Cezary Kuik, warsztat poprowadził zza ekranu komputera. Po chwili, cała sala rozmawiała na Messengerze z botem Discovery Channel Polska. Gorzką prawdę o tym, że Instagram Stories generuje 0% ruchu dla marki Cropp, zdradził Arkadiusz Dudkowski.

Od kiedy Facebook skutecznie ogranicza zasięgi komercyjnych fanpage'y coraz trudniej o nowych fanów. Pomysły na zaangażowanie odbiorcy przedstawiła agencja Beeffective oraz przedstawicielka marki Home&You. Gośćmi specjalnymi 5. konferencji byli Ania i Jakub Zając, twórcy bloga fashionable.com.pl. Zgromadzoną publiczność ciekawiły przede wszystkim kulisy współpracy blogerów z markami.

Ostatni dzień Social Media Show upłynął pod hasłem: Top of the top największych fuckupów w social media. Jagoda Prętnicka z SentiOne przytoczyła przykład koncernu Adidas. Po maratonie w Bostonie, podczas którego miał miejsce zamach terrorystyczny, firma podziękowała wszystkim uczestnikom słowami: Gratulujemy, przeżyłeś maraton bostoński. mp



Fot. Materiały prasowe

Anna i Jakub Zając , fashionable.com.pl

B2RUN W GDAŃSKU

B2Run, międzynarodowy projekt odpowiadający na nowy światowy trend: employer branding, już 12 czerwca w Gdańsku. To sposób na budowanie więzi i forma docenienia pracowników. Formuła B2Run jest nowatorska i prosta. Pracownicy firmy spotykają się w dniu roboczym, aby w drużynie pokonać dystans ok 5-6 kilometrów.

Trasa biegu przebiegać będzie w bezpośrednim otoczeniu stadionu Energa Gdańsk oraz dzielnicy Letnica, a centrum wydarzeń B2Run, czyli strefa firmowa, strefa sponsorska oraz główna scena znajdować się będą na terenie stadionu i jego bezpośrednim przedpolu.

Drużyna może mieć dowolną liczebność i powinna być złożona z osób, które na co dzień pracują ze sobą. W B2Run liczy się nie zacięta rywalizacja sportowa, a dobra zabawa i wspólna aktywność fizyczna. Ponadto organizatorzy przewidują wiele klasyfikacji zarówno klasycznych, np. najszybszy bank, firma konsultingowa, jak i dodatkowych, o bardziej żartobliwym charakterze.

- Nasz event stawia na budowanie więzi. Dobra relacja to podstawa podmiotowego traktowania pracownika przez pracodawcę i to właśnie przestrzeń do działań w tym obszarze wyróżnia B2Run na tle innych tego typu imprez **– mówi Marcin Herra z EVolutio, firmy wprowadzającej B2Run do Polski.**

Cykl B2Run powstał w Niemczech. Pomysłodawcy dostrzegli, że sukcesy w sporcie i biznesie opierają się na podobnych wartościach. Jednak zawsze w centrum sukcesu stoi człowiek lub zespół ludzi. To właśnie ludzki potencjał jest najcenniejszy i należy o niego dbać.

– W innych krajach, szczególnie w Niemczech, gdzie narodziła się marka B2Run stawiamy na work life balance, czyli znalezienie równowagi między życiem zawodowym i prywatnym. Pracodawcy wspierają rozwój swoich pracowników również na płaszczyźnie pozazawodowej. Uczestnictwo w imprezie to sposób na docenienie hobby pracowników, danie mu możliwości na miłe spędzenie czasu i promowanie zdrowego trybu życia **– mówi Lars Gerling z B2Run.**

Więcej informacji o wydarzeniu znajdziecie na stronie www.B2Run.pl. mp



SALONY OPTYCZNE

OPTICAL CHRISTEX

NAJNOWSZE KOLEKCJE



NASZE SALONY OPTYCZNE

Gdynia Centrum Riviera ul. Kazimierza Górskiego 2 tel. 734 406 511	Gdynia CH KLIF Al. Zwycięstwa 256 tel. 58 350 85 01	Gdynia ul. Starowiejska 21 tel. 58 620 74 69	Sopot ul. Grunwaldzka 33 tel. 58 551 08 11	Sopot Dom Zdrojowy ul. Powst. Warszawy 6 tel. 58 736 55 13

OPTICALCHRISTEX.PL

JEŹDZIECKIE ŚWIĘTO W CIEKOCINKU

Doskonała infrastruktura w najpiękniejszej stadninie koni w Polsce, profesjonalne parkury, międzynarodowe towarzystwo i pula nagród sięgająca 300 tys. euro – tak w skrócie zapowiada się Baltica Equestrian Spring Tour. Ten największy w Europie Centralnej tour jeździecki zaczyna się 15 maja i potrwa do 3 czerwca, a gospodarzem tradycyjnie jest Stadnina Koni Ciekocinko.

To już 8 edycja tej prestiżowej imprezy jeździeckiej. Podczas rekordowej wiosennej edycji w 2017 r. na parkurach w Ciekocinku wystartowało ponad 1400 koni w parze z reprezentantami z 36 krajów całego Świata. Rokrocznie do Ciekocinka zjeżdżają najlepsi zawodnicy światowych rankingów jeździeckich. W poprzednich edycjach udział wzięli między innymi: Robert Smith, Abdullah Alsharbatly, Cameron Hanley, Santiago Lambre, Sören Von Rönne oraz jedna z najbardziej utytułowanych amazonek świata, trzykrotna medalistka olimpijska - Amerykanka Elizabeth „Beezie" Madden.

Jeździeckich gwiazd i pięknych koni nie zabraknie także i w tym roku. Organizatorzy dołożyli wszelkich starań, aby zapewnić zawodnikom dawkę najwyższej jakości emocji. Podczas trzech tygodni zawodów zostanie rozegranych ponad 90 konkursów o różnym stopniu trudności. Baltica to także szereg imprez towarzyszących, m.in. bankiety, pokazy mody, słynne Baltica Parties organizowane dwukrotnie każdego tygodnia, z udziałem doskonałych DJ-ów.

Nie można nie wspomnieć o samej lokalizacji zawodów, gdyż gospodarzem Baltica Equestrian Spring Tour jest



Fot. 1clickphoto.com

nie tylko Stadnina Koni Ciekocinko, ale również butikowy, pięciogwiazdkowy hotel Pałac Ciekocinko Resort & Wellness, którego standard potwierdzają najwyższe oceny gości – powyżej 9,1/10 według portalu booking.com oraz miejsce w pierwszej dziesiątce pięciogwiazdkowych hoteli w Polsce według portalu Trivago.

mp

SYNEXUS W NOWEJ SIEDZIBIE

Centrum Medyczne Synexus w Gdyni w nowej lokalizacji przy ul. Łużyckiej 3C. Otwarcie przychodni miało uroczystą oprawę, wzięły w nim udział władze miasta Gdyni. Dzięki przeprowadzce do nowego budynku udało się powiększyć powierzchnię przychodni aż dwukrotnie.



Synexus zajmuje się głównie prowadzeniem programów profilaktycznych oraz badań klinicznych w wielu obszarach terapeutycznych. Morfologia, glukoza, lipidogram czy badanie gęstości kości to tylko przykłady badań, które bezpłatnie można już wykonać w nowej placówce. W przychodni pracuje 10 lekarzy, a wśród nich specjaliści medycyny rodzinnej, ortopeda, dermatolog czy reumatolog. Na pacjentów czeka 11 nowocześnie wyposażonych gabinetów, gdzie można wykonać bezpłatne badania kontrolne m. in. dla osób z cukrzycą, chorobą zwyrodnieniową oraz problemami kardiologicznymi. Centra Medyczne Synexus to międzynarodowa sieć przychodni zlokalizowanych na całym świecie. Placówka w Gdyni była pierwszą w tym regionie, ale mieszkańcy Trójmiasta mogą również skorzystać z usług poradni w Gdańsku.

TARAS FACTORY

KONTRAKTOR

TARASY

TARASY Z KOMPOZYTU, TARASY DREWNIANE, PŁYTY GRESOWE, OŚWIETLENIE

ZADASZENIA TARASOWE

MARKIZY, PERGOLE

ELEWACJE

ELEWACJE DREWNIANE, NOWOCZESNE ELEWACJE WENTYLOWANE, ŻALUZJE FASADOWE

OGRODZENIA

Z DREWNA I KOMPOZYTU

MEBLE OGRODOWE

CANE-LINE, POINT 1920, ROBERTI

JACUZZI OGRODOWE SOFTUB





Gdynia, al. Zwycięstwa 240/1 (+48) 502 998 010 biuro@tarasfactory.pl www.tarasfactory.pl

WRAŻLIWOŚĆ NA EKRANIE, NA PAPIERZE I W ŻYCIU

Liczne wydarzenia kulturalne, spotkania autorskie i panele dyskusyjne z najlepszymi polskimi reporterami, wystawy, pokazy filmów i reportaży – tak w skrócie można podsumować drugą edycję Festiwalu Wrażliwego. Festiwal promuje ludzi, inicjatywy i przede wszystkim wartości ukierunkowane w stronę drugiego człowieka, często potrzebującego, nagradza też tych, którzy tę rzadką zdolność wrażliwej obserwacji i szacunku ukazują w swoich dziełach.

PRESTIŻ PATRONUJE



Fot. Materiały prasowe

Laureaci Festiwalu Wrażliwego

Festiwalowe wydarzenia odbywały się w tym roku m.in. w Olivia Business Centre, Gdyńskim Centrum Filmowym i Teatrze Szekspirowskim. Festiwal otworzyła wystawa najlepszej grafiki polskiej, zorganizowana we współpracy z profesorami Akademii Sztuk Pięknych we Wrocławiu i w Gdańsku. W Olivia Business Centre odbyła się tego dnia aukcja charytatywna grafik na rzecz podopiecznych i projektów Fundacji Zostaw Swój Ślad, a w szczególności w celu wsparcia wdrożenia aplikacji hospiCare w dziecięcych hospicjach domowych w całej Polsce.

- Festiwal Wrażliwy jest jak rekolekcje. Pomaga przyjrzeć się swojej głowie. Pomaga wyłączyć smartfona. Nawet rozpłakać się pomaga, i to nie nad samym sobą. Człowiek przybrudzony codziennością może w trakcie festiwalu spojrzeć na swoje życie w nowy sposób. Można też powiedzieć patetycznie: ma szansę uświadomić sobie, co jest w nim ważne – mówi Ewa Wołkanowska-Kołodziej, laureatka 1 nagrody za reportaż prasowy.

Jej reportaż „Więźniowie czwartego piętra" porusza niedoceniany problem ludzi starszych uwięzionych przez starość i chorobę w swoich domach i samotności. Jury, mimo ogromnie trudnego wyboru, doceniło wyjątkową wartość społeczną tego tekstu.

Pokazy reportaży i dokumentów filmowych nominowanych do festiwalowych nagród odbywały się już tradycyjnie w Gdyńskim Centrum Filmowym. Był to przegląd tematów trudnych, poważnych, ale też można było wynieść z pokazów nadzieję, inspiracje do zmiany. Widzowie mogli także uczestniczyć w panelach dyskusyjnych z wybitnymi polskimi reporterami, rozmawiając o trudnych i inspirujących tematach.

Główną nagrodę za najlepszy wrażliwy dokument filmowy zdobył trójmiejski reżyser Marcin Kopeć za film „Nauka chodzenia". Film opowiada historię Piotra Mudyna. Gdy miał kilka lat, jego ojciec zabił mamę siekierą na oczach dzieci. Wraz z bratem Piotr trafił do domu dziecka. Potem do mafii. Porwania, kradzieże, zabójstwa, śmierć brata, więzienie. Tuż przed odsiadką Piotr spotyka buddyzm, który towarzyszy mu w więzieniu. Po wyjściu, pracuje w hospicjum jako salowy. Medytuje. Rozlicza się z przeszłością z nowej, duchowej perspektywy.



Łukasz Pilip i Katarzyna Włodkowska, Twórcy Szczególnie Wrażliwi

Gala finałowa Festiwalu Wrażliwego odbyła się w Teatrze Szekspirowskim. Wręczono m.in. wyróżnienia Twórca Szczególnie Wrażliwy. Trafiły one do Katarzyny Włodkowskiej z Dużego Formatu – za cykl reportaży o przemocy wobec kobiet, walkę o poprawę losu swoich bohaterek i obecność w ich życiu oraz do Łukasza Pilipa – za różnorodność podejmowanych szczególnie wrażliwych tematów, pokorę i szacunek w podejściu do swoich bohaterów.

Oprócz rozdania nagród, odbył się panel dyskusyjny o tym, czy praca reportera może zmienić świat. Wzięli w nim udział Katarzyna Włodkowska i Anna Śmigulec z Dużego Formatu oraz Ewa Żarska z Polsat News. Panel prowadziła Magdalena Rigamonti z Dziennika Gazety Prawnej.

- Festiwal powstał by docenić tych ludzi, którzy słowem i obrazem opowiadają świat. Prawdziwe historie. W rzeczywistości medialnej, w której niewiele, nawet najbardziej drastycznych obrazów potrafi nas poruszyć. Gdzie zdewaluowała się moc słów takich jak; dramat, tragedia, rozpacz, miłość... pozostała nam właśnie wrażliwość, która pozwala zauważyć coś, co dzieje się między słowami. W ciszy. To wszystko, co można ująć subtelnością słów, obrazów lub niedopowiedzeniem. I to jest wielka sztuka. Sztuka wrażliwości – mówi Paula Rettinger, dyrektor festiwalu.

mp

MAWIDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY





Piękny uśmiech od samego rana to najlepszy scenariusz na udane życie.

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA I ESTETYCZNA • CHIRURGIA • PROTETYKA IMPLANTOLOGIA
ORTODONCJA • STOMATOLOGIA DZIECIĘCA • LECZENIE KANAŁOWE POD MIKROSKOPEM

Gdynia, ul. Strzelców 11B/4, Apartamenty Altoria

www.mawident.pl

tel. 58 782 32 06

WKKW ZA NAMI, CZAS NA CSIO 5*

13 konkursów o randze krajowej oraz międzynarodowej, w których udział wzięło łącznie ponad 200 zawodników – to podsumowanie dwutygodniowego cyklu w ramach Międzynarodowych oraz Krajowych zawodów WKKW na Hipodromie w Sopocie. Wszechstronny Konkurs Konia Wierzchowego jest jeździeckim triathlonem, na który składają się trzy dyscypliny: ujeżdżenie, skoki terenowe zwane crossem oraz skoki przez przeszkody, rozgrywane na parkurze.

Najbardziej widowiskowy dla publiczności był cross, który rozegrany został na terenie zielonym Hipodromu obejmującym ponad 30 hektarów. Trasy jakie zawodnicy musieli pokonać liczyły – w zależności od konkursu – od 4 do 6 kilometrów. Tutaj zawodnicy mieli do pokonania przeszkody stałe o różnej wielkości i wyglądzie. Były zatem kłody drewniane, stoły, dwie przeszkody wodne, z których jedna wyglądem nawiązywała do morskich i rybackich tradycji Sopotu, a także pagórki z umieszczonymi na nich przeszkodami drewnianymi.

WKKW to konkurencja mająca olbrzymie tradycje. Jest początek XX wieku, człowiek zaczyna romans z technologią, równocześnie zmienia się spojrzenie na strategię wojskową i sposób prowadzenia wojen, zaś koń, który do tej pory kroczył z żołnierzem krok w krok, powoli przestaje być nieodzownym towarzyszem broni. Świata jeszcze nie ogarnęła groza pierwszej wojny, jest więc czas na rozwój aktywności sportowej, która zaczyna być coraz popularniejsza wśród wyższych oficerów wojskowych. Tak rodzi się konkurencja nazywana dziś Wszechstronnym Konkursem Konia Wierzchowego.

Przyjmuje się, że pierwsze zawody WKKW odbyły się w Paryżu w 1902 roku, podczas Championnat du cheval d'armes, a już w 1912 roku zostały rozegrane jako konkurencja olimpijska. Na terenie sopockiego Hipodromu, którego historia również sięga początku XX wieku i treningów konnych organizowanych przez wojsko, zawody we Wszechstronnym Konkursie Konia Wierzchowego rozgrywane są od kilkudziesięciu lat, od zakończenia drugiej wojny.

Kolejne zawody WKKW odbędą się na Hipodromie już jesienią tego roku, a tymczasem na miłośników jeździectwa czeka nie lada gratka. W dniach 14-17 czerwca na Hipodromie odbędą się jedne z najważniejszych w Europie zawodów w skokach przez przeszkody CSIO 5*. Obejmą cztery dni konkursów rozgrywanych w najwyższej światowej randze pięciu gwiazdek.

Na listach startowych pojawią się zawodnicy ze światowej czołówki oraz ich konie, prawdziwe, sportowe „maszyny". Prócz widowiskowych konkursów, na kibiców czekają ciekawe pokazy, strefa expo ze stoiskami z najlepszym sprzętem jeździeckim, food trucki oraz strefa z atrakcjami dla dzieci.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE



Fot. Photo Monskoo









EURO STYL

Deweloper z pasją



NAJCIEKAWSZA INWESTYCJA MIESZKANIOWA 2017 ROKU

trojmiasto.pl

ZWYCIĘZCA PLEBISCYTU 2017

IDEA

GDAŃSK OLIWA

ZAPACH W ROLI GŁÓWNEJ

Marta Siembab, senselierka i ekspertka zapachowa była gościem Akademii Mistrzów, spotkania dla przedsiębiorczych kobiet, które odbyło się w hotelu Puro Gdańsk. Atrakcją imprezy był również pokaz mody polskiej marki odzieżowej Cocho oraz butów Hommer.

Marta Siembab wyselekcjonowała do swojej prezentacji perfumy tak, aby goście do wąchania i odczuwania zapachów zaangażowali wszystkie swoje zmysły. Spotkanie przebiegało wedle specjalnie przygotowanego aromatycznego programu. Prezentacja zapachów została podzielona na trzy różne kategorie - casual, biznes i randka.

Uczta dla nosów rozpoczęła się od świeżych, morskich i cytrusowych esencji. Casual miał swojego reprezentanta w postaci zapachu Miu Miu B. Zapachową sferą biznesu pachniał Hermes Gentiane Blanche, idealny zapach dla pani prezes. W tej oficjalnej kategorii znalazł się również słodki, ale niebanalny zapach, o ziemistym, ciemnym charakterze – Gucci Guilty Absolute.

Marta Siembab tłumaczyła również jak prawidłowo dobrać zapach na spotkanie, które wzbudza w nas najwięcej emocji, czyli randka. Perfumy na wyjątkowe wieczory mają się ciągnąć, owijać naszego partnera. Idealnymi propozycjami, które spełniają te kryteria są Versace Eros Pour Feme oraz popularny zapach od YSL Black Opium.

- Akademia Mistrzów daje mi wiele satysfakcji. Gdańsk jest tym szczególnym miejscem na mapie naszych warsztatów, tu odbyło się m.in. spotkanie z wybitną reportażystką, Ewą Ewart. Dla mieszkanek Trójmiasta niebawem szykujemy kolejne spotkanie z niezwykłą osobowością. Zależy mi, aby kolejnym gościem był fotograf Jacek Poremba – **mówi Barbara Wandachowicz – Kowalczyk z Akademii Mistrzów.**



Marta Siembab

Fot. Materiały prasowe

Akademia Mistrzów to dzielenie się doświadczeniem przez osoby, które odniosły sukces w biznesie, inspirowanie do rozwoju, zarażanie pasją oraz dobre praktyki biznesowe. To zarówno spotkania z mistrzami, tradycja pokazów mody prestiżowych marek, spotkania biznesowe, seminaria, konferencje i warsztaty.

nd

KOBIETY SUKCESU

12 przedsiębiorczych kobiet odebrało nagrody w plebiscycie „Kobieta Sukcesu", który od 23 lat organizowany Konwencję Przedsiębiorców Województwa Pomorskiego. Uroczysta gala plebiscytu odbyła się w Sali Białej Ratusza Głównomiejskiego w Gdańsku.

Plebiscyt promuje wyłącznie kobiety mające ponadprzeciętne osiągnięcia w różnych dziedzinach, od gospodarki, przez naukę i kulturę, aż po działalność społeczną. W tym roku przyznane też zostały nagrody specjalne "Kobieta Sukcesu 2018" za tzw. całokształt osiągnięć. Otrzymały je: Grażyna Paturalska - Styl w Wielkim Mieście oraz Agnieszka Kośnik-Zając - Instytut Babiana.

Tegorocznymi laureatkami, zdobywczyniami tytułu "Kobieta Sukcesu 2018", zostały: Monika Błaszkowska - Migaloo Home, Magdalena Borejszo-Bulc - AHB Service, Estera Gabczenko - portal Zatoka Piękna, Patrycja Mlejnek-Gałęza - Towarzystwo Edukacji Bankowej, Aleksandra Myślak – BAKPIT, Sylwia Piątkowska - Golden Grant, Karolina Sozańska - Holistic Care, Anna Stankiewicz-Ostaszewska - Atelier Anja Coraletti, Emilia Świeczkowska - Grupa Smoleń, Anna Waniewska - Proinwesta, Dorota Wollenszleger - Kobieta i Rozwód, Irena Wróblak - Pomorski Regionalny Fundusz Poręczeń Kredytowych.

- Nagroda w plebiscycie Kobieta Sukcesu, z tak długoletnią tradycją, to dla mnie olbrzymi zaszczyt, ale też autentyczna satysfakcja z dotychczasowych działań oraz motywacja do podejmowania kolejnych wyzwań i nowych projektów **– mówi Estera Gabczenko, laureatka i twórczyni portalu zatokapiekna.pl.**

Konkurs stał się już tradycją, choć nadal jest jedynym takim plebiscytem w Polsce północnej, pozwalającym wyróżnić prawdziwe ambasadorki województwa pomorskiego. Tegorocznemu wydarzeniu patronował marszałek województwa pomorskiego Mieczysław Struk.


Estera Gabczenko

Fot. Olga Kharina/Zatokapiekna.pl

mp





balispa.pl

Witaj w świątyni

spokoju, harmonii i relaksu

MASAŻE **INDONEZYJSKIE**









ul. Szeroka 42/43,
80-835, Gdańsk
+48 517 088 808

salongdansk@balispa.pl
www.balispa.pl



„Wtedy rozrywką był festiwal w Sopocie, festiwal w Opolu i wybory Miss Polonia, a co dopiero mówić o Miss Świata. Czas minął, a ja do dzisiaj jestem tą nieśmiertelną, jedyną Polką z tym tytułem.

ANETA KRĘGLICKA

UKŁADY NIE. PERFEKCJONIZM TAK

ROZMAWIAŁ: MICHAŁ STANKIEWICZ **/ FOTO:** MAREK STRASZEWSKI **/ STYLIZACJE:** ANETA KRĘGLICKA X L'AF

Trudno znaleźć ją na Facebooku i Instagramie. Trudno, bo jak pojawi się to tylko gościnnie. Własnych profili nie ma. Mimo tego od wielu lat jest jedną z najbardziej rozpoznawalnych, a do tego szanowanych i podziwianych Polek. Nie tylko za fenomenalną urodę, ale i za pomysł na życie, w którym codziennie udowadnia, że można być ikoną mody, stylu i jednocześnie zawodowo rozwijać się w zupełnie innych dziedzinach. Aneta Kręglicka, Miss Świata, przez wiele lat związana z Gdańskiem w rozmowie z Michałem Stankiewiczem opowiada m.in. o tym czemu unika social mediów, jakie cechy charakteru kierują nią w pracy, co sądzi o polityce rządu i Czarnym Proteście, czy podobają się jej powszechne zabiegi plastyczne, czy wreszcie o swoim nowym, zawodowym wyzwaniu.

Ciężko Cię znaleźć w social mediach. Nie masz swojego profilu ani na Instagramie, ani Facebooku. Szukałem teraz tam Ciebie, by zobaczyć co ciekawego słychać. A tutaj pusto...
Nie ma mnie, bo do tej pory nie miałam takiej potrzeby, żeby pozwolić ludziom być śledzoną. Otwieram się przed mediami wtedy kiedy mam ochotę i gdy mam coś do zakomunikowania. Może powinnam być na Instagramie ze względu na projekty modowe, które teraz realizuję, ale szukam pomysłu na to, bo fotografowanie wyłącznie swojego życia kompletnie mnie nie interesuje.

Nie pytałem o Anetę prywatną, ale zawodową. Dzisiaj ciężko prowadzić jakąkolwiek działalność bez takich narzędzi jak FB, Instagram.
Dlatego dojrzewam pomału do tego. To trwa, bo szukam sposobu jak to zrobić, by to było mądre i fajne. Może będę promować innych ludzi, takich, których nie promuje się na co dzień, bo w tym szaleństwie fejsbukowo – instagramowym promuje się często ludzi niewartościowych...

No niestety, taka rzeczywistość, że przebija się ten co najgłośniej krzyczy albo po prostu się obnaży, nie tylko psychicznie, ale fizycznie.
Coraz częściej to dotyka fajnych ludzi, czy artystów. Każdy wie wszystko, bo wszyscy się oglądają, śledzą swoje profile i komunikują się w ten sposób. Natomiast tak naprawdę, te upubliczniane rzeczy w większości powinny być prywatne.

W dzisiejszych czasach to wielki komfort nie być w social mediach i jednocześnie skutecznie działać w szeroko pojętym showbiznesie.
Pewnie tak. Jak już wspomniałam, wkrótce nastąpi mój przełom z Instagramem. Zawsze dostawałam wiele propozycji zawodowych związanych ze światem mody, ale dopiero teraz jak zrobiłam swoją pierwszą kolekcję odzieżową, to powiedziałam - ok, może to jest ten moment. Często mówią o mnie modelka i miss świata. Modelką byłam krótko, raczej epizodycznie, mam swoją pracę zawodową poza modą, o której zresztą mało mówię i nie potrzebuję mówić z uwagi na klientów. Ani im, ani mi na tym nie zależy. To są firmy spoza branży mody i urody. Natomiast mój nowy projekt modowy to może być ten moment do pokazania się na Instagramie. Szukam pomysłu.

Wspomniałaś o tytule Miss Świata. Odżegnujesz się od niego, czy odwrotnie – korzystasz z niego?
W dalszym ciągu jestem z nim kojarzona, mimo upływu lat.

1989 rok. To było duże wydarzenie w szarym PRL-u. Kiedyś słyszałem takie zdaniem rzucone żartobliwie, że były dwa ważne wybory, które dały radość Polakom – wybór Karola Wojtyły na papieża w 1978 roku i ponad dekadę później Anety Kręglickiej na Miss Świata.
Tak, też to słyszałam (śmiech). To były takie czasy, że naprawdę nic się w Polsce nie działo. Dzisiaj stale mamy show. Wtedy rozrywką był festiwal w Sopocie, festiwal w Opolu



ANETA KRĘGLICKA

Miss Świata 1989, Miss International 1989, Miss Polonia 1989. Modelka, fotomodelka, a przede wszystkim biznesowoman. Urodziła się w Szczecinie, gdzie spędziła pierwsze lata dzieciństwa. Liceum i studia (Uniwersytet Gdański) ukończyła już w Gdańsku. Prowadziła kilka firm, m.in. agencję reklamową, a razem z mężem Maciejem Żakiem (reżyserem filmowym) jest współwłaścicielką studia filmowego. Występowała jako twarz kampanii reklamowych i ambasadorka uznanych marek, m.in. Apart, Badura, a obecnie LAF, dla której również projektuje ubrania. Wzięła udział w popularnych programach telewizyjnych, m.in. „Taniec z Gwiazdami" w TVN i „Projektanci na start" w Fox Life. Uznawana za jedną z najlepiej ubranych Polek.

i wybory Miss Polonia, a co dopiero mówić o Miss Świata. Czas minął, a ja do dzisiaj jestem tą nieśmiertelną, jedyną Polką z tym tytułem. Kiedyś się faktycznie od tego odżegnywałam, bo chciałam być traktowana poważnie, a to wydawało mi się, że jest tylko konkursem na urodę. Dzisiaj wracam do tego z sentymentem.

Uciekałaś od tytułu, bo chciałaś udowodnić, że jesteś dobra w czymś innym?
Założyłam jedną z pierwszych agencji reklamowych w Polsce i mimo braku doświadczenia chciałam być poważnie traktowana. Konkurowałam z zachodnimi agencjami, które prowadzone były przez ekspertów z dużym doświadczeniem. A ja byłam młodą dziewczyną z rocznym doświadczeniem w... podróży. No, ale byłam pracowita i wyczekiwałam chwili, by równo z nimi startować w przetargu. Cierpliwość i determinacja opłaciły się. Zależało mi, żeby wzmocnić się wizerunkowo zawodowo, a nie wciąż żyć historią konkursu. Raz lepiej, a raz gorzej się to udawało, bo gdziekolwiek szłam to i tak byłam najpierw rozpoznawana dzięki konkursowi, co może nie było nieprzyjemne, ale czasami deprymujące.

Prowadziłaś agencję reklamową, jesteś właścicielem firmy produkującej filmy, ukończyłaś dwa fakultety. W której sferze najlepiej się odnalazłaś?
Myślę, że generalnie w kreacji i produkcji. W produkcji filmów występuję jako współwłaściciel obok mojego męża reżysera Macieja Żaka, ale to jest przede wszystkim jego pole działania. Jestem kreatywna, znam się na produkcji eventów, robiłam duże kampanie reklamowe, społeczne, produkowałam filmy reklamowe, wprowadzałam wiele marek na rynek polski, ostatnio zajmuję się głównie strategią komunikacji marek. Jestem poukładana, systematyczna, precyzyjna. Bardzo lubię rozwijać tę swoją wyobraźnię kreatywną. Co do mody - tylko ją lubiłam i potrafiłam się przyzwoicie ubrać.

Ale z tej mody żyłaś przez cały ten czas?
Żyłam przede wszystkim z mojej firmy.

Ale bycie modelką, twarzą, ambasadorką to też jest praca zawodowa.
Traktuję to lżej, to są takie rzeczy, które do mnie przychodzą, na nich nie buduję swojej kariery zawodowej. Rozważam, czy rzeczywiście to jest dla mnie dobre. Dbam o wysoką wartość mojego wizerunku. I to mi się udaje. Jest stabilny, nie wiąże się z żadną aferą, za to głównie z markami premium i luksusowymi. Teraz pojawiają się propozycje, które nie wiążą się już tylko z użyczaniem wizerunku, ale też z projektowaniem. Tego typu współpraca interesuje mnie najbardziej. Od czterech sezonów samodzielnie projektuję buty, a od dwóch - odzież.



Chodzi o markę LAF i markę Badura, której jesteś ambasadorką?
Tak, właśnie zaprojektowałam dwie autorskie kolekcje dla marki LAF, jedna na sezon wiosna - lato 2018 została zaprezentowana na pokazie w Warszawie. Kolekcję zimową zobaczymy prawdopodobnie pod koniec września. Od czterech sezonów projektuję też buty dla Badury. Ostatni czas poświęciłam szczególnie marce LAF, bo była to bardzo intensywna praca – zarówno kreatywnie, ale też fizycznie. Kolekcja jest bardzo moja, bo tożsama z moim stylem. Kocham minimalizm. Cenię prostotę. Nie kupuję rzeczy zbędnych, nie opakowuję się dobrami luksusowymi po to tylko, żeby je mieć. Więc gdy dostałam propozycję to powiedziałam sobie, że zrobię tylko kolekcję zgodną z moim stylem, który jest doceniany i jest przywoływany przy różnych okazjach. Zaprojektowałam klasykę z odrobiną nonszalancji. Naszą wspólną filozofią jest tworzenie rzeczy na lata, ponadczasowej formy z dobrej jakości tkanin. W kolekcji panuje głównie biel i czerń, trochę błękitu. Natomiast na pokaz przygotowaliśmy kilka sylwetek bardziej widowiskowych, bo tam pokazuje się kreatywność projektanta.

Będą kolejne kolekcje?
Tak. Będą też kolejne. Grupa P&V, z którą podpisałam kontrakt pracuje w kalendarzu światowym, kolekcje przygotowywane są co najmniej z 6 miesięcznym wyprzedzeniem przed danym sezonem.

Jaki jest Twój udział w procesie tworzenia? Znani i lubiani dają najczęściej nazwisko i na tym koniec. A Ty siadłaś i od razu zaczęłaś rysować te stroje?
Zawsze projekty wykonuję samodzielnie. Nie podpisałabym się swoim nazwiskiem pod czyjąś pracą. Oczywiście za mną stoi cały zespół ludzi, którzy są fachowcami na każdym etapie produkcji. Partnerzy dali mi dużo swobody i nie ingerowali w moje projekty. Powstała linia premium, dla kobiet wyrafinowanych, interesujących się modą, które inspirują się moim stylem.



„Dbam o wysoką wartość mojego wizerunku. I to mi się udaje. Jest stabilny, nie wiąże się z żadną aferą, za to głównie z markami premium i luksusowymi.

Masz opinię silnej osobowości…
Mam. I do tego jestem bardzo autorytarna, ale to zawsze robię z myślą o kliencie, nie o sobie. Nie lubię też słuchać uwag, bo robię rzeczy na sto procent.

Czyli krytykę źle znosisz?
Źle. Dlatego staram się być perfekcjonistką.

To takie nieludzkie trochę…
Tak jestem skonstruowana, po prostu tak mam
…
Nie masz żadnych słabości?
Mam, pewnie, że mam.

Mówię o pracy, a nie życiu prywatnym.
Jestem zawsze wzorowym pracownikiem każdego miesiąca. Taki typ. I to nie jest to, że ja zamęczam kogoś sobą, po prostu przychodzę i pracuję. Najważniejszą rzeczą, której pilnuje jest jakość.

Słucham co mówisz i zastanawiam się – jak się odnajdujesz z takim charakterem, wiedzą, dorobkiem w świecie, który nie do końca jest kojarzony nazwijmy to - z erudycją i filozofią, a raczej selfie na FB, czy Instagramie.
To nie jest tak, że ja wszystkich znam i też nie jest tak, że z wszystkimi poklepuje się po ramieniu. Na co dzień interesuje mnie moja praca zawodowa, moja firma i działania strategiczne. Żyję w swoim zawodowym świecie, publicznie pojawiam się tylko wtedy, kiedy jestem związana z projektem marki, z którą współpracuję lub z sympatii do moich znajomych projektantów. Resztę imprez unikam. Po godzinie, dwóch już mnie nie ma. Wszystko jest podobne, środowisko to samo. Jest naprawdę niewiele osób, z którymi jestem w tym środowisku w bliższych relacjach i przy których mam ochotę się zatrzymać.

Wiele lat temu pytałem Ciebie o politykę. Nie angażowałaś się. Coś się zmieniło?
Nie. Przy okazji ostatnich wyborów ktoś znów do mnie dzwonił. Wcześniej dostawałam wiele propozycji od PO. Zawsze odmawiałam.

Z propozycjami kandydowania, czy wsparcia?
Kandydowania, najpierw na posła, później na senatora. Ale mnie to kompletnie nie interesuje. Jestem ideowcem, nie jestem układowa, a polityka to układy. Nie potrafiłabym funkcjonować w takim środowisku choć nie twierdzę, że w polityce nie ma ludzi uczciwych i zaangażowanych. To nie tak.

Śledzisz trwający spór polityczny i światopoglądowy?
Najbardziej mnie boli to, że tak jak nie ma kultury w biznesie, tak też nie ma kultury w polityce. Strasznie mnie boli jak granice są przekraczane, nie potrafimy normalnie rozmawiać, polemizować, mając naprawdę skrajne poglądy. Od razu się obrażamy, ubliżamy sobie, nie mając merytorycznych argumentów. Nie chciałabym być w takiej sytuacji.



Politykiem niezmiennie nie chcesz być. To może warto zabrać głos na wiecu, wystąpić publicznie, wyrazić swoje poglądy?
Niestety, zdecydowanie nie jestem typem aktywistki. Nie mam Facebooka, więc nie zawsze mogę spontanicznie poprzeć akcję, której sekunduję. Nie lubię też udzielać wywiadów z ręki na tematy społeczne czy polityczne, bo nie mam nad tym żadnej kontroli. Boję się jak to zostanie puszczone, jak zmontowane, dlatego unikam wypowiedzi z tzw. „łapanki". Zauważyłam oczywiście, że przez to nie ma mojego głosu, często w ważnych sprawach, między innymi też z tego powodu coraz częściej myślę o Instagramie.

To teraz krótko, jakie są poglądy Anety Kręglickiej? Popierasz akcje typu Czarny Protest?
Tak.

Jesteś przeciwko zaostrzeniu prawa aborcyjnego?
Jak najbardziej. Pomijając wiele innych kwestii, zwolennicy zaostrzenia nie rozumieją nawet tego, że chore dziecko w pewnym momencie traci rodziców, zostaje samo, idzie do opieki społecznej. Na początku rodzice chcą wychowywać dziecko chore, ale co dalej? O tym się nie myśli. Nie każda kobieta jest heroiną, tego też nie bierze się pod uwagę, a psychika to wielka siła, ale też wielka niewiadoma.

To sprawa tylko kobiet?
Oczywiście chodzi o obojga rodziców i jeżeli to jest świadome małżeństwo, to wiadomo, że razem podejmują takie decyzje. Tylko w pierwszej kolejności to dotyka matki, która przez dziewięć miesięcy żyje ze świadomością, że nosi w sobie chore dziecko, które albo będzie nieuleczalnie chore, albo zaraz po porodzie umrze. Zmuszanie jej do takiego heroizmu jest dla mnie nieludzkie.



„Podejrzewają mnie o jakieś operacje plastyczne, naprawdę żaden jeszcze skalpel mnie nie dotknął i myślę, że chyba nie dotknie, bo strasznie się boję wszelkich radykalnych cięć.



„Obserwują Instagrama, obserwują Facebooka, obserwują gwiazdki, które z brzydkich kaczątek nagle stają pięknymi dziewczynami, jak Kardashianki. Choć według mnie z naturalnym pięknem to nie ma nic wspólnego. Przypominają sztuczne lalki podobne do siebie, ale może dla niektórych pań to jest ideał urody, no cóż są gusta i brak gustu

Jak oceniasz działalność na polu społecznym obecnego rządu? 500+ i kolejne programy socjalne?
Nie można zaprzeczyć, że są to pozytywne inicjatywy. Ostatnio mówi się też o dofinansowaniu wyprawki szkolnej dla dzieci. Znakomicie tylko, czy nas rzeczywiście na to stać?

Czy jako podatnik zgadzasz się na to płacić?
Godzę się na 500+, jeśli to ma poprawić byt rodzinom biednym, wielodzietnym, które faktycznie wydadzą te pieniądze na poprawienie swojej sytuacji życiowej, w tym chcę partycypować. Musi być jednak konkretna kontrola tego systemu i ewentualnych nadużyć.

Wróćmy jeszcze do lżejszego tematu, który na pewno intryguje wiele kobiet. Do Ciebie samej. Co trzeba robić, żeby tak wyglądać?
Ale daj spokój...

Dieta czy sport?
Ja higienicznie żyję.

Czyli standard: dieta, sport i spanie?
Żyję higienicznie. Nie piję, a jak już to rzadko, wino czerwone, białego raczej nie. Nie palę. Sport uprawiam, regularnie ćwiczę, biegam co drugi dzień godzinę, ćwiczę na siłowni. Jestem aktywna i jak moja głowa pracuje, to wpływa na fizis. Podejrzewają mnie o jakieś operacje plastyczne, naprawdę żaden jeszcze skalpel mnie nie dotknął i myślę, że chyba nie dotknie, bo strasznie się boję wszelkich radykalnych cięć.

Ale korzystasz z tego co daje współczesna kosmetyka i nauka?
Oczywiście, że korzystam. Moim ulubionym zabiegiem jest mezoterapia oraz masaże. Wbrew jednak temu, co może inni sądzą, nie spędzam czasu tylko w gabinetach kosmetycznych. Dwa razy do roku staram się zrobić dla siebie coś więcej i wtedy mobilizuję siły do regularności, a tak, jak raz w miesiącu uda mi się pójść na jakiś zabieg kosmetyczny, to jest sukces i nie ma w tym żadnej kokieterii. Najczęściej robię manicure (śmiech).

Czyli wszystko co jest nieinwazyjne?
Zupełnie nieinwazyjne. Największą inwazją na jaką sobie pozwalam to właśnie wspomniana mezoterapia igłowa – niestety dosyć bolesna, więc nie pędzę na nią, jak na skrzydłach. Na co dzień opiekuje się mną dr Maria Noszczyk, najdelikatniejsza pani doktor, jaką znam, która czuwa nad moją skórą i jej kondycją.

To znów nieco pod prąd, bo dzisiaj ingerencja w urodę jest już powszechna, a próg wiekowy systematycznie się obniża, przez co widzimy coraz gorsze efekty. Zastanawiam się tylko - komu może się to podobać?
Wiesz, znam kobiety, które to robią dla mężczyzn.



A nie dla innych kobiet? Albo z powodu innych kobiet?
Dla niektórych kobiet mijający czas jest trudny. I znowu wracamy do psychiki, u każdego wygląda to inaczej. Osobiście u siebie nie zauważyłam szczególnej histerii, podchodzę do biologii bez paniki, natomiast zauważam kobiety, które nie mogą sobie z tym poradzić. Próbują czas zatrzymać na siłę, a tego się po prostu nie da zrobić, niestety. Później pojawia się problem uzależnienia od zabiegów i wtedy najczęściej efekt bywa opłakany.

Mówisz o walce z czasem, co w jakiś tam sposób jest wytłumaczalne, a mi chodzi o inny problem – czemu młode kobiety zmieniają twarz, usta? I nie ma to nic wspólnego z procesem starzenia.
Obserwują Instagrama, obserwują Facebooka, obserwują gwiazdki, które z brzydkich kaczątek nagle stają pięknymi dziewczynami, jak Kardashianki. Choć według mnie z naturalnym pięknem to nie ma nic wspólnego. Przypominają sztuczne lalki podobne do siebie, ale może dla niektórych pań to jest ideał urody, no cóż są gusta i brak gustu.

To jednak jest ta siła social mediów, które narzucają kanon współczesnej urody.
Niestety, tak dokładnie jest.

Ostatnie pytanie. Planujesz powrót do Trójmiasta?
Nie wiem, gdzie kiedyś mnie poniesie. Czekam aż syn wyfrunie z domu na studia i wtedy być może zmienię miejsce zamieszkania. Myślę, że na razie polskie morze to będzie jeszcze przez jakiś czas miejsce, do którego będę często wracać. Moja mama tu mieszka. Włochy są moim ulubionym miejscem na ziemi i tam jeżdżę kilka razy w ciągu roku. Na pewno będę sporo podróżować.



SEBASTIAN FABIJAŃSKI

UPADKI UCZĄ NAJWIĘCEJ

ROZMAWIAŁA: PAULINA BŁASZKIEWICZ **/FOTO:** RAFAŁ PIJAŃSKI

Jeden z najciekawszych aktorów młodego pokolenia. Popularność przyniosły mu role bezkompromisowych bohaterów ze świata przestępczego. Nie ma Facebooka ani Instagrama, ale we wrześniu zobaczymy go na dużym ekranie w najnowszym filmie Filipa Bajona „Kamerdyner". Ta kaszubska saga swoją premierę będzie miała na festiwalu filmowym w Gdyni. W rozmowie z Prestiżem Sebastian Fabijański mówi o pracy na planie i towarzyszących jej emocjach.



Filip Bajon powiedział kiedyś, że robi filmy kostiumowe po to, by znaleźć się w świecie, w którym nigdy nie mógłby się znaleźć. Myślisz podobnie, gdy dostajesz scenariusz do „Pań Dulskich" albo „Kamerdynera"?
Zdecydowanie tak. Jeśli Filip Bajon proponuje udział w widowisku historycznym, pamiętając „Magnata", Wahadełko" i inne jego filmy, to się przebiera nogami, żeby móc jak najszybciej się znaleźć na planie, właśnie w świecie, którego już nie ma, i o którym po przeczytaniu scenariusza myśli się z nostalgią. Kamerdyner to kino epickie i jak na kino epickie przystało, historia mojego pojawienia się w obsadzie też trochę zahacza o „epickość".

Pamiętasz ten moment, kiedy Filip Bajon zadzwonił z propozycją głównej roli w tym filmie?
Byłem wtedy na bankiecie przy okazji filmu „Nowy świat". Nagle zadzwonił telefon i wyświetlił mi się numer Filipa. Była godzina 23. W pierwszej chwili pomyślałem, że telefon sam mu zadzwonił w kieszeni, ale odbieram i słyszę: „No cześć Sebastian, mam taką propozycję dla ciebie. Chciałbym, żebyś zagrał w moim nowym filmie główną rolę, 70 dni zdjęciowych na Kaszubach. Jutro zadzwoni do ciebie producentka, prześle ci scenariusz, itd.". Odpowiedziałem: „Ok, rozumiem, no dobra... dzięki". Rozłączyłem się, a później chyba z pięć razy sprawdzałem, czy aby na pewno mam odebrane połączenie od Filipa i czy w ogóle z nim rozmawiałem. To było tak abstrakcyjne i nierzeczywiste, ze rano napisałem mu sms-a: „Filip, bo trochę nie ogarniam. Dzwoniłeś do mnie wczoraj w nocy i mi proponowałeś główną rolę w filmie?" Odpisał, że tak. Faktycznie, później zadzwoniła Olga Bieniek (producentka) i porozmawialiśmy, po czym dostałem scenariusz i się zakochałem od pierwszego wejrzenia.

Myślisz, że ten film dla Kaszubów to będzie tak samo ważna historia, jak „Róża" Smarzowskiego dla Mazurów?
Oczywiście, dla Kaszubów to może być bardzo ważny film, bo ta historia jest też o nich. Ale jednocześnie czuję, że ten film jest bardzo uniwersalny i nie zdziwiłbym się gdyby „dotknął" niejednego widza nawet poza granicami naszego kraju.

Kogo grasz. Kim jest Twój bohater?
Gram chłopaka, który urodził się w tragicznych okolicznościach. Jego matka zmarła przy porodzie, nie wiadomo, kto jest jego ojcem. Został przygarnięty przez arystokratkę do rodziny polsko-niemieckiej Von Krausów. Tam dorastał, ale pewne okoliczności sprawiły, że musiał np. zostać kamerdynerem we własnym domu. Poza tym, ten film to głównie piękna i zarazem tragiczna historia miłosna.

Powiedziałeś, że film powstaje już trzy lata, że było kilkadziesiąt dni zdjęciowych. To rzadkość w polskim kinie. Przy innych produkcjach aktor ledwo rozpocznie pracę na planie i już ją kończy.
To prawda. Coś, co mnie bardzo cieszy i dzięki czemu moje życie stało się jakoś pełniejsze dzięki „Kamerdynerowi", to gra na pianinie. Wcześniej miałem sporo wspólnego z muzyką, ale nie grałem na żadnym instrumencie. Jestem wdzięczny temu filmowi za to, że mi to piano do domu „przyniósł". W zeszłym roku, kiedy byłem przed wszystkimi scenami grania na pianinie, tuż przed świętami wielkanocnymi obejrza-

łem „La La Land", po czym przeczytałem, że Ryan Gosling nauczył się grać na fortepianie specjalnie do filmu.

Pomyślałeś, że jak on dał radę, to ja też sobie poradzę?
Dokładnie. Po prostu pojechałem do sklepu, kupiłem instrument i zacząłem stukać w te klawisze. Po tygodniu grałem Odę do radości na dwie ręce, a po miesiącu cały utwór Schumanna. Miałem świetnego, wyrozumiałego i cierpliwego nauczyciela - aplikację na iPada.

Sebastian Fabijański przy pianinie, a nie z bronią schowaną w schowku najnowszego Lamborghini, niezły widok. Myślisz, że ten film po rolach w „Belfrze", czy w filmach Patryka Vegi może odczarować Twój wizerunek?
Bardzo bym chciał przede wszystkim żeby „Kamerdynera" zobaczyło jak najwięcej ludzi, bo to piękna, ponadczasowa, wspaniale sfilmowana i opowiedziana historia, a to czy ten film coś odczaruje, jeżeli w ogóle coś już jest zaczarowane, tego nie wiem. Wiem tylko, że ten film jest chyba najważniejszym, jaki do tej pory zrobiłem.

Powiedziałeś, że masz dużo wspólnego z muzyką. Znalazłam gdzieś informację, że Ty wyrosłeś z hip- hopu?
Trochę tak. Muzyka determinuje wiele stanów emocjonalnych, które później czasami okazują się kluczowe dla naszego życia. Ja na muzyce budowałem swój sprzeciw wobec niektórych zasad, czy postaw. Muzyka zawsze mi towarzyszyła, a to że trochę kombinowałem w kierunku hip hopu teraz wraca jak bumerang, bo planuję znowu coś podziałać muzycznie.

Chyba nie ma jeszcze w Polsce znanego aktora, który by rapował?
Nie chcę i nie będę się teraz kreować na jakiegoś rapera. To po prostu mój muzyczny środek wyrazu. Ten hip-hopowy bit, który przez całe życie mi towarzyszy, do tej pory mnie nie opuszcza.

Mam wrażenie, że hip-hop to dziś jedyny gatunek muzyczny, w którym warstwa tekstowa porusza aktualne tematy społeczne, w przeciwieństwie do piosenki aktorskiej...
Piosenka aktorska i estrada to kompletnie nie mój klimat i nie moja estetyka. Nie umiałbym chyba wyjść sam na scenę i śpiewać. Wstydziłbym się.

To jak Ty sobie radziłeś ze śpiewem w szkole aktorskiej?
Ciężko było. Nie chodziłem na zajęcia z piosenki (śmiech). W każdej szkole teatralnej miałem problemy z przedmiotem pt. piosenka.

Za którym razem dostałeś się do szkoły?
Za czwartym. Za pierwszym razem jak zdawałem byłem tak zasklepiony w poczuciu jakiegoś buntu i sprzeciwu, że chyba nikt by nie chciał mieć w szkole takiego studenta. Poza tym byłem głupi chyba. Mimo to zawsze przechodziłem do ostatnich etapów tych egzaminów, ale na końcu jakoś mnie nie chcieli. Te porażki nauczyły pokory. I trochę zmądrzałem w międzyczasie.



Z aktorami i aktorkami to chyba tak jest, że zawsze są za... jacyś. Za ładni, za młodzi, za starzy. Jak sobie z tym radzić, bo chyba trudno mówić o pokorze, gdy koło nosa przechodzi ci rola, w której się widzisz?
Nie uzależniam się od tego zawodu, m.in. z powodu takich emocji. Nie będę nikomu nadskakiwał, udowadniał, że jestem utalentowany, bądź nie. Nie chcę za dużo refleksji poświęcać sobie i się np. zastanawiać, czy jestem za ładny, czy za brzydki. Miałem taki etap, że faktycznie walczyłem z łatkami i uprzedzeniami bo mnie jakoś bolały, ale przestałem kiedy zrozumiałem, że i tak nie mam na to wpływu. Niby istnieje coś takiego jak warunki i każdy aktor jakieś ma, ale ja chcę to przełamywać, bo moje zawodowe życie powinno być przede wszystkim oparte na ryzyku. Z całą świadomością ryzyka, jakie niósł za sobą projekt pt. „Botoks", zagrałem w nim.

Czego się obawiałeś?
Tego, że ludzie będą myśleć, że to jest jakiś manifest. Nie chciałem robić żadnego manifestu, bo dla mnie film jest wypowiedzią artystyczną. Oczywiście, w przypadku filmów Patryka Vegi to jest wypowiedź głównie komercyjna, ale byłem ciekaw, co zrobią z tym ludzie. Tak jak powiedziałem, ryzyko jest dla mnie pokarmem. Nie boję się upadać. Upadki uczą najwięcej.

Odnalazłbyś się w komedii?
Zależy w jakiej. W Polsce jest taka tendencja, że komedie są albo głupie, albo romantyczne. Ta tendencja sprawia, że przestaję się tym gatunkiem w ogóle interesować. Nie dlatego, że mam o sobie wielkie mniemanie, ale po prostu nie wiedziałbym co mam tam robić. W głupich komediach trzeba pajacować, a w romantycznych powielać schemat.

A jak na planie „Kamerdynera" radziłeś sobie z językiem kaszubskim?
Na bieżąco. Nasz producent i scenarzysta mówi po kaszubsku, mieliśmy też konsultanta językowego, więc nie pozostało nam nic innego jak uczyć się tej melodii i próbować mówić. To ważne, żeby takie kino było prawdziwe, więc kiedy mój bohater - Mateusz, Kaszub rozmawia z Bazylim, też Kaszubem, to trzeba gadać po kaszubsku. W ogóle na planie tego filmu mieliśmy wiele pięknych momentów. Mam nadzieje, że te momenty przeniosą się na ekran i ludzie dostaną coś wyjątkowego, coś do czego będą chcieli wracać i coś, co z zupełnie niewiadomych przyczyn zmieni ich życie.

A co sprawia, że angażujesz się w akcje społeczne? Taką była akcja Ani Rubik, która dotyczyła edukacji seksualnej w Polsce. Dlaczego wziąłeś w niej udział?
Pojawił się tam punkt, który spowodował, że wziąłem w tym udział. Dotyczył prawdy w aktach seksualnych. Wydaje mi się, że w kontekście seksualnym można dostrzec uprzedmiotowienie człowieka. Tymczasem uważam, że akt seksualny powinien być oparty na wzajemnym szacunku. Dla mnie to piękne spotkanie dwojga ludzi, a nie tylko „wsadził, wyjął - bułka paryska".

Takie podejście w czasach, gdzie młodzi ludzie czerpią wiedzę na temat seksu z internetu, a dokładniej z pornografii, to rzadkość, tak samo jak sporym zaskoczeniem dla twoich fanów, a zwłaszcza fanek jest to, że nie korzystasz z mediów społecznościowych. Jedna z internautek napisała: „Jest boski, ale nigdzie go nie ma. Nie ma ani Facebooka, ani Instagrama".
No nie ma mnie, bo nie umiem tam być. Nie interesuje mnie ten rodzaj ekspozycji mojego człowieczeństwa i mojego życia. Nie interesują mnie relacje fikcyjne, a relacje instagramowe są trochę z pogranicza fikcji i jakiejś wirtualnej autokreacji, która kompletnie mnie nie obchodzi. Nie ufam temu i nie wiem, co miałbym tam robić.

Ale dobrym gadżetem, np. w postaci smartfona nie pogardzisz?
Nie pogardzę.





HOTEL
ALMOND
BUSINESS & SPA
★ ★ ★ ★





KOMFORTOWE POKOJE W RÓŻNYCH KATEGORIACH
ORGANIZACJA I WYJĄTKOWA OPRAWA IMPREZ OKOLICZNOŚCIOWYCH
PROFESJONALNE ZAPLECZE BANKIETOWO-KONFERENCYJNE
JEDYNY BEZCHLOROWY BASEN W REGIONIE
STREFA WELLNESS Z KOMPLEKSEM SAUN, JACUZZI I 5-CIOMA GABINETAMI
RESTAURACJA MAGIEL OPARTA NA KONCEPCJI LIVE-COOKING
CAŁOROCZNY TARAS Z WIDOKIEM NA MOTŁAWĘ

HOTEL ALMOND BUSINESS & SPA

TORUŃSKA 12, GDAŃSK +48 58 351 90 00 WWW.HOTELALMOND.PL

ZAWODY Z DUSZĄ
ANTYKWARIUSZ




VARIA
FOTOGRAFIA
KUCHNIA DOMOWA
książka kucharska



JAKUB ZAPOROWSKI

OD PARYSKIEJ OFICYNY DO GDAŃSKIEGO ANTYKWARIATU

AUTORKA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ – WALOSZEK **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI

Zapraszamy do cyklu o „zawodach z duszą". Takich, które niegdyś powszechne, dzisiaj powoli odchodzą w zapomnienie. „Zawody z duszą" to artykuły o rzemieślnikach i artystach, których profesje są nośnikami historii. Mimo postępu technologicznego, ich praca wygląda niemal identycznie jak w czasach naszych przodków. Bohaterem piątego odcinka naszego cyklu jest gdański antykwariusz, Jakub Zaporowski.

Tutaj unosi się zapach książki. Takiej prawdziwej, nadgryzionej zębem czasu. Każda z nich miała kiedyś swojego właściciela, a dzisiaj jest nośnikiem historii. O wszystko dba Jakub Zaporowski, który kontynuuje tradycję zapoczątkowaną przez słynnego gdańskiego antykwariusza - Aleksandra Krawczyńskiego.

CZASAMI JEST CHWILA, ABY POCZYTAĆ

Gdy przekraczamy próg antykwariatu przy ul. Piwnej 54, naszym oczom ukazują się regały, wysokie aż po sam sufit. Wszystkie półki są wypełnione po brzegi. W oddali stoi drabina, bez której ciężko byłoby cokolwiek wyszukać. Pan Jakub, każdego dnia rozpoczyna pracę o godzinie 11. Przez większość dni, w antykwariacie pracuje sam. W weekendy pomaga mu pani Irenka.

Wydawać by się mogło, że praca wśród książek jest magiczna, że można całymi dniami zatapiać się w lekturze. Zazwyczaj nie ma na to czasu. Praca z żywą książką to tylko jedno oblicze tego zawodu. Gdy trafi się wyjątkowo ciekawa pozycja, przedmiot trafia na aukcję internetową. Trzeba wówczas ją nadzorować, odpowiadać na maile…

- Czasami znajdę chwilę, aby poczytać. Gdy przychodzą klienci, często pytają, czy mógłbym im coś polecić. Nie jestem w stanie przebrnąć przez wszystkie pozycje, ale muszę być w miarę na bieżąco **- mówi Jakub Zaporowski.**

Tutaj co chwilę ktoś przychodzi. Polacy, Niemcy i Rosjanie odwiedzają to miejsce najczęściej. Wiek nie ma znaczenia. Przychodzą zarówno studenci, jak i doświadczeni profesorowie. Łączy ich zamiłowanie do książki, albo do historii. Niektórzy traktują książkę jak przedmiot i chcą ją kupić ze względów estetycznych.

- Słyszałem historię, że do jednego z gdańskich antykwariatów przyszedł człowiek zainteresowany oprawionym w skórę zestawem Lenina. Mówił, że będzie pasować do jego nowo zakupionej szafki bibliotecznej. Można i tak **- śmieje się pan Jakub.**

COFNIJMY SIĘ O 126 LAT…

Historia antykwariatu przy ulicy Piwnej rozpoczyna się… w Paryżu. Młody Aleksander Krawczyński (urodzony w 1891 r. w Lesku) kieruje wówczas „Księgarnią Polską" w stolicy Francji. Tęsknota za ojczyzną sprowadza go jednak do Lwowa, gdzie kupuje oficynę księgarsko-wydawniczą „Gubrynowicz i Syn", nadając jej później nazwę „Księgarnia A. Krawczyńskiego". Przy księgarni uruchamia antykwariat.

W listopadzie 1945 roku, Krawczyński ewakuuje się do Gdańska, zabierając ze sobą aż 11 ton cennych polskich książek. Mimo wielu trudności, udaje mu się założyć „Księgarnię Gdańską" w Gdańsku Wrzeszczu, która w 1951 roku zostaje przejęta przez



„Dom Książki". Krawczyński rozpoczyna wówczas sprzedaż książek antykwarycznych pod szyldem Gdański Antykwariat Naukowy. W 1960 roku, z powodu postępującej choroby oczu, likwiduje antykwariat i rozpoczyna pracę w „Domu Książki". Gdy ukończył 80 lat, zrezygnował z aktywności zawodowej, ale do końca swoich dni służył księgarstwu.

Z MIEJSCA NA MIEJSCE

Mama pana Jakuba, Barbara Zaporowska pracowała z Aleksandrem Krawczyńskim w „Domu Książki". W 1976 roku uczyniono go patronem antykwariatu naukowego przy ulicy Świętego Ducha, którym kierowała pani Basia. Antykwariat budził podziw, nie tylko przez determinację w działaniu, ale również przez samą stylistykę wnętrza, nawiązującą do XIX-wiecznych księgarń. Niestety, lata 90. przyniosły drastyczne podwyżki czynszu, które zmusiły panią Barbarę do opuszczenia lokalu.

- Gdy antykwariat mamy został zlikwidowany, otworzyliśmy wspólnie nowe miejsce przy ul. Szerokiej. W 1999 roku przenieśliśmy się na ulicę Piwną. Czy jest żal za pierwszym antykwariatem? Trochę jest. Tam był specyficzny klimat, nawiązujący do spuścizny Aleksandra Krawczyńskiego. Z tamtego wyposażenia mam tutaj tylko zegar **- dodaje Jakub Zaporowski.**

POKORA ANTYKWARIUSZA

Zbiory antykwariatu tworzą się przede wszystkim dzięki ludziom, którzy przynoszą swoje pamiątki rodzinne. Pan Jakub jest odpowiedzialny za to, aby ocenić, ile dany przedmiot jest wart. Praca antykwariusza polega również na tym, aby uzupełniać braki w różnych instytucjach. Pan Jakub musi więc posiadać wiedzę, która pozwala mu na trafną selekcję przedmiotów.

- Pamiętam, gdy przyszedł do mnie człowiek ze skoroszytem piśmiennym, zawierającym informacje dotyczące walki Jana Matejki z radą miasta Krakowa o miejskie zabytki. Skoroszyty trafiły do krakowskiego archiwum. Na tym polega moja praca, aby ważne dokumenty przekazywać tam, gdzie powinny być **- mówi Jakub Zaporowski.**

Pan Jakub jest z wykształcenia historykiem, co w połączeniu z długoletnim doświadczeniem pozwala mu sprawnie ocenić większość źródeł. Antykwariusz musi być wszechstronnie wyedukowany.

- Nigdy nie będę posiadał takiej wiedzy, jaką mają moi klienci. Oni są doskonali w dziedzinach, którymi się interesują. Mam świadomość, że nie mogę im dorównać. Na tym polega pokora mojego zawodu. Nieustannie się od nich uczę **- dodaje Jakub Zaporowski.**

Antykwariusz winien być pokorny, a klient uczciwy. Bo przecież można przyjść i kupić książkę za bezcen, wiedząc, ile jest warta. A jednak nie zdarza się to zbyt często. Poza tym, biały kruk dla każdego jest pojęciem subiektywnym, więc wartość danego przedmiotu jest mierzona własnymi doświadczeniami.

- Czasami najcenniejsze jest to, co znajduje się w środku. Kilka miesięcy temu w moje ręce trafił tomik wierszy, opracowany graficznie przez Stanisława Wyspiańskiego. Właścicielem tomiku był Lucjan Rydel. Poza dedykacją wydawcy dla właściciela tomiku, Rydel podpisał swoją własność, na pierwszej i każdej setnej stronie. Białe kruki to takie drobne rzeczy, które cieszą serce **- dodaje Jakub Zaporowski.**

W zbiorach gdańskiego antykwariatu znajdują się nie tylko książki, ale również: mapy, szkice oraz pocztówki. Na tych ostatnich można wyczytać wiele osobistych, niekiedy miłosnych historii.

CZYM SKORUPKA ZA MŁODU...

Pan Jakub od dziecka był naznaczony miłością do książki. Od ósmego roku życia, całe dnie spędzał w antykwariacie mamy, przysłuchując się rozmowom bibliofilów. I chociaż marzył, aby w przyszłości zostać historykiem sztuki albo zająć się konserwacją zabytków, ostatecznie wybrał antykwariat.

- Pamiętam niesamowity klimat towarzyszący aukcjom książkowym, które organizowała mama w Gdańsku, w latach osiemdziesiątych. Były ekonomicznie i towarzysko bardzo udane. Zbierała się wówczas śmietanka antykwariuszy i bibliofilów z całej Polski. Gdy skończyłem studia i się ożeniłem, musiałem zdecydować, jaką drogę wybrać. Mama akurat rozpaczała po zlikwidowanym antykwariacie przy ul. Świętego Ducha, więc postanowiłem jej pomóc. Wiedziałem, że mogę liczyć również na jej pomoc. I tak to się zaczęło - **dodaje Jakub Zaporowski.**

Pan Jakub nie ukrywa, że pod względem finansowym, prowadzenie takiego antykwariatu to ciężki kawałek chleba. Gdyby nie pasja, być może to miejsce już dawno odeszłoby w zapomnienie.

- Jestem człowiekiem spełnionym, ale zawsze pozostaje ułamek niepewności. Czasami zastanawiam się, co z tym wszystkim się stanie, gdy mnie już nie będzie. Nie widzę przyszłości antykwariatu w kolorowych barwach **- dodaje Jakub Zaporowski.**

Na tę chwilę, nie ma osoby, która mogłaby kontynuować gdańską tradycję. A szkoda, bo zbiór książek i innych cennych przedmiotów w antykwariacie jest bardzo pokaźny.

- Każdy antykwariat obrasta przez lata. Słyszałem historię, że pewien antykwariusz z XIX wieku zbankrutował. Wie pani, dlaczego? Uzbierał tak pokaźną kolekcję, że nie był w stanie wejść do swojego antykwariatu (śmiech). U mnie kolekcja może nie jest aż tak liczna, ale czasami zastanawiam się, gdzie trafią te wszystkie książki, gdy mnie już nie będzie... **- podsumowuje z refleksją Jakub Zaporowski.**

MARCIN KYDRYŃSKI
TU I TERAZ



ROZMAWIAŁA: AGATA RUDNIK **/FOTO:** ARCHIWUM M. KYDRYŃSKIEGO

Siesta Festival po raz ósmy zaspokaja absolutnie wszystkie zmysły spragnionej hipnotycznych rytmów publiczności. O idei festiwalu muzyki szczęśliwej i zaspokajaniu potrzeb wyższego rzędu rozmawiamy ze współtwórcą festiwalu, dziennikarzem muzycznym, kompozytorem, fotografem i podróżnikiem Marcinem Kydryńskim.

Przygotowując się do naszego dzisiejszego spotkania, odkryłam, że obchodzimy urodziny tego samego dnia, 24 maja. Co ciekawe, tego dnia urodzili się także Josif Brodski, czy Bob Dylan.

O! To miło. Gdzieś w pobliżu urodził się też Miles Davis, do którego jest mi szczególnie blisko, a nawet, Marilyn Monroe, ale nie wyciągałbym z tego daleko idących wniosków. Szczególnie, że w kwestii urody, ja i ona jesteśmy dość odlegli, że nie wspomnę już o talencie i gotówce. W astrologii, czy z wszelkiego rodzaju przesądów związanych z dniem urodzin nie jestem jednak specjalnie mocny.

Tegoroczne urodziny są dla Pana dość szczególne…

Nie powiem, że jest to moment, na który każdy mężczyzna czeka ze zniecierpliwieniem i wygląda go, jak wyczekiwanego prezentu. Z tej okazji powinienem raczej sięgnąć pamięcią wstecz, aby przekonać się, że te wszystkie lata były wystarczająco intensywne, wypełnione niesłychanie fascynującymi i w większości szczęśliwymi dniami. Gdy tak spojrzę na półkę pełną płyt, na tych kilka ostatnich książek, na mapę, na rzeczy, które zrobiłem wspólnie z Anią (Anna Maria Jopek – przyp. red.) przez lata naszej współpracy, to wówczas jakoś łatwiej jest mi tę pięćdziesiątkę znieść. Wiem wtedy, że nie przeleżałem pół wieku na sofie.

Virginia Woolf w okolicy swoich pięćdziesiątych urodzin pisała, że „z wiekiem życie powinno stawać się coraz żywsze i ważniejsze". Taka okazja sprzyja przemyśleniom i nowym planom?

Wie Pani, nie są to dywagacje na tyle tchnące optymizmem, żebym się tutaj i teraz nimi popisywał. Mam taką jedną refleksję, która jest dość bolesna i mówi mi, że jestem kompletnie wyjęty z rzeczywistości, tej współczesnej, technicznej. Nie bywam na żadnych forach, nie istnieję w mediach społecznościowych, jest to zresztą mój wybór. Jestem kompletnie odklejony od tego, czym świat żyje dzisiaj i od sposobu, w jaki ten świat funkcjonuje. Można wówczas odnieść wrażenie, że się nie istnieje. To dość przygnębiające, ale z drugiej strony, są potem takie dni, jak ten, w którym się spotykamy. Słoneczny, szczęśliwy dzień w bajecznym mieście, drugi dzień Siesta Festival.



MARCIN KYDRYŃSKI

radiowiec, wędrowiec, fotograf, producent płytowy, organizator koncertów i festiwali. Dyrektor muzyczny Siesta Festival. Od 1992 roku podróżuje po Afryce. Publikował m.in. w „National Geographic", „Vivie" i w „Kontynentach". Autor książek: „Upadek jest Formą Lotu: Metro Na Broadwayu", „Chwila Przed Zmierzchem", „Pod Słońce", „Lizbona. Muzyka Moich Ulic", „Biel. Notatki z Afryki". Jest współautorem tekstów i muzyki części piosenek z repertuaru Anny Marii Jopek. Jest także współproducentem muzycznym kilku jej płyt, w tym Upojenia (wspólny album Anny Marii Jopek i Pata Metheny'ego) oraz ID, które w Polsce uzyskały status platynowych. Jest autorem serii wydawanych od 2005 roku albumów kompilacyjnych Siesta, z których pięć uzyskało w Polsce status platynowych.



To ósma już edycja Siesta Festival, festiwalu muzyki świata, jazzu, kultury luzofońskiej i innych porywających rytmów. Mieszkańcy Trójmiasta z miejsca Siestę pokochali. Jak Pan myśli, dlaczego?

Pamiętam jak dziewięć lat temu staliśmy tutaj, po przeciwnej stronie Motławy, z Piotrem Łyszkiewiczem, który wymyślił ten festiwal, bo ja nie miałbym tyle śmiałości. Patrzyliśmy na Filharmonię Bałtycką i marzyło nam się, że po pierwsze to się uda, po drugie, że się spodoba i wreszcie po trzecie, że będzie trwało, jak Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, do końca świata. Ja te nasze doroczne spotkania nazywam festiwalem muzyki szczęśliwej. Od samego początku jest to główna myśl, która nam przyświeca. Jest tak wiele znakomitej muzyki, którą cenię, słucham i wielbię, ale która ma w sobie mrok, niepokój, a nawet grozę. Ta muzyka nie ma jednak wstępu na Siesta Festival, który w moim przekonaniu jest takim początkiem wakacji.

Jak można podsumować tegoroczną edycję?

Myślałem, że publiczność nie jest w stanie więcej przyswoić intelektualnie, czy fizycznie, nie może dłużej klaskać, a i biodra nie będą dłużej wibrować przy tak zmysłowej muzyce, to wystarczy. Nagle okazało się, że ludzie tak tego pragną, że na Noce Fado w piętnaście minut sprzedają się wszystkie bilety. W tym roku dodaliśmy zatem kolejny dzień. W zeszłym roku niestety nie mogła do nas przyjechać Sara Tavares, postanowiliśmy więc wynagrodzić to naszym słuchaczom oraz widzom i zaprosiliśmy ją w tym roku. To był nasz pierwszy koncert w Starym Maneżu, który okazał się być odległą, ale jednak życzliwą przystanią.

Absolutnym hitem festiwalu są Noce Fado...

To niezwykle intymne koncerty, które są najlepszym dowodem na to, jak zmysłową, czułą, porywającą, a zarazem przystępną jest ta muzyka. Nasz tegoroczny gość, Fabia Rebordao, na swoich płytach prezentuje wiele ciekawych wpływów ze świata, z muzyki brazylijskiej i kabowerdyjskiej. Powiadomiona jednak, że ma występować w ośmioletniej już tradycji Nocy Fado, gdzie wszyscy szalenie poważnie traktują tę konwencję, postanowiła zaśpiewać bardzo tradycyjny program. Wiele osób było tym absolutnie zachwyconych. Ja prywatnie lubię, gdy te światy się przenikają, łączą, przeglądają się w sobie, uczą się od siebie nawzajem. To zresztą jest taka wiodąca cecha Siesty. My nie stawiamy żadnych barier gatunkowych. Ważne jest, aby muzyka była świeża i żeby grali ją ludzie, którzy potrafią to robić, aby dawała szczęście i rozświetlała mrok nad naszymi głowami. Poza tym im bardziej jest kosmopolityczna, im bardziej należy do całego świata, im więcej ma w sobie rozmaitych wpływów, tym dla mnie jest ciekawsza.

Jak zmienia się zatem publiczność? Nasza mentalność też przecież ewoluowała od 2011 roku.

To jest ujmujące, że przyjeżdżają tutaj ludzie z najodleglejszych stron Polski. Nie wierzę, że robią to tylko dla muzyki, a już na pewno nie dla mnie. Przyjeżdżają do Gdańska, który jest jednym z najpiękniejszych zakątków naszego kraju. Miejscem szczególnej urody są właśnie okolice Motławy. To okno na świat, które dla Siesty jest niesłychanie ważne. Port, w którym przez stulecia spotykały się różne religie, języki, rasy, czy poglądy i to jest dla nas miejsce symboliczne, stojące za tym wszystkim, co festiwal od tylu lat w muzyce sobą reprezentuje. Czy w jakiś sposób zmienia się publiczność? Na pewno. Na początku, zwłaszcza na pierwszych koncertach fado, będących przecież kolacjami, czułem się zobowiązany, żeby tłumaczyć dyskretnie, jak byłoby w dobrym tonie, aby słuchacze się zachowywali, że mają nie gadać, nie mlaskać, nie szurać sztućcami, szczególnie w trakcie najbardziej intymnych momentów. Tłumaczyłem też, że lepiej zrozumieją tę muzykę, jeśli nie będą robić zdjęć, zwłaszcza z fleszem. Po dwóch, trzech latach to już nie było konieczne. To wymagająca publiczność, która nie odnajduje dla siebie propozycji w głównym nurcie.

Muzyka prezentowana podczas Siesty nie jest głównym nurtem?

Nie wiem, czy Pani zwróciła na to uwagę, ale teraz muzyka, którą kiedyś zwykło się nazywać offową, undergroundową, czy niezależną, od lat jest tak naprawdę głównym nurtem. O tym zresztą pisałem w minifelieto-



nie na naszej kolekcjonerskiej płycie festiwalowej, że właśnie to, czym my się zajmujemy, stało się niszą i undergroundem. To jest ten zamknięty świat. Czołowe media nie interesują się losem Marizy, Tito Parisa, czy Yasmin Levy. Nie wiem, czy jest to powód do dumy, wątpię. To muzyka dla ludzi wartościowych, ciekawych świata, otwartych i do takich warto jest docierać, niekoniecznie do mas.

Mówiąc o ciekawości świata, przenieśmy się na chwilę z Gdańska w bardziej odległe zakątki naszego globu. Jakiś czas temu wypróbowałam aplikację, która pokazuje, jaki procent świata udało nam się zwiedzić. Choć byłam już w tak wielu miejscach, okazało się, że nadal to tylko 9%. Jaki byłby Pana wynik?

Niewielki, może 12%. Ja w ogóle jestem przeciwny takiemu myśleniu. Niedawno przeczytałem o pewnej 29-latce, który odwiedziła wszystkie kraje świata. Oczywiście jest to pomysł na życie, ale bliższy rekordom Guinnessa, czy sportowym wyczynom, które mnie kompletnie nie interesują. To, co mnie zawsze fascynowało, to podróże pogłębione, takie wędrowanie w dawnym stylu, połączone z rozmyślaniem, z filozofowaniem na temat świata, otwieranie się na niego, próba zrozumienia obcych kultur. Ma to dla mnie znacznie większą wartość, niż odhaczanie na mapie miejsc, które tylko się musnęło. Spędziłem 25 lat w Afryce i w wielu z tych krajów byłem kilkunastokrotnie, a wciąż nie mogę powiedzieć, że wszystko o nich wiem. Byłby to więc niewielki procent, ale wierzę, że zobaczony i przeżyty świadomie.

Czy jest w panu tęsknota za ciągłym wędrowaniem, za tymi wyjątkowymi miejscami?

Teraz już nie. Może to kwestia wieku, pewnej dojrzałości, a może nauki, jaka płynie z dwudziestu paru lat podróżowania i studiowania świętych ksiąg buddyjskich. Tak naprawdę trzeba być tu i teraz. Nie jest to wcale trudne, szczególnie w taki dzień, jak ten, kiedy siedzimy nad rzeką, smaga nas leciutki wietrzyk, mijają nas statki piratów i nie widać ani jednaj chmury na niebie. Nie ma żadnego miejsca, na całej planecie oraz poza nią, w którym chciałbym być teraz bardziej niż to, w którym jestem w tej chwili. Kiedy budzę się w Warszawie, panuje mrok i skończyła się szara kredka do malowania nieba, bo malowaliśmy nią od miesięcy, to pojawia się tęsknota. Za Lizboną, za plażami Afryki Wschodniej, za sawanną. W Lizbonie pomieszkuję już od ponad dekady, jeśli więc akurat tak się składa, że nie mam wielu obowiązków, wówczas z dnia na dzień wsiadam w samolot i lecę do Lizbony, uprzednio sprawdziwszy, czy rzeczywiście pogoda jest słoneczna. Tam odżywam przez parę dni, bo jestem jak roślina, która do funkcjonowania potrzebuje światła.

Zgodnie z piramidą potrzeb ludzkich według Maslowa, aby myśleć o naszych potrzebach wyższego rzędu, najpierw musimy zaspokoić te rzędu niższego. Co, poza słońcem, znalazłoby się u podstaw pana piramidy?

Wystarczy na mnie spojrzeć. Ubóstwiam jeść. Jako człowiek, który spędził tyle lat w Afryce, mam takie potrzeby elementarne i to jest to, co mam wspólnego z cywilizacją przetrwania, czyli z wszystkimi ludźmi na świecie, którzy niczego nie wytwarzają, nie myślą abstrakcyjnie, nie mają potrzeby kontaktu ze sztuką, ponieważ całą swoją energię wkładają w to, by przetrwać do kolejnego dnia. Z wdzięcznością przyjmuję każdy posiłek. Jestem też wielkim entuzjastą czerwonego wina, więc nie wyobrażam sobie bez niego życia. Każdy dzień rozpoczynam za to od wylegiwania się o poranku. To cudowny czas, preludium do całego dnia. Najpierw czytam wiadomości w internecie, a potem zabieram się za książki. Bez książek nie funkcjonuję i myślę, że zawyżam średnią, bo czytam ich dziesiątki, a jeśli chude, to i setki rocznie, robiąc z nich wnikliwe notatki, bo pamięć mam nadwątloną przez wiek i wspomniane trunki. Ilekroć wędrowałem po świecie, to najcięższym elementem mojego plecaka, odpowiedzialnym potem za zwyrodnienia kręgosłupa, były książki. Jak już wspomniałem, jestem człowiekiem tradycyjnym i nie bardzo wyobrażam sobie czytanie książek w tablecie.

Jakie są więc pana potrzeby wyższego, a nawet tego najwyższego rzędu?

Pragnienie, by to, co robię sprawiało ludziom frajdę. Blisko trzydzieści lat pracuję w Trójce, napisałem z Anią dziesiątki piosenek, wyprodukowałem masę płyt, napisałem kilka książek i fotografowałem przez ćwierć wieku, a wszystko to wynikało przecież z potrzeby komunikacji. Gdyby się okazało, że trafiłem w kompletną pustkę, wówczas ta moja potrzeba, może związana z tym wiecznie tęskniącym ego, byłaby niezaspokojona. Robię to z pełną świadomością, że może nie każdy został pobłogosławiony darem robienia czegoś, co drugiemu sprawia radość. Ilekroć widzę, że tak się dzieje, jestem bezgranicznie wdzięczny losowi, że tak moimi latami kierował.

AS dent





Usługi stomatologiczne:

- Stomatologia dziecięca
- Protetyka
- Periodontologia
- Ortodoncja
- Implantologia
- Profilaktyka jamy ustnej
- Endodoncja
- Stomatologia ogólna i estetyczna

Usługi Medycyny Estetycznej:

- Osocze bogatopłytkowe wampirzy lifting
- Mezoterapia igłowa
- Leczenie łysienia i poprawa kondycji skóry głowy
- Botox i leczenie nadpotliwości

Sopot, ul.Polna 44/1 www.as-dent.pl klinika@as-dent.pl (58) 551 46 59 | +48 513 069 909



Sveti Stefan

CZARNOGÓRA
FIORD NA ADRIATYKU

AUTORKA: MARTA LEGIEĆ

Na co dzień podziwia swe odbicie w kryształowej tafli Zatoki Kotorskiej, choć krajobraz dość szybko może się tu zmieniać, jak w kalejdoskopie. Z posępnych szczytów i głębokich kanionów na słoneczne plaże, a zaraz potem z kamiennych, krasowych pustyń na gaje oliwne czy poszarpane fiordy. Czarnogórę, kraj znacznie mniejszy od województwa pomorskiego można przemierzyć w ciągu jednego dnia, co kilkadziesiąt kilometrów wpadając inny krajobraz.

Przejrzyste lazurowe wody Adriatyku potrafią zauroczyć, jakby nakazać, by godzinami je podziwiać z pokładu statku, żaglówki lub zwyczajnie, z brzegu. Uroda Czarnogóry hipnotyzuje i nie ma w tym odrobiny przesady. Wiele tu miejsc wyglądających jak pięć minut po stworzeniu świata. Do tego niekończące się gaje oliwne, doliny wypełnione cyprysami i sosnami nadmorskimi, stare portowe miasteczka o pięknej architekturze i śródziemnomorska kuchnia, która cieszy podniebienia nie tylko wielbicieli owoców morza.

Wydaje się, że słońce jest tu bardziej żółte, niebo przybiera kolor wyraźnego błękitu, a morze jest bardziej turkusowe niż gdzie indziej. Każdy zakątek kryje tajemnice minionych wieków – ślady panowania Turków, Wenecjan, Hiszpanów. Czarnogóra ma jeszcze jedną zaletę - jest krajem jeszcze nieodkrytym i niezadeptanym, tańszym, czystszym i równie zachwycającym, jak znana dobrze Polakom Chorwacja.

ŻYWY ZABYTEK

Zatoka Kotorska wygląda niczym ozdobna brama prowadząca do serca tutejszej riwiery. Na opasającej zatokę drodze przycupnęły weneckie miasta sąsiadujące z kameralnymi wsiami, a cerkwie tworzą jeden obraz z meczetami. Miejscowi żyją dla siebie, nie dla turystów. Tłem są dla nich gładkie niebo, palmy i agawy. Na swych ulicznych kramach sprzedają pomarańcze, granaty, soczyste arbuzy i domowej roboty oliwę z oliwek przelaną w plastikowe butelki po coli.

Jadąc od strony Chorwacji trafiamy najpierw na wzniesiony przez Wenecjan Perast. Wystarczy 15-minutowy spacer, żeby przejść miasteczko wzdłuż i dostrzec, że to żywy zabytek: wśród starych murów wciąż znajdują się zabytkowe budynki, urzekające dopracowaniem architektonicznych szczegółów. W Peraście jest ledwie kilka sklepików i restauracji, i całe mnóstwo muzeów i zabytków.

Wijąca się wzdłuż Zatoki Kotorskiej, asfaltowa droga to główna „arteria" tego miejsca, przez którą codziennie przechodzą setki turystów. Stąd już tylko 20 km do Kotoru, choć warto jeszcze poświęcić czas na dotarcie do Gornij Morinj, miasteczka schowanego w zaułku skał wysokich jak wieżowce. Tutaj, pośród ruin średniowiecznych murów obronnych, można znaleźć wytchnienie, a uśmiechnięty miejscowy właściciel niewielkiej kafejki ugości doskonałą, smoliście czarną kawą.

SZTURM NA KOTOR

Nie ma jednak co ukrywać, w Czarnogórze wcześniej czy później każdy dokonuje szturmu na Kotor. Idąc promenadą w tłumie spacerowiczów usłyszeć tu można opowieści starych murów, samotnych drzew i zapomnianych duchów. Po przekroczeniu kamiennej głównej bramy wpada się na dziedziniec, wprost przed wieżę zegarową z 1602 roku. Niestety, nie pamięta ona czasów, gdy na przełomie XIV i XV wieku Kotor był samodzielnym państwem-miastem. W centrum zagnieździły się kawiarenki, sklepiki z pamiątkami, kioski i kuszące zapachem restauracje. Aby dostać się do niektórych z nich, trzeba przebyć plątaninę z pozoru tajemniczych i zwodniczych dróg. Ale zgubić się w labiryncie kotorskich uliczek to wielka przygoda.

Stare miasto tuli się do skał i murów obronnych, z dwóch stron zamknięte jest portem. Nad jednym z najlepiej zachowanych w Europie, średniowiecznym miast, wpisanych na listę zabytków Unesco, góruje twierdza św. Jana. By się na nią wdrapać, trzeba pokonać ponad tysiąc trzysta kamiennych stopni. Wysiłek wynagradza niezwykły widok na cały Kotor, od średniowiecznego centrum po współczesne obrzeża, na piękne zabytkowe cerkwie, kościoły i pałace. To jeden z najlepiej zachowanych w Europie średniowiecznych systemów miejskich.

Kotorskie kamienice ozdabiają kamienne schodki i wielkie kute wrota. Rozlewają się morzem czerwonych dachów i kremowych ścian na

wszelkie strony. Na starówce biesiadują ramię przy ramieniu miejscowi i turyści. Z knajpek buchają na ulicę aromaty tutejszej kuchni, pachnie śródziemnomorskimi przyprawami. Poszukajcie miejsc, w których podawany jest piotrosz z boćwiną i gigantyczne kalmary. Kotor niewątpliwie jest perłą pośród surowej i dumnej przyrody otaczających go gór i wdzierającego się morza. Mozaikowość barw, widoków i zapachów to piękna wizytówka tego miejsca.



Fot. Anisha Shah

Kotor – jedno z najpiękniejszych miast w Czarnogórze

PORA NA RELAKS, PORA NA SZALEŃSTWO

Koroną murów okalających starówkę można obiec całą Budvę. To zadziwiające miejsce. Za dnia można tu uciec od wielkomiejskiej zabudowy i tłumów, wieczorami Budva zmienia się w imponująco rozrywkowe miejsce, najpopularniejszy kurort Czarnogóry. To właśnie tutaj mieści się najwięcej luksusowych hoteli i restauracji w kraju, a kluby koło przystani mają dość frywolny charakter. Kiedy Budva się bawi, zachodzące słońce kładzie się długimi smugami na starych budynkach, małych placykach otoczonych niewysokimi kamienicami, ze starymi fontannami i drewnianymi ławkami.



Fot. Dennis Jarvis

Kotor – Stare Miasto

Za to Sveti Stefan jest najbardziej komercyjnym zakątkiem Czarnogóry. Dla wielu to wyspa, choć właściwie jest maleńkim półwyspem połączonym z lądem wąskim wałem. Dawniej była luksusową enklawą dla bogatych. Wypoczywali tu Marilyn Monroe, Sophia Loren i Kirk Douglas. Nikt już nie pamięta, które z nich stwierdziło, że miejscowe zachody słońca są piękniejsze niż w Kalifornii. W te słowa uwierzy każdy, kto tu zawita. Jachty wielkie jak statki wycieczkowe cumują niemal przy samych murach starych fortów. Jednak, aby przekroczyć bramy miasta, trzeba zobowiązać się do zakupu towarów w miejscowych sklepach i posiłków w restauracjach za co najmniej 25 euro. Taki warunek postawił prywatny właściciel, który w 2007 roku wynajął to miejsce na 30 lat.

Jest jeszcze Ulcinj, jedno z najstarszych miast Adriatyku. Południowy kraniec Czarnogóry ociera się tu już o Albanię. To bodaj najbardziej orientalne miasto w Czarnogórze w większości zamieszkują Albańczycy. Jest sielsko do tego stopnia, że na tutejszych zabytkowych murach obronnych można spotkać pasące się barany. Sama Starówka, mozolnie odbudowywana po trzęsieniu ziemi w 1979 roku, ma typowo śródziemnomorski charakter. Nie sposób nie zauważyć, iż tutejsza architektura została skażona kolorowym kiczem i samowolką. W zasięgu ręki są plaże z czystym piaskiem, ochlapywane przez fale turkusowego morza. Jego drobne ziarna, bogate w minerały, mają właściwości lecznicze. W okolicy warto zobaczyć Zamek Ulcinj, Pałac Venezia, meczety i kościoły.



Rafting w Kanionie Tary

UCIECZKA OD CYWILIZACJI

Czarnogórcy opowiadają, że kiedy Bóg tworzył świat, to właśnie u nich rozsypał mu się worek z kamieniami i przestraszony Stwórca uciekł do Serbii. Fakt, góry zajmują znaczną część kraju, ale przyjezdni raczej nie narzekają. Po porządnym relaksie na jednej z 117 plaż, uciekają zobaczyć magiczny Durmitor – pasmo Gór Dynarskich – idealny na długie wycieczki i rafting w Kanionie Tary, wymienianym pośród największych atrakcji Czarnogóry, ale uważany też za najgłębszy i jeden z najpiękniejszych kanionów w Europie. Tara liczy sobie 144 kilometry długości, z czego ostatnie 34 znajdują się już na terenie Bośni i Hercegowiny. Urzeka zakrętami, meandrami i wodospadami tworzącymi iście bajkowy krajobraz. W scenerii dziewiczej przyrody można spotkać wilka i niedźwiedzia z pstrągiem w paszczy. To właśnie przyroda sprawia, że Czarnogórę pamięta się długo i wspomina z utęsknieniem w jałowe, robocze dni.



Fot.Boris Kacan

CHORWACJA POD ŻAGLAMI

Paklenica

AUTOR: CROATIA TOURISM

Do tej pory nie mieliście okazji pływać po chorwackim morzu, a może co roku na nie wracacie? Tajemnicą popularności wybrzeża chorwackiego jest to, że poza pięknem przyrody, możesz się cieszyć dużą różnorodnością atrakcji, dla których wspólnym mianownikiem jest Twoje zadowolenie.

Pierwszym najwidoczniejszym powodem przyjazdu do Chorwacji jest piękno jej natury. Chorwackie wybrzeże liczy dokładnie 1244 wysp, wysepek i grzbietów morskich, ale to co sprawia, że są szczególne to nie ich ilość, ale fakt, że tworzą liczne zatoki i zatoczki, plaże, jaskinie i klify, a miejsca nienaruszonego piękna przyrody pokrywają się z cudnymi nadmorskimi miasteczkami. Na wybrzeżu chorwackim znajduje się aż pięć chorwackich parków narodowych, z czego trzy są typowo morskie (Brioni, Kornati i Mljet), jeden górski (Paklenica) i jeden morsko-rzeczny (Krka). Żeby dotknąć ich piękna wystarczy skierować łódź w danym kierunku.

Brijuni to archipelag składający się z dwóch większych wysp i dwunastu małych wysepek na południowo-zachodnim wybrzeżu Istrii, w pobliżu Puli. Znany jest z rozczłonkowanej linii brzegowej i bujnej roślinności śródziemnomorskiej, częściowo stanowiącej park krajobrazowy. Są tu także cenne zabytki z czasów rzymskich i bizantyjskich. Wszystko to sprawia, że Brijuni od ponad stu lat odwiedzają arystokraci i mężowie stanu z całego świata. Chociaż na wyspach nie ma stałych mieszkańców, to w ciągu dnia przybywają tu z lądu motorówkami i jachtami liczni turyści.

Kornaty składają się z 89 niezamieszkałych wysp, wysepek i skał o powierzchni całkowitej 217 km2, a znane są z stromych zboczy i nieskażonej przyrody. Wydaje się, że wysp jest więcej, bo dawne przysłowie mówi: „Ile dni jest w roku, tyle jest wysp kornatskich". Najważniejszym obszarem chronionym na południu Dalmacji jest Park Narodowy Mljet na wyspie o tej samej nazwie. Tu znajdują się też dwie głębokie zatoki, które ze względu na niezwykle wąskie cieśniny łączące je z otwartym morzem, nazywane są jeziorami. Są to jeziora Veliko i Malo. Na wyspie Mljet są także liczne zabytki, z których najcenniejszy jest kompleks klasztoru benedyktynów z XII wieku, położonego na niewielkiej wysepce pośrodku jeziora Veliko,

Perłą przyrody w regionie Zadaru jest Park Narodowy Paklenica, położony w najbardziej atrakcyjnej części południowego Velebitu, na obszarze zaledwie 96 km2. Jego główną atrakcją są dwa wspaniałe wąwozy: Velika i Mala Paklenica, wiodące od wybrzeża aż pod najwyższe szczyty masywu. W Parku jest też wiele niezwykłych form krasowych, jaskiń, a wyraźne różnice klimatyczne przyczyniają się do bogactwa flory i fauny.
Park Narodowy Krka obejmuje większą część biegu tej niezwykłej rzeki, wzdłuż której, oprócz piękna przyrody podziwiać możemy także liczne zabytki. Wśród nich szczególne miejsce zajmuje klasztor franciszkanów na wysepce Visovac. W kanionie w górnym biegu rzeki jest prawosławny klasztor – monastyr Krka, a także kilka wznoszących się nad wodą starych twierdz. Warto też obejrzeć stare młyny wodne, dziś małe muzea etnograficzne. Jednak główną jego atrakcją jest siedem kaskad i wodospadów, z których najszerszy jest Roški slap, a największy i najbardziej znany - Skradinski buk.

Tradycja żeglarska w Chorwacji ma tyle lat ile życie na tych terenach, a jej odbicie jest dziś najlepiej widoczne w turystyce żeglarskiej. Jednym z podstawowych założeń żeglugi bez zmartwień jest również jakość infrastruktury żeglarskiej w Chorwacji. Opcji spędzania czasu na morzu jest bez liku, od ukrytych zatok do ukrytych miast często jest zaledwie kilka mil morskich, a będąc na łodzi codziennie możesz wybierać inne miejsce na zabawę.



Fot. Milan Babic

Kornati

ADVENTURE & CRUISES
TANIEREJSOWANIE.PL

NAJLEPSZE CENY REJSÓW W POLSCE



REJS SŁONECZNE MORZE ŚRÓDZIEMNE



SAVONA ▪ MARSYLIA ▪ BARCELONA
MAJORKA ▪ PALERMO ▪ RZYM ▪ SAVONA
8 DNI

PEŁNE WYŻYWIENIE **ALL INCLUSIVE (opcjonalnie)**

Statek: Costa Diadema ****+

Terminy: maj - grudzień 2018

od **259 EUR/os.** + 150 EUR/os. opłaty portowe

REJS PERŁY EMIRATÓW ARABSKICH



DUBAJ ▪ MASKAT ▪ SIR BANI YAS
ABU DHABI ▪ DUBAJ
8 DNI

PEŁNE WYŻYWIENIE **ALL INCLUSIVE (opcjonalnie)**

Statek: Costa Mediterranea ****

Terminy: grudzień 2018 - marzec 2019

od **259 EUR/os.** + 150 EUR/os. opłaty portowe

REJS PERŁY OCEANU INDYJSKIEGO



MAURITIUS ▪ SESZELE (3 DNI) ▪ MADAGASKAR (3 DNI)
REUNION (2 DNI) ▪ MAURITIUS (2 DNI)
15 DNI

PEŁNE WYŻYWIENIE **ALL INCLUSIVE (opcjonalnie)**

Statek: Costa Victoria ****

Termin: 24.11.2018 - 08.12.2018

od **1279 EUR/os.** + 240 EUR/os. opłaty portowe

REJS RAJSKIE WYSPY Z SINGAPURU



SINGAPUR ▪ KUALA LUMPUR ▪ LANGKAWI
PHUKET (2 DNI) ▪ PENANG ▪ MALAKKA ▪ SINGAPUR
8 DNI

PEŁNE WYŻYWIENIE **ALL INCLUSIVE (opcjonalnie)**

Statek: Costa Fortuna ****

Termin: 15.01.2019 - 22.01.2019

od **399 EUR/os.** + 150 EUR/os. opłaty portowe

+48 58 690 49 49
www.tanierejsowanie.pl



MICHAŁ PAWLIK

ENDORFINOWY GRANAT

ROZMAWIAŁA: KLAUDIA KRAUSE

„Niektórzy ludzie umierają w wieku 25 lat, ale chowa się ich po siedemdziesiątce" – powiedział kiedyś Benjamin Franklin. Co zrobić, by tego uniknąć? Czy w ogóle da się roztrzaskać „szklany tunel"? Michał Pawlik, autor książki „Endorfinowy granat" udowodnia, że to możliwe. Rzucił wszystko i wyruszył w rowerową podróż po Azji Południowo-Wschodniej. Plan był prosty – odnaleźć zaginioną duszę, spotkać lepszego siebie i na nowo zdefiniować własne życie. Czy faktycznie coś się zmieniło w jego życiu? Czy spełniły się jego oczekiwania? Czy taki krok jest czymś więcej niż życiową nonszalancją? I czy warto kupić bilet w jedną stronę? Przeczytajcie.

Rzuć wszystko i jedź w Bieszczady - ta myśl krąży po głowie niejednemu Polakowi. Większość z nas mogłaby ją w jakimś stopniu zrealizować. Jednak gdy pojawia się pomysł „rzuć ciepłą posadkę, sprzedaj, co możesz i jedź", zaledwie promil rozważy go na poważnie. Dlaczego to takie trudne?

Ludzie często przyjmują styl życia, który jest im podany na tacy, gotowy produkt – wystarczy wziąć z półki i zaimplementować. Ta uniwersalna strategia co do zasady działa, jest jak garnitur ze sklepowego wieszaka – dość dobrze pasuje na każdego, ale na nikim nie leży idealnie. Czasami warto poszukać czegoś, co jest szyte na miarę, stylu życia zaprojektowanego przez nas i dla nas. Dlaczego to trudne? To wymaga zadania sobie bardzo trudnych pytań i udzielenia szczerych odpowiedzi. Poza tym trudno jest tylko do pewnego momentu.

No właśnie, wydaje mi się, że do momentu zwyczajnego, najprostszego podjęcia decyzji.

Jeśli zdecydujemy się na konkretny ruch, to reszta jest już naturalną koleją rzeczy. Z boku może się wydawać, że takie decyzje są lekkomyślne, ale tak naprawdę ryzyko jest minimalne. Każdy potrzebuje w życiu etapu, w którym spojrzy na siebie z dystansu, zastanowi się, co dalej robić, w którą stronę pójść. Podróż jest świetną okolicznością, by znaleźć odpowiedzi. A jeżeli uznamy, że chcielibyśmy zawrócić, w większości przypadków możemy zawinąć do punktu wyjścia, mając bezcenny bagaż doświadczeń. Jak piszę w „Endorfinowym granacie", człowiek, który wraca z podróży, jest zupełnie inny od tego, który w nią wyruszył.

A może to kwestia charakteru?

I charakteru, i sytuacji życiowej, i trochę okoliczności. Uniwersalna prawda jest taka, że gdy ktoś wyznaczy sobie konkretny cel, zbuduje plan jego realizacji i będzie wystarczająco wytrwały, to po prostu go osiągnie. Wbrew pozorom, nie jest to aż tak trudne ani drogie, nie jest też nieodwracalne. Ludzie mylnie traktują to jak bezwzględnie nieodwracalną zmianę, a nasz mózg ma wbudowany pierwotny lęk przed zmianami. Tymczasem ostateczną decyzję o tym, jak potoczy się nasze życie, podejmujemy sami. Uważam, że taka podróż bardzo dużo w człowieku zmienia i rzadko wraca się do poprzednich zajęć.

Ty wróciłeś?

Nie (śmiech). Pracowałem w bankowości, teraz doradzam firmom przy projektach rozwojowych, a także prowadzę swoje przedsięwzięcia. Na dzień dzisiejszy nie planuję powrotu do korporacji i w zasadzie nie chcę się nigdzie zatrudniać.

Wydaje się, że wiodłeś życie idealne: medytacja, sporty walki, nauka języków, gry na gitarze, bogate życie towarzyskie, zbilansowana dieta, mnóstwo zainteresowań, pieczołowita praca nad sobą, nienaganna posada w korporacji... jednak okazało się, że to za mało. Postanowiłeś „pieprznąć wszystko i wyjechać do Azji".



Faktycznie, w pewnym momencie stwierdziłem, że moje życie nie powinno już tak wyglądać. Każdy ma swoje etapy i cała przyjemność z życia wynika z tego, żeby we właściwym momencie zauważyć nadchodzący koniec jednego i zaplanować kolejny. Jeżeli w odpowiedniej chwili nie wyłapiemy tego, że pewien rozdział w życiu się skończył, to będziemy się szarpać z rzeczywistością i funkcjonować na autopilocie, a przecież nie o to chodzi. Wierzę w to, że brawura życiowa to drobny luksus, na który od czasu do czasu stać każdego. Dzięki niej mamy później ciekawszy bilans. Życie mija codziennie, a największe ryzyko ponosimy, zapominając o tym, zajęci codziennością.

Właśnie to popchnęło cię do przodu?
Poczułem, że model, który sobie zbudowałem i który całkiem fajnie funkcjonował, zwyczajnie się skończył. Zmiany w człowieku i zmiany na zewnątrz – to jest to, co popycha do decyzji. Może trochę też odwaga, chociaż nie jestem do końca pewny.

Wyjeżdżasz do Azji i przez pół roku podróżujesz - rowerem lub lokalnymi autobusami - po Tajlandii, Birmie, Laosie i Wietnamie. Później przenosisz się na Filipiny, by następnie zakończyć podróż w Malezji. Sześć krajów, sześć miesięcy. Spełniły się Twoje oczekiwania?
Paradoks tkwi w tym, że nie miałem oczekiwań, więc trudno było się rozczarować. Chciałem po prostu wyjechać, odciąć się od mojej ówczesnej codzienności, pobyć blisko natury, chłonąć klimat Azji, w której się zakochałem lata wcześniej. Bardzo dużo czasu spędziłem tam w stanie ogromnej wdzięczności. Nasyciłem się azjatyckim klimatem. Zbudowałem nowy sposób patrzenia na świat. Zaplanowałem nowe życie. Teraz tak sobie myślę, że faktycznie można powiedzieć, że moje oczekiwania się spełniły.

Zapytam inaczej: czy coś się zmieniło? To była zwykła podróż, czy może wyprawa w głąb siebie?
Zmieniło się wszystko. Gdy wyjeżdżasz gdzieś na dłużej, jesteś wyrwana z korzeniami ze swojej rzeczywistości. Nie docierają do ciebie znane bodźce, a stare schematy stają się bezużyteczne, więc mózg zaczyna działać w nowym rytmie, wypływa na całkiem nowe wody. To czas, kiedy zajmujesz się wyłącznie sobą, podejmujesz tematy, które wcześniej kiełkowały, poruszasz sprawy osobiste, na które nie było czasu i energii w pędzie codzienności.

Wspomniałeś o czasie i energii. Podobno to twoim zdaniem najcenniejsza waluta.
Najbardziej wartościowa i wiecznie niedowartościowana. Często prowadzimy walkę, w której przedmiotem są pieniądze i prestiż. Walka na tym polu oznacza, że wydatkujemy najcenniejsze zasoby – swój czas i energię, a na koniec otrzymujemy nagrodę, która często nie jest warta stoczonej walki. Czasami wkładamy tak dużo energii w to, by życie wyglądało pięknie w oczach innych, że nie wystarcza nam już zasobów, aby uczynić je pięknym dla siebie. Gdy ktoś tyra cały tydzień, aby zarobić pieniądze, a potem biega przez weekend po sklepach, aby je wydać na nieistotne gadżety, to trwoni energię i czas.

Wróćmy do podróży. Moment przełomowy?
Był birmański Nowy Rok. Siedziałem na plaży w Birmie. Byłem sam. Płonęło ognisko. Wpatrywałem się w morze i w ogień na przemian... Atmosfera Nowego Roku tworzyła wyjątkową aurę nowych początków. Wtedy coś się we mnie zadziało. To był dla mnie bardzo osobisty moment, coś wewnątrz pękło. Trudno to opisać, po prostu coś kliknęło. Później klikało jeszcze wielokrotnie.

A chwila, którą zapamiętałeś szczególnie?
Pamiętam, jak jechałem na rowerze w Laosie, w nadziei, że w niedługim czasie na horyzoncie pojawi się jakaś wioska. Myślałem, że już dotarłem, po czym okazało się, że byłem pośrodku pustkowia, a przede mną wyrosła wielka góra. Ściemniało się. Namiot niby był, ale jakoś nie chciałem z niego korzystać. Mały rowerek, wielki plecak, wylewałem z siebie siódme poty. Na przemian jechałem i prowadziłem mój pojazd. Zaczęło być nerwowo – odgłosy z dżungli nie zachęcały do noclegu pod chmurką. W końcu dotarłem na szczyt. Wielka radość. Później szybki zjazd. Dojechałem do jakiejś wioski, podszedłem do pierwszego lepszego domu, gdzie bez zastanowienia mnie przyjęli. Poczęstowali zupką bambusową i ryżem. Zjedliśmy wspólnie posiłek, który smakował jak najlepsze danie na świecie. W takich chwilach rodzą się uczucia ogromnej wdzięczności i postawa przyjmowania tego, co przynosi życie – bez oceniania. Ludzie, atmosfera, słońce, przygoda - wszystko razem tworzy świetny koktajl.

A teraz? Wróciłeś. Wydałeś książkę. Czy „Endorfinowy granat" to kolejna rzecz na liście tych dających szczęście, czy zwieńczenie i w pewnym sensie podsumowanie jakiegoś etapu?
Lubię myśleć, że „Endorfinowy granat" to siła, odwaga i zuchwałość potrzebne do budowania życia według własnego projektu. Wszystko zaczęło się od sterty notatek zapisanych w zeszytach i mojego bloga, a idea napisania książki narodziła się pod koniec podróży. Włożyłem w tę książkę całe serce i dla mnie to w pewnym sensie jest szczęście, symbol zmiany. Masz rację, to jest podsumowanie, ale i rozpoczęcie nowego etapu. „Endorfinowy granat" nie jest tylko lekturą podróżniczą. To daleka podróż, którą odbywasz z każdą stroną. To wzbogacenie się o nowe punkty widzenia i sposoby na szczęśliwe życie. Akcja toczy się na trzech poziomach – relacji zdjęciowej, opisie poszczególnych miejsc i przemiany wewnętrznej. Gdy tekst podróżniczy przeplatany jest fragmentami osobistych refleksji, to efekt oddziaływania jest bardzo silny. Wierzę w to, że „Endorfinowy granat" otwiera w głowie drzwi dla nowatorskich koncepcji. To, co wydawało się z pozoru niemożliwe, pokazane jest oczami zwykłego człowieka, który zmaga się z trudami codziennego życia.

Co dalej?
Niedawno wróciłem z czteromiesięcznej podróży po Indiach. Pod koniec roku planuję kolejną. Już teraz mogę zdradzić, że myślę o Ameryce Południowej.



BMW M5

ŚLICZNY DEMON

AUTOR: MARCIN WIŁA **/ FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Patrząc na zaparkowane BMW M5 trudno jest się domyśleć ile mocy drzemie w tej eleganckiej limuzynie. Jest jak dyskretny killer, który skrywa swoją mroczną naturę pod przykrywką drogiego garnituru i ciemnych okularów. M5 to od zawsze 1symbol sportowej limuzyny, nieskrępowanej i brutalnej mocy. Ale jej najnowsza generacja to przełom w historii tej sagi. 600 koni mechanicznych i napęd na wszystkie 4 koła – tego w M5 jeszcze nie było!

„Piątka" w wersji M to prawdziwa legenda wśród sportowych limuzyn. Od 1984 roku jest ona wyznacznikiem osiągów połączonych z wygodą i obszernością 4-drzwiowego nadwozia. Konkurencja nadążyła za BMW dopiero w latach 90-tych, kiedy do segmentu sportowych limuzyn klasy wyższej dołączyły porównywalne samochody od Mercedesa i Audi.

Wraz z najnowszą generacją M5, sportowa dywizja marki bawarskiej marki M GmbH wkracza na nowe dla siebie tereny. Po raz pierwszy w historii modelu zastosowano w nim napęd na cztery koła M xDrive. Napęd można konfigurować na różne sposoby – od podstawowego i najbardziej bezpiecznego – z napędem na 4 koła i aktywnym DSC, po tryby M xDrive, w którym najbardziej ekstremalnym jest program 2WD z napędem tylko na tylną oś. Umożliwia on nieskrępowaną jazdę w driftingowym stylu.

Moc generuje potężny motor V8 biturbo M TwinPower o pojemności 4,4 l i mocy 600 KM oraz maksymalnym momencie obrotowym wynoszącym 750 Nm. Osiągi nowego BMW M5 to między innymi przyspieszenie 3,4 s od 0 do 100 km/h, 11,1 s do 200 km/h i prędkość maksymalna ograniczona elektronicznie do 250 km/h. Na tym jednak nie koniec - z opcjonalnym pakietem M Driver wzrasta ona do 305 km/h. Napęd przekazywany jest przez 8-stopniową skrzynię Steptronic z układem Drivelogic.

Karoseria nowego BMW M5 bazuje na podstawowym, znanym już BMW serii 5, ale zastosowano tu kilka modyfikacji. Na nowo zaprojektowane są przednie i tylne błotniki oraz poszycie przedniego zderzaka z większymi wlotami dostarczającymi powietrze do chłodzenia silnika i hamulców. Nowy jest też tylny dyfuzor i poczwórny układ wydechowy.

Maska silnika wykonana jest z aluminium i ma charakterystyczne przetłoczenia, które rozciąga się także przez dach wykonany z lekkiego tworzywa sztucznego wzmocnionego włóknem węglowym. Kurację odchudzającą przeszedł również układ jezdny. W testowanym przez nas egzemplarzu, użyczonym przez dealera BMW Zdunek, zastosowano węglowo-ceramiczne hamulce M, które dodatkowo odciążają M5 o 23 kg.

Wewnątrz uwagę przykują dwa indywidualnie konfigurowane przyciski M Drive (M1, M2) na kierownicy. Umożliwiają one zapisanie "ulubionych" ustawień kierowcy i szybkie







ich uruchomienie. Obejmują tryb M xDrive, program zmiany biegów Drivelogic oraz mapowania silnika i amortyzatorów, właściwości wspomagania kierownicy Servotronic i wskazań na wyświetlaczu Head Up.

Jak jeździ się takim potworem? Zaskakująco… spokojnie. BMW w najnowszym M5 doszło do perfekcji w połączeniu dwóch charakterów tego samochodu. Z jednej strony elegancka i dostojna limuzyna oferująca ponadprzeciętny komfort jazdy i pewne prowadzenie. Nawet silnik, korzystając z programów jazdy, można niemal zupełnie „wyciszyć" i wówczas do kabiny dociera tylko szmer spod maski i szum opływającego nadwozie powietrza.



Wystarczy jednak skorzystać ze sportowych trybów, aby obudzić inną naturę M5. Brutalnego „ściganta", który zawstydza najbardziej sportowe samochody, a na torze wyścigowym generuje przeciążenia, od których boli głowa jeszcze następnego dnia, kiedy spokojnie podąża się do szkoły z dziećmi na tylnej kanapie.



Niestety, co naturalne, ta motoryzacyjna perfekcja ma swoją wysoką cenę. Aby stać się właścicielem nowego BMW M5 trzeba liczyć się z jego ceną od 565 000 zł w przypadku transakcji gotówkowej, lub minimum 7103 zł w leasingu BMW Comfort Lease. Zapraszamy po szczegóły do salonu BMW Zdunek. Warto!


Nowy CLS
Sprawdź w BMG Goworowski
BMG
GA 836CR

NOWY MERCEDES CLS

„Pierwsza generacja tego samochodu była rewolucją na motoryzacyjnym rynku i stworzyła na nim zupełnie nowy segment czterodrzwiowych limuzyn stylizowanych na coupe. CLS od początku miał imponować niebanalną stylistyką, wysokim komfortem i sportową dynamiką. Debiutująca właśnie trzecia generacja bez żadnych wątpliwości spełnia te wymagania.

Quadrille | Dziękujemy hotelowi Quadrille w Gdyni za udostępnienie pięknej scenerii do sesji zdjęciowej.



MERCEDES CLS 400D 4MATIC

KLĘKAJCIE NARODY!

AUTOR: JAKUB JAKUBOWSKI **/ FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Jedno spojrzenie, jeden niewinny uśmiech, delikatny zapach perfum unoszący się w powietrzu, kilka słów rzuconych niby od niechcenia, ale to wystarczy! Serce zaczyna bić mocniej, myśli w głowie przelatują w szalonym tempie, motyle w brzuchu zaczynają szaleć. Filmowy przykład miłości od pierwszego wejrzenia? A może instynkt pożądania rozbudzony potęgą atrakcyjności cielesnej, który zaspokojony przemija? W przypadku najnowszego Mercedesa CLS odpowiedź jest jasna. Znajdziecie ją poniżej.

Pierwsza generacja tego samochodu była rewolucją na motoryzacyjnym rynku i stworzyła na nim zupełnie nowy segment czterodrzwiowych limuzyn stylizowanych na coupe. CLS od początku miał imponować niebanalną stylistyką, wysokim komfortem i sportową dynamiką. Debiutująca właśnie trzecia generacja bez żadnych wątpliwości spełnia te wymagania.

Z salonu BMG Goworowski na kilka dni pożyczyliśmy odmianę 400d z napędem 4Matic i 3-litrowym, sześciocylindrowym silnikiem wysokoprężnym o mocy 340 KM i 9-biegową skrzynią automatyczną. Samochód testowaliśmy w różnych warunkach, zarówno w mieście, na autostradzie, jak i poza miastem, na drogach niesprzyjających rozwijaniu wysokich prędkości.

STYLISTYCZNA PERFEKCJA

Nie będę ukrywał, nigdy nie byłem fanem CLS-a. Nie dlatego, że źle jeździł, nie podobała mi się sylwetka tego samochodu. Nic zatem dziwnego, że i do najnowszej generacji podchodziłem z dużą rezerwą. Tymczasem pierwsze zaskoczenie od razu na parkingu. Moim oczom ukazał się po prostu piękny samochód, nieprzekombinowany - z charakterystycznym, opadającym tyłem, z tymże tył ten nie przypominał już dziecka w pieluchomajtkach, a był idealnie wyrzeźbiony niczym pośladki Ewy Chodakowskiej.

W profilu CLS-a dominują wysokie, łukowate przetłoczenie błotników i drzwi oraz nisko poprowadzona linia dachu z pozbawionymi ramek bocznymi szybami. Pochylony przedni pas przywodzi na myśl nos rekina, a dzięki cofnięciu rantu maski wydaje się jeszcze dłuższy niż w rzeczywistości. Charakteru dodają 20-calowe lekkie obręcze AMG w kolorze czarnym. Styliści ze Stuttgartu wykonali kawał dobrej roboty! Do takiego auta aż chciało się wejść, to było to jedno spojrzenie, motyle w brzuchu poczułem od razu.

LUKSUS I KOMFORT

Nowy Mercedes CLS ma niespełna pięć metrów długości - jest więc o parę centymetrów dłuższy od poprzedniej generacji, ma też nieco większy rozstaw osi, co zapewnia większy komfort pasażerom tylnego rzędu. Co ciekawe, na kanapie usiądą teraz nawet trzy osoby, nie jak wcześniej - dwie. W środku luksus i komfort na pełnej petardzie.

Nowy model otrzymał specjalnie zaprojektowane fotele. W pełni cyfrowy kokpit pozwala kierowcy dowolnie konfigurować zakres prezentowanych informacji, zależnie od potrzeb i sytuacji na drodze. Do wyboru są trzy różne style wyświetlaczy: klasyczny i sportowy opiera się na układzie dwóch okrągłych zegarów, a progresywny – na jednym centralnym wskaźniku. Nastrojowe oświetlenie korzysta z 64 odcieni i obejmuje również iluminację otworów wentylacyjnych. Na pokładzie również najnowsza generacja systemów informacyjno-rozrywkowych z funkcjami mobilnego biura (In-Car-Office).

CLS ZADBA O TWOJE SAMOPOCZUCIE

To na co warto zwrócić uwagę to system ENERGIZING, który łączy działanie poszczególnych układów samochodu z zakresu komfortu. Wykorzystuje funkcje klimatyzacji (w tym rozpylacz zapachów), foteli (podgrzewanie, masaż, wentylację), podgrzewanie podłokietników i kierownicy oraz oświetlenie i nagłośnienie, aby wykreować w kabinie specyficzną atmosferę, dopasowaną do nastroju lub potrzeb podróżujących. W ten sposób poprawia ich samopoczucie oraz wydajność.

Do wyboru jest sześć programów: odświeżenie, rozgrzewanie, witalność, radość, komfort i trening (trzy programy treningowe – relaks mięśni,



aktywacja mięśni i balans, każdy obejmuje kilka ćwiczeń). Przetestowałem dokładnie, uwierzcie mi, to działa, spełnia swoje zadanie i na pewno nie jest to zbędny bajer.

CLS ma wiele wspólnego z najnowszą Klasą S, flagowym okrętem całej branży motoryzacyjnej. Model, którym jeździłem wyposażony był w reflektory Multibeam LED, asystenta pasa ruchu, kamerę cofania, kamerę 360 stopni, system rozpoznawania znaków drogowych, tempomat Distronic Plus, który monitoruje odległość do poprzedzającego pojazdu, a także systemy Bas Plus oraz Pre-Safe pozwalające uniknąć wypadku, a w razie jego wystąpienia zmniejszyć do minimum obrażenia pasażerów na kilka milisekund przed zderzeniem, ustawiając fotele w optymalnej pozycji.

WIĘCEJ, WIĘCEJ I WIĘCEJ...

Na szczęście nie musiałem sprawdzać jak te systemy działają w praktyce. Nowy CLS prowadzi się... dokładnie tak, jak tego chce kierowca. Stateczna jazda – włączamy tryb Comfort. Chcemy obudzić sportowe geny – wciskamy przełącznik Sport+ i samochód zmienia się nie do poznania. Odczuwamy to zwłaszcza na autostradzie, gdzie po prostu odczuwamy nieskrępowaną radość z jazdy, m.in. dzięki doskonałemu współczynnikowi oporu powietrza, co wpływa na perfekcyjną efektywność aerodynamiczną.

Ten trzylitrowy diesel o mocy 340 KM do „setki" przyspiesza w 5 sekund, a przy wysokich prędkościach i potrzebie zdecydowanego naciśnięcia na pedał gazu, nie ma obawy, że zabraknie mu pary. To auto imponuje komfortem i świetną dynamiką. Na ten komfort wpływa też zawieszenie pneumatyczne AIR BODY CONTROL z udoskonalonym, regulowanym tłumieniem adaptacyjnym. O tym jak dobrze jest to mieć w samochodzie, przekonują koleiny i dziurawe miejskie jezdnie.

Nie ma nic gorszego dla miłośnika motoryzacji niż obojętność. Ja w samochodach zawsze szukam emocji, tych motyli w brzuchu, o których pisałem na wstępie. Nowy Mercedes CLS te emocje wyzwala. Zaspokoiłem pożądanie i... chcę więcej i więcej. Zdecydowanie w moim przypadku jest to miłość od pierwszego wrażenia, a nie przelotny romans. Nie może być jednak inaczej, gdy mamy do czynienia z maszyną, która w sercu ma samo dobro, a w głowie trochę dzikiego porno.







TERENOWA PERFEKCJA

Legendarne właściwości terenowe samochodów marki Land Rover od kilkudziesięciu lat znajdują potwierdzenie w rzeczywistości. W tym przekonaniu można było się utwierdzić podczas imprezy "The Above & Beyond Tour 2018". Na parkingu Centrum Handlowego Klif w Gdyni zbudowano tor off-roadowy, na którym można było przetestować legendarne, brytyjskie samochody terenowe.

Jazdy po torze off-roadowym odbywały się na fotelu pasażera, a za kierownicą siadali doświadczeni instruktorzy, który zaprezentowali terenowe możliwości Land Roverów – są to miedzy innymi kąty natarcia, zejścia, kąt rampowy, wykrzyw osi, przechyły dochodzące do 36 stopni, a także – chyba najbardziej efektowny element – czyli zjazd z pochylni o nachyleniu blisko 40 stopni.

Ponadto, do dyspozycji była pełna, aktualna flota modelowa Land Rovera i Range Rovera przeznaczona do jazd testowych po drogach publicznych, jak i w terenie. Nie ma co ukrywać, najnowsze, naszpikowane elektroniką modele tej brytyjskiej marki, nie zatraciły swojego off-roadowego DNA.

Pneumatyczne zawieszenie, napęd na 4 koła, asystent ruszania na wzniesieniu, moment obrotowy rozdzielany między przednią lub tylną oś, aby zwiększyć przyczepność, opatentowany system kontroli zjazdu (HDC), który pomaga w kontrolowaniu zjazdów z trudnych wzniesień, utrzymując stałą prędkość i przyhamowując oddzielnie każde z kół, układ zapobiegający dachowaniu (RSC), świetne wyważenie samochodów – m.in. w tym tkwi sekret idealnych, dla wielu niedoścignionych właściwości terenowych Land Roverów i Range Roverów.

mr



Fot. Krzysztof Nowosielski











GRUPA ZDUNEK

40 lat firmy

AUTORYZOWANY DEALER

BMW, MINI, RENAULT, DACIA oraz NISSAN

W TRÓJMIEŚCIE



www.grupazdunek.pl



MERCEDES G500 4×4² Z GDAŃSKA NA PUSTYNI

AUTOR: MARCIN WIŁA **/ FOTO:** SUNREEF YACHTS TEAM

Wypielęgnowane i błyszczące samochody dobrze prezentują się w świetle nowoczesnych salonów samochodowych. Ale każdy miłośnik motoryzacji przyzna, że najlepiej wyglądają one podczas wykonywania zadań, do których zostały stworzone. Francis Lapp, właściciel gdańskiej stoczni Sunreef Yachts, wielki miłośnik motoryzacji i były uczestnik legendarnego rajdu Paryż – Dakar, wziął udział w rajdzie w Afryce za kierownicą swojego Mercedesa G500 4×4² wartego ponad 1 milion zł.

Francis Lapp z pochodzenia jest Francuzem, ale w Polsce mieszka już od ponad 20 lat. Do naszego kraju trafił po raz pierwszy za sprawą Automobilklubu Warszawskiego, który zaprosił go do uczestnictwa w rajdzie w 1992 roku. Znany jest z miłości do motoryzacji, do marki Mercedes Benz w szczególności. Od wielu lat jest klientem gdyńskiego dealera, firmy BMG Goworowski.

W swojej kolekcji posiada między innymi model SLS AMG GT, GT S oraz Klasę V Marco Polo. Stosunkowo niedawno stał się też posiadaczem ikony off-road'u w najbardziej terenowym wydaniu – Klasy G w wersji G500 4×4², którą przemierzał marokańską pustynię. Rajd miał nie tylko turystyczny, ale także charytatywny wymiar, bowiem celem uczestników było dowiezienie ciepłych ubrań mieszkańcom najbardziej odległych wiosek w górach Atlas.

Dwa egzemplarze białych G500 4×4² Sunreef Yachts Team zostały przygotowane do rajdu między innymi przez francuską firmę Equip'Raid. Dodatkowe wyposażenie obejmuje na przykład namiot na dachu, zabudowę Alu Cab wraz z daszkiem, szufladę w tylnej części kabiny, koła Hutchinson oraz drabinkę wejściową na dach (wykonaną przez pracowników Sunreef Yachts).

Możliwości terenowe tej odmiany klasy G są praktycznie nieograniczone. Prześwit, w stosunku do dotychczasowych modeli zwiększył się o aż 21 cm, do 45 cm. Znacznie lepsze są też wartości kątów natarcia, zejścia i rampowego (między osiowego) – odpowiednio wynoszą one 52/54/47, podczas gdy w „zwykłej" Klasie G, choć także te parametry są bardzo dobre, to mają wartość 36/27/21. Głębokość brodzenia wynosi 100 cm (standardowa klasa G – 60 cm).









PREMIUM SOUND

www.premiumsound.pl

stereo • kino domowe • gramofony
płyty cd i winylowe • instalacje multimedialne • multiroom
ekrany • projektory • telewizory

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

POJEDYNEK RYSOWNIKÓW:

NA PIKNIK!

MARTYNA WITKOWSKA / GBURSTWO

VS

PATRYCJA POLA FALKOWSKA

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

W Trójmieście trawa zazielenia się wolniej. Być może to cena położenia na północy. Za to w maju... można już korzystać z uroków naszego krajobrazu. A jest w czym wybierać. Nasze rysowniczki Martyna Witkowska i Paulina Pola Falkowska w przestrzeni swoich ilustracji wybrały się na przykład na piknik. Dokąd? Zobaczcie sami.



MARTYNA WITKOWSKA / GBURSTWO



Rysuję, bo...
taki mam zawód.

Mój pierwszy rysunek przedstawiał...
na pewno coś niezwykle dziwnego.

Moją kreatywność pobudza...
sen i podróże... i sen...

Artysta dojrzewa, kiedy...
a dojrzewa?

Największe wyzwanie to...
stawiać sobie kolejne.

Piknik: na plaży czy na polanie?
Plaża, w końcu mieszkam nad morzem!

Na piknik zabiorę ze sobą...
dużo dobrego jedzenia.

Kiedy leżę i patrzę w niebo, myślę o...
raczej nie mam czasu, na to żeby leżeć i patrzeć.

Sprawdzony przepis na piknikową wałówkę...
co się nawinie.

Tajny adres na piknik w Trójmieście?
jak powiem to już nie będzie taki tajny.



PATRYCJA POLA FALKOWSKA



Rysuję, bo...
taki mam zawód.

Mój pierwszy rysunek
przedstawiał...
dom.

Moją kreatywność pobudza...
Muzyka.

Artysta dojrzewa, kiedy...
nie wiem czy artysta w ogóle kiedykolwiek dojrzewa.

Największe wyzwanie to...
zjedzenie mielonych.

Piknik: na plaży czy na polanie?
na polanie.

Na piknik zabiorę ze sobą...
przyjaciół.

Kiedy leżę i patrzę w niebo myślę o...
staram się nie myśleć o niczym.

Sprawdzony przepis na piknikową wałówkę...
dużo owoców.

Tajny adres na piknik w Trójmieście?
chyba mało tajny, ale na pewno świetny - Polanka Redłowska w Gdyni.



Jesteś ciekaw jak wygląda praca naszych dziewczyn? Dołącz do naszej społeczności na FB: **www.fb.com/psswgdynia**

STUDNIÓWKA, MATURA... DOJRZAŁOŚĆ

AUTORKA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ

„Hej za rok matura, za pół roku
Już niedługo, coraz bliżej, za pół roku...
Minęła Studniówka z wielkim hukiem
Czas ucieka i matura coraz bliżej...

Maj to tradycyjnie czas matur. Z tej okazji poprosiliśmy znanych i lubianych mieszkańców Trójmiasta o podzielenie się swoimi wspomnieniami z matury, ale i ze studniówki, bo jak wiadomo, jedno z drugim jest ściśle powiązane.



MACIEJ KOSYCARZ
FOTOREPORTER

Pamiętam studniówkę starszego rocznika, na której robiłem zdjęcia. To był Dzień Solidarności z Polską, ogłoszony przez Ronalda Reagana. Przy Pomniku Poległych Stoczniowców były zamieszki. W okolicy gdańskiej „Jedynki" odbywały się liczne manifestacje. Nauczyciele, nie chcąc odwoływać studniówki, zorganizowali ją w taki sposób, że każda klasa bawiła się we własnej sali lekcyjnej. Nie chcieli, aby młodzież się gromadziła i dołączyła do demonstrantów. Sale lekcyjne były małe, więc młodzież tuptała poloneza w miejscu. Przez okna jednej z zaprzyjaźnionych klas, zza firanki, robiłem zdjęcia oddziałom ZOMO oraz milicji przygotowującej się do ataku na demonstrantów. To było bardzo surrealistyczne doświadczenie.

Moja studniówka odbyła się natomiast rok później, w 1983 roku. Polska była wówczas ogarnięta stanem wojennym. Dzień przed zatonął statek MS Kudowa Zdrój. Ogłoszono żałobę na całą sobotę, w związku z czym - studniówka została przeniesiona na niedzielę. Uroczystość skończyła się bardzo szybko. Około północy wylądowaliśmy z klasą w nocnym klubie Lido w Gdańsku Siedlcach. Pamiętam, że w sali od biologii, w której znajdowały się m.in. różne figury zwierząt oraz kościotrupy napisaliśmy hasło „zwierzątka wszystkich krajów - łączcie się!", co nawiązywało do znanego hasła komunistycznego. Zrobiła się afera na całego, a napis kazano nam zdjąć. No cóż, byliśmy dość krnąbrną klasą.

Nasz rocznik, będąc w liceum przeżył aż 3 różne epoki - końcowego Edwarda Gierka, tzw. festiwal Solidarności oraz stan wojenny. W tej ostatniej epoce mieliśmy studniówkę i pisaliśmy maturę. Jako jedyny w klasie miałem samochód, starego Trabanta, więc pomagałem zwozić sprzęt nagłośnieniowy koledze, który był DJ-em. Pamiętam, że poza polonezem tańczyliśmy do utworu „Words, don't come easy". To były czasy, gdy studniówka odbywała się w murach szkoły, przy asyście rodziców. Prawdziwą zabawę przeżyliśmy dopiero na balu maturalnym, w Domu Technika NOT.

MARIUSZ SKŁADANOWSKI

TWÓRCA PORTALI: DEMOTYWATORY.PL ORAZ JOEMONSTER.ORG



To był rok 1996. Moja studniówka odbyła się w Domu Technika „NOT" w Gdańsku, na wspaniałej piętrowej sali. Razem z kolegami podeszliśmy do tej imprezy z wielkim luzem. Poloneza oczywiście tańczyliśmy, ale nie dorabialiśmy do tego większej filozofii. Zrobiliśmy to, bo taka była tradycja. Nigdy nie byłem typem tancerza, ale wiadomo, że polonez do najtrudniejszych nie należy. Wystarczy patrzeć na tego, który idzie z przodu i robić dokładnie to samo. Tak też zrobiłem. Jak widać na zdjęciu, mój garnitur nie był specjalnie dopasowany. Muchę pożyczyłem od kolegi, do zdjęcia. Sam zdecydowałem się jednak na klasyczny krawat.

Pamiętam, że chociaż wszyscy byliśmy już pełnoletni, to i tak musieliśmy się nieźle natrudzić, aby wnieść do środka flaszkę. Ktoś przyniósł alkohol w butelce po coli. Z każdym łykiem byliśmy szczęśliwsi, coraz bardziej uśmiechnięci. Ściśle tajna operacja pod hasłem „flaszka" została zakończona sukcesem. Nie zaliczyliśmy żadnych wtop. To była naprawdę dobra impreza. Bawiliśmy się świetnie, według własnych standardów.



MICHAŁ TARGOWSKI

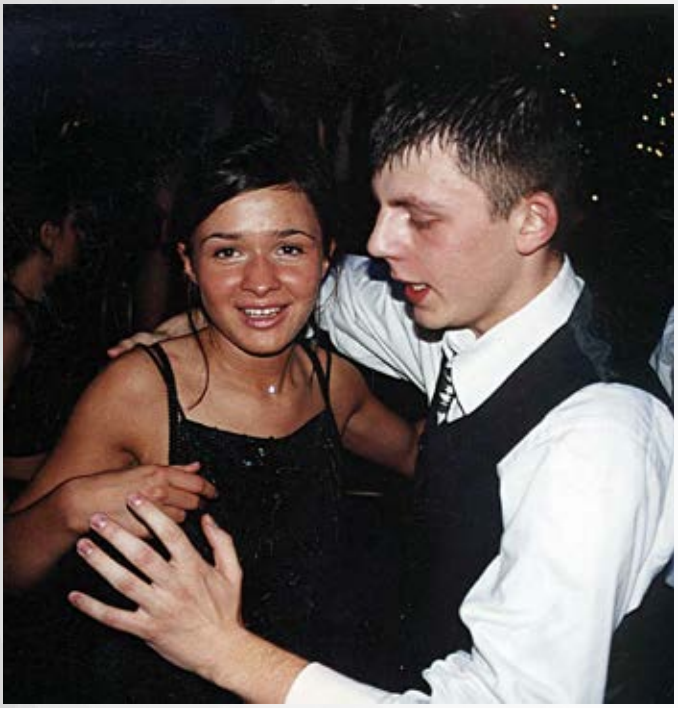
DYREKTOR OLIWSKIEGO ZOO

Moja studniówka odbyła się w 1972, a może w 1973 roku (śmiech). Bardzo dobrze pamiętam te czasy. Obchodziłem ją w mojej szkole – gdańskiej „Jedynce". Klasa, w której zazwyczaj odbywały się nasze zajęcia lekcyjne, przeistoczyła się w salę posiłkową. Każdy z nas, z pomocą rodziców przygotował jakieś przekąski. Tańce i hulanki odbywały się natomiast w pięknej auli. Nie przypominam sobie, abyśmy tańczyli poloneza. Być może tańczyli go tylko wybrani. Było bardzo uroczyście, chłopcy przyszli w garniturach, kupionych specjalnie na tę okazję, a dziewczęta prezentowały się wytwornie.

Muszę zaznaczyć, że to były czasy ogromnej dyscypliny. Mieliśmy nawet nakaz chodzenia do fryzjera, gdy włosy były zbyt długie. Szanowaliśmy naszych pedagogów, a już zwłaszcza naszą ukochaną wychowawczynię. Nikomu nawet do głowy nie przyszło, aby na studniówce pić alkohol. Pamiętam, że jeden z moich kolegów przyszedł w krótkich spodniach. To miał być rodzaj dowcipu, który nie zyskał uznania. Kolega został wyproszony przez dyrekcję. Takie to były czasy.

Wiem, że byłem bardzo zadowolony z mojego garnituru. Fajnie na mnie leżał (śmiech). Był ciemnogranatowy, trochę wpadający w czerń. Posłużył mi jeszcze przez kilka dobrych lat, ale potem człowiek trochę się rozrósł (śmiech). Miałem na sobie również białą koszulę i dość szeroki krawat, który mój tata przywiózł z delegacji w Budapeszcie. Fakt, że był zagraniczny dodawał mi pewności siebie.

Muzykę puszczano z magnetofonu. To była era cudownego rock and roll'a, a w trakcie balu koledzy z równoległych klas zaczęli grać na gitarach. To było naprawdę imponujące. Królem parkietu nigdy nie byłem. Lepiej czułem się przy wolnych utworach, a one dużym wzięciem na studniówce się nie cieszyły. Pamiętam, że przeżywałem, czy będę miał okazję zatańczyć z jakąś koleżanką. To było naprawdę duże wydarzenie.



KATARZYNA KONIECZKA
PROJEKTANTKA MODY, KOSTIUMOGRAF

Z samej matury pamiętam niewiele. Wiem, że się nie stresowałam, bo byłam rocznikiem, który nie musiał zdawać matematyki. Moim konikiem był zdecydowanie język polski. Pisałam na temat dotyczący rozważań natury moralnej, w oparciu o literaturę rosyjską. Pozostałe wspomnienia już mi się zatarły. Do studniówki natomiast przygotowywałam się z wielkim zaangażowaniem. Nawet uszyłam sukienkę specjalnie na tę okazję. Ostatecznie, nie włożyłam jej, bo wydawała się zbyt seksowna. Bałam się pani od języka polskiego, która mimo że byłam dobrą uczennicą, lubiła mnie troszeczkę gnębić. Nie byłam jej ulubienicą. Może dlatego, że byłam zbuntowana...

Sukienka miała głęboki dekolt, trochę w stylu Marilyn Monroe, a także rozporek z boku. Ze strachu wybrałam inną, bardziej powściągliwą. Studniówka odbyła się w Cristalu we Wrzeszczu. Spóźniłam się na poloneza. Specjalnie, bo nie chciałam go tańczyć. Na imprezie bawiłam się dobrze, ale najbardziej z tego wszystkiego pamiętam strach przed nauczycielką. Nie chciałam jej podpaść, aby celowo nie obniżyła mi oceny z przedmiotu.



BEATA SZADZIUL
RADNA MIASTA GDYNI

Chodziłam do II LO w Gdyni do autorskiej klasy o profilu artystycznym. To była wielka przygoda. Niezwykle miło wspominam ten okres w moim życiu – dużo zabawy, szaleństwa, ale i nauki. Studniówkę organizowaliśmy w szkole. Bal był na auli, a każda klasa sama stroiła swoje sale lekcyjne, gdzie był poczęstunek. Oczywiście było bardzo grzecznie. Ale właśnie podczas studniówki bardzo się zintegrowaliśmy, szczególnie z nauczycielami. Wspólnie wznosiliśmy toasty za pomyślność nadchodzącej matury, choć oficjalnie był to sok jabłkowy, a nie winogronowy. Tańczyliśmy do białego rana. Było fantastycznie. Rzeczywiście taki symboliczny koniec szkoły średniej.

Potem już wielkimi krokami zbliżała się matura. Wszyscy byliśmy zaganiani, każdy myślał o przyszłości. Tak, stresowałam się. Wtedy zależało już chyba nam wszystkim na tym, żeby zdać, zapomnieć i iść dalej. Najbardziej w pamięci zapadła mi pisemna matura z języka polskiego. Temat był najlepszym jaki mogłam sobie wymarzyć jako zbuntowana nastolatka – „Wolność jako wartość najwyższa jednostki". Napisałam pracę na kilkanaście stron. Byłam zadowolona. To dało mi pozytywną energię, która pomogła mi dobrze zdać maturę.



TOMASZ CIACHOROWSKI
AKTOR

Moja studniówka odbyła się w 2000 roku w Zespole Szkół Energetycznych w Gdańsku, na tzw. Zielonym Trójkącie. Pamiętam, że to było dla mnie bardzo podniosłe wydarzenie. Po raz pierwszy widziałem moich kolegów w garniturach, pod krawatem. Specjalnie na tę okazję kupiłem czarną, welurową marynarkę. Krawat pożyczyłem od taty, a fryzurę od Nicka Cartera z Backstreet Boys (śmiech). Moją partnerką podczas studniówki była przyjaciółka, którą poznałem w szkole języka angielskiego. Razem tańczyliśmy poloneza, co wspominam z pewnym rozbawieniem, ponieważ podobnie jak moi koledzy, kicałem bez jakiegokolwiek rytmu, za to z bardzo uroczystą miną i zadartą głową.

MARIA BEK

MAGAZYN PRESTIŻ, DYREKTOR SPRZEDAŻY

Studniówkę niestety musieliśmy podzielić z moim mężem, ponieważ wypadła dokładnie tego samego dnia. Biegaliśmy więc pomiędzy Piwnicą Rajców, gdzie odbywał się mój bal, a NOT-em. Najbardziej jednak zapadła mi w pamięć moja kreacja, którą przerabiałam z rozmiaru 44 do rozmiaru 36. Krawcowa miała spore pole do popisu. Sama zaś matura była dla mnie ogromnym przeżyciem - byłam pierwszym rocznikiem nowej matury, także nikt nie wiedział, czego można się spodziewać.

Maturę zdawałam w VIII LO w Gdańsku. Szkołę, jak i samą maturę wspominam dość stresująco. Najbardziej jednak przerażała mnie historia, którą zdawałam rozszerzoną - byłam tak zestresowana, że mama, aby mnie uspokoić przez całą noc czytała mi najważniejsze daty i fakty. Dzisiaj oczywiście, z perspektywy czasu wydaje mi się to dość komiczne, jednak wtedy było to dla mnie "być albo nie być".

Podczas matury ustnej jedna z nauczycielek wpadła w atak śmiechu... podczas mojej wypowiedzi, czym kompletnie mnie wybiła. Byłam przekonana, że oblałam więc oczekując na wyniki wpadłam w rozpacz. Okazało się, że otrzymałam maksymalną liczbę punktów. Do dzisiaj nie wiem czym tak rozbawiłam Panią z komisji, a zadanie „obraz męża, ojca i kochanka w literaturze" pozostanie na długo w mojej pamięci.







MARTA SIEMBAB

ZAPACH TO POTĘŻNE NARZĘDZIE

ROZMAWIAŁA: NATALIA DAWSZEWSKA / **FOTO:** PIOTR LITWIC

Czy kobiety powinny perfumować się uwielbianym przez nie zapachem Black Opium od YSL do pracy? Jak nas czują, tak nas widzą. Zapach osmantusa maluje w mojej głowie piękną kobietę, która zdaje sobie sprawę, jaką potężną moc ma zapach. Przepełniona aromatami piżma rozmowa z Marta Siembab, senselierką, o perfumowych faux pas, uwodzeniu i zapachach miłości.

Podkreśla Pani, że zapach to potężne narzędzie, ale bardzo niebezpieczne w rękach osoby, która nie potrafi się nim posługiwać. Co to oznacza, jakie zagrożenie niesie nieumiejętne oddziaływanie na zmysł węchu?

To zdanie podsumowuje moje obserwacje. Często używamy zapachu nie mając świadomości, jak odbierają go inni. Wybieramy zapach wyłącznie na podstawie tego, co nam się podoba, jak wpływa na nasze samopoczucie, czy kojarzy nam się z czymś miłym, przypomina piękne chwile, wyjątkową osobę, bądź miejsce. Nie konsultujemy naszych odczuć co do zapachu z innymi nosami. Bywa też tak, że zupełnie nas ta opinia nie interesuje. To błąd. Zapach może mówić o nas coś, co jest nieprawdą. Zupełnie niechcący wykreujemy się na osobę niezdecydowaną, bardzo subtelną, nieśmiałą, w rzeczywistości będąc pewnym siebie, przebojowym i dynamicznym. Zapach nie może przeczyć osobowości, ma ją uszlachetniać. Nieodpowiednia nuta zapachowa może dodać lat lub niekorzystnie ich odjąć.

Co daje nam świadomość zapachowa?

Możemy wykorzystywać zapach celowo. Jeśli chcemy na rozmowie o pracę wydawać się bardziej kompetentni mimo młodego wieku, możemy użyć odpowiednich perfum, aby dodać sobie lat, a co za tym idzie - kompetencji. Świeżymi zapachami zapracowana księgowa może dodać sobie trochę radości, lekkości i odjąć swojemu wizerunkowi powagi. Osoby, które są na diecie i chcą, aby ich znajomi zauważyli pierwsze efekty, powinny postawić na nuty cytrusowe. Zapachy lekkie, świeże, jasne, przestrzenne dają wrażenie lekkości, co przenosi się także na postrzeganie osoby jako całości – można zatem powiedzieć, ze zapachy cytrusowe pozornie odchudzają. Takimi surowcami, które potęgują to wrażenie, są najbardziej świetliste i przestrzenne są wszystkie olejki, które pochodzą ze skórek cytrusowych.

Jakie zapachy towarzyszą Pani podczas naszej rozmowy?

Teraz czuję głównie swoje perfumy. Jest to zapach, który w ramach eksperymentu przywiozłam sobie z targów w Mediolanie. Są to perfumy autorstwa hiszpańskiego perfumiarza, które opierają się na absolucie z osmantusa - to azjatycki kwiat, a jego aromat łączy niuanse świeżo obranej brzoskwini z namacalnym wręcz wrażeniem zamszowości. Bardzo lubię dotyk zamszu, skóry i ich zapachy. Stronię jednak od perfum, w których czułabym się jak ubrana w siodło. Lecz ten nowy zapach to raczej eksperyment, zwykle w dzień roboczy nie pachnę i na co dzień staram się nie perfumować, gdyż nos jest mi potrzebny do pracy. A wracając do Pani pytania – w pomieszczeniu czuję również zapach skórzanych toreb oraz pudru, którym panie obok upiększają się na dzisiejszy wieczór.

Czym mój nos różni się od Pani nosa?

Niczym, jeśli ma Pani zdrowy nos, bez alergii, kataru, obrzęku w środku, oraz jeśli zdrowy jest mózg – wolny od chorób neurodegeneracyjnych, które upośledzają postrzeganie zapachów – to nasze nosy funkcjonują identycznie. Nie istnieje żaden fenomen wszystko czującego nosa. Raczej jest to fenomen mózgu nastawionego na odbieranie zapachów. Mój nos jest zwyczajny, ale z pewnością nieprzeciętnie częściej myślę o zapachach, jestem na nie bardziej wyczulona, szukam ich wokół siebie, stale uczę się je rozpoznawać, nazywać, klasyfikować.

Kiedy odkryła Pani swoją niezwykłą umiejętność?

Zapach interesował mnie zawsze. Przez większość życia myślałam, że wszyscy tak mają. Nie zdawałam sobie sprawy jako dziecko, że ja czuję więcej, lub że inne dzieci zapachy w ogóle nie kręcą - swoje odbieranie świata zmysłami węchu brałam za normę. Zapachy zawsze były obecne w moim domu ponieważ ojciec jest perfumomaniakiem, aromaty i smaki interesują też moja mamę, która świetnie gotuje, oraz mojego brata, który jest sensorykiem wina. Ale nie miałam świadomości, że to coś niezwykłego. Myślałam, że w każdym domu rozmawia się o zapachach.



Miłość od pierwszego zapachu? Jak dobieramy się w pary i czy uczuciami rządzi zapach?
Miłością rządzą zapachy, ale im bardziej rozwija się nasza cywilizacja i technologia, tym bardziej oddalamy się od naszej pierwotnej, zwierzęcej natury. W dalszym ciągu dobieramy się w pary nosem, tylko jest to utrudnione, bo coraz mniej tych naturalnych zapachów człowieka czujemy. Obecnie tym pierwszym wyzwalaczem zainteresowania jest impuls wizualny, a dodatkowym utrudnieniem jest fakt, że skutecznie maskujemy swój zapach. Dwadzieścia, trzydzieści lat temu standardem był dezodorant, a nie antyperspirant. Zapach dezodorantu łączył się z zapachem ciała, ponieważ pot nadal wydostawał się przez skórę. Jesteśmy w stanie lepiej dobrać się w pary, jeśli czujemy zapach ciała drugiego człowieka.

Jak można uwodzić zapachem ?
Zapach, tak samo jak strój, uwodzi dopiero wtedy, gdy jest spójny z osobowością i wyraża to, co jest prawdą o nas. Osoba wrażliwa i subtelna, która nie lubi się wyróżniać i skupiać na sobie uwagi w głośnych, seksownych perfumach może czuć się niekomfortowo – warto znaleźć równowagę pomiędzy swoim wnętrzem a wymogami sztuki uwodzenia. A w sztuce uwodzenia zapachem od czasów antycznych niewiele się zmieniło. Kobiety kuszą zapachem białych kwiatów – jaśminu, ylangu, tuberozy – oraz zwierzęcego piżma. Mężczyźni jeśli chcą wzbudzić pożądanie, również powinni stawiać na perfumy, gdzie wyczuwalne jest piżmo. Wszystkie składniki zwierzęce, piżmo, ambra, cywet, użyte z umiarem działają jak afrodyzjaki w przypadku obu płci. To zapachy brudne, trochę niegrzeczne, ale bardzo autentyczne. Panowie od wieków kuszą także zapachem drogocennych żywic, takich jak mirra i kadzidło, które są synonimem bogactwa.

Zapachowy savoir vivre ?
Spryskując się perfumami warto pamiętać, co chcemy osiągnąć. Wybierając się na spotkanie biznesowe powinniśmy pachnieć lekko i czysto. Warto zapamiętać, ze w konwencji biznesowej nie powinniśmy wyczuwać zapachu drugiej osoby w odległości wyciągniętych ramion. Obowiązuje to również osoby pracujące w biurze, gdzie siedzi się w bliskiej odległości od kolegów i koleżanek. Zapach powinien dobiegać do drugiej osoby jedynie przy naszym ruchu, w momencie kiedy siadamy, bądź wstajemy. Nie powinien docierać do nosa naszego współpracownika przez cały dzień, gdyż jest to stresujące i może zaburzać koncentrację. Należy też pamiętać, że do pracy nie powinniśmy pachnieć zbyt słodko, gdyż takie osoby postrzegane są jako mniej kompetentne. Natomiast powinniśmy pachnieć słodko i ciepło, a także bardziej intensywnie, jeśli chcemy uwodzić. Zapach perfum ma nas zapowiadać lub ciągnąć się za nami – Francuzi nazywają taki zapachowy ślad sillage. To zmusi naszą wybrankę bądź wybranka, aby podniósł głowę i sprawdził kto tak pięknie pachnie.

Dlaczego jedni uwielbiają zapach benzyny, a inni zatykają nos?
Uczymy się reakcji na zapachy poprzez osobiste doświadczenia i skojarzenia. Zapach nie istnieje obiektywnie. Jeśli ktoś przeżył coś przyjemnego wśród zapachu benzyny, to będzie się do niego uśmiechał. Tak jak ja – pamiętam z dzieciństwa zapach benzyny ołowiowej, który wywołuje we mnie mnóstwo pozytywnych wspomnień. Tata mojej przyjaciółki miał syrenkę i zawsze gdy jeździliśmy tym samochodem na działkę, ten zapach wbijał się w moje nozdrza. Czując benzynę zawsze będę widziała siebie, moją koleżankę i jej siostrę na tylnim siedzeniu syrenki, w drodze na truskawki. To prosty mechanizm: lubimy zapachy, które znamy, i które dobrze nam się kojarzą.

Jak zapachy mogą oddziaływać na nasze decyzje konsumenckie?
W przypadku jedzenia i napojów jest to dość proste – reakcja na zapach pożywienia opiera się na podstawowym instynkcie człowieka, czyli chęci zaspokojenia głodu. Jeśli w lobby hotelowym pachnie czekoladą, to zaczynamy szukać maszyn z przekąskami i nachodzi nas chęć na słodkie. Jeżeli w kinie pachnie popcornem, to sporym wyzwaniem jest wejść na seans bez przekąsek. Część marek odzieżowych w swoich salonach rozpyla bardzo intensywne zapachy. Często są one za „głośne" i po kilku minutach stają się męczące. Zapach nie może być stresorem - powinien być subtelny, dawać o sobie znać co kilka kroków, a nie dusić słodką chmurą. Jeśli zapach nie wyraża wartości marki, nie jest spójny z jej filozofią, nie łączy się z rytuałami obsługi klienta, czy sposobem eksponowania tego co widzimy na półkach, a wreszcie samym produktem, staje się tylko zbędnym ozdobnikiem. Dziś zbyt wiele sklepów pachnie, aby sam zapach mógł być wyróżnikiem. Teraz trzeba myśleć o projektowaniu zapachem, wykorzystaniu go do stworzenia całościowego doświadczenia klienta, na które składa się oświetlenie, muzyka, sposób obsługi, rytuały, pakowanie zakupów, tkaniny, tekstury, a nawet smaki. Zapach powinien być taką wstążeczką oplatającą prezent, z którym wychodzimy ze sklepu, i którą jeszcze przez wiele dni lubimy wyciągnąć z torebki, zbliżyć do niej nos i raz jeszcze przeżyć te wyjątkowe chwile.

MODERNISTYCZNY DOM W GDYNI

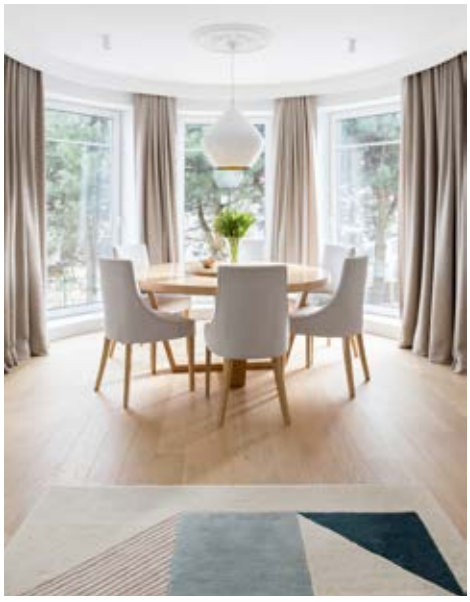
PROJEKT: DR HAB. JAN SIKORA - SIKORA WNĘTRZA **/ FOTO:** PAWEŁ MĄDRY

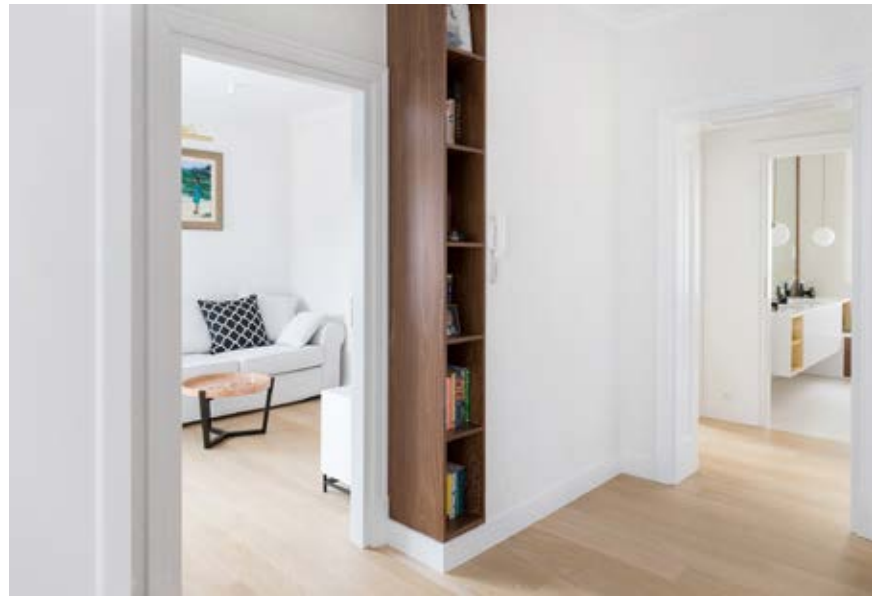


Dom, który zastaliśmy nie przypominał w niczym swojego modernistycznego pierwowzoru. Był w ruinie. Krok po kroku wspólnie z inwestorami przywróciliśmy mu świetność, decydując się na styl, który jest mieszanką tego co dobre w stylu angielskim i gdyńskim modernizmie.

Całość uzupełniliśmy akcentami związanymi z geometrycznymi wzorami oraz ze sztuką, która nadaje wnętrzu wyjątkowy charakter. To klasyczna propozycja, która spotkała się z bardzo pozytywnym odbiorem obecnych gospodarzy – takiego wnętrza szukali: pełnego wyciszenia, harmonii i lekkości. Projekt pokazuje, że warto czasem by twórca usunął się w cień – nie zawsze musi stosować wyraziste triki formalne by zwrócić na siebie uwagę. Dojrzałość myśli łączy się tu z powściągliwością oraz ograniczoną gamą kolorystyczną.



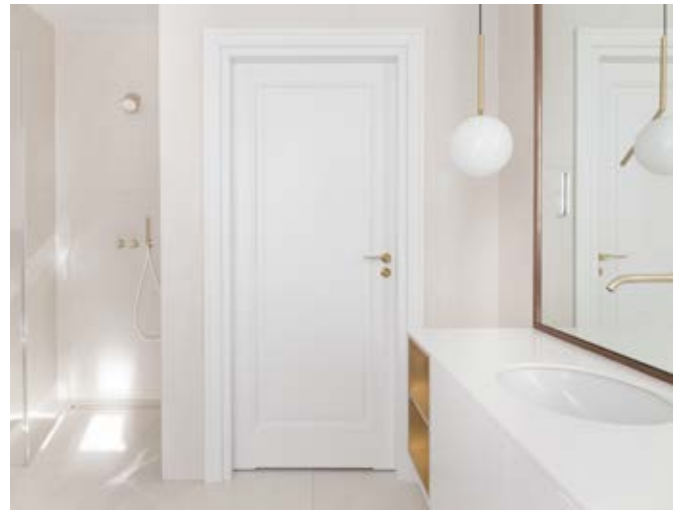












WYGODA HOTELU W LESIE



A gdyby tak stworzyć leśne schronienie bez ścian, którego w zasadzie nie widać? Takie które pozostaje w idealnej symbiozie z naturą - nie zakłóca jej odbioru, ale jest zarazem przemyślaną maszyną do mieszkania? Taką koncepcją proponują trójmiejscy architekci, Jan Sikora i Andrzej Marek.



Human Forest to zupełnie nowa jakość spędzania czasu w lesie: 4 „konary" to 4 funkcjonalności: moduł kuchenny, living module, moduł snu, moduł łazienka. Każdy z modułów to ukłon w stronę wyrafinowanej ergonomii: łazienka dla przykładu zbiera wodę deszczową, moduł kuchenny może posiadać ręczną pompę, a living module to przestrzeń magazynowa z dziesiątkami zindywidualizowanych schowków. Jeśli idziesz w teren i chcesz czuć, że Twoje rzeczy są bezpieczne to wciągnij je po prostu linką na sam szczyt i zabezpiecz na dole kłódką.

Human Forest to zupełnie nowa idea spędzania czasu w lesie. To ekologiczny i unikalny sposób aktywnego wypoczynku na łonie natury.



Projekt: Marek+Sikora Architektra / www.msarchitektura.com

Marina Maison

HOME & LIVING



MEBLE I DEKORACJE







GDYNIA, TRANSATLANTYK, Plac Kaszubski 17
OLSZTYN, WERSAL, ul. Armii Krajowej 3/156

www.marina-maison.pl
kontakt@marina-maison.pl

/Marina Maison Home&Living

@MarinaMaison_HomeLiving

BoConcept® Business

BoConcept jest liderem w kreowaniu domowej atmosfery w nowoczesnych wnętrzach, poprzez dobór produktów zaprojektowanych zgodnie z najnowszymi trendami wzornictwa oraz spójny i skoordynowany styl. Te kompetencje wykorzystuje także przy projektowaniu wyposażenia biur i szeroko pojętej przestrzeni publicznej. BoConcept Business to nowa koncepcja rozszerzająca dotychczasowe podejście do wnętrz publicznych.



Harmonia. Występuje wtedy, gdy racjonalność równoważy emocje. Gdy funkcjonalność idzie w parze z piękną, prostą formą. Tak pojmowana harmonia pozwala człowiekowi skupić na satysfakcjonujących, kreatywnych rozwiązaniach, zarówno w życiu osobistym, jak i w biznesie. Wyrafinowane formy w połączeniu z funkcjonalnością mebli BoConcept odważnie wkroczyły do wnętrz użyteczności publicznej, tj. restauracje, porty lotnicze, hotele, sale konferencyjne, recepcje, kancelarie prawne, biura, gabinety medyczne, itp. Są wszędzie tam, gdzie potrzebne są enklawy służące robieniu dobrych interesów.

Przestrzeń służąca do pracy to niezwykle istotna część każdej firmy. Jej wygląd tworzy pierwsze wrażenie, wpływa na morale pracowników i ich produktywność, a także podkreśla wartości marki. BoConcept Business to specjalna koncepcja, której celem jest tworzenie najlepszych wnętrz dla Twoich pracowników i klientów nie używając typowych mebli biurowych, lecz kolekcji mebli domowych.

Jedne są przyciągającymi wzrok ikonami designu, inne składają się z modułów dających niemal nieograniczone możliwości konfiguracji. BoConcept stosuje własne materiały wykończeniowe spełniające podwyższone standardy wytrzymałości niezbędne przy intensywnej eksploatacji. Co więcej – tych mebli nie da się „wysiedzieć". Siedziska i oparcia nie odkształcą się pod wpływem ciężaru człowieka, a materiały, które wykorzystywane są w obiciach... cóż, miło je dotknąć i łatwo docenić. Dobrze się na nich odpoczywa i świetnie się przy nich pracuje.

KATARZYNA JĘDRUSZCZAK
BoConcept Gdynia



Gdziekolwiek jesteś, poczuj się jak w domu. BoConcept Business to dowód na to, że przestrzeń do pracy wcale nie musi być nudna, jednostajna i banalna. 60 lat doświadczeń i najlepszych wzorców w kreowaniu komfortowych i funkcjonalnych wnętrz domowych, BoConcept udanie przenosi do sfery biznesu. Dobrze zaprojektowana przestrzeń biznesowa przyciąga bowiem nie tylko najlepszych klientów, ale też najbardziej cenionych pracowników, dla których duma ze swojego miejsca pracy, jest równie ważna jak możliwość zawodowego rozwoju.

Dlatego pracodawcy wizjonerzy starają się stwarzać odpowiednie warunki, by tę efektywność maksymalizować. Osiągają to m.in. przez odpowiednią aranżację przestrzeni, tak by przypominała domową. Nie przykuwają człowieka do biurka z lampką, telefonem i segregatorem. Bo trudno sobie dziś wyobrazić udaną rozmowę biznesową prowadzoną w niewygodnej pozycji, gdy ciągle opada oparcie biurowego fotela, a słowa zagłusza gwar współpracowników i jazgot drukarek.

Zapraszam do naszego salonu w Gdyni Redłowie, w którym chętnie, pry filiżance aromatycznej kawie opowiemy o możliwościach aranżacji Twojego biura, gabinetu, restauracji, czy kancelarii i pokażemy nieograniczone możliwości mebli BoConcept. Nasz globalny zasięg oraz wieloletnie doświadczenie oznacza, że możemy podjąć się każdego wyzwania.





BoConcept – Gdynia, ul. Legionów 112, budynek Altus (wejście od Al. Zwycięstwa)
Tel: 667 500 100 | www.boconceptgdynia.pl | fb: BoConcept-Trójmiasto | www.boconcept.pl/business

BALTIC
INTERIORS

KOMPLEKSOWE WYKAŃCZANIE WNĘTRZ



www.baltic-interiors.pl biuro@baltic-interiors.pl tel. +48 690 906 660

ŚCIANA BOHATERKĄ WNĘTRZ

AUTORKA: MALWINA TALAŚKA

Mimo, że są głównym elementem konstrukcyjnym mieszkania, często zapominamy o ich potencjale. Ściany nie muszą już być tylko tłem dla aranżacji wnętrz, a stać się jego główną ozdobą. Czasami wystarczy zagospodarować bardziej szczegółowo tylko jedną ścianę w pomieszczeniu, aby odmienić oblicze całego pokoju. Do tego mogą posłużyć nam tapety, panele, kasetony bądź różne dekoracje ścienne.

Jedną z najpopularniejszych form ozdabiania ścian są tapety. To od nas zależy czy zechcemy zmienić całe oblicze pokoju i położyć tapetę na wszystkich ścianach, czy wystarczy nam urozmaicić wyłącznie jedną ścianę. Ważna jest struktura tapety, którą kładziemy, aby w przypadku takich miejsc jak kuchnia – można było ją łatwo umyć.

Wybór tapety to bardzo indywidualna sprawa, która jest zależna od gustu wybierającego. Szukając jednak tapety niebanalnej, warto zwrócić uwagę na produkty luksusowej, włoskiej marki Wall&Deco. Charakteryzują się one nie tylko znakomitym, włoskim designem, ale też innowacyjną technologią.

- Tapety Wall&Deco, które sprzedajemy, wyrabiane są przede wszystkim w innowacyjnych systemach Wet i Out. System Wet może zostać wykorzystany przykładowo na ścianach w kuchni bądź łazience. Dzięki specjalnemu designowi oraz fakturze tapety, już na wejściu wzbudza ona podziw. Te tapety również nadają się do kuchni, gdzie panuje duża wilgotność, ponieważ bez problemu można je wyczyścić wodą. Z kolei tapety Out charakteryzują się tym, że mogą zostać położone na zewnątrz elewacji, podobnie jak tynk, i są odporne na zmiany temperatury, korozje oraz opady. Zostały tak przygotowane, żeby były wytrzymałe na trudne czynniki zewnętrzne – **tłumaczy Sylwia Skwarczyńska, z salonu Lux Interiors w Sopocie.**

Oprócz tapet można również zainwestować w kasetony, które standardowo sprawdzą się położone w dolnej połowie ściany, przy schodach. Według producentów świetnie wyglądają również w sypialni, łazience, bądź na korytarzu. Mogą nadać naprawdę elegancki charakter wnętrzu. Niejednokrotnie możemy wybierać spośród dużej gamy kolorów i dopasować je do kształtu ściany.

Jeśli cenimy sobie spokój i chcielibyśmy, żeby oprócz wyglądu – ściana jeszcze spełniała dodatkowe funkcje, przykładowo wyciszała wnętrze sypialni, warto zainteresować się panelami wyciszającymi. Panele ścienne 3D, oferowane między innymi przez Galrię Rubio w Gdańsku, pokryte są strukturą Fluffo przypominającą aksamit. Dzięki temu są są miękkie i przyjemne w dotyku.

A co powiecie na płytki ceramiczne 3D tworzące różne przestrzenne kształty? Takie płytki zaprojektował słynny Lenny Kravitz dla fabryki Lea Ceramiche. Kolekcja „Goccia" to wklęsłe i wypukłe moduły występujące w klasycznej czerni i bieli. Inspiracją była tutaj spadająca i falująca woda, odzwierciedlenie gry światła i cienia na poruszającej się tafli. Płytki zaprojektowane przez Kravitza dostępne są w gdyńskim salonie Studio Dago.

Możemy również potraktować ścianę jak płótno i samemu ją pomalować bądź zawiesić obrazy, czy inne klimatyczne dekoracje ścienne, które odżywią oblicze pokoju.



Płytki Lenny Kravitz



Tapeta Wall&Deco



Tapeta Wall&Deco

RAD-POL
MEBLE TKANINY

Gdańsk
Galeria City Meble
Grunwaldzka 211
+48 668 016 978

Sopot
Bohaterów Monte Cassino 47
+48 668 016 979

Pozostałe lokalizacje salonów w Polsce na:

www.rad-pol.com.pl

















WIOSNA W MODZIE OKIEM KAPUCZINY

Paulina Rudnicka zawodowo zajmuje się marketingiem, jest copywriterem, pisze i fotografuje, pracuje również jako stylistka. Zwolenniczka minimalizmu, filozofii slow life i slow fashion. Od 7 lat prowadzi blog Kapuczina.com. Początkowo był to blog wyłącznie modowy, z czasem tematyka rozszerzyła się o tematy związane z kulturą i szeroko pojętym stylem życia. Dziś to jeden z najciekawszych i najpopularniejszych trójmiejskich blogów. Nic zatem dziwnego, że poprosiliśmy Kapuczinę o przygotowanie kilku wiosennych stylizacji na różne okazje, które przy okazji nie zrujnują portfela.



Ostatnio polubiłam zestawienia przypominające damski garnitur. Pasiastą marynarkę i top połączyłam z szerokimi spodniami długości 7/8. I choć marynarka oraz spodnie nie były w komplecie, sądzę, że tworzą całkiem zgrany duet.

Spodnie i marynarka – H&M
Buty – Zara
Torebka – Topshop
Zegarek – Daniel Wellington

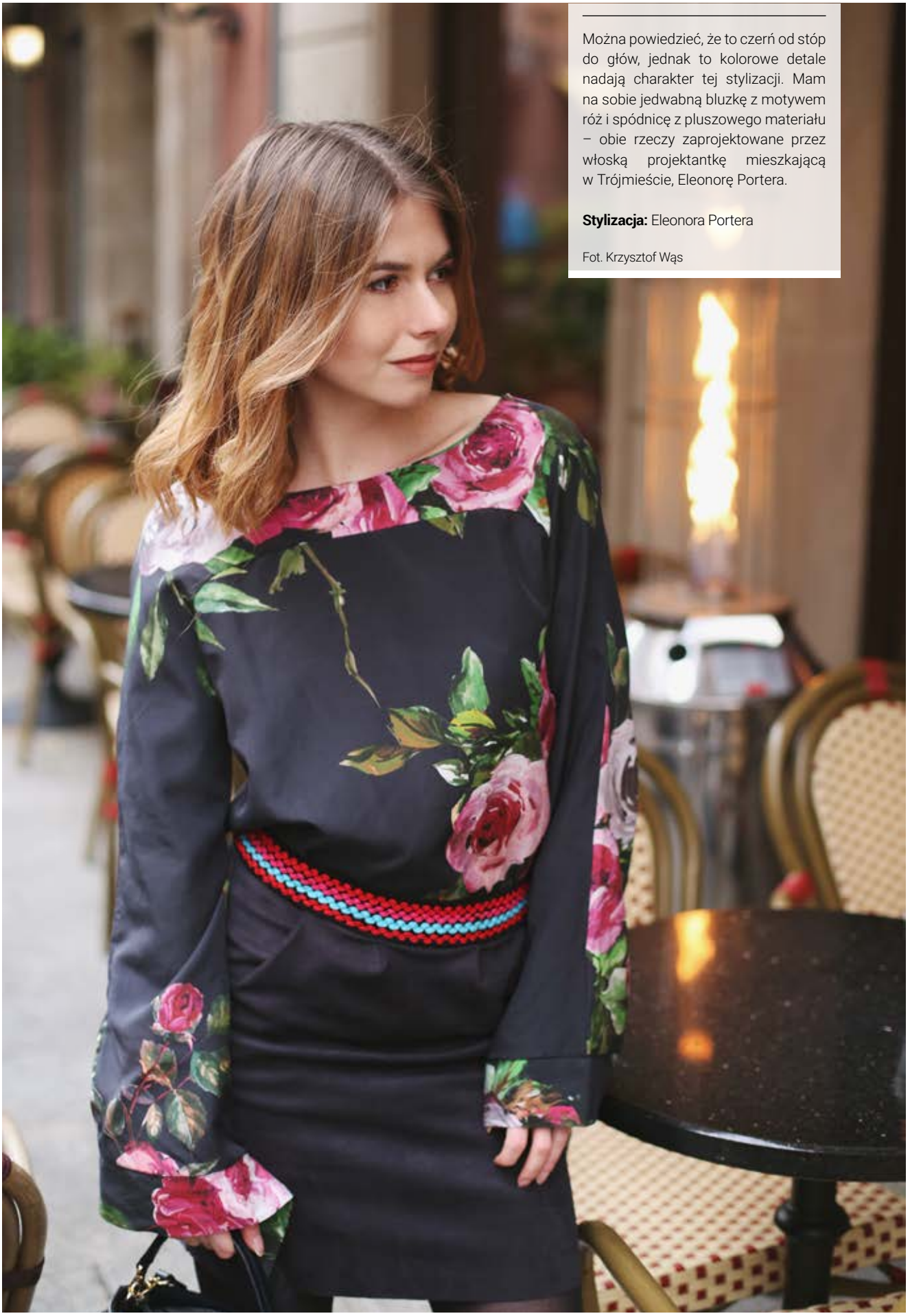
Fot. Paulina Kalbarczyk



Wbrew pozorom dwa rodzaje kraty występujące w jednym secie nie muszą się ze sobą gryźć. Marynarki o męskim kroju zrobiły furorę kilka sezonów temu i sądzę, że jeszcze długo nie stracą na popularności.

Spodnie i koszula – Reserved
Marynarka – Stradivarius
Apaszka – Parfois
Kolczyki – Parfois
Torebka – Top Shop

Fot. Krzysztof Wąs



Można powiedzieć, że to czerń od stóp do głów, jednak to kolorowe detale nadają charakter tej stylizacji. Mam na sobie jedwabną bluzkę z motywem róż i spódnicę z pluszowego materiału – obie rzeczy zaprojektowane przez włoską projektantkę mieszkającą w Trójmieście, Eleonorę Portera.

Stylizacja: Eleonora Portera

Fot. Krzysztof Wąs



Body z dekoltem na plecach, do tego skórzana spódnica ołówkowa i klasyczne, czerwone szpilki – w tej stylizacji czuję się ultrakobieco!

Spódnica – Stradivarius
Torebka – Zalando
Buty – Wojas
Body – Bershka
Naszyjnik – eSentiell

Fot. Łukasz Jamros



Parka to jeden z bardziej uniwersalnych i praktycznych fasonów płaszcza, który nosimy na co dzień. Wprawdzie jest mało kobiecy, ale lubię go za kaptur i oversize'ową formę.

Parka i spodnie – Moodo

Fot. Katarzyna Lepianka



Za długie, szerokie rękawy, obniżona linia ramion oraz prosta forma – to chyba mój ulubiony fason koszul. Najłatwiej dorwać je na dziale z męską odzieżą!

Koszula - H&M
Spodnie - Stradivarius
Kolczyki - Parfois

Fot. Krzysztof Wąs



Oferta firmy Tombut jest bardzo szeroka

MADE IN TRICITY

TOMBUT - DZIECIĘCE BUTY Z DZWONECZKIEM OD POKOLEŃ

Jeżeli w dzieciństwie byłeś dumnym posiadaczem bucików z charakterystycznym dzwoneczkiem, mamy dla Ciebie dobrą wiadomość. Dzisiaj możesz je kupić swoim dzieciom i wnukom. Sopocka manufaktura z tradycjami wciąż istnieje i ma się nadzwyczaj dobrze!

Korzenie firmy Tombut sięgają aż 1850 roku. W Nasielsku istniał wówczas mały zakład, w którym przodek dzisiejszego właściciela firmy - Bogdana Tomasińskiego, ręcznie wytwarzał obuwie; damskie, męskie oraz dziecięce. I chociaż nie ma dokumentacji z tamtych lat, wiadomo, że: ojciec, dziadek, pradziadek i prapradziadek pana Bogdana byli szewcami. Można więc śmiało założyć, że szewskie tradycje rodziny Tomasińskich sięgają aż pięciu pokoleń.

W SOPOCIE OD PONAD 70 LAT

Sopocki zakład istnieje od września 1945 roku i w tym samym miejscu (Al. Niepodległości 810) trwa do dziś. Na czele dzisiejszej manufaktury stoi wspomniany już Bogdan Tomasiński z żoną Anną.

- Nasza historia jest pewnego rodzaju obciążeniem. Skoro tyle pokoleń robiło coś dobrze, nie chciałbym być tym pierwszym, który zrobi to źle (śmiech). Moja praca jest bardzo odpowiedzialna. Robię buty dla dzieci, czyli działam u podstaw. Jeżeli buciki będą niewygodne, albo nieprawidłowo wyprofilowane, przez całe późniejsze życie można odczuwać tego skutki. Dziecko nie powie, że coś je boli albo uwiera, trzeba to przewidzieć. Jako producent mamy bezpośredni kontakt z klientem. Nasi pierwsi klienci są już dzisiaj dorośli i często wracają po identyczne buciki dla swoich dzieci czy wnuków, wspominając swoje własne z sentymentem **– mówi właściciel zakładu Tombut.**

MIAŁ ZOSTAĆ ELEKTRYKIEM

Bogdan Tomasiński, w zakładzie pracuje od 14 roku życia. Jego ojciec wówczas zachorował, a ponieważ zakład nadal funkcjonował, ktoś musiał go zastąpić. Jak sam podkreśla - wybór ścieżki życiowej jest wynikiem zbiegów okoliczności.

- Z zawodu jestem elektrykiem. Nie chciałem się męczyć jak ojciec, miałem plan, aby pracować mniej, a zarabiać więcej. Dzisiaj wiem, że tak się nie da, że bez ciężkiej pracy nie ma pieniędzy. Poza tym, praca w zawodzie wyuczonym nie dawała mi takiej satysfakcji, jak praca w zawodzie, jaki poznałem w dzieciństwie. Ja się w tym zakładzie urodziłem, a jeżeli człowiek czymś nasiąknie, to ciężko z tego zrezygnować **- mówi Bogdan Tomasiński.**

DZWONECZEK, KTÓRY DAJE RADOŚĆ

Obuwie firmy Tombut charakteryzują: wysoka jakość wykonania, ręczna precyzja oraz możliwość dopasowania bucika do stópki dziecka. To wszystko jest oczywiście bardzo ważne, ale to właśnie charakterystyczny dzwoneczek sprawił, że marka urosła w świadomości konsumentów do rangi „kultowej".

- Kilkadziesiąt lat temu surowiec nie był tak dostępny, jak dziś. Kupowaliśmy odpad poprodukcyjny w już nieistniejącej fabryce obuwia w Wejherowie. Trzeba go było: przeprać, dobrać odcieniami oraz dopasować do szablonu. Dostawaliśmy skrawki w kolorach: czarnym, beżowym, brązowym, czasami czerwonym. Aby buciki nie były takie smutne, dodaliśmy dzwoneczek. Klienci bardzo często wracają po latach, bo pamiętają właśnie ten dzwoneczek. Profilaktyczne półtrzewiki z dzwoneczkiem w niewiele zmienionej postaci mamy w ofercie do dziś **- mówi Bogdan Tomasiński.**

I chociaż w firmie Tombut wiele rzeczy pozostało niezmiennych, zakład rozwijał się wraz z postępem technologicznym. Produkcja została poszerzona o nowe modele bucików. Dzisiaj możemy zamówić obuwie ze wskazaniem na pory roku oraz modele ortopedyczne, tworzone na zamówienia indywidualne.

Z NACISKIEM NA JAKOŚĆ

Surowiec już nie pochodzi z odpadów, ale jest zamawiany z najlepszych źródeł. Skóry wierzchnie są produkowane we Włoszech, niektóre dodatki pochodzą z Austrii. Wełnianą



Kolorowy świat

dzianinę do bucików ocieplanych produkuje się w Polsce z wełny sprowadzanej z Hiszpanii, a część elementów skórzanych pochodzi z garbarni z Włocławka. Wszystko po to, aby w tradycyjnie wykonanym buciku była najwyższa jakość, zapewniająca prawidłowy rozwój delikatnej stopie dziecka.

- Kiedyś, każdy pojedynczy element obuwia wykrawało się nożem, według szablonu. Dzisiaj są wykrojniki, dzięki czemu wzory stały się powtarzalne. Technologia poszła do przodu, ale gros pracy nadal wykonujemy ręcznie **- dodaje Bogdan Tomasiński.**

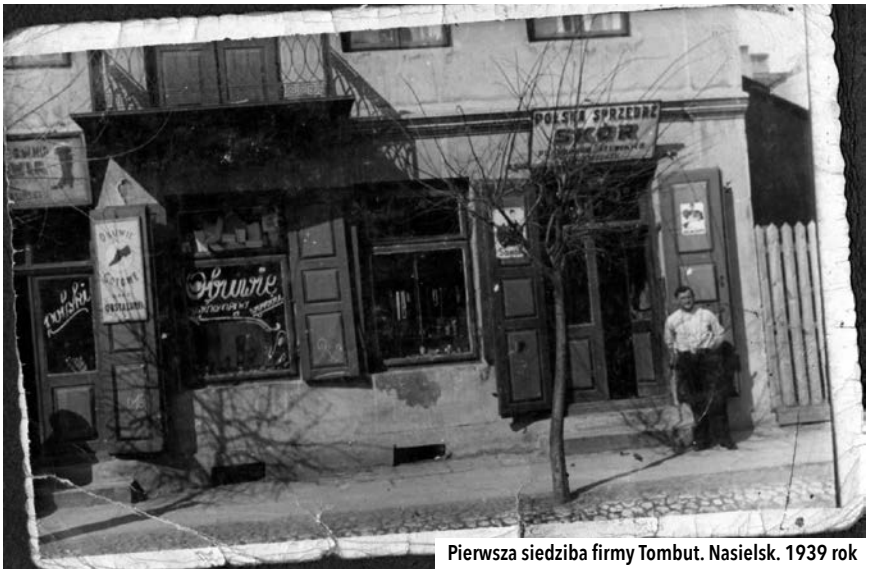
Gdy zaczynali, wszelkie transakcje odbywały się bezpośrednio, twarzą w twarz z klientem. Od lat sześćdziesiątych, Tombut rozpoczął sprzedaż wysyłkową po całej Polsce, ale dopiero od 7 lat obuwie można zamawiać przez firmowy sklep internetowy. Nowa technologia wiele ułatwiła.

- Od lat wykonujemy buciki na indywidualne zamówienia, również wysyłkowo. Kiedyś do dyspozycji mieliśmy tylko faks, który potrafił przekłamywać długość stopy, rozciągając ją na pół metra. Dzisiaj, skan stopy przychodzi w rzeczywistej skali, więc bez problemu możemy wykonać buciki na odległość i wysłać do klienta wszędzie tam, gdzie dociera poczta, nawet na koniec świata **- podsumowuje Bogdan Tomasiński.**

Tombut, wykorzystując ponad 160-letnią tradycję rodzinną oraz doświadczenie kolejnego pokolenia szewców, produkuje ładne i "zdrowe" obuwie dziecięce, na wszystkie pory roku. To biznes, który stawia na jakość i odpowiedzialność, a podszyty sentymentem, trwa w najlepsze.



Sklep w Sopocie przy Alei Niepodległości 810 działa od 1945 roku



Pierwsza siedziba firmy Tombut. Nasielsk. 1939 rok

TRÓJMIEJSCA

MAREK KALISZUK

AUTORKA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ - WALOSZEK **/ FOTO:** DAREK KORDEK

TRÓJMIEJSCA to stały cykl magazynu Prestiż, w którym znani i lubiani opowiadają o swoich ulubionych miejscówkach, głównie tych trójmiejskich, ale nie tylko. Ulubione restauracje, puby i kluby? Najlepsze miejsca na śniadanie i spacer? Miejsca, które przywołują wspomnienia... o tym wszystkim rozmawiamy z ciekawymi mieszkańcami Trójmiasta. Tym razem o miejscach, do których wraca z sentymentem oraz o tym, gdzie są: najlepsza pizza i lody opowiada aktor i piosenkarz - Marek Kaliszuk.

Urodziłem się w Olsztynie, ale doskonale pamiętam moją pierwszą podróż do Trójmiasta. Miałem wówczas jakieś 8 lat i razem z tatą pojechaliśmy **do Gdyni**, aby kupić części samochodowe. Wtedy, po raz pierwszy zobaczyłem **morze**. Wychowywałem się w otoczeniu jezior, ale morze zrobiło na mnie wielkie wrażenie. Pomyślałem wtedy, że fajnie byłoby tu kiedyś wrócić. I udało się, ponieważ przyjechałem do Gdyni na studia.

Po raz drugi, z Gdynią spotkałem się podczas wycieczki klasowej do **Teatru Muzycznego**. To była trzecia klasa liceum, a wybór dalszej drogi życiowej zbliżał się nieubłaganie. I chociaż uczyłem się w klasie o profilu matematyczno-fizycznym, na pierwszym miejscu zawsze była muzyka. Gdy przekroczyłem próg Teatru Muzycznego zrozumiałem, że chciałbym szkolić się w kierunku wokalno-aktorsko-tanecznym. Wybór padł właśnie na **Studium Wokalno-Aktorskie im. Baduszkowej.**

Życie studenckie w Trójmieście było pełne zmian, zwłaszcza tych związanych z miejscem zamieszkania. Najpierw mieszkałem na stancji w **Gdyni Obłużu**. Następnie, przeniosłem się na **Wzgórze św. Maksymiliana**. Wynajmowaliśmy tam małe mieszkanie w starej kamienicy, po studencku, mieszkało nas sześcioro na dwóch pokojach. Później były jeszcze: ul. Abrahama w samym centrum, ul. Witomińska (**Hotel Aktora**) oraz **Osiedle Zamek** na Pustkach Cisowskich. Na końcu tej drogi zakupiłem własne mieszkanie w **Gdyni Leszczynkach**.

Dzisiaj mieszkam w Warszawie, ale lubię wracać do Trójmiasta. Aktualnie nagrywam płytę w trójmiejskim **studio Custom 34**. Często przyjeżdżam tutaj również ze względów zawodowych, gdy akurat gram spektakl. Latem, lubię wpaść nad morze na weekend. Spotkać mnie można: na **Bulwarze w Gdyni**, na **Skwerze Kościuszki**, w **Redłowie** albo na **molo w Orłowie**. Lubię tam spacerować. Ostatnio **biegałem na trasie z Grabówka do Leszczynek**. W tych okolicach jest **kładka nad zjazdem z obwodnicy,** gdzie lubię przystanąć i popatrzeć na panoramę miasta. Jeżeli jednak musiałbym wskazać najpiękniejsze miejsce w okolicy, zdecydowanie wybrałbym **Cypel Rewski**.

Nie wyobrażam sobie przyjazdu do Gdyni bez odwiedzenia małej pizzerii przy ul. Świętojańskiej o nazwie **Gdynianka**. Kiedy przyjechałem tutaj na egzaminy wstępne do Studium Wokalno-Aktorskiego, poszliśmy z rodzicami właśnie do tej pizzerii. Mam do tego miejsca ogromny sentyment i zawsze zamawiam moją ulubioną pizzę mieszaną z kiełbasą. Jeżeli lody to tylko w kultowej **lodziarni Mariola** przy ulicy Ejsmonda. Jest to rodzinna manufaktura z dużymi tradycjami i te lody są po prostu pyszne! Uwielbiam wanilię, słony karmel i owoce leśne.

Na studiach często chodziłem do **Bistro Kwadrans**. Lubiłem też **Bar Mleczny Słoneczny**. Było smacznie i tanio, w sam raz na studencką kieszeń. Pamiętam, że najczęściej zamawiałem kotlety z jajka albo naleśniki z twarogiem oraz pyszny kompot. Za rybami nie przepadam, lubię jedynie dorsza. W **smażalni ryb Nemo** serwują świeżego, smacznego i niedrogiego dorsza.

Studenckie imprezy najczęściej organizowaliśmy w samym teatrze (śmiech). Gdy mieliśmy próby do późna, bawiliśmy się w salach teatralnych. Czasami spotykaliśmy się na **Kamiennej Górze**, gdzie odbywała się tzw. „Fuksówka", czyli teatralna tradycja „przeczołgania" pierwszego roku (śmiech). Wszystko odbywało się w świetnej, koleżeńskiej atmosferze, a głównym celem tych imprez była integracja. Na piwko chodziliśmy do **Desdemony**. Znajomi nawet zorganizowali mi tam urodzinowe przyjęcie-niespodziankę.

Sopot odwiedzałem rzadko, bo był dla mnie wówczas nieosiągalny cenowo. **Gdańsk** z kolei był za daleko, ale kilkukrotnie bawiliśmy się w klubie Politechniki Gdańskiej **Kwadratowa**. Bardzo lubię Warszawę, ale często **tęsknię za morzem**, otwartą przestrzenią i powiewem świeżego powietrza. Dlatego lubię tu wracać.

MAREK KALISZUK

ur. 15 stycznia 1980 r. w Olsztynie. Polski aktor teatralny, musicalowy i filmowy oraz piosenkarz. Ukończył Państwowe Policealne Studium Wokalno-Aktorskie im. Danuty Baduszkowej w Gdyni oraz Wydział Wokalno-Aktorski gdańskiej Akademii Muzycznej. W latach 2000-2015 był związany z Teatrem Muzycznym w Gdyni. Współpracował także z Teatrem Wybrzeże w Gdańsku. Na deskach Teatru Muzycznego wykreował wiele pamiętnych ról, m.in. w Grease, Skrzypku na dachu, Pięknej i Bestii, Footloose, Fame, Jesus Christ Superstar, Spamalot.

Szeroką rozpoznawalność i sympatię przyniosły mu role serialowe m.in. w „M jak Miłość", „Pierwsza miłość", 2XL, „To nie koniec świata", „Ojciec Mateusz", a także udział w 7 edycji show „Taniec z Gwiazdami" oraz wygrana w show Polsatu „Twoja twarz brzmi znajomo". W roku 2016 Telewizja Polska wyemitowała największą muzyczną produkcję ostatnich lat – serial Bodo, w którym Marek również zagrał i zaśpiewał, natomiast widzowie Polsatu mogli oglądać nowy mini serial komediowy „Dwoje we Troje" z Markiem w roli głównej.

Koncertuje z ekskluzywnym, muzycznym projektem, w którym daje popis swoich niezwykłych umiejętności wokalnych w oparciu o wielkie przeboje oraz autorskie utwory. Marek pracuje nad swoim debiutanckim albumem, który będzie utrzymany w stylistyce nowoczesnego popu z elementami klubowej elektroniki.




Sempre



SEMPRE
W NOWEJ ODSŁONIE!

RISTORANTE Sempre

Sempre PIZZA & VINO

SEMPRE W NOWEJ ODSŁONIE!

AUTOR: KLAUDIA KRAUSE/ **FOTO:** KAROL KACPERSKI

Niezobowiązująca atmosfera, autentyczna, włoska kuchnia, do której chce się wracać – to właśnie Sempre, które działa w Trójmieście już od ośmiu lat. W tym roku w Gdańsku Sempre otworzyło drzwi nowego lokalu tuż obok malowniczej kładki nad Motławą. Jest klimatycznie, rodzinnie i jak zwykle smacznie. To nie wszystko. Restauracja przy Grunwaldzkiej w Sopocie powita Was zupełnie nowym, iście włoskim wnętrzem.









Jest ciepło, bezchmurne niebo, słońce grzeje, w powietrzu czuć powiew letniej swobody. Wchodzicie do Ristorante Sempre w sercu Sopotu. Karta lekka, ale konkretna. Są makarony, mięsa z grilla, są sałaty, włoskie przystawki, świeże owoce morza i oczywiście pizza. Jest też wino! Włoskie nuty przeplatają się z delikatnym gwarem rodzinnych rozmów. Rozglądacie się i nagle czujecie się jakbyście przenieśli się do prawdziwie włoskiej trattorii. Może to przez aromatyczny zapach, może przez muzykę, a może przez wszechobecną życzliwość? Włącza się istnie wakacyjny nastrój. Wychodzisz na zewnątrz, a tu zaraz obok leżaków, stoi letni bar z zimniutkim Prosecco i koktajlami. Brzmi jak sen. Jednak trójmiejska la dolce vita czeka na was w Sempre!

ITALIA W ZASIĘGU RĘKI

Włochy ze swoją niepowtarzalną atmosferą są znacznie bliżej niż mogłoby się wydawać. Restauracje Sempre wychodzą naprzeciw. Każdy z sześciu trójmiejskich lokali natychmiastowo przenosi nas w ciepły, południowy klimat. Nieprzekombinowana i tradycyjna włoska kuchnia w miłej, niezobowiązującej atmosferze, a wszystko w to towarzystwie dobrego, wyselekcjonowanego, lecz niedrogiego włoskiego wina. W Sempre kuchnia jest prawdziwie włoska – aromatyczna, zmysłowa i po prostu bardzo smaczna, niezmiennie od ośmiu lat. Ta jakość jest zasługą zarówno świetnych kucharzy, jak i najświeższych składników, sprowadzanych prosto z Włoch.

To nie wszystko. Każda z restauracji wyróżnia się nieprzypadkowo dobraną, prestiżową lokalizacją. Nie tylko wnętrza zwracają uwagę. W okresie letnim to właśnie słoneczne, tętniące życiem ogródki kradną serca gości. To idealne miejsce, aby spędzić czas ze znajomymi przy zimnym włoskim piwie czy orzeźwiających drinkach na bazie Prosecco lub koktajlach

Lokale Sempre znajdują się w Gdańsku na Targu Rybnym nad samą Motławą i przy ul. Długiej koło złotej bramy, w Sopocie w centralnym punkcie ul. B. Monte Cassino i w gdyńskim Domku Abrahama przy ul. Starowiejskiej. Z kolei w Sopocie, przy ul. Grunwaldzkiej, w pięknym ogrodzie do wyłącznego użytku gości, przy plaży mieści się Ristorante Sempre – duża restauracja z bogatym wyborem tradycyjnych włoskich potraw.

W NOWEJ ODSŁONIE

Prestiżowa lokalizacja to już tradycja, a na pewno jedna z głównych cech charakterystycznych Sempre. W tym roku otwarty został kolejny lokal na gdańskim Targu Rybnym, tuż obok nowej atrakcji łączącej dwa brzegi Motławy. Z okien rozciąga się widok na kładkę, dzięki czemu można obserwować życie Gdańska, a po przeciwnej stronie na historyczną Ołowiankę. Zupełnie nowe wnętrze jednak nawiązuje wystrojem do swoich trójmiejskich odpowiedników, jest jasno, przyjemnie, rodzinnie i smacznie.

Także w Sopocie nadeszły zmiany. Restauracja Sempre znajdująca się przy ul. Grunwaldzkiej w pięknym, zabytkowym budynku przeszła gruntowny remont. Budynek został odrestaurowany zarówno na zewnątrz, jak i w środku. Ciepłe wnętrza, dębowe stoliki, zielone kafle, duży drewniany bar z bogatym wyborem alkoholi – to wszystko czeka na was w samym sercu Sopotu, przy plaży, niedaleko molo, w otulinie zielonego parku. Ristorante Sempre to jedyna restauracja w Trójmieście z tak pięknym, zadbanym, zielonym ogrodem. Dla najmłodszych plac zabaw i lody, dla dorosłych aperol bar i włoskie espresso. Warto wspomnieć też o ciekawej alternatywie dla plażowiczów i spacerowiczów. Na terenie sopockiego Sempre znajduje się też mały, biały domek, gdzie bez problemu i kolejek można zamówić pizzę na wynos.

To nie koniec rozwoju trójmiejskiego Sempre – w ciągu najbliższych dwóch lat mają powstać dwa kolejne lokale w naprawdę wyjątkowych i prestiżowych lokalizacjach.







„W Sempre pizza przygotowywana jest ręcznie, z włoskiej mąki. Oryginalne są rownież sporowadzane z Włoch dodatki- mozzarella fior di latte, szynka parmeńska, parmezan a nawet suszone pomidory."

pizza di parma



„Przyjazna atmosfera, obecność bliskich osób i rzecz jasna dobre jedzenie to kwintesencja szczęścia. Jak dobrze, że te przyjemności można celebrować na włoski sposób, nie wyjeżdżając z Trójmiasta"

Ristorante w Sopocie

NAJLEPIEJ UBRANY MAGAZYN DLA MĘŻCZYZN



W NOWYM NUMERZE:

- **CASEY NEISTAT** Gwiazda Youtube'a, której nie chciała telewizja.
- **BELGRAD** Nie ma zabytków. Jest wino. Jakieś pytania?
- **MAZOLEWSKI** Nie każdy wytrzymałby takie życie.

JUŻ W SPRZEDAŻY

www.esquire.pl



Fot. Artur Teca

KOSAKOWO
GMINA PATRZĄCA W PRZYSZŁOŚĆ

AUTORKA: MATYDLA PROMIEŃ

Mocno zakorzeniona w swojej tradycji, historii i kulturze spod znaku kaszubszczyzny, jednocześnie odważnie patrząca w przyszłość za sprawą licznych inwestycji modernizujących dawne rolniczo-rybackie miejscowości. Gmina Kosakowo w przeciągu kilkudziesięciu lat stała się turystycznym magnesem dla gości z kraju i zagranicy, a także dla żeglarzy.

Gmina Kosakowo położona jest w regionie Pobrzeża Kaszubskiego nad wodami Zatoki Puckiej i Gdańskiej, w północno-wschodniej części województwa pomorskiego. Od strony południowej i zachodniej graniczy ze zurbanizowanymi i doskonale skomunikowanymi obszarami Gdyni i Rumi. Obejmuje unikatowe w skali kraju tereny o wartościach przyrodniczych, kulturowych i rekreacyjnych. Atrakcyjne położenie, piękno krajobrazu, a przede wszystkim bliskość morza – to jej główne walory turystyczne. Co więcej, to prawdziwy raj dla żeglarzy i amatorów sportów wodnych, zarówno na poziomie początkującym, jak i prawdziwych wyczynowców.

Najbardziej znanymi zakątkami, a zarazem prawdziwymi perełkami turystycznymi, są Rewa i Mechelinki. Za sprawą jednej z najciekawszych bałtyckich form brzegowych – Mierzei zwanej Cyplem Rewskim (Szpërkiem), ciągnącej się w głąb morza na długość około 1 km i rozdzielającej ciepłe oraz spokojniejsze wody Zatoki Puckiej od bardziej słonych oraz chłodniejszych wód Zatoki Gdańskiej, Rewa stanowi atrakcyjne miejsce do uprawiania sportów wodnych: m.in. żeglarstwa, windsurfingu i kitesurfingu. U nasady rewskiego cypla znajduje się Ogólnopolska Aleja Zasłużonych Ludzi Morza im. Marszałka Józefa Piłsudskiego, do której prowadzi urokliwa Promenada Nadmorska. Mechelinki z kolei wyróżniają się klimatem rybackim z tradycyjnymi formami uprawiania rybołówstwa. Nowoczesna przystań rybacka z pomostem oraz Aleja Nadmorska z amfiteatrem idealnie łączą tradycję z nowoczesnością, wkomponowując się dodatkowo w atrakcyjne przyrodniczo tereny znaczone piaszczystymi plażami, klifowym wybrzeżem i rezerwatami – duża część Gminy wchodzi w skład Nadmorskiego Parku Krajobrazowego. Dogodne połączenia drogowe Kosakowa z Trójmiastem nie wyczerpują możliwości komunikacyjnych Gminy: w okresie sezonu letniego tramwajem wodnym w ciągu nieco ponad godziny dostać się można na Półwysep Helski, bez korków, ale z zapierającymi dech w piersiach widokami.

Zarówno w Rewie, jak i w Mechelinkach, z nauką modnych współcześnie sportów wodnych na różnym poziomie zaawansowania oraz wypożyczeniem niezbędnego sprzętu, nie będziemy mieli na miejscu żadnego problemu. W miejscowościach z powodzeniem funkcjonują kluby żeglarskie (Yacht Club Rewa oraz Stowarzyszenie Port Mechelinki) oraz wypożyczalnie sprzętu wodnego, organizowane są regaty oraz imprezy towarzyszące spod znaku muzyki szantowej i kultury żeglarskiej. W Rewie uczniowie gminnych szkół uczestniczą w kursach żeglarstwa oraz zdobywają patenty nieodpłatnie.

Bogaty kalendarz imprez kulturalno-rozrywkowych oraz sportowych zachęca do aktywnych form spędzania wolnego czasu. Wszystko to sprawia, że Gmina Kosakowo stanowi znakomitą bazę turystyczną, wypoczynkową i rekreacyjną, jak również ostoją kaszubskiej kultury ludowej. To, co nowe, nie wypiera tu dawnego, ale w efektowny sposób eksponuje. Dzięki temu nigdzie w Gminie Kosakowo nie poczujemy się obco, wszędzie – jak u siebie i zarazem jak nigdzie indziej.



Fot. Materiały prasowe



KULINARNA UCZTA
15 METRÓW OD MORZA

autorskie dania | niedzielne obiady ze specjalnym menu | marynistyczny design

REWA K/KOSAKOWA
UL. SZTORMOWA 2

gastronomia@hotelskipper.pl
tel.: 58 504 44 03

Bukszpryt
RESTAURACJA

znajdziesz nas
w Hotelu Skipper

FB.com /restauracjabukszpryt



sea&spa

Zadbaj o swoje piękno
15 metrów od morza.

REWA K/KOSAKOWA
UL. SZTORMOWA 2

spa@hotelskipper.pl
tel.: 58 504 44 02

AROMATERAPIA
IMPREZY NA BASENIE NA WYŁĄCZNOŚĆ
WIECZORNE SPOTKANIA DLA PAŃ
SAUNOWANIE Z SAUNAMASTEREM Z AROMATERAPIĄ

znajdziesz nas
w Hotelu Skipper

Skipper
★★★ HOTEL

Secret Avenue

HIFU – ALTERNATYWA DLA CHIRURGII PLASTYCZNEJ

Wraz z upływem lat coraz bardziej widoczna jest na naszym ciele siła grawitacji. Naturalny kształt twarzy się zaciera, opadają policzki, powieki, skóra wiotczeje, pojawia się drugi podbródek. Ciało w okolicach ramion, brzucha, czy ud traci sprężystość. Ratunkiem jest medycyna estetyczna i kosmetologia, a za jeden z najskuteczniejszych zabiegów odmładzających uznawany jest HIFU. W Trójmieście oferuje go Instytut Urody Secret Avenue w Gdańsku.

Kiedy myślimy o bezinwazyjnym odchudzaniu i modelowaniu sylwetki – myślimy o falach ultradźwiękowych. Jedną z nowości na rynku jest urządzenie UTIMS A3 oparte o technologię HIFU, a więc skoncentrowanych falach ultradźwiękowych o dużym zasięgu. Zogniskowana fala ultradźwiękowa (HIFU) podgrzewa tkanki na różnej głębokości powodując obkurczanie włókien kolagenowych i powstawanie nowych.



Jakie są wskazania do zabiegu? Przede wszystkim, wiotkość skóry twarzy i ciała, szczególnie ramion, brzucha, piersi, pośladków, ud i kolan, a także utrata elastyczności i zwiotczenie skóry po utracie masy ciała lub po ciąży. Zabieg sprawdzi się także, gdy chcemy ujędrnić i poprawić stan skóry dotkniętej rozstępami i cellulitem oraz zredukować nadmiar tkanki tłuszczowej w określonych partiach ciała.

- Natychmiast po zabiegu UTIMS A3 otrzymujemy efekt wygładzenia, a po trzech miesiącach i przebudowie kolagenu osiągamy maksymalny efekt liftingu, poprawy jędrności i napięcia skóry. Zabieg HIFU jest uznawany przez ekspertów jako bezpośrednia alternatywa dla chirurgii plastycznej. Zaletą tej technologii jest jej minimalna inwazyjność, co oznacza brak okresu rekonwalescencji. Pacjenci po zabiegu mogą wrócić do codziennego życia bezpośrednio po zakończeniu procedury **– mówi Adriana Panfil, właścicielka Secret Avenue.**



ZABIEG HIFU - WSKAZANIA

- ujędrnienie owalu twarzy
- spłycenie zmarszczek
- wysmuklenie linii żuchwy (tzw. chomiczki)
- remodeling (czyli przebudowa włókien kolagenowych)
- lifting skóry
- redukcja tkanki tłuszczowej
- redukcja tzw. „drugiego podbródka"
- ogólna poprawa jakości skóry

Technologia HIFU daje rewelacyjne efekty szczególnie na twarzy. W wyniku zabiegu następuje skuteczny lifting twarzy, ujędrnienie i napięcie skóry, podniesienie policzków, ukształtowanie owalu twarzy, delikatne spłycenie zmarszczek, konturowanie linii żuchwy, uniesienie brwi, redukcji ulega zwiotczenie podbródka.

Przed zabiegiem skóra smarowana jest żelem, następnie do wybranego miejsca przykładane jest urządzenie emitujące fale. Powierzchnia skóry pozostaje nietknięta, za to pod spodem zachodzą intensywne procesy odbudowy i regeneracji, stymulowane przez uszkodzenia. Zabieg jest nieinwazyjny, można go wykonywać przez cały rok.

- Zabieg HIFU, podobnie jak inne zabiegi wykonywane w Instytucie Urody Secret Avenue, poprzedzany jest kompleksowym wywiadem i analizą potrzeb podczas bezpłatnej konsultacji. Zarówno dobór odpowiedniej technologii do danego przypadku, jak i stanu zdrowia klienta, jest bardzo ważnym punktem w terapii, a programy pielęgnacyjne dostosowywane do indywidualnych możliwości i oczekiwań **– mówi Sandra Ruszkowska, manager Secret Avenue.**

SECRET AVENUE
ESTD.2007

Gdańsk, ul. Partyzantów 3, tel. 58 341 90 90, kom. 797 909 399
www.secretavenuesalon.pl

Spec. Protetyki Anna Sarzyńska

STOMATOLOGIA Z ARTYSTYCZNYM TWISTEM

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ

Medyczną wiedzę zdobywała m.in. w jednym z najważniejszych w Europie ośrodków badawczych w dziedzinie stomatologii. Kształciła się pod okiem włoskiego profesora, wybitnego naukowca, jednego z największych autorytetów w dziedzinie protetyki. Zdobytą wiedzę lekarz stomatolog Anna Sarzyńska wykorzystuje w prywatnej praktyce w Gdańsku. Z właścicielką Anna Dental Clinic rozmawiamy m.in. o jej zawodowej drodze i odpowiedzialnym leczeniu.

Dlaczego wybrała Pani akurat stomatologię? Co Panią zafascynowało w tej dziedzinie medycyny?
Mam uzdolnienia plastyczne i od zawsze interesowałam się sztuką, co pozwala mi stworzyć dla pacjenta piękny uśmiech. Zawsze też byłam osobą dokładną i precyzyjną, co jest niezbędne w stomatologii. Zafascynowała mnie praca z pacjentem i jego potrzeby oraz możliwość połączenia estetyki, sztuki i dokładności, a także wiedzy medycznej, aby dać najlepszą jakość usług.

Nie od dziś wiadomo, że jakość usług uzależniona jest od wiedzy. Pani wykształcenie medyczne zdobywała we Włoszech. Dlaczego akurat tam?
Po ukończeniu Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, dostałam się na specjalizację z protetyki, która od zawsze mnie interesowała. Płynna znajomość języka angielskiego pozwoliła mi na studiowanie na Uniwersytecie w Sienie. Dokonałam takiego wyboru, gdyż był to jeden z najważniejszych ośrodków badawczych w dziedzinie stomatologii. Miałam możliwość kształcić się pod okiem prof. Marco Ferrari, który jest autorem ogromnej ilości artykułów naukowych. Włosi są nie tylko znani z pięknych ubrań, butów i sztuki, ale także ich zmysł artystyczny przejawia się w jakości wykonywania pięknych zębów. Dzięki temu mogłam się szkolić u najlepszych i przenieść wiedzę i standardy do naszej kliniki i pracowni protetycznej.

Pamięta Pani swojego pierwszego pacjenta, problem z jakim się zgłosił i emocje jakie Pani wtedy towarzyszyły?
Pierwszego swojego pacjenta przyjęłam na sobotnim dyżurze. Zgłosił się z odcementowaną koroną. Ząb pod spodem należało odbudować i dopasować do istniejącej korony. Było to duże wyzwanie dla początkującego lekarza. Byłam przestraszona, ale prawidłowo rozwiązałam problem. Pacjent leczy się u mnie do dzisiaj. Wtedy pomyślałam, że protetyka to dziedzina, którą chcę się zajmować.

Z jakimi problemami zgłaszali się do Pani pacjenci kilkanaście lat temu, z jakimi zgłaszają się dzisiaj?
Dawniej pacjenci zgłaszali się z bólami, a nawet obrzękiem spowodowanym ostrym stanem zapalnym. W dzisiejszych czasach pacjenci zgłaszają się z powodów estetycznych, aby poprawić uśmiech, wybielając zęby lub robiąc licówki, a także w celu uzupełnienia brakujących zębów i odbudowania zgryzu. Chcą się czuć bardziej pewni siebie oraz dbają o ogólny stan zdrowia.

Z wszelkich badań i raportów wynika, że Polacy niestety nie dbają o zęby. Brak odpowiedniej higieny jest dziś przyczyną próchnicy, na którą cierpi aż 99 proc. dorosłych Polaków. Problem z próchnicą ma 76 procent dzieci przed ukończeniem 18 roku życia. Gdzie leży istota problemu?
Myślę, że problem próchnicy u dzieci poniżej 18 roku życia potęguje brak opieki stomatologicznej w szkołach. Wśród polskich pacjentów wciąż jest niska świadomość konieczności zgłaszania się na przegląd i wizyty kontrolne co 6-7 miesięcy, a także na profesjonalne czyszczenie zębów. Na takich wizytach higienistki kontrolują jakość higieny jamy ustnej pacjenta i udzielają niezbędnego instruktażu. Takie wizyty pozwalają również na wczesne wykrywanie próchnicy, zanim spowoduje ból zęba. W dzisiejszych czasach rolą stomatologów jest uświadamianie pacjenta o konieczności regularnych wizyt kontrolnych.

Jakie cechy, czym powinien wyróżniać się idealny lekarz stomatolog?
Myślę, że idealny lekarz stomatolog powinien mieć dużo cierpliwości i umieć wczuć się w sytuację każdego pacjenta. Musi być dobrym psychologiem i mieć wysokie poczucie estetyki. Ważne jest także, aby był wyrozumiały dla różnej wrażliwości pacjenta na ból. Musi to być osoba odpowiedzialna, gdyż ma w rękach zdrowie drugiego człowieka.



Na czym polega odpowiedzialne leczenie?
Odpowiedzialne leczenia to przede wszystkim stosowanie rozwiązań długofalowych, tak aby zmniejszyć konieczność kolejnych interwencji. Przede wszystkim chodzi o to, aby oszczędzać tkanki zębów, pamiętając, że mają wystarczyć na całe życie. Ważne jest także, aby zachować możliwie jak największą ilość własnego uzębienia. Stawiając właściwą diagnozę można przewidzieć, które zęby usunąć, a które można wzmocnić i pozostawić. Odpowiedzialne leczenie to takie, które zapewnia poczucie bezpieczeństwa i spokój, bo jak wiadomo spokojny pacjent to szczęśliwy pacjent.

ANNA DENTAL CLINIC
Gdańsk, ul. Szeroka 119/120, tel: 58 300 01 94, 795 439 660
www.annadentalclinic.com



Lek.med. Andriy Petranyuk, Nawrocki Clinic

NAWROCKI CLINIC

POZNAJ NAJMODNIEJSZE ZABIEGI MEDYCYNY ESTETYCZNEJ TEGO SEZONU!

AUTORKA: MATYDLA PROMIEŃ

Dzisiejsza medycyna estetyczna stawia przede wszystkim na mało inwazyjne zabiegi, które nie wymagają długich okresów rekonwalescencji, dające naturalne efekty bez wrażenia przerysowania. Niezwykle popularne stały się zabiegi anty-aging, pobudzające naturalne procesy regeneracyjne i naprawcze w skórze, stymulujące produkcję nowego, zdrowego kolagenu. Szeroką ofertę innowacyjnych zabiegów, znajdziesz w Nawrocki Clinic.

Jednym z takich zabiegów jest **bioremodeling PROFHILO**. To absolutna nowość i rewolucja wśród zabiegów odmładzających - już dostępna w Nawrocki Clinic! Starzenie się skóry twarzy najczęściej możemy zaobserwować w jej dolnej i środkowej partii. Skóra na policzkach oraz wzdłuż linii żuchwy wraz z wiekiem traci swą sprężystość i opada, przez co kontur twarzy rozmywa się i traci swą wyrazistość.

PROFHILO to innowacyjna formuła odżywiająca komórki skórne, na długo przywracając utracony kontur i profil twarzy, przywraca też jędrność skóry. W jej skład wchodzi najczystszej postaci farmaceutyczny kwas hialuronowy – ULTRA PURE, o niezwykle gładkiej konsystencji, która pozwala na uzyskanie naturalnego wyglądu oraz dłuższy czas utrzymania efektów zabiegu. Specjalnie opracowana technika iniekcji, maksymalizuje rezultaty zabiegu oraz jest całkowicie bezpieczna. Efekty widoczne są natychmiastowo! Dochodzi do zagęszczenia skóry, wygładzenia zmarszczek oraz wysmuklenia i poprawienia konturu twarzy.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom pacjentów, klinika Nawrocki Clinic rozszerzyła swą ofertę o zabiegi z wykorzystaniem toksyny botulinowej, która jest nie tylko niezastąpiona w wygładzaniu zmarszczek mimicznych, ale także ma coraz szersze zastosowanie lecznicze. W Nawrocki Clinic toksyna botulinowa stosowana jest między innymi w leczeniu migren i bruksizmu. Prawdziwym hitem tego sezonu jest jednak leczenie nadpotliwości! Dla osób, które cierpią z powodu nadmiernej potliwości zastosowanie toksyny botulinowej jest idealnym rozwiązaniem.

Lek.med. Andriy Petranyuk, który w Nawrocki Clinic wykonuje zabiegi z zakresu medycyny estetycznej, po przeprowadzeniu wywiadu układa plan zabiegu dostosowany indywidualnie do potrzeb pacjenta. Podanie preparatu w wybrane okolice trwa krótko, zwykle nie wymaga specjalnego znieczulenia, a tuż po zabiegu można wrócić do normalnej aktywności.

Najpopularniejsze zastosowanie toksyny botulinowej w leczeniu nadpotliwości to okolica pach. W Nawrocki Clinic stosowany jest także w leczeniu nadpotliwości stóp i dłoni. Leczenie nadpotliwości toksyną botulinową jest niezwykle skutecznie. Dochodzi do zablokowania gruczołów potowych, co powoduje iż przestajemy wydzielać nadmierną ilość potu. Efekt takiego zabiegu utrzymuje się od 6 do 8 miesięcy.





PROFHILO
BIOREMODELING
INNOWACYJNY ZABIEG ODMŁADZAJĄCY

NAWROCKI | CLINIC

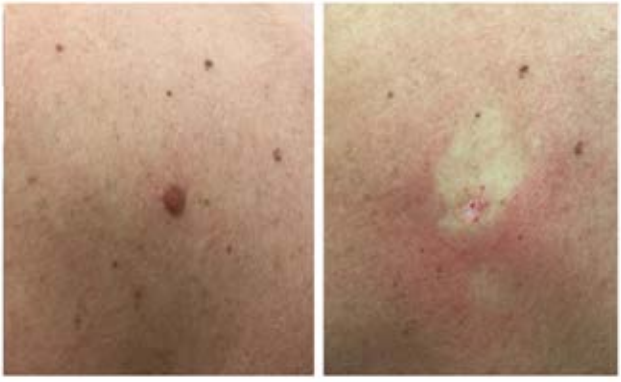
Niezwykle budujący jest fakt, że pacjenci nie tylko dbają o swój wygląd, ale także coraz częściej skupiają się na profilaktyce. Ze względu na zbliżający się okres intensywnej ekspozycji naszej skóry na słońce, zauważalny jest wzrost pacjentów, którzy podejmują się przebadania swoich znamion. Przy podejrzeniu zmian złośliwych klinika oferuje diagnostyczne wycięcie wraz z badaniem histopatologicznym. Klasyfikację oraz zabieg usuwania znamion w Nawrocki Clinic wykonuje lek. med. Andriy Petranyuk oraz dr. n. med. Dorota Jaśkiewicz-Nyckowska.

W Nawrocki Clinic wszystkie łagodne zmiany skórne, takie jak włókniaki czy bordawki płaskie, kwalifikujące się do usunięcia, usuwane są przy pomocy lasera Fotona Dynamis SP. Jest to zabieg bezkrwawy i bezpieczny. Miejsce poddane zabiegowi zostaje wcześniej znieczulone zastrzykiem lub kremem. Usuwanie znamienia, trwa od kilku do kilkunastu minut. Jest to uzależnione od wielkości oraz głębokości zmiany.

Podczas całego zabiegu pacjent nie odczuwa bólu, może natomiast odczuwać ciepło i delikatne pieczenie. W wyniku przeprowadzonych czynności nie cierpią tkanki sąsiadujące ze zmianą, co jest zasługą bardzo precyzyjnego działania lasera. W związku z jego oddziaływaniem, następuje odparowanie zmiany skórnej i zamknięcie naczyń krwionośnych, co ogranicza ryzyko powstania niepożądanych krwawień. Zmiana usuwana jest najczęściej w całości.



LASEROWE USUWANIE
ZMIAN SKÓRNYCH
NAWROCKI | CLINIC



LASEROWE USUWANIE
ZMIAN SKÓRNYCH
NAWROCKI | CLINIC

ZADBAJ O ZDROWIE RODZICÓW

Dawno temu, gdy byłeś jeszcze dzieckiem, Twoje zdrowie zależało od tego, jak zatroszczą się o nie Twoi rodzice. Dziś Ty możesz, a nawet powinieneś zatroszczyć się o nich. Okazja do tego jest wyśmienita, bo z okazji zbliżającego się Dnia Matki (26 maja) i Dnia Ojca (23 czerwca) Centrum Medyczne Synexus prowadzi kampanię „Wspólnie w trosce o zdrowie RODZICÓW" i oferuje osobom po 55 roku życia bezpłatne badania i/lub konsultacje lekarskie.

Naturalnie rodzice zajmują się swoimi dziećmi, poświęcają im czas, energię, zapewniają odpowiednie warunki do rozwoju i starają się zapewnić im dobry start w przyszłość. Rodzice są ze swoimi dziećmi cały czas, przeżywają pierwsze słowo, kroki, sukcesy w szkole, na studiach, a potem w pracy.

Czas biegnie nieubłaganie, chwilami nawet pędzi. Dzieci dorastają, zajmują się swoimi sprawami, własnymi dziećmi, a rodzice stają się coraz starsi i czasem odchodzą w cień spraw codziennych, natłoku zajęć, obowiązków i pracy. Większość z nas zawsze może liczyć na ich wsparcie i pomoc, jednak czy wystarczająco często zastanawiamy się nad tym jak się mają rodzice? Czy nie zaczynamy się o nich martwić dopiero, gdy pojawią się u nich problemy zdrowotne? Nie czekajmy, aż dolegliwości staną się uciążliwe, czy wręcz trudne do zniesienia.



Musimy być świadomi tego, że wraz z wiekiem rośnie ryzyko chorób cywilizacyjnych, takich jak cukrzyca czy choroby układu sercowo-naczyniowego. Najczęściej te choroby rozwijają się w ukryciu i ujawniają swoje istnienie dopiero w postaci zaawansowanych powikłań choroby np. zawał serca, udar mózgu, niedrożność naczyń krwionośnych. Nie zawsze zauważamy upływ czasu, chcemy czuć się młodo i nie zwracamy uwagi na kłopoty zdrowotne przychodzące wraz z wiekiem.

Warto też zwrócić uwagę na zdrowie rodziców, zapytać mamę czy tatę kiedy ostatnio wykonywali podstawowe badania? Czy kontrolują swój stan zdrowia? Tym bardziej powinniśmy dbać o nich, jeśli przeszli zawał serca, udar mózgu lub operację kardiologiczną (stenty, by-passy) albo zdiagnozowano u nich cukrzycę. Osoby chore przewlekle są narażone na liczne powikłania, których mogą uniknąć dzięki regularnej kontroli i wykonywaniu odpowiednich badań. Medycyna wciąż poszukuje nowych rozwiązań dla pacjentów, którzy mimo przyjmowania leków, odczuwają przewlekły ból.

Do końca czerwca 2018 roku Centrum Medyczne Synexus prowadzi kampanię „Wspólnie w trosce o zdrowie RODZICÓW" oferując osobom, które chorują na cukrzycę i leczą się z powodu podwyższonego cholesterolu, pakiet bezpłatnych badań. Morfologia, czyli ogólne badanie krwi pomocne jest w wykrywaniu wielu chorób. Lipidogram określa poziom cholesterolu, zarówno tego złego, jak i dobrego, a także trójglicerydów.

Badania w kierunku stężenia kreatyniny w surowicy krwi pomagają diagnozować pracę nerek, natomiast poziom glukozy pozwala ocenić ryzyko cukrzycy. Osoby, które już chorują na cukrzycę mają możliwość wykonania badania hemoglobiny glikowanej. Badanie to pomaga pacjentowi i jego lekarzowi zorientować się, czy metody stosowane do wyrównywania cukrzycy są skuteczne, czy też wymagają zmiany.

Z bezpłatnych konsultacji lekarskich oraz badań gęstości kości (densytometria) mogą również skorzystać osoby ze zdiagnozowaną chorobą zwyrodnieniową stawu kolanowego i/lub biodrowego. Dodatkowo w ramach kampanii, Synexus zaprasza Panie na bezpłatne badanie TSH oceniające funkcje tarczycy, a Panów na również bezpłatne badanie PSA, przydatne w diagnostyce chorób prostaty.

Zachęcanie rodziców do kontrolowania swojego stanu zdrowia to nie tylko obowiązek, ale też odpowiedzialność, którą dzieci powinny wziąć na swoje barki. Dzięki regularnym badaniom można uniknąć wielu poważnych komplikacji, cieszyć się dłużej dobrym zdrowiem i świetną formą.

Centrum Medyczne Synexus to międzynarodowa sieć ośrodków badań klinicznych, w której lekarze od ponad 20 lat zajmują się prowadzeniem programów klinicznych dla pacjentów z różnymi schorzeniami. W Polsce Synexus obecny jest w 6 miastach: Gdańsku, Gdyni, Katowicach, Warszawie i Wrocławiu. Poza działalnością badawczą placówka realizuje również programy promocji zdrowia, w ramach których świadczy bezpłatne badania profilaktyczne i kontrolne.

CENTRUM MEDYCZNE SYNEXUS – Gdynia, ul. Łużycka 3C. Gdańsk, ul. Beniowskiego 23. Tel: 588820175
www.przychodniasynexus.pl

Makijaż Permanentny

KLINIKA URODY SOPOT

mgr Anna Węglińska

Kosmetologia Estetyczna

mgr Anna Węglińska

- kosmetolog z kilkunastoletnim doświadczeniem
- Lauratka mistrzostw Polski w makijażu permanentnym

Specjalista w dziedzinie:

- Osocze bogatopłytkowe -
- Manualna mezoterapia igłowa -
- Nici PDO -
- Karboksyterapia -
- Wypełnienie kwasem hialuronowym -
- HIFU -
- Bloomea -

Kieruje się najnowszymi trendami, pracując na najwyższej jakości pigmentach i urządzeniach. Efektem tej pracy jest wyróżnienie w postaci prestiżowej nagrody oraz udział w sympozjum i premierze nowego urządzenia w Paryżu.

KLINIKA URODY SOPOT - MIEJSCE GDZIE ZATRZYMUJE SIĘ CZAS!



Sopot, gen. Władysława Andersa 3/19
Elbląg, ul. Bałuckiego 14 G

kus-kontakt@wp.pl

/Klinika-Urody-Sopot-303437260124920

789 260 557

bloomea
PARIS

NOWOŚCI W RENEW INSTITUTE

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ **/ FOTO:** KAMIL ŻUREK

Sprawić, by piękno i młodość powróciły do Ciebie i pozostały na dłużej – takie motto przyświeca lekarzom, kosmetologom i terapeutom ReNew Institute w Sopocie. Znajdziecie tu indywidualne programy pielęgnacji skóry i kształtowania sylwetki, innowacyjne zabiegi anti-aging, a także zabiegi odprężające, regenerujące i upiększające. Świat nie stoi w miejscu, a za zmianami w branży urodowej podąża też ReNew Institute. Zobaczcie jakie nowości czekają na Was w Sopocie.

KOBIDO – JAPOŃSKI LIFTING TWARZY

Kosmetolog Joanna Bielska



Masaż Kobido znany jest jako „niechirurgiczny lifting twarzy". Większość metod masażu twarzy działa na jej powierzchni. Kobido, poprzez swoją złożoność i intensywność technik, działa na najgłębszych warstwach skóry i mięśni. Masaż jest głęboką kombinacją tradycyjnych japońskich koncepcji medycznych i różnych technik manipulacji ręką.

Celem japońskiego masażu twarzy jest dokładne i precyzyjne określenie kondycji skóry i praca na punktach akupresurowych, aby osiągnąć równowagę w skórze twarzy, mięśniach twarzy i powiązanym ciele. Dzięki stosowanym technikom można naturalnie i z biegiem czasu: zniwelować napięcia mięśniowe, które powodują zmarszczki mimiczne, odmłodzić twarz poprawiając jej kontur, stymulować metabolizm komórkowy, co przyczyni się do szybszej regeneracji skóry.



BROWBAR SYSTEM – STYLIZACJA BRWI

Kosmetolodzy ReNew

Kształt brwi nie może być przypadkowy. Bezwzględnie musi współgrać z kształtem Twojej twarzy, eksponować oczy i wyglądać naturalnie. To brwi eksponują oczy i Twoje spojrzenie. Po zapoznaniu się z kształtem Twoich oczu i twarzy oraz stylem, stylistka dopasuje kształt brwi. Na tym etapie Twoja twarz zostanie również poddana analizie kolorystycznej.

Kolejny etap to woskowanie Lycon. W ostatnim etapie zabieg zostanie wykończony naturalnym makijażem, który skoryguje ewentualne niedoskonałości i podkreśli efekt odpowiednio wykonanego zabiegu.

Zabieg stylizacji brwi dedykowany jest również dla panów. Kształt brwi u panów różni się od tego, który jest odpowiedni dla kobiet i my o tym doskonale wiemy.

Włoski usuwane są za pomocą wosku i pęsety, po czym zostają przycięte z długości. Stawiamy na estetykę i naturalność. Skóra po zabiegu regulacji może być lekko zaczerwieniona i wrażliwa, ale efekt dyskomfortu ustępuje już najczęściej po kilkunastu minutach.

Po naszej stylizacji męskie brwi pozostają nadal męskie. Pozwól nam je ujarzmić i nadać Twojej twarzy wyrazu!

NCLA – WEGAŃSKI MANICURE

Kosmetolog Anna Pacholczyk

Wegańskie lakiery NCLA stały się już miłością m.in. Madonny i Beyonce. Teraz kultowa marka z Los Angeles dostępna jest w gabinetach ReNew Institute. Wszystkie lakiery NCLA - tradycyjne oraz lakiery hybrydowe Gelous, są pozbawione toksyn (formuła 7 free), a dodatkowo są w pełni wegańskie! Lakiery nie zawierają siedmiu najbardziej niebezpiecznych składników toksycznych wykorzystywanych w przemyśle kosmetycznym - parabenów, formaldehydu, dibutylphthalate (dbp), ksylenu, kamfory, toluenu, żywic formaldehydowych. Manicure wegański jest bardzo trwały, wygląda naturalnie i nie niszczy naturalnej płytki paznokcia.



REGENERA ACTIVA – POWSTRZYMAJ ŁYSIENIE

Łysienie androgenowe to najczęstsza przyczyna utraty włosów i występuje u 70% mężczyzn i 40% kobiet w pewnym okresie ich życia. U mężczyzn zwykle występuje recesja linii włosów na skroniach (zakola) i łysina na wierzchołku, u kobiet zwykle objawia się w postaci rozproszonego przerzedzenia na szczycie głowy. REGENERA ACTIVA® jest specjalnie zaprojektowanym systemem wykorzystującym autologiczny przeszczep komórek, pozwalający na zapoczątkowanie procesów regeneracyjnych w owłosionej skórze głowy.

W pierwszym etapie lekarz pobierze niewielki wycinek skóry z okolicy karku na linii włosów. W kolejnym etapie lekarz, za pomocą specjalnego urządzenia wyizoluje z pobranej tkanki komórki progenitorowe, komórki macierzyste i czynniki wzrostu, które mają zdolności regeneracyjne. Tak przygotowana zawiesina zostanie podana w skórę głowy na zasadzie mezoterapii w okolice mieszków włosowych, aby zainicjować procesy naprawcze. Zabieg wykonuje się tylko raz w pojedynczej sesji. Można go powtórzyć dopiero po 2-3 latach, aby zapobiegać dalszej utracie włosów i postępom łysienia typu androgenowego.





Dr Marcin Nowak



iGENESIS – BADANIA NUTRIGENETYCZNE

W ReNew Institute, jako jedyni w Sopocie wykonujemy badania nutrigenetyczne. Nutrigenomika to nauka zajmująca się badaniem wpływu składników żywności na regulację ekspresji genów, które mogą warunkować m.in. występowanie stanu zdrowia lub choroby. Analizuje związki pomiędzy dietą i genetycznymi predyspozycjami do tzw. chorób cywilizacyjnych. Jednym z jej celów jest opracowanie indywidualnej diety zmniejszającej ryzyko występowania choroby i poprawiającej stan zdrowia. Z testów tych korzysta bardzo wielu sportowców, m.in Adam Małysz, Anna Lewandowska.

W ReNew Institute do wyboru jest szereg modułów diagnostycznych. Na przykład, moduł Detox pozwala określić potencjał antyoksydacyjny, potencjał detoksykacyjny, indeks detox. Moduł Modeline określa ryzyko osteoporozy, ryzyko uszkodzeń chrząstki stawowej, ryzyko wrodzonej trombofilii. Moduł Neuro koncentruje się na genetycznych predyspozycjach pacjenta do zachowania wysokiej sprawności mózgu. Moduł Health pozwala poznać predyspozycje do rozwoju hiperglikemii, hipercholesterolemii, czy otyłości brzusznej.

ReNew
institute

Sopot, ul. Dworcowa 7
Budynek C, poziom 2, wejście pomiędzy restauracją Cały Gaweł i Sea Food Station
Parking podziemny wejście C8-C10
Tel: 728 900 067 | www.renewinstitute.pl | www.facebook.com/RenewInstituteSopot



CADENT
STOMATOLOGIA XXI WIEKU

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ **/ FOTO:** KAMIL ŻUREK

Gabinet XXI wieku to gabinet, który korzysta z najnowszych sprawdzonych osiągnięć stomatologii w zakresie technologii i wiedzy. Gabinet, w którym pacjent może w pełni wyrazić swoje oczekiwania i mogą one zostać mu zobrazowane zanim wykonamy pierwsze procedury dążące do ostatecznego celu. To nie tylko najnowszy sprzęt i technologia w służbie pacjenta, ale przede wszystkim pełni empatii, wciąż podnoszący swoje kwalifikacje, lekarze będący gwarancją skutecznego leczenia.

Centrum stomatologiczne Cadent zostało stworzone z myślą o najbardziej wymagających pacjentach. Jaki jest ten najbardziej wymagający pacjent? Jak można go scharakteryzować?

Dr. n.med Marzena Biegańska - Rak - Wymagający pacjent to przede wszystkim świadomy pacjent. Dbamy więc o to, aby był on naszym partnerem w rozmowie i w późniejszym leczeniu. Na początek poznajemy jego oczekiwania i przedstawiamy mu plan leczenia. Omawiamy każdą procedurę i rozwiewamy wszelkie wątpliwości. Stanowimy zespół lekarzy różnych specjalności, więc często kilkoro z nas bierze udział w leczeniu pacjenta.

Co zatem musi zaoferować nowoczesna klinika stomatologiczna najbardziej wymagającemu pacjentowi?

Dr. n.med Marzena Biegańska - Rak - Fachowy personel i sprzęt wpływający na komfort i skuteczność leczenia. Dysponujemy także tomografem komputerowym, który jest nieodłącznym elementem całego leczenia, ze względu na ogromne możliwości diagnostyczne. Na miejscu znajduje się również pracownia protetyczna. Podczas projektowania, planowania i mierzenia prac typu korony, korony na implantach, mosty, technik jest obecny i czynnie uczestniczy w tworzeniu nowego, pięknego uśmiechu. Ponieważ jakość naszej pracy jest dla nas priorytetem, wyciski masami zostały niemalże całkowicie zastąpione wyciskami cyfrowymi, które następnie przesyłane są do naszej pracowni protetycznej. Tam na miejscu, frezarka niezwykle precyzyjnie kształtuje uzupełnienia protetyczne.

Do czego w stomatologii przydają się takie urządzenia jak skanery, czy aparaty RTG?

lek. dentysta Tomasz Adaszkiewicz - Skanery wewnątrzustne to zaawansowane urządzenia pozwalające przenieść nam rzeczywisty obraz z jamy ustnej pacjenta na monitor naszego komputera, a co za tym idzie, planować leczenie w formie cyfrowej, archiwizować stan naszego uzębienia, obrazować pacjentowi faktyczny stan jego zębów. Pacjenci łatwiej potrafią zrozumieć problem i świadomie podejmują decyzje. Informacje uzyskane dzięki skanowaniu są niezwykle precyzyjne. Odbudowy protetyczne, które wykonujemy w naszym wewnętrznym laboratorium nie są obarczone niedoskonałościami, które występowały podczas klasycznych wycisków masami protetycznymi. Skaner to przyszłość całej stomatologii, u nas już teraźniejszość! Aparat RTG to po prostu urządzenie do robienia zdjęć rentgenowskich, u nas stosujemy już rozwiązania oparte na radiowizjografii czyli RVG, to rozwiązania cyfrowe, które wymagają zdecydowanie mniejszej dawki promieniowania rentgenowskiego. Są bardzo dokładne, ale często wspieramy się obrazem z tomografii komputerowej.

Przeciętnemu pacjentowi tomograf kojarzy się z poważnymi przypadkami klinicznymi. Do czego przydaje się w stomatologii?

lek. dentysta Tomasz Adaszkiewicz - Tomograf przydaje sie do diagnostyki radiologiocznej naszych pacjentów, radiologicznej znaczy rentgenowskiej ale juz nie dwuwymiarowej tylko trójwymiarowej, dając nam wirtualny obraz tkanek pacjenta w obrębie głowy. Tomografia używana w stomatologii nosi nazwę CBCT i jest przezaczona specjalnie dla stomatologii. Dzięki temu badanie wykonywane jest szybciej i pacjenci narażeni są na jeszcze mniejszą dawkę promieniowania, z zachowaniem najwyższych standardów ochrony przed promieniowaniem jonizującym (rtg). Dzięki takiemu rozwiązaniu możemy min. precyzyjnie zaplanować leczenie implantologiczne przez ocene warunków objętości kości oraz co ważne jej jakości, dobrać odowiednią liczbę implantów oraz ich rodzaj i wymiary dla danego rowiązania protetycznego. Obrazować przebieg kanałów w korzeniach zębow, dzięki temu przeprowadzić jeszcze





dokładniej leczenie kanałowe, ocenić efekt naszego leczenia kanałowego (endodotycznego) oraz zlokalizować ewentualne zmiany zapalne przy korzeniach zębów martwych lub wcześniej leczonych endodontycznie.
Ustalić położenie zatrzymanych zębów w kości przed ich usunięciem, np. przed chirurgicznym usunięciem zebów mądrości. Dzięki temu zabieg przebiega szybiej i bezpieczniej. Badanie jest bezbolesne.

Co lekarz stomatolog może zobaczyć pod mikroskopem i jak to wpływa na leczenie?
dr n.med Marzena Biegańska - Rak - Mikroskop zabiegowy znacznie ułatwia i usprawnia pracę lekarza. Zaczynając od przeglądów stomatologicznych, ułatwia podjęcie właściwej decyzji dotyczącej kwalifikacji zębów do leczenia. W periodontologii i chirurgii jest nieoceniony podczas zabiegów ponieważ doskonale oświetla i powiększa pole zabiegowe. Z jego pomocą odnaleźć można ujścia kanałów głównych i zlokalizować kanały dodatkowe. Duża głębia ostrości mikroskopów zabiegowych pozwala zajrzeć w głąb kanałów i znaleźć ich prawidłowy przebieg. Mówi się, że w dzisiejszych czasach endodoncja nie istnieje bez mikroskopu. To prawda. Bezpośrednią korzyścią dla pacjenta jest więc ogromny wzrost jakości leczenia.

Jak projektuje się uśmiech?
Lek. dentysta Tomasz Adaszkiewicz - Przede wszystkim w projektowaniu uśmiechu uczestniczy nasz pacjent. Obrazujemy pacjentowi kształt przyszłych zębów na monitorze komputera. Przy projektowaniu kształtu przyszłych zębów możemy opierać się na fotografii, którą przyniesie nam pacjent lub sami zaprojektować uśmiech. Zaproponujemy estetykę opartą o zasady złotych proporcji oraz cech uzębienia odpowiadających płci, owalu twarzy, a nawet charakteru czy osobowości naszego pacjenta, opierając się o wywiad i fotografię. Po zaakceptowaniu przez pacjenta wstępnego planu, wykonujemy próbne nakładki z tymczasowego



materiału, które nakładamy na zęby pacjenta. Dzięki takiemu rozwiązaniu pacjent może ocenić ostateczny efekt na fotografii, którą wykonujemy w celach pomiaru. Możemy pozostawić pacjentowi pracę tymczasową na parę dni, aby na spokojnie ocenił efekt w domu czy skonsultował się z najbliższymi. Kolejna akceptacja pozwala na rozpoczęcie pracy z przewidywalnym efektem i spokojem pacjenta, tzw. efekt WOW podczas uśmiechu pacjenta po zakończonym leczeniu, jest możliwy tylko przez dopracowanie detali, które dla nas są niezwykle ważne.

Nie od dziś wiadomo, że wizyta u stomatologa dla wielu ludzi, dzieci w szczególności, wiąże się ze stresem i obawą przed bólem. Jak sobie z tym można poradzić i czy nowoczesna technologia ma również w tym swój udział?
lek. chirurgii stom. Grzegorz Olszewski - Każdy zabieg odbywa się całkowicie bezboleśnie, metody zmieniają się z roku na rok. Aby zabieg odbywał się w komforcie dla pacjenta za każdym razem przed zasadniczym znieczuleniem stosowane są żele łagodzące miejsce aplikacji. Środek znieczulający podawany jest elektronicznym urządzeniem -Quicksleeper, który likwiduje wszelki dyskomfort. Stosujemy również gaz rozweselający, czyli mieszankę podtlenku azotu i tlenu, działającą rozluźniająco. Skutecznie odpręża pacjenta, likwidując jednocześnie lęk przed zabiegiem, obniża próg bólu. Gaz rozweselający wprowadza pacjenta w świetny nastrój, czasem pojawia się wesołość, jednak pacjent podczas zabiegu zachowuje pełną świadomość.
W każdym gabinecie posiadamy TV, który jest umieszczony nad fotelem. Pacjent podczas wizyty może obejrzeć swój ulubiony program.

Technologia w XXI wieku odgrywa olbrzymią rolę, ale nadal podstawą jest wiedza i doświadczenie lekarza.
lek. chirurgii stom. Grzegorz Olszewski - W gabinetach stomatologicznych Cadent pracuje doświadczony personel: w pełni profesjonalni lekarze stomatolodzy, higienistki, asystentki oraz personel pomocniczy, który wykonuje pełen wachlarz usług dentystycznych – od wybielania zębów poprzez higienizację, skomplikowaną endodoncję, protetykę z planowaniem uśmiechu po chirurgię stomatologiczną. Wszyscy jesteśmy na bieżąco z nowinkami, nieustannie podnosimy nasze kwalifikacje, dbamy o nasz rozwój i troszczymy się o naszych pacjentów.

KUCHNIA SZEFA KUCHNI

AGNIESZKA NERKO – JAK SIĘ MASZ? BISTRO

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI

Jest kulinarnym samoukiem. Diamentem oszlifowanym przez samego Kurta Schellera. Zakochana w smakach z dzieciństwa, łączy wszystko ze wszystkim, ale tak, że kubki smakowe wariują z rozkoszy. O tym, że nie jest to przesada świadczy fakt, iż Jak się masz? Bistro, którego szefową kuchni jest Agnieszka Nerko, w krótkim czasie stało się jednym z najgorętszych miejsc na kulinarnej mapie Trójmiasta.



Gdzie zdobywała Pani doświadczenie i skąd czerpie Pani inspiracje?
W zamierzchłych latach 90. wyjechałam na studia do Berlina, gdzie dostałam „w twarz" bogactwem smaków, etnicznych knajpek i domowych obiadów gotowanych przez marokańskich sąsiadów. Przepadłam! W małej akademickiej kuchni podrabiałam smaki, książki kucharskie zwoziłam kartonami, o wszystko pytałam - tak, tak – to było życie sprzed ery Googla. Jestem typowym pasjonatem samoukiem. Dopiero po latach wpadłam w ręce Kurta Schellera, który wprowadził mnie w świat kuchni francuskiej i bogactwa technik kulinarnych. Chwalił mój brak dyscypliny w przestrzeganiu receptur, wierzył, że wiem co robię. Określił mój styl jako „fun and sexy" i tego się trzymam (śmiech).

Ulubione smaki z dzieciństwa i czy smaki te wprowadza Pani do menu restauracji?
Domowa kuchnia mojej mamy i babci. Moja genialna babcia wyprzedzała epokę - trend, że jemy sezonowo i lokalnie powstał w przaśnych latach 80-tych, kiedy jedzenie „załatwiało się" od sąsiada myśliwego, wujka wędkarza, z lasu, reszta szła z działki. Długo nie znałam smaku gumy z Pewexu, myślałam natomiast, że wszyscy jedzą rosół z bażanta i smardze w śmietanie. W Jak się masz? gotuję jak dla rodziny. Poza kartą robię kiszonki, pierożki. Zaczął się okres młodych warzyw - dziś robimy gołąbki z indyka z pęczakiem, w młodej kapuście, wczoraj był bigos z młodej kapusty z koprem.

Jakie dania najbardziej poruszają zmysły w waszej kuchni? Może ma Pani jakieś ulubione, a może macie w menu coś bardzo oryginalnego?
Zawsze stworzyć miejsce dla ludzi wyjątkowych, ciekawych świata, o szerokich horyzontach. Tu się sprawdza zarówno rosół z kimchi, ogony wołowe, jak i szczawiowa ze szczawiu zbieranego przez zaprzyjaźnionego zielarza. Naszą mocną stroną są śniadania i świetnie skomponowane michy, każda z nich jest w pełni zbilansowanym posiłkiem.

Czym wyróżnia się kuchnia Jak się masz?
Świeżością. Warzywa bazowe przyjeżdżają codziennie, resztę codziennie dokupuję na rynek za bistro. To nam gwarantuje, że dostaniemy dokładnie takie truskawki, jakie chcieliśmy i że nie ucierpią w transporcie. Poza tym codzienny przemarsz po warzywniakach to doskonałe źródło inspiracji.

Dzisiaj modne jest łączenie z pozoru niepasujących do siebie smaków. Jakie oryginalne połączenia Pani poleca?
Łącze wszystko ze wszystkim, nie mam oporów. Gości często zaskakują połączenia mięs czy warzyw z owocami, ale to przecież staropolska, a nawet stara francuska szkoła. Ważne, aby zachować równowagę. Do naszych kiszonych buraków dodaję malin, młode pieczone buraczki łączę z jeżynami. Goście byli zachwyceni jajecznicą z młodymi pędami lipy, była wybitna! W domowym ketchupie połączyliśmy pomidory, śliwki i wędzoną paprykę. Micha Zielarza pełna jest polskich Omega 3 z olei tłoczonych na zimno, np. z konopi. Bawimy się tym, co daje nam natura.
Wiosna już na dobre się rozgościła, jedne produkty znikają z rynku, inne się pojawiają, zmieniają się potrawy na naszych talerzach.

Jakie zatem wiosenne potrawy, smaki by Pani poleciła?
Wiosną jemy szparagi, bób, młode ziemniaki i kapustę. Wyznaję zasadę, że kiedy pojawia się produkt ściśle sezonowy, podaję go w jak najprostszej formie, aby nacieszyć się jego czystym smakiem. Dopiero u schyłku sezonu pozwalam sobie na mocniejsze połączenia - wtedy powstają kremy, marynaty, kiszonki. Ravioli z bobem i miętą już mi się śnią po nocach, ale trzeba czekać, mrożony bób nie wchodzi w grę.

Ulubione dania, potrawy kuchni polskiej i tej ze świata?
Mamy fenomenalne zupy i kiełbasy! Są dla nas oczywiste, więc ich nie doceniamy, ale co lepiej ukoi ból istnienia niż pomidorowa od mamy? Nie wszystkie nasze zupy znajdą zrozumienie u obcokrajowców, ale na prezencie w postaci kiełbasy Lisieckiej i marynowanych podgrzybków nigdy się nie przejechałam. Niezmiennie jednak zachwycam się prostotą kuchni włoskiej, odwagą w podaniu na talerzu jednego składnika jako dania.

Jakie danie by Pani przygotowała, gdyby miała Pani na nie tylko 10 minut?
Pastę. Cacio e pepe pewnie. Miałabym jeszcze 3 min na otwarcie wina.

Co by Pani zrobiła gdyby do dyspozycji miała pani tylko 5 składników: np. jajko, fasolę, łososia, mango, paprykę?
Michę. Łosoś krótko obsmażony na maśle, jajko na miękko, papryka w cienkich piórkach, fasola z wody z odrobiną czosnku, wszystko połączone dressingiem z mango i limonki. Masło i czosnek mam w kuchni zawsze.



HAPPY HOURS

PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK
12:30 – 15:00
*Regulamin oferty dostępny w restauracji oraz na stronie www.

2.1

ZA 1

PODWAJAMY!

W RESTAURACJI GRAND CRU

Zamów **DWA** takie same dania **w cenie JEDNEGO!**

Q HOTEL GRAND CRU GDAŃSK
80-882 Gdańsk, ul. Rycerska 11-12
restauracjagrandcru@qhotels.pl / +48 58 772 73 00
qhotels.pl

RESTAURACJA
GRAND CRU

Magiel



ŁOSOŚ Z PIECA ZAWIJANY W LIŚCIE BANANOWCA

PRZEMYSŁAW LANGOWSKI
RESTAURACJA MAGIEL

Składniki:

- 250 g łososia
- 80 g dzikiego ryżu
- łodyga selera naciowego
- 2 małe marchewki
- 3-4 szparagi
- 2-3 różyczki brokułu
- kilka liści nasturcji i botwinki
- łyżka kawioru z octu
- oliwa porowa
- 50 g skorupek z homara
- 4 liście kafiru
- 80 ml białego wytrawnego wina
- 100 ml śmietanki kremówki
- sól

Przygotowanie:

Skorupki z homara wygotowujemy w winie z liśćmi kafiru i śmietanką kremówką. Doprawić solą. Ryż gotujemy w osolonej wodzie, aż będzie al dente. Łososia zawijamy w liście bananowca z pokrojonym selerem naciowym i dzikim ryżem. Pieczemy w 180 stopniach C przez 25-30min. Liście nasturcji, botwinki, szparagi, brokuły, marchewki glazurujemy na maśle przez ok. minutę. Wykładamy na talerz i polewamy kawiorem oraz oliwą porową.

Fot. Aleksandra Brodiuk

RISTORANTE
Sempre



LINGUINE CON FRUTTI DI MARE

SZEF KUCHNI RADOSŁAW JANICKI
RISTORANTE SEMPRE SOPOT

Składniki:
- makaron linguine dobrej jakości
- krewetki królewskie
- kalmary "baby"
- małże, np. mule lub vongole lub oba rodzaje
- czosnek i natka pietruszki
- ostra papryczka peperoncino
- pomidorki cherry 5 sztuk
- oliwa z oliwek
- białe wino 50 ml
- woda 50 ml

Przygotowanie:
owoce morza oczyścić. Do gotującej osolonej wody wrzucić makaron i ugotować al dente. W tym czasie przygotować sos: na lekko rozgrzaną patelnię wlać niewielką ilość oliwy, dodać krewetki i kalmary, chwilę smażyć, następnie dodać pokrojony czosnek, peperoncino, sól, pieprz i natkę do smaku, wlać 50 ml wina i 50 ml wody. Dodać małże i gotować ok 5 min. Pod koniec dodać pomidorki cherry przekrojone na pół. Całość wymieszać z makaronem i zredukować nadmiar płynu. Podajemy na głębokim talerzu lub półmisku, posypane natką i polane oliwą. Pasta pronta, buon appetito!

Fot. Karol Kacperski

eats & beats machina



CIEPŁY CHLEB NA ZAKWASIE Z POREM W ŚMIETANIE

MACHINA EATS AND BEATS

Przygotowanie:
Przygotować zaczyn ze 110 g mąki pszennej, 110 g wody, 20 g zakwasu. Zostawić na 12 godzin w temperaturze pokojowej, zakryte. Kolejnego dnia 220 g zaczynu połączyć z 375 g wody, 80 g mleka, 15 g soli, 750 g mąki chlebowej, wymieszać, zostawić zakryte na 2 godziny. Po tym czasie należy naciągnąć ciasto z czterech stron i kolejno powtarzać czynność jeszcze dwa razy. Po kolejnych dwóch godzinach ciasto jest gotowe do formowania i należy przełożyć je do koszy lub plastikowych misek i pozostawić w lodówce na kolejne 12 h.

Po tym czasie wykładamy chleby na blachę i pozostawiamy godzinę w temperaturze pokojowej. Pieczemy w 260 stopniach z dużą wilgotnością 20 minut pod przykryciem, następnie około 10 minut bez przykrycia, aż temperatura wewnątrz chleba osiągnie 95 stopni. Ciepły chleb podawać z porem uduszonym na maśle, podlanym białym winem i zredukowaną śmietaną. Udekorować „ziemią" ze zblendowanych wysuszonych oliwek i polać dobrej jakości oliwą extra vergine

#nofunwithoutgluten
@breadbackhome

machina eats & beats

Wyjątkowe miejsce w sercu starówki

Restobar dla nas. Dla mieszkańców Trójmiasta. Dla Waszych gości.



100%

homemade tapasy, chleby, makarony

Tutaj jedzenie, muzyka i sztuka tętnią w jednym rytmie.

machinaeats.pl

Gdańsk, ul. Chlebnicka 13/16, tel. 58 717 40 67

4 RAZY SMACZNIEJ W BIAŁYM KRÓLIKU

„4 Razy Smaczniej" to wspólny projekt kulinarny czterech trójmiejskich szefów kuchni. Marcin Popielarz (Biały Królik), Paweł Stawicki (Mercato), Jacek Koprowski (Sztuczka) i Paweł Wątor (Eliksir), bo o nich tu mowa, spotkali się tym razem w gdyńskim Białym Króliku i - co oczywiste - oczarowali gości smakiem zaproponowanych potraw. Gościem specjalnym kolacji był Bartek Szymczak, szef kuchni restauracji Rozbrat 20 w Warszawie.



Fot. Karol Kacperski

Wszyscy ci szefowie znani są z kreatywnego podejścia do kuchni polskiej. Tradycyjnym daniom i produktom regionalnym nadają nowe odsłony, zadziwiając i zachwycając odbiorców niepowtarzalnym smakiem i niecodziennymi połączeniami. To właśnie to twórcze podejście do kuchni polskiej oraz dbanie o najwyższą jakość i walory smakowe stanęło u podstaw projektu „4 Razy Smaczniej", który wspólnie wymyślili. Kolacja miała formułę menu degustacyjnego, w którym każdy szef kuchni ma swoje wyraźne miejsce, przygotowując własne propozycje kulinarne.

Co znalazło się w menu? Jako amuse bouche podano m.in. wątróbkę z królika w towarzystwie consommé z chleba przygotowaną przez Bartka Szymczaka, zaraz potem gości poczęstowano ozorkiem wołowym z kalafiorem i borowikami. Autorem tego dania był Jacek Koprowski. Znakomitą przekąską było mięso jelenia w towarzystwie jagód (Paweł Stawicki), mile zaskakującym połączeniem smakowym okazała się również tarta z sezonowanych warzyw z dressingiem cytrusowym (Paweł Wątor).

Nieszablonowych połączeń smakowych było znacznie więcej tego wieczora. Wybornie smakował tatar wołowy z chrzanem, grzybami i pastrami (Bartek Szymczak). Paweł Wątor dorsza połączył z sosem cytrynowym, a Paweł Stawicki popisał się jagnięciną w formie gołąbka w towarzystwie kremu z orzechów ziemnych, kopru włoskiego i mięty. O deser zadbał gospodarz, Marcin Popielarz, który zaserwował gościom lody z rozmarynem i galaretką z rabarbaru. mp











Restauracja Pak Choi

To małe klimatyczne miejsce, znajdujące się w centrum Sopotu. W Pak Choi tworzą oraz gotują osoby z pasją. W naszej kuchni królują trzej chińscy kucharze Liu, Yang oraz Zang. Pochodzą z trzech różnych prowincji, co często prowadzi do nieszablonowych rozwiązań.

Restauracja Pak Choi / ul. Morska 4, Sopot / tel. +48 58 718 20 10 /
e-mail: biuro@restauracjapakchoi.pl / www.restauracjapakchoi.pl

PROBIERNIA WIN

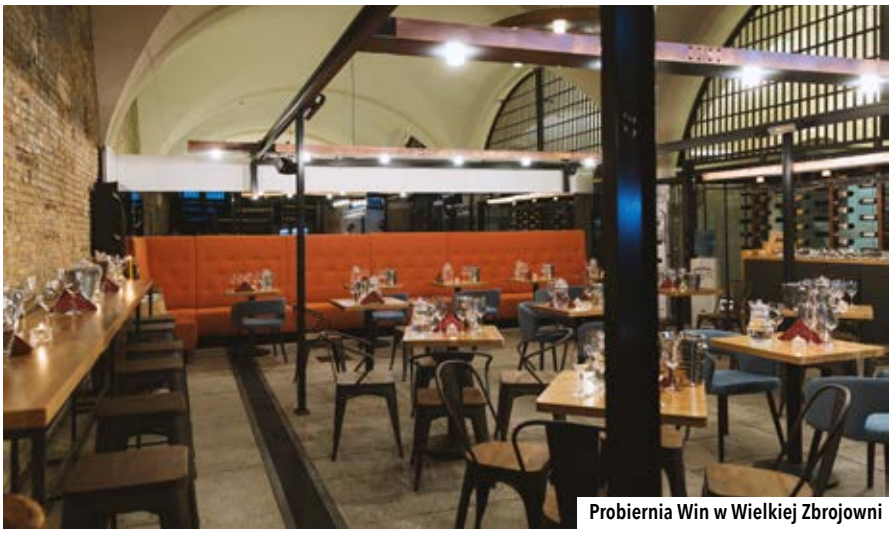
POZNAJMY SIĘ NA WINIE!

ROZMAWIAŁ: MAX RADKE

Od 27 lat Wienhaus Jakob Gerhardt Polonia dostarcza Polakom najlepsze wina na świecie. Win tych nie można kupić w żadnym sklepie, nie ma ich w hurtowniach. Nie są dla wszystkich. O tym, że smakują wyśmienicie można się jednak przekonać odwiedzając Probiernię Win w Wielkiej Zbrojowni. O tym, co trzeba wiedzieć o winie i na czym polega innowacyjność Probierni Win, rozmawiamy z Andrzejem Saganem, prezesem Weinhaus Jakob Gerhardt Polonia.

Dobre wino, czyli jakie?

Na tak zadane pytanie trudno jest udzielić jednoznacznej odpowiedzi. Dobre wino, to takie, które najbardziej smakuje pijącemu – to jedna możliwa odpowiedź. Dobre wino to takie, które mistrz winnicy przygotował z zaangażowaniem, wiedzą i zgodnie ze sztuką winiarską z zachowaniem najwyższej jakości – to inna możliwa odpowiedź. My stoimy na stanowisku, że dobre wino to takie, które najbardziej smakuje i jednocześnie spełnia w całości kryteria drugiej odpowiedzi.



Probiernia Win w Wielkiej Zbrojowni

Wino nie jest już rzadkością na polskich stołach, ale bardzo mało osób wie o nim coś więcej niż to, że białe – do ryby, czerwone – do mięsa. Co zatem trzeba wiedzieć o winie?

Na pewno warto wiedzieć z jakiego kraju i z jakiego obszaru uprawowego wino pochodzi, warto wiedzieć z jakich gatunków winogron zrobione jest dane wino – czy z pojedynczego szczepu, czy też może z kilku pomieszanych gatunków. Oczywiście powinno się też wiedzieć, czy wino jest wytrawne, półwytrawne czy deserowe. Te bardzo podstawowe informacje ułatwiają wyszukiwanie wina, które najprawdopodobniej będzie smakowało.

Czy świat winiarski podlega trendom? Jakie są te najciekawsze?

Tu powiedziałbym inaczej. Świat konsumentów wina podlega trendom, modom. Był taki czas, że kupowano wina francuskie. Później nastała moda na wina z Chile, następnie wina z RPA, Argentyny, a obecnie wydaje się panować moda na wina z Nowej Zelandii i Australii. Za jakiś czas być może pojawią się wina z Chin. Spora grupa winiarzy znalazła zatrudnienie w Chinach i tam od kilku lat zaczynają budować nowe regiony upraw i produkcji win. Zobaczymy, jak się to rozwinie.

Niedawno w Wielkiej Zbrojowni otworzyliście Probiernię Win. Na czym polega innowacyjność tego lokalu?

Żeby lepiej wyjaśnić, dlaczego wymyśliliśmy Probiernię Win, muszę powiedzieć kilka zdań o filozofii naszej działalności. Od 1991 roku jesteśmy w Polsce i sprzedajemy wino. Oznacza to 27 lat doświadczenia. Bardzo interesujące byłyby dla mnie wyniki odpowiedzi osób czytających te słowa na pytanie: czy znają Państwo naszą winiarnię? Prawdopodobnie twierdzącą odpowiedź dałoby nie więcej niż 10 procent czytających. Powodem takiej sytuacji jest fakt, iż z założenia nie jesteśmy dla wszystkich. Nasze produkty przeznaczone są wyłącznie dla tych, którzy nie sprzedają ich dalej. Najkrócej ujmując – osoby prywatne lub firmy, które nasze produkty wykorzystują na własny użytek. Czyli nie ma naszych produktów w sklepach czy hurtowniach. Od jakiegoś czasu myśleliśmy, jak pokazać naszą obecność na rynku trochę szerszej grupie osób zainteresowanych winem. Tak zrodził się pomysł Probierni – czyli miejsca, gdzie można przyjść i spróbować wina przed zakupem. Taka filozofię reprezentujemy od początku istnienia. W specjalnych dyspenserach jest 8 różnych butelek z winami do dyspozycji odwiedzających. Co trzy tygodnie następuje zmiana produktów i można zawitać ponownie na degustację nowości. Zawsze jest obecna osoba z naszego winiarskiego zespołu, z którą można porozmawiać, uzyskać więcej informacji i zamówić wino dla siebie. W Probierni nie sprzedajemy win, lecz tylko umożliwiamy degustację i jego zamówienie.

W Probierni Win można nie tylko degustować wina, ale też będą się tam odbywać różnego rodzaju imprezy. Jakie konkretnie?

Już wystartowała pierwsza edycja szkoły o winach. Jest to podstawowy kurs, w którym podczas 16 godzin uczestnicy posiądą wiedzę o winoroślach i ich uprawie, o rodzajach win i sposobach ich produkcji, o kierunkach smakowych, o winach szampańskich, o krajach i regionach uprawowych i występujących apelacjach. Zapoznają się także jak dobrze wino degustować oraz jak opisać walory smakowe win. Planujemy także dla osób żądnych wiedzy uruchomić duży kurs enologiczny, który zaplanowany jest na 64 godziny nauki. Po tym kursie uczestnicy z dużym prawdopodobieństwem będą w stanie - po degustacji wina, o którym nic nie wiedzą – powiedzieć z jakiego regionu jest, a nawet z jakich winogron zostało zrobione. Poza szkołą będziemy zapraszać na winiarskie wieczory tematyczne. W miarę cykliczne będą się odbywać także degustacje win dla zainteresowanych poznaniem win w nazwijmy to „bogatszej" formie. Prowadzona przez sommeliera degustacja 10 – 11 win sama w sobie jest miłym przeżyciem i dostarcza sporą dawkę wiedzy na temat konkretnych produktów. Zapraszam do odwiedzin Probierni i śledzenia aktualnych wydarzeń na Facebooku. Nasze motto to „Poznajmy się na winie" - bo naprawdę warto!

PROBIERNIA WIN - Gdańsk, Targ Węglowy 6 (Wielka Zbrojownia), Tel: 58 344 72 10
www.facebook.com/probierniawin, www.jgp.com.pl

Casa Cubeddu

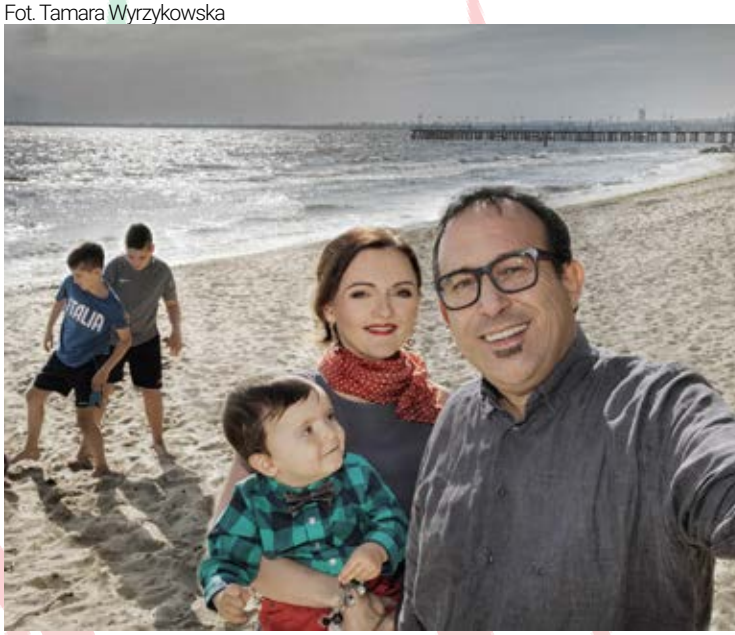
RISTORANTE DA DOMENICO

Z tęsknoty za słonecznymi Włochami zrodził się pomysł stworzenia Casa Cubeddu - Ristorante da Domenico. Szefem kuchni w naszej restauracji jest rodowity Włoch pochodzący z regionu Abruzji – Domenico. To dzięki jego rodzinnym przepisom możemy poczuć się jak w tradycyjnym, włoskim domu. W Casa Cubeddu mogą Państwo skosztować włoskich potraw skomponowanych z oryginalnych, najwyższej jakości produktów, a także znakomitych win z małych, rodzinnych winnic. W naszej restauracji serwujemy pizze na cienkim, delikatnym cieście z mnóstwem różnorodnych składników, przepyszne makarony, dania mięsne, rybne, świeże owoce morza, a także rozmaite sałatki. Natomiast nasi bariści dołożą wszelkich starań, aby mogli Państwo rozkoszować się pyszną, włoską kawą – pobudzającym espresso czy delikatnym cappuccino z pyszną pianką. Ukoronowaniem każdego posiłku jest deser rozpieszczający podniebienie i takie jest właśnie nasze tiramisu.

Rodzinna, włoska atmosfera sprzyja rozkoszowaniu się naszymi potrawami, a uśmiechnięta i przyjazna obsługa pomoże przenieść się Państwu do słonecznej Italii.

Z przyjemnością informujemy, iż zajmujemy się także organizacją wesel, chrzcin, komunii, jubileuszy, wigilii firmowychorazinnychimprezokolicznościowych.Posiadamy salę mieszczącą nawet 170 osób. Dogodna lokalizacja w samym centrum Trójmiasta sprawia, że Casa Cubeddu jest idealnym miejscem na organizację wielu uroczystości. Dołożymy wszelkich starań, aby Państwa przyjęcie było niezapomniane.

Fot. Tamara Wyrzykowska





Casa Cubeddu Ristorante da Domenico

...z pasją i miłością do kuchni włoskiej...

Gdynia, Spółdzielcza 1 (obok Centrum Handlowego Klif)

Prestiżowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ

PRESTIŻ PATRONUJE

OPEN HOUSE GDYNIA

Tematem przewodnim 4. edycji jest morze. W czasie jednego weekendu organizatorzy zapraszają do najciekawszych lokalizacji na co dzień niedostępnych dla zwiedzających: budynków użyteczności publicznej, a także pięknie zaaranżowanych mieszkań prywatnych oraz pracowni. Eksperci i mieszkańcy wspólnie wezmą pod lupę morską tożsamość miasta. Organizatorzy zapraszają również na wystawę fotografii gdynianki Joanny 'Froty' Kurkowskiej, a także koncert The Shipyard, który odbędzie się w Muzeum Emigracji. Wstęp wolny do wszystkich lokalizacji. W wybranych miejscach obowiązują rezerwacje. Więcej informacji na stronie: www.ohgdynia.org

Gdynia, 26 maja – 27 maja

PRESTIŻ PATRONUJE



WIELKI MECZ #PODAJDALEJ

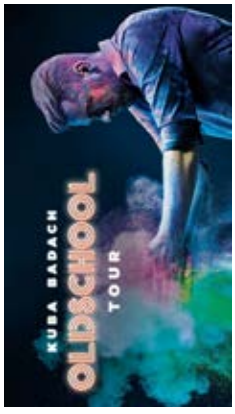
Po raz szósty Pomorskie Hospicjum dla Dzieci zaprasza na wielkie wydarzenie charytatywne Wielki Mecz #podajdalej. Na stadionowej murawie Energa Gdańsk zmierzą się dwie drużyny - Przyjaciele Hospicjum kontra Telewizja Polska. Dodatkową atrakcją będą koncerty gwiazd oraz atrakcje dla dzieci. Impreza ma na celu propagowanie zdrowego trybu życia wśród dzieci i młodzieży naszego województwa. Jednocześnie jej zadaniem jest wspieranie idei hospicjów domowych. Przyjdź na stadion, pomóż dzieciom będącym pod opieką hospicjum! Więcej szczegółów na profilu FB: https://www.facebook.com/events/189550688498360/

Gdańsk, Stadion Energa Gdańsk, 26 maja

GDAŃSK DOCFILM FESTIVAL

Godność i praca – pod takim hasłem po raz 16. odbędzie się Gdańsk DocFilm Festival. Wydarzenie jest wyjątkowe, ponieważ po raz pierwszy filmy walczyć będą o nagrody nie w jednym, a dwóch konkursach. Jak co roku, w konkursie głównym o statuetkę Brama Wolności oraz nagrodę pieniężną zmierzą się dokumenty z całego świata. W konkursie Polskich Krótkometrażowych Filmów Fabularnych, który odbywa się w tym roku po raz pierwszy, zobaczymy 20 tytułów. Oprócz projekcji filmów konkursowych w ramach festiwalu odbędą się retrospektywy przewodniczących jury Kingi Dębskiej i Ryszarda Bugajskiego, a po nich spotkania z wybitnymi twórcami. W ramach otwarcia festiwalu odbędą się również dwa pokazy specjalne. Pełen program godzinowy i informacje o filmach dostępne wkrótce na stronie www.gdanskdocfilm.pl.

Gdańsk, Europejskie Centrum Solidarności, 6-10 czerwca



KUBA BADACH OLDSCHOOL

"Oldschool" zrodził się na przekór trendom, dla wszystkich tych, którzy tęsknią za ambitnym popem. Artysta postanowił stworzyć album będący pierwszym solowym, muzycznie autorskim krążkiem. Usłyszymy kilkanaście kompozycji utrzymanych w zróżnicowanych stylistykach. Znajdziemy tu charakterystyczne "jazzawe" brzmienie zespołu Kuby Badacha, znane z płyty „Tribute to Andrzej Zaucha. Obecny", Usłyszymy też echa stylistyk lat 70., 80. i 90. Niespodzianką dla słuchaczy będzie fakt, że w wielu utworach Badach nie ograniczył się do roli kompozytora i wokalisty, ale nagrał partie gitary basowej oraz instrumentów klawiszowych.

Stary Maneż,
26 maja godz. 19:00

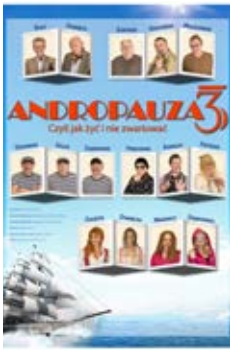
PRESTIŻ PATRONUJE



HEVELKA CRAFT BEER FEST 2018

Zgodnie z coroczną tradycją miłośnicy piwa rzemieślniczego będą mieli okazję spotkać się w przestrzeni Centrum Stoczni Gdańskiej na corocznym festiwalu Hevelka. W tym roku ponownie na miłośników piwa czekają wyselekcjonowane browary ze znakomitymi piwami. Głód zaspakajać będzie dwanaście food trucków. Zaplanowana jest również Strefa Premier, w której co najmniej połowa piw prezentowanych na stoiskach będzie piwami premierowymi przygotowanymi specjalnie na Hevelkę. Jeżeli jesteś prawdziwym miłośnikiem piwa, to z pewności nie może Cię tam zabraknąć! Szczegóły: www.hevelka.pl

Gdańsk, Centrum stocznia Gdańska, 15-16 czerwca

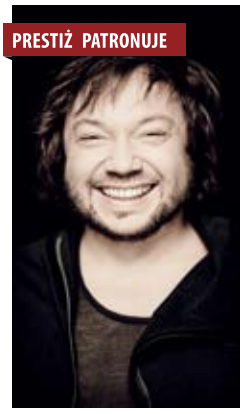


ANDROPAUZA 3

Uniwersytet Trzeciego Wieku. Czterech dziarskich studentów w wieku emerytalnym, brutalnie wyrzuconych z klasy przez złą nauczycielkę, podejmują ryzykowną decyzję walki z reżimem szkoły. Zakładają teatr i chcą wystawić „Dziady" Mickiewicza. Reżyserem ma być Steven Spielberg. Cudem zdobywają pieniądze i płyną do Hollywood jachtem pożyczonym od samego barona Munchausena. Jesteśmy świadkami rejsu pełnego przygód, niebezpieczeństw i sytuacji absurdalnych. Zapraszamy na arcyzabawną opowieść o tym, że prawdziwe życie zaczyna się po 60! Że nie ważna jest ilość zer przy liczbie twoich lat przeżytych, ale radosne i otwarte serce!

Wejherowo, Wejherowskie Centrum Kultury,
28 maja, godz. 20:15

PRESTIŻ PATRONUJE



MIETEK SZCZEŚNIAK

Płyta "Nierówni" to spełnienie wieloletniego marzenia artysty. Piosenkarz wybrał 11 wierszy ks. Twardowskiego i skomponował do nich muzykę. Zamierzenie było proste: podzielić się ulubioną twórczością Twardowskiego, przenosząc jego wiersze z serc do głów i na usta, żeby można było je śpiewać, tańczyć, śmiać się i płakać. Niewymuszenie i po prostu. Jak w wierszach księdza Twardowskiego. Forma płyty ma w swoim zamierzeniu dodać lekkości i podkreślić to, co ważne dla poety i kompozytora - ciepłą nadzieję, afirmację poetyckiej prostodusznośći, zdystansowanej a niewymuszonej mądrości codziennej i zupełnie niecodziennej.

Gdynia, Klub Atlantic,
30 maja, godz. 19:00

PRESTIŻ PATRONUJE



PUSZ FEAT. SKUBAS

"Pąki białych róż" to debiutancki album zespołu PUSZ, założonego przez Pawła Osickiego, z udziałem wybitnych polskich muzyków. PUSZ oscyluje pomiędzy eksperymentalnym popem, alternatywą, elektroniką i jazzem. Repertuar płyty obejmuje awangardowe i nowoczesne wersje starych polskich pieśni przemieszane ze współczesnymi autorskimi kompozycjami Osickiego, tym samym aktualizując i odświeżając polską muzykę z dawnych lat. Podczas czerwcowego koncertu w Gdyni zespół wystąpi w składzie: Paweł Osicki (perkusja, wokal), Skubas (wokal, gitara), Antoni Ziut Gralak (trąbka), Piotr Mania (fortepian, synth) oraz Jacek Mazurkiewicz (bas).

Gdynia, Klub Atlantic,
7 czerwca godz. 19:00

Domy i apartamenty COSTA BLANCA

WYNAJEM i SPRZEDAŻ



DOSKONAŁA INWESTYCJA
REWELACYJNY WYPOCZYNEK

Bezpłatne konsultacje w biurze w Gdyni

www.mojahiszpania.eu tel. 508 510 777

Ponad 320 dni słońca w roku • Windsufring • Kitesurfing • Nurkowanie • Yachting • Górskie wspinaczki • Rafting • Wodospady • Piaszczyste plaże • Wydmy • Lecznicze błota
Idealny klimat • Ciepła zima • 6 regionów winiarskich • Golf 7 pól • 4 Aquaprki • Tematyczny Park Rozrywki • Oceanarium • Park Nauki i Techniki • Górskie wędrówki

Pierre Cardin®
PARIS

Znana marka doskonałym prezentem



ROSNOWSKI | GIFT
tel. (+48) 58 664 77 33
tel. (+48) 513 097 733
info@rosnowski-gift.pl
www.rosnowski-gift.pl

SIMPLY THE BEST GIFTS

vipBAND®
Nr 1 w Polsce

NOWOŚĆ OPASKI elastyczne



Opaski **Rubber band** - elastyczne bransoletki na rękę wielokrotnego użytku, doskonała **pamiątka z imprezy, pobytu w hotelu, SPA lub innej atrakcji.**







Opaski **BEZPIECZNE DZIECKO – Safety Child Band**, to najlepsza pomoc dla rodziców, których dziecko zagubiło się na plaży, festynie, wakacjach, itp. Wielokrotne zapięcie, możliwość wpisania danych dziecka oraz nr kontaktowego do rodziców to atuty naszej opaski.

www.vipband.com.pl • tel. 513 09 77 33

TRZEJ MUSZKIETEROWIE W GTS

Trzej muszkieterowie Aleksandra Dumasa, powieść która od lat znajduje się w kanonie literatury młodzieżowej, stała się dla twórców spektaklu – Teatru Alatyr – pretekstem do cofnięcia się w czasy swojego dzieciństwa. Spektakl zobaczymy na scenie Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego w dniach 5 – 6 czerwca 2018.



PATRONUJE PRESTIŻ

Wspomnienia chłopięcych gonitw, podwórkowych gier, wspinaczek po drzewach i rowerowych wypraw łączą się tu z pierwszymi fascynacjami literackimi i filmowymi.

– Pamiętamy emocje, które towarzyszyły nam przy lekturze książek Alfreda Szklarskiego, Karola Maya, Juliusza Verne'a, pamiętamy nadawane w telewizji w niedzielne przedpołudnia hollywoodzkie filmy kostiumowe. Była w nas potrzeba, aby odbywać podróże do odległych krajów i przeżywać przygody, które można by było później opowiadać – **mówią autorzy spektaklu.**

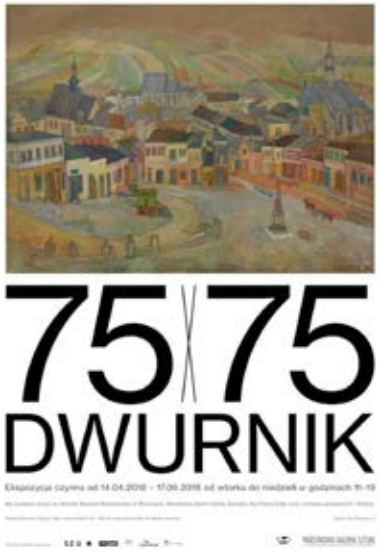
W rzeczywistości lat '90 mało którzy rodzice mogli pozwolić sobie na wysłanie dziecka za granicę, zapisanie go na kurs jazdy konnej, albo lekcje szermierki. Miejscami dziecięcych zabaw były podwórka z kilkoma drzewami, piaskownicą i pordzewiałym trzepakiem stojącym przed śmietnikiem. Tam poznawało się znaczenia słów takich jak przyjaźń i odwaga, tam przeżywało się najbardziej pamiętne chwile.

W opowieści o tym, jak dzielny d'Artagnan usiłuje zostać jednym z królewskich muszkieterów, kryje się pochwała zabawy i fantazji, lojalności względem przyjaciół oraz tęsknota za czasami, w których nie było nic złego w noszeniu krótkich spodenek i bieganiu po dachach garaży. Dla dorosłych spektakl jest nostalgicznym przypomnieniem o tym, że i oni byli kiedyś dziećmi. Dla dzieci to przykład, że zabawa na podwórku może być bardziej ekscytująca od gier komputerowych. mp

ROBAKOWSKI I DWURNIK W PGS

Państwowa Galeria Sztuki w Sopocie zaprasza na wernisaż monograficznej wystawy jednego z najwybitniejszych polskich artystów XX i XXI w., który odegrał niebagatelną rolę w kształtowaniu powojennego oblicza sztuki – Józefa Robakowskiego.

PATRONUJE PRESTIŻ





Na wystawie pt. "Józef Robakowski. Baczność! Wysokie napięcie!" prezentowane są prace z kolekcji artysty oraz kolekcji prywatnych z całego okresu działalności twórczej Józefa Robakowskiego w różnych technikach artystycznych. Robakowski to artysta, który realizuje się w takich mediach jak fotografia, wideo, film i kino poszerzone, instalacja, performance, ale również techniki tradycyjne, np. na papierze.

Na wystawie zobaczymy m.in. prace ze słynnego cyklu „Kąty energetyczne", który spajał różnorodne zainteresowania artysty i był realizowany w różnych mediach, od prac na papierze, fotografii, prac akrylowych, instalacji, poprzez wideo i film, a także koncepcje teoretyczne. Wystawa czynna jest do 24 czerwca.

Z kolei do 17 czerwca można oglądać wystawę „75x75 Dwurnik" zorganizowaną z okazji 75 urodzin tego wybitnego artysty. Na wystawie prezentowanych jest 75 olejnych prac, m.in. po latach można zobaczyć jeden z najwcześniejszych jego obrazów, niedawno odnaleziony widok Chęcin z 1966 roku. Poza tym zaprezentowane zostaną obrazy ze zbiorów warszawskiego Muzeum Narodowego, Zachęty, z kolekcji prywatnych i od samego artysty. mp

SPONSOR ŻYWIEC

Męskie Granie 2018

GDYNIA 11.08.2018

MADE BY

LIVE.
live is event

Agencja LIVE Sp. z o.o. • 80-363 Gdańsk, ul. Piastowska 67 • www.live.com.pl

THE ENERGY TAKEOVER WARSAW adidas

WARSAW GAMES WEEK

electronic beats

NIVEA PODWÓRKO NA PLAŻY

verva street racing

Energa BasketCup

Reebok BEAT OF SPEED WSŁUCHAJ SIĘ W SWÓJ TRENING

5. KONKURS LOTÓW RED BULL.

MEN'S EHF EURO 2016 POLAND OPENING & CLOSING CEREMONIES

EB HEL SPOT

Emigra

ORLEN WARSAW MARATHON NARODOWE ŚWIĘTO BIEGANIA



Agnieszka Nienartowicz: Ogród rozkoszy ziemskich

AGNIESZKA NIENARTOWICZ
OBRAZY JAK FOTOGRAFIE

ROZMAWIAŁA: MICHALINA DOMOŃ

Trójmiejska malarka, Agnieszka Nienartowicz podbiła ostatnio internet, wywołując falę wątpliwości swoim obrazem „Ogród rozkoszy ziemskich", który do złudzenia przypomina zdjęcie. Choć artystka odcina się od fotorealizmu – nurtu w malarstwie, którego twórcy za cel stawiają sobie tworzenie obrazów niczym fotografii, nie można odmówić jej precyzji warsztatu na ich miarę. Talent Nienartowicz docenili nie tylko internauci, ale również kolekcjonerzy z różnych zakątków świata. Nic dziwnego. Jej prace wyróżnia nie tylko świetna technika, ale również wrażliwość i unikatowy sposób widzenia. Malarka wplata motywy z obrazów wielkich mistrzów jako atrybut we współczesny portret.

Obraz czy fotografia - zastanawiały się ostatnio polskie i zagraniczne media internetowe, publikując jedną z Twoich prac. Zaczynając studia na malarstwie chciałaś dążyć do takiej precyzji w malowaniu? Wiedziałaś, że realizm będzie kierunkiem, w którym się ono rozwinie?
Media, a zwłaszcza te internetowe, mają to do siebie, że zajmuje je głównie ta najbardziej powierzchowna sfera, dostrzegalna przy pierwszym spojrzeniu. Myślę, że wartością „Ogrodu rozkoszy ziemskich" - bo o tym obrazie mowa – jest fakt, że składa się z kilku płaszczyzn interpretacji. Dylemat „obraz czy zdjęcie?" jest tą najbardziej naskórkową. Nie interesuje mnie fotorealizm – jego priorytetem jest namalowanej danej sceny tak, by była jak najwierniejszą kopią fotografii, włącznie z malowaniem martwych pikseli, szumów, aberracji chromatycznych czy innych błędów zapisu. Realizm nie jest dla mnie celem samym w sobie, ale wynika ze sposobu, w jaki patrzę na świat.


Agnieszka Nienartowicz: Autoportret

W jaki sposób patrzysz na świat?
Od dziecka bardzo uważnie przyglądałam się temu, co wokół, jestem perfekcjonistką, denerwuje mnie niechlujstwo, brak uporządkowania, chaos. Jestem też bardzo dociekliwa. Zawsze byłam mocno zdyscyplinowana, musiałam mieć wszystko pod kontrolą. Myślę, że mam zdolność wnikliwego i badawczego widzenia rzeczywistości. Sposób, w jaki maluję wypływa więc naturalnie z mojej natury. Oprócz tego doceniam wysokie umiejętności warsztatowe i wspaniałą technikę, imponuje mi to i potrafię długo zachwycać się doskonale namalowanym obrazem; nie lubię bylejakości. Od początku wiedziałam też do czego dążę i czego pragnę.

Czy internetowy szum medialny wokół Twojej osoby jest dla ciebie wartością? Zależy Ci na popularności? Dlaczego i dla kogo tworzysz?
Internetowy szum medialny przełożył się na realne zainteresowanie moimi obrazami. Odzywają się do mnie poważne galerie oraz poważni kolekcjonerzy z całego świata, posiadający w swoich kolekcjach znaczące nazwiska. Sztuka zawsze miała i ma za zadanie wzbudzać emocje, poruszać, ciekawić, zmuszać do myślenia, denerwować, zachwycać. Nie ma dla artysty nic gorszego, niż wzruszenie ramion jako reakcja na to, co robi. Ten „szum medialny" pokazuje mi, że to, co robię, porusza ludzi i jest to dla mnie cenne. Wartościowa, dobra twórczość zawsze łączy się z rynkiem, pieniędzmi i handlem – poprzez galerie, muzea, kolekcjonerów, aukcje sztuki. Uważam, że artysta udający, że ten świat nie istnieje i mu na nim nie zależy, prawdopodobnie rozgrzesza sam siebie i swoją twórczość, która prawdopodobnie nie wzbudza zainteresowania. Uważam też, że wykorzystywanie możliwości, które otwierają współczesne metody promocji, pozwalają artyście funkcjonować we współczesnym, szybko zmieniającym się świecie.



Agnieszka Nienartowicz: Uwielbienie

Skąd pomysł, żeby wytatuować plecy postaci motywem z obrazu Hieronima Boscha „Ogród rozkoszy ziemskich?"
Przed namalowaniem tego obrazu zastanawiałam się nad naturą człowieka: bez względu na kulturę czy miejsce zamieszkania, wszyscy jesteśmy tacy sami. Pragniemy dobra, być kochanymi i kochać, jest w nas potrzeba i naturalne poczucie sprawiedliwości. Jednocześnie jednak pociąga nas zło, a jego czynienie często sprawia nam rozkosz. Ten dualizm mamy zapisany wewnątrz nas, jednak nasza natura widoczna jest też przecież na zewnątrz. Postanowiłam wypisać to na pięknym ciele młodej dziewczyny. Zastanawiałam się co to ma być i przed oczami stanął mi wspaniały i jednocześnie przedziwny tryptyk Hieronima Boscha. Ten obraz jest piękny, a pokazuje zło i spustoszenie. Dodatkowo, delikatność kobiety i wulgarność tatuażu, czy też malowidła na plecach jest w moim odczuciu mocnym zderzeniem.

Malarstwo, choć wraca do łask, w niektórych środowiskach artystycznych jest obszarem niszowym, a dla niektórych twórców „obciachem". Dlaczego wybrałaś, tę, trudniejszą drogę, mając do dyspozycji wiele innych, współczesnych mediów, dających natychmiastowość efektu?
Pierwsze słyszę, żeby malarstwo olejne było obciachem! Jeśli już coś jest obciachem, to prędzej współczesne media poprzez właśnie natychmiastowość efektu, gdzie brak umiejętności można zastąpić nieustannymi poprawkami, pracą na warstwach i ciągłym wciskaniem przycisku „cofnij". Nie zdziwiłabym się, gdyby za 20, 30 lat okazało się, że ciężko jest znaleźć kogoś, kto posiada w ręku fach, pozwalający sprawnie i poprawnie namalować choćby jabłko, nie wspominając nawet o portrecie.


Agnieszka Nienartowicz: Killing the dragon

Ile lat pracy i ile wyrzeczeń kosztuje osiągnięcie tak wysokich umiejętności technicznych w malarstwie?
Bardzo dużo. Myślę, że jestem trochę tytanem pracy, potrafię funkcjonować jak maszyna. Już w liceum nie mogłam spać po nocach, bo zastanawiałam się jak rozwiązać obraz, nad którym pracowałam. Nigdy nie traktowałam malowania jako wyrzeczenia, jednak prawdą jest, że wszystko wokół podporządkowane jest właśnie temu: życie towarzyskie, podróże, spędzanie wolnego czasu. Malarstwo daje mi życiowe spełnienie i satysfakcję. Kiedy teraz wspominam siebie z czasów studiów, to myślę, że byłam nieco dziwnym przypadkiem – prawie nie imprezowałam, bo najzwyczajniej szkoda mi było na to czasu, a na piątym roku nad moją sztalugą wisiała duża kartka z napisem „Nie przeszkadzać jak maluję i mam na uszach słuchawki". Zawsze kiedy wracam po urlopie do moich obrazów, niezmiernie się cieszę i czuję przyjemną ekscytację.

Jak długo pracujesz nad jednym obrazem? Na co szczególne zwracasz uwagę podczas pracy?
Zazwyczaj jeden obraz to jeden miesiąc malowania. Praca nad nim zaczyna się jednak dużo wcześniej, niekiedy i kilka miesięcy przed samym malowaniem. Najbardziej gimnastykuję się umysłowo przy pracy nad projektem, rozrysowaniem moich myśli na kartce, przekładaniem ich na obraz. Następnie zapraszam modela, wykonuję sesję zdjęciową – zdarza się, że praca z modelem również przynosi nowe pomysły. Sam proces malowania jest najbardziej przyjemnym, choć również wymagającym.

Późnośredniowieczne motywy przeniesione z dawnych obrazów często pojawiają się w twoich pracach. Skąd pomysł na takie realizacje?
Prawdę mówiąc, nie wiem jak to się stało, że pierwszy raz umieściłam obraz w obrazie. Jako studentka miałam wielką ciekawość i pragnienie zobaczenia obrazów, które znałam z reprodukcji. Ponieważ nie miałam za dużo pieniędzy, podróżowałam autostopem po Europie, odwiedzając największe muzea i galerie: w Paryżu, Londynie, Wiedniu, Amsterdamie. Lubię spotykać się z ukochanymi obrazami oko w oko. Podpatruję technikę i warsztat starych mistrzów. W dobie internetu jest to bardzo proste, jednak kontakt z dziełem twarzą w twarz jest najbardziej fascynujący. Kocham starych mistrzów za ich warsztat, kunszt, myśl, wirtuozerię i mądrość. Często w naszym świecie konsumpcjonizmu i zniecierpliwienia tego nie doceniamy. Myślę, że tak mocno zrosłam się z tymi wszystkimi obrazami, że naturalnie i one „wrosły" w to, co maluję. Traktuję je jednak jako atrybuty, a włączając je w swoje obrazy po części przenoszę ich pierwotne znaczenie, a po części zmieniam je i stawiam w zupełnie nowym kontekście. To jest chyba taki mój prywatny dialog z twórcami, których dzieła kocham – a może też i mój osobisty hołd.

NIERUCHOMOŚĆ PREMIUM SPRZEDAŻ TYLKO Z FACHOWCEM

ROZMAWIAŁ: MAX RADKE **/ FOTO:** NATALIA ZWOLIŃSKA

Rynek nieruchomości luksusowych w Polsce dynamicznie się rozwija. Prym wiedzie oczywiście Warszawa, ale i w Trójmieście ten segment rośnie do tego stopnia, że popyt przewyższa podaż. Jakie są perspektywy tego rynku, dlaczego warto powierzyć sprzedaż tego typu nieruchomości doświadczonej agencji, kto kupuje apartamenty premium? Na te pytania odpowiada Agata Karolina Lasota, właścicielka agencji Lasota Business Consulting.

Rynek apartamentów premium, czyli takich gdzie m2 kosztuje co najmniej 20 tys. zł, wzrośnie w tym roku w Polsce o ok. 8 proc. W 2017 r. ta branża była warta 1,3 mld zł - wynika z raportu "Rynek apartamentów luksusowych" firmy EY. Faktycznie jest tak dobrze?

Na temat wartości tego rynku w Polsce i jego dynamiki wzrostu są różne dane, w zależności od firmy, która robi raport, jak i tego od jakiej kwoty zaczyna się nieruchomość premium. Faktem jest jednak, że w Polsce rynek ten dopiero się rodzi i dość szybko rozwija. W każdym z tych raportów podkreśla się również, że biorąc pod uwagę historyczne wzrosty cen i sytuację społeczno-ekonomiczną kraju, w kolejnych latach będziemy obserwować dalszy wzrost wolumenu transakcji przy jednoczesnym wzroście cen. W największym stopniu dotyczy to nieruchomości w Warszawie, które stanowią około 60 procent całego rynku, ale także i w mniejszych, również atrakcyjnych lokalizacjach, popyt będzie wzrastał.

Wciąż jednak daleko nam do najważniejszych aglomeracji na świecie. Cena metra kwadratowego w topowych lokalizacjach w kraju i za granicą różni się prawie 10-krotnie.

Nie zapominajmy w jakim miejscu na gospodarczej mapie świata jesteśmy. Ten dystans powoli się zmniejsza, a wpływ na to ma z jednej strony wzrost popytu w Polsce i idący za tym wzrost cen i zupełnie odwrotna sytuacja na świecie. Tam rynek jest już nasycony i po kilku latach wzrostów obserwujemy zastój, a w tych topowych metropoliach nawet spadki cen związane z tym, że po prostu nieruchomości luksusowe trudniej tam sprzedać. Przykładowo, ceny w centrum Londynu są już o 15 procent niższe niż pięć lat temu. Na fali szybko rosnącego zainteresowania luksusowymi nieruchomościami powstało zbyt wiele budynków, rynkowi przestały sprzyjać czynniki makroekonomiczne.



Agata Karolina Lasota

Inwestorzy zaczęli szukać innych rynków?

Tak. Jednym z takich rynków jest Polska, kraj dynamicznie się rozwijający, w którym jakość życia jest coraz lepsza, i w którym ceny są bardzo atrakcyjne. Zauważam to również po moich klientach. Moja agencja specjalizuje się w najmie korporacyjnym, moi klienci to międzynarodowe firmy i instytucje, korporacje, placówki dyplomatyczne. Dla nich, dla pracowników, których tutaj ściągają, szukam apartamentów i domów na wynajem w wysokim standardzie, mam także wielu klientów zainteresowanych zakupem nieruchomości premium w Trójmieście. Takie apartamenty kupują za pośrednictwem naszej agencji nie tylko ludzie zamożni, którzy szukają luksusowego lokum, ale także fundusze inwestycyjne.

Czym powinna się charakteryzować nieruchomość segmentu premium?

To luksusowe apartamenty, wille miejskie i zabytkowe kamienice w najlepszych lokalizacjach. Oprócz ścisłego centrum Gdańska czy Gdyni, wielką popularnością w Trójmieście cieszą się dzielnice, które mają unikalny charakter, tereny zielone i rekreacyjne, piękną architekturę, czy usytuowane są w pasie nadmorskim. Tego typu nieruchomości charakteryzują się wykończeniem w najwyższym standardzie, dodatkowymi udogodnieniami dla mieszkańców, tj. parking, siłownie i strefy relaksu, obsługa concierge, świetne sąsiedztwo z dostępem do dobrych restauracji, dobry dojazd do centrów biznesowych. Takie nieruchomości mam w swojej ofercie, takich też w dalszym ciągu poszukuję.

Załóżmy, że mam taką nieruchomość. Dlaczego mam ją powierzyć do sprzedaży Pani, a nie zdecydować się na sprzedaż otwartą w wielu biurach nieruchomości?

Myślę, że podstawowym argumentem jest wieloletnie doświadczenie agencji Lasota Business Consulting w obsłudze, sprzedaży i najmie nieruchomości premium i współpraca w tym zakresie z klientem korporacyjnym. My po prostu mamy klientów, którzy są takimi nieruchomościami zainteresowani, nie musimy ich specjalnie szukać, zatem jeśli nieruchomość będzie faktycznie atrakcyjna, to szybko jesteśmy w stanie znaleźć kupca lub najemcę. Poza tym, umowa na wyłączność oznacza 100% zainteresowania agenta nieruchomością, Sprzedający ma tylko jednego, osobistego agenta, z którym pozostaje w stałym kontakcie i może być pewien, że agent reprezentuje wyłącznie jego interesy. To kompleksowa obsługa klienta, spokój, bezpieczeństwo i zaufanie. Agent jest odpowiedzialny za całość transakcji, a sprzedający może się zrelaksować wiedząc, że osoba, którą osobiście zna, fachowo i efektywnie zajmuje się procesem sprzedaży jego nieruchomości.

LBC

LASOTA BUSINESS CONSULTING REAL ESTATES

Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/13 (Tritum Business Park), tel. 793 730 792, www.lbconsulting.pl, info@lbconsulting.pl

Centralne Biuro Bezpieczeństwa Personalnego

NIEPOKORNE PROJEKTY, KTÓRE ZWRACAJĄ UWAGĘ - TO ZADANIE DLA NAS

- Windykacja bezpośrednia
- Nieruchomości - odzyskiwanie, przejęcia, dozór, asysta podczas eksmisji
- Rozwiązania detektywistyczne
- Wywiad gospodarczy
- Asysta, eskorta
- Kursy i szkolenia z technik interwencyjnych oraz samoobrony



Gdynia ul. Zbożowa 54 www.biurocbbp.blox.pl biurocbbp@gmail.com 790 850 921

PODSTAWĄ KAŻDEGO SUKCESU W BIZNESIE SĄ LUDZIE

ROZMAWIAŁA: MAGDALENA MYRLAK

Metropolitan Investment jest pierwszym w Polsce zespołem wyspecjalizowanym w usługach doradztwa biznesowego w oparciu o nieruchomości dochodowe. Inwestycje spółki są realizowane z sukcesem dzięki innowacyjnemu podejściu i dogłębnej analizie rynku. O tym, jak budować zespół złożony ze specjalistów i utrzymywać stałe zaangażowanie wśród utalentowanej kadry, opowiada Maciej Skwarko, Dyrektor biura HR w Metropolitan Investment S.A.

Metropolitan Investment istnieje na rynku od 2 lat. W jaki sposób, w tak krótkim czasie, udało się zbudować tak duży zespół, który obejmuje już kilka oddziałów w Polsce? Czy w planach spółki jest dalsze poszerzanie zasięgu działania?
Nasza organizacja od zawsze rozwijała się bardzo dynamicznie. A o tym, że ze spółki liczącej na początku zaledwie kilka osób, firma tak szybko rozrosła się i zatrudnia obecnie ponad 130 pracowników, zadecydowała przede wszystkim nasza oferta produktowa oraz wizja rozwoju i tworzenia organizacji. Atrakcyjny produkt, czyli dochodowe nieruchomości komercyjne dostępne dla inwestorów indywidualnych, to jedna z bardziej opłacalnych i coraz popularniejszych na polskim rynku form lokowania kapitału. To w połączeniu z sytuacją ekonomiczną spowodowało, że po wprowadzeniu naszych rozwiązań, w niedługim czasie udało się osiągnąć ugruntowaną pozycję na rynku. My jednak nie zamierzamy zwalniać tempa. Do naszych obecnych oddziałów w Warszawie, Gdańsku, Poznaniu i Krakowie, już w czerwcu br. dołączą dwa nowe: we Wrocławiu i Łodzi. Natomiast na przełomie trzeciego i czwartego kwartału br., rozpoczniemy swoją działalność na rynku zagranicznym – w Stanach Zjednoczonych.

Te ambitne plany rozwoju, muszą wiązać się z kolejnymi potrzebami rekrutacyjnymi. Jak radzicie sobie z wyzwaniami rynku, dotyczącymi rekrutacji talentów w obszarze inwestycji i nieruchomości?
Obecnie prowadzimy blisko 80 procesów rekrutacyjnych, co pokazuje, że nasze potrzeby są naprawdę bardzo duże. Ponieważ zależy nam na najlepszych specjalistach i ekspertach, stosujemy aktywne sposoby dotarcia do kandydatów. Zamiast zamieszczać standardowe ogłoszenia, w większości stawiamy na aktywności headhunter'skie. Dzięki temu docieramy do grupy wyselekcjonowanych kandydatów o określonych kompetencjach, którzy zasilając nasz zespół, mogą wnieść do niego zasób wiedzy i kompetencji, na którym nam zależy.



Wiele firm stara się dziś w jakiś sposób wyróżnić na rynku, np. poprzez swoją wyjątkową kulturę organizacyjną. Dzięki temu mają szansę podnieść swoją atrakcyjność dla potencjalnego pracownika. Na co stawia Metropolitan Investment?
We wszystkim co robimy, kierujemy się systemem wypracowanych wartości. Współpraca, rozwój i skuteczność stanowią podstawę naszych codziennych aktywności, co z kolei prowadzi do realizacji celów spółki i zadowolenia pracowników. To dzięki nim budujemy zaangażowanie pracowników i tzw. team spirit, czyli ducha zespołu oraz przyjazne środowisko pracy, w którym możliwe jest efektywne współpracowanie. W Metropolitan Investment każdy może mieć wpływ na organizację. Pytamy naszych pracowników o zdanie, dzielimy się doświadczeniami i uważnie słuchamy ich rekomendacji. Wszystko po to, by wypracowywać najlepsze rozwiązania oraz wyłaniać nowe, ciekawe pomysły. Dodatkowo zamierzamy jeszcze więcej uwagi poświęcić rozwojowi kompetencji pracowników i samej kultury organizacyjnej spółki, dlatego w tym celu rozbudowaliśmy Biuro HR o zespół ds. Szkoleń i Rozwoju.

Jakie konkretnie inicjatywy podejmuje Metropolitan Investment, by przyciągać i utrzymywać najlepszych specjalistów w branży?
Uważamy, że podstawą każdego sukcesu w biznesie są ludzie. Dlatego dbamy o to, by nasi pracownicy mieli możliwość korzystania z inicjatyw, które pozwolą im się rozwijać oraz relaksować. Stawiamy przede wszystkim na te formy działań, które są zbieżne z wartościami naszej organizacji i pozwalają tworzyć przyjazne miejsce pracy. Zależy nam na tym, by tworzyć zgrany zespół, dlatego spora część aktywności opiera się na integracji. Współpracę rozpoczynamy od Welcome Day, czyli programu powitalnego dla nowych pracowników, poza tym dwa razy w miesiącu organizujemy integracyjne śniadania dla pracowników. Inicjatywy Metropolitan Pro Active obejmują z kolei programy dla pracowników związane z aktywnością fizyczną i sportem, m.in. wspólne treningi crossfit czy udział w imprezach biegowych. Dodatkowo, chętni mogą korzystać z zajęć z języka angielskiego oraz zasobów firmowej biblioteki.

METROPOLITAN
Investment

METROPOLITAN INVESTMENT S.A.
Centrala Warszawa | ul. Grzybowska 5A, 00-132 Warszawa | 48 535 50 20 50
Oddział Gdańsk | al. Grunwaldzka 103A, 80-244 Gdańsk | 48 535 80 80 40
Oddział Poznań | ul. Święty Marcin 24, 61-805 Poznań | 48 535 80 50 80
Oddział Kraków | al. Pokoju 1, 31-548 Kraków | 48 535 50 70 70
www.metropolitaninvestment.pl info@metropolitaninvestment.pl

Primavera
JASTRZĘBIA GÓRA
czuj się zaproszony

NOWE CENTRUM KONFERENCYJNE NAD MORZEM



15 sal konferencyjno-bankietowych



600 komfortowych miejsc noclegowych



650m2
największa sala
6m wysokości

450
miejsc w ustawieniu **bankietowym**

700
miejsc w ustawieniu **teatralnym**

PRIMAVERA TO TAKŻE:

PARK WODNY



CENTRUM SPA



GASTRONOMIA



NIGHT CLUB



www.primaveraspa.pl

Primavera Jastrzębia Góra
ul. Rozewska 40/42
84-104 Jastrzębia Góra

Rezerwacje:
konferencje@primaveraspa.pl
tel. (58) 776 24 47
Agnieszka Szydłowska 609-759-900
Jarosław Orłowski 607-276-777

ZAPAKUJ SOBIE SAMOLOT

ROZMAWIAŁ: MAX RADKE **/ FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Świat dzisiaj nie ma ograniczeń i stoi przed nami otworem. Sprzedajemy i kupujemy globalnie, rozwijająca się gospodarka stwarza możliwości swobodnego obrotu najróżniejszymi towarami. Stwarza to wyzwania dla transportu, szczególnie gdy mamy do czynienia z towarami wielkogabarytowymi. Równolegle rozwija się także branża pakowania do transportu. O tym jak zapakować turbinę wiatrową, czy skomplikowaną linię produkcyjną opowiada Daniel Brzeski, dyrektor oddziału firmy KADOR w Gdańsku.



Daniel Brzeski Dyrektor Oddziału | Branch Manager KADOR

Nie od dziś wiadomo, że światem rządzi pieniądz, a pieniądze generowane są poprzez handel. Z handlem zaś związany jest transport towarów – drogą morską, lądową, jak i powietrzną. Jaką rolę w transporcie odgrywa pakowanie towarów?

Kluczową. Codziennie po morzach, oceanach, drogą lądową, powietrzną transportuje się miliardy ton różnego rodzaju towarów, na których oparte jest światowe PKB. Transportowane towary warte są miliony, ich uszkodzenie to wymierne straty dla firmy. Dlatego wszystko zaczyna się od właściwego zapakowania danego towaru. O ile w przypadku małych towarów nie ma z tym problemu, to już jednak pakowanie większych przedmiotów, niezwykle delikatnych, ponadgabarytowych, to już wyższa szkoła jazdy. Nasza firma właśnie tym się zajmuje - od projektowania i budowy opakowań, poprzez proces pakowania z uwzględnieniem specyficznych wymogów dla danej wysyłki, aż po załadunek i zabezpieczenie przed uszkodzeniami mechanicznymi podczas transportu morskiego, lądowego i lotniczego. Pakowanie eksportowe wykonujemy w jednym z naszych zakładów lub w dowolnej lokalizacji wskazanej przez zleceniodawcę.

Jak zatem pakuje się te największe, niestandardowe ładunki, jak np. elementy elektrowni wiatrowej, linie produkcyjne, czy przęsła mostów?

Tworzymy różnorodne drewniane opakowania transportowe – od lekkich, prostych palet jednorazowych poprzez skrzynie ażurowe i pełne, aż po skomplikowane konstrukcje stalowo-drewniane. Wszelkie opakowania, które mają za zadanie przenieść duże obciążenie muszą zostać najpierw zaprojektowane. Nad tym pracuje nasz dział projektowy. Tutaj nie ma rozwiązań gotowych, wziętych ze sklepowej półki. Każde opakowanie eksportowe to indywidualny projekt opracowany z wykorzystaniem najnowocześniejszej technologii CAD, z uwzględnieniem wszystkich czynników ryzyka wpływających na stabilność, wytrzymałość, czy funkcjonalność opakowania. Na podstawie projektu budujemy opakowanie. W zależności od rodzaju przewożonego towaru zapewniają one ochronę przed uszkodzeniami mechanicznymi, czynnikami klimatycznymi i biologicznymi.

Taką maszynę, linię produkcyjną, przęsło, czy silnik elektrowni trzeba jednak przed spakowaniem zdemontować.

Zajmujemy się też demontażem i montażem ładunków, które mają zostać zapakowane. Tu jest ścisła współpraca z klientem, z którym nasi inżynierowie konsultują jakie są możliwości rozłożenia takiej maszyny tak, aby można ją było przetransportować standardowymi środkami i potem szybko ją złożyć i uruchomić. To pozwala na uniknięcie transportu ładunku ponadgabarytowego i znacznie obniża koszty operacji transportowej. Oczywiście nie zawsze jest to możliwe i jedyną możliwością jest transport ładunku ponadgabarytowego, ale i takie ładunki pakujemy i zabezpieczamy.

Odpowiednie zapakowanie i zabezpieczenie to nie tylko kwestia dbałości o ten towar, ale również o życie ludzkie.

Zdecydowanie tak. Szczególnie jest to odczuwalne przy transporcie lotniczym. Prawo lotnicze pisane jest ludzką krwią. Wiele wypadków lotniczych spowodowanych jest przez niewłaściwie spakowany lub źle przymocowany towar. Przeciążenia są ogromne, jeśli popełnimy błąd, ładunek może wypaść ze skrzyni, przesunąć się. Wpływa to na wyważenie samolotu, a zmiana środka ciężkości w trakcie lotu to murowana katastrofa. Tutaj nie ma marginesu na błąd, a odpowiedzialność, która na nas ciąży jest naprawdę ogromna.

Jakie są największe wyzwania dla takiej firmy jak KADOR przy ładunkach wielkogabarytowych?

Niezależnie od rozmiaru, do każdego cargo podchodzimy indywidualnie. Ładunki nienormatywne osiągają wielkie masy i tym samym potęgują wyzwanie. Konieczne jest wykonywanie indywidualnych konstrukcji stalowych, na szczęście posiadamy w strukturach organizacyjnych jednostki, które specjalizują się w obróbce stali. Niejednokrotnie towar naszych klientów jest nie tylko duży i ciężki, ale i konstrukcyjnie bardzo delikatny, wtedy precyzja naszych wyrobów ma ogromne znaczenie. Utrzymujemy dzięki zastosowaniu nowoczesnych frezarek cnc. Wyzwania są po to aby im sprostać.

Projektowanie i produkcja opakowań eksportowych dla niestandardowych i wielkogabarytowych towarów to bardzo precyzyjna i odpowiedzialna praca. Wiadomo, że diabeł tkwi w szczegółach. Gdzie można popełnić błąd i czym to skutkuje?

Błędów nie popełnia ten, kto nic nie robi. Unika-

my ich, minimalizujemy ryzyko ich wystąpienia, bo inwestujemy w jakość i ludzi, mamy poczucie odpowiedzialności. Spakowaliśmy kiedyś rozdzielnię elektryczną o wartości 500.000 Euro. Towar ładowany był na samochód przez klienta. Niestety, osoby dokonujące załadunku nie zauważyły, że skrzynia wykracza poza przestrzeń załadunkową samochodu. Skrzynia po opuszczeniu wózkiem widłowym przewróciła się dnem do góry. Proszę sobie wyobrazić, że dzięki dokładnie wykonanej usłudze pakowania, nie doszło w najmniejszym stopniu do uszkodzenia towaru klienta. Weźmy na przykład transport morski w kontenerach. Tutaj bardzo istotne jest sztauowanie kontenera zapewniające stabilność ładunku. Jeśli ktoś źle to zrobi, albo w ogóle tego nie zrobi, może dojść do przesunięcia środka ciężkości i na przykład przy rozładunku taki kontener może spaść z dużej wysokości i przewrócić całą wieżę kontenerów. Do zabezpieczania towaru wewnątrz kontenera używamy specjalnie wykonanych konstrukcji drewnianych, które w połączeniu z powietrznymi poduszkami sztauerskimi zapewniają stabilność ładunku.

Fot. © KADOR



Jakie jeszcze czynniki bierze się pod uwagę przy pakowaniu towarów do transportu morskiego?

Ładowność sprawia, że transport morski jest bezkonkurencyjny. Umożliwia dostarczenie dużej ilości towaru jedną przesyłką i zapewnia oszczędność finansową. Skrzynie eksportowe w transporcie morskim muszą chronić zawartość przed uszkodzeniami mechanicznymi oraz wpływem warunków atmosferycznych, takich jak duża wilgotność, zasolenie atmosfery, częsty brak cyrkulacji powietrza czy dobowe wahania temperatur. Stosujemy certyfikowane i najlepsze na świecie zabezpieczenia przeciwwilgociowe, systemy ograniczające ilość powietrza w opakowaniu, środki osuszające wewnątrz. Dodatkowo na opakowaniach umieszczamy urządzenia monitorujące stan ładunku podczas transportu w postaci wskaźników wilgotności, wstrząsu i przechyłu, informujących o ewentualnym przekroczeniu wartości granicznej wstrząsów, przewróceniu lub niebezpiecznym przechyleniu towaru podczas transportu czy przeładunku.

Jaką rolę w opakowaniach eksportowych odgrywa standaryzacja, a jaką kreatywność pakującego i jego indywidualne podejście do każdego projektu?

Standaryzacja jest bardzo ważna, aczkolwiek jest ona bardzo zawężona. Jest coś takiego, jak HPE, czyli niemieckie wytyczne, które są podstawą tego, by towar bezpiecznie dotarł na drugą część półkuli. Nie ma jednoznacznej instrukcji jak coś zrobić, żeby było dobrze. Są pewne kierunki, wskazania, w którą stronę należy zmierzać, aczkolwiek ostateczny sukces jest w dużej mierze zależny od doświadczenia i wyszkolenia project managera, który będzie projektował takie opakowanie. Mogłoby się wydawać, że każdy może zrobić jakąś skrzynię, ale jeśli mówimy o skrzyni wielkości kilku domków letniskowych, na dodatek spełniającej wszystkie warunki, o których mówiłem wcześniej, to z pewnością można mówić o kreatywności i indywidualnym podejściu do każdego projektu.

Wyczytałem, że najcięższy element pakowany przez KADOR ważył 170 ton. Co to było?

To była turbina do elektrowni. Zapakowanie tak ciężkiego ładunku jest oczywiście wyzwaniem, ale mieliśmy większe w naszej historii, jak na przykład przebudowa i zapakowanie na Antonowa dwóch skrzyń gdzie każda ważyła 50 tys. kg. Antonow to największy transportowy samolot świata, który notabene niedawno lądował w Gdańsku.

I gdzie tutaj było największe wyzwanie?

Przede wszystkim, zlecenie przyszło nagle, mieliśmy bardzo mało czasu, a realizacja odbywała się w pierwszy dzień świąt Bożego Narodzenia. Projekt polegał na przepakowaniu ładunku z transportu morskiego na transport lotniczy. To dwa różne rodzaje transportu, inaczej się ładunki pakuje, inaczej zabezpiecza. W transporcie lotniczym są bardzo duże przeciążenia pionowe. Wyobraźmy sobie, że samolot wpada w turbulencje. Wtedy przeciążenia, które działają na górę mogą sięgać nawet czterokrotności normalnej siły ciążenia. W transporcie morskim tak silne zjawiska nie występują. Wyzwaniem był czas – skomplikowany projekt, przebudowa opakowania, uzgodnienia techniczne z kapitanem w języku rosyjskim, a także realizacja na lotnisku, które w tym czasie normalnie funkcjonowało. Wszystko odbywało się w trudnych warunkach. Daliśmy radę.

Wśród waszych klientów są nie tylko przedsiębiorstwa wysyłające towary za granicę, ale równie firmy migrujące, które przenoszą swoje oddziały, linie produkcyjne. Jak zatem przenieść taką linię produkcyjną w sytuacji, gdy wiadomo, że to jest wielka konstrukcja składająca się z wielu elementów bardzo precyzyjnie złożonych, gdzie odgrywa rolę zaawansowana mechanika, inżynieria? Jak to się robi?

Podam przykład naszej realizacji w Szwajcarii. Demontowaliśmy tam linię produkcyjną do szyb samochodowych, po czym robiliśmy pakowanie, organizowaliśmy transport i montowaliśmy tę linię w zakładzie w Peru. Pierwsze wyzwanie to poradzenie sobie z licznymi wymaganiami formalnymi przed rozpoczęciem prac na terenie Szwajcarii. Stanęliśmy przed koniecznością koordynacji projektu w trzech językach – angielskim, niemieckim i hiszpańskim. Musieliśmy zmierzyć się z niespodziankami na miejscu. Otrzymaliśmy informacje, że w zakresie demontażu koniecznych będzie 12 transportów ponadgabarytowych. Po konsultacji z ekipą odpowiedzialną za pakowanie zredukowaliśmy ilość ponadgabarytów do 5, czyli tych absolutnie koniecznych. Klient zaoszczędził w ten sposób nawet 28.000 € na samych kosztach transportu morskiego. Nad całym projektem pakowania, demontażu i montażu linii produkcyjnej pracowało 20 osób, w tym elektrycy, mechanicy, pakowacze i dwóch project managerów. Spakowaliśmy ponad 108 skrzyń, które zostały wysłane w 28 kontenerach oraz 5 skrzyniach ponadgabarytowych.

CIEMNA STRONA RODO

AUTORKA: ELIZA ŁUCZKIEWICZ – LEX EDUCATIO

25 maja 2018r. w życie wchodzą przepisy, które zmieniają dość znacznie kwestie ochrony danych osobowych. Mowa tu o unijnym rozporządzeniu o ochronie danych osobowych, w skrócie RODO. Wspomniane rozporządzenie wprowadza wiele pozytywnych zmian w prawie w kontekście ochrony danych osobowych.



Jak zapewniają nas przedstawiciele Ministerstwa Cyfryzacji, nowe prawo ma zapewnić wyższy poziom bezpieczeństwa osób fizycznych oraz zwiększyć możliwość zarządzania i dysponowania własnymi danymi.

Ale czy RODO posiada tylko swoje jasne oblicze? Od miesięcy media straszą przedsiębiorców, stowarzyszenia czy też administrację publiczną. Głównym straszakiem są przewidziane w RODO gigantyczne kary, które sięgają kwot 20 mln euro za brak dostosowania instytucji do nowych przepisów, a kary pieniężne mają stanowić generalnie istotny zastrzyk budżetu państwa.

Jak już wcześniej zostało wspomniane, **przepisy RODO dotyczą praktycznie wszystkich podmiotów przetwarzających, choćby w minimalnym stopniu dane osobowe.** Zatem mowa tu zarówno o podmiotach publicznych, przedsiębiorcach, jak i osobach fizycznych prowadzących działalność gospodarczą, przetwarzających dane osobowe na niewielką skalę. Każda z tych instytucji stanie się administratorem tych danych. Zatem nieistotne jest to czy prowadzimy mały sklepik osiedlowy, zakład kosmetyczny, fundację czy średniej wielkości przedsiębiorstwo – musimy stawić czoła nowemu prawu.

Na czym polega największy problem RODO i zmian z nim związanych? Niestety, przedsiębiorcy nie dostają żadnego klucza, który pomagałby lub objaśniał co zrobić, by prawidłowo i należycie zabezpieczyć dane osobowe swoich klientów i pracowników. Przede wszystkim będą oni zmuszeni m.i.n. do przeprowadzenia audytów w swoich firmach, czyli analizy zasobów własnych, a w następnej kolejności staną przed wyborem najwłaściwszych środków zabezpieczających dane przed ich naruszeniem.

Nowe znaczy lepsze? Całkowicie nowym wyzwaniem dla administratorów danych będzie tzw. „samodonos". W ciągu 72 godzin od stwierdzenia naruszenia ochrony danych administratorzy będą zmuszeni do powiadomienia Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

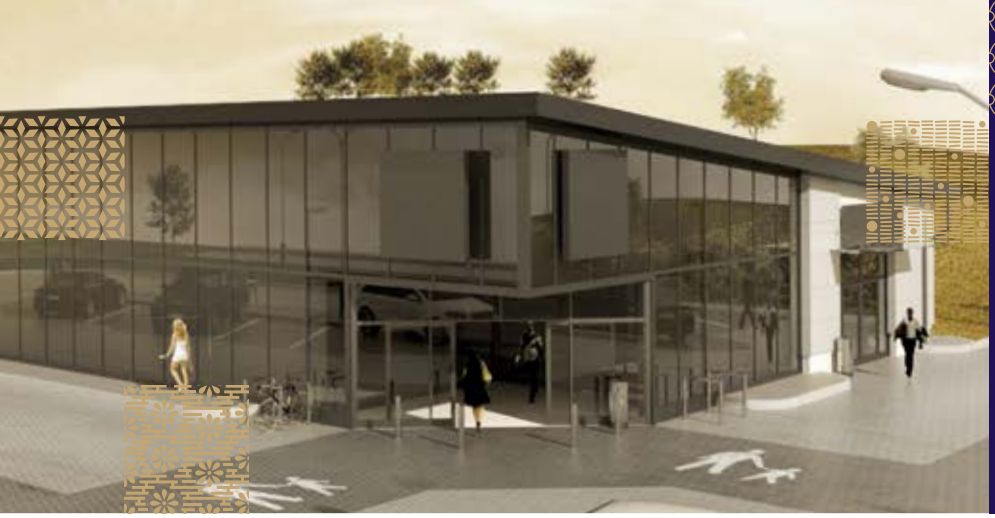
Jakie mają być odpowiednie środki? Niestety, na to pytanie nie ma jednej prawidłowej odpowiedzi, ponieważ RODO, co należałoby podkreślić, charakteryzuje się ogromnym poziomem ogólności przepisów. Tym samym nie pokazuje nam gotowych rozwiązań, możliwych do zaimplementowania w naszych instytucjach, wręcz przeciwnie, **RODO zrzuca odpowiedzialność dostosowania się do nowych przepisów całkowicie na przedsiębiorcę.**

Na pocieszenie dodając, wdrożenie do RODO absolutnie nie oznacza by nasza dokumentacja dot. ochrony danych (jeśli taką posiadamy), poszła do kosza. W pierwszej kolejności należałoby dostosować dotychczasową dokumentację, która obowiązywała nas zgodnie z dotychczasowymi przepisami do wymogów RODO. Takie dostosowanie będzie przede wszystkim dotyczyło zmian w zgodach na przetwarzanie danych osobowych, upoważnień do przetwarzania danych, wprowadzenia klauzuli informacyjnej, itd. Dodatkowo, RODO wskazuje na to byśmy dysponowali takimi dokumentami, jak m. in. rejestry czynności przetwarzania danych osobowych, rejestry naruszeń ochrony danych osobowych, czy umowy powierzenia danych.

Nie zawsze analiza sytuacji firmy jest prowadzona rzetelnie, dlatego też sugeruję, by tego typu procesy zachodziły poprzez wynajętą na tę okoliczność firmę, która profesjonalnie zajmie się sprawą kompleksowego wdrożenia RODO, tj. przeprowadzi audyt w firmie, dostosuje dokumenty do aktualnego stanu prawnego, przeprowadzi analizę ryzyka, czy też kompleksowo przeszkoli Państwa oraz Państwa pracowników z zakresu ochrony danych osobowych. Niestety wiąże się to z pewnego rodzaju obciążeniem finansowym, natomiast korzyści z tego mogą być naprawdę spore.

Zatem, przedsiębiorco, jeśli jeszcze nie przeanalizowałeś swojej sytuacji związanej z dokumentacją zgodną z rozporządzeniem, zrób to czym prędzej. Czas najwyższy rozważyć to, czy posiadacie Państwo odpowiedni zasób specjalistów w dziedzinie wdrożenia instytucji do RODO, czy też warto będzie skorzystać z firmy zewnętrznej, która profesjonalnie zajmie się kompleksowym wsparciem waszej instytucji. Jeśli nadal nie wiesz co zrobić, nie jesteś pewien jakiego rodzaju koszty możesz poświęcić na tego typu zagadnienie, chciałbyś się dowiedzieć jak wygląda kosztorys wdrożenia, napisz do nas.

LEX EDUCATIO – tel. 513 287 681, kontakt@lexeducatio.pl
www.lexeducatio.pl



HIGASA
nieruchomości

WARTO INWESTOWAĆ W LOKALE UŻYTKOWE

Jedną z najbezpieczniejszych form lokowania kapitału jest inwestowanie w nieruchomości komercyjne przeznaczone do prowadzenia działalności gospodarczej: w lokale handlowe, usługowe, obiekty biurowe i małe inwestycje przemysłowe. Ten sposób inwestowania jest bardziej opłacalny niż zakup mieszkań przeznaczonych na wynajem. Aby ułatwić inwestorom proces inwestycyjny i połączyć zainteresowane strony, powstały biura nieruchomości komercyjnych. Firmą, która specjalizuje się w pośrednictwie obrotu nieruchomościami, jest gdańskie biuro Higasa Nieruchomości sp. z o.o.



Rafał Pierzchliński

JAK SIĘ ZARABIA NA RYNKU LOKALI UŻYTKOWYCH?

Nieruchomości komercyjne są coraz częściej nabywane w celu czerpania zysków w postaci przychodów z najmu. Jest to dobry sposób na lokowanie oszczędności, a inwestycja gwarantuje pasywny przychód. Jednak trzeba się liczyć z tym, że zwrot z inwestycji nie będzie ekspresowy, choć rentowność takich nieruchomości jest bardzo wysoka. **– Średnie stopy zwrotu z zainwestowanego kapitału wahają się od 7 do 10 proc. To więcej niż w przypadku inwestycji w lokale mieszkalne**, gdzie można się spodziewać rentowności w wysokości 4–5 proc. – mówi Rafał Pierzchliński z Higasa Nieruchomości.

OD CZEGO ZACZĄĆ?

Ceny lokali użytkowych o małej powierzchni zaczynają się **już od 500 tys. zł.** W przypadku zakupu lokalu wynajętego przez popularne sieci handlowe, np. drogerie czy dyskonty trzeba dysponować kapitałem w wysokości od 2,5 mln zł. Do niedawna kapitał początkowy inwestycji na rynku komercyjnym był wyższy niż na rynku mieszkaniowym, jednak **dziś istnieją inne możliwości inwestowania dla osób posiadających mniejsze aktywa**. Jedną z nich jest zakup udziałów w niewielkich parkach handlowych. Naszych klientów wspieramy w tego typu (rentierskich) rozwiązaniach – tłumaczy Rafał Pierzchliński.

KORZYŚCI Z POSIADANIA NIERUCHOMOŚCI KOMERCYJNEJ

Lokal użytkowy jest dla właściciela **mniej uciążliwy w obsłudze niż lokal mieszkalny.** Często to najemca swoimi siłami przystosowuje go do swoich potrzeb, sam decyduje o jego aranżacji, wystroju. Najczęściej to najemca ponosi w większości (poza dużymi remontami) koszty napraw usterek, które powstały w trakcie eksploatacji lokalu. **Umowy najmu zawierane są na okresy od 5 do 15 lat, co przekłada się na stabilność i bezpieczeństwo dochodu z inwestycji.** A co jeśli zakupiony lokal właściciel zechce sprzedać razem z najemcą? Na podstawie przepisów Kodeksu cywilnego w chwili przekazania nieruchomości nowemu nabywcy zmienia się jedynie jedna ze stron kontraktu, lecz warunki pozostają te same.

LOKALIZACJA

W inwestowaniu w nieruchomości komercyjne niebagatelną sprawą jest dobra lokalizacja. Warto zwrócić uwagę na **lokale położone w centrach miast, przy głównych, ruchliwych ulicach**, w odnowionych kamienicach, gdzie chętnie lokują się np.butiki luksusowych marek. Jednak obecnie centrum miasta nie daje pewności, że zakupiony budynek będzie się cieszył ze strony najemców dużym zainteresowaniem. Często o wiele lepsze okazują się lokalizacje poza centrum, gdzie najemcami są często sieci spożywcze oraz dyskontowe. **Ważne jest, aby dojazd do nieruchomości nie był uciążliwy, dostępne były miejsca parkingowe** czy przystanki komunikacji miejskiej.

ZOBACZ WIĘCEJ NA → www.higasa.pl

PRESTIŻ PATRONUJE



Agata Lang, wiceprezydent Europejskiej Unii Kolarskiej, Alain Mompert, konsul honorowy Francji, Radosław Dębowczyk, Anchor Agent S.C



Robert Noceń, wiceprezes Carrefour Polska z żoną Iwoną Noceń



Fot. Krzysztof Nowosielski

Grażyna i Alain Mompert



Dagmara Sylwester, właścicielka Total Look, Przemysław Sylwester, współwłaściciel Browar Port Gdynia



Piotr Jacoń, TVN 24, Anna Maruszeczko, redaktor naczelna magazynu Uroda Życia



Joanna Matuszewska, Radio Gdańsk



Łukasz Greinke, prezes Zarządu Morskiego Portu Gdańsk

POLSKO – FRANCUSKA GALA CHARYTATYWNA

Ponad 150 tys. zł na rzecz hospicjum Bursztynowa Przystań zebrano podczas Wielkiej Polsko-Francuskiej Gali Charytatywnej, która odbyła się w hotelu Mercure Gdynia. Przyznano także „Bryłę Bursztynu" – nagrodę wręczaną za działalność na rzecz innych. Odebrała ją Joanna Matuszewska, dziennikarka Radia Gdańsk, autorka poradników adresowanych do osób cierpiących na choroby nowotworowe. **mp**



Od lewej: Sylwia Gadomska, dyrektor regionu północnego hoteli Mercure & Novotel, Michał Stankiewicz, prezes Prestiż Trójmiasto, Karolina Matysek, Personal PR, Jakub Jakubowski, redaktor naczelny Magazynu Prestiż, Justyna Jakubowska, Studio ZET-3, Daiva Maciule, dyrektor hotelu Mercure Gdynia Centrum



Józef Łukasiak, prezes Amacom Group Sp. z o.o



Radomir Szwed, prezes Best Foods Polska



Anna Stankiewicz – Ostaszewska, właścicielka marki Anja Coraletti, Tomasz Ostaszewski, prezes zarządu Monolit IT



Wojciech Kisielnicki, dyrektor ds. Logistyki Polpharma S.A., Ewa Kisielnicka, Bartłomiej Błażejowski, artysta malarz, architekt



Od lewej: Jolanta Czerwińska, Izabela Szymczak, radca prawny, Bartosz Żukowski, radca prawny



Albert Depta, prezes firmy Coldex



Iwona Canowiecka i Zbigniew Canowiecki, prezydent Pracodawców Pomorza



Ella Klemensowicz – projektantka biżuterii marki Ella K.


Bożena Markindorf, właścicielka restauracji Nowosopocka


Tomasz Filipiak i Milena Nawrot Filipiak, właściciele firmy Fine Dine


Agnieszka Orłowska, właścicielka firmy Ekostrateg, Paweł Orłowski, członek zarządu województwa pomorskiego

Fot. Krzysztof Nowosielski

OTWARCIE RESTAURACJI NOWOSOPOCKA

Lokalizacja tuż nad samym morzem, a siedziba to odrestaurowany, zabytkowy budynek należący do Politechniki Gdańskiej – na sopockiej mapie gastronomicznej pojawiła się nowa restauracja. Jej nazwa to Nowosopocka, a jej właścicielami są znani trójmiejscy restauratorzy, Ryszard Kokoszka i Bożena Markindorf. Podczas uroczystego otwarcia nie zabrakło degustacji kulinarnych, atrakcją był też recital Pauliny Czapli oraz prezentacja elektrycznego BMW i3 z BMW Zdunek. **mp**


Paweł Adamowicz, prezydent miasta Gdańska


Edyta Okroj, manager restauracji Nowosopocka


Jerzy Zając, sekretarz UM Gdynia

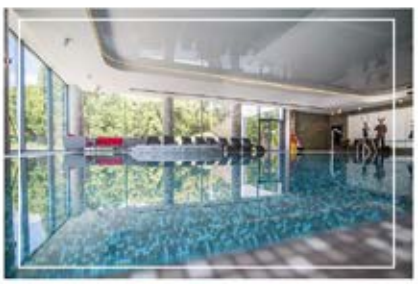

Marek Tłok, kanclerz Politechniki Gdańskiej, Dorota Jeleniewicz, AD Invest Nieruchomości


Prof. dr hab. inż. Jacek Namieśnik, rektor Politechniki Gdańskiej

HANZA ★★★★ PAŁAC

Rodzinne wakacje z atrakcjami w Pałacu Hanza Wellness & SPA w Borach Tucholskich


Komfortowe, klimatyzowane pokoje


Strefa Wellness & SPA


Park linowy dla dzieci i dorosłych

Hanza Pałac Wellness & SPA****
Rulewo 13, 86-160 Warlubie

tel: +48 52 320 90 94
facebook.com/hanzapalac

rezerwacja@hanzapalac.pl
www.hanzapalac.pl



Od lewej: Małgorzata Ziemkowska, Olivia Business Centre, Mariusz Zawadzki i Patrycja Pawlak-Riahi, właściciele Officyny, Monika Reszko, Human Concept&Solutions



Od lewej: Kamila Krzeska, trener personalny, Agnieszka Zawadzka, Officyna di Vinegre



Fot. Karol Kacperski

Od lewej: Monika Brzozowska, kierownik działu marketingu i PR Torus, Natalia Manuszewska, marketing manager Torus



Od lewej: Marcin Dejna, z-ca dyrektora ds. Komercjalizacji Torus, Maciej Suchanowski, project manager Torus, Joanna Suchanowska, Invena S.A.



Małgorzata i Tomasz Kaczmarek



Od lewej: Mariusz Zawadzki, Robert Łoś



Artur Draniczarek, współwłaściciel Tapas di Rucola, Beata Świętorecka

OTWARCIE OFFICYNY

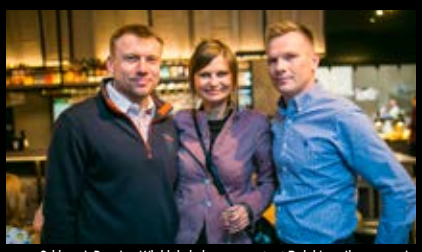
Około 100 gości wzięło udział w uroczystym otwarciu restauracji Officyna di Vinegre. Lokal znajduje się w budynku Argon gdańskiej Alchemii. Właścicielom, doświadczonym restauratorom, zależało na stworzeniu miejsca, w którym ludzie będą mogli zarówno dobrze zjeść, jak i mieć możliwość odreagowania po ciężkim dniu„ stąd też nazwa Officyna. Jest to również nawiązanie do staropolskiej nazwy oficyny, w której przygotowywane było jedzenie. **mp**



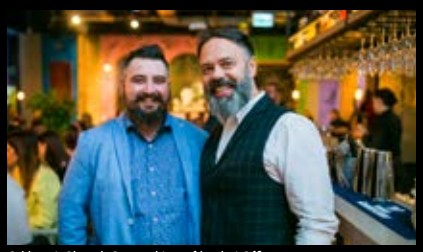
Konrad Brodowski, współwłaściciel klubu Wtedy



Od lewej: Patrycja Pawlak-Riahi, Officyna, Marek Łucyk, dyrektor Gdyńskiego Centrum Sportu, Joanna Łucyk



Od lewej: Damian Wleklak, były reprezentant Polski w piłce ręcznej, Agnieszka Zawadzka.



Od lewej: Sławek Gutowski, szef kuchni Officyny, Mariusz Zawadzki, właściciel Officyny



Ryszard Kierach, prezes Horeca Optima Sp. z o.o., Agnieszka Kozłowska Horeca Invest



Od lewej: Mickey, Mariusz Zawadzki, Dominika Kruszyńska



Od lewej: Mateusz Górecki, Manpower Group Solutions, Katarzyna Skrzypkowska, Manpower Group Solutions



Łukasz Lewandowski, Doradztwo Gastronomiczne i Jarosław Przybyłowski, Gastrotech



Patryk Lipka WeBrew Sp. z o.o.


Michał Malinowski, właściciel butiku Dryft


Paulina Marwińska, właścicielka agencji marketingowej Maarwin


Ireneusz Osiński, Fundacja na Rzecz Rozwoju Talentów

Fot. Justyna Chrzanowska Just Art Studio


Artur Zawadzki, Metropolitan Investment S.A.

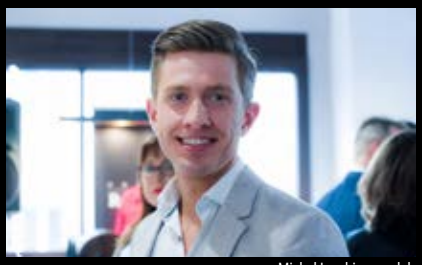
MĘŻCZYZNA W MIEŚCIE

Metamorfozy stylistyczne prowadzone przez Łukasza Duszę z Time for Design, prezentacja najnowszej kolekcji marynarek marki M.Ceran, warsztaty połączone z degustacją whisky, pokazy barberskie, recital Eweliny Pobłockiej – takie atrakcje czekały na gości spotkania „Mężczyzna w mieście", które odbyło się w salonie mody męskiej Dryft w Gdyni. To salon dla mężczyzn z wyselekcjonowaną odzieżą dla wielbicieli dobrego stylu i elegancji w każdym wydaniu. **mp**


Robert Dąbrowski, Smart Quality Solutions


Łukasz Dusza, właściciel Time for Design


Klaudia Majewska, Hotel Haffner


Michał Lembicz, model



- TENNIS -
3CITY CUP

23 - 24 CZERWCA 2018

3CITY TENNIS CUP

NAJWIĘKSZY TURNIEJ TENISOWY
DLA AMATORÓW W TRÓJMIEŚCIE

ZGŁOŚ SIĘ JUŻ DZIŚ !

KOSZT UCZESTNICTWA 150 PLN

WSZELKIE PYTANIA PROSIMY KIEROWAĆ NA ADRES:
3CITYTENNISCUP@GMAIL.COM

OSOBY ZAINTERESOWANE PROSIMY O KONTAKT - 58 620 15 14

ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

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

RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

Thai Thai, Gdańsk, ul. Pogarbary 10, **Grass, Gdańsk**, ul. Szeroka 121/122; **Motlava, Gdańsk**, ul. Stara Stocznia 2/1; **Po Brzegi**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/4; **Bresno**, Gdańsk, ul. Krasickiego 9B/1; **Tekstylia**, Gdańsk, ul. Szeroka 11; **Aioli Inspired by Gdańsk**, Gdańsk, ul. Partyzantów 6; **Majolika**, Gdańsk, ul. Uphagena 23; **Czarna Owca by Lula**, Gdańsk, ul. Chlebnicka 13/16; **Amber Side**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Fishmarkt**, Gdańsk, Targ Rybny 6 C; **Fellini**, Gdańsk, Targ Rybny 6; **Correze**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/7; **Bellevue**, Gdańsk, Targ Rybny 10 AB; **Hard Rock Cafe**, Gdańsk, ul. Długi Targ 35/38; **Goldwasser**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 22, **Lao Thai**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Sempre**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Kubicki**, Gdańsk, ul. Wartka 5; **Sushi 77**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 30 (obok Żurawia); **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Tandeta/Szeroka; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Espanol**, Gdańsk, ul. Tandeta (róg Szerokiej); **Restauracja Gdańska**, Gdańsk, ul. Św. Ducha 16; **Restauracja Filharmonia**, Gdańsk,ul. Ołowianka 1; **Restauracja Ritz** , Gdańsk, ul. Szafarnia 6; **Restauracja Szafarnia 10**, Gdańsk,ul. Szafarnia 10; **Neighbours Kitchen**, Gdańsk,ul. Szafarnia 11 (Waterlane); **Delmonico Cut**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Izakaya Sushi**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **KOKU Sushi**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **Otwarta**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 6 (Garnizon); **Lula**, Gdańsk, ul. Norwida 4 (Garnizon); **Ping Pong**, Gdańsk, ul. Słowackiego 21 (Garnizon); **Eliksir**, Gdańsk, ul. Hemera 1 (Garnizon); **Lobster**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **VNS**, Gdańsk, C.H. Manhattan; **Metamorfoza**, Gdańsk, ul. Szeroka 22/23; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 84; **Taverna**, Gdańsk, ul. Powroźnicza 19/20; **Mon Balzac**, Gdańsk ul. Piwna 36/39; **Brovarnia**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Gdański Bowke**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 11; **Fusion Sushi**, Gdańsk, ul. Stary Rynek Oliwski 9; **Mono Kitchen**, Gdańsk, ul. Piwna 28/30; **Piwna 47**, Gdańsk, ul. Piwna 47; **Latający Holender**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Big Apple**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 578; **Stacja de Luxe**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 22; **Mercado Tapas Bar**, Gdańsk, ul. Partyzantów 8/4; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Fedde Bistro**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Como Ristorante**, Gdynia, CH Klif; **Tokyo Sushi**, Gdynia,ul. Mściwoja 9; **Trafik Jedzenie & Przyjaciele**, Gdynia, Skwer Kościuszki 10; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście; **Hashi Sushi**, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **Moshi Moshi Sushi**, Gdynia, Centrum Gemini; **CoCo**, Gdynia, Centrum Gemini; **Chwila Moment**, Gdynia, InfoBox; **Barracuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Główna Osobowa**, Gdynia, ul. Abrahama 39; **Tapas Barcelona**, Gdynia, ul. Świętojańska 23/2B; **Pasta Miasta**, Gdynia, ul. Świętojańska 46; **Open Kitchen**, Gdynia, ul. I Armii WP 10; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Panorama**, Gdynia, ul. Mickiewicza 1/3; **Malika**, Gdynia, ul. Świętojańska 69; **Mariaszek** Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **The Dockers Inn**, Gdynia, Centrum Gemini; **Polska Melodia**, Gdynia, ul. Portowa 8; **Tłusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Sztuczka**, Gdynia, ul. Abrahama 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Mąka i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Trio Restauracja**, Gdynia, ul. Starowiejska 29-35; **AleBrowar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **Santorini**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Biały Królik**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Gard Nordic Kitchen**, ul. Waszyngtona 10 (Hotel Courtyard); **Mondo di Vinegre**, Gdynia, ul. Polska 1; **Pieterwas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Abrahama 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Bliżej**, Gdynia, Plac Kaszubski 1A; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Taverna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/3; **Vertigo**, Gdynia, Plac Grunwaldzki 2; **Bazaar**, Gdynia, ul. Świętojańska 49; **Sempre Pizza e Vino**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **Magiel Towarzyski**, Gdynia, ul. Strzelców 1; **Morze Wina**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6c/11 (Sea Towers); **La Vita**, Gdynia, ul. Władysława IV; **La Vita**, Sopot, Centrum Haffnera; **Grono di Rucola**, Sopot, ul. Wybickiego 48; **Dom Sushi**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Nowy Świat**, Sopot, Centrum Haffnera; **Monte Vino**, Sopot, Centrum Haffnera; **Pelikan**, Sopot, Centrum Haffnera; **Thai Thai**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 17; **Błękitny Pudel**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 44; **Toscana**, Sopot, ul. Grunwaldzka 27; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 60; **Ristorante Sempre**, Sopot, ul. Grunwaldzka 11; **Morska**, Sopot, ul. Morska 9; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49; **Rucola**, Sopot, Krzywy Domek; **White Marlin**, Sopot, Al. Wojska Polskiego 1; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Crudo**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Unique Club**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Avocado**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Cyrano-Roxane**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 11; **Tapas de Rucola**, Sopot, Pułaskiego 15; **Pick&Roll Club**, Sopot, ul.Zamkowa Góra 3-5; **Bocian Morski**, Sopot, ul. Pułaskiego 19/1; **La Marea**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Pak Choi**, Sopot, ul. Morska 4; **Pieprz**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Smak Morza**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Sushi77**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 53 (Krzywy Domek); **Delmonico Cut**, Sopot, ul. Moniuszki 10 (Hotel Opera); **Zatoka Sztuki**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 14; **Bulaj Sopot**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 22; **737 L'entre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Aquarella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Hotel Villa Aqua); **Pomarańczowa Plaża**, Sopot, ul. Emilii Plater 19; **Fidel,** Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Hashi Sushi**, Dworzec Sopot; **Tartorria**, Dworzec Sopot; **Fit&Green**, Dworzec Sopot; **Whiskey on The Rock**, Dworzec Sopot; **Bagażownia Zynera**, Dworzec Sopot; **SeaFood Restaurant**, Dworzec Sopot; **Secretariat**, Hipodrom Sopot; **Projekt 36,** Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Napoli Mia**, Sopot, ul. Podjazd 2; **Polskie Smaki,** Sheraton Sopot; **Wave**, Sheraton Sopot; **1911 Restaurant**, Sopot, ul. Grunwaldzka 4/6

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Barberian, Gdańsk, ul. Wyspiańskiego 28; **Quiris**, Gdańsk, ul. Gałczyńskiego 12; **Salon Fryzur Męskich**, ul. Łąkowa 27; **Fryzjernia**, Gdańsk, ul. Szeroka 24-26; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, CH Familia; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elżbietańska 9/10 koło kościoła św. Józefa; **Jacques Andre**, Gdańsk, Galeria Bałtycka (poziom -1); **Salon Fryzjersko – Kosmetyczny ExcellentQ**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5A; **Salon Fryzjerstwa Artystycznego Degowski**, Gdańsk, ul. Heweliusza 31; **Roccialli**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Roccialli**, Olivia Business Centre; **Atelier de Beaute**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 409 (Alchemia); **Studio Marina**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Metamorphosis Karolina Konkiel**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Prive Club Fryzjerski**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 FG; **Camile Albane, Gdańsk**, CH Madison; **PSSW Mat-Studio**, Gdynia, ul. Orłowska 86; **Obsessive Studio**, Gdynia, ul. Batorego 4; **Studio No 7**, Gdynia, ul. Bema 10; **Guerlain**, Gdynia, ul. Abrahama 24; **La Perla**, Gdynia, ul. Harcerska 5; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, CH Klif; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, Plac Górnosląski 4; **Instytut Piękna Dolce Vita**, Gdynia, Skwer Kościuszki 18; **Beauty Marine**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 7; **Studio Effect**, Gdynia, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Akademia Makijażu** Permanentnego, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Brański Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/14 (Nowe Orłowo); **Elixir Kosemtyka**, Gdynia, ul. Świętojańska 41/7; **Atelier Brzozowski**, Gdynia, Legionów 119C; **Salon Fryzjerski Studio F**, Gdynia, ul. Świętojańska 43/19; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Jacques Andre**, Gdynia, Centrum Riviera; **Centrum Pięknego Ciała**, Sopot, ul. Jagiełły 4; **Styl**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Instytut Dr Irena Eris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Salon urody Drausal**, Sopot, al. Niepodległości 731; **Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2/1; **Salon Modnej Fryzury Mago**, Sopot, Al.. Niepodległości 688; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775/1; **Włoski Salon Fryzur**, Sopot, Al. Niepodległości 648/1; **HairBar**, Sopot, Sheraton, Dom Zdrojowy; **Instytut Kosmetologii Nina Godlewska**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 2-4

SPA&WELLNESS

Five Senses, Gdańsk, ul. Norwida 4; **Thao Thai,** Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Beauty Derm Instytut-Medical Day SPA**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30 Hotel Posejdon **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Vitallabs**, Gdańsk, Al. Jana Pawła II 3B lok. U1; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Spameed**, Gdańsk, ul. Wały Piastowskie 1; **Moments Day Spa**, Gdańsk, ul. Myśliwska 33; **Mana Day Spa**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 2A; **SPA w Hotelu Kuracyjnym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Vanity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii WP 26/1U; **Day SPA Vita'o**, Gdynia, ul. Abrahama 11/10; **OXO Spa**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Day SPA w Hotelu Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel Conference Center&SPA**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **City Day Spa**, Sopot, Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1; **Aquapark Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5; **Salon Mai Thai**, Sopot, ul. Chopina 26 A; **Aqua Spa Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5

MEDYCYNA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PLASTYCZNA

Skinlab, Gdańsk, ul. Hemara 2; **Dr Kondej**, Gdańsk, ul. Polanki 136/6; **DermicLab Med.&Beauty Clinic**, Gdańsk, ul. Obywatelska 2A; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Perfect Medica**, Gdańsk, ul. Kołobrzeska 63; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Dr Pernak**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 549; **Dwór Kuźniczki**, Gdańsk, ul. Wajdeloty 13; **Amiamo.pl**, Gdańsk, ul. Obr. Wybrzeża 7; **Klinika Dobosz**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok.102; **Instytut Kosmetologii Babiana**, Gdańsk, ul. Hynka 6/9; **Klinikia Zdrowia i Piękna H&Bmed**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 8; **Gdańska Klinika Urody**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/2; **Centrum Odnowy Biologicznej Stenia**, ul. Starowiejska 41/43, Gdynia; **Beauty Medical**, Gdynia, ul. Wincentego Pola 27; **Proderm**, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2; **Laser Line**, Gdynia, ul. Mściwoja 10; **Beauty Laser**, Gdynia, ul. Abrahama 45; **Beauty Derm**, Gdynia, ul. Świętojańska 139; **Centrum Medyczne Dr Kubik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/9; **Klinika Estetyki**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/11; **Derm Estetyka**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Centrum Medyczne Nowe Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/8 Nowe Orłowo; **Allure Institute**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/7 Nowe Orłowo; **Holistic Clinic**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/6 Nowe Orłowo; **Klinika Orłowo**, Al. Zwycięstwa 241/11 Nowe Orłowo; **Klinika Urody Mediderm**, Gdynia, ul. Abrahama 36-44; **Instytut Urody Agata Partyka**, Gdynia, ul. Strzelców 1/4; **New Skin**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 38; **Centrum Zdrowia i Urody Orchid**, Sopot, ul. Haffnera 10/2; **Estee Med.**, Sopot, ul. Chopina 34/2; **Sopocka Fabryka Urody**, Sopot, ul. Smolna 1D; **Derm-Al**, Sopot, ul. Armii Krajowej 116/5; **Medissima**, Sopot, ul. Armii Krajowej 72

HOTELE

Hotel Impresja, Gdańsk, ul. Tuwima 12 **Hilton Gdańsk**, Gdańsk, Targ Rybny 1; **Radisson Blu**, Gdańsk, ul. Długi Targ 19; **Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Hotel Gdańsk**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Golden Tulip**, Gdańsk, ul. Piastowska 160; **Celestin Residence**, Gdańsk, ul. Straganiarska 19; **Hanza Hotel**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Królewski**, Gdańsk, ul. Ołowianka 1; **Amber Tower**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Holland House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Fahrenheit**, Gdańsk, ul. Grodzka 19; **Grand Cru**, Gdańsk, ul. Rycerska 11-12; **Puro Hotel**, Gdańsk, ul. Stągiewna 26; **Hotel Sadova**, Gdańsk, ul. Łąkowa 60; **Hotel Almond**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Dwór Prawdzica**, Gdańsk, ul. Piastowska 198; **Hotel Focus**, Gdańsk, ul. Nad Stawek 5; **Kuracyjny**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Różany Gaj**, Gdynia, ul. Korzeniowskiego 19 D; **Hotel Nadmorski**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Courtyard by Marriott**, Gdynia, ul. Waszyngtona 19; **Hotel Villa Baltica**, Sopot, ul. Emilii Plater 1; **Hotel Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **Sofitel Grand Sopot**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 12-14; **Villa Antonina**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Mera Spa**, Sopot, ul. Bitwy pod Płowcami 59; **Mała Anglia**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Dworek Admirał**, ul. Powstańców Warszawy 80; **Hotel Sopot**, Sopot, ul. Haffnera 88; **Villa Sentoza**, Sopot, ul. Grunwaldzka 89; **Hotel Haffner**, Sopot, ul. Haffnera 59; **Villa Aqua**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Młyn Klekotki**, Godkowo

KLUBY FITNESS

Adrenaline Gym, Gdańsk, ul. Słowackiego 1A; **Fitness Authority**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 229; **Tiger Gym**, Gdańsk, CH Manhattan; **My Gym**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tiger Gym**, Gdańsk, Grunwaldzka 411; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, Hotel Marina; **Centrum Joga i Pilates**, Gdynia, ul. Starowiejska 54/3; **Tiger Gym**, Gdynia, Centrum Riviera; **Calypso Fitness**, Sopot, AL. Niepodległości 697-701 (Sopocki Skwer); **Sheraton Fitness**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **CrossFit Trójmiasto**, Sopot, 3 Maja 69C; **Elite Gym, Sopot**, ul. Boh. Monte Cassino 55-57

SALONY SAMOCHODOWE

BMW Zdunek, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Bawaria Motors**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 195; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault Zdunek**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 4/8; **KMJ Zdunek**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 295; **Opel Serwis Haller**, Gdańsk, ul. Odyseusza 20; **Subaru Zdanowicz**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256 A; **British Automotive**, Gdańsk, ul. Abrahama 5; **Volvo Drywa**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Goworowski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **City Motors**, Gdańsk, ul. Jagiellońska 12A; **BMW Zdunek**, Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/3; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Drywa**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Auto House**, Gdynia, ul. Stryjska 24; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Owsiana 13; **Audi Centrum Gdynia**, ul. Łużycka 3A; **Peugeot, JD Kulej**, Gdynia, ul. Chwaszczyńska 128; **Honda**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 162; **Opel Serwis Haller**, Gdynia, ul. Morska 290A; **Porsche Centrum Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 956; **Prestige**, Sopot, Al. Niepodległości 663; **Unique Cars**, Reda, ul. Wejherowska 56

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

Polmed, Gdańsk, CH Manhattan; **Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Invicta**, Gdańsk, ul. Rajska 10 (Madison); **Vivadental**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 48; **Miladent**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 CD; **Impladent**, Gdańsk, ul. Kartuska 313; **Premiere Dent**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 11/2; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Projekt Uśmiech**, Gdańsk, ul. Partyzantów 76 (Green Office); **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 57; **Klinika Prof. Dobosz i Partnerzy**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok. 102; **Dental Art. Clinic**, Gdańsk, ul. Szeroka 119/120; **Lux Med.**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **VitalLabs**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Dental Spa**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 164; **Prodent**, Gdańsk, CH Madison; **Prodent**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 1/65 (Garnizon); **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Dental Clinic**, Gdynia, ul. Starowiejska 25; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Optyczno – Okulistyczne**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Evi-Med.**, Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Osteo Sport**, Gdynia, ul. Stryjska 26; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzelców 11B/4; **Artdent Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul.Jagiełły 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **iDentical**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Grand Dental**, Sopot, ul. Haffnera 25

SKLEPY I BUTIKI

City Meble, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 211; **Lilou**, Gdańsk, ul. Ogarna 126/127; **Cafardini**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate, 3p); **Bestbrandshop**, Gdańsk, Galeria Metropolia; **InFashion**, Gdańsk, ul. Pańska 3; **Electronic Point**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 234 **Simple**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Swarovski**, Gdańsk, galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Intersport**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróży**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Taranko**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Strellson**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Lanoro**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Clarks**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tru Trusardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Optyk Studio 1242**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Rosenthal**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, CH Manhattan; **Dolio Wini**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 9 (Garnizon); **Interior Park**, Gdańsk, Grunwaldzka 223; **Marry Me**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 124; **World Box**, Gdańsk, CH Manhattan; **Sandwich-mac**, Gdańsk, CH Madison; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Madison; **Winers**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 52; **Premium Sound**, Gdańsk, ul. Rakoczego 31; **Lingeria**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 5; **Lumann**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 4; **Interior Park**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 223; **Coco Perfumy**, Gdańsk, ul. Szeroka 44-45; **Elements**, Gdańsk, ul. Przywidzka 4; **Moma Studio**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Novelle**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **MK Design**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Hever** , Salon Snu, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **IKA-Kolor**, Gdańsk, Grunwaldzka 470; **Persona**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 569; **Galeria Rubio**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 lok.66; **OOG Eyewear Concept Store**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Perfumeria Galilu**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **DaSea People**, Gdynia, ul. Abrahama 29; **Cocho**, Gdynia, ul. Kilińskiego 11/1; **Fashion Box**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 9/2B; **Amazing Decor**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8; **Deco Home Art.**, Gdynia, al. Zwycięstwa 234; **Bo Concept**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Studio Dago**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Spensen**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 171; **Pracownia AGD**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **NAP**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Hypnos Beds**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **REMEB**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/8 (Nowe Orłowo); **Flader Art**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/7 (Nowe Orłowo); **Sen i Zdrowie**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/1 (Nowe Orłowo); **Living Story**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 235/2 (Nowe Orłowo); **Butik See You**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/2 (Nowe Orłowo); **InFashion**, Gdynia, ul. Świętojańska 91; **Epicentrum**, Gdynia, ul. Nowodworcowa 21; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Świętojańska; **Butik By O la la**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik MarcCain**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Optical Christex**, Gdynia, CH Klif; **S'portofino**, Gdynia CH Klif; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lidia Kalita**, Gdynia, CH Klif; **Marella**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Betty Barclay**, Gdynia, CH Klif; **Max Mara**, Gdynia, CH Klif; **Hexeline**, Gdynia, CH Klif; **Grey Wolf**, Gdynia, CH Klif; **Gerry Weber**, Gdynia, CH Klif; **Pennyblack**, Gdynia, CH Klif; **MM Fashion**, Gdynia, CH Klif; **La Mania**, Gdynia, CH Klif; **Pinko**, Gdynia, CH Klif; **Liu Jo**, Gdynia, CH Klif; **Max&Co**, Gdynia, CH Klif; **Camel Active**, Gdynia, CH Klif; **Magnific**, Gdynia, CH Klif; **Bed&Breakfast Home**, Gdynia, CH Klif; **Splendido**. Gdynia, CH Klif; **Pierre Cardin**. Gdynia, CH Klif; **Valentini/Samsonite**, Gdynia, CH Klif; **Marciano Guess**, Gdynia, CH Klif; **Deni Cler Milano**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **KOKAI**, Gdynia, CH Klif; **Tru Trussardi**, Gdynia, CH Klif; **Henry Lloyd**, Gdynia, CH Klif; **Bizuu**, Gdynia, CH Klif; **N.Nagel**, Gdynia, CH Klif; **Apia**, gdynia CH Klif; **Swarovski**, Gdynia CH Klif; **Kezard**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 197; **Optical Christex,** Gdynia, Centrum Riviera **Geox**, Gdynia, Centrum Riviera; **Guess**. Gdynia, Centrum Riviera; **By o la la**, Gdynia, Centrum Riviera; **Airfield**. Gdynia, Centrum Riviera; **SunLoox**. Gdynia, Centrum Riviera; **Felina**, Gdynia, Centrum Riviera; **Pierre Cardin**, Gdynia, Centrum Riviera; **Elska**, Gdynia, Centrum Riviera; **Pako Lorente**, Gdynia, Centrum Riviera; **Desigual**, Gdynia, Centrum Riviera; **Fracomina**, Gdynia, Centrum Riviera; **Hugo Boss**, Gdynia, Centrum Riviera; **Rosenthal**, Gdynia, Centrum Riviera; **Samsung Brand Store**, Gdynia, Centrum Riviera; **Interior Park**, Gdynia, ul. Wielkopolska 251; **S'portofino**, Gdynia, CH Klif, Al. Zwycięstwa 256; **Total Look by Bunny The Star**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Lilou**, Gdynia, ul. Świętojańska 56; **Dide Light**, Gdynia, ul. Stryjska 26; **Forma Collection**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **Mesmetric**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 187; **Telem Play**, Gdynia, ul. Legionów 119A; **Smak Wina**, Gdynia, ul. Kasztanowa 13a; **Interno Design**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/12 (Nowe Orłowo); **Aranżer**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245 (Nowe Orłowo); **Made in G**, Gdynia, Ale. Zwycięstwa 237 (Nowe Orłowo); **Optyk Lewandowski**, Gdynia, ul. Świętojańska 45 (Bałtiq Plaza); **Optyk

DAGO

PŁYTKI CERAMICZNE

DIESEL LIVING

WITH

iris Ceramica

UL. LEGIONÓW 112/13

GDYNIA

www.studio**dago.pl**



MIESZKANIA Z ANTRESOLAMI

ODBIORY JUŻ LATEM

Gdańsk, ul. Morenowe Wzgórze

DOMY
POD KORONĄ

ALLCON