

# prestíž

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 6 (2019)

**SOPOT WAVE!**  
*Żeglarsstwo i moda*

**REMIGIUSZ DORAWA**  
*Ogrodnik mody*

**ZBIGNIEW CANOWIECKI**  
*Od gospodarki do społeczeństwa  
obywatelskiego*

**MIESZKAĆ JAK MATT MURDOCK**  
*Lofty Trójmiasta*

# BEATA TADLA

**DZIENNIKARSTWO TAK,  
ALE BEZ STYGMATÓW**



A man with light brown, wavy hair and a slight beard is sitting on dark, wet rocks on a beach. He is wearing a blue textured sweater and dark trousers. He has his right hand resting on his chin and is looking towards the camera with a slight smile. In the background, the ocean waves are breaking on the shore under a cloudy sky.

Elegance is an attitude

*Simon Baker*  
Simon Baker

N.NAGEL



CH KLIF, tel. 58 620 06 68, [www.zegarkionline.pl](http://www.zegarkionline.pl)



# LONGINES®



HydroConquest



# Porsche? Chętnie.

## Sportowe SUV-y Porsche.

Co widzisz? Dwa samochody o mocnych sylwetkach i dynamicznym, sportowym wyglądzie. Który z nich wybierzesz? Gdy poznasz ich wartość, łatwiej podejmiesz decyzję. Może właśnie tak wygląda Twój nowy SUV? Może to Twoje nowe Porsche?

**Porsche Macan**  
**2511,55 zł**  
netto mies./48 mies.

Oplata wstępna 10%

Max. przebieg 20 000 km rocznie

**Porsche Cayenne**  
**4294,85 zł**  
netto mies./48 mies.

Oplata wstępna 10%

Max. przebieg 20 000 km rocznie

**Porsche Centrum Sopot**  
Al. Niepodległości 956  
81-861 Sopot  
<http://suv-porschesopot.pl>

Porsche Cayenne Turbo: zużycie paliwa (l/ 100 km) w cyklu łączonym 11,9; emisja CO<sub>2</sub> (g/km) 272.  
Porsche Macan S: zużycie paliwa (l/ 100 km) w cyklu łączonym 8,9; emisja CO<sub>2</sub> (g/km) 204.





PORSCHE



# FORUM

GDAŃSK



& other Stories

COS

DOUGLAS



H&M

Homla

iDream



JOOP!

LACOSTE



LIU JO  
MILANO

MANGO

Marc O'Polo

Massimo Dutti

Media Markt

RESERVED

SEPHORA

TK MAXX

TOUS

Triumph

WEEKEND  
MrsMia

VAN GRAAF

ZARA

ZARA HOME

POBIERZ APLIKACJĘ FORUM GDAŃSK I BĄDŹ NA BIEŻĄCO!





FORUM  
GDAŃSK

**WYPRZEDAŻE  
LETNICH  
MARZEŃ**





## 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 OBOWIĄDUJE - ARKADIUSZ HRONOWSKI
- 18 ALE NUMER!

## WYDARZENIA

- 20 #POLARYZACJA NA #GDD
- 21 BNP PARIBAS Sopot OPEN
- 21 17 GDANSK DOCFILM FESTIVAL
- 22 SEZON NA KAJTA
- 22 SILNA OBSADA W ŻEGLARSKIM PUCHARZE TRÓJMIASTA
- 24 POWALCZĄ O PUCHAR NARODÓW
- 26 DOBROCZYNNOSĆ W KLIMATACH ORIENTU
- 26 UTYTŁOWANE FORUM
- 27 NIE TYLKO DLA AUDIOFIŁÓW

## SOPOT WAVE

- 28 ŻEGLARSTWO I MODA
- 32 POKAZY MODY
- 38 ZA KULISAMI SOPOT WAVE
- 40 BIZNES LIGA ŻEGLARSKA ZNÓW NA WODZIE
- 42 TOWARZYSKA STRONASOPOT WAVE VOL. 9

## TEMAT Z OKŁADKI

- 34 BEATA TADLA - DZIENNIKARSTWO TAK, ALE BEZ STYGMATÓW

## LUDZIE

- 56 REMIGIUSZ DORAWA - OGRODNIK MODY
- 60 TYMON TYMAŃSKI - ROCK&ROLL W ŻYCIU I NA SCENIE

## PODRÓŻE

- 64 KRETA - NASYCENI SŁOŃCEM

## MOTORYZACJA

- 66 PORSCHE 718 BOXSTER - KLASYKA DLA PAR
- 70 PREMIERA GIGANTA
- 72 NOWA MAZDA 3 - KOMPAKT CORAZ BŁIŻEJ PREMIUM

## STYL ŻYCIA

- 74 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW

## DESIGN

- 76 PRESTIŻOWE WNETRZE
- MORSKIE MOTYWY W DOMOWYM ZACISZU
- 80 W POSZUKIWANIU DAWNEJ GDYNI
- 80 EKLEKTYCZNA SOFA & FRIENDS
- 82 THINK PINK!
- 84 MIESZKAĆ JAK MATT MURDOCK
- 86 MIEJSKIE ZABYTKI ODZYSKUJĄ DAWNY UROK

## MODA

- 88 MADE IN 3CITY - LOOK BY LUKS
- Z MIŁOŚCI DO NATURY
- 94 PORTRETY OKIEM SUDY

## MIEJSCA

- 96 PRZEGLĄD NAJCIEKAWSZYCH KWIACIARNI
- I PRACOWNI FLORYSTYCZNYCH W TRÓJMIĘŚCIE
- 98 TRÓJMIĘSCA - KRZYSZTOFA SKIBY

## ZDROWIE I URODA

- 100 LATO Z UŚMIECHEM NA TWARZY
- 102 KOMÓRKI MACIERZYSTE ODMŁODZĄ SKÓRĘ
- 104 STOPY POD PEŁNĄ KONTROLĄ
- 106 LIDERZY MODELOWANIA SYLWETKI
- 108 KRZYSZTOF CHMIELEWSKI W TROSCE
- O TWÓJ UŚMIECH
- 110 FAŁA, KTÓRA WALCZY Z TŁUSZCZEM

## KULINARIA

- 112 KUCHNIA SZEFA KUCHNI - MICHAŁ ŚWIĄTEK
- SYMFONIA SMAKÓW
- 113 PRZEPIS - PHILADELPHIA MAKI
- Z ŁOSOSIEM
- 114 HALIBUT, SZAMPAN I TKANINY
- 114 DZIK I LODY CEBULOWE

## KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA

- 116 PRESTIŻOWE IMPREZY
- 118 BIBLIOTEKA PRESTIŻU
- 122 W SIECI Z SHINY SYL
- 121 PRZYJAŹŃ, OGIEŃ I DZIEWCZYNY
- 122 CIAŁO NA WSZELKIE SPOSOBY
- 122 WYBITNE FILMY W WYJĄTKOWYM KINIE

## WIRTUALNE TRÓJMIASTO

- 124 TRÓJMIĘSKIE INSTASTORY - PRZEMEK ZDYBEL

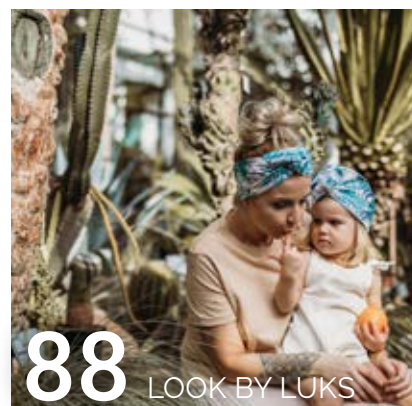
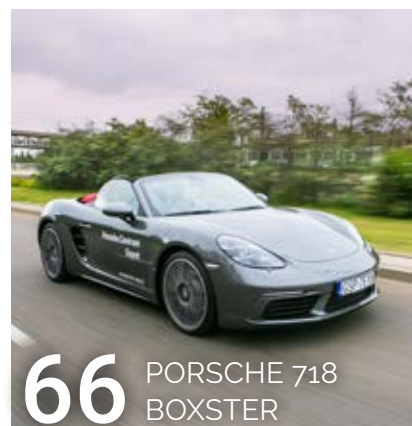
## BIZNES

- 126 FILANTROPIA MOŻE BYĆ RENTOWNA
- 130 PROJEKTOWANIE PRZYJAZNEJ PRZESTRZENI
- 132 OD GOSPODARKI DO SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO

## KRONIKA PRESTIŻU

- 134 BAL Z SERCEM W TURECKIM KLIMACIE
- 135 DNI OTWARTE W BRITISH AUTOMOTIVE GDAŃSK
- 136 NOWOCZESNE CENTRUM MEDYCZNE
- POLMED W GCH MANHATTAN

nr. 06/2019 (105) [www.prestiztrojmiasto.pl](http://www.prestiztrojmiasto.pl)



# Dzień dobry!



**EURO STYL**  
GRUPA DOM DEVELOPMENT





„Dzisiaj dziennikarstwo wymaga posiadania naklejki na czole, do którego plemienia należysz, a to się kłóci z dziennikarską ideą”. Trudno się nie tylko zgodzić ze słowami Beaty Tadli, naszej okładowej gwiazdy, a także cokolwiek do nich dodać. Wykopany rów polityczny w wyjątkowy sposób dotyka właśnie branżę medialną, dzieląc dawne koleżanki i kolegów. Beata Tadla ma tutaj sporą wiedzę. Wieloletnia twarz Faktów TVN i Wiadomości TVP od środka obserwuje linię podziałów. „Mamy więc dwa światy, linia podziału pomiędzy nimi przebiega wzdłuż linii podziału politycznego. W dziennikarstwie tak być nie powinno. Nie chcę być w takim świecie” - deklaruje. Na szczęście z dziennikarstwa całkowicie nie zrezygnowała, znalazła swoje miejsce w bardziej neutralnym otoczeniu prowadząc audycje w Radiu Zet. Realizuje się również jako ekspert od wystąpień publicznych i prowadzi wiele ciekawych debat i imprez. Ostatnią z nich było... Sopot Wave, czyli powitanie sezonu żeglarskiego w Sopocie. To impreza łącząca żeglarstwo z modą i biznesem. Na scenie zaprezentowały się trzy sopockie kluby: UKS Navigo, SKŻ Ergo Hestia i Yacht Club Sopot. Beata Tadla razem z Piotrem Kulą, olimpijczykiem w klasie Finn przepytawali ich przedstawicieli, w większości członków kadry narodowej. Cel dla wszystkich żeglarzy klas olimpijskich jest jasny - przyszłoroczne Igrzyska Olimpijskie w Paryżu. I pozostaje nam trzymać za nich kciuki. Finałowym punktem gali była inauguracja Biznes Ligi Żeglarskiej, której regaty przez całe lato można podziwiać z sopockiego mola.

Relację z Sopot Wave znajdziecie w tym wydaniu Prestiżu, a tuż za nią wywiad z Beatą Tadlą. Nie tylko o dziennikarstwie i polityce, ale i życiu, sprawach damsko - męskich, no i tańcu, bo przecież wygrała Taniec z gwiazdami.

Tradycyjnie - w ramach rozmów na 10 lecie - przypominamy jeden z wywiadów. Tym razem Tymon Tymański, znany i kontrowersyjny muzyk. Brał udział w niezliczonych składach, stworzył wyrafinowany musical „Polskie gówno” i stale nie daje o sobie zapomnieć licznym portalom towarzyskim. Jego życie jest jak rock'n'roll. Tak też przed laty postanowiliśmy poprowadzić z nim wywiad o ulubionych miejscach



w Sopocie z którymi wiąże osobiste historie, w których spędzał najwięcej czasu. Jednym słowem - odnaleźć dawny Sopot. Jak łatwo się domyślić, chodziło głównie o lokale. By rozmowę maksymalnie uwiarygodnić rozpoczęliśmy ją wieczorem u mnie w domu, popijając wytrawne, białe wino. To był tylko wstęp. Kolejne etapy rozmowy odbywały się w miejscach o których właśnie Tymon wspominał. Wszystko miało miejsce w piątkową, letnią noc. Wyszło naprawdę szczerze. Z kolejnym przystankiem dowiadaliśmy się kolejnych faktów i przygód jego życia. Co ważne nasz rozmówca dzień później z niczego się nie wycofał. Szanujemy to, bo przecież każdy dziennikarz wie jaką zmurą są tzw. autoryzacje. Niektórzy rozmówcy potrafią całkowicie zmienić swoje wypowiedzi. Celują w tym politycy i urzędnicy, których trzeba nieustannie nakłaniać do używania „ludzkiego” języka. Z Tymonem nie było takich problemów.

Dodam, że rozmowę z Tymonem przeprowadziliśmy wspólnie z Jakubem Jakubowskim,

z którym przez lata spotykaliście się dokładnie w tym miejscu gazety. Korzystając z okazji dziękuję mu za ogromny wkład i pracę włożoną w Prestiż, a także mnóstwo wspólnych przeżyć. Trudno byłoby wszystkie zliczyć - a za przykład jakie one były niech właśnie posłuży wspomniany wywiad z Tymonem.

Po raz pierwszy w Prestiżu ze swoim felietonem pojawia się Zbigniew Canowiecki, biznesmen i prezydent Pracodawców Pomorza, angażujący się w wiele społecznych i naukowych inicjatyw. Cieszę się, że pod jednym dachem można zwołać tak różne postaci - jak właśnie Tymon Tymański i Zbigniew Canowiecki, czy też ogrodnik i florysta Remigiusz Dorawa. Staramy się by Prestiż był jak całe Trójmiasto, tj. na wysokim poziomie, ale różnorodny, nieprzewidywalny i niebanalny.

Zapraszam do lektury.

**Michał Stankiewicz**

## MAGAZYN PRESTIŻ

miesięcznik bezpłatny

Al. Niepodległości 735/4, 81-840 Sopot  
tel. (58) 620 15 14  
redakcja.trojmiasto@emsgroup.pl  
[www.prestiżtrojmiasto.pl](http://www.prestiżtrojmiasto.pl)  
[www.facebook.com/prestiz.trojmiasto](https://www.facebook.com/prestiz.trojmiasto)  
[www.issuu.com/prestiz](http://www.issuu.com/prestiz)

Redakcja nie odpowiada za treść reklam

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

**Redaktor Naczelny:** Michał Stankiewicz

**Dział foto:** Karol Kacperski (szef),  
Krzysztof Nowosielski

**Skład:** Kamil Żurek

**ms**  
GROUP

**Wydawca:**  
MS Group Sp. z o.o.

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

**Prezes:**  
Michał Stankiewicz

**Dyrektor zarządzający:**  
Maria Bek, [bek@emsgroup.pl](mailto:bek@emsgroup.pl)

**Dyrektor działu organizacji eventów:**  
Aleksandra Staruszkiewicz  
[staruszkiewicz@emsgroup.pl](mailto:staruszkiewicz@emsgroup.pl)  
tel. 606 603 416

**Dział sprzedaży i marketingu:**  
Krzysztof Nowosielski, tel. 533 200 779  
Karol Kacperski, tel. 796 023 368  
Marta Blendowska, tel. 791 971 399  
Karolina Rymarczyk, tel. 503 015 435

**Marketing i PR:** Katarzyna Okońska

**prestiz**  
magazyn trójmiasto



**WSŁUGI!**



**Możesz wszystko.**

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

**oRo**

**OLIWA**  
ZŁOTY ŚRODEK TRÓJMIASTA



**Myślisz nowocześnie.**

Praca? Blisko do domu.

**Wybierasz mądrze.**

Wybierasz Oliwę - złoty środek Trójmiasta.







## 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.

## GENDER PRZYJECHAŁ (W POŃCZACHACH)

Do niedawna w apelach wygłaszanych przez czołowych ideologów patriotyzmu powoływano się co rusz na tradycję kultury śródziemnomorskiej, z której i nasza wyrasta i której przyszło nam bronić. Od pewnego czasu podmieniono jednak przymiotnik „śródziemnomorska” na „chrześcijańska”, co nie jest tożsame. Nie jest tożsame głównie z powodu różnego nastawienia do seksualności człowieka, a szczególnie do odmiennych orientacji seksualnych. Wiadomo, że w antyku relacje męsko-męskie były akceptowane społecznie i prawnie, a szczególnie pozytywną rolę wychowawczą przypisywano związkom starszego mężczyzny z młodzieńcem. Zapładnianie duszy było tak samo ważne, jak prokreacja. Zatem odwołania do tradycji chrześcijańskiej mają nas chronić przed zgubnym wpływem upadłej Europy, której ulegli nawet kapłani i do stojnicy Kościoła. Oczywiście, z jej winy.

Drugim straszakiem ideologicznym stał się „gender”, który niczym zaraza zagraża naszej cywilizacji. Przypomina to nieco goryla z przypowieści Sławomira Mrożka pt. Ucieczka na południe, który obwożony jest w cyrkowym wozie z wioski do wioski, miasteczka do miasteczka, reklamowany afiszami: „Godot przyjechał”. Tak więc, na granicach Polski stanął Gender, który wraz z imigrantami, ateizmem i dekadencją Europy, zamierza najechać na nasz bogobojny kraj, a nas pozbawić roli bastionu kultury białego człowieka. Stąd nawoływania ze strony kręgów patriotycznych do chrystianizacji Europy, co ma polegać nie tylko

na wspólnych płaszcach rządu RP podczas urodzin ojca Rydzyka, chociaż są one medialnie nośnym sygnałem dla cywilizowanego świata, że wartości będziemy bronić za wszelką cenę.

Nasz przykład miłości bliźniego, tolerancji, otwartości na odmienność, odczytania i zrozumienia spraw tego świata, powinien być wzorem dla innych narodów, gnijących w zepsuciu, zaściankowosci i bezbożności. Niestety, u naszych granic stoi ów Gender i przeszkadza w krucjacie ratowania białej Europy. Co więcej, pod jego wpływem grozi nam także seksualizacja dzieci i to od kołyski. Dzieci mają być uczone – o zgrozo! – tolerancji wobec odmienności, a wychowywane będą w duchu zrozumienia dla ról społecznych i kulturowych uwarunkowań relacji pomiędzy kobietami i mężczyznami. Nie będą chciały zrozumieć, dlaczego jednorazowe pobicie żony nie jest przestępstwem, co w prawdziwej rodzinie powinno być zasadą i co chciał ustawowo uchwalić nasz sejm.

Ze wstydem muszę przyznać, że ja sam ulegałem seksualizacji, jeśli nie od kołyski, bo tego nie pamiętam, ale z całą pewnością od przedszkola. A było to w czasach, kiedy o gender nikt nie słyszał, a seksualizacja dzieci przebiegała bez ideologicznych tumanów. Otóż, nie tylko w maluchach, ale i średniakach zmuszano mnie do noszenia... pończoszek i pasa, przy którym wisiały żabki, służące do podtrzymywania nieszczęsnych pończoch. Ponieważ owe elementy ubioru były identyczne z tymi, jakie nosiły dziewczynki, poniżenie chłopców było

przeogromne i nie mogliśmy się doczekać, aby znaleźć się w starszakach, gdzie podobno pończochy już nie obowiązywały.

Niestety, nie przyszło mi się o tym przekonać, gdyż poszedłem o rok wcześniej do szkoły, co miało też i ten uboczny skutek, że nie uodporniłem się na pewien rodzaj bakterii, która atakuje dzieci w przedszkolu, choć te w ciągu trzech lat stają się na nią odporne. A ja do przedszkola chodziłem tylko dwa lata, więc nadal raz w roku zapadam na ostre zapalenie gardła; a wszystko przez stare bakterie, które noszę w sobie od czasów hańbiącej epoki pończoszek. No, ale na szczęście od tych ostatnich wyzwoliłem się w pierwszej klasie szkoły podstawowej. Jaka to była ulga! Niestety, nie wszyscy mieli na tyle szczęścia, by dalszej seksualizacji uniknąć. Był w naszej klasie Grzesz, który nadal paradował w pończoszczkach, choć wszyscy się z niego śmiali. No i co? Ano przedwojenna – a więc dobra, bo przedgenderowa – tradycja ubierania chłopców musiała wpłynąć na orientację seksualną Grzesia, która stała się oczywista nieco później. Jakaś inna bakteria, czy co?

W każdym razie, kiedy teraz patrzę na stare, sprzed wojny albo dziewiętnastowieczne zdjęcia chłopców w wieku przedszkolnym, którzy nie tylko pończochy mają na nogach, ale i noszą sukienki, to tak sobie myślę, że Gender i seksualizacja dzieci są stare jak świat, a w ustach starszych polityków-patriotów, którzy też pończochy nosili, brzmią jak strachy na Lachy.



Radość z jazdy



# ZAWSZE NA PROWADZENIU.

NOWE BMW SERII 3.

**Dealer BMW Zdunek**

ul. Druskiennicka 1a

Gdynia

tel.: +48 58 728 49 60

[www.bmw-zdunek.pl](http://www.bmw-zdunek.pl)

BMW 330i: zużycie paliwa w cyklu mieszanym: 6,6–7,5 l/100 km. Emisja CO<sub>2</sub>: 149–170 g/km. Wskazane dane dotyczące zużycia paliwa i emisji CO<sub>2</sub> zostały ustalone na podstawie nowej procedury WLTP. Szczegóły na [www.bmw.pl](http://www.bmw.pl)



# 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.



## GRA O TRON

Od ponad 20 lat dokonuję wyborów. Wyborów politycznych. Było ich sporo i zawsze związane były z moimi dość liberalnymi poglądami, czy to w sferze ekonomii, czy światopoglądu. I po każdym wyborze okazywało się, że wskazane przeze mnie ugrupowanie nie miało jednak woli i siły, by realizować swój program. Wciąż szukałem czegoś nowego, bo wciąż pojawiała się nadzieja. I tak w kółko.

Równolegle do tego spojrzenia obywatelskiego pojawiło się dziennikarskie. Pozwalające oglądać politykę od środka.

Gdy w 1999 roku trafiłem do redakcji Rzeczpospolitej, rządziło AWS i UW, a premierem był Jerzy Buzek. Końcówka rządów była kiepska, mieliśmy sporo roboty. Afera goniła aferę. Jesienią 2001 stery władzy objął rząd Leszka Millera, który w następnym roku dokonał spektakularnego skoku na prywatną, największą w Europie Stocznnię Szczecińską. Ten wielki holding zatrudniał 12 000 osób. Wpadł jednak w kłopoty z powodu opóźnień przy budowie prototypu skomplikowanego chemikaliowca. Konieczny był kredyt, poręczony przez państwo. Zarząd holdingu, w którym zasiadali jednocześnie najważniejsi jego właściciele rozpoczął więc rozmowy z rządem, które jednak się przedłużały. Mając w budowie 17 statków i portfel zamówień na ponad 2 mld zł stocznia stanęła. Zniecierpliwieni stoczniowcy wyszli na ulice, a naprzeciw im wyszli ministrowie Leszka Millera. Szybko znaleziono winnych. Właściciele stoczni. Wypadki potoczyły się błyskawicz-

nie. Ówczesny szef MSWiA Krzysztof Janik na jednym ze stoczniowych wieców ogłosił rychłe aresztowanie członków zarządu, co szybko stało się faktem. Główni udziałowcy zostali zamknięci pod zarzutami działaniami na szkodę firmy. I gdy siedzieli w areszcie - rząd stoczniowy holding znacionalizował. Tak więc od połowy 2002 roku Stocznia Szczecińska stała się państwową firmą.

Po wielu latach zarząd prywatnej stoczni został prawomocnie oczyszczony ze wszelkich zarzutów. Na uratowanie zakładu było jednak już za późno. W 2005 roku rządy w Polsce przejął PiS, a w 2007 PO. W 2009 roku kurcząca się państwowa Stocznia Szczecińska nie wytrzymała „fachowego” zarządzania przez obydwie partie i upadła. Do dzisiaj PO i PiS przerzucają się odpowiedzialnością kto więcej nawalił w tej sprawie, a 2 tys. akcjonariuszy dawnego, prywatnego holdingu walczą w sądzie o odszkodowanie od państwa, które ich zdaniem rozłożyło prywatną firmę.

Pomijając program i wizję światopoglądową, sposób działania dwóch głównych bloków jest podobny. W imię dobra narodowego pochłaniają małe projekty. Robert Gwiazdowski, liberał i praktyk, uzyskał śladowe poparcie w tych ostatnich wyborach. Z trudem przeszedł Robert Biedroń z Wiosną, nie wszedł Adrian Zandberg z Razem. I rzecz nie w tym - czy ich programy są świetne czy nie. Chodzi o puszcę demokracji, fundamentów społeczeństwa obywatelskiego. Paradoksalnie największe

atak Wiosna dostała od otoczenia PO, także od bliskich jej mediów. Sygnał był jasny - nie ma miejsca na własne poglądy, czy wreszcie na realizację swojego programu.

Obydwie strony nie przebiegają w środkach. PiS od początku swojej kadencji do walki używa aparatu centralnego, całego rządu, podległych mu instytucji i gigantycznych budżetów. Ma też potężne media. PO i jej koalicjanci najpierw nieśmiało, a dzisiaj już z otwarcie sięgają po samorządy. Fantastyczna data 4 czerwca, kiedy Polska odzyskała wolność stała się okazją do politycznego przegrupowania. Wolność zesłała na drugi plan, a kontrolowane przez PO największe metropolie i województwa potwierdziły swoją gotowość do walki politycznej. Czekają więc konfrontacja - rząd kontra samorządy. Oczywiście za nasze pieniądze, bo ktoś przecież musi to wszystko utrzymywać.

Nie ma miejsca na oddolne, obywatelskie inicjatywy. Nie ma miejsca na solidne autorytety. Zamiast nich te same od lat twarze zmieniające tylko swoje stołki i które dają nam wybór: albo prokurator ze stanu wojennego albo I sekretarz KW PZPR w Skiernewicach. To jak w „Grze o tron” - ci sami bohaterowie przez całą sagę, tylko sojusze i konfiguracje ciągle inne.

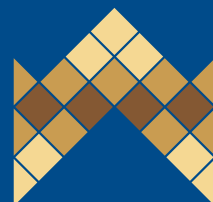
Tylko, że HBO zakończyło już swój wieloletni serial. Ciekawe jak potoczy się u nas?

**Michał Stankiewicz**



# OSIEDLE WZGÓRZE RADUNI

MIEJSCE W SAM RAZ DLA CIEBIE



## WZGÓRZE RADUNI

BIURO SPRZEDAŻY

ul. Chabrowa 33/4

83-010 Straszyn

tel. 538 411 584

[biuro@wzgorzeraduni.pl](mailto:biuro@wzgorzeraduni.pl)

[www.wzgorzeraduni.pl](http://www.wzgorzeraduni.pl)





# KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄDUJE

## 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.

## FIT JEST GIT?

Im jestem starszy, a właściwie nie. Wśród młodych i starszych nastąpiła moda na fit. Fit oznacza zdrowe życie, dbanie o wygląd, o kondycję, o dietę i jeszcze wszystkie te modne deklaracje, że nie jem mięsa, nie jem ryb, nie jem niczego. Jestem Eco. Oby to wszystko nie skończyło się jeszcze nie piciem wody by jej nie krywdzić.

Doostałem w czasach komuny. Wtedy dieta przeciętnego domostwa była klasycznie polska. Jedliśmy sporo mięsa, bo zimą zawsze potrzeba nam więcej energii, ale oznaczało to też w pewnym sensie dobrobyt w domu. Jestem wychowany na sosach, rosolach, kurze, schabowym, zrazach, kluskach, knedlach, ziemniakach, kiszonych ogórkach, kapuście, gołąbkach, szaszłykach, kielbasie, twarogu, jajecznicy, serku topionym, świeżym chlebie, maśle, wędzonej makreli, śledziach i od czasu do czasu smażonej rybie. A pochodzę z regionu, który od ryby odcięty nigdy nie był. Można więc powiedzieć, że doostałem w domu patriotycznym, bo polska kuchnia w nim dominowała. Nigdy nie miałem nadwagi, wręcz odwrotnie jako dziecko uważany byłem za niedożywionego, co było nieprawdą. Byłem po prostu energicznym dzieckiem, sporo czasu spędzając na podwórku, jako inicjator wielu spektakularnych akcji, których większość zwykle kończyła się klęską. Świadomość zdrowego trybu życia nadeszła po trzydziestce. Świadomość polegająca na tym, że zacząłem sobie zdawać sprawę z nadużyć w życiu. Zwyczajnie zacząłem odczuwać ich

skutki. Jako osoba nie poddająca się żadnym trendom, nigdy przez miesiąc nie jadłem zupy z kapusty, nie stosowałem diety 1200 kalorii, nie odstawiałem mięsa, nie zjadałem się owocami i nigdy nie zrezygnowałem ze słodzenia herbaty. Do dziś uwielbiam i zjadam się makowcem i sernikiem. Lubię gorzką czekoladę i lody czekoladowe. Próbowałem nawet chodzić przez rok na siłownię. Jakże to było nudne i powtarzalne. Nie znoszę biegania, nie przepadam za rowerem, a hantle są za ciężkie. Lubię za to rolki. Sopot ma super tor do jazdy, nad samym morzem, w lesie. Mam szczęście bo blisko domu. Od mniej więcej 20 lat postanowiłem słuchać się organizmu, ale bez tej lekarskiej wiedzy, bez tych wszystkich teorii, że pomidor połączony z czosnkiem ochroni mój organizm przed rozwojem komórek rakowych. Może i avocado jest cudownym i leczniczym owocem, ale nie specjalnie za nim przepadam. Mogę go czasami skosztować z pomidorem, ale na Zanzibarze. Ale żeby od razu ładować go do jajecznicy, bo będę zdrowszy? Mam swój tryb, który działa od 20 lat. Mam nadzieję. To znana na mieście zasada: śniadanie zjedz jak król, obiadem się podziel, a kolację oddaj wrogowi. Nie przepadam za stekami, ale od kiedy powstały profesjonalne miejscówki z tym mięsiwem raz na kilka miesięcy idę i wcinam pół kilo tego cuda. A znacie smak schabowego z kością? Jest wyśmienity i jest kilka miejsc w Trójmieście gdzie znajdują się na tym daniu. Trzeba się też badać. Robię to co roku. Wyniki mam zawsze takie same, tzn. podwyższony ponad normę

cholesterol... nigdy nie potrafiłem dobrze wymówić tego słowa, i pewnie dlatego mam takie wskazówki. No, ale wiem dlaczego tak jest i nie chcę przestać pić wina. Jest pyszne. Odkryłem je dopiero po 96 roku, więc trochę późno. Jeśli będę kiedyś musiał z niego zrezygnować to tylko jeśli moje życie będzie zagrożone. Kiedyś paliłem papierosy. Sprawiało mi to przyjemność, ale mi się znudziło i zwyczajnie przeszkadzało. Jakoś tak z dnia na dzień przestałem lubić fajki i nie mam z tym problemu. Jak mi się znów zachce to będę jarać.

Wokół mnie jest coraz więcej ludzi skupionych na niejedzeniu niczego, na odstawianiu wszystkiego co może przyczynić się do tycia. Jestem zaniepokojony tymi osobami. Znam ich kilka i widzę jak się starzeją, jak są sfrustrowani. Kiedy się widzimy jeszcze jakoś się luzują, ale wyobrażam sobie co się dzieje kiedy wracają do domu. Myślę, że się strasznie zainfekowali fit sektą. Trochę jakby robili dokładnie w drugą stronę. Tak jak jedni jedzą tłusto, dużo i raz dziennie to oni praktycznie tego nie robią. I czy nawet jedzenie pigulek -suplementów diety coś zmienia? Są ohydne, nawet jeśli są kolorowe i malutkie. Coś tam codziennie żona mi podaje jako uzupełnienie tego czego mój organizm potrzebuje. Dla świętego spokoju nie protestuję i połykam. Wiem jednak, że to tylko 5 % wspomaganie. Pozostałe 95% zostaje w kieszeniach farmaceutów. Jednak nie chcę być otyły, bo fajnie jest być szczupłym. Ale nie jest fajnie być smutnym szczupłym.



**3 lata gwarancji!**  
**Tylko u autoryzowanego dealera.**



RAM 1500 BIG HORN



RAM 1500 LARAMIE



RAM 1500 LONGHORN



RAM 1500 LIMITED



RAM 1500 REBEL

*Built for the Bold*



**RAM**

**Jedyny autoryzowany dealer marek DODGE i RAM w Polsce północnej.**

**AUTO-MOBIL sp. z o.o.**

**Wejherowo, ul. Gdańska 17, tel. +48 725 575 008**

**[www.auto-mobil.pl](http://www.auto-mobil.pl)**

**AutoMobil®**

AUTO Z DOBREJ REKĄ



# ALE NUMER!

## 3983 BIEGACZY



zgłosiło się do biegu Skywayrun, który odbył się na płycie gdańskiego lotniska. Bieg rozpoczął się dokładnie o godzinie 1 w nocy, a wcześniej wszyscy uczestnicy musieli przejść odprawę taką samą jak zwykli podróżni. Trasa, która liczyła 5 km wiodła drogą kołowania samolotów, a następnie pasem startowym. Bieg ukończyło 3155 osób. W kategorii open zwyciężył Przemysław Lasoń z czasem 15:47, a z pań Aleksandra Pochranowicz z czasem 18:13. Ostatni z uczestników dobiegł do mety po 1 godzinie i 11 sekundach.

## 127 344 PRZEJAZDÓW



na rowerach, hulajnogach, rolkach i deskorolkach wykonali w maju uczniowie Gdyni. To wynik tegorocznej edycji ogólnopolskiej kampanii „Rowerowy Maj”, w której szkoły z całej Polski rywalizują ze sobą o liczbę przejazdów. W Gdyni w akcji wzięły udział 22 szkoły i 5231 uczniów. W skali kraju było to 833 szkół z 47 miast i łącznie 178 tys. uczniów, którzy wykonali ponad 4 mln przejazdów.

## 28 RAZ



z rządu Sztumskie Centrum Kultury razem z Zakładem Karnym w Sztumie zorganizowało Przegląd Sztuki Więziennej. Patronat objął Zbigniew Ziobro. Podczas przeglądu można było na scenie zobaczyć grupy skazanych z zakładów karnych w Krzywińcu, Głogowie i Kwidzynie oraz osadzonych z aresztów na Grochowie i Gdańsku. W repertuarze pojawił się m.in. monodram wg „Procesu” Kafki, czy spektakl o sposobie prowadzenia śledztwa na przykładzie „Inki”. Drugie miejsce zajęły osadzone reprezentujące areszt w Gdańsku. Nagrody odebrała dyrekcja. W konkursie wystawiono też obrazy, rzeźby, makiety statków i budynków. Nie wszyscy artyści dostali jednak przepustki.

## 12,5 MLN



osób odwiedziło Forum Gdańsk w ciągu pierwszego roku działalności. Uroczyste otwarcie centrum miało miejsce 26 maja 2018 roku. Już w pierwszy weekend otwarcia FG odwiedziło 180 tys. klientów, a po trzech tygodniach „pękł” pierwszy milion. W ciągu roku forum zorganizowało 100 aktywności i zdobyło blisko 10 nagród.



## 144 KONI

zostało zgłoszonych do tegorocznej edycji Międzynarodowych Zawodów w Skokach przez przeszkody CSIO Sopot. Wierzchowce wystartują w 10 konkursach i 6 dodatkowych dla młodych koni. Wraz z nimi pojawiają się światowej sławy jeźdźcy. Puła nagród przekracza 2 mln zł.

## 300 MERCEDESÓW



zjechało na zlot Mercedes Spot Trójmiasto, jaki organizowany jest co roku koło Stadionu Energa Gdańsk. Pojawiły się zarówno nowe modele jak i starsze. Trzy samochody wystawił dealer BMG Goworowski – nową A klasę, CLA i AMG CLS 53. Sporo było aut klasycznych, w tym V170 z 1936 roku. Zainteresowanie wzbudzała też klasa G w wersji cabrio.

## 99,6 MLN ZŁ BRUTTO



ma kosztować przebudowa dworca głównego w Gdańsku. W zakres prac wejdzie m.in. przebudowa obiektu i odnowienie elewacji, w tym odtworzenie historycznego wyglądu holu głównego. Powstanie też tunel podziemny łączący z peronami i przystankami. Wykonawca obiektu – Mostostal Warszawa na prace ma 118 tygodni, to oznacza, że z nowego dworzec będzie gotowy w drugiej połowie 2021 roku.



## 13 257 282,5 ZŁOTYCH

przeleje gdańskiej Lechii - Ekstraklasa S.A. To trzecia najwyższa wypłata w lidze za poprzedni sezon. Więcej zainkasuje tylko tylko Legia Warszawa (15,8 mln zł) i Piast Gliwice (15, 2 mln). Znacznie mniej, bo 6 692 220 zł dostanie Arka Gdynia. Ekstraklasa S.A. dzieli pieniądze po każdym sezonie. W tym roku to rekordowe 155 mln zł.

## 613 TYSIĘCY



razy wypożyczono rower Mevo od jego startu (do 4 czerwca). System Roweru Metropolitalnego jest flagowym i najważniejszym przedsięwzięciem realizowanym w ramach RPO w Województwie Pomorskim. To największy i najnowocześniejszy tego typu system rowerów publicznych w Europie.

## 848 182 301 ZŁOTYCH



wyda Gdańsk w 2019 roku na inwestycje. Priorytety budżetu to polityka społeczna i rozwój komunikacji miejskiej. Wśród największych inwestycji planowanych w 2019 w Gdańsku są m.in. przebudowa wiaduktu Biskupia Górka, rozwój infrastruktury szkół zawodowych oraz budowa szkoły przy ul. Jabłoniowej. Jeśli chodzi o wydatki bieżące, największa część budżetu przeznaczona zostanie na cele związane z oświatą i wychowaniem, edukacyjną opieką wychowawczą oraz opieką społeczną. Wzrosną też wydatki na drogi i komunikację zbiorową, gospodarkę komunalną i ochronę środowiska. Więcej niż w poprzednim roku zarezerwowano też na cele związane z działalnością kulturalną oraz kulturą fizyczną i sportem.



# Fauna & Flora

APARTAMENTY W PARKU

SOPOT · UL. REJA

---

**tel. 58 621 74 74 · [www.abinwestor.pl](http://www.abinwestor.pl)**





# #POLARYZACJA NA #GDD

**Bazy kosmiczne, dywaniki z użytych adidasów, czy głowica dla robota do karmienia butelką niemowląt – to tylko niektóre z projektów jakie będzie można zobaczyć podczas tegorocznych Gdynia Design Days.**

**Hasłem 12. edycji jest „Polaryzacja”.**

„Konsumpcjonizm nie daje się pogodzić z minimalizmem, a uwielbienie piękna i perfekcjonizm z zyskującą zwolenników bezceremonialną brzydotą i niedoskonałością. Wysoka jakość kolekcjonerskich bibelotów, obiektów pożądania wąskiej grupy uprzywilejowanych estety, stoi w kontrze do masowej produkcji jednorazowych przedmiotów codziennego użytku, płynących wartkim strumieniem prosto z azjatyckich linii produkcyjnych. Wielkie korporacje napędzane siłą masowego pracobolizmu nie znajdują wspólnego mianownika z rosnącą grupą samozatrudnionych freelancerów, których miejsce pracy określa wyłącznie lokalizacja komputera. Influencerzy pochłonięci podnoszeniem wartości rynkowej profilu na Instagramie nie znajdują wspólnego języka z obsesyjnie unikającymi WiFi zwolennikami cyfrowej anonimowości”.

To fragment obszernej zapowiedzi organizatorów tegorocznego Gdynia Design Days, którzy tym razem postanowili zmierzyć się z polaryzacją.

- Podczas GDD w gronie profesjonalistów i miłośników dobrego projektowania wypracujemy wspólnie nowe metody działania w obszarze designu i biznesu dla spolaryzowanej rzeczywistości – mówi Paulina Kisiel, szefowa Gdynia Design Days. - Poszukamy alternatywnych materiałów przyjaznych środowisku, przeanalizujemy możliwości lepszego wykorzystania sztucznej inteligencji z korzyścią dla użytkowników w dobie przeładowania informacjami. Zastanowimy się nad



przedefiniowaniem pojęć ekonomii wobec polityki, weźmiemy pod lupę ludzkie ciało jako źródło niewykorzystywanych dotąd surowców, a także zadamy sobie pytanie o znaczenie empatii oraz wiedzy o zdrowiu psychicznym i fizycznym w designie.

Jak zwykle głównym punktem festiwalu będą wystawy. Wśród nich „Ja w opozycji do my”, której kuratorka Izabela Bołoz stawia pytania: jaka doza wygody i odpowiedzialności jest prawidłowa, kiedy postawić na własny interes, a kiedy dobro

wspólne? Jednym z przykładów będzie zaprezentowany na wystawie Baby Feeder – głowica pasująca do standardowej butelki dla niemowląt i umożliwiająca robotowi karmienie dziecka, co mogłoby każdorazowo zaoszczędzić rodzicom 15-30 minut.

Na kosmicznej wystawie „We need more space”, której kuratorką jest z kolei Marta Flisykowska zobaczymy makiety baz księżycowych, modele łazików marsjańskich, rakiet i czujników, dowiemy się też o kulisach projektów badaw-

czych realizowanych z udziałem polskich specjalistów. Jednym z obiektów, który będzie można zobaczyć podczas wystawy, będzie Lem Mars Rover – studencki projekt budowy analogu łazika marsjańskiego.

Podczas festiwalu już po raz czwarty spotkają się też przedsiębiorcy, projektanci i architekci zmian – w ramach Design talks Business Summit.

Festiwal potrwa od 6 do 14 lipca. Wszystkie wydarzenia odbędą się w Pomorskim Parku Naukowo – Technologicznym.

## BNP PARIBAS SOPOT OPEN

**Pula nagród powiększona do 92 tys. euro i sponsor tytularny znany m.in. z wielkoszlemowego French Open – to dobre wiadomości dotyczące tegorocznego turnieju Sopot Open.**

- Jestem niezmiernie dumny, że zgodnie z pierwotnym założeniem nasz turniej się rozwija – mówi Mariusz Fyrstenberg, dyrektor turnieju. - Tegoroczny BNP Paribas Sopot Open będzie największą imprezą rangi ATP Challenger rozgrywaną w tym czasie w Europie. Zwiększona pula nagród oraz premia punktowa zagwarantuje turniejowi mocną obsadę, a kibicom tydzień pełen emocji.

Tegoroczny turniej odbędzie się na przełomie lipca i sierpnia na kortach w Sopocie. To już druga edycja. Najważniejsza zmiana to większa pula nagród niż rok temu. Urosła z 64 000 euro do 92 040 euro + H. Druga ważna zmiana to pojawienie się sponsora tytularnego. BNP Paribas to bank od dziecięcych kojarzony ze światowym tenisem, znany m.in. z finansowania French Open.

Jak zapowiadają organizatorzy pełna lista startowa zostanie opublikowana na początku lipca. Pierwsze dwie dzikie



karty już przyznano – powracającemu po kontuzji Jerzemu Janowiczowi i Chun Hsin Tsengowi, zwycięzcy ubiegłorocznych juniorskich turniejów wielkoszle-

mowych Roland Garros i Wimbledon. Udział w turnieju potwierdzili też Kamil Majchrzak i Marcin Matkowski, wieloletni partner Mariusza Fyrstenberga.

ms

## 17 GDAŃSK DOCFILM FESTIVAL

**„Trzeba wytrenować ją jak psa” – mówi trenerka o swojej podopiecznej w jednej ze scen filmu „Over the limit” opowiadającego o dramatycznych wyrzeczeniach w sporcie. Mocny dokument Marty Prus wygrał tegoroczny Gdańsk DocFilm Festival.**

Trenerka to Irina Viner – Usmanova, kiedyś wybitna zawodniczka, dzisiaj trenerka i żona rosyjskiego oligarchy. Podopieczna to 20-letnia Rita, utalentowana gimnastyczka, która przygotowuje się do występu na Igrzyskach Olimpijskich w Rio de Janeiro. Film Marty Prus to opowieść o psychicznych kosztach jakie niesie za sobą uprawianie wyczynowego sportu. Reżyserka z bardzo bliska kreśli psychologiczny portret zawodniczki i toksyczne relacje łączące ją z trenerką. I choć to dokument to film porównywalny jest do fabularnych produkcji – „Czarnego łabędzia” i „Whiplash”, zdobywając doskonałe recenzje na całym świecie.

W Gdańsku za swój film Marta Prus odebrała statuetkę „Bramy Wolności” i 20 tys. zł ufundowaną przez miasto Gdańsk.

Wyróżniono także „Kabul, miasto na wietrze” (reż. Aboozar Amini), „Czarnobóg” (reż. Grzegorz Paprzycki) i „Drømmeland” (reż. Joost van der Wiel).

W konkursie wystartowało w sumie 16 filmów dokumentalnych z całego świata, m.in. z Brazylii, Holandii, Niemiec, Białorusi, Danii, Słowacji, Ukrainy, Rumunii, Afganistanu, Japonii i Polski, pokazanych w Międzynarodowym Konkursie Głównym oraz 15 obrazów fabularnych rywalizujących w Konkursie Polskich



Krótkometrażowych Filmów Fabularnych. Nie zabrakło także pokazów specjalnych. M.in. odbyły się retrospektywy przewod-

niczących jury obu konkursów: Andrzeja Fidyka i Janusza Zaorskiego okraszone spotkaniami z twórcami.

br



## SEZON NA KAJTA

**Mocne słońce i wysokie temperatury to oczywisty znak, że nadchodzi sezon letni. A wraz z nim tysiące miłośników kitesurfingu. Już w połowie czerwca na Półwyspie Helskim rusza popularny cykl Ford Kite Cup.**

Tegoroczna edycja rozpocznie się już 21 czerwca, zawodami w ramach Pucharu Polski na kempingu Chałupy III. Kolejne zagospodzą m.in. w Rewie – gdzie odbędzie się Puchar Polski Aztorin Kite Challenge i Pucku, gdzie w sierpniu zaplanowano Mistrzostwa Polski. Zawodnicy wystartują w trzech konkurencjach: Freestyle'u, Twin Tip Racingu oraz Kite Foilu. Szczególne emocje budzi rywalizacja w konkurencji Kite Foil, do której zgłasza się coraz większa liczba zawodników i zawodniczek. Bardzo popularny jest również Twin Tip Racing, który łączy zawodników na co dzień startujących w różnych konkurencjach takich, jak Freestyle czy Foilboarding. Oznacza to, że w wyścigach Twin Tip może startować praktycznie każdy kitesurfer, niezależnie od dyscypliny, którą uprawia.



Kitesurfing z roku na rok staje się coraz bardziej powszechny. W 2024 zadebiutuje na Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu, co z pewnością spowoduje, że liczba fanów i amatorów tego sportu jeszcze bardziej wzrośnie.

Półwysep helski, z racji na wyjątkowe warunki do nauki tego sportu jest mekką kitesurferów, znaną także poza Polską. Działają tutaj popularne szkółki, a także trenują zawodnicy.

Polscy kitesurferzy odnieśli już sporo sukcesów, a Puchar Polski Ford Kite Cup, który w tym roku odbywa się po raz 14. to dla nich doskonały sprawdzian formy.

br

## SILNA OBSADA W ŻEGLARSKIM PUCHARZE TRÓJMIASTA

**55 jachtów w 8 kategoriach rywalizowało w Żeglarskim Pucharze Trójmiasta. Żeglarze ścigali się zarówno w krótkich wyścigach, jak i na trasie Gdańsk – Sopot – Gdynia.**

Najliczniej i najsilniej obsadzona była klasa Open3, czyli jednostek o długości powyżej 11 metrów. W stawce było 11 jachtów, a zwycięzcą klasy został 44 stopowy „Scamp27” prowadzony przez Witolda Karałowa. Wyprzedził m.in. „Selma Racing” pod dowództwem Artura Skrzyszowskiego i „Globe” Zbigniewa Gutkowskiego. „Selma Racing” to 15 - metrowa jednostka, która w tym roku po raz kolejny wystartuje w słynnych regatach Fastnet u wybrzeży Wielkiej Brytanii. Z kolei „Globe” to już 28 – letni, ale bardzo utytułowany 60 - stopowy jacht. W latach 90. wygrał Vendee Globe i zajął drugie miejsce w Transat Jacques Vabre, a z Gutkowskim w 2011 roku

wywalczył drugie miejsce w Velux 5 Oceans.

Klasę Open 1 (do 9 metrów) wygrał 77 Racing Piotra Tarnackiego, a Open 2 (9-11m) One & Only sterowany przez Michała Korneszczyka.

Klasa ORC została decyzją sędziów podzielona na dwie grupy ORC1 i ORC2. W ORC1 wszystkie wyścigi wygrał Piotr Adamowicz na jachcie Neoprofil i tym samym został zdobywcą nagrody głównej czyli puchar Żeglarskiego Pucharu Trójmiasta. W ORC2 wygrała załoga Łukasza Trzcieskiego na jachcie PGO Goodspeed.

Organizatorem regat jest Premium Yachting i Pomorski Związek Żeglarski.

br



S A L O N Y   O P T Y C Z N E

---

OPTICAL  CHRISTEX

NAJNOWSZE  
KOLEKCJE



NASZE SALONY  
OPTYCZNE

Gdynia CH KLIF  
Al. Zwycięstwa 256  
tel. 58 350 85 01

Gdynia Centrum Riviera  
ul. Kazimierza Górskiego 2  
tel. 734 406 511

Gdynia  
ul. Starowiejska 21  
tel. 58 620 74 69

Sopot  
ul. Grunwaldzka 33  
tel. 58 551 08 11

Sopot Dom Zdrojowy  
ul. Powst. Warszawy 6  
tel. 58 736 55 13

OPTICALCHRISTEX.PL



# POWALCZĄ O PUCHAR NARODÓW

**Już po raz kolejny sopocki hipodrom będzie gościł jeźdźców z pierwszej pięćdziesiątki świata. Punktem kulminacyjnym tegorocznego CSIO będzie drużynowy konkurs Pucharu Narodów Longines FEI, jeden z 12. na świecie.**



Międzynarodowe Zawody w skokach CSIO w Sopocie mają już długą tradycję. Pierwszy konkurs odbył się w 1983 roku, od tego czasu rozegrano ich 22. Od pięciu lat mają najwyższą rangę sygnowaną pięcioma gwiazdkami.

- To znak, że w zawodach bierze udział światowa czołówka, a w puli są najwyższe wygrane. W tym roku suma nagród wyniesie ponad 2 mln zł. – mówi Kaja Koczurowska – Wawrzekiewicz, prezes Hipodrom Sopot Sp. z o.o., organizator imprezy.

Tegoroczne zawody odbędą się od 13 do 16 czerwca. Każ-

dego dnia rozegrane zostaną konkursy w ramach tzw. Małej Rundy (wysokość przeszkód do 140 cm), Średniej Rundy (do 145 cm) i Dużej Rundy (150 cm)/. Nowością będą konkursy dla koni 6 i 7 letnich. Najważniejszym indywidualnym konkursem CSIO będzie Grand Prix. Łącznie odbędzie się 16 konkursów, z czego pięć będzie liczonych do światowego rankingu. Organizatorzy podają, że w Sopocie pojawi się 65 zawodników, z czego przynajmniej kilkunastu z pierwszej pięćdziesiątki świata. Razem z nimi przyjedzie ponad 150 utytułowanych koni.

W trakcie CSIO zostanie rozegrany także konkurs Pucharu Narodów w ramach Longines FEI Jumping Nations Cup. To cykl najbardziej prestiżowych na świecie zawodów drużynowych. W 2019 roku zaplanowano 12 konkursów, z czego 8 w Europie, a po jednym w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, Kambodży, Meksyku i USA. Do tej pory rozegrano już 6 z nich, a sopocki puchar narodów jest siódmym z kolei. Cykl zakończy się wielkim finałem w październiku w Barcelonie. Zgodnie z regulaminem FEI pula nagród w każdej edycji, która obejmuje elitarną tzw. Pierwszą Dywizję (do ta-

kich zaliczany jest Sopot) nie może być mniejsza niż 200 tys. euro. Aż 32% puli przypada za 1 miejsce, 20% za drugie, a 16% za trzecie. W Sopocie o puchar rywalizować będą zespoły z Irlandii, Francji, Holandii, Niemiec, Austrii, Brazylii, Polski, a także zeszłoroczni zwycięzcy - Belgowie.

Zawody w Sopocie to nie tylko wielki sport, to również doskonała okazja do rodzinnego piknikowania. Na terenie hipodromu odbędzie się festiwal foodtrucków, będzie także strefa wystawców, no i oczywiście nie zabraknie gwiazd.

# LONGINES

**FEI™**  
**JUMPING**  
**NATIONS CUP™**

★★★★★  
**LOTTO** CSIO  
**SOPOT 2019**

## MIĘDZYNARODOWE ZAWODY W SKOKACH

13-16 czerwca  
Hipodrom Sopot



PREZYDENT.PL



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



prestiż



WOJEWODA POMORSKI

ŚWIAT KONI

VIVA!

Poczta Polska



LONGINES



any  
where  
re o

trojmiasto.pl



KF  
GROUP





## DOBROCZYNNOŚĆ W KLIMATACH ORIENTU

**Ponad 205 tys. zł udało się zebrać podczas IX „Balu z sercem” jaki zorganizowała w sali Amber Expo Fundacja Hospicyjna. Pieniądze trafią do podopiecznych fundacji – osób, których życie zmierza do kresu oraz ich opiekunów.**

Tegoroczny bal organizowany był pod hasłem „Share together”, a poprowadzili go Dorota Sobieniecka – Kańska i Maciej Orłoś ze wsparciem Marka Kańskiego i Macieja Kosycarza.

Tradycyjnie wiele emocji wywołały charytatywne aukcje, w których licytowane były przedmioty подарowane przez darczyńców, a w nich między innymi: piękne porcelanowe tureckie filiżanki z tygielkiem, koncert Artura Andrusa i spotkanie

z artystą, grafika Waldemara Marszałka, ręcznie tkany turecki kilim, koszulka Ronaldy, zestaw zdjęć Zbigniewa i Macieja Kosycarzy.

Patronat nad balem objęli m.in. Tunç Üğdül, Ambasador Republiki Turcji w Polsce oraz Serdar Davran Honorowy Konsul Generalny Republiki Turcji w Gdańsku, stąd nie mogło zabraknąć atrakcji orientalnych. Ozdobą wieczoru był pokaz i nauka tureckich tańców ludowych przygo-

towany przez zespół ze szkoły Tureckie Klimaty z Krakowa.

Bal organizowany był z myślą o osobach, których życie zmierza do kresu oraz ich opiekunach rodzinnych. Zebrano 205 tys. zł. Jak podali organizatorzy całkowity dochód z balu i aukcji zostanie przeznaczony na finansowanie opieki nad pacjentami Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych im. ks. Dutkiewicza SAC w Gdańsku, a także wsparcie budowy Centrum Opieki Wytchnieniowej.



## UTYTUŁOWANE FORUM

**Blisko 12,5 mln klientów oraz 10 nagród i wyróżnień – to bilans pierwszego roku działalności Forum Gdańsk.**

- Pierwsze 365 dni Forum Gdańsk jest okazją do podsumowań i refleksji. Wiele się u nas działo w ciągu roku – mówi Magdalena Gibney, dyrektor Forum Gdańsk. - Można śmiało powiedzieć, że wpisaliśmy się życie mieszkańców Gdańska i całego Trójmiasta. To także „must be” na trasie dla turystów licznie odwiedzających Gdańsk.

Forum Gdańsk ruszyło w maju ub. roku. W obiekcie łączący stylem nowoczesny design z zabawkowymi elementami dawnej zabudowy znalazły się m.in. sklepy znanych marek, 30 punktów usługowych, kino. W obrębie forum powstał też duży plac i Kunszt Wodny. Podczas pierwszego weekendu działalności

obiekt odwiedziło aż 180 tys. osób, a w ciągu trzech tygodni liczba przekroczyła milion.

W ciągu pierwszego roku FG zdobyło blisko 10 nagród i wyróżnień, m.in. w konkursach Prime Property Prize 2018, Property Design Award 2019 oraz Europa Property CEE Retail Award 2019.

Poza licznymi nagrodami za architekturę i design, właściciel FG - Multi Poland otrzymał prestiżową nagrodę marketingową Złotego Spinacza dla najlepszej kampanii public relations w Polsce oraz międzynarodową nagrodę Mobile Web Award za aplikację mobilną w kategorii Best Shopping Mobile Application.



- Nie spodziewaliśmy się, aż tylu tytułów w tak krótkim czasie. Chyba żadne centrum handlowe w Polsce nie może pochwalić się ty-

loma osiągnięciami w ciągu 365 dni – cieszy się Magdalena Gibney. - To dla nas zaszczyt, a zarazem wyzwanie.

# NIE TYLKO DLA AUDIOFIŁÓW

**Kolumny Dynaudio, elektronika Accuphase, gramofon Transrotor – to tylko niektóre marki, które można było podziwiać podczas pierwszej audio prezentacji w Gdańsku.**

**Wartość rynkowa całego zestawu – bagatela - ponad 600 tys. zł!**

Audio prezentacje to imprezy dedykowane zarówno audiofilom, ale i miłośnikom pięknego designu. Można na nich zobaczyć i posłuchać urządzeń audio z najwyższej półki. Goście którzy znają już tego typu imprezy choćby z warszawskiego Audio Show wiedzą, że mogą przynieść tu swoje płyty winylowe lub CD, by posłuchać ich ulubionej muzyki na perfekcyjnie dobranym, bardzo drogim sprzęcie audio. Nie inaczej było w Hotelu Focus w Gdańsku Wrzeszczu, gdzie dwie firmy – Antrax Audio Salon z Gdańska i Nautilus Dystrybucja z Krakowa urządziły pierwszą w Trójmieście audio prezentację.

W prezentacji brały udział duńskie kolumny Dynaudio Confidence C4 Platinum w których zastosowano legendarny już głośnik Esotar oraz selekcjonowane najwyższej klasy przetworniki zamontowane w pięknych i nowoczesnych obudowach. Sercem systemu była Japońska elektronika Accuphase: wzmacniacz mocy P-6100 oraz najdroższy w cenniku przedwzmacniacz C-3850. Całość spinały przewody marki Siltech. Szyku całej imprezie dodała muzyka płynąca z przepięknego gramofonu Transrotor Dark Star Silver Shadow z japońską wkładką ZYX Cosmos.

Wartość rynkowa całego grającego na prezentacji zestawu to ponad 600 tys. zł. Najdroższy przewód zasilający podłączony do prezentowanego systemu to koszt ok. 70 tys. zł. Zainteresowanie było tak duże, że pierwsi audiofile pojawili się już godzinę przed otwarciem, a impreza przeciągnęła się do późnych godzin wieczornych. Organizatorzy już zapowiadają kolejną audio prezentację.

Podobnego zestawu, który zagrał podczas audio prezentacji można posłuchać w salonie Antrax Audio w Gdańsku. Znajdziemy tam dużo więcej audiofilskich marek jak np. Octave, Phasemation, Siltech, Spondor, Ayon, Audio Reveal czy prezentowane Dynaudio, Accuphase oraz Transrotor. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie [www.antraxaudio.pl](http://www.antraxaudio.pl).

br

**AntraxAudio**  
HI-END SOUND SOLUTIONS

**Nautilus**  
DYSTRYBUCJA

[salon@antraxaudio.pl](mailto:salon@antraxaudio.pl)





# ŻEGLARSTWO I MODA

**Już po raz dziewiąty moda i żeglarstwo spotkały się na jednej scenie, by hucznie przywitać sezon żeglarski. Tym razem to rosnące w sławę wydarzenie miało miejsce na tarasach przy Aquaparku w Sopocie.**

**AUTORKA:** ALEKSANDRA STARUSZKIEWICZ



Każda edycja Sopot Wave cieszy się ogromną popularnością. Tak było też tym razem. Ponad 500 osób związanych ze światem żeglarstwa, mody i biznesu pojawiło się na sopockim tarasie, którego zadaszenie przypominało ogromny biały żagiel co nadawało jeszcze bardziej żeglarskiego klimatu imprezie. Wydarzenie prowadziła znana dziennikarka radiowa i telewizyjna Beata Tadla oraz żeglarz regatowy, uczestnik Letnich Igrzysk Olimpijskich 2012 w klasie Finn - Piotr Kula.

## **NAJPIERW AMATORZY, POTEM ZAWODOWCY**

Najważniejszy element żeglarski Sopot Wave to inauguracja Biznes Ligii Żeglarskiej. Na scenie w świetle reflektorów stanęło kolejno 12 drużyn ze świata biznesu, reprezentujących pomorskie firmy: Apteka Gemini, Bud Invest, Erplast, Simply-

Car, StoGda Ship Design & Engineering Sp. z o.o., ATENA Usługi Informatyczne i Finansowe S.A., Eurocast Spółka z o.o., SOSNOWSKI, EPAM, W Ślizgu! i Olivia Business Centre, GSC Yachting i przyjaciele. Liga organizowana jest przez firmę GSC Yachting, a regaty trwają przez cały sezon. Zwycięzców poznamy podczas jesiennej edycji Sopot Wave. Na scenie podczas wieczoru zaprezentowały się też sopockie kluby żeglarskie. Sopocki Klub Żeglarski, skoncentrowany na windsurfingu, reprezentowany był przez Pawła Tarnowskiego i Maksymiliana Wójcika. Tarnowski to młody, choć już utytułowany zawodnik olimpijskiej klasy RS:X. Ma na koncie tytuł wicemistrza Europy. Maksymilian Wójcik osiągał sukcesy zawodnicze kiedy jeszcze nie było RS:X. W wieku 16 lat sięgnął po mistrzostwo świata w klasie Aloha, potem siadł na Mistrala, wówczas klasę olimpijską, zastąpioną





następnie przez RS:X. Teraz pracują razem – jako trener (Maksymilian) i zawodnik (Paweł). Paweł Tarnowski opowiedział również w jaki sposób związał się z Yacht Club Sopot. To klub otwarty dla każdego kto kocha żeglarstwo regatowe zarówno morskie jak i oceaniczne. Jego przedstawiciel – Paweł Górski, odpowiedział o idei klubu i planach regatowych. Misją klubu jest stworzenie przestrzeni dzielenia się doświadczeniami regatowymi, spotkania żeglarskie, realizacja członkowskich projektów

żeglarskich, a przede wszystkim szlifowanie żeglarskich umiejętności w przyjemnej atmosferze oraz motywowanie się do startów w regatach krajowych i zagranicznych. Klub UKS Navigo reprezentowany był przez jego szefa - Jacka Noetzla, oraz Katarzynę Góralską i Kubę Surowca, duet w olimpijskiej klasie Nacra 17. Navigo to najważniejsze miejsce w Polsce jeżeli chodzi o regatowe katamarany. Trenują w nim najlepsi na świecie żeglarze pływający w A-klasie. To najmniejsza, jednoosobowa klasa ka-





tamaranów. W Navigo trenuje kadra Polski w olimpijskiej klasie Nacra 17, do której należy Kuba Surowiec i Kasia Góralska. Ich katamaran postawiony w centrum imprezy cieszył się ogromnym zainteresowaniem. Trudno się dziwić – to bardzo szybka jednostka, nie tylko z racji konstrukcji (katamarany są szybsze od jachtów jednokadłubowych), ale i folii. To dwa stateczniki umieszczone pod kadłubami, dzięki którym jednostka odrywa się od powierzchni wody i rozpoczyna „lot”. Podczas wieczoru nie zabrakło elementu żeglarskiego dla najmłodszych. W tym roku rusza nowa i wyjątkowa impreza Livolo Super Puchar Gdyni. Organizowana jest przez cztery gdyńskie kluby i odbywać się będzie na jachtach klasy Optimist, które są najlepszą szkołą podstawową regatowców. O tym projekcie opowiedział pomysłodawca Jakub Wyrębski, właściciel firmy Livolo Gdynia - głównego sponsora regat. Uczestnicy SW mogli też obejrzeć główną nagrodę w tych regatach – łódkę klasy Optimist.

## MODA I RÓŻE

Moda to drugi, stały element Sopot Wave. Także podczas tej edycji można było podziwiać oryginalne stylizacje. Stałym i barwnym elementem każdej edycji są spodenki i koszulki Ramatuelle Beachwear. Podczas pokazu tej marki modele wręczyli wybranym gościom miły prezent od Rose Atelier. To prawdziwe róże, które swoją świeżość utrzymują do dwóch lat i to bez konieczności podlewania. Żeglarskie stylizacje zaprezentowała firma Campione. Asortyment dostępny jest w butiku mieszczącym się w Galerii Klif w Gdyni. Na wybiegu pojawiły się również stylizacje z butiku Jungle Chic z markami

Okuaku, Terrastyll, Tears&Fears, Waisted, MoRe, MIUMMASH, Piu czy MASH. Stylizacje wzbogacone zostały o oryginalne torebki ze skóry Cream Bear. Zobaczyliśmy też Menta Meccanica oraz przepiękne i bardzo kobiece stylizacje projektanta Michała Starosta, który odpowiadał również za choreografię wydarzenia. Fryzury pięknych modelek zostały wykonane przez stylistów fryzur z salonów ExcellentQ z Gdańska. Wizaż natomiast wykonało niezastąpione Pomorskie Studium Sztuk Wizualnych pod batutą Katarzyny Mątewskiej Kowalewskiej.

## PROSECCO Z WIDOKIEM NA OGNIE

Sopot Wave to nie tylko żeglarstwo i moda, ale i dobra zabawa. Kiedy na scenie moc wrażeń dobiegła końca,







w pobliżu tarasów rozpoczęły się widowiskowe pokazy fireshow. W ogniu pochodni, z płonącymi parasolami, oraz lassach iskier wystąpił zespół tancerek Mamadoo Fireshow, otwierając tym samym dalszą, nieformalną część imprezy. Już na wejściu przybyłych gości witwały piękne hostessy, które przyjmując zaproszenia wręczały drobny upominek w postaci voucheru od L'assai Medical Clinic. Idąc czerwonym dywanem, który prowadził prosto na tarasy, silnie uwagę przykuwały wyjątkowe i ekskluzywne samochody Mazda 3 i 6 oraz Mazda CX-5 i CX-3. Te wyjątkowe maszyny prezentował partner Sopot Wave Trójmiejski Autoryzowany Dealer Mazdy oraz Mercedesa firma BMG Goworowski. Partnerem Sopot Wave była także Grupa Inwestycyjna Hossa

– polska firma która już od 30 lat prowadzi działalność deweloperską na terenie Trójmiasta, tworząc nowoczesne projekty mieszkaniowe i komercyjne. Ponad to partnerem był również Citi Handlowy – jedna z najsilniejszych polskich instytucji finansowych, która łączy doświadczenie i najlepsze tradycje polskiej bankowości z nowoczesnym modelem prowadzenia finansów. Podczas całego wieczoru raczono się pysznym winem musującym Freixenet Prosecco o wyraźnej nucie kwiatów, cytrusów i jabłek. Z kolei o wielbicieli mocniejszych trunków zadbał barmani stałego partnera Sopot Wave firmy Bar4You przygotowującego koktajle na bazie wódki Dalkowski. Dla spragnionych gości, którzy woleli coś bez alkoholu swoje napoje oferowała firma Nata.



## Ramatuelle.pl Beachwear

Ramatuelle Beachwear to linia męskich oraz chłopięcych kąpielówek, a także koszulek polo inspirowanych luksusem Lazurowego Wybrzeża. Fanami marki są osoby ceniące aktywny wypoczynek, a jednocześnie dbające o nienaganny wygląd na plaży. Podczas pokaz pokazano, że spodniki Ramatuelle pozwalają także kobietom czuć się swobodnie, a przy tym wyglądać seksownie. Kąpielówki wykonane są ze świetnej jakości materiałów, które dodatkowo posiadają właściwości gwarantujące ich szybkie wysychanie. Atutem są kieszonki na klucze co doskonale sprawdza się na plaży.



Fot. Karol Kacperski







## CAMPIONE

CAMPIONE to ubrania które pomagają wyrazić naszą osobowość i wyjątkowość. CAMPIONE jest międzynarodową marką lifestyle oferującą modę najwyższej jakości. Swoim charakterystycznym, marynistycznym stylem przyciąga nie tylko żeglarzy. Fanami marki są też panie i panowie ceniący swobodny, sportowy styl życia, kochający ruch, słońce i przestrzeń. CAMPIONE posiada sieć monobrandów w całej Polsce, między innymi w Warszawie, Łodzi, Świnoujściu, Mikołajkach oraz butik w Galerii Handlowej Klif w Gdyni.



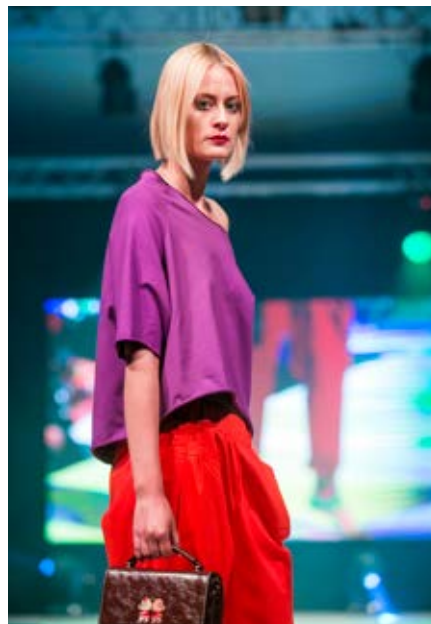




Menta Meccanica to gdyńska marka modowa tworząca ubrania z pasji do niewymuszonej mody i swobody oraz luksusu niepodążania za trendami. Styl marki przejawia się w przeskalowanych formach, surowych wykończeniach, prostocie i użyciu naturalnych materiałów wysokiej jakości, głównie bawełny. Ubrania nie mają terminu przydatności lecz dojrzewają wraz z noszącą je osobą i tworzone są z myślą o kobietach ekstrawaganckich, które nikogo nie udają i same decydują jak chcą wyglądać...



Fot. Karol Kasperski







# Jungle Chic

Terrastyll, Piu, Tears&Fears, Okuaku, More Fashion, Mash oraz Waisted i Miummash - marki, które mogliśmy podziwiać podczas trzeciego pokazu na Sopot Wave skupia showroom Jungle Chic znajdujący się w gdyńskiej Galerii Klif. Jungle Chic to propozycja idealna dla świadomych i wymagających kobiet ceniących sobie oryginalność i najwyższą jakość produktu, idealne miejsce dla klientek mających dosyć sieciówek – szukających niestandardowych rozwiązań, oryginalnych projektów i wysokiej jakości. Showroom stanowi kreatywną przestrzeń sprzedażową, w której wystawcami są polscy projektanci. Twórcą projektu Jungle Chic jest Patchwork Concept Stores, projekt multibrandowych sklepów tematycznych.



Fot. Karol Kasperski



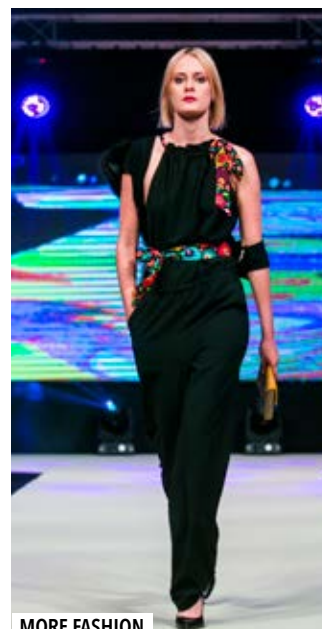
PIU



TEARS&FEARS



TERRASTYLL



MORE FASHION



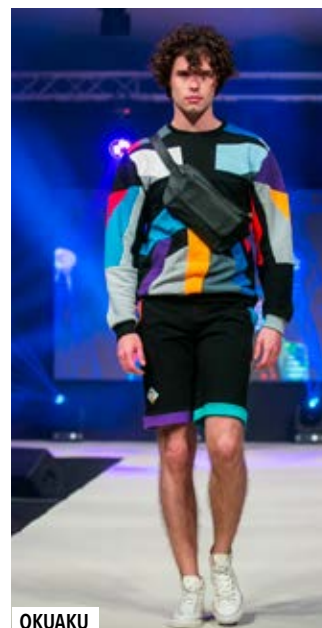
MASH



MASH



OKUAKU



OKUAKU





Kolekcja lato 2019 „Ecru” utrzymana w kolorach kremowy, budyniowy i ecru. Lekkie, kobiece z elementami koronki i satyny. W kolekcji Michała pojawiają się zarówno zwiewne kreacje jak i wariacje na temat sukienek letnich oraz podsztych letnią bryzą z sopockiej plaży – koszul.

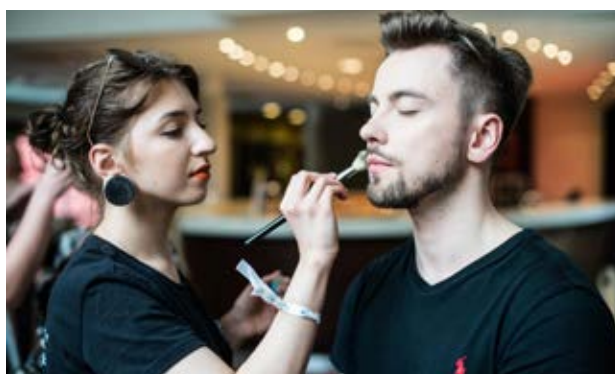
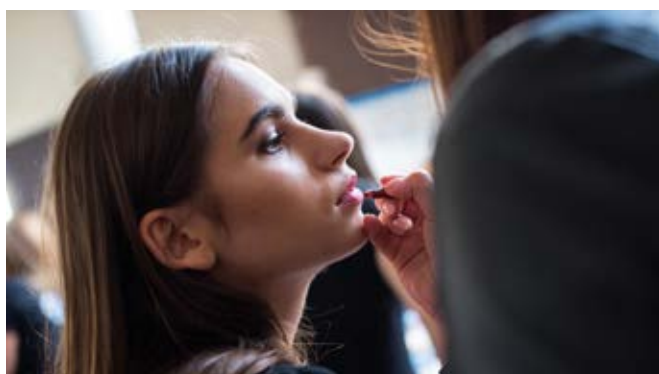
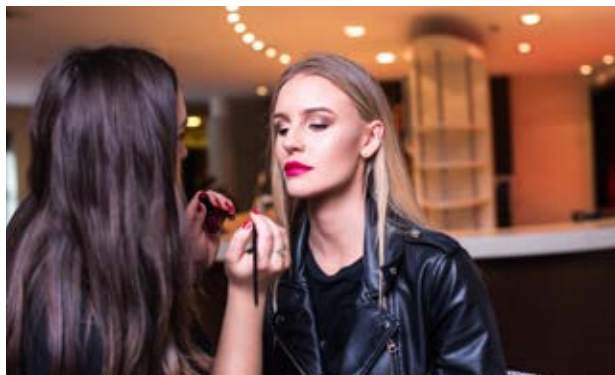




# ZA KULISAMI SOPOT WAVE

**Będąc za kulisami pokazów mody można poczuć się jak w ulu. Przy produkcji pokazów pracuje sztab ludzi odpowiedzialny za każdy szczegół.**

Organizatorzy, kierownicy, asystenci, choreograf, makijażyści, fryzjerzy, styliści mody, osoby techniczne oraz cała chmara biegających długonogich modelek. To tego wrzawa, krzyk, nerwy, ale i śmiech, bo wszyscy zaangażowani kochają swoją pracę. Przygotowania do pokazów mody trwały od rana. Najpierw próby choreografii pod czujnym okiem wymagającego Michała Starosta, a następnie makijaże i fryzury. Wszystko po to, by na wybiegu całość prezentowała się idealnie. Makijaże wykonało Pomorskie Studium Sztuk Wizualnych z Gdyni, a fryzury wykonali styliści fryzur z salonów ExcellentQ z Gdańska. Za obsługę techniczną Sopot Wave odpowiedzialny był EventTech, który słynie ze swojej skrupulatności i profesjonalizmu.







PARTNER *Sopot Wave*

**PERFECTSERVE / POKAZYBARMAŃSKIE**



**WEDDINGBAR / FLAIR / COCKTAILS / OPENBAR**



**KLASYCZNIE/ELEGANCKO/PROFESJONALNIE**

[www.bar4you.pl](http://www.bar4you.pl)  
biuro@bar4you.pl  
502356619





# BIZNES LIGA ŻEGLARSKA ZNÓW NA WODZIE

**Podczas Sopot Wave uroczyste za-  
inaugurowano Biznes Ligę Żeglarską.  
Poznaliśmy zespoły, które będą zma-  
gać się przez cały sezon w regatach  
wokół sopockiego mola.**



To już trzeci sezon rozgrywek Biznes Ligi Żeglarskiej, w której pomorskie firmy walczą o tytuł mistrza. Amatorskie ekipy ścigają się przez cały sezon wokół sopockiego mola. Każdy zespół ma do dyspozycji zwinny jacht regatowy Delphia 24 One Design, a każdy uczestnik pod okiem zawodowej kadry żeglarskiej, może nauczyć się strategii walki z przeciwnikiem, trzymowania żagli oraz technik prowadzenia jachtu. Nad całością czuwają specjaliści z GSC Yachting, organizatora ligi oraz komisja sędziowska.

Podczas wieczornej imprezy Sopot Wave poznaliśmy 12 drużyn podzielonych na dwie grupy, które już następnego dnia rozpoczął zmagania na wodzie. Siła wiatru (6 węzłów) nie była zachwycająca i wymagała od załóg bardzo dużego skupienia i cierpliwości.

W pierwszej grupie zwycięstwo odniosła drużyna Olivia Business Centre, która startuje już drugi sezon. Tuż za nią uplasował się Erplast, a na najniższym stopniu podium stanęła Atena.

## WYNIKI BLŻ 2019 – RUNDA I – GRUPA I

1. Olivia Business Centre – 7 pkt.
2. Erplast – 9 pkt.
3. Atena – 11 pkt.
4. Epam – 19 pkt.
5. Eurocast – 24 pkt.
6. SimplyCar – 29 pkt

W drugiej grupie mocno rozkręciła się debiutująca w BLŻ załoga Apteki Gemini. Zespół ten ukończył całe regaty na trzecim miejscu. Bud – Invest, dla którego jest to również pierwsza edycja ligi, ostatecznie ukończył regaty na drugim miejscu, a pierwszym liderem został team Sosnowski. Tuż za podium znalazła się załoga W Ślizgu!, która nie ukrywała zawodu z miejsca czwartego. Na piątym regaty ukończyli debiutanci z firmy StoGda Ship Design and Engineering.

## WYNIKI BLŻ 2019 – RUNDA I – GRUPA II

1. Sosnowski – 7 pkt.
2. Bud-Invest – 10 pkt.
3. Apteki Gemini – 11 pkt.
4. W Ślizgu! – 12 pkt.
5. Sto-Gda – 20 pkt.
6. Przyjaciele GSC – DNC





*Ramatuelle.pl*  
*Beachwear*

**FRANCUSKA ELEGANCJA  
I PRESTIŻ NA POLSKIM WYBRZEŻU**



[www.ramatuelle.pl](http://www.ramatuelle.pl)



# TOWARZYSKA STRONA

## SOPOT WAVE VOL. 9

9 edycja Sopot Wave za nami! W hucznym powitaniu sezonu żeglarskiego, zorganizowanym przez firmę MS Group sp. z o.o. udział wzięło blisko 500 gości - żeglarze, partnerzy, ludzie biznesu, a także miłośnicy mody. Tym razem sezon żeglarski przywitano na Tarasach przy Aquaparku w Sopocie.



Piotr Kula- prowadzący Sopot Wave, żeglarz olimpijski w klasie Finn,  
Anna Pohlak - żeglarka



Jacek Noetzel - szef UKS Navigo z żoną Małgorzatą



Od lewej Conrad Golebski, DNVGL, Approval Centre Poland, Adam Niklewski,  
DNVGL, Maritime Classification



Paweł Tarnowski - żeglarz olimpijski w klasie RS:X z partnerką Adą Kulwicką



Maciej "Świstak" Marczewski - żeglarz, skiper Sailing Poland



twórcy marki WAISTED Magda i Jarek Bryl



Marta Blendowska - manager działów Moda i Design MS Group,  
Izabela Krogulec - Sell-glass Sp. z o.o.



Od lewej Jarosław Ziółek - SUNHAUS (Yacht Klub Sopot) i Łukasz Borys



Łukasz Stybner - Citi Handlowy i Sylwia Więckowska - Silva Boutique



Ewa Marjańska - Menta Meccanica i Michał Starost - projektant



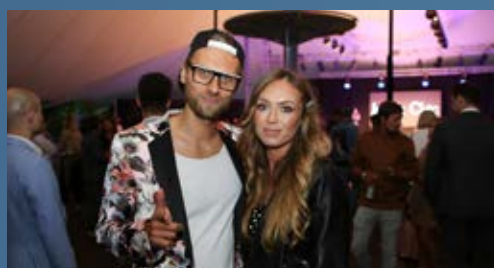
Kamil Niewiadomski - prezes Kingdom Invest, Aneta Czauderna - właścicielka The Legendary Jacks Bar & Restaurant, Maria Bek, dyrektor zarządzający MS Group, Jacek Czauderna właściciel The Legendary Jacks Bar & Restaurant, Łukasz Bek właściciel BMP OK Serwis



Kamila Lemańska i Tomasz Lemański, Telem



Krystian Trubisz i Nikola Lelić - fotograf



L.U.C. - muzyk z partnerką Justyną Posadzy



Rafał Sawicki GSC Yachting, organizator Biznes Ligi Żeglarskiej, Paweł Górski - Yacht Club Sopot



Przemysław Kisielewski i Łukasz Stybner - Citi Handlowy



Paweł Miziński, Anna Jagiełło, Przemysław Kisielewski - Citi Gold



Andrzej Gościński, Anna Adaszyńska, Łukasz Senkowski - Citi Handlowy



Alicja i Grzegorz Zalewsky - Ramatuelle Beachwear oraz Jakub Jakubowski



Radosław Stefański, Aneta Stefańska - Event Service



Olga Ziemann - projektantka Silk Epoque, Marta Blendowska - manager działów Moda i Design w MS Group, Sonia Łaniecka - Project Manager Silk Epoque



od lewej Robert Zajkowski - Henkell&Co. Polska, Aleksandra Staruszkiewicz - dyrektor do spraw eventów MS Group, Tomasz Weber - BOTO





Od lewej: Łukasz Bek właściciel BMP OK Serwis, Janusz Benesz, prezes Stowarzyszenia Trefl, Maria Bek, dyrektor zarządzający MS Group, Tomasz Zaorski



Nikola Lelęń - fotograf,  
Marta Blendowska - manager działów Moda i Design MS Group



Piotr Kula, Jakub Wyreński - Livolo Gdynia



Od lewej Marta Szmuda, Anna Galecka,  
Magda Reysowska, Ilona Gruszczyńska



Jacek Noetzel i Michał Stankiewicz - prezes zarządu MS Group



Dariusz Wroniak - Alior z żoną i Paweł Kozłowski - Auto Mobil z żoną



Tomasz Kuprasz - TKF z żoną



Bartłomiej Oset - NDI Development z żoną



Damian Pietruszewski GSC Yachting z dziewczyną i Marek Szybiński  
Członek Zarządu Mercedes - Benz BMG Goworowski



Kuba Surowiec - Almar Sailing i Kasia Góralska - żeglarze



Łukasz Stybner - Dyrektor Citi Gold, Sylwia Więckowska - Cream Bear



Teresa Kurczyk, właścicielka salonu ExcellentQ wraz z zespołem





Grzegorz Kurczewski - BNP Paribas



Michał Stankiewicz – prezes zarządu MS Group i Oliwier Rasztawicki - architekt



Katarzyna Bieg, Joice Fiore The - Oriental Spa Sopot



współniczka marki MORE FASHION Renata Trojanowska



Agnieszka Sielska- Campione, agencja mody LCM z córką



Mariusz Brożyński - właściciel Bar4You z ekipą



Magdalena Gniazdowska - Almar, Daria Łobasiuk - magazyn W Ślizgu, Katarzyna Goralska - UKS Navigo



Od lewej: Aleksandra Staruszkiewicz - dyrektor ds eventów MS Group, Maria Bek - dyrektor zarządzający MS Group



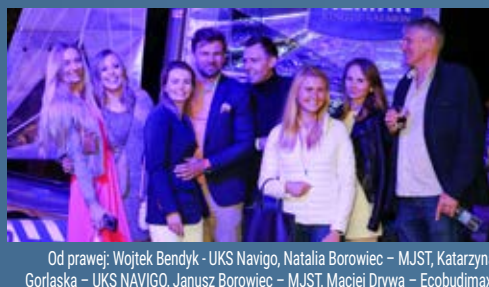
Karol Kaeperski - szef działu foto MS Group, Edyta Steć - Trójmiasto.pl



Katarzyna Okońska - sekretarz redakcji MS Group



Od lewej: Lidia Jugła i Marcin Witzling, Dorota Bołtakis-Piasecka, Anna Szaliziya



Od prawej: Wojtek Bendyk - UKS Navigo, Natalia Borowiec - MJST, Katarzyna Goralska - UKS NAVIGO, Janusz Borowiec - MJST, Maciej Drywa - Ecobudimax, Magdalena Gniazdowska - Almar, Daria Łobasiuk - magazyn W Ślizgu!



# BEATA TADLA

**Najbardziej bolało mnie, że gdy w Tańcu z gwiazdami rozsypał mi się związek, było komentowane, że to na potrzeby programu, żeby wygrać. A mi się życie zawaliło. Takie sytuacje przeżywam podwójnie – osobiście i publicznie, bo przecież wtedy każda mina, każdy gest są interpretowane.**



**Komplet "BOHO" Silk Epoque**

Bolerko z koronki i jedwabiu 250 PLN  
Spódnica z 100% jedwab 1625 PLN  
Szal z jedwabiu Silk Epoque 450 PLN



A woman with long brown hair, wearing a long black dress with long sleeves and a high collar, stands on large grey rocks by the sea. Her hands are raised behind her head. The sea is a deep blue, and the sky is clear and blue. The dress has a sheer panel at the waist and a long, flowing skirt.

**Mamy więc dwa światy, linia podziału pomiędzy nimi przebiega wzdłuż linii podziału politycznego. W dziennikarstwie tak być nie powinno. Nie chcę być w takim świecie.**

**Sukienka "Frozen" Silk Epoque**

Wykonana z jedwabiu 100% z krepy jedwabnej haftowanej i szyfonu jedwabnego  
2400 PLN

BEATA TADLA

# DZIENNIKARSTWO TAK, ALE BEZ STYGMATÓW

ROZMAWIAŁ: MICHAŁ STANKIEWICZ / FOTO: KAROL KACPERSKI

**Dzisiaj dziennikarstwo wymaga posiadania naklejki na czole, do którego plemienia należysz, a to się kłóci z dziennikarską ideą - mówi Beata Tadla. Wieloletnia „twarz” Faktów TVN i TVN24, a potem głównych Wiadomości TVP. Dzisiaj prowadząca audycje w Radiu Zet. Korzysta z Instagrama, choć nie bezkrytycznie. Prowadzi szkolenia, debaty i imprezy. A do tego jest silną i atrakcyjną kobietą, która korzysta z pełni życia. W rozmowie z Michałem Stankiewiczem opowiada o swoich doświadczeniach, ideałach i pragnieniach. A także o tym czym różni się dzisiejsze dziennikarstwo od tego sprzed lat i jak wygląda Gdańsk z perspektywy Warszawy.**

## Nie żał ci pracy w telewizji?

Życie ma etapy, pewne rzeczy są za tobą, inne przed. Część moich doświadczeń to już przeszłość, ale wiele - wierzę - należy wciąż do przyszłości. Bardzo lubię telewizję, nie straciłam z nią kontaktu, w Superstacji jestem w gronie komentatorów programu „Bez ograniczeń”, ale nie widzę siebie w programach informacyjnych czy publicystycznych. Ten etap zamknęłam, choć nie wypowiadam sformułowań w stylu: „na zawsze” ani „nigdy”. Zobaczmy, co przyniesie los.

## Kojarzona jesteś ze sztandarowymi programami TVN, TVN24, potem z TVP...

.. I z programami publicystycznymi do których zaprasza się polityków. Od kiedy telewizja publiczna przestała istnieć, odkąd polityka weszła w dziennikarską branżę zmieniając ją chyba nie odwrócenia (choć nie tracę nadziei), nie chcę mieć na czole stygmatu. Dzisiaj dziennikarstwo wymaga posiadania naklejki na czole, do którego plemienia należysz, a to się kłóci z dziennikarską ideą. Dziennikarstwo jest od relacjonowania świata, a nie jego kreowania. Telewizja publiczna kreuje własny świat na potrzeby władzy.

## Tylko publiczna?

Cała reszta jest w kontrze do tego i chce pokazać świat, do którego TVP albo nie odnosi się wcale albo pokazuje totalnie skrzywiony. Telewizje prywatne myślały, że można używać łagodniejszych narzędzi, ale już ostrzej reagują, bo są niejako do tego zmuszone. Nie dziwię im się. Mamy więc dwa światy, linia podziału pomiędzy nimi przebiega wzdłuż linii podziału politycznego. W dziennikarstwie



Szal z jedwabiu Silk Epoque  
450 PLN

tak być nie powinno. Nie chcę być w takim świecie.

## Dziennikarstwa w służbie polityki?

Dziennikarze TVP nie są już dziennikarzami, a zaczęli być kanałami od przekazywania treści tylko ważnych dla rządu, mają kreować obraz władzy wygodny dla tej władzy. Zawsze był podział na media bardziej lewicowe i prawicowe, ale to nigdy aż tak nie dzieliło środowiska, ludzi. Nikomu nie przychodziło do głowy, by w geście sprzeciwu wobec ideologii prezentowanych przez jakieś medium nie podawać sobie rąk. Jesteśmy świadkami odwraca-

nia się na pięcie wobec dziennikarzy mediów publicznych. To ostracyzm, ale też ma swoje uzasadnienie. Z wieloma z nich pracowałam w jednej redakcji i widzę jak teraz patrzą na innych z niechęcią, pogardą. Ostatnio byłam w restauracji, był tam dziennikarz Wiadomości TVP, przepracowałam z nim wiele lat, ale nawet się nie odezwał, nie spojrzał na mnie, choć bardzo długo siedzieliśmy naprzeciw siebie.

## Nie miałas ochoty podejść, zapytać co się dzieje?

Nie. Jeszcze kiedyś miałam potrzebę pytania „co wyprawiacie, co się z wami stało?” Teraz widzę tam za dużo agresji, zaciśniętych zębów i nie chce mi się. Tym bardziej, że jestem kobietą, nie ja powinienam pierwsza się witać. Wiem, że oni nawet rezygnują już z integracyjnych wyjazdów dziennikarskich, bo spotykają się tam z ostracyzmem.

## To dobrze? W TVP dziennikarze stanowią mniejszą część kadry. Jest tam przecież mnóstwo ludzi od lat wykonujących wiele zawodów: operatora, dźwiękowca, montażysty.

Staram się nie oceniać ich, ale tych co dają twarz. Tych dziennikarzy, co kiedyś mieli neutralny przekaz, a teraz zmienili się, stali się sługami władzy. I widzę, że podczas prywatnych spotkań mają potrzebę tłumaczenia się. To o czymś świadczy.

## O tym, że czują się źle?

Mam taką nadzieję, ale to w sumie jeszcze gorsze, bo świadczy o koniunkturalizmie.

**Istnieje dzisiaj coś takiego jak bezstronna, obiektywna telewizja?**





Od telewizji prywatnych nie wymaga się tyle, co od telewizji publicznej, która dostaje nasze pieniądze i podlega regulacjom, które wiecznie łamie. Powtórzę: musimy opowiadać o świecie, a nie go kreować. Brałam udział w wielu wydarzeniach i potem widziałam relacje. To telewizje prywatne wypełniają dziś misję, publiczna nie.

#### **Wróciłaś do radia, bo lepiej obroniło się przed upolitycznieniem?**

Na pewno nie radio publiczne, bo co chwilę słyszę, że ludzie przestali słuchać ulubionych programów. Wielu z nas lubi radio mówione, ale nie takie, które daje jedyny słuszny przekaz. Ja jestem w Radiu Zet, uważam, że najbardziej obiektywnym dzisiaj.

**Ostatnio nagrywaliście program w Gdańsku. Jak dzisiaj jest postrzegane**

#### **Trójmiasto z perspektywy Warszawy? Druga stolica?**

Na pewno miejsce, w którym zawsze inaczej czuło się wartości, w które mocno wierzę... Uwielbiam Gdańsk za utrzymywanie pozycji Miasta Wolności, za obywatelskość, za niezłomność. Jest miastem niegrzecznym, ale to „łobuzerstwo” kocham, bo z tego zawsze wychodzi coś niezwykłego. Święto Wolności i Solidarności obserwowałam ze wzruszeniem. Gdańsk jest dla mnie oddechem, ostoją nadziei

**Gdańsk w polskiej historii współczesnej był nie tylko samorządem, ale liderem politycznym pewnego światopoglądu. Tragiczne wydarzenia z tego roku jeszcze bardziej to wzmocniły.**

Bardzo mi przykro, że musiało do tego dojść.

Że Gdańsk znów stał się miejscem wydarzeń symbolicznych, wpisujących się tak mocno w nastroje, jakie towarzyszą nam dzisiaj. Prezydenta Pawła Adamowicza znałam od lat, mocno przeżyłam jego śmierć.

**Wspomniałaś o identyfikacji mediów z określoną ideologią i polityką. Tymczasem synekury, nepotyzm, szeroko pojęta patologia towarzyszy każdej władzy - nie ma ani barw politycznych, ani podziału czy to samorząd w gestii PO, czy szczebel centralny opanowany przez PiS. Nie masz wrażenia, że media w roli politycznej forpoczty przestają wykonywać podstawą funkcję, tj. kontroli władzy?**

Kiedyś do głowy nam nie przychodziło, że można stworzyć program publicystyczny w którym nie będą reprezentowane wszystkie strony. Stawialiśmy na głowie, a pluralizm był. A dzisiaj w telewizji publicznej – Semka, Ziemkiewicz, Karnowski „dyskutują” przy jednym stole... Gdy przygotowywałam wiadomości, a Bronisław Komorowski dał plamę to szedł o tym materiał! Sama dostawałam ciągły od jego zwolenników za wywiady, które z nim robiłam. Wyobraź sobie, że dzisiejsza TVP mówi cokolwiek o wypadkach obecnego prezydenta... Albo patrzy władzy na ręce! Wywiad z prezesem Kaczyńskim w apogeum wydarzeń związanych z filmem braci Sekielskich o pedofilii w kościele dotyczy miłości do kotów i spotkań towarzyskich! Litości!

#### **W radiu zajęłaś się już czymś innym.**

Straciłam serce do polityki, ale nie odmawiam sobie prawa do oceniania jej jakości, bo jestem obywatelem i mogę mówić, co czuję. A skoro nie pracuję już w publicystyce, nie mam problemu z wypowiedzianiem opinii. A radio kocham. Zawsze kochałam, bo to moje zawodowe początki. W Radiu Zet mam swoje dwa programy. „Stereo-TYP” - tu rozprawiamy się ze stereotypowym, krzywdzącym myśleniem o ludziach. Rozmawiamy z osobami życia publicznego, które doświadczyły stygmatyzacji, stereotypizacji, opowiadają o swoich doświadczeniach, a specjaliści wyjaśniają jak sobie z tym radzić. To w środy wieczorem, a w soboty jest program „To właśnie weekend”, do którego zapraszamy ludzi, którzy osiągnęli coś niezwykłego, są inspirujący, mogą dawać przykłady szczęśliwego, dobrego życia. Zapomnieliśmy o funkcji mediów, którą też jest przyjemność, rozrywka.

**A ja mam odwrotne wrażenie, że niektóre media weszły za bardzo w rozrywkę. Mam na myśli jej poziom.**

Nie chodzi mi o rozrywkę, po której poczujesz zażenowanie. Myślę o rozrywce jako

**M**amy obecnie kryzys męskości. Mężczyźni przestraszyli się kobiet, które mocno stawiają na swój rozwój, mówią o tym i są w stanie poradzić sobie z wieloma aspektami życia.

Bolerko "BOHO" Silk Epoque  
z koronki i jedwabiu 250 PLN  
Szał z jedwabiu Silk Epoque 450 PLN





oderwaniu od rozbodźcowanego świata, pełnego agresji, nienawiści i niechęci. Przecież można spokojnie opowiedzieć o wartościach, które pozwalają nam osiągać dobrostan. Durnowatych kabaretów nie oglądam. Choć nie jestem w stanie zganić twórców np. talent show, w których dostarcza się nam dużo pozytywnych wrażeń i emocji. Ja uwielbiam utalentowanych ludzi. Wzruszają mnie.

#### **Jak np. w programie *Taniec z gwiazdami*...**

Tak! Choćby historia Joasi Mazur, która wygrała nie dlatego, że jest niewidoma, ale dlatego, że pięknie tańczyła. Sercem. Musiała pokonywać blokady, trudności. Taniec i rozrywka schodzą na drugi plan, kiedy dostrzegasz człowieka w tym tańcu.

#### **Miałem na myśli ciebie, twój udział zakończony wygraną. Co ci dał *Taniec z gwiazdami*?**

To był dla mnie przełomowy czas, no i powiedziałam sobie - kiedy jak nie teraz? Poza tym w programach informacyjnych nie można wyrazić siebie, nie wolno epatować emocjami, rozplakać się czy roześmiać do rozpuku. A we mnie te emocje głęboko wchodziły, nie raz zdarzyło mi się płakać po programie...

#### **Po trudnych, dramatycznych materiałach?**

Tak, kiedy informacje dotyczyły krzywdy dzieci. Czym innym jest prezentowanie informacji w programie podsumującym dzień, kiedy masz czas, by ośwoić się z emocjami. W kanale informacyjnym te wydarzenia spadają na ciebie nagle, trzeba np. relacjonować tragedie, śmierć, katastrofy. Jestem wyczulona na krzywdę dzieci, a kiedy sama zostałam matką, ten próg odporności mocno się obniżył. Pamiętam katastrofę hali w Katowicach, dziecko straciło mamę, tatę, brata i babcię i jednego dnia miało cztery pogrzeby. Tak mnie to bolało od środka, że wyciągnęłam słuchawkę z ucha, by nie słuchać lecącego materiału, by być w stanie czytać kolejne informacje. W ub. roku nad morzem fala porwała trójkę dzieci. Matka straciła je w jednym momencie. Gdy wróciłam do domu, usiadłam na podłodze w kuchni i ryczałam. Na wizji musiałam być opanowana.

#### ***Taniec z gwiazdami* to był więc ten pierwszy raz, kiedy wolno ci było pokazać ci emocje?**

Tak. Przyznam, że zrobiłam tysiące poprawnych wydań jako dziennikarka i ludzie tego nie zapamiętali. Pamiętają natomiast gdy jest jakiś ludzki odruch, właśnie te emocje, czy po prostu wpadka – wtedy piszą „oj, to pani nie jest cyborgiem, ale człowiekiem”.



Spódnica z 100% jedwab 1625 PLN  
Szał z jedwabiu Silk Epoque 450 PLN

Teraz dystans widza do człowieka „z okienka” mocno się skrócił, jesteśmy bardziej narażeni na hejt, krytykę, ale to nieodłączny element tej pracy.

#### **Często spotykasz się z hejtem?**

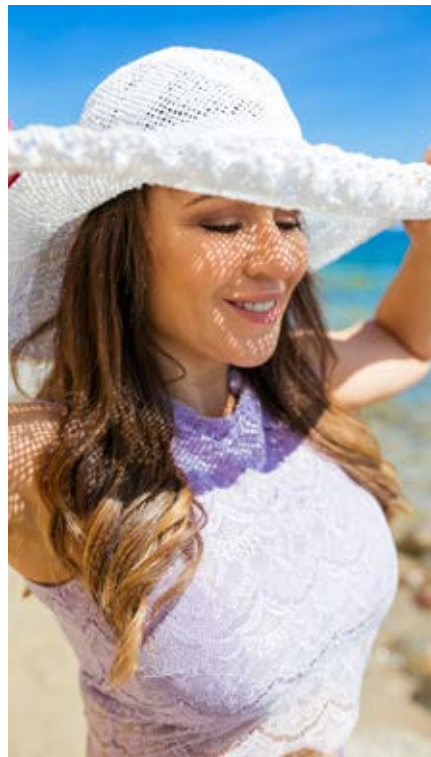
Najczęściej, gdy dotykam spraw związanych z polityką. A tak na codzień, to nie. Czasem reaguję, gdy pracownicy mediów (bo przecież nie dziennikarze!) wbijają mi dziecko w brzuch. Taka sytuacja: powtarzałam często, że nie lubię nosić markowych rzeczy, które krzyczą logiem z daleka. I nagle ktoś wyciąga mi, że oto idę z torebką za kilkanaście tysięcy złotych. W życiu nie wpadłabym na to, by takie pieniądze wydać na torebkę, a ta kosztowała 150 zł. Wtedy pozwoliłam sobie odpisać portalowi, który to umieścił. Najbardziej bolało mnie, że gdy w Tańcu z gwiazdami rozsypał mi

się związek, było komentowane, że to na potrzeby programu, żeby wygrać. A mi się życie zawaliło. Takie sytuacje przeżywam podwójnie – osobiście i publicznie, bo przecież wtedy każda mina, każdy gest są interpretowane. Generalnie uważam, że nie ma sensu odnosić się do hejtu, bo to tylko nakręca trolli, daje im uwagę.

#### **Po tylu latach doświadczeń możesz spokojnie powiedzieć sobie, że jesteś silną i niezależną kobietą?**

Cały czas tej niezależności się uczę. Swoją niezależność postrzegam w ten sposób, że robię rzeczy i mówię o sprawach otwarcie. Poza pracą dziennikarską szkołę z zakresu autoprezentacji, skończyłam studia podyplomowe na kierunku kształcenia głosu i mowy. Czuję się w tym dobrze,





mam nie tylko wiedzę, ale doświadczenie i świadomość przejścia pewnej drogi. Od zahukanej dziewczyny z Legnicy, która wszystkiego się bała, ale miała marzenia. Która stawiała przed lustrem i mówiła: dobry wieczór państwu, nazywam się Krystyna Loska i zapraszam na Dziennik Telewizyjny. 30 lat później poprowadziłam ten dziennik. To budujące, że spełniłam dziecięce marzenia. Daje mi to przekonanie, że mam wiedzę i doświadczenie, którymi mogę się dzielić.

#### **Uważasz siebie za feministkę?**

Nie do końca, a już na pewno nie w tym powszechnym rozumieniu. Jestem zwolenniczką solidarności kobiet, dawania im szansy pokazywania, jak są wspaniałe, ale nie sądzę, że facetów należy zwalczać. Trzeba umieć z nimi żyć. Uzupełniać się. Nie musimy być konkurencją. Nigdy nie będę uważać, że słabsza profesjonalnie kobieta będzie lepsza niż kompetentny mężczyzna. Kompetencje nie mają płci.

#### **Nie jesteś fanką parytetów?**

Wprowadzanie takich rozwiązań na siłę nie robi niczego dobrego. Jestem oczywiście za tym, by mężczyźni chcieli korzystać z tego co mamy do przekazania, by kobiety były aktywne w każdej dziedzinie, także w polityce. Nie chcę jednak dzielić świata na męski i żeński. Inna sprawa, że mamy obecnie kryzys męskości. Mężczyźni przestraszyli się kobiet, które mocno stawiają na swój rozwój, mówią o tym i są w stanie

poradzić sobie z wieloma aspektami życia. Ogarną obowiązki domowe, poradzą sobie w pracy, pójdą na studia podyplomowe i jeszcze organizują się na co dzień. Z tym, że one musiały to wszystko udowodniać, walczyć o siebie, a facetom przyszło to naturalnie w ich patriarchalnym świecie. Przełamanie tego jest naszym wielkim sukcesem

#### **Jesteś bardzo aktywna na Instagramie. To przyjemność, zabawa, czy też konieczność? Znak czasów?**

Myślę, że media społecznościowe są poszukiwaniem bycia we wspólnocie. Kiedy zamieszczamy coś, dostajemy informację zwrotną. Jak się nam coś podoba to widzimy, że nie jesteśmy w tym odosobnieni. Jestem osobą komunikatywną. Tak też wychowałam syna, kontakt z drugim człowiekiem jest dla niego bardzo ważny, do dzisiaj utrzymuje relacje z dziećmi z przedszkola czy kolonii. Oczywiście najważniejszy jest kontakt osobisty, ale social media są ważnym uzupełnieniem relacji. Na Instagramie jest najmniej hejtu, obrazki dają ciepło, pozytywne emocje. Osoby publiczne mogą pokazywać się z innej strony. Oczywiście jeżeli mają taką potrzebę.

#### **Pokazywanie prywatności to ryzyko. Nawet nie z powodu hejtu, ale dania przyzwolenia na komentowanie swojego życia.**

Często to naturalna potrzeba. Kiedy człowiek czuje się szczęśliwy, to ma potrzebę

dzielenia się tym szczęściem ze światem. Miliony ludzi na świecie to robią! Kiedy nie ma możliwości podzielenia się pozytywnymi emocjami, to poczucie takie jest niepełne.

#### **O ile oczywiście informacje są prawdziwe, bo przecież zmorą social mediów i Internetu jest nie tylko wypaczenie informacji, manipulacja obrazem, ale po prostu fake.**

Do odbioru tych mediów trzeba być przygotowanym. To kwestia wychowania dzieci, które trzeba uczyć, że media społecznościowe to tylko wirtualny świat, który nie do końca jest prawdziwy, że dziewczyny ze zdjęć w rzeczywistości tak nie wyglądają. Trzeba mocno akcentować, że świat wirtualny nie może zastąpić realnego.

#### **Ale zastępuję.**

To znaczy, że trzeba interweniować. Ja obserwuję syna i jego znajomych i nie widzę zagrożeń. Świat się zmienił, my bawiliśmy się na podwórku. Wracaliśmy do domu i nie byliśmy już ze sobą w kontakcie. Oni są.

#### **Ale nie byli na podwórku.**

Bo podwórko już nie ma. Są enklawy ze szlabanem i ochroniarzem. Ja bawiłam się na złomowisku, w bunkrach, łące, starym ogrodzie, przy jeziorku z zatopionymi czołgami, w piwnicach, na strychach.

#### **No właśnie. Grupa na fejsie zastąpiła podwórko?**



Zdjęcia: Karol Kacperski  
Fryzura: Daria Zielonka  
Make-up: Karolina Krause  
Produkcja: Marta Blendowska  
Stylizacje: Silk Epoque by Olga Ziemann

Świat nam się zmienił. Nie powiem, że jest lepszy albo gorszy. Jest inny. Ma mnóstwo pułapek, ale i wspaniałych możliwości. Nie wiem, czy trzeba z tym walczyć

**UE już walczy. Wprowadziła kodeks dobrych praktyk dla social mediów, youtube itd i comiesięczne kontrole. A w nim m.in. nakaz walki z trollami, fikcyjnymi kontami. W Europejskim Funduszu Społecznym ma być kasa na dofinansowanie instytucji antyfake'owych i odbudowę mediów tradycyjnych. W Brukseli uznano, że trzeba pomóc mediom tradycyjnym, bo media społecznościowe stały się zagrożeniem dla demokracji w Europie. Spowodowały kryzys kataloński, wsparły Brexit.**

Ale to zupełnie inna sprawa niż brak podwórek. Tam, gdzie opnie zastępują fakty - potrzebna jest edukacja, powrót do autorytetów. Konieczne jest uświadamianie, żeby ludzie mieli potrzebę sięgania do wiarygodnych mediów, a nie ślizgania się po tytułach. Dzisiaj tytuł coraz częściej nie ma nic wspólnego z treścią. Czytam „Dramatyczne rozstanie Beaty Tadli”, wchodzę, a tam jakaś wróżka zaocześnie wywróżyła, że rozstanę się z partnerem. Tymczasem ktoś odbiera tytuł jako fakt.

**Wspomniałaś o zdjęciach na IG, o filtrach, obróbce zdjęć. Ostatnio modne stały się zdjęcia bez retuszu, panie pokazują się takie jakimi są. Pojawiają się nawet kampanie znanych marek.**

To się zaczęło już wcześniej, marka Dove dość często pokazuje w swoich kampaniach różne kobiety - niskie, wysokie, szczupłe i mniej szczupłe, białe, czarne, żółte... Takie właśnie jesteśmy, więc takie kampanie są bardzo potrzebne. Kiedy jestem czesana podczas sesji zdjęciowych, fryzjer wkłada mi rękę we włosach i szuka czy mam doczepione, jestem pytana czy mam zrobione usta, czy mam zrobiony biust. Słyszę odpowiedź negatywną i jest lekkie niedowierzanie. Barbie też wypuszcza lalki z normalnymi proporcjami kobiety, a nie kosmicznymi! Trzeba pokazywać, jakie jesteśmy, a brak makijażu, cellulit, boczki i brzuch po ciąży nie mogą być traktowane w kategoriach bohaterstwa. Każda z nas jest inna! A jeśli będziemy kreować wyłącznie te osoby, które są zrobione, to wtedy podziwiamy nie urodę kobiety, ale pracę jej chirurga.

**O ile podziwiamy. Nie będę z pewnością odosobniony jeżeli powiem, że powiększanie ust nie ma nic wspólnego z urodą.**

Są faceci, którym zrobiona kobieta się podoba. Kwestia gustu. Zresztą idealnych ciał nie ma, bo nie wiemy czym jest ideał, czym jest piękno. Nie ma definicji, to ocena subiektywna. Jeśli któraś z nas ma potrzebę skorzystania z usług chirurga, to jej sprawa. Nie krytykujemy tego. Ja jestem za pokazywaniem różnorodności, a nie lansowaniem jednego wzorca, bo skończy się to atakiem klonów. Staram się stawiać na naturalność, no i nie lubię siebie niczym zasłaniać. Ani markami, ani plastikiem, ani sztucznością. Żyjemy w świecie, w którym najtrudniej być sobą, być naturalnym, być prawdziwym - choć z drugiej strony tak mocno wszyscy chcą być indywidualistami. To paradoks czasów. Róbmy swoje. Każdy ma takie cechy, wokół których warto budować siłę. Nie twórzmy alternatywnych wizji samych siebie.

**Na koniec wróć do mediów. Jest jeszcze jakaś funkcja, rola, stanowisko o którym marzysz? Misja do spełnienia?**

Na pewno jest. Czekam na mnie. I za to uwielbiam życie! Bo nigdy nie wiadomo, co przyniesie (śmiech).





# REMIGIUSZ DORAWA

## OGRODNIK MODY

AUTOR: NATALIA DAWSZEWSKA

**Czuję satysfakcję, kiedy wracam po intensywnym dniu, mam spalony kark, a moje paznokcie są czarne od ziemi - mówi Remigiusz Dorawa. Architekt krajobrazu z wykształcenia, ogrodnik z zawodu. Oddany roślinom całym sercem. Projektuje nimi ogrody, wnętrza, a nawet pokazy mody. W rozmowie z Natalią Dawszewską opowiada nie tylko o swoich roślinnych wyborach, sławnym balkonie, domowej hodowli, ale także o tym czym zastąpiłby... miejskie trawniki.**

### **Mogę mówić o tobie ogrodnik, czy lepiej architekt krajobrazu?**

Z wykształcenia jestem architektem krajobrazu, ale to bardzo szablonowe określenie. Wolę o sobie mówić, że jestem projektantem zieleni i ogrodnikiem w jednym. Niektórzy mogą się wstydzić tytułu ogrodnika. Ja nie mam z tym problemu, bo głównie tym się zajmuję. Nawet teraz wracam z pola bitwy z sosnami i jestem cały w żywicy. Zakładam ogrody i aranżuję wnętrza zielenią. Jeśli jest okazja coś zazielenić, jestem gotowy podjąć się wyzwania.

### **„Zazielenić” wnętrza ?**

Tak. Ostatnio miałem przyjemność zaaranżować zielenią sopocki butik z turbanami Looks by Look. Za pomocą roślinności nadaję wnętrzu ostatniego szlifu, podkreślam jego charakter i wydobywam to co najlepsze. Zazielenianiem przestrzeni zajmuję się zimą, kiedy ziemia jest zmarznięta i nie mogę pracować w terenie, zaś wiosną znajdziesz mnie w ogrodzie.

### **W czym się specjalizujesz?**

Kompleksowo zakładam i aranżuję ogrody. Na mojej głowie jest nawadnianie i zaprojektowanie zielonej przestrzeni z wykorzystaniem naturalnych walorów lokalizacji, aby projekt cieszył oko przez

cały rok. Bardzo lubię sielskie klimaty. Staram się wyciągnąć z ogrodów, to co najlepsze.

### **Wiele osób kojarzy cię przede wszystkim z najbardziej zielonego balkonu w Polsce. Skąd wziął się pomysł na zielone serce w centrum miejskiej dżungli?**

Właściwie większość osób kojarzy mnie jako właściciela trawnika z krokusami na balkonie w bloku. Wszystko za sprawą zdjęć publikowanych na Instagramie. Na balkonie miałem brzydkie płytki od dewelopera. Chciałem je zakryć deskami tarasowymi. Mój tarasik jest wąski, ale długi. Dodatkowym problemem, że nie mogłem skuć kafelek. Położyłem deski, wysypałem ziemię w kuwetkach i zasadziłem trawę. Uwzględniłem możliwość, że mój plan się nie powiedzie. Na szczęście mija trzeci rok, a trawnik dalej pięknie rośnie.

### **Czy zieleń na twoim balkonie współgra z czterema porami roku ?**

Rośliny zimozielone na balkonie to ciężka sprawa. Wymagają podlewania niezależnie od pory roku. Polskie zimy nie są wystarczająco śnieżne i brakuje wody. Mój ogród na balonie działa sezonowo. Mogę się nim cieszyć od wiosny do pierwszych przymrozków. Zaczynam działać od marca, kwietnia.

Krokusy wyrastające na moim trawniku, przypominają mi, że czas na wiosenne porządki.

### **Rośliny w mieszkaniu poprawiają komfort życia?**

Są nie tylko pięknymi ozdobami, ale działają relaksująco i oczyszczają powietrze. Jest nawet roślinność, dedykowana jako odświeżacz powietrza. Zalicza się do nich paproć złocista czy skrzydłokwiat. Warto pamiętać, że nie wystarczy postawić jedną roślinkę przy łóżku, a nasze powietrze będzie nieskazitelne. Trzeba brać pod uwagę proporcje mieszkania do liczby roślin. Moi znajomi zwrócili ostatnio uwagę, że mam bardzo rześkie powietrze w domu. Pomyślałem, że mam dosyć sporo roślin, słusznych rozmiarów i to może być ich zasługa.

### **Ile masz roślin w domu?**

Myślę, że będzie to około sześćdziesiąt doniczek. Przyznam się, że już sam przestałem liczyć. Ciekawostką może być to, że zimą nie wietrzę mieszkania. O otwieraniu okna nie ma mowy, czasem delikatnie roszczenie i to by było na tyle. Zimne, suche, mroźne powietrze jest bardzo szkodliwe dla roślin.

### **Czym się kierować wybierając rośliny?**

Najpierw zwróćmy uwagę jakie mamy wa-





runki, jeśli chodzi o wilgotność i nasłonecznienie lokalu. Po takiej analizie, szczerze odpowiedzmy sobie, jak bardzo jesteśmy w stanie dbać o roślinę. Mierzenie siły na zamiary jest bardzo istotne. Pozwoli nam to dobrać roślinę do naszego trybu życia i utrzymać ją przy życiu. Moja rada jest taka - zacznijmy od skrzydłokwiatu, a później wraz ze wzrostem naszej świadomości i wiedzy na temat roślin rozwijajmy naszą hodowlę.

#### Jakie rośliny lubisz?

Bardzo lubię motyw lasu deszczowego. Dlatego podobają mi się monstery. Moja posiada już dziesięciocentymetrowe liście. Jest piękna. Obecnie jest to bardzo popularna roślina, jej motyw znajdziemy na wielu printach, a sam kwiat jest łatwo dostępny. Mój gigant jest wyjątkowy, ponieważ odratowałem go przed śmiercią.

Kolejny mój ulubieniec to filodendron z pierzastymi liśćmi. Strelcje w żywym, ciemnozielonym kolorze oraz alokazje. To rośliny, które wymagają światła rozszczepionego. Jestem fanem roślinnych bazarów internetowych. Obecnie mam już za mało przestrzeni w mieszkaniu na rośliny. Dobrnąłem do takiego momentu mojej pasji i zbieractwa, że muszę je selekcjonować. Nie powstrzymam powiększania się mojej dżungli, dlatego staram się trzymać wyjątkowe okazy. Często przeszukuję internetowy, roślinny, czarno-zielony rynek, w poszukiwaniu prawdziwych perełek.

#### Wspomniałeś na początku rozmowy o projektowaniu wnętrza butików pod dyktando zieleni. To chyba już mocny trend?

To fantastyczna opcja, która wydobywa z wnętrza wszystko co najlepsze. Miałem okazję pracować przy aranżacji jednego

z biurowców Olivia Bussines Center. Wraz z moją kuzynką z Flora Muzyka pracowaliśmy przy nasadzeniach w strefie relaksu dla pracowników korporacji. Przestrzeń im dedykowana była projektowana pod kątem roślinności. Wyszło wspaniale. Kolejny realizowany tego typu projekt, to sklep Looks by Looks. Wszystko zgodnie z filozofią feng shui i uwzględnieniem zieleni. W kwietniu odbył się najnowszy pokaz kolekcji Macieja Zienia. Wydarzenie miało miejsce w niezwykle malowniczej przestrzeni, bo w Łazienkach, w pałacu na wodzie. Miałem przyjemność odpowiadać za żywe dekoracje. Na wejściu przystroiłem kolumny w zioła. Moja rola w takim modowym wydarzeniu, świadczy o tym, że w Polsce rośnie świadomość jak ważna jest zieleń.

**Rozmawiamy o wnętrzach, ale chyba już więcej czasu spędzasz jednak w ogrodach.**

Tak, ogromną przyjemność sprawia mi aktywność w terenie. Czuję satysfakcję, kiedy wracam po intensywnym dniu, mam spalony kark, a moje paznokcie są czarne od ziemi. Nie chcę siedzieć tylko za biurkiem i projektować piękne obrazki, bo mam świadomość, że papier przyjmie wszystko, a ziemia nie. Wiem jak wygląda praca od szpadla i to daje mi przewagę nad projektantami, którzy siedzą w biurze.

### **Realizujesz swoje wizje, czy też klientów?**

Chętnie wysłucham oraz urzeczywistnię wizję klienta, ale po konfrontacji z moim doświadczeniem i wiedzą. Przy projektowaniu biorę pod uwagę, że klienci mogą nie wiedzieć, o wielu aspektach projektowania zieleni. Je jestem od tego, żeby być kilka kroków przed nimi i stworzyć dla nich wymarzony kawałek miejskiej oazy. Mam to szczęście, że ludzie dostrzegają po mnie, że ogrodnictwo to moja pasja, znam się na tym co robię i bardzo lubię swoją pracę.

### **Czego uczy cię twoja praca z naturą?**

Cierpliwości, bo prywatnie jestem bardzo niecierpliwą osobą. Zakładając ogród Roberta Kupisza w Trójmieście, gdzie uzgadnialiśmy, że efekt ma być możliwie najszybszy to i tak musieliśmy czekać. W listopadzie postawiliśmy na ilość i posadziliśmy rośliny troszkę większych gabarytów, a efekt mogliśmy podziwiać dopiero w czerwcu. W miejskiej oazie Roberta Kupisza, panuje sielski klimat, który wpasowuje się w nadmorski klimat. Przy projektowaniu trzymałem się naturalności. Stworzyliśmy bardzo ładny, naturalny ogród. Rosną tam trawy ozdobne, mikołajek, jezownik, rozchodniki, łubin, krawnik. Znajduje się w nim również kawałek trawnika, na którym można się wygrzewać w otoczeniu kwiatów. Dodatkowo znajdziemy poziomki, borówki i jabłoni

### **Wolisz ogrody do podziwiania czy do korzystania?**

Staram się pogodzić te dwie funkcje. Ogród ma służyć człowiekowi. Nawet teraz wracam z ogrodu, w którym posadziłem wiele ładnych, kwiecistych rabat z kolorowymi kwiatami. Oprócz walorów estetycznych są to rośliny miododajne. Wspieramy pszczoły i bioróżnorodność. Dodatkowo przestrzeń jest użytkowa, bo między jednym, a drugim kwiatkiem rośnie rabarbar, szczaw czy poziomki. Lubię wydzielanie stref na warzywa w ogrodzie, ale chyba bardziej jestem zwolennikiem połączenia roślin ozdobnych z użytkowymi. Jest to sprytnie zazębione.

### **Co bierzesz pod uwagę projektując ogród?**

Nie jestem znawcą ekologii, ale staram się uwzględnić eko trendy, które są korzystne dla naszej planety. Projektuję zieloną przestrzeń uwzględniając bioróżnorodność oraz upodobania klientów. Czy są na coś uczuleni, jakie rośliny lubią, jakie przywołują w nich dobre wspomnienia. Czy są dzieci lub czy pojawiają się w najbliższej przyszłości. W planowaniu muszą być krok przed klientami.

### **Co sądzisz o zieleni w Trójmieście? Dokończ jakiś zmian?**

W Trójmieście ratuje nas liczba parków i lasów. W Gdańsku Oliwie jest cała zielona aleja Grunwaldzka w pięknych, starych lipach. Naszym sąsiadem jest Trójmiejski Park Krajobrazowy, to stawia nas komfortowej pozycji, jeśli chodzi o zielone płuca miasta. Sopot to bardzo urokliwe miasto pod względem zagospodarowania zieleni.

Zawdzięcza to swojej charakterystycznej architekturze. Ciasne uliczki i niska zabudowa tworzy złudzenie, że Sopot jest wklejony w zielony punkt. Jeśli miałbym możliwość dokonania zmian, zająłbym się trawnikami. Usunąłbym je.

### **Trawniki? Przecież to zieleni.**

Tak, ale nudna i wymagająca pielęgnacji. W Trójmieście trawniki to 60% powierzchni miasta. Zamieniałbym je na łąki kwietne. Gdynia powoli zmierza w tym kierunku. Bardzo mi się to podoba. Łąki kwietne pochłaniają zanieczyszczenia i dodatkowo są miododajne. Trawniki w mieście trzeba kosić przynajmniej raz w miesiącu, a łąkę kwietną ścina się tylko raz. Walory estetyczne są tu dla mnie oczywiste. Łąka kwietna nadaje sielskości i lekkości zatłoczonym ulicom.







# ROZMOWY NA 10 - LECIE!

Weszliśmy w rok jubileuszowy! W grudniu 2019 roku obchodzić będziemy 10-lecie Magazynu Prestiż w Trójmieście. Przeszliśmy długą drogę, wiodącą od małego czasopisma do dużego magazynu, docenianego nie tylko na Pomorzu, ale i w całej Polsce. Przez te wszystkie lata odbyliśmy setki inspirujących spotkań, przeprowadziliśmy mnóstwo ciekawych wywiadów. Z okazji naszego 10-lecia, co miesiąc przypominamy jeden tekst naszego archiwum. W poprzednim numerze przypomnieliśmy rozmowę z Mikołajem Trzaską, teraz zaś zabieramy Was na nietypową wycieczkę po Sopocie, po miejscach bliskich Tymonowi Tymańskiemu. Współtwórcy yassu i jednemu z najbardziej oryginalnych trójmiejskich muzyków. Jak na życie i twórczość Tymona przystało sam wywiad też był rock'n'rollowy, bo odbywał się nocą i w miejscach, które nas bohater wspominał. Jego autorami są Michał Stankiewicz i Jakub Jakubowski. Wywiad ukazał się w lipcu 2015 roku.

## TYMON TYMAŃSKI

### ROCK&ROLL W ŻYCIU I NA SCENIE

AUTORZY: MICHAŁ STANKIEWICZ, JAKUB JAKUBOWSKI / FOTO: MONA BLANK

**Muzyk, kompozytor, aktor, poeta, skandalista. Ostatnio zasłynął Polskim Gównem, musicaliem o krajowym showbiznesie. Ma na swoim koncie niezliczoną liczbę romansów, skandali oraz - jak na rockendrollowca przystało - imprez. Tymon Tymański, dzisiaj gdańszczanin, a przez lata związany z Sopotem - w nocnej rozmowie z Michałem Stankiewiczem i Jakubem Jakubowskim. Oczywiście w Sopocie. I jak zawsze w trasie.**

**Tymon Tymański:** Ja dzisiaj nie mogę są ostro, najwyżej kilka butelek wina. Spatif?

**Michał Stankiewicz, Jakub Jakubowski:** Spatif. Ale najpierw siądziemy w domu. Wino też jest. Spatif to Twoje ulubione miejsce?

Kiedys tam mieszkalem w pewnym sensie. Chociaż pierwsze wspomnienie z Sopotu na wagary i taki osiowy moment dla mnie to czerwiec 1986, czyli zaraz po Czarnobylu, kiedy ja zdalem maturę, a mój kolega Lopez jej nie zdał. Zrobiliśmy wtedy bardzo fajną imprezkę na Monte Cassino i piliśmy z powodu zdania i nie zdania matury. Była z nami niejaka Palma i Olaf Deriglasoff. To był mój pierwszy moment poznania z subkulturą Monciaka.

**Czyli twój początek końca. (śmiech). Zresztą do Monciaka i tematów kombatanckich zaraz dojdziemy, ale najpierw trochę polityki. Głosujesz na swojego kolegę Pawła Kukiza?**

Co Wy, bez jaj.

**Nie? A poczekaj, czy przypadkiem nie mówiłeś o nim coś publicznie? Udzielałeś mu poparcia?**

Przez chwilę zastanawiałem się nad tym. Mnie Kukiz niepokoi, ponieważ jest oszołomem, tzn. ja też jestem oszołomem, ale Kukiz jest oszołomem, którego ja nie rozumiem. Bo ja jestem trochę oszołomem na pokaz, a pod spodem mam bardzo racjonalne poglądy buddyjsko - humanistyczne. On mnie na chwileczkę zwiódł tematem demokracji bezpośredniej, która funkcjonuje w



Szwajcarii. W Szwajcarii mam syna i trochę jakby tematu liźnałem. Tylko facet jedzie po prostu na negacji, bo jest populistą. Szuka po prostu takiego elektoratu, który jest wkurwiony na maxa. I znalazł.

**Ale chyba nie jest wyjątkiem jeśli chodzi o populizm. Tak jak wszyscy politycy - PiS, PO, PSL czy SLD.**

Ja Pawła lubię jako kolegę, ale w niego nie jako polityka. Jeśli chodzi o jego muzykę, nigdy w życiu nie wiedziałem, o co mu chodzi. Analizuję czasem jego karierę. Pamiętam kiedy w latach 80. występował z zespołem „Hak” i śpiewał „O o łowiane głowy, o, o bez wyrazu twarz” - to było dość cienkie wejście. Potem wyskoczył z zespołem „Piersi” i nagle

zrobił się ostrym punkiem. A potem znowu: „Całuj mnie, to taka piękna gra”. Kurwa, o co chodzi temu mojemu koledze?

**A Aya RL?**

Bez jaj. Podobało wam się to? To były jakieś gejowate piosenki. Moim zdaniem Kukiz to prowokator, który ma cały czas jakiś problem z czymś, czego sam do końca nie zgrębił. Ja nie wierzę w ludzi pełnych jadu. Uważam, że można pożartować sobie, pokrzyzczać, ale gdzieś musi być jakaś teza, trzeba mieć jakiś program. Z czym idziesz do wyborów? Co proponujesz? JOW-y? Co to są kurwa JOW-y? I jak poprawi życie bezrobotnych, emerytów, źle opłacanych ludzi pracy?

**To na kogo postawisz jesienią?**





Mam to w dupie, nie przejmuję się tym. Ja zawsze głosowałem na partię liberalne, ale PO zawiodło mnie na całego i ostatni raz dałem kredyt zaufania. Nie mam już złudzeń. Jak słyszę co PO mówi o PiS to bez jaj, to też jest sprawa wyolbrzymiona. Pracowałem w TVP za Wildsteina i Urbańskiego, był u nas w ekipie buddysta, gej i prawicowiec. I nikomu to nie przeszkadzało. Tak samo w Agorze lansują tezę, że jak przyjdzie PiS, to będzie źle. Bez przesady z tą nagonką. Choć mam i PO i PiS w dupie.

**Skoro o dupie mowa, to pogadajmy o gównie. Po latach ukazało się Polskie Gówno, twój musical, nad którym pracowałeś długie lata. Planujesz poważniejszą karierę aktorską?**

Ja od zawsze miałem chrapkę na kino. Jako młody chłopak marzyłem, by robić muzykę do filmów. Widziałem film o Komedzie i myślałem, żeby pojawił się też i mój Polański. Ale zamiast Polańskiego pojawił się Olaf Lubaszenko z wizją komedii złodziejskiej. Przeczłógaliśmy się przez wszystkie kluby na Monciaku, w efekcie czego miałem robić muzykę do Sztosa. Niestety finał był inny. Poszły w grę jakieś układy.

**Polskie Gówno to jest twój pogląd na show-biznes, czy po prostu film?**

To jest po prostu film, w którym rozliczyłem się z pewnego okresu życia. Po rozpadzie Miłości i śmierci Jacka Oltera nie miałem pomysłu na jazz. Do tego trzeba mieć bandę oddanych chłopaków, ale pomyślałem jednak, że wrócę. Spotkałem chłopaków z Olecka, zrobiłem zespół pod "Wesele" Wojtka Smarzowskiego, czyli Tranzystory. Trafiłem wtedy nagle do 4 ligi, bo ludzie lubią to co robiłeś kiedyś, a nie coś nowego. W Polsce jest tak, że jak grałeś agrorocka to masz go grać dalej, bo na tym się wychowali. Na szczęście Wojtek Smarzowski został wtedy moim Po-

łańskim. Powiedział mi: napisz mi muzykę jak Polowirus. I tak trafiłem do "Wesela". Tam, na planie wszyscy stali się artystami filmu, dużo się wtedy nauczyłem.

**Czyli Polskie Gówno zawdzięczamy też Smarzowskiemu?**

To na pewno mój mentor i przyjaciel, ale tak naprawdę musiałem zrobić swój film, a Wojtek dodał mi animuszu. Pamiętam jak wysłałem scenariusz Smarzowskiemu. On to zjebał i dał mi krótki kurs pisania. I po 3 miesiącach mniej więcej wiedziałem jak to zrobić. Wojtek pojawiał się też na montażach i mówił - to ciąc, to wypierdalać.

**Sukces?**

Finansowo słabo. Budżet filmu zamknął się w niecałym milionie zł. Jesteśmy w plecy pewnie połowę z tego, ale to nie koniec - bo dopiero DVD wyszło. Planowaliśmy 250 tys. biletów, a poszło 50 tys. Błędy przy promocji, mały budżet itd. Ale dla mnie osobiście - tak kiedy w lipcu wyszedłem z pierwszą kopią filmu zakrzyknąłem z radości. No i przecież dostaliśmy nagrody na festiwalach w Koszalinie i w Gdyni.

**Będzie Polski Mocz?**

Mocz nie, ale film tak. Napisałem konspekt filmu o Krzyśku Klenczonie, postać pięknego luzera, outsidera, postać po arystotelejsku tragiczna, kultowa, niesamowita, której jednak coś nie wyszło. Postać trochę zapomniana, bo ludzie mało wiedzą o jego karierze.

**A ty jaką jesteś postacią? Też luzerem i outsiderem?**

Mam czas pojechania i mam czas racjonalizmu. Czas kiedy gotuję zupe, robię obiad i czas kiedy się bawię. Trudno powiedzieć. Choć myślę, że jestem pojebem i zawsze będę. Jakoś sobie radzę, przy okazji udaje mi

się uniknąć podstawowych nałogów. Wielu moich kolegów wyładowało poza granicą, jeżeli chodzi o alkohol i ćpanie. Potrafię to jakoś umiarkować. Mam dobre geny.

**Takim apogeum pojechania to były chyba czasy Totartu?**

Owszem, ale były to czasy, kiedy nie było co robić za bardzo. To był trudny moment dojrzewania. My, tacy nadwrażliwi ludzie jak Paweł Konjo Konnak czy Zbyszek Sajnog, nie pasowaliśmy do triady Solidarność - Kościół - Komuna. Kiedy poznałem tych chłopaków na UG miałem poczucie, że mamy coś ważnego do przerobienia. Często słyszę takie zdania, że Janiszewski, Skiba, Konjo i ja mamy podobną stylówkę - to rodzaj trójmiejskiego rapu, nacechowanego jodem i nadaktywnością. W Totarcie było kilku takich wariatów, którzy się czymś wyróżniali. Jeden świetnie pisał, drugi świetnie rysował, trzeci był bardzo odcytany. Nie było to może jakieś wybitne tworzenie, ponieważ byliśmy wtedy bardzo młodzi. Na pewno nauczyliśmy się wielu technik i sztuczek, które pchnęły nas w kierunku scenicznego happeningu.

**A propos Totartu. Konjo faktycznie oddał kiedyś stolca na scenie?**

Tak. To było podczas występu w Rzeszowie. Jechaliśmy 40 godzin, byliśmy zmęczeni podróżą. Jest ciemno jak w dupie, sala na 100 osób, no i zaczyna się akcja. Sajnog czyta manifest, ludzie słuchają. Akomapaniowałem wtedy Totartowi w duecie z perkusistą zespołu Milion Bułgarów. No i Konjo nagle wyskakuje, ni stąd ni zowąd, półnagi w kabaretkach. Tańczy, wiję się, ja śpiewałem piosenkę zespołu Suicide i nagle patrzę, że Konjo wyciąga tacę i wali na nią kloca. Planowaliśmy taki rozwój sytuacji, ale tak czy owak zaskoczenie było. No i co? Z racji, że jestem osobą zespołowo - lojalną ograłem mu to gówno zrobiwszy mu odpowiedni podkład muzyczny. Efekt był taki, że ludzie zaczęli szturmować do wyjścia. Zostało może z 5 osób, Konjo był cały w gównie, a ja rozbiłem basówkę w takt muzyki Wagnera i w finalnej euforii zlałem się na klatę Konia. Na drugi dzień byliśmy bogami w Rzeszowie. To były pojebane czasy.

**To był wasz najbardziej hardcorowy występ?**

W sumie, tak. W ogóle Totart to był czas kiedy dosyć mocno przeginaliśmy.

**Wróćmy do Sopotu. Tutaj miałeś najgorętsze okresy twórczo - seksualno - imprezowe.**

Tak. W latach 91 - 95 mieszkalem na rogu Haffnera i Monciaka. Z tarasu widziałem całą ulicę, piłem herbatkę albo piwko, grałem na gitarze. Tutaj napisałem z 50 numerów.

**Zacząłeś od „Miłości”.**

Niejako dzięki Mikołajowi Trzasce rozpoczęło

się mieszkanie w Sopocie, a dokładnie przez jego ówczesną dziewczynę, a później moją pierwszą żonę Anię Lasocką. Zamieszkaliśmy na stryszku na ulicy Haffnera. Ten strych był magiczny. To był czas kiedy powstała wspomniana „Miłość” w składzie z Jackiem Olterem, Leszkiem Możdżerem i Mikołajem Trzaską. Mieliśmy trzy, cztery próby w tygodniu. Przedtem graliśmy głównie na ulicy. To był rok 1992, mozolna praca zaowocowała pierwszymi sukcesami - zaczęliśmy wygrywać te wszystkie plebiscyty Jazz Forum, sporo grać po całej Polsce i nie tylko. W 1993 roku wydaliśmy pierwszą płytę i zaczęły się dziać coraz ciekawsze rzeczy.

### Długo mieszkales w Sopocie?

Może nie długo, ale kilka razy. Z pierwszą małżonką, potem z kolejną. W kilku mieszcach. Zmiany zamieszkania związane były oczywiście z kobietami. Kiedy miałem 27 lat rozstałem się z Anią. Byłem chwilowo bezrobotny i bezdomny. Rozpoczęła się pijatka z jakimiś półgłówkami. Zaczęli mi wtedy puszczać muzykę grunge'ową. Okazało się, że jestem w dupie, bo zostałem na etapie Coltrane'a, Davisa i Zappy, a tu nowa muzyka rockowa urywa dupę. Była Nirvana, Pearl Jam, Soundgarden. Zacząłem walić nosy, chlać wodę i słuchać muzyki młodzieżowej. To było dla mnie bardzo cenne i odświeżające doświadczenie.

### Trzeba przyznać, że refleksem muzycznym się nie wykazałeś.

Kiedys miałem próbę z Miłością, graliśmy wtedy bardzo trudne kompozycje i nagle zmęczeni idziemy sobie do kuchni i Lechu Możdżer włączył telewizor. Leci „In Bloom” Nirvany. Moje oko widzi trzech przystojnych chłopaków śpiewających jak Beatlesi. Słyszę zajebisty kawałek czując wielką zazdrość mówię do Leszka „wyłącz to, wracamy do pracy”. Nie mogłem tego znieść. Okazało się, że dzieje się zajebisty rock, a ja gram jazz jebany. Ale rok po odejściu Ani już grałem tego hałaśliwego rocka. Założyłem pierwszą kapelę rockową Trupy, potem Czan. Wydziarałem się i postanowiłem odwrócić życiową sytuację: grać jazz dla przyjemności, a zacząć zarabiać z rockandrolla. Potem uciekłem z Sopotu na Zaspę, gdzie przez pewien czas mieszkalem z moją drugą małżonką Martą i kolegą Lopezem, poetą i happenerem. Napisałem tam muzykę do Polovirusa Kur. Potem kupiłem mieszkanie na styku Sopotu i Gdańska, gdzie napisałem muzykę do Sztosa.

### Aż znów wróciłeś do Sopotu.

Tak, pojawił się Robert Brylewski z córką Sarą. Zaczął się mój zakazany romans. Rzuciłem się w pogoń za szczęściem i zamieszkałem znów w Sopocie. Wtedy rezydowałem przez okrągły rok w Mandarynce, było to tuż po śmierci Jacka Oltera. To był



ciekawym okresem, gdyż nie mogłem widywać mojej dziewczyny mającej lat 15. Musiałem kupować jej telefony komórkowe, które natychmiast jej zabierano. W Sopocie dużo się działo, był to jeszcze czas przedbizowy. Było wielu fajnych artystów, w Spatifie przesiadywali muzycy, malarze i ich piękne dziewczyny. Przychodzili koledzy Umiastowski, Cześniak, Czerniawski, bywał Deriglasoff, Nawrocki, Trzaska, Mazzollowie, etc., po prostu było ciągle wesoło. Graliśmy też często w Spatifie, Sfinksie i innych klubach naszej perły Bałtyku. To było takie drewniane, klimatyczne miasteczko pełne bohemy i świetnej muzyki. I to był mój Sopot. Ponownie wróciłem do Sopotu, gdy miałem 40 lat. To był czas kiedy rozstałem się z Sarą. Przeżywałem wtedy kolejny życiowy rozpad, ale że zawsze jakoś szybko radziłem sobie w tych sytuacjach, pojawił się znów Spatif. A co robiłem w Spatifie...? Dupy wrywałem zawsze. W Spatifie najczęściej, ale też i w Papryce na przykład.

### Wracając do Mandarynki. Chodziła legenda miejska, że Tymon jest właścicielem.

Miałem przyjaciela, który był socjologiem i dorobił się jakiś tam pieniędzy. Miał parę budynków i też parę biznesów. Andrzej Marosek był gościem bardzo energicznym, który wymyślił, że można założyć trójmiejską firmę płytową. Jako, że uwielbiał Maleńczuka i Kazika, ale też Kobiety, Ściankę, itp., wpadliśmy na pomysł, że wydajemy alternatywne płyty, a Mandarynka będzie naszym zapleczem. Trzecim macherem był Jacek Podworski, mój ówczesny menago i przyjaciel, który został szefem Mandarynki i prezesem wydawnictwa. Miałem też tam studio, w którym kleciłem muzykę do Wesela. Przeżyłem tam wiele fajnych imprez, m.in. z nieodwołanym Grześkiem Ciechowskim i całą Republiką, tuż przed śmiercią Grześka. Zanim Mandarynka stała się klubem, stanowiła

biuro Biodro Records oraz artystyczny squat, w którym mieszkalem wraz z kumplami freakami - perkusistą Rorym, DJ Zibim i jego dziewczyną Magdą, fajną tancerką i wreszcie z pianistą Sławkiem Jaskułką.

### Ale włóczyłeś się chyba wszędzie?

Jasne. Z fajnych jeszcze miejsc, które pamiętam było jeszcze Siouxi. To był mały klub między tunelami u góry Monciaka. Taka sala z wygłuszeniem, gdzie pot i woda zbierały się na ścianie i nieco waliło grzybem. To był klub na godziny. Bywałem też w Sfinksie w latach 90. Paliliśmy jointy, piliśmy dziesiątki browarów, po czym pijani ładowaliśmy w morzu.

### Plaża to obowiązkowy punkt programu. Przynajmniej latem.

Molo też i to często. Właśnie po imprezach kończyliśmy niczym kupa pijanych i naćpanych Morrisonów. Było takie straszliwe lato, bodajże w 94 roku, kiedy po prostu było tak gorąco, że przełamałem pigment i zrobiłem się brązowy jak Indianin. Wtedy piliśmy głównie wodę z piwem. A jak się pije wodę z piwem, to trzeba wiedzieć, że woda odbiera mózg, a piwo odbiera kontrolę nad pęcherzem. Zdarzało się, że człowiek budził się zły po piwku i nie tylko. Pamiętam też imprezę, na której po pijaku usiłowałem poderwać swoją kuzynkę. Upał, woda, głośna muzyka, towarzyski flirt... ocknąłem się z kuzynką na kolanach pośród piasków sopockiej plaży... I na szczęście udało mi się dotrzeć, co jej proponuję. Szybko złapałem pion i odprowadziłem do klubu. Na szczęście wygrał rozsądek.

### Dzisiaj masz jakieś miejsca swoje w Sopocie?

Nie.

### No to cześć.

Cześć.



# KRETA

## NASYCENI SŁOŃCEM

AUTOR: MARTA LEGIEĆ

**Morze Egejskie nie może się zdecydować, czy woli turkus, granat, czy zieleń. Na ogół jest spokojne, rzadko niepokojąc przyjezdnych wzburzonymi falami. Z brzegu widać fasady domów o ciepłych barwach ziemi. Wyglądają niczym z bajki o odległych krainach, w których wieki temu zatrzymał się czas.**

Ślady przeszłości, nawet te najdrobniejsze, są dumą mieszkańców Krety. Można się tu poczuć niczym Kolumb odkrywający nieznaną ziemię, świeżym okiem wyłapywać różne osobliwości. Pod stopami znaleźć skrawki wypalanej gliny będącej kawałkiem historii sprzed kilku tysięcy lat albo skryć się w cieniu drzewa oliwnego, świadka historii wyspy na przestrzeni setek lat. W jednym rzędzie z wielką tajemnicą kroczy gościnność tutejszych gospodarzy i jakiś bliżej nieopisany czar.

### ZAGUBIENI ZA ZAKRĘTEM

Przyjmując ponad 3 mln turystów rocznie, Kreta – mająca zaledwie ok. 600 tys. mieszkańców – w zadziwiający sposób pozostaje odporna na pojawiające się z przybyśzami zmiany zanurzających się w wypełnionych upałem uliczkach miasteczek, skupiając się na podziwianiu i relaksie. Nasyceni słońcem i lokalnym winem ruszają w drogę, odkrywać największą wyspę Grecji. Miejscowi podpowiadają, iż najlepszym sposobem na poznanie Krety jest opłynięcie jej jachtem. Zapewne mają rację. Kiedy sprzyjający wiatr pcha łódź do przodu, a żagle napinają się z łoskotem, można w spokoju podziwiać naturalne piękno wyspy, zanurzyć się

w wodzie, odkrywać wraki pełne skarbów albo obserwować wodę przecinaną przez pojedyncze kutry rybackie, znaczące ją białymi lub niebieskimi plamami. Samochód daje tu jeszcze więcej możliwości. Nikt nie ma wątpliwości, iż w głębi ładu jest tu co odkrywać. Miejscowe "hity" są rozrzucone praktycznie na całej powierzchni Krety, długiej i wąskiej - ma 260 km długości i od 12 do 60 km szerokości. Drogi są tak kręte, że czas przejazdu zaplanowanego odcinka wydłuża wielokrotnie. Ma to swoje zalety – widoki za oknem są wspaniałe. Południowa część wyspy, mniej zabudowana i bardziej kameralna, pozwala odkryć miejsca, do których poza miejscowymi mało kto dociera, jak chociażby mała miejscowość Simi, w której znajduje się źródło z najlepszą na całej wyspie wodą. Po przemierzeniu ulic Heraklionu lub Chanii, miast pełnych turystów, skupionych na codziennych sprawach, wyprawa na południową część Krety lub w jej centralne rejony przenosi nas momentalnie w inną rzeczywistość. Aż trudno uwierzyć, że można jeszcze odkryć miejsca, których czas zatrzymał się dziesiątki lat temu, gdzie nikt się nie spieszy, podąża przez życie własnym rytmem. Za enklawę tradycyjnego życia uchodzi trójkąt pomiędzy góorskimi wioskami: Anogia, Zoniana

i Aimonas. Prowadzące do nich kręte drogi biegną pomiędzy dorodnymi kasztanowcami i platanami. Niemal za każdym zakrętem wyłaniają się gaje oliwne, z drzewami mającymi dobrych kilkaset lat. Oliwki są długowieczne, zdarza się, że drzewo rośnie nawet tysiąc lat. Wiekowe drzewa otaczają klasztor Arkadi niedaleko Retimno na północnym wybrzeżu – grecki symbol bohaterstwa i poświęcenia. Znaleźć je można gdzieś po drodze do opuszczonych klasztorów i wykutych w skale grobowców w Matalii.

### NIEOKIEŁZNANA PRZYRODA

U stóp gór rozciągają się żyzne niziny z winnicami i polami kukurydzianymi. Górskie rejony Krety od zawsze stanowiły punkt zbrojnego oporu przed najeźdźcami. Dziś chronią przed wścibskimi turystami. Docierają tu tylko ci, którzy chcą odetchnąć od gwaru. W kreteńskiej paletce barw dominują wszelkie odcienie natury. Całą ich paletę serwuje Wąwóz Samaria, najdłuższy w Europie (18 km). Przyciąga swoim majestatem, dziką i nieokiełznaną przyrodą. Okalające go szczyty, z kołującymi wokół sokołami i orłami, wspinają się przeszło 1000 m wyżej. Kiedyś był schronieniem dla rebeliantów i uciekinierów, dzisiaj jest jed-

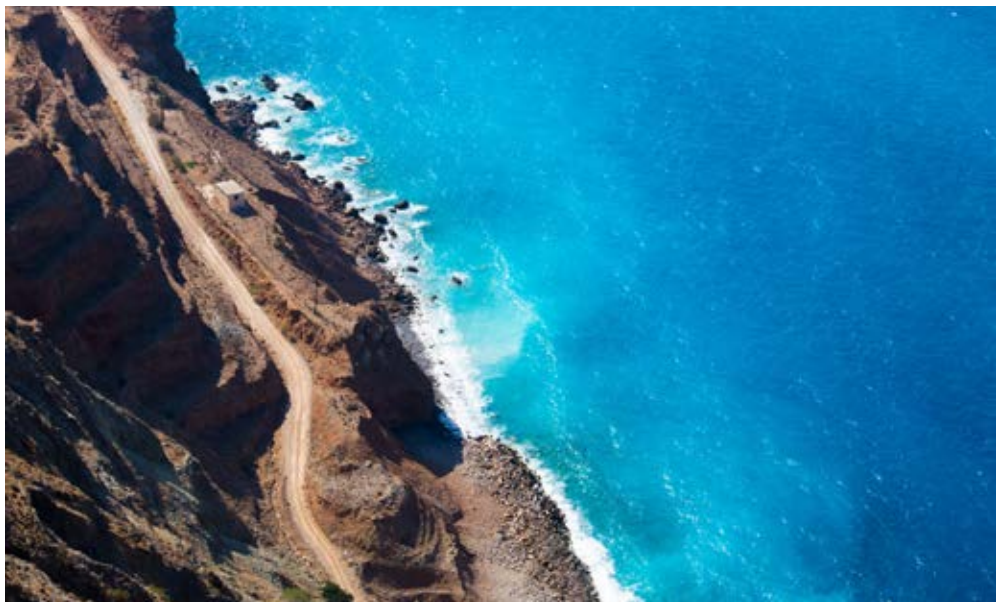
ną z najbardziej obleganych atrakcji Krety. Reklamowany jako jedna z największych atrakcji pobytu na wyspie, piętrzy przeszkody. Trzeba mieć kondycję, by go pokonać. Ale też być przygotowanym na wędrówkę stromymi i wyślizganymi, kamiennymi schodami, na których cierpią kolana i mięśnie nieprzyzwyczajone do wysiłku. Nagrodą za wysiłek może być porcja miejscowego owczego sera, zagryziona zanurzonym w miejscowej oliwie chlebem lagana i soczystymi oliwkami. Samaria bez wątpienia jest miejscem imponującym, podobnie jak wielkość ruin pałacu w Fajstos oraz Gortyny, dawnej stolicy Krety. Nie znajdziecie tu rekonstrukcji podobnych do tych w Knossos, gdzie był więziony potwór Minotaur. Pozostałości tych dawnych budowli są takie, jakie wykopali archeolodzy.

### RAJ FANEK INSTAGRAMA

Plaże bywają zatłoczone, a ciąg hoteli oraz miejscowości pogrążone w jarmarcznej rozrywce sprawiają nieco przygnębiające wrażenie. Na szczęście nie trzeba być skazanym na obrazek powielany w niemal wszystkich miejscowościach pełnych turystów. Wystarczy wyjechać poza centrum, by rzeczywistość zmieniła się diametralnie. Odnaleźć można nawet miejsca rajske, obsypane delikatnym, białym piaskiem, oblane krystalicznie czystą wodą o barwie turkusowo-szafirowej. Charakterystyczny krajobraz laguny Balos często pojawia się w różnego rodzaju folderach i publikacjach jako jedna ze sztandarowych plaż Krety jeśli nie całej Grecji. Nie budzi to jednak większego zdziwienia, bowiem usytuowana przy północno-zachodnim wybrzeżu wyspy Balos to miejsce magiczne, cyklicznie zajmujące wysokie pozycje w różnego rodzaju rankingach plaż europejskich i światowych. Reklamy przekonują, że to miejsce dla osób marzących o tym, by szybko i tanio znaleźć się na Karaibach. Coś w tym jest. Zaledwie 75 km od Chanii jest też bajkowa Elafonisi zawdzięczająca swą sławę różowemu piaskowi, oblane krystalicznie czystą wodą, kuszącą wszystkimi odcieniami turkus. Plaża wzięła swą nazwę od niewielkiej wyspy Elafonisi otoczonej tak płytką laguną, że można ją przejść brodząc w krystalicznej wodzie. Wysepka była kiedyś azylem hippisów i marzycieli, dziś jest rajem fanek Instagrama. Każdego dnia w sezonie różowy piasek przyciąga bardzo dużą liczbę osób. Na szczęście bywa tu też kameralnie. Wystarczy przyjechać o poranku lub poczekać do późnego popołudnia, by znikły tłumy.

### ODROBINA DŁUGOWIECZNOŚCI

Kreteńczycy żywią się tym, co daje im ich ziemia. Wystarczy jednak wizyta w miejscowej tawernie, by przekonać się,



że nie mają na co narzekać. Na talerzu pojawiają się wszystkie kolory świata reprezentowane przez soczyste pomidory, bakłażany, kruchą cebulę, cukinie, ogórki - wszystko obficie polane oliwą extra vergine. Grecy wiedzą, jak docenić mnogość świeżych warzyw i owoców. W prostocie tkwi wielka siła, a w tutejszej kuchni kryje się sekret długowieczności. Na Krecie raczej nie jada się śniadań, stawiając na obfity lunch i jeszcze większą kolację. I choć sposób żywienia się mieszkańców wyspy odbiega od ogólnie przyjętego pięcioposiłkowego modelu, badania archeologiczne wskazują, że na wyspie jada się tak od 4 tys. lat. Efekty są zaś zadziwiające - mieszkańcy Krety cieszą się wyjątkowo długim życiem, a choroby układu krążenia i nowotwory omijają ich szerokim łukiem. Trudno nie zazdrościć miejscowym witalności i siły, którą czerpią z jedzenia. Podczas jednego krótkie-

go pobytu uzdrowić się tu trudno, można za to do woli chłonąć atmosferę tutejszych tawern, cieszyć się towarzystwem gościnnych, wiecznie uśmiechniętych mieszkańców i podpatrywać, co ładuje u nich na talerzu. Są grillowane ryby i owoce morza prosto z pokładu kutra, dolmades - niewielkie gołąbki zawijane w liście winogron, kalitsounia - smażone pierożki wypchane szpinakiem lub mieszaną serów. Leje się oliwa i lokalne wino robione ze szczepów kotsifali i mandilari. Obie odmiany były tu uprawiane już 5 tys. lat temu. Ich styl jest zupełnie niepowtarzalny. Na stole pojawia się też ouzo.

Alkohol jest mocny, ale nie pali w gardle. Pachnie delikatnie i przyjemnie. Przednio rozwesela. Po takim posiłku można już tylko liczyć na to, że załapałiśmy nieco długowieczności.





# PORSCHE 718 BOXSTER

# KLASYKA DLA PAR

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

**Jeżeli szukasz klasycznego ducha Porsche, ale topowa 911-ka jest dla Ciebie za droga, a model Cayenne za duży to znak, że dla Ciebie wymyślono 718 Boxster. Ten rasowy roadster jest wręcz idealny na rozpoczęcie przygody z tą szlachetną marką.**



Co najważniejsze 718 Boxster to naprawdę prawdziwy sportowy samochód. Choć pojemność silnika – 2 litry i moc 300 KM nie należy dzisiaj do imponujących to Boxster ma tę jedną ważną cechę – silnik umieszczony centralnie. To zmienia wszystko – rozkład masy pomiędzy osiami, a co za tym idzie sposób prowadzenia pojazdu. To wreszcie sama świadomość, że ta pięknie basowo grająca jednostka jest tuż za plecami kierowcy i pasażera.

Już pierwsze metry prowadzenia 718 Boxster udowadniają, że to naprawdę sportowe auto. Są i inne detale jak prawie pionowo ułożona kierownica co w połączeniu z nisko położonym siedzeniem daje poczucie, że przyklejamy się do jezdni. To także zestrojone skrzyni biegów z zawieszeniem. Do dyspozycji mamy dwa tryby – standard i sport, co jeszcze bardziej usztywnia samochód i zwiększa dynamikę jazdy.





Porsche Boxster 718 wyposażono w dwulitrowy silnik o mocy 300 KM i momencie obrotowym 390 nM. To jednostka 4 cylindrowa typu boxer. Stąd nazwa modelu, która wzięła się z połączenia dwóch wyrazów – boxer i roadster (auto bez dachu). Błyskawicznie zbiera się do jazdy, producent wskazuje, że do setki rozpędza się w 4,7 sekundy.

Wnętrze jest dość surowe i nawiązuje do minionych dekad. Na uwagę zasługują zegary, wręcz klasyczne, okrągłe, z białymi cyframi i czerwoną wskazówką – niczym z lat 70. XX wieku. Wspaniały widok.

Boxster 718 to auto albo dla singla albo dla pary, gdyż są tylko dwa siedzenia. Doskonale na krótkie, letnie wypadki, choć można pojechać dalej. Boxster z przodu ma niewielki bagażnik, a z tyłu dodatkowy schowek. Wystarczy na małe torby. Tak więc to opcja dla nie potrzebujących stosów ubrań i kosmetyków.

Jak deklaruje producent średnie spalanie wynosi 8,5 do 9 l na 100 km/h. Oczywiście o ile jedziemy zgodnie z przepisami.

No i na koniec ważna informacja - ceny tych modeli na rynku kształtują się wokół kwoty 300 tys. zł, czyli dwa razy taniej niż najtańsza, nowa 911-ka.







## Porsche 718 Boxster

**Pojemność:** 2000 ccm

**Moc:** 300 KM

**Przyspieszenie do 100 km/h:** 4,7 s

**Prędkość maksymalna:** 275 km/h

**Szerokość:** 1801

**Długość:** 4379

**Rozstaw osi:** 2475

**Masa własna:** 1365 kg

**Spalanie wg producenta:** 8,5 – 9l na 100 km (cykl mieszany)



# PREMIERA GIGANTA

**Najnowszego, ale i największego w historii SAV-a BMW zaprezentował pomorski dealer tej marki - Grupa Zdunek.**

Rozmiary BMW X7, bo o nim mowa są naprawdę imponujące. 5151 mm długości, 2000 mm szerokości, 1805 wysokości. Rozstaw osi – 3105 mm. A do tego największy w historii BMW grill, czyli przednia osłona chłodnicy. Nowy luksusowy SAV (Sports Activity Vehicle) kierowany jest do najzamożniejszej i najbardziej wymagającej grupy odbiorców. Cennik zaczyna się od kwoty 393 tys. zł. Co jednak istotne – producent gwarantuje bardzo bogate wyposażenie standardowe, a w konfiguracji jest aż siedem miejsc. Obecnie auto dostępne będzie w 3 wersjach silnikowych: diesla o mocach 265 i 400 KM oraz benzyny o mocy 340 KM.

Premiera samochodu odbyła się w gdyńskim Studiu Panika, a poprowadził ją Mateusz Borek, komentator sportowy i ambasador trójmiejskiego dealera. Przed premierą wystąpiła wokalistka Natalia Lubrano.



# Duński projekt

Wyprodukowany we własnej fabryce,  
bezpośrednio dla Ciebie

Darmowa dostawa i 100 dni na darmowy zwrot towaru



Showroom: Al. Niepodległości 606/610 Sopot 81-855





## NOWA MAZDA 3

# KOMPAKT CORAZ BLIŻEJ PREMIUM

AUTOR: MARCIN WIŁA / FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

**Mazda coraz bardziej i coraz śmielej konstruuje swoje samochody, chcąc dostać się do elit w swojej klasie. Nowy, kompaktowy model 3 udowadnia, że te ambicje są jak najbardziej uzasadnione. Samochód walczy z konkurencją niebanalną stylistyką i technologią. Producent opiera się też współczesnym trendom „downsizingu”, oferując benzynowe silniki bez doładowania w całkiem „normalnych” pojemnościach.**

Mazda chce robić wrażenie, w związku z czym kładzie nacisk na wygląd, nawet kosztem przestrzeni. Efektownie zaprojektowane nadwozie ma wymiary typowe dla swojego segmentu, ale Mazda 3 jest wyraźnie niższa, szersza i ogólnie bardziej „płaska” niż konkurenci. Dla designu nadwozia ma to niebagatelne znaczenie, ale niestety wpływa także na przestrzeń wewnątrz.

Opadająca linia dachu, upodabniająca samochód do coupe, zmniejsza niestety przestrzeń nad głową dla pasażerów tylnego rzędu. Natomiast podróż na przednich fotelach, jest nie tylko wygodna, ale także przyjemna ze względu na wykończenie i stylistykę kokpitu. Uwagę zwracają kratki wentylacyjne wkomponowane w listwę przed pasażerem, kierownica wyraź-

nie nawiązująca do segmentu Premium, a materiały wykończeniowe są przyjemne w dotyku i sprawiają wrażenie naprawdę wysokiej półki.

Mazda 3 oferuje najbogatsze w klasie wyposażenie standardowe, obejmujące m.in. kolorowy wyświetlacz head-up, cyfrowe zegary, nowy system multimedialny MZD Connect z ekranem o przekątnej 8,8 cala z nawigacją satelitarną i systemem Apple Carplay/Android Auto, adaptacyjny tempomat, system monitorujący martwe pole w lusterkach czy reflektory i światła wykonane w technologii LED.

Silnik zastosowany w testowanym przez naszą redakcję egzemplarzu, to 2-litrowa, benzynowa jednostka o mocy 122 konie

mechanicznych. Mało? Nawet bardzo mało! A to dlatego, że przyzwyczajeni jesteśmy już do mikroskopijnych silników, coraz częściej o 3-cylindrach, których cherlawość wspomagają turbiny. Mazda idzie inną drogą i oferuje „normalny” rozmiar silnika, niewysilony, który zwiastuje długą i bezproblemową eksploatację, a mimo tego wszystkiego – spełnia również najnowsze, surowe normy emisji spalin. Można? Można! W jaki sposób? Sekret jest system M Hybrid (Mild Hybrid), który wspomaga spalinową jednostkę. System ten, złożony z silnika elektrycznego, akumulatora litowo-jonowego i przetwornicy prądu, zdecydowanie obniża zużycie paliwa i sprzyja jego jeszcze większej oszczędności dzięki ponownemu wykorzystywaniu energii odzyski-



wanej podczas hamowania: zamieniona na prąd, napędza ona silnik elektryczny pełniący rolę wspomagającą dla silnika spalinowego.

Całość sprzęga 6-stopniowa manualna skrzynia biegów, która pozwala na precyzyjny dobór przełożeń na trasie i przede wszystkim obniża hałas w kabinie. Komfort jazdy jest kolejnym atutem Mazdy. Jazda tym autem sprawia dużo przyjemności, a jak zauważa nasza redakcyjny Fotograf, wyciszenie i ciemna podsufitka skutecznie usypia... dziecko na tylnej kanapie.

Ceny nowej Mazdy 3 rozpoczynają się od 94 900 zł. Testowany egzemplarz w odmianie Hikari to koszt od 109 900 zł, a wraz z wyposażeniem dodatkowym 120 145 zł.





# SŁOŃCE TO STAN UMYŚŁU?

AGATA CHODZIUTKO vs ANIA PIWNICKA

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

Uff, jak gorąco. Nareszcie można to powiedzieć. Albo niestety. Jedni pływają się w upalnych promieniach słońca, drudzy pocą z wysiłku i przeklinają swój los. Dlaczego? Bo, jak potwierdzają uczestniczki najnowszego odcinka „Pojedyńku rysowników” - Ania Piwnicka i Agata Chodziutko, słońce to stan umysłu.



## AGATA CHODZIUTKO

graficzka, miłośniczka dzikiej natury i gór, kolekcjonerka doświadczeń

### Rysuję, bo ...

daje mi to wolność i sprawia frajdę

### Mój pierwszy rysunek przedstawiał...

jaskinię z nietoperzami

### Pobudza moją kreatywność...

zagłębienie do wnętrza i na zewnątrz

### Artysta dojrzewa, kiedy...

cierpi

### Największe wyzwanie to...

żyć świadomie

### Czy słońce to stan umysłu?

umysłu i ciała

### Jaka pogoda zapowiada się tego lata?

Taka jaką nosisz w sercu.

### Dlaczego nie można patrzeć prosto w słońce?

Bo wtedy słońce patrzy prosto w ciebie.

### Czy porwałabyś się z motyką na słońce?

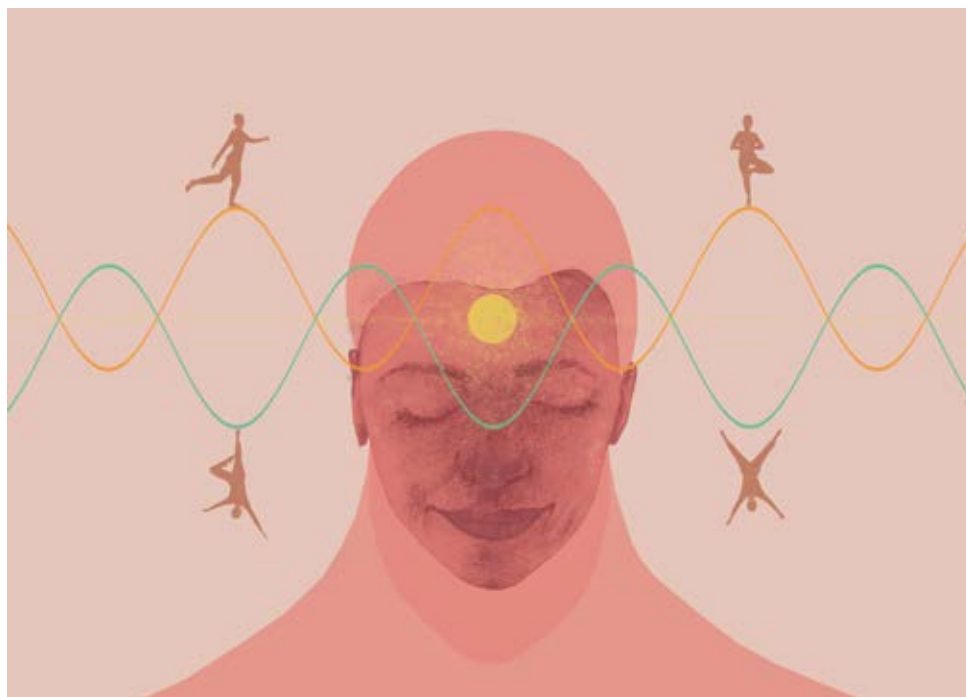
Już nie, postanowiłam zgubić motykę.

### Czasem słońce, czasem ...

książka i koc



# Pojedynek Rysowników



## ANIA PIWNICKA

ilustratorka, graficzka,  
projektantka wnętrz,  
z wykształcenia architektka

**Rysuję, bo ...**  
to najbardziej lubię i jest to moja  
forma  
medytacji

**Mój pierwszy rysunek**  
**przedstawiał ...**  
nie pamiętam

**Pobudzają moją kreatywność...**  
podróże, wystawy, architektura  
i nieszablonowi ludzie

**Artysta dojrzewa, kiedy ...**  
nie dojrzewał!

**Największe wyzwanie to ...**  
nie stresować się i być  
zadowolonym z siebie

**Czy słońce to stan umysłu?**  
tak, szczególnie po zimie

**Jaka pogoda zapowiada się tego**  
**lata?**

Mam nadzieję, że słoneczna i  
owocna  
w świetne projekty

**Dlaczego nie można patrzeć prosto**  
**w słońce?**

Żeby zobaczyć księżyc

**Czy porwałabyś się z motyką na**  
**słońce?**

Czasami warto się sparzyć  
**Czasem słońce, czasem ...**  
nie.



# MORSKIE MOTYWY W DOMOWYM ZACISZU

**PROJEKT:** KOWALCZYK - GAJDA STUDIO PROJEKTOWE

**FOTO:** HANNA POŁCZYŃSKA

**To 75 metrowe mieszkanie w Gdańsku zostało zaplanowane z myślą o parze z dwójką dzieci. Jego sercem jest salon z dwoma ustawionymi naprzeciw siebie kanapami i przeprojektowanym aneksem kuchennym.**

Właściciele mieszkania to młoda, aktywna para, która ceni sobie chwile z rodziną w domowym zaciszu. W ich mieszkaniu często bywają goście – rodzina i przyjaciele. Starsza córka niebawem pójdzie do szkoły, dlatego ważne było odpowiednie zaaranżowanie pokoju pod kątem nauki. Młodsza córka jest jeszcze niemowlakiem.

Strefę wejściową zaznaczono interesującymi kaflami podłogowymi z ornamentem układającym się w mozaiką dywanową. Korytarz został oddzielony od salonu ażurową ścianką doświetlającą pomieszczenie. Ścianka dodatkowo nakierowuje nas na przestronny aneks kuchenny.

Posadzka w kuchni jest kontynuacją wzoru z korytarza, co wizualnie spaja oba pomieszczenia. Białe frezowane fronty zabudowy kuchennej dobrze łączą się z ciepłym wybarwieniem drewna. Całość kompozycji kolorystycznej uzupełnia delikatna płytką ścienną w odcieniach beżu. Błat kuchenny przechodzi w półwysep, przy którym znajduje się dodatkowe miejsce do pracy oraz spożywania posiłków.

Ustawienie kanap naprzeciwko siebie umożliwia wspólne spędzanie czasu. Meblowe zabudowy wykonane na zamówienie przez stolarza mieszczą w sobie wszystkie potrzebne mieszkańcom sprzęty i książki. Dodatkowej przytulności dodaje cegła z jasną fugą. Strefę jadalni wyznacza stół z litego drewna ze żłobionymi detalami oraz krzesła z giętego drewna.

Pokój niemowlaka zaprojektowano z myślą o rozwijaniu wyobraźni dziecka. Uniwersalna zabudowa stolarska w żywych kolorach będzie służyć dziecku przez wiele lat. Kolor wody na tapecie z wielorybkiem został kontynuowany za sprawą farby kredowo-magnetycznej.

W pokoju pięcioletki zaprojektowano łóżko na podwyższeniu, spełniając tym samym marzenie starszej córki. Konstrukcja w kształcie domku kryje w sobie dodatkowe miejsce do przechowywania. Tapicerowany stopień pełni równocześnie funkcję siedziska. Bok pojemnych szaf wzbogacono o listwy za którymi można przechowywać pluszaki i książki. Pod kolorową tapetą znalazła się także farba kredowo-magnetyczna zachęcająca do kreatywnej zabawy.

Sypialnia rodziców to miejsce do odpoczynku, dlatego centralne miejsce zajmuje tapicerowane łóżko. Projektantom udało się także zmieścić duże szafy na całą wysokość pomieszczenia oraz biurko. Lustra pojawiające się na frontach i ścianie optycznie powiększają pomieszczenie, któremu smaku dodaje tapeta w drewnianej ramie nad łóżkiem.

W łazience pojawiają się niebieskie i morskie motywy występujące wcześniej w pozostałych pomieszczeniach. Akwarelowy statek wydrukowano na hartowanym szkłe. Zdecydowano się na nawiązanie płytkami do dębowej podłogi w pozostałych pomieszczeniach. Z drewnianych listewek zaprojektowano lustro w drewnianej ramie i wiszak na ręczniki.









#### **SALON Z ANEKSEM KUCHENNYM**

**stół** - FAMEG

**krzesła w jadalni** - FAMEG

**hokery przy blacie** - FAMEG

**stolik kawowy** - Swallow's Tail Furniture

**kanapy** - Sweetsit

**dekoracje okienne** - Blindsproject.pl

**obrazy** - Klaudyna Karczewska

**lampa wisząca nad stołem** - Agata Meble

**dywan w salonie** - Studio Elevaar

**płytki nad blatem i na podłodze w aneksie** - Equipe Ceramicas

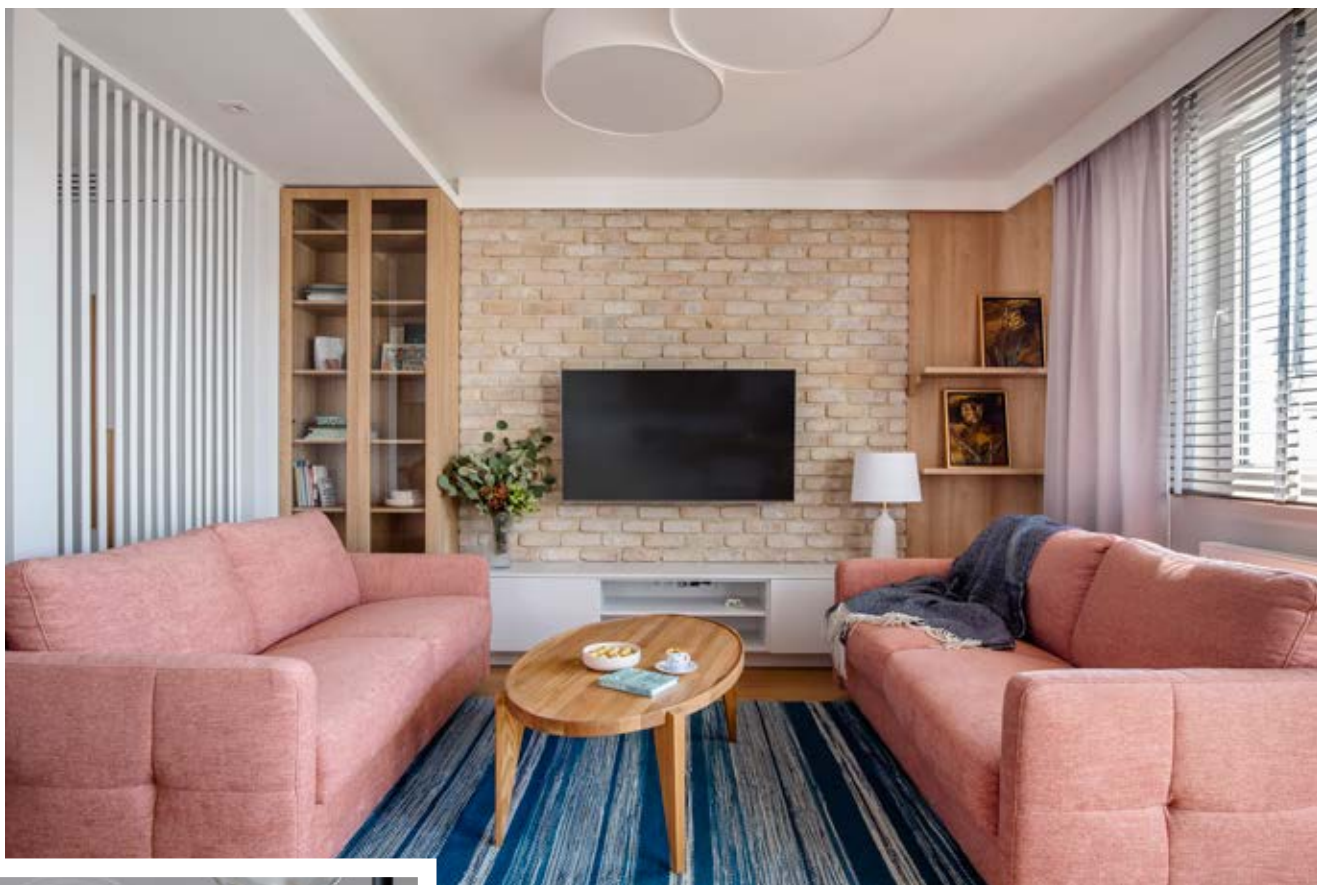
**okap** - Kernau



#### **WYPOSAŻENIE ŁAZIENKI** HARIMEX

**płytki drewnopodobne** Atlas Concorde

**płytki białe matowe** Grespania Ceramica



### POKÓJ DZIECIĘCY

fotel - SITS

dywan - Studio Eleaar

tapeta z wielorybkiem - PIXERS

dekoracje okienne - Blindsproject.pl

różowa farba kredowa i magnetyczna - Tikkurilla



# W POSZUKIWANIU DAWNEJ GDYNI

**Oryginalne mieszkania, niedostępne na co dzień fragmenty miejsc użyteczności publicznej jak biblioteka, kościół, czy też chłodnie Dalmoru – podziwiali uczestnicy 5. edycji Gdynia Open House.**

W tym roku organizatorzy festiwalu zaplanowali wejście do ponad 60 miejsc. Idea była taka sama jak co roku – zajrzeć do niedostępnych na co dzień miejsc ciekawych miejsc w Gdyni. Najwięcej z nich stanowiły prywatne mieszkania. Było więc mieszkanie Pauliny wychodzące na Bank Polski, a które jej rodzina zamieszkuje od 1945 roku. W tym samym popularnym „Bankowcu” od 4 lat mieszkają też Joanna i Michał. Pieczętowanie odnowiona stolarka drzwiowa, wypielęgnowane ceramiczne kafle na balkonie czy wreszcie decyzja o zachowaniu oryginalnego, przedwojennego układu pomieszczeń zdradzają żywioną przez właścicieli fascynację modernistyczną architekturą. Warto dodać, że Zespół Mieszkaniowy BGK przy ul. 3 maja w którym znajdują się obydwa mieszkania powstał w latach

1935 – 39 i stanowi dzisiaj sztandarowy przykład optywowej odmiany modernizmu.

Największym zainteresowaniem cieszyło się mieszkanie Katarzyny Stefani Józefowicz, uznanej graficzki, która ma na koncie wiele wystaw – w Polsce i zagranicą. Właścicielka poddasza przy ul. Świętopelka opowiadała nie tylko o remoncie, ale i historii tego miejsca.

Uczestnicy Gdynia Open House zajrzeli też m.in. do chłodni Dalmoru, czy też podziemi Biblioteki Gdynia, które skrywają ogromne magazyny dawnej Restauracji Bałtyckiej, obecnie wykorzystywane jako archiwum. Tajemnicze tunele i korytarze skrywające najstarsze gdyńskie książki, windy dawnej kuchni przywróciły atmosferę dawnej Gdyni.



## EKLEKTYCZNA SOFA & FRIENDS

### Nowy showroom

**Sofa&Friends został uroczysto otwarty w Gdańsku.**

Sklep wyróżnia się bogatą ofertą wygodnych sof, foteli i mebli tapicerowanych, dopasowanych do indywidualnego stylu klienta. Kolor, tkanina i wybarwienie drewna są realizowane zgodnie z życzeniem. W Sofa & Friends można też kupić drewniane regały, witryny, komody i stoliki. Duży wybór dywanów, oświetlenia, tkanin, tapet oraz datków do aranżacji wnętrza pozwala na kompleksowe urządzenie komfortowego i stylowego wnętrza. Showroom jest odpowiedni dla osób lubiących stylowy eklektyzm i bliskie są im surowe klimaty industrialne oraz piękno pluszowych tkanin i błysk spod znaku modern classic.

**www.sofaandfriends.pl**  
**Gdańsk, ul. Grunwaldzka 303**





**LOF**

którą wersję wybierasz?





# THINK PINK!

SALONOWE INSPIRACJE



Sofa SENJA marki TRIBU / Spensen Home Collection.



1

2



3



4



5



6



7



8



1. Unfold lampa / Designzoo - 749 PLN 2. Ambit - lampka wisząca różowa jasna / Designzoo - od 749 PLN do 1399 PLN  
3. Krzesło J52G - bujany fotel różowy / Designzoo - 2619 PLN 4. Zegar na ścianę Kleks / Flexistyle - 115 PLN 5. Pufa Sako worek xxxl / Pufy.pl - 129 PLN  
6. Poduszka Level różowa / Moodi - 139 PLN 7. Sofa Candy 3 / Agata Meble - 2099 PLN 8. Cerisier2 poszewka / HOME&You - 45 PLN



Sklep z klasykami designu i przyszłymi ikonami. Od mebli do prezentów.

Showroom:  
Aleja Niepodległości 606/610  
81-855 Sopot  
[www.designzoo.pl](http://www.designzoo.pl)

**designzoo**





POTE architekti, inwestor Intuo

# MIESZKAĆ JAK MATT MURDOCK

AUTOR: MATEUSZ SIEDLECKI

**Lofty, czyli surowe, a jednocześnie nowoczesne przestrzenie najpierw zdobyły amerykański rynek, a potem zawładnęły tamtejszą kinematografią. Rozwiązania znane chociażby z licznych produkcji Netflix'a dzisiaj też coraz częściej obecne są w Trójmieście.**

Idea zagospodarowania loftów narodziła się z kreatywności i otwarcia na nieszablone rozwiązania mieszkaniowe. Dzięki takiemu podejściu uzyskano specyficzny typ przestrzeni, której oryginalny design wprawia w zachwyt nawet najbardziej wybrednych dekoratorów wnętrz. Nic więc dziwnego, że lofty w krótkim czasie przestały występować wyłącznie w przemysłowych miastach Stanów Zjednoczonych, skutecznie podbijając rynek nieruchomości na innych kontynentach.

- W Europie Zachodniej i w USA trend ten pojawił się kilkadziesiąt lat temu, gdy nieefektywne ekonomicznie budynki przemysłowe znajdujące się w ciekawych lokalizacjach zaczęto przebudowywać na apartamenty i biura – mówi Jakub Bładowski, architekt, Roark Studio. - Lofty, jako przestrzenie adaptowane z innej funkcji są wysokie, często z możliwością wprowadzenia dużych przeszkleń. Ponadto mają unikalny charakter, detal czy możliwe do uwypuklenia materiały budowlane. Te cechy nadają wnętrzom loftowym oryginalności i odróżniają je od standardowej rynkowej oferty.

Rosnący popyt na nieruchomości klasy premium, który można było zaobserwować na przestrzeni kilkunastu ostatnich lat sprawił, że

producenci najgłośniejszych filmów i seriali coraz chętniej decydują się na wykorzystanie właśnie tego typu przestrzeni jako tła do prezentacji losów swoich bohaterów.

## MIESZKANIA Z NETFLIXA

Jednym z najbardziej reprezentatywnych przykładów jest mieszkanie Matta Murdocka, głównego bohatera netflixowego serialu "Daredevil". Matt wiecie podwójne życie - w ciągu dnia realizuje się jako prawnik, a w nocy zakłada maskę superbohatera, który walczy ze złem tego świata. Główną cechą jego mieszkania jest surowość - jedna z najważniejszych cech współczesnych loftów. Długi korytarz prowadzi do salonu, gdzie znajdziemy ściany z odsłoniętej cegły, drewniane stropy, surowe w formie kaloryfery, ciemne podłogi i duże industrialne okna. Salon połączony jest z aneksem kuchennym, w którym znajduje się bar wykonany z dykty. Za przesuwными drzwiami znajdziemy natomiast minimalistycznie urządzone sypialnię.

Kolejną interesującą produkcją Netflix'a jest serial „House of Cards”. Wszystko za sprawą mieszkania Adama Galloway'a - fotografa o wybitnie artystycznej duszy. Nie dziwi więc fakt, że on również postawił na absolutny otwarty

przestrzeń i minimalizm wystroju. Należący do niego loft ma jednak zdecydowanie mniej surowy charakter. Znajdziemy tu ogromne okna rzucające światło na drewnianą podłogę i odsłonięte instalacje sufitowe. W centrum mieszkania znajduje się natomiast nowoczesne łóżko, które w znacznym stopniu kontrastuje z pozostałymi elementami wystroju. Adam spędza tu większość swojego czasu, ponieważ loft pełni też funkcję jego pracowni fotograficznej.

Ogromny potencjał drzemący w postindustrialnych przestrzeniach sprawił, że trend ten już wiele lat temu trafił również do Polski. Rozwój loftów na krajowym rynku był nierzadko powiązany z procesami rewitalizacyjnymi, mającymi na celu adaptację dawnych obiektów do aktualnych potrzeb urbanistycznych. W ten sposób przemysłowe przestrzenie zyskały nowe życie i stały się architektonicznym uosobieniem prestiżu.

- Oryginalnie, jako lofty traktowaliśmy duże obiekty mieszkalne, mieszczące się w budynkach poprodukcyjnych jak magazyny czy fabryki. Charakter industrialny wynikał więc ściśle z poprzedniej funkcji budynku a gabaryty, wielkość okien czy wysokość pomieszczeń była tego naturalną pochodną. Taki zbiór cech, jak i cena przyciągały głównie artystów, dzięki

użytkowaniu których, wykreował się tak atrakcyjny nowy model pożądanym przez kolejnych klientów. Aktualnie, przeważnie apartamenty zlokalizowane na najwyższych piętrach prestiżowych inwestycji posiadają większość cech użytkowych oryginalnych loftów dzięki czemu są bardzo chłonnymi obiektami dla oryginalnych i awangardowych projektów wnętrz. Ludzie szukający takich rozwiązań muszą się też liczyć z kosztami związanymi z zakupem, wykończeniem czy eksploatacją, ale w zamian otrzymują miejsca reprezentatywne, często elastyczne funkcjonalnie oraz z pewnością utrzymujące swoją wysoką wartość jeszcze przez następne, długie lata – mówi Tomasz Urbanowicz, architekt z sopockiej pracowni Ideograf.

## LOFTOWE MŁODE MIASTO

Przykładem może być gdańska szkoła tańca So!Salsa znajdująca się przy ulicy Elektryków, jednym z najpopularniejszych miejsc Młodego Miasta. Szkołę usytuowano w jednej z historycznych hal Stoczni Gdańskiej, która tworzy unikalny klimat oraz inspirującą atmosferę. Na potrzeby tanecznej adaptacji, przemysłową przestrzeń wyposażono w profesjonalne parkiety, lustra oraz zaplecze sanitarne. Miejsce to w żaden sposób nie straciło jednak swojego historycznego charakteru.

So!Salsa to nie jedyny przykład Młodego Miasta, które jest dobrym przykładem rewitalizacji i użycia loftów. Inwestorzy postanowili uszanować przeszłość dzielnicy, projektując budynki, które pomimo nowoczesnego designu i biurowo-usługowego przeznaczenia, będą nawiązywać do historii tego miejsca. Za przykłady mogą posłużyć takie inwestycje jak Chlebova (NDI Development) – nowoczesny apartamentowiec powstający w miejscu dawnej fabryki chleba, czy też nowo powstały projekt autorstwa Shipyard City Gdańsk.

Przykładem udanej adaptacji historycznej przestrzeni jest też wnętrze restauracji Spichlerz Deo znajdującej się na gdańskiej Wyspie Spichrzów autorstwa Magdaleny Adamus z pracowni Loft.

Realizacja loftowego trendu powstaje również przy Kamiennej Grobli w Gdańsku. Podobnie jak w przypadku szkoły So!Salsa, inwestycja spółki



Stocznia



POTE architekci, inwestor Intuo



Intuo opierać się będzie o rewitalizację dawnej fabryki.

- Już samo miejsce ma wyjątkowy charakter - nasze lofty powstaną w starej, zaadaptowanej fabryce, która według źródeł historycznych jest pozostałością po dawnym młynie olejowym. Powstające tu lofty cechować będzie przede wszystkim otwarta, surowa przestrzeń i ponadnormatywna wysokość pomieszczeń. Niezwykle istotne będą również duże przeszklenia. Połączenie tych czynników daje poczucie swobody, pobudza wyobraźnię i zachęca do poszukiwania własnych, niebanalnych aranża-

cji. Ponadto projekt sąsiaduje z brzegiem Nowej Motławy, co z jednej strony gwarantuje spokój okolicy, z drugiej zapewnia bliskość serca Gdańska - mówi Piotr Leler, Prezes Zarządu spółki Intuo.

Wiele wskazuje więc na to, że w niedalekiej przyszłości lofty mają realną szansę na stałe zdominować się w polskiej architekturze wnętrz. To charakterystyczne połączenie historii, nowoczesności i prestiżu z roku na rok budzi coraz większe zainteresowanie potencjalnych nabywców, dla których liczy się coś więcej niż tylko atrakcyjna lokalizacja.



POTE architekci, inwestor Intuo



POTE architekci, inwestor Intuo





# MIEJSKIE ZABYTKI ODZYSKUJĄ DAWNY UROK

**Neoklasyczne kamienice przy ul. Chłodnej to część rewitalizowanego Dolnego Miasta. Będące w zasobach Gdańskich Nieruchomości cztery budynki odzyskują swój dawny blask dzięki pełnej termomodernizacji wykonanej w ramach programu KAWKA dla Pomorza.**

Prace prowadzone były w uzgodnieniu z konserwatorem zabytków, tak aby kamienice odzyskały prestiż, jakim cieszyły się przed wojną. W ramach prac konserwatorskich odrestaurowane zostały klatki schodowe, odтворzona została również stolarka drzwiowa i okienna. Wrażenie robią zrekonstruowane dekoracje artystyczne, w tym polichromia w sieni budynku oraz elementy wystroju charakterystyczne dla kamienic z okresu XIX i XX wieku. Wśród wykonanych prac znalazły się zarówno prace związane ze wzmocnieniem samej konstrukcji budynków, ale także wykonanie izolacji i remont dachu. Wiele elementów konstrukcyjnych wymagało odtworzenia. Ponad 70% belek stropowych drewnianych i elementów konstrukcyjnych więźby dachowej zostało wymienionych.

W wyniku przeprowadzonych prac powstało 30 komfortowych mieszkań. Z uwagi na zróżnicowane potrzeby mieszkańców w budynkach znalazły się również lokale o nieco mniejszym (ok 30 m<sup>2</sup>) i większym metrażu (100 m<sup>2</sup>). W ramach modernizacji zmieniony został układ mieszkań, dzięki czemu wszystkie lokale zyskały samodzielność i funkcjonalny układ przestrzenny. Podstawową zaletą mieszkań w odnowionych kamienicach jest wyjątkowa architektura, której nie znajdziemy w obecnie wznoszonych budynkach. Typowy dla tego rodzaju budownictwa układ lokali, ich powierzchnie, wysokości, a dodatkowo – oryginalne wykończenia, sztukaterie i zdobienia, tworzą niesamowitą i niepowtarzalną przestrzeń do życia. Planowany termin zakończenia prac w obu budynkach przewidziany jest na 31.07.2019 r.

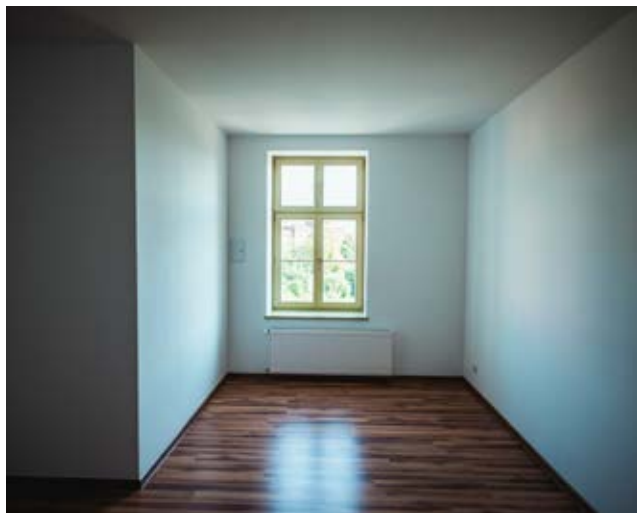
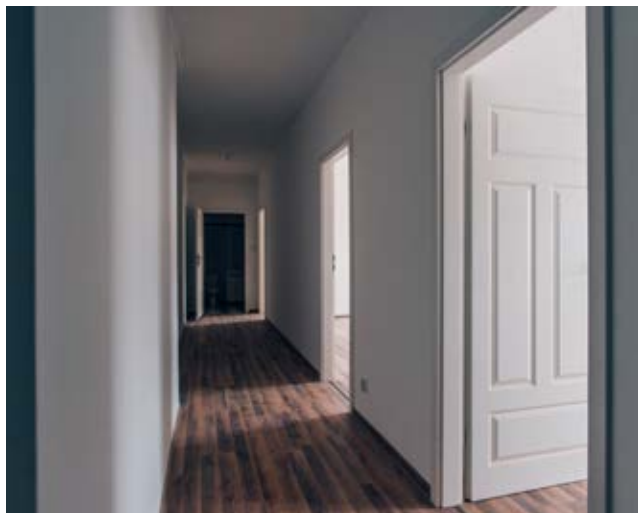
Remont kamienic przy ulicy Chłodnej stanowi jedynie element programu modernizacji zasobu komunalnego, realizowanego przez Gdańskie Nieruchomości. Wśród innych działań w 2018 r. sukcesem zakończył się proces ograniczenia niskiej emisji poprzez zmianę sposobu ogrzewania w 399 lokalach mieszkalnych i użytkowych.

Dzięki dofinansowaniu ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego dla Województwa Pomorskiego, aktualnie realizowany jest projekt „Kompleksowa modernizacja energetyczna budynków mieszkalnych i użytkowych zlokalizowanych na terenie Gdańska”. W efekcie tych działań ponad 30 budynków, w tym budynków mieszkalnych, poddanych zostanie pracom remontowym dotyczącym zwiększenia ich efektywności



energetycznej, a tym samym wpłynie na ograniczenie kosztów eksploatacji.

Dotychczasowe działania stanowią dobrą podstawę do kolejnych realizacji w przyszłości. Miasto Gdańsk pięknieje i jest coraz bardziej eko.







Turban Choose To Inspire (82-89z)



— MADE IN 3CITY —

# LOOKS BY LUKS

## Z MIŁOŚCI DO NATURY

**Mieszanka miłości do natury, zapachu lata i pasji - oto nowsza kolekcja Looks by Luks czyli pierwsze w Polsce, ręcznie szyte turbany i opaski dla kobiet i dzieci. Przy tworzeniu wzorów markę inspirowały kolory soczystych owoców, nieba o zachodzie słońca, czy egzotycznych roślin. Unikatowe printy to połączenie naturalnie występujących faktur i kolorów, uzupełnionych o abstrakcyjne kształty i dozę szaleństwa.**

Looks by Luks to pierwsza polska marka, która stworzyła jedyne w swoim rodzaju turbany dla dziewczynek i ich mam. Sylwia Luks – bo to właśnie ona jest ponysłodawczynią marki, zainspirowana dalekimi podróżami, długo nie czekając od planu przeszła do realizacji swoich marzeń. Przepiękne, ręcznie wykonane turbany i opaski w szerokiej gamie kolorów są szyte w Polsce z tkanin ekologicznych, pozyskiwanych w zgodzie z etyką. Sylwia od początku istnienia marki stawia na detale oraz jakość i wkłada całe swoje serce w tworzenie kolekcji, w końcu sama jest mamą słodkiej trzy letniej Mii i wie najlepiej, czego potrzeba takim maluszkom. Czy jesteś mamą świeżo narodzonej kruszynki czy zbuntowanej nastolatki, pewne jest, że znajdziesz tu coś wyjątkowego. Marka w swoim asortymencie posiada przekrój rozmiarów od maluszków dla noworodków po takie dla dorosłych kobiet.

Looks by Luks to trójmiejska marka z ideą. To cuda dla znającej swoją wartość kobiety, która słucha swojej intuicji, lubi się wyróżniać i bawić modą i której w duszy gra kolorowy

ptak. Dokładnie tego samego chce dla swojej córki – nauczyć jak ważne jest by wierzyć w siebie i czuć się dobrze we własnej skórze.

Letnia odsłona marki to kolekcja CHOOSE YOU, turbany i opaski w unikatowych wzorach zaprojektowanych i narysowanych odręcznie, specjalnie dla marki przez zakochaną w modzie ilustratorkę Karolinę Niedzielską, a potem przeniesionych na tkaninę.

W kolekcji znajdują się flagowe turbany w popularnych już wzorach, dla kobiet i dzieci oraz stworzone wyłącznie dla kobiet opaski - turbandy i twistbandy, czyli opaski z wbudowanym drucikiem, dzięki czemu można je dopasować i dowolnie ją układać.

Najnowsza kolekcja CHOOSE YOU jest już dostępna w butik marky Atelier LUKS w Sopocie przy ulicy Haffnera 42 i w sklepie on-line [www.looks-by-luks.pl](http://www.looks-by-luks.pl)



Turban Organic Vintage Mint (72-79zł)





Turban Choose Balance (82-89zł)  
Opaska / Twistband Choose Balance (109zł)







Opaska / Twistband Choose Independence (109zł)

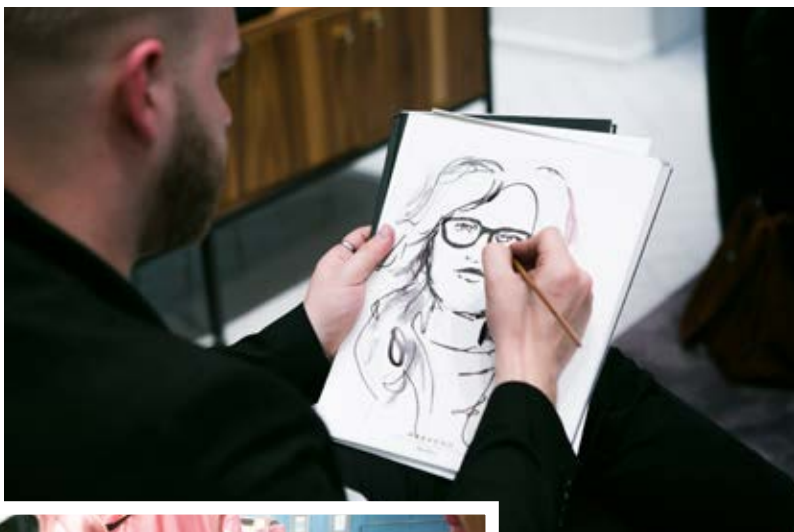




# PORTRETY OKIEM SUDY

**Mateusz Suda, znany ilustrator mody  
gościł w salonie Max Mara  
w Forum Gdańsk.**

Okazją do spotkania było kameralnie otwarcie sezonu wiosenno – letniego. Panowała fajna i swobodna atmosfera, a wszystkie klientki salonu tego dnia mogły liczyć na własny portret namalowany przez artystę. Atrakcji dopełniały piękne rzeczy z kolekcji wiosna/lato, w tym akcesoria i buty.







HAFFNER

\*\*\*\*

Tu mamy czas dla Ciebie.  
tu masz czas dla siebie.

Złap oddech  
przed latem

Hotel Haffner\*\*\*\* Sopot

✉ [spa@hotelhaffner.pl](mailto:spa@hotelhaffner.pl)

☎ 58 550 98 53



# PRZEGLĄD NAJCIEKAWSZYCH KWIACIARNI I PRACOWNI FLORYSTYCZNYCH W TRÓJMIEŚCIE

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE - BACIA

**Kwiaciarni w Trójmieście jak makiem zasiał, jednak tylko niektóre wyróżniają się perfekcyjnym zapleczem, bogatym wachlarzem roślinnych możliwości oraz nieszablonowym podejściem. Przed wami subiektywny przegląd najciekawszych pracowni florystycznych w Trójmieście, które zadowolą każdego miłośnika kwiatów.**

## FLORA MUZYKA

Flora Muzyka to zdecydowanie najbardziej oldschoolowa i niezwykła kwiaciarnia w Trójmieście. Już na samym wejściu rozbrzmiewa łagodna, romantyczna muzyka puszczana ze starego gramofonu. Pracownia świadczy wszelakie usługi związane z roślinnością, wykonuje nasadzenia, bukiety, kompozycje w naczyniach, wianki, aranżuje śluby, wesela, a nawet wykonuje wielkogabarytowe instalacje na różnego typu wydarzenia. Jednym słowem nie ma dla nich rzeczy niemożliwych. Tutaj znajdziecie najbardziej niezwykle odmiany, kwiaty sezonowe jak mimozy, które reagują na dotyk, maki, begonie oraz piwonie, czy egzotykę, monstery i mini bananowce - czyli wszystko co sprawia, że bukiety są niestandardowe. Nie wiesz, jakiej rośliny szukasz? Żaden problem! Właściciele są otwarci, służą radą i pomocą przy opiece nad roślinami. Każda zakupiona roślina, ma przy sobie trzy podstawowe informacje: jakie stanowisko jest odpowiednie, jak często ją podlewać, oraz czy jest bezpieczna dla zwierząt.



Co ciekawe, Flora Muzyka jest nie tylko sklepem botanicznym, czy roślinnym projektem, to również designerski concept store. Poza roślinami można tu zakupić wyjątkowe rękodzieło od zaprzyjaźnionych artystów, w postaci ręcznie malowanych osłonek, czy naturalnych świec zapachowych, a nawet kolekcjonowane przez właścicieli płyty winylowe. Kwiaty od Flora Muzyka można znaleźć również w trójmiejskich lokalach. Najbardziej zazielenione przez nich kawiarnie to Black & White Cofee w Gdyni, Kawiarnia Przelewki w Oliwie, oraz Leń na gdańskiej starówce.

**Adres: Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 11**

## FJOŁ



W samym centrum Sopotu, w starej kamienicy na Alei Niepodległości powstała kwiaciarnia jak ze snu. Właściciele przyznają, że „mają Fjoła na punkcie kwiatów” - trudno się z tym nie zgodzić. Ich specjalnością są bukiety i kompozycje zarówno z kwiatów ciętych, jak i roślin doniczkowych. Bardzo dużą uwagę przywiązuje się tu do ich doboru, właściciele szukają głównie kwiatów naturalnych, polnych, ogrodowych, które w każdym z nas wzbudzą wspomnienia związane z dzieciństwem w ogrodzie. Bukiety, które wykonują są lekkie, pachną i cieszą naturalną prostą formą. Można tu znaleźć również szeroką gamę roślin doniczkowych, w tym egzemplarze, które gospodarze osobiście hodują od lat.

Oprócz tego, ogromne wrażenie robi samo pomieszczenie, które stanowi przepiękne tło dla zielonej ekspozycji. Wnętrze kwiaciarni to jedno z niewielu, które zachowało charakter z początku ubiegłego stulecia. Znajdują się tu przepiękne kafle czy lady po sklepie, który funkcjonował w Sopocie przed wojną. Czuć tu niezwykłą atmosferę, a każdy kto wyjdzie z tego miejsca z bukietem świeżych kwiatów na pewno nie pożałuje.

**Adres: Sopot, Aleja Niepodległości 787**



## PROJEKT KWIATY

Projekt Kwiaty to awangardowa kwiaciarnia, położona na osiedlu Garnizon we Wrzeszczu. Jak zapewniają właściciele, jej wizytówką są niebanalne i nowatorskie pomysły. Kwiaciarnia oferuje pełen wachlarz usług florystycznych od bukietów, poprzez dekoracje eventów, biur, wesel, projektowanie ogrodów i wiele innych. Znajdziemy tu wiele niebanalnych gatunków kwiatów. Za wszystko odpowiedzialna jest Justyna Stachowska – Mistrz Florystyki.

Co ciekawe, Projekt Kwiaty oferuje również profesjonalny kurs florystyczny, który obejmuje techniki tworzenia bukietów i kompozycji. Oprócz tego cyklicznie organizuje warsztaty florystyczne, na których można dowiedzieć się m.in. jak w nowoczesny sposób wykorzystać naturalne materiały roślinne, jak robić wianki, czy przygotować autorską kompozycję w szkłe.

**Adres: Gdańsk, ul. Słonimskiego 6**

## PRACONIA FLORYSTYCZNA NARCYZ

Pracownia florystyczna Narcyz jest w tym zestawieniu zdecydowanie najstarsza. To firma pokoleniowa, która działa na rynku od blisko 50 lat. Od 1984 roku firmę prowadzi po mamie Ewa Malepszy. Kwiaciarnia ma w Gdyni cztery oddziały, a centralna pracownia znajduje się w Gdyni Orłowie. W każdym z punktów można znaleźć intensywnie pachnące róże, świeże, cięte kwiaty, zielone liście monstery, piękne bukiety i kolorowe kompozycje. Marka od lat przyciąga do siebie wiernie grono klientów, które przyjeżdża z najodleglejszych dzielnic Trójmiasta.



Jej ogromnym atutem jest profesjonalna, życzliwa obsługa wyszkolonych florystów. Szeroka wiedza poparta kierunkowym wykształceniem i wieloletnim doświadczeniem, w efekcie daje niesamowite kompozycje. Kwiaciarnia dekoruje też biura, hotele, sale weselne i plenery. Jak deklaruje właścicielka, inspiracje czerpią z otaczającej przyrody, ponieważ tworzą sztukę w harmonii z naturą.

**Adres: Gdynia Orłowo, ul. Przebendowskich 49a**



[WWW.CREAMBEAR.COM.PL](http://WWW.CREAMBEAR.COM.PL)



**CREAM BEAR**  
Gdańsk,

ul. Romana Dmowskiego 5



[info@creambear.com.pl](mailto:info@creambear.com.pl)



# TRÓJMIEJSKA

## KRZYSZTOFA SKIBY

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE-BACIA

**Trójmiejska, to stały cykl magazynu Prestiż. Przepytyujemy 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 Krzysztofem Skibą, satyrykiem, prześmiewcą politycznych i społecznych absurdów, a jednocześnie frontmenem zespołu Big Cyc. Zdradzi nam, gdzie spędzał lata swojej młodości oraz zaprowadzi do swoich ulubionych, niekiedy nieoczywistych, miejsc.**

Jestem urodzonym gdańszczaninem, mieszkam w centrum, tu też skończyłem szkołę podstawową i tu zdałem maturę w słynnym zresztą liceum nr 1. Gdańsk znam jak własną kieszeń, chociaż najbliższe jest mi tzw. Główne Miasto - ul. Szeroka, ul. Długa, ul. Św. Ducha - tu spędziłem większość swoich młodościowych lat.

W czasach licealnych, czyli w latach PRL-u, naszą ulubioną kawiarenką była Vinifera, malutka, klimatyczna kawiarnia. Często chodziliśmy tam na lampkę wina, bo właśnie tu podawali te lepsze, niedostępne powszechnie gatunki jak np. bułgarską Byczą Krew czy Sophie, a nawet Cabernet Sauvignon. To było takie miejsce randkowania, flirtu towarzyskiego. Jednak wtedy głównie spotykaliśmy się w domach, do innych lokali się wtedy nie chodziło, bo rozdzielili tam ubecy.

Po maturze uciekłem spod opiekuńczych skrzydeł mamy i na studia pojechałem do awangardowej Łodzi, jednak zaraz po ich ukończeniu wróciłem do siebie, czyli ukochanego Gdańska. Mieszkam tu do dziś. Cenię jednak nie tylko Gdańsk, trudno też nie ulec czarowi Sopotu, chociażby z tego względu, że mam tam bardzo dużo znajomych. Służbowo najczęściej bywam w Gdyni, bo tam spotykam się z moim managerem.

W Sopocie jednym z moich ulubionych miejsc jest zdecydowanie legendarny Spatif, tygiel kulturalny, miejsce naznaczone takimi nazwiskami jak Agnieszka Osiecka, czy Zbigniew Cybulski. Jeżeli mam w planach jakiegokolwiek wydarzenia kulturalne to wybieram właśnie Spatifa, to tu odbyła się m.in. premiera mojej książki. Tu też często występują moi koledzy, tu grają moi zaprzyjaźnieni DJ, więc jak tylko mam okazję, to bez zastanowienia tu zaglądam.

Drugie miejsce w Sopocie to Sfinks 700. Znam go od samego początku. W latach 90.

było to miejsce, w którym gromadzili się różni niepokorni artyści, tu obok awangardowych wystaw, urządzano także bizantyjskie a jednocześnie kpiarskie bale. Pamiętam, że pierwszy haloween w powojennej Polsce odbył się właśnie w sopockim Sfinksie, byłem tam. Sfinks wtedy jako jaskinia dekadencjonalnej rozpusty był w awangardzie tego typu imprez. Tam również kręciłem teledysk „Światem rządzą kobiety”, swego czasu głośny klip lat 90. Teraz jeżeli tylko mam czas i wypatrzę ciekawy event, to chętnie tam wpadam.

Sopot przeznaczam na część rozrywkową, natomiast kulinarnie wybieram Gdańsk. Na kawę najczęściej chodzę do... Browaru Piwna. Nazwa może być trochę myląca, ale robią tam naprawdę przepyszną kawę. Poza tym to miejsce ze świetnym rzemieślniczym piwem wzorowanym na słynnym, gdańskim, przedwojennym piwie jopejskim. Co więcej przychodzę tu też na wyśmienitą rybę, szczególnie polecam solę i pstrąga! Miejsce bardzo smaczne i uniwersalne.

Lokalem, który absolutnie polecam miłośnikom sushi jest Mito Sushi na ul. Szerokiej. Moim zdaniem serwują tam najlepsze sushi w Trójmieście. Lokal może do najtańszych nie należy, ale naprawdę wart jest swojej ceny. Tutaj często chodzę na spotkania biznesowe, ale czasami zdarzają się też rodzinne wypadki. Nieopodal znajduje się też ciekawa hiszpańska restauracja Patio Espanol, gdzie serwują wyśmienite tapasy - plastyr szynki serrano, chorizo, czy hiszpańskie sery manchego.

W Trójmieście lubię też aktywnie spędzać czas. Szczególnie polecam wynajem kajaków na Motławie. Starówka oglądana z kanałów jest czymś niesamowitym. Warto zwrócić też uwagę na Miasto Aniołów, lokal usytuowany przy samej Motławie, w którym oprócz pysznego jedzenia, wynajmują też obiekty pływające. Tu, po konkretnej aktywności



można zjeść najlepsze żeberka w Trójmieście!

Koncerty to zdecydowanie klub 90, czyli dawna hala stoczniowa, absolutny top, jeżeli chodzi o dźwięk i nagłośnienie. Czasami odwiedzam też klub Parlament, czy Kwadratową. No i oczywiście Teatr Szekspirowski, nie tylko jako miejsce ciekawych koncertów i spektakli, ale również budynek, który sam w sobie jest niesamowity. Tu kręciłem też swój teledysk. Warto śledzić repertuar, bo pojawiają się tu bardzo ciekawe i ambitne sztuki, na które warto polować.

Z kolei, jeżeli chodzi o wypoczynek to udaje się na Kaszuby - pola truskawkowe, kraina jezior, spływy kajakowe - właśnie tam mam swój domek i tam najczęściej odcinam się od rzeczywistości. Polecam też miejsce położone nieco dalej, miejscowość Węsiory, gdzie znajdują się tajemnicze kamienne kręgi z czasów Gockich, taki Stonehenge na Kaszubach. Naprawdę czuć magię tego miejsca.

Najbardziej nieoczywistym miejscem w Trójmieście, które odkryłem jest kościół św. Jana, który łączy funkcję sakralną z salą koncertową i wystawową. Ten kościół jest mało kościelny, msze odbywają się tylko raz w tygodniu w niedzielę, ks. Niedałowski wygłasza tutaj niepolityczne kazania, przepiękne miłością i znajomością Biblii. Co prawda, najczęściej chodzi na nie moja mama, ale sam kilka słyszałem, więc polecam. Jednak przede wszystkim to miejsce nieoczywiste pod względem koncertowym. Ten kościół znajduje się pod dyktando Nadbałtyckiego Centrum Kultury i właśnie ta instytucja dba o jego „repertuar”. Ostatnio byłem tu na koncercie amerykańskiego bandu, który grał skifflową muzykę i słynne kawałki Woody Guthriego - koncert w gotyckim kościele z XIV wieku to naprawdę „perełka”. Miejsce wydawałoby się dla anarchisty nieoczywiste, ale z czystym sercem polecam Centrum Sztuki św. Jana.

# BioDermic®

DERMOCOSMETICS

PROFESJONALNE DERMOKOSMETYKI  
O SYNERGICZNYM DZIAŁANIU



## ZACHOWAJ MŁODĄ SKÓRĘ NA DŁUŻEJ



**SERIA KAWIOROWA – BOGATY SKŁAD I EKSTREMALNE WYGŁADZENIE TWOJEJ SKÓRY**

- Ekstrakt z kawioru – produkcja kolagenu i elastyny
- Emolienty z trzciny cukrowej – spektakularne nawilżenie
- Masło shea – dogłębna rewitalizacja
- Tarczyca bajkalska – ochrona przed środowiskiem zewnętrznym
- Olej ze słodkich migdałów – intensywne wygładzenie
- Olej z pestek moreli – odżywienie i ujędrnienie



WWW.BIODERMIC.PL  
WWW.SKLEP.BIODERMIC.PL





# LATO Z UŚMIECHEM NA TWARZY

**Wiosna, a potem lato i wymarzone wakacje to czas kiedy szczególnie chcemy zaprezentować się z jak najlepszej strony. Warto pamiętać, że ukoronowaniem wyglądu jest piękny uśmiech.**

- Kupujemy karnety na siłownię, szukamy odpowiedniej diety, zabiegów upiększających nasze ciało oraz przywracających promienny wygląd naszej skórze, zmieniamy garderobę na letnią w żywych kolorach, jednym słowem marzymy o spektakularnej metamorfozie – wylicza Agnieszka Dojliko-Nawrocka współwłaścicielka Nawrocki Clinic. - To wszystko pozwoli nam czuć się wyśmienicie podczas letniego sezonu. Czy wiecie jednak, że pierwszą rzeczą na jaką zwracają wszyscy uwagę jest piękny uśmiech?

## **BŁYSKAWICZNY PROJEKT**

Jak wyjaśnia dr Michał Nawrocki jednym z najlepszych i najszybszych sposobów na poprawę wyglądu uzębienia są licówki. Przy ich pomocy możemy osiągnąć spektakularne efekty, przy minimalnej ingerencji w twarde tkanki zęba. Gdańska klinika posiada własne laboratorium protetyczne. Stosowany w klinice system CAD-CAM – CEREC całkowicie zmienia możliwości leczenia. Ten sprawdzony system pozwala

na samodzielne wykonanie różnorodnych prac protetycznych bezpośrednio w klinice podczas jednej wizyty.

- Doświadczony lekarz po opracowaniu zęba pod licówkę wykonuje skan przy pomocy specjalnej bezpiecznej kamery – CEREC Omnicam lub Apollo DI Sirona - jest to rodzaj cyfrowego wycisku. Następnie technik dentystyczny w ciągu paru minut jest w stanie zaprojektować gotowe uzupełnienie, które z kolei jest tradycyjnie frezowane z bloku porcelany w specjalnej obrabiarce numerycznej – opisuje przebieg procedury Michał Nawrocki.

Licówki uzyskane tą metodą charakteryzują się bardzo wysoką estetyką i harmonią. Technicy dentystyczni posiadają doświadczenie i umiejętności, które pozwalają na bezpośredni dobór barwy oraz zrównoważoną charakterystykę licówek, tak aby spełniały one oczekiwania naszych pacjentów, a jednocześnie tworzyły piękny i harmonijny uśmiech.

## **CYFROWE PROJEKTOWANIE UŚMIECHU**

Jeśli uśmiech wymaga szerszej przebudowy wówczas pacjenci mogą liczyć na natychmiastową odbudowę uśmiechu przy użyciu nawigacji komputerowej Simplant oraz zaprojektowanie nowego uśmiechu przy użyciu Digital Smile Design – Cyfrowego Projektowania Uśmiechu.

- Efekt jest niesamowity. Program bierze pod uwagę wielkość zębów, ich kształt, położenie oraz umiejscowienie w dziąsłach i pokazuje efekt, jaki zostanie osiągnięty już po przeprowadzonym zabiegu. Pacjent widzi końcowy efekt na monitorze, może mieć także realny wpływ na wygląd swojego nowego uśmiechu – mówi dr Nawrocki.

Dodatkowo wykonywany jest tzw. mock up.

- W ustach pacjenta zakładane są prowizoryczne licówki imitujące finalny efekt. Dzięki temu pacjent ma możliwość skorygowania i dopasowania w stu procentach licówek do swoich oczekiwań – wyjaśnia szef kliniki.

## NIEWIDOCZNE NAKŁADKI

W ofercie Nawrocki Clinic jest też innowacyjny system Invisalign. To zdejmowane, niemal niewidoczne nakładki dopasowane do uzębienia konkretnego pacjenta. Nie wpływają na bieg codziennego życia. Można je zdejmować, co umożliwia wykonywanie wszystkich czynności, takich jak mycie i nitkowanie zębów, czy cieszenie się ulubionymi potrawami. Są niemal niewidoczne.

- Nakładki przesuwają stopniowo zęby. Każde małe przesunięcie oznacza zbliżanie się finalnego efektu - nowego uśmiechu. Krok po kroku efektywnie, delikatnie i precyzyjnie – opowiada Michał Nawrocki. - Innowacyjny i nowoczesny systemu jakim jest Invisalign służy jednemu celowi – aby nasi pacjenci mogli uzyskać swój wymarzony uśmiech.

- Chcemy, by nasi pacjenci mieli nie tylko piękny i zdrowy uśmiech, ale równie ważna jest droga do tego jak go uzyskamy – dodaje Agnieszka Dojlidko – Nawrocka, współwłaściciel kliniki. - Ta droga powinna być nie tylko w stu procentach efektywna, ale jak najkrótsza, jak najmniej uciążliwa, a pacjent powinien mieć pełną wiedzę do jakiego efektu dążymy. Stąd stawiamy na wysokie umiejętności i doświadczenie naszych lekarzy oraz najnowocześniejsze technologie.

## SPEKTAKULARNA BIEL

Wisienką na torcie, do uzyskania nieskazitelnie białego i olśniewającego uśmiechu jest wybielanie. Zabieg wybielania lampą Beyond odbywa się podczas jednej wizyty i trwa ok 1,5h. Wykonywane są trzy serie



podczas, których na zęby nakładany jest specjalny żel aktywowany przy pomocy lampy Beyond. Zabieg ten jest całkowicie bezpieczny i można go powtarzać raz w roku. Ważne, aby po zabiegu wybielania przez okres około dwóch tygodni stosować tzn. białą dietę, ponieważ w tym okresie stabilizuje się kolor zębów.

## SPEKTAKULARNE EFEKTY WIDOCZNE SĄ BEZPOŚREDNIO PO ZABIEGU

Wybielanie zębów w Nawrocki Clinic zawsze poprzedza profesjonalna higienizacja jamy ustnej. Scaling oraz piaskowanie zębów są niezbędne do prawidłowego przygotowania zębów do tego właśnie zabiegu.





# KOMÓRKI MACIERZYSTE ODMŁODZĄ SKÓRĘ

**Zabiegi CGF, czyli Skoncentrowane Czynniki Wzrostu należą do jednych z najskuteczniejszych na świecie terapii regeneracji skóry. Wykorzystywane są w nich komórki macierzyste oraz czynniki wzrostu uwalniane z płytek krwi.**

Czynniki wzrostu to białka, które za pośrednictwem receptorów obecnych na błonach komórkowych biorą udział w procesach naprawy i regeneracji tkanek.

– Komórki macierzyste mają zdolność adaptacji do dowolnych komórek wśród których się znajdują, a czynniki wzrostu dodatkowo pobudzają proces odnowy i rewitalizacji - wyjaśnia Ilona Gruszczyńska lekarz medycyny i właścicielka kliniki medycyny estetycznej EmiA, która stosuje wspomniane zabiegi w swoim gabinecie. – Po iniekcji do skóry, zadaniem jednych, jak i drugich jest synergistyczne tworzenie i regeneracja komórek skóry. Co ważne wszystko odbywa się w sposób naturalny, bezpieczny i bez ryzyka alergii.

Zabiegi CGF służą rewitalizacji skóry twarzy, szyi, rąk i dekoltu. Są stosowane w walce ze zmarszczkami, wypadaniu włosów, wiotkiej skórze, po zabiegach przeszczepu tłuszczu i włosów. Efekty pojawiają się bardzo szybko. – Wpływają na odmłodzenie i zwiększenie jędrności skóry. Redukują drobne zmarszczki, poprawiają koloryt, regenerują i odżywiają skórę oraz zmniejszają wypadanie włosów – wylicza zalety CGF Ilona Gruszczyńska.

Zabieg jest stosunkowo krótki. Pobierana krew od pacjenta zostaje poddana procesowi wirowania w separatorze komórkowym, dzięki któremu wyodrębnione zostają czynniki wzrostu i komórki macierzyste. Następnie

– w ten sposób przygotowany materiał jest aplikowany w skórę.

– Zabieg trwa od 1 do 1,5 godziny, w zależności od wybranego produktu – wyjaśnia Ilona Gruszczyńska. – Rekomendowana liczba to 3 zabiegi w odstępach sześciu tygodni.

CGF to jedna z wielu terapii regeneracji skóry. Zaleca się ich stosowanie już u osób po trzydziestym roku życia. Poprawiają koloryt i teksturę skóry zwiększając napięcie tkanek. Dodatkowo wyrównują nierówności spływając drobne zmarszczki. Ilona Gruszczyńska poleca frakcyjną RF mikroigłową. Nowoczesne urządzenie wykorzystuje zdolności regeneracyjne organizmu. Zabieg polega na nakłuwaniu i kontrolowanym poparzeniu skóry. Nakłucie jak i podgrzanie powoduje częściowe uszkodzenie struktury skóry. Wywołuje to silną stymulację regeneracyjną. W strefie objętej zabiegiem tworzy się nowa tkanka, która jest młoda i posiada prawidłową budowę.

– Sekretem w utrzymaniu młodego i promiennego wyglądu, niezastąpiony jest laser frakcyjny - narzędzie dermatochirurgiczne o wszechstronnym przeznaczeniu. Dzięki zastosowaniu zaawansowanej technologii może być stosowany do całkowitej i trwałej regeneracji skóry. W chwili obecnej jest to najskuteczniejsza i najnowocześniejsza metoda odmładzania skóry i redukcji jej mankamentów – wyjaśnia Ilona Gruszczyńska.



lek. med. Ilona Gruszczyńska - EmiA

Wygląd skóry, kiedy i w jakim stopniu zacznie się starzeć zależy od czynników genetycznych i środowiskowych. Drugi powód jest bardzo istotny. Promieniowanie UVA uszkadza kolagen i elastynę powodując powstawanie przebarwień. Palenie tytoniu upośledza krążenie w skórze, co skutkuje ścięciem skóry oraz pojawieniem się zmarszczek. Stres, brak snu również pozostawia piętno, ponieważ właśnie w trakcie snu nasz organizm ma czas na regenerację i odnowę. Zdrowie i kondycja naszej skóry ogromnie wpływa jak postrzegamy nasz wiek i jest jego widocznym wskaźnikiem.





## ONDA - REWOLUCJA W WALCE Z CELLULITEM I OPORNYM TŁUSZCZEM

**Cellulit** to problem, z którym kobiety walczą od lat - dlaczego kobiety? Ponieważ jest to efekt innej budowy tkanki tłuszczowej niż u mężczyzn oraz wpływ estrogenów - hormonów, które wręcz sprzyjają powstawaniu "pomarańczowej skórki".

Onda to unikalna technologia oparta na mikrofalach, które usuwają **cellulit** oraz **redukuja tkankę tłuszczową** napinając przy tym zwiotczałą skórę.



PIĘKNE CIAŁO  
BEZ CELLULITU



UTRATA TKANKI  
TŁUSZCZOWEJ



UJĘDRNIONA  
I WYGŁADZONA SKÓRA



KLINIKA ORŁOWO

Aleja Zwycięstwa 241/11 81-521 Gdynia | tel. +48 576 694 817 | [www.klinikaorlowo.pl](http://www.klinikaorlowo.pl)

ITP S.A. Partner w doborze technologii | [www.itpsa.pl](http://www.itpsa.pl) | tel. +48 722 008 002





# STOPY POD PEŁNĄ KONTROLĄ

**Kto żyw i kto biega wyciągnął już zapewne buty i z pierwszym słońcem wyruszył w swoją ulubioną trasę. Warto teraz zadbać o stopy, żeby nie skończyć przedwcześnie sezonu z powodu tak błahej rzeczy jak np. dokuczliwy odcisk.**

Biegacze najczęściej uskarżają się na stopy. Krwiaki, pęcherze, otarcia, pęknięcia, odciski, modzele, deformacje i wrastanie paznokci, czemu często towarzyszy wielki ból, to dolegliwości, które potrafią zdyskwalifikować zawodnika jeszcze zanim stanie na starcie. Uporać się z tym pomaga podolog. Nazwa tej specjalności nie wbiła się jeszcze mocno w społeczną świadomość, ale biegacze powinni ją zapamiętać.

- Do podologa chodzimy po to, by potem nie wylądować u chirurga – żartobliwie podsumowuje swoją rolę Anna Urban, podolog z Instytutu Podologii Suela w Gdańsku. - Każdy biegacz powinien przynajmniej raz w sezonie sprawdzić w jakim stanie są jego stopy. Profilaktyka potrzebna jest właśnie po to, żeby w porę dostrzec niepokojące symptomy i zaradzić im zanim rozwiną się w poważną chorobę. W naszym instytucie konsultacje są bezpłatne.

## PODSTAWOWY ZABIEG PODOLOGICZNY

Każdy z nas ma jakiś, choćby niewielki problem ze stopami. Przygotowując się do aktywności sportowych dobrze wybrać się na podstawowy zabieg podologiczny. Trwa on około 40 minut i jest bezbolesny. Specjalista koryguje w jego trakcie to, co powoduje dyskomfort podczas chodzenia, np. odciski, rozpadliny na piętach, oczyszcza wały okołopaznokciowe, opracowuje płytkę.

- U biegaczy bardzo ważna jest długość paznokci – wyjaśnia podolog z Suela – Nieodpowiednio obcięte mogą wrastać, a przy za długich po treningach pojawiają się krwiaki, a te z kolei są przyczyną schodzenia paznokci. Wszyscy, którzy to przeżyli wiedzą jaki to ogromny ból.

Jeśli zauważymy, że po treningu pojawił się krwiak, nie ma co zwlekać z wizytą. Najlepiej odwiedzić podologa w ciągu 24 - 48 godzin. Wtedy można on jeszcze bezboleśnie oczyścić płytkę, uwolnić krew i szybko przywrócić paznokcie do dobrego stanu.



Wiele osób intensywnie trenujących wie niestety, co to jest stopa atlety - ściśnięta w bucie, przepecona, ze skłonnościami do grzybiczych zakażeń. Charakteryzują ją zaczerwienienia między palcami, świąd, nieprzyjemny zapach. Podczas wysiłku pojawia się nadpotliwość, a bariera naskórkowa stopy ulega osłabieniu. „Atleci” są bardziej podatni na infekcje wirusowe. Jeśli przegapimy moment, w którym można skutecznie zareagować, zakażenie zazwyczaj przechodzi w bardzo uciążliwą, nawracającą, leczoną miesiącami dolegliwość. Jeśli ktoś chodzi do podologa systematycznie, co 4-6 tygodni, na pewno tego uniknie.

- Gdy jednak dojdzie do zaniedbania, musimy się liczyć z tym, że zacznie boleć. Nawet nie usunięty w porę odcisk, powoduje ucisk na którąś z kości śródstopia. Automatycznie wtedy inaczej ustawiamy stopę, a to zaburza biomechanikę chodu, inaczej zaczyna pracować staw kolanowy, biodrowy, a z czasem wpływa to negatywnie na cały kręgosłup – opisuje konsekwencje Anna Urban. - Nawet odciski świadczą o tym, że dzieje się coś złego. Na podstawie dobrej diagnozy można dobrać odpowiednią wkładkę do butów, co sprawi, że dolegliwości nie będą nawracały.

## SUSZENIE OBOWIĄZKOWE

Sportowcy powinni zwracać szczególną uwagę na higienę stóp. I tu jedną z ważniejszych kwestii jest ich osuszanie po kąpielach. Wcierać je należy bardzo dokładnie, pamiętając o przestrzeniach między palcami, bo tam najczęściej zaczyna się problem. Po treningu, czy to na siłowni czy na basenie, warto zastosować preparat dezynfekujący.

Jeśli ktoś skorzystał wcześniej z wizyty u podologa, przycinając paznokcie powinien tylko odtwarzać nadany im kształt. Jeśli opracowane zostały podeszwy i usunięto zrogowacenia, to później wystarczy się zaopatrzyć w zwykłą drewnianą tarkę z papierem dobrej jakości i używać jej maksymalnie raz w tygodniu, koniecznie na sucho. Wtedy skóra nie będzie nadmiernie przyrastać. Oczywiście wskazane jest też stosowanie kremu, najlepiej dobranego przez specjalistę. Jego zadaniem jest uelastycznić i nawilżyć skórę, by po biegu nie pojawiły się pęcherze i otarcia.

Po wysiłku zawsze należy się relaks. Masaż stóp to jedna na najprzyjemniejszych rzeczy jaką wymyśliła ludzkość. Można zrobić go samemu, poprosić bliską osobę, ale wykonany przez specjalistę ma także wymiar terapeutyczny.

**BEZPŁATNE KONSULTACJE PODOLOGICZNE**



## BO KAŻDE **CIAŁO** **MA** ZNACZENIE

Zapoznaj się z najbardziej skutecznymi technologiami. Skorzystaj z doświadczenia **BTL** w produkcji i dystrybucji sprzętu medycznego na całym świecie.



### **BTL EMSCULPT®**

RZEŹBI MIĘŚNIE I SPALA  
TKANKĘ TŁUSZCZOWĄ



### **BTL EXILIS ULTRA 360™**

ZDUMIEWAJĄCY  
Z KAŻDEJ PERSPEKTYWY



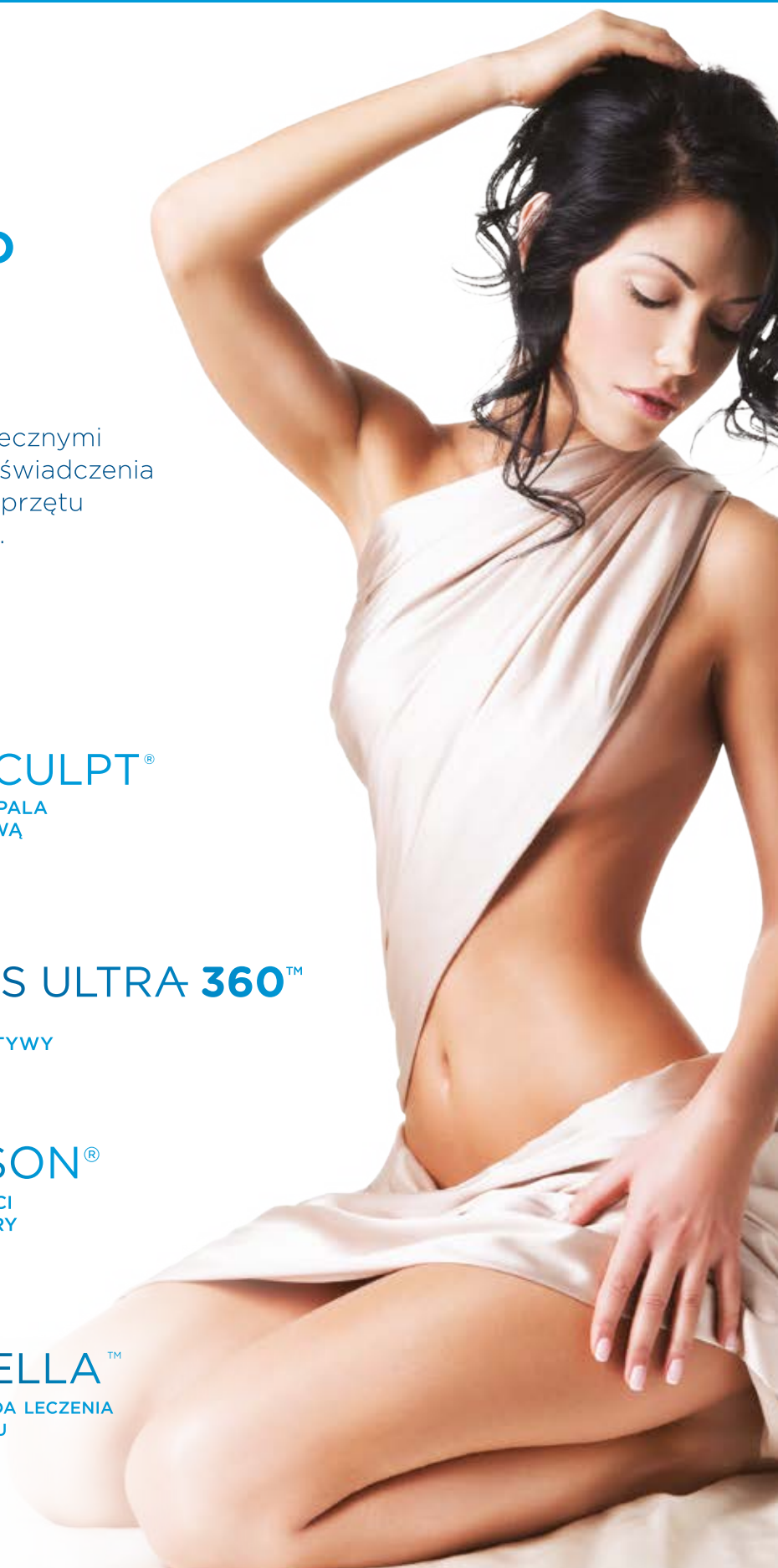
### **BTL UNISON®**

DOTYK PRZYSZŁOŚCI  
W RENOWACJI SKÓRY



### **BTL EMSELLA™**

PRZEŁOMOWA METODA LECZENIA  
NIETRZYMANIA MOCZU



LIDER NA RYNKU LASERÓW I URZĄDZEŃ DO MEDYCYNY ESTETYCZNEJ

BTL Polska Sp. z o.o., ul. Leonidasa 49, 02-239 Warszawa, tel. 22 667 02 76, [btlnet@btlnet.pl](mailto:btlnet@btlnet.pl), [www.btlestetyka.pl](http://www.btlestetyka.pl)



# LIDERZY MODELOWANIA SYLWETKI

**Zaawansowane urządzenia medyczne, wykorzystywane w najnowocześniejszych terapiach do fizjoterapii, kardiologii, stomatologii i medycyny estetycznej produkuje BTL. Ten światowy koncern już od 18 lat obecny jest też w Polsce, z sukcesem zaopatrując w sprzęt kliniki i gabinety Pomorza.**

– Firma BTL istnieje od 1993 roku, zatem rzeczywiście można mówić już o historii i firmie z tradycjami – **mówi Tomasz Skwarek Area Sales Manager BTL Polska.** – Działamy w 58 krajach na 5 kontynentach. Patenty urządzeń, które rewolucjonizują rynek są autorstwa ponad 300 inżynierów – ekspertów z całego świata.

BTL to międzynarodowa firma specjalizująca się w produkcji oraz dystrybucji najwyższej jakości aparatury medycznej z zakresu fizjoterapii, neurorehabilitacji, kardiologii, spirometrii, hydroterapii, ginekologii, medycyny estetycznej. Niewątpliwym atutem BTL jest fakt, że wszystkie sprzęty są kompatybilne

i pochodzą od jednego producenta, który zapewnia serwis i szkolenia na najwyższym poziomie – wyjaśnia Tomasz Skwarek. Od 2001 roku BTL obecny jest w Polsce.

## OD KARDIOLOGII PO MEDYCYNĘ ESTETYCZNĄ

Sporo produktów BTL dedykuje kardiologii i spirometrii. To m. in. cała gama aparatów pomiarowych jak: EKG, holter ciśnienia krwi, do spirometrii, ergospirometrii, a nawet defibrylatory.

Największą grupą są aparaty szeroko pojętej fizykoterapii: elektroterapii, terapii ultradźwiękowej, czy laseroterapii.

Nie mniej obszerny jest dział ginekologii i medycyny estetycznej. Urządzenia BTL pozwalają na zabiegi na całym ciele, twarzy, epilację, ginekologię estetyczną. W ofercie są m. in. urządzenia do redukcji blizn, epilacji, redukcji kanki tłuszczowej, czy zmarszczek.

W ub. roku firma wprowadziła na polski rynek aż trzy urządzenia, które odniosły sukces.

– W 2018 roku na polskim rynku pojawiły się trzy sprzęty, które okazały się hitem, a za skuteczność i innowacyjność otrzymały kilka prestiżowych nagród m. in.:

### **BTL EMSELLA** PRZEŁOMOWA METODA LECZENIA NIETRZYMANIA MOCZU.



### **BTL UNISON** REWOLUCYJNE POŁĄCZENIE DWÓCH TECHNOLOGII: MONOPOLARNEJ FALI RADIOWEJ I ENERGII FALI AKUSTYCZNEJ – W JEDNYM APLIKATORZE.



**BTL EMSculpt**  
INNOWACYJNY SPOSÓB  
NA „KALORYFER”  
I BRAZYLIJSKIE POŚLADKI  
BEZ SKALPELA!



**BTL EXILIS ULTRA 360**  
NAJSZYBSZA PROCEDURA LECZENIA  
MIEJSC INTYMNYCH ZA POMOCĄ  
RADIOFREKWENCJI.

BTL EMSculpt dostał nagrodę American Health Beauty za najbardziej innowacyjny produkt 2018 roku. To prawdziwa gwiazda – wyjątkowy system nieinwazyjnego rzeźbienia mięśni i redukcji tkanki tłuszczowej. Jedyna tego typu technologia na świecie. Efekty są naprawdę spektakularne – opowiada Tomasz Skwarek. BTL EMSELLA otrzymała nagrodę na Kongresie Ginekologii Estetycznej w Londynie. Ten nieinwazyjny system do leczenia inkontynencji i poprawiający także satysfakcję seksualną kobiet i mężczyzn, cieszy się na rynku bardzo dużym zainteresowaniem. Trzecie urządzenie wprowadzone przez BTL w minionym roku to BTL UNISON – nieinwazyjny system eliminacji 5 głównych przyczyn niedoskonałego wyglądu skóry. W BTL UNISON zastosowano kilka rewolucyjnych rozwiązań technologicznych, dzięki czemu uzyskano optymalne efekty. W 2018 roku nagrodę Antiaging Beauty Trophy uzyskał też BTL EXILIS ULTRA 360.

#### NOWOŚCI DLA SPA I WELLNESS

Firma nie tylko produkuje urządzenia, ale angażuje się w spotkania ze specjalistami i wymianę doświadczeń, dzięki czemu stale może rozwijać technologie.

– Jesteśmy otwarci na wszystkie nowinki ze świata. Uczestniczymy w najważniejszych kongresach na wszystkich kontynentach. Rozwijamy się bardzo dynamicznie, uczymy się od najlepszych – wszystko po to, aby nasi partnerzy mogli dostać produkt na najwyższym światowym poziomie. Relacje z naszymi klientami, ich zaufanie cenimy najbardziej, to dla nas najcenniejsza nagroda i za to im bardzo dziękujemy – mówi Tomasz Skwarek i dodaje: – Bezpieczeństwo i komfort pacjentów, a także naszych partnerów biznesowych są dla nas najważniejsze. Od lat w ramach kampanii społecznej „Primum non nocere” organizujemy konferencje i sympozja, których głównym celem jest edukacja i podnoszenie świadomości w obszarze bezpieczeństwa na rynku medycyny estetycznej. Naszą ofertę handlową tworzymy z myślą o komforcie naszych pacjentów.

BTL w tym roku wprowadził na rynek nowe urządzenie dedykowane m. in. SPA i wellness, tj. aparat TR – BEAUTY, dzięki któremu możliwa jest terapia ukierunkowanymi falami radiowymi. Ma on kolosalne znaczenie i zastosowanie w zabiegach na twarz, ciało, rehabilitacji, a także SPA i wellness.

– Przypomnę, że BTL od lat jest liderem w nieinwazyjnym modelowaniu sylwetki. Przecieramy szlaki na rynku, wyznaczamy trendy, ale taka jest przecież rola lidera. Bardzo ciężko pracujemy, pomimo tylu sukcesów nie spoczywamy na laurach – zapowiada Tomasz Skwarek.



**Tomasz Skwarek**

Area Sales Manager BTL POLSKA  
Oddział Zachodniopomorskie  
skwarek@btlnet.pl  
tel. +48 532 146 425  
www.btlnet.pl



## KRZYSZTOF CHMIELEWSKI

# W TROSCE O TWÓJ UŚMIECH

ROZMAWIAŁA: MATYLDA PROMIEN

**Wielu pacjentów w średnim i starszym wieku boryka się z wieloma problemami zdrowotnymi. Jedną z częstych przypadłości jest utrata większości zębów lub całkowity brak uzębienia. Taka sytuacja bardzo zmienia nasze zachowanie i swobodę funkcjonowania oraz komfort. Lekarze z kliniki SmileClinic w Gdańsku wiedzą jednak doskonale jak pomóc w takiej sytuacji.**

### Czy jest sposób, aby pomóc?

Tak. Rzadko zdarza się, aby nowoczesna stomatologia nie była w stanie pomóc nawet w trudnych i złożonych sytuacjach. Mamy trzy podstawowe scenariusze z jakimi pacjenci borykają się na co dzień: brak pojedynczych zębów, brak większości zębów i całkowity brak zębów. Dobra wiadomość: można takie braki odbudować. Możliwości jest bardzo wiele i pacjent z pomocą lekarza wybiera najbardziej optymalne rozwiązanie dla siebie.

### Zacznijmy zatem od braku pojedynczych zębów.

Tutaj mamy całe spektrum najnowocześniejszych na świecie rozwiązań implantologicznych. Najwyższej jakości prace tego typu trudno jest odróżnić od naturalnego uzębienia. Korony i mosty można wykonać w oparciu o własne zęby lub implanty dentystyczne.

### Brak większości zębów zapewne jest większym problemem.

W sytuacji rozległych braków zębowych pacjenci zmuszeni są do użytkowania protez częściowych ruchomych. Materiały, z których wykonane są takie protezy to najczęściej tworzywa akrylowe, które mogą być wzmocnione różnymi konstrukcjami metalowymi dla zwiększenia wytrzymałości. Minusem tego typu uzupełnień jest konieczność ich zdejmowania dla celów higienicznych oraz brak 100% kontroli nad ich stabilnym i pewnym utrzymaniem w trakcie spożywania posiłków. W niektórych sytuacjach można jednak znacząco poprawić sposób utrzymania protez przez zastosowanie tzw. precyzyjnych elementów łączących jak zamki, zatrzaski i zasuwy w połączeniu z koronami i mostami opartymi na istniejących zębach własnych lub z implantami.

### A jakie rozwiązanie poleca Pan na całkowity brak zębów?

Najtrudniejszy stan dla naszych seniorów z wielu względów. Ruchomość protez, odcieranie, trudność w spożywaniu twardych pokarmów, pękanie protez - to tylko część z długiej listy problemów. Dobre dopasowanie protez



**KRZYSZTOF CHMIELEWSKI**  
(DDS, MSC)

Lekarz dentysta, specjalista implantologii – wszczepia implanty od 1996 roku. Międzynarodowy wykładowca i ekspert w dziedzinie implantologii i stomatologii estetycznej. Jeden z najbardziej doświadczonych i szanowanych implantologów w Polsce i na świecie. Wykładowca na Uniwersytecie im. Goethego we Frankfurcie. Autor pierwszej na świecie książki poświęconej nawigacji komputerowej w stomatologii. Zaangażowany w nowatorskie projekty badawcze i naukowe na świecie. Członek wielu towarzystw naukowych.

do podłoża w jamie ustnej to warunek podstawowy dla ich prawidłowego utrzymania i komfortu dla pacjenta. Efekt funkcjonalny i estetyczny wymaga także właściwego zaprojektowania pozycji zębów i utraconej w wyniku zaników objętości tkanek (kość i dziąsła). Prawidłowo wykonane protezy podpierają usta i przywracają wysokość odcinka dolnej części

tworzy. Efekt wyglądu „starczego” zazwyczaj związany jest ze znaczącym skróceniem tego odcinka wynikającym z utraty zębów. Pacjenci bez zębów lub z zębami, które niedługo będą utracone mogą liczyć na pomoc. Najlepsze rozwiązania są oparte na implantach. Dzięki nim można stanowczo poprawić komfort i jakość życia. Zęby można odbudować np. w postaci mostu porcelanowego i mogą wyglądać bardzo naturalnie i pięknie. Zalety takich rozwiązań to m.in. podniebienie wolne od protezy ruchomej, przywrócenie poczucia smaku i lepsza wymowa - bez seplenia. Aby odbudować wszystkie zęby w szczęce czasami wystarczy wszczepić tylko cztery implanty, aby życie znów nabrało kolorów.

### Czy leczenie implantologiczne jest dla seniorów bezpieczne?

Tak. Warunkiem oczywiście jest przeprowadzenie badań, aby wyeliminować przeciwwskazania, których lista nie jest wcale długa. Nawet przy chorobach ogólnych takich jak cukrzyca, nadciśnienie, zaburzenia hormonalne czy stany po terapiach onkologicznych możliwe jest zaawansowane leczenie dopasowane do potrzeb i stanu zdrowia pacjenta. Dla bezpieczeństwa pacjentów leczenie implantologiczne wykonywane jest z pomocą tzw. nawigacji komputerowej. Są to najnowocześniejsze metody dzięki którym zabieg jest bezpieczny, bezbolesny i często nie wymaga nawet założenia szwów a zęby mogą być osadzone na implantach nawet tego samego dnia.

### Od czego należy zacząć?

Każdy z nas jest inny. Leczenie powinno być indywidualnie zaprojektowane i dopasowane do naszych potrzeb i możliwości. Konsultacja to pierwszy krok w tym kierunku. Lekarz poznając oczekiwania i sytuację wyjściową może zaproponować leczenie, które całkowicie odmieni nasze życie. Używając najlepszych materiałów i technologii możemy pomóc najbardziej wymagającym pacjentom. Warto się uśmiechać a piękne zęby to także zdrowy wygląd i lepsze samopoczucie.



**smileclinic** | Advanced  
Chmielewski & Karczewska | Implant  
Center

[www.smileclinic.pl](http://www.smileclinic.pl)



# FALA, KTÓRA WALCZY Z TŁUSZCZEM

**Nadwaga i cellulit to przypadłości, które dotyczą coraz większej liczby osób. Do walki z nimi używanych jest wiele metod. Jedną z najnowszych wykorzystuje fale akustyczne.**

Do tej pory urządzenia emitujące radialną falę akustyczną inaczej zwaną również uderzeniową stosowane były głównie w fizyoterapii. Dzisiaj zabiegi z jej użyciem wykorzystują kliniki urodowe na całym świecie. Fala ta poprzez stymulację naturalnych, biologicznych procesów naprawczych redukuje tłuszcz i cellulit jednocześnie ujędrniając i poprawiając napięcie i jędrność skóry. Podczas zabiegu klient masowany jest specjalną głowicą, która wydaje dźwięk stukania. Odczuwalne jest lekkie klucie oraz ucisk. Zabieg jest głośny, ale bezbolesny a co najważniejsze bardzo skuteczny - na zauważalne gołym okiem efekty nie trzeba długo czekać.

## BEZ TŁUSZCZU I CELLULITU

Zabieg z falami akustycznymi pozwala zredukować tkankę tłuszczową. Adipocyty to komórki które magazynują tłuszcz w postaci trójglicerydów. Aby zmniejszyć ich objętość należy usunąć z niego zmagazynowany tłuszcz. Podczas zabiegu dochodzi do znacznego powiększenia się membran adipocytów przez które uwalniają się trójglicerydy, a komórka tłuszczowa ulega zmniejszeniu. Uwolniony tłuszcz jest naturalnie metabolizowany i wydalany.

Fale akustyczne walczą też z cellulitem. Przyczyną jego powstawania są powiększone komórki tłuszczowe, które wypychają się w kierunku skóry. Tkanka łączna, która je ot-

acza pozbawiona zostaje możliwości rozciągania się, staje się włóknista i traci swoją elastyczność. Stan ten powoduje powstawanie nierówności na skórze w postaci cellulitu.

Fala, przenikając przez skórę i komórki tłuszczowe powoduje znaczne rozluźnienie zwłóknionych przegród tkanki łącznej.

Zabieg wpływa korzystnie na skórę. Dzięki oddziaływaniu fali akustycznej na fibroblasty następuje pobudzenie wytwarzania kolagenu dzięki czemu zwiększa się gęstość skóry. Fala akustyczna pobudza ponadto mikrocyrkulację, ruch limfy i poprawia metabolizm komórkowy. Dodatkowo fala akustyczna

zapewnia efekt drenażu limfatycznego, co znacząco wspomaga zarówno odchudzanie, jak i wygładzanie skóry na ciele. Ponadto usprawnienie krążenia limfy sprzyja detoksykacji organizmu i redukcji uciążliwych obrzęków.

## ZDAŹYĆ PRZED LATEM

Specjaliści Instytutu Urody Abacosun w Gdyni, w których można wykonać zabieg zalecają wykonanie serii 6 do 10 zabiegów, z częstotliwością 1 do 2 tygodniowo. Jeden zabieg trwa od 10 do 60 minut. W celu szybszego usunięcia nadwyżek tłuszczowych które opuściły adipocyty oraz dla zoptymalizowania efektów, po zabiegu zalecane jest wypijanie co najmniej 2 – 3 litrów płynów dziennie, stosowanie lekkostrawnej diety o zmniejszonej zawartości tłuszczów oraz umiarkowana aktywność fizyczna.

Przeciwwskazaniem do stosowania zabiegu akustyczną falą uderzeniową jest okres ciąży i karmienia, rozrusznik serca, cukrzyca, choroby układu krążenia, choroby żyłne, niewydolność nerek lub wątroby oraz choroby nowotworowe.

W przypadku wątpliwości Abacosun Gdynia zapewnia profesjonalną bezpłatną konsultację ze specjalistami z instytutu.



**ABACOSUN GDYNIA**

tel. 668 020 600

ul. Wielkopolska 168 (wejście)

ul. Olgierda 45 (parkingi + wejście)





balispa.pl

Witaj w świątyni  
**spokoju, harmonii i relaksu**

MASAŻE **INDONEZYJSKIE**

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

salongdansk@balispa.pl  
[www.balispa.pl](http://www.balispa.pl)



# KUCHNIA SZEFA KUCHNI

## MICHAŁ ŚWIĄTEK – SYMFONIA SMAKÓW

**Śledzę najwybitniejszych szefów kuchni z całego świata. Uważam również, że szefowie kuchni powinni odwiedzać konkurencyjne restauracje, aby sprawdzać i porównywać dania – mówi Michał Świątek, szef kuchni w Restauracji Symfonia Smaków Hotelu Opera w Sopocie. Restauracja słynie przede wszystkim z placków ziemniaczanych, domowego żurku oraz udka z kaczki confit z kluskami śląskimi.**

### **Jakie potrawy kojarzą się Panu z wiosną i latem?**

Z wiosną kojarzą mi się chłodniki, zupy krem, owocowe lemoniady... ogólnie potrawy zawierające sezonowe warzywa i owoce. Wzbogacają one dania nie tylko smakowo, ale i wizualnie nadając im kolorów.

### **Które z nich serwuje pan w restauracji?**

W restauracji cały rok staramy się, aby dania które podajemy były dopasowane do pory roku, w zimę rozgrzewające, w lato dające orzeźwienie. Obecnie wprowadzamy chłodnik z ogórka, krem z białych warzyw z chipsem z boczku, naszą letnią specjalność grillowane na maśle czosnkowym szparagi oraz lemoniadę z truskawkami.

### **Które wymagają szczególnego przygotowania?**

Myślę, że zupa krem nie dla każdego może być łatwa. Przygotowując szparagi również trzeba zachować dużą staranność, aby nie były zbyt miękkie. W Symfonii Smaków zarówno ja, jak i moi kucharze wychodzimy z założenia, że każde danie jest szczególne.

### **Które są najprostsze i można je szybko wykonać w domu?**

Polecam, chłodnik, można go przygotować z tego co się lubi i nie wymaga zbyt dużego nakładu pracy. Myślę, że w domu szybko i łatwo można przygotować również sałatkę grecką.

### **Sezonowe potrawy to jedno. Które z kolej są obecne w menu przez cały rok?**

Restauracja słynie przede wszystkim z dań kuchni polskiej, są dania dla osób lubiących mięsa, jak i wegetarian. Mamy też desery, które od początku do końca przygotowujemy sami. Mamy w karcie dania dopasowane do każdego gustu.

### **Jakie jest flagowe danie Symfonii Smaków?**

Pracujemy nad tym, aby każde danie było



naszym flagowym. Restauracja słynie przede wszystkim z placków ziemniaczanych, domowego żurku oraz udka z kaczki confit z kluskami śląskimi.

### **A ryby? Mieszkamy przecież nad morzem.**

Właśnie miałem o tym wspomnieć. Jako przystawkę podajemy śledzia w occie z sałatką ziemniaczaną. Goście uwielbiają naszego sandacza w sosie porowym podanego z kopytkami. Myślę, że jest to danie z którego również nas kojarzą.

### **Czy używa pan drobiu? Dzisiaj ma chyba słabą opinię jeżeli chodzi o smak, jak i zawartość. Przynajmniej jeżeli chodzi o te masowo dostępne na rynku.**

W karcie mamy dwa dania z drobiu, wspomniane wcześniej udko z kaczki oraz pierś z kurczaka w boczku, więc nie do końca się z tym zgadzam, ponieważ jeśli korzystamy z najlepszej jakości produktów

i wybieramy sprawdzonych lokalnych dostawców mamy pewność, iż produkt który podajemy jest najlepszy.

### **Skąd pan czerpie inspirację do tworzenia potraw?**

Z pasji i chęci uszczęśliwiania ludzi swoimi daniami. Śledzę najwybitniejszych szefów kuchni z całego świata. Uważam również, że szefowie kuchni powinni odwiedzać konkurencyjne restauracje, aby sprawdzać i porównywać dania.

### **Jakie jest pana danie marzeń? Nie tylko takie, które chciałby pan wykonać, ale i takie, którego chciałby pan spróbować.**

W tym zawodzie trzeba cały czas się doszkalać i próbować nowych „nieoczywistych” połączeń smakowych. Ciężko powiedzieć jakie jest moje danie marzeń... takie, które smakuje moim gościom.

### **Gdzie zdobywał pan wiedzę kucharzką?**

Skończyłem szkołę gastronomiczną oraz jak większość szefów kuchni zaczynałem jako pomocnik kucharza w jednej z trójmiejskich restauracji. Pracowałem jako kucharz w jednym z sopockich hoteli, ale w miarę upływu lat i zdobytego doświadczenia coraz bardziej chciałem tworzyć swoje własne dania i taką możliwość dano mi tu w Symfonii Smaków.

### **Czy lubi pan rywalizację?**

Brałem udział w różnego rodzaju kursach i szkoleniach dla kucharzy.

W tym roku restauracja zajęła 3 miejsce w plebiscycie Orły Gastronomii w Sopocie.

### **Czy ktoś pana specjalnie inspiruje? Prywatnie – jaką kuchnię pan najbardziej lubi?**

Bardzo lubię polską kuchnię połączoną z dużą ilością warzyw. Inspirują mnie szefowie polscy i zagraniczni, których restauracje posiadają najbardziej prestiżowe wyróżnienie czyli gwiazdki Michelin.

## PHILADELPHIA MAKI Z ŁOSOSIEM

### WHITE MARLIN SUSHI&CHAMPAGNE

#### Składniki:

- Ryż
- Ocet ryżowy
- cukier
- Łosoś
- Serek philadelphia
- avokado
- Mango
- Sałata dębowa
- Młoda zielona cebulka
- Kawior z łososia
- Wasabi
- Sos spicy mayo

#### Przygotowanie:

Ryż do sushi najpierw musimy wyptukać i odpowiednio zakwasić octem ryżowym i cukrem. Potem go gotujemy. Niegorący ryż po wcześniejszym wymieszaniu układami na nori. Kładziemy na to wasabi, serek philadelphia, sałatę dębową, łososia, mango oraz avokado i młodą zieloną cebulkę ( dymkę ). Rolkę zwijamy. Do dekoracji możemy użyć kawioru z łososia i sezamu prażonego. Podajemy z ostrym sosem spicy mayo.



# HALIBUT, SZAMPAN I TKANINY

**Czwarte urodziny świętowała gdyńska Restauracja Biały Królik. Na gości czekała nie tylko uroczysta kolacja, ale i wernisaż.**

Biały Królik mieszczący się we wnętrzach Hotelu Quadrille od samego początku intryguje nie tylko wyjątkowym wnętrzem, ale i doskonałą kuchnią. Szef kuchni Marcin Popielarz w ub. roku dostał się do pierwszej trójki konkursu kulinarnego San Pellegrino Young Chef, a sama

restauracja ma 3 czapki w przewodniku Gault & Millau.

Podczas urodzin o początkach restauracji wspominały jej właścicielki Anna i Martyna Górskie.

Do przygotowania urodzinowej kolacji szef kuchni zaprosił

Wojciecha Korfela z restauracji Prologue w Gdańsku i Przemysława Klima z Bottiglieria 1881 z Krakowa. Wspólnie zaserwowali wyrafinowane potrawy, a daniem głównym był halibut z groszkiem, belugą i szczawiem. Do kolacji podawano szampana Ruinart.

Kolacji towarzyszył wernisaż prac na tkaninach Zuli i Mariana Strzeleckich, artystów znanych od lat 50. a którzy w Sopocie prowadzili otwarty dom twórczy. Wspomnieniem o rodzicach z gośćmi podzielił się Wojciech Strzelecki, malarz.



## DZIK I LODY CEBULOWE

**Lody cebulowe, czy chłodnik z awokado – to niektóre pozycje z czterodaniowej kolacji degustacyjnej na którą zaprosiła gdyńska Willa Lubicz.**

Do wyboru były m.in. kurczak kukurydziany z młodą marchewką, humusem i palonym porem oraz dorsz na bobie i groszku cukrowym z sosem rabarbarowym. Można było

także spróbować podpalanych żeberek z dzika marynowanych w miodzie. Ciekawą propozycję stanowiły lody cebulowe z karmelem i pistacjami.

Kolacja była premierą wiosenno – letniego menu, które układał szef kuchni Michał Golla Żywolewski. Wśród gości pojawili się dziennikarze, blogerzy, osoby związane z gastronomią.

Willa Lubicz to kameralny hotel, położony Orłowie, blisko plaży. Willę zbudował w latach 30. Władysław Zaleski, kpt żeglugi wielkiej, a obecni właściciele starają się odtwarzać klimat tamtych lat.





# Wakacje nad morzem



**tylko**  
100 metrów  
od morza

**gratis**  
dzieci do lat 6

**animacje dla dzieci**  
zajęcia z profesjonalnymi animatorami

**strefa dla dzieci - 180 m<sup>2</sup>**  
sala zabaw, kraina zabaw, zewnętrzny plac zabaw

**program Twoje Dziecko - Ważny Gość**  
liczne udogodnienia dla dzieci

**wyśmienita kuchnia**



**ASTOR**  
\*\*\* HOTEL

Hotel Astor \*\*\*, ul. Rozewska 38, 84-104 Jastrzębia Góra  
tel. +48 58 771 55 55, e-mail: [astor@astorhotel.pl](mailto:astor@astorhotel.pl)  
[www.astorhotel.pl](http://www.astorhotel.pl)





# Prestiżowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ



## SLOW FEST Sopot

W ostatni weekend czerwca sopockie molo zamieni się w iście kulinarną uczcę. Z jednej strony szefowie kuchni, kucharze, pasjonaci, artyści prezentujący swoje autorskie pomysły z drugiej goście, smakosze, odkrywcy. Wydarzenie promuje filozofię Slow Food, której celem jest właśnie spotkanie przy stole, propagowanie tradycji regionu, ochrona smaku, wsparcie dla drobnych przedsiębiorców produkujących wg tradycyjnych i uczciwych zasad. Każdy z odwiedzających będzie miał okazję spróbować wspaniałych smaków za symboliczne 5 zł. Wstęp na molo - na zasadach ogólnych (bilet normalny - 8 zł, ulgowy - 4 zł). Więcej szczegółów na stronie [www.slowfestsopot.com](http://www.slowfestsopot.com)

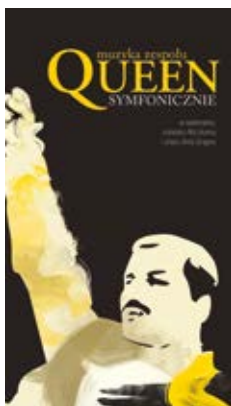
**Sopot, Sopot Molo,**  
29-30 czerwca godz. 11:00-18:00



## BRYAN ADAMS

Świetna wiadomość dla wszystkich wielbicieli Kanadyjczyka - Bryan Adams wystąpi w Ergo Arenie! Artysta ma na swoim koncie ponad 65 milionów sprzedanych płyt, nagrodę Grammy, trzy nominacje do Oscara, pięć nominacji do Złotych Globów i niekończącą się listę przebojów! Do Gdańska przyjedzie z nowym albumem "Shine A Light Tour". To już czternasty studyjny album w karierze artysty, na którym śpiewa razem z Jennifer Lopez („That's How Strong Our Love Is”), a utwór tytułowy został napisany z Edem Sheeranem (Shine A Light). Już w czerwcu będziemy mieli okazję usłyszeć go na żywo!

**Gdańsk/Sopot, Ergo Arena,**  
21 czerwca godz. 20:00



## QUEEN SYMFONICZNIE

Queen Symfonicznie wystąpi na scenie Operze Leśnej! Niezwykły koncert łączący nieśmiertelną muzykę zespołu Queen z symfonicznymi aranżacjami w wykonaniu chóru i orkiestry Alla Vienna już od siedmiu lat zachwycają fanów twórczości legendarnej grupy. Na blisko 200 dotychczasowych koncertach pojawiło się około 150 tys. widzów! Zespół wystąpi z najnowszym programem, do którego włączono m.in. "One Vision", "Another One Bites The Dust", "Under Pressure" znane z wykonania z Davidem Bowie. Dwugodzinny spektakl został podzielony na dwie części. Finał występu uświetni występ solisty - śpiewającego aktora - wcielającego się w rolę Freddiego Mercury'ego.

**Sopot, Opera Leśna, 23 czerwca godz. 20:00**



## GDAŃSK TATTOO KONWENT

30. ogólnopolska i jednocześnie 11. gdańska edycja Gdańsk Tattoo Konwent odbędzie się ponownie w AmberEXPO! Niezmiennie na wydarzeniu pojawią się najzdolniejsi tatuatorzy z całego kraju i oraz goście z zagranicy. W programie Tattoo Konwent odbędzie się konkurs na najlepsze tatuaże! Ponadto na gości będzie czekać mnóstwo atrakcji tj. koncerty, pokazy sztuk alternatywnych, pokaz 3D mappingu, a także afterparty. W tym roku festiwal odbędzie się pod hasłem "Inne wymiary sztuki". Jeżeli jesteśmy miłośnikami tatuażu lub szukasz idealnego wzoru i odpowiedniego tatuatora, to koniecznie musisz się tam pojawić!

**Gdańsk, Amber Expo, 13-14 lipca**



## CUDAWIANKI 2019

Lato zaczyna się #wGdyni! Cudawianki to plenerowe wydarzenie o charakterze kulturalno-muzycznym, łączące ciekawe brzmienia z edukacją, ekologią i dobrą zabawą. Idealna okazja do rozpoczęcia lata, a także skorzystania z atrakcji rozsiągniętych po gdynińskiej topografii. W pierwszą sobotę lata Gdynia zamieni się w barwny kalejdoskop doznań i chwil. Przygoda rozpocznie się w samo południe, a zakończymy po północy plażowymi koncertami. Na jednej scenie wystąpi: Dub Fx, Marika, Gutek, a także Need More Clouds. W tym roku po raz pierwszy Park Cudów przeniesie się na Bulwar Nadmorski w Gdyni. Wstęp wolny! Szczegóły na stronie <http://www.cudawianki.eu/>

**Gdynia, Plaża Gdynia Śródmieście, 22 czerwca**



## MACIEJ ŁYSZKIEWICZ ZAPRASZA - KONCERT IZABELI KOWALEWSKIEJ

Znana jest z wieloletnich występów w zespole Muzykoterapia, z którym nagrała i wydała dwa albumy studyjne: Muzykoterapia (2006) i Piosenki Izzy (2011). Kowalewska ze swoją autorską kompozycją "Los jak Zegar" dostała się do 10 finału programu Must Be The Music. Artystka współpracowała również z Fiszem, EMADÉ, O.S.T.R., Envee, Medium, Sisters, Noviką, Krzysztofem Kiljańskim, Tomaszem Stańką, Leszkiem Możdżerem, czy Katarzyną Nosowską. Obecnie jest wokalistką zespołu Iza&Latynoscy Brothers. Premiera ich pierwszej płyty miała miejsce w połowie czerwca. Na koncercie usłyszymy piosenki z tego albumu oraz kilka kompozycji z solowych - "Dziękuję mi Cię dał", "Nočna zmiana" oraz "Pod dachami Paryża".

**Sopot, Harry's Art&Cafe, 27 czerwca godz. 19:00**



## SPEKTAKL

### "JAK WAM SIĘ PODOBA"

Po roku przerwy na scenę GTS powraca spektakl "Jak wam się podoba". Sztuka to jedna z lekkich, idyllicznych i najchętniej wystawianych komedii Szekspira. Córka wygnanego księcia Rozalinda i jej kuzynka Celia porzucają życie na dworze i wyruszają w ostępę Lasu Ardeńskiego. Tam, uwolnione z okowów konwencji, dziewczyny doznają wyzwalającej transformacji. Ukrywając się w męskich przebraniach, mają szansę zasmakować innego życia i poznać, czym jest prawdziwa miłość... "Jak wam się podoba" jest produkcją Teatru Wybrzeże, który reżyseruje Krystyna Janda. Spektakl podczas wakacji zostanie zagrany w sumie aż 19 razy! Premiera już 28 czerwca.

**Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski,**  
28 czerwca godz. 19:00



## KORTEZ - HOLIDAY TOUR

Tego pana chyba nie trzeba nikomu przedstawiać. Bilety na jego koncerty rozchodzą się w mgnieniu oka! KorteZ w ramach swojej nowej trasy Holiday Tour zagra łącznie 20 koncertów! Na program koncertów złożą się utwory pochodzące z płyt: "Bumerang", "Mój dom", a także z wydawnictw uzupełniających dyskografię Korteza. Letnie koncerty promować będzie nowa piosenka zatytułowana "Doskonały dzień". W towarzystwie artysty wystąpi zespół w składzie: Jacek Lachowicz, Krzysztof Domański, Lesław Matecki, Robert Kretzschmar.

**Sopot, Opera Leśna, 12 lipca godz. 20:00**

DO SPOTKANIA

DO OGLĄDANIA

DO SŁUCHANIA

**GDYNIA**  
moje miasto



# LADIES' JAZZ FESTIVAL

21-28 lipca  
2019

**GDYNIA**

Konsulat Kultury, Koncerty finalistek

**Grand Prix**

**Ladies' Jazz Festival 2019**

21-23 lipca

Gdynia Arena, g. 20<sup>00</sup>

**Beth HART**

24 lipca

Sala Koncertowa Szkoły Muzycznej I i II stopnia w Gdyni, g. 19<sup>00</sup>

**Adela KONOP**

25 lipca

Teatr Muzyczny, g. 20<sup>00</sup>

**Madeleine PEYROUX**

26 lipca

Teatr Muzyczny, g. 20<sup>00</sup>

**Angelique KIDJO**

27 lipca

Teatr Muzyczny, g. 18<sup>00</sup>

**Krystyna STAŃKO  
z Orkiestrą**

28 lipca

Teatr Muzyczny, g. 20<sup>00</sup>

**Nouvelle VAGUE**

28 lipca

**WEJHEROWO**

Filharmonia Kaszubska, g. 20<sup>00</sup>

**Luisa SOBRAL**

22 lipca

[www.ladiesjazzfestival.pl](http://www.ladiesjazzfestival.pl)

sponsor



partnerzy



SAMORZĄD  
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

TEATR MUZYCZNY  
w Gdyni



bilety

[interticket.pl](http://interticket.pl) [ticketmaster.pl](http://ticketmaster.pl)



[eBilet.pl](http://eBilet.pl)

[bilotytna.pl](http://bilotytna.pl)

empik

[www.wck.org.pl](http://www.wck.org.pl)

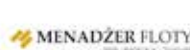
patroni

organizator



Premium Beauty Partner

YONELLE





# BIBLIOTECZKA PRESTIŻU

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE - BACIA

Lato w pełni, a wraz z wysoką temperaturą i ciepłymi podmuchami wiatru, dotarły do nas gorące nowości wydawnicze. W czerwcowym zestawieniu prestiżowej biblioteczki znajdziecie interesującą opowieść o pewnej nietypowej przyjaźni, fascynującą historię Gdańska dostarczającą dużo nieznanych do dziś faktów oraz zapoznanie się z historią Olgi Krzyżanowskiej, gdańskiej lekarki, która niemal wprost z przychodni trafiła na szczyty polskiej polityki.

## GDAŃSK JAKO WSPÓLNOTA

Autor: Paweł Adamowicz

Wydawnictwo: Słowo/obraz terytoria



Książka „Gdańsk jako wspólnota” ukazała się w listopadzie, dwa miesiące przed tragiczną śmiercią prezydenta Gdańska. W opisie czytamy: „Ta książka powstaje w bardzo konkretnej rzeczywistości politycznej. Być może, kiedy Państwo weźmiecie ją do ręki, ta rzeczywistość będzie jeszcze bardziej skomplikowana niż dzisiaj”. Nikt jednak nie przypuszczał, że tak bardzo. Niedawno wydawnictwo zdecydowało się na dodruk książki, warto przeczytać, ponieważ w niektórych miejscach słowa Pawła Adamowicza brzmią dziś niesamowicie.

## DOLAR DROŻEJE! POWIEŚĆ INFLACYJNA Z PEWNEGO STAREGO MIASTA

Autor: Felix Scherret

Wydawnictwo: Słowo/obraz terytoria



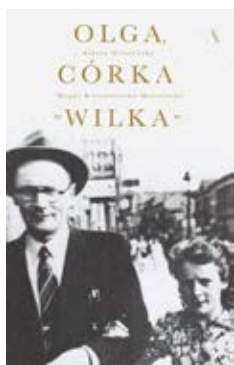
„Dolar drożeje!” to nie kryminał ani powieść sensacyjna, a raczej powieść inflacyjna, która oferuje jedyny w swoim rodzaju wgląd w sytuację Wolnego Miasta kilka lat po wojnie. Akoja została osadzona w 1923 roku i pokazuje dynamiczny okres zmian ekonomicznych i społecznych podczas szalejącej po I wojnie światowej hiperinflacji. Książka dostarcza dużo nieznanych do dziś faktów, przede wszystkim jednak pokazuje atmosferę panującą wtedy w Gdańsku, pokazuje ludzi tego czasu, życie codzienne i mentalność. Prawdopodobnie jest też powieścią z kluczem, chociaż dzisiaj już trudno odgadnąć tożsamość występujących w niej postaci.

## OLGA CÓRKA WILKA

Autor: Aldona Wiśniewska,

Magdalena Krzyżanowska-Mierzevska

Wydawnictwo: Agora SA



Mówi się, że za każdym wspaniałym mężczyzną, który zrobił karierę, stoi wspaniała kobieta. Za Olgą Krzyżanowską, gdańską lekarką, która niemal wprost z przychodni trafiła na szczyty polskiej polityki, stoi szereg takich kobiet: jej babka, matka, ciotki. Ich życiorysami można by obdzielić tłum powieściowych postaci. Historie fascynujące, a co w nich najlepsze - prawdziwe. Olga Krzyżanowska, panna z dobrego domu, dziedziczka tradycji i zasad, jako dojrzała kobieta weszła do polityki. I odniosła sukces. Posłanka, wicemarszałek Sejmu, senator stała się jedną z twarzy rewolucji, za którą podziwiał Polskę świat.

## MARSZ, MARSZ BATORY

Autor: Barbara Caillot,

Aleksandra Karkowska

Wydawnictwo: Oficyna Wydawnicza Oryginaly  
Książka o podróżujących legendarnym transatlantykiem M/S Batory, który przez 33 lata pływał pod polską banderą, odbył 222 regularne rejsy oceaniczne, przewożąc w nich ponad 270 tysięcy pasażerów. Dla wielu z tych osób to była podróż w jedną stronę. Ta pozycja to swoisty pamiętnik i wspomnienia ponad 50 pasażerów „Batorego” oraz członków załogi mieszkających dzisiaj w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie lub Polsce. Właśnie oni na łamach książki podzielili się swoimi wrażeniami, tajemnicami i fotografiami. Rejs Batorem to był czas oczekiwania na kraj obiecany, a wspomnienia z tej podróży wciąż budzą silne emocje.



## POKÓJ Z WIDOKIEM. LATO 1939

Autor: Marcin Wilk

Wydawnictwo: Grupa Wydawnicza Foksal

Ostatnie przedwojenne lato różniło się od tych znanych nam współcześnie. Podróżowali artyści, literaci, dziennikarze, a kurorty z roku na rok stawały się coraz nowocześniejsze. Ale nie wszędzie było tak kolorowo. Jak Polacy spędzili ostatnie szczęśliwe wakacje przed wybuchem II wojny światowej? Przemierzając tereny Polski przedwrzesniowej, w tym m.in. Gdynię, Marcin Wilk postanowił dotrzeć do żyjących świadków epoki i wysłuchać ich opowieści o ostatnich tygodniach życia w pokoju. Syn nadmorskiego księgarza detonujący kalichlorek, młoda dziewczyna ze wsi dostrzegająca w kurach twarze sąsiadek i rodziny, chłopak ze wsi marzący o rowerze – to między innymi oni są bohaterami książki, obok wicepremiiera Eugeniusza Kwiatkowskiego zmarłego z powodu finansami państwa. Dzięki nim „Pokój z widokiem. Lato 1939” odświeża mniej znane z podręczników do historii oblicze Polski.

## HELA FOKA. HISTORIE NA FALI

Autorka: Renata Kijowska

Wydawnictwo: Znak emotikon



Bałyckie foki są w niebezpieczeństwie, jak im pomóc? To pierwszy dzień Heli w wolności. Ciekawska foka urodziła się w fokarium na Helu pod okiem najlepszych opiekunów. Teraz czas odkryć morski świat. Bałtyk jest ekscytujący i pełen zadziwiających stworzeń – kur diabeł wbrew nazwie okazuje się sympatyczny, a zabłąkana wielorybica zastępuje rodzinę nieśmiałoemu morświnowi. Jednak wśród fal czai się też niebezpieczeństwo. Foliowa reklamówka przypomina meduzę, ale czy aby na pewno jest przyjazna? Kto może powstrzymać wyciek toksycznej substancji ze starego wraku? Hela wie, że trzeba działać!



## A GDYBY TAK RZUCIĆ WSZYSTKO?

Autorka: Małgorzata Kardzis

Wydawnictwo: WMBP

To prawdziwa historia o pozornie pewnej sobie kobiecie po czterdziestce, która mimo osiągnięcia tego, co uważa się za sukces, czuje, że życie przecieka jej przez palce. W jednym czasie rozwodzi się, traci pracę, a jej dorastająca córka wyfruwa z gniazda. Myśli, że wszystko co najlepsze ma już za sobą. I wtedy pojawia się miłość do mężczyzny, z którym ma odwagę ruszyć do Meksyku. Dzięki któremu, odnajduje miłość do życia, ale przede wszystkim do siebie. To historia, która pokazuje, że nigdy nie jest za późno!

## PAN RYBA

Autorka: Majsner Katarzyna

Wydawnictwo: Novae Res



Pełna przygód opowieść o pewnej nietypowej przyjaźni, spełnianiu marzeń i dorastaniu, napisana przez gdyniankę Katarzynę Majsner. Choć dedykowana jest głównie dzieciom, do gustu przypadnie teżłośnikom mrocznego klimatu i groteskowo-karykaturalnych postaci. Siedmioletnia Klara Leszczyk mieszka w niewielkim miasteczku, którego mieszkańcy od wielu pokoleń zajmują się rybołówstwem. Dziewczynka marzy o tym, by złowić znaną z legend Rybę Żółtą, posiadającą magiczną moc spełniania życzeń. Wkrótce Klara pozna kogoś, kto otworzy przed nią drzwi do zupełnie innego świata i pozwoli uwrażliwić ją na emocjonalną stronę ryb, co dla większości dorosłych jest niewiedzialne... Ta poruszająca opowieść uczy empatii i szacunku do wszystkich istot, a niezwykle przygody małej Klary udowadniają, że warto doceniać to, co się ma i zawsze otaczać się swoimi przyjaciółmi.





POMARAŃCZOWA  
P L A Ż A  
RESTAURACJA

## POMARAŃCZOWA PLAŻA RESTAURACJA I PIZZERIA

• • • • •  
NASZĄ MISJĄ JEST  
ZDROWE I PRAWDZIWE JEDZENIE

• • • • •  
RESTAURACJA Z WIDOKIEM NA MORZE,  
KOMINKIEM I PLACEM ZABAW

• • • • •  
STARTUJEMY O 8:00,  
ZACZYNAMY DZIEŃ OD ŚNIADANIA  
OD 12:00 SERWUJEMY OBIADY

RYBY  
PIZZA  
DESERY  
WINA  
AUTORSKIE DRINKI

• • • • •  
IDEALNE MIEJSCE NA ORGANIZACJE  
PRZYJĘĆ RODZINNYCH  
I IMPREZ INTEGRACYJNYCH

📍 SOPOT, UL. EMILII PLATER 19 (WEJŚCIE NA PLAŻĘ 32A)

☎ 797 586 417

@ RESTAURACJA@POMARANCZOWAPLAZA.PL

🌐 WWW.POMARANCZOWAPLAZA.PL





W SIECI Z ...



## SHINY SYL

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE - BACIA

Moja pierwsza poważna styczność z social mediami miała miejsce ponad 10 lat temu, gdy założyłam profil na **Facebooku**, wtedy głównie po to, by kontaktować się ze znajomymi poprzez messenger, i oczywiście, by grać w gry. Pamiętam, że kiedyś bardzo popularna była taka, w której trzeba było sadzić, roślić i zbierać plony. Straszny pożeracz czasu, ale bardzo wciągający!

Z czasem wszystko się zmieniło. Teraz świat wirtualny jest dla mnie zarówno miejscem pracy, jak i rozrywki. Pracy, ponieważ moja twórczość opiera się głównie na przekazie właśnie w tym świecie. Swoją dzień zaczynam właściwie od sprawdzania maili, a zaraz po tym włączam **Instagrama**. Odpowiadam na wiadomości od moich obserwatorów i na komentarze pozostawione pod filmami na kanale na **YouTube**. I to by było na tyle, bo najczęściej chwilę po przebudzeniu słyszę uroczne gaworzenie mojego synka i idę do niego do pokoju – już bez telefonu.

Jeżeli chodzi o moją klasyfikację social-mediową to w pierwszej kolejności stawiam na bloga, **Instagrama i YouTube'a**, natomiast Facebook dostaje srebrny medal. Jeżeli chodzi o aplikacje, to najczęściej wykorzystuję te do obróbki zdjęć i do planowania siatki Instagrama. Takie, które mogłabym polecić niezwiązane z blogowaniem to: **Pierwsza Pomoc** (instrukcje krok po kroku co robić w przypadku różnych wypadków), **Mo-biParking** (do płatności za parkowanie), **Spotify** (do słuchania muzyki), czy **Air-ly** (do sprawdzania jakości powietrza). Jeżeli chodzi o strony informacyjne to lokalnie niezastąpiona jest strona **trójmiasto.pl**, gdzie czytam zarówno artykuły jak i przeglądam dodawany na bieżąco przez użytkowników raport. Przeglądam również portale **Gazeta.pl**, **natemat**, i **bryla.pl**. Dodatkowo w wolnym czasie uwielbiam oglądać seriale, korzystam głównie z platform takich jak **Netflix**, **HBO Go**.

Z kolei na moim profilu na Instagramie **@shinysyl** znajdziecie obserwowane przeze mnie osoby, które są naprawdę inspirujące. Na ten moment podglądam bardzo wyselekcjonowane 372 osoby. Są wśród nich profile pokazujące modę, relacje z podróży, podejmujące się tematów parentingowych czy też opowiadające o architekturze.

Nie ukrywam, że od czasu do czasu zdarza mi się dostać typowo **hejterski komentarz** – nie mylić z konstruktywną krytyką, którą bardzo sobie cenię. Problem w tym, że **internetowe trole** bardzo często hejtują pod przykrywką krytyki. Nie rozumieją różnicy i po napisaniu czegoś bardzo niemiłego tłumaczą swoją wypowiedź: „działasz w Internecie, wystawiasz się na ocenę, musisz się z tym pogodzić”. Jednak uważam, że wcale nie muszę się gościć na to, aby ktoś mnie obrażał. Takie osoby powinny zastanowić się czy to samo powiedziałyby komuś znajomemu w twarz. Prosty test!

Z drugiej strony staram omijać się szerokim łukiem wszystko co mnie w sieci drażni. Nie oglądam blogerów czy też celebrytów, którzy wzbudzają we mnie negatywne emocje. Nie potrzebuję tego i szkoda też na to czasu. Dlatego też bardzo dziwię mnie internetowi hejterzy...

Czy jestem uzależniona od Internetu? Social Media to moja praca, więc trochę ciężko to rozgraniczyć i przy okazji ograniczyć. Nie lubię odcinać się od Internetu, podczas wakacji nie potrzebuję detoksu. Zresztą w moim przypadku wyjazd to dobre miejsce, aby zrobić ciekawe zdjęcia czy też relację. Kocham swoją pracę, także nie czuję kiedy pracuję – nie muszę więc od tego odpoczywać. Świata bez Internetu sobie nie wyobrażam i uważam, że w dzisiejszych czasach nie da się bez niego żyć. Chyba musimy się z tym pogodzić.



### SHINY SYL, CZYLI SYLWIA ZARĘBA-GIERZ

mieszkająca w Gdańsku blogerka modowo-lifestylowa i stylistka. Właścicielka marki Mimi Lulu. Współautorka artykułów dotyczących mody ulicznej. Osobista stylistka. Redaguje strony modowe. Jurorka konkursów stylizacyjnych. Prowadzi wykłady z zakresu obowiązujących trendów, zasad dress codu oraz prowadzenia własnej strony. Współpracuje w roli stylistki z centrami handlowymi oraz licznymi markami odzieżowymi.

# PRZYJAŻŃ, Ogień I DZIEWCZYNY

AUTORKA: SYLWIA GUTOWSKA

**Na co dzień dzielą obowiązki mam z pracą zawodową w różnych firmach, a po godzinach... tańczą z ogniem. Trójmiejskie Mamadoo to jedna z pierwszych żeńskich formacji tego typu. Na tyle dobra, że kalendarz występów jest wciąż wypełniony, łącznie ze słynnym Glastonbury Festival.**



Monice, Kindze, Ani i Mirze, które tworzą Mamadoo przestrogą rodziców, by nie bawić się ogniem, chyba nie zapadły w pamięć. A może przeciwnie - postanowiły zrobić coś na przekór. W ich piętnastoletniej już działalności wiele razy musiały iść pod prąd. Gdy zaczynały, nie było wszechobecnego Internetu, w którym można by podpatrzeć układy i wysłuchać porad doświadczonych praktyków. Przyjaciółki ze szkoły podstawowej, odkryły fireshow na wakacyjnym wyjeździe, gdzie zobaczyły pokaz takiej grupy. Od razu złapały bakcyła i zaczęły ćwiczyć, najpierw „na sucho”, bez ognia.

– Popelnialiśmy wiele błędów, eksperymentowaliśmy – mówi Kinga. Mirę, która taniec z ogniem uprawiała w ramach grupy rekonstrukcyjnej, poznały na zlocie fireshow. A, że też była z Trójmiasta, postanowiły razem założyć grupę.

– Nazwa „Mamadoo” to była nasza pierwsza decyzja. Wszystkie istniejące wtedy formacje miały w nazwie „fire” albo nawiązywały do mistycznego wymiaru ognia. My miałyśmy inny pomysł na grupę. Chciałyśmy tworzyć bardzo energetyczne, współczesne widowiska. Szukałyśmy nazwy, która nie kojarzy się z ogniem, ale łatwo wpada w ucho i intryguje. Często przełamujemy stereotypy, które w pierwszych latach pojawiały się w obrębie fireshow. Bardzo długo byliśmy jedynym żeńskim składem. Teraz z radością obserwujemy, że bardzo dużo dziewczyn zajmuje się tańcem z ogniem – mówią dziewczyny.

Kinga i Monika nazywane są mamami Mamadoo. Nie tylko dlatego, że są nimi dosłownie (ich dzieciaki obserwują dziś ich występy z tatami), ale dlatego, że od początku są odpowiedzialne za biznesowo-organizacyjną część działalności grupy. Marketing i organizacja wychodzi im bardzo dobrze, bo grupa od pięciu lat regularnie występuje na największym muzyczno-artystycznym festiwalu w Europie – Glastonbury Festival. Obie dziewczyny przez kilka lat tworzyły własny, międzynarodowy Festiwal Rytmu i Ognia FROG w Gdyni.

Na co dzień Kinga pracuje w dwóch organizacjach pozarządowych. – W jednej z nich wspieram przedsiębiorców i przedsiębiorczynie oraz rozwijam dział edukacji przedsiębiorczej, zarządzam wspianym zespołem ludzi. Drugą założyłam sama, żeby realizować projekty obywatelskie i kulturalne. Poza tym hobbistycznie zajmuję się komiksem tworzonym przez kobiety.

Monika zajmuje się projektami marketingowymi i eventami w dużej firmie, jakiś czas temu wyprowadziła się do Warszawy. Do Mamadoo wraca, kiedy tylko jest okazja.

Mira z wykształcenia jest psycholożką, pracuje jako sushi masterka, a jej drugą pasją jest podróżowanie. Właśnie wróciła z kilkumiesięcznej podróży po Nowej Zelandii, gdzie współdziałała z tamtejszą sceną artystyczną, robiąc pokazy. W Mamadoo lubi zajmować się konstruowaniem sprzętów i akcesoriów

ogniowych oraz bezpieczeństwem pokazów. – Umiem dostrzegać detale, więc „musztruję” dziewczyny, kiedy widzę, że np. coś rozjeżdża się nam w układzie tanecznym. Grupa i nasza wspólna praca to dla mnie ogromna szkoła przyjaźni, poświęcenia i współdziałania – mówi.

Ania pracuje w e-commerce, a w Mamadoo rozpracowuje to, co najbardziej kluczowe w widowisku, czyli choreografię.

– Skomplikowane pokazy stworzone z udziałem czterech osób były ogromnym wyzwaniem, zwłaszcza na początku naszej historii. Pamiętam czasy, gdy wracając z pracy SKM, ze słuchawkami na uszach, po raz dwudziesty słuchałam tego samego utworu i starałam się wymyślić najciekawsze i najbardziej płynne ruchy dla całego zespołu – wspomina. Teraz stawia pierwsze kroki w rysunku i grafice. Od dawna jest po zielonej stronie mocy i stara się żyć dobrze.

Dziewczyny występują nie tylko na festiwalach. Mają sporo zleceń i zgodnie twierdzą, że pokazy to dla nich świetna odskocznia od rutyny. – To, że taniec z ogniem to ważna część naszego życia, sprawia że mamy więcej przestrzeni na kreatywność i jesteśmy lepiej zorganizowane – mówi Kinga.

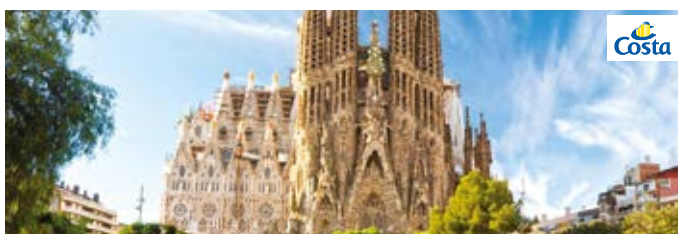






od **149** EUR/os.

## REJS MORZE ŚRÓDZIEMNE Z BARCELONY



BARCELONA ■ MARSYLIA ■ SAVONA ■ BARCELONA

**5**  
DNI

**PEŁNE WYŻYWIENIE**

**Statek:** Costa Magica \*\*\*

**Terminy:** od września do października 2019

od **149 EUR/os.** + 100 EUR/os. opłaty portowe

## REJS MORZE ŚRÓDZIEMNE I PORTUGALIA



SAVONA ■ MARSYLIA ■ MALAGA ■ LIZBONA  
KADYKS ■ BARCELONA ■ SAVONA

**11**  
DNI

**PEŁNE WYŻYWIENIE**

**Statek:** Costa Favolosa \*\*\*\*+

**Terminy:** od września do listopada 2019

od **439 EUR/os.** + 160 EUR/os. opłaty portowe

## REJS SŁONECZNE MORZE ŚRÓDZIEMNE



SAVONA ■ MARSYLIA ■ BARCELONA ■ MAJORKA  
RZYM ■ LA SPEZIA ■ SAVONA

**8**  
DNI

**PEŁNE WYŻYWIENIE**

**Statek:** Costa Smeralda \*\*\*\*+

**Terminy:** od listopada 2019 do maja 2020

od **299 EUR/os.** + 150 EUR/os. opłaty portowe

## REJS PERŁY EMIRATÓW ARABSKICH



DUBAJ ■ MASKAT ■ DOHA ■ ABU DHABI ■ DUBAJ

**8**  
DNI

**PEŁNE WYŻYWIENIE**

**Statek:** Costa Diadema \*\*\*\*+

**Terminy:** od listopada 2019 do marca 2020

od **299 EUR/os.** + 150 EUR/os. opłaty portowe



# Trójmiejskie Insta Story

INSTAGRAMA PRZEJRZAŁA I WYBRAŁA MICHALINA DOMOŃ (@letsfollowthewhiterabbit)

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

## PRZEMEK ZDYBEL

Obserwuj



@przemekzdybel

Przemka nie trzeba przedstawiać użytkownikom Instagrama. Obszerne grono followersów, to w jego przypadku potwierdzenie konsekwencji i jakości jaką oferuje odbiorcom swoich zdjęć. Jego kadry są minimalistyczne, refleksyjne i dobrze przemyślane. Poznajcie go nieco bliżej.



**Nazywam się...** Przemek Zdybel

**Jestem...** mężem, ojcem, gdańszczaninem, Europejczykiem, mam nadzieję, że nie pracoholikiem.

**Urodziłem się w...** Gdańsku, gdzie mieszkam, moim ulubionym miejscem na świecie jest Trójmiasto.

**Fotografuję, bo...** lubię. Sprawia mi to po prostu przyjemność. Chęć robienia zdjęć jest też dla mnie impulsem do poznania nowych miejsc i nowych ludzi.

**W obrazie interesuje mnie przede wszystkim...** historia i emocje z nią związane. Ważny jest też człowiek, który stoi za tym zdjęciem. Poznanie fotografów jest dla mnie równie ważne co ich fotografie.

**Instagram służy mi do...**

Nie ma tu prostej odpowiedzi, jednak zawsze wszystko sprowadza się do społeczności. To, co robię na Instagramie, to w uproszczeniu komunikacja z ludźmi, którzy tu są. Ponieważ Instagram jest też narzędziem mojej pracy, staram się, aby mój czas spędzony z tą aplikacją był jak najbardziej efektywny i wartościowy.

**Gdybym mógł zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałbym...**

Niestety nie byłoby to zdjęcie związane z Trójmiastem. Chciałbym sfotografować irbisa w warunkach naturalnych. Marzy mi się spotkanie z panterą śnieżną, odkąd zobaczyłem ją pierwszy raz w telewizji, będąc jeszcze dzieckiem.

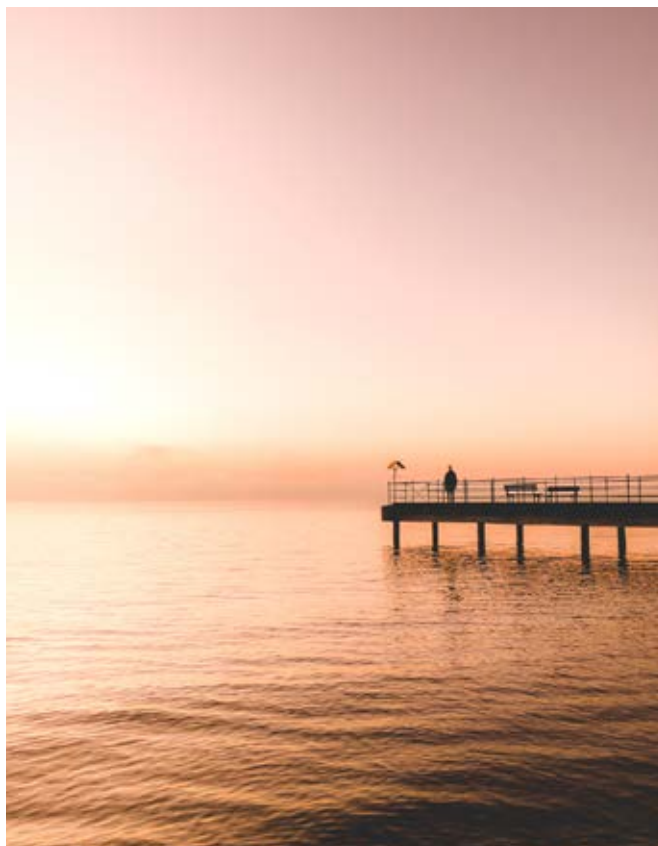
**Z Trójmiastem łączy mnie...** praktycznie wszystko. Tu żyję tu, mam rodzinę, pracuję przez zdecydowaną większość czasu. Mam tu większość znajomych. Mam swoje ulubione miejsca, no i morze, to otwarte z najpiękniejszymi plażami na świecie. Oczywiście po sezonie.

**Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście...**

Długie Pobrzeże z Motławą, ul. Mariacka, gdyńska Marina z bulwarem.

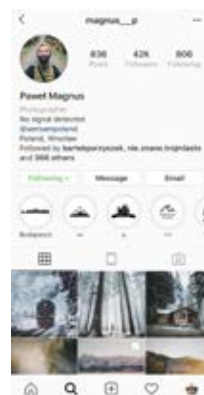
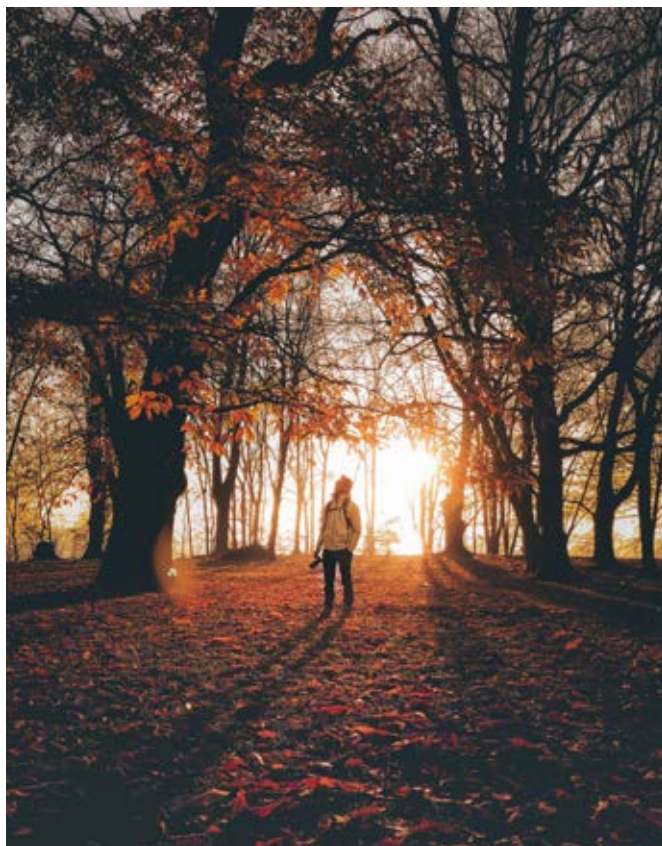
**Ulubione adresy w Trójmieście?**

Drukarnia na Mariackiej, lodziarnia De Marco w Sopocie.



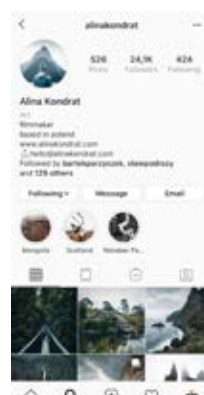
# Insta nominacje

## @przemekzdybel



**Paweł Magnus**  
**@magnus\_\_\_p**

Zdjęcia Pawła są niesamowite. Każde z nich ma niepowtarzalny klimat. Paweł ma doskonałe oko do ciekawych, nietuzinkowych kadrów, które następnie przedstawia w niecodzienny, trochę magiczny sposób.



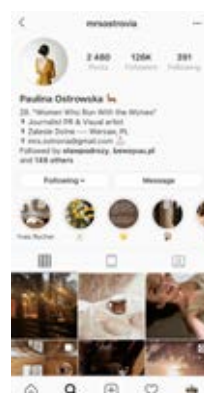
**Alina Kondrat**  
**@alinakondrat**

Alina w piękny sposób pokazuje to, co lubi najbardziej, czyli podróże. Jej zdjęcia mają charakter. Mimo, że na pierwszy rzut oka mogą wydawać się podobne do wielu innych zdjęć fotografów-podróżników, w jej zdjęciach można wyczuć delikatność i lekkość.



**Filip Blank**  
**@filipblank**

Filip to przede wszystkim motoryzacja. Nie wiedziałem, że można w taki sposób przedstawiać samochody. Daje im duszę, pokazuje zastygłe w ruchu. Widać pracę koni mechanicznych lub ich gotowość, jeśli pojazd nie jest w ruchu. Na zdjęciach Filipa widać swoją więź z maszyną z człowiekiem.



**Paulina Ostrowska**  
**@mrs.ostrowia**

Paulina przede wszystkim inspiruje. Nie tylko zdjęciami, ale historiami, które opowiada, a także sobą samą. Wszystko podane w lekko sielskiej i jakże lekkostrawnej i przyjemnej formie.





# FILANTROPIA MOŻE BYĆ RENTOWNA

AUTOR: KRZYSZTOF KRÓL

**Corporate Social Investors to nowa kategoria przedsiębiorców. Są świadomi oddziaływania społecznego, jakie wywołuje prowadzona przez nich działalność i by je zwiększać często celowo zmieniają swoje działania biznesowe. Ten nowy sposób myślenia widać też w Trójmieście.**

Menedżer CSR (Corporate Social Responsibility, czyli społeczna odpowiedzialność biznesu) w przedsiębiorstwie to jedno z najnowszych stanowisk, jakie lokowane są blisko zarządów firm, a raporty odpowiedzialności społecznej przedsiębiorstw coraz częściej przygotowywane są z największą pieczołowitością, z uwagi na rangę publikowanych danych i ich znaczenie dla coraz bardziej świadomych interesariuszy. Wcześniej społeczne zobowiązania i dobre praktyki firm nie były tak poważnie traktowane. Po prostu, warto było od czasu do czasu wydać trochę

pieniędzy na wsparcie instytucji, która zgłosiła z prośbą o pomoc, a następnie chwalić się wszem i wobec swoją dobroczynnością. Co sprytniejsi, w zależności od potrzeb, zafałszowywali część danych, którymi później chwalili się w najróżniejszych raportach na wzór polityków, którzy w czasie kampanii wyborczej przywdziewali całkowicie nowe szaty. Świat się jednak zmienia, a jednym w istotniejszych czynników, który wygenerował tę zmianę są media społecznościowe, których użytkownicy potrafią z prędkością błyskawicy nagłaśniać nieetyczne prakty-

ki, bądź działania szkodzące środowisku naturalnemu. Działalność whistle blowe-rów, dzierzona przez dziesięciolecia przez dziennikarstwo śledcze przejęli świadomi i zaangażowani użytkownicy facebooka czy tweetera.

## SPOŁECZNI INWESTORZY

Z drugiej strony należy zauważyć, że korporacje globalne w coraz większym stopniu mają świadomość, że to właśnie w nich drzemie największa siła generowania przemian społecznych. W świecie, w którym roczne budżety takich korporacji jak Amazon, Facebook czy Adidas kilkakrotnie przewyższają budżety niektórych państw, a ich zasięg aktywności obejmuje 80-90% krajów, to właśnie korporacje mają największą siłę wywierania wpływu na nasze zachowania i coraz powszechniej wykorzystują swój potencjał z myślą o pełnieniu roli akceleratora pozytywnych zmian społecznych.

Dlatego w wysoko rozwiniętych krajach zaangażowanie biznesu w rozwiązywanie problemów społecznych staje się normą. Giganci przemysłu odzieżowego czy korporacje finansowe realizują swoje cele sprzedażowe z rosnącą wrażliwością społeczną i świadomością wpływu na takie obszary





jak wyrównywanie szans społecznych, ekologia czy zrównoważony rozwój regionów, w których lokują swoje fabryki czy centra biznesowe. Chodzi o nowy sposób myślenia o biznesie, który nosi w sobie nie tylko znamiona empatii i filantropii, ale również podejścia inwestycyjnego. Społeczna odpowiedzialność biznesu zmienia się w bardziej aktywną formę Społecznego Zaangażowania Biznesu (Corporate Social Involvement – CSI), a to z kolei w podejście tworzenia wartości dla dobra wspólnego (Shared Value) – aby w efekcie wygenerować nową kategorię przedsiębiorców: Corporate Social Investors. Tacy społeczni inwestorzy, są świadomi oddziaływania społecznego, jakie generuje prowadzona przez nich działalność i często celowo zmieniają swoje działania biznesowe, aby zwiększać wpływ społeczny.

Ideę inwestycji społecznych i venture philanthropy dobrze definiuje Irena Pichola,

Partner, Lider Zespołu ds. Zrównoważonego Rozwoju w Polsce i Europie Środkowej w Deloitte: - Inwestowanie społeczne polega na takim lokowaniu środków finansowych, aby przynieść nie tylko określony zwrot finansowy, ale także określoną korzyść społeczną. Takie podejście pozwala maksymalizować zyski, ale też rozwiązywać najbardziej palące problemy społeczne i środowiskowe. O ile w krajach Europy Zachodniej jest ono bardzo popularne, w naszym regionie znajduje się w początkowym stadium rozwoju.

Przedsiębiorstwa w roli inwestorów społecznych są jednym z kluczowych graczy w obszarze tzw. venture philanthropy i social investment. Pojęcia te definiują podejście w którym firmy, fundacje korporacyjne, prywatne fundacje, instytucje finansowe (również banki) lub fundusze uwzględniające swój wpływ społeczny (impact investment funds) wdrażają trzy podstawowe zasady inwestycji społecznych – dopasowane instrumenty finansowe (kapitałowe), wsparcie kompetencyjne (dla kadry zarządzającej) oraz mierzenie wpływu społecznego, co pozwala modyfikować standardy funkcjonowania przedsiębiorstw.

## ROZWIĄZANIA SPOŁECZNE MOGĄ DAĆ ZYSK

Podczas gdy w Europie Zachodniej na przestrzeni ostatnich 15 lat venture philanthropy i social investment rozwijały się dynamicznie, w Europie Centralnej i Wschodniej stanowiły zaledwie margines działań finansujących pozytywne zmiany społeczne. Z analiz prowadzonych regularnie przez European Venture Philanthropy Association (EVPA) wynika, że jedynie 7% funduszy przeznaczanych na venture philanthropy w Europie trafia do Europy Środkowej, podczas gdy aż 54% środków przeznaczonych na rozwiązywanie najbardziej palących problemów społecznych finansuje działania w Europie Zachodniej.

Jak podkreśla Ewa Konczal, Dyrektor EVPA w Europie Środkowej i Wschodniej dla wielu instytucji finansowanie rozwiązań problemów społecznych nie oznacza prowadzenia jedynie działalności charytatywnej czy filantropijnej – może być powiązane również ze zwrotem zainwestowanych środków, a nawet zyskiem z inwestycji społecznych: - W świecie globalnej gospodarki wyzwania społeczne i środowiskowe stały się na tyle istotne i są realizowane na tak dużą skalę, że firmy zaczęły dostrzegać w nich wiele możliwości związanych z rozwojem własnego biznesu, przy równoczesnym poszukiwaniu i wdrażaniu rozwiązań problemów społecznych. Wiodące korporacje zaczęły badać i wdrażać strategie mające na celu wywoływanie większego wpływu społecznego w powiązaniu z własną działalnością biznesową – ocenia Ewa Konczal i dodaje: - W rezultacie EVPA zdefiniowała pojęcie tzw. Corporate Social Investor (CSI), którym mogą być same firmy lub rozmaite podmioty przez nie tworzone, które wykraczają poza zapewnianie jedynie środków finansowych na rzecz organizacji społecznych czy firm z misją, odpowiadających na rozmaite wyzwania społeczne, dotyczące grup wykluczonych czy ochrony przyrody.

## BEZ ZAPOTRZEBOWANIA NA ENERGIĘ

O możliwości generowania zmian społecznych poprzez własne inwestycje wie doskonale Belg, Nicolas Baerelle, prezes zarządu belgijskiej spółki Revive, jednego z właścicieli Stoczni Ciesarskiej w Gdańsku. Revive posiada certyfikat B-Corporation, który jest międzynarodowym znakiem rozpoznawczym zrównoważonych spółek, które przyczyniają się do tworzenia społecznej i środowiskowej wartości dodanej. Stąd hasło, prezentujące rolę firmy – budujemy społeczeństwo, nie nieruchomości. Działalność firmy wpisuje się w jeden z trendów odpowiedzialności społecznej – Gospodarki Obiegu Zewnętrz-







nego i Zero Waste. Revive ma za sobą szereg realizacji tego rodzaju w wielu belgijskich miastach. Planowana zabudowa dawnych terenów stoczniowych w Gdańsku ma wpisywać się w trend budowania nisko lub wręcz bez emisyjnych obszarów. Nicolas Baerelle ma jasną wizję, którą chce wdrożyć.

- Chcemy, aby efektem naszych działań była dodana wartość zarówno społeczna jak i ekologiczna. Wartość ekologiczna wynika z zastosowania nowych technologii, również w obszarze ekologii. Dzięki nam rozwijają się dzielnice wolne od emisji dwutlenku węgla. Zaczynamy teraz pięć projektów w Belgii z około 2000 mieszkań, które nie wykorzystują węgla i innych paliw kopalnych. W podobnym stopniu pracujemy nad tym, aby stworzyć ze Stoczni Cesarskiej obszar bezemisyjny – wyjaśnia Nicolas Baerelle.

Baerelle wskazuje na niższe koszty utrzymania.

- Naszym celem jest przygotowanie budynków o niemal zerowym zapotrzebowaniu na energię, co będzie normą dla całej Europy w 2021 roku. W Belgii nie istnieje publiczny system grzewczy, więc systemy, których używamy, są budowane przez nas. Najczęściej wykorzystujemy instalacje geotermalne. Kolejnym działaniem jest całkowita digitalizacja sieci ciepłowniczych, dzięki czemu jesteśmy w stanie zrównoważyć zapotrzebowanie na energię między budynkami biurowymi, które pobierają znaczne ilości energii w ciągu dnia, a apartamentami, które potrzebują większej ilości energii w godzinach wieczornych. Kiedy nie ma nikogo w domu, również magazynujemy energię, aby móc ją wykorzystać kiedy będzie już potrzebna. Możemy również zużywać energię z odpadów spożywczych,

które produkują biogaz. Używamy energii, wody i pętli ciepłych – opowiada szef Revive.

Belgowie mają opracowany system, w którym mogą oczyścić całą zużywaną wodę i przekazać ją do ponownego wykorzystania i to bez względu na formę jej wcześniejszego wykorzystania. Wyciągają z niej ciepło, substancje odżywcze, oczyszczają wodę i wprowadzają ponownie do systemu.

- Takie rozwiązanie generuje bardzo niski koszt i pozwala korzystać z zasobów w sposób zrównoważony. Jest także bardzo przyszłościowe. Wszystkie systemy energetyczne stają się zdecentralizowane. Tworzymy własne systemy, które pozwalają nam odciąć budynki od systemu publicznego. Minimalizujemy wykorzystanie naturalnych źródeł, tworzymy przestrzenie wolne od emisji dwutlenku węgla. Wierzymy w nasze rozwiązania, ponieważ z czasem zasoby naturalne staną się mniej dostępne i chcemy, aby nasze budynki były planowane przyszłościowo, aby wciąż wydajne również za trzydzieści lat – podkreśla Nicolas Baerelle.

### TRÓJMIEJSCY LIDERZY

Na trójmiejskim rynku filantropia biznesu nie ma jeszcze rozwiniętej instytucjonalnie formy, jednak wiodące pomorskie przedsiębiorstwa nie pozostają w tyle i realizują szereg projektów. Najczęściej odbywa się to w formie sponsoringu wybranych organizacji społecznych czy wydarzeń kulturalnych i charytatywnych.



Pracownicy Olivia Business Centre współpracują m.in. z Fundacją Innowacji Społecznych Gdańsk, wspólnie z którą zrealizowali kilka projektów społecznych. Wśród nich było Star Challenge – Pomoc Mierzona Piętami. W ten oryginalny sposób ok. 250 osób wykorzystało 723 schody wiodące na szczyt Olivii Star - najwyższego budynku w Polsce Północnej. Dochód ze sprzedaży pakietów startowych pozwoliła wesprzeć finansowo program stypendialny podopiecznych domów dzieci. Beneficjenci fundacji brali udział również w warsztatach prowadzonych przez twórcę street-artu Marka „Looney” Rybowskiego. Z okazji stulecia polskiej niepodległości wspólnie stworzyli mural i kilkanaście rysunków, przeznaczonych następnie na aukcję charytatywną, a które obecnie są eksponowane w częściach wspólnych budynku Olivia Prime. W okresie Świąt Bożego Narodzenia pracownicy OBC biorą pod opiekę seniorów, z którymi wymieniają listy z życzeniami i organizują dla nich paczki z upominkami i najpilniej potrzebnymi produktami. Organizują także jarmarki świąteczne, spotkania kulturalne Camerata i inicjują projekty sąsiedzkie z mieszkańcami Oliwy.

Raport zaangażowania społecznego Ergo Hestii co roku obejmuje kilkadziesiąt stron wyczerpująco prezentujących działania firmy. Można w nim znaleźć podsumowanie dotychczas zrealizowanych projektów, ale i zobowiązania firmy na kolejne lata. Roczny budżet firmy, przeznaczany na cele społeczne wynosi ponad 6 mln zł. Rokrocznie organizowane są konkursy, fundowane stypendia czy organizowana jest pomoc osobom poszkodowanym w wypadkach.

To właśnie w tym celu firma współpracuje z wieloma placówkami medycznymi, wspierając osoby, które po ciężkich uszczerbkach na zdrowiu starają się o powrót do zdrowia. W tym celu zakupione zostały dwa egzozskielety, pomagające utrzymywać sprawność mięśni pacjentom z przerwaniem rdzeniem kręgowym. Firma wspiera również Centrum Pomocy Osobom Poszkodowanym w wypadkach. W 2017 roku liczba osób, które skorzystały ze wsparcia firmy przekroczyła 140. Hestia wspiera również młodych twórców kulturalnych. W ramach swojego projektu Artystyczna Podróż Hestii finansuje ich międzynarodowe wystawy czy stypendia. Firma zachęca ponadto swoich pracowników do czynnego zaangażowania na rzecz współpracy z fundacjami, stowarzyszeniami czy pojedynczymi inicjatywami. W tym celu powołała w 2013 roku Hestijne Centrum Wolontariatu. W 2017 roku beneficjentami tych projektów było aż 1300 osób.

Ergo Hestia prowadzi również szereg aktywności na rzecz ekologii i środowiska naturalnego. Stworzyła nowy, wypełniony 95 000 krzewów, bylin, traw i kwiatów Park Hestii. Co więcej, na dachu siedziby firmy w Sopocie zbudowano ule, w których żyje ponad 300 tysięcy pszczoł z przyjaznego człowiekowi gatunku Buckfast. Ponadto pracownicy firmy zachęcani są do dojazdów grupowych do pracy. Tzw. carpooling pozwolił na zmniejszenie liczby miejsc parkingowych wokół budynku o 135 miejsc. Firma aktywnie działa również na rzecz ograniczenia śladu węglowego generowanego przez rzeczoznawców i likwidatorów szkód. Cała flota firmowych pojazdów została wymieniona na samochody hybrydowe, co przy 6 milionach kilometrów, przemierzanych co roku likwidatorów szkód znacznie ogranicza szkody środowiskowe generowane przez pojazdy.

Hestia znana jest również ze wsparcia polskiego sportu. Od blisko 20 lat największe zaangażowanie kierowane jest do Sopotkiego Klubu Żeglarskiego.



[www.ika-kolor.com.pl](http://www.ika-kolor.com.pl)



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



**GDAŃSK, al. Grunwaldzka 470**  
(przy hali Olivia)

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

**GDAŃSK, al. Grunwaldzka 211**

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

**RUMIA, ul. Grunwaldzka 6** (przy Lidlu)  
tel.: 58 771 40 95 / kom.: 608 317 699  
[rumia@ika-kolor.com.pl](mailto:rumia@ika-kolor.com.pl)



# PROJEKTOWANIE PRZYJAZNEJ PRZESTRZENI

AUTOR: MATEUSZ SIEDLECKI

**Zadaniem architektury, podobnie jak wszystkich innych dziedzin sztuki, jest pobudzanie, angażowanie i wpływanie na człowieka, czego efektem finalnym jest skłonienie go do głębszej refleksji. Współcześni architekci doskonale zdają sobie z tego sprawę, dlatego też celem przygotowywanych przez nich projektów jest podniesienie wartości przestrzeni, co z kolei pobudza mieszkańców do interakcji. Takie podejście sprawia, że ludzie chętniej gromadzą się w tych miejscach, ponieważ czują się w nich komfortowo i nieświadomie mają poczucie czynnego uczestnictwa w jego życiu.**

Każde miasto jest swoistym organizmem, który powstał w wyniku nałożenia na siebie różnych potrzeb jego mieszkańców. Zarówno mieszkańcy jak i ich potrzeby zmieniają się jednak w czasie, przez co przestrzenie miejskie również ulegają nieustannym przeobrażeniom. Na urbanistach i architektach spoczywa więc odpowiedzialność za nadanie przestrzeni elastycznego kształtu, który będzie nie tylko uwzględniał te potrzeby, ale też oddziaływał na zmysły, skłaniając do interakcji i integracji.

## ISTOTNA JEST ELASTYCZNOŚĆ

Na osiągnięcie takiego efektu składa się przynajmniej kilka czynników – począwszy od proporcji wnętrza urbanistycznych, poprzez program funkcjonalny aż do szczegółowych rozwiązań obejmujących zieleni, małą architekturę oraz urządzenia rekreacyjne.

- Istotna jest nie tylko estetyka danego miejsca, ale również jego elastyczność – powinno być przystosowane do jak największej grupy użytkowników – osób starszych, niepełnosprawnych, dzieci czy nastolatków. Ponadto dobrze zaprojektowana przestrzeń publiczna musi uwzględniać wszystkie zmieniające się warunki atmosferyczne, pory roku i dnia. Jeżeli dodamy do tego poczucie bezpieczeństwa, otrzymamy przepis na dobrą przestrzeń – mówi Jakub Bładowski, prezes zarządu pracowni architektonicznej Roark Studio.

Najtrudniejsza faza procesu projektowego polega więc na zadaniu trzech najważniejszych pytań – dla kogo projektuję? Jakie potrzeby mają te osoby? Jaki cel chcę osiągnąć swoim projektem? Tylko w ten sposób projektowana przestrzeń jest w stanie być skuteczną odpowiedzią na realne potrzeby mieszkańców, a co za tym idzie – jest w stanie zaangażować. Chodzi tu nie tylko aspekt funkcjonalny i estetyczny, ale też o uwzględnienie ludzkich ograniczeń i skłonności – odpowiedniej stymulacji bodźcami, sposobu postrzegania otoczenia, czy cech przestrzeni, dzięki którym czujemy się dobrze.



Jeszcze do niedawna najważniejszymi czynnikami rozwoju były PKB i inne wskaźniki ekonomiczne. Sytuacja zmieniała się jednak po kryzysie finansowym w 2008 roku. Zaczęto posługiwać się różnymi miarami szczęśliwości mieszkańców miast czy całych krajów. Niedługo potem pojawiły się certyfikaty takie jak standard WELL. Trend ten bardzo korzystnie odznaczył się w branży budowlanej, ponieważ zmusił inwestorów i projektantów do szerszego spojrzenia na kwestie projektowe, niejako wymuszając na nich potrzebę analizy potrzeb przyszłych użytkowników danej przestrzeni.

Pierwszy poziom kreowania przestrzeni miasta odbywa się na etapie planowania przestrzennego. Właściwe rozmieszczenie funkcji w studium uwarunkowań i potem w miejscowych planach zagospodarowania jest niezwykle istotne, bo od tego zależy jak miasto będzie funkcjonować. Jakie będą przepływy osób, które tereny będą centrami usług, w których znajdą się mieszkania i gdzie będzie zlokalizowane publiczne centrum, zieleni czy rekreacja. Architekci projektują na wybranych działkach wpisując się w wizję miejskich planistów. Mogą wprowadzać rozwiązania projektowe przyciągające mieszkańców, ale jeśli dobrze zaprojektowane miejsce nie będzie właściwie ulokowane w mieście - będzie martwe.

## KLUCZEM JEST DETAL

Warto zauważyć, że kwestia oddziaływania na zmysły i angażowania mieszkańców do interakcji nie odbywa się jedynie na polu urbanistycznym. Patrząc na budynek z zewnątrz nie jesteśmy bowiem w stanie dostrzec wszystkiego. Można powiedzieć, że widzimy tylko jego skorupę, skórę czy obudowę. Istnieją liczne sposoby umożliwiające zwiększanie atrakcyjności i zmysłowości obiektu oraz intrygowania odbiorcy, zapraszania go do środka. To właśnie we wnętrzu, miejscu namacalnym, z którym człowiek bezpośrednio obcuje, znajduje się pole możliwości pełnego oddziaływania na ludzkie zmysły.

- To detal jest kluczem w tworzeniu wielozmysłowych doświadczeń pożądaných w projektowaniu. Ten, zmieniał się na przestrzeni lat lecz od zawsze pozostał nie tylko uzupełnieniem całego projektu ale i swojego rodzaju podpisem architekta pod wykreowaną przestrzenią oraz ukłonem w stronę odbiorcy. Jest też bardzo ważnym elementem ze względu na swoją skalę korespondującą z człowiekiem. Skupia jego wzrok, przykuwa uwagę a niekiedy urozmaica tło obserwacji pozostając jedynie uzupełniającym dodatkiem – mówi Tomasz Urbano-



wicz z sopockiej pracowni architektonicznej Ideograf.

Formalnie rzecz ujmując, ludzka obserwacja wielozmysłowa opiera się głównie na wzroku. Ten, przede wszystkim choć nie tylko, jest uznawany za przedłużenie zmysłu dotyku, z racji tego że biologicznie nasze receptory zmysłowe, jako organy, zbudowane są z wyspecjalizowanej tkanki skórnej. Można więc powiedzieć, że wszystkie nasze wrażenia sensoryczne są w pewien sposób różnymi sposobami dotykania otoczenia, w którym się znajdujemy.

- Wszystko to w powiązaniu z dzisiejszym rozwojem technologii dostarcza nam, architektom nieskończonej liczby rozwiązań projektowych, materiałowych czy konstrukcyjnych, którymi możemy i próbujemy oddziaływać na odbiorcę. Ważnym aspektem jest psychologicznie uzasadnione stosowanie tych zabiegów. Kwestie tączenia

właściwości dotykowych, kolorystycznych, temperaturowych czy akustycznych są kluczowe w doborze materiałów generujących odmienne odczucia. Każdy z materiałów posiada swoją unikalną temperaturę, fakturę, zapach, barwę czy właściwości akustyczne. Różne surowce mają odmienne znaczenie symboliczne, ugruntowanie kulturowe, lokalne czy historyczne. Odpowiednie kombinacje mogą doprowadzić nie tylko do stworzenia ciekawego projektu ale i przeniesienia odbiorcy na zupełnie inny poziom percepcji przestrzeni rozumianej w całości ale i detalu – dodaje Tomasz Urbanowicz.

Wyzwanie, przed którym stoją architekci pracujący nad wygenerowaniem miejsca bogatego w bodźce wpływające na człowieka (często przy jego nieświadomości), jest trudne lecz ujmująco ciekawe. Polega bowiem na umiejętnym sposobie dobrania konkretnych właściwości, stosowaniu form i materiałów w ściślejszej korelacji z funkcją i standardem obiektu.

Detal architektoniczny nie tylko pełni bardzo ważną rolę w odbiorze samej architektury, ale również umożliwia rozpoznanie zamysłu projektanta. Dzięki temu przestrzeń odbiorcy staje się atrakcyjniejsza, zwiększa jego doznania i pomaga w procesie identyfikacji z miejscem, w którym przebywa. To niezwykle istotny aspekt projektowania, który powinien determinować określenie realizacji jako udanej, szczególnie w przestrzeni miejskiej. Dlatego właśnie tak bardzo istotna jest świadomość architekta przy wypracowywaniu obiektu z zachowaniem detalu w odpowiedniej formie i wykorzystaniu jego odpowiednich właściwości i walorów. To ważne aby nie pozostały jedynie mniej lub bardziej udaną dekoracją a stanowiły zaproszenie do zrozumienia ogółu. Detal powinien świadczyć o przynależności do całości oraz kreować wrażenie bliskości i jedności z odbiorcą.





**ZBIGNIEW CANOWIECKI**

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



## OD GOSPODARKI DO SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO

Pracodawcy poszukują ludzi przebojowych, kreatywnych, myślących innowacyjnie, przygotowanych do liderowania i działania w grupie. Niestety większość szkół i uczelni koncentruje się na utrwalaniu wiedzy ogólnej i zawodowej nie mając czasu ani możliwości do zwrócenia większej uwagi na umiejętności miękkie swoich uczniów i studentów – pisze Zbigniew Canowiecki, prezydent Pracodawców Pomorza.

Pod koniec 2019 roku obchodzić będziemy 30 lecie gospodarki rynkowej w Polsce zapoczątkowanej realizacją planu Balcerowicza. Na początku lat dziewięćdziesiątych ubiegłego wieku w środowisku gospodarczym powtarzaliśmy za Gałczyńskim: „Jak wieje wiatr historii, ludziom jak pięknym ptakom rosną skrzydła, natomiast trzęsą się portki pętałom”. Dlatego też wielu z nas rozpoczęło reformowanie firm w których pracowali. Inni podjęli działalność na własny rachunek. Jeszcze inni wracali z wieloletniego pobytu za granicą by założyć własną firmę w Polsce. Wszyscy mieliśmy marzenia i rozpoczęliśmy ich realizację. Na przełomie wieków w wyniku reformy administracyjnej przeprowadzonej przez rząd Jerzego Buzka zyskaliśmy wielkiego sprzymierzeńca i partnera – samorząd terytorialny. W tamtym czasie narzekaliśmy na niedostateczny rozwój infrastruktury zniechęcający wielu potencjalnych inwestorów zagranicznych i utrudniający rozwój gospodarczy kraju. Wstąpienie Polski do Unii Europejskiej umożliwiło samorządom wszystkich szczebli pozyskiwanie dodatkowych środków finansowych i niezwykle umiejętne ich wykorzystywanie. Realizowaliśmy marzenia wielu pokoleń Polaków, inwestycje na które czekałymiśmy dziesiątki lat. Ta atmosfera zachęcała prywatne firmy do inwestycji własnych. Powstało wówczas dziesiątki tysięcy nowych firm. Nawet światowy kryzys finansowy po 2008 roku nie zakłócił rozwoju naszego kraju i regionu. Polski rząd realizując w tamtym czasie politykę oszczędności i dyscypliny finansowej spowodował, że mówiono o Polsce jako Zielonej Wyspie co nie zawsze i nie przez wszystkich było dobrze komentowane.

Rozpędziliśmy gospodarkę i nadal pędzimy. Obecnie gospodarka polska poszukuje rąk do pracy pomimo, że liczba zatrudnionych w niej pracowników wzrosła w okresie ostatnich 15 lat o blisko 3,5 miliona osób. Systematycznie maleje bezrobocie, a rośnie liczba przyjmowanych do pracy w naszych przedsiębiorstwach imigrantów w tym głównie z Ukrainy. Urzędy Pracy obsługują cudzoziemców, przywracając na rynek pracy osoby biernie zawodowo, których w Polsce jest ponad 5 milionów w tym głównie kobiety oraz prowadzą szereg programów związanych z zatrudnianiem seniorów wymagających często przebranżowienia lub doszkolenia.

Obecnie firmy poszukują nie tylko pracowników z wykształceniem zawodowym, ale również lekarzy, informatyków, inżynierów i księgowych. Wielu absolwentów szkół średnich jak i wyższych jest rozczarowanych pierwszym kontaktem z rynkiem pracy ponieważ oferowane wynagrodzenia często znacząco w dół odbiegają od oczekiwanych. Niestety poziom płac jest także główną przeszkodą w powrocie wielu Polaków, którzy opuścili nasz kraj w okresie ostatnich 30 lat. Pracodawcy, którzy wykazują obecnie większą skłonność do podnoszenia płac muszą jednak brać pod uwagę konkurencyjność swojej produkcji lub usług oraz uwarunkowania ekonomiczne – finansowe. Ponadto pracodawcy zatrudniając osoby bezpośrednie po szkole biorą pod uwagę konieczność poniesienia nakładów na przygotowanie ich do pracy w danej firmie i na danym stanowisku.

Pracodawcy poszukują ludzi przebojowych, kreatywnych, myślących innowacyjnie, przygotowanych do liderowania i działania w grupie. Niestety większość szkół i uczelni koncentruje się na utrwalaniu wiedzy ogólnej i zawodowej nie mając czasu ani możliwości do zwrócenia większej uwagi na umiejętności miękkie swoich uczniów i studentów. Dlatego też środowisko przedsiębiorców zachęca do korzystania z bogatej oferty samorządu terytorialnego, który umożliwia podejmowanie przez uczniów i studentów oraz absolwentów szkół i uczelni działalności w inkubatorach przedsiębiorczości, parkach naukowo – technologicznych, start-upach. Działalność ta uczy samodzielności, wytrwałości, konsekwencji w działaniu i wielu, wielu innych cech niezbędnych do osiągnięcia sukcesów zawodowych.

Kształtowanie wielu cech człowieka odbywa się również poprzez aktywny udział w działaniach społecznych i obywatelskich od najmłodszych lat. Im bardziej młodzież angażuje się tym bardziej uodparnia się na porażki i uczy się odpowiedzialnej pracy w zespole i na rzecz drugiego człowieka. Jest to nie tylko przepustką do dorosłego życia zwiększającą szanse na sukces, ale przede wszystkim gwarancją na aktywność obywatelską w dalszym, dorosłym życiu.

Jesteśmy dumni z naszych osiągnięć gospodarczych w minionych latach, ale czy zdaliśmy egzamin z budowy równie silnego społeczeństwa obywatelskiego ?



# KULINARNE SERCE TRÓJMIASTA

9 RESTAURACJI I SALTY BAR  
W JEDNYM MIEJSCU

**Słony Spichlerz | Chmielna 10-11 | Gdańsk**

[www.slonympichlerz.pl](http://www.slonympichlerz.pl)



@slonympichlerz



@slonympichlerz





Grażyna Falkowska – wolontariuszka Fundacji Hospicyjnej



Anna Janowicz, Prezes Zarządu Fundacji Hospicyjnej



od prawej: Maciej Orłoś – prowadzący bal, dziennikarz, Alicja Stolarczyk – członkini Rady Fundacji Hospicyjnej, Iwona Davran i Serdar Davran – konsul generalny Turcji, Tunç Ügütlü – ambasador Turcji, Jerzy Kobylński – członek Rady Fundacji Hospicyjnej, prezes zarządu GJ Investment dr Anna Janowicz – prezeska Fundacji Hospicyjnej, Dorota Sobieniecka – Kańska – dyrektor Gdańskiego Klubu Biznesu



Od lewej: Helena Prolejko – członkini Lions Club Gdańsk Amber z mężem



Marzena i Stanisław Gliwińscy – Prezes Zarządu Geo International Polska



Alan Aleksandrowicz – Zastępca Prezydenta ds. inwestycji z małżonką



Aleksandra Krotoszyńska - Koordynator ds. marketingu i public relations w Inter Marine sp. z o.o., Piotr Krotoszyński – PK Inwest

## BAL Z SERCEM W TURECKIM KLIMACIE

Ponad 205 000 zł udało się zebrać podczas "Bal z sercem". Wydarzenie odbyło się w AmberExpo, a zorganizowała go Fundacja Hospicyjna. Całkowity dochód z balu i aukcji zostanie przeznaczony na finansowanie opieki nad pacjentami Hospicjum dla Dzieci i Dorosłych im. ks. Dutkiewicza SAC w Gdańsku, a także wsparcie budowy Centrum Opieki Wytchnieniowej.

mr



Anna i Maciej Kosycarzowie



Prof. dr hab. med. Krzysztof Narkiewicz z małżonką



Daria Majewska – Fundacja Hospicyjna, Sławomir Łoboda – przewodniczący Rady Fundacji Hospicyjnej, członek zarządu LPP SA



Od lewej: Zbigniew Canowiecki – prezydent Pracodawców Pomorza, Ryszard Banach



Grażyna i Alain Mompertowie



Karolina Mitraszewska i Przemysław Mitraszewski



Paweł Orłowski – wiceprezes Międzynarodowych Targów Gdańskich



Od prawej: Anna Janowicz – prezes Fundacji Hospicyjnej, Grażyna Mompert



Od lewej: Serdar Davran, Iwona Davran, Katarzyna i Orhan Uykankiwe





Katarzyna Zblewska British Automotive Gdańsk z gośćmi



Rafał Pacześ, stand up'er



Magdalena Larczyńska British Automotive Gdańsk



od lewej Marek Dyktyński British Automotive Gdańsk,



Kamila Śpiewak British Automotive Gdańsk

Kamil Szczepański British Automotive Gdańsk  
Damian Dobkowski DTW Logistics sp. z o.o.

Jacek Myszewski z żoną MW Mobile

## DNI OTWARTE W BRITISH AUTOMOTIVE GDAŃSK

W salonie samochodowym British Automotive Gdańsk odbyły się Dni Otwarte Samochodów Używanych Approved. Wydarzenie zainaugurował kameralny wieczór dla klientów zorganizowany w salonie przy Abrahama 5. Atrakcją wieczoru był występ komika Rafała Pacześ. Stand up'er zadbał o dobry humor ponad 40 zgromadzonych gości



Maciej Zawada British Automotive Polska, Monika Żołnowska British Automotive Gdańsk, Mariusz Bartosiewicz British Automotive Polska



Damian Dobkowski, Marcin Włodarczyk studio S7



Roman Bukowski z żoną zakład kamieniarski Roman Bukowski



Dawid Smorąg NTC



Edyta i Aleksander Szalczyńscy, Agnieszka i Paweł Przyborek



Błażej Karwowski, Adam Maksim

Magdalena Larczyńska British Automotive Gdańsk  
i Mariusz Bartosiewicz British Automotive Polska

Mariusz Bartosiewicz British Automotive Polska



Katarzyna Zblewska British Automotive Gdańsk z gośćmi





Zarząd Polmed S.A. od lewej: Radosław Szubert Prezes Zarządu, Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu



od lewej, Polmed S.A. Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie, Anita Śniechowska Kierownik Działu Zakupów i Inwestycji, Alicja Czechowska Dyrektor ds. Księgowości, Grażyna Jendyk Kierownik Biura Zarządu, Ewa Stachura Kierownik CM Polmed w Gdyni, Beata Magdoń Kierownik Regionu



lek. med. pracy Maria Chomicz, Judyta Gadzinowska specjalista ds. kluczowych Klientów Invicta

Fot. Karol Kacperski



przecinający wstęgę: Radosław Szubert Prezes Zarządu Polmed S.A.



Grażyna Jendyk Kierownik Biura Zarządu Polmed S.A., Mateusz Zakrzewski Kierownik ds. Jakości Operacyjnej, Mirela Kruger z-ca Dyrektora Handlowego Polmed S.A., Anita Śniechowska Kierownik Działu Zakupów i Inwestycji, Izabela Kochanowska Kierownik CM Polmed w Starogardzie Gd.



Monika Gorszyńska Trefl, Urszula Baranowska Dział Marketingu Polmed S.A.



Mariusz Szulc Dyrektor Handlowy Polmed S.A., Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu Polmed S.A., Radosław Szubert Prezes Zarządu Polmed S.A., Beata Magdoń Kierownik Regionu, Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie

## NOWOCZESNE CENTRUM MEDYCZNE POLMED W GCH MANHATTAN



przecinający wstęgę: Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu Polmed S.A.



Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu Polmed S.A., Maria Piór specjalista ds. sieci placówek medycznych TU Zdrowie, Sławomir Olszewski Członek Zarządu TU Zdrowie, Radosław Szubert Prezes Zarządu Polmed S.A.

Blisko 900 m<sup>2</sup> nowoczesnej komfortowej przestrzeni, specjalistyczne gabinety lekarskie i pracownie diagnostyczne oferujące kompleksowe usługi medyczne dla dzieci i dorosłych. 29 maja POLMED świętował otwarcie Centrum Medycznego w GCH Manhattan w Gdańsku Wrzeszczu. Rozbudowana i wyremontowana placówka zapewnia opiekę medyczną zarówno dla pacjentów indywidualnych, jak również dla firm i instytucji.

as



dr n. med. Maja Sławińska-Morawska endokrynolog, lek. Maria Sapko-Gronkiewicz okulista, lek. Anna Wrzosek otolaryngolog, foniatra, lek. Elwira Bukowska reumatolog, lek. med. pracy



Beata Magdoń Kierownik Regionu Polmed S.A., Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu Polmed S.A., Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie



Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie, Marta Rombalska Kierownik Działu Reklamacji i Kontroli Jakości Polmed S.A.



Grażyna Jendyk Kierownik Biura Zarządu Polmed S.A., Marek Wysocki Dyrektor Operacyjny Polmed S.A., Beata Magdoń Kierownik Regionu Polmed S.A.



Polmed S.A. lek. Małgorzata Gollnau specjalista med. rodzinnej, Beata Magdoń Kierownik Regionu, lek. Jacek Szczepański ginekolog, lek. Elżbieta Rabcewicz-Mila internista



Mirela Kruger z-ca Dyrektora Handlowego Polmed S.A., Mariusz Szulc Dyrektor Handlowy Polmed S.A.



Polmed S.A. lek. Beata Olszak-Sokołowska ginekolog, lek. Wojciech Obrebski radiolog, Beata Magdoń Kierownik Regionu





zaproszeni goście



lek. Natalia Trzeciak Polmed S.A., Paweł Trzeciak architekt 3projekt



Marta Rombalska Kierownik Działu Reklamacji i Kontroli Jakości Polmed S.A.



lek. Marina Morskaya specjalista med. rodzinnej, Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie, Beata Magdoń Kierownik Regionu Polmed S.A., Monika Nowak-Kucharska Kierownik CM Polmed Gdańsk Zaspą



CM Polmed w Manhattanie: Małgorzata Czapska specjalista ds. rozliczeń, Magdalena Śliwowska specjalista ds. rozliczeń, Agnieszka Wymysłowska koordynator recepcji



Maciej Łukowicz Dyrektor Regionu Laboratoria Diagnostyka, Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie, Beata Magdoń Kierownik Regionu Polmed S.A., Dorota Osińska-Turek przedstawiciel medyczny Laboratoria Diagnostyka



pracownicy Polmed S.A. i zaproszeni goście



Romuald Magdoń Wiceprezes Zarządu Polmed S.A., Beata Magdoń Kierownik Regionu Polmed S.A., Ewelina Formela Kierownik CM Polmed w Manhattanie, Radosław Szubert Prezes Zarządu Polmed S.A.,



pracownicy CM Polmed w Manhattanie

## Lekarze specjaliści

- ✓ Alergolog
- ✓ Chirurg ogólny
- ✓ Dermatolog
- ✓ Diabetolog
- ✓ Endokrynolog
- ✓ Endokrynolog dziecięcy
- ✓ Foniatra
- ✓ Gastroenterolog
- ✓ Genetyk
- ✓ Ginekolog
- ✓ Hepatolog
- ✓ Hipertensjolog
- ✓ Internista
- ✓ Kardiolog
- ✓ Laryngolog
- ✓ Logopeda
- ✓ Neurolog
- ✓ Okulista
- ✓ Ortopeda
- ✓ Pediatria
- ✓ Psychiatra
- ✓ Pulmonolog
- ✓ Reumatolog
- ✓ Urolog

## Diagnostyka i zabiegi ambulatoryjne

- ✓ badania laboratoryjne
- ✓ badania genetyczne
- ✓ badania USG
- ✓ ECHO serca
- ✓ KTG, RTG, EKG
- ✓ Holter EKG i RR
- ✓ Spirometria
- ✓ Audiometria
- ✓ Biopsja cienkoigłowa
- ✓ Zabiegi dermatologiczne i chirurgiczne
- ✓ zabiegi urologiczne
- ✓ szczepienia

## Medycyna pracy w jeden dzień

# POLMED®

### Centra Medyczne Polmed w Gdańsku:

Gdańsk, al. Grunwaldzka 82, 58 778 96 00  
recep.cja.manhattan@polmed.pl

Gdańsk, ul. Startowa 1, 58 769 37 60  
zasp@polmed.pl

Gdańsk, ul. Pilotów 23E/28, 58 710 15 88  
rehabilitacja.gdansk@polmed.pl





# ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

## KAWIARNIE

**Uman**, Gdańsk, ul. Hemara 1; **Uman Marina**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Kafe Delfin**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 17; **Segafredo**, Gdańsk, Targ Rybny 11; **Corten Cafe**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Mamola**, **Chleb i Kawa**, Gdańsk, ul. Słomskiego 5 (osiedle Garnizon); **Mont Blanc**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Pipajina czekolady A. Wedel**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Gelatio Magia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Costa Coffee**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Kreстьяna Cafe**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Sztuka Wychoru**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Paulo Gelateria**, Gdańsk, ul. Podwale Staromiejskie 96/97; **Raldo**, Gdańsk, Plac Dominikański 4; **Rosse Russo**, Gdańsk, ul. Świętojańska 45 (Bałtyk Plaza); **Costa**, Gdańsk, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdańsk, Centrum Riviera; **Mont Blanc**, Gdańsk, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdańsk, Centrum Gemini; **Grey Coffee&More**, Gdańsk, Centrum Gemini; **Cornier Cafe**, Gdynia, ul. Świętojańska 78A; **Costa Coffee**, Gdynia, CH Klif; **Cyganeria**, Gdynia, ul. 3 Maja 27; **Marloia Cafe**, Gdynia, ul. Prusa 24; **Delicie**, Gdynia, Centrum Riviera; **Cuciú Babka**, Gdynia, Al. Piłsudskiego 30; **Lavenda Cafe**, Gdynia, ul. Starowiejska 11; **Alt Cafe**, Gdynia, ul. Legionów 112F/1 (Altus); **Cafe Resto**, Sopot, Hotelzydent; **Mount Blanc**, Sopot, Centrum Hafniera; **Cafe Ferber**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48; **Piekala czekolady E. Wedel**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Kukiernia T. Deke**, Sopot, Hotelzydent; **Kawa**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 61; **Soft Coffee**, Sopot, Krzywy Domek; **Capuccino Cafe**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Pociąg do kawy**, Nowe Centrum Sopot; **La Crema**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 14; **La Bagetla**, Nowe Centrum Sopot

## RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

**Browar Vrest**, Gdańsk, ul. Słowackiego 23; **True**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Ryż**, Gdańsk, ul. Słomskiego 24; **Jak się masz**, Gdańsk, ul. Rybińskiego 24; **Mami Sushi**, Gdańsk, Hemara 5; **Wozownia**, Gdańsk, ul. Gadowa 6; **Płwinka Rajców**, Gdańsk, ul. Długi Targ 44; **Zafshawon**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Officyna**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 415 (Argon); **Thai Thai**, Gdańsk, ul. Pogorzany 10; **Grass**, Gdańsk, ul. Szeroka 121/122; **Motława**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 21/1; **Po Brzegi**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/4; **Breno**, Gdańsk, ul. Krasiekiego 98/1; **Tekstylia**, Gdańsk, ul. Szeroka 11; **Aiolis inspired by Gdańsk**, Gdańsk, ul. Partyzantów 6; **Majolica**, Gdańsk, ul. Uphagens 23; **Machina**, Gdańsk, ul. Chlebnička 13/16; **Amber Side**, Sopot, 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; **Wojciech i Motyl**; **Restauracja Sempre**, Gdańsk, Rybny 11; **Wojciech i Motyl**; **Restauracja Kubi**, Gdańsk, ul. Wartka 5; **Sushi 77**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 30 (obok Żurawia); **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Tandeta/Spoznał; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Esperola**, Gdańsk, ul. Tandeta (róg Szerokiej); **Restauracja Gdańska**, Gdańsk, ul. Św. Ducha 16; **Restauracja Filarmonia**, Gdańsk, ul. Oliwianka 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, Oliva Business Centre; **Otwarta**, Gdańsk, ul. Słomskiego 6 (Garnizon); **Lula**, Gdańsk, ul. Norwida 4 (Garnizon); **Ping Pong**, Gdańsk, ul. Słowackiego 21 (Garnizon); **Elksir**, Gdańsk, ul. Hemara 1 (Garnizon); **Loberst**, Gdańsk, Oliva Business Centre; **VNS**, Gdańsk, CH. Manhattan; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 84; **Tawerna**, Gdańsk, ul. Powroźnica 19/20; **Mon Balzac**, Gdańsk, ul. Piwna 36/39; **Browarna**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Gdański Bowkie**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 11; **Fusion Sushi**, Gdańsk, ul. Stary Rynek Olwiski 9; **Mono Kitchen**, Gdańsk, ul. Piwna 28/30; **Piwna 47**, Gdańsk, ul. Piwna 47; **Latający Holender**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Big Apple**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 578; **Stacja de Luxe**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 22; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Serwus**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241; **Expendidos**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 243; **Milo Mi**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245; **Punkt**, Gdynia, ul. Władysława IV 59; **Moja Miasto**, Gdynia, Skwer Kościuszki 15; **Głuchy Telefon**, Gdynia, ul. Świętojańska 52; **Fedde Bistrot**, Gdynia, CH Klif; **Tokyo Sushi**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Trafik Jedzenie i Przyjacie**, Gdynia, Skwer Kościuszki 10; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście; **Hashi Sushi**, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **CoCo**, Gdynia, Centrum Gemini; **Chiwla Moment**, Gdynia, InfoBox; **Barracuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Tapas Barcelona**, Gdynia, ul. Świętojańska 23/28; **Pasta Miasta**, Gdynia, ul. Świętojańska 46; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Sceeria**, Gdynia, ul. Mickiewicza 13; **Malika**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 69; **Casa Cubeddu**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **Thusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Sztuczka**, Gdynia, ul. Abrahamą 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Maki i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Trio Restauracja**, Gdynia, ul. Starowiejska 39; **Sanctus AleBrovar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **29-35**

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; **Pietewas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Abrahamą 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Tawerna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Vertigo**, Gdynia, Plac Grunwaldzki 2; **Sempre Pizza e Vino**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **La Vita**, Gdynia, ul. Władysława IV; **Bosco**, Sopot, Centrum Hafniera; **Grono di Rucola**, Sopot, ul. Wybickiego 48; **Nowy Świat**, Sopot, Centrum Hafniera; **Pelikan**, Sopot, Centrum Hafniera; **Thai Thai**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 17; **Błękity 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; **White Marin**, Sopot, ul. Wojska Polskiego 1; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Cruzo**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Unique Club**, Sopot, Plac Zdrowjowy 1; **Avocado**, Sopot, Plac Zdrowjowy 1; **Cyrano-Roxane**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 11; **Pick&Roll Club**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5; **La Mareia**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Pak Choi**, Sopot, ul. Morska 4; **Pieprz**, Sopot, ul. Hafniera 7; **Smak Morza**, Sopot, Al. Franciszka Mazowieckiego 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Sush77**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 53 (Krzywy Domek); **Bulaj Sopot**, Sopot, Al. Franciszka Mazowieckiego 22; **737 Centre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Aquella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Hotel Villa Aquel); **Pomarańczowa Plaża**, Sopot, ul. Emilii Plater 19; **Fidel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Hashi Sushi**, Dworzec; **Tartoria**, Dworzec; **Sopot, Fit&Green**, Dworzec; **Sopot, Whiskey on The Rock**, Dworzec; **Sopot, Bagazownia Zymera**, Dworzec; **Sopot, SeaFood Restaurant**, Dworzec; **Sopot, Secretariat**, Hipodrom; **Sopot, Projekt 36**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Polskie Smaki**, Sopot, ul. Włocławskiego 3; **Wave**, Sopot, ul. 1911 Restaurant; Sopot, ul. Grunwaldzka 4/6

## SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

**Quiris**, Gdańsk, ul. Heweliusza 15; **Atelier Brzozowski**, Podwale Staromiejskie 109/112B; **Barberian**, Gdańsk, ul. Wyspiańskiego 28; **Quiris**, Gdańsk, ul. Galczyńskiego 12; **Salon Fryzjerski Męskich**, ul. Łokawka 27; **Fryzzeria**, Gdańsk, ul. Szeroka 24/26; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, CH Familia; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elzbietalska 9/10 (około kościoła św. Józefa); **Jacques Andre**, Gdańsk, Galeria Bałtycka (poboczna -1); **Salon Fryzjerski - Kosmetyczny Excellent**, Gdańsk, ul. Rajską 1/5A; **Salon Fryzjerska Artystycznego Degowski**, Gdańsk, ul. Heweliusza 3; **Roccicalli**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Roccicalli**, Oliva 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. Rajską 1/5 FG; **Camille Albane**, Gdańsk, CH Madison; **Permanent Makeup Place** - Gdynia, ul. Świętojańska 43/15; **Makeup Your Mind** - Gdynia, ul. Bema 51/1 PSSW Mat-Studio; Gdynia, ul. Orłowska 86; **Obsessive Studio**, Gdynia, ul. Batorego 4; **Studio No 7**, Gdynia, ul. Bema 10; **Guerlain**, Gdynia, ul. Abrahamą 24; **La Perla**, Gdynia, ul. Hacerska 5; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, CH Klif; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, Plac Główny 4/4; **Instytut Piękna Dolce Vita**, Gdynia, Skwer Kościuszki 18; **Beauty Marine**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 7; **Studio Effect**, Gdynia, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Branki Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/114 (Nowe Orłowo); **Elitix Kosmetyka**, Gdynia, ul. Świętojańska 41/7; **Atelier Brozowski**, Gdynia, Legionów 119C; **Salon Fryzjerski Studio F**, Gdynia, ul. Świętojańska 43/19; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Jacques Andre**, Gdynia, Centrum Riviera; **Centrum Piękna Gdala**, Sopot, ul. Jagiello 4; **Styl Sopot**, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Instytut Dr Irena Eris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Salon urody Drausall**, 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 Zdrowjowy**; **Instytut Kosmetykologii Nina Godlewska**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 2-4

## SPA&WELLNESS

**Five Senses**, Gdańsk, ul. Norwida 4; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Beauty Derm Instytut-Medical Day Spa**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30 Hotel Posejdon; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniewskiego 51; **Vitalabs**, Gdańsk, Al. Jana Pawła II 3B lok. U1; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Olwiski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Spameed**, Gdańsk, ul. Wąły Piastowskie 1; **Moments Day Spa**, Gdańsk, ul. Myśliwska 33; **Bali SPA**, Gdańsk, ul. Szeroka 42/43; **Nadobne**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 45/7; **Mana Day Spa**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 24; **SPA w Hotelu Kuracjym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul.

Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmondz 2; **Vanity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii WP 26/1U; **Day Spa Vita**, Gdynia, ul. Abrahamą 11/10; **OXO Day 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

## MEDYCYNIA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PŁASTYCZNA

**Skinlab**, Gdańsk, ul. Hemara 2; **Dr Kondej**, Gdańsk, ul. Polanski 136/6; **DermicLab**, **Med&Beauty Clinic**, Gdańsk, ul. Obywatelska 2A; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniewskiego 51; **Perfect Medical**, Gdańsk, ul. Kołobrzeskiej 3; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Dr Pernak**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 549; **Dwór Kuźniczki**, Gdańsk, ul. Wajdeloty 13; **Amiapio.pl**, Gdańsk, ul. Obr. Wyrzeza 7; **Klinika Dobosz**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok. 102; **Instytut Kosmetykologii Babiana**, Gdańsk, ul. Hynka 6/9; **Klinika Zdrowia i Piękna H&Med**, Gdańsk, ul. Jaskowa Dolina 8; **Gdańska Klinika Urody**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/2; **Klinika Górszewska**, Gdynia, Al. Legionów 112/2; **Lassai Medical Clinic**, Gdynia, ul. Hryniewickiego; **Veoli Clinic**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Hena Beauty**, Gdynia, ul. I Armii WP 8/5; **Beauty Medical**, Gdynia, ul. Wincentego Pola 27; **Proderm**, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2; **Laser Line**, Gdynia, ul. Mściwoja 10; **Beauty Laser**, Gdynia, ul. Abrahamą 45; **Beauty Derm**, Gdynia, ul. Świętojańska 139; **Centrum Medyczne Dr Kubiś**, Gdynia, ul. Skwer Kościuszki 15/6; **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 241/17 Nowe Orłowo; **Care Medica** by Karolina Sozanska, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/6 Nowe Orłowo; **Klinika Orłowo**, Al. Zwycięstwa 241/11 Nowe Orłowo; **Klinika Urody Mediderm**, Gdynia, ul. Abrahamą 36-44; **Instytut Urody Agata Partyka**, Gdynia, ul. Strzelców 14; **New Skin**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 38; **Centrum Zdrowia i Urody Orchid**, Sopot, ul. Hafniera 10/2; **Ester Med**, Sopot, ul. Chopina 34/2; **Sopocka Fabryka Urody**, Sopot, ul. Smolna 10; **Derm-Al**, Sopot, ul. Armii Krajowej 116/5; **Medissima**, Sopot, ul. Armii Krajowej 72

## HOTELE

**Number One**, Gdańsk, ul. Jagłana 4; **Hotel Impresja**, Gdańsk, ul. Tuwima 12; **Hilton Gdańsk**, Gdańsk, Targ Rybny 1; **Radisson Blu**, Gdańsk, ul. Długi Targ 1; **Dwór Olwiski**, 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. Oliwianka 1; **Amber Tower**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Holland House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Fahrenheit**, Gdańsk, ul. Grodzka 19; **Grand Cru**, Gdańsk, ul. Ryerska 11-12; **Puro Hotel**, Gdańsk, ul. Stągiewna 26; **Hotel Sadova**, Gdańsk, ul. Łokawka 60; **Hotel Almond**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Dwór Prawdzica**, Gdańsk, ul. Piastowska 198; **Hotel Focus**, Gdańsk, ul. Nad Stawek 5; **Kuracjym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Różany Gap**, Gdynia, ul. Korzeniowskiego 19 D; **Hotel Nadmorski**, Gdynia, ul. Ejsmondz 2; **Courtyard by Marriott**, Gdynia, ul. Waszyngtona 19; **Hotel Villa Baltica**, Sopot, ul. Emilii Plater 1; **Hotel Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **Softel Grand Sopot**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 12-14; **Villa Antonina**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Mera Spa**, Sopot, ul. Błtyny pod Płocami 59; **Mala Agalia**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Dworek Admiral**, ul. Powstańców Warszawy 80; **Hotel Sopot**, Sopot, ul. Hafniera 88; **Villa Sentoza**, Sopot, ul. Grunwaldzka 49; **Hotel Hafner**, Sopot, ul. Hafniera 59; **Villa Aqua**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Mlyn Klekotki**, Gdówkwo

## KLUBY FITNESS

**Fitness Authority**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 229; **Zdrofit**, Gdańsk, CH Manhattan; **My Gym**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Zdrofit**, Gdańsk, Gdynia, ul. 411; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, Hotel Marina; **Calyso**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 256 (Kliff); **Centrum Joga i Pilates**, Gdynia, ul. Starowiejska 54/3; **Zdrofit**, Gdynia, Centrum Riviera; **Calyso Fitness**, Sopot, Al. Niepodległości 697-70 (Sopocki Skwer); **Sheraton Fitness**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **CrossFit Trójmiasto**, Sopot, 3 Maja 69C; **Elite Gym**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 55-57; **Zdrofit**, Sopot, ul. Dworcowa 7

## SALONY SAMOCHODOWE

**BMW Zdunek**, Gdańsk, ul. Miłki Szlak 43/45; **Bawaria Motors**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 195; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault**, Gdańsk, ul. Miłki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, Gdańsk, ul. Miłki Szlak 43/45; **Opel Serwis Haller**, Gdańsk, ul. Odessa 20; **Subaru Zdunek**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256 A; **British Automotive**, Gdynia, ul. Abrahamą 5; **Volvo Dryda**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Góroworski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **City Motors**, Gdańsk, Jagiellońska 12A; **BMW Dacia**,

Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/3; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Dryda**, Gdynia, ul. Parkowa 2; **Mercedes BMG Góroworski**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Auto House**, Gdynia, ul. Strzyńska 24; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Dłwiana 13; **Audi Centrum**, Gdynia, ul. Łużycka 3A; **Peugeot**, **JU Kulej**, Gdynia, ul. Chwaszczyska 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**, Ręda, ul. Wejherowska 56

## KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

**Nord Clinic**, Gdańsk, ul. Norwida 30/2; **Stomatolog Katarzyna Lisiecki Patyna**, Gdańsk, ul. Matejki 22/2; **Polmed**, Gdańsk, CH Manhattan; **Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Invicta**, Gdańsk, ul. Rajską 10 (Madison); **Vivadental**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 48; **Impladent**, Gdańsk, ul. Kartuska 313; **Premiere Dent**, Gdańsk, ul. Beniewskiego 11/2; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Projekt Uśmiech**, Gdańsk, ul. Partyzantów 76 (Green Office); **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaskowa Dolina 57; **Klinika Pro. 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. Słomskiego 1/65 (Garnizon); **Medyczna Gdynia**, Gdynia, ul. Władysława IV 59; **Reha Prestige**, Gdynia, ul. Kielecka 10; **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Opieki - Onkologicznej**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Stomatolog Lidia Siabkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/2; **Samus Dentex**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Evi-Med**, Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Osteo Sopot**, Gdynia, ul. Strzyńska 26; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzelców 118/4; **Artident Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul. Jagiello 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **idental**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Grand Dental**, Sopot, ul. Hafniera 25

## SKLEPY I BUTIKI

**City Meble**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 211; **Lilou**, Gdańsk, ul. Ogarna 126/127; **Cafardini**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate 3p); **Bestrandsnop**, Gdańsk, Galeria Metropolita; **Infashion**, Gdańsk, ul. Parkńska 3; **Electronic Point**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 234; **Simple**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Swarowski**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Intersport**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróż**, 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; **Opdyk 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); **Central Park**, Gdańsk, Gdynia, ul. 223; **Marry Me**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 124; **World Box**, Gdańsk, CH Manhattan; **Sandwich-mac**, Gdańsk, CH Madison; **Valentini&Samsonite**, Gdańsk, Madison; **Winers**, Gdańsk, ul. Miłki Szlak 52; **Premium Sound**, Gdańsk, ul. Rakocznego 31; **Lingieria**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 16; **Lumann**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 4; **Interior Park**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 223; **Coco Perfum**, Gdańsk, ul. Szeroka 44-45; **Elements**, Gdańsk, ul. Przywidzka 4; **Momo 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, Gdynia, ul. 470; **Persona**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 569; **Galeria Rubio**, Gdańsk, ul. Słomskiego 5 lok. 66; **OGG Eyewear Concept Store**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Perfumeria Galia**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Silk Epoque**, Gdańsk, ul. Orłowska 53A; **DeSea People**, Gdynia, ul. Abrahamą 29; **Cocho**, Gdynia, ul. Kielecka 11/1; **Fashion Box**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 9/28; **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 AGO**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **PAW**, 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; **Epicientum**, Gdynia, ul. Nowodworcowa 21; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Świętojańska; **Butik By o la**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Classic**,

Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Optical Christed**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Sportifino**, Gdynia, CH Klif; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lidia Kalin**, Gdynia, CH Klif; **Marella**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Betty Barclay**, Gdynia, CH Klif; **Max Mara**, Gdynia, CH Klif; **Haxeline**, Gdynia, CH Klif; **Grey Wolf**, Gdynia, CH Klif; **Gerry Weber**, Gdynia, CH Klif; **Pennycall**, Gdynia, CH Klif; **MM Fashion**, Gdynia, CH Klif; **La Mania**, Gdynia, CH Klif; **Pinko**, Gdynia, CH Klif; **Liu Jo**, Gdynia, CH Klif;



PŁYTKI  
CERAMICZNE



UL. LEGIONÓW 112/13  
GDYNIA

[www.studiodago.pl](http://www.studiodago.pl)



# FORT FOREST



## 5 gwiazdek bezpieczeństwa

*Esencja kameralności*

- ★ Całodobowa ochrona i kontrola dostępu
- ★ Spokój i harmonia wśród bogatej zieleni
- ★ Kameralność i komfort życia
- ★ Bliskie sąsiedztwo lasu
- ★ Pewność dobrego wyboru

Gdynia Chwarzno, ul. Niemena

 **HOSSA**

Tel. +58 785 11 11 / [hossa.gda.pl](http://hossa.gda.pl)