prestiż

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 11 (2018 r.)



JACEK BRACIAK

KUPIŁEM SOBIE WOLNOŚĆ

MARIUSZ WĄŻ
Komandor niebanalny

PAULINA „KAPUCZINA" RUDNICKA
Modowe stylizacje na jesień

MADE IN TRICITY
Poliż Dizajn

PAPROCKI & BRZOZOWSKI
Dokąd zmierza moda?



W życiu trzeba mieć cel, warto dotrzeć do niego szybciej.

Nowe Porsche Macan. Wybierz śmiało.

Nowe Porsche Macan: zużycie paliwa (l/100 km) w cyklu łączonym 8,1; emisja CO_2 (g/km) 193 (dane na podstawie świadectwa homologacji typu). Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie https://www.vw-group.pl/pl/volkswagen-group-polska



PORSCHE

Porsche Centrum Sopot
Auto LELLEK Group
Al. Niepodległości 956
81-861 Sopot
Tel. (58) 550 911 0
porsche.sopot@lellek.com.pl


FORUM
GDAŃSK
KARTA PODARUNKOWA

FORUM
GDAŃSK

KARTA PODARUNKOWA PREZENTUJE SIĘ NAJLEPIEJ!

Kartę podarunkową kupisz w Punkcie Informacyjnym FORUM Gdańsk lub na www.forumgdansk.pl

Forum Gdańsk, Targ Sienny 7



Klasa E200d - średnie zużycie paliwa 4,6 l/100 km, średnia emisja CO_2 122 g/km

Jak Mercedes, to teraz.

Najlepszy moment, żeby zdecydować się na nowego Mercedesa, jest właśnie teraz.

To prawdopodobnie ostatnia chwila przed zmianą przepisów, kiedy **możesz odliczyć cały koszt leasingu**.

A do tego do końca roku wszystkie **samochody z rocznika 2018 dostępne są od zaraz w specjalnej ofercie.**

Odwiedź salon Mercedes-Benz i poznaj szczegóły, zanim będzie za późno.

odlicz do 100% kosztów leasingu

rocznik 2018 w specjalnej ofercie

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

Znajdź nas na Facebook





NA OKŁADCE: JACEK BRACIAK FOTO: KAROL KACPERSKI



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

WYDARZENIA
18 MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ
20 HUCZNE OTWARCIEATELIER BRZOZOWSKI
22 SUCHENIA Z MEDALEM NA GRENLANDII
22 GURU SZTUKI W TRÓJMIEŚCIE
24 ŚLUBNA ALTERNATYWA W STARYM MANEŻU
26 SYLWESTER SZEFÓW KUCHNI I CUKIERNI
28 GŁOSY DLA HOSPICJÓW
28 NOWY DOM, NOWE MIESZKANIE

TEMAT Z OKŁADKI
30 JACEK BRACIAK - KUPIŁEM SOBIE WOLNOŚĆ

LUDZIE
38 JAKUB KACZYŃSKI - LIDER POLSKICH ZNALAZCÓW
40 MARIUSZ WĄŻ - PAN KOMANDOR TAŃCZY? NIE, DZIŚ BIEGA.

PODRÓŻE
46 RODOS - GRECKIE WAKACJE
48 ZIMOWE WAKACJE - W POŁUDNIOWYM TYROLU

MOTORYZACJA
50 JIMEK I JEGO PANAMERA
52 MINI HATCH - ZWINNOŚĆ TRIUMFUJE NAD MOCĄ
56 MERCEDES X - DLA SURFERÓW KLASY LUX

STYL ŻYCIA
58 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW
60 ŁOWCA PORTUGALSKICH FAL

DESIGN
62 PRESTIŻOWE WNĘTRZE - LUKSUSOWY MINIMALIZM
66 MADE IN TRICITY - POLIŻ.DIZAJN – MINIMALIZM, RÓŻNORODNOŚĆ, KREATYWNOŚĆ!
68 OPEN HOUSE WE WRZESZCZU
70 BRDA POWRACA!
74 WŁĄCZNIKI LIVOLO NOWOCZESNOŚĆ I ELEGANCJA W KAŻDYM WNĘTRZU

MODA
76 JESIEŃ NA SOSNOWYCH WZGÓRZACH
82 JESIEŃ W STYLU KAPUCZINY
88 PAPROCKI & BRZOZOWSKI - DOKĄD ZMIERZA MODA?

MIEJSCA
90 TRÓJMIEJSCA KATARZYNY KONIECZKI
92 DWÓR DAWIDY - WIDOK Z BALKONU Z KSIĄŻĘCĄ KRUSZONKĄ
94 EURO STYL ODRESTAURUJE ZABYTKOWY BUDYNEK PRZY UL. POLANKI

ZDROWIE I URODA
96 UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH
97 PERFECT SMILE CLINIC
98 JAK WYBRAĆ ODPOWIEDNIEGO CHIRURGA PLASTYCZNEGO?
100 DR ANDRZEJ NOWIK ŻYLAKI TO PROBLEM SPOŁECZNY
102 OPERACJA PLASTYCZNA PIERSI - FAKTY I MITY
104 NOWOCZESNE ZABIEGI ANTI-AGING

KULINARIA
106 KUCHNIA SZEFA KUCHNI MICHAŁ ZAWIERZENIEC – HOTEL HAFFNER
108 PRZEPIS – RAVIOLO ZE SZPINAKIEM I ŻÓŁTKIEM
109 PRZEPIS – PIPKI GĘSIE Z DROŻDŻÓWKĄ KASZUBSKĄ
110 PRZEPIS – GĘSIE UDO CONFIT Z MODRĄ KAPUSTĄ, GRYCZANYMI FAWORKAMI I SOSEM KAWOWYM

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA
112 PRESTIŻOWE IMPREZY
114 ODMOWA RAFAŁA MILACHA
114 TYDZIEŃ ESTOŃSKI W GTS
116 JESIENNA BIBLIOTECZKA PRESTIŻU

WIRTUALNE TRÓJMIASTO
118 W SIECI Z WŁODKIEM MACHNIKOWSKIM
120 TRÓJMIEJSKIE INSTA STORY - @FOT.ALKAMURAT

BIZNES
122 CZY E-COMMERCE ZAGRAŻA ISTNIENIU GALERII HANDLOWYCH?
124 KOMPLEKSOWA INWESTYCJA W APARTAMENT
125 SPRZEDAŻ FIRMY RODZINNEJ BĘDZIE KONIECZNOŚCIĄ

KRONIKA PRESTIŻU
126 HUCZNE OTWARCIE ATELIER BRZOZOWSKI
127 MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ
128 GASTRO SYLWESTER (!) W HOTELU ALMOND
130 NORD CLINIC ZAPRASZA NA GARNIZON

nr. 11/2018 (98) www.prestiztrojmiasto.pl







EURO STYL
Deweloper z pasją

LOCUS
OSIEDLE



Zamieszkaj
w centralnym
punkcie

zadzwoń

58 770 14 70

RUMIA JANOWO
ul. Dąbrowskiego / Stoczniowców

Dzięki pieniądzom zarobionym w reklamie kupiłem sobie wolność – takie wyznanie na łamach Prestiżu złożył bohater naszego okładkowego wywiadu, znakomity aktor, Jacek Braciak. Gdy to usłyszałem, od razu wzbudziło to we mnie poczucie zazdrości. Któż bowiem nie marzy o wolności, o życiu według zasady – nic nie muszę, wszystko mogę! Z drugiej jednak strony, naszła mnie smutna refleksja, że żyjemy w XXI wieku, a wolność musimy sobie kupować, tak jakby była ona towarem na sklepowym regale, a nie elementarnym prawem.

Od zarania dziejów ludzie zabiegają o wolność, afirmują wolność, ale też o nią walczą. Od wieków też niewiele się zmieniło, niewolnictwo istniało nieprzerwanie od starożytności, ma się też dobrze w czasach współczesnych. Oczywiście, Jackowi Braciakowi nie chodziło o fizyczne ograniczenie wolności, nie mówił o więzieniu, czy przymusowej pracy za kromkę chleba. Niewola nie musi przybierać form tak dotkliwych jak starożytne niewolnictwo, gdzie jeden człowiek był własnością drugiego.

Jacek Braciak mówił o zniewoleniu duszy. Inne było bowiem postrzeganie wolności w czasach zaborów, inne w czasach hitlerowskiej okupacji, jeszcze inaczej definiowaliśmy wolność próbując wyrwać się z czerwonego uścisku sowieckiego sytemu totalitarnego. A dzisiaj? Mamy to, o co walczyliśmy – samostanowienie, demokrację, wolność słowa, możliwość głoszenia poglądów, świat bez granic i swobodę podróżowania, wolność wyboru. Z drugiej jednak strony z tej wolności wyboru często nie potrafimy korzystać właściwie, ulegając instynktom mającym twarz pieniądza, przyjemności, chęci posiadania, czy sprawowania władzy.

W dzisiejszej rzeczywistości bycie człowiekiem jest coraz trudniejsze. Jako gatunek, stajemy się coraz bardziej podobni do maszyn. Jesteśmy wyjałowieni z uczuć, empatii, tracimy zachwyt życiem i światem. Tu i teraz. Szybko i z korzyścią. Mieć, nie być. Brać, nie dawać.



Mówić, a nie słuchać. Ja, nie my. Egzystencja zamiast życia.

Dzisiejsza rzeczywistość sprzyja koncentracji na własnym ego, swoim jestestwie. Z jednej strony to dobrze, wszak wolność to też odwaga i duma z bycia sobą, bycia tym kim jestem, bez oglądania się na to co myślą inni, uwolnienie się od tego, co muszę, co wypada. Egoizm i wolność idą w parze. Ale pomiędzy nimi stoi jeszcze zdrowy rozsądek. Bo gdy człowiek zaspokoi już wszystkie swoje zachcianki, poczuje, że osiągnął wszystko, przestaje pragnąć. Staje się bierny. Do czasu, gdy uświadomi sobie, że wolność to nie jest coś konkretnego, coś namacalnego, a bardziej poczucie braku czegoś.

Wolność można różnie definiować, bo dla każdego oznacza ona coś innego. Ale niezależnie od tego fundamentem wolności jest możliwość wyrażania uczuć, manifestacji poglądów i przekonań, dokonywania wyborów, postępowanie zgodne z naszą własną, niezależną od innych wolą. Ważna jest jednak świadomość, że nie powinniśmy zaspokajać naszych pragnień i potrzeb kosztem innych ludzi, ponieważ granica naszej wolności kończy się tam, gdzie zaczyna się wolność drugiego człowieka.

I na koniec, dla rozluźnienia atmosfery, mały żarcik. Czym się różni polskie prawo od amerykańskiego? Polskie gwarantuje wolność wypowiedzi, a amerykańskie wolność po wypowiedzi. Wszystkiego dobrego i miłej lektury!

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, Natalia Dawszewska, Justyna Michalkiewicz - Waloszek, Malwina Talaśka
Dział foto: Mona Blank, Karol Kacperski, Krzysztof Nowosielski, Bartek Modelski

Sekretarz redakcji: Katarzyna Okońska
Skład: Kamil Żurek

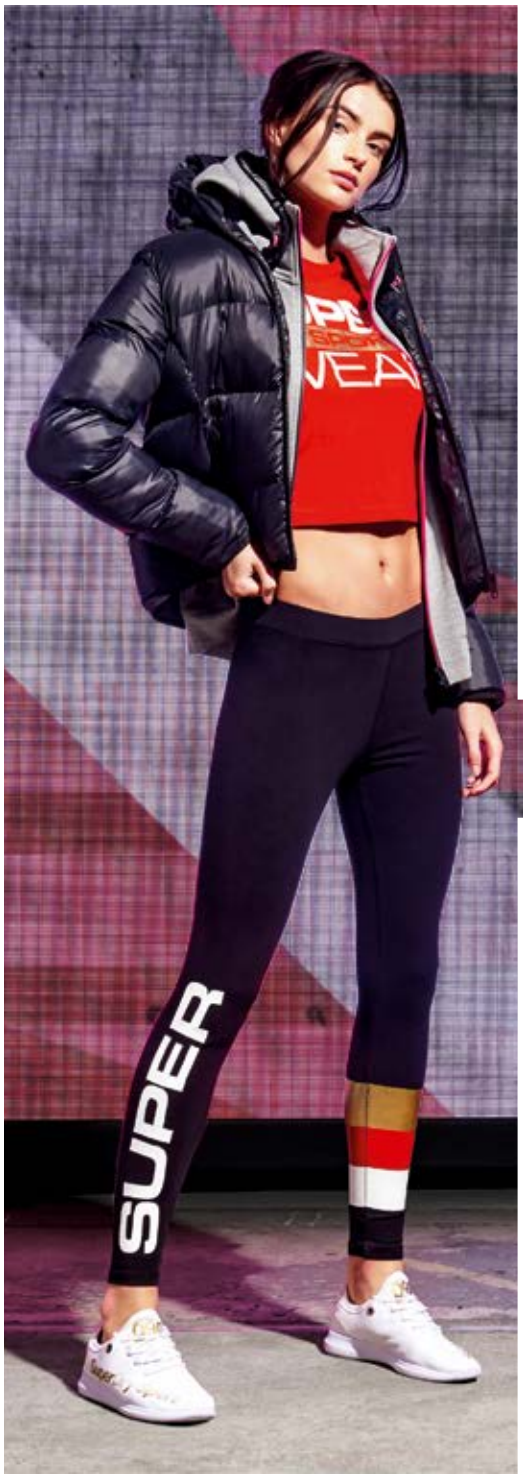
Redakcja nie odpowiada za treść reklam
www.facebook.com/prestiz.trojmiasto
www.issuu.com/prestiz

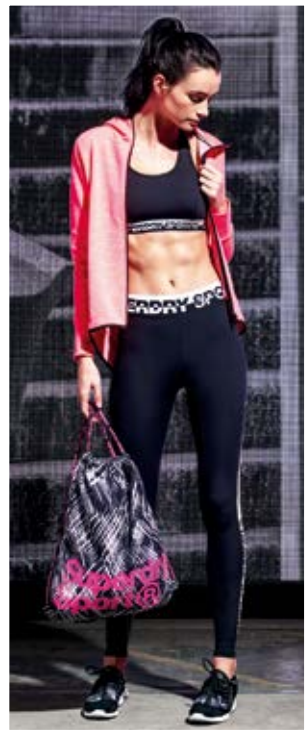
Dział sprzedaży i marketingu:
Krzysztof Nowosielski, tel.: 533 200 779
Karol Kacperski, tel.: 796 023 368
Marta Blendowska, tel.: 791 971 399
Paulina Miedzińska

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









Marka **SUPERDRY** rozszerzyła swoją gamę produktów o linię sportową. Kolekcja charakteryzuje się wzorzystymi printami, neonowymi kolorami oraz nowoczesną formą. Zapraszamy do naszych sklepów w łódzkiej **Manufakturze**, poznańskiej **Posnanii**, warszawskich **Złotych Tarasach** i **Arkadii**, gdyńskim **Klifie**, oraz w centrum handlowym **Magnolia Park** we Wrocławiu. Wszystkich, którzy chcą wyróżnić się na siłowni i nie tylko…

極度乾燥(しなさい)
Superdry.



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.

ELITY, CZYLI WALKA O ZABAWKI

Elity istniały zawsze. W jaskiniach pewnie też. W przedszkolu, do którego chodziłem (naprzeciwko hotelu Haffner w Sopocie), silniejsi chłopcy opanowali dostęp do najlepszych zabawek i dopuszczali do zabawy tylko wybranych. Jako maluch patrzyłem na nich z zazdrością i żalem, że ja nie należę do przedszkolnej elity. Ale kiedy byłem w starszakach to ja z paroma innymi objąłem władzę nad zabawkami. Po swojemu dobieraliśmy innych do zabawy. Ci z poprzedniego układu zostali wyeliminowani. Sprawiedliwości stało się zadość.

Rycerstwo w średniowieczu, szlachta i magnateria, rodziny królewskie, bogata burżuazja, komunistyczna nomenklatura – to wszystko stanowią przykłady elit, które przez niekiedy długi czas były wywyższone i sprawowały faktyczną władzę w państwie. Tyrani, krwiopijcy, fanatycy, mordercy, wyzyskiwacze i zboczeńcy – a jednak elity. Tylko komunizm snuł mgliste obietnice społeczeństwa bez elit. Elity mogą też być finansowe, branżowe, sportowe czy artystyczne. Pod koniec XIX wieku powstały elity intelektualne, wynalazców, uczonych, inżynierów i konstruktorów. Świat patrzył na nich z podziwem, bo go w wielkim tempie zmieniali. Budowali nowy i wspaniały, niezwykły jak wieża Eiffle'a, czy stalowe mosty. Byli bohaterami książek, jak u Verne'a.

Przed wojną w Polsce elitę tworzyło ziemiaństwo i wojsko. Dzisiaj dominują elity finansowe i medialne. Fryzjerka, kucharka, krawiec, czy nauczyciel tańca, piłkarze, aktorzy seriali telewizyjnych, albo osoby prowadzące teleturnieje czy też zapowiadające pogodę w telewizji. To wszystko elity. Polują na nich łowcy autografów i paparazzi. Otacza ich podziw i nieskrywana zazdrość. Nawet nienawiść. Elity mają bowiem coś, czego my nie mamy. Kain zabił Abla, bo Pan Bóg przyjął ofiarę od tego drugiego, dając do zrozumienia, że jest milszy jego sercu.

Prowadzi to do nowego zjawiska – antyelitaryzmu. Niekiedy staje się on doktryną rządzących, czyli nowych elit, które elitami być jednak nie chcą. W myśl ideologii i propagandy nowej dynastii, partii czy rządu, to nie oni stanowią nową elitą, lecz, objąwszy władzę, walczą z elitą, która – pozbawiona dotychczasowych przywilejów – owym rządom przeszkadza. Dlatego należy owe elity skompromitować, wyeliminować z życia społecznego i politycznego. Najlepiej – ukarać, albo wymazać z historii. Tak się działo podczas reformacji, kiedy odrzuceniu uległy elity wierne papiestwu, a krytyka ze strony nowej władzy opierała się na ujawnianiu korupcji, hipokryzji, egoizmu i okrucieństwa. Tak było podczas i po każdej rewolucji, każdego zamachu stanu. Znienawidzone przez gnębiony i wykorzystywany lud elity stawały się także wrogiem numer jeden rządzących, legitymacją ich władzy.

Kiedy Henryk VIII zerwał z papiestwem i ustanowił siebie głową Kościoła Anglikańskiego, napotkał opór elit, czyli arystokracji, hierarchów kościelnych i ówczesnej inteligencji. Prawie cała arystokracja pozostała wierna kościołowi rzymskiemu. Nie zastanawiając się długo król pozbawił wielu z nich głów, tytułów i majątków (co poniektóre rozdał nowym elitom). Bo takie utworzył głównie spośród ludzi wywodzących się z gminu, którzy z elitarnych atrybutów mieli tylko głowy: byli wykształceni, ambitni i wierni. Co bardziej sprytni zrobili błyskawiczne kariery. Oblicza się, że z dzisiejszej dziedzicznej arystokracji (a rodzin tych jest ponad 1200), zaledwie kilkanaście wywodzi się sprzed Reformacji. Bardzo wielu to potomkowie „nowych ludzi" („new men"), którym tytuły nadał właśnie Henryk VIII i jego następcy. To oni utworzyli nową administrację państwową, bezwzględnie konfiskowali majątki arystokratów-zdrajców, kościelne i zakonne. Zreformowali system edukacji. Objęli kontrolą wydawnictwa. Stworzyli państwową propagandę, system inwigilacji, uszczelnili system celny. Obsadzili wiele stanowisk sądowych i prokuratorskich. Napisali na nowo historię. Reformacja w Anglii to nie tylko oderwanie od Rzymu, to także zniszczenie starych elit i wprowadzenie nowych, jeszcze bardziej butnych, bezwzględnych i pazernych.

Dzisiaj też niektórym wydaje się, że jak zlikwiduje się jedne elity, to drugie nie powstaną. Widać nie chodzili do przedszkola.


OSTATNIA
SZANSA
na apartament
w gdyńskiej dzielnicy
Wzgórze Św. Maksymiliana
bmc.gda.pl
bmc
budujemy marzenia
ASTERIA

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.

FAKE NEWSY NA POMOC MEDIOM

W ostatnich latach dość często narzekamy na jakość mediów. „Słaby dziennikarz, zadaje głupie pytania, nieprzygotowany, nie ma wiedzy, pisze bzdury, a jakie błędy popełnia. To nie jest dziennikarz!" – to najczęstsze określenia jakie dzisiaj padają pod adresem dziennikarzy.

Krytyka dotyka zarówno prasę, radio i telewizję – czyli trzy filary tzw. tradycyjnych mediów. No i... rzeczywiście – trudno nie zauważyć spadku jakości mediów na przestrzeni ostatniej dekady. Choć nie jest tragicznie i wiele redakcji trzyma poziom, to jednak erozję widać od środka, nad czym bardzo ubolewam. I nie chodzi tylko o upolitycznienie, bo to oddzielna choroba, ale zwykłą jakość tworzonych produktów.

Główna przyczyna takiego stanu rzeczy jest dość prozaiczna. To kasa, a dokładniej jej brak. Wyobraźcie sobie, że jest pewna pula środków do rozdysponowania. Np. 100 zł. I przez całe lata ta pula jest stabilna. Tzn., co roku powoli sobie rośnie i jest dzielona pomiędzy trzy segmenty mediów, które mogą długofalowo planować i budować swoje struktury. Ta pula to „tort reklamowy", czyli cała jaka wydawana jest w mediach na reklamę. I pewnego dnia przy owym torcie pojawia się nowy petent. To Internet. Z czasem mały i nieśmiały, niedoceniany przez starszych, doświadczonych kolegów - szybko jednak rośnie, dorabiając się potężnej rodziny. Obok stron www i portali wyrastają kanały telewizyjne, blogi, vlogi, itd. Wreszcie do głosu dochodzą tzw. social media. Z czasem cała rodzina „on - line" staje się potężnym graczem, większym od każdego z pozostałej trójki. Oczywiście światowe, w tym polskie budżety przeznaczane na promocję w mediach stale rosną, ale znacznie wolniej niż zagarnianie przez Internet kolejnych fragmentów reklamowego tortu. Efekt był prosty do przewidzenia – tradycyjne media rozpoczęły walkę o przetrwanie – z jednej strony weszły w świat on - line, z drugiej zaczęły się potężne redukcje. Na wszystkim co się da, a przede wszystkim na ludziach. Dzisiejsze zespoły w prasowych redakcjach to ułamek tego co było 20 lat temu, a ci co dalej w nich pracują ze swoimi zarobkami spadli na dół krajowej siatki płac. Jak więc dotknięta chorobą branża ma produkować zdrowy towar? To tyle jeżeli chodzi o przyczyny ekonomiczne.

Jaka przyszłość? Tradycyjne media już nigdy nie wrócą do dawnego stanu posiadania, mają jednak wszelkie szanse się bronić, a nawet przejść do ofensywy. Tutaj punktem wyjścia do metody na przełamanie impasu jest rozróżnienie treści podawanej w mediach od treści podawanej w blogach, youtubie, twitterze, czy fejsie. Te pierwsze z założenia są (a przynajmniej być powinny) informacjami. Te drugie - to opinie. Mówię o pewnej zasadzie generalnej. Z czasem zapomnieliśmy o tym traktując wszystkie treści jednakowo. Szansą dla mediów tradycyjnych jest więc profesjonalizm, merytoryczność i obiektywizm. Oddzielenie faktu od komentarza. Oczywiście te redakcje do tego będą też używać sieci, ale produkować to przy użyciu tradycyjnych redakcji i dziennikarzy (a nie blogerów itd.). Mówiąc najkrócej – zaczynamy szukać wiarygodnych, prostych informacji. Co ciekawe – pojawiła się już „pomoc". I to z nieoczekiwanej strony. To fake newsy. To już nie tylko opinie, ale opinie zniekształcona i oparte na fałszywych informacjach lub po prostu w 100 procentach nieprawdziwe. Jak podaje TVN24 „fake news" zostało ogłoszone na świecie frazą roku 2017. I wciąż rośnie. Im więcej fake newsów – tym większa szansa dla mediów tradycyjnych, które mogą udowodnić, że nic nie zastąpi, profesjonalnej redakcji działającej wg ściśle określonych reguł i przepisów prawnych. TVN24 uruchomił niedawno projekt anty-fakenewsowy o nazwie Konkret24. Kieruje nim doświadczona dziennikarka i znawczyni sieci Beata Biel. Cel: demaskowanie informacji pojawiających się w sieci. Dokonywane przez redakcję. To symboliczne.

Tak więc dla profesjonalnych, a przede wszystkim branżowych mediów otwierają się nowe możliwości. O ile – tutaj inny warunek – o ile nie ulegną innej chorobie, czyli upolitycznieniu. To poważna epidemia, którą dotknęło wiele redakcji. Widać to także na naszym trójmiejskim podwórku. Coraz radykalniejsze upolitycznienie TVP, czyli sprzyjanie politykom PiS, a jednocześnie totalną krytykę jego przeciwników widać już dawno, także na gdańskiej antenie TVP. Szkoda jednak, że tym samym tropem, tylko z całkowicie odmiennym przekazem politycznym podąża Gazeta Wyborcza. Można było odnieść wrażenie, że kampania samorządowa w Gdańsku to przy okazji starcie dwóch lokalnych redakcji – TVP i GW. Paweł Adamowicz nie pojawił się w studiu TVP, a Kacper Płażyński nie udzielał informacji GW. W piątkowym magazynie gazeta, tuż przed drugą turą wyborów na okładce wskazała Adamowicza, nie wymieniając nazwiska jego kontrkandydata. Dwa dni później Płażyński nie wpuścił na swój wieczór wyborczy dziennikarzy gazety. Itd., itd. Co ciekawe w Szczecinie, gdzie w drugiej turze wyborów prezydenckich także starł się kandydat bezpartyjny z kandydatem PiS – tamtejsza redakcja GW pokazała na okładce obydwu z pełnymi nazwiskami, a obydwaj panowie pojawili się na debacie w tamtejszej TVP. Ciekawe co nas czeka przy kolejnych wyborach? ■

Radość z jazdy

EMOCJONUJĄCA OFERTA NA BMW Z ROCZNIKA 2018.

DODAJ DO ULUBIONYCH.

Są emocje, na które czekasz cały rok. Właśnie nadszedł czas, by dodać je do ulubionych!
Teraz modele BMW z rocznika 2018 w emocjonujących ofertach.

Nie prowadzisz firmy? Poznaj równie korzystne oferty finansowania dla klientów indywidualnych.



BMW serii 5.
✓0% opłaty wstępnej
✓5-letni pakiet przeglądów
już za **1 870** PLN netto/mies.



BMW X3.
✓0% opłaty wstępnej
✓5-letni pakiet przeglądów
już za **1 690** PLN netto/mies.



BMW X2.
✓0% opłaty wstępnej
✓5-letni pakiet przeglądów
już za **1 310** PLN netto/mies.

Dealer BMW Zdunek
ul. Druskiennicka 1a
Gdynia
tel.: +48 58 728 49 60
www.bmw-zdunek.pl

Raty miesięczne netto dla BMW 518d za 174 900 zł brutto, BMW X3 sDrive18d za 159 900 zł brutto, BMW X2 sDrive18i 138 800 zł brutto. Opłata wstępna 0%, okres leasingu: 48 miesięcy, średnioroczny deklarowany przebieg: 10 000 km, gwarantowana wartość końcowa. Niniejsza symulacja nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu cywilnego. BMW Comfort Lease jest oferowany przez BMW Financial Services Polska Sp. z o.o. Szczegóły oferty u Dealerów BMW.



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.

Z WIATREM I POD WIATR

Polskie żeglarstwo jest jak polska motoryzacja. Wciąż mamy Syrenkę, Junaka, fiacinę, Zasadę, Hołowczyca i jakimś cudem Kubicę. Przyznaje, że czuję się i jestem żeglarzem. Lubię ten sport i do dziś żegluję, lecz w stopniu tylko amatorsko-turystycznym. Czasami kibicuję, oglądam relacje, śledzę niektóre wyczyny, podziwiam zwycięzców, szanuję zawodowców, doglądam konstruktorów i ostatnio coraz częściej przecieram oczy na widok postępów technologicznych. Znam mnóstwo osób, które w tej dyscyplinie przyczyniły się do jej rozwoju oraz przyniosły sporo chwały dla naszego kraju, leżącego jednak wciąż na wschodniej rubieży. Poznałem schematy szkolenia, organizowania funduszy i całej tej drugiej strony mocy czyli emocji, frustracji i dramatów.

Aby nie wychodzić na znawcę, skosztowałem tego jedynie w stopniu minimalnym, ale na tyle byłem spostrzegawczy by zauważyć jak ta maszyna funkcjonuje. I doszedłem do wniosku, że zawodowstwo w polskim żeglarstwie poza kilkoma przypadkami to jednak 3 liga. I zaraz dostanę opiernicz, że Kusznierewicz, że Jabłoński, że Miarczyński. Jak już wspomniałem, ale tym razem bardziej dosłownie – jako kraj biedny, komunistyczny, pozbawiony ciepłego klimatu, choć z dostępem do morza nie mieliśmy prawa by doczekać takich sukcesów. Niemniej daliśmy radę i to jest nasz wielki wyczyn. Wciąż pojawiają się pojedyncze przypadki i obawiam się jednak, że dziś to kres naszych możliwości. Po każdym takim sukcesie jak po powrocie z filmu Rocky nagle zaczynamy boksować. Zaczynają świtać wizje uczestnictwa w wielkich regatach, nagle montujemy teamy, piszemy projekty startów w prestiżowych zawodach.

Czy to coś złego? Oczywiście, że nie, tylko czy aby nam nieco nie poprzestawiało się w głowach, aby nie powiedzieć lekko nas porąbało? Jaki Puchar Ameryki, jakie Volvo Ocean Race? Ludzie, my zaistnieliśmy dzięki takim łódkom, jak Finn, jak deska windsurfingowa czy bojer. Z całym szacunkiem dla największych sukcesów w światowym żeglarstwie zawodowym Karola Jabłońskiego, ale ten gość zdobył je w zagranicznych teamach, a nie na polskich łódkach. Bo my po prostu jesteśmy krajem rozwijającym się. Nie jesteśmy potęgą jak USA, jak Niemcy czy Francja.

Start polskiego jachtu w Pucharze Ameryki? Czy znowu nas naprawdę porąbało? Ktoś się zastanowił w ogóle nad tym choć trochę? A gdzie doświadczenie, baza i przede wszystkim pieniądze? Dlaczego wśród pretendentów do tego cennego trofeum nie ma Rosjan? Przecież mają oligarchów z miliardami dolarów. Bo oni nie mają żadnych sukcesów w tej dyscyplinie. Kto ma tam pływać? Przykład coraz potężniejszych Chin. Mogliby pewnie wystawić 20 najnowocześniejszych jachtów w Vendee Globe. Tylko kto ma na nich pływać? Dean Barker pokazując bez efektów zresztą jaką potęgą żeglarską jest Japonia? A może Roman Paszke? W sumie to jest on najbardziej utalentowanym polskim żeglarzem jeśli chodzi o realizację projektów. Gorzej z ich wynikami.

Chińczycy jako organizatorzy Igrzysk Olimpijskich wystawili pełną reprezentację we wszystkich olimpijskich klasach, nie mając żadnych tradycji. Nikt dziś Chińczyków nie notuje w czołówce wyników Pucharu Świata klas olimpijskich poza windsurfingiem. A są przecież potęgą w wielu innych dyscyplinach. Bo żeglarstwo to przede wszystkim pasja. Od tego się zaczyna. Jeśli tę pasję chcemy rozwijać kosztem wyrzeczeń przez brak zaplecza i środków, to nie jest już pasją, a raczej obsesją. W oparach takiej obsesji rodziło się polskie żeglarstwo. Zaczęło się od Teligi i Baranowskiego, potem była Chojnowska-Listkiewicz, Jaskuła. A potem przyszły pierwsze jaskółki regatowe jak Blaszka, Kania, Perlicki, Wróbel, Piasecka by doczekać się pierwszego gigantycznego sukcesu, jakim było złoto w Atlancie Mateusza Kusznierewicza.

A potem? A potem zaczął się festiwal marzeń i prób zdobycia najwyższych szczytów techniką na Mackiewicza. Czy to źle. Nie. Właśnie przeszliśmy tę drogę, przekonaliśmy się gdzie jesteśmy i wiemy, że to jest proces. On się oczywiście rozpoczął. Przykładem jest choćby Sopocki Klub Żeglarski, który przez lata skromnie, a dziś już jako wypasiona placówka wyszkolił potęgę windsurfingową. Od lat Jacek Noetzel mozolnie od zera buduje w Sopocie naszą polską potęgę katamaranową. Znam Jacka dość dobrze, gdyż wspólnie tę drogę razem zaczynaliśmy żeglując na olimpijskim katamaranie. Dziś Jacek stworzył ogromne podstawy w tej dyscyplinie i wiem, że on wie jak jeszcze długa droga nas czeka, choćby do pierwszych sukcesów na Igrzyskach Olimpijskich. To między innymi dzięki niemu nasza Zatoka nie jest już tylko granatowa, a sporo na niej bieli od kwietnia do listopada! I dopiero kiedy będzie jej więcej niż granatu zacznie się poważne myślenie o realizacji wielkich, zawodowych projektów żeglarskich. Proces trwa i żadna Fundacja Narodowa tego nie zmieni w rok. ■


RUBIO
meble.rubio.com.pl

MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

116.800 zł! Taka kwotę zebrano na rzecz fundacji Między Niebem a Ziemią podczas corocznej aukcji charytatywnej w Sky Clubie Olivia Business Centre. Wyjątkowy wieczór poprowadził Marcin Żebrowski, były dziennikarz i prezenter TVN 24. W aukcji uczestniczyło ponad 70 osób, przedstawiciele środowiska prawniczego, biznesowego i świata sportu.

Fundacja Między Niebem a Ziemią zajmuje się nieuleczalnie chorymi dziećmi na terenie całej Polski, lecz jej początki miały miejsce w Trójmieście. Założycielka fundacji, mec. Sylwia Zarzycka poznała ciężko chorą dziewczynkę, dla której zorganizowała wsparcie wśród polskich prawników i biznesmenów. Tak zrodził się pomysł na fundację. Obecnie niesie ona pomoc 54 rodzinom na terenie całej Polski. W Trójmieście pod jej opieką jest 8 rodzin. Tradycją stała się organizacja aukcji charytatywnych w czterech miastach w Polsce - Gdańsku, Krakowie, Wrocławiu i Warszawie.

- Pomagamy rodzinom, w których znajdują się śmiertelnie chore dzieci. Obejmujemy opieką nie tylko te dzieci, ale ich rodziców, rodzeństwo. Świadczymy pomoc kompleksową: rehabilitacja, leczenie, środki medyczne dla chorego dziecka, ale także wsparcie psychiczne i pomoc psychologiczna dla rodziców. Fundujemy wakacje dla zdrowego rodzeństwa, kupujemy książki do szkoły, sprzęt medyczny i sprzęt ułatwiający codzienne funkcjonowanie, remontujemy mieszkania, opłacamy rachunki. Często takim rodzinom brakuje nawet opału i żywności – mówi Sylwia Zarzycka.

W tym roku największym zainteresowaniem na aukcji cieszyła się książka Kingi Burzyńskiej „Szkoła Filmowa. Rozmowy". Atrakcyjności i wyjątkowości egzemplarzowi dodawał autograf aktorki Joanny Kulig. Szczęśliwy nabywca zapłacił za nią 12.500 zł. Od lat fundację wspiera także Magazyn Prestiż. Promujemy szczytną działalność oraz zawsze przekazujemy jakiś skromny „drobiazg" od magazynu na licytację. W tym roku postanowiliśmy ufundować to, co robimy najlepiej. Wystawiliśmy dla licytujących sesję zdjęciową i wywiad w Magazynie Prestiż. Trójmiejska prawniczka podbiła cenę aż do 12.000 zł!

Za 10 tys. zł wylicytowano przejazd na torze wyścigowym w fotelu pasażera Nissanem GT-R w wersji Nismo. Do dyspozycji uczestników, było również wiele innych ciekawych aukcji, o które mogli powalczyć, m.in. prywatny lunch z Marcinem Żebrowskim, książka „Rajd Dakar", koszulka z autografem Rafała Sonika oraz meczowe koszulki z autografami piłkarzy Arki Gdynia i Lechii Gdańsk. Dla ceniących aktywny wypoczynek była opcja wylicytowania 6-miesięcznego członkostwa w The Spa at Sheraton Sopot wraz z pakietem dziesięciu treningów personalnych z trenerem Andrzejem Czarneckim oraz kurs na Zieloną Kartę do zrealizowania w Tokaty Golf Club.

Wieczór upłynął w przyjaznej i ciepłej atmosferze. Wszystko to dzięki prowadzącemu imprezę Marcinowi Żebrowskiemu i oprawie muzycznej Marii Sławek, która oczarowała gości dźwiękami skrzypiec. Więcej informacji o fundacji dostępnych na stronie www.miedzyniebemaziemia.pl.

nd

PRESTIŻ PATRONUJE



Fot. Krzysztof Nowosielski, Maciej Roszkowski

Licytacja koszulek Arki i Lechii



Goście wykazali się hojnością i wielkimi sercami



Fundacja opiekuje się nieuleczalnie chorymi dziećmi



Sylwia Zarzycka, prezes fundacji Między Niebem a Ziemią

NISSAN

Innovation that excites

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY



X-TRAIL | JUKE | MICRA | QASHQAI

WYPRZEDAŻ NISSANA

WYBIERZ SWÓJ ULUBIONY MODEL NISSANA I **ZYSKAJ DO 14 100 ZŁ**

UMÓW SIĘ NA JAZDĘ TESTOWĄ JUŻ DZIŚ

Gdańsk, Grunwaldzka 295 | Gdynia, Wielkopolska 250B

tel.: 881 209 209

www.zdunekkmj.pl

ZDUNEKKMJ

Zdjęcia są jedynie ilustracją. Dane i fakty podane w niniejszej reklamie służą wyłącznie celom informacyjnym i nie stanowią oferty zawarcia umowy. Oferta jest ważna od dnia 11. 11. 2018 do dnia 09. 12. 2018. Rabat 14 100 zł dotyczy nowego Nissana Qashqai 1.5 dCi 115 KM z roku produkcji 2018.

HUCZNE OTWARCIE ATELIER BRZOZOWSKI

Na Podwalu Staromiejskim w Gdańsku hucznie otwarto trzeci już w Trójmieście salon stylizacji fryzur pod znakomitym szyldem Atelier Paweł Brzozowski - wybitnego stylisty fryzur, który rozkochał w swoim stylu nie tylko trójmiejskie kobiety.

Paweł Brzozowski na adres swojego atelier nie bez powodu wybrał uroczą kamienicę z bajecznym widokiem na Stare Miasto przy Podwalu Staromiejskim 109/112B. Wnętrza inspirowane stylem glamour, z dominującą klasyczną bielą i czernią, szlachetnymi materiałami, naturalnym kamieniem, ciekawym połączeniem srebrnych i złotych elementów. Zachwycające, inspirujące, niezwykle kobiecie i śmiałe.

Na hucznym otwarciu nie zabrakło klientek i przyjaciół tego młodego pasjonata, który śmiało wszedł na salony w całej Polsce, skradł serce wielu celebrytkom i producentom programów telewizyjnych. Jego stylizacje podkreślają urodę dziennikarek, aktorek oraz modelek. Stylizował m.in.: Agnieszkę Kaczorowską, Ewę Błachnio , Paulinę Sykut-Jeżynę, Natalię Siwiec, Anię Wyszkoni, Szymona Majewskiego, Agnieszkę Woźniak-Starak, Natalię Szroeder, Kasię Sokołowską, Beatę Ścibakównę, Dorotę Welman, Małgorzatę Korzuchowską. Regularnie zapraszany jest do popularnych programów telewizyjnych, tj. „Taniec z Gwiazdami", „Ślub Marzeń", „Ostatnia Szansa", „Sylwester z Polsatem", „Sylwester z TVN", „Sopot Festiwal", „Top Model", czy „Eska Music Awards".

Wyobraźnia, doskonałe wyczucie i śmiałość w wyznaczaniu trendów to cechy, które charakteryzują tego ambitnego kreatora fryzur. Na szkolenia poświęca bardzo wiele czasu. Zapytany o inspirację do otwarcia kolejnego salonu Paweł Brzozowski odpowiada bez namysłu.

- Wszystko sprowadza się do jednego pytania - Jak bardzo się czegoś pragnie? Kocham to co robię, swoją wiedzą i entuzjazmem codziennie dzielę się ze współpracownikami i klientkami. Nie mogłem nie skorzystać z możliwości stworzenia miejsca, gdzie ta dobra energia będzie się mnożyć. To właśnie tutaj planuję rozwijać swoją działalność tworząc przestrzeń kreatywną, realizować autorskie kolekcje fryzur, edukować, szkolić. To nie będzie kolejny elegancki salon fryzur. Mam apetyt na znacznie więcej **- dodaje Paweł Brzozowski.**

Atelier Brzozowski przy Podwalu Staromiejskim w Gdańsku to już trzeci salon tej marki w Trójmieście. Pozostałe dwa znajdują się w Gdyni – przy Alei Legionów 119C w Redłowie oraz na Karwinach przyul. Makuszyńskiego 18.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE



Fot. Kamil Żurek













AIRFIELD

SALON AIRFIELD – C.H. RIVIERA, UL. K. GÓRSKIEGO, GDYNIA

SUCHENIA Z MEDALEM NA GRENLANDII

Piotr Suchenia, biegacz z Gdyni, zajął drugie miejsce w The Polar Circle Marathon. Ponad 42 kilometry przez grenlandzką lodową pustynię pokonał w 3 godziny i 5 minut. Był to jego piąty start w maratonie za kołem podbiegunowym.

Piotr Suchenia może się pochwalić znakomitą statystyką. W swoich dotychczasowych pięciu biegach w arktycznych warunkach za każdym razem stawał na podium, w tym trzy razy na jego najwyższym stopniu. W ubiegłym roku wygrał maraton na Biegunie Północnym. Dwa razy, w 2016 roku i w czerwcu br., triumfował też w zawodach Spitsbergen Marathon.

- Zaliczyłem kolejny maraton, zająłem dobre miejsce i pobiegłem na tyle, na ile było mnie stać. Brakowało trochę dynamiki i mocy pod butem. Trasa piękna pod względem krajobrazowym, ale wymagająca, chociaż profil wiedzie z góry w dół. Początek to około 4 km podbiegu na lodowiec, potem pętla po lodzie i w "dół" do Kangerlussuaq. W dół to pojęcie względne, gdyż cały czas coś się dzieje, cały czas są hopki i podbiegi. Jak ktoś nie potrafi zbiegać, jak ja, to dostanie tu srogi łomot – **napisał na swoim facebookowym profilu Piotr Suchenia.**

The Polar Circle Marathon na Grenlandii okazał się bardzo wymagającym biegiem. 126 zawodników i zawodniczek musiało sobie radzić z trasą pełną lodu, kamieni i piasku. Najlepszy okazał się reprezentant gospodarzy Martin Moller, który złamał barierę 3 godzin. Jego czas to 2 godziny 53 minuty.

- Po starcie znalazłem się w trzyosobowej czołówce. Razem biegliśmy do około 14. km, po czym biegacz z Grenlandii odjechał nam jak juniorom. Wiedział jak tu jest i dobrze znał trasę i warunki. Biegł na lekko, bez kurtki i w szybkich butach. Wygrał to bez zająknięcia. Ja puściłem przed siebie drugiego biegacza, który rwał się strasznie do przodu, dałem mu się wyszaleć i na podbiegu na 20. km spokojnie mu odjechałem **– dodaje Piotr Suchenia.**

Piotr Suchenia kolejne wyzwanie podejmie w już 13 grudnia br. Wtedy wystartuje w maratonie na Antarktydzie – Antarctic Ice Marathon 2018.

mp



GURU SZTUKI W TRÓJMIEŚCIE

Lorenzo Rudolf i jego żona Maria Elena Rudolf, jedne z najważniejszych osób w świecie sztuki współczesnej, przyjechali do Trójmiasta i wzięli udział w konferencji Art Vertical Preview X, która odbyła się w sopockim hotelu Marriott. Rozmawiano między innymi o potencjale dla rozwoju sztuki w Polsce, zaprezentowano też idę przyszłorocznych targów sztuki Art Vertical Gdańsk 2019.

Lorenzo Rudolf to światowej sławy marszand, guru targów sztuki, były wieloletni dyrektor targów Art Basel, założyciel i dyrektor targów Art Stage Singapore oraz Art Stage Jakarta, W ramach wizyty Państwo Rudolf odwiedzili kilka kulturalnych wydarzeń w Trójmieście, spotkali się z koneserami sztuki, a podczas biznesowego lunchu w sopockim Grand Hotelu rozmawiali o ścisłej współpracy z organizatorami przyszłorocznych targów Art Vertical Gdańsk 2019.



Fot. Olga Kharina

Lorenzo Rudold (niebieska marynarka) podczas spotkania z koneserami sztuki

Założeniem organizatorów jest organizacja najbardziej prestiżowych targów sztuki w Polsce. Mają to być również jedyne w Europie targi sztuki podkreślające historyczną i kulturalną więź pomiędzy Wschodem i Zachodem. Ze względu na swoje położenie geograficzne i tradycje sięgające czasów Szlaku Bursztynowego, Gdańsk był zawsze miejscem wyjątkowym na styku różnych kultur. Ta bogata historia miasta portowego, miasta wolności i solidarności ma skłonić kolekcjonerów i miłośników sztuki z całego świata do przyjazdu do Gdańska. Targi – choć stanowią doskonałą platformę wymiany doświadczeń, pomysłów, sprzyjają nawiązywaniu dialogu artystycznego – będą również wydarzeniem komercyjnym, nastawionym na sprzedaż prezentowanych dzieł.

wp

CITY MEBLE



Tylko raz w roku!

Gdańsk, al. Grunwaldzka 211

Pon-Sb: 10:00-20:00 / Nd: 10:00-18:00

ŚLUBNA ALTERNATYWA W STARYM MANEŻU

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

Tegoroczna edycja była wyjątkowa. Zarówno pod względem liczebności wystawców, jak i odwiedzających gości. Oznacza to, że wzrasta poczucie estetyki i dobrego smaku przy organizacji tak ważnej uroczystości, jaką jest ślub i wesele. Przyszłym nowożeńcom zaprezentowało się 80 wystawców. Floryści, projektanci sukien ślubnych, pracownie cukiernicze, fotografowie, filmowcy, pracownie graficzne, konsultanci ślubni, projektanci obrączek, muzycy, projektanci dekoracji.

Zgromadzonych wystawców, w swojej ofercie łączyła naturalność oferowanych produktów, stawianie na emocje i niewymuszone dekoracje. Wszystko to zaprezentowane w minimalistycznym stylu z klasą. Zwraca się większą uwagę na jakość, naturalność oraz nietypowe podejście. Ślub w stylu boho, industrialnym, eko, slow, folk – takie właśnie jest alternatywne wesele. Bez blichtru, kiczu, krzykliwości i utartego schematu, powtarzanego na co drugim, polskim weselu.

– Niektórzy wystawcy pojawiają się na naszych targach regularnie od samego początku, np. Studio Filmowe Frak, cukiernia Notociacho, profesjonalny kwartet smyczkowy Unicorn String Quartet, fotograficzny duet Hura Studio, czy Pracownia Jubilerki, która w swojej ofercie ma m.in. obrączki z karbonu oraz warsztaty, na których para młoda może wykonać obrączki własnoręcznie - **mówi Magda Kalisz, współorganizatorka targów.**

Z edycji na edycję widać też widoczny wzrost obecności małych lokalnych firm. Podczas ostatnich targów premierowo zaprezentowali się Sushi Drive z propozycją zestawów sushi dla gości weselnych, świetna cukiernia Tortorama, pracownia Steampunk & Fantasy oferująca wyjątkowe i unikalne kreacje ślubne oraz Bajka z programem zajęć i zabaw dla najmłodszych gości weselnych. Kolejna, siódma już edycja Alternatywnych Targów Ślubnych odbędzie się już 17 lutego 2019 r. w Starym Maneżu.



Fot. Karol Stańczak - Hura Studio













spraw sobie

BAJKOWE ŚWIĘTA

W coraz dłuższe i chłodniejsze wieczory
otul się ciepłym kocem, zaparz herbatę
i pozwól sobie na chwilę wytchnienia!



There's no place like...

home & you

sypialnia | salon | łazienka | kuchnia | jadalnia | akcesoria

www.home-you.com

SYLWESTER SZEFÓW KUCHNI I CUKIERNI

Szefowie Kuchni i Cukierni, nie gęsi i swojego sylwestra mają! Nie jest tajemnicą, że ostatnia noc w roku, dla branży gastronomicznej nie oznacza szampańskiej zabawy do białego rana. Dlatego data gastro sylwestra została przesunięta na 29 października. Ten wyjątkowy wieczór, odbył się już po raz drugi, a gospodarzem imprezy był Hotel Almond Business & SPA w Gdańsku.

Imprezę uświetniło towarzystwo 60 najlepszych szefów kuchni, występy artystyczne, pokaz fajerwerków i jedzenie przygotowane pod okiem szefa kuchni restauracji Magiel w hotelu Almond, Przemysława Langowskiego. Tematem przewodnim był motyw piracki.

- Szefowie kuchni nie mają okazji spędzać sylwestra w dniu, w którym on wypada, ponieważ wszyscy są w pracy. W związku z tym Stowarzyszenie Szefów Kuchni zorganizowało z nami, po raz kolejny sylwestrową imprezę. Cieszymy się, że szefowie kuchni zgodnie stwierdzili, że jest to najlepsze miejsce do świętowania. Każdy kto chodź trochę interesuje się gastronomią, bądź ogląda programy kulinarne, na pewno rozpoznałby dzisiejszego wieczoru wiele znajomych twarzy - mówiła Lucyna Waruszewska, dyrektor generalny hotelu Almond Business &SPA.

Wśród kulinarnych atrakcji znalazł się pokaz live cooking, podczas którego przygotowywano pepitki z owocami morza. Na głodnych gości czekał wolno pieczony tomahawk stek oraz golonka w piwie. W części bufetowej można było można skosztować wędzonego i grillowanego łososia oraz aromatyzowane krewetki. O odpowiednią oprawę procentową zadbał Stary Browar Kościerzyna oraz marka Soplica.

W trakcie tego wydarzenia nie zabrakło atrakcji, czyniących tą noc niezapomnianą. W hotelowym foyer czekała karykaturzystka. Wykonywała portrety, które budziły uśmiech na twarzach gości. Spektakularny i zmysłowy pokaz tańca brzucha dała Nailah, laureatka wielu krajowych i międzynarodowych konkursów tanecznych. Jak na sylwestrową zabawę przystało, nie mogło zabraknąć sztucznych ogni. Zwieńczeniem karnawałowego szaleństwa był tort przygotowany przez cukiernię Sowa.

nd



Fot. Karol Kacperski













Święta w centrum Gdańska

Nasza grudniowa oferta to kilka propozycji, w których znajdziecie Państwo dania wigilijne w tradycyjnej oraz nowoczesnej odsłonie.

Organizujemy:

- świąteczne spotkania firmowe
- bożonarodzeniowy catering
- uroczystą kolację wigilijną w postaci bufetu

Gdańsk, ul. Toruńska 12
www.hotelalmond.pl
marketing@hotelalmond.pl
tel: 58 351 90 20/21/55

HOTEL
ALMOND
BUSINESS & SPA
★ ★ ★ ★

GŁOSY DLA HOSPICJÓW

Zakopower oraz Joanna Kondrat to artyści, którzy wystąpili w kolejnym koncercie z cyklu „Głosy dla Hospicjów". Odbył się on w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej na Ołowiance, a dochód z imprezy przekazany został na działalność statutową Fundacji Hospicyjnej i pomoc dla hospicjum im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku.



Fot. Jacek Rembowski

Joanna Kondrat zachwyciła publiczność swoim liryzmem i delikatnością. Przemyślany repertuar, nawiązania do filozofii ks. Dutkiewicza – wszystko to zachęciło gości do wspólnego śpiewania. Zakopower natomiast dał moc pozytywnej energii, w utworach pełnych góralskiej zadziorności i ekspresji. Był taniec, śpiew i gromkie brawa.Poza muzycznymi doznaniami, tradycyjnie podczas koncertu nie zabrakło kwesty wolontariuszy, charytatywnej aukcji, stoisk wystawców, a także zabawy fantowej.

Koncert organizowany w Światowy Dzień Hospicjów i Opieki Paliatywnej, był także kolejną okazją do uczczenia jubileuszu 35-lecia Domowego Hospicjum dla Dorosłych im. ks. E. Dutkiewicza SAC, a także 15-lecia działalności Fundacji Hospicyjnej. Jubileusz stał się także dobrym pretekstem, by nagrodzić firmy i osoby, które od lat wspierają działania Fundacji i Hospicjum. Nagroda im. ks. E. Dutkiewicza SAC, przyznana za wieloletnie wsparcie i za wierność, podczas koncertu trafiła m.in. do Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, Klubu Lions 1, Banku Ochrony Środowiska, Gdańskiej Kancelarii Doradztwa Podatkowego, Restauracji Oaza, firmy Security, LPP, Energa, Satel i Zakładu Karnego w Gdańsku.

Podczas koncertu prezydent Miasta Gdańska Paweł Adamowicz zapowiedział wielki projekt, którym jest stworzenie Centrum Opieki Wyręczającej. Wytchnienie znajdą w nim opiekunowie rodzinni, ich podopieczni: niesamodzielne, chore dzieci i dorośli. Wszystkich chętnych do wsparcia zachęcamy do wpłat darowizn na konto: 72 1540 1098 2001 5562 4727 0001 z dopiskiem: Centrum Opieki Wyręczającej.

nd

NOWY DOM, NOWE MIESZKANIE

Ponad 50 wystawców, w tym wielu dużych, ale też mniejszych deweloperów, zaprezentowało się w Amber Expo podczas targów Nowy Dom Nowe Mieszkanie organizowanych przez Murator Expo. Oprócz prezentacji najnowszych inwestycji, dużym zainteresowaniem cieszyły się debaty dotyczące planowanej nowelizacji ustawy deweloperskiej oraz perspektywom i ryzyku inwestowania w mieszkania na wynajem.



Ponieważ nadal skala zakupów na rynku nieruchomości mieszkaniowych robi wrażenie na niejednym analityku, a statystyki pokazują, że spora część mieszkań kupowana jest w celach inwestycyjnych, hasłem przewodnim publicznej debaty było inwestowanie w mieszkania na wynajem. Firma doradcza REAS ocenia, że nawet 30-40% nowych mieszkań kupują inwestorzy z myślą o ich wynajmowaniu. Ale czy kupowanie mieszkania na wynajem jest bezpieczne?

- Oczywiście, że tak, pod warunkiem, że właściwie ocenimy ryzyko związane z nietrafioną lokalizacją, przeinwestowaniem oraz będziemy potrafili w odpowiedni sposób zarządzać najmem. Zarządzanie najmem możemy wziąć na swoje barki lub zlecić to wyspecjalizowanej firmie. W tym pierwszym przypadku zysk może być większy, ale też i zakres obowiązków i czas poświęcony będzie większy, w drugim natomiast przypadku oszczędzamy mnóstwo czasu, problemów kosztem relatywnie mniejszego zysku **– mówił Marek Wielgo, redaktor naczelny muratorplus.pl.**

Od ponad 6 lat klientów firm deweloperskich chroni ustawa o ochronie praw nabywcy lokalu mieszkalnego lub domu jednorodzinnego, zwana powszechnie ustawą deweloperską. Jednak Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów uważa, że finansujący budowę nowych mieszkań nadal dużo ryzykują, bowiem gdyby w trakcie budowy deweloper zbankrutował, mogliby stracić przynajmniej część wpłat. UOKiK przygotował, zatem projekt nowelizacji ustawy deweloperskiej, w którym proponuje m.in.: dodatkowe zabezpieczenie tych pieniędzy. Problem w tym, że przeciw takiemu rozwiązaniu ostro protestują deweloperzy. Zapewniają, że ich klienci mogą się czuć bezpieczni. I ostrzegają, że zmiany mogą skutkować spadkiem podaży nowych mieszkań, a w konsekwencji wzrostem ich cen.

nd

RENAULT
Passion for life

Dołącz do drużyny Renault

Zyskaj nawet do **14 000 zł**



Sprawdź leasing 103% z dodatkową ochroną wartości auta gratis

RENAULT
oficjalny partner PZN

Maksymalny zysk 14 000 zł w przypadku wybranych wersji Renault Koleos, dostępnych od ręki na składach Autoryzowanych Partnerów Renault. Liczba samochodów w promocji ograniczona. Oferta ważna do wyczerpania zapasów. Leasing 103% na 3 lata dla przedsiębiorców to oferta RCI Leasing Polska Sp. z o.o. przy następujących parametrach: opłata wstępna 10%, wartość wykupu 10%, okres umowy 36 miesięcy. Ubezpieczony nie ponosi kosztu ubezpieczenia GAP. Stan oferty na 9.10.2018 r. Szczegóły w salonach Renault. Zużycie paliwa w cyklu mieszanym dla różnych wersji modelu Renault Captur wynosi od 4,2 do 5,6 l/100 km, a emisja CO_2 od 111 do 128 g/km, dla Renault Kadjar wynosi od 4,3 do 5,9 l/100 km, a emisja CO_2 od 113 do 134 g/km, dla Renault Koleos wynosi od 6,2 do 6,4 l/100 km, a emisja CO_2 od 163 do 168 g/km. Wyżej wymienione wartości określone zostały na podstawie pomiarów w cyklu WLTP, a następnie przeliczone według reguł stosowanych do cyklu NEDC, aby umożliwić ich właściwe porównanie, zgodnie z przepisami prawa europejskiego, w tym Rozporządzeniem (UE) 2017/1151 i Rozporządzeniem wykonawczym Komisji (UE) 2017/1153 ze zmianami. Zużycie paliwa oraz emisja CO_2 w spalinach konkretnego pojazdu w rzeczywistych warunkach drogowych mogą się różnić od podanych wyników pomiarów, gdyż na wartości te wpływają m.in. takie czynniki, jak: masa pojazdu (zależna od liczby pasażerów i obciążenia, a także od zainstalowanego wyposażenia dodatkowego), jego stan techniczny (np. ciśnienie w oponach), umiejętności i zachowania kierowcy oraz warunki drogowe (natężenie ruchu, stan nawierzchni itp.). Koncern Renault w ramach programu Driving ECO2 wyposaża swoje samochody w rozwiązania, które pomagają kierowcy aktywnie wpływać na ekonomiczną i ekologiczną jazdę i tym samym przyczyniają się do ochrony środowiska. Samochody koncernu Renault budowane są również, zgodnie z przepisami dotyczącymi wymogów ochrony środowiska, z wykorzystaniem części i materiałów pochodzących z odzysku i recyklingu. Szczegółowe informacje dotyczące spełniania wymogów ochrony środowiska znajdują się na renault.pl i u Autoryzowanych Partnerów Renault.

Renault zaleca elf

renault.pl

P.U.H. Zdunek Sp. z o.o.

GDAŃSK, ul. Miałki Szlak 43/45
tel. 786 201 102

GDYNIA, ul. Morska 517A
tel. 786 201 202

SOPOT, Al. Niepodległości 940
www.renault.zdunek.pl



JACEK BRACIAK

Jestem w tej doskonałej sytuacji, że dzięki pieniądzom zarobionym w reklamie, zamiast kupić sobie kolejny samochód, ja kupiłem sobie wolność i mogę robić to, na co mam ochotę. Wolność wyboru i możliwość prowadzenia życia takim, jakie dokładnie chcę, aby było. Zwykłe i spokojne.



Mógłbym codziennie chodzić na bankiety, imprezy, fotografować się na ściankach, od rana się przebierać, a nie ubierać, ale mogę przecież wyjść z psem, pójść na kawę, posprzątać chałupę, przeczytać książkę, pooglądać Kiepskich w telewizji. To jest prawdziwe życie.

JACEK BRACIAK

KUPIŁEM SOBIE WOLNOŚĆ

ROZMAWIAŁ: JAKUB JAKUBOWSKI **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI

W młodości był barmanem, pojechał też na saksy do Wiednia, gdzie sprzątał mieszkanie bogatej Austriaczki. Zdarzało mu się zarabiać na życie jako maskotka promująca film Piotruś Pan, chałturzył też w przedszkolach grając w przedstawieniach dla dzieci. Szkoła życia zaprowadziła go do szkoły teatralnej, do której dostał się za pierwszym razem. Dzisiaj jest jednym z najlepszych polskich aktorów, choć dla wielu ludzi jest to oczywiste dopiero po głębszym zastanowieniu. Nie bryluje bowiem na ściankach, nie żyje w blasku fleszy, wielką wagę przywiązuje do wolności w życiu codziennym, jak i zawodowym. Z Jackiem Braciakiem spotkaliśmy się na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni i rozmawialiśmy tuż po pokazie filmu „Kler", w którym zagrał jedną z głównych ról.

W maju stuknęła Ci 50-tka. To dobry czas na wszelkiego rodzaju podsumowania, zarówno te zawodowe, jak i prywatne?
Nigdzie się nie wybieram, moje życie się nie zmieniło, więc nie muszę robić żadnych podsumowań. Pięćdziesiątka to po prostu pięćdziesiątka, zwykła liczba. Powiem Ci szczerze, że nawet nie czuję się na 50 lat. Mam 3,5-letniego wnuka, ale nie zamierzam jeszcze kręcić wąsa i nabijać fajki.

Czujesz się aktorem spełnionym?
Tak, z pewnością. Poza tym jestem w tej doskonałej sytuacji, że dzięki pieniądzom zarobionym w reklamie mogłem sobie kupić wolność. Zamiast kupić sobie kolejny samochód, ja kupiłem sobie wolność i mogę robić to, na co mam ochotę.

Co kryje się za słowem wolność?
Wolność wyboru i możliwość prowadzenia życia takim, jakie dokładnie chcę, aby było. Zwykłe i spokojne.

Jesteś popularnym aktorem, chcąc nie chcąc jesteś częścią polskiego showbiznesu. Da radę prowadzić zwykłe i spokojne życie?
To jest tylko i wyłącznie mój wybór. Mógłbym codziennie chodzić na bankiety, imprezy, fotografować się na ściankach, od rana się przebierać, a nie ubierać, ale mogę przecież wyjść z psem, pójść na kawę, posprzątać chałupę, przeczytać książkę, pooglądać Kiepskich w telewizji. To jest prawdziwe życie. Nie muszę pędzić, sztucznie się uśmiechać, nie muszę robić dobrej miny do złej gry. Nikogo nie udaję, w życiu nie odgrywam żadnej roli.

Dzisiaj jesteś jednym z najpopularniejszych polskich aktorów, ale początki Twojej zawodowej kariery do najłatwiejszych nie należały.
Jeśli chodzi o film to faktycznie, długo się przebijałem. Przełomem okazał się film Edi w reżyserii Piotra Trzaskalskiego. Ale do tego czasu, przez 10 lat dużo grałem w teatrze. Miałem to szczęście, że trafiłem do Teatru Powszechnego, w najlepszym jego okresie. Obsadzano mnie w różnych rolach, w różnym repertuarze i myślę, że to spowodowało, że w końcu świat filmowy zaczął zauważać mój warsztat. Przeszedłem żmudną drogę, od epizodów, poprzez małe role, do tych nieco większych.

Komu najwięcej zawdzięczasz jeśli chodzi o zawodową karierę? Piotrowi Trzaskalskiemu, który powierzył Ci rolę w filmie Edi, Wojtkowi Smarzowskiemu, czy może komuś innemu?
Władysławowi Kowalskiemu. To był mój przyjaciel i mentor w Teatrze Powszechnym. Nauczyłem się od niego wielu rzeczy, aktorskiego rzemiosła, pojmowania tego zawodu.



JACEK BRACIAK

Na swym koncie ma wiele ról teatralnych, filmowych i serialowych. W 1991 roku ukończył PWST. Po studiach pracował w warszawskim Teatrze Powszechnym, w którym grał w dramatach Gombrowicza, Głowackiego, Szekspira, Czechowa. Przełomem w jego filmowej karierze był głośny film „Edi" w reżyserii Piotra Trzaskalskiego. Za rolę w nim dostał Złotego Lwa na festiwalu w Gdyni oraz nagrodę Orła Polskiej Akademii Filmowej. Orła zdobył także za rolę w filmie „Róża" w reżyserii Wojciecha Smarzowskiego. Zagrał też w innych, znakomitych filmach Smarzowskiego: „Drogówka", „Pod Mocnym Aniołem", „Wołyń" i ostatnio „Kler". Szeroką rozpoznawalność przyniósł mu serial „Brzydula". Od tego czasu Jacek Braciak pojawia się regularnie na małym i dużym ekranie, grając w wielu znakomitych filmach i serialach.

Dzieciństwo nas kształtuje, okres młodzieńczy szlifuje, dorosłość hartuje. To, że dzisiaj ponad wszystko cenię sobie wolność, wynika właśnie z tego jak wyglądało moje dzieciństwo. Wieś Rzekcin w województwie lubuskim, 12 domów, pola, łąki, lasy. Bezgraniczna wolność, poczucie bezpieczeństwa. Mogłem sobie wykradać kobyłę ze stajni i być Indianinem, szwendać się po lasach, zaczytywać w książkach podsuwanych przez dziadka.





Władysław Kowalski uświadomił mi, że aktor nie jest wcale najważniejszy, że do filmu lub spektaklu muszę podchodzić jak do całości, a moja rola, choćby nie wiem jak była dobra, to jednak jest tylko i wyłącznie jednym z elementów. Takie podejście do tego zawodu uczy pokory i pomaga poskromić własne ego.

U Ciebie trzeba było je poskramiać?
Gdy zdawałem do szkoły teatralnej to zawód aktora kojarzył mi się ze sławą, kasą i kobietami. Byłem 19-letnim idealistą, ale życie szybko te wyobrażenia zweryfikowało (śmiech). Dzisiaj, mając 50 lat, na te trzy aspekty nie mogę narzekać, zmieniło się jednak to, że nie są to moje priorytety.

W jednym z wywiadów powiedziałeś takie słowa – „Przy pewnym potencjale pychy bycie aktorem jest łatwe. Trzeba mieć jeszcze tylko w sobie wolę ekshibicjonizmu, zdolność egoizmu i potrzebę bezwstydu. I już – aktor gotowy". Ile w tym prawdy, ile kokieterii?
To nie jest kokieteria, cały czas tak uważam. Aktorstwo to w swojej istocie zawód prosty, nie jest to zajęcie wybitnie intelektualne. Znam nawet aktorów, którzy są idiotami, a są świetnymi aktorami...

... Nazwiska poproszę!
(śmiech). Mało tego, inteligencja czasami w tym zawodzie przeszkadza. W gruncie rzeczy, chodzi o to, aby w momencie gdy podnosi się kurtyna lub zapala się czerwona lampka na kamerze, mieć tyle bezwstydu, aby uznać, że to co robi jest ważne, ale najważniejsze jest, aby się otworzyć i w sposób autentyczny i przekonywujący „wejść w buty" bohatera, którego się gra na tyle wiarygodnie, by wywołać emocje w ludziach oglądających film. Bo to oni są najważniejsi, a nie aktor.

Często aktorzy opowiadają, że wejście w buty bohatera wymaga dużych poświęceń, a role jeszcze długo pozostają w nich samych. Jak to jest u Ciebie?
Staram się podchodzić do tego jak najbardziej profesjonalnie, ale przede wszystkim normalnie, z zachowaniem zdrowego rozsądku. W dużym uproszczeniu – jest robota do zrobienia, jadę do pracy na plan, robię swoje, wracam do domu. Oczywiście, często coś tam mnie szarpie w środku, coś zostaje w głowie, ale nie jest tak, że rola nie daje mi żyć i muszę z niej wychodzić w jakiś specjalny sposób.

Nie bez kozery o to pytam, bo – tu znowu posłużę się cytatem – po filmie „Drogówka" powiedziałeś – „Ósmego dnia obudziłem się, płacząc. Miałem wrażenie, że przez ten tydzień nie robiłem nic innego, tylko piłem wódę. Jakie skojarzenia masz po zdjęciach do filmu „Kler"?
Przy „Klerze" nie przeżywałem szczególnych katuszy, obciążeń. Były dwa dni zdjęciowe, kiedy graliśmy dosyć trudne sceny emocjonalne, ale pod tym względem z pewnością „Drogówka" mocniej mnie wyeksploatowała.

Zaskoczony jesteś tym, że „Kler" budzi tak duże kontrowersje?
Nie jestem zaskoczony. Żyjemy w kraju w jakim żyjemy, społeczeństwo jest jakie jest. Wojtek Smarzowski zrobił film bezkompromisowy, ale ja nie odbieram go jako oskarżenie Kościoła. „Kler" jest na pewno moralitetem, wyjaśnia motywy ludzkiego postępowania, wskazuje na słabości człowieka. Jest też filmem o miłosierdziu. Uważam, że to dobry film i potrzebny, a wziąłem w nim udział nie dlatego, że chciałem coś zamanifestować, tylko dlatego, że podobał mi się scenariusz i rola, którą miałem do zagrania.

„Kler" to Kościół pokazany od zakrystii. Czy wierzysz w instytucję Kościoła? Kiedykolwiek wierzyłeś?
Nie wiem, nie jestem teologiem, nie jestem socjologiem, nie lubię się też dzielić tak intymnymi sprawami. Jestem wierzący, jako dzieciak, byłem ministrantem, nigdy nic złego mnie w Kościele nie spotkało, spotkałem na swojej drodze kapłanów, którzy w życiu mi pomogli, których uważam za bardzo wartościowych ludzi.



Ojcowie mają ten przywilej, że dla córek są kimś najważniejszym. Nigdy nie miałem problemów w relacjach z córkami. Nigdy nie starałem się ich na siłę wychowywać, tylko po prostu być przy nich. Czasami mi to wychodziło lepiej, czasami gorzej, ale dzisiaj mogę powiedzieć, że jestem z nich bardzo dumny. To bardzo mądre, poukładane dziewczyny.

W każdym środowisku są jednak ludzie, którzy błądzą, popełniają błędy lub po prostu są źli z natury. Myślę, że wszelkie sztuczne warunki, jak celibat, zamknięte zakony męskie i kobiece, szkoły z internatem, a nawet zakłady karne, generują różnego rodzaju patologie i wynaturzenia. Tam odbywa się codzienna walka z ludzką naturą, instynktami, potrzebami.

Ksiądz Lisowski, bohater grany przez Ciebie w „Klerze" tą walkę przegrywa. Jakie jest studium jego upadku?
Ksiądz Lisowski to wyrachowany karierowicz, opływający w luksusy biznesmen, którego celem jest ważne stanowisko w Watykanie. A jak wiadomo, cel uświęca środki. W jego przypadku mamy do czynienia z ogromnym spustoszeniem wewnętrznym. Ale to nie stało się nagle. To proces, który zaczął się od zła wyrządzonego jemu samemu.

To jacy jesteśmy, wynika wprost z tego, czego doświadczyliśmy w dzieciństwie?
Tak zazwyczaj bywa. Dzieciństwo nas kształtuje, okres młodzieńczy szlifuje, dorosłość hartuje. To, że dzisiaj ponad wszystko cenię sobie wolność, wynika właśnie z tego jak wyglądało moje dzieciństwo. Wieś Rzekcin w województwie lubuskim, 12 domów, pola, łąki, lasy. To moja rodzinna wieś. To co pamiętam, to właśnie bezgraniczna wolność, poczucie bezpieczeństwa. Mogłem sobie wykradać kobyłę ze stajni i być Indianinem, szwendać się po lasach, zaczytywać w książkach podsuwanych przez dziadka. Często też pracowałem w polu. Dzisiaj, za każdym razem, gdy wracam do Rzekcina, widzę to, czego dawniej nie dostrzegałem. Doceniam święty spokój, łąki, przestrzenie, ciszę. Pamiętam, że zawsze żyliśmy skromnie, czasami były niedostatki. Dzisiaj, nasze dzieci w większości mają wszystko podane na tacy, ale mam wątpliwości, czy jest to dobre. To, co ja przeżyłem, te ograniczenia, konieczność radzenia sobie w życiu, oczywiście pozostawiają ślad w postaci lęku na resztę życia, na przykład o sytuację materialną. Ale to też pobudza ambicje i determinacje, aby dążyć do tego, o czym się marzy.

Ty z czasem marzyłeś, aby z Rzekcina się wyrwać i dostać się do szkoły teatralnej.
W Warszawie, w tym wielkim świecie bywałem zagubiony. Bywało, że dawano mi do zrozumienia skąd jestem, że mam pewne braki. Miałem kompleks prowincjusza. Jakoś to przetrwałem. Był też czas, że się wstydziłem tego, że jestem z Rzekcina, próbowałem to wymazać. Dopiero później poczułem, że to jest moja wartość. To przyszło jakoś tak naturalnie.

Wraz z sukcesami?
Wręcz przeciwnie. Wraz z porażkami, z rozczarowaniami. Nie sądzę, żeby sukces rozwijał. Sukces nie skłania do refleksji. Porażki dają pretekst do szukania odpowiedzi. Dlaczego się nie udało? Co jest nie tak? Co i jak to zmienić?

Dzisiaj w Twoim życiu wszystko jest tak? Coś byś chciał w nim zmienić?
Nic bym nie chciał zmienić. Wszystko jest w jak najlepszym porządku. Z prostego powodu, że jest tak jak jest. Ja mogę to tylko zaakceptować.

Co jest aktualnie dla Ciebie najważniejsze w życiu? Jakie masz życiowe priorytety?
Najważniejsze dla mnie są miłość, wolność, godność i radość z życia.

No to skoro już poruszyłeś wątek miłości, to przytoczę Twoje słowa z dość starego

wywiadu, w którym powiedziałeś, że nie ma miłości na całe życie.
To było faktycznie dawno. Dzisiaj już bym tak nie powiedział. Są ludzie, którzy kiedyś byli dla mnie w życiu ważni i do dzisiaj ich przechowuję w sercu i na swój sposób cały czas ich kocham.

Pogadamy o kobietach?
Możemy.

Pytam nie bez powodu, bo w domu rodzinnym same siostry, Twój osobisty „dorobek" to trzy córki... Jak żyć?
(śmiech). No, ale dla równowagi jest też wnuk. Ojcowie mają ten przywilej, że dla córek są kimś najważniejszym. Nigdy nie miałem problemów w relacjach z córkami. Nigdy nie starałem się ich na siłę wychowywać, tylko po prostu być przy nich. Czasami mi to wychodziło lepiej, czasami gorzej, ale dzisiaj mogę powiedzieć, że jestem z nich bardzo dumny. To bardzo mądre, poukładane dziewczyny.

Nie uciekały z domu z powodu nieszczęśliwej miłości, jak ich tata?
(śmiech) Nie musiały. Ale fakt, mam za sobą wielką ucieczkę z domu. Gdy mieszkałem w Rzekcinie, byłem nieszczęśliwie zakochany. Niestety, moja mama zdawała się nie rozumieć, że niespełniona miłość to dla nastolatka koniec świata. Zapakowałem do plecaka chleb, cebulę, słoik dżemu, jakieś pieniądze i przyjechałem na Wybrzeże. Okazało się, że nigdzie się nie mogę schronić, więc przespałem noc w wiklinowym koszu na plaży. Następnego dnia, z podkulonym ogonem wróciłem do domu.

Co lubisz w kobietach?
Inteligencję, mądrość, poczucie humoru, fizyczność, błysk w oku, to, że możemy ze sobą ciekawie rozmawiać, ale najważniejsza jest zgodność charakterologiczna.

Ponoć zgodność charakterologiczną musisz czuć także ze swoim samochodem?
O tak! Jazda samochodem ma dla mnie wręcz terapeutyczne znaczenie, muszę się w nim dobrze czuć. Lubię samochody, które mają duszę. Na co dzień jeżdżę Land Roverem. Jestem fanem starych Mercedesów. Mam w garażu klasyka, W123, czyli popularną „Beczkę" i drugiego, nieco młodszego – S500, model W220.

W najnowszej, wypasionej S Klasie, którą jeździłeś w filmie „Kler" dobrze się czułeś?
Na pewno gorzej się czułem niż w mojej S Klasie. Po pierwsze w filmie jeździłem dieslem, a diesel to diesel. Ja w mojej S Klasie mam silnik V8, czysta poezja. Fantastycznie się nim jeździ.



W każdym środowisku są jednak ludzie, którzy błądzą, popełniają błędy lub po prostu są źli z natury. Myślę, że wszelkie sztuczne warunki, jak celibat, zamknięte zakony męskie i kobiece, szkoły z internatem, a nawet zakłady karne, generują różnego rodzaju patologie i wynaturzenia. Tam odbywa się codzienna walka z ludzką naturą, instynktami, potrzebami.

A po boisku czasem jeszcze biegasz?
Już coraz rzadziej. Mniej mnie ciągnie dzisiaj do grania, bardziej do oglądania. Lubię katować się polską ekstraklasą. Czasami, gdy tak oglądam te mecze, to wracam sobie pamięcią do czasów, gdy grałem w Łuczniku Strzelce Krajeńskie w III lidze juniorów. Byłem prawym obrońcą z ofensywnymi predyspozycjami. Ponoć miałem talent. W piłkę poszedłem za przykładem ojca, który długo grał w Łuczniku, jeździliśmy też na mecze Stilonu Gorzów. Piłka przegrała jednak z aktorstwem. W Technikum Mechanizacji Rolnictwa, do którego uczęszczałem była polonistka, która dostrzegła we mnie talent aktorski i recytatorski. To ona przekonała mnie, abym zdawał do szkoły aktorskiej. Cieszę się, że jej posłuchałem.



JAKUB KACZYŃSKI
LIDER POLSKICH ZNALAZCÓW

AUTOR: FITZROY **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI

Zabawę wymyślił Amerykanin Dave Ulmer, który 18 lat temu ukrył w lesie wiadro z gadżetami. Gdzie – wiedziałoby kilka cedrów i deszczowe niebo nad tą częścią Oregonu. Ale stało się to dwa dni po tym jak Bill Clinton polecił armii wyłączyć zakłócanie sygnału GPS, co znaczyło, że świat przestał się mylić o 100 m, a zaczął o 10. Uradowany Ulmer podał współrzędne wiadra na forum. Zapaleńcy rzucili się do schowka, podzielili przeżyciami i sami zaczęli zakładać skrytki. Tak narodził się geocaching, czyli zabawa w poszukiwanie skarbów za pomocą odbiornika GPS. O tej fascynującej pasji opowiada Prestiżowi gdańszczanin Jakub Kaczyński.

Geocaching to chowanie i szukanie pojemników (cache). Założyciel skrytki umieszcza w niej prezenty i dzienniczek, podaje namiary w sieci. Znalazca wpisuje się do dzienniczka, bierze upominek, wkłada swój i też zgłasza w serwisie. To łatwo ustaliłem, ale licząc keszerów przeliczyłem się. Kto wie, ilu Was jest?
Nikt. Można szacować na podstawie serwisów, ale też się nie uda. Szacuję, że w Polsce jest kilkadziesiąt tysięcy poszukiwaczy i autorów skrytek.

Geocaching.pl pokazuje 43.000 skrytek w kraju. Ich autorzy dodają do współrzędnych ikonki-atrybuty: miej latarkę, wymaga pływania, kolce, kleszcze, spadające kamienie. W sopockiej serii Drzewołazy trzeba mieć sprzęt wspinaczkowy, by znaleźć np. czerwonego bizona na 20 metrze dębu. Gdyńska skrytka Tajemnice Morza na głębokości 12 m wymaga nurkowania. Jakie skrytki Pan lubi?
Leśne, bo to kontakt z przyrodą. Nie wszystko jest dla wszystkich. Nie każdy włoży rękę do dziupli z pająkami, ktoś z klaustrofobią nie wejdzie do jaskini. Nie przepadam za zadaniami ekstremalnymi, ale zdarzyło mi się dotrzeć do skrytki Kanały Gdyńskie – szliśmy kilometr kanałem mocno schyleni, bolały nas plecy i nogi. Schowek był pod Świętojańską. Skrytki wciąż będą zaskakiwać. Z ciekawych gdańskich skrytek wymienię Bazylikę Mariacką: przed kościołem jest makieta, trzeba wykorzystać jej szczegół i stanąć w odgadniętym miejscu pod oryginałem; kesz jest na godzinie 1-2, 40 m obok. Albo Żart Hydraulika w Lasach Oliwskich: zabawa manualna z rurą przy bagienku, natrudziłem się, aby wydobyć skrytkę.

Skrytek nie umieszcza się w rezerwatach, miejscach budzących podejrzenie zamachu ani koło przedszkoli, bo myszkujący obok mężczyźni budziliby inny niepokój. Wzbudził Pan jakiś niepokój?
Dwa razy mnie wylegitymowano, bo chodziłem tam i z powrotem i w coś uporczywie się wpatrywałem. Za pierwszym razem – na warszawskiej starówce – tłumaczyłem strażnikowi miejskiemu, że jestem keszerem, ale to nie polepszało sytuacji, w końcu pokazałem legitymację radcy. Jednak na ogół służby wiedzą, co to geocaching. W Borach Tucholskich skrzynka była poza szlakiem i gdy tam dotarłem, natknąłem się na ochronę Parku Narodowego. Ci nie tylko wiedzieli, kim jestem: może pan nie szukać, tej skrytki już nie ma.

Coś Pana goniło, gdzieś Pan wpadł?
Ja nie. Niedaleko Białegostoku nie weszliśmy do bunkra ze skrytką z powodu straszliwego fetoru, zgłosiliśmy to. Okazało się, że rolnik wrzucił tam zdechłą krowę.

Lubi Pan całe geościeżki? Mnie urzeka Kaszëbë złożona ze 162 skrytek zespołu Kaszubów. Każda ma w nazwie hasło z leksykonu kaszubskiego. Skrytki tworzą punktowo napis Kaszëbë długi na 19 km!

Jestem pod wrażeniem szczególnie kombinacji laserowej Bôłt (Bałtyk). Trzeba o zmierzchu podejść do drzewa i dzięki latarce dostrzec wystające z kory kabelki, przyłożyć baterię i laser wskaże drzewo 70 m dalej, tu kolejny laser wceluje w następne drzewo, które ostatecznie da smugę na skrytkę. Można dojść też w dzień: trzeba złapać punkt laserowy na kartce i z nią podążać od drzewa do drzewa.



Włączył się Pan w tworzenie jakiejś geościeżki?
W Projekt PL pod Częstochową. Ma 95 skrzynek tworzących kontur Polski o długości 53,1 km i odwołujących się do miejsc granicznych. Są skrytki Gdynia i Sobieszewo. Autorzy zakładali ścieżkę dwa miesiące taszcząc graty w las. Potem zaprosili innych keszerów do umieszczania ich skrzynek. To był pierwszy projekt z rozmachem i nowatorskimi maskowaniami, a przy tym z dowcipną grą słów: miejscowość Skowronki z Mierzei Wiślanej odzwierciedla skrytka w postaci skowronka na drzewie, a Stolec koło Szczecina – kupa z pianki. Korzystając z zaproszenia założyłem skrzynkę czteroetapową: w pierwszym schowku figurka Neptuna z wierszem, co dalej; w drugim piasek z gdańskiej plaży, w trzecim płaskorzeźba Dworu Artusa, a w czwartym trójmiejskie gadżety do wzięcia – przewodniki, kieliszki, naklejki. Ale w ogóle założyłem tylko 30 skrzynek.

Przy 16.700 znalezionych to znacząca dysproporcja.
Wolę zakładać rozbudowane, wyrafinowane, a na to nie mam czasu, zwłaszcza że pół roku temu urodził nam się Jasiu. Poza tym – rozczarowania utratą. Dwa dni jeździłem rowerem do serca lasu, żeby znaleźć zagajnik, w którym nikt przypadkowy nie trafi na moją skrytkę-choinkę (niewtajemniczonych nazywamy mugolami, a niszczycieli, przypadkowych lub nie, geobusterami). Kilka razy w roku uzupełniałem pod nią upominki. Nie wszyscy znajdowali je w grudniu, ale się cieszyli; ktoś wpisał: dziękuję za trochę świąt latem! Sześć lat przetrwała, zanim ją unicestwiono.

Śledzi Was też przemysł. Sklepy oferują „zgrabne dzienniczki idealne do probówek 60 ml" i probówki różnych rozmiarów, pokrowce na skrytki, kalendarze keszera, breloki, przyborniki. Co Pan zabiera zawsze?
Jeśli chcę odkryć, to GPS, pieczątkę z nickiem i herbem Gdańska, dwa rodzaje śrubokrętu, pęsetę, notes do rozwiązywania quizów, długopis i latarkę.

Ma Pan dużą rozpiętość szukania: od Egiptu do Walii. Dlatego Pan tyle znalazł?
Dlatego, że nie siedzę w domu. I przeważnie są to wyjazdy do krewnych, urlopowe trasy rodzinne i moje wypady na imprezy na orientację – skrytki przy okazji. To, że znalazłem je w Albanii, wynikało z wycieczki turystycznej po Bałkanach; w przyszłym roku będę na największej imprezie orientacyjnej na świecie w Szwecji i tam też znajdę skrzynki. Oczywiście wiedząc, dokąd jadę, przygotowuję się do skrytek, choćby notując ich namiary i wskazówki.

Czy nie przypominają Panu tajne znaki Templariuszy, które wiodą do skarbu? Weźmy ścieżkę Wyimki z Gdańska. To 90 skrytek ulokowanych blisko 90 detali architektonicznych przedstawionych na zdjęciach w portalu. Gdy się znajdzie detal, należy postąpić według wskazówek: stań plecami do niego, podejdź do drzewa po prawej, szukaj skrytki na wysokości wzroku...
Trafił pan z tymi Templariuszami. Kiedy zaczynałem geocaching, mawiałem, że czuję się jak tropiący Pan Samochodzik. Jestem miłośnikiem tej serii. Pierwsze 17 książek o Samochodziku napisał Zbigniew Nienacki – mam wszystkie, a po jego śmierci wydawnictwo uzyskało od spadkobierców autora prawo do kontynuacji, co czynili kolejni pisarze; razem mam 80 Panów Samochodzików.



JAKUB KACZYŃSKI - gdański radca prawny. W geocachingu (szukanie i zakładanie skrytek) znany bardziej jako Qbacki. Krajowy lider pod względem znalezień: 16.000 w Polsce i 700 za granicą. Przodownik PTTK imprez na orientację, turystyki pieszej, górskiej, kolarskiej i narciarskiej nizinnej. Utytułowany uczestnik i organizator biegów oraz marszów na orientację. Miłośnik zamków i kultowej serii Pan Samochodzik.

Właśnie przez Samochodzika trafił Pan do geocachingu?
Przez wymianę z koleżanką z kancelarii (nick Kika): ona wprowadziła mnie w geocaching, a ja ją w imprezy na orientację – jestem przodownikiem PTTK w tej dziedzinie. Niektórzy mylą to z przewodnikiem, który oprowadza; ja mam uprawnienia do prowadzenia i sędziowania wysokiej rangi imprez.

Częściej Pan w nich bierze udział czy organizuje?
Uczestniczę, ale akurat teraz organizowałem rajd ekstremalny Harpagan w Kwidzynie – największą imprezę na orientację w Polsce, zgłosiło się 1700 osób. Najdłuższy dystans pieszy 100 km, rowerowy 200.

Skąd pewność, że zawodnik dociera do każdego punktu?
Ma chip na palcu i dobiegając do stacji wkłada go do rejestratora.

Zabłądził Pan?
Nie raz. Pod tym względem od biegów trudniejsze są marsze, gdzie mapy są przekształcone – np. bez dróg, tylko z poziomicami. Albo szwajcarka: dziury jak w serze, tylko że oznaczenia są jedynie w tych dziurach, reszta mapy to białe plamy, a tam niewiadoma, w której może być bagno.

Pewien gdański kowal mówi, że podróżując wypatruje wież ciśnień. Ma Pan podobne upodobania poza skrytkami i orientacją?
Kieruję się głównie tym, że jeszcze gdzieś nie byłem. Ale idealnie jest, gdy trafię na zamek. To moja słabość, mapę zamków mam przy każdym wyjeździe. Widzę w nich historię, którą można dotknąć. I bryłę: każdy muszę obejść i obficie obfotografować. Szczególnym sentymentem darzę Gniew. Nocowaliśmy tam na zlotach keszerskich. Ochotnikom pozwolono zejść po linie do suchej, lecz głębokiej studni. Rzecz w tym, że potem należało się wspiąć. To też się pamięta.

MARIUSZ WĄŻ

Należy mieć alternatywne, autonomiczne metody wyznaczania pozycji. Źródłem informacji są wtedy gwiazdy i właśnie latarnie – gwiazdy na lądzie. Kiedyś koledzy poprosili mnie o przeprowadzenie jachtu ze Świnoujścia do Gdyni. Był goły, bez systemów nawigacyjnych, poprzedni właściciel zabrał wszystko. Ale znałem charakterystykę mijanych latarni, cykl impulsów, inny dla każdej. To nam pozwoliło stanąć przed poligonem Jarosławiec-Ustka i przeczekać ostrzał.


WĄŻ

MARIUSZ WĄŻ

PAN KOMANDOR TAŃCZY? NIE, DZIŚ BIEGA.

ROZMAWIAŁ: FITZROY **/ FOTO:** KAROL KACPERSKI

W Alpach już sezon. Niezliczona ilość tras, tych rodzinnych, łagodnych, jak i ekstremalnych. Wyciągi, hotele, termy, groty, rezerwaty, wodospady, nad nimi niebo – fenomenalne, przerozmaite, a przecież to ledwo tło dla gór. Ale komandor Mariusz Wąż, profesor Akademii Marynarki Wojennej z żadnej nie zjechał, za to z jednej czterokrotnie zbiegł i tyle razy na nią podbiegł. Dziennikarzowi Prestiżu zgodził się powiedzieć – po co, a przy okazji – które kobiety całuje w rękę, z kim tańczy, co widzi w swoich studentach i latarniach morskich oraz czemu śpi trzy godziny na dobę.

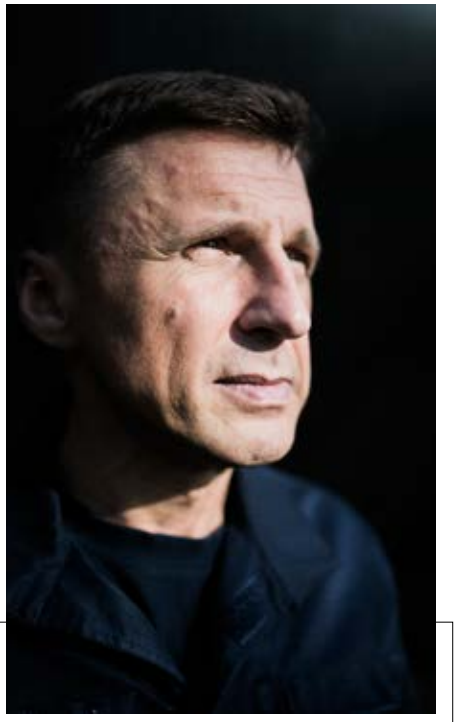
Gdzie Pan się męczył z tym wbieganiem i zbieganiem?
Na górze Schöckl koło Grazu w Austrii. Biegło 100 osób, w tym sześcioro Polaków, z czego czwórka z Akademii Marynarki Wojennej zaproszona przez polskiego attaché obrony w Wiedniu. Nasz udział uczcił 100-lecie odzyskania niepodległości. Należało zbiec ze szczytu w czterech kierunkach świata i podbiec. Razem tylko 17 km, ale nachylenie góry jak Kasprowego. Biegłem trzy godziny, dwa razy dłużej niż po płaskim. Gdy polonusi wręczali nam niepodległościowe medale, nad górą Schöckl powiewała polska flaga.

Dlaczego ataszat zaprosił akurat Was?
Za sprawą mieszkającego tam Polaka, który latem pomagał mi organizować Bałtycką Sztafetę, czyli bieg od Krynicy Morskiej do Świnoujścia, z wbiegnięciem na wszystkie latarnie morskie.

Trzymają się Pana wbiegnięcia. Dlaczego na latarnie?
Bo ładnie łączą Wybrzeże. Rzuciłem żartem hasło, że na tej w Świnoujściu spaliła się żarówka, a zapasowa jest w Krynicy i trzeba ją przenieść. Podjęło się 31 ochotników z Wybrzeża i ci nieśli światełko, ale na lokalnych odcinkach dołączyło 400 osób. Sam przebiegłem tylko 80 km, bo miałem na głowie całość. Niezwykłą uczestniczką była pani Anna, na indywidualnym odcinku Mielno-Gąski. Przybyła z dziećmi z Krakowa. Postanowiła bieganiem i dietą odmienić się fizycznie i psychicznie, a ten start był przełomem. Dzieci czekały w Gąskach, dała radę, to bardzo dzielna kobieta.

W czasach GPS-u latarnie muszą świecić?
Należy mieć alternatywne, autonomiczne metody wyznaczania pozycji. Źródłem informacji są wtedy gwiazdy i właśnie latarnie – gwiazdy na lądzie. Każdy nasz absolwent zna klasyczne sposoby orientacji na wypadek wad lub padnięcia urządzeń, a nawet celowych zakłóceń satelitarnych. Kiedyś koledzy poprosili mnie o przeprowadzenie kupionego jachtu ze Świnoujścia do Gdyni. Był goły, bez systemów nawigaccyjnych, poprzedni właściciel zabrał wszystko. Ale znałem charakterystykę mijanych latarni [cykl impulsów, inny dla każdej]. Z dala widzi się tylko jasne punkciki, czasem trzy naraz, ale dzięki charakterystykom wiedziałem, gdzie jesteśmy. To nam pozwoliło stanąć przed poligonem Jarosławiec-Ustka i przeczekać ostrzał.

Latarnie to takie gwiazdy na lądzie...
Jestem ich entuzjastą. Nawet wykonałem z rodziną rajd specjalny: 15 latarni w 15 dni. Z namiotem odwiedziliśmy wszystkie czynne. Bałem się, że dla innych może to być nudne, ale na koniec syn mówi: tato, powtórzmy. Zabawnie było w Rozewiu, bo mieszkamy 25 km obok – w Redzie, a mimo to postawiliśmy namiot i honorowo zaliczyliśmy obiekt.



MARIUSZ WĄŻ

Mariusz Wąż (48) - kmdr dr hab., profesor Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni, dyrektor Instytutu Nawigacji i Hydrografii Morskiej, ksywka Snake. Maratończyk, tancerz i entuzjasta latarni morskich, pomysłodawca ogólnopolskiej Bałtyckiej Sztafety między wszystkimi latarniami morskimi.

Biega Pan co dzień?
Co drugi. Jestem mocno roztrenowany i nie mam parcia na pudło. Zwykle wieczorem, nawet nocą, a w dni wolne wczesnym rankiem, kiedy nie ma ruchu, np. szosą z Redy do Władysławowa.

Nie zdrowiej po miękkim? Kiedyś przez asfalt nabawiłem się zapalenia okostnej piszczeli.
Mam buty ze sprężynującą pianką. Inne wkładam na piach i śnieg – z wypustkami, kolejne do lasu, w sumie cztery pary, najlżejsze startowe. Fakt, każda para 700 zł, ale radzę nie żałować na obuwie i odzież.

Amerykańskich żołnierzy, którym rozwiązano bazę na Pacyfiku, wysłano na wczesne emerytury. Gdy po 10 latach zbadano ich losy, połowa miała silne dolegliwości lub nie żyła z powodu zaniechania aktywności. Ale znam dwóch emerytów policyjnych, którzy nie odpuścili długiego dystansu i okupili to zwyrodnieniem stawów biodrowych.
Słucham własnego organizmu. Jak boli kolano, przestaję, a po trzech tygodniach wracam. Jest opinia, że powinno się biegać najwyżej trzy maratony rocznie, ale to dotyczy tych, którzy przebiegli 100 czy 200; ja mam 40, więc mogę prawie co tydzień. Od lipca przebiegłem pięć i trzy ultramaratony [dłuższe] i nie czuję usterek, a organizm chce więcej.

Ale paznokcie – niech zgadnę – ma Pan czarne.
Siedem, po ultramaratonie górskim na 64 km. Mam buty najlepszej firmy i o numer, półtora za duże, żeby zmniejszyć presję na palce, ale uderzenia tysięcy kroków powodują nabiegnięcie i skrzep krwi pod paznokciami. Dwa dni boli, a po trzech tygodniach paznokcie odchodzą, nowe rosną pół roku. Zwłaszcza kobiety to martwi, zamalowują, robią tipsy. Kiedyś wypadł mi rejs po ciężkim maratonie, miałem czarne paznokcie i głupio mi było chodzić jak inni po pokładzie boso.



Studentek i pań z niższym stopniem nie całuję w rękę, nie daję pierwszeństwa w drzwiach i nie witam się pierwszy. Decyduje pagon. To podręcznikowe standardy, niczego nie wymuszam. Wchodzę i wszyscy stoją, nie muszę mówić baczność. W relacjach służbowych. Na balu podwładną pocałuję w rękę.



Jedna ze studentek pomalowała mi czerwonym lakierem, żadna nie miała bardziej cielesnego koloru. No i jeszcze dziwniej wyglądałem. Nikt o nic nie pytał, ale budziłem zaciekawienie, więc w końcu wyjaśniłem.

Bieganie to czynność niekomfortowa i nudna.
Po części tak. Dlatego monotonne treningi i powtarzające się długie biegi startowe – a taki 85-kilometrowy ultramaraton trwa 11-12 godzin – są dla ludzi dojrzałych, wiedzących, co robić z głową.

Po 20 km rowerem gwiżdżę – opracowałem 15 sekwencji po 12 utworów według rodzajowego klucza. Liczę, ile aut jedzie w każdą stronę, to trening pamięci i trzymania uwagi. Albo wymieniam ulice według alfabetu i rodzaju patronów, rośliny; w ptakach dochodzę do 30 na k.
Ja obmyślam temat artykułu naukowego, kalendarz pracy, ale i remont pokoju. Auta liczę wcześnie rano, gdy nie ma ruchu i nadążam, dzielę na marki i zapamiętuję ich wyniki. Próbowałem to wszystko rejestrować i badać korelację zagadnień ze zmęczeniem. Poprzestałem na tym, że gasi ono myśli, ale jest też relacja odwrotna: te intensywne uśmierzają ból i zmęczenie. Gdy biegnę w grupie, rozmawiamy – 2/3 dystansu to tempo konwersacyjne.

Pańska dieta?
Jem wszystko. Szybkie śniadanie to zwykle tost z miodem. Dzień przed dużym biegiem słodycze, przeważnie zwykłe wafelki z masą, bo tanie – potem dużo spalę, a nie osłabnę, a konkretnie mózg nie odmówi mi posłuszeństwa i się nie poddam. Po 15 km pierwsza woda na trasie, na trening biorę kieszonkowe.

O ile trudniej skłonić Panu do ruchu kadrę niż studentów?
To uczelnia z natury prosportowa, wielu coś uprawia. Rektor-komendant Tomasz Szubrycht włączył się np. do Bałtyckiej Sztafety, między Krynicą a Jastarnią jechał rowerem – jak zaczął o 20, to skończył o 13 następnego dnia. Imprezę rozkazał wpisać do przyszłorocznych zamierzeń. A studenci sami tworzą ekipy, czasem biegam z nimi po lesie, o zmroku z latarkami na głowach wyglądamy jak robaczki świętojańskie.

Uczy się Pan od studentów?
Bez przerwy. Nie tylko od perełek, które mnie zaskoczą nieznanym faktem naukowym, ale podejścia do życia. Są mniej ograniczeni doświadczeniem, bez balastu i blokad, ryzykują jak surferzy, idą na żywioł i zdobywanie świata, a potencjał mają duży. Postępuję podobnie i mi wychodzi.

Marynarzem zechciał Pan zostać w przedszkolu.
Po pierwszym roku studiów. Z braku miejsc nie dostałem się na stomatologię i żeby mnie nie wzięło wojsko, zdałem w drugim naborze na AMW. Przez rok chciałem wracać do zębów, lecz nastał 1989, nowe otwarcie. M.in. ogłoszono pierwszy powojenny rejs wojskowy do USA, ale tylko dla pięciu najlepszych studentów Akademii. Zacząłem pracować nad ocenami i dostałem się na ORP Iskra, pod którego żaglami dotarliśmy do Nowego Jorku. 104 dni wielkiej przygody: wchodzenie na reje, wachty przy sterze, Trójkąt Bermudzki. Wróciliśmy w listopadzie, nie było już szans na Akademię Medyczną. Ale przede wszystkim rejs okazał się tak fascynujący, że już nie mogłem nie wychodzić w morze. Opublikowałem nawet pamiętnik z Iskry w uczelnianych „Porywach".

A jednak wybrał Pan uczelnianą katedrę zamiast mostka.
Wbrew pozorom nie. Interesowało mnie pływanie, więc po studiach wybrałem okręt badawczy Kopernik, który dużo pływał. Ale wkrótce dostałem propozycję studiów doktoranckich, które zdjęły mnie z pokładu, a potem się okazało, że moje wykształcenie przewyższa możliwości etatowe okrętu, zostałem na uczelni. I tu paradoks: pływam więcej niż ci z okrętów, bo dwa miesiące na rok, rzadko który okręt tyle jest w morzu, to nie marynarka handlowa – i dobrze, tam rejsy są z kolei za długie jak na moją rodzinność.



Rozumiem. Nad czym Pan teraz pracuje?
Nad nawigacyjnym wykorzystaniem radarów. Zwykle wykrywają coś, co nadlatuje lub podpływa, ale mogą też nam pokazywać naszą pozycję, w czym są pewniejsze niż GPS. Zakłócać można wszystko, ale nikt nie zmieni globalnego kształtu lądu odbijającego fale radaru. To największa moja pasja, pracuję także w domu, nocami, żeby się uwolnić od telefonów i interesantów.

Nie ma Pan problemu z kobietami?
Ale... w jakim sensie?

Relacji płeć-stopień. Kto pierwszy mówi dzień dobry?
Studentek i pań z niższym stopniem nie całuję w rękę, nie daję pierwszeństwa w drzwiach i nie witam się pierwszy. Decyduje pagon.

Gdy kobieta coś upuści, podnoszę odruchowo, chyba nie zdążyłbym spojrzeć na pagony. A studentki cywilne i sąsiadki? Nie plącze się Panu?
Gdy upuści – tak, podniosę, a w innych przypadkach samo się rozwiązuje, bo nie próbują mieć pierwszeństwa, cywilne studentki również. To podręcznikowe standardy, niczego nie wymuszam. Wchodzę i wszyscy stoją, nie muszę mówić baczność. W relacjach służbowych. Na balu podwładną pocałuję w rękę.

Bal. Coś bym przeoczył?
Jestem z zamiłowania tancerzem. Gdy słyszę muzykę, noga sama chodzi. Zacząłem od zespołu Arabela, tańczyłem w nim od 12. do 18 roku życia. W parach – całe życie lgnąłem do kobiet.

To mamy trochę wspólnego. Gdy rozebrali nam w technikum salę gimnastyczną, to zanim zbudowali nową, mieliśmy na wuefie lekcje tańca w auli. Na zaliczenia dziewczyny brały mnie, gdyż byłem drobny i nieinwazyjny, poręczny w tangu. Co tańczyliście?
Też klasyki, walce, rumbę, jive'a i pozostałe, a poza tym synchro disco. Nadal dużo tańczę. Przez 10 lat organizowałem uczelniane bale dla 200-250 osób. Z uwagi na Bałtycką Sztafetę teraz robią to młodsi, ale przychodzę. Mam opinię duszy towarzystwa. Obtańcowuję wszystkie kobiety.

Poziomem wprowadza Pan pozostałych w zakłopotanie.
No, może. Ale cieszą się, że rozkręcam zabawę. Poza tym nie przekłusuję sali po przekątnej w foxtrocie i nie rozejdziemy się na kilka metrów w pasodoble. Dominuje freestyle, elementy różnych tańców. Partnerkom też wystarczą płynność i swoboda. Wyciągnę z każdej wszystko.

Małżonkę też to raduje?
Początkowo niezbyt, ale teraz robi to samo. Ze sobą także dużo tańczymy. Chodziliśmy w liceum do tej samej klasy. Jeszcze byłem w Arabeli i poproszono mnie, żebym uczył tańca w ramach wuefu, a moja przyszła żona została partnerką do pokazów. Układy ćwiczyliśmy u mnie w domu.

Czyli połączył Was taniec.
Nie. Iskierki już były, ale złączył nas bilans cieplny. To element termodynamiki, działu fizyki. Szczególnie z zadaniami miała problemy, więc podjąłem się korepetycji; bilans cieplny nam się przedłużył.

Wielu dużo pracuje, także nocami, ale Pan jeszcze stale coś organizuje, biega i tańczy. Wyczuwam w Panu wysokie obroty.
Mam dużo energii i zdobywam czas. Gdy się kładę o północy, wstaję o trzeciej, a gdy śpię od trzeciej, to do szóstej. Żal spać, skoro czuję, że coś mi przemija.

Wyćwiczył Pan to?
To wyćwiczyły moje pomysły: jak napisać artykuł, zorganizować seminarium, badania. Adrenalina, jestem nastawiony na niemarnowanie czasu. Jeszcze mniej śpię w sytuacjach szczególnych: przez trzy doby sztafety spałem cztery godziny i jeszcze biegłem. Organizm się nie buntuje, nie myśli o spaniu. Mam dwa budziki w komórce. Drugi mnie budzi, a pierwszy daje znać, żeby się położyć, bo zapominam.



Rodos

RODOS

GRECKIE WAKACJE

AUTORKA: MARTA LEGIEĆ

Czerwone dachy, gliniane donice, koty wylegujące się na kamiennych murach. Morze, góry i słońce, które świeci tu mocno, jak przystało na wyspę władaną przez Heliosa – boga słońca. Rodos jest kwintesencją najlepszych wakacyjnych atrakcji, idealne miejsce do zwiedzania i wypoczynku.

Rodos z lotu ptaka przypomina nieco rybę, kuszącą smakiem, jak sama wyspa. To greckie cacko tonie w gajach oliwnych i w kwiatach oleandrów. Swoim gościom pozwala skryć się w cieniu starożytnych budowli, zrelaksować gdzieś nad lazurową wodą, albo na jednej z plaż, z których każda przypomina rajskie obrazy rodem z reklamy.

WIATR WE WŁOSACH

Linia brzegowa wyspy jest zupełnie nieprzewidywalna, poszarpana na sto sposobów. Wnętrze zaś pokrywają skaliste pagórki porośnięte gajami oliwnymi i lasem piniowym. Przyjemne dla oka nieregularne brzegi, zderzające się z szybko piętrzącym się lądem i górami, ściągają tu przyjezdnych z całego świata. Jednak fenomen Rodos tkwi w tym, że mimo naprawdę sporego turystycznego obłożenia, wyspie udaje się zachować swą dawną autentyczność. Wystarczy, że choć na chwilę uciekniemy z miasta, a otworzą się przed nami widoki na małe wioski, oliwne sady i wąskie ścieżki, którymi miejscowi wożą towary osłami. A jeśli za cel obierzemy Embónas z najsłynniejszą na Rodos wytwórnią win Emery, będziemy nie tylko zwiedzać, ale też degustować miejscowe trunki.

Całe Rodos można objechać samochodem w trzy, cztery dni, można też w miesiąc, jeśli ktoś lubi prawdziwy slow life. Turyści przyjeżdżają tu na okrągło, przez cały rok, więc wyrażenie takie jak "po sezonie" na Rodos nie istnieje. Najwięcej osób trafia tu oczywiście latem i wczesną jesienią, gdy słońce najdłużej pozostaje na niebie, oświetlając antyczne zabytki, rozległe plaże i zaciszne porty. Wietrzną plażę w Prasonisi na południu wyspy dobrze znają surferzy. To tu fale dochodzą do dwóch metrów wysokości. Z drugiej strony, po zawietrznej, na Morzu Egejskim, woda jest płaska, więc można uczyć się pływać na desce albo bić kolejne rekordy prędkości. Wiele tu szkół wind i kitesurfingu. Niektóre z nich prowadzą Polacy.

ECHA STAROZYTNEJ HISTORII

Każdy, kto był na Rodos, był też w Rodos – stolicy wyspy. W 304 r. p.n.e. portu miasta - Mandraki - strzegł uznany za jeden z siedmiu cudów starożytnego świata, potężny brązowo-srebrny Kolos Rodyjski, zbudowany w hołdzie Heliosowi. Rodos do dziś przyciąga sławą starożytnego kolosa, ale też kojarzy się ze średniowieczną twierdzą zakonu joannitów, która opasuje stare miasto potężnymi, ciągnącymi się przez cztery kilometry murami. Stare, zamknięte w murze miasto chroni budynki pamiętające początki XIV wieku. Jet tu też kilka meczetów, w tym największy - Sulejmana - to widoczny ślad zdobycia miasta przez Turków w 1522 roku.

W labiryncie bram i podwórek co chwila odkryć można coś zaskakującego: ciekawie zdobioną fontannę (często pokazywana jest na pocztówkach, ta z konikami morskimi), sklepik z antykami, kameralne patio. Warto patrzeć pod nogi – spaceruje się tu bowiem po chochlakach, oryginalnych chodnikach wykonanych z wbijanych w beton białych i czarnych kamieni tworzących mozaikowe wzory.

Miasto Rodos jest pełne przyjezdnych, ale też niektóre miejscowości na północy – Faliraki, Trianda czy Kalithea to turystyczne fabryki, przypominające głośne hiszpańskie kurorty


Malownicze zatoczki to znak rozpoznawczy Rodos


Ruiny Akropolu w Lindos

z tętniącymi muzyką dyskotekami. Spokój i ciszę można znaleźć za to na południu, choćby w uroczym Lindos. Starożytne miasto, które odwiedził kiedyś św. Paweł, przylgnęło do nadmorskiej skały. W starożytności było prawdziwą morską potęgą. Podobno na wojnę trojańską właśnie stąd wypłynęło dziewięć statków.

WIDOK ZE SZCZYTU

Na szczycie kryją się jeszcze ruiny akropolu, gdzie kręcono słynne "Działa Navarony" z Gregorym Peckiem. Wzgórze ma 125 m wysokości. Nie jest strome, ale zamiast iść na piechotę, można wynająć Lindostaxi, czyli osiołka. To jedyny transport dozwolony w miasteczku. Na wschodnim wybrzeżu, na olbrzymim cyplu Tsambika, na szczycie zbocza nieczynnego wulkanu stoi klasztor. Każdego roku 8 sierpnia pielgrzymują do niego kobiety starające się o dziecko, lub te, które chcą za potomstwo podziękować. Wchodzą na szczyt góry po kamiennych schodach, nierzadko na kolanach.

Im dalej na południe od stolicy, tym tereny są mniej zaludnione. Różnice widać też w wybrzeżach, po zachodniej stronie są raczej kamieniste, po wschodniej łagodne i piaszczyste, obsypane kameralnymi, bezludnymi zatoczkami. Na odpoczynek od historii, warto wybrać się do Petaloúdes, Doliny Motyli, w której pnie drzew oblepione są owadami. Na pozór nie wyróżniają się one niczym szczególnym, ale po wzbiciu się do lotu prezentują jaskrawo czerwone skrzydła.

NAJPIERW SIESTA, POTEM UCZTA

Grecki styl życia nie pozwala na wczesne chodzenie spać, za to pozwala na siestę w godzinach szczytu i największego upału – od 14 do 17. Wówczas większość sklepów i lokali jest zwyczajnie zamknięta. Miejscowych spotkać można w kameralnych kawiarniach, jakich wszędzie tu wiele. Tego typu miejsca stanową centrum dyskusji o polityce, winie i pogodzie. Jesienią jest przyjemnie ciepło. O nogi popijających espresso, ouzo lub grających w szachy bywalców kafejek ocierają się rude koty.

Życie na Rodos zaczyna się, jak wszędzie w basenie Morza Śródziemnego, około godziny 21. O tej porze mieszkańcy wsi, małych i dużych miast zapełniają tawerny. W wystroju wnętrz tych swoistych restauracji nie ma nic, co mogłoby onieśmielać: proste stoły przykrywa cerata w kratkę, wyplatane krzesła czasami się chwieją. Nikt się tym jednak nie przejmuje. Najważniejszy jest suto zastawiony stół. Przyjezdni powinni wiedzieć, że podczas kulinarnych polowań sprawdza się znana wszędzie prawidłowość: jeść tam, gdzie miejscowi. Poza tym mieszkańcy wyspy wiedzą doskonale, że w jedzeniu nigdy nie chodzi wyłącznie o jedzenie, a do greckiego stołu nikt nigdy nie siada samotny.

PRAWDZIWA ROZKOSZ

Jesienią w powietrzu unosi się woń smażonych bakłażanów, palonych orzeszków, czosnku i napęczniałych od słońca fig. Wszystko miesza się z aromatem ziół – tymianku, rozmarynu, oregano – które nawet rosnąc dziko na poboczu dróg, potrafią osiągać kolosalne rozmiary. Żadna inna kuchnia na świecie nie cieszy się taką popularnością jak śródziemnomorska, która jest prosta i niczego nie udaje. Miejscowi praktycznie nie używają przepisów. Wszystko i tak najlepiej smakuje w prostych kombinacjach: podsmażone, zgrillowane, zapieczone.

W antycznej Grecji gotowanie było religijną posługą, bogowie zaszczycali swoją obecnością uczty śmiertelników. Dziś jedzenie jest dumą Greków, a wino jest ich pasją. W poszukiwaniu prawdziwych rarytasów warto pokręcić się po centrum wyspy, bo tutaj im dalej od turystycznych szlaków, tym smaczniej. Podczas gdy turystyczne restauracje oferują głównie standardowe dania, na prowincji wciąż można zjeść proste potrawy, choćby zawiniątka uformowane z liści winogron, czyli dolmadakia, najlepiej smakujące w towarzystwie jogurtu greckiego.

Są też zielone i czarne oliwki z sokiem z cytryny, czosnkiem i ziołami, ośmiornice w czerwonym winie, marynowane kapary i kalafior, ryby smażone, gotowane i grillowane, tzatziki - smak gór, w których pasą się kozy i rośnie dziki czosnek. Lokalną specjalnością na Rodos są kalmary przygotowywane na różne sposoby. Podaje się je na przekąskę lub jako danie główne. Leje się wino. Grecja nie jest celem wypraw dla wegetarianina, czy abstynenta.


W Lindos transport zapewniają osły



ZIMOWE WAKACJE W POŁUDNIOWYM TYROLU

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ

W Południowym Tyrolu sezon narciarski rozpoczyna się już na początku grudnia. Wypoczynek w tej części Europy, na granicy trzech państw: Austrii, Szwajcarii i Włoch, to nie tylko uroki jazdy na nartach, ale także możliwość zimowej jazdy konnej, górskich wspinaczek, saneczkarstwa, trekkingu czy też … poznawanie lokalnej kultury i bogatej oferty kulinarnej. Nie bez kozery średnio każdego sezonu region ten odwiedza ponad 15 tysięcy Polaków.

Gdy za oknami pada śnieg nie lubimy tracić czasu na dojazdy na stoki narciarskie, nie chcemy też tłoczyć się w hotelowych gigantach. By być bliżej natury i miejsc, w których można oddać się zimowemu szaleństwu należy rozważyć ofertę farm agroturystycznych spod znaku Roter Hahn (pol. Czerwony Kogut). Większość z nich oferuje zimowe atrakcje dosłownie za progiem.

WYJĄTKOWE WARUNKI NARCIARSKIE

To co przekonuje miłośników sportów zimowych to wyjątkowe krajobrazy, których nie można zobaczyć gdzie indziej. Do tego alpejskie warunki narciarskie, perfekcyjnie przygotowane stoki i co roku odnawianą oraz rozszerzaną infrastrukturę narciarską, niemiecką precyzję a przede wszystkim włoska gościnność. To argumenty, które sprawiają, że urlop zimowy w tej części Europy będzie wyjątkowy.

Miłośnicy białego szaleństwa mogą cieszyć się śniegiem już na początku grudnia. Mają także dostęp do ponad 30 ośrodków narciarskich rozciągających się w całym Południowym Tyrolu, jak na przykład Ortler Skiarena, czy Tauferer Ahrntal. Narciarze mają szansę skorzystać z Dolomit Superski, czyli największej na świecie sieci ośrodków narciarskich zlokalizowanej w Dolomitach, który jest częścią Południowego Tyrolu. Dolomit Superski to łącznie ponad 1200 km szlaków w 12 regionach narciarskich.

POŁUDNIOWY TYROL – to historyczna część Tyrolu położona we Włoszech, na południe od głównej grani Alp. Charakteryzuje się zróżnicowanym krajobrazem: od imponujących lodowców na zachodzie, przez niezwykłe szczyty Dolomitów na wschodzie, aż do śródziemnomorskich winnic na południu. Łagodny klimat i ponad 300 słonecznych dni w roku stwarzają warunki sprzyjające produkcji południowo tyrolskich specjałów, takich jak jabłka, wino i speck (lokalny typ dojrzewającej szynki).

ZAŁÓŻ BIEGÓWKI

Miłośnikom biegów narciarskich region oferuje 150 świetnie przygotowanych tras, które pozwalają cieszyć się spokojem i pięknem Alp oraz świeżym powietrzem. Doskonale przygotowane trasy biegowe często prowadzą bezpośrednio obok kwater agroturystycznych. Taką wymarzoną lokalizację dla gości lubiących uprawiać narciarstwo biegowe może zaoferować 150 gospodarstw, które leżą bezpośrednio przy narciarskich trasach biegowych.

Południowy Tyrol jest jednym z najbardziej atrakcyjnych regionów Alp. Podczas zimy odwiedzający mają do dyspozycji profesjonalną infrastrukturę do uprawiania tradycyjnych sportów zimowych: jazdy na nartach czy snowboardzie. Region daje turystom również możliwość spróbowania nietypowych aktywności: wycieczek wysokogórskich, biegów długodystansowych czy szybkiej jazdy tradycyjnymi południowo tyrolskimi saniami (toboggan).

TREKKING W RAKIETACH

Tam, gdzie w lecie słychać krowie dzwonki, w zimie można bezpośrednio po wyjściu z budynku rozkoszować się urokami zimy. Sielskie farmy w cichych dolinach w Południowym Tyrolu nadają się idealnie do trekkingu w rakietach śnieżnych. Mają one długą tradycję w Południowym Tyrolu. Od niepamiętnych czasów rolnicy wykorzystują szerokie „talerze" na nogach, aby bez wysiłku poruszać się do przodu. Można także wybrać się na Ski-touring, który jest pierwotną formą jazdy na nartach. Przy planowa-









niu trasy chętnie pomogą gospodarze lub inni urlopowicze, którzy towarzyszą nawet przy zjeżdżaniu na nartach na stoku.

Również amatorzy saneczkarstwa nie będą się nudzili. W kraju mistrza saneczkarstwa Armina Zöggelera sport ten sprawia olbrzymią przyjemność wszystkim, nawet tym, którzy nie marzą o udziale w olimpiadzie. W Południowym Tyrolu saneczkarstwo jest sportem narodowym - dla wielu już od dzieciństwa. Często już za gospodarstwem znajduje się mały stok, na którym dzieci szaleją w śniegu, zjeżdżają na dół i wchodzą pod górę i mogą budować swoje własne podjazdy. Z kolei drogi polne do pastwisk bywają przekształcane w tor saneczkowy z wieloma zakrętami. Szczególną atrakcję dla nocnych marków stanowić może wieczorna jazda na sankach i nastrojowe wędrówki z pochodniami.

KONNA WYCIECZKA Z WIDOKIEM

Okres zimowy skłania do wielu innych aktywności, np. jazdy konnej. Ten, kto myśli, że na koniu jeździ się tylko latem, jest w błędzie. Konna wycieczka w zimowym krajobrazie, poprzez zaśnieżone wsie i idylliczne leśne płazowiny stanowi niezapomniane przeżycie - słońce grzejące w plecy i widok gór Południowego Tyrolu. Siedząc na grzbiecie halflingera można poczuć zapach wolności i zwiedzić różne regiony Południowego Tyrolu. Podziwiać widoki można także podczas jazdy saniami.
Południowy Tyrol to także niezapomniane wrażenia kulinarne. To także czas wielu festynów, jarmarków i wydarzeń lokalnych obfitujących w degustacje potraw, win i zabaw na świeżym powietrzu. Idealnym dopełnieniem dnia spędzonego wśród Alp jest odpoczynek na jednej z farm agroturystycznych należących do związku Roter Hahn. Pobyt na farmie to jedyna możliwość by z bliska poznać tradycję, kulturę, a przede wszystkim kuchnię Południowego Tyrolu. Tradycyjne wiejskie śniadania – aromatyczne sery, słodkie dżemy i świeże pieczywo na pewno na długo zostają w pamięci odwiedzających. Dzień najlepiej zakończyć z kieliszkiem regionalnego wina lub kubkiem grzanego wina przyrządzanego według lokalnej receptury.

ROTER HAHN (pol. Czerwony Kogut) – to organizacja zrzeszająca ponad 1700 farm agroturystycznych położonych w Południowym Tyrolu. Zrzeszenie w Roter Hahn oznacza, że gospodarstwo agroturystyczne spełnia rygorystyczne standardy jakości oferowanych usług. Początkowo do Roter Hahn mogły przystąpić jedynie farmy oferujące turystom pobyty. Od 2003 r. organizacja zrzesza także farmy specjalizujące się w usługach gastronomicznych, produkcji ekologicznej żywności wysokiej jakości oraz rękodzielnictwa. Dzięki temu odwiedzający gospodarstwa agroturystyczne spod znaku Roter Hahn mają możliwość doświadczenia prawdziwego stylu życia w Południowym Tyrolu.



JIMEK I JEGO PANAMERA

AUTOR: MAX RADKE

Radzimir Dębski, kompozytor, syn Krzesimira Dębskiego oraz Anny Jurksztowicz, bez wątpienia jest jednym z najzdolniejszych muzyków młodego pokolenia. „Jimek" nie ukrywa miłości do motoryzacji. Jako pierwszy Polak został właśnie ambasadorem marki Porsche. Z tej okazji otrzymał 680-konną Panamerę, którą wcześniej sam zaprojektował.

Radzimir Dębski, znany szerszej publiczności pod pseudonimem Jimek, przełamuje muzyczne konwenanse, odważnie poszukuje nowej perspektywy, nieustannie eksperymentuje. To również najprawdziwszy entuzjasta motoryzacji, jedyny człowiek, który z tak wielką pasją potrafi porównywać prowadzenie orkiestry w sali koncertowej do prowadzenia samochodu wyścigowego na torze. I jeden z niewielu kompozytorów na świecie z licencją wyścigową.

Między innymi dlatego Jimek został globalnym ambasadorem Porsche Panamery Turbo S E-Hybrid Sport Turismo – jednego z najodważniejszych modeli producenta z Zuffenhausen. Niedawno zaś kompozytor odebrał własny egzemplarz tego czterodrzwiowego samochodu sportowego, skonfigurowany od podstaw według własnego pomysłu.

Porsche Panamera Jimka wyróżnia się przede wszystkim unikatowym lakierem o nazwie Brewster Green. To bardzo szczególny kolor z bogatą historią. Właśnie Brewster Green zdobił samochody należące do rodu Porsche, zarówno te przeznaczone do codziennego użytku, jaki i kolekcjonerskie. Do dziś Brewster Green nigdy nie pojawił się w standardowej ofercie Porsche, a jest dostępny jednie na specjalne życzenie przez oddział Porsche Exclusive Manufaktur.

Unikatowy lakier to jednak dopiero początek. W Porsche Panamera Jimka odnajdziemy więc połączenia równie oryginalne i nieoczywiste, jak w jego kompozycjach. Zieleń nadwozia zwieńczonego czarnym spoilerem zestawił z 21-calowymi felgami Sport Design w kolorze Satin Platinium, zza których prześwitują – typowe dla odmiany hybrydowej



– jaskrawe zaciski węglowo-ceramicznych tarcz hamulcowych w kolorze Acid Green. We wnętrzu dominuje zaś bordowa skóra przełamana ciemną Alcantarą, fortepianową czernią i włóknem węglowym. To jedyna taka Panamera na świecie.

Dla Jimka liczy się jednak nie tylko estetyka. Równie istotne są osiągi. A te są mocną stroną jego samochodu. Panamera Turbo S E-Hybrid Sport Turismo jest najszybszą i najmocniejszą odmianą w historii tego modelu. Za imponującą moc 500 kW (680 KM) odpowiada hybrydowy układ napędowy oparty na 4-litrowym silniku V8 z dwiema turbinami oraz mocnym silniku elektrycznym. Dla odczucia niebagatelnych osiągów nie mniej istotne są wręcz niewyczerpane zasoby momentu obrotowego. 850 Nm przenoszone na wszystkie koła jest dostępne nieznacznie powyżej biegu jałowego. W rezultacie Panamera Tubo S E-Hybrid Sport Turismo przyspiesza od 0 do 100 km/h w 3,4 s, a jej prędkość maksymalna wynosi 310 km/h.

Porsche Panamera Turbo S E-Hybrid ma jednak drugie oblicze. Potrafi przejechać do 49 km wyłącznie na energii elektrycznej w całkowitej ciszy i podróżować z prędkością do 140 km/h.

– To połączenie tak wielu nieoczekiwanych rzeczy jest dla mnie najbardziej ujmujące w hybrydowej Panamerze Turbo S. Nie da się w prosty sposób opisać wrażeń z jazdy tym samochodem. Żeby zrozumieć tę Panamerę, trzeba ją poprowadzić **– podsumowuje Jimek.**





MINI HATCH

ZWINNOŚĆ TRIUMFUJE NAD MOCĄ

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

Jeszcze szybsze, zadziorne i pełne frajdy. Gwarantuje gokartowe wrażenia z jazdy, nietuzinkową stylistykę i ogromną dawkę pozytywnych emocji. Nowe MINI Hatch zachwyca pod każdym względem, szczególnie w topowej odmianie Cooper S z pakietem stylistycznym John Cooper Works. Taki właśnie samochód użyczył nam do testów dealer MINI Zdunek.

Gdy w 1959 roku Alec Issigonis zaprezentował pierwsze Mini, motoryzacyjny świat był w szoku. Proste, innowacyjne, szybkie i niezwykle małe auto zapoczątkowało rewolucję w samochodowym świecie. Mini było autem zupełnie innym niż to, co oferowała konkurencja, i wyprzedzało ją technicznie o lata. Nowatorska konstrukcja z poprzecznie ustawionym silnikiem i napędem przednim dała zaskakująco dużo miejsca wewnątrz auta, a poza tym nieznane dotąd możliwości na drodze. Zasadzie tej hołdują dzisiejsi spadkobiercy tradycji, czyli koncern BMW, do którego należy ta marka.

SPORTOWE DNA

Indywidualny wygląd i gokartowe właściwości jezdne sprawiły, że od roku 1959 Mini szybko zaskarbiło sobie sympatię. Jego stylistyka odzwierciedlała nowoczesny styl życia i trafiała w ówczesne potrzeby. I chociaż twórca Mini widział w nim efektywny środek lokomocji dla mas, to samochód zachwycił również artystów i celebrytów. Szczególnie po tym, kiedy ekspert od wyścigów, John Cooper, odkrył potencjał klasycznego Mini w motorsporcie. Krótkie zwisy karoserii i niewielka masa umożliwiały spektakularne dryfty, które przyniosły Mini Cooperowi niezliczone zwycięstwa w rajdach przeciwko konkurentom o znacznie mocniejszych silnikach. Od tamtego czasu Mini pokazuje, że zwinność może triumfować nad mocą.

Z biegiem lat MINI rosło i rozwijało się wraz z ludźmi i ich potrzebami. Ale sedno jego charakteru stanowi nadal kreatywna koncepcja jego twórcy, Aleca Issigonisa - kompaktowe wymiary, krótkie zwisy karoserii, niski środek ciężkości i szeroki rozstaw kół zapewniają sportową frajdę z jazdy i maksymalną zwrotność. 3-drzwiowy MINI Hatch w wersji Cooper S nie zamierza kryć swojego sportowego charakteru. 192 konie mechaniczne drzemiące w dwulitrowym, trubodoładowanym silniku benzynowym, niemalże rozrywają ważące zaledwie 1270 kg nadwozie, czego efektem jest przekroczenie 100 km/h w niespełna 7 sekund i prędkość maksymalna na poziomie 235 km/h.

PRZYKLEJONY DO DROGI

Adaptacyjny układ jezdny zapewnia dodatkowe możliwości poprzez dowolnie wybie-



rane tryby MINI Driving Modes. W trybie SPORT zapewnia odczuwalnie sztywniejszą pracę układu jezdnego, a tym samym jeszcze bardziej sportowe, gokartowe właściwości jezdne, które pozwalają pozwalają łatwo i precyzyjnie kierować samochodem przez ciasne zakręty lub wąskie uliczki. MINI Hatch jest wręcz przyklejony do jezdni i z pewnością pozwala na wiele więcej niż inne, większe samochody. Każdy kto szuka w samochodzie i w jeździe nim emocji, tutaj z pewnością je znajdzie. Już sam, rasowy dźwięk silnika powoduje dreszczyk na plecach. Warto jednak podkreślić, że nowe MINI z agresywnego sportowca równie łatwo zmienia się w spokojnego mieszczucha, wystarczy obrócić pokrętło trybu jazdy w domyślną pozycję Mid.





Emocji dostarcza nie tylko jazda, ale też nieograniczone możliwości konfiguracji, które sprawiają, że ten właśnie samochód wybierają najchętniej indywidualiści, przedstawiciele wolnych zawodów, artyści. Personalizacji podlega tutaj tak duża ilość elementów, że praktycznie niemożliwe jest spotkanie na ulicy dwóch identycznych samochodów. Fantazyjne kolory lakieru, przeróżne grafiki boczne, grafiki dachowe, pokrywy lusterek, dodatkowe reflektory, fantazyjne dywaniki, niestandardowe felgi, wloty powietrza, spojlery, fotele, kierownice, podświetlenia, indywidualne napisy na progach, czy na kierunkowskazach – to tylko niektóre z możliwości personalizacyjnych.



UNION JACK

Nowe MINI pod względem stylistyki to na pewno ewolucja, a nie rewolucja względem poprzedniego modelu. Najbardziej spektakularna nowość to tylne światła - diodowe lampy w chromowanej ramce tworzą znany z brytyjskiej flagi wzór Union Jack. We wnętrzu auta znajdziemy dotykowy ekran o przekątnej 8,8 cala, nowy joystick do obsługi dwusprzęgłowej skrzyni biegów oraz szereg nowinek multimedialnych wpływających na komfort oraz bezpieczeństwo podróży.



Auto, które testowaliśmy posiada stylistyczny pakiet John Cooper Works, co sprawia, że wygląda naprawdę agresywnie. Wyróżniają go nie tylko lusterka zewnętrzne oraz dach w kolorze Chili Red (niedostępne do tej pory dla wersji Cooper S), ale także zupełnie inaczej wyglądające zderzaki czy 18-calowe, dwukolorowe felgi z linii stylistycznej JCW i podwójny wydech umiejscowiony w środko-

wej części zderzaka. Z przodu zaś nowością są reflektory adaptacyjne w technologii matrycowej, co wpływa w znacznym stopniu na bezpieczeństwo.

RADOŚĆ WARTA CENY

MINI to samochód wyjątkowy. Budzi emocje, czasami skrajne, ale jedno nie ulega wątpliwości – ten samochód nikogo nie pozostawia obojętnym. Można grymasić, że kosztuje dużo, że w tej cenie można kupić coś lepszego. Można porównywać go z mocniejszymi hot hatchami, jak np. Honda Civic Type R, Ford Focus RS, czy Seat Leon Cupra, ale.. po co? To dyskusja tak samo bezcelowa jak udowadnianie, że iPhone jest lepszy od Samsunga i na odwrót. Ważne, że MINI, tak jak iPhone, jest jedyny w swoim rodzaju. I to wystarczy całej rzeszy fanów tej marki!

Skoro wspomnieliśmy o pieniądzach, to na koniec garść liczb. Ceny nowego MINI Hatch zaczynają się od 82 100 zł. Wersja pięciodrzwiowa jest droższa o 4 tys. zł. silniki benzynowe 1.2, 1.5 lub 2.0 albo diesla o pojemności 1.5 i 2.0 l. Testowana przez nas wersja Cooper S z pakietem stylistycznym John Cooper Works wyceniona została przez MINI Zdunek na kwotę 185 tys. brutto. Radość z jazdy warta tej ceny!





ARTUR GLIWA
BRAND MANAGER MINI ZDUNEK

Użytkownicy tej marki mówią, że MINI to filozofia, styl życia. Co się za tymi słowami kryje?
Wystarczy spojrzeć na jakiekolwiek MINI żeby zrozumieć co mają na myśli. Ponadczasowa sylwetka nawiązująca do pierwowzoru MINI, który przez ponad 40 lat wyjeżdżał na drogi z fabryki w Oxfordzie. Wnętrze również nawiązuje do Mini znanego chociażby z filmów o Jasiu Fasoli. Ten kto choć raz dozna przyjemności z jazdy tymi autami, na pewno dostrzeże jego zalety. Proponuję Wam pewnego rodzaju eksperyment. Poruszając się po drogach, zwróćcie proszę uwagę na osoby poruszające się MINI. Samochody będą bardzo różne. Nowsze, starsze modele. Za każdym razem, za kierownicą będzie siedziała radosna i uśmiechnięta osoba. Zapraszam też na naszą Paradę Rodziny MINI, organizowaną zawsze na początku czerwca. Myślę, że klimat tego spotkania najlepiej pokaże na czym polega styl życia i filozofia MINI.

MINI słynie z szerokich możliwości personalizacji - jak to wygląda w przypadku modelu Hatch?
To prawda, mówi się, że ciężko spotkać na ulicy dwa identyczne MINI'aki. Znakiem rozpoznawczym naszych aut od lat 60-tych jest m.in. kontrastowy dach czy pasy na masce – te elementy są powiązane z rajdową historią naszej marki. Mamy szeroką gamę akcesoriów zmieniających wygląd auta. Możemy o tym rozmawiać godzinami, najbardziej znanymi są elementy dekoru dachu, zmienne obudowy lusterek zewnętrznych, czarne obramowania świateł oraz przedniego grilla. Już na etapie konfiguracji, możemy dobrać praktycznie każdy element według naszego gustu czy zachcianki. Szeroki wybór tapicerek, elementów wykończeniowych, elementy MINI Your's, ambientowe podświetlenie z ogromną ilością kolorów oraz odcieni. Podświetlana listwa na desce rozdzielczej w kształcie flagi brytyjskiej i wiele wiele innych. Konfigurowanie samochodu pod siebie daje dużo frajdy i wiele radości kiedy już możemy zasiąść w Mini zaprojektowanym przez siebie.

Dlaczego warto jeździć MINI?
Najprościej się o tym przekonać odwiedzając nasz salon w Gdyni przy ul. Druskiennickiej 1a w celu odbycia jazdy testowej. Samochody mogą być wyposażone w silniki benzynowe bądź silniki diesel'a. Posiadamy również MINI w wersji hybrydowej. Każda osoba jest w stanie dobrać wersję oraz moc silnika do swoich potrzeb i oczekiwań. Kiedy przyjrzymy się z zewnątrz widać, że koła są umiejscowione niemalże w rogu auta. Wielowahaczowe, niezależne zawieszenie tylnej osi, nisko osadzony środek ciężkości pozwala na idealne panowanie nad autem. MINI to samochód, który uwielbia zakręty. Dzięki jego właściwościom trakcyjnym, systemom takim jak m.in. Dynamiczna Kontrola Stabilności Toru Jazdy, Dynamiczna Kontrola Trakcji, samochód oprócz radości z prowadzenia, jest też bardzo bezpiecznym autem. Nowa generacja MINI to także duży komfort podróżowania.

Jakie są opcje finansowania MINI?
Mamy do wyboru szerokie spectrum możliwości w tym aspekcie. Oprócz oczywiście możliwości zakupu gotówkowego, możemy wybrać kredyt w kilku wersjach czy leasing. Leasing jest przygotowany zarówno dla firm, jak i dla osób fizycznych. Od kilku już lat oferujemy produkt o nazwie Comfort Lease, który łączy w sobie zalety standardowego leasingu operacyjnego oraz najmu długoterminowego. Przy połączeniu z pakietem serwisowym (będącym bezpłatną opcją w naszej marce) możemy cieszyć się jazdą MINI z niską ratą i zerowymi kosztami serwisowymi. Ważną rzeczą jest fakt, że wszystkie formalności związane z zakupem MINI od konfiguracji, doboru różnego rodzaju akcesoriów po wybór formy finansowania, ubezpieczenia auta możemy przeprowadzić podczas jednego spotkania i przy jednym biurku.

MERCEDES X

DLA SURFERÓW KLASY LUX

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ **/ FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Mercedes autem dla żeglarzy i surferów? Czemu nie. Taka właśnie ma być nowa klasa X. Jej twarzą został Sebastian Steudner, niemiecki windsurfer, jeden z najlepszych na świecie, od lat pływający w elicie surferów Big Wave.



Sebastian Steudner zaczął swoją przygodę ze sportem jak miał 9 lat. W 2010 roku - mając 24 lata - jako pierwszy Europejczyk wygrał w Pe'ahi XXL Bigest Wave Award. W 2014 – tym razem w Nazare powtórzył swój sukces. Stąd, gdy w 2017 roku Mercedes wypuścił swoją nową klasę do zadań specjalnych trudno się dziwić, że jej ambasadorem został właśnie Steudner.



- To auto idealne dla surferów. Doskonałe do przewożenia sprzętu. Do tego świetny design i duży komfort. To jest auto, które na pewno będzie zwracać uwagę na plaży **– ocenia windsurfer.**

Co tak urzekło niemieckiego windsurfera w tak nietypowej przecież jak na ten sport marce? Najpierw podstawowe dane techniczne. Długość 5,34 m, szerokość, 1,92 m, masa pojazdu gotowego do jazdy 2350 kg, silnik o pojemności 2298 ccm i mocy 190 KM. Najważniejszym wyróżnikiem samochodu jest niewątpliwie typ nadwozia. To pierwszy od 40 lat pick-up Mercedesa (w latach 70. XX wieku Mercedes produkował odmianę pick-up na rynek argentyński). Dostęp do przestrzeni ładunkowej jest poprzez opuszczaną tylną klapę, choć oczywiście załadunku można z łatwością dokonywać z każdej strony.



Na przestrzeni ładunkowej z niezwykłą łatwością można umieścić deskę surfingową, windsurfingową, kajta, czy też cały osprzęt. Jednak jej maksymalną ładowność ciężko będzie wykorzystać, bo wynosi aż 1,1 tony. Z kolei dłuższe elementy osprzętu można wsunąć do kabiny, dzięki rozsuwanemu okienku w tylnej szybce znajdującej się pomiędzy skrzynią ładunkową, a kabiną. Wnętrze samochodu jest proste, oszczędne, ale i eleganckie. Nie ma tutaj żadnych zbędnych urządzeń, czy błyskotek. Autem spokojnie może podróżować pięć osób. Są wszystkie udogodnienia i systemy – ekran z nawigacją oraz pełna elektryka.



No i wreszcie funkcjonalność. To auto o cechach terenowych, a raczej luksusowy terenowy pick-up. Jak na prawdziwe auto terenowe przystało, zmiany napędu z jednej na dwie osi dokonujemy ręcznym przełącznikiem. Samochód pokona praktycznie każdy teren, bezpiecznie dowiezie nas na każdy, nawet trudno dostępny spot. Wysoki, bo wynoszący 202 mm prześwit kół umożliwi nam brodzenie w wodzie aż do głębokości 600 mm.

Do dyspozycji mamy silniki wysokoprężne o pojemności 2,3 litra i 3 litrów. Prezentowany model to X250d 4Matic o mocy 190 KM. Bez problemu rozpędzi samochód do 176 km/h. Cena? Wystarczy zapłacić 255 tys. zł brutto i już można pędzić na Hel. Zapraszamy na jazdę testową do salonów BMG Goworowski w Gdańsku i Gdyni.



WEEKEND SZALONYCH CEN!

TYLKO 24-25 LISTOPADA

50% RABATU NA CAŁE MENU

Zasmakuj dań skandynawskich w połączeniu z regionalnymi smakami polskiej kuchni. Szef Kuchni GÅRD Taste Scandinavian kreuje dania z pasją, łącząc nordyckie tradycje z nowoczesnymi trendami.

GÅRD
Taste Scandinavian

GÅRD Taste Scandinavian
ul. Jerzego Waszyngtona 19, Gdynia
+48 58 743 07 15
gdynia@gardtastescandinavian.com
www.gardtastescandinavian.com/gard-gdynia

@gardtastescandinaviangdynia

@gardtastescandinavian

POJEDYNEK RYSOWNIKÓW:

DZIADY

HANIA KMIEĆ

VS

AGATA MIELNICKA

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

Listopad - czas spadających liści, czas zadumy nad przemijaniem. Jesień przywołuje ducha romantyzmu, tęsknotę za tym co minione i wspomnienie dawnych obrzędów. Serio? A gdyby tak spojrzeć na to z przymrużeniem oka? Refleksję nad „dziadami" i „żywymi duchami" poczyniły Hania Kmieć i Agata Mielnicka.



HANIA KMIEĆ



Rysuję bo...
w sumie to nie wiem, ale chyba to lubię

Mój pierwszy rysunek przedstawiał...
pewnie jakieś gryzmoły, ale za początek mojej twórczości uważam rysunek przedstawiający rentgen zęba mojego taty

Pobudzają moją kreatywność...
dobra drzemka i Depeche Mode

Artysta dojrzewa, kiedy...
leżakuje

Największe wyzwanie to...
kichnąć z otwartymi oczami

Dziady to...
panowie, którzy są dla ciebie niemili

Czy i gdzie można zobaczyć "żywego ducha"?
w Empiku, książka Jerzego Plicha za jedyne 30,99

Jak wywołać ducha?
w Simsach trzeba było pójść nocą na cmentarz i codziennie opłakiwać, a w prawdziwym życiu to ja nie wiem, może to samo?

Co można zrobić z duchem?
to samo co z normalnym człowiekiem, ale wszystko będzie bardziej niezręczne

Duch miejsca Trójmiasta to...
te wszystkie autobusy, co nie przyjeżdżają na czas, to takie duchy



AGATA MIELNICKA



Rysuję, bo...
sprawia mi to frajdę

Mój pierwszy rysunek przedstawiał...
psa najprawdopodobniej

Pobudzają moją kreatywność...
niecodzienne sytuacje i nieszablonowi ludzie

Artysta dojrzewa, kiedy...
nabiera pokory i docenia krytykę

Największe wyzwanie to...
nie popaść w rutynę i zaskoczyć samego siebie

Dziady to...
nie baby

Czy i gdzie można zobaczyć „żywego ducha"?
w miejscach przepełnionych wspomnieniami

Jak wywołać ducha?
najłatwiej chyba w trakcie snu

Co można zrobić z duchem?
pogawędzić sobie

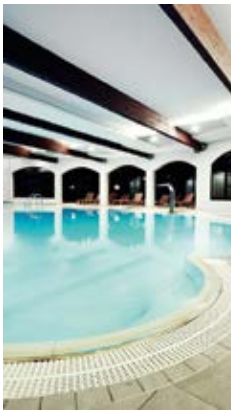
Duch miejsca Trójmiasta to...
morze i ptaki











FERIE ZIMOWE

NATURALNIE NA MAZURACH

Dziecko do lat 12 BEZPŁATNIE

GRUPA ANDERS
HOTELE I TURYSTYKA

HARMONY
POLISH HOTELS

HOTEL PRZYJAZNY RODZINIE
Family Friendly Hotel

LAUREAT NAGRODY
SPA PRESTIGE AWARDS 2018
W KATEGORII **NAJLEPSZE FAMILY & BABY SPA W POLSCE**

- doskonała kuchnia z licznymi nagrodami
- niepowtarzalna lokalizacja nad jeziorem w otoczeniu lasu
- bogaty program animacji dla dzieci i dorosłych
- stoki narciarskie w okolicy

HOTEL ANDERS

★ ★ ★ ★

STARE JABŁONKI

+48 89 642 70 00, anders@hotelanders.pl, www.hotelanders.pl



ŁOWCA PORTUGALSKICH FAL

AUTOR: PAWEŁ RATKOWSKI

Dla Portugalczyka istnieją tylko dwa sporty – piłka nożna i… surfing. Z jednej strony Ronaldo, FC Porto i Benfica Lizbona, a z drugiej raj surferów! Ocean, regularne fale i setki spotów po-ukrywanych na klimatycznych, otoczonych klifami plażach. Właśnie tam zakotwiczył się Pablo. Miejski bumelant z duszą hippisa.

Pierwszy raz do Portugalii trafiłem z kolegą przy okazji naszych autostopowych wojaży po starym kontynencie. Był 2008 rok, kiedy to nie licząc tygodniowego szkolenia surf odbytego w poprzednie wakacje u wybrzeży Hiszpanii, byłem w tematyce surfingu jeszcze zupełnie zielony. Następna wizyta była nieco lepiej zorganizowana – było auto, odrobinę większe doświadczenie i nastawienie na surfing… Pierwsze zielone fale poza Bałtykiem i Hiszpanią tylko utwierdzały mnie w przekonaniu, że ten kraj to miejsce, w którym mógłbym osiąść na dłużej. Wszechobecna małomiasteczkowość, sielankowy klimat, który powoduje, że czasami czuję się jakbym spędzał czas na polskiej wsi, stosunkowo niskie ceny, nieco zamknięci, lecz przyjaźni ludzie, i przede wszystkim dzikie, piękne wybrzeże bombardowane wysokiej jakości falami na całej długości tego niewielkiego kraju.

ZAKOCHANY W PORTUGALII

Starałem się pokierować swoim życiem tak, aby jak najczęściej tu bywać. W przerwach pomiędzy pracą/studiami kilkukrotnie organizowałem wypady na surfa ze znajomymi z Polski, próbując zarazić ich bakcylem i stopniowo odkrywając kolejne obszary portugalskiego wybrzeża. Kolejnym krótkim rozdziałem była praca na surfcampie w okolicach Ericeiry (Sizandro), gdzie w zamian za łóżko i wyżywienie pracowałem fizycznie przy odrestaurowywaniu tego obiektu przed sezonem. Los chciał, że poznałem spoko gościa - Michała z Krakowa, który akurat odbywał swojego portugalskiego surf tripa i wziął mnie na pokład – tym razem odkrywaliśmy miejscówki środkowej i północnej Portugalii, a dobre warunki do pływania dopisywały nam nieustannie przez prawie 3 tygodnie…

Musiałem zrobić przerwę na doładowanie budżetu, ale już myślałem jak tu znowu wrócić do Portugalii na dłużej i w efekcie wpadłem na pomysł studiów magisterskich w niewielkiej, acz słynnej surf-mieścince Peniche (dobór uczelni raczej ze względu na kierunek swellu niż kierunek studiów…). Po studiach próbowałem jeszcze prowadzić własną knajpę w Lizbonie, co po roku uznaję za kolejną życiową lekcję. Po paru latach nadal udaje mi się przebywać w pobliżu oceanu – spędzam tu większość czasu, szkolę i organizuję wyjazdy surfingowe.

POLOWANIE NA FALE

Jak wygląda moja portugalska przygoda? Jak co wieczór wlepiam oczy w ekran laptopa wnikliwie analizując prognozę by wybrać plażę, kóra zaserwuje nazajturz najciekawsze warunki. Decyzja zapadła, więc pakuję do busika dechę i wojskowy spiwór. Tak, wojskowy. Możecie wierzyć lub nie, ale noce w Portugalii wcale nie są ciepłe, a szczególnie zimą, kiedy północny Atlantyk wydaje najwięcej interesujących "ground swells". Późnym wieczorem parkuję na spocie, rozkładam prowizoryczne łóżko i dobranoc – pchły na noc.

Słońce wschodzi, słychać szum oceanu, wartko otwieram oczy. Wyglądam przez okno, a tam fale - długie, regularne i wysokie! Jeszcze tylko sekUNDA… Naciągam pianę i lecę na wodę nacieszyć się pierwszymi falkami. Surfing o poranku ma w sobie nutkę magii i harmonii, dlatego tak bardzo cenię sobie te dostojne momenty. Zwłaszcza, że na bardziej popularnych spotach czasami bywa naprawdę ciasno. Szacuje się że w samej Portugalii surfuje ok 70 tysięcy osób, a do tego jeszcze przyjezdni, szkółki, itd…

Kto jeszcze nie pływał w Portugalii może się zdziwić, ale w wodzie nie brakuje utalentowanych surferek, ani nerwowych lokalesów gotowych dokształcić każdego, kto przejawia jakieś braki w znajomości etykiety lub zasad pierwszeństwa/bezpieczeństwa. Na pocieszenie pozostaje nam fakt, że w tym całym tłumie raczej ciężko natrafić na rekiny lub inne kreatury zagrażające naszemu zdrowiu – woda jest tu dla nich za zimna, natomiast dla nas w sam raz na 4 mm piankę.

ZA ZIMNO DLA REKINÓW

Z drugiej strony jest też kilka mniej obleganych spotów, dostępnych dla tych, którzy mają trochę czasu i zdecydują się wnikliwiej czytać mapę oraz odjechać kawałek dalej za miasto. W końcu Portugalia to prawie 1800 km linii brzegowej usianej falami różnego rodzaju – beachbreak, pointbreak, reef… w zależności od



umiejętności i upodobań każdy znajdzie coś dla siebie.

Jeśli mam "day-off" to w oczekiwaniu na zejście poziomu wody oddaję się moim drobnym hobby, jak rysowanie czy gitarka, choć najchętniej krążę busikiem po okolicach eksplorując oraz fotografując kolejne zakamarki, widoczki, a nieraz i falki poukrywane pośród malowniczych klifów.

Jeszcze zanim tide dojdzie do poziomu, który korzystnie wpływa na zachowanie fal, planuję czy popływać na tej samej miejscówce co z rana, czy lepiej wybrać się na inny spot. Tutaj sprawa jest ułatwiona, bo znaczna liczba portugalskich break'ów monitorowanych jest on-line 24/7 – w ciągu dnia wystarczy więc smartphone i internet żeby zorientować się jak wygląda sytuacja na wodzie.

BARWNA SCENERIA

Będąc za miastem lub w mniejszych miejscowościach, nie powinno być problemów z dojazdem na wieczorną sesję, jednak chcąc wydostać się z centrum dużego miasta, jak np. Porto czy Lizbona, to z reguły nieuniknione jest stanie w korkach, gdyż okolice sunsetu często pokrywają się z godzinami szczytu... jednak falki w barwnej scenerii zachodzącego słońca i przy siadającym wiaterku zawsze są miłym akcentem. Na koniec dnia chill ze znajomymi, rzut okiem na prognozę na kolejny dzień i oczekiwanie na ciąg dalszy portugalskiej przygody...

PAWEŁ RATKOWSKI – lat 29, pochodzi z Gdyni. Większość życia śmigał na deskorolce, aż do momentu kiedy surfing i zapał do podróżowania zawładnęły jego zdrowym rozsądkiem. Absolwent AWF, ratownik wodny, surf instruktor i poliglota zakochany w swoim VW przerobionym na kampera. Jego styczność ze sportami wodnymi zaczęła się od windsurfingu na Półwyspie Helskim, jednak jak się okazało, to nie było to. Później pojawiła się deskorolka, a potem gdzieś w zagranicznych magazynach deskorolkowych ukazały się pierwsze zdjęcia surfingu, o którym w Polsce bardzo niewiele się jeszcze słyszało. W 2007 roku, w nagrodę za świadectwo "z paskiem" rodzice ufundowali mu pierwszy tygodniowy surfcamp w Hiszpanii, podczas którego zrodziła się wielka pasja do oceanu i ujarzmiania fal. Po licznych wojażach działa aktualnie pod banderą "yeah.surf" u wybrzeży Atlantyku, głównie na terenie Portugalii oraz Maroko.







LUKSUSOWY MINIMALIZM

PROJEKT: BEATA ALBRECHT – AJOT PRACOWNIA PROJEKTOWA **/ FOTO:** BEATA ALBRECHT, ŁUKASZ MICHALAK

247 m2 powierzchni użytkowej ma dom jednorodzinny pod Gdańskiem. Spektakularna, nowoczesna bryła budynku była inspiracją dla architektki wnętrz, Beaty Albrecht. Wnętrze jest urządzone w stylu nowoczesnym, króluje dobry design i dyskretny luksus w duchu minimalizmu.

Piętrowy dom wolnostojący zaprojektowany został przez architekta Leszka Kalandyka. Nowoczesna forma budynku w połączeniu ze stonowanymi kolorami elewacji i płaskim dachem sprawia, że dom emanuje charakterem i wzbudza zachwyt. Po wejściu do domu odnosi się wrażenie przestronności. To było jedno z głównych założeń projektowych.

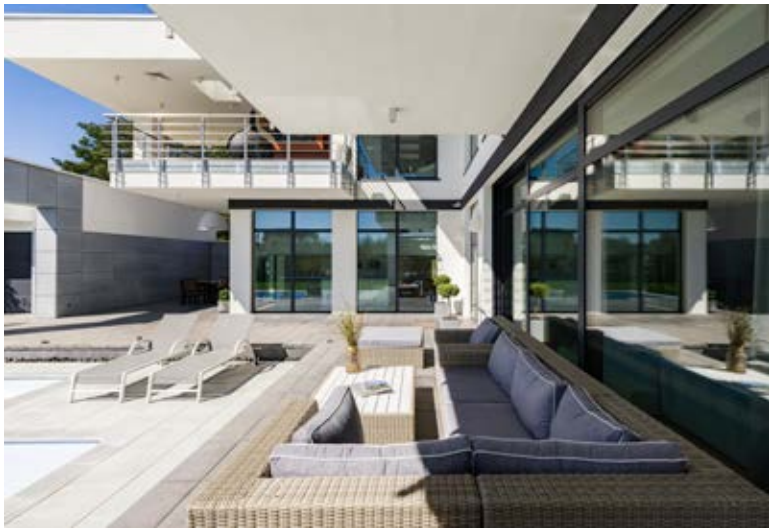
- Inwestorzy budując swój drugi dom byli świadomi swoich potrzeb. Nacisk stawiali na dużą ilość schowków oraz funkcjonalność. Zależało im, aby większość rzeczy była pochowana, tak aby nie zagracała przestrzeni, stąd odnosi się wrażenie pustki i przestronności. Akcenty postawiłam na modne ponadczasowe dodatki zaprojektowane przez słynnych światowych projektantów, tj. duża lampa wisząca nad schodami Raimond Suspension Light firmy Moooi, srebrna lampa Mercury firmy Artemide w salonie, czy kinkiety Puck Wall Art firmy Vibia w łazience – **mówi Beata Albrecht, architekt i właścicielka Pracowni Projektowej Ajot.**











Jednym z najciekawszych pomieszczeń jest kuchnia z jadalnią. Zaprojektowana została w jasnych barwach, a akcentami są czarne okna, drewniane oparcia krzeseł, miedziane lampy nad stołem oraz pomarańczowa sofa przy oknie idealna do wypicia porannej kawy w komfortowych warunkach. Salon został zaaranżowany w chłodnych barwach - duża niebieska sofa z kolekcji Moma Studio, wykończona w połyskującym zamszowym materiale stanowi wygodne miejsce spotkań dla całej rodziny. Łazienka gościnna zaprojektowana została w szaro - białej kolorystyce. Akcent stanowi miedziana lampa nawiązująca do lamp wiszących w kuchni.











Na piętro prowadzą schody wykończone płytkami wielkoformatowymi w odcieniu jasnego beżu. Ściany boczne zostały wykończone w tynku dekoracyjnym, podświetlenie schodów zaś zostało zaprojektowane poprzez wpuszczenie taśmy led na krawędzi stopni. Zamiast balustrady zdecydowano się na pionowe linki stalowe. Po wejściu na piętro cała część po prawej stronie została wykończona fornirem bambusowym. Rozwiązanie to pozwoliło ocieplić strefę prywatną rodziny.

Z korytarza drzwi prowadzą do łazienek i sypialni domowników. W sypialni uwagę zwraca duże lustro nad wezgłowiem łóżka oraz niezwykle wygodny, biały fotel. Główna łazienka przy sypialni została zaaranżowana w tej samej idei projektowej - głównie przyciągają uwagę oryginalne w swojej formie kinkiety nad wanną oraz piękne baterie z kolekcji Axor Starck. To prawdziwa oaza domowego relaksu.









MADE IN TRICITY

POLIŻ.DIZAJN – MINIMALIZM, RÓŻNORODNOŚĆ, KREATYWNOŚĆ!

AUTOR: NATALIA DAWSZEWSKA

Prostota i minimalizm to klucz do sukcesu – z tego założenia wychodzą twórcy nowej designerskiej marki POLIŻ.DIZAJN. Trójmiejska firma w jeden sezon zrobiła porządek z kiczowatymi pamiątkami znad morza. Ich koszulki z trzema gracjami (Gdańsk, Sopot, Gdynia) zdobywają przewagę nad statkami w butelce made in China, a pomysłowe grafiki kradną serca nie tylko turystów, ale też lokalsów.







Grafiki zamknięte w plakatach, t-shirtach, porcelanie i torbach - zarys tego przedsięwzięcia zrodził się w głowie Natalii Kubiak, fotografki i studentki PJATK. Motorem napędowym powstania marki, była chęć zrewolucjonizowania rynku kiczowatych pamiątek. Nadanie im trójmiejskiego pierwiastka z dobrym smakiem.

Natalia do projektu zaprosiła swoje przyjaciółki, z którymi poznała się w pracy, przy aranżacji wystaw sklepowych – Anetę Pogorzelską i Martę Maszk. Pierwsza jest graficzką, druga architektem. Początkowo we trzy, przecierały szlaki i szukały osób, które razem z nimi, będą kreować POLIŻ.DIZAJN. Zespół szybko się powiększył i dziś jest to prawdziwy wulkan kreatywności. Kinga Kossobudzka, Zuza Konopko, Karolina Krupczyńska, Julia Kiełczewska, Jarosław Rzepka, Michał Krzystyniak i Krzysiu Kobielski - to młodzi artyści, tworzący projekty sygnowane metką POLIŻ.DIZAJN. Zostali strażnikami pamiątek z nad morza. Nie pozwolą wyjechać turystom ze zwykłym, bezużytecznym zbieraczem kurzu - statkiem w butelce, czy plastikową foką na baterie.

Miłośnicy Pomorza stworzyli markę inspirowaną trójmiejskim klimatem. Ich produkty to minimalistyczne grafiki, plakaty nawiązujące do Gdańska, Sopotu i Gdyni. Projektują również pocztówki, kubki PRL, emaliowane plecaki z lnu i ręcznie szyte koszulki. Wszystko to z charakterystycznym dla nich, lokalnym, nadmorskim patriotyzmem, w prostej, kreatywnej formie. POLIŻ.DIZAJN to manifest polskości i ciekawych rozwiązań. Priorytety to jakość i minimalizm. Edycję bałtycką tworzą młodzi ludzie, którzy uwielbiają bawić się klasycznymi zasadami kompozycji. Jak i również, z taką samą nieukrywaną radością je łamać. Ich ulubione słowa to funkcja, forma i minimalizm.

Każdy z artystów projektujących dla POLIŻ. DIZAJN czerpie inspiracje z różnych źródeł – miasto, ludzie, sztuka, natura, architektura, itd. W projektach znajdziemy motywy morskich fal, charakterystyczne stoczniowe żurawie, gdańskie kamienice, piaszczyste plaże, trójmiejską SKM-kę, bałtycką faunę i florę, designersko wykonane mapy Trójmiasta. To nie tylko świetne pamiątki, ale też przedmioty mogące stać się oryginalnym elementem wyposażenia wnętrz prywatnych, jak i publicznych. Twórcy mają zamiar rozszerzyć swoją działalność i idee tworzenia lokalnego designu w innych polskich miastach. Prace trwają, są na etapie poszukiwania artystów, którzy są mocno zaangażowani w życie swojego miasta.






TRICITY



Willa Patschkego

OPEN HOUSE WE WRZESZCZU

AUTOR: MAX RADKE

Inspirujące prywatne mieszkania artystów, podróżników i architektów, tajemnice budynków na co dzień niedostępnych oraz tych, które z pozoru doskonale znamy. Oprócz zwiedzania budynków i wnętrz – debata, spacery, wykłady, koncerty, wystawy, a także warsztaty edukacyjne i gry miejskie inspirujące do dalszej eksploracji miasta. Tak w skrócie wyglądała festiwal Open House Gdańsk, w którym udział wzięło 9 tys. osób.

To tu historia zróżnicowanej społeczności spotyka się ze świeżością młodego, aktywnego pokolenia gdańszczan. Wśród lokalizacji znalazły się: Nowa Synagoga, gdzie oprócz zwiedzania odbył się performance Joanny Dudy i Katarzyny Pastuszak, tajemniczy Dom szpiega, cerkiew św. Mikołaja, Willa Notariusza z ogrodem tarasowym i stawem.

ARCHITEKTURA REZYDENCJONALNA

Wielką atrakcją było zwiedzanie Willi Patschkego, najbardziej reprezentacyjnej gdańskiej willi, która mieści się przy ul. Uphagena 23. Wyniosły, dwukondygnacyjny, kryty mansardowym dachem budynek nawiązuje do eleganckich barokowych fasad. Zachowane do dzisiaj wnętrze oczarowuje bogato dekorowaną stolarką holu, schodów, drzwi, dekoracją sztukatorską stropów, a także majoliką z Kadyn. Niech o splendorze willi świadczy fakt, iż po jej ukończeniu z wizytą zapowiedział się sam cesarz niemiecki Wilhelm II, który zażyczył sobie ujrzeć efekt dekoracji wnętrz.



Willa Patschkego

Wspaniałym przykładem niemieckiej architektury rezydencjonalnej, z której to słynie Wrzeszcz jest również Willa Notariusza. Powstały wiek temu budynek o klasycyzujących motywach (symetryczna fasada ogrodowa z tympanonem) przylega do tarasowego założenia ogrodowego, którego to częścią jest staw zasilany wodami z okolicznych źródeł. Nieruchomość została zakupiona na początku XXI w. przez jednego z gdańskich notariuszy, który z pietyzmem odrestaurował obiekt.

MIESZKANIE PODRÓŻNIKÓW

Absolutnym hitem tegorocznej edycji okazało się mieszkanie podróżników Małgorzaty i Zygmunta. To mieszkanie o nie jednej, lecz co najmniej kilku duszach, zaklętych w maskach, rzeźbach i meblach przywiezionych z licznych podróży Małgorzaty i Zygmunta. Każdy przedmiot ma swoją bogatą historię, żaden nie znalazł się tu przypadkowo. Pełni egzotyki miejsca dopełnia ważny lokator – papuga Georgia, słynna na całą ulicę śpiewaczka.

Fot. Adam Michał Witkowski



Willa Notariusza



Garnizon Kultury



Mieszkanie podróżników

Organizatorzy Open House zaprosili też uczestników na 18 piętro biurowca Neptun Office. To aktualnie najwyższy punkt widokowy Wrzeszcza i prawdziwa gratka dla tych, którzy chcieli podziwiać tę piękną dzielnicę z lotu ptaka, dokładnie z wysokości 86 metrów nad ziemią. Dziewiętnaście kondygnacji stali, betonu i szkła o powierzchni 15.860 tys. metrów kwadratowych stanowi nowy punkt orientacyjny Trójmiasta.

DOM SZPIEGA

Jednym z najbardziej intrygujących obiektów udostępnionych do zwiedzania był Dom Szpiega, czyli kamienica przy Alei Grunwaldzkiej 117, w której w 1928 roku zamieszkał major Jan Żychoń, szef polskiego wywiadu w Wolnym Mieście Gdańsku. Odtąd życie okolicy uległo drobnej zmianie z powodu masowo pojawiających się wokół domu niemieckich wywiadowców i dziennikarzy obserwujących ruchy majora. Będąc pracownikiem Komisariatu Generalnego Rzeczpospolitej Polskiej miał status osoby nietykalnej, co wykorzystywał na każdym kroku. Po teoretycznie wolnym, ale już zdominowanym przez nazistów Gdańsku chodził w polskim mundurze i kazał grać orkiestrze Mazurka Dąbrowskiego przed budynkiem Prezydium Policji, która była siedzibą niemieckiego wywiadu.

Za sprawą działalności najsłynniejszego polskiego szpiega takie akcje jak: prowokacje polityczne, bogate sceny z życia towarzyskiego, a nawet zbrodnia wpisały się w przedwojenną historię tej kamienicy. Dalsze losy obiektu były również związane z działalnością aparatu państwa. W czasie II wojny światowej w kamienicy mieścił się posterunek niemieckiej policji porządkowej, a po jej zakończeniu zorganizowano tam placówkę Urzędu Bezpieczeństwa.

MIASTO DLA LUDZI

- Open House to nie tylko miejska architektura w jej monumentalnej odsłonie. To także, a może przede wszystkim prywatne mieszkania i pracownie otwarte przed zwiedzającymi. To niesamowite, że udało nam się namówić tylu wspaniałych ludzi do pokazania swoich domów - w tej edycji to aż 11 wyjątkowych wnętrz. Dzięki takim inicjatywom jak Open House możemy poznawać się nawzajem, budować nowe więzi i zacieśniać istniejące – a wszystko to w kontekście architektury i designu – mówi Diana Lenart, założycielka i kuratorka festiwalu.

Festiwal zainaugurowała debata „Miasto dla ludzi – czyli dla kogo? O roli rewitalizacji i aspektach społeczno-kulturalnych w rozwoju miasta dyskutowało wiele autorytetów z dziedziny architektury, urbanistyki, kultury i sztuki.

Zdaniem profesora Piotra Lorensa, wiceprezesa Forum Rozwoju Aglomeracji Gdańskiej (FRAG), idea miasta dla ludzi niesie ze sobą szereg konsekwencji. Najważniejsze to kreowanie przestrzeni o wysokiej jakości urbanistycznej, przyjaznej dla pieszego i zachęcającej do przebywania w niej oraz kreowanie przestrzeni o znaczeniu zarówno ogólnomiejskim (metropolitalnym), jak i lokalnym - w tym kreujących możliwości rozwoju i integracji społeczności lokalnych.

GARNIZON KULTURY

Z kolei Magdalena Kalisz, właścicielka Sztuki Wyboru i autorka przewodników „Ogarnij Miasto" stwierdziła, że procesy rewitalizacyjne powinny przebiegać w sposób zrównoważony, dogłębnie przemyślany i poparty konsultacjami z mieszkańcami dzielnic.

- Oczywiście z niecierpliwością czekam na przyspieszenie prac mających na celu rewitalizację wielu ważnych oraz historycznie i architektonicznie interesujących obszarów Gdańska. W szczególności mam na myśli Biskupią Górkę, Dolne Miasto i najbliższy mi emocjonalnie Nowy Port. Dla mnie najważniejszy jest oczywiście obszar dawnych pruskich koszar położony na terenie Wrzeszcza Górnego, a w szczególności Garnizon Kultury - świetnie zrewitalizowany kompleks zabytkowych budynków koszarowych z końca XIX wieku. Jest to przestrzeń zrównoważona - świetnie zachowane tereny zielone ze starodrzewiem, przepływająca odnoga rzeki Strzyża, która została specjalnie poprowadzona przez teren Garnizonu Kultury podczas rewitalizacji, wysokiej jakości materiały, świetnie zaprojektowane elementy małej architektury zieleni, sztuka w przestrzeni. Oprócz tego budynki na terenie GK zostały odrestaurowane z szacunkiem dla przeszłości i przy wykorzystaniu nowych elementów: surowego betonu, kortenu, drewna i szkła, które świetnie współgrają ze starą pruską cegłą. Ludzie lubią tu przebywać, dobrze się czują w tej przestrzeni. I to najlepszy dowód na świetną rewitalizację – mówiła podczas debaty Magdalena Kalisz, właścicielka Sztuki Wyboru.

BRDA POWRACA!

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ

Można je zobaczyć wszędzie - w ośrodkach wypoczynkowych i na prywatnych działkach. Trójkątne, drewniane domki letniskowe typu Brda wrosły w wakacyjny pejzaż lat 70. i 80. Modne w okresie PR-L-u domy w kształcie litery "A" dziś znowu powracają do łask i stanowią wyzwanie dla architektów. Zobaczcie projekt unowocześnionej Brdy architektów z biura SK-Architekci.



Jest to koncepcja nowoczesnego zespołu domków letniskowych zlokalizowanych w urokliwym otoczeniu sosnowego lasu i polskich gór. Powierzchnia zabudowy nie przekracza 34 m2, zatem domki można stawiać bez pozwolenia na budowę. Do dyspozycji jest też większy projekt, o powierzchni 47 m2, a na specjalne zamówienie również dom mieszkalny o pow. około 80 m2.

Domki zaprojektowano w technologii drewnianej, prefabrykowanej. Dom może powstać w kilka dni, a montaż na budowie wraz z pokryciem zajmie około dwóch tygodni. Istnieje możliwość posadowienia domków na palach lub płycie (lekka konstrukcja, dzięki czemu fundamenty mogą być nawet o połowę tańsze). Technologia Steico lub HBE to dzisiaj najcieplejsze domy o współczynniku przenikania takim jak przy domach pasywnych.

Już na pierwszy rzut oka widać nowoczesną formę, aczkolwiek architekci projektując formę budynku postanowili wiernie nawiązać do pierwowzoru. Nowoczesność to przede wszystkim elewacje z dużymi przeszkleniami otwartymi na malowniczy krajobraz, możliwość wykończenia dachu łupkiem, elegancką dachówką, blachą, deskami, a nawet panelami fotowoltaicznymi.

Co w środku? Na antresoli projektanci zaplanowali maksymalnie dwie sypialnie. Sercem domku jest salon z kominkiem i otwartą, minimalistyczną kuchnią. Z salonu bezpośrednio wychodzimy na taras, na którym można urządzić strefę relaksu. Z takimi widokami, to nawet wskazane!





Historia domków typu Brda sięga starożytności. W Europie, Chinach i na wyspach południowego Pacyfiku ich małe pierwowzory używane były jako szałasy i składziki na siano czy drewno. Gdy w 1955 roku amerykański architekt Andrew Geller zaprojektował domek letniskowy zbudowany na plaży w Sagaponack w stanie Nowy Jork, zaczął się prawdziwy szał.

Moda na trójkątne domki trafiła również do obywateli Polski Ludowej. Zaczęły one powstawać w licznych ośrodkach wczasowych, nadzorowanych przez PTTK. Były synonimem luksusu oraz komfortowego wypoczynku dla turystów. W Polsce, dopiero w latach 70-tych pojawiła się możliwość zakupienia domku na własność. Jego nieduża cena sprawiła, że Brdy zaczęły się pojawiać na prywatnych posesjach oraz na działkach.

Polskie domki typu Brda, w podstawowej wersji mają od 40 do 100 metrów powierzchni. Najczęściej spotykanym modelem jest ten oferujący salon, łazienkę oraz kuchnię z aneksem na parterze oraz dwiema sypialniami na pierwszym piętrze. Dzięki ergonomicznej konstrukcji wnętrza, nawet w niewielkim budynku najczęściej jest mnóstwo miejsca. Dużą zaletą takiej konstrukcji domków jest również ostro opadający do ziemi dach, po którym spływa praktycznie wszystko, deszcz, śnieg czy liście opadające z drzew.

Projektujemy i wykonujemy
okiennice wewnętrzne SHUTTERS

INWOOD®
SHUTTERS



- Od klasycznych, tradycyjnych po nowoczesne i współczesne przestrzenie. Sprawdź naszą kolekcję okiennic. Niech będą wspaniałym i funkcjonalnym dopełnieniem w Twoim domu.
- Wysokiej jakości okiennice wewnętrzne shutters, wykonane w Polsce.
- Gwarantujemy kompleksową obsługę, od projektu po montaż.
- Tworzymy z dbałością o każdy detal, tak by zakup naszych okiennic był dla Państwa przyjemnym doświadczeniem.

www.inwood.pl













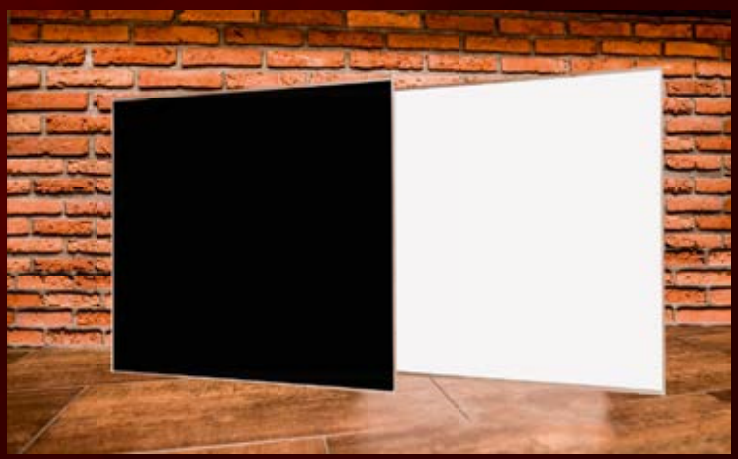
Chwaszczyno, Rewerenda 24 +48 58 782 16 00 www.ogrzewaniepodczerwienia.klar.pl

Klar® Innovative Heating Solutions

OGRZEWANIE PODCZERWIENIĄ

- Przełomowa technologia grzewcza podczerwienią.
- Połączenie wysokiej wydajności z niskimi kosztami inwestycyjnymi.
- Niskie zużycie energii.
- Brak kosztów eksploatacji i serwisu.
- Proste w obsłudze.
- Bezgłośna praca.
- Wysoki komfort użytkowania.
- Oszczędność przestrzeni użytkowej.
- Nowoczesny design paneli dopełni wystrój każdego pomieszczenia
- Zapewnia równomierny rozkład temperatury w pomieszczeniu.
- Najzdrowsze źródło ciepła, jakim jest naturalne promieniowanie podczerwone.
- Bezpieczne dla zdrowia, nie emitują szkodliwego promieniowania elektromagnetycznego.
- Nie przyczynia się do rozwoju pleśni i nadmiernej wilgoci w pomieszczeniach, zapobiega unoszeniu się kurzu, doskonałe dla alergików.
- Brak produktów spalania i emisji zanieczyszczeń do środowiska (ekologia).
- Żywotność instalacji 30-60 lat.





WŁĄCZNIKI LIVOLO NOWOCZESNOŚĆ I ELEGANCJA W KAŻDYM WNĘTRZU

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ **/FOTO:** JERZY WYRĘBSKI

Creme de la creme każdego wnętrza. Swoista kropka nad i podkreślająca spójność aranżacji. O czym mowa? O detalu. Nic tak bowiem nie zdobi wnętrza i nie nadaje mu charakteru jak staranne wykończenie. Takim niedocenianym detalem są między innymi gniazdka elektryczne i włączniki światła, które oprócz swojej funkcji użytkowej, pełnią również rolę dekoracyjną. Prym wiodą tutaj urządzenia marki Livolo.



We współczesnych budynkach mieszkalnych i biurowych w większości przypadków wykonuje się instalacje oświetleniowe podtynkowe. Takie są też włączniki światła montowane we wnętrzach domu czy mieszkania – puszka elektryczna z mechanizmem włącznika umieszczona jest w ścianie, a na jej powierzchni widoczny jest przycisk z ramką.

Wybór włączników i gniazdek elektrycznych jest naprawdę olbrzymi. Różnią się jakością wykonania, materiałem, kształtem i funkcjonalnością. Choć najwięcej osób kupuje osprzęt o standardowym przeznaczeniu i wyglądzie, producenci oferują wiele nowatorskich rozwiązań - designerskie gniazda i łączniki oraz zaawansowane urządzenia, umożliwiające sterowanie rozbudowanym systemem oświetlenia, roletami bądź żaluzjami, klimatyzacją i wentylacją, systemem alarmowym, czy multimedialnym. Do tego wszystkiego niezbędna jest właściwa instalacja elektryczna i teletechniczna, a także osprzęt.

- Nowoczesny system Livolo wyróżnia się modułową budową. Dzięki niej możliwe jest tworzenie niemal dowolnych kombinacji paneli, w których znajdą się włączniki dotykowe, gniazdka elektryczne, szklane włączniki do sterowania roletami czy przyłącza multimedialne. Kontakty szklane, włączniki szklane dotykowe, gniazdka elektryczne zaprojektowane w minimalistycznym designie to przykład nowoczesności zarówno wizualnej, jak i technologicznej – **mówi Jakub Wyrębski, właściciel marki Livolo Gdynia.**

Praktycznie nieograniczone możliwości konfiguracji łączników i osprzętu Livolo Electric, zapewniają zaspokojenie najbardziej wysublimowanych oczekiwań względem funkcjonalności instalacji elektrycznej. System oferuje funkcjonalność, dalece przekraczającą proste włączanie i wyłączanie. W jednej oprawie możemy umieścić włączniki, gniazda prądowe, telefoniczne, TV/SAT, audio, VGA, a dzięki bogatemu wyborowi ramek i szklanych paneli w elegancki sposób można wyeksponować je na ścianie. Przykładem jest nowatorska seria Livolo Full Moon. Szklany panel jest ultracienki (ma grubość zaledwie 4 mm), krawędzie są delikatnie fazowane, a powierzchnia wypolerowana z najwyższą precyzją.

W ofercie Livolo Gdynia są eleganckie i bezpieczne kontakty dotykowe, włączniki szklane, ściemniacze oraz inne produkty do wykończenia instalacji w budynkach, tj. ramki i panele, wkłady do włączników, piloty zdalnego sterowania oraz liczne akcesoria.

Wśród osprzętu elektroinstalacyjnego znajdziemy wiele urządzeń do obsługi systemu oświetlenia. Tzw. ściemniacze, dzięki możliwości płynnej regulacji natężenia światła, pozwalają dopasowywać je idealnie do potrzeb mieszkańców, budować pożądany nastrój (np. sprzyjający relaksowi), a także oszczędzać energię. Wszystkie modele ściemniaczy mają funkcję zapamiętywania ostatnich ustawień - po ponownym włączeniu lamp, natężenie światła jest takie samo, jak poprzednim razem.

- Bardzo wygodnym, choć wymagającym zaplanowania już na etapie projektu instalacji, rozwiązaniem jest zamontowanie przy drzwiach wejściowych jednego włącznika, którym przed wyjściem z domu nie tylko wyłączymy wszystkie lampy, ale nawet odetniemy dopływ prądu do gniazd, z wyjątkiem tych, do których są podłączone takie urządzenia jak lodówka czy grzejnik. Dzięki temu nie będziemy musieli się martwić, czy nie zostawiliśmy włączonego żelazka albo zapalonego światła w którymś z pokoi – **dodaje Jakub Wyrębski, właściciel marki Livolo Gdynia.**

Konstruowanie estetycznych paneli, w których wszystkie domowe gniazda i wyłączniki dotykowe znajdują się w jednym miejscu, umożliwia seria produktów: Full Moon, wraz z modułami Euro Socket. Dodatkowe sterowanie pilotem zwiększa komfort użytkownika, bowiem dostępne są kontakty dotykowe obsługiwane bez potrzeby wstawania z fotela. Kompozycja gniazdek umożliwia bogaty wybór ramek dostosowanych do różnych przyłączy.

Gniazdka elektryczne i włączniki są nieodłącznym elementem każdego budynku. Włączniki Livolo to doskonałe wzornictwo do domu oraz przestrzeni użytkowych. Charakteryzuje je wyszukany design, szlachetny charakter materiałów i najwyższa jakość wykonania. Doskonale podkreślą walory każdego wnętrza, a minimalistyczny styl doda dyskretnej elegancji.





LIVOLO GDYNIA – firma oferuje nowoczesne, estetyczne i bezpieczne gniazdka szklane, włączniki i wyłączniki dotykowe oraz inne produkty marki Livolo. Kontakty szklane, włączniki szklane dotykowe, gniazdka elektryczne zaprojektowane w minimalistycznym designie to przykład nowoczesności zarówno wizualnej, jak i technologicznej. Firma Livolo Gdynia nie tylko dba o estetykę domów, mieszkań, biur i instytucji, ale również aktywnie działa na polu wspierania sportu dzieci i młodzieży. Od 2015 roku firma wspiera wydarzenia sportowe organizowane w Gdyni przez SGA Gdynia, czyli najlepszy polski klub gimnastyki artystycznej. Firma aktywnie wspiera też gdyńskie żeglarstwo dzieci i młodzieży - z jej udziałem zostały zorganizowane przez Yacht Klub Stal Gdynia zawody dla najmłodszych żeglarzy w klasie Optimist oraz prestiżowe regaty Błękitna Wstęga Zatoki Gdańskiej. Na rok 2019 firma planuje wydarzenie bez precedensu w gdyńskiej marinie, czyli cykl pucharowy dla dzieci w klasie Optimist grupy B. Ideą Jakuba Wyrębskiego, właściciela Livolo Gdynia, jest stworzenie w Gdyni żeglarskiego cyklu na wzór gdyńskich biegów, dzięki czemu setki młodych żeglarzy będzie się szkolić i rywalizować na przestrzeni całego sezonu regatowego.

DLACZEGO WARTO WYBRAĆ WŁĄCZNIKI I GNIAZDKA LIVOLO?

- Wygoda – sterowanie dotykiem i pilotem
- Sterowanie roletami i żaluzjami
- Kontrola – regulacja jasności
- Dyskretne podświetlenie – ułatwia lokalizację w ciemności
- Programowanie funkcji pilota
- Łatwość montażu (produkt pasuje do typowych instalacji elektrycznych)
- Bezpieczeństwo użytkowania
- Designerski wygląd
- Wysoka odporność na uszkodzenia mechaniczne i zarysowania
- Całkowity brak przewodnictwa elektrycznego

LIVOLO GDYNIA
Gdynia, ul. Adm. J. Unruga 76. Tel: 726 228 817
www.livologdynia.pl | www.livolo.com.pl

JESIEŃ NA SOSNOWYCH WZGÓRZACH





„Modą nazywamy zmienność ogólnie stosowanych form w poszczególnych działach twórczości, uwarunkowaną chwilowymi upodobaniami danego zbiorowiska ludzkiego. Przedmiotem mody może być odzież, tańce, muzyka, obyczaje, a nawet taki czy inny rodzaj literatury, itp. Zasięg mody może być także bardzo różny: począwszy np. od jednej klasy szkolnej, wśród której jakiś nowy pomysł zrodził chwilową modę, do całych społeczeństw, a nawet kontynentów, hołdujących określonej modzie dziesiątki lub setki lat..." - Ewa Szyller.

Moda inspiruje, tym razem moda zainspirowała i nasz zespół do stworzenia sesji zdjęciowej w plenerze. Piękno naturalnego środowiska oraz zwierząt, typowo jesienne stylizacje i kolory, bo jak wiadomo złota polska jesień to prawdziwa feria barw.

Realizacja:
Fotografia: Natalia Snoch
Modelka: Angelika Karabin
Makijaż: Karolina Maciejewska
Stylizacja: Marta Waluk









JESIEŃ W STYLU KAPUCZINY

Paulina Rudnicka, autorka bloga kapuczina.com, to jedna z najpopularniejszych trójmiejskich blogerek. Ceniona za naturalność, oryginalność swoich stylizacji i niebanalne połączenia stylistyczne, udowadniając, że można ubrać się modnie i stylowo za rozsądne pieniądze. Tym razem Kapuczina przedstawia typowo jesienne stylizacje, w których każda kobieta będzie wyglądać zjawiskowo!



Jeśli chodzi o modę, jesień jest moją ulubioną porą roku. Sądzę, że ma najpiękniejszą paletę barw. Tę stylizację stworzyłam w oparciu o jeden jesienny kolor – brąz. Występuje on tutaj w pięciu odcieniach.

Spódnica, bluza – Zara
Płaszcz – Reserved
Torebka – Fossil
Buty – Baldowski

Fot: Sandra Mateńka



Fot. Katarzyna Lepianka

Brąz, pomarańcz i burgund – bardzo wyraziste kolory, do tego użyte w jednym secie! W Polsce pokutuje przekonanie, że mocne barwy i wzory (takie jak cętki) powinno się łączyć z czernią. Bzdura! Nie twierdzę, że należy całkowicie zrezygnować z czerni! Sama bardzo ją lubię, jednak tajemnica tkwi w proporcjach oraz noszonych fasonach.

Sweter – Secondhand
Torebka – Secondhand
Spódnica – Zara
Buty – H&M Premium



Są takie rzeczy, które robią efekt „wow" i nie tracą na aktualności przynajmniej przez kilka sezonów. Sieciówka, projektant czy duży dom mody – metka nie ma znaczenia. Tak też jest w przypadku tego moherowego swetra. Kupiłam go kilka sezonów temu w H&M Premium. Cudownie komponuje się z szarą marynarką.

Sweter – H&M Premium
Marynarka – Reserved
Spodnie – Bershka
Kolczyki - Medicine

Fot: Paulina Kalbarczyk



Obok cętek, krata jest jednym z dwóch najpopularniejszym wzorów tej jesieni. Od dawna utrzymuje się w trendach i nic nie wróży, by miało się to zmienić. Warto szukać nietypowych połączeń kolorystycznych tego printu.

Sweter – H&M Premium
Płaszcz – Reserved
Torebka – Pracownia Rodzinna

Fot. Paulina Kalbarczyk



Krata i pomarańczowy kożuch – zdecydowanie nie jest to klasyczne okrycie wierzchnie. Skoro płaszcz jest tak wyrazisty, chciałam, by reszta stylizacji stanowiła dla niego tło. Stąd czarne jeansy, sweter i New Balance'y. Dobrze działają też kolory, które powtarzają się na detalach.

Czapka – Handmade
Płaszcz – Reserved
Spodnie – Moodo
Sweter – Vintage, Bakalie
Buty – New Balance

Fot: Sandra Matenika



Fot: Damian Mekal

Kto by pomyślał, że sztruks wróci do mody! Pamiętam, że podobne spodnie nosiłam w podstawówce. Sztruks jest wygodny, ale ma też swoje wady: pogrubia i nie jest odporny na ścieranie, przez co bardzo szybko się zużywa.

Spodnie – Zara
Sweter – Zara
Zegarek – Daniel Wellington



Od lewej: Mariusz Brzozowski, Marcin Paprocki

PAPROCKI & BRZOZOWSKI

DOKĄD ZMIERZA MODA?

AUTORKA: MALWINA TALAŚKA

Kochamy modę, chętnie się nią bawimy, zaś wydarzenia związane z trendami przyciągają tłumy odbiorców. Jednak od kilku lat nasze podejście do mody drastycznie się zmienia. Przyglądamy się światowym wybiegom i zastanawiamy się nad ich celowością oraz wymyślnością. Czy projektantom nadal chodzi o to co dawniej, czyli tworzenie ubrań, których pięknem będą zachwycać się tłumy fanów? Postanowiliśmy o to zapytać duet słynnych polskich projektantów Paprocki&Brzozowski, którzy podczas Fashion Forum Gdańsk, przedstawili w Trójmieście swoją kolekcję "The Paradiso Club".

Jak możecie opisać Waszą kolekcję „The Paradiso Club", którą zaprezentowaliście dzisiejszego wieczoru podczas pokazu mody w galerii Forum Gdańsk?

Marcin Paprocki: To nasza najnowsza kolekcja, która tak naprawdę wciąż ewoluuje. Pokazaliśmy ją premierowo jakiś czas temu w Warszawie, a teraz dodaliśmy kilka nowych sylwetek i udoskonaleń. Pokazując nasze projekty w kolejnych miastach, za każdym razem, staramy się zaskoczyć publiczność czymś nowym.

Mariusz Brzozowski: Postawiliśmy tutaj na kolekcję, która jest całoroczna. Nie jest skierowana typowo na jeden sezon, czyli jesień – zimę bądź wiosnę – lato. Chcieliśmy zadedykować naszą kolekcję kobietom, dlatego suknie są mocno ozdobne, błyszczące, zaś motywem przewodnim są lata 70 – te XX wieku, czyli Club Paradiso. Cieszymy się, że w trendach jest dużo błysku, my kochamy błysk. I w tym sezonie obowiązuje przez cały dzień, nie musimy z nim czekać do wieczora. Kolekcja jest kolorowa, zmysłowa i przede wszystkim naprawdę kobieca.

Uważacie, że Trójmiasto to dobry wybór na rewolucje modowe? Czy projektanci mogą się inspirować trójmiejskim stylem?

Marcin Paprocki: Jak najbardziej! Po raz kolejny czujemy się zachwyceni Trójmiastem! Za każdym razem, gdy tu przyjeżdżamy, zazdrościmy mieszkańcom życia nad morzem i bardzo się cieszymy, że tak ciepło nas przyjmują. Niestety, nie można pogodzić stałe mieszkanie w dwóch miejscach, ale mówiąc szczerze bardzo chętnie byśmy się tutaj przeprowadzili. Z tego powodu wielokrotnie pokazywaliśmy swoje kolekcje w Trójmieście. Jest to dla nas naprawdę fajna przygoda!

A w jakim kierunku, Waszym zdaniem, zmierza polska moda? Biorąc pod uwagę, że tzw. sieciówki są w stanie wyprodukować miliony sztuk podobnych ubrań rocznie, czy moda nie zatraciła pewnego indywidualizmu? Kiedyś poprzez modę wyrażaliśmy siebie, czy tak jest nadal?

Marcin Paprocki: To prawda. Dla niektórych moda stała się tzw. przysłowiową zupą, do której mogą wrzucić prawie wszystko. Bardzo popularny stał się zwrot, że coś jest „modne" i nagle okazuje się, że tak naprawdę wszystko jest „modne". Jednak warto pamiętać, że moda jest tylko modą, a tak naprawdę to ten indywidualny styl powinien odzwierciedlać charakter danego człowieka. Ubiór kobiety to tylko szata, którą ją okrywa.

Obserwując światowe wybiegi trudno się nie oprzeć wrażeniu, że zaczyna brakować w tym wszystkim pewnej estetyki, stylu oraz swoistego piękna? Jak łączyć high fashion z tym szaleństwem, które pokazał przykładowo Gucci w swojej ostatniej kolekcji? Czy jest to faktycznie ubieranie kogoś, czy powinniśmy to raczej nazywać przebierankami?

Mariusz Brzozowski: Na pewno nie brakuje w tym przebieranek. Nie jesteśmy zwolennikami przesadnego teatralizmu i form artystycznych, jednak trudno nie przyznać, że ciekawie się to ogląda. Jest to interesujące zjawisko, które zmienia podejście do mody. Myślę, że marka Gucci znacząco inspiruje inne marki, które starają się podążać jej śladem. To również ciekawa alternatywa dla tych, którzy starają się





wyłuskać z propozycji światowych wybiegów, to co jest najbardziej dla nich interesujące i przełożyć to na ulicę.

Marcin Paprocki: Dodam, że dzisiaj, gdy tych trendów jest bardzo dużo, cel projektanta marki Gucci został osiągnięty, gdyż rozmawiamy o jego kolekcji i na tle wielu innych pokazów, zauważamy właśnie tę estetykę i to o niej dyskutujemy. W tym szaleństwie jest jakaś metoda.

W takim razie powinniśmy traktować światową modę trochę jak dzieło sztuki, które można oprawić i oglądać w muzeum?

Marcin Paprocki: Na pewno tak, przecież moda dzisiaj rozwija się wielokierunkowo. Z jednej strony jest wielką sztuką, która może spokojnie wylądować na ścianie w muzeum, a z drugiej strony powinna się sprzedawać, więc musi mieć namiastkę komercjalizmu. Pogodzić te dwie skrajności jest bardzo trudno, ale wielu projektantom się to udaje.

Na światowych wybiegach coraz częściej widujemy modeli odznaczających się androgenicznym typem urody. Skąd taki wybór projektantów?

Mariusz Brzozowski: Androgeniczność mężczyzn w świecie mody jest bardzo popularna, ponieważ sprawdza się na wybiegu. Można tworzyć kolekcje mieszane męsko-damskie, które będą się świetnie prezentować podczas pokazów. Jednak nie powinniśmy generalizować. Przykładowo - my - w dalszym ciągu jesteśmy wyznawcami podejścia, że mężczyzna powinien być mężczyzną.

Marcin Paprocki: I oczywiście wiele marek wciąż hołduje temu trendowi. Proszę zwrócić uwagę na estetykę Gucciego, czy Yves Saint Laurenta. Na ich pokazach wyróżnieni zostają bardzo androgeniczni panowie. Ale jest na przykład wiele marek funkcjonujących równolegle, jak Dolce&Gabana, które preferują archetypowy typ mężczyzny, czyli umięśnionego, klasycznego pana. Jest tyle możliwych form prezentacji, że tak naprawdę nic się nie wyklucza.

Mariusz Brzozowski: Świetne wrażenie zrobiła Vivienne Westwood podczas swojego ostatniego pokazu, kiedy zaprezentowała facetów w dwóch wymiarach: z jednej strony bardzo męscy panowie, wręcz przerysowani kulturyści, zaś po drugiej stronie mężczyźni odznaczający się androgenicznym typem urody. Naprawdę ciekawie się na to patrzyło.

Z jakiego powodu projektanci tak chętnie stawiają na kontrasty? Nie myślę wyłącznie o androgeniczności modeli, ale również o rozmiarach. Z jednej strony na pokazach widzimy naprawdę szczupłe modelki, zaś z drugiej strony prezentowane są modelki plus size. Czy nie ma w tym miejsca dla typowych kobiecych numerów jak 36 bądź 38?

Marcin Paprocki: Właśnie ten kontrast między modelkami jest najbardziej zauważalny oraz interesujący. W momencie, gdy mamy obraz modelki w rozmiarze 34 i 36, to przy niej bardziej zauważalna stanie się modelka „plus size" niż modelka z rozmiarem 38. Sami tworząc kolekcję najczęściej bazujemy na kontrastach, ponieważ zderzenie dwóch tak bardzo odmiennych elementów, powoduje, iż ta rzecz, którą tworzymy, wydaje się jeszcze ciekawsza.

Mariusz Brzozowski: Ale jeśli chodzi o proporcje modelek, które wybieramy do swoich pokazów, to zdecydowanie preferujemy rozmiary 36 i 38. Nie lubimy skrajności, czyli mega szczupłych pań, na których wszystko wisi. To jest cechą bardzo indywidualną każdego projektanta oraz estetyki danej marki. Niektóre marki wolą szokować bardzo szczupłymi modelkami, drugie chcą skandalizować i pokazywać mocno wytatuowane twory, a niektóre pragną hołdować kobiecości i pokazywać zdrową kobietę. My utożsamiamy się z tą ostatnią.

Czy gdzieś w Trójmieście można kupić ubrania marki Paprocki & Brzozowski?

Niestety, na ten moment nie. Butik flagowy znajduje się w Warszawie przy ul. Wiejskiej 17. Mamy również kilkanaście butików w Polsce, w których można nabyć wybrane elementy naszej kolekcji. Mamy nadzieję że w niedługim czasie – również na mapie Gdańska – pojawi się takie miejsce.





TRÓJMIEJSCA KATARZYNY KONIECZKI

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA

TRÓJMIEJSCA to stały cykl magazynu Prestiż. Przepytujemy znanych i lubianych mieszkańców siostrzanych miast, gdzie spędzają leniwe niedziele. W którym lokalu piją poranną kawę i gdzie najczęściej można ich spotkać. Razem z naszymi rozmówcami odbywamy inspirującą podróż śladami ich ulubionych miejsc, tych z przeszłości i teraźniejszości. Tym razem rozmawiamy z Katarzyną Konieczką, projektantką i kostiumografką. Opowiada o magicznym Sopocie, który ją wychował i ukształtował jako artystkę.

Ciężko wyjść mi myślami poza **Sopot**. Tu żyję, mieszkam i tworzę. Trójmiejsca to dla mnie przestrzeń, którą kreują wyjątkowi ludzie. Takim sopockim skrawkiem, który mnie ukształtował był adres **Mamuszki 1** i **klub Sfinks**, który tworzyli wówczas Alicja Gruca i Robert Florczak. W tym okresie poszukiwałam własnej drogi twórczej i zawodowej. Zostałam wprowadzona w świat wykwintnej, wizualnej ekstazy. Fascynowało mnie wszystko związane z tym miejscem. **Sfinks** wzbudził we mnie zamiłowanie do zabawy polskością, religijnością i kiczem. Mogę powiedzieć, że pełnił on dla mnie rolę uniwersytetu.

Kolejnym trójmiejscem na mojej mapie była **Kolonia Artystów**. Ulokowana została **na terenach postoczniowych w Gdańsku**. Miejscu towarzyszyła niezwykła atmosfera, której nie można doświadczyć nigdzie indziej. Byłam częstym gościem pracowni Radka Kobusa, pamiętam porozrzucane farby, chaotycznie rozstawione sztalugi i przybrudzona tysiącem barw podłoga. Na drzwiach rozwieszone długie, czarne kable, które wyglądały jak pejcze. Wnętrze przepełnione seksualnością i wolnością. Wszechobecny artystyczny klimat osadzony w pięknych, futurystycznych wnętrzach.

Nie mogę nie wspomnieć o **Willi Hubertus w Sopocie** przy ul. Abrahama, obecnie jedna z najpiękniejszych kamienic. Budynek pięknie odrestaurowany, oświetlony. Kiedyś taki nie był. Przypominam sobie odpadający tynk, żeliwne schody i gruszę w ogrodzie. Mieszkaliśmy na pierwszym piętrze, do nas należał także parter. Jako dziecko układałam tam pierwsze scenografie filmowe. Z chęcią powracam w **okolice ul. Abrahama**, spacerując w kierunku **ulicy Mickiewicza**. To była moja droga do szkoły. Kolejnym przystankiem podczas mojej podróży do szkoły, **był dom ze zwierzęcym ornamentem**. Przypominał on smoka lub jaszczurkę. Razem z koleżanką wymyślałyśmy legendy, że tutaj mieszka żona arabskiego szejka.

Tkanka miejska kreuje moją twórczość. Kocham **sopocką ścieżkę rowerową**. Ten szlak jest wyjątkowy. Daje oddech świeżości i czystości, jest zanurzona w lesie, pobudza wyobraźnię. Często przemierzając ją wyobrażam sobie postacie nie z naszej epoki. Kolejnym takim punktem na mojej mapie, gdzie wyobraźnia mnie ciągnie, jest **ulica Podjazd 2/4**, czyli **Siatka - Sopocki Instytut Ambitnego Tworzenia Kreatywnej Aktywności.** Jeśli nawet jesteś tam pierwszy raz, nie będziesz siedział osamotniony. Wchodzisz, rozmawiasz o obrazie, robisz sobie kawę, spędzasz czas z inspirującymi ludźmi.

Wyjątkowym i niepowtarzalnym miejscem jest **mój dom** i jednocześnie **pracownia**. Mam mieszkanie na parterze z dostępem do ogródka w górnej, willowej części Sopotu. Uwielbiam przyjmować u siebie gości. Malujemy, tworzymy, miło spędzamy czas. „Wolność Tomku, w swoim domku". Tutaj w spokoju mogę nabałaganić i pobrudzić farbami, zupełnie bez konsekwencji. Może dlatego czuję się tak swobodnie i niczym nieograniczona.

Sopot w rankingach jest uznawany za jedno z najbardziej luksusowych miast, w którym królują super salony fryzjerskie i kosmetyczne. Natomiast ja uważam, że mój fryzjer jest ostatnim bastionem pewnej normalności. Tam przyjmują panie, fryzjerki i koleżanki w jednym. Chodzę tam od kilku lat. Pofarbować włosy, podciąć końcówki i się wygadać. Tak, wygadać. **Salon Apacja przy ulicy Alfonsa Chmielewskiego 1**, przenosi nas do filmu **„Książe w Nowym Jorku"**, w którym Eddie Murphy gra pięć postaci. Wchodzisz do salonu i stajesz się częścią jego świata i zyskujesz przyjaciółki, które czeszą.

Podczas spacerów bardzo lubię zaglądać do **Sopockiego Domu Aukcyjnego**. Razem z moim partnerem komentujemy wystawione rzeźby i obrazy. A kiedy już się zmęczymy spacerowaniem lub zmarzniemy na plaży, lubimy dobrze zjeść w **Tapasie** lub w **Barze Przystań**. A kiedy mam ochotę na klimat bez zadęcia, wybieram urokliwą **Piaskownicę** przy samej plaży.



KARZYNA KONIECZKA

Projektantka, kostiumografka i stylistka z Sopotu. Jest absolwentką Międzynarodowej Szkoły Kostiumografii i Projektowania. Autorka niezwykle oryginalnych kolekcji. Jej kostiumy wykorzystywane są przez wiele gwiazd polskiego show – biznesu kreując ich wizerunek sceniczny. Tworzy szokujące kostiumy. Łączy elementy makabry, sado-maso z baśniowością i mroczną, mityczną fantastyką. Jej awangardowe projekty zachwycają w Polsce i za jej granicami. W jej kostiumach występowały takie gwiazdy, jak Lady Gaga, CocoRosie, Fergie, Amber Rose, Jennifer Lopez, Nergal, Doda, Justyna Steczkowska.









GOLDEN TULIP
GDAŃSK RESIDENCE

NAJLEPSZE WIGILIE FIRMOWE, 150 M OD MORZA.

ŚWIĘTA BOŻEGO NARODZENIA TO MAGICZNY CZAS, W KTÓRYM WARTO ZAPOMNIEĆ NA CHWILĘ O OBOWIĄZKACH SŁUŻBOWYCH I SPOTKAĆ SIĘ W GRONIE WSPÓŁPRACOWNIKÓW PRZY WSPÓLNYM STOLE. W SPECJALNIE PRZYGOTOWANEJ OFERCIE WIGILII FIRMOWYCH ZNAJDĄ PAŃSTWO TRADYCYJNE POLSKIE POTRAWY, ŚWIĄTECZNE DEKORACJE ORAZ NIEPOWTARZALNĄ ATMOSFERĘ PANUJĄCA W GOLDEN TULIP GDAŃSK RESIDENCE.

W ramach oferty zapewniamy:

- świąteczne dekoracje, kolędy w tle
- aromatyczne grzane wino oraz pierniki na początek spotkania
- bogaty świąteczny bufet uzupełniany przez 3h
- parking podziemny oraz naziemny dla uczestników spotkania – bezpłatnie
- do każdej rezerwacji powyzej 20 osób – voucher upominkowy na Niedzielny Brunch dla dwóch osób

SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO KONTAKTU:

GOLDEN TULIP GDANSK RESIDENCE
ul. Piastowska 160, 80-358 Gdańsk

Dział Sprzedaży i Marketingu:
Przemysław Stróżyk:
events@goldentulipgdanskresidence.com
nr tel.: 724 027 793
Jerzy Drewa:
meetings@goldentulipgdanskresidence.com
nr tel.: 724 027 649

WWW.GOLDENTULIPGDANSKRESIDENCE.COM



DWÓR DAWIDY

WIDOK Z BALKONU Z KSIĄŻĘCĄ KRUSZONKĄ

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ

Bywali tutaj czołowi arystokraci Prus, a nawet cesarz Wilhelm II z rodziną. Był miejscem spotkań towarzyskich, pikników i odpoczynku myśliwych. Dzisiaj dwór w Dawidach, położony pośród zabytkowego parku znów tętni życiem i błyszczy pełnym blaskiem.

Mało uczęszczana droga z Pasłęka do Młynar na skraju Wysoczyzny Elbląskiej. Naokoło piękne lasy, uprawne pola, no i mały ruch. Po kilku kilometrach od Pasłęka z okien samochodu ukazuje się niezwykły park. Już z dala widać wielkie, imponujące drzewa. To stare dęby, modrzewie, buki. Niektóre osiągające grubo ponad 3 metry obwodu, są też ponad 40 metrowe giganty. Wiele z nich ma status pomników przyrody. Pomiędzy drzewami niewielkie stawy, gdzieniegdzie lilie wodne. Tuż za parkiem, a w zasadzie jego wnętrzu, na niewielkim wzniesieniu ukazuje się dwukondygnacyjny budynek z masandrowym dachem. Wszystko tworzy obrazek filmowy. Oto dwór w Dawidach. Dom mieszkalny, miejsce zabaw i pałacyk myśliwski w jednym. Przez kilka wieków jedno z ulubionych miejsc wielkiego pruskiego rodu Dohnów.

NA POLOWANIA I PIKNIKI

By poczuć klimat dworu warto cofnąć się do początków historii Dohnów. Ten jeden z najważniejszych rodów pruskich został założony przez krzyżackiego najemnika Stanisława. W 1525 roku jego syn otrzymał od zakonu wieś Słobity, która stała się siedzibą rodu. Tam też – już w XVII wieku powstał pierwszy pałac rodowy, który z czasem stał się jednym z największych i najbardziej spektakularnych zespołów pałacowo – parkowych we wschodnich Prusach. Wielka rezydencja miała salę balową, apartamenty królewskie. Ród rósł w siłę i stale powiększał swoje włości. Tak też w 1663 roku Dohnowie kupili od polskiej rodziny Drzewieckich znajdujące się zaledwie kilka kilometów dalej Dawidy. Tam w 1773 roku postawili istniejący do dzisiaj dwór. Budynek z cechami baroku holenderskiego został zaprojektowany przez Johanna Caspara, rodzinnego architekta. Dohnowie używali go jako pałacyku myśliwskiego. Obsługiwano tutaj polowania, odbywały się spotkania towarzyskie i pikniki. W środku były dwie wędzarnie oraz wielka kuchnia, które mogły zająć się upolowaną zwierzyną.

Dwór był w rękach Dohnów aż do 1945 roku. W międzyczasie pruscy ziemianie stale pięli się po drabinie arystokratycznej. Rosnący majątek szedł w parze z kolejnymi tytułami. Urodzony w 1843 roku w Turynie Ryszard Wilhelm von Dohna był w prostej linii jedenastym potomkiem Stanisława zu Dohna, a synem hrabiego Ryszarda Fryderyka von Dohna. Robił karierę polityczną, pełnił funkcje na dworze cesarskim i gościł w swoim majątku cesarza. To wszystko wpłynęło na to, że w 1900 roku – właśnie dzięki decyzji cesarza Wilhelma II – został pierwszym księciem z rodu Dohnów. Ostatnim właścicielem Dawidów był jego syn książe Aleksander zu Dohna. Wyjechał stąd wraz z wielkim konwojem 50 wozów i 200 koni w styczniu 1945 roku. Wiosną dotarł w okolice Bremen. Zmarł w 1997 roku. W ciągu życia odwiedzał Polskę, w tym Dawidy. Wydał tez książkę ze wspomnieniami.

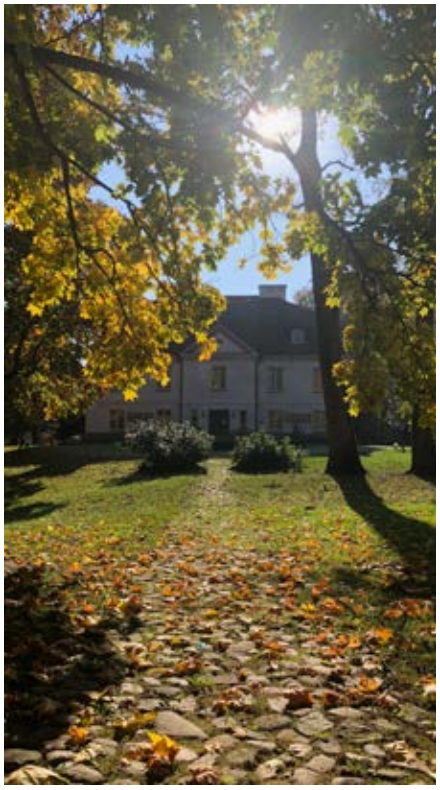
DĄB JAKICH MAŁO

Wspomnienia ostatniego księcia z Dawid przytoczył niedawno Dziennik Elbląski. Książe Aleksander opisywał w nich park koło dworu, który zachował się do dzisiaj. Nie tylko sam dwór, ale cała wieś i okolica otoczona jest niezwykłymi lasami, słynącymi z wielkich buków, modrzewi i dębów. Wiele osiągnęło ogromne rozmiary, wśród nich dąb szypułkowy z obwodem 6 metrów! O tym dębie wspomina książe Aleksander.

„Droga do Dawid prowadziła przez zmieniający się pagórkowaty krajobraz. Najpierw przejeżdżano obok Mikołajek, należących do dóbr w Słobitach, a stąd przez Górski Las. Nadjeżdżające z przeciwka pojazdy konne robiły należyty przejazd; mężczyźni ściągali czapki

z głów, kobiety i dziewki przyklękały. W Górskim Lesie znajdowało się znane miejsce, gdzie nawet w pełni lata znajdowała się woda i by w nim nie utknąć trzeba było jechać tylko galopem. Następnie droga stawała się lepsza. Gdy docierano do wsi Sąpy i znajdującego się tu dworu o takiej samej nazwie, wjeżdżano na utwardzaną drogę przecinającą Las Dawidy i osiągano folwark Dawidy" – cytuje wspomnienia księcia Dziennik Elbląski w artykule Lecha Słodownika.

Po wojnie dwór został przejęty przez PGR i był stopniowo dewastowany. Nawet wyrosło w nim drzewo. W 1976 roku został kupiony przez Elżbietę i Stanisława Matusewiczów, którzy mozolnie go odbudowali przywracając pierwotny wygląd. Dawidy stały się pensjonatem gdzie znów wróciło życie i spotkania towarzyskie. W 2009 roku folwark kupił Jan Kozłowski, który poddał go kolejnej, żmudnej i bardzo udanej renowacji.





BALKON Z WIDOKIEM I KRUSZONKĄ

Dzisiaj dwór Dawidach otwarty jest na gości. Apartamenty ulokowane na I piętrze i poddaszu wyposażone są we wszystkie współczesne wygody, zachowując jednak w stu procentach klimat i charakter dworskiego wnętrza. Surowe ściany i mało ozdobników, drewniane podłogi, stare obrazy i zdjęcia, oryginalne, wzorowane na dawnych – kabiny prysznicowe, wreszcie wolno stojące wanny – to wszystko sprawia, że wchodząc do środka można poczuć się jak w wehikule czasu, który cofa nas 100 lat wstecz. Królem piętra jest salon, surowy, z wielkim, otwartym kominkiem, imponującym żyrandolem, skrzypiącą podłogą i balkonem wychodzącym wprost na park. To z niego ukazuje się piękny widokiem na dawne włości rodu Dohnów.

Na parterze ton życia – jak dawniej - nadaje kuchnia. Pełna świeżych wyrobów prostu z folwarku – warzyw, serów z mleka koziego, pieczonego na miejscu chleba i innych smakołyków. Wśród nich krząta się pani Halina. „Czy będzie jajecznica? Tak, ale zależy ile jajek będzie rano" - odpowiada z uśmiechem. Na jajka trzeba poczekać, częstuje za to deserem – są pieczone jabłka, wypieki, a do nich powidła zrobione z przydworskich owoców – o smaku maliny, róży. To jeden z najlepszych dowodów, ze Dawidy - nie tylko wyglądem, ale i smakiem nawiązały do przeszłości. A jaka była? Oddajmy głos księciu Aleksandrowi zu Dohna:

„Architektem był krajowy mistrz budowlany Hindersin, który nad stosunkowo niskim parterem zbudował obszerne piętro z wysokimi oknami. Niestety, wnętrze zostało zmienione w wyniku całego szeregu niezbyt upiększających przebudów. (...). My - dzieci nie zwracaliśmy oczywiście uwagi na takie powierzchowności, lecz szturmowaliśmy bez żadnego zatrzymywania się schody prowadzące do górnego pokoju i dużego balkonu, na którego środku stał już wcześniej postawiony przez służbę i nakryty na biało, okrągły stół z górą owoców i ciastem z kruszonką.

Z balkonu rozciągał się wspaniały widok na ukształtowany w półokręgu krajobraz; z przodu różnokolorowa szachownica uprawianych pól, pomiędzy nimi wsie z czerwonymi dachami, gdzie pośrodku wystawały wieże kościelne; z lewej strony ciemno-zielony las liściasty należący do Słobit, w środku Pasłęk, miasto powiatowe z wysoko położonym zamkiem zakonnym; w tle odległego horyzontu błękit lasów należących do majątku Dönhoffów w Kwitajnach. Przy dobrej pogodzie i widoczności można było zauważyć w oddali na zachodzie wysoką wieżę Zamku w Malborku. Nad wszystkim szaro-niebieskie sklepienie wschodniopruskiego nieba. Łagodne, delikatne powiewy bryzy, typowe dla obszarów położonych niedaleko morza i cienie starych drzew, powiększały wspaniałość urządzenia tego miejsca (...). Po podanej pysznej kawie, całe towarzystwo liczące często nawet dwadzieścia osób, udawało się w okolicę Wąwozu Dawidy".





EURO STYL ODRESTAURUJE ZABYTKOWY BUDYNEK PRZY UL. POLANKI

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ

W otulinie oliwskich drzew i pobliżu biznesowego centrum Gdańska bije serce ulicy Polanki. To tutaj powstają prestiżowe Polanki Apartamenty. W ramach nowej inwestycji Euro Styl odnowi historyczny budynek numer 58, w którym przed wojną mieścił się hotel i popularna Veranda Cafe „Weißes Lamm", czyli „Białe Jagnię" – obowiązkowy przystanek przed wejściem na spacerowe szlaki oliwskich lasów.

Ulica Polanki przez wieki była głównym traktem pocztowym prowadzącym z Gdańska aż do znajdującego się w Oliwie Opactwa Cystersów i dalej wzdłuż wybrzeża Bałtyku na zachód. Sama niemiecka nazwa Polanke pojawiła się już w XIII wieku za sprawą osad, jakie istniały na polanach wzdłuż traktu obecnej ulicy Polanki.



W popularnej kawiarni „Białe Jagnię" mieszczącej się pod numerem 58, przed wojną częstym gościem bywał ponoć pisarz, Günter Grass. Choć spadkobiercy posesji nie sprostali jej utrzymaniu i z biegiem lat popadała ona w zapomnienie, historyczna dusza nigdy jej nie opuściła. Dzięki nowej inwestycji już wkrótce na zabytkową posesję przy ulicy Polanki powróci życie. Bryła budynku nr 58 zostanie odwzorowana, a prostą formę ocieplą wyrafinowane detale. We wnętrzu zachował się między innymi historyczny fragment balustrady, na której wzór wykonane zostaną pozostałe części.



– Naszym celem było przywrócenie temu zabytkowemu budynkowi jego dawnej urody. Jest to miejsce z duszą, a wystrój wnętrz wspaniale ją podkreśli. Planujemy jak najbardziej zbliżyć się do klimatu świetności i charakteru zabytkowych kamienic oraz podkreślić prestiż inwestycji **– mówi Marzena Degustis z Degutis Studio Architektury.**

Niezwykłego charakteru inwestycji dopełnią klatki schodowe zaprojektowane z wykorzystaniem szlachetnych materiałów i utrzymane w stylu art déco. Schody wykończone drewnem, stylowe tralki, eleganckie drzwi i efektowne przeszklone wydzielenie wiatrołapu - ekskluzywne wnętrza apartamentów przy ulicy Polanki sprostają najbardziej wysublimowanym gustom.

Teren inwestycji ozdobią wyjątkowe rzeźby, przedstawiające głowy kobiety i mężczyzny. Ich autorka – Monika Jenowein-Patyczek, urodziła się i wychowała przy ulicy Polanki. Dzisiaj jest uznaną rzeźbiarką związaną z Akademią Sztuk Pięknych w Gdańsku. Popiersia, które ozdobią teren inwestycji Polanki Apartamenty artystka stworzyła w swojej londyńskiej pracowni.



– Oliwa i ulica Polanki to w moich wspomnieniach przede wszystkim dobrzy ludzie. Dlatego też postanowiłam w tym miejscu przedstawić popiersia osób, które były i są dla mnie wzorami. Rzeźby symbolizują postacie, które dały mojej rodzinie powtórną wiarę w człowieczeństwo, bezinteresowność i dobroć **– podkreśla Monika Jenowein-Patyczek.**



Na miejscu niegdyś gospodarczego budynku nr 57 powstanie natomiast apartamentowiec o nowoczesnej bryle. W ramach inwestycji powstanie dziewięć apartamentów o powierzchni od 33 do 100 m2. Część z nich mieścić się będzie w odrestaurowanym budynku, a część – w nowopowstałym apartamentowcu, nawiązującym do historycznych uwarunkowań tego miejsca. Autorem projektu pracownia projektowa K&L.

Mieszkańcy lokali parterowych będą mogli cieszyć się własnymi tarasami, a właściciele wyższych kondygnacji w budynku 58 będą mieli do dyspozycji komfortowe balkony. Przy budynku 57 znajdować się będą naziemne miejsca parkingowe, a pod budynkiem 58 zaprojektowano wygodną halę garażową. Mieszkańcy wypocząć będą mogli w rekreacyjnym zakątku o wdzięcznej nazwie Pergola Cafe, wyposażonym w wygodne siedziska, a teren inwestycji ozdobi malowniczy żywopłot i pieczołowicie dobrana roślinność, tworząc sprzyjającą relaksowi kameralną enklawę.

UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH

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

Jak się uczyć, to od najlepszych! Ta zasada obowiązuje w każdej dziedzinie życia, także w branży urodowej. W Secret Avenue Academy odbywają się profesjonalne szkolenia z zabiegów upiększających, a wiedzę przekazują kosmetolodzy Instytutu Urody Secret Avenue, najlepszego salonu urody 2017 i 2018 roku w plebiscycie Dziennika Bałtyckiego. Twarzą akademii jest Natalia Siwiec.



Centrum szkoleniowe Secret Avenue Academy powstało w Gdyni Orłowie. Przyszłym kursantkom stworzono tutaj znakomite warunki do zgłębiania wiedzy praktycznej, jak i teoretycznej.

- Centrum szkoleniowe jest wynikiem naszego doświadczenia, którym nasi kosmetolodzy, wieloletni praktycy chcą się dzielić. Jakość, a nie ilość – taka idea nam przyświeca. Zależy nam, aby cała branża była jak najbardziej profesjonalna. Sami w naszej praktyce stawiamy na jakość i profesjonalizm i takie też przesłanie towarzyszy nam w naszej misji szkoleniowej. Podstawą tej jakości jest fakt, że na szkoleniach z makijażu permanentnego jeden szkoleniowiec przypada na tylko dwie kursantki, co w stu procentach pozwala skupić się na przekazywaniu i przyswajaniu wiedzy – **mówi Sandra Ruszkowska, managerka Secret Avenue.**





Jakiego typu szkolenia są w ofercie Secret Avenue Academy? Przede wszystkim z makijażu permanentnego. OMBRE BROWS to intensywny, dwudniowy kurs makijażu permanentnego brwi. Technika OMBRE to przełom w dziedzinie mikropigmentacji. Pozwala stworzyć lekkie, subtelne pudrowe brwi. Świetnie sprawdza się zarówno w przypadku, gdy na łuku brwiowym znajdują się włoski lub gdy ich nie ma (łysienie, po chemioterapii).

- Pierwszy dzień to cześć teoretyczna. Kursantki poznają budowę skóry i umiejscowienie w niej makijażu permanentnego, a także zasady kolorymetrii, usuwania makijażu permanentnego removerem i laserem. Tego dnia uczą się autorskiego, opatentowanego rysunku S-line, oraz anatomicznego wyznaczania łuków brwiowych. Drugi dzień to praktyka. Każda z kursantek ma do dyspozycji dwie modelki na których wykonuje makijaż permanentny pod okiem instruktora **– mówi Adriana Panfil, właścicielka Secret Avenue.**

W Secret Avenue Academy odbywają się też szkolenia z makijażu permanentnego ust - NANO LIPS i z makijażu permanentnego oka - EYE LINER. Są to szkolenia jednodniowe. Największym hitem jest jednak szkolenie szkolenie z zabiegu Ideal Skin & Conture. To opatentowany zabieg dla osób, które myślą przede wszystkim o subtelnym, naturalnym i komfortowym rozświetleniu i wyrównaniu koloru skóry twarzy, szyi i dekoltu. Pozwala również na idealne wykonturowanie twarzy oraz wprowadzenia w nią idealnego kształtu.

- Ideal Skin & Conture daje efekt półtransparentnego podkładu. Rozjaśnia też piegi i plamy powstałe w wyniku fotostarzenia. Pigment użyty do zabiegu nie powoduje alergii, gdyż bazuje tylko na naturalnych składnikach! Dostępne są różne warianty kolorystyczne **- mówi Adriana Panfil, właścicielka Secret Avenue.**

Szkolenie obejmuje część teoretyczną, gdzie kursantki poznają szczegółowe zasady analizy kolorystycznej, analizy kształtu twarzy, oceny stanu skóry, budowy skóry, technicznego ABC zabiegu i zasad BHP. Tego dnia ćwiczą ruch pigmentacji na skórkach różnym kartridżami. Część druga jest pełna wyczerpującej praktyki na modelkach.

Niedługo w ofercie Secret Avenue Academy pojawią się kolejne szkolenia, m.in. z liftingu i laminacji rzęs, z Secret Brows, z mezoterapii i wiele wiele innych. Zapisy na szkolenia pod numerem telefonu: 780 079 733.

SECRET AVENUE
ESTD.2007

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

PERFECT SMILE CLINIC

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE

Dwójka przyjaciół z czasów studenckich dziesięć lat temu postanowiła połączyć swoją wiedzę i doświadczenie, by stworzyć całkiem nową jakość w stomatologii - Perfect Smile Clinic. Dziś to jeden z najbardziej cenionych gabinetów stomatologicznych, znany zarówno w Trójmieście, jak i w całym regionie. - Naszą receptą na sukces jest stałe podnoszenie kwalifikacji i zdobywanie nowych kompetencji całego zespołu specjalistów – mówią zgodnie właściciele Perfect Smile Clinic lekarze dentyści implantolodzy - Tomasz Zarański oraz Marek Markiewicz.



lek. dent. implantolog Marek Markiewicz



lek. dent. implantolog Tomasz Zarański

Wszystko zaczęło się niemal dekadę temu, dzisiaj mamy silną markę oraz sieć klinik. Jak zdefiniują panowie ten rozwój?
Podstawy naszego rozwoju oraz rozwoju marki Perfect Smile Clinic, stanowią: wiedza, doświadczenie i bardzo wysokie umiejętności. Jako liderzy zespołu Perfect Smile Clinic, dzielimy się swoją wiedzą i wspieramy w codziennej pracy koleżanki i kolegów. Funkcjonowanie w oparciu o wspierający się i zgrany zespół lekarzy dentystów wielu specjalności oraz wdrażanie nowych metod i technologii w naszych klinikach to nasze największe zalety.

Pomimo dużej konkurencji, czas oczekiwania na najlepszych specjalistów nie jest krótki. Czy dzięki otwarciu nowych lokalizacji dostępność państwa usług jest większa?
Dzięki otwarciu dwóch nowoczesnych placówek w nowych lokalizacjach w Gdańsku chcieliśmy odciążyć nieco placówkę przy ul. Noskowskiego na Suchaninie. Popularność naszej marki nie zawiodła i zaledwie kilka tygodni po rozpoczęciu działalności w nowych oddziałach mamy zapełnione kalendarze. Na szczęście na wizytę nie trzeba czekać aż tak długo, jak wtedy, kiedy pracowaliśmy tylko pod jednym adresem. Warto zaznaczyć, że nowe kliniki znajdują się w pobliżu głównej arterii komunikacyjnej Gdańska – al. Grunwaldzkiej. Są to miejsca atrakcyjne nie tylko dla pacjentów zmotoryzowanych, ale także tych korzystających z komunikacji miejskiej.

Specjalnością Perfect Smile Clinic jest implantologia. Jakie wątpliwości dotyczące implantów mają najczęściej pacjenci?
Obawy wszystkich pacjentów implantologicznych dotyczą głównie bólu oraz traumy pozabiegowej. Ból śródzabiegowy został już całkowicie wyeliminowany wiele lat temu. Dysponujemy naprawdę bardzo skutecznymi i w pełni bezpiecznymi metodami znieczulenia. Ogromny postęp dokonał się również w zakresie niwelowania negatywnych skutków traumy pozabiegowej. Stosując osocze bogatopłytkowe uzyskiwane z krwi pacjenta oraz komórki macierzyste, zmniejszamy do minimum dolegliwe skutki gojenia, znacznie ograniczając obrzęk, opuchliznę i ból.

Jednak nie tylko implanty – jesteście siecią klinik wielospecjalistycznych. Co to oznacza?
Oferujemy pełen zakres usług – od stomatologii zachowawczej, poprzez nowoczesną, niewidoczną ortodoncję, periodontologię, endodoncję mikroskopową, innowacyjną protetykę, a skończywszy na zaawansowanej stomatologii estetycznej. Dzięki pracy naszego zespołu jesteśmy w stanie prowadzić kompleksowe leczenie przypadków uważanych powszechnie za najtrudniejsze. Używamy nowoczesnych metod diagnostycznych, takich jak cyfrowe zdjęcia puktowe i panoramicze oraz tomografię 3D. Wdrażamy do naszej codziennej pracy stomatologię cyfrową, m.in. poprzez zastosowanie skanera wewnątrzustnego i programu do komputerowej nawigacji implantów oraz cyfrowe projektowanie uśmiechu. Nowoczesny laser diodowy wykorzystujemy w zabiegach wybielania, zabiegach na tkankach miękkich, uśmierzania bólu i gojenia ran pozabiegowych.



Perfect Smile Clinic Oddział Garnizon , ul. Karola Szymanowskiego 2 (biurowiec Vigo, parter), tel. 58 558 80 57, garnizon@perfect-smile.pl
Perfect Smile Clinic Oddział Wrzeszcz, ul. Marii Konopnickiej 10, tel. 58 573 25 33, wrzeszcz@perfect-smile.pl
Perfect Smile Clinic Oddział Suchanino, ul. Noskowskiego 17A, tel. 58 300 05 88, suchanino@perfect-smile.pl
www.perfect-smile.pl

JAK WYBRAĆ ODPOWIEDNIEGO CHIRURGA PLASTYCZNEGO?

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ

Poprawianie urody w klinikach chirurgii estetycznej stało się tak samo naturalne, jak dbanie o piękny uśmiech w gabinecie stomatologicznym. Pragniemy być bardziej atrakcyjni, piękniejsi, młodsi. Gdzie możemy znaleźć pomoc i komu zaufać decydując się na upragniony zabieg? O tym rozmawiamy z dr Karoliną Kondej, specjalistą chirurgii plastycznej.



Pani doktor, jak wybrać odpowiedniego chirurga plastycznego?
Każdy pacjent potrzebuje indywidualnego podejścia, dlatego bardzo ważna jest wzajemna relacja i zaufanie, jakim obdarzają się obie strony. Pacjent musi mieć przekonanie, że ten lekarz dokona wszystkiego, co można, aby osiągnąć zamierzony cel. A lekarz ufa pacjentowi, że ten będzie przestrzegał wszystkich zaleceń, które wyda, by zredukować ryzyko związane z zabiegiem i zoptymalizować wynik leczenia.

Na co zwrócić uwagę podczas rozmowy z lekarzem?
Chirurg w trakcie rozmowy z pacjentem powinien wysłuchać informacji na temat tego, czego pacjent oczekuje i jakiej chce dokonać zmiany, dowiedzieć się wszystkiego na temat innych chorób, które mogą wpływać na przebieg zabiegu lub jego wynik. Należy uściślić, czy pragnienia i oczekiwania pacjenta są możliwe do zrealizowania. Czy obie strony myślą podobnie.

Czego powinniśmy dowiedzieć się od chirurga?
Lekarz powinien omówić z pacjentem jego stan zdrowia, możliwości leczenia, okres rekonwalescencji i związane z tym ograniczenia i zalecenia. Konieczne jest poinformowanie pacjenta bardzo wnikliwie o ryzyku i możliwych powikłaniach. Pacjent musi mieć świadomość, że lekarz nie zagwarantuje, że nie przytrafią się niepowodzenia. Każde działanie niesie ze sobą jakieś ryzyko nieosiągnięcia idealnego wyniku i pacjent musi o tym wiedzieć. Nie chodzi o to, żeby pacjenta straszyć, ale żeby pacjent miał świadomość tego, co mu grozi i jakie mogą być konsekwencje. Jest to ważne, ponieważ jeżeli coś takiego się zdarzy, pacjent jest na to przygotowany i nie ma żalu do lekarza o to, że obiecał, że będzie cudownie, a tak nie jest. Lekarz zazwyczaj stara się poprawić niedoskonały efekt zabiegu i nie powinien zostawić pacjenta z tym problemem samego.

Gdzie szukać odpowiedniego chirurga?
Poszukiwania powinno się rozpocząć od sprawdzenia kwalifikacji, by nie trafić na kogoś, kto wykonuje te zabiegi, nie ukończywszy odpowiedniej specjalizacji. Fakt, czy dany lekarz posiada specjalizację chirurgii plastycznej łatwo sprawdzić na stronach Polskiego Towarzystwa Chirurgii Plastycznej, Rekonstrukcyjnej i Estetycznej lub regionalnych izb lekarskich.

DR KONDEJ CHIRURGIA PLASTYCZNA
Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 7, tel. 570 370 070
www.drkondej.pl

SILK EPOQUE

by Olga Ziemann



Pokaz mody z czterech pór roku marki **Silk Epoque by Olga Ziemann** oraz koncert jazzowy na okoliczność rocznicy otwarcia showroomu. Tłem wydarzenia będą zbliżające się święta Bożonarodzeniowe i Nowy rok.

Imprezę poprowadzi oraz zadba o oprawę pokazu **Maria Tymańska**.

Koncert zespołu jazzowego w składzie **Joanna Łaniecka, Artur Jurek, Kamil Mazur** oraz **Janusz Mackiewicz** - wspaniali trójmiejscy jazzmani.

Odbędzie się również loteria sponsorowana przez markę **Silk Epoque**.

DATA: 8.12.2018 **GODZINA:** 19:00

DR ANDRZEJ NOWIK

ŻYLAKI TO PROBLEM SPOŁECZNY

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ

W Polsce aż 10 mln osób, w tym 7,5 mln kobiet ma żylaki. Każdego roku do internistów zgłasza się około 200 tysięcy pacjentów skarżących się na tę dolegliwość nóg. Ale tylko 40 proc. z nich decyduje się na leczenie. Tymczasem ignorowanie choroby, może grozić poważnymi konsekwencjami. O tym, jak leczyć żylaki i czym grozi zignorowanie problemu, rozmawiamy z dr Andrzejem Nowikiem z gdyńskiej kliniki specjalistycznej Wound Medica.



Czym są żylaki, jak możemy je rozpoznać ?
Żylaki kończyn dolnych są poszerzonymi, niewydolnymi żyłami, w których zalega krew, która wraca do serca po odżywieniu tkanek kończyn dolnych. O żylakach możemy mówić wówczas, gdy są one na tyle duże, że deformują swym rozmiarem i objętością skórę. Niemniej jednak, powstania żylaków kończyn dolnych możemy uniknąć, dostatecznie wcześn ie diagnozując przyczyny przewlekłej niewydolności żylnej wykonując badanie USG w technice Dopplera.

Jakie są główne objawy żylaków?
Większość chorych zgłasza się z nieswoistymi dolegliwościami kończyn dolnych o charakterze ciężkości kończyn, uczuciu „ołowianych, betonowych nóg", ale często bywa tak, iż chorzy przychodzą do gabinetu głównie z powodu nieestetycznego wyglądu kończyn. Nie czekajmy aż żylaki będą na tyle duże, że uznamy je za szpecące, nie lekceważmy objawów takich jak dyskomfort czy obrzęki po całodniowej wyczerpującej pracy.

Mówi się, że żylaki kończyn dolnych, to już choroba społeczna. Jaka jest skala problemu i skąd się on bierze?
To zdecydowanie niedoceniany problem kliniczny, ale także właśnie społeczny. Na przewlekłą niewydolność żylną cierpi ponad 60% Polek, panów choruje tylko kilka procent mniej. Nie wszyscy z nich mają żylaki, ale 20-30% cierpi z ich powodu. Ważny jest jednak inny aspekt, mianowicie z tej dużej grupy chorych dotkniętych przewlekłą niewydolnością żylną około 2-3% zapada na najpoważniejsze powikłanie, czyli niegojące się owrzodzenie żylne. I trzeba to jasno powiedzieć, iż nieleczona choroba i nieleczone żylaki jako jej objaw, mogą prowadzić do bardzo poważnych zaburzeń i poważnego kalectwa.

Kto najczęściej choruje na żylaki kończyn dolnych i jakie są ich postacie?
Zdecydowanie częściej chorują kobiety, ale trzeba powiedzieć, iż dotyczy to wszystkich postaci przewlekłej niewydolności żylnej. Choroba ta rozpoczyna się od już wspomnianych objawów ciężkości kończyn, poprzez pojawiające się na skórze „pajączki" naczyniowe i poszerzone naczynia żylne. Kolejną fazą są właśnie żylaki, które poprzez fakt gromadzenia krwi w tkance podskórnej powodują z kolei powstawanie obrzęku, który jest także dolegliwy i zauważalny. Następnym etapem jest zmiana koloru skóry w regionie objętym zmianami, najczęściej w dolnych częściach goleni, w okolicy kostek. Ta zmiana koloru i napięcia skóry świadczy o jej uszkodzeniu i stanowi zagrożenie powstania owrzodzenia, które jest bardzo trudne do wygojenia.

Jakie są czynniki sprzyjające chorobie żylakowej? Tryb życia, geny?
To dobre pytanie. Przyczynę stanowi swoista mieszanina czynników środowiskowych i genetycznych. Cecha wiotkości i słabości naczyń żylnych przekazywana jest nam przez nasze mamy, ale zwiększamy ryzyko prowadząc siedzący tryb życia, nadwaga i brak ruchu będą także zwiększały ryzyko pojawienia się objawów.

Kiedy powinniśmy zgłosić się do lekarza ?
Nie powinniśmy lekceważyć objawów ciężkości kończyn pojawiającej się pod koniec dnia. Obrzęki powinny być sygnałem, iż może dziać się coś złego. Obecność żylaków na skórze jest objawem, z którym należy jak najszybciej udać się do lekarza, gdyż nie są to już objawy subiektywne. Nie należy czekać aż choroba przejdzie do następnego stadium.

Czy w leczeniu żylaków i innych schorzeń układu żylnego wprowadza się nowoczesne metody diagnostyczne i jak to wpływa na przebieg i wyniki leczenia?

Ostatnie 10-15 lat to w Polsce swoista rewolucja w leczeniu żylaków i przewlekłej niewydolności żylnej. W szczególności uzyskaliśmy dostęp do leczenia metodami małoinwazyjnymi. To co kiedyś wymagało znieczulenia na bloku operacyjnym i leżenia w szpitalu dziś można wykonać w gabinecie zabiegowym. Jeśli zaś chodzi o wyniki to rzeczywista rewolucja; skuteczność metod małoinwazyjnych sięga według badań od 96% do 99% w porównaniu do 20-30 procentowej skuteczności metod klasycznych.





Jak leczymy żylaki, zarówno te zaawansowane, jak i te w stadium początkowym?
Niewielkie zmiany, ograniczone jedynie do niewydolnych bocznic żył głównych możemy leczyć techniką skleroterapii, czyli zamykania żylaków za pomocą leku, który podany w formie płynnej bądź piany doprowadza do zwłóknienia i zamknięcia żylaków. Jednak gdy niewydolne są główne z żył, to tu potrzebne są metody zbliżone do operacyjnych, tj. wewnątrznaczyniowe zamykanie żył za pomocą lasera, fal radiowych, czy kleju tkankowego.

Czy żylaki można wyleczyć całkowicie?
I tak, i nie. Trzeba pamiętać, iż jest to choroba przewlekła i nigdy nie wyleczymy jej całkowicie, podobnie jest w przypadku próchnicy zębów. Dbając jednak o siebie, nie lekceważąc objawów, badając się regularnie i lecząc możemy skutecznie zapobiegać wystąpieniu i uniknąć groźnych skutków choroby.

Wiele osób, które leczą żylaki i inne zmiany naczyniowe skarży się, że w miejscu objętym leczeniem problem został wyeliminowany, ale też po leczeniu zauważają nowe i mocniejsze ogniska chorobowe, tak jakby choroba wracała ze zdwojoną siłą. Z czego to wynika i czy jest to częste zjawisko?
Dzieje się tak ponieważ, jak już wspomniałem jest to choroba przewlekła, wczesne nawroty pojawiają się na skutek zmiany rozkładu ciśnień krwi po zamknięciu niektórych żył. Należy wówczas uzupełnić leczenie kolejnym zabiegiem, zawsze jednak zaczynamy leczenie od przyczyny, to pozwala mieć pewność, iż nawroty będą występowały rzadziej.

Do czego może doprowadzić zignorowanie choroby?
W naszym kraju zmagamy się z potężnym problemem chorych cierpiących z powodu niegojącego się owrzodzenia. Za powstanie 75% tych ran odpowiada właśnie przewlekła niewydolność żylna i nieleczone żylaki kończyn dolnych.

Wiadomo, że w kwestiach zdrowotnych najlepszym lekarstwem jest profilaktyka. Lepiej zapobiegać, niż leczyć. Jak zatem powinna wyglądać profilaktyka w kontekście żylaków?
Zdrowy tryb życia, dużo ruchu, badania profilaktyczne, konsultacja z lekarzem połączona z badaniem USG dopplerowskiego, no i oczywiście kompresjo terapia. To podstawowa metoda zapobiegania wystąpieniu, a także nawrotom skutków przewlekłej niewydolności żylnej. Stosowanie tej metody, która wspomaga odpływ krwi żylnej z kończyn to niekwestionowany lider profilaktyki żylaków.

Choroby naczyń to również duże wyzwanie dla medycyny, szczególnie w Polsce. Mówi się, że chory naczyniowy to zawsze pacjent najwyższego ryzyka... Dlaczego?
Może ze względu na tu, iż w Polsce nadal kuleje opieka na tymi chorymi. Zgłaszają się do lekarza zbyt późno, już z objawami niedokrwienia kończyn, czy też owrzodzenia w przypadku przewlekłej niewydolności żylnej. Zbyt długa diagnostyka i późne postawienie rozpoznania sprawia, że na skuteczne leczenie jest już często za późno. Stąd też niechlubny rekord w częstości wykonywanych amputacji kończyn dolnych na tle innych krajów UE. Przez ostatnie 29 lat wykonaliśmy duży skok w leczeniu tych chorych, ale nadal ten aspekt pozostaje dużym wyzwaniem dla nas lekarzy, jak i dla polityków, czyli architektów publicznego systemu ochrony zdrowia.

W Wound Medica leczycie również pacjentów z zespołem stopy cukrzycowej i ranami pożylakowymi, będącymi wynikiem żylnej choroby zakrzepowo-zatorowej. To rany przewlekłe. Jak się je leczy?
Owrzodzenia żylne, jak i te spowodowane przez źle leczoną cukrzycę dotykają bardzo ciężko chorych ludzi. Wymagają oni holistycznego, całościowego podejścia do swojej choroby. W Wound Medica możemy zaproponować wielospecjalistyczne podejście do problemu pamiętając, iż rana jest tylko skutkiem choroby, a nie jej przyczyną. To o czym często się zapomina, iż leczymy zawsze chorego człowieka, a nie samą ranę. Samo leczenie miejscowe, choćby z zastosowaniem najnowszych zdobyczy biotechnologii i nowoczesnych opatrunków nie przyniesie sukcesu terapeutycznego, na który tak bardzo czekają nasi pacjenci.

WOUND MEDICA
Gdynia, ul. Bema 16/2. Tel: 539 220 044

OPERACJA PLASTYCZNA PIERSI FAKTY I MITY

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA

Operacje plastyczne przestały być tematem tabu. Coraz więcej osób decyduje się na pomoc medycyny estetycznej i wyraźnie o tym mówi. Zanim jednak podejmiemy decyzję, warto zapoznać się z faktami i obalić mity. W tym miesiącu, dr Marek Muraszko-Kuźma, chirurg plastyk z sopockiego gabinetu Medissima, potwierdza fakty i rozwiewa mity na temat operacji plastycznych piersi.





dr Marek Muraszko-Kuźma

FAKT: IMPLANTY MOGĄ SIĘ NIE PRZYJĄĆ
To prawda, ale prawdopodobieństwo jest bardzo niewielkie, a odsetek nietolerancji implantów jest naprawdę znikomy. Najczęstsze problemy wynikają z faktu, że pacjentki nie przestrzegają zaleceń chirurga po operacji.

MIT: DOJRZAŁE KOBIETY NIE POWINNY PODDAWAĆ SIĘ OPERACJI POWIĘKSZANIA PIERSI
O ile dolna granica wieku jest ściśle sprecyzowana – jest to 18 lat - o tyle górna nie istnieje. Jedynym kryterium jest tutaj ogólny stan zdrowia, który wcześniej dokładnie analizowany jest przez lekarza. Tym sposobem nawet kobieta po 60 roku życia nie jest dyskwalifikowana w przywróceniu swym piersiom wymarzonego wyglądu.

MIT: IMPLANT PIERSI MOŻNA WYBRAĆ DOWOLNIE
Wybór implantu to wypadkowa uwarunkowań anatomicznych pacjentki, bezpieczeństwa zabiegu oraz estetyki efektu końcowego. Przy wyborze implantu uwzględnić należy budowę klatki piersiowej, ilość tkanki tłuszczowej, elastyczność skóry czy planowany efekt wizualny. Najlepszy efekt wykorzystuje się przy powiększeniu o 2 lub 3 rozmiary. Można spotkać się z odmową ze strony lekarza, gdy oczekiwania są zbyt wygórowane.

MIT: ZAWSZE WIDAĆ, ŻE KOBIETA MA IMPLANTY
Jeśli do powiększenia piersi użyte zostaną implanty właściwie dobrane do warunków anatomicznych pacjentki (nie za duże), to wynik takiej operacji jest bardzo naturalny i często niemożliwy do odróżnienia od wyglądu normalnych piersi. Sztuczne piersi mogą wyglądać nienaturalnie, gdy ich rozmiar jest ekstremalnie duży lub kiedy wybierzemy zbyt wysoki profil - piersi będą wówczas po prostu zbyt odstawać i nienaturalnie sterczeć.

FAKT: ZDARZA SIĘ, ŻE IMPLANTY PĘKAJĄ
Jest to tylko twór człowieka, w którym zawsze mogą wystąpić jakieś błędy. Jednak zdarza się to niezwykle rzadko. Pierwszym objawem jest spadek jędrności piersi, a potem deformacja kształtu i wielkości. Leczeniem jest wymiana protezy. Renomowane firmy produkujące protezy dają na swoje produkty dożywotnią gwarancję.

FAKT: I MIT: MAJĄC IMPLANTY PIERSI NIE MOŻNA SPAĆ NA BRZUCHU I CHODZIĆ BEZ STANIKA
Wskazanie to dotyczy tylko okresu rekonwalescencji, czyli pierwszych 12 tygodni po zabiegu. Przy czym należy zaznaczyć, że zarówno w przypadku kobiet, które miały włożone implanty, jak i tych z naturalnie dużym biustem – noszenie stanika sprzyja zachowaniu dobrej kondycji biustu.

MIT: IMPLANTY STWARZAJĄ ZAGROŻENIE PODCZAS KARMIENIA PIERSIĄ
Zazwyczaj lekarze zalecają poddanie się operacji dopiero po urodzeniu dziecka, ale nie jest to konieczność. Chodzi tu o estetykę, ponieważ po urodzeniu dziecka biust, sylwetka zwykle ulegają zmianie. Implant nie wpływa w żadnej sposób na skład mleka matki i na zawarte w nim związki. Nowoczesne metody umieszczania implantów nie naruszają gruczołów mlekowych. Może zdarzyć się jednak, że gruczoł z implantem może nie podjąć się produkcji mleka (laktacji).

MIT: DECYDUJĄC SIĘ NA ZABIEG TRZEBA RZUCIĆ PALENIE
Rzucenie palenia nie jest bezwzględnym wskazaniem medycznym, ale zmniejsza ryzyko powikłań po zabiegu. Palenie papierosów ma negatywny wpływ na proces gojenia się ran. Oznacza to, że u palaczy proces gojenia może przebiegać dłużej, niż u osób niepalących.

FAKT: ISTNIEJE OPCJA POWIĘKSZENIA PIERSI BEZ UŻYCIA IMPLANTÓW
Istnieje zabieg powiększania biustu własną tkanką tłuszczową, która jest pobierana z podbrzusza lub pośladków. Wypełnienie takie zalecane jest raczej do uzupełnienia tkanki po założeniu implantu niż do pierwotnego uzupełniania piersi bez użycia implantu. Obecnie nie stosuje się wypełnienia kwasem hialuronowym, gdyż w obrazie radiologicznym może sugerować on zmianę nowotworową. Nie wolno stosować wszelkich innych preparatów „powiększających piersi". Mogą one spowodować nieodwracalne zmiany zarówno skóry, jak i gruczołu piersiowego.

MEDISSIMA
Sopot ul. Armii Krajowej 72/3, Tel: 733 310 080, www.medissima.pl





WOUND MEDICA
LECZYMY RANY

Specjalistyczne Centrum Kompleksowego Leczenia Ran Przewlekłych i Zespołu Stopy Cukrzycowej Wound Medica dysponuje trzema nowoczesnymi, świetnie wyposażonymi gabinetami zabiegowymi. Stosujemy nowoczene metody leczenia sięgając wyłącznie po produkty sprawdzonych, renomowanych marek medycznych.

Gdynia, Generała Józefa Bema 16/2
539 220 044
rejestracja@wound-medica.pl
www.wound-medica.pl



NOWOCZESNE ZABIEGI ANTI-AGING

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEŃ **/FOTO:** TOMASZ KUREK

Na czym polega współczesna medycyna przeciwstarzeniowa? Czym są zabiegi Hi-Tech i jakie dają efekty? Jak zadbać o skórę zimą i dlaczego to właśnie ta pora roku sprzyja najbardziej zabiegom kosmetologicznym i tym z zakresu medycyny estetycznej. Na te m.in. pytania odpowiada kosmetolog Natalia Suchocka, współwłaścicielka Veoli Clinic w Gdyni.

Czym wyróżnia się Veoli Clinic na trójmiejskiej mapie urodowej?
Veoli Clinic to nowoczesny i wyjątkowy gabinet medycyny estetycznej. Oferta zabiegów uwzględnia najnowsze światowe osiągnięcia i trendy z dziedziny medycyny i chirurgii estetycznej. Doskonale wykwalifikowany, wyróżniający się wieloletnim doświadczeniem, zespół lekarzy i kosmetologów, zapewnia pacjentom naszej kliniki kompleksową paletę zabiegów z zakresu medycyny estetycznej, laseroterapii oraz wszelkich najnowszych zabiegów anti-aging. Proponujemy naszym pacjentom najskuteczniejsze metody zwalczania oznak starzenia się skóry oraz terapii innych dokuczliwych schorzeń skóry. Zespół specjalistów naszej kliniki proponuje najwyższy standard zabiegów, miłą atmosferę, dyskrecję, a tym samym pełne zaspokojenie oczekiwań pacjentów. Podczas zabiegów używamy wyłącznie preparatów renomowanych firm oraz nowoczesne urządzenia, gwarantujące spektakularne efekty. W Veoli Clinic oferujemy również zabiegi z zakresu chirurgii plastycznej, takie jak: korekta powiek, korekta nosa, czy usuwanie zmian skórnych. W tym przypadku polegamy na wieloletnim doświadczeniu jednego z najbardziej znanych lekarzy w Trójmieście, którym jest Dr Mikołaj Pernak.

Mówi Pani, że oferta Veoli Clinic uwzględnia najnowocześniejsze światowe trendy w dziedzinie dermatologii, medycyny estetycznej i chirurgii estetycznej. Jakie to trendy?
Te trendy to bezpieczeństwo zabiegów i maksymalna ich efektywność. Przykładem mogą być zabiegi laserem Pixel. Terapia ta jest znakomitym rozwiązaniem dla pacjentów oczekujących błyskawicznego i nieinwazyjnego sposobu na poprawę kondycji skóry. Zabieg rekomendowany jest dla osób chcących odświeżyć skórę i pozbyć się drobnych niedoskonałości: niewielkie blizny, drobne zmarszczki, rozstępy oraz przebarwienia. Innym przykładem jest metoda Aptos, czyli grupa procedur liftingujących i stymulujących skórę z zastosowaniem nici z polikaprolaktonu i kwasu polimlekowego. Nici Aptos nazywane są rewolucyjnym wynalazkiem, który mało inwazyjne zabiegi odmładzania czyni jeszcze bardziej skutecznymi i niemal bezbolesnymi.

Nici Aptos to niechirurgiczny lifting twarzy?
Dokładnie. Warto przy tym podkreślić, że jest to metoda służąca nie tylko do niwelowania oznak starzenia u osób w wieku średnim lub starszym, ale również u młodszych pacjentek, które chcą poprawić wygląd kości policzkowych lub zmienić kształt łuków brwiowych. Szeroka gama nici pozwala na zastosowanie ich zarówno do korekcji owalu twarzy, defektów podbródka czy innych obszarów ciała, jak i do stymulacji delikatnej skóry dolnej powieki. Pierwsze rezultaty zabiegu z wykorzystaniem nici liftingujących Aptos zauważalne są praktycznie natychmiast. Objawiają się one zdecydowanym zwiększeniem napięcia skóry. Na ostateczny efekt trzeba poczekać do sześciu tygodni.

Znakiem rozpoznawczym Veoli Clinic jest medycyna przeciwstarzeniowa. Na czym ona polega?
Pierwszym etapem w medycynie anti-aging jest diagnostyka. Diagnostyka rozpoczyna się od długiej rozmowy z lekarzem, który ma możliwość zebrania bardzo szczegółowego wywiadu dotyczącego m. in. stanu zdrowia,

niepokojących objawów, aktualnych chorób i ich leczenia, chorób i stosowanych leków w przeszłości, diety, aktywności fizycznej, używek i suplementów. Dużą uwagę poświęca się rodzinie pacjenta, chorobom występującym u jego bliskich w celu weryfikacji obciążenia genetycznego. Po zakończeniu rozmowy z pacjentem i wyczerpaniu wszystkich tematów mających znaczenie w ukierunkowaniu dalszej diagnostyki pacjent jest badany internistycznie w celu stwierdzenia nieprawidłowości, które też w trakcie dalszej diagnostyki muszą być szczegółowo wyjaśnione. Po rozmowie i badaniach pacjenta, lekarz zaleca badania laboratoryjne. Medycyna przeciwstarzeniowa łączy wiedzę z różnych dziedzin nauk medycznych, aby zapewnić pacjentom możliwie długie, komfortowe i wolne od chorób życie, dlatego w klinice gwarantujemy wsparcie ze strony różnych specjalistów. W Veoli Clinic zapraszamy na konsultacje z medycyny przeciwstarzeniowej do dr Anny Płatkowskiej-Szczerek.



W Veoli Clinic nie brakuje też tak zwanych zabiegów Hi-Tech. Co kryje się pod tą nazwą?
Nowoczesne zabiegi hi-tech wykorzystują najnowsze technologie w służbie piękna. Wszystkie kuracje przeprowadzane są za pomocą urządzeń najnowszej generacji, co pozwala na uzyskanie spektakularnych efektów. Kosmetologia high tech jest doskonałą alternatywą dla tradycyjnych operacji – nie pozostawia blizn, powstrzymuje procesy starzenia i przywraca młody wygląd. Daje spektakularne efekty w krótkim czasie.





Jakie zabiegi Hi-Tech oferujecie pacjentom?
Oferujemy serię różnorodnych zabiegów z wykorzystaniem urządzenia Harmony XL Pro. Urządzenie to jest jednym z najnowszych osiągnięć technologicznych w dziedzinie laseroterapii. Umożliwia dostęp do wielorakich technologii na jednej multifunkcyjnej platformie. Harmony XL Pro obsługuje nie tylko różne typy laserów, ale również inne źródła światła, w tym IPL, UV, LED, podczerwień, a dodatkowo także ultradźwięki. To uniwersalne i bardzo wygodne rozwiązanie pozwala leczyć równocześnie różne schorzenia skóry. Harmony XL Pro pozwala osiągnąć spektakularne efekty w terapii konkretnych defektów estetycznych, takich jak blizny czy przebarwienia, gwarantuje także kompleksową rewitalizację skóry, usuwa zmiany pigmentacyjne, zamyka popękane naczynka, zarówno na twarzy, jak i na ciele. W naszej klinice dostępne są również zabiegi GeneO®+. To przełomowa technologia, która oferuje kompletną pielęgnację, rewitalizację oraz naturalne dotlenienie skóry od wewnątrz. GeneO®+ zapewnia uzyskanie jednocześnie 3 efektów pielęgnacyjnych: dotlenienie, złuszczanie i wchłanianie. Nie mogę też nie wspomnieć o kriolipolizie CoolTech. To skuteczna, bezinwazyjna procedura modelowania sylwetki poprzez kontrolowane, selektywne mrożenie komórek tłuszczowych.

Zbliża się zima. Co grozi naszej skórze o tej porze roku i jak możemy o nią zadbać w Veoli Clinic?
Niskie temperatury i mniejsze promieniowanie słoneczne sprawiają, że zimą warto zdecydować się na profesjonalne zabiegi w klinice. Mezoterapia, czy fotoodmładzanie to zabiegi, które najlepiej jest wykonywać właśnie o tej porze roku. Dzięki mniejszej ekspozycji na promieniowanie słoneczne UVA i UVB, ryzyko powstania przebarwień po zabiegach medycyny estetycznej jest dużo mniejsze. Zimą rany lepiej się goją, ewentualne obrzęki są mniejsze, a organizm szybciej dochodzi do formy. Dlatego ta pora roku to najlepszy czas na kurację złuszczającą po intensywnej ekspozycji na słońce latem. W okresie zimowym najlepiej wykonywać peelingi chemiczne, które pozwalają szybko usunąć np. blizny po trądziku, przebarwienia, czy drobne zmarszczki. Jeżeli klient woli peeling mechaniczny, polecamy mikrodermabrazje. Zabieg wygładza i regeneruje skórę, poprawia jej elastyczność i koloryt.

Projekt wnętrza:
MOOD WORKS | Karina Snuszka | Dorota Kuć

Zdjęcia:
Tomasz Kurek

NOWO OTWARTA KLINIKA VEOLI CLINIC

Gdynia, ul. Świętojańska 43 (Baltiq Plaza). Tel: 723 270 270 www.veoliclinic.pl

veoli CLINIC

KUCHNIA SZEFA KUCHNI

MICHAŁ ZAWIERZENIEC – HOTEL HAFFNER

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

Twierdzi, że za każdym razem na talerzu zostawia cząstkę siebie – swojej kulinarnej pasji, zdobywanej latami wiedzy i doświadczenia będącego wynikiem ciekawości kulinarnego świata. Michał Zawierzeniec, szef kuchni hotelu Haffner, każdą wolną chwilę spędza na Kaszubach szukając inspiracji płynących z natury i lokalnych produktów.

Gdzie zdobywał Pan doświadczenie i skąd czerpie Pan inspiracje?
Po ukończeniu szkoły gastronomicznej, pracowałem w kilku restauracjach, aż 14 lat temu trafiłem do hotelu Haffner. Swoje doświadczenie zdobywałem ciężką pracą od najniższego szczebla. Jestem typem samouka. Lubię się uczyć, doskonalić swoją technikę, dlatego brałem udział w konkursach kulinarnych. Jeździłem na staże do renomowanych restauracji w Polsce, jak również za granicę, gdzie miałem okazję przyglądać się warsztatowi pracy niemieckich i islandzkich szefów kuchni. Największe doświadczenie zdobyłem jednak pracując w Hotelu Haffner, kiedy trzeba było przygotować uroczystości na 800, a nawet na 1000 osób. Jest to wyzwanie logistyczne, a przede wszystkim sprawdzian naszych umiejętności i wyczucia smaku. Dziś, kiedy objąłem stanowisko szefa kuchni mogę powiedzieć śmiało, że mam fantastyczną załogę i znam „swoją kuchnię" od podszewki. Inspirujemy się nawzajem wymyślając nowe połączenia smaków. Tak naprawdę inspiruje mnie wszystko to, co mnie otacza. Uwielbiam naturę, świeże produkty, które zmieniają się wraz z porami roku.

Ulubione smaki z dzieciństwa i czy smaki te wprowadza Pan do menu restauracji?
Kiedy myślę o smaku, który przypomina mi dzieciństwo, to jest to jagoda. Kiedy byłem dzieckiem, bardzo często z mamą i babcią zbierałem je w lesie. Smak jagody prosto z krzaka jest nie do podrobienia, a połączona ze śmietaną kremówką, którą robiła moja babcia, to po prostu poezja. Smaki dzieciństwa to na pewno też zupa pomidorowa w wykonaniu mamy i jej wigilijne pierogi z kapustą i grzybami oraz kurczak z pieczarkami babci. Muszę tu wspomnieć jeszcze o słynnym miodzie mojego dziadka Aleksandra, który miał swoją pasiekę oraz o baraninie duszonej z kaszą, którą robiła moja mama. Staram się w karcie mieć jedną pozycję z jagnięciny. Baranina nie każdemu smakuje ze względu na swój intensywny smak i zapach. Ja jednak kojarzę ją z domem rodzinnym i staram się zarazić miłością do niej również te osoby, które wcześniej za nią nie przepadały, przygotowując dania w nowej bardziej przystępnej formie.



Jakie dania najbardziej poruszają zmysły w Pana kuchni? Może ma Pan jakieś ulubione, a może macie w menu coś bardzo oryginalnego?
Ostatnio zaintrygowały mnie tatary rybne, mięsne, warzywne, w połączeniu z różnymi dodatkami, na przykład majonezami smakowo-truflowymi, piklowanymi opieńkami i wędzonym, podsuszonym żółtkiem. Pyszny jest też tatar wołowy z kawiorem łososiowym i majonezem koperkowym. W karcie mamy jeszcze tatar z awokado i pomidora z majonezem truflowym. Polecam wszystkim, którzy nie jedzą mięsa.

Kuchnia restauracji Hotelu Haffner to zarówno smaki śródziemnomorskie, jak i te tradycyjne, polskie. Ulubione dania kuchni śródziemnomorskiej i polskiej?
Hotel Haffner słynie z doskonałej kuchni. W menu można znaleźć m.in. dania kuchni śródziemnomorskiej i tradycyjne polskie potrawy w nowoczesnej odsłonie. Mam ogromną słabość do tatarów i dobrze przyrządzonej wołowiny. Jeśli chodzi o kuchnię śródziemnomorską, to na pewno muszę wymienić tu paella, carpaccio wołowe i rybne, pizzę oraz owoce morza i świeże ryby. Mogę zdradzić, że wkrótce w naszej restauracji nastąpią zmiany, dzięki którym szerzej będę mógł pokazać dania, które mocno kojarzą się z morzem.

Dzisiaj modne jest łączenie z pozoru niepasujących do siebie smaków. Jakie oryginalne połączenia Pan poleca?
Jak już wcześniej wspomniałem, tatar wołowy z kawiorem łososiowym, ostatnio jadłem też śledzia z praliną z białej czekolady, w której był zamknięty sok jabłkowy - super smak, a wydawałoby się, że biała czekolada ze śledziem słabo gra. Zaskoczenie było bardzo pozytywne.

Jesień już na dobre się zadomowiła za oknem. Jakie zatem jesienne potrawy, smaki by Pan polecił?
Polecam makaron papardelle z borowikami oraz capucciono z podgrzybków. Uczestniczymy w projekcie gęsina na Świętego Marcina, więc zapraszamy na gęsinę w różnym wydaniu. Na przystawkę suszoną pierś z gęsi oraz rillettes z gęsiej nogi i pasztet z gęsiny, gęsie żołądki w bulionie drobiowo wołowym i konfitowane udko z gęsi z musem z modrej kapusty i ziemniakami Boulangere.

Jakie danie by Pan przygotował, gdyby miał Pan na nie tylko 10 minut?
Ostatnio zrobiłem sałatkę z pomidorków koktajlowych (oczywiście bez skóry), mozzarelli, z prażonym słonecznikiem, awokado i przyprawiłem ją oliwą truflową. Aby uzyskać słodko-kwaśny smak, dodałem ocet balsamiczny i miód lawendowy, który dodał delikatnie wyczuwalną nutę lawendy. Żona zachwalała (śmiech).

Co by Pan zrobił gdyby do dyspozycji miał Pan tylko 5 składników: np. ośmiorniczki, dynię, podgrzybki, jajko i ser wędzony?
Niezły miks, ale jeśli miałbym z tego coś zrobić, to byłaby to terrina z ośmiorniczek z marynowaną dynią, tartym suszonym żółtkiem, podana z salsą z piklowanych podgrzybków i wędzonego sera.

HAFFNER







Kolacja sylwestrowa z Hotelem Haffner

W sylwestrowy wieczór zapraszamy Państwa
na kameralną kolację do Hotelu Haffner!

kieliszek Prosecco na powitanie / wykwintne 5-daniowe menu z napojami
przy akompaniamencie pianina

Data: 31.12.2018
Godz. 18:00
Cena: 199 zł / osoba dorosła



Po kolacji zapraszamy do hotelowego pubu:

- muzyka taneczna
- parkiet
- wystrzałowe drinki



Rezerwacje:
tel. +48 58 550 98 50
e-mail: restauracja@hotelhaffner.pl

Hotel Haffner ****
Haffnera 59, 81-715 Sopot
www.hotelhaffner.pl

FEDDE
RESTAURACJA & BISTRO



RAVIOLO ZE SZPINAKIEM I ŻÓŁTKIEM

JACEK FEDDE – FEDDE BISTRO

Składniki:
Ciasto na raviolo: mąka semolina De Cecco 635 g, jajka L 4 szt., sól 4 g,, oliwa z oliwek 20 g, żółtka 45 g.

Farsz szpinak ricotta: szpinak 330 g, ricotta 100 g, cebula 65 g, czosnek 3 g, gałka muszkatołowa 0,1 g, sól i pieprz do smaku

Przygotowanie farszu:
Szpinak pokroić. Cebulę pokroić w kostkę i zeszklić na maśle. Do cebuli dodać szpinak i dalej przesmażać. Przesmażony szpinak doprawić tartą gałką muszkatołową, solą i pieprzem. Przygotowany i wystudzony szpinak wymieszać z ricottą.

Formowanie raviolo:
Rozwałkować ciasto, nałożyć farsz i zrobić wgłębienie, w którym należy umieścić żółtko jajka. Przykryć farsz drugim płatem ciasta i z foremki uformować raviolo. Dobrze skleić boki ciasta, wrzucić na wrzątek na 2min. Posypać tartym parmezanem i pietruszką.

GOLDEN TULIP
GDAŃSK RESIDENCE



PIPKI GĘSIE Z DROŻDŻÓWKĄ KASZUBSKĄ

GOLDEN TULIP

Składniki dla:
0.5 kg mąki pszennej, 0,2 kg rozpuszczonego masła, 5 żółtek, 2 jaja, 1 płaska łyżeczka soli, ½ szklanki mleka, 2 łyżki cukru, 100 g rodzynek, ½ kostki drożdży, 1 kg żołądki gęsie, 0,3 kg marchwi, 0,2 kg pietruszki korzeń, 0,4 kg cebula, 1 por, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, majeranek, 0,5 l śmietana słodka

Przygotowanie:
Z mleka, drożdży i cukru oraz 2 łyżek mąki przygotowujemy zaczyn i odstawiamy do podwojenia objętości. Dodajemy mąkę oraz jaja i żółtka i wyrabiamy. Dodajemy po trochu masło i wyrabiamy dalej kilkukrotnie powtarzając czynność. Na koniec dodajemy rodzynki. Ciasto przekładamy do wysmarowanej masłem keksówki i pozostawiamy do wyrośnięcia. Pieczemy w temperaturze 180 stopni około 30 – 40 min.

Żołądki wstawiamy tak jak na rosół z warzywami i przyprawami i gotujemy do miękkości. Sos - 1 cebulę kroimy w drobną kostkę i rumienimy na maśle, dodajemy 4 ząbki czosnku pokrojone drobno. Po zeszkleniu podlewamy bulionem z gotowania żołądków i dodajemy śmietanę. Doprawiamy do smaku solą pieprzem i majerankiem. Kromkę drożdżówki opiekamy w tosterze. Ugotowane żołądki i warzywa układamy na sosie, obok drożdżówkę.

Fot. Karol Kacperski

WOZOWNIA
GDAŃSKA



GĘSIE UDO CONFIT Z MODRĄ KAPUSTĄ, GRYCZANYMI FAWORKAMI I SOSEM KAWOWYM

AGNIESZKA CIESIUN
RESTAURACJA WOZOWNIA

Składniki:
Udo gęsie 1 szt., czosnek 2 ząbki, tymianek 5 gałązek, tłuszcz gęsi 500 ml, sól, pieprz.
Modra kapusta: czerwona kapusta 1 szt., masło 1 łyżka, wiśnie 200 g, miód 200 g, czerwone wino 500 ml, ocet jabłkowy 100 ml, sok z pomarańczy 200 ml, anyż, goździki, cynamon, jałowiec po 2 szt., skórka z pomarańczy 2 łyżki, sól, pieprz.
Sos kawowy: demi glace 1 łyżka, espresso 2 shoty, gorzka czekolada 2-3 kostki, bulion drobiowy 200 ml.
Gryczane faworki: mąka pszenna i gryczana po 200 g, jajo 1 szt., żółtka 5 szt., kwaśna śmietana 80-100 ml, cukier puder 1 łyżka, spirytus 1 łyżka, proszek do pieczenia 1 łyżeczka, sól szczypta, tłuszcz gęsi 500 ml.

Przygotowanie:
Udo gęsie przyprawiamy solą, pieprzem, czosnkiem, tymiankiem i marynujemy przez 24 h, po tym czasie konfitujemy w gęsim tłuszczu w temp. 130 stopni 3,5 h. Miód, czerwone wino, sok i ocet wlewamy do garnka, dodajemy przyprawy i skórkę z pomarańczy, redukujemy do zmniejszenia objętości o połowę, dodajemy kapustę przesmażoną na maśle oraz wiśnie, dusimy 15 min, doprawiamy solą i pieprzem. Do gorącego bulionu dodajemy espresso, demi glace, redukujemy do uzyskania odpowiedniej gęstości, na koniec wkręcamy czekoladę, dodajemy sól do smaku. Ciasto na faworki zagniatamy, chłodzimy, wycinamy kształt i smażymy w średnio rozgrzanym gęsim tłuszczu. Do dekoracji dynia z octu z przyprawami korzennymi.

Fot. Karol Kacperski





WHITE MARLIN

restaurant & lounge







Zapraszamy do skorzystania z oferty w wyjątkowym miejscu z niepowtarzalną atmosferą i kuchnią, w przepięknym otoczeniu. Organizujemy imprezy okolicznościowe i firmowe. Niezwykły klimat restauracji idealnie komponuje się ze zbliżającym okresem wigilijnym. Z nami koordynacja wydarzenia będzie na najwyższym poziomie. Dzięki ogromnej kreatywności każda impreza będzie unikatowa. Nasi eksperci chętnie Ci doradzą, a Twoi goście będą oczarowani.

WHITE MARLIN
restaurant & lounge

Al. Wojska Polskiego 1
81-769 Sopot
+48 58 58 58 686
restauracja@whitemarlin.pl

Prestiżowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ



LAO CHE

Lao Che wystąpi w Starym Manežu z nową płytą "Wiedza o Społeczeństwie". Utwory nawiązują do ludzkich perypetii, ich słabości, obaw, wątpliwości, uczuć, spostrzeżeń, a także marzeń ukazanych z perspektywy człowieka, Polaka, ziemianina. Zespół sięga do brzmień kojarzonych z muzyką rozrywkową lat osiemdziesiątych, jednak podanych w charakterystyczny dla niego przetworzony sposób, nawiązujący do wielu gatunków muzycznych. Za produkcję płyty ponownie odpowiada Piotr "Emade" Waglewski oraz Filip "Wieża" Różański. Do zespołu dołączył nowy muzyk - Karol Gola, znany między innymi z zespołów Pink Freud czy Jazzombie.

Gdańsk, Stary Manež, 24 listopada godz. 20:00



AGA ZARYAN

Utalentowana polska wokalistka jazzowa, zaprezentuje w Teatrze Szekspirowskim materiał ze swojej najnowszej płyty High & Low. Światowe uznanie artystka zawdzięcza wyjątkowemu stylowi z charakterystyczną lekkością frazowania i ciepłym matowym tonem głosu. Oprócz autorskich utworów, pojawiają się także interpretacje Paula Simona czy Stevie'go Wondera. Muzykę do najnowszego albumu artystki skomponowali wybitni jazzmani: David Doružka, Dariusz Oleszkiewicz, Michał Tokaj oraz Marcin Wasilewski. Koncerty artystki to prawdziwa uczta dla ucha i ducha – nie tylko dla fanów jazzu!

Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski, 25 listopada godz. 19:00

PRESTIŻ PATRONUJE



QUEEN SYMFONICZNIE

Queen Symfonicznie wystąpi dwukrotnie w Trójmieście! Nieśmiertelna muzyka zespołu z symfonicznymi aranżacjami w wykonaniu chóru i orkiestry Alla Vienna już od 6 lat zachwycają fanów twórczości legendarnej grupy. Dwugodzinny spektakl podzielony na dwie części, z najwspanialszymi kompozycjami Queen. Finał występu uświetni występ solisty wcielającego się w rolę Freddiego Mercury'ego. Zespół wystąpi z najnowszym programem, do którego włączono nowe utwory w wyjątkowych aranżacjach na 12 instrumentów. W drugiej części wystąpi również gitarzysta solowy. Więcej informacji: http://www.queen.allavienna.pl/

Gdańsk, Filharmonia Bałtycka, 8 grudnia godz. 16:00 i 19:30

PRESTIŻ PATRONUJE



KOSMETYKA WROGA

Adaptacja bestsellerowej powieści Ameli Nothomb opowiadającej o ciemnej stronie ludzkiej natury. Aktorski pojedynek – dwóch mężczyzn i dwa krzesła. W wyobrażonej przestrzeni dworca rozegra się kameralny dramat człowieka, który przez całe życie sprzeciwiał się swojej naturze, hodując w sobie wroga. Spektakl rozpoczyna się na peronie dworca w momencie, w którym do Jeroma, młodego „korpoludka", dosiada się tajemniczy natręt, Textor Texel. Jerome będzie musiał wysłuchać trzech opowieści i zaśpiewać piosenkę, by odkryć, co tak naprawdę chcę powiedzieć mu Textor. Jak wszyscy wiemy, opóźnienia pociągów mogą ciągnąć się w nieskończoność.

Sopot, Teatr Boto, 26 listopada godz. 18:00



THE DUMPLINGS "RAJ"

The Dumplings prezentuje 'RAJ', czyli trzeci studyjny album duetu tworzonego przez Justynę Święs oraz Kubę Karasia. Płyta została w całości napisana, skomponowana i wyprodukowana przez twórców 'złotych' 'No Bad Days' i 'Sea You Later'. Muzycznie utrzymana w klimacie elektro-pop w charakterystycznym dla The Dumplings stylu. Wszystkie teksty zostały napisane na płycie są w języku polskim, co pozwoliło otworzyć w karierze zespołu nowy rozdział. Na płycie można znaleźć wiele odniesień do ikon kultury, sztuki i popkultury, między innymi do filmu "Zapach kobiety", literatury Tołstoja i Cortazara.

Gdańsk, B 90, 24 listopada godz. 19:00



HAVASI

Niesamowite widowisko symfoniczne! Wirtuoz wystąpi już 30 listopada w gdańskiej Ergo Arenie! Na jednej scenie pojawiają się soliści fortepianowi, duża orkiestra symfoniczna, wielu wyjątkowo uzdolnionych solistów muzycznych i rockowa perkusja. Artyści zabiorą widownię w fascynującą podróż przez ciągle zmieniające się dźwięki różnych scen muzycznych. Sztuka tańca będzie integralną częścią tego emocjonującego, impulsywnego i magicznego widowiska. Zapierające dech w piersiach widowisko HAVASI to rozrywka dla całej rodziny i okazja do zapoznania się z brzmieniem klasycznych instrumentów w nowoczesnej aranżacji.

Gdańsk, Ergo Arena, 30 listopada godz. 19:30

PRESTIŻ PATRONUJE

JUMP OFF HIPODROM

JUMPOFF IV

Hipodrom Sopot zaprasza na halowe zawody regionalne w skokach przez przeszkody JumpOFF IV. Wydarzenie cieszy się dużym zainteresowaniem zawodników, którzy co roku licznie biorą udział w kolejnych eliminacjach i walczą o nagrody w finale. Organizatorzy serdecznie zapraszają przede wszystkim rodziny z dziećmi. Dla publiczności ogromną atrakcją jest możliwość zobaczenia z bliska koni i jeźdźców. Zupełnie inne emocje towarzyszą kibicowaniu, gdy ważący 500 kg koń galopuje tuż koło nas, pokonując kolejne przeszkody. JumpOff odbywają się na ogrzewanej hali ujeżdżeniowej – Hali Pomarańczowej. Wstęp na zawody jest bezpłatny.

Sopot, Hipodrom Sopot, 24-25 listopada

DO SPOTKANIA

PRESTIŻ PATRONUJE



MADE RESTAURANT

Jak pracują polscy kucharze u nas, a jak w Norwegii? Gdzie jest klucz do ich efektywności i lojalności? Jak dotrzeć do najlepszych szefów kuchni i kucharzy w Europie? Jak ich zatrudnić w swojej restauracji? Na te i wiele innych pytań odpowiedzą liderzy branży gastronomicznej podczas konferencji Made Restaurant. Lokalne spotkania liderów polskiej gastronomii przebiegną pod wspólnym hasłem "Bądź trzy kroki przed i... zarabiaj". Precyzyjnie dobrani eksperci - praktycy podzielą się podczas prelekcji swoimi sposobami, narzędziami i doświadczeniem. Dołącz do MADE Restaurant i bądź 3 kroki przed innymi! Szczegóły na stronie: https://maderestaurant.pl/.

Gdynia, Courtyard by Marriott Waterfront, 28 listopada godz. 09:30

DO OGLĄDANIA

DO SŁUCHANIA


BAR 4 YOU
EST 2007
3city bartenders
PARTNER
Sopot Wave
PERFECTSERVE / POKAZYBARMAŃSKIE
WEDDINGBAR / FLAIR / COCKTAILS / OPENBAR
KLASYCZNIE/ELEGANCKO/PROFESJONALNIE
WARSZTATY BARMAŃSKIE
www.bar4you.pl
biuro@bar4you.pl
502356619

ODMOWA RAFAŁA MILACHA

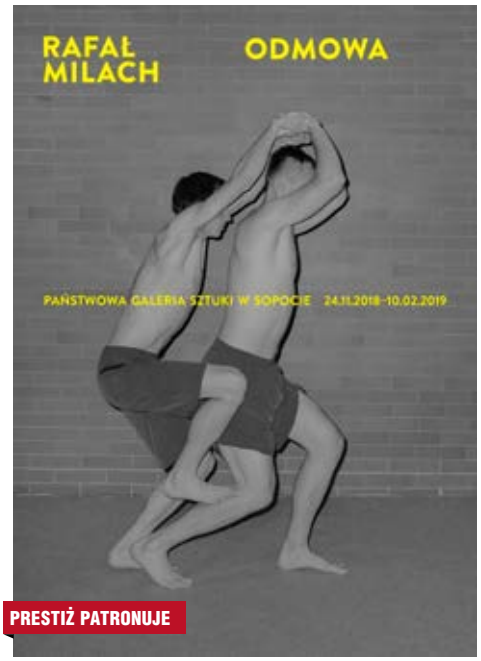
Próbę wizualnego przedstawienia różnych systemów kontroli i wywierania nacisku – takie jest hasło przewodnie wystawy Odmowa autorstwa Rafała Milacha, jednego z najsłynniejszych polskich fotografów. Od 24 listopada do 10 lutego można ją oglądać w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie.

Punktem wyjścia wystawy Rafał Milach uczynił fakt, że "w 1971 roku radziecka telewizja wyemitowała program popularno-naukowy prezentujący mechanizmy, za pomocą których można skutecznie manipulować ludzką świadomością. Zaproszona do studia młodzież została poddana eksperymentom, które miały uświadomić telewidzom, w jakim stopniu sugestia i konformizm wpływają na odbiór rzeczywistości eliminując z niej nawet najbardziej oczywiste fakty. Nie będzie specjalnym nadużyciem stwierdzenie, że obraz ten (choć nie wprost) obnażał techniki wykorzystywane na co dzień przez sowiecką władzę.

Tematyką transformacji w krajach powstałych po rozpadzie Związku Radzieckiego i w Europie Środkowo-Wschodniej Rafał Milach zajmuje się od początku swojej kariery artystycznej. Zdjęcia, które znajdą się na wystawie, zrobione zostały na Białorusi, w Gruzji oraz w Azerbejdżanie. Jest też fragment poświęcony Polsce.

Rafał Milach to jeden z najbardziej znanych polskich fotografów, który konsekwentnie podejmuje w swoich pracach tematykę społeczną, w bardzo zróżnicowany sposób wykorzystując medium fotograficzne. Milach sam siebie określa jako artystę wizualnego i często w swoich projektach sięga nie tylko po fotografię, ale także słowo pisane, instalacje przestrzenne czy wideo. W 2008 roku jego projekt „Znikający cyrk" – przedstawiający emerytowanych artystów cyrkowych – zdobył I miejsce w konkursie World Press Photo.

mp



PRESTIŻ PATRONUJE

TYDZIEŃ ESTOŃSKI W GTS

Emocjonujące spektakle rozprawiające się z demonami przeszłości, żywiołowy teatr tańca z estońską i hinduską muzyką oraz niezapomniany koncert na sześć wybitnie utalentowanych głosów, a oprócz tego wystawy, spotkania i przegląd kina estońskiego – niezwykle ciekawie zapowiada się Tydzień Estoński w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim w dniach 6-9 grudnia.

PRESTIŻ PATRONUJE



Spektakl „Piękno"

6 i 7 grudnia można będzie obejrzeć spektakl „Wilkołak" teatru R.A.A.A.M z Tallina. Rozpoczyna się gwałtownie - egzekucją młodej dziewczyny przed świątynią, a następnie... napięcie rośnie. To opowieść o podziale na „my" i „oni", o budzeniu demonów i zakorzenionych w nas uprzedzeniach, o zderzeniu jednostki z tłumem, normalności z niezwykłym, sił natury z tradycyjnym porządkiem społecznym.

8 grudnia (godz. 16:00) na deskach GTS zobaczymy spektakl „Piękno". Zbudowany na podstawie autentycznych, zabawnych historii z życia tancerzy z zespołu Fine 5, za pomocą ruchu i gestu opowiada o szczęściu, które jest w nas, o małych codziennych cudach, niezapomnianych przeżyciach i wzruszeniach, których doświadczamy. To opowieść o wewnętrznym pięknie, dzięki któremu chce się żyć, a które często jest uśpione, zapomniane. W spektaklu usłyszymy tradycyjną muzykę hinduską oraz współczesną estońską.

Tego samego dnia, o godz. 20:00 odbędzie się koncert Estonian Voices. Jest to sextet wokalny śpiewający a cappella. Ich repertuar jest mieszanką stylów od jazzu, przez folk i klasykę, aż po popowe przeboje. 9 grudnia (godz. 18:00) Teatr R.A.A.A.M zaprezentuje spektakl „I zagrał grom". Co by się stało, gdybyśmy my, ludzie XXI wieku, z ironią podchodzący do życia, spotkali nagle naszych przodków, którzy zupełnie inaczej postrzegali świat? O czym moglibyśmy z nimi porozmawiać? Dialogi i monologi, obecne w spektaklu, oparte są na zbiorze opowiadań FR. R. Kreutzwelda „Old estonian Fairy Tales" z 1866 roku.

Na wszystkie wystawy oraz projekcje filmów i spotkania wstęp jest wolny. Na spektakle i koncert obowiązują bilety. Szczegółowy program na stronie teatrszekspirowski.pl.

mp

POMARAŃCZOWA PLAŻA

RESTAURACJA



- WIGILIA DLA FIRM
- PRZESTRONNA RESTAURACJA
- WIDOK NA MORZE
- KOMINEK

797 586 417

WWW.POMARANCZOWAPLAZA.PL

RESTAURACJA@POMARANCZOWAPLAZA.PL

SYLWESTER

HACIENDA

MEXICANA

niezapomniane show
pokaz fajerwerków
open bar
wyśmienita kuchnia
kinder bal

ASTOR ★★★ HOTEL

powitaj Nowy Rok
100 metrów od morza

Hotel Astor, ul. Rozewska 38, 84-104 Jastrzębia Góra
T: +48 58 771 55 55, E: astor@astorhotel.pl, **www.astorhotel.pl**

JESIENNA BIBLIOTECZKA PRESTIŻU

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA

Długie, ciemne wieczory, to idealny czas na dobrą lekturę, która rozświetli listopadową aurę. Tegoroczna jesień obfituje nie tylko w pochmurne dni, ale także w ciekawą literaturę. W listopadowym zestawieniu nowości wydawniczych zadbaliśmy o lektury z trójmiejskim pierwiastkiem. Nie zabraknie miłości, grzechu, grozy, śmiechu.



„DYLEMAT OLIWII BLACK"

Barbara Taraszkiewicz

Wydawnictwo: Novae Res

Na pierwszy rzut oka Oliwia jest szczęśliwą żoną i matką. Mieszka w eleganckim apartamencie, ma przystojnego męża, wziętego prawnika. Cenę za życie w luksusie jest bezwzględne podporządkowanie mężowi i jego apodyktycznej matce. Zdecydowana walczyć o swoją niezależność, wbrew opinii rodziny męża rozpoczyna pracę w korporacji w Oslo. Pobyt z dala od domu sprawia, że zaczyna sobie zdawać sprawę z tego, jak wielką pomyłką było jej małżeństwo, zwłaszcza odkąd w jej otoczeniu pojawia się tajemniczy nieznajomy...



„SZEKSPIR BEZ CENZURY"

Jerzy Limon

Wydawnictwo: Słowo/Obraz Terytoria

Autor ma nadzieję, że jego książka zainteresuje każdego, kogo ciekawi epoka renesansu i to, w jaki sposób przekłada się ją na współczesny nam język. Książka jest o wielkim poecie i dramatopisarzu, ale ukazuje jego drugie oblicze - Szekspir jako mistrz słowa i żartu, szczególnie frywolnego. Przedstawiona jest gra słowna, która zaskakuje otwartością i śmiałością, oszałamia wyobraźnią, inwencją i bawi nietuzinkowym poczuciem humoru, w którym miłość niebiańska sąsiaduje z ziemską i dobrze w tym sąsiedztwie się czuje.



„TRZECIA WYSPA"

Adam Ubertowski

Wydawnictwo: Oficynka

Druga po „Syndykacie" część przygód byłego oficera jednostek specjalnych Walkera napisana przez mieszkańca Sopotu, pisarza i psychologa biznesu. W cypryjskim kurorcie tonie genialny finansista. Jego najbliższy przyjaciel nie wierzy, że był to zwykły wypadek. O pomoc w odkryciu prawdy prosi wszechmocny Syndykat. Tym razem Walker przemierza południowe wyspy europejskie, zmaga się z się z tajemniczymi Assasinami, poznaje zabójczo niebezpieczne kobiety. Kładzie na szali życie swoje i swoich bliskich.



„WAKACJE Z TRUPAMI"

Agnieszka Pruska

Wydawnictwo: Oficynka

Autorka zyskała popularność dzięki serii bestsellerowych powieści policyjnych o śledztwach gdańskiego komisarza Barnaby Uszkiera. Tym razem Anna Pruska postawiła na humor. Przyjaciółki spędzają wakacje w uroczym Fromborku. Od jakiegoś czasu w okolicy miasteczka dzieje się coś dziwnego. Gnane ciekawością kobiety przyjeżdżają na miejsce i od razu pakują się w kłopoty. Nic lepiej nie ożywia leniwych wakacji niż trup! A to dopiero początek ich pełnego przygód i zwariowanego pobytu w grodzie Kopernika.



„SAX CLUB PANA DYAKOWSKIEGO"

Przemysław Dyakowski, Kami Wicik, Mariusz Nowaczyński

Wydawnictwo: Czwarta Strona

Wywiad-rzeka z ikoną trójmiejskiej sceny jazzowej, saksofonistą Przemkiem Dyakowskim. To pełna anegdot opowieść o życiu zawodowym i prywatnym artysty wywodzącego się z ziemiańskiej rodziny o wielkich tradycjach. Dyakowski wspomina dzieciństwo w podkrakowskiej Masłomiącej i dorastanie w Zakopanem, współpracę z Piwnicą pod Baranami i odkrycie Ewy Demarczyk, koncerty w gdańskim Żaku, animowanie jazzowej sceny w Trójmieście. To także opowieść o przyjaźni i współpracy Dyakowskiego z innymi ikonami jazzu.

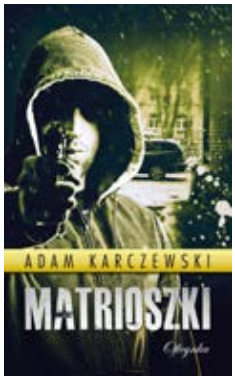


„KLUB NIEWIERNYCH"

Agnieszka Lingas-Łoniewska, Daniel Koziarski

Wydawnictwo: Novae Res

Pełen fascynujących postaci, zwrotów akcji i erotyki thriller psychologiczny. Klub Niewiernych to miejsce w sieci, gdzie spotykają się ludzie spragnieni niezobowiązującego seksu. Kilka żądnych mocnych wrażeń kobiet postanawia zaryzykować i spotkać się z przystojniakiem poznanym na czacie. Piotr, wzięty lekarz zdradza swoją piękną żonę, ale w życiu sfrustrowanej Justyny pojawia się ktoś, kto wydaje się ją rozumieć. Czy młoda kobieta podda się tej fascynacji? Jaką cenę zapłacą małżonkowie za dokonane przez siebie wybory?

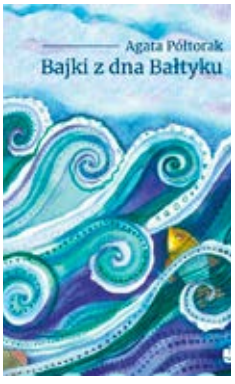


„MATRIOSZKI"

Adam Karczewski

Wydawnictwo: Oficynka

To kontynuacja wydarzeń z książki „Okręt". Opisuje dalsze losy kapitana Tomasika po odejściu z służby. Główny bohater po zakończeniu pracy dla kontrwywiadu wojskowego postanowił zostać nauczycielem historii w szkole. Pewnego dnia dowiaduje się, że jego dwaj uczniowie popełnili samobójstwa, a dwie kolejne uczennice zaginęły. W mężczyźnie rodzą się podejrzenia. Zaczyna więc własne śledztwo i od razu wpada w wir międzynarodowego spisku sięgającego najwyższych szczebli władzy.



„BAJKI Z DNA BAŁTYKU"

Agata Półtorak

Wydawnictwo: Marpress

Bogato ilustrowana książka dotycząca fauny Bałtyku przygotowana na poziomie percepcji małego dziecka. Bajki przemycają wiele faktów dotyczących historii, zagrożeń i ekologii Bałtyku. Opowieść przedstawiona jest w przyjaznej formie krótkich bajek, w które autorka zręcznie wplotła informacje o gatunkach stworzeń zamieszkujących Bałtyk – ich wyglądzie, biologii i zwyczajach, a również o tym, jak możemy sprawić, żeby ich życie w pobliżu ludzi było łatwiejsze i bezpieczne.



*** Lets Shake It One More Time! ***

*** Rumble in The Jungle! ***

Deadly Plants to showband z epoki rock'n'rolla. Pięciu młodych muzyków podjęło się misji przeniesienia w czasie. Z bezsennego Las Vegas trafili do Polski i zostali tu na stałe! Okazuje się, że Rhythm&Blues, oraz Rock'n'Roll wciąż są ponadczasową muzyką, a na parkiecie dalej rządzi twist. Widowisko przenosi widza 60 lat wstecz. Młodzi, uśmiechnięci gentlemen'i w zielonych garniturach wyglądają jakby wyszli z machiny czasu!







BARTOSZ „RUDI" WILCZKIEWICZ
579 270 078
bw@deadly-plants.com

W SIECI Z ...

WŁODKIEM MACHNIKOWSKIM

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA



Fot. Fot. Jacek Klejment/Radio Gdańsk

WŁODZIMIERZ MACHNIKOWSKI

od blisko 25 lat dziennikarz sportowy i komentator Radia Gdańsk. Wcześniej felietonista Dziennika Bałtyckiego. Prywatnie również uwielbia sport. Jego ulubione dyscypliny to piłka nożna i koszykówka. W wolnych chwilach można spotkać go na ścieżkach rowerowych lub spływającego kajakiem Wdą. Swoją wiedzą i doświadczeniem dzieli się ze studentami Uniwersytetu Gdańskiego, AWFiS oraz Ateneum Szkoły Wyższej. Jak sam mówi, uwielbia pracować z młodymi ludźmi. Z wykształcenia jest nauczycielem języka polskiego, praktykującym zresztą przez kilka lat po ukończeniu UG.

Opowiadanie Orwella „Rok 1984", opublikowane w roku 1949, stało się rzeczywistością. Co więcej, weszliśmy w tę rzeczywistość z pełną akceptacją. Zniewolenie, brak intymności i prywatności – na kartach opowiadań brzmiało to groźnie, ale mało realnie. Dzisiaj jest to nasza codzienność. Pierwszą czynnością, którą wykonuję po przebudzeniu, jest wyłączenie budzika schowanego w telefonie. A telefon to smartfon, czyli podręczny komputer, w którym czekają nieodebrane wiadomości.

Z **maila** dowiaduję się, że będę robił coś, o czym wczoraj nie miałem jeszcze pojęcia. **Messenger** dopowiada rzeczy, które budzą emocje, czasami denerwują. Z **Facebooka** z kolei uśmiecha się ktoś, kto akurat jest na wakacjach. Ktoś inny pyta o dobrego hydraulika albo lekarza. Jeszcze ktoś informuje cały świat, że weźmie udział w wydarzeniu.

Prywatnie nie jestem zniewolony przez internet, staram nie uciekać od realnego świata, w którym wszystko dzieje się naprawdę. Staram się nie zapominać, że w realu mam tylko jedno życie. Swoje kontakty w sieci zaczynałem nawiązywać wówczas, gdy pojawiła się **nasza-klasa.pl.** To był pierwszy, przed facebookowy sposób komunikowania się ze światem i przeszłością.

Facebooka od samego początku, traktowałem jako coś, czego obecnie trochę mi brakuje – wysyłanie pocztówek. Dzisiaj rolę świadectwa obecności i przekazywania pozdrowień przejęły **facebookowe galerie**, fotki i filmiki, które przesyłamy „znajomym" za pośrednictwem "fejsa". Jeden z największych wynalazków schyłku XX wieku wciągnął mnie, bo umożliwia kontakt z ludźmi, z którymi na co dzień się nie widuję. Czasami także z tymi, których nigdy na oczy nie widziałem.

Instagrama traktuję jako kuzyna Facebooka, ale nie założę tam konta. Podobnie jak **Twitter** jest dla mnie „za krótki", znaczy zbyt lapidarny i ulotny. Króciutko, byle jak, chodzi tylko o to, aby przekazać newsa. Za bardzo szanuję słowo i lubię go używać, żeby mierzyć myśli i uczucia liczbą znaków. Jeśli chodzi o nowe technologie, **social media** - jestem przedszkolakiem. Korzystam wyłącznie z elementarnych rzeczy. Jestem minimalistą, jeśli chodzi o aplikacje na smartfonie. **Facebook, Messenger, WhatsApp i aplikacja Radia Gdańsk**. To są nowinki, z których korzystam.

Nie jestem sympatykiem nowych mediów. Myślę, że to też kwestia pokolenia. Mnie to nie rajcuje. **Nie gram w e-gry**, chociaż, jako dziennikarz sportowy wiem, że to wręcz nowa konkurencja, czy nawet dyscyplina. Wolę papierowe książki od **e-booków**. Tak już zostanie. Internetową prasówkę rozpoczynam od pierwszoligowych stron www, które rządzą internetem: **onet.pl, interia.pl, wp.pl**. Odwiedzam też branżowe serwisy – **sportowefakty.pl, plk.pl, livesports.pl**. Jeśli chodzi o rynek lokalny, to zaglądam na **trójmiasto.pl, radiogdansk.pl**.

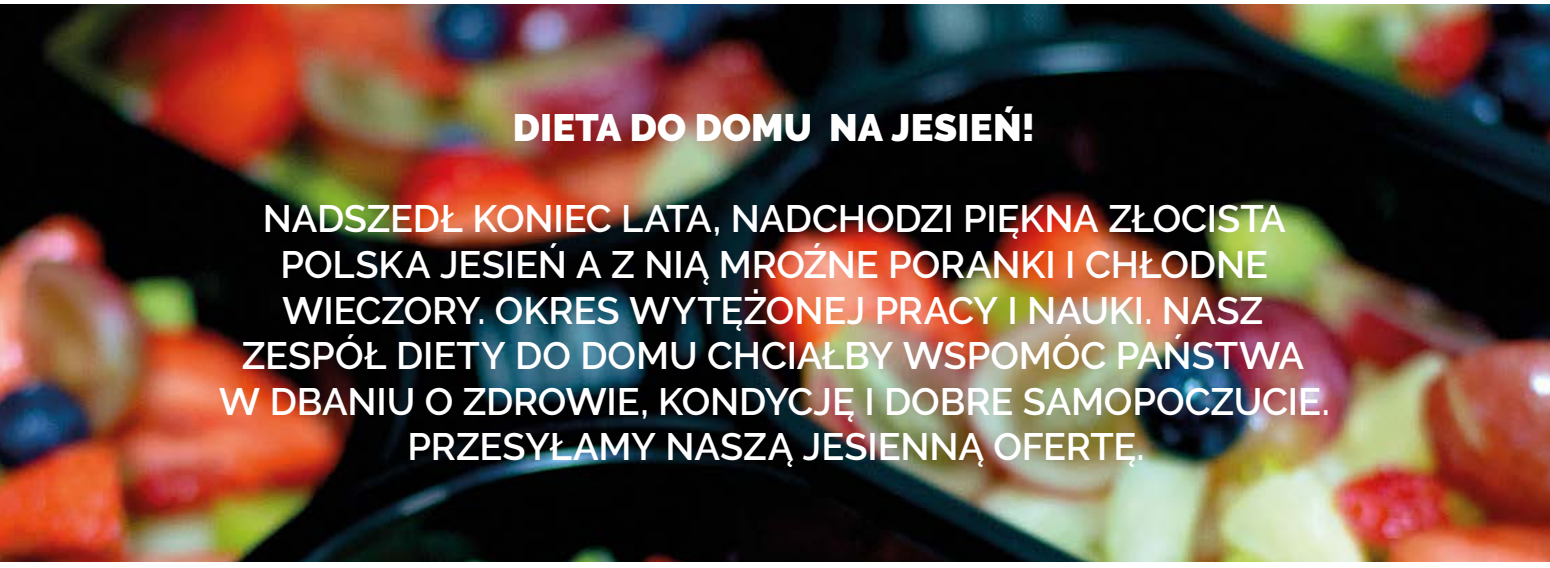
W internecie drażni mnie jałowość, miałkość, tymczasowość, brak głębszej refleksji, **zjawisko fake newsów i hejtu**. Nasza redakcja sportowa miała swojego swego czasu bardzo aktywnego, obsesyjnego wręcz wroga. Mężczyzna dawał tak często o sobie znać, że wiedzieliśmy z kim mamy do czynienia. Co ciekawe pojawiał się pod różnymi imionami, również żeńskimi. Pewnego razu postanowiliśmy mu odpowiedzieć na niemiłą wiadomość, w której kazał zaprzestać nam, delikatnie mówiąc, zajmować się bzdurami i sprawdzić wyniki żużla. Grzecznie, używając jego prawdziwego imienia, zwróciłem się do niego na antenie informując, że i owszem żużel jest dla nas ważny i będziemy informować o przebiegu spotkania, ale dopiero wówczas, gdy się zacznie. Była sobota, a mecz zaplanowano na niedzielę. Nasz **hejter** zdobył się na sms-a zwrotnego o treści „przepraszam". Szacunek dla tego pana...

Niedobrze czuje się w wirtualnej przestrzeni. Internetowi brakuje bardzo ważnego zmysłu - zapachu. Rozpocząłem swoją pracę w połowie lat 90. Nie istniała telefonia komórkowa i internet. Młodzi dziennikarze łapią się za głowę, kiedy im to opowiadam. Dziś jest to podstawowe narzędzie w pracy zawodowej i w życiu prywatnym. Moja pierwsza relacja z telefonu komórkowego miała miejsce w 1994 roku. Relacjonowałem finałowy pojedynek ME w judo w Hali Olivia w Gdańsku. Był to jedyny telefon w radiu. Należał on do prezesa. Pamiętny moment, Paweł Nastula zdobywał tytuł mistrzowski. ■

W TROSCE O ZDROWIE TWOJE

DIETA DO DOMU

I TWOJEJ RODZINY



DIETA DO DOMU NA JESIEŃ!

NADSZEDŁ KONIEC LATA, NADCHODZI PIĘKNA ZŁOCISTA POLSKA JESIEŃ A Z NIĄ MROŹNE PORANKI I CHŁODNE WIECZORY. OKRES WYTĘŻONEJ PRACY I NAUKI. NASZ ZESPÓŁ DIETY DO DOMU CHCIAŁBY WSPOMÓC PAŃSTWA W DBANIU O ZDROWIE, KONDYCJĘ I DOBRE SAMOPOCZUCIE. PRZESYŁAMY NASZĄ JESIENNĄ OFERTĘ.



PAKIET 3 DNIOWY

99 ZŁ



PAKIET 10 DNIOWY

499 ZŁ



PAKIET 14 DNIOWY

699 ZŁ

DOSTAWA CO 24H / 7 DNI W TYGODNIU / 5 POSIŁKÓW / DO DOMU, PRACY I SZKOŁY

TEL. (58) 743 68 03 / DIETADODOMU@DIETADODOMU.PL /WWW.DIETADODOMU.PL

Trójmiejskie Insta Story

INSTAGARAMA PRZEJRZAŁA I WYBRAŁA MICHALINA DOMOŃ **(@letsfollowthewhiterabbit)**

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

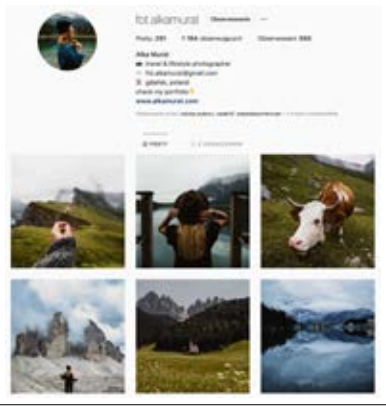
ALKA MURAT

Obserwuj

@fot.alkamurat

Uśmiechnięta gdańszczanka, absolwentka Akademii Sztuk Pięknych chłonie życie pełną parą. Fotografka, podróżniczka. Choć jej zdjęcia pełne są zapierających dech w piersiach widoków, czasem można odnieść wrażenie, że to najzwyklejszy moment wędrówki, który w jej obiektywie urasta do rangi medytacyjnej celebracji.

Nazywam się... Alka Murat.
Jestem... fotografem.
Urodziłam się w... Trójmieście, **na co dzień mieszkam...** w Trójmieście, **moim ulubionym miejscem na świecie jest...** Trójmiasto.
Robię zdjęcia, ponieważ... sprawia mi to ogromną frajdę. Możliwość dokumentowania miejsc, które odwiedzam i ludzi, których spotykam jest bezcenna.
Fotografuję... moje podróże oraz przyrodę, która mnie fascynuje od zawsze. Lubię biwakować ze znajomymi, gdzieś daleko od miasta i to głównie staje się tematem moich zdjęć.
Instagram służy mi do... dzielenia się moimi zdjęciami, do poznawania utalentowanych ludzi i ich twórczości, do odkrywania pięknych miejsc na świecie, które chciałabym kiedyś odwiedzić.
Gdybym mogła zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałabym... chyba swoją rodzinę, w takim klasycznym, portretowym wydaniu.
Z Trójmiastem łączy mnie... naprawdę wiele. Tu się urodziłam, tu mam przyjaciół i rodzinę. Tu się wychowywałam i kształciłam, tu założyłam z moją siostrą firmę Na trawie (@natrawie). Kocham Trójmiasto o każdej porze roku, a najbardziej, kiedy wracam do domu po długiej podróży.
Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście... Nie ma tu „najbardziej" fotogenicznych miejsc i to właśnie jest świetne w Trójmieście. Można zrobić tak samo interesujące zdjęcia na plaży w Orłowie, między blokami na Przymorzu, w sopockim lesie, w uliczkach Dolnego Wrzeszcza, na łąkach niedaleko Rotmanki... Ta lista się nie kończy, wystarczy mieć pomysł.
Trzy ulubione adresy w Trójmieście... Fyrtel Gdynia ul. Św. Piotra (@fyrtelgeng), Gdańsk okolice dzielnicy Strzyża oraz ul. Wajdeloty w Gdańsku









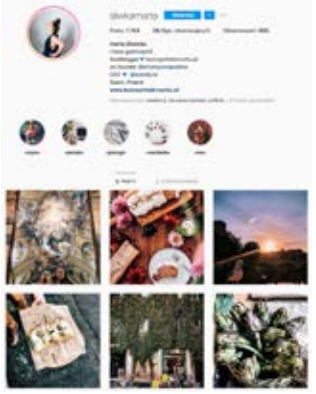






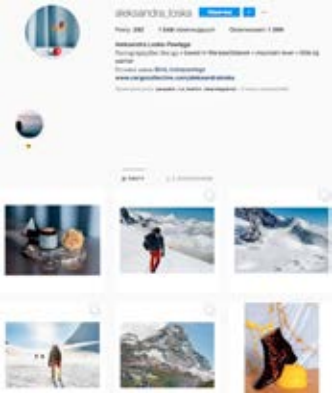
Insta nominacje

@fot.alkamurat



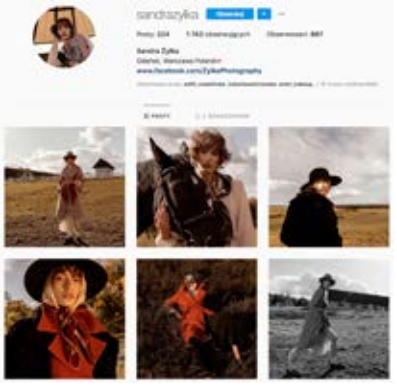
@sliwkamarta

blogerka kulinarna, współautorka „Burczymiwbrzuchu". Feed Marty pełen jest ciekawych potraw i przyjemnych, lifestylowych zdjęć.



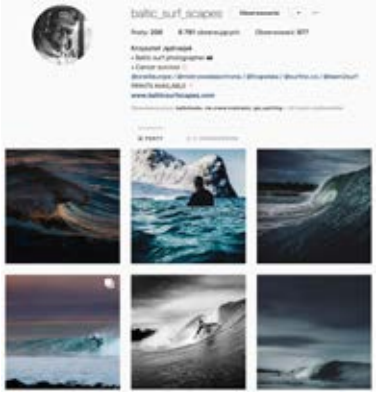
@aleksandra_loska

Ola tworzy perfekcyjne kompozycje i zamyka je w fotograficznych kadrach. Iluzja, geometria i abstrakcja - wszystko w bardzo delikatnym i miłym dla oka wydaniu.



@sandrazylka

fotografka mody z celnym okiem. Na profilu Sandry królują dobre zdjęcia i ładni ludzie.



@baltic_surf_scapes

fale i zimno mu nie straszne! Krzysiek łączy swoje dwie największe pasje - fotografię i surfing, a wszystko nad naszym pięknym Morzem Bałtyckim.

CZY E-COMMERCE ZAGRAŻA ISTNIENIU GALERII HANDLOWYCH?

AUTOR: MAGDALENA MYRLAK

Zakaz handlu w niedzielę, zmiany zachowań zakupowych konsumentów oraz wzrost siły nabywczej Polaków to tylko niektóre czynniki wpływające na trendy w branży retail. Wszystkie zachodzące w tym sektorze przeobrażenia rzutują na rozwój e-commerce oraz zmiany w sposobie funkcjonowania handlu tradycyjnego. Zatem czy galerie handlowe powinny obawiać się popularnych zakupów internetowych, a co za tym idzie czy opłaca się jeszcze inwestować w nieruchomości komercyjne?

Dynamiczny rozwój e-commerce, jaki obserwujemy na przestrzeni kilku ostatnich lat, może imponować i z pewnością staje się wyzwaniem dla przedsiębiorców związanych z handlem tradycyjnym. Nowoczesna sprzedaż przez internet sprawia, że zakupy stają się dla konsumentów niewiarygodnie łatwe i wygodne. To jednak wcale nie oznacza, że popularne galerie handlowe chylą się ku upadkowi. Przeciwnie, tu też zachodzą ogromne przeobrażenia, które pozwalają dostosować obiekty, a także samą ofertę do wymogów nowoczesnych klientów. To, że zmiany dotykają różnych sfer funkcjonowania centrów handlowych, a obiekty wciąż przyciągają spore rzesze klientów, pokazują najnowsze badania popularności galerii oraz zmian zachowań zakupowych współczesnych konsumentów.



Łukasz Śliwa - Dyrektor Biura Ekspansji i Rozwoju Metropolitan Investment

CORAZ WIĘCEJ CENTRÓW HANDLOWYCH

W Polsce stale wzrasta liczba centrów handlowych. Pomimo prężnie rozwijającego się sektora sprzedaży internetowej, handel tradycyjny ma się całkiem dobrze, a niektóre obszary kraju nadal wykazują potencjał do inwestowania w obiekty komercyjne, ponieważ nasycenie powierzchnią handlową jest tam wciąż relatywnie niskie.

- W Polsce istnieje jeszcze duży potencjał do budowania nowych obiektów handlowych **– mówi Łukasz Śliwa, Dyrektor Biura Ekspansji i Rozwoju Metropolitan Investment.** – Tendencje te dotyczą przede wszystkim dużych miast w okolicach nowo powstających osiedli mieszkaniowych oraz mniejszych miejscowości, w których klienci nie mieli do tej pory dostępu do niektórych popularnych marek, np. modowych. Dlatego inwestycja w obiekt handlowy zdecydowanie jest opłacalna, jeśli zostanie zrealizowana w odpowiedniej lokalizacji **– dodaje Łukasz Śliwa.**

Dodatkowo, jak wskazuje raport przygotowany przez Colliers International – „Przetrwają najsilniejsi", handel tradycyjny ma tendencję wzrostową (przewidywany wzrost rzędu 5% rocznie do końca 2022 roku), co pozwala obu sektorom – sprzedaży tradycyjnej i elektronicznej – współistnieć i przynosić zadowalające zyski.

NOWY WYMIAR GALERII HANDLOWEJ

Ważnym elementem wpływającym na podnoszenie atrakcyjności galerii handlowych wśród konsumentów jest proces rozbudowywania lub modernizacji istniejących obiektów. Dzięki temu galerie zyskują różnego rodzaju udogodnienia, nowoczesny wygląd, ale także dodatkową powierzchnię handlową, wykorzystywaną głównie na strefy gastronomiczne i rozrywkowe. W rozbudowywanych galeriach powstają przestrzenie umożliwiające odbywanie się imprez oraz miejsca przeznaczone do spędzania wolnego czasu.

Poza tym w galeriach coraz częściej wykorzystuje się więcej zintegrowanych rozwiązań, które przyczynią się do polepszenia sposobu prezentowania oferty lub pozwalają oszczędzać czas. Powstają lokale spełniające nowe funkcje, jak np. lokale dostosowane do potrzeb coraz popularniejszego zjawiska showroomingu. Zmienia się także struktura najemców oraz sposób aranżacji samych obiektów, co ma pozytywnie wpływać na klientów i czas spędzany przez nich w galerii.

TRADYCYJNE ZAKUPY PEŁNE NOWYCH DOŚWIADCZEŃ

Centra handlowe zmieniają się wychodząc naprzeciw potrzebom konsumentów. Przejawia się to już w sposobie projektowania nowoczesnych galerii handlowych, które uwzględniają oprócz funkcji zakupowej także wymóg pełnienia roli rozrywkowej. Konsumenci szukają w nich dodatkowych atrakcji, nowych doświadczeń oraz możliwości interakcji. Stąd coraz większy nacisk na powstawanie urozmaiconych stref gastronomicznych oraz przestrzeni do aktywnego spędzania czasu.

Galerie i centra handlowe jeszcze przez wiele lat pozostaną pierwszym wyborem dla dużej części klientów. Dzięki temu, że tak dynamicznie się zmieniają i odpowiadają na potrzeby współczesnych konsumentów, są inwestycją opłacalną i charakteryzującą się wysokim poziomem bezpieczeństwa.

METROPOLITAN INVESTMENT - to spółka realizująca projekty inwestycyjne w oparciu o nieruchomości handlowe. Obiekty budowane i prowadzone przez warszawską firmę powstają zgodnie z najnowszymi trendami oraz na podstawie dogłębnej analizy rynku. Dobór odpowiedniej lokalizacji, współpraca z atrakcyjnymi najemcami oraz wygodny system zarządzania funkcjonującym obiektem sprawiają, że inwestycje cieszą się popularnością wśród klientów, a inwestorom przynoszą oczekiwane zyski. Model działania preferowany przez Metropolitan Investment to interesujący sposób lokowania kapitału na rynku nieruchomości handlowych, na który z pewnością warto zwrócić uwagę.

Primavera
JASTRZĘBIA GÓRA
czuj się zaproszony



2018|2019

Sylwestrowa Noc Gwiazd!
Scena **18** / ujęcie **19**!

Primavera Jastrzębia Góra zabłyśnie tysiącem gwiazd.
Celebruj z nami powitanie Nowego Roku w iście hollywoodzkim stylu!

Twoja oferta zawiera:

- Noclegi w komfortowych pokojach w wyjątkowej, nadmorskiej scenerii
- Urozmaicone posiłki dopasowane do potrzeb najbardziej wymagających gości
- Moc atrakcji w gwiazdorskim stylu: wieczory kinowe, konkursy filmowe z nagrodami, koncerty na żywo, wykład z kosmetologiem, Before Party 30.12, taneczne animacje z profesjonalną tancerką i wiele innych
- Bal Sylwestrowy – porywająca zabawa w eleganckiej Sali bankietowej wraz z wykwintnym menu Sywestrowym
- Open Bar podczas imprezy Sylwestrowej, konkursy z nagrodami
- Bal Sylwestrowy dla dzieci
- Specjalne Pakiety Sylwestrowe Spa

Już dziś zarezerwuj pobyt z Balem Sylwestrowym
dla Twojej rodziny!

Cena od
1099 PLN/os.
Pobyt 4 dniowy

www.primaveraspa.pl

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

Rezerwacje:
rezerwacje@primaveraspa.pl
tel. 58 774 45 51

KOMPLEKSOWA INWESTYCJA W APARTAMENT

ROZMAWIAŁ: MAX RADKE

Nieruchomości na przestrzeni ostatnich 20 lat okazały się najbardziej dochodową, pewną, a przede wszystkim bezpieczną formą inwestowania. Wiedzą o tym doskonale eksperci z BillBerry Capital Group, którzy swoich klientów przeprowadzają przez cały proces zakupu nieruchomości – od jej wyszukania, dopasowania finansowania, poprzez wykończenie wnętrza, na zarządzaniu najmem kończąc.



Specjaliści BillBerry posiadają doświadczenie w realizacji projektów mieszkaniowych w starannie wyselekcjonowanych i dobrze skomunikowanych lokalizacjach Trójmiasta i jego okolic. Prym wiodą kameralne inwestycje. Jakie są największe zalety tego typu inwestycji?
Michał Jabłoński (Prezes Zarządu): Częściowa odpowiedź znajduje się w pytaniu. Właśnie ich kameralność w połączeniu z odpowiednią lokalizacją jest największą zaletą. Mówimy o projektach, w których znajduje się maksymalnie kilkanaście mieszkań, o przemyślanym rozkładzie, z dużymi możliwościami aranżacyjnymi, realizowanych w otoczeniu rozwiniętej infrastruktury. Dodajmy do tego solidnego i sprawdzonego wykonawcę, ograniczoną podaż oraz konkurencyjne ceny i mamy przepis na sukces.

Czy apartamenty w kameralnych inwestycjach dają realny zysk?
MJ: Jeżeli miałbym się odwoływać do ostatnich kilku lat, to praktycznie każda inwestycja w mieszkania dała zarobić. Budujemy obecnie bardzo dużo, pewnie najwięcej od początku lat 90-tych i pomimo tego, że widać już delikatne oznaki spowolnienia, to nadal deweloperzy nie mogą narzekać na zainteresowanie ze strony klientów. Kiedyś koniunktura się odwróci i jesteśmy przekonani, że wtedy dobra lokalizacja i ograniczona podaż mieszkań uwidocznią swoją przewagę.

Jakie inwestycje obecnie realizuje BillBerry Capital Group?
MJ: Jesteśmy obecnie na etapie przygotowywani dwóch projektów w Gdańsku. Łącznie około 30 mieszkań. Obydwa będą położne w pobliżu dzielnicy Morena. Zakładamy, że wejdą do sprzedaży w pierwszym kwartale przyszłego roku.

Co jesteście w stanie zaoferować inwestorowi, który ma np. wolny milion złotych, ale nie jest zainteresowany apartamentami w Waszych inwestycjach?
Paweł Onych (Dyrektor Zarządzający): Chyba najlepiej będzie, jeżeli odpowiem konkretnym przykładem. Zgłosił się do nas klient z prośbą o „zagospodarowanie" na rynku nieruchomości nadwyżki w kwocie około 0,5 mln. Mieszkanie miało być przeznaczone do wynajmu krótkoterminowego. Po przeprowadzeniu analizy potrzeb oraz potencjalnych zysków, zarekomendowaliśmy 5 mieszkań z rynku wtórnego znajdujących się w okolicy lub ścisłym centrum gdańskiej starówki. W swojej pracy nie ograniczmy się tylko do własnych rozwiązań, jeżeli widzimy, że jest na rynku coś godnego polecenia, to bez wahania korzystamy z tego.

BillBerry Apartments to apartamenty pod wynajem w Trójmieście. Dlaczego warto przekazać swoją nieruchomość pod opiekę BillBerry?
Agnieszka Rybicka (Członek Zarządu): Odpowiednie narzędzia w postaci zaawansowanych systemów rezerwacji, wsparcia marketingowego, sprawdzonej ekipy sprzątającej, stały kontakt z klientem, to wszystko są rzeczy oczywiste. Naszą ambicją jest jednak, aby właściciel apartamentu miał poczucie, że dbamy o jego mieszkanie jak o swoje własne. Osoby z BillBerry działają na rynku od dobrych kilkunastu lat. Niemal 100% naszych klientów to klienci z polecenia lub powracający. To znaczy, że wiemy jak zdobyć ich zaufanie i dostarczyć odpowiednią usługę.

Z BillBerry można zainwestować w apartament, przekazać go do zarządzania najmem, ale zanim to się stanie, apartament trzeba urządzić. Tutaj z pomocą przychodzi BB Construction.
Marcin Janczewski (Członek Zarządu): Dokładnie. Nasi klienci oczekują, że zdejmiemy z nich bardzo czasochłonny proces wykończenia mieszkania. Bardzo często są to zapracowane osoby, również pracujące poza Trójmiastem, które potrzebują kompleksowej usługi. Nie dotyczy to tylko mieszkań na wynajem. Część naszych klientów urządza mieszkanie, w którym sami będą mieszkać. Współpracę zawsze rozpoczynamy od serii spotkań lub telefonów z klientem, by poznać jego potrzeby, dotychczasowe doświadczenia oraz dowiedzieć się co mu się podoba. Następnie do pracy przystępują nasi architekci. Opracowują koncepcję wraz z wizualizacjami oraz dobierają odpowiednie materiały. Po akceptacji klienta ruszamy z pracami remontowymi, a po kilku tygodniach przekazujemy mieszkanie wykończone pod klucz.

BILLBERRY CAPITAL GROUP – Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472, Tel: 667 900 869
BILLBERRY APARTMENTS – Sopot, Aleja Niepodległości 709/2, Tel: 572 090 800
BB CONSTRUCTION – Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472, Tel: 667 970 869
www.billberry.pl | www.billberry-apartments.pl | www.bbconstruction.pl

BillBerry
BillBerry APARTMENTS
BB CONSTRUCTION

SPRZEDAŻ FIRMY RODZINNEJ BĘDZIE KONIECZNOŚCIĄ

ROZMAWIAŁ: MAX RADKE **/ FOTO:** MIKA SZYMKOWIAK

Z najnowszych badań przeprowadzonych m.in. przez Blackpartners wynika, że 80% firm rodzinnych nie ma sukcesora. O przyszłych losach firm rodzinnych rozmawiamy z Mikołajem Lipińskim z Blackpartners.



Dlaczego aż tyle firm rodzinnych nie ma komu przekazać biznesu? Przecież jest tyle inicjatyw wspierających firmy rodzinne.

Faktycznie jest ich dużo, jednak zwykle koncentrują się na tym, w jaki sposób rodzice powinni przekazywać biznes dzieciom. To wymaga współpracy z psychologiem, prawnikiem, czy coachem. Jednak większość firm rodzinnych nie ma tego problemu, bo sukcesji zwyczajnie nie będzie. Powodów jest całe mnóstwo. W większości przypadków dzieci mają już swoje życie i własne ścieżki kariery. Dodatkowo, pamiętają ile czasu ich rodzice poświęcili na budowanie firmy i nie chcą sami pracować od 7 do 21, także w weekendy. Powody są też jednak czasem bardziej „brutalne" - dzieci nie nadają się do przejęcia biznesu, albo z drugiej strony rodzice nie potrafią oddać sterów.

I co wtedy?

Zamknięcie firmy, albo sprzedaż. Oczywiście trochę dramatyzuję, bo akurat każdy przypadek wymaga innego podejścia, ale bardzo staramy się odczarować emocje związane ze sprzedażą. Obecnie jest ona piętnowana, przez co wiele firm wstrzymuje się z decyzją. Później dochodzimy do momentu, kiedy właściciel ma 70 lat, brak perspektyw na sukcesję, a konkurenci już nie są skłonni wydawać milionów na przejęcie, tylko wolą poczekać na powolny upadek firmy. I chociaż wolałbym, aby firmy rodzinne były budowane na pokolenia, to nie oszukujmy się, nie zawsze jest to możliwe. Znam też przypadki, kiedy dzieci same naciskały na sprzedaż, bo wiedziały, że kawałek tortu im spadnie bez konieczności pracy.

Jednak jak sądzę, przekonanie właściciela do sprzedaży swojej firmy to swoiste „mission impossible".

Może nie jest aż tak tragicznie, jednak faktycznie emocje odgrywają znaczącą rolę. Nie dziwmy się – firma budowana często przez kilkadziesiąt lat od pierwszych przychodów do biznesów o sporych rozmiarach. Właściciele traktują swoje biznesy jak własne dziecko, co jest to jak najbardziej zrozumiałe. Z naszej perspektywy ważne jest zrozumienie na czym najbardziej właścicielom zależy. Mieliśmy transakcje, gdzie sprzedający godził się na niższą kwotę pod warunkiem utrzymania marki, którą budował, albo nie zwalniania ludzi, których znał od 30 lat. Z drugiej strony, czasem warto pomyśleć o zewnętrznym zarządzie i pozostawić firmę w swoich rękach, albo rozważyć alians strategiczny. Tak jak wspomniałem, ile firm tyle przypadków.

Czy któreś firmy rodzinne są bardziej narażone na ryzyko sukcesji od innych?

Nie powiedziałbym, że jest to ryzyko sukcesji, ale im mniejsza firma tym statystycznie łatwiej dzieciom ją przejąć. I całe szczęście, bo im mniejsza firma, tym trudniej ją sprzedać.

A nie odwrotnie? Przecież im mniejsza, tym teoretycznie tańsza.

To proszę spróbować sprzedać osiedlowy warzywniak, albo księgarnię za rogiem. Kupującym jest zwykle średnia albo duża firma, a ona szuka efektu skali, aby transakcja jej się w ogóle opłacała. Inaczej więcej zapłaciliby za doradców, niż za sam biznes. Dlatego większość takich małych firm upada albo są likwidowane. Dlatego tak ważne są inicjatywy, o których Pan wspominał na początku.

To może jakaś rada dla właścicieli albo sukcesorów firm rodzinnych?

Uniwersalna? Myślmy o przyszłości zawczasu. Niczemu nie szkodzi rozmowa w gronie rodzinnym, konsultacje z prawnikiem czy doradcą transakcyjnym. Zobaczmy jakie mamy opcje i która jest dla nas najciekawsza. Blackpartners też jest firmą rodzinną i mam nadzieję, że w przyszłości moje dzieci będą chciały dalej rozwijać biznes. Ten proces jest rozłożony na wiele lat, a efekt oczywiście niepewny. Dlatego teraz mają w firmie kącik zabaw, później biurko do pracy i liczę, że przejmą stery. A jeżeli nie przejmą? Cóż, postaram się sprzedać w najlepszym momencie. Ale to nie szybciej niż za 20 lat (śmiech).

BLACKPARTNERS
Gdynia, Św. Piotra 21
tel. +48 (0) 58 728 27 60
office@blackpartners.pl | www.blackpartners.pl



Od lewej : Maciej Pela, choreograf, Paweł Brzozowski, właściciel Atelier Fryzjerskie Brzozowski, Agnieszka Kaczorowska-Pela, tancerka, prezenterka, aktorka.

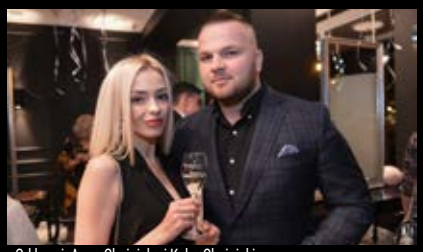


Od lewej: Dorota Mazur, manager salonów Atelier Brzozowski, Paweł Brzozowski, właściciel Atelier Fryzjerskie Brzozowski, Marta Kłos, właścicielka agencji marketingowej Brand and Law.



Fot. Kamil Żurek

Od lewej: Natalia Elder, Paweł Brzozowski, Joanna Elder.



Od lewej: Anna Chojnicka i Kuba Chojnicki, klienci Atelier Brzozowski.



Od lewej: Katarzyna Dubiella, manager Citigold, Anna Jagiełło, manager Citigold, Ewelina Jabłońska, właścicielka butiku See You.



Od lewej: Izabela Micka, Maria Ulemberg - Atelier Fryzjerskie Brzozowski



Od lewej: Anna Jagiełło, manager Citigolg, Grażyna Cyrson, klientka Atelier

PATRONUJE PRESTIŻ

HUCZNE OTWARCIE ATELIER BRZOZOWSKI

Podwale Staromiejskie 109/112 B – to adres trzeciego już w Trójmieście salonu Atelier Fryzjerskie Brzozowski. Uroczyste otwarcie uświetniła obecność klientek, przyjaciół, wśród których była m.in. Agnieszka Kaczorowska-Pela, tancerka i aktorka. Właściciel atelier Paweł Brzozowski, to znakomity stylista fryzur, który rozkochał w swoim stylu nie tylko Trójmiejskie kobiety. **mp**



Od lewej: Beata Hasse, właścicielka firmy Farm Bud, Bożena Elimer, Allianz.



Damian Mienik, Atelier Fryzjerskie Brzozowski, Oliwia Pawłowska, Make-up artist.



Michał Kuteń, Sonia Omernik, klienci Atelier Brzozowski



Anna Dowgiałło – Sługocka, właścicielka restauracji Przystanek Orłowo i Punkt, Rafał Sługocki, lekarz dermatolog



Od lewej: Marta Blendowska, moda&design Prestiż Trójmiasto, Michał Starost, projektant mody, Oliwia Pawłowska, Make-up artist



Z lewej: Patrycja Cybulska, gospodarkamorska.pl. Z prawej: Łukasz Szelestowski, Loreal Polska



Natalia Suchocka, współwłaścicielka Veoli Clinic, Paweł Brzozowski, właściciel Atelier Fryzjerskie Brzozowski



Od lewej: Joanna Nowacka, klientka Atelier, Paweł Brzozowski, Bożena Elimer, klientka Atelier, Monika Stefaniak, Atelier Fryzjerskie Brzozowski



Od lewej: Alicja Zarzecka, Paweł Brzozowski, Aleksandra Zarzecka



Od lewej: Wojciech Pertkiewicz, prezes Arki Gdynia, Sylwia Zarzycka, prezes fundacji Między Niebem a Ziemią, Marcin Żebrowski.



Od lewej: dr Bartosz Szolc-Nartowski, wicedziekan Okręgowej Izby Radców Prawnych w Gdańsku, Andrzej Bodakowski, sekretarz Okręgowej Izby Radców Prawnych.



Fot. Krzysztof Nowosielski

Od lewej: Oskar Piekarski, Air Help, Tomasz Wolny-Dunst, radca prawny.



Aneta i Dariusz Mądry, MGS Law Kancelaria Radców Prawnych i Adwokatów.



Jakub Jakubowski, redaktor naczelny Magazynu Prestiż.



Od lewej: Małgorzata Suchecka, radca prawny, Dariusz Sznycer, radca prawny, MGS Law Kancelaria Radców Prawnych i Adwokatów, Agata Sznycer, marketing & pr manager MGS Law.



Od lewej: Sylwia Zarzycka, prezes fundacji Między Niebem a Ziemią, Sylwia Barsow, psycholog.

PATRONUJE PRESTIŻ

MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

116.800 zł - taką kwotę zebrano na rzecz fundacji Między Niebem a Ziemią podczas aukcji charytatywnej w Sky Clubie Olivia Business Centre. Fundacja ma pod opieką kilkadziesiąt dzieci śmiertelnie i nieuleczalnie chorych oraz ich rodzin. W aukcji udział wzięli trójmiejscy prawnicy, a także przedstawiciele biznesu, a prowadził ją były dziennikarz TVN 24 Marcin Żebrowski. **mp**



Zbigniew Canowiecki, Prezydent Pracodawców Pomorza.



Artur Zawadzki, Metropolitan Investment.



Od lewej: Małgorzata Ziemkowska, Olivia Business Centre, Karolina Grabska, architekt.



Od lewej: Andrzej Czarnecki, trener personalny Sheraton Sopot Fitness, Maciej Kowalski, biznesmen.



Joanna i Arkadiusz Ertel, prezes zarządu firmy Corleonis.



Anna Miękczyńska – Szulc i Filip Szulc, notariusz.



Anna Pstrągowska, właścicielka Kids Concept.



Maciej Suchecki, radca prawny.



Anna Kruszyńska, właścicielka Mano Gdańsk Studio Urody.



Lucyna Waruszewska, dyrektor hotelu Almond, Karol Kacperski, Magazyn Prestiż.



Anna i Przemysław Langowscy – hotel Almond Gdańsk.



Fot. Karol Kacperski

Krzysztof Szulborski, prezes Stowarzyszenia Kucharzy Polskich, Katarzyna Cieślak, szef kuchni restauracji As w Turku.



Od lewej: Izabela Pietrzykowska, Bartłomiej Mudlaf, szef kuchni restauracji Łóżko w Gdańsku, Łukasz Lewandowski, szef kuchni Tritum Gdańsk.



Od lewej: Dorota Ratuszniak, Dariusz Ratuszniak, szef kuchni hotelu Bonifacio Spa&Sport Resort, Anna Wierzba, Gdańska Stocznia Remontowa.



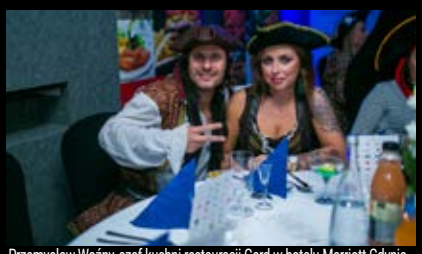
Od lewej: Piotr Bolczak, Żywiec Zdrój, Dariusz Ratuszniak, szef kuchni hotelu Bonifacio, Sylwia Bolczak.



Od lewej: Dastin Dryński, Dajar, Katarzyna Sawicka, Sokołów, Krzysztof Gradzewicz, szef kuchni Correze Gdańsk.

GASTRO SYLWESTER (!) W HOTELU ALMOND

Ponad 200 Gości, wśród których obecni byli szefowie kuchni wraz z osobami towarzyszącymi, przedstawiciele firm partnerskich oraz dziennikarze, spotkało się w Hotelu Almond Gdańsk Business & SPA, by... pożegnać 2018 rok. Skąd pomysł na Sylwestra jesienią? Doskonale wiemy, że obowiązki zawodowe nieczęsto pozwalają szefom kuchni i cukierni świętować Nowy Rok w standardowym terminie. **mp**



Przemysław Woźny, szef kuchni restauracji Gard w hotelu Marriott Gdynia, Maja Woźny, Project Manager Tom Gast.



Od lewej: Anna Fraj-Langowska, Magda Koniuszek, Aleksandra Adamska.



Od lewej: Tomasz Deker, cukiernik, Krzysztof Gradzewicz, szef kuchni Correze Gdańsk.



Krzysztof Malinowski, członek zarządu Euro-Toques Polska.



Wojciech Dembowski, szef kuchni Banglob, z żoną.



Rafał Czyżak, szef kuchni restauracji Tip Top w Gdańsku, z żoną.



Elżbieta i Mariusz Samsel, właściciele hotelu Korona w Ostrołęce.



Od lewej: Sławomir Miotk, szef kuchni Lisewski Dwór, Tadeusz Dobrowolski, Gadus SA, Łukasz Lewandowski szef kuchni Tritum Gdańsk, Kamil Hildebrand, szef kuchni Amber Side.



Grzegorz Drozdowski, zastępca szefa kuchni Restauracji Magiel.

Pokaz Dekoracje Świąteczne Trendy na 2018 rok

Miejsce: Galeria Klif, Al. Zwycięstwa 236, Gdynia

30 listopada 2018, godz. 17:00-19:00
1 grudnia 2018, godz. 17:00-19:00

Podczas pokazu zaprezentujemy trendy w dekoracjach na zbliżające się Boże Narodzenie. Zademonstrujemy, jak klasycznie lub minimalistycznie udekorować świąteczny stół lub choinkę. Ponadto pokażemy jak krok po kroku zrobić wianek oraz stroik świąteczny. Podczas pokazu będzie możliwość wykonania własnej kompozycji pod profesjonalnym okiem pomocnych florystów.







NARCYZ
pracownia florystyczna 1969

Pracownia Florystyczna NARCYZ to ceniona na trójmiejskim rynku sieć kwiaciarni oferująca stylowe kompozycje kwiatowe, dekoracje oraz oprawę florystyczną ślubów i eventów. Od kilku lat dużym zainteresowaniem cieszą się organizowane przez pracownię warsztaty florystyczne, m.in. z plecenia wianków świątecznych, czy układania bukietów z kwiatów polnych.

Pracownia Florystyczna NARCYZ to, powstała w 1969 roku, marka o silnych rodzinnych tradycjach. Od 1984 roku firmę prowadzi po mamie Ewa Malepszy – dyplomowana florystka, europejski projektant zieleni, pasjonatka sztuki w harmonii z naturą, serce pracowni

Klif
INSPIRUJE

Galeria Klif, al. Zwycięstwa 256, Gdynia, Punkt Informacyjny: +48 58 664 93 45, klif.pl



Marta Napiórkowska – Łosin, architekt Mana Design, dr Marcin Łosin, chirurg dziecięcy, właściciel Nord Clinic.



Magdalena Szarejko, kierownik działu marketingu home&you, Paweł Łakomski, Marta Napiórkowska – Łosin, architekt Mana Design, Maciej Szarejko, dyrektor zarządzający firmy Partnex,



Fot. Krzysztof Nowosielski

Anna Oczoś, współwłaścicielka kancelarii Easy Ocean, Paulina Oczoś, Sławek Jaskułke, muzyk.



Od lewej: Gaweł Czajka, współwłaściciel restauracji Cały Gaweł, dr Michał Maternik, nefrolog, pediatra.



mgr Alicja Koczan, dr Daria Bogucka, psycholog.



Teresa Łosin, dr Marcin Łosin, dr Magdalena Góra-Gębka, pediatra, neurolog, dr Małgorzata Czarnecka, pediatra, alergolog.



Mecenas Oskar Skibicki, adwokat, Kancelaria Cogents.

NORD CLINIC ZAPRASZA NA GARNIZON

Marzeniem było stworzenie w Gdańsku miejsca, które zapewniałoby dostęp do pełnej opieki pediatrycznej, poczynając od lekarzy ogólnych, poprzez specjalistów, diagnostykę, a kończąc na rehabilitacji, fizjoterapii czy opiece psychologicznej, logopedycznej lub dietetyce – tak podczas otwarcia Centrum Pediatrii Nord Clinic mówił dr Marcin Łosin. Marzenie się spełniło, czego dowodem jest nowoczesna klinika na gdańskim Garnizonie. **mp**



Ryszard Oczoś, prezes zarządu Easy Ocean.



Katarzyna Suchocka, Kancelaria Grafologiczna K.Suchocka.



Iga Dolewska.



Marcin Suchocki, prezes zarządu Tritum Group.



Patryk Gulbicki, współwłaściciel restauracji Cały Gaweł.



Gaweł Czajka, Cały Gaweł, Tosia Koło, burczymiwbrzuchu.pl, Patryk Gulbicki, Cały Gaweł.



Dr hab. n. med. Beata S. Lipska-Ziętkiewicz, genetyk.



Od lewej: Dr Marcin Łosin, Iga Dolewska, Marcin Suchocki.



dr Anna Mantei-Łozowska, pediatra

FEDDE

RESTAURACJA & BISTRO

KOLACJA SYLWESTROWA W FEDDE







WELCOME DRINK NA POWITANIE

PRZYSTAWKA ZIMNA
Tataki z tuńczyka / dziki sezam / żel limonka

PRZYSTAWKA CIEPŁA
Małże Św. Jakuba / bekon / syrop klonowy / bulgur

ZUPA
Kalmary / czarny makaron / dashi / kolendra

INTERMEZZO
Sorbet jałowcowy / tonic

DANIE RYBNE
Łosoś jurajski / topinambur / wędzona słonina / brukselka

DANIE MIĘSNE
Polędwica cielęca / risotto milanese / szpik

DESER
Rokitnik / czekolada / lody Philadelphia / beza

napoje bezalkoholowe w cenie

***DOSTĘPNA OPCJA WEGAŃSKA NA ŻYCZENIE**

CENA: 250 ZŁ

REZERWACJE:

Gdynia, Świętojańska 43/7 | 577 534 662 | fedde.bistro@gmail.com | www.feddebistro.pl

*ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA

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 Górnosłąski 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 739/1; **Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2/1; **Salon Modnej Fryzury Mago**, Sopot, Al.. Niepodległości 688; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775/1; **Włoski Salon Fryzur**, Sopot, Al. Niepodległości 648/1; **HairBar**, Sopot, Sheraton, Dom Zdrojowy; **Instytut 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. Parkowa 2; **Mercedes BMG Goworowski**, 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; **Anna Dental Clinic**, Gdańsk, ul. Szeroka 119/120; **Lux Med.**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **VitalLabs**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Dental Spa**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 164; **Prodent**, Gdańsk, CH Madison; **Prodent**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 1/65 (Garnizon); **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Optyczno – Okulistyczne**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Evi-Med**., Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Osteo Sport**, Gdynia, ul. 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; **Body Shop**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Taranko**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Strellson**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Lanoro**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Clarks**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tru Trusardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Valentini/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 241/1 (Nowe Orłowo); **Flader Art**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/8 (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**, Gd

DAGO

PŁYTKI CERAMICZNE

DIESEL LIVING

WITH

iris Ceramica

UL. LEGIONÓW 112/13

GDYNIA

www.studio**dago.pl**

hossa.gda.pl

PLAC Unii

Zjednoczone Miasto



HOSSA

Apartamenty w śródmieściu Gdyni