prestiż

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

LALAMIDO

KONJO, WIGANNA, WIESIA, SKIBA

PROFUZYJNI METAFIZYCY TELEWIZJI

PREMIUM REAL ESTATE AGENCY partners international

Welcome to our world of unique properties and professional agents

BEZPŁATNA KONSULTACJA
PRZY SPRZEDAŻY I ZAKUPIE NIERUCHOMOŚCI

T: 731 600 101

WWW.PARTNERSINTERNATIONAL.PL

MONTE CASSINO 27

DOBRY KURS NA PRZYSZŁOŚĆ

NOWE APARTAMENTY
PRZY MONTE CASSINO W SOPOCIE

Najlepsza lokalizacja

Elastyczne rozkłady mieszkań już od 25mkw

Atrakcyjne lokale usługowe

Idealna nieruchomość inwestycyjna

Tylko 300 m do molo i plaży

ZAINWESTUJ NAD MORZEM

OSTATNIE 6 LOKALI

SPRZEDAŻ PROWADZI

PREMIUM REAL ESTATE AGENCY partners international

Aleksandra Rzodkiewicz
a.rzodkiewicz@partnersinternational.pl
partnersinternational.pl/inwestycje/monte-cassino-27

ZADZWOŃ
790 399 079

ANNO 1991

TAVEX GROUP

WALUTY · ZŁOTO · SREBRO

ATRAKCYJNE CENY ZŁOTA I DOSTĘPNOŚĆ OD RĘKI

ODWIEDŹ NAS

GALERIA KLIF | TAVEX.PL

APARTAMENTY W SOPOCIE NA SPRZEDAŻ

Fauna & Flora

NATURALNY WYBÓR

AB INWESTOR

abinwestor.pl

+48 788 028 222

sprzedaz@abinwestor.pl

stoczniacesarska.pl/dyrekcja

POJEDYNCZE BIURKO? CZY DUŻE BIURO?

Niezależnie od tego czego potrzebujesz budynek Dyrekcji oferuje idealną przestrzeń na rozwój i #nowehistorie

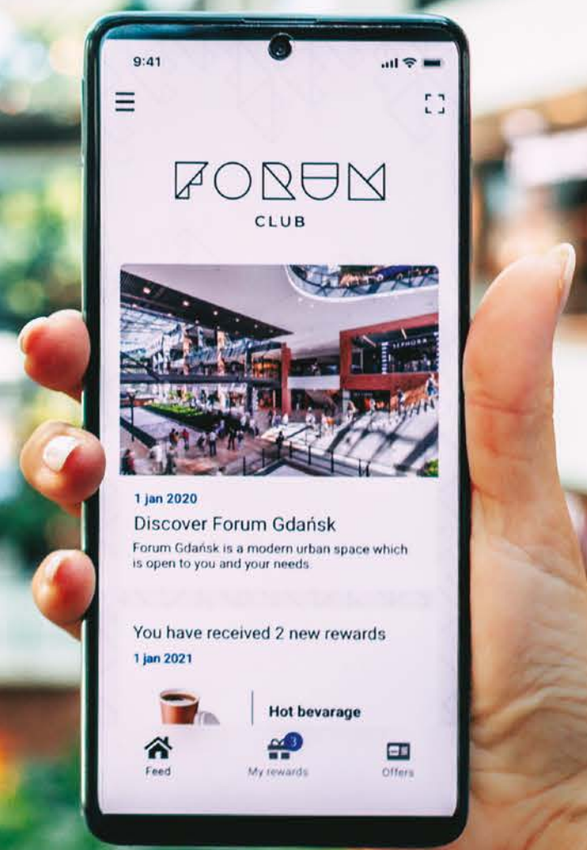
- Lokalizacja w centrum Gdańska
- Biura od 25m^2 do 250m^2
- Sale konferencyjne
- Sala bankietowa
- Coworking

ŚLEDŹ NAS

@stoczniacesarska

FORUM
GDAŃSK

NAGRODY ZA ZAKUPY?
JUŻ WKRÓTCE!
W FORUM GDAŃSK!



Targ Sienny 7
www.forumgdansk.pl

NA OKŁADCE: LALAMIDO FOTO: KAROL KACPERSKI

nr 8/2021 (128) www.prestiztrojmiasto.pl

FELIETON
14 OD NACZELNEGO
16 KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE – ARKADIUSZ HRONOWSKI
18 ZBIGNIEW CANOWIECKI NOWY ROZDZIAŁ TEATRU SZEKSPIROWSKIEGO
20 TRÓJMIEJSKIE FIGHTERKI – KLAUDIA KRAUSE-BACIA
22 ALE NUMER!
24 NOWE MIEJSCA

TEMAT Z OKŁADKI
26 LALAMIDO! – PROFUZYJNI METAFIZYCY TELEWIZJI

PODRÓŻE
40 CARRARA – TAM, GDZIE KAMIEŃ ŻYJE I ODDYCHA

DESIGN
44 ZATOPIONY W BŁĘKICIE
48 „SOPOCIANKI" MARTY FREJ
50 ASP – NAJLEPSZE DYPLOMY
54 KRAKEN
56 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW – WIATR

MODA
58 MADE IN 3CITY – AKKAI – EKOLOGICZNIE I AKTYWNIE
62 POKAZ MIĘDZY JACHTAMI

ZDROWIE I URODA
64 SUMA WSZYSTKICH STRACHÓW
70 SKÓRA PO WAKACJACH
72 MEDYCZNA MARIHUANA A CHOROBA NOWOTWOROWA

KULINARIA
74 PRZEPIS – AUTORSKI DRINK Z SOPOCKĄ WODĄ SOLANKOWĄ
76 KRÓLEWSKIE ŚNIADANIE

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA
80 PRESTIŻOWE IMPREZY
92 BIBLIOTECZKA PRESTIŻU
94 BEKSIŃSKI, PĄGOWSKA I INNI – DESA UNICUM W SOPOCIE
96 GDAŃSKOŚĆ SZTUKI WSPÓŁCZESNEJ

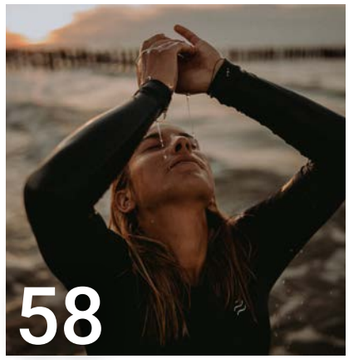
WIRTUALNE TRÓJMIASTO
100 TRÓJMIEJSKIE INSTA STORY - @MARTA_DE_35MM

MOTORYZACJA
102 PORSCHE ROAD TOUR
104 MAZDA CX-5 – NOWA CZY PODRASOWANA?
108 PEUGEOT 3008 – MODNY FRANCUZ
112 TRÓJMIEJSKI KLASYK - CORVETTE C3

SPORT
116 ZOSTAŁO JUŻ TYLKO DWÓCH!
118 MISTRZOWIE SKUTERÓW WODNYCH
118 GARMIN RESCUE HEROES
120 #BNP PARIBAS POLAND OPEN - TRIUMF MARYNY ZANEVSKIEJ

BIZNES
122 MŁODE MIASTO BUDUJE, A OLIWA RZĄDZI
128 MESMETRIC – 1000M2 DOBREGO DESIGNU
130 FORUM GDAŃSK JEST EKO
132 KRZYWYM OKIEM

KRONIKA PRESTIŻU
132 MALUJCIE TAK, ABY POLSKA
134 INAUGURACJA 25. FESTIWALU SZEKSPIROWSKIEGO
134 SASSY & CLASSY BAZAAR
136 GALEON OWNERS CLUB
137 ŚWIATOWY TENIS W GDYNI



BEZPIECZEŃSTWO NA WYCIĄGNIĘCIE RĘKI

- szeroki pakiet i wysoka kwota ubezpieczeń podróżnych BNP Paribas World Elite™
- ubezpieczenie na wypadek zachorowania na Covid (obejmujące również wnuki Ubezpieczonego i Współubezpieczonego)
- usługa Fast Track – szybka ścieżka przejścia przez kontrolę bezpieczeństwa na Lotnisku Chopina w Warszawie
- transakcje w walucie obcej przeliczane po kursie Mastercard, bez prowizji za przewalutowanie (od sierpnia br.)

Więcej na bnpparibas.pl/wealthmanagement

BNP PARIBAS WEALTH MANAGEMENT

Bank zmieniającego się świata

Fast Track to usługa świadczona w strefie E Terminala A na Lotnisku Chopina w Warszawie umożliwiająca posiadaczowi karty kredytowej Mastercard World Elite skorzystanie z szybkiej ścieżki przejścia kontroli bezpieczeństwa. Więcej informacji oraz wykaz kart na https://www.lotnisko-chopina.pl/pl/programy-lojalnosciowe.html

BNP Paribas Wealth Management jest marką, pod którą BNP Paribas Bank Polska S.A. świadczy usługi w zakresie bankowości prywatnej. RRSO to rzeczywista roczna stopa oprocentowania obliczona na podstawie reprezentatywnego przykładu na 08.04.2021 r. Dostępność produktu oraz warunki kredytowania uzależnione są od wyniku przeprowadzonej przez Bank analizy zdolności kredytowej Klienta na podstawie przekazanych przez niego informacji oraz po podpisaniu umowy o kartę. Materiał ma charakter reklamowy i informacyjny, nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu cywilnego. BNP Paribas Bank Polska S.A. z siedzibą w Warszawie przy ul. Kasprzaka 2, 01-211 Warszawa, zarejestrowany w rejestrze przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie, XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod nr. KRS 0000011571, posiadający NIP 526-10-08-546 oraz kapitał zakładowy w wysokości 147 518 782 zł w całości wpłacony.

PUNKOWCY TELEWIZJI

Była pierwsza połowa lat 90. Nirvana wypuściła „Smells like teen spirit", Pearl Jam „Ten", a w Polsce wystrzelił Hey. Ruszyły nowe festiwale i koncerty jak „Letnia Zadyma w środku zimy", „Kręcioła" i inne. Pamiętam jeden z nich w Warszawie. Wśród wielu wykonawców wystąpił punkrockowy Big Cyc z Krzysztofem Skibą, który na scenie wykonał mini strip tease, polegający na zdjęciu spodni. Skiba lubił pokazywać to i owo, a najsłynniejszy występ miał w 1999 roku przed premierem Jerzym Buzkiem. Wtedy jednak zdjął tylko swoje czerwone spodnie i rzucił je w tłum. Udało mi się również je chwycić, w ręku został mi jednak tylko ich kawałek, który owinąłem na mojej dłoni niczym łup wojenny.

I oto ten sam punkowiec nieoczekiwanie pojawia się w telewizyjnym programie. A wraz z nim Paweł „Konjo" Konnak, który przypomina przybysza z obcej planety oraz dwie, nietuzinkowe dziewczyny. Wszystko serwowane w dynamicznym przekazie, będącym pomieszaniem MTV, Monty Pythona i telewizyjnego koncertu życzeń.

Nie pamiętam kiedy dokładnie po raz pierwszy zobaczyłem Lalamido. Czy był to jeden z pierwszych odcinków, czy też kolejne, niemniej od pierwszego obejrzenia poczułem, że wreszcie w polskiej telewizji widzę coś innego. Coś co faktycznie jest totalnie niesztampowe, skierowane do mnie i nie naznaczone nieznośną sztywnością konwenansów jaka towarzyszyła wszystkim programom dla młodzieży. Zamiast charakterystycznej nauczycielsko – telewizyjno - mentorskiej maniery stosowanej przez prowadzących (zarówno dorosłych jak i małoletnich) pojawili się oto starsi kumple, którzy całkowicie skrócili dystans do widza.

Tutaj ważny jest kontekst telewizyjny. Poranne pasmo latach 80. to głownie niedzielny Teleranek, a potem doszła Sobótka (emisja była w soboty). Zawsze o godzinie 9.00. Wcześniej na antenie było spore pasmo rolnicze – leciał m.in. Tydzień na działce, czy też Rolniczy kwadrans. Niczym swoiste suporty budujące napięcie przed głównymi gwiazdami. Małoletni widz, który wstał za wcześnie z nudów serwował sobie rolniczo – ogrodniczo wiadomości. Tym samym dziesiątki tysięcy dzieci gruntownie poznawały hodowlę ogórków, techniki siewu, czy też nawożenia. Popołudnia należały programów tematycznych jak Zwierzyniec, Piątek z Pankracym, czy też najsławniejsze 5 – 10 – 15 w którym najlepszym fragmentem była czołówka z utworem Kombi „Bez ograniczeń". Wszystkie z nich nie wytrzymały próby nowych czasów.

Lalamido, które skierowane było już do nieco starszego widza zrobiło gigantyczną furorę i na trwale zapisało się nie tylko w historii telewizji, ale i głowach młodego pokolenia. Podążanie za twórcami, ich skeczami, scenkami, wywiadami, nieograniczoną wyobraźnią wymagało abstrakcyjnego sposobu myślenia, wyłapywania ironii i mnóstwa podtekstów.

Udało nam się zebrać głównych bohaterów na jednym planie i powspominać słynny program. Zastanawialiśmy się też czy dzisiaj byłby możliwy tak nieskrępowany format. I nie chodzi bynajmniej tylko o TVP, ale tzw. prime time w jakiejkolwiek głównej stacji. Czasy są inne, inna świadomość wielu rzeczy, inna wrażliwość, ale i też inne ograniczenia. Lepsze, czy gorsze? To już każdy niech sam sobie oceni, a ja zapraszam na spotkanie z Lalamido.

Michał Stankiewicz

MAGAZYN PRESTIŻ
miesięcznik bezpłatny

ul. Moniuszki 10, 81-829 Sopot
redakcja.trojmiasto@emsgroup.pl
www.prestiztrojmiasto.pl
www.facebook.com/prestiz.trojmiasto
www.issuu.com/prestiz

Redakcja nie odpowiada za treść reklam

Redaktor Naczelny: Michał Stankiewicz

Zastępca Redaktora Naczelnego: Klaudia Krause-Bacia

Sekretarz redakcji: Dorota Gut

Redakcja: Michalina Domoń, Bartosz Gondek, Halszka Gronek, Szymon Kamiński, Katarzyna Kobiela, Halina Konopka, Marta Legieć, Marcin Wiła

Stali felietoniści: Zbigniew Canowiecki, Arkadiusz Hronowski

Szef działu foto: Karol Kacperski

Skład: Kamil Żurek

MS GROUP

Wydawca: MS Group Sp. z o.o.

al. Grunwaldzka 56 lok. 202
80-241 Gdańsk
NIP: 9571059132

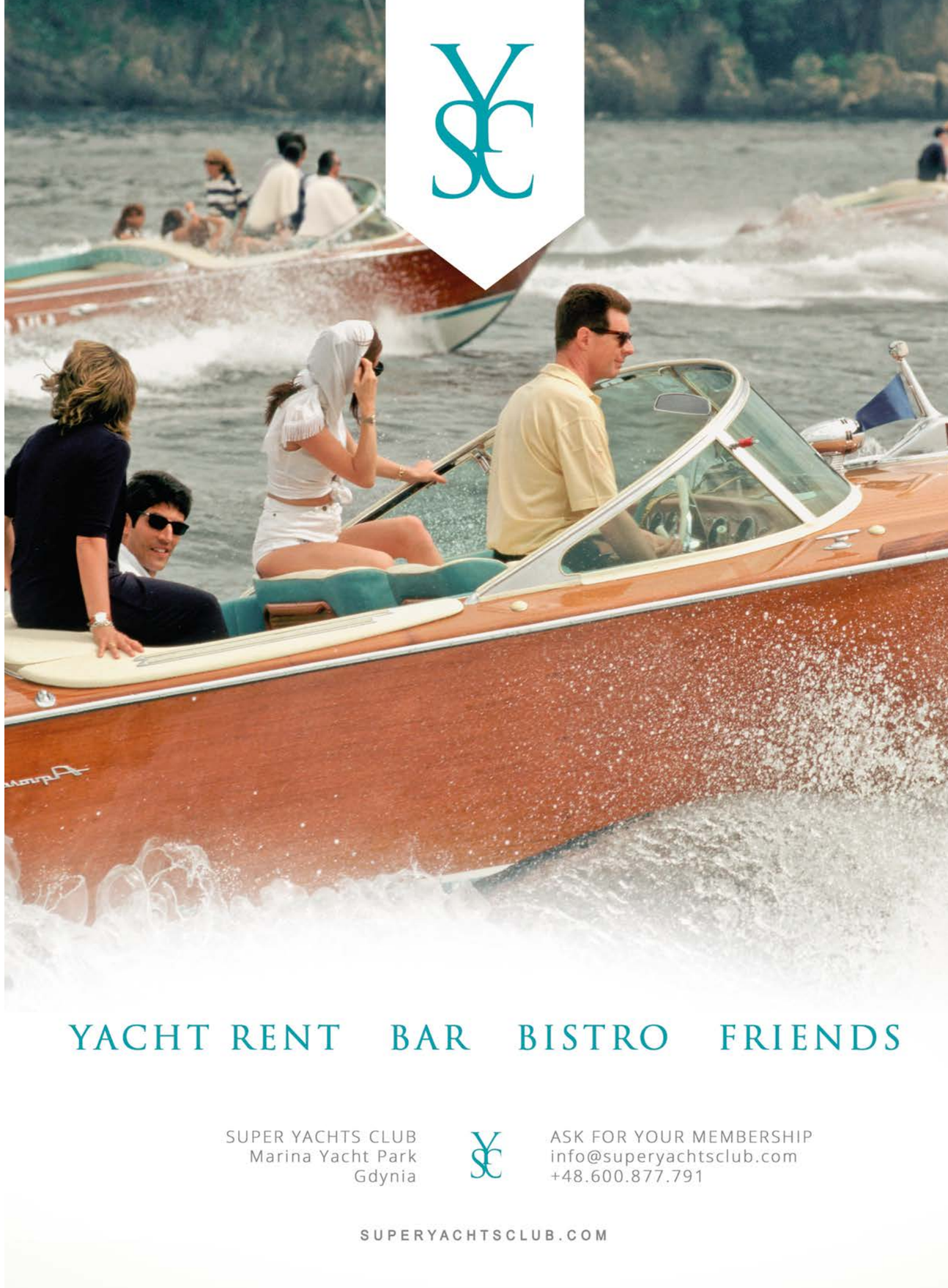
Prezes: Michał Stankiewicz, stankiewicz@emsgroup.pl

Dyrektor zarządzający: Maria Bek, bek@emsgroup.pl

Dyrektor działu organizacji eventów: Aleksandra Staruszkiewicz, staruszkiewicz@emsgroup.pl

Dyrektor sprzedaży: Marta Blendowska, tel. 791 971 399

Reklama i promocja: Krzysztof Nowosielski,tel. 533 200 779
Aleksandra Staruszkiewicz, tel. 606 603 416
Magdalena Czajkowska, tel. 506 073 070



KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE

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

Z ORZEŁKIEM NA PIERSI

Dobrze, że sport osiągnął profesjonalizm ponad możliwości każdego z nas. Ten profesjonalizm jest widoczny, nawet jeśli się na tym nie znamy. Wiemy jak ogromny wysiłek i poświęcenie są wkładane przez każdego zawodnika w wynik końcowy, niemal od początku jego kariery. Chcemy oglądać widowisko na najwyższym poziomie, chcemy podziwiać i zazdrościć. Zupełnie jak na koncercie, kiedy każdy z nas chciałby choć na chwilę być na scenie i wymiatać gitarowe solo.

Dziś sport to nie tylko dyscyplina, hobby czy sposób na życie. To zawód. Może nie zdajemy sobie z tego sprawy ale, aby dziś cokolwiek osiągnąć w sporcie, trzeba się temu poświęcić całkowicie. Szkoła szkołą, ale jeśli jest się młodzikiem i uprawia jakąś dyscyplinę, to jest to raczej frajda i zabawa. Gorzej jeśli ktoś kompetentny zauważy w brzdącu talent i nawinie makaron nam rodzicom na uszy. Wówczas koniec z zabawą, zaczyna się praca i szkoła szkołą, ale mamy twardy orzech zgryzienia. Sport kształtuje charaktery, uczy pokory, dyscypliny, determinacji, woli walki a nawet języków obcych. Same plusy i nawet jeśli z tej sekty się wypiszemy przed wejściem w dorosłość to nawyki i języki obce nam zostaną. Szkoła szkołą, ale jakiś fach w ręku trzeba mieć. Jest jednak taki moment kiedy przestajemy być juniorem i stoimy w progu seniorskiego świata. Świata, który nie jest już Miejskim Domem Kultury. Wtedy wszystko zaczyna być inne, zasady, ludzie, otoczenie, a przede wszystkim profesjonalizm na poziomie dotąd nam nieznanym. Prawdziwa przepaść i odsiew zarazem. Porównać to można do wylęgu żółwi morskich na plaży, gdzie 95% nie dożyje wejścia do wody. Sport obecnie to potężny biznes, lecz są dyscypliny które pomimo profesjonalizmu są niemal niezauważalne czyli niemedialne. Dopiero Igrzyska Olimpijskie przez wielu mylnie nazywane Olimpiadą pokazują, że istnieje strzelectwo, hokej na trawie, kajakarstwo górskie, rzut dyskiem czy łucznictwo. Zdobyte tam medale przynoszą punkty dla kraju, ale już ich sława trwa tyle co post na facebooku. Uprawianie tych dyscyplin można raczej zaliczyć do hobby niż pracy. Po skończonej karierze, która zabiera nam najlepsze lata musimy się jakoś ogarnąć. Jeśli zdobędziemy złoty medal olimpijski to chociaż dwa osiemset emerytury mamy zagwarantowane. Gratyfikacje za zdobyte medale w Polsce? Jak ma czuć się polski pływak obok takiego Phelpsa, który za każdy medal otrzymywał miliony dolarów. A co po skończonej karierze ma robić polski łucznik? Pozostaje mu tylko skromna posada radnego, ewentualnie działacza sportowego lub bardziej wypasiona rola posła. Natomiast tenis, football, golf to są prawdziwe gwiazdy na sportowym rynku pracy. Można powiedzieć, że Igrzyska Olimpijskie nie koniecznie są po drodze wielu gwiazdom tych dyscyplin. Kiedyś w Polsce sport był podzielony na amatorski i zawodowy. Ten drugi praktycznie nie istniał. Wyścig Pokoju, był kiedyś dla nas najważniejszą imprezą kolarską na świecie, a obok zawodnicy z zupełnie innej ligi ścigali się na Tour de France. Tenis raczkował, choć Fibak wyskoczył nam z gniazda i nieco narozrabiał zaprzyjaźniając się nawet z Robertem de Niro. Piłka nożna za czasów Górskiego była swego rodzaju fenomenem. Dziś, kiedy dywanami pieniędzy rozłożone są stadiony jesteśmy zaledwie czwartą ligą, choć to nasi piłkarze są światowymi gwiazdami i zarabiają potężne pieniądze. Kiedy stajemy się profesjonalnymi sportowcami wchodzimy do określonego świata, rytmu, przyzwyczajeń. Wimbledoński kort staje się naszym domem, co roku te same zapachy, osobistości na trybunach, dobrze znane hotele, obsługa. Na końcu wypłata, nawet jeśli odpadnie się w I rundzie. To jest inny świat. I nagle taki człowiek wyrwany ze swojego rytmu leci w koszary do wioski olimpijskiej, jak na pierwszy obóz sportowy do Cetniewa i musi poddać się nowym zasadom gry. Obok tysiące młodych, głodnych sławy sportowców. Czekali na ten moment 4 lata, a czasami i dłużej. Samo uczestnictwo dla wielu z nich jest jak wyjazd do Berlina Zachodniego, aby tylko zobaczyć, przeżyć, poczuć, mieć orzełka na piersi. To trochę taka walka o przetrwanie, emeryturę, o kolejny wakat w kadrze, o kolejne stypendium, o prace jako trener, może działacz. A tenisista wraca z tego oblężonego Tokio do domu, zapomina o porażce w I rundzie i myślami jest już w US Open, gdzie czekają na niego stare ziomki i siedmiocyfrowa pula nagród. I nie ma na to rady, bo świat już taki jest, że caddie Tigera Woodsa jest najbogatszym i najpopularniejszym sportowcem w Nowej Zelandii. Dlatego wciąż nadzieją dla wielu nacji jest rzut kamieniem, jako przyszła dyscyplina olimpijska.

Jit Team™
the human factor of IT

Dostarczamy gotowe zespoły, które kompleksowo zajmą się Twoim oprogramowaniem. Mamy doświadczenie w budowaniu zespołów idealnie dopasowanych do potrzeb naszych klientów. Szeroki zakres umiejętności, wiedza, doświadczenie, ciekawi ludzie z pasją – to właśnie Jit.

hello@jit.team
facebook.com/jit.team.poland/

https : // jit.team

HUMAN
TEAM
TECH
FAIR PLAY

ul. Łużycka 8c // 81-537 Gdynia
ul. Twarda 18 // 00-105 Warszawa

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".

NOWY ROZDZIAŁ TEATRU SZEKSPIROWSKIEGO

Z inicjatywy Fundacji Theatrum Gedanense założonej przez prof. Jerzego Limona została utworzona wspólnie z władzami samorządowymi Województwa Pomorskiego i Miasta Gdańska instytucja kultury pod nazwą Gdański Teatr Szekspirowski (GTS). W nowo wybudowanym teatrze stworzona została wyjątkowa europejska instytucja kultury wykraczająca swoim zasięgiem oddziaływania daleko poza nasz kontynent. Poza corocznym Festiwalem Szekspirowskim, cyklem pod tytułem Teatry Europy i Świata, Teatrem w Oknie, przeglądami teatralnymi i muzycznymi, niezwykłymi programami edukacyjnymi GTS prowadzi aktywną współpracę międzynarodową i naukową. Na realizację powyższych działań niezależnie od dotacji otrzymywanych od władz samorządowych Fundacja TG oraz sam GTS pozyskują znaczące środki finansowe. Pozycja naukowa, dorobek oraz osobiste przymioty prof. Jerzego Limona – dyrektora GTS powodowały, że otwierały się drzwi do różnych instytucji i firm deklarujących wsparcie finansowe dla kolejnych projektów programowych, które podejmował. Niestety Covid nam Go odebrał. Stąd niezwykłe wyzwania stające przed nowym kierownictwem Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego. Pani Prezydent Miasta Gdańska Aleksandra Dulkiewicz, sprawująca nadzór nad działalnością GTS, za zgodą Marszałka Województwa Pomorskiego i Fundacji Theatrum Gedanense zapowiedziała zamiar powierzenia od 1 września br. kierowania tą wyjątkową instytucją Pani Agacie Grendzie. Duże doświadczenie Pani A. Grendy w prowadzeniu instytucji kultury w kraju i zagranicą daje rękojmię, że teatr nie tylko będzie sprawnie zarządzany, ale będzie również kontynuował dotychczasową linię programową, podejmując kolejne wyzwania, szczególnie w zakresie własnych produkcji teatralnych.

Do podjęcia i realizacji jest również ciekawa inicjatywa Fundacji Theatrum Gedanense i Amerykańskiego Towarzystwa Przyjaciół Fundacji związana z projektem utworzenia na terenie GTS Biblioteki i Czytelni Szekspirowskiej. Oprócz deklaracji finansowych strony amerykańskiej Fundacja otrzymała list intencyjny Pani Justyny Marcinkiewicz – Limon deklarującej przekazanie całego, bogatego księgozbioru prof. J. Limona. Biblioteka niezależnie od podstawowych swoich funkcji może być miejscem spotkań i dyskusji o literaturze angielskiej i Szekspirze. Z pewnością będzie to wzbogacenie oferty programowej GTS. Coraz większa różnorodność działań podejmowanych przez Gdański Teatr Szekspirowski daje bowiem dopiero podstawy do porównań z elżbietańskim teatrem Globe w Londynie, dumą angielskiego środowiska teatralnego.

Nie można jednak zapominać, że sztandarowym, corocznym wydarzeniem jest Festiwal Szekspirowski w Gdańsku będący rozpoznawalną marką w kraju i na świecie. Dzięki niemu przez ostatnie ćwierćwiecze mogliśmy oglądać spektakle najwybitniejszych twórców teatralnych, jak choćby Elizabeth LeCompte, Eimuntas Nekrošius, Luk Perceval, Konstantin Bogomolov, Peter Brook czy Romeo Castellucci. O randze wydarzenia niech świadczy prestiżowa nagroda EFFE Award, przyznawana przez EFA (European Festivals Association) przy wsparciu Komisji Europejskiej i Parlamentu Europejskiego, którą gdański Festiwal otrzymał w 2017 roku. To także wydarzenie promujące Gdańsk i Trójmiasto, a także polski teatr na arenie międzynarodowej. Wyrazem tego jest między innymi założona w 2010 roku z inicjatywy GTS Europejska Sieć Festiwali Szekspirowskich, której celem wymiana doświadczeń i wspólne poszukiwanie ważnych, stymulujących spektakli szekspirowskich.

25. edycja Festiwalu, która odbyła się w dniach 30 lipca – 8 sierpnia 2021 roku, jest kolejnym kamieniem milowym w jego historii. Była to swoista edycja przejścia między tym, co było, a tym co będzie. Podsumowanie i nowe otwarcie. Po raz pierwszy w progu Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego nie powitał nas dumy ze swojego teatru Profesor Jerzy Limon. Jednak program tegorocznego Festiwalu, którego główne punkty zdążył zaplanować, był dla nas nieocenionym prezentem. Na deskach GTS zaprezentowały się gwiazdy światowego formatu – Tiago Rodrigues, nagrodzony m.in. XVII Europejską Nagrodą Teatralną Nowe Rzeczywistości Teatralne, który od przyszłego sezonu obejmie dyrekcję nad Festiwalem w Avignonie, Jan Lauwers, laureat Złotego Lwa za całokształt twórczości teatralnej na Biennale di Venezia w 2014 roku, czy znany już festiwalowej widowni Oskaras Koršunovas, odznaczony w 2006 roku. Skład godny edycji jubileuszowej, poprzez którą Profesor Limon chciał pokazać ambicje Festiwalu Szekspirowskiego - dążącego do poziomu najważniejszych imprez teatralnych, jak Edinburgh Festival Fringe, Festival d'Avignon czy Adelaide Festival.

Trójmiejskie Fighterki

KLAUDIA KRAUSE-BACIA
Dziennikarka, wieloletnia redaktor magazynu W Ślizgu!, a obecnie zastępca redaktora naczelnego Prestiżu. Absolwentka Uniwersytetu Gdańskiego i Antwerpskiego. Na swoim koncie ma nie tylko setki tekstów, ale i kilka publikacji naukowych. Prywatnie właścicielka i driver @Prosecco na kółkach, wielka miłośniczka Maanamu, a także alternatywnych podróży i Bałtyku.

NASZA DR QUINN

Kto z nas nie pamięta słynnej, czułej, serialowej Dr Quinn? Uosobienia lekarki idealnej, która musiała zdobyć zaufanie pacjentów, którzy nigdy w życiu nie widzieli kobiety lekarza. A co, jeżeli taka doktor istniała naprawdę? I to w dodatku na naszym podwórku, nokautując serialową postać pod każdym względem… Dr Jadwiga Titz-Kosko przebadała wszystkie wsie, od Gdyni po Piaśnicę. Uparcie twierdziła, że mieszkańcy Pomorza są pozbawieni wszelkiej opieki zdrowotnej… Zresztą nie ma się co dziwić, skoro na widok lekarza uciekali przez okna albo nerwowo chowali się pod łóżka i szafy. To jej nie przerażało, wręcz przeciwnie. Badała rodzinę po rodzinie, oswajała, dawała gratisowe leki, aż w końcu zaczęła otwierać placówki medyczne. Zorganizowała pierwszy po wojnie Ośrodek Zdrowia w Gdańsku-Wrzeszczu, następnie Sanatorium Rehabilitacyjne dla Dzieci po chorobie reumatycznej w Cetniewie, Szpital Reumatologiczny w Sopocie i sieć poradni, a także Spółdzielnię Mieszkaniową dla osób starszych i przewlekle chorych „Za Falochronem" w Gdyni oraz Spółdzielnię Pracy Inwalidów „Bałtyk".

A wszystko zaczęło się w dalekiej Mandżurii… To tutaj w 1902 roku na świat przyszła malutka Jadwiga. Całe dzieciństwo spędziła poza Polską i dopiero w wieku 18 lat wraz z całą rodziną przeprowadziła się do Warszawy. Studia medyczne rozpoczęła w Kijowie, a ukończyła w Warszawie. Tam rozpoczęła też swoją pierwszą pracę zawodową m.in. w Szpitalu Ewangelickim. I pewnie tam pracowałaby już do końca, gdyby nie wielka miłość znad morza. We wrześniu 1935 roku poślubiła kpt. żeglugi wielkiej Stanisława Koskę, wówczas dyrektora Państwowej Szkoły Morskiej. W tym samym roku przeniosła się do męża do Gdyni i na stałe związała z polskim wybrzeżem. Niestety, zaledwie kilka lat później, we wrześniu 1939 roku dowódca ORP „Gdynia" został ranny w nalocie bombowym i zmarł w szpitalu. Młoda, zrozpaczona wdowa lata wojny spędziła w Warszawie, jednak tuż po niej postanowiła wrócić nad morze. Osiedliła się we Wrzeszczu, a następnie w Sopocie przy ul. Chopina i całe swoje życie postanowiła poświęcić walce o zdrowie innych. Niosła pomoc nie tylko schorowanym, ale w trudnych, powojennych latach organizowała pierwsze ośrodki zdrowia. To dzięki jej niespożytej energii powstała Pierwsza Poradnia Reumatologiczna w Gdyni, a zaledwie dwa lata później Wojewódzka Poradnia Reumatologiczna oraz oddział reumatologiczny na 20 łóżek przy Akademii Medycznej w Gdańsku. To była dopiero kropla w morzu. Dzięki jej nieziemskim zaangażowaniu, nowe placówki reumatologiczne zaczęły powstawać jak „grzyby po deszczu". 15 lat później na terenie województwa działały już 22 poradnie dla dorosłych i 12 dla dzieci. To był prawdziwy przełom.

Oprócz tytanicznej pracy medycznej, doktor Jadwiga równolegle prowadziła też intensywną działalność naukową. Była niezwykle oddana ludziom morza - przeprowadziła akcje przebadania około 10 tys. ludzi związanych z morzem i stoczniami. Pisała skrypty naukowe dla studentów, wykładała na Akademii Medycznej w Gdańsku, wygłaszała referaty naukowe w kraju i za granicą, aż w końca wydała pierwszy w Polsce reumatologiczny podręcznik akademicki „Podstawy reumatologii", który wykształcił pokolenia przyszłych lekarzy. Jednak dziełem jej życia i urzeczywistnieniem zawodowych marzeń był tzw. Dom „Za Falochronem", czyli zupełnie nowy typ domu dla ludzi niepełnosprawnych, chorych na reumatyzm, gwarantujący godziwe warunki socjalne i opiekę lekarską. To spółdzielcze mieszkanie było wówczas pionierskim przedsięwzięciem w całej Europie. Pomimo upływających lat, żwawa osiemdziesięciolatka nie potrafiła spocząć na laurach. W 1986 roku przy ul. Norwida 4 w Gdyni z jej inicjatywy rozpoczęto budowę Domu dla Weteranów Walki i Pracy im. Bohaterów Westerplatte. Niestety nie doczekała jego otwarcia. Zmarła w 1989 roku, po pracowitym i pełnym sukcesów życiu.

Do dziś mieszkańcom Trójmiasta służą dwie instytucje: Pomorskie Centrum Reumatologiczne im. dr Jadwigi Titz-Kosko w Sopocie oraz Spółdzielnia Mieszkaniowa „Senior" im. dr Jadwigi Titz-Kosko na Witominie, zwana pierwotnie Domem „Za Falochronem". Śmiało można powiedzieć, że tą doktor kochało całe Trójmiasto. Już w 1966 roku w plebiscycie popularnego wówczas czasopisma „Wieczór Wybrzeża" otrzymała tytuł „Gdańszczanina Roku". Dziś jej wizerunek możemy podziwiać na muralu autorstwa naszej okładkowej bohaterki Marty Frej, który powstał niedawno na jednej ze ścian Hali 100-lecia Sopotu.

COLINA DEL SOL

your next holiday destination

PL (+48) 515 408 405
ES (+34) 643 868 248

Calle Barranc Fondo 41
46400 Cap Blanc Cullera
Spain

info@colinadelsol.eu

www.colinadelsol.eu

ALE **NUMER!**

4 WIZERUNKI

kobiet można obejrzeć w Sopocie przy ulicy Winieckiego na muralu, stworzonym przez Martę Frej i wolontariuszki. Dzieło powstało z okazji 120-lecia Sopotu i ma za zadanie upamiętnić zasłużone mieszkanki tego miasta. Wśród nich są: lekarka Jadwiga Titz-Kosko, artystka Józefa Wnukowa, feministka Maria Moczydłowska oraz listonoszka Marianna Zielonka. Sopocianki wybrali internauci podczas głosowania on-line.

285 000 ZŁ

Kosztowała renowacja prawie 100-letniej kapliczki Stella Maris, usytuowanej przy zbiegu ulic al. Niepodległości i Malczewskiego w Sopocie. Inwestycja została zrealizowana w ramach Budżetu Obywatelskiego i zajęła prawie rok. Prace dotyczyły odnowienia rzeźb oraz dekoracji, a także okolicznego terenu. Dodano również iluminacje. Co ciekawe podczas remontu odnaleziono list sprzed wieku, na którym zapisano nazwiska twórców kapliczki.

270 KM

Tyle kilometrów na jednym ładowaniu ma przejechać najnowszy model autobusu elektrycznego, którego próby na ulicach miasta przeprowadza Gdańsk. Model, o którym mowa, to MAN Lion's City E i niedługo Gdańskie Autobusy i Tramwaje mają rozstrzygnąć przetarg na zakup kolejnych 45 pojazdów. Od tradycyjnych aut różni się tym, że oprócz ekologicznego napędu posiada większe okna, klimatyzację oraz oświetlenie LED w środku i na zewnątrz.

20 ZŁ

Na banknocie o tym nominale ma się pojawić Mikołaj Kopernik. Początkowe plany NBP zapowiadały, że astronom znajdzie się na banknocie 1000 zł i ma raczej być środkiem do magazynowania rezerw pieniężnych, lecz po długiej i burzliwej dyskusji komisja doszła do porozumienia, że wypuści jedynie pieniądz kolekcjonerski. Wstępny termin pojawienia się Kopernika na rynku do rok 2022.

213 CM

Wzrostu ma Josha Sharma, który trafił do składu Trefl Sopot na sezon 2021/2022. Josha to 24-letni Amerykanin, który wcześniej grał w drużynie Pszczółka Start Lublin. W drużynie ma zająć pozycję środkowego. Jednocześnie jest piątym obcokrajowcem, wchodzącym w skład drużyny Marcina Stefańskiego.

25 EDYCJA

Rozdania nagród Konkursu Grand Photo Press odbyła na początku sierpnia. Jest to najważniejsze wyróżnienie dla fotografów w Polsce. Nagrody przyznaje się w kilku kategoriach oraz w jednej głównej – Grand Prix. W tym roku laureatem został Jarosław Respondek ze zdjęciem „Strajk Kobiet – blokada miast". W tym miejscu musimy także pogratulować naszemu redakcyjnego koledze – Karolowi Kacperskiego za wyróżnienie w kategorii „Ludzie".

3 ŻURAWIE

z gdańskiej stoczni mogą trafić na listę wojewódzkiego rejestru zabytków. Procedura została już rozpoczęta przez pomorskiego konserwatora zabytków. Oprócz nich do listy mogą także dołączyć dwa budynki z terenu Stoczni Schichaua. Jeśli się uda, tym samym cały obiekt będzie mógł aplikować o wpis na Listę światowego dziedzictwa UNESCO.

8 KURSÓW

dziennie ma wykonywać nowy czeski przewoźnik. Początkowo kursy miały odbywać się między Gdynią a Pragą przez Wrocław, ale RegioJet zdecydował o powiększeniu oferty i zapewnieniu regularnego przejazdu z Trójmiasta do Krakowa przez Warszawę. A kiedy można spodziewać się rozpoczęcia działalności? Być może jeszcze w tym roku.

NOWE MIEJSCA

AUTORKA: HALSZKA GRONEK

MAŁA SYCYLIA

Mała Sycylia to nowy bar na terenie gdańskiej Stoczni Cesarskiej. Zlokalizowane dokładnie w połowie drogi miedzy Głównym Miastem, a najbardziej oblężonymi i znanymi "postoczniowymi" klubami. Wyróżnia się przede wszystkim niemal 20-metrowym barem zlokalizowanym nad samą wodę - w jedynym miejscu, w którym ruch turystyczny miesza się z przemysłowym. To perspektywa na wyjątkowy, na wskroś oryginalny i dynamiczny widok. W samym barze na gości czeka ponadprzeciętna selekcja kraftowych browarów (także bezalkoholowych czy bezglutenowych) i delikatna muzyka w tle, współgrająca z przemysłowymi dźwiękami drugiej strony nabrzeża. W ciągu dnia można przyjść także na kawę i ręcznie robione ciasta oraz tarty.

Stocznia Cesarska, Gdańsk

MYKONOS GDAŃSK

Restauracja Mykonos podbija Gdańsk i zaprasza wszystkich koneserów kuchni greckiej do swojego lokalu na Targu Węglowym. Wprowadza śródziemnomorski klimat wprost do przepięknej okolicy Starego Miasta. W tym miejscu możemy spróbować potraw tradycyjnie greckich – od przystawek (tzatziki, halloumi), po dania główne (mousaka), aż po desery (baklava)! Dodatkową atrakcją są wieczory z muzyką na żywo – szczegółowy plan przedstawiany jest na fanpage'u lokalu. A dla miłośników win dostępny jest sommelier, który z chęcią pomoże w wyborze odpowiedniego trunku do jedzenia.

Złota Brama, Targ Węglowy 27, Gdańsk

FIT CAKE

Fit Cake to sieć cukierni, ale nie takich tradycyjnych – bo oferują dania dla miłośników słodyczy i wypieków, ale... bez cukru! Jest to odpowiedź dla osób, które dbają o swoją dietę i zdrowie. Oprócz produktów bezcukrowych, cukiernia oferuje także takie bez laktozy i bez glutenu oraz wegańskie, więc wszyscy eliminujący określone produkty, mogą tu bezpiecznie zaopatrywać swoje spiżarki. W ofercie batoniki, słoiczki, ciasta, ciastka, torty... Mnogość wyboru, zwłaszcza że można tu nabyć fit wersje tradycyjnych ciast, a dla lubiących wyzwania – nowości.

Świętojańska 65, Gdynia

NIEWINNI CZARODZIEJE 3.0

Ta nowopowstała restauracja w budynku Gdyńskiego Centrum Filmowego to inicjatywa Kuby Wojewódzkiego i Dawida Kwidzyńskiego. Goście, którzy tu zajdą, mogą liczyć na eklektyczne menu – od inspiracji kuchnią uliczną po wykwintne dania rodem z prestiżowego lokalu. Nie ma dużego wyboru, ma być prosto, smacznie i nowocześnie. Również karta alkoholi jest konkretna – są wina, nalewki i drinki. A to wszystko okraszone wielkomiejską, klubową i uliczną estetyką wnętrza. Mimo że oficjalnego otwarcia jeszcze nie było, to właściciele już zapraszają do siebie.

pl. Grunwaldzki 2, Gdynia

MAI TAI

Przenosimy się znów do Gdańska, a konkretniej do Wrzeszcza. To tu na terenie byłego lokalu Stacja Deluxe powstało połączenie restauracji i baru. Ma to być miejsce, gdzie można zjeść oryginalne dania kuchni tajskiej i indyjskiej. Zwłaszcza że są przygotowywane przez kucharzy z tych rejonów świata, więc podają dania, które sami bardzo dobrze znają. Karta podzielona jest na dwie części – tajską i indyjską. Obie oferują zarówno tradycyjne dania mięsne, jak i jarskie. Każdy znajdzie dla siebie odpowiedni smak. A do jedzenia można zamówić coctaile i drinki.

Grunwaldzka 22, Gdańsk

GAR MARKA

To kolejna propozycja restauracji, jednak tym razem gościmy u siebie – w kuchni polskiej. Lokal powstał właśnie z miłości do tradycyjnego, domowego jedzenia, zwłaszcza tego regionalnego. Mamy tutaj typowe polskie zupy – rosół i flaki; przystawki znane każdemu jak pajda chleba ze smalcem czy tatar; a na danie główne możemy wybrać m.in schabowy, kaczkę czy rybę. A dla prawdziwych łasuchów – pierogi! Zarówno te na słono, jak i na słodko. Warto także wspomnieć, że produkty używane do przyrządzenia potraw są ekologiczne i od lokalnych producentów.

Szeroka 125, Gdańsk

BALI BALI

Mieliśmy coś dla ducha, teraz coś dla ciała! Bali to więcej niż miejsce, to wibracje, to stan umysłu i duszy – i można je znaleźć w samym centrum Gdańska. Bali Bali to balijska magia w nowym salonie masażu tradycyjnego, wykonywanego przez Balijki. Podczas wizyty używane są tylko naturalne olejki do masażu i sprawdzone ekologiczne esencje zapachowe. Wszystko jest tutaj sprawdzone i przetestowane, a Bali Bali stawia na naturalną pielęgnację, piękne subtelne zapachy, prostotę i bezpieczeństwo. Warto tutaj zajrzeć i zostawić na drzwiami troski dnia codziennego i oddać się chwili relaksu.

Ogarna 102, Gdańsk

ZORZA

ZORZA to kolejne nowo otwarte miejsce na mapie Gdańska, a mieści się w samym sercu Głównego Miasta. Czym jest? Na razie to tylko kwiaciarnia i concept store,. Angelika i Mikołaj, jako duet, chcieli stworzyć miejsce, które odczaruje minimalizm i odeśle je w niepamięć. Stawiają mocno na kolory, sezonowość wśród roślinności oraz na estetyczne przedmioty. Dodatkowo ich prace wyróżniają nietypowe kompozycje kwiatowe. Miejsce polecane dla każdego, kto lubi się wyróżnić! A w przyszłości ma zostać tu także otwarta kawiarnia, więc będzie można napić się pysznej kawy w towarzystwie pięknych roślin.

Lawendowa 6/7, Gdańsk

LALAMIDO

CZYLI PORYKIWANIA SZARPIDRUTÓW

PROFUZYJNI METAFIZYCY TELEWIZJI

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ
FOTO: KAROL KACPERSKI

Chyba żaden inny program w historii polskiej telewizji nie był tak szalony jak Lalamido. Wyrastał w oparach słynnego Totartu i ruchów alternatywnych, a skończył po efektownym występie przed premierem. Najsłynniejsza czwórka prowadzących – Krzysztof Skiba, Paweł Konnak „Konjo", Wiganna Papina i Wiesia Warszawska zawładnęli sercami i duszami młodych widzów lat 90. i na stałe trafili do panteonu sław absurdu. A wraz z nimi spore grono innych trójmiejskich artystów i twórców. Wkrótce od jego startu minie 30 lat. Prestiżowi udało się zebrać całą czwórkę. I to chyba po raz pierwszy od ich ostatniego wspólnego występu.

W dzisiejszych czasach realizacja identycznego programu nie byłaby już raczej możliwa. I nie chodzi bynajmniej o grafikę, stylistykę, ale szaleństwo, a przede wszystkim swobodę wypowiedzi. Lata 90. to okres wybuchu wolności i odreagowania po latach komunizmu.
- Myślę że "Lalamido" był dzieckiem obłąkanych lat 90. i ściśle rezonował z odlotem swojego czasu. Choć wiekopomne idejki naszego wylewu medialnego wciąż są obecne chociażby w twórczości Tymona Tymańskiego i Big Cyca, w naszych książkach czy akcjach scenicznych – ocenia Paweł Konnak „Konjo".
- Myślę, że w owym czasie ludzie się „odmrozili" potrzebowali przestrzeni i świeżego powietrza, a przede wszystkim dobrego humoru. I my im to wszystko daliśmy! Dlatego to było i jest takie cenne i niezapomniane! Ludzie chcieli się w końcu cieszyć życiem i oddychać pełną piersią a powietrze nad morzem jest cudowne – dodaje Wiganna Papina.

Pomysł był prosty – program miał pokazywać teledyski młodych, rockowych kapel, najczęściej spoza głównego nurtu, wywiady z artystami, pomiędzy nimi komiczne scenki i skecze, a wszystko podane w dynamicznej i kolorowej oprawie graficznej. I tak właśnie było, ale zebrane w nim osobowości, głównie z trójmiejskiej sceny artystycznej i ich wizja świata spowodowała, że Lalamido stało się pozycją kultową.

METAFIZYKA SPOŁECZNA I DZIAŁANIA MANIAKALNE

Żeby zrozumieć fenomen „Lalamido" warto cofnąć się do lat 80. kiedy kształtują się osobowości twórcze jego głównych bohaterów. Trójmiasto słynie wtedy nie tylko z Solidarności, ale także ruchów artystyczno – happeningowych. Jedną z widocznych postaci jest Paweł Konnak „Konjo", student filologii na UG, który wydaje podziemny magazyn „Gangrena – Tadży - Pao Młodzieży Wegetującej". Redaguje też wychodzące poza cenzurą magazyny „Futurfoto" oraz „Higiena – Przegląd Archeologiczny Metafizyki Społecznej". Co jednak najważniejsze współtworzy Tranzystoryjną For-

mację Totart, której działalność staje się sławna w całej Polsce. Jej członkowie opisują się też jako Imprzejawnikowy Solanarchistyczny Kabaret Profuzyjny „Zlew Polski", Koncern Metafizyczno - Rozrywkowy "Pigułka Progresji", czy też Totart Siódmej Generacji Scorpions. W ramach formacji działa m.in. grupa poetycka „Zlali Mi Się Do Środka".

W tym samym czasie Krzysztof Skiba tworzy w Gdańsku wraz z kolegami anarchistyczny Ruch Społeczeństwa Alternatywnego, potem zostaje m.in. członkiem ruchu Wolność i Pokój, następnie liderem łódzkiej Galerii Działań Maniakalnych zwanej Pomarańczową Alternatywą Łódź, organizatorem i pomysłodawcą niezliczonych happeningów ulicznych ośmieszających władze i propagandę PRL, za co wielokrotnie jest aresztowany. Największą popularność zyskuje w punkrockowej kapeli Big Cyc.
- Zakumplowaliśmy się już w roku 1985, podczas wspólnych akcji politycznych i artystycznych wymierzonych w bolszewickiego najeźdźcę – opowiada Konjo.
Od tego momentu można uznać, że rozpoczyna się ich wspólna historia, która doprowadza ich „Lalamido".

LEKKI PROGRAM WAKACYJNY

W 1990 roku gdańska TVP nadaje program „Telewizja Neptuna" realizowany przez trójkę producentów: Beatę Dunajewską, Magdalenę Kunicką - Paszkiewicz i Yacha Paszkiewicza. Beata Dunajewska pracuje w lokalnej TVP, Magdalena Kunicka – Paszkiewicz ma na koncie m.in. zarządzanie klubem muzycznym Burdel na Suchaninie, a Yach Paszkiewicz jest uznanym twórcą video artu. Paweł Konnak „Konjo" zostaje prowadzącym jako tzw. VJ (Video Jockey).
- Był to sympatyczny wylew popkulturowy a'la wczesne MTV, czyli zakręcony prowadzący, co po betonie medialnym komuny dla wielu widzów było niezłym szokiem kulturowym, kolorowa oprawa scenograficzna, klipy młodych odlotowych kapel, ześwirowane z nimi wywiady – wspomina Konjo. - Dziś taka estetyka nikogo nie rusza, wzbudza oldskulowy sentyment, ale w 1990 i 1991 roku to był wynalazek na miarę odkrycia istnienia walonek, schabowego i zlewozmywaka w wersji dla niesłyszących.
Na początku lat 90., trwa festiwal dopiero co uzyskanej wolności. Szybko przekraczane są kolejne granice, jakby nadrabiano stracone lata, a odreagowywano minione lata zakazów. Rynek telewizyjny próbuje gonić zachód. I właśnie wtedy lokalna „Telewizja Neptuna" przekształca się w ogólnopolskie „Lalamido".
- Agencja Filmowa Profilm otrzymała zlecenie od TVP 2 na produkcję 30 minutowego magazynu rozrywkowego na wakacje. Sama TVP prawdopodobnie absolutnie nie miała pojęcia w co się pakuje. Umowa na program była tylko na 2 miesiące. Po wakacjach program miał być zdjęty z anteny. W założeniach miał być to lekki magazyn muzyczno - rozrywkowy w którym obok teledysków, a jeszcze wówczas ich pojawianie się na antenie budziło zawsze sensację, przeprowadzać miano błahe wywiady z artystami plus pokazy wakacyjnej mody i jakieś żarty – opowiada Krzysztof Skiba.
Agencja Filmowa Profilm należy do działaczy dawnego podziemia – Macieja Grzywaczewskiego i Arkadiusza Rybickiego. Pierwszy zostaje później m.in. szefem TVP1, a drugi wiceministrem kultury w rządzie Jerzego Buzka, a następnie szefem PO na Pomorzu. Nagrania powstają w gdyńskim studiu firmy Elgaz. W latach 90. to jedna z najbogatszych i najbardziej rozpoznawalnych firm Trójmiasta. Jej właściciel Janusz Leksztoń, zaczął swoją przygodę z biznesem od produkcji kotłów, by szybko rozszerzać działalność, m.in. o własną telewizję, agencję reklamową, a nawet linie lotnicze. Później jego biznes rozpada się w atmosferze skandali. Wtedy jednak Elgaz uruchamia jedno z pierwszych, prywatnych studiów telewizyjnych w Polsce.
- Byliśmy absolutnie niezależni godzinowo i realizacyjnie. W Elgazie nie tylko nagrywano program, ale także go montowano i robiono całą postprodukcję. Z TVP wiązała nas tylko umowa, która mówiła o dostarczeniu w określonym terminie nowego odcinka. I to było nasze szczęście. Gdyby program był realizowany siłami TVP kontrola byłaby o wiele większa, a możliwości realizacyjne – paradoksalnie skromniejsze. Nam się zdarzało kończyć zdjęcia o 3 w nocy. W TVP nie byłoby to możliwe – mówi Skiba.

REWOLUCJA ESTETYCZNO - GRAFICZNA

Premierowy odcinek ukazuje się w czerwcu 1992 roku.
Na samym początku za treści odpowiada wspomniana trójka producentów, ale już od 1993 roku autorem całości jest duet Konjo – Skiba.
- Ustalaliśmy wspólnie z Konjem i Wiganną tematy przyszłych odcinków. Konjo pisał swoje zapowiedzi, plus jeden skecz i wierszyk. Ja pisałem swój wykład i ze dwa skecze. Wiganna opracowywała pokazy mody. Konjo pisał Wiesi teksty do kącika epistolarnego. Wspólnie z Konjem pisaliśmy jeszcze absurdalne newsy i układaliśmy sceny do Eksperymentalnego Teatrzyku Lalamido. Konjo robił wywiady z zespołami – wylicza Skiba. - Warto wspomnieć, że na początku lat 90. nie było jeszcze w Polsce MTV ani VIVY. Telewizji muzycznych, które wprowadziły specyficzną estetykę telewizyjną jak ruchoma, żywa kamera, dynamiczni konferansjerzy, komputerowa, migająca grafika, anarchistyczne, często przekroczone żarty. Naszym szczęściem było dobranie świetnej ekipy. Yach Paszkiewicz był w latach 90. nowatorem w dziedzinie drapania po taśmie filmowej, Joanna Kabała i Andrzej Awsiej – dzieci artystycznego podziemia stworzyli tak odjechane tła komputerowe i tzw. jingle, które od razu odróżniały nas od siermiężnej estetyki starej telewizji. Do tego dynamika Konja i absurdalne żarty reszty ekipy – dopełniały całość.

Fot. Arch. Prywatne Krzysztofa Skiby i Pawła Konnaka

SPÓDNICE Z KAPUSTY I NARZĘDZI BUDOWLANYCH

Autorski duet Skiba – Konjo od samego początku uzupełniają dwie barwne dziewczyny: Wiganna Papina i Wiesia Warszawska.
- Zaistniałam w „Lalamido" pewnie zanim powstało – śmieje się Wiganna Papina. - Chyba byłam postacią, która żyła w innej rzeczywistości. Obracaliśmy się z Konjem w specyficznej alternatywnej subkulturze i pewnego poranka zostałam zaproszona do studia na próbę. To nie był casting, bo byłam tylko ja. Płynnie weszłam na żywo opowiadając jakaś wesołą historyjkę i tak już zostało. Jednak niezwykle ważny był fakt, że wyglądałam niebanalnie - z czerwonymi włosami, z czerwonym żabotem, w cekinowym staniku, krótkich aksamitnych spodenkach i obowiązkowo w pończoszkach kabaretkach. W moim wizerunku objawiała się miłość do wielkiej mody gdyż tuż przed powstaniem programu mieszkałam rok w Italii.

Wiganna Papina bardzo mocno udziela się także poza planem, przygotowuje stylizacje i kostiumy.

Wiesia Warszawska, wykształcona muzycznie, związana jest wówczas z Teatrem Muzycznym w Gdyni.
- Któregoś dnia podekscytowane koleżanki wbiegły na próbę z okrzykiem „casting, casting do tv". Zgłosiłam się więc i ja i ... nieoczekiwanie dla mnie wygrałam – wspomina Wiesia Warszawska. - Chociaż, śp. Jurek Gruza powiedział wtedy „Wiesia, ty mówisz, śpiewasz i wyglądasz - spodziewałem się!".

- Pokazy zwariowanej mody w wykonaniu Wiganny były jej całkowicie autorskimi pomysłami. Do legendy przeszła jej odzież z makaronu i mięsa, spódnice z kapusty, czy staniki z pęczków rzodkiewek. Robiła tez stroje z gazet, czarnych worków na śmieci czy narzędzi budowlanych – opowiada Skiba. - A Wiesia obsługiwała Kącik Epistolarny „Ciepłe Udko". Miesięcznie dostawało po 3 tysiące listów z czego 90 procent to były propozycje matrymonialne. Grała też w skeczach, a nawet śpiewała w piosence Big Cyca.

A ich imiona? Prawdziwe czy sceniczne?
- Wiganna była gotowcem zarówno pod kątem imienia i wizerunku. Historia imienia jest krótka i prawdziwa. Moja mama chciała Jadwigę po babci, a mój tata Joannę po filmie Matka Joanna od Aniołów. Od urodzenia jestem wiec Wiganną gdyż Jad-Wiga i Jo-Anna w połączeniu tworzą właśnie imię Wiganna – wyjaśnia Wiganna. - Wychowana w postkomunistycznej, szarej rzeczywistości miałam dzikie pragnienie ożywienia świata przynajmniej kolorami. Do kompletu jeśli chodzi o umysł wychowała mnie mama Wiosna, która była dziennikarką i obieżyświatem obdarzoną alternatywnym poczuciem humoru, do tego piękna i kochająca modę! Czyli wyssałam to z mlekiem matki.

- Wtedy wszyscy używali pełnych imion, a ja za moim... niezbyt przepadałam – wyjaśnia Wiesia. - Używałam zdrobnienia, chyba od zawsze. Więc jak grzecznie przedstawiłam się producentom na pierwszym spotkaniu to zgodnie orzekli: „jej nie trzeba nic zmieniać, i tak nikt nie uwierzy, że można się nazywać „Wiesia Warszawska" – śmieje się Wiesia.

„PIERDŁA W TRAKCIE ROMANSU"

Program robi furorę. Po przaśnych latach PRL-u – dynamiczny, kolorowy, absurdalny, pełen barwnych i nietuzinkowych postaci przyciąga masę młodzieży. Stałym elementem jest muzyka i sztuka. Dlatego Lalamido wypełnia się mnóstwem artystów, tych zawodowych, jak i totalnych naturszczyków, w większości z Trójmiasta.

Dariusz „Brzóska" Brzóskiewicz w każdym odcinku prezentuje dwa wiersze w stylu haiku i jeden głupi dowcip.
- Brzóska to stary frontowiec Totartu. Grywał w skeczach, ale zasłynął jako odtwórca własnych haiku – mówi Skiba.
Innym frontowcem Totartu jest Paweł „Paulus" Mazur, który zasłynął m.in. ze „zlewu", metody pisarstwa polegającej na bezrefleksyjnym zapisie strumienia myśli. W Lalamido tworzy ruchomy komiks „Twins". Obydwaj udzielają się także w skeczach.

Wielką gwiazdą jest Witold Szymański, któremu nadano pseudonim „Pan Witek, gość z Atlantydy". To ekscentryczny, uliczny grajek w kowbojskim kapeluszu z gitarą wykonujący proste piosenki, z których największą okazuje się „Mój koń nie mieści mi się w dłoń".
- Witek to moje autorskie odkrycie. Spotkałem go pod dworcem we Wrzeszczu gdzie wykonywał swoje słynne potem hity. Zabrałem go na koncert, który w tym dniu prowadziłem i tak rozpoczęła się nasza kooperacja – mówi Konjo.
Ekipa Lalamido nagrywa Witkowi wiele teledysków, które emitowane są w programie, jednak w późniejszych latach współpraca zrywa się, gdy ten angażuje się w działalność polityczną, zakłada jednoosobową partię Odrodzenie Narodowe Centrum, a jego program wyborczy zawiera elementy „Mein Kampf".
W Lalamido występuje też Grzegorz Skawiński, który wykonuje parodie muzyczne.
- Z Grześkiem poznaliśmy się na początku lat 90. podczas licznych koncertów rockowych z jego udziałem. Od razu się polubiliśmy i wyczuliśmy w nim niepospolity potencjał kabaretowy. Wszystkie jego parodie z "Lalamido" były super, a mi szczególnie utkwiły te, które żerowały na dorobku grupy Tercet Egzotyczny – opowiada Konjo.

Poza tym niezliczona liczba pojedyńczych występów wszelkiej maści artystów, muzyków i szaleńców.
- Darek Malejonek – rasowy rastaman i punkowiec, kojarzony z legendarnymi formacjami dla polskiego rocka takimi jak Houk, Armia czy Izrael śpiewał w białym garniturze i cylindrze piosenkę „Ekscentryczny dance" Felicjana Andrzejczaka z mocno kiczowatym i głupkowatym tekstem. O tym wykonaniu wspominał nawet Kazik Staszewski, że nie mógł uwierzyć, że to dzieje się naprawdę – opowiada Skiba.

Dwóch muzyków zespołu Piersi na potrzeby Lalamido wykonuje romantyczny utwór o kochance, która „pierdła w trakcie romansu". Ich duet nazwany Jezioro i Płomienie do dzisiaj jest jednym z poszukiwanych nagrań.
- Nie zapominajmy też o wrocławskim poecie zakręconym, Władysławie Demiurgu Zaporowskim i nawiedzonym akordeoniście Czacho – dodaje Konjo.
- Czacho był nauczycielem w technikum. To były czasy masowych zwolnień w stoczniach. I on przebierał się za stoczniowca, któremu odbiło ze szczęścia dlatego gra na akordeonie piosenki – wtóruje Skiba.

JOINT NA ŚNIADANIE

Program szybko zyskuje status kultowego. Szefowa dwójki, Nina Terentiew jest zachwycona, a w 1993 roku Skiba, Konjo, Wiganna i Wiesia w Operze Leśnej w Sopocie odbierają Grand Prix. Ale i mocno balansuje na granicy obyczajowej. Z godziny 8.30 w soboty zostaje przeniesiony na piątki, najpierw na 19.00, a potem na 23.30. Na osłodę zostaje wydłużony czas, z 30 do 40 minut. Autorzy więc brną dalej testując granicę do jakiej mogą się posunąć. W programie występuje

KRZYSZTOF SKIBA

Lalamido było ważnym, ale jednak epizodem w mojej drodze artystycznej. Napisałem wiele piosenek i nagrałam z Big Cycem 18 płyt. Zagrałem 4 tysiące koncertów i imprez. Prowadziłem kilka programów telewizyjnych dla Polsatu i TVP 2. Wydałem kilka książek z opowiadaniami, felietonami i wspomnieniami z czasów PRL i Pomarańczowej Alternatywy. Nagrywałem zabawne felietony dla AntyRadia. Jednak takiej atmosfery twórczej i fantastycznie wesołej jak w czasach Lalamido nie przeżyłem już nigdy. Robię spektakle komediowe w stylu stand up comedy i promuję swoje książki. W czasach PiS wyrzucono mnie z TVP. Ciągle nagrywam piosenki i kręcę teledyski, a nawet gram epizody w serialach. Schudłem ostatnio 25 kg. Wszyscy namawiają mnie abym założył partie polityczną, ale uważam, że to gorsze od pracy szambonurka.

WIGANNA PAPINA

Tak, zdecydowanie moje życie można podzielić na okresy „przed" Lalamido, czas Lalamido i „po" Lalamido gdyż potem nic nie było już takie samo i musiałam opuścić moją ukochaną Gdynię i przenieść się do miejsca moich narodzin czyli Warszawy, którą tez kocham. Pozostałam w zawodzie stylistki, kostiumografki, charakteryzatorki i aktorki, a Warszawa pozwoliła mi rozwinąć skrzydła zawodowe na wielu płaszczyznach i poziomach. Warsztat zawodowy wyrobiłam sobie praktykując prawie przez 8 lat trwania programu .

Właśnie dla sztuki porzuciłam wyuczony zawód geografa z tytułem mgr przed nazwiskiem. Z kabaretu trafiłam prosto do wielkiej polityki współpracując m.in. z Moniką Olejnik, później przyszedł czas na 10 edycji programu „Taniec z Gwiazdami" i kostiumy do kultowego serialu „Niania Frania". Równolegle też prowadziłam kąciki modowe w porannych pasmach śniadaniowych „Dzień Dobry TVN" i „Pytanie na Sniadanie"TVP2 jednocześnie stylizując pary prowadzących, m.in. Dorotę Wellman i Marcina Prokopa oraz Marzenę Rogalską i Tomka Kamela. W moim dossier zawodowym były tez kampanie prezydenckie i parlamentarne dla różnych opcji politycznych gdyż stylista musi być politycznie obojętny. Tworzyłam też abstrakcyjne kostiumy teatralne np. do sztuki „Tango" Sławomira Mrożka dla Opery Kameralnej w Warszawie (przedstawienie jest też grane w Operze Bałtyckiej w Gdańsku), kostiumy do teatrów telewizji z udziałem m.in. Borysa Szyca, Jana Nowickiego, Krzysztofa Globisza, Jolanty Fraszyńskiej.

Pod moją opieką wizerunkową od lat są: Alicja Resich Modlińska, Jolanta Fajkowska, Grażyna Torbicka, Barbara Włodarczyk - to fantastyczne kobiety znające swoją wartość.

Od ponad 20 lat współpracuję z moim ukochanym sopockim klubem Spatif tworząc szalone kostiumy na abstrakcyjne imprezy okolicznościowe takie jak Halloween, tematyczne bale sylwestrowe, Jasełka, obchody Dnia Kobiet etc.

Uwielbiam wolność i dlatego porzuciłam korporację. Jestem teraz wolnym strzelcem i sama wybieram projekty przy których chcę pracować. Nad morzem mogę przewietrzyć umysł i poczuć wiatr we włosach jeżdżąc na rolkach.

Najważniejszą osobą w moim życiu jest mój syn, z którego jestem dumna. Syn posiada kotkę o imieniu Piesek i czasem pozwala mi się nią opiekować. Mam wiec kota, czasem. Urodziłam się po po prostu szczęśliwa czego i państwu życzę, bo zawsze można „urodzić się na nowo". „Życie jest piękne, a ludzie są dobrzy"- to moje motto.

WIESIA WARSZAWSKA

Po Lalamido świat już nie był taki sam. Spotkała mnie rozpoznawalność nawet w środku dnia, na ulicy, a na dźwięk wypowiadanych słów „Wiesia Warszawska" dosłownie pojawiał się uśmiech na ustach spotykanych osób. Nie byłam na to przygotowana, ale było to bardzo miłe. Pracując później w agencji i szkole dla modelek, którą założyłam, by uzbierać na swoją wymarzoną pracownię aranżacji wnętrz ta rozpoznawalność bardzo mi się przydała. Dodała mi skrzydeł. Na szacunek i wiarygodność musiałam sobie jednak już sama zapracować.

Całe swoje życie byłam związana z designem, ze sztuką, z modą, z artyzmem, ze śpiewem i z muzyką. Odkąd pamiętam przerabiałam lub sama szyłam sobie ubrania, mój tato na szczęście nie wyrzucił mnie z domu za swój ślubny garnitur, który kompletnie przerobiłam i przez rok nosiłam do szkoły mając pod spodem tylko własnoręcznie ufarbowany podkoszulek - rzecz jasna męski i rzecz jasna na czarno! Dziś na szczęście jest mi łatwiej, gdyż ubiera mnie wspaniała synowa, która święci ogromne sukcesy na polu mody kobiecej ze swoim studio Ismena. Na potrzeby dzisiejszej sesji specjalnie dla mnie wykonała tą piękną kreację. niemniej tacie za garnitur pięknie dziękuję!

Z meblami jeździłam regularnie po pokoju i po domu, wprawiając rodziców w osłupienie doszczętnie je ograbiając z wszelkich zdobień i dodatków. To zamiłowanie do dekoracji odbiło się później w najpiękniejszej możliwej dla mnie formie, stało się moją profesją i moim sposobem na życie. Kocham architekturę, minimalizm i sztukę. W tej kolejności.

Jestem niepoprawną optymistką, wielką miłośniczką zwierząt, natury i czerwonego wina. Weganka, ekolożka i demokratka z przekonań. Wolność słowa to moja filozofia życiowa, a najważniejsza jest dla mnie rodzina. Dziś i zawsze. Dziękuję za każdy dzień spędzony z najbliższymi. i jeszcze jedna rzecz się zmieniła u mnie: nie żyję już by pracować, tylko pracuję by żyć.

Kocham i jestem kochana. Jestem szczęśliwa. Mam najwspanialszego partnera i syna na świecie.

PAWEŁ „KONJO" KONNAK

Po zdjęciu z anteny "Lalamido" od roku 2001 byłem m.in. nadwornym konferansjerem Ich Troje. Do roku 2007 poprowadziłem na całym świecie około 500 koncertów kapeli Michała Wiśniewskiego. Do roku 2017 prowadziłem około stu imprez rocznie. W latach 2010 -2018 napisałem kilka książek dla Narodowego Centrum Kultury, opisujących dzieje sarmackiej socjety alternatywnej i nie tylko. Wydałem też pięć tomów poetyckich, z których "Król festynów" z roku 2009 był nominowany do zaszczytnej literackiej Nagrody Nike. Chwilowo moją największą porażką jest fakt, iż od kilku lat prowadzę mało higieniczny tryb życia. Ale ponieważ wciąż jestem piękny i młody to wierzę, iż wszystko jeszcze przede mną.

Agnieszka, wielokrotna miss konkursów mokrego podkoszulka.
- To było nagrywanie niby konkursu z cyklu „Wielcy mistrzowie malarstwa europejskiego. Zgadnij jaki to obraz". Konkurs dotyczył słynnego obrazu „Śniadanie na trawie" Eduarda Maneta z 1863 roku, a którego oryginał jest w Paryżu w Luwrze. Jak na XIX wiek był to skandal, bo na kocyku siedzi sobie dwóch ubranych panów i goła baba. Obok kosz z owocami i rozrzucone ubrania kobiety. W tej przesympatycznej atmosferze panowie na luzie oddają się konwersacji podczas śniadania. W naszej wersji odtworzyliśmy skrupulatnie scenę z obrazu, a samo śniadanie na trawie było w wersji wspólnego palenia jointa – opowiada Skiba.

- Chłopcy wymyślili nazwę ciastkarni pt. "Słodka dziurka im. Teresy Orlowsky". Wtedy producenci pojawili się na planie gdyż był to jednak program dla młodzieży, ale... i tak poszło na antenie – mówi Wiganna Papina. - Mogliśmy właściwie wszystko. I politycznie i lifestylowo nie było granic – dodaje.

Co ciekawe nie było ingerencji w treść programu, ani prób wstrzymania emisji.
- Co nie zmienia faktu, że już wówczas atakowała nas prasa prawicowa, zarzucając demoralizację młodzieży i szyderę z tzw. zwykłych Polaków – mówi Konjo.

Oprócz dyżurnych twórców w Lalamido występują znani muzycy, którzy udzielają krótkich wywiadów, a także puszczane są ich teledyski. Przez program przetacza się cała czołówka tzw. sceny alternatywnej, m.in.: Dezerter, Bielizna, KSU, Blenders, Golden Life, Acid Drinkers, Tymon Tymański, czy też O.N.A, IRA. Dla niektórych była to szansa na szersze zaistnienie, jak np. Liroy'a. Za kulisami jest równie gorąco jak na wizji.

- Konjo miał przeprowadzić wywiad z Pawłem Kukizem, ale ten ze zmęczenia nie był w stanie odpowiedzieć na żadne pytanie. Może jedno zdanie było zrozumiałe. W trakcie wywiadu demonstracyjnie rozwalił o ścianę swoją nową płytę. – Pamiętam też, że jeden z członków zespołu nosił za nim telefon komórkowy, a wtedy to były takie pięciokilowe radiostacje – opowiada Skiba.
- I rzucił tym telefonem w Skibę, który namawiał go na ten wywiad. Nazwał go „bolszewikiem" i „agentem Oleksego" – uzupełnia historię Konjo.

GACIE W DÓŁ, KONIEC ZABAWY

Jest 1999 rok. Lalamido nadaje już siódmy rok. Na liczniku ma 200 odcinków. Wiesię Warszawską zastępuje Magda Bem. W katowickim spodku trwa gala rozdawania nagród radiowych. Na widowni jest m.in. Jerzy Buzek, premier z ramienia AWS. W pewnym momencie na scenę wchodzi Skiba i pyta publiczność co ma pokazać premierowi – dupę czy kolano? Wybór pada na to pierwsze, więc Skiba się odwraca, wypina i pokazuje goły zad. Premier oburzony opuszcza widownię.

- Po skandalu z premierem Buzkiem, kiedy zdjąłem gacie Profilm nie dostał przedłużenia umowy na kolejne odcinki. Pożegnano nas w białych rękawiczkach mówiąc magiczne słowa, że „formuła programu już się wyczerpała" – mówi Skiba.

Lalamido przechodzi do historii i stopniowo zyskuje status legendy. W sieci krążą nagrania, działa profil na FB, a ludzie poszukują wybranych nagrań. W 2017 w Poznaniu odbywa się koncert z okazji 25 - lecia Lalamido. Jest Siba i Wiganna. Im więcej mija lat tym bardziej trudno uwierzyć, że tak totalnie nieskrępowany program leciał na antenie publicznej telewizji. Czy mógłby ponownie pojawić się w przestrzeni publicznej?

- Nie wiem – zastanawia się Wiesia Warszawska. - Byliśmy pionierami. Prezentowaliśmy co tydzień kilka zespołów muzycznych, bardzo znanych, ale też nie znanych nikomu. W naszym programie były nowości, o których nie można było się inaczej dowiedzieć, jak tylko jeszcze ewentualnie z radia. Trzeba sobie wyobrazić, że nie było mediów społecznościowych, Youtube'a, czy innych środków internetowego przekazu, a tu co tydzień pojawia się czwórka szaleńców przedstawiająca surrealistyczne i kosmiczne spojrzenie na rzeczywistość, mocno przeplatane teledyskami, wywiadami i nowinkami z alternatywnej sceny muzycznej.

- Jak śpiewał Bob Dylan: "Odpowiedź zna tylko wiatr..." mam ochotę na udział w wielu wydarzeniach artowych. Nie wykluczam żadnej opcji – deklaruje Konjo.

- Bardzo chętnie mogę popracować nad reaktywacją, ale tylko w tym samym składzie. Tym bardziej, że mamy teraz świetne przygotowanie zawodowe i lata praktyki bo wszyscy pozostaliśmy artystami rewiowymi. Zawsze mam ochotę na optymizm, radość i pozytywne wibracje a tym jest wlasnie Lalamido – mówi Wiganna Papina.

Najbardziej ostrożny jest Skiba, dzisiaj najbardziej aktywny scenicznie z całej czwórki.
- Myślę, że to były inne zwariowane czasy. Nie da się dzisiaj zrobić powtórki Lalamido. Kilka lat temu zrobiłem w urodziny Lalamido koncert z udziałem zespołów, które tam się pokazywały. Wystąpili m.in. IRA, Sztywny Pal Azji, KSU, Kobranocka i Big Cyc. Koncert odbył się w Poznaniu w hali Areny. Sprzedano około 5 tysięcy biletów – mówi Skiba. – No, ale zbliża się kolejny jubileusz...

MIEJSCE: LUKS SFERA
MAKE-UP: KASIA KODROŃ

CARRARA

TAM, GDZIE KAMIEŃ ŻYJE I ODDYCHA

AUTORKA: EWA KAROLINA CICHOCKA

Alpy Apuańskie leżące na skraju Toskanii wyglądają w środku lata jak pokryte śniegiem. Biel na szczytach nad Carrarą to barwa skał w kamieniołomach marmuru. To stąd, pochodzi najbardziej znany marmur kararyjski, w którym rzeźbił Michał Anioł, Bernini czy Mitoraj. A podawana tu jako lokalny przysmak peklowana w kamiennych kadziach słonina lardo – jest biała jak… marmur.

Carrara to nieduże toskańskie miasteczko, leżące pomiędzy Morzem Liguryjskim a pasmem Alp Apuańskich (należących do Apeninów). I to te skaliste szczyty wyglądające z daleka jak pokryte śniegiem skrywają najbardziej znany i poszukiwany na świecie biały marmur kararyjski. Powstał on z wapienia jurajskiego pod wpływem procesów metamorficznych przed milionami lat i szczyci się unikalną jasną barwą z charakterystycznymi szarymi żyłkami. Dziś za 30-tonowy śnieżnobiały blok najwyższej jakości można zapłacić około 50 tys. euro. Jako wyjątkowy materiał służył już starożytnym Rzymianom do budowy świątyń i pałaców, a później do dekoracji średniowiecznych kościołów, aż wreszcie w renesansie stał się ulubionym materiałem rzeźbiarzy. To tu w okolicach Carrary wyjątkowe, marmurowe bloki miesiącami poszukiwał Michał Anioł. Wówczas zdobycie idealnego bloku marmuru we Florencji czy Rzymie bywało trudne, stąd twórca wyruszył w rejony Carrary, zyskując także niezwykłą wiedzę od lokalnych kamieniarzy. „Dla niego, mlecznobiały marmur był żywą materią, która oddycha, czuje, wydaje swąd" – pisał w powieści pt. „Udręka i ekstaza" o życiu artysty Irving Stone. I z takiej „żywej" kararyjskiej białej skały powstały genialne rzymskie dzieła Michała Anioła – słynna Pieta z Bazyliki św. Piotra i grobowiec papieża Juliusza II ze znaną rzeźbą Mojżesza z Bazyliki św. Piotra w Okowach. W kararyjskim marmurze tworzyli także – wcześniej Fillipo Brunelleschi i Giovanni Lorenzo Bernini.

OD MOJŻESZA DO CADILLACA

Dziś miasteczko przyciąga rzeźbiarzy, ale też turystów, którzy trafiają do katedry św. Andrzeja, a zarazem pierwszego średniowiecznego kościoła wykonanego niemal w całości z marmuru. W jednym z domów na placyku przed duomo z romańsko-gotycką fasadą z misterną marmurową rozetą mieszkał pięć wieków temu Michał Anioł. Dziś obok katedry stoi kopia jego Mojżesza, a w pobliżu organizowane są plenerowe warsztaty, gdzie używając młotka i dłuta można przekonać się, jak trudny w obróbce jest marmur. Na ścianach pobliskich domów, najprawdopodobniej dawnych kamieniarzy i rzeźbiarzy umieszczono stare sprzęty, jakich używano do obróbki kamienia przed wiekami. Na skwerach i ulicach niemal za każdym zaułkiem można znaleźć marmurowe dzieła, pomniki, fontanny, a nawet trwałe elementy infrastruktury miasteczka. Są przeróżne – stylizowane, będące kopią dawnych mistrzów, abstrakcyjne, ale też naśladujące

Fot. Canva

Fot. Ewa Karolina Cichocka

Fot. Canva

współczesne przedmioty jak chociażby naturalnej wielkości marmurowa limuzyna.

ROZEBRANE GÓRY

Ale prawdziwe zagłębie cennej, białej skały znajduje się w oddalonych o kilka kilometrów na wschód górach. Jadąc krętymi i wznoszącymi się drogami wjeżdżamy w krainę wąskich dolin wśród poszarpanych białych szczytów. Najwyższe wierzchołki sięgają do 2 tys. m n.p.m. Tu można samochodem pokrążyć po okolicy wypatrując skalnych wyrobisk – cave di marmo, od rzymskich pamiątek, po współczesne zakłady produkcyjne wyposażone w ciężki sprzęt, koparki, ciężarówki i palniki do cięcia skał. Drogi i opony samochodów pokrywa wszechobecny biały pył. Niezwykle wyglądają wierzchołki gór, częściowo rozebrane z wyciętych ogromnych marmurowych sześcianów i plastrów białego marmuru. Jakby ktoś rozkładał je z gigantycznych, białych klocków. Po drodze można spotkać miejsca dawnych plenerów rzeźbiarskich, gdzie pozostały wykonane amatorskie prace. Dopiero tam docenia się trud obróbki twardego kamienia, talent i finezję dawnych rzeźbiarzy i… brak wprawy amatorów. Można też skorzystać ze zorganizowanych wycieczek terenowymi samochodami, których trasa biegnie przez kamieniołomy, jaskinie i pracownie rzeźbiarskie.

GÓRSKA SŁONINA, CZYLI LARDO DI COLLONATA

Główną miejscowością pozyskiwania marmuru była Collonata. Mała górska wioska, położona ponad 500 m n.p.m. i licząca ledwie kilkuset mieszkańców, dziś jest celem wycieczek na marmurowym szlaku. Małe domki zawieszone są na skalnych półkach, wciśniętych w górską dolinkę otoczoną kamieniołomami. Przy małym placyku znajduje się kościółek, a wokół przy stromych uliczkach domki dawnych górników i kamieniarzy. Można sobie tylko wyobrazić jak ciężka była praca tutejszych górników w chłodzie zimy i skwarze lata. Nie dziwi więc fakt, że musieli odżywiać się dość kalorycznie i że w ich menu znalazła się… słonina, nazywana tu lardo di Collonata. To tradycyjnie utwardzana przez pół roku w marmurowych kadziach wieprzowa słonina z dodatkiem czosnku, soli, pieprzu i rozmarynu, która posiada chronione oznaczenie geograficzne (protected geographical indication PGI).

Dziś jest znanym kulinarnym delikatesem, a podaję się ją w formie cieniutkich plasterków, podobnie jak długodojrzewające szynki. To oferta licznych tu dziś larderii, lokali podających głównie miejscową słoninę z pieczywem i winem. W zacienionym winoroślą patio można chłodnym winem spłukać pył z gardła i na tej uczcie na ogół kończy się zwiedzanie kamieniołomów.

MIĘDZY RZEŹBAMI A OLIWKAMI

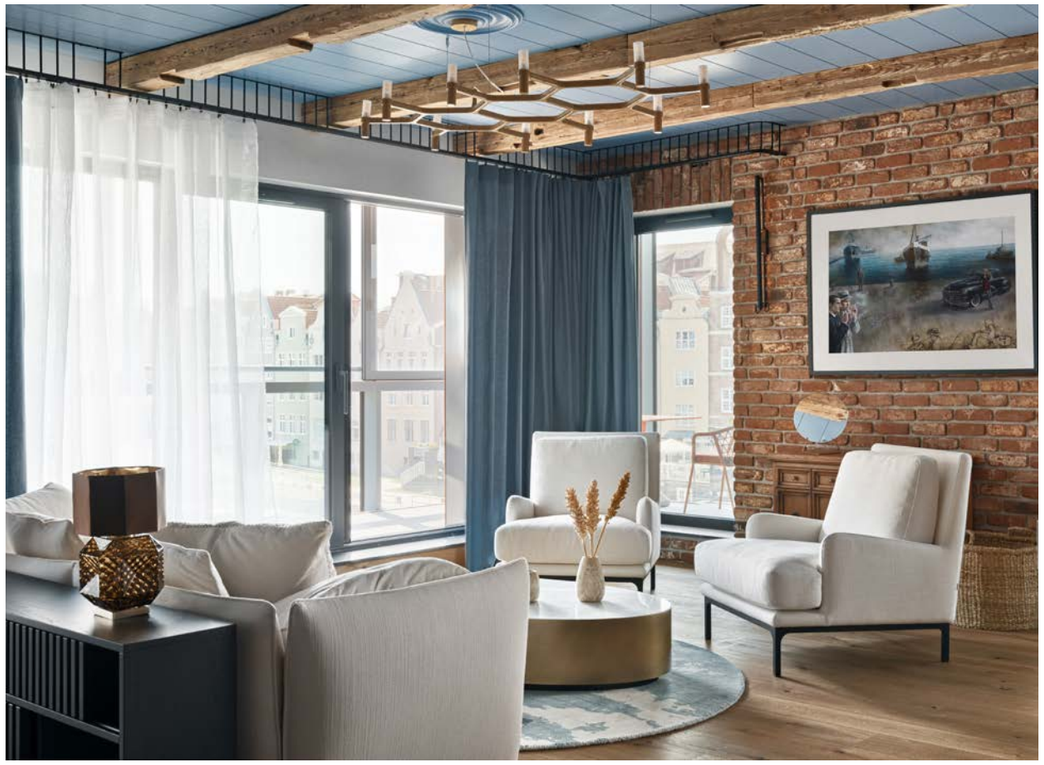
Kilkanaście kilometrów na południe od Carrary i Collonaty znajduje się kolejna miejscowość na rzeźbiarskiej mapie Toskanii. To Pietrasanta czyli „święty kamień", liczące niespełna 25 tys. mieszkańców miasteczko, które kontynuuje dawne tradycje rzeźbiarskie. W nazywanym współcześnie „małymi Atenami" znajduje się kilkanaście odlewni brązu i wiele pracowni. Tu powstawały prace Henry'ego Moore'a, Pietro Cascelli czy Mitoraja. Ba, rzeźbiarskie pasje realizowała tu nawet znana z ekranu Gina Lolobrigida. Wąskie uliczki i place stanowią wyjątkową galerię rzeźbiarską w plenerze, a na porannej kawie przed katedrą można spotkać znane osobistości. Tu swoją pracownię otworzył nazywany wskrzesicielem piękna Igor Mitoraj, dzieląc artystyczne życie na Francję i Włochy. Odkrył tam marmurowe kamieniołomy i odlewnie brązu. W końcu za namową przyjaciela, artysty kolumbijskiego pochodzenia Fernando Botero kupił tu dom i otworzył własną pracownię, a także uprawiał oliwki i tłoczył własną oliwę. Uważał, że w tym mieście nauczył się rzeźbić. Tu powstawały czerpiące z antyku i odwołujące się do warsztatów mistrzów Michała Anioła, czy Antonia Canovy jego monumentalne rzeźby. Okaleczone i pogruchotane torsy, obandażowane twarze i niewidzące oczy tak charakterystyczne dla artysty, jako obiekty dialogu współczesności z przeszłością istnieją dziś w przestrzeni wielu nowoczesnych metropolii. Rzeźby i rysunki Igora Mitoraja pokazano na 120 wystawach indywidualnych na całym świecie.

Mistrza Mitoraja i honorowego obywatela miasteczka pochowano w Pietrasanta siedem lat temu. W kilka miesięcy później zorganizowano mu wspaniałą plenerową wystawę. Rzeźby, obrazy, scenografia do spektakli operowych w mediolańskiej La Scali i Arenie w Weronie oraz odlewy usytuowano na placach miasteczka oraz w dawnym klasztorze Sant'Agostino. Niebawem w przebudowanej dawnej hali targowej w mieście zostanie otwarte, pierwsze na świecie muzeum, poświęcone artyście.

ZATOPIONY W BŁĘKICIE

PROJEKT: SIKORA WNĘTRZA
TEKST: KLAUDIA KRAUSE-BACIA
ZDJĘCIA: TOM KUREK

Jak wygląda połączenie atmosfery nadmorskiego kurortu z historycznym Gdańskiem? Jan Sikora widzi to właśnie tak! Zatopiona w błękicie przestrzeń w towarzystwie starych dębowych belek i cegły zestawiona z minimalistyczną nowoczesnością. Tu kluczem do dobrego designu jest po prostu umiejętna rozmaitość.



Na Wyspie Spichrzów, w kompleksie Deo Plaza projektu pracowni KD Kozikowski Design jedno z wnętrz zaaranżował Jan Sikora z Sikora Wnętrza Architektura.

- Pracując nad tym projektem zadałem sobie pytanie: jak wyglądałoby połączenie atmosfery nadmorskiego kurortu z historycznym Gdańskiem? Z moich analiz wyszło dość szybko, że nastrój Gdańska to cegła, stare dębowe drewno i stylowe meble. Skontrastowałem to z błękitem i lekkością stylu nadmorskiego domu. Dodałem do tego topowe światowe wzornictwo, wszak Gdańsk to międzynarodowe wpływy, nie tylko hanzeatyckie - podkreśla architekt.

Rzadko spotyka się mieszkania, które kipią jednym kolorem. W tym gdańskim mieszkaniu dominuje błękit w kilku odsłonach. Inny znajdziemy na ścianach i suficie, inny na meblach, zasłonach i dodatkach. Ten czysty błękit o głębokim odcieniu w pełni oddaje lekkość morskiego sąsiedztwa. Jednak, by uwydatnić charakter Gdańska wnętrze apartamentu skontrastowano z ciężkimi, historyzującymi elementami: drewnem w postaci starych dębowych belek oraz surowej cegły, która jest jednym z najbardziej charakterystycznych materiałów budowlanych miasta.

Kontrastów jest więcej. Wnętrze pełne jest zarówno nowoczesnych, jak i bardziej tradycyjnych elementów wyposażenia. Tuż za rzeźbionym biurkiem znajduje się wielka szklana ściana oddzielająca salon od sypialni. A obok detali inspirowanych architekturą miasta widnieją designerskie lampy czy obrazy autorstwa Marioli Jaśko i Mariusza Krawczyka.

- To, co osobiście podoba mi się w efekcie finalnym, to fakt, że wnętrze jest zarazem spokojne, jak i dość poważne w swoich formach. Szczególni upodobałem sobie zestawienie starych odzyskanych belek z lekkim niebieskim deskowaniem. To wnętrze urządzone w gdańskim stylu współczesnym - stylu, który dopracowuję od lat w takich realizacjach jak np. Hotel Number One - podkreśla Jan Sikora.

„SOPOCIANKI”

MARTY FREJ

AUTORKA: HALINA KONOPKA | **FOTO:** KAROL KACPERSKI

Lekarka, listonoszka, malarka i działaczka polonijna. W Sopocie powstał mural przedstawiający postacie kobiet, które szczególnie zapisały się w 120-letniej historii miasta. Autorką „Sopocianek” uwiecznionych na jednej ze ścian Hali 100-lecia Sopotu, jest znana ilustratorka Marta Frej.

Z okazji 120 rocznicy powstania Sopotu, miasto postanowiło w nieprzeciętny sposób wspomnieć kobiety, które zapisały się na kartach historii nadmorskiego kurortu. Aby przypomnieć ich życiorysy, a jednocześnie zainspirować młodsze pokolenia, na jednej ze ścian Hali 100-lecia Sopotu powstał mural upamiętniający cztery sopocianki: malarkę Józefę Wnukową, wybitną lekarkę i działaczkę Jadwigę Titz-Kosko, nauczycielkę i feministkę Marię Moczydłowską oraz Mariannę Zielonke (Selonke), która zasłynęła jako posłaniec pocztowy na trasie Sopot-Gdańsk. Za projekt odpowiada znana ilustratorka Marta Frej.

Projekt muralu „Sopocianki” powstał w trakcie czterech spotkań warsztatowych. Pierwsze spotkanie miało formę pracy koncepcyjnej nad muralem. Artystka i uczestniczki warsztatów wybrały treści oraz poszukiwały najlepszego sposobu przedstawienia wyłonionych w drodze plebiscytu postaci. Kolejne trzy spotkania stanowiły pracę warsztatową nad stworzeniem szablonów. W projekcie wzięli udział również mieszkańcy. To oni wybrali kobiety, które przedstawiono na muralu, a raczej kilku mniejszych obrazkach przedstawionych w formie znaczków pocztowych, które dumnie zdobią ścianę hali sportowej.

Malunek powstał z inicjatywy Goyki 3 Art Inkubatora. Sopocka instytucja kultury, będąca jeszcze co prawda w budowie, z powodzeniem działa od ponad roku w siedzibie tymczasowej, organizując różne działania w przestrzeni miejskiej, m.in. warsztaty kreatywne, czytania performatywne oraz rezydencje artystyczne. Wiele z tych działań dotyczy zagadnień związanych z kobietami i feminizmem, a najświeższym z nich jest właśnie sopocki mural.

ASP

NAJLEPSZE DYPLOMY

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI

W Zbrojowni Sztuki w Gdańsku odbyła się XII edycja Ogólnopolskiej Wystawy Najlepszych Dyplomów Akademii Sztuk Pięknych. Wyłoniono sześciu zwycięzców z ośmiu polskich uczelni o profilu artystycznym, którzy oprócz promocji swojej twórczości, otrzymają nagrodę główną oraz możliwość zorganizowania własnej wystawy. Organizowana przez gdańską ASP wystawa promuje młode talenty z całego kraju oraz wspiera początkujących twórców w samodzielnym zaistnieniu na rynku sztuki. Na łamach Prestiżu prezentujemy zwycięskie prace młodych artystów.

ŁĄTKA

Autor:
Bartosz Ługowski
Technika:
rzeźba / drewno - tworzywo sztuczne, VR, smartfon
Promotor:
prof. dr hab. Wiesław Koronowski

Praca składa się z dwóch części: rzeźb, które stanowią część wystawy oraz rzeczywistości wirtualnej. To właśnie za pomocą tej technologii widz wchodzi w prawdziwą interakcje – poprzez okulary VR może obejrzeć rzeźby, stworzone w programie graficznym lub za pomocą smartfonu, wyświetlać go na ekranie urządzenia i obserwować z każdej strony.

TYMCZASOWA MAPA TYMCZASOWYCH MIEJSC

Autor: Hanna Shumska
Technika: malarstwo, wideo, VR
Promotor: dr hab. Dominik Lejman, prof. UAP

Praca dotyczy konfliktów zbrojnych i ich przedstawień w Internecie, a co za tym idzie – nadmiarem informacji i jego wpływu na rzeczywistość wirtualną. Wyświetlana przez nowe media mapa spersonifikowana łączy w sobie rzeczywiste i wirtualne miejsca, które dotyczą wojny na Ukrainie. Jest połączeniem tradycyjnego malarstwa i wyświetlanego cyfrowego obrazu. Dodatkowo każdy uczestnik może wchodzić w interakcje z pracą za pomocą specjalnej aplikacji na smartfona.

PURE POLISH

Autor: Julia Dorobińska
Technika: instalacja wideo
Promotor: prof. Mirosław Bałka

Artystka zestawia ze sobą dwie perspektywy – człowieka i zwierzęcia, a wideo podzielone jest na trzy części. Pierwsza z nich pokazuje konia arabskiego w naturalnym środowisku, druga ma miejsce w hali treningowej, a trzecia przedstawia pejoratywne określenia używane przez Polaków wobec ludzi z Bliskiego Wschodu. Praca ma wyrażać pewnego rodzaju dysonans między antropomorfizacją koni, a odczłowieczaniem obcokrajowców przez Polaków.

NIE MOŻNA ŻYĆ SZCZĘŚLIWIE, NIE ŻYJĄC GODNIE, MORALNIE I UCZCIWIE

Autor: Wiktoria Walendzik
Technika: technika rzeźbiarska
Promotor: dr hab. Kamil Kuskowski, dr Artur Malewski

„Wanna", „Łabędź", „Fotel z panem", „Piesek" oraz „Sexy Mysz z elementami stroju Crystal Maiden" to pięć osobnych rzeźb. Inspiracją stały się takie wątki jak: autoportret, mebelkarstwo, przenoszenie elementów płaskiego obrazu na przedmioty trójwymiarowe, instagramowość rzeźby, a przede wszystkim rzeźbienie samo w sobie.

JESTEM Z MAŁEJ WSI

Autor: Zuzanna Śmigielska
Technika: malarstwo, wideo, dźwięk
Promotor: prof. dr hab. Henryk Cześnik

To interakcja pomiędzy tradycyjnymi aspektami sztuki a nowymi technologiami, która ukazuje cykl sześciu „żywych obrazów". Ich bohaterami są mieszkańcy rodzinnej miejscowości autorki. W pierwszym etapie artystka nagrała filmiki, które stały się podstawą kompozycji malarskiej. Wszystkie postacie spotykają się w jednym czasie, ale jest to proces – malarstwo i wideo nachodzą na siebie, ożywiając statyczny obraz.

SEKCJA

Autor: Klaudia Nachumeniuk
Technika: rzeźba / drewno - metal
Promotor: prof. Mariusz Białecki

Praca wchodzi w dialog z tematami ekologii i ekoestetyki. Autorka próbuje zwrócić uwagę na duchowe życie roślin, w tym przypadku drzew oraz zaprotestować wobec masowego wycinania lasów. Artystka wykorzystała pień, jako „zwłoki drzewa" oraz stół do sekcji, a także pełną dokumentacją medyczną z sekcji zwłok. Odwraca to myślenie o roślinach, jako o materiale produkcyjnym, pokazując że też są pełnoprawną formą życia.

Fot. Mat. Prasowe

KRAKEN

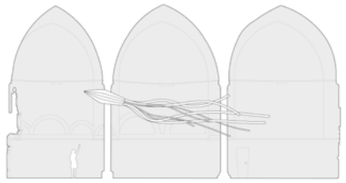
AUTORKA: HALINA KONOPKA

Ma prawie 13 metrów długości, waży 250 kilogramów i został zamocowany pod sufitem Wielkiej Hali Dworu Artusa. To kraken, gigantyczna rzeźba znanego designera Oskara Zięty. Ta stalowa kałamarnica do końca listopada będzie unosić się nad głowami zwiedzających.

Skąd ogromny stalowy głowonóg o falujących mackach znalazł się w jednym z najbardziej reprezentacyjnych zabytków Gdańska? Wszystko za sprawą wystawy „W głębi odbicia", którą można zobaczyć w Dworze Artusa i Domu Uphagena do 28 listopada. W tych dwóch oddziałach Muzeum Gdańska widzowie mogą podziwiać ponad 100 autorskich projektów Oskara Zięty w formie krzeseł, luster oraz innych obiektów, które stanęły obok historycznych eksponatów. Zdecydowanie największym i najbardziej spektakularną rzeźbą jest kraken, który został stworzony specjalnie na tę wystawę. Ta stalowa rzeźba zawieszona pod gotyckim sklepieniem Dworu Artusa składa się z niemal czterometrowej głowy, z której wyrasta osiem, falujących macek o długości od 5 do 10 metrów.

- Kraken to mityczny postrach marynarzy. Nowoczesną rzeźbę, olbrzymi eksperyment, przygotowaliśmy tak, by korespondowała z wystrojem miejsca, ale i Gdańska. To w Dworze Artusa spotykali się kupcy i dyplomaci, to tu opowiadano sobie przeróżne historie o morskich potworach i to na Długim Targu znajduje się fontanna Neptuna, którego syn Tryton był opiekunem morskiego potwora. Mam nadzieję, że tak przygotowana i przemyślana interwencja w historię dwóch ciekawych oddziałów Muzeum Gdańska stanie się jedną z letnich atrakcji turystycznych Gdańska — tłumaczy Oskar Zięta.

Kraken unosi się w Wielkiej Hali pomiędzy historycznymi modelami okrętów, które tworzone były na potrzeby handlu z Kampanią Wschodnioindyjską. Stalowy stwór przywodzi na myśl morskie głębiny, jednak nie trudno o skojarzenia z kultowym wyciskaczem do cytrusów Philippe Starcka, czy rzeźbami Louise Bourgeois. Jednak co najważniejsze, w projektach Zięty można dostrzec tytułową „głębię odbicia", w której zabytkowe przestrzenie, dzieła sztuki i muzealne eksponaty ulegają nieopisanej transformacji w refleksach błyszczącej, wypolerowanej stali.



WIATR

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

Co łączy ludzi znad morza i ludzi z gór? Jedni i drudzy znają i szanują potęgę wiatru. Wiatr dyktuje swoje warunki, ale stwarza też możliwości, żeby wyruszyć w podróż czy przeżyć przygodę. Jest sprzymierzeńcem poszukiwaczy adrenaliny, a poprzez chaos powołuje nowy porządek. Bywa porywczy i nieprzewidywalny, ale też łagodny o rześki. Z wiatrem mierzą się ilustratorki Aleksandra Serocka i Agata Stachowiak.

Pojedynek Rysowników

ALEKSANDRA SEROCKA

projektantka graficzna, malarka, feministka. Najczęściej rysuje cielesność i kobiety, kocha pieski i dobre jedzenie.

Rysuję bo ... mnie to uskrzydla, znajduję w tym ukojenie i czuję się częścią pięknego świata sztuki.

Mój pierwszy rysunek przedstawiał ... bizona składającego się z prostokąta i czterech patyków zamiast nóg oraz uśmiechu. Mój tata wydrukował go sobie na koszulce.

Muzyka i samotność ... pobudzają moją kreatywność

Artysta dojrzewa, kiedy ... dalej tworzy, w chwilach, kiedy inni mówią, żeby przestał.

Największe wyzwanie to ... przestanie się bać brzydoty, popełniania błędów i porażek.

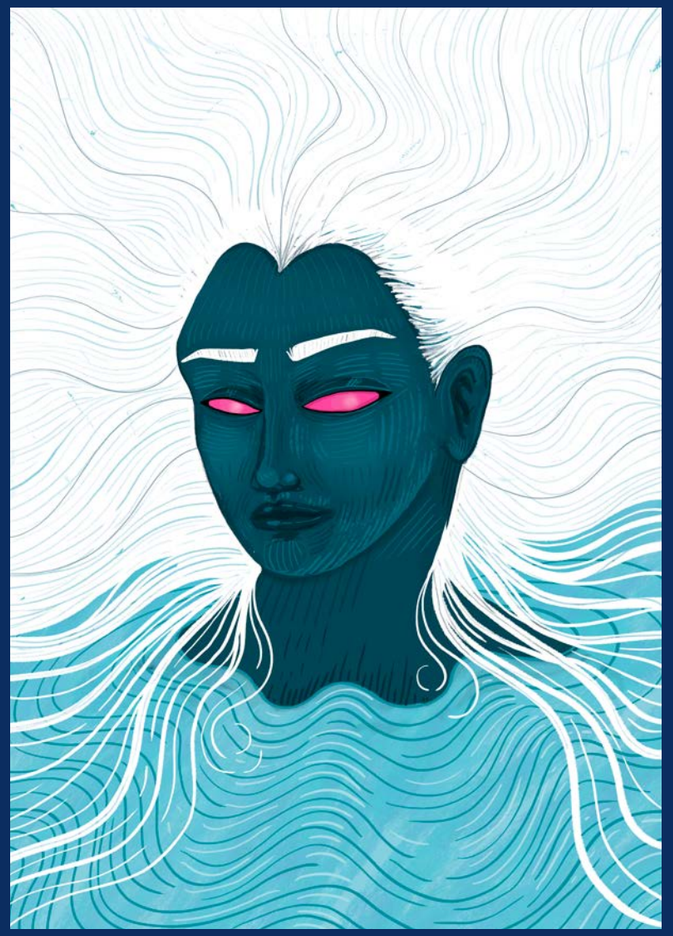
Jaki jest wiatr nad trójmiejskim morzem? Jest nieokiełznany, przeszywający i morski. Nie wyobrażam sobie Trójmiasta bez wiatru.

Z wiatrem czy pod wiatr? Wolałabym z wiatrem, chociaż rzadko kiedy mi się to zdarza.

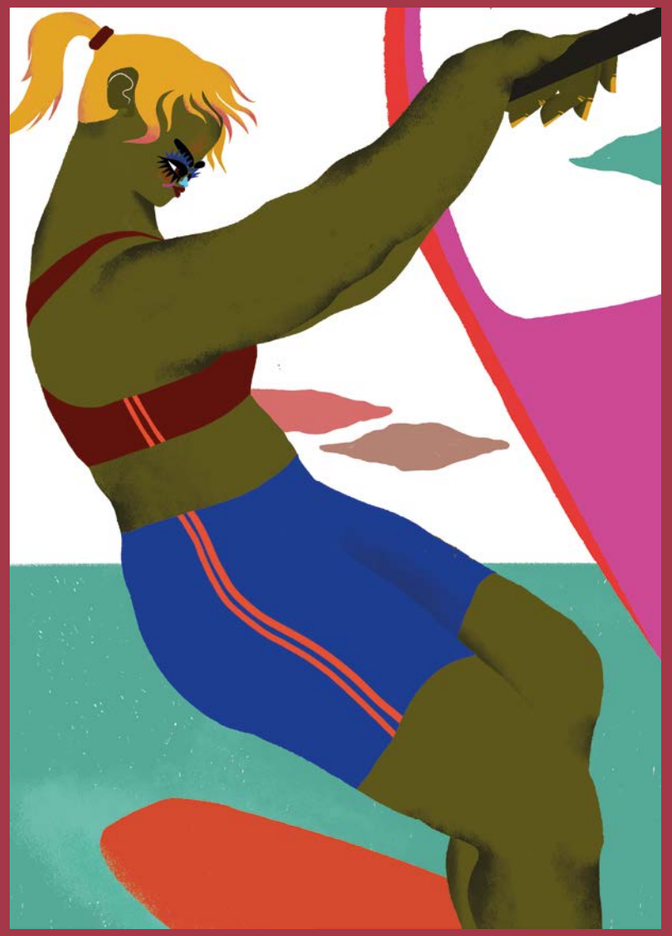
Co robi wiatr we włosach? Uszczęśliwia.

Komu wieje wiatr w oczy? Od czasu do czasu chyba każdemu.

Co się dzieje ze słowami rzuconymi na wiatr? Mam nadzieję, że kiedyś powrócą.



AGATA STACHOWIAK



ilustratorka; wyprowadziła się z Poznania do Gdańska, miłośniczka jedzenia i relaksu wśród natury

Rysuję, bo ... lubię.

Mój pierwszy rysunek przedstawiał ... pewnie jakieś zwierzę.

Podróże, ludzkie historie, natura ... pobudzają moją kreatywność.

Artysta dojrzewa, kiedy ... zawierza swojej intuicji.

Największe wyzwanie to ... wsiadanie do pociągu z moja psicą Stefką :)

Jaki jest wiatr nad trójmiejskim morzem? Pachnący solą i morską wodą.

Z wiatrem czy pod wiatr? Pod wiatr.

Co robi wiatr we włosach? Tornado.

Komu wieje wiatr w oczy? Plażowiczom bez parawanu.

Co się dzieje ze słowami rzuconymi na wiatr? Rozsypują się na pojedyncze litery.

— MADE IN 3CITY —

AKKAI

EKOLOGICZNIE I AKTYWNIE

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE-BACIA | **FOTO:** MARTA DĘBSKA

Funkcjonalna, komfortowa i stylowa odzież sportowa, przez którą przemawia czysta miłość do natury. To Akkai – ekologiczna marka z surferskim sznytem przeznaczona dla aktywnych, silnych i pełnych pasji kobiet.

Szum fal, uczucie bryzy morskiej, smak słonej wody, dotyk piasku – to one kreują Akkai. Jej założycielka, Beata Trączyńska od dziecka, co roku jeździła z rodziną na wakacje na Półwysep Helski, gdzie rozpoczęła się jej przygoda surfingiem. Tam pokochała Bałtyk, a później robiła wszystko, by choć w minimalnym stopniu zatrzymać namiastkę bałtyckiego surfingu. Tak zrodziło się Akkai. Nazwa marki pochodzi od słów z języka hawajskiego, gdzie „ake" oznacza pragnąć, „kai" – morze.

- Każda podróż jest przygodą, a chęć przygody była zawsze ogromna. Ona mnie napędza, uczy, rozwija, dodaje siły, dostarcza nowych wrażeń, emocji. A dzięki temu pozwala odkrywać siebie. W drodze życia dostrzegłam, że moje serce podąża w stronę mórz i oceanów, a moją największą pasją są wind, kite, surfing. I to właśnie styl życia, który pokochałam i chęć tworzenia zrodziły pomysł na wyprodukowanie funkcjonalnej, komfortowej i stylowej odzieży sportowej. Dodatkowo miłość do natury zainspirowała mnie do stworzenia zrównoważonej i etycznej marki – podkreśla Beata Trączyńska, założycielka marki.

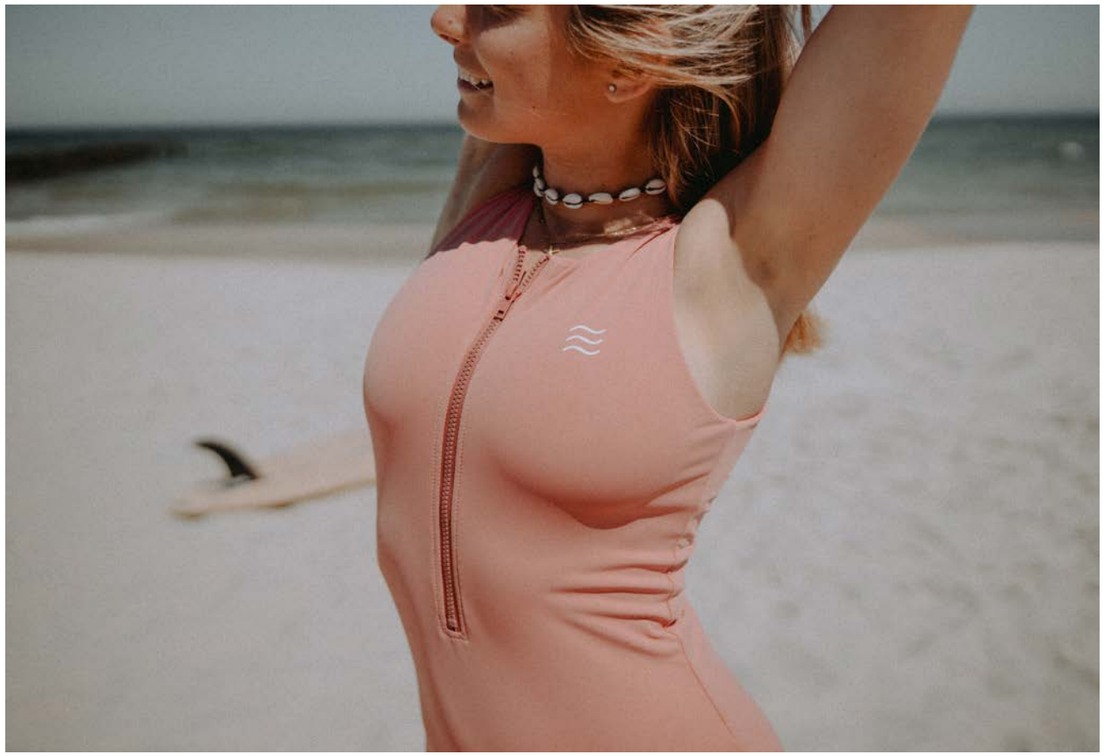
Premierowa kolekcja „Rhythm of Nature" jest opowieścią zarówno o marce, jak i o ludziach, którzy ją tworzą. Znajdziemy w niej: topy, majtki, kostiumy jednoczęściowe i koszulki z długim rękawem. Najważniejsza jest jednak myśl, która kieruje marką: jeden zestaw ubrań, który można stosować do wszystkich rodzajów sportów na lądzie i w wodzie, i który pozostaje na miejscu w każdej sytuacji oraz podczas każdego ruchu.

Szczególne znaczenie ma tu świadome życie w harmonii ze światem przyrody, jego prawami i rytmami. Produkty Akkai wykonywane są z materiałów opartych na zasobach odnawialnych, co sprawia, że ich produkcja wpływa na zmniejszenie zanieczyszczeń naszej planety. Wszystkie materiały są oznaczone ekologicznym certyfikatem Oeko-Tex® Standard 100, który daje gwarancję, że są one wolne od substancji szkodliwych, mających negatywny wpływ na środowisko oraz zdrowie człowieka. Dodatkowo wszystkie produkty szyte są ręcznie w polskiej, rodzinnej szwalni.

- Wybieramy tylko i wyłącznie tkaniny trwałe i najwyższej jakości, które zapewnią długie użytkowanie, dzięki czemu unikamy marnotrawstwa produkcyjnego: wody, energii i pracy ludzkiej. Poprzez nasze działanie chcemy wywrzeć pozytywny wpływ na otoczenie. Przede wszystkim chcemy inspirować do zdrowego i świadomego stylu życia, życia w harmonii z naturą. Zarówno naszą wewnętrzną naturą jak i otaczającą nas przyrodą. Chcemy uświadamiać, że nasz ślad oraz wszystkie osobiste działania ku zielonej przyszłości, nawet te najmniejsze, mają znaczenie – tłumaczy właścicielka Akkai.

Marka aktywnie włącza się również w inicjatywy ekologiczne. Za każdy zakup przekazuje 1% wybranym fundacjom. Aktualnie wsparcie kierowane jest na rzecz WWF.

RHYTHM OF NATURE



POKAZ MIĘDZY JACHTAMI

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE-BACIA
FOTO: JOANNA SZAKOŁA, ADAM BURDYŁO

W ramach corocznej imprezy Galeon Owners Club w Marinie Yacht Park Gdynia odbył się pokaz mody znanego polskiego duetu projektantów Paprocki-Brzozowski. Modowe widowisko, z muzyką na żywo, zgromadziło wiele osób, a w tym m.in.: Patricię Kazadi i Karolinę Szostak. Oprócz samego pokazu nie zabrakło także innych atrakcji – miłośnicy mody mogli zrobić zakupy w tymczasowym showroomie Paprocki-Brzozowski, a wielbiciele luksusowych samochodów wybrać się na jazdy testowe Lamborghini i Bentleyem.

PAPROCKI & BRZOZOWSKI

SUMA WSZYSTKICH STRACHÓW

AUTOR: DAGMARA RYBICKA

Niepewność, kumulujący się stres i obawa przed przyszłością tworzą psychiczną pułapkę, z której wyjście wymaga czasu i pracy nad sobą. Lubimy mieć wpływ na otoczenie, kontrolując sytuację czujemy się spokojniejsi – dziś te podstawowe narzędzia wytrąciła nam z rąk pandemia dając w zamian izolację, strach i alternatywną rzeczywistość, na którą nie wyrażamy zgody. O świecie poukładanym na nowo, sumie wszystkich strachów i kontroli tego, co paraliżuje podcinając skrzydła opowiada Zuzanna Myszka psycholog, terapeuta EEG Biofeedback i HRV Biofeedback

Patrząc na niechlubne statystki, zdaje się, że pandemia odcisnęła na nas ogromne piętno...Jej wpływ jest ogromny. Potwierdzają to zarówno badania, ale również sama obserwacja pacjentów. Pandemia dotknęła naszej psychiki oraz kondycji ogólnej w tym zdrowia, co powoduje, że mierzymy się z problemami natury psychologicznej, jak i dolegliwościami typowo medycznymi np. kardiologicznymi i neurologicznymi związanymi z przebytą infekcją. One również mają wpływ na naszą psychikę.

Utknęliśmy w nowej rzeczywistości pełnej obostrzeń i trudnych do zaakceptowania zasad. W pewnym momencie głowa mówi dość. Bunt wynika z predyspozycji?
Cechy osobowości mają ogromne znaczenie. Przykładowo introwertycy czują się lepiej mogąc minimalizować kontakty społeczne. Z drugiej strony są przyczyny medyczne – okazuje się, że osoby, które przebyły infekcję Covid-19 zaczynają doświadczać lęków i problemów psychicznych. Wiele trudności, które zaobserwowałam współpracując z kardiologami i neurologami dotyczyła właśnie zaburzeń w funkcjonowaniu po infekcji.

Co dotyka nas najczęściej?
Problemy z pamięcią, zaburzenia koncentracji, niemożność skupienia się na jednej czynności.

Statystyki wskazują, że spory odsetek Polaków mierzy się z atakami paniki. Też przez infekcję?
Między innymi. Pacjenci z problemami kardiologicznymi odczuwając szybsze bicie serca mogą doświadczać nasilonego lęku. To działa tak, że sygnał, który wysyła ciało odbiera psychika interpretując go jako zagrożenie. My zauważamy narastające poczucie lęku i denerwujemy się jeszcze bardziej przez co wpadamy w błędne koło.

Kiedyś minie, czy samo nie przejdzie?
Objawy somatyczne mogą mieć swoje przyczyny w złych nawykach, nawet w cechach osobowości. Nawet jest coś takiego jak osobowość kardiologiczna. Jednak zawsze w pierwszej kolejności musimy wykluczyć za pomocą badań przyczyny czysto medyczne. Jeśli nagle wystąpiły problemy z koncentracją i snem również konieczna jest diagnostyka.

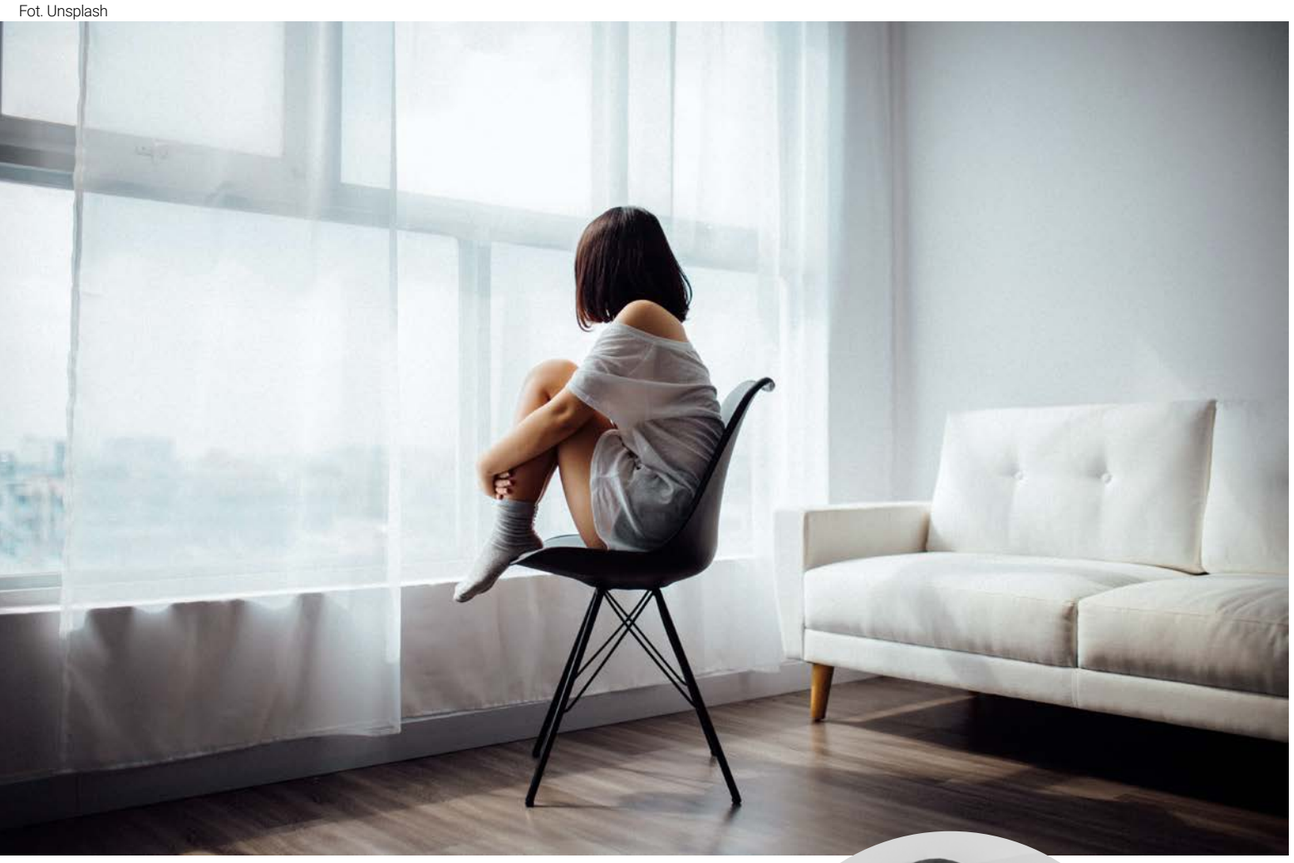
Nie chorowaliśmy, a mamy objawy, o których wspominasz. Co wtedy?
Nie bagatelizujmy zmian. Niepewność, kumulujący się stres i lęk przed przyszłością tworzą pewnego rodzaju pułapkę. Jesteśmy tak skonstruowani, że lubimy mieć wpływ na otoczenie, czyli im bardziej potrafimy kontrolować sytuację czujemy się spokojniejsi. Sprawdzone dotychczas narzędzia zarządzania takimi sytuacjami wytrąciła nam pandemia – czujemy się pogubieni, nie akceptujemy obostrzeń i izolacji. W ułamku sekundy cały poukładany świat legł w gruzach, więc nic dziwnego, że poczucie straty wywołuje silne reakcje.

Negowanie obecności wirusa można traktować jako linię obrony naszej psychiki?
Wypieranie faktów jest jedną ze strategii przetrwania. Pozwala stworzyć swoistą bańkę, w której tworzymy bezpieczną dla siebie rzeczywistość. Na poziomie argumentacji logika wskazuje jedno, natomiast paraliżujący strach pcha nas w przeciwną stronę. Skrupulatnie korzystają z tego dla własnych interesów niektóre grupy – powodując eskalację napięcia sterują naszym działaniem w myśl swoich oczekiwań.

Pierwszy lockdown zaowocował miłością do ruchu. Dziś aktywność zamieniliśmy na używki. Znów ze strachu?
Spójrzmy z nieco szerszej perspektywy. Jeśli osoby, które nigdy nie wykazywały chęci do aktywności nagle rzucają się w wir sportu szybko zderzają się z własnym brakiem wiedzy, który je zniechęca lub rozczarowuje. Rozpoczęcie treningów wymaga podstawowej znajomości organizmu, więc może być również tak, że nie wystarczyło nam zapału, który mieliśmy

Fot. Pexels

Fot. Unsplash



na początku. Nowe rzeczy są zawsze ekscytujące, komplikacje pojawiają się, gdy trzeba utrzymać rutynę.

Porażkę w fitnessie zastępujemy winem?
Raczej ułudą. Alkohol w początkowej fazie przyniesie poczucie rozluźnienia. Pozornie poczujemy się lepiej i zaśniemy szybciej – rykoszet wróci do nas w postaci zaburzeń w codziennym funkcjonowaniu w tym w architekturze snu. Dynamika czasów spowodowała, że szukamy szybkich rozwiązań i takim antidotum na całe zło są wspomagacze, które mamy w zasięgu ręki. Wracamy do punktu wyjścia – należy zniwelować lęki i stres, które są przyczyną masowych problemów ze snem.

Tyle, że droga do uzależnienia jest krótka. Gdy pandemia się skończy odstawimy kieliszek i leki bez pomocy psychologa?
Wszystko zależy od poziomu i przyczyny. Pijemy napięcie spada, palimy marihuanę pandemiczny świat nie wydaje się przerażający, bierzemy leki nasenne i noce przestają być koszmarem. Szukamy pomysłu, jak mierzyć się z rzeczywistością, w której dyskomfortem jest codzienność.

Na kozetce u psychologa znajdziemy ratunek?
Moja praca jest w dużej mierze oparta o kontakt ze środowiskiem medycznym. Gdy pacjent trafia do lekarza i prócz zasadniczej dolegliwości, z którą się zgłosił komunikuje narastający stres, przeciążenie pracą, nadmiar obowiązków i klasyczne za dużo na głowie z którym sobie nie radzi jest odsyłany do psychologa, psychoterapeuty i psychiatry, bo nie ma magicznej tabletki niwelującej lęk i obawy o jutro. Ale znajdziemy tu również dobre strony. Przed pandemią zainteresowanie programami prozdrowotnymi było niższe, szczególnie w biznesie, pracodawcy nie widzieli podstaw, dlaczego przywiązywać uwagę do well-beingu.

Dobry psycholog na wagę złota?
Psychiatrzy, psycholodzy, psychoterapeuci pracujący z zaburzeniami zawsze byli cenni, ale nie cenieni. To praca obciążająca dla obu stron, która wymaga dużej indywidualizacji działań. Tym złotem określiłabym programy, które przyczyniają się do poprawy zdrowia.

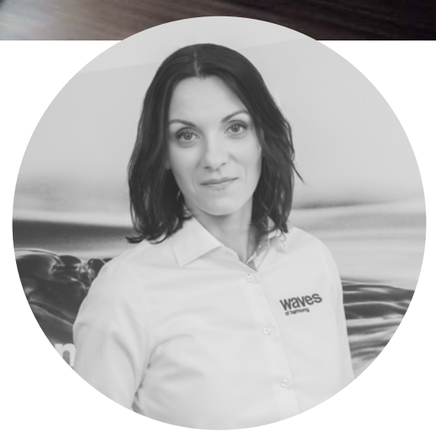
Jak radzisz sobie z odpornością? Historie pacjentów powodują, że wyobraźnia zaczyna pracować? Szukasz podobieństw?
Wszystkie programy, które prowadzę przetrenowałam na sobie. Wiem i widzę, jak to działa, potrafię dopasować wiedzę i metodykę do zróżnicowanych problemów moich pacjentów. Doświadczenie zawodowe pomaga w wypracowaniu umiejętności i technik umożliwiających oddzielenie i dystans. Dla mnie ważne jest, aby o tym pamiętać.

Kto najbardziej oberwał w pandemii?
Patrząc na problem w kontekście profili psychologicznych wskazałabym na osoby wrażliwe skupione na sobie, szybko i wyraźnie odczuwające sygnały napływające z ciała, mające tendencje do wchłaniania emocji innych. Gdybym miała wskazać na grupę będą to osoby bardzo aktywne zarówno fizycznie jak i mentalnie. Podobnie nauczyciele i dzieci w okresie dorastania, u których duża zmienność i brak pewnego jutra powoduje narastający stres. Przykładem jest pacjentka maturzystka, która chwilę przed egzaminem przeszła infekcję covid-19, do mnie zgłosiła się z problemami z koncentracją. Była pełna obaw, jak bardzo wpłynie to na wynik egzaminu.

Dlaczego nauczyciele?
Zmierzyli się z nowym. Rzuceni w nauczanie zdalne bez wypracowanych technik i odpowiedniej metodyki zostali postawieni przed faktem znacznie większej odpowiedzialności zawodowej, a co za tym idzie stresu. Świadomość różnicy w jakości nauczania, oczekiwania rodziców i uczniów to trudny do udźwignięcia bagaż.

Wspomniałaś o metodach, które stosujesz. Jak wygląda pandemiczna terapia?
Jestem psychologiem z doświadczeniem klinicznym na oddziale szpitalnym poudarowym, gdzie m.in. uczyłam się diagnozy neuropsychologicznej związanej z trudnościami funkcjonowania mózgu. Naturalne dla mnie jest połączenie psychiki i organizmu, które wspieram pracą w oparciu o biofeedback.

Czym jest biofeedback?
Aparaturą do pomiaru różnorodnych parametrów fizjologicznych np. fal mózgowych, czy rytmu serca. W biofeedbacku za pomocą fal mózgowych trenujemy stany umysłu, o które chcemy zadbać. Dzięki wykorzystaniu tej technologii jesteśmy w stanie polepszać koncentra-



ZUZANNA MYSZKA

Zuzanna Myszka psycholog, terapeuta EEG Biofeedback i HRV Biofeedback z praktyką w poradniach specjalistycznych i na oddziałach szpitalnych. Prowadzi terapię neuropsychologiczną i psychologiczną przy użyciu aparatury do badania fal mózgowych i regulacji pracy serca skuteczną w przypadkach omdleń, nadciśnienia i powikłań po przebyciu Covid-19. Jest współzałożycielką Waves of Harmony.

SMUTNE STATYSTYKI

Niemal 80% badanych, po blisko roku trwania pandemii, nadal doświadcza ataków paniki, które trudno im opanować, a 7 na 10 ankietowanych odczuwa więcej stresu, niż przed pandemią. Niemal połowa badanych ma problemy z jakością snu. Co więcej, prawie 40% uczestników badania przyznaje, że czuje się psychicznie gorzej, niż wtedy, gdy pandemia dopiero się zaczęła.

Niepokojące są również wyniki dotyczące stosowania środków uspokajających i sięgania po alkohol. Zarówno na początku pandemii, jak i obecnie, bardzo wysokie są odsetki badanych, którzy deklarowali, że posiłkują się nimi, żeby poradzić sobie z lękiem oraz niepokojem. Pod koniec roku 2020 po tego typu metody sięgało minimum 7 na 10 ankietowanych (na początku pandemii 87,4%, obecnie 74%). Jednym z niewielu pozytywnych aspektów jest to, że po roku trwania pandemii nieco wzrósł odsetek osób, które zaczęły stosować techniki oddechowe oraz relaksacyjne pozwalające na redukcję napięcia i stresu (wzrost z 23,7% do 29,9%).

Obraz Polaka w pandemii daleki jest od ideału. Mniej dbamy o siebie i czujemy się zmęczeni. W naszym życiu jest więcej irytacji, złości, gniewu, niż spokoju, optymizmu i nadziei. Dominującymi stanami, które nam towarzyszą są lęk oraz stres. Takie wyniki dają do myślenia.

*Raport został zrealizowany na zlecenie Human Power. Badanie zostało przeprowadzone za pomocą metody CAWI w dwóch edycjach, tj. na początku pandemii (w II kwartale 2020 roku) i na koniec 2020 r. (IV kw.) Łącznie w badaniu wzięło udział 1389 osób.

Fot. Pexels

cję lub przekonać się, co się wydarzy, gdy jesteśmy wyciszeni – o czym myśleć, by uspokoić się.

Praca tą metodą pomaga pacjentom z atakami paniki?
Dokładnie. Informacje zwrotne, jakie otrzymuję od pacjentów jasno wskazują, że tak to działa. Jeden z pacjentów określił biofeedback jako metodę umożliwiającą wypracowanie kół ratunkowych w momencie, kiedy doświadczamy bardzo dużego stresu. Ataki paniki z dolegliwościami w obrębie klatki piersiowej, które kończyły się na SORZ-e zostały skutecznie zatrzymane, dzięki umiejętnościom powodującym uspokojenie się. Przy prostych interwencjach jesteśmy w stanie nauczyć się działania obserwując stan rzeczy na przemawiających do nas wykresach na komputerze. Oczywiście, jeżeli objawy są silne i techniki nie pomagają oznacza to, że hospitalizacja jest koniecznością.

Poskromienie paraliżującego lęku, ciągłego stresu i bezsenności też jest możliwe?
Tak, w przypadku pacjentów, u których pocovidowo nasiliły się problemy ze snem potrzebujemy około 5 sesji podczas których skupiamy się na genezie zaistniałych trudności.

Wszystkich dotyka jedna przyczyna?
Czynników wpływających na taki stan jest wiele. Przed rozpoczęciem terapii kieruję pacjenta na konsultacje neurologiczne, po to by wykluczyć ewentualne zaburzenia. Jeśli nic nie dzieje się od strony medycznej najprawdopodobniej mamy do czynienia z problemami z samym rytuałem snu. Wtedy trening biofeedback polega na tym, aby obserwując fale mózgowe wskazać, jak się uspokajać. Sesje są uzupełnione technikami oddechowymi, dzięki którym ciało i umysł uzyskują odprężenie.

Ile czasu potrzeba, aby psycholog pozbierał nas po pandemii?
Ostatni rok obfitował w wiele zmian. Trochę, jak z wehikułem czasu – niestety nie da się wrócić do stanu sprzed. Jesteśmy inni, nasz organizm nie jest taki, jak był. Natomiast niezależnie od nowego otoczenia warto dbać, aby poznać siebie lepiej, przekonać się co na nas działa, co powoduje dobre samopoczucie, a z drugiej strony co pognębia sprawiając, że życie się pogarsza. Raz jeszcze chcę podkreślić, że mamy umysł i ciało, więc zamknięcie siłowni, brak aktywności odbija się na psychice. Dbajmy o siebie przywiązując uwagę do tego, co się z nami dzieje, przyglądając się temu, co uspokaja, denerwuje.

Chcemy czy jesteśmy zmuszeni zaufać psychologom i psychiatrom?
Zdecydowanie pandemia zburzyła potężny stereotyp związany z gabinetami. To, co wcześniej było powodem do wstydu, dziś staje się normą, w której psycholog i psychiatra niosą pomoc. Zmiana życia zmusiła nas do otwarcia się na rolę, jaką wnosi w nasze funkcjonowanie profesjonalna pomoc.

Czyli pandemiczny kryzys zostanie z nami na lata?
Pandemia jest zmianą, którą warto odpowiednio nazwać, aby obłaskawić. Nazywanie pandemii kryzysem z góry narzuca optykę. Jeśli uznamy, że wydarzyło się coś, co spowodowało, że zaczęliśmy dbać o zdrowie, doceniać je, tworzyć programy well-beingowe przy jednoczesnym zmniejszeniu konsumpcjonizmu i poprawie środowiska naturalnego to dostrzeżemy, że nie był to tylko najgorszy, całkowicie stracony czas. Sama zmiana jest neutralna więc w dużej mierze zależy od naszej interpretacji i działań.

M A G A Z Y N N O W O C Z E S N E J K O B I E T Y

Pismo dla Kobiet

ceniących piękno, zdrowie i elegancję.
Wspiera w rozwoju, relaksuje, zadziwia i uwodzi.

redakcja.trojmiasto@emsgroup.pl
606 603 416

SKÓRA PO WAKACJACH

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI

Wakacje za pasem, wracamy z urlopów, jesteśmy wypoczęci, zrelaksowani i pełni energii. Zupełnie inaczej niż nasza skóra, która w lecie zostaje wystawiona na wiele czynników, niekoniecznie dobrze na nią wpływających. Jak dobrze zadbać o nią po wakacjach? Podpowiadamy.

Fot. Canva

Mocne słońce, wiatr, woda morska – wszystkie te czynniki oddziałują na komórki skóry, pomimo naszej pielęgnacji i ochrony. Kiedy my tryskamy powakacyjnym szczęściem – nasza skóra wydaje się sucha, ściągnięta, popękana, a czasami pojawiają się też zmarszczki…

- Wraz z końcem sezonu letniego przychodzi czas na to, aby zadbać o skórę po ekspozycji słonecznej. Przesuszenie, nierównomierny koloryt czy podrażnienie to tylko niektóre z problemów, z którymi zmagają się klienci odwiedzający naszą klinikę – mówi Joanna Winniczuk z Beleza Sopot.

Wynika to głównie z braku wody i odpowiedniego odżywienia. Znika również ochrona lipidowa. Warto więc po wakacjach dać swojej skórze trochę odpoczynku. Możliwości są dwie – idziemy do odpowiedniego miejsca, które zajmie się naszą skórą w profesjonalny sposób albo zajmujemy się nią sami. Możemy także połączyć oba sposoby. Jednak trzeba uważać o złotej zasadzie: „wszystko jest dobre, ale z umiarem". Zatem co proponują salony kosmetyczne?

- Sezon rozpoczynamy i kończymy mezoterapią. To technika zabiegowa, która polega na podawaniu niewielkich dawek składników aktywnych poprzez wielopunktowe nakłuwanie skóry. Poprawia gęstość, jędrność, nawilżenie, a nawet wygładza drobne zmarszczki. W zależności od indywidualnych potrzeb sięgamy po różne preparaty – mówi Agnieszka Kośnik -Zając, założycielka Babiana Kosmetologia Genokosmetyka.

Dla tych, którzy jednak boją się igieł – Beleza Sopot poleca inny zabieg, polegający na masażu odpowiednim kremem nawilżającym.

- Jednym z dedykowanych zabiegów jest rytuał Cold Cream Marine firmy Thalgo, dzięki któremu skóra staje się głęboko nawilżona, odżywiona i odzyskuje utracony blask. Dodatkowo zabieg zapewnia regenerację skóry i zabezpiecza ją przed nadmierną utratą wody. Dla osób chcących zadbać o siebie kompleksowo, zalecamy rytuał Cold Cream Marine w wersji na twarz i ciało – podkreśla Joanna Winniczuk.

Drugą z przytoczonych możliwości są zabiegi w domu. Najlepiej jednak, żeby były robione przy wykorzystaniu naturalnych składników, ze znanym składem, odżywiające i nawilżające skórę. A co tutaj możemy zadziałać samodzielnie?

- Poza profesjonalnymi zabiegami gabinetowymi warto także zadbać o swoją skórę w domowym zaciszu. Szczególnie polecamy zastosowanie jogurtu naturalnego wykazującego działanie łagodzące, rozjaśniające i wyciszające skórę. Prostą, domową metodą jest wykonanie maseczki na twarz z dodatkiem banana, płatków owsianych oraz miodu. Innym ekspresowym sposobem na nawilżenie skóry jest zaaplikowanie bezpośrednio na skórę miąższu z aloesu. Warto również zadbać o złuszczenie zrogowaciałego naskórka na ciele poprzez wykonanie peelingu z fusów kawy z dodatkiem oleju kokosowego – tłumaczy Winniczuk.

Dla mniej wymagających i zabieganych polecamy najprostszy sposób. Maseczki i kremy ze sklepu.

- W domu, jeśli czujemy zmęczenie słońcem, nałóżmy naprawdę solidną porcję kremowej maseczki i dajmy jej czas się wchłonąć. Ja na przykład, swoją zostawiam na noc – dodaje Agnieszka Kośnik-Zając.

ADent

Zajmujemy się stomatologią zachowawczą, endodoncją oraz chirurgią w oparciu o wiedzę, doświadczenie i nowoczesny sprzęt wspomagający właściwe stawianie diagnozy oraz zapewniający bezbolesny proces leczenia. Nasi pacjenci mają gwarancję indywidualnego i rzetelnego podejścia do ich problemu.

JAK DBAMY O ZDROWY UŚMIECH PACJENTÓW?

Ból zęba to nie jedyny powód, dla którego warto odwiedzać naszą klinikę. Wśród naszych usług znajdują się również:

- protetyka stomatologiczna,
- implantologia,
- stomatologia estetyczna,
- stomatologia dziecięca,
- periodontologia,
- diagnostyka, w tym tomografia i RTG zębów,
- działania profilaktyczne.
- turystyka stomatologiczna

Serdecznie zachęcamy do zapoznania się ze szczegółową ofertą gabinetu stomatologicznego ADent!

Dentist Clinic | ul. Gdańska 4, 82-103 Jantar | tel. + 48 604772222

www.dentist-clinic.pl

Fot. Pexels

MEDYCZNA MARIHUANA A CHOROBA NOWOTWOROWA

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI

Leczenie preparatami konopnymi zyskuje coraz większe grono zwolenników. Wynika to ze znacznej skuteczności w terapii szeregu objawów towarzyszących chorobie nowotworowej. Jednak wokół stosowania konopi narosło wiele mitów. Oczywiście, nie potwierdzono dotychczas działania antykancerogennego terapii marihuaną, ale prowadzony jest szereg badań naukowych, dotyczących rozlicznych zastosowań marihuany wśród chorych leczonych z powodu choroby nowotworowej. Wiele doniesień popiera przekonanie, iż terapia medyczną marihuaną może być korzystna jako leczenie wspomagające w onkologii.

W jaki sposób terapia konopna pomaga pacjentom onkologicznym?
Przede wszystkim należy podkreślić, iż terapia konopna nie zastępuje standardowego, zgodnego z aktualną wiedzą medyczną leczenia onkologicznego (takiego jak leczenie chirurgiczne, chemioterapia, radioterapia, immunoterapia). Medyczna marihuana może jednak w znaczący sposób wspomagać terapię onkologiczną na każdym etapie jako część skojarzonego leczenia. Stosowanie suszu konopnego przede wszystkim łagodzi objawy choroby nowotworowej, ale też zmniejsza działania niepożądane leczenia onkologicznego.

Jakie objawy są wskazaniem do terapii konopnej?
Najczęściej wymieniane wskazania do terapii konopnej w trakcie leczenia onkologicznego to: nudności i wymioty indukowane chemioterapią, utrata apetytu, znaczny spadek masy ciała i związany z tym zespół wyniszczenia nowotworowego, dolegliwości bólowe (szczególnie o charakterze neuropatycznym), a niekiedy padaczka oporna na farmakoterapię. Poprzez zastosowanie terapii marihuaną stan ogólny chorych często ulega znacznej poprawie, a proces leczenia onkologicznego jest wówczas łatwiejszy do pokonania. Aby walczyć z chorobą nowotworową organizm każdego pacjenta musi być w możliwie najlepszej kondycji. W tym aspekcie, stan odżywienia i sprawność chorego często okazują się czynnikami decydującym o przebiegu leczenia.

Czy marihuana medyczna wpływa na rozwój samej choroby nowotworowej?
Można powiedzieć, że konopie wpływają na wiele objawów związanych z chorobą nowotworową, ale nie na rozwój samej choroby. Marihuanę medyczną można zastosować w przypadku leczenia bólu - w tym przewlekłego bólu nowotworowego oraz bólu neuropatycznego, mogącego być konsekwencją samej choroby nowotworowej lub uszkodzenia nerwów wskutek leczenia onkologicznego. A także podczas leczenia wspomagającego - np. w celu łagodzenia nudności i wymiotów jako ubocznych efektów chemioterapii, zmniejszonego apetytu i zespołu wyniszczenia nowotworowego, zaburzeniach perystaltyki. Czasami stosuje się ją również w innych przypadkach, takich jak stany zapalne, spadki nastroju, depresja, czy spastyka mięśniowej.

W jaki sposób medyczna marihuana wpływa na terapię wspomagającą?
W przypadku leczenia przeciwbólowego dołączenie preparatów konopnych wpływa na poprawę kontroli dolegliwości bólowych pacjenta oraz umożliwia zmniejszenie stosowanych dawek leków przeciwbólowych. W leczeniu wspomagającym u chorych onkologicznych, warto wspomnieć o działaniu przeciwwymiotnym oraz wzmagającym łaknienie, co przeciwdziała wyniszczeniu spowodowanemu chorobą nowotworową. Równie ważny jest pozytywny wpływ medycznej marihuany na nastrój pacjenta dzięki zmniejszeniu lęku oraz działaniu antydepresyjnemu.

Obecnie w Polsce dostępnych jest kilka rodzajów suszu medycznej marihuany. Jak należy wybrać tę odpowiednią do leczenia?
W zależności od stanu ogólnego pacjenta, pełnej historii medycznej, a przede wszystkim od wskazań terapeutycznych należy wybrać susz o spektrum działania jak najbardziej zbliżonym do potrzeb pacjenta. W terapii konopnej, szczególnie podczas rozpoczynania terapii, zalecane są odmiany suszu, w których stosunek zawartości THC do CBD jest jak najbardziej zbliżony do naturalnie występującego w roślinach konopnych i wynosi w przybliżeniu 1:1. To właśnie połączenie substancji THC i CBD umożliwia odczuwanie pełni efektu synergistycznego tych substancji - podane jednocześnie wykazują innych efekt niż jako oddzielne substancje.

Czy istnieją przeciwwskazania do korzystania z terapii konopnej?
Dotychczas nie wykazano przeciwwskazań do stosowania terapii konopnej na którymkolwiek etapie leczenia onkologicznego. Wpływ medycznej marihuany na same leki cytostatyczne podawane w trakcie chemioterapii jest nadal badany. Stale rosnąca wiedza o skuteczności terapii konopnej i liczne pozytywne efekty zgłaszane przez pacjentów skłaniają do rozważenia możliwości wprowadzenia terapii u pacjentów onkologicznych na każdym etapie leczenia. Niemniej, pacjent bezwzględnie powinien poinformować lekarza prowadzącego leczenie onkologiczne o stosowaniu preparatów konopnych.

Czy w Trójmieście znajdziemy gabinet oferujący profesjonalne usługi z tego zakresu?
Tak, sama ściśle współpracuję z gdyńskim Gabinetem Konopnym, który jest także innowacyjnym centrum szkoleniowym. Posiada dwa gabinety – w Gdyni oraz w Gdańsku, więc pacjenci mogą wybrać dogodną dla siebie placówkę. Poszukując odpowiedniego miejsca prowadzenia terapii konopnej pacjent powinien upewnić się czy dana placówka jest wpisana jako Podmiot Leczniczy do Rejestru Podmiotów Wykonujących Działalność Leczniczą (RPWDL).

Fot. arch. prywatne

LEK. ANNA SUGAJSKA

Jako lekarz specjalizuje się w dziedzinie Radioterapii onkologicznej. Absolwentka kierunku lekarskiego na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim w Olsztynie i studiów podyplomowych Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Od 2016 roku jest pracownikiem naukowo-dydaktycznym Collegium Medicum Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, a od 2019 roku również doktorantką niniejszej uczelni. Prowadzenie terapii konopnej rozpoczęła w 2019 roku, kiedy to wprowadzona została w Polsce możliwość stosowania suszu konopnego ze wskazań medycznych. Obecnie dzięki swojemu doświadczeniu wspiera chorych w leczeniu licznych schorzeń mogących odnieść korzyść z terapii konopnej z użyciem medycznej marihuany oraz preparatów zawierających kannabinoidy.

gabinetkonopny.pl

Gabinet Gdynia (Medycyna Wiczlino), ul. Wiczlińska 54 | Gabinet Gdańsk (Medica Plus Morena), ul. Stanisława Lema 21
tel. 500 108-308 | 500 108-408
www.gabinetkonopny.pl

AUTORSKI DRINK Z SOPOCKĄ WODĄ SOLANKOWĄ

Składniki :
15ml sopockiej wody solankowej
15ml Bols melon
15ml Blue Curracao
15ml wódki
15ml sweet sour
2 listki mięty
Prosecco jako uzupełnienie

Przygotowanie:
Sekretem tego drinka jest własnoręcznie wykonany sweet sour. Jak go przygotować? Gorącą wodę mieszamy z cukrem w proporcjach 1:1. Wyciskamy sok z cytryny i sok z limonki, a następnie je ze sobą mieszamy. Po wystygnięciu wody z cukrem zaczynamy dolewać do niej sok z cytrusów. Co jakiś czas, warto sprawdzić smak syropu, aby uzyskać idealny balans słodkiego i kwaśnego smaku. Tak przygotowany syrop należy przechowywać w lodówce.

Jeżeli wykonujemy drinka w kieliszku do martini należy pamiętać, by włożyć do niego dużo lodu. Ważne, aby go schłodzić w trakcie przygotowywania. Wszystkie składniki oprócz Prosecco wlewamy do shakera wypełnionego lodem i mieszamy energicznie ok. 10 sekund. Następnie z kieliszka wyjmujemy lód, przelewamy do niego zawartość shakera i dopełniamy prosecco.

Fot. Krzysztof Nowosielski

ZAKWASOWNIA
organic food & cafe

Jedyne takie miejsce w Trójmieście. Połączenie restauracji typu fine dining, kawiarni i sklepu z żywnością organiczną.

Gdańsk Garnizon, ul. Norwida 2 www.zakwasownia.pl/restauracja

zakwasownia_restauracja

Fot. Cały Gaweł

KRÓLEWSKIE ŚNIADANIE

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI

Śniadanie to pierwszy posiłek, który zjadamy podczas dnia. A raczej powinniśmy, bo jednak nie zawsze się to udaje. Brak czasu, apetytu czy chęci sprawia, że bardzo często jest on źle skomponowany albo jedzony bardzo późno. A co my, jako mieszkańcy Trójmiasta wybieramy na śniadanie najczęściej? Sprawdzamy – co jemy, gdzie jemy i co oferują klientom trójmiejskie restauracje.

Mówi się, że śniadanie to najważniejszy posiłek dnia. Ma zapewnić organizmowi dużo energii i siły, by mógł prawidłowo funkcjonować. Wśród pogłosek są także tezy, że należy je zjeść po przebudzeniu, innym razem mówi się, że do dwóch godzin, a jeszcze inni twierdzą, że czas nie ma tu żadnego znaczenia. Z drugiej strony pojawiają się głosy, że ze śniadania można również całkowicie zrezygnować. Jeść czy nie jeść – oto jest pytanie!

- Jeść! Śniadanie to ważny posiłek w ciągu dnia. Jego objętość oraz makroskładniki tworzą swego rodzaju start i wpływają na stabilność insulinowo-cukrową do końca dnia. Są modele żywieniowe, które pozwalają zjeść ten posiłek nieco później niż po przebudzeniu tzw. IF (Intermittent Fasting).To czy powinieneś jeść śniadanie po przebudzeniu czy nie, jest uwarunkowane stabilnością gospodarki cukrowo-insulinowej. Osoby z jej zaburzeniami, jak hipoglikemia, cukrzyca szczególnie powinny pamiętać o tym, by zjeść śniadanie przed wyjściem z domu – tłumaczy dietetyczka Wiktora Kłos z Sport-Med.

DOBRY START

Dobrze zbilansowany poranny posiłek posiada wiele zalet. Stabilizuje cukier we krwi na cały dzień, dzięki czemu występuje mniejsza ochota na zachcianki. Pozwala też na równomierne rozłożenie energii w ciągu dnia i wpływa korzystnie na gospodarkę hormonalną, w tym kortyzol. Często jest także jedynym posiłkiem, który można spokojnie zjeść w ciągu dnia. Zatem jak powinno wyglądać dobrze skomponowane śniadanie?

- Na pierwszy posiłek dla zdrowego człowieka sugeruję coś białkowo-węglowodanowego, np. omlet z owocami jagodowymi jak np. maliny (wariant dla tych, co lubią sosy - maliny można rozdrobnić np. blenderem). Będzie pożywnie, lekko, będzie też energia. Wariantów odpowiednich śniadań jest tak samo dużo, jak modeli samochodów. Dla każdego dobre czy zdrowe oznacza coś odmiennego, bo inna jest kondycja startowa organizmu – mówi dietetyczka.

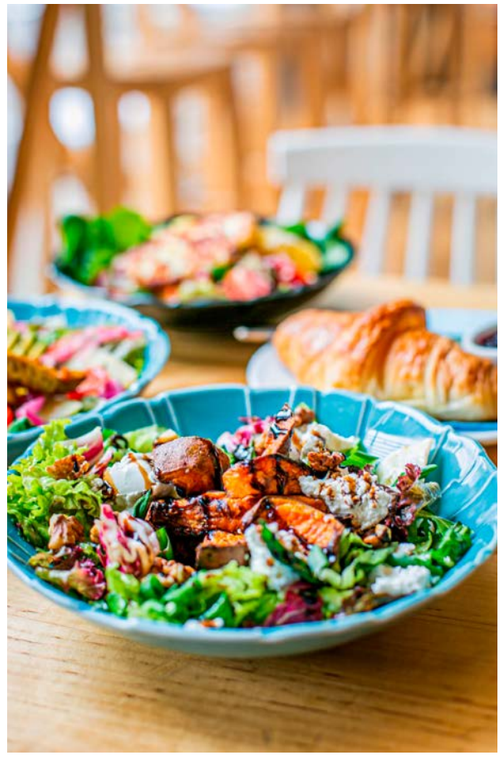
Jednak nie zawsze mamy na to czas. Osoby chcące zmienić coś w swojej diecie, zazwyczaj nie wiedzą od czego zacząć lub po prostu nie chcą rezygnować ze swojego ulubionego jedzenia. Nie zawsze jednak wychodzi to na dobre.

- Szukamy szybkich rozwiązań, często nie przykładając uwagi do tego, że zamiast czuć się lepiej po posiłku nasza energia się obniża lub jest na takim samym niskim poziomie. Żeby to zmienić trzeba na to spojrzeć szerzej i z dystansem. Zadać sobie pytania typu: Jak się czuję po posiłku? Czy dodał mi energii, czy wręcz przeciwnie? Czy dostarczył wartości odżywczych dla mojego organizmu, czy był tylko zapychaczem, czymś przypadkowym, co udało nam się namierzyć w firmowej kantynie. Można to zmienić, ale wymaga to zatrzymania się i przyjrzenia się temu, co jemy lub pijemy w ciągu dnia. Wiele osób działa w trybie automatu od wielu lat, nie rejestrując tego, co je lub jak się czuje. Nie znajduje też czasu na posiłek i zapomina, że to on pozwala pracować wydajniej i więcej. Jeśli chcemy dokonać zmian, ale nie wiemy od czego zacząć to podpowiem: pomocne jest prowadzenie dziennika żywieniowego. Pozwala namierzyć błędy i zobrazować, na czym stoimy, jeśli chodzi o nawyki żywieniowe. Wystarczą szczere zapisy całodniowego żywienia nawet z 3 dni – dodaje Kłos.

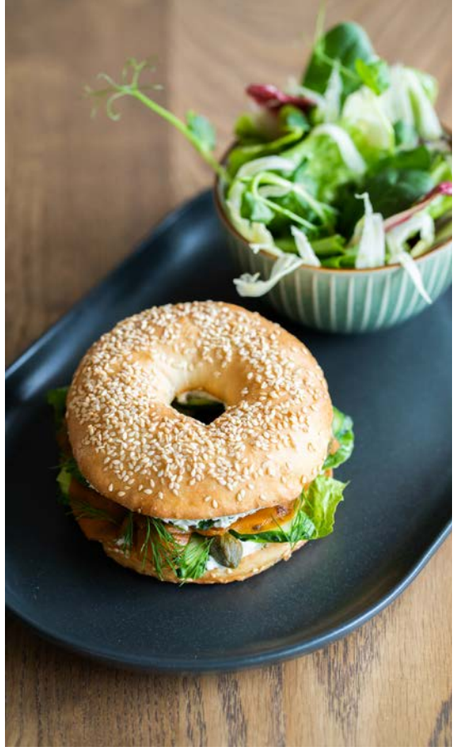
KAWA CZY HERBATA?

Śniadanie zjedz jak król, obiad jak książę, a kolację jak żebrak – mówi potoczne powiedzenie. Jednak porównując to z raportami żywieniowymi Polaków, można dojść do wniosku, że absolutnie się to nie sprawdza. Sprawę zbadali m.in. McDonald's, CBOS, Cheers. W ich raportów wynika, że Polacy najczęściej na śniadania preferują... herbatę. I tylko herbatę. Zamiennie z kawą. Taki obraz nie wygląda za dobrze, ale wynika głównie z tego, że Polakom brak czasu, apetytu lub po prostu jedzą na mieście. Następne

Fot. Zakwasownia



Fot. Chwila Moment



Fot. Zakwasownia

Fot. Cały Gaweł

w kolejce popularności jest pieczywo, wędliny, sery – produkty, które zamieniają się w kanapki. Do tego Polacy dobierają jajecznicę i parówki. I to właśnie pod te gusta restauracje ustalają swoje menu śniadaniowe.

- Wiele osób wybiera to, co zna, to czego smaku jest pewien. W naszym lokalu najpopularniejszym śniadaniem jest Śniadanie Kaszuba, gdzie znajdziemy naszą sałatkę ziemniaczaną lub jarzynową, smarowidło z gęsi, mix swojskich produktów: ser, kiełbasa, wędlina, ogórek kiszony oraz jajko sadzone. Myślę, że taki zestaw jest bardzo uniwersalny dla naszych krajowych gości, a klienci zagraniczni mają okazję spróbować pomorskich, lokalnych produktów. Dużym powodzeniem cieszy się też grillowana kanapka z szarpanym mięsem oraz śniadanie na słodko, które zachwyca smakiem, ale także wyglądem – mówi Karolina Kulita z gdańskiego Kafëbë Coffee & Bistro.

Oprócz znanych i lubianych smaków – Polacy coraz częściej po prostu celebrują wspólny posiłek. Jednym z takich miejsc, gdzie można wspólnie pobiesiadować z rana, jest sopocki lokal Cały Gaweł.

- Parówek nie znajdziecie w naszej karcie, ale faktycznie nasi goście najczęściej mają jaja… te rzeczywiste na talerzu i te przysłowiowe, gdy ustawiają się nierzadko w długiej kolejce do Całego Gawła. Poranny posiłek stał się bardzo wziętym rytuałem, spotkaniem towarzyskim i biesiadą. W Sopocie nikogo nie dziwi lampka Prosecco, która jest zamawiana do śniadania. Całe rodziny i większe grupy przyjaciół spotykają się przed południem, żeby wspólnie zacząć dzień – opowiada Gaweł Czajka.

A do oferty śniadaniowej w tym lokalu możemy zaliczyć lokalne produkty, na które składają się wędliny, sery i jajka z okolic, prosto od producenta.

JAK ZA ZŁOTO

Nie da się jednak ukryć, że jedzenie na mieście ma także swoje minusy. Jednym z głównych jest… cena. Za kilka produktów – takich jak jajka, pieczywo czy wędliny – możemy zapłacić relatywnie mało, gdybyśmy zdecydowali się na przygotowanie śniadania w domu. Te same produkty, oferowane w lokalu, mogą kosztować nawet dwa razy więcej.

- Restaurację ZAKWASOWNIA organic food & cafe stworzyliśmy dla smakoszy, którzy tak jak my kochają roślinne jedzenie, wierzą w dobroczynną moc żywności nisko przetworzonej i chcą, żeby organiczne, roślinne składniki stanowiły samodzielne menu, a nie tylko skromny dodatek do karty dań. Marzyliśmy przy tym o wyrafinowanej kuchni, o stworzeniu restauracji typu fine dining z wyjątkowej klasy jakością i estetyką dań. Na sam koncept jedzenia w restauracji składa się cały szereg różnych czynników. W związku z tym wartością, za którą goście płacą, są nie tylko same produkty, lecz także źródło ich pochodzenia, sposób przetworzenia i podania, kunszt kulinarny osób, które wymyślają i przygotowują dania, praca wszystkich, którzy tworzą restaurację, w tym kelnerów, barmanów. Wierzę, że ludzie nie przychodzą do ZAKWASOWNI na śniadania wyłącznie po to, żeby zaspokoić poranny głód, ale także żeby poczuć wyjątkową atmosferę, wspólną obecność – nas i gości, nacieszyć się pięknem tego miejsca, doświadczyć czułości i gościnności – mówi Magdalena Bator.

Wyższa cena to nie tylko produkt, przygotowanie posiłku oraz inne koszty związane z obsługą. To także pewien rodzaj prestiżu, który wiąże się z estetyką miejsca.

- Sam koszt produktu to jedna składowa kosztów dania. Chcąc otrzymać danie wysokiej jakości musimy się liczyć z wyższym kosztem produktu, zatrudnieniem wykwalifikowanej obsługi oraz kucharzy. Na cenę oczywiście wpływ ma miejsce. Nie trzeba kryć, że ceny wynajmów w Głównym Mieście w Gdańsku są bardzo wysokie. Rekompensatą natomiast są widoki oraz klimat Starego Miasta – tłumaczy Karolina Kulita.

Czy w domu, czy na mieście – warto pamiętać jednak o umiarze i zdrowym, racjonalnym podejściu do żywienia. A właśnie ciało traktować iście po królewsku.

ZAKWASOWNIA

vegan & organic

Manufaktura z misją, która powstała z potrzeby zdrowia.
Nasze produkty kupisz w sklepach stacjonarnych, na bazarach ekologicznych oraz on-line.

www.sklep.zakwasownia.pl

zakwasownia

Prestiżowe IMPREZY

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ

DO SŁUCHANIA DO OGLĄDANIA DO SPOTKANIA

GDAŃSKIE ŚWIĘTO MOZARTA

Już po raz szesnasty Polski Chór Kameralny zaprasza na Międzynarodowy Festiwal Mozartowski Mozartiana do pięknego Parku Oliwskiego, przed Pałac Opatów – tym razem, wyjątkowo, z drugiej jego strony – i do dostojnych murów Archikatedry Oliwskiej. Po raz drugi gdańskie święto muzyki wiedeńskiego klasyka przebiegać będzie pomimo a może na przekór trwającej pandemii. Program Festiwalu zawiera propozycje na najwyższym poziomie artystycznym, adresowane do odbiorców w różnym wieku, głównie melomanów zaś dla tych, którzy do muzyki klasycznej podchodzą z rezerwą będzie doskonałą okazją aby się do niej zbliżyć i zaprzyjaźnić!

Tegoroczne Mozartiana odbędą się w dniach 26-28 sierpnia, pod honorowym patronatem Prezydent Gdańska, Marszałka Województwa Pomorskiego oraz Arcybiskupa Diecezji Gdańskiej. Festiwal od lat gości wybitnych artystów polskich i zagranicznych. Również w tym roku, nie zabraknie atrakcyjnych koncertów w Parku Oliwskim oraz Archikatedrze Oliwskiej. 26 sierpnia (czwartek) zapraszamy na Operę w Parku na Cud albo Krakowiaki i Górale w reżyserii Jarosława Kiliana, scenografii Izabeli Chełkowskiej a w wykonaniu solistów związanych ze Teatru Wielkiego Opery Narodowej, Orkiestry Filharmonii Bałtyckiej pod batutą Massimiliana Caldiego. Wieczorem w podróż po freejazzowych aranżacjach tematów Mozarta zabierze publiczność Immortal Onion, zespół artystów sceny gdańskiej młodego pokolenia. 27 sierpnia (piątek) rozpocznie się koncertem symfonicznym w wykonaniu skrzypaczki Maya Levy, orkiestry symfonicznej Opery i Filharmonii Podlaskiej pod kierownictwem Mirosława Jacka Błaszczyka. Bezpośrednio po nim twórczość Mozarta zabrzmi w jazzowych aranżacjach Krzysztofa Herdzina, w wykonaniu Krzysztof Herdzin Mozart Quintet, który tworzą najwybitniejsi przedstawiciele polskiej sceny jazzowej tj. Krzysztof Herdzin - fortepian, aranżacje, Łukasz Poprawski - saksofon altowy, Jerzy Małek – Trąbka, Robert Kubiszyn – kontrabas, Łukasz Żyta - perkusja.

Finał Festiwalu, tradycyjnie jedyny koncert z gwarantowaną pogodą, odbędzie się w sobotni wieczór 28 sierpnia o godzinie 21. Majestatyczne wnętrze Archikatedry Oliwskiej wypełni Msza G-dur Józefa Elsnera oraz Regina Coeli B-dur oraz Missa Longa Wolfganga Amadeusza Mozarta. Wystąpią: włoska sopranistka Roberta Mameli - sopran, troje polskich solistów: Dominika Kościelniak - kontralt, Krystian Krzeszowiak - tenor, Wojtek Gierlach – bas, niemiecka orkiestra instrumentów dawnych AKAMUS oraz Polski Chór Kameralny. Dyrygować będzie tegoroczny zdobywca Złotego Fryderyka - Jan Łukaszewski.

Mozartiana organizowane są w Gdańsku od 2006 roku i od samego początku posiada rangę międzynarodową dzięki zagranicznym wykonawcom. Termin festiwalu zbiega się z pełnią sezonu letniego, stanowi znakomitą propozycję dla turystów polskich i zagranicznych tłumnie odwiedzających Gdańsk. Pomysłodawcą oraz głównym organizatorem jest Polski Chór Kameralny, współorganizatorem Muzeum Narodowe w Gdańsku.

Data: 26-28.08
Miejsce: Park Oliwski

11. WEEKEND ARCHITEKTURY W GDYNI

Weekend Architektury zagości w Gdyni już po raz 11. Główną osią narracji festiwalu jest hasło #pokora, które odnosi się do potrzeby realizacji wizji zrównoważonego rozwoju miast i globalnej gospodarki. Tegoroczna edycja, oprócz najnowszych trendów w projektowaniu obiektów, zespołów i przestrzeni, umożliwi debatę na temat dynamiki projektowania urbanistyczno-architektonicznego w dobie czasów pandemii. Na drugim biegunie pojawią się natomiast zagadnienia odwołujące się do historii, dziedzictwa – wielopokoleniowego DNA współczesnych miast, w tym zdolności do wyciągania lekcji z przeszłości, zarówno w obszarze czerpania ze sprawdzonych, dobrych wzorców, jak i w celu unikania starych błędów oraz potencjalnych porażek.

Formuła programu obejmuje kilkadziesiąt propozycji wydarzeń skierowanych do miłośników współczesnej architektury. Będą wśród nich ARCHI Prelekcje, otwarte pokazy filmowe (ARCHI Film), spotkania z architektami (ARCHI Spot), autorami książek (ARCHI Book), foto-spacery, ARCHI Spacery, a także wystawy przygotowane na styku architektury, fotografii oraz przemysłów kreatywnych. Gośćmi-prelegentami tegorocznego festiwalu będą znani architekci oraz badacze architektury. Głównym Partnerem Strategicznym wydarzenia został ponownie Narodowy Instytut Architektury i Urbanistyki, zaś partnerami strategicznymi festiwalu są: firma VASTint; Gdyńskie Centrum Filmowe oraz Konsulat Kultury. Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.

Data: 26-29.08
Miejsce: Gdyńskie Centrum Filmowe

„NIE TRZEBA SŁÓW"

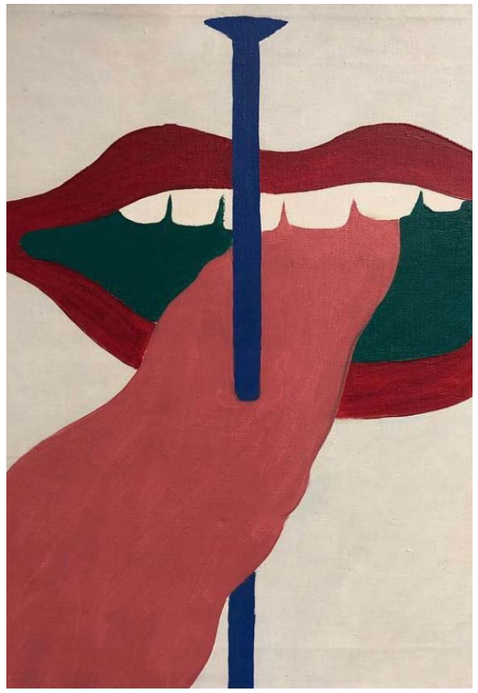
Pod takim tytułem swoją najnowszą wystawę w Galerii Triada zaprezentuje Katarzyna Karpowicz, która na swoim koncie ma już 19 wystaw indywidualnych w kraju i za granicą. Głównym założeniem autorki jest to, żeby obraz oddziaływał na widza samodzielnie, aby kolor, kompozycja, materia obrazu, oraz opowieść, która rozgrywa się na jego płaszczyźnie mówiły same za siebie.

- Znaczenie tytułu „Nie trzeba słów" odnosi się również do mojego wewnętrznego poczucia, że słowa są niewystarczające. Nie zawsze są w stanie przekazać skalę uczuć, wyodrębnić jednoznacznie malarską opowieść, która rozgrywa się na płótnie. Kocham literaturę i film, z których niejednokrotnie czerpię inspirację, cenię historię sztuki i mam świadomość, jak wielkie znaczenie ma słowo. Jednakże ta wystawa powstała w momencie, w którym zabrakło mi słów, aby opisać uczucia, które mi towarzyszą. Poszukując ich wyrazu, mam wrażenie synestezji, w której nie tylko dźwięk, ruch, przestrzeń ale i składowe obrazu odczuwam wielorako, postrzegając równocześnie jako kilka doznań na raz, np. jako dotyk – podkreśla Katarzyna Karpowicz, autorka wystawy.

Atmosfera obrazu została zbudowana poprzez długo poszukiwany kolor i zdecydowaną kompozycję. „Nie trzeba słów" to druga wystawa indywidualna zrealizowana w Gdańskiej Galerii Triada. Wernisaż odbędzie się w piątek 3 września o godzinie 18.00.

Data: 03.09-17.09
Miejsce: Galeria Triada

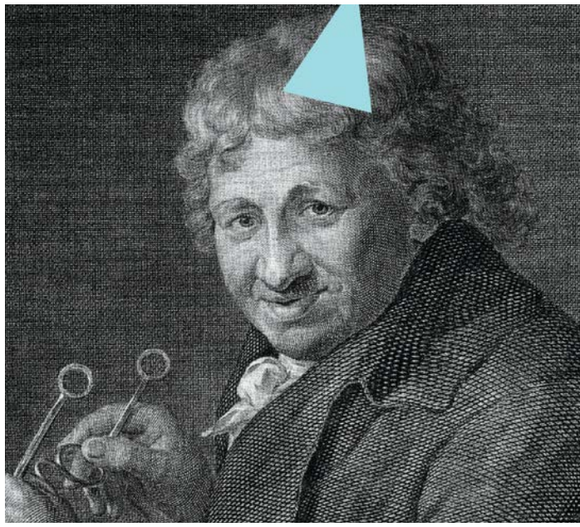
*** KU WOLNOŚCI #WERNER JERKE



W Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie zostanie zaprezentowany fragment jednej z najlepszych kolekcji polskiej sztuki XX i XXI wieku, ze zbioru Wernera Jerke. Niektóre z pokazywanych dzieł ma wprost legendarny charakter, są znane i reprodukowane, ale mało kto zdaje sobie sprawę, kto jest ich właścicielem. Życiowo Werner Jerke, jest lekarzem okulistą, właścicielem kliniki okulistycznej, winiarzem. Jednak najlepiej znany jest jako kolekcjoner sztuki polskiej i twórca pierwszego, prywatnego muzeum polskiej sztuki po za granicami Polski, w niemieckim Recklinghausen. Urodzony w Gliwicach w niemieckiej rodzinie, opuścił Polskę mając 23 lata. Zaczynał od zbierania Młodej Polski i École de Paris. Obecnie jego kolekcja liczy kilkaset pozycji. Skupia się na polskiej awangardzie międzywojennej i powojennej nowoczesności.

Na wystawie w sopockim PGS zaprezentowane zostanie głównie malarstwo z lat 80. i 90. XX wieku, a w tym m.in. twórczość członków warszawskiej Gruppy, wrocławskiego Luxsusu, Łodzi Kaliskiej, Grupy Ładnie, czy klasyków takich jak Edward Dwurnik czy Leon Tarasewicz, oraz młodszego pokolenia, jak Radek Szlaga. Licząca ponad 60 obiektów prezentacja, jest wyborem prac mających zazwyczaj zaangażowany politycznie czy społecznie charakter, i prezentuje nieco mniej znaną stronę kolekcjonerskich zainteresowań Wernera Jerke. Wystawa dofinansowana ze środków Gminy Miasta Sopotu.

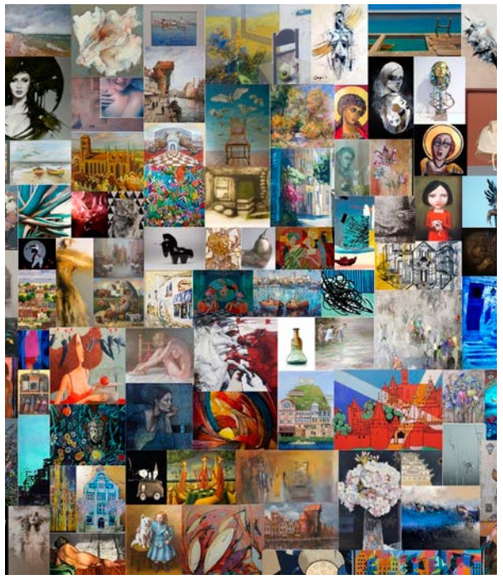
Data: 30.07 - 14.11
Miejsce: Państwowa Galeria Sztuki



295 WIOSEN DANIELA MIKOŁAJA CHODOWIECKIEGO

Już 28 sierpnia przy pasażu przy ul. Grobla odbędzie się oficjalne otwarcie wystawy plenerowej „295 wiosen Daniela Mikołaja Chodowieckiego". Ten znakomity rysownik i akwaforcista przyszedł na świat w Gdańsku. To właśnie tu, w portowym mieście nad brzegiem szarej Motławy, przed 295 laty rozpoczęła się jego twórcza droga. Tysiące rysunków i ponad dwa tysiące rycin, które składają się na dorobek Daniela Chodowieckiego, budzi wielki szacunek, ale przywołując jego osobę należy zobaczyć w nim nie tylko artystę, ale także człowieka. Nie pozostawiłby bowiem tak ogromnego dorobku, gdyby przez całe życie nie kierowała nim nadzwyczajna dbałość i troska o bliskich. Była to troska syna i brata, męża i ojca, a z czasem również stryja, opiekuna bratanków. To nie chęć zrobienia kariery zaprowadziła go na szczyty – zawiodła go tam wrodzona rzetelność i sumienność. Była to zasadnicza przyczyna skłaniająca Daniela Chodowieckiego do tytanicznej pracy nad rozwojem umiejętności, do przezwyciężania wszelkich trudności uporem i ćwiczeniami. Daniel Mikołaj Chodowiecki wybierając ilustrację książkową, postawił wszystko na jedną kartę. I wygrał. Najwybitniejsi pisarze i poeci niemieckiego oświecenia, zarówno literaci, jak autorzy prac naukowych, wysoko cenili ilustratora, którego wyobraźnia wzbogacała ich dzieła, zapewniając powodzenie wśród czytelników. Sam Chodowiecki z największą swobodą poruszał się po tematach dotyczących znanego mu świata mieszczan. Jego postacie odznaczają się pogłębionym rysem psychologicznym i dobrze uchwyconym gestem, a wnętrza mieszkalne wiernie oddają charakter mieszczańskich domostw z drugiej połowy XVIII wieku. Kompozycje są przemyślane, odznaczają się zwięzłością i klarownością – tego oczekiwali odbiorcy treści rozpowszechnianych za pośrednictwem popularnych wydawnictw. Chodowiecki pod każdym względem był synem swej epoki, głoszącej konieczność naprawy społeczeństwa. Efekt wieloletnich zmagań podsumował Chodowiecki u schyłku swego życia z właściwą skromnością: „Jakże jestem zasmucony, gdy przy całej miłości i skrupulatności nie jestem w stanie osiągnąć tego, co ona [natura] mi pokazuje. Usprawiedliwiał się wówczas powiedzeniem: Całe nasze pragnienie, całe dążenie jest dziełem niedoskonałym".

Data: 28.08 – 26.09
Miejsce: Pasaż przy ul. Grobla I



BALET PALET ŚWIĘTO ARTYSTÓW I GALERII SZTUKI

Najstarsza prywatna galeria sztuki w Gdańsku Glaza świętuję 30-lecie działalności. Z tej okazji zaplanowane zostały trzy wystawy. Przed nami dwie kolejne, a w tym największa z dotychczasowych wystaw, którą zorganizuje Glaza Design, czyli „Balet Palet". To zbiorowa wystawa ponad 100 artystów, którzy związani są z Galerią Sztuki Glaza Expo Design. Wernisaż rozpocznie autorski koncert poezji śpiewanej Mateusza Stryjeckiego i Andrzeja Tomanka. Z okazji obchodów jubileuszu wydany został także katalog z kroniką ważniejszych wydarzeń artystycznych galerii, w którym pokazane są prace 168 artystów łącznie z tymi, którzy już odeszli, pozostawiając pamięć i swoje dzieła. Ostatnią z wystaw celebrujących okrągłą rocznicę galerii będą „Zawirowania", czyli prace samego założyciela Galerii Glaza Expo Design Tomasza Glaza - absolwenta Wydziału Architektury Wnętrz i Wzornictwa Przemysłowego PWSSP (obecnie ASP) w Gdańsku. Zaprezentowane zostaną dzieła, które w sposób alegoryczny odzwierciedlają jego przemyślenia i niepokoje dotyczące obserwacji działań człowieka w życiu publicznym i w przyrodzie wobec różnych wydarzeń.

Data: 27.08. - 10.09. – „Balet Palet"
17.09. - 30.09. – „Zawirowania"

Miejsce: Galeria Sztuki Glaza

ARS ELECTRONICA 2021

Tegoroczny festiwal Ars Electronica zatytułowany „Changes and Challenges" podzielony został na dwie części. W pierwszej, kuratorowanej przez Agnieszkę Kulazińską i Aleksandrę Księżopolską, zaprezentowane zostaną działania trójki polskich artystów, które odpowiadają na przewodni temat festiwalu „A New Digital Deal". Zaproszeni artyści sięgają po różne narzędzia, różne środki artystycznego wyrazu, aby postawić pytania związane m.in. ze sposobami tworzenia i odbioru cyfrowej obecności/cielesność, ludzkimi i nie-ludzkimi relacjami, środowiskowymi skutkami baz danych. Swoje prace zaprezntują: Karolina Żyniewicz, Elvin Flamingo oraz Justyna Górowska. Każdy z nich na swój własny sposób analizuje różne aspekty współczesności, a jednocześnie całość tworzy wielowątkową, wielogłosową narrację, która odsłania fragmenty naszego rozdrobnionego, cyfrowego życia. Prezentacja prac polskich artystów będzie kolejną odsłoną projektu „Studiotopia" dofinansowanego w ramach Programu Kreatywna Europa Unii Europejskiej. Druga część festiwalu poświęcona zostanie realizowanemu już od 10 lat przez CSW Łaźnia programowi Art+Science Meeting. Zaprezentowany zostanie film przypominający dotychczasowe wydarzenia, odbędzie się dyskusja o zmianach, jakie zaszły w nurcie art and science. Publiczność zaproszona zostanie również do udziału w dyskusji wokół wystawy Olgi Kisselevej „Drzewa pamięci: Korzenie i rozłogi" poświęconej tragedii w Babim Jarze, prezentowanej w CSW Łaźnia 2.

Data: 08-12.09
Miejsce: CSW Łaźnia

„KOLOROWY WIATRAK" W COSMA GALLERY

W Sopocie, w budynku przy Państwowej Galerii Sztuki mieści się nowa, międzynarodowa galeria sztuki Cosma Gallery. To właśnie tutaj 19 sierpnia odbędzie się wernisaż wystawy Joanny Bojar-Antoniuk pt. „Kolorowy wiatrak". Artystka jest absolwentką Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie na Wydziale Wzornictwa Przemysłowego. Zawodowo zajmowała się projektowaniem graficznym, przez wiele lat współpracując z ojcem Ryszardem Bojarem przy tworzeniu systemu informacji wizualnej dla pierwszej linii warszawskiego metra. Równolegle, choć sporadycznie, działała również jako artystka, tworząc serie cyfrowych kolaży fotograficznych, okładki płyt, ilustracje do książek, obrazy i biżuterię z serii „Art DeKot" na cele charytatywne czy pisząc wiersze. Jednak jest coś, co od dawna ją fascynuje... To kalejdoskop. W 2019 roku postanowiła stworzyć swoją małą domową pracownię Color Fan i tam zaczęła tworzyć cykle obrazów powiązane właśnie z kalejdoskopem. Najnowszy cykl Politrony będzie można podziwiać w sopockiej galerii Cosma do 2 września. Mottem dla całego projektu stał się krótki wierszyk, ułożony przez artystkę Joannę Bojar-Antoniuk:

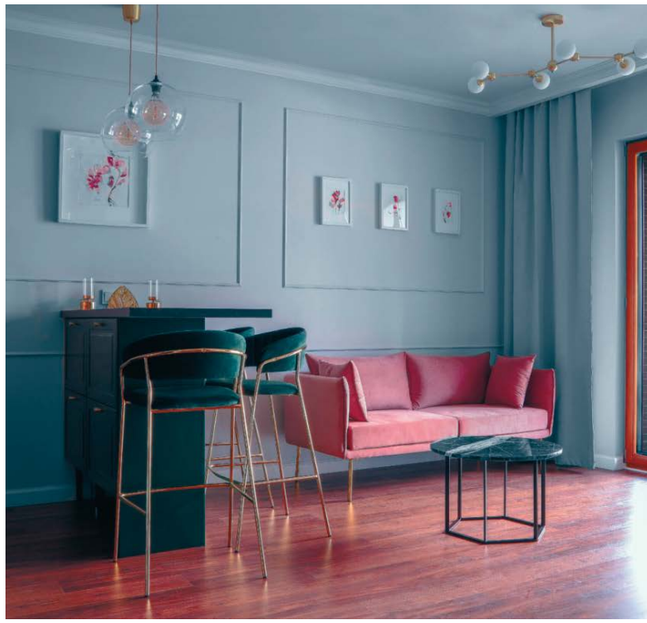
„kalejdoskop
kolorowy wiatrak
świat goszczący
w odbiciu na przemian
po sześciokroć wiruje
swą pierwotność
zaskakuje"

Data: 19.08-02.09
Miejsce: Cosma Gallery

CS HOME

PROJEKTOWANIE MEBLI NA WYMIAR/NATURALNE MATERIAŁY/WYSOKA JAKOŚĆ

PLAC ZDROJOWY 2
81-720 SOPOT
E-MAIL: OFFICE@CS-HOME.PL
TEL. 500 429 295
WWW.CS-HOME.PL



PROJEKTY WNĘTRZ I WYKONANIE POD KLUCZ/PROWADZENIE INWESTYCJI

CS-DOM
E-MAIL: OFFICE@CS-DOM.PL
TEL. 511 388 060
WWW.CS-DOM.PL
FACEBOOK.COM/CS-DOM

INAUGURACJA SEZONU POLSKIEJ FILHARMONII BAŁTYCKIEJ

Co roku we wrześniu w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej w Gdańsku odbywa się uroczysta inauguracja sezonu artystycznego. Tym razem solistą wieczoru będzie znakomity pianista Daniel Ciobanu. Ten rumuński muzyk uznanie zyskał w 2017 roku na Międzynarodowym Mistrzowskim Konkursie Pianistycznym im. Artura Rubinsteina, gdzie zdobył zarówno Srebrny Medal, jak i Nagrodę Publiczności. Następnie występował w Hamburgu, Lipsku, Berlinie, Londynie i Bukareszcie, a także poza Europą w Japonii, Chinach, Tajwanie, RPA i Brazylii. Na koncie ma także występy z takimi orkiestrami jak: Deutsche Kammerphilharmonie Bremen, Israel Philharmonic i Israel Camerata, Royal Scottish National Orchestra, George Enescu Philharmonic czy Rumuńska Narodowa Orkiestra Radiowa. Dodatkowo Ciobanu jest założycielem Neamt Music Festival w swoim rodzinnym mieście Piatra Neamt w Rumunii, i właśnie tam tworzy świeżą i innowacyjną międzynarodową platformę dla śmietanki współczesnych młodych artystów. W programie artystycznym inaugurującym sezon Polskiej Filharmonii Bałtyckiej znalazły się utwory Giuseppe Verdiego (Uwertura do opery Moc przeznaczenia), Dmitrija Szostakowicza (II Koncert fortepianowy F-dur op. 102) oraz Ludwiga van Beethovena (I Symfonia C-dur op. 21). Koncert poprowadzi dyrektor artystyczny Orkiestry PFB maestro George Tchitchinadze.

Data: 17.09
Miejsce: Polska Filharmonia Bałtycka im. Fryderyka Chopina w Gdańsku

GALA PRACODAWCÓW POMORZA

PRZEDSIĘBIORCY MEDYKOM

We wrześniu w Polskiej Filharmonii Bałtyckiej odbędzie się specjalna edycja Gali Pracodawców Pomorza w pełni poświęcona medykom. Chcąc podkreślić oraz docenić trud pracowników ochrony zdrowia w walce ze skutkami pandemii, Pracodawcy Pomorza przygotowują wyjątkowy koncert dedykowany polskiej służbie zdrowia. Gościem specjalnym wieczoru będzie Aleksandra Kurzak – wybitna, światowej sławy solistka operowa związana jest z takimi teatrami jak np. Metropolitan Opera w Nowym Jorku, Covent Garden w Londynie czy Operą Wiedeńską. Artystce tego wieczoru będzie towarzyszyć Polska Filharmonia Kameralna Sopot pod dyrekcją profesora Wojciecha Rajskiego. Po zakończeniu koncertu odbędzie się ceremonia wręczenia Złotych Medali organizacji dla szpitali najbardziej zaangażowanych w walce z pandemią w województwie pomorskim. Z kolei przedstawicielom różnych zawodów medycznych oraz instytucjom wspierającym walkę z pandemią wręczone zostaną statuetki „Cum Gratia Magna", wykonane przez polskiego artystę, francuskiego pochodzenia Michela Lenglarda.

Data: 08.09
Miejsce: Polska Filharmonia Bałtycka im. Fryderyka Chopina

Z IGRZYSK DO SOPOTU

Sezon zawodów konnych na sopockim Hipodromie trwa w najlepsze. Od czerwca niemal w każdy weekend można tutaj oglądać skoki przez przeszkody, wyścigi konne lub zawody w ujeżdżeniu. Zwieńczeniem wakacji tradycyjnie już będą jesienne zawody we Wszechstronnym Konkursie Konia Wierzchowego (WKKW), nazywane też jeździeckim triathlonem. Przez cztery dni, od 2 do 5 września blisko 200 koni weźmie udział w trzech konkurencjach – ujeżdżeniu, biegu krosowym oraz skokach przez przeszkody. W ramach zawodów będzie można wziąć udział w konkursach o randze krajowej oraz międzynarodowej, o różnych stopniach trudności, aż po najwyższy, oznaczony 4*. W konkurencjach międzynarodowych wystartują reprezentanci kilkunastu krajów, w tym także z Polski. Na Hipodromie pojawi się także zdobywczyni złota na tegorocznych igrzyskach w Tokio, Julia Krajewski z Niemiec oraz brązowy medalista tegorocznych igrzysk, Australijczyk Andrew Hoy. WKKW, ze względu na swoją uniwersalność, nazywany jest królową dyscyplin jeździeckich. I składa się z trzech konkurencji: ujeżdżenia, biegu terenowego z przeszkodami, tzw. krosa oraz skoków przez przeszkody rozgrywanych na placu konkursowym. Aby zwyciężyć, trzeba być najlepszym w każdej z tych trzech konkurencji, dlatego WKKW jest sprawdzianem uniwersalnych cech konia, jego siły, a zarazem precyzji, a także, co bardzo ważne, współpracy człowieka z koniem.

Data: 02-05.09
Miejsce: Hipodrom Sopot

COSMA
SOPOT

KAWIARNIA/DRINK BAR Z MUZYKĄ
TARAS Z WIDOKIEM NA FONTANNĘ I SOPOCKIE MOLO
ZAMKNIĘTE IMPREZY FIRMOWE I OKOLICZNOŚCIOWE
GALERIA SZTUKI I WERNISAŻE

COSMA SOPOT
PLAC ZDROJOWY 2
81-720 SOPOT
TEL. 500 429 295
FACEBOOK.COM/COSMA.SOPOT

ŚWIĘTO MUZYKI JAZZOWEJ

24 września w Sopocie rozpocznie się wielkie święto muzyki jazzowej. W ramach trzydniowego międzynarodowego festiwalu Sopot Jazz Festival odbędzie się 6 koncertów, w których udział weźmie ponad 20 muzyków z Polski oraz zagranicy. Wszystko rozegra się w dwóch lokalizacjach (Sala Koncertowa Polskiej Filharmonii Kameralnej Sopot na terenie Opery Leśnej oraz debiut nowej przestrzeni - Grand Pavillion w Hotelu Radisson Blu Hotel, Sopot). Program wydarzenia przygotował Marcin Wasilewski – znany i ceniony na świecie muzyk, a zarazem kurator artystyczny tegorocznego festiwalu.

- Sopocki festiwal to jazz w swoich najciekawszych odsłonach. W programie mamy m.in. Trio Kuby Więcka, postaci numer jeden najmłodszego pokolenia polskiej sceny jazzowej, kwartet Adama Bałdycha, jednego z najważniejszych skrzypków jazzowych na świecie, zdobywcę prestiżowej nagrody Echo Jazz oraz gości zagranicznych – Trygve Seima, norweskiego muzyka, który zaprezentuje ceniony na świecie album „Helsinki Songs" i francuskiego pianistę z Martyniki – Gregorego Privata z najnowszym albumem „Soley", czyli mocnym ładunkiem optymizmu, światła i energii - mówi Marcin Wasilewski.

Tegoroczna edycja festiwalu to również połączenie jazzu z rejonami soulu i hip-hopu. Dodatkowe brzmienie do klasyki jazzowej wprowadzi między innymi Paulina Przybysz oraz Ania Szarmach. Natomiast finał tegorocznego Sopot Jazz Festiwalu to powrót do klasyki i standardów. Finałowy koncert Stanisława Soyki i Trio Arka Skolika to wspomnienie twórczości legendarnego Wojciecha Karolaka, jednego z ojców założycieli jazzu w Polsce.

Data: 24-26.09
Miejsce: Opera Leśna

GRYF GOSPODARCZY 2021 #ZGŁOŚ SWOJĄ FIRMĘ

Przed nami 12. edycja konkursu o Nagrodę Pomorską Gryf Gospodarczy 2021. Jest to jedna z najbardziej cenionych regionalnych nagród, przyznawana wspólnie przez organizacje samorządu gospodarczego i marszałka województwa pomorskiego. W ramach tegorocznej edycji nagrody zostaną przyznane w 8 kategoriach głównych: Lider Innowacji, Lider Eksportu, Lider Inwestycji, Lider Odpowiedzialności Społecznej, Pomorski Start-Up, Lider Kształcenia Zawodowego, Gmina Przyjazna Przedsiębiorcom oraz nowa kategoria Lider Zielonej Transformacji, która powstała w reakcji na globalne trendy. Kapituła Konkursu może przyznać również Nagrodę Specjalną, a patroni medialni spośród wszystkich uczestników konkursu wybiorą laureata Gryfa Medialnego.

W tym roku zmienił się też sposób aplikacji, ponieważ uczestnicy po raz pierwszy mogą składać wnioski on-line. W ramach wydarzenia zaplanowane są również dwa tematyczne panele dyskusyjne. Pierwszy związany z CSR i zmianami klimatycznymi odbędzie się pod koniec września, natomiast drugi dotyczący cyfryzacji przedsiębiorstw, poprzedzi uroczyste wręczenie nagród pod koniec października w Operze Bałtyckiej. Zarówno pierwsza, jak i druga debata będą transmitowane online na stronach konkursu. Zgłoszenia przyjmowane są do 15 września. Do konkursu mogą przystąpić przedsiębiorstwa, które mają zarejestrowaną siedzibę na terenie województwa pomorskiego. Udział w konkursie jest bezpłatny. Partnerem merytorycznym konkursu jest PwC, a sponsorami mBank SA oraz Olivia Business Centre. Link do formularza dostępny jest na stronie internetowej www.gryfgospodarczy.pl.

#FOODMUSTGOON!

RESTAURANT WEEK POWRACA

Po rekordzie frekwencji na wiosnę, jesienny festiwal najlepszych restauracji już 8-26.09. Blisko 350 restauracji z ponad 30 miast zaprosi gości na popisowe trzydaniowe menu, dostępne jedynie podczas Festiwalu. Jesiennej edycji Restaurant Week towarzyszyć będzie kampania: #FoodMustGoOn!, której celem jest wsparcie dla przetrwania niezależnej sceny restauracyjnej w warunkach powracających lockdownów. Jej ogólnopolski zasięg ma przypomnieć gościom, że idąc na wrześniowy Festiwal nie tylko wesprą restauracje, ale też pozwolą im m.in. zebrać środki zapasowe na wypadek zamknięcia. To kolejne działania RestaurantClub (organizator Festiwalu) na rzecz ocalenia lokalnych niezależnych restauracji.

- Zapraszamy wszystkich na największe wydarzenie kulinarne. Niech skala odkrywania i wspierania restauracji będzie ponownie rekordowa. Restauracje, które przetrwały dotychczasowe lockdowny włożyły ogromny wysiłek w ponowne przyjęcie Gości - mówi Maciej Żakowski, jeden z organizatorów Restaurant Week. - Kampania #FoodMustGoOn! jest głosem całej polskiej sceny restauracyjnej. Razem mówimy: „Nie przerywajmy jedzenia!". Misją RestaurantClub jest łączenie restauracji i gości, od wiosny w całej Polsce skupiamy się na wsparciu odbudowy niezależnej kultury restauracyjnej. Niech ten Festiwal będzie kolejnym dużym krokiem w stronę odbudowy fundamentów polskiej sceny restauracyjnej, która jest przecież jedną z najbardziej kreatywnych i dynamicznych na świecie - podkreśla Żakowski.

Liczba Gości Restaurant Week przekroczyła już 1 milion. W Festiwalu weźmie udział ponad

350 restauracji z całej Polski. Goście będą mogli spróbować zarówno dań kuchni polskiej, jak i wielu kuchni świata. W ofercie festiwalowej dostępne będą dania jarskie, rybne oraz mięsne. Zestaw składający się z przystawki, dania głównego i deseru będzie dostępny w specjalnej cenie 59 zł, a dodatkowo każdy pełnoletni uczestnik otrzyma w prezencie także koktajl Martini Fiero & Kinley Tonic.

Data: 08-26.09
Miejsce: wybrane trójmiejskie restauracje

GDAŃSKI DZIEŃ ELEKTROMOBILNOŚCI

18 września na Ołowiance w Gdańsku odbędzie się pierwsza edycja Gdańskiego Dnia Elektromobilności organizowana przez Miasto Gdańsk i firmę SunSol. Data wydarzenia nie jest przypadkowa, ponieważ odbywa się w trakcie Europejskiego Tygodnia Zrównoważonego Transportu. W wydarzeniu wezmą udział pomorskie firmy i instytucje powiązane z elektromobilnością, w tym m.in. Fronius i Mercedes Goworowski jako Partnerzy Główni, Porsche Centrum Sopot, BMW Bawaria Motors, Motor Centrum, Tier, Pomorska Izba Gospodarcza Pomorza, Polskie Stowarzyszenie Paliw Alternatywnych, Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, Electofun, MaxSol i wielu innych. Firmy z branży motoryzacyjnej zaprezentują swoje elektryczne modele samochodów, a dzięki Tier i Electofun wszyscy uczestnicy wydarzenia będą mogli wypróbować jazdy na elektrycznych hulajnogach i rowerach. Swój model ładowarek do EV przedstawi firma Fronius, natomiast SunSol i MaxSol zaprezentują propozycje ekologicznych rozwiązań dla firmy i domu, dzięki czemu będzie można zobaczyć jak wygląda i działa carport fotowoltaiczny, dedykowany samochodom elektrycznym. W trakcie wydarzenia przewidziane są zabawy dla najmłodszych, w tym specjalnie przygotowane warsztaty przez Fundację Odzyskaj Środowisko. Dodatkowo mieszkańcy będą mieli okazję oddać zużyte elektrośmieci do specjalnie postawionego pojemnika.

Data: 18.09
Miejsce: Ołowianka

46. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH W GDYNI

Festiwal Polskich Filmów Fabularnych po zeszłorocznej, wirtualnej edycji, powraca do Gdyni w tradycyjnej formie. Już 20 września w Gdyni rozpocznie się rywalizacja o Złote i Srebrne Lwy w Konkursie Głównym, Konkursie Filmów Krótkometrażowych oraz w Konkursie Filmów Mikrobudżetowych. Do głównej nagrody zakwalifikowało się 16 filmów, a w tym 6 pełnometrażowych debiutów reżyserskich i 3 drugie filmy reżyserów. Wśród zakwalifikowanych filmów znalazły się: opowieść inspirowana życiem Kaliny Jędrusik z Marią Dębską w głównej roli („Bo we mnie jest seks"); ekranizacja głośnej książki Doroty Masłowskiej („Inni ludzie"); historia polskiego „króla złodziei" Zdzisława Najmrodzkiego („Najmro. Kocha, kradnie, szanuje"); czy brutalnie zamordowanego przez milicję Grzegorza Przemyka („Żeby nie było śladów"). Do Konkursu Głównego zakwalifikował się też m.in. dystrybuowany przez Netfliksa „Prime Time".

Na tegorocznej edycji wydarzenia nie zabraknie również prezentacji zrekonstruowanych cyfrowo znaczących tytułów z dziejów polskiej kinematografii. Postaci Krzysztofa Kieślowskiego (1941-1996) poświęcony będzie pokaz filmu „Bez końca" (1984). Seansowi towarzyszyć będzie prezentacja krótkometrażowej produkcji Instytutu Adama Mickiewicza „Gadające głowy 2021". W Galerii GCF zaprezentowana zostanie natomiast część multimedialnej wystawy Narodowego Centrum Kultury Filmowej w Łodzi, przygotowana z okazji 80. rocznicy urodzin Krzysztofa Kieślowskiego. Bohaterami tegorocznej sekcji Czysta Klasyka będą również: Barbara Sass-Zdort (1936-2015), Andrzej Żuławski (1940-2016) oraz Zygmunt Malanowicz (1938-2021).

Data: 20-25.09
Miejsce: Gdyńskie Centrum Filmowe

TYDZIEŃ CHORWACKI W TEATRZE SZEKSPIROWSKIM

Przekładany z powodu pandemii festiwal chorwackiej kultury odbędzie się w dniach 9-15 września 2021. To już 15. spotkanie w ramach cyklu Teatry Europy i Świata, tym razem z krajem bałkańskim. Tydzień Chorwacki będzie okazją do poznania tego pięknego kraju przez pryzmat teatru, kina, literatury i sztuk wizualnych oraz spojrzenia na piękno chorwackiej przyrody i architektury przez pryzmat filmowego kadru.

W wrześniu do Gdańska przyjadą też najlepsze, nagradzane na festiwalach na całym świecie spektakle teatralne. Pierwszy z nich to „Trzy Zimy" („3 Winters) Teny Štivičić wyreżyserowany przez Ivicę Buljan, w wykonaniu zespołu Chorwackiego Teatru Narodowego w Zagrzebiu. Obowiązkową pozycją – i to nie tylko dla miłośników sztuki tańca – będą dwa spektakle, w których słowo przepisane zostało na ruch. „Staging a Play: Tartuffe" na podstawie „Świętoszka" Moliere'a w reżyserii i choreografii Matija Ferlina i wykonaniu słynnego Zagreb Dance Company. W ramach Tygodnia Chorwackiego zobaczymy też spektakl, który zdobył najwięcej nagród w historii chorwackiego teatru – „Czarna Matka Ziemia" z Teatru Młodych w Zagrzebiu. Wśród tych smakowitych teatralnych pozycji nie zabraknie też spektaklu dla dzieci – skierowaną do najmłodszych widzów kukiełkową „Bajkę o obłoczku" Teatru Mała Scena w Zagrzebiu. Jak na cykl Teatry Europy i Świata przystało, czeka nas też spotkanie ze znakomitym chorwackim kinem. Na ekranie zobaczymy m.in.: „Konstytucję" reż. Rajko Grlić oraz „Małą wycieczkę" reż. Igora Bezinovića.

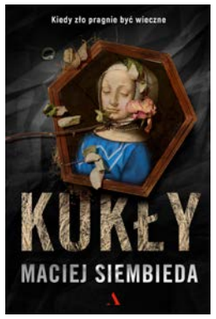
Tydzień Chorwacki w ramach cyklu Teatry Europy i Świata, organizowany jest przez Gdański Teatr Szekspirowski, Fundację Theatrum Gedanense i Ministerstwo Kultury Chorwacji w partnerstwie z Ambasadą Chorwacji w Polsce.

Data: 09-15.09
Miejsce: Gdański Teatr Szekspirowski, Miejski Teatr Miniatura

Biblioteczka PRESTIŻU

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI

Sierpień kryminałem stoi. Za oknem powoli widać pierwsze oznaki jesieni, ale nic tak nie ogrzewa, jak dobra intryga! Zwłaszcza, jeśli dzieje się na znajomych terenach Trójmiasta…



KUKŁY
Autor: Maciej Siembieda
Wydawnictwo: Agora

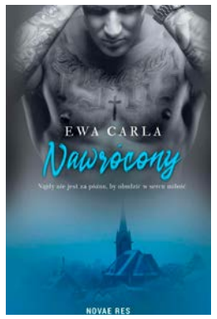
Gdański prokurator Jakub Kania dostaje kolejne zlecenie, tym razem od niemieckiej dziennikarki. Zadanie jest proste – odnaleźć sprawcę pożaru, jaki pojawił się w wiele lat temu w rezydencji magnackiej na Śląsku. Jednak ta sprawa powiązana jest także z odkryciem, jakiego dokonali specjaliści, w niedalekim kościele. Okazuje się, że znalezione w kryptach ciało, należało do córki magnata. Dlaczego została tam pochowana? I dlaczego podpalono dwór? Poszukiwanie prawdy zawiedzie prokuratora przez historię II wojny światowej i tajemniczych nazistowskich organizacji.

MIASTO SZPIEGÓW
Autor: Marek Krajewski
Wydawnictwo: Znak

Kolejny tom z serii kryminałów z Edwardem Popielskim – szpiegiem. Tym razem jednak na zlecenie swoich przełożonych trafia do Wolnego Miasta Gdańska. Jest rok 1933. Jest ciemno, ponuro i brzydko, zwłaszcza że konflikt między państwami wisi w powietrzu. Jednak główny bohater musi odnaleźć innego mężczyznę – Otto Adeldharta – współpracownika szefa tajnego oddziału. Popełnił on kilka zbrodni, za które musi teraz zapłacić. Dodatkowo posiada informacje, które mogą się przydać… Ale nie jest tak łatwo, bo również inne wywiady zaczynają węszyć w mieście. Zaczyna się niebezpieczna gra.

CIAŁO PONIEKĄD PONĘTNE
Autor: Agnieszka Pruska
Wydawnictwo: Oficynka

Kolejne przygody Alicji i Julii, dwóch przyjaciółek, rozwiązujących kryminalne zagadki. Obie są nauczycielkami i prowadzą zwyczajne życie. Zaczęły się wakacje i postanowiły wyjechać – postawiły na odpoczynek we Władysławowie. I tu pojawia się… trup. Obie wiedzione swoją wrodzoną ciekawością, podążają w ramach śledztwa za poszlakami. Jednak nie jest tak łatwo, jak myślały. Mimo dobrej zabawy w detektywów, kobiety odkrywają, że popandemiczna rzeczywistość utrudnia wiele spraw. Czy uda im się rozwikłać zagadkę?



NAWRÓCONY
Autor: Ewa Carla
Wydawnictwo: Novae Res

Sara jako niemowlę została podrzucona pod drzwi klasztoru i tam się wychowywała. Zakonnice wpajały jej swoje wartości i pojęcie dobra. Adam podobnie jak dziewczyna nie miał rodziny i musiał wziąć odpowiedzialność za własne życie bardzo szybko. Skończyło się to na współpracy z sopocką mafią. Pewnego dnia drogi tych dwoje się przetnie. I mimo że pochodzą z dwóch różnych środowisk, może połączyć ich jedno – silne uczucie. Ale czy tak dwa odmienne style życia mogą się dopasować?

DOM SENIORA
BURSZTYN
JANTAR

- Pobyty długoterminowe
- Całodobowa opieka senioralna z rehabilitacją i terapią zajęciową
- Opieka stomatologiczna dla seniorów
- Opieka psychologiczna

Dom Seniora Bursztyn | Jantar, ul. Gdańska 4
tel. 604 772 222 | email: info@dsbursztyn.pl

www.dsbursztyn.pl

BEKSIŃSKI, PĄGOWSKA I INNI

DESA UNICUM W SOPOCIE

AUTORKA: KLAUDIA KRAUSE-BACIA

Z początkiem sierpnia centrum świata sztuki przeniosło się nad Bałtyk – wszystko za sprawą wystawy i 3 aukcji największego domu aukcyjnego w Polsce DESA Unicum. Od 1 sierpnia w niezwykłych wnętrzach hotelu Sofitel Grand Sopot można było zobaczyć ponad 170 prac, w tym m.in. Teresy Pągowskiej, Kiejstuta Bereźnickiego, czy Zdzisława Beksińskiego. Praca tego ostatniego poszła pod młotek za rekordowe 384 000 zł.

Na początku sierpnia sopocki Grand Hotel zamienił się w prawdziwe centrum sztuki. W ramach trzech tematycznych wystaw zorganizowanych przez DESA Unicum można było podziwiać twórczość najciekawszych młodych artystów, magiczne dzieła sztuki fantastycznej i wybitne prace malarzy związanych ze Szkołą Sopocką i Nową Szkołą Gdańską. Na wystawie przedaukcyjnej pojawiły się prace m.in. Zdzisława Beksińskiego, Teresy Pągowskiej, Rafała Olbińskiego, Kiejstuta Bereźnickiego, Henryka Cześnika, Franciszka Starowieyskiego czy Jerzego Dudy-Gracza. W trakcie ekspozycji odbyło się także oprowadzanie kuratorskie po wystawie Sztuki Fantastycznej. 5, 6 I 7 sierpnia odbyły się 3 aukcje: Młoda Sztuka, Sztuka Fantastyczna. Surrealizm i Realizm Magiczny oraz Sztuka Współczesna. Szkoła Sopocka – Nowa Szkoła Gdańska. Prawdziwym hitem ekspozycji była praca Zdzisława Beksińskiego z 1992 roku. Fantastyczny, przeszywający dreszczem świat, który artysta wykreował, szybko zyskał uznanie wielu wielbicieli. Nie było wtedy malarza, którego twórczość można by było zestawić z pracami Beksińskiego. Nic więc dziwnego, że to właśnie ta praca została sprzedana za rekordowe 384 000 zł.

Licytacja prac najciekawszych młodych artystów przyniosła obrót w wysokości ponad 300 000 zł. Za rekordowe 24 000 zł został sprzedany obraz Aleksandry Kowalczyk – jest to najdrożej sprzedana praca artystki. Z kolei obrót na aukcji Sztuki Fantastycznej wyniósł ponad 1 000 000 zł. Oprócz wspomnianego obrazu Beksińskiego, górną granicę estymacji przekroczyła też praca Anny Güntner „First dance". Podczas tej licytacji padły też rekordy cenowe dzieł Alicji Rekowskiej oraz Marioli Jośko. Najwyższe ceny na aukcji prac Szkoły Sopockiej i Nowej Szkoły Gdańskiej odnotowały trzy prace Teresy Pągowskiej: „Intermezzo" (sprzedany za 360 000 zł), „Dzień dwudziesty trzeci" (300 000 zł), „Sprzedawca owoców" (ponad 140 000 zł).

Anna Güntner (1933 Poznań - 2013 Kraków)
"FIRST DANCE"

Zdzisław Beksiński (1929 Sanok - 2005 Warszawa)
Bez tytułu, 1992

PAŁAC MORTĘGI
HOTEL & SPA
★★★★

KRÓLEWSKI WYPOCZYNEK NA MAZURACH

Pałac Mortęgi Hotel & SPA
Mortęgi 3, 14-260 LubawaPolska
89 644 94 60 lub 89 644 94 68
recepcja@palacmortegi.pl

www.palacmortegi.pl

#NOMUS

GDAŃSKOŚĆ SZTUKI WSPÓŁCZESNEJ

AUTOR: SZYMON KAMIŃSKI | **FOTO:** NOMUS

NOMUS, czyli Nowe Muzeum Sztuki, to instytucja, która w głównej mierze ma zajmować się zbieraniem i dokumentowaniem gdańskiej sceny artystycznej. Na jej potrzeby tworzona jest m.in. Gdańska Kolekcja Sztuki Współczesnej. W październiku nastąpi jej długo oczekiwane otwarcie.

„Pisać, czytać, publikować. Badać i uczyć. Słuchać i patrzeć", tak brzmi jeden z aspektów manifestu nowego muzeum. Zadaniem muzeum NOMUS jest napisanie historii sztuki gdańskiej, a co za tym idzie kupowanie i zbieranie dzieł sztuki oraz dokumentów z życia artystycznego Gdańska, zwłaszcza z przełomu lat 80. i 90.

- To jest unikalna historia, ta scena rozwijała się zupełnie inaczej, miała inną dynamikę. Inne są tradycje awangardowe w Łodzi, inne Warszawy, inne Wrocławia. Każda z tych scen ma pewną estetykę, postawy, tradycje. Ta historia dla Gdańska jest fragmentaryczna, a przed nami jej napisanie. To ogromne i odpowiedzialne zadanie. Brakuje nam zbiorów, które by to w wystarczającym stopniu dokumentowały – tłumaczy Aneta Szyłak, kierowniczka nowego muzeum.

GDAŃSKA, POLSKA, MIĘDZYNARODOWA

NOMUS mieści się w świeżo odremontowanym budynku przy ul. Jaracza 14 w Gdańsku. Dokładnie naprzeciwko sławnej ulicy Elektryków. Pierwotnie działała tutaj szkoła. Po wojnie organizowano w nim warsztaty szkolne dla Stoczni Gdańskiej. Aż w 2004 roku w tym miejscu rozpoczął działalność Instytut Sztuki Wyspa, prowadzony przez Fundację Wyspa Progress w Gdańsku.

- Działałam jako niezależna kuratorka i dyrektorka Instytutu Sztuki Wyspa i bardzo często miałam do czynienia z robotnikami, którzy mówili, że chodzili tutaj do szkoły – opowiada Aneta Szyłak. - Czesław Szultk, który był tutaj szefem Działu Rurarzy w stoczni mówił, że zrobienie własnego młotka to była pierwsza rzecz, jaką robił uczeń szkoły zawodowej na warsztatach. To dla mnie piękna metafora tego, co robimy tutaj. Jeśli wchodzimy w takie miejsce, to musimy wiedzieć, co jest naszym narzędziem albo musimy sobie to narzędzie wypracować w relacji do tego, co tutaj jest. To nie jest oczywiste miejsce do wystawiania sztuki, musimy być świadomi procesów, które do tego doprowadziły – tłumaczy.

Formalnie NOMUS jest częścią Muzeum Narodowego w Gdańsku, co oznacza, że jest finansowany przez Ministra Kultury oraz Marszałka Województwa Pomorskiego. Bardzo dużą rolę odgrywa także Miasto Gdańsk, od którego wyszła inicjatywa jego powołania. Gdańsk przekazał teren, budynek, a następnie pieniądze na remont. Miasto finansuje też Gdańską Kolekcję Sztuki Współczesnej, stanowi największą część zbioru nowej placówki. Wyboru dzieł dokonuje komisja, a jej głównym kryterium ma być „gdańskość".

- Nowe muzeum sztuki poprzez tworzoną kolekcję pokaże historię sceny gdańskiej – nie tylko poprzez twórczość tych, co tu mieszkają, uczą, tworzą, ale też i tych, którzy przyjeżdżają na chwilę współpracując, np. przy projektach organizowanych przez środowisko instytucjonalne i niezależne – mówi Hanna Wróblewska, dyrektorka Zachęty Narodowej Galerii Sztuki, a jednocześnie członkini komisji. - Przy czym zawsze jest sens pokazywać scenę w szerszym kontekście, niech to więc będzie kolekcja gdańska, polska i międzynarodowa.

I właśnie w tym ostatnim aspekcie NOMUS nie ogranicza swoich działań. Instytucja ma rozpocząć nabywanie dzieł sztuki światowej. Niemniej główną cechą gdańskiej kolekcji jest to, że znajduje się w niej wiele prac artystek.

- Mamy przywilej bycia młodym muzeum, a co za tym idzie, nie musimy nadrabiać pół wieku zaniedbań w kupowaniu dzieł kobiet, które mają ogromny wkład w rozwój polskiej sceny artystycznej i które przez lata nie uzyskały satysfakcjonującej widoczności. To też nie jest wynikiem wymuszania parytetu, tak po prostu wynika z natury tego projektu. Mamy otwarty nabór prac, więc artystki składają propozycje, komisja wybiera, a miasto zatwierdza wybór i kupuje. Ta znacząca prezentacja kobiet jest naszym wielkim atutem. Mamy oprócz Gdańskiej Kolekcji Sztuki Współczesnej też pierwsze darowizny artystek i artystów, są też pierwsze depozyty prywatne, niedługo będą następne, które są własnością naszego muzeum – komentuje kierowniczka NOMUS-a.

KOLEKCJA W DZIAŁANIU

Wystawą inaugurująca działalność muzeum NOMUS będzie wystawa pt. „Kolekcja w działaniu". Ekspozycja będzie dostępna dla widzów minimum przez rok. Wszystko zależy od dynamiki odbioru publiczności. W skład wystawy wchodzi wybór prac ze zbiorów instytucji.

- Wybór prac z kolekcji jest motywowany tym, że chcemy głównie pokazać działanie, akcję, performens – mówi Aneta Szyłak. - Interesuje nas to, w jaki sposób gesty artystyczne można udokumentować. Mimo, że niektóre dzieła się powtórzą, to będzie wystawa będzie całkiem inna niż ta organizowana przez NOMUS dwa lata temu w Zielonej Bramie. Tamta, zatytułowana „Kolekcja w budowie" pokazywała pewne wątki związane ze stocznią, feminizmem czy historią XX i XX wieku. Teraz idziemy jednak w wystawę pokazującą dokumentowanie procesu artystycznego. Będzie dzieło samo w sobie, ale pokażemy także, że dzieło miało historię powstania, swoje przyczyny, problemy, techniczność, nietrwałość. Czyli wszystko to, co związane jest ze sposobem jego przygotowania.

„Kolekcja w działaniu" to trzymanie się źródła pomysłu i idei artystycznej. Wydarzenia muzealne będą pokazywać, jak myśli artysta/artystka, jak myśli kurator wystawy oraz co to znaczy zrobić dzieło i co to znaczy je pokazać. A jakie inne dzieła będą dodatkowo wchodzić w skład kolekcji muzeum?

- Mamy tkaninę, malarstwo, rysunek, grafikę, rzeźbę, instalację, wideo i dokumentacje, które są na granicy dzieła i nie-dzieła, bo to różne formy zapisu. Są to rzeczy różnorodne i to też jest wielkim atutem tego zbioru. Pokazuje, że scena artystyczna jest czymś żywym, a nie zbiorem niepowiązanych ze sobą obiektów – komentuje Szyłak. - Mamy kilka wielkogabarytowych prac, ale teraz raczej skupiamy się na obiektach mniejszych, bo nie mamy obecnie wystarczających możliwości magazynowych. Idziemy w kierunku dokumentów i prac w mniejszym formacie, w tym rysunków oraz fotografii i to też pokazuje nasz profil i specyfikę zbiorów. Bardzo nas interesuje rysunek jako ciekawa forma artystyczna, która odeszła nieco w zapomnienie, a to przecież rysunek i szkic są najczęściej pierwszym zapisem idei dzieła, czymś bardzo intymnym.

Wystawa, którą zaprezentuje publiczności muzeum na jesień, nie będzie ograniczona jedynie do sztuki z Gdańska. To, co ważne w sztuce lokalnej będzie konfrontowane z osiągnięciami twórców z innych polskich ośrodków, a także z dziełami artystów zagranicznych. Czy wystawa i kolekcja będzie dokumentować gdańską sztukę współczesną w ogóle?

- Myślę, że nie. Sztuka tworzona w Gdańsku, czy szerzej w Trójmieście, w ostatnich dekadach jest bardzo różnorodna, mieszczą się w niej również zjawiska dość tradycyjne – mówi Jacek Friedrich, dyrektor Muzeum Narodowego w Gdańsku. - NOMUS wyczulony jest raczej na sztukę nową, często zaangażowaną społecznie czy ideowo, na sztukę biorącą udział w bieżących debatach. Dzięki takiemu właśnie charakterowi jest to zresztą sztuka świetnie nadająca się do budowania interakcji z publicznością. Częścią tej sztuki jest bowiem rozrachunek ze światem, w którym wszyscy jesteśmy zanurzeni – widzowie wnoszą więc ze sobą na wystawę swoje własne doświadczenia ze współczesnością, a dzieła nowej sztuki mogą pomóc aktywnie patrzeć na zmieniający się świat. Nie znaczy to jednak, że nasze Muzeum zamknięte jest na bardziej tradycyjne formy artystyczne, tyle tylko, że im poświęcamy uwagę raczej w ramach działalności naszej placówki w oliwskim Pałacu Opatów.

Wystawione zbiory muzealne NOMUS będą odzwierciedlać niestandardowe geografie sztuki, dla przykładu Bliski Wschód. Chodzi o to, aby poprzez sztuki doprowadzić do stworzenia obrazu zjawisk, istotnych dla współczesności.

- Należą do nich zagadnienia z pola ekonomii, zjawiska globalnej migracji. Jak popatrzmy na historię sztuki, to w znaczącej mierze jest to sztuka migrantów. Ludzi, którzy wyjeżdżali, podróżowali, a więc funkcjonowali w innym środowisku. Artyści rzadko bywają zakorzenieni, nawet jeśli są z Gdańska. Sztuka jest właśnie taka wielokulturowa, ale bez zapominania o tym, co nasz ukształtowało. Pracujemy w tym środowisku i z tym środowiskiem, więc interesuje nas kontekst, w jakim ona powstaje i do którego przemawia – dodaje kierowniczka.

FAJNE MIEJSCE

Siedziba instytucji ma być zarówno przestrzenią wystawy, ale również miejscem spotkań. - Zależy nam na tym, żeby powstał pewien rodzaj wspólnoty, która jest oczywiście płynna, bo są ludzie, którzy przychodzą raz, a są tacy, którzy przychodzą częściej. Przestrzeń społeczna NOMUS powstaje dzięki partnerstwu lokalnej firmy, Atelier Mesmetric. Będzie to przestrzeń, gdzie można wejść i spotkać się, odbyć pewien rodzaj dyskusji. Przestrzeń ta, od tytułu dzieła Ani Witkowskiej, nazywa się Znajomi znad Morza. Zależy nam, aby była ona dostępna dla wszystkich zainteresowanych, bez konieczności kupowania biletu na wystawę. Miejscem do którego się przychodzi, bo jest fajnie, sprzyja rozmowie, spotkaniom, współpracy i sprawom sąsiedzkim – mówi kierowniczka muzeum. Obiekt składa się z pięciu poziomów. W piwnicach znajdują się pomieszczenia techniczne i magazynowe. Na parterze znajduje się otwarta przestrzeń wspólna, która ma być miejscem relaksu, jest tu kawiarnia, miejsce zabaw dla dzieci, czytelnia i salka konferencyjna. Na piętrach znajdują się sale wystawowe i edukacyjne oraz biura. Na najwyższym poziomie ulokowane pokoje gościnne dla artystów, naukowców i innych osób współpracujących przy tworzeniu programu. Pozwolą na obniżenie kosztów organizacji wystaw czy programu badawczego. - Mamy także taras, które ma zejście amfiteatralne. Wokół budynku będziemy niedługo sadzić rośliny. Przyda się taka zielona osłona w tej przestrzeni industrialnej, gdzie są biurowce oraz przemysł. Traktujemy to jako kolejne wnętrze muzeum. Chodzi o to, żeby tu przebywać – tłumaczy Szyłak.

TRÓJMIEJSKIE INSTA STORY

INSTAGARAMA PRZEJRZAŁA I WYBRAŁA MICHALINA DOMOŃ (@michalinadomon)

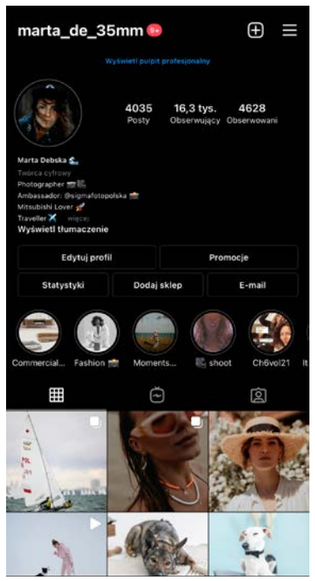
Fotopamiętnik, kanał społecznościowy, narzędzie promocji, które z powodzeniem wyparło inne social media. Instragram zaspokaja szeroki wachlarz potrzeb współczesnego człowieka i wpisuje się w fakt, że żyjemy w czasach obrazów i infografik. Jak pisał Jean Baudrillard, jest subiektywną interpretacją rzeczywistości, 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.

@marta_de_35mm

Obserwuj

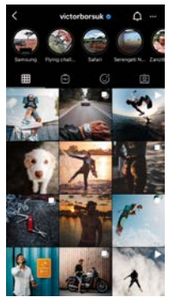
Entuzjastka życia, fotografka. Podróżuje, spaceruje, a poprzez swój obiektyw obserwuje aktywne życie ludzi z pasją. Aktualnie pracuje nad filmem dokumentalnym, o którym póki co nie chciała nam za wiele powiedzieć. Zaglądamy na profil @marta_de_35mm.

Nazywam się Marta.
Jestem fotografem.
Urodziłam się w Gdańsku, **na co dzień mieszkam w** Sopocie,
moim ulubionym miejscem na świecie jest moja druga połówka ;)
Robię zdjęcia, ponieważ to kocham. Fotografuję dla siebie i celów zarobkowych, bo mogę.
W obrazie interesuje mnie przede wszystkim prawda i historia ukryta w kadrze.
Instagram służy mi do celów promocyjnych, ale jest dla mnie co raz mniej istotny.
Gdybym mogła zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałabym coś, co już nigdy się nie powtórzy i czego nigdy już nie zobaczę.
Z Trójmiastem łączy mnie morze, życie w stylu slow.
Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście: klif orłowski w Gdyni, gdyński szlak modernizmu, tereny Stoczni w Gdańsku
Trzy ulubione adresy w Trójmieście: Kawiarnia Las w Sopocie - najlepsza kawa, Woosabi Gdańsk, Chianti Grill Bar w Sopocie.



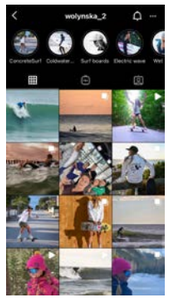
INSTA NOMINACJE

@MARTA_DE_35MM



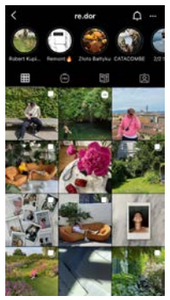
@victorborsuk

przyjaciel od lat, niesamowicie pracowity człowiek, ogromna inspiracja, piękne podróże



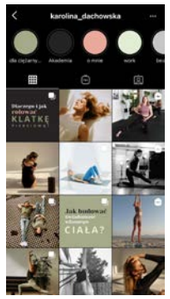
@wolynska_2

moja serdeczna koleżanką Karolina Wolinska, wielka pasja i miłość zrodzona w Bałtyku na falach. Prekusorka kobiecego surfingu, autorytet sportowy i duchowy. Niesamowita osoba, oaza spokoju, dobry człowiek. Ikona kobieckego surfingu w Polsce!



@re.dor

człowiek zajawa, Król Roślin, estetyczny świr, pracowity entuzjastą życia, uczta dla oczu, motywator.



@karolina_dachowska

za merytoryczne przekazywanie wiedzy o naszym ciele

PORSCHE ROAD TOUR

Coroczna tradycja i zarazem jedna z najciekawszych motoryzacyjnych imprez na Pomorzu – Porsche Road Tour ponownie odwiedziło sopockie Centrum marki. Kolumna 10 ekskluzywnych samochodów z Zuffenhausen przez 3 dni przemierzała Kaszuby. Miejscem docelowym tegorocznej edycji był Leśny Dwór w Sulęczynie. Przez kilkadziesiąt godzin uczestnicy wymieniali się za kierownicą: Porsche Taycan Turbo S, 911 Carrera 4S, Targa 4S oraz Turbo S, 718 Cayman, Panamera Turbo S oraz GTS oraz Cayenne GTS Coupe. Nie zabrało cudownego ryku silników, unikatowych specyfikacji i fenomenalnego przyspieszenia. Porsche Road Tour skumulowało bowiem wszystko, co najlepsze.

Fot. Krzysztof Nowosielski

Elektryk napędzany przygodą.

Nowe Porsche Taycan Cross Turismo.
Już dostępne w Porsche Centrum Sopot.

Za każdym zakrętem może kryć się zew przygody.
Dlatego nowe Porsche Taycan Cross Turismo to elektryk, który nadąży za Twoim aktywnym stylem życia i nieodpartą ciekawością świata.
Jego uterenowiony charakter i adaptacyjne pneumatyczne zawieszenie pozwolą Ci zjechać z głównej drogi, kiedy tylko tego zapragniesz.

Zapraszamy do salonu:
Porsche Centrum Sopot
Auto LELLEK Group
Al. Niepodległości 956
81-861 Sopot
tel.: +48 58 550 911 0
www.porsche-sopot.pl

Porsche Taycan Cross Turismo. W zależności od wariantu i wersji zużycie energii elektrycznej w cyklu mieszanym 22,4-26,4 kWh/100 km, emisja CO_2 0 g/km, zasięg w cyklu mieszanym 388-456 km (dane na podstawie świadectw homologacji typu). Zużycie energii elektrycznej i emisja CO_2 zostały określone zgodnie z procedurą WLTP. O szczegóły zapytaj Autoryzowanego Dealera marki Porsche lub sprawdź na stronie www.porsche.pl/porsche-wltp.

PORSCHE

MAZDA CX-5

NOWA CZY PODRASOWANA?

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

Mazda CX-5 przeszła kolejną kurację odmładzającą. Japońscy producenci mają taki nawyk, że ilekroć zmienią coś w swoich samochodach, przekonują świat, że to zupełnie nowy samochód. Można powiedzieć, że stosują praktykę znaną wśród polskich „sąsiadów" – umyte auto, to nowe auto! Jednak czy Mazda po liftingu to nowy samochód?

Mazda CX-5 drugiej generacji przeszła lifting. Co się zmieniło? Odpowiedź jest prosta: niewiele - w warstwie zewnętrznej. Nowością są nowe aktywne światła i zmienione zderzaki. Cały przód nawiązuje teraz do linii Mazdy 3. Z mniej widocznych zmian, dzięki obniżonym słupkom osiągnięto lepszy współczynnik oporu powietrza, a to poprawiło komfort akustyczny podróży z większymi prędkościami. Ciekawym rozwiązaniem jest też to, że przy dodaniu gazu radio dostosowuje się do hałasu poprzez aktywne sterowanie głośnością. Inżynierowie skupili się także na odciążeniu samochodu. Nowa CX-5 ma masę własną od 1400 kg, co jak na tej wielkości samochód jest naprawdę dobrym wynikiem. Dzięki temu zabiegowi, Mazda lepiej się prowadzi i jest też wydajniejsza.

Najistotniejsze zmiany pojawiły się jednak „pod skórą". Skupiono się przede wszystkim na konstrukcji samochodu, a nie jego wyglądzie. To efekt podobny do Nissana GT-R R35, który ewoluuje od blisko 15 lat, ale jego wygląd praktycznie pozostaje bez zmian. Mazda CX-5 posiada nowy interfejs i nową gamę silników. Centralne miejsce na konsoli zajął większy ekran LCD zaadoptowany z Mazdy 3, który teraz ma przekątną 10,25 cala zamiast 8, a ponadto wyświetla obraz z kamery 360. Menu jest bardziej intuicyjne, a zakres dostępu do usług Connected Services rozszerzony, również za pośrednictwem aplikacji mobilnej na smartfony.

Jeżeli chodzi o jednostki napędowe to z gamy silników zupełnie zniknęły te wysokoprężne. Odświeżona Mazda CX-5 jest dostępna z silnikami benzynowymi 2.0 Skyactiv-G (165 KM) z 6-biegowym manualem lub 6-stopniową skrzynią automatyczną, zarówno z napędem na przednią oś, jak i na obie osie (i-Activ AWD), a także w wariancie

2.5 Skyactiv-G (194 KM) z 6-stopniowym automatem, z napędem na przód lub obie osie. W naszym redakcyjnym teście skupiliśmy się na najmocniejszej wersji z silnikiem 2.5 litra, która dostarcza bardzo dobrych wrażeń z jazdy. Auto jest dynamiczne, wygodne, a do prędkości 130 km/h wnętrze jest też dobrze wyciszone. W trakcie testu średnie zużycie wyniosło 8,1 l/100 km.

Z innych, już mniej znaczących zmian, warto dodać, że nową opcją jest także ciemna podsufitka, wentylacja foteli nie działa poprzez dmuchanie zimnym powietrzem tylko odsysanie jak odkurzaczem, a opcjonalnie podgrzewana może być również tylna kanapa.

Na polskim rynku ceny Mazdy CX-5 po liftingu rozpoczynają się od 120 900 zł. Dostępne są dwa warianty wyposażenia - SkyJoy i SkyPrestige, opcjonalnie SkyPrestige z pakietem Brown. Prezentowana wersja to już wydatek blisko 200 000 zł.

PEUGEOT 3008

MODNY FRANCUZ

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

Jak udoskonalić samochód, który został zwycięzcą plebiscytu European Car Of The Year 2017? Zadanie było trudne, ale wszystko wskazuje na to, że ten francuski kompaktowy SUV utrzyma się na fali popularności. Nowa wersja Peugeot 3008 niedawno trafiła do salonu Peugeot Zdunek, a my mieliśmy okazję sprawdzić, jakich wrażeń z jazdy dostarcza hybrydowa wersja z silnikiem o mocy 300 KM.

Samochody produkcji francuskiej zawsze wyróżniały się na tle konkurencji. Miały swój wyjątkowy styl i rozwiązania, których na próżno szukać w innych koncernach. Peugeot zrobił naprawdę wiele, aby klienci wybrali właśnie Peugeota 3008, a nie bardziej przewidywalne – niemieckie, czy też słynące z oszczędności – japońskie samochody.

Odmłodzony francuz wyróżnia się w tłumie crossoverów, jednak lifting nie zaburzył awangardowego i spójnego stylu 3008. Agresywna stylistyka to obietnica ciekawych wrażeń z jazdy, a nowy Peugeot ma kły, ma pazur! Od początku uwagę przykuwają ledowe, pionowe światła do jazdy dziennej. To właśnie te „kły" pokazują swoje drapieżne oblicze zaraz po naciśnięciu kłódki na pilocie. Z tyłu przyciągają uwagę nowe ledowe lampy 3D z funkcją sekwencyjnych kierunkowskazów. Charakteru dodają im przyciemnione klosze, które optycznie poszerzają karoserię kompaktowego auta. Odmieniona stylistyka ma zainaugurować nowy kanon i nową erę designu w Peugeocie. Grill pozbył się obramowania, a pod światłami pojawiły się listwy ozdobne. Zgodnie z trendem dotyczącym wszystkim modeli marki, na końcu maski wyeksponowany został numer modelu. Nowy jest także zderzak i wbudowane w niego, lakierowane osłony podwozia.

W Peugeocie 3008 nie można jednak narzekać na brak funkcjonalności. Wnętrze jest przyjazne i wygodne, nie brakuje miejsca ani na przednich, ani na tylnych fotelach, a bagażnik ma pojemność aż 500 litrów. Cały środek to odważna stylizacja nadwozia. Dużym udogodnieniem jest bezpośredni dostęp do najważniejszych funkcji multimediów za pomocą wygodnych aluminiowych przycisków, mimo zastosowania nowego 10-calowego ekranu dotykowego. Peugeot pozostawia nam wybór, i za to stawiamy tu dużego plusa.

W przypadku 3008 francuski koncern oferuje szeroką gamę opcji – od silników zasilanych benzyną, przez diesla, po hybrydy typu plug-in. Testowany przez nas egzemplarz to model Hybrid4. Jego zespół napędowy obejmuje: silnik benzynowy PureTech o mocy 147 kW/200 KM i dwa silniki elektryczne o mocy 80 kW/110 KM. Akumulator ma pojemność 13,2 kWh i zapewnia zasięg nawet 59 km w trybie elektrycznym w cyklu WLTP. Peugeotem jeździ się bardzo przymnie, głównie z racji komfortowo zestrojonego zawieszenia. Również osiągi nie budzą zastrzeżeń, a to wszystko przy umiarkowanym zapotrzebowaniu na paliwo, jeśli kierowca potrafi się powstrzymać przed częstym dociskaniem prawego pedału.

Prezentowany model Hybrid4 300 EAT8 to wydatek minimum 199 300 zł. Słabsza, podstawowa wersja z „czystym" benzynowym napędem o mocy 130 KM i manualną skrzynią biegów kosztuje 116 500 zł.

CITY MEBLE

Wszystko,
czego potrzebują
Twoje wnętrza

16–22.08
Tydzień domowej strefy do pracy i nauki
Dowiedz się jak ją zaaranżować

23–29.08
Tydzień ogrodów
Skorzystaj z posezonowych wyprzedaży

30.08–05.09
Tydzień materiałów wykończeniowych
Czy remont może być przyjemnością? Przekonaj się!

06–12.09
Tydzień kuchni i jadalni
Dowiedz się, co zrobić, żeby były piękne i funkcjonalne

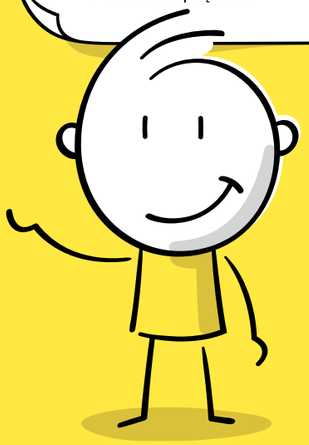
13–19.09
Tydzień salonów
Twoja strefa komfortu

20–26.09
Tydzień sypialni
Dowiedz się jak stworzyć idealne miejsce do relaksu

27.09–03.10
Tydzień łazienek
Dowiedz się jak ją zaprojektować i urządzić

04–10.10
Tydzień dekoracji
Czas na dodatki, które zmienią charakter wnętrza

11–17.10
Tydzień sztuki
Postaw kropkę nad i



al. Grunwaldzka 211, 80-266 Gdańsk
www.facebook.com/**citymeble**
www.instagram.com/**citymeble**
www.citymeble.com

CORVETTE C3

JAK BUTELKA COCA COLI

AUTOR: BARTOSZ GONDEK | **FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Błyszcząca czerń muskularnej figury, podkreślona przez chromowane dodatki. Pod maską mocarny small block o mocy 300 KM, zwieńczony wielkim jak garnek gaźnikiem. Do tego, tonąca w czerni, niewielka kabina z kubełkowymi siedzeniami, malutką kierownicą i głęboko ukrytymi zegarami. Zaglądamy do tyłu. Tam gdzie powinny być wyloty dysz silników rakietowych odnajdujemy lampy stop. Skrzydeł też nie ma. Zamiast nich są za to ogromne, chromowane koła. Te tylne mielą nawet na lekkim dodaniu gazu na „jedynce". Co to takiego? Odpowiedź może być tylko jedna!

Większa, jeszcze bardziej masywna, jeszcze bardziej muskularna. Do tego cały czas na ramie i nadal wymagająca od kierowcy ogromnego wyczucia gazu i umiejętności właściwego prowadzenia w zakręcie. Corvette C3 zadebiutowało w 1967 roku, z miejsca stając się ulubionym pojazdem miłośników czystej mocy generowanej z ogromnych V8. Niestety, kryzys paliwowy sprawił, że wielki big block o pojemności 7 litrów musiał ustąpić mniejszej V8, zwanej właśnie „small block"". W 1969 roku powrócono do nazwy Stingray, która przylgnęła do poprzedniej generacji tego modelu, także zaprojektowanej przez Billa Mitchella. Niektórzy nazywali jednak, dla odróżnienia, C3 „Coca Cola Bottle". Oprócz alarmu antywłamaniowego, ogrzewanej tylnej szyby, czy radia, w ofercie były trzy rodzaje dachów. Standardowy - zamknięty, cabriolet oraz targa znany także pod nazwą „twin top". To właśnie on stał się z czasem najbardziej popularny, a później wręcz ikoniczny. W Polsce, choć nie można jej było zobaczyć na ulicach, „Coca Cola Bottle" regularnie pojawiała się w amerykańskich filmach i w serialach. Stała się też jednym z najczęściej kupowanych, małych samochodzików w historii Pewexu. Była jak kapelusz Chucka Norrisa, wąsy Burta Reynoldsa i obcisła bluzeczka Dolly Parton, symbolem lepszego, amerykańskiego folkloru, do którego tak tęskniliśmy za czasów szarego PRL-u.

Trzeba było dekady od zakończenia produkcji, aby na początku lat 90. na naszych drogach nareszcie pojawiły się C3. W większości były to mocno zmęczone modele, wyciągnięte z tureckich krzaków, gdzieś na zachodzie Niemiec. W których chromy pomalowano na złoto, siedzenia okryto baranimi skórami, a za dywaniki robiły strzępy perskich kobierców, ale - nie tylko. Czasami zdarzały się takie samochody, jak prezentowana na zdjęciu, czarna Corvetta, która od początku była kupiona z myślą, aby stać się domowym klasykiem.

- Moje auto pochodzi z 1976 roku. Kupiłem je w New Jersey, gdzie należało do klubu właścicieli Corvette. Bardzo dobrze ją traktowano, więc nie wymagała specjalnego wkładu, a na tym najbardziej mi zależało. Jej właściciel miał jeszcze dwa inne samochody i był znanym miłośnikiem modelu. Amerykański właściciel auta wzruszył się, że ma trafić do Europy Wschodniej. Wiedział, że tam poradzą sobie z manualną skrzynią biegów, z którą w stanach bywało bardzo różnie – opowiada Wojciech Mikulski, właściciel trójmiejskiej Corvetty.

Przez ostatnich kilkanaście lat Wojciech Mikulski odświeżył lakier i dopracował mechanikę. Poza tym Corvetta nie wymagała żadnej ingerencji. Jednak zobaczyć ją na trójmiejskich drogach jak dotąd nie było łatwo. - Większość czasu spędzałem w rejsach, a samochód stał w garażu. Teraz zamierzam to zmienić. Nie chcę już tak pędzić. No może co najwyżej, właśnie czarną Corvettą – mówi dumnie właściciel.

Trójmiejski klasyk to nowy cykl magazynu Prestiż, w którym bierzemy pod lupę najciekawsze klasyki, które na co dzień zamieszkują trójmiejskie garaże. To nie tylko opis konkretnej jednostki, ale przede wszystkim barwna historia, która się za nią kryje.

ZOSTAŁO JUŻ TYLKO DWÓCH!

AUTORKA: HALINA KONOPKA | **FOTO:** GWIDON LIBERA

Po 3 rundzie Ekstraklasy Polskie Ligi Żeglarskiej, już tylko dwie załogi liczą się w walce o zwycięstwo w całym sezonie. YKP Gdynia i Yacht Club Gdańsk zdominowały pierwszą rundę rozgrywaną poza Trójmiastem i przed finałem w Warszawie ustawiły się w roli zdecydowanych faworytów do zdobycia Klubowego Mistrzostwa Polski.

Po dwóch rundach rozgrywanych na morskich akwenach Sopotu i Gdyni przyszedł czas na wody śródlądowe, tym razem żeglarze powalczyli w Szczecinie. Po pierwszej połowie sezonu Yacht Club Gdańsk i YKP Gdynia zajmowały najwyższe pozycje w klasyfikacji generalnej sezonu, teraz powalczą o tytuł mistrzów kraju. Przez cały finałowy dzień żaden z klubów nie zagroził liderującej dwójce. Rafał Sawicki (YKP Gdynia) i Krzysztof Małecki (Yacht Club Gdańsk) stworzyli fenomenalne widowisko dla kibiców seryjnie wygrywając niedzielne wyścigi, w żadnym z nich nie spadając z podium. Przewaga pierwszej dwójki nad trzecią Legią wyniosła rekordowe 22 punkty. W ostatnich wyścigach Sawickiemu udało się obronić przewagę w pierwszego dnia i pokonał gdańską załogę o dwa punkty.

- III runda Ekstraklasy Polska Liga Żeglarska należała do nas! Nie wiem czy były to najlepsze regaty ligowe w naszym wykonaniu, ale na pewno jedne z lepszych. Żeglowaliśmy równo i bez większych wpadek, a wszystko dlatego, że czuliśmy się pewnie i wiedzieliśmy po co jedziemy do Szczecina. Te regaty pozwalają myśleć nam o obronie tytułu. Nie wszystko już zależy od nas, ale jestem pewien, że swoje w Warszawie zrobimy, a presja tym razem będzie leżała na naszych przeciwnikach. Mamy plan i będziemy go realizować – zapowiada Rafał Sawicki, sternik YKP Gdynia.

W klasyfikacji generalnej sezonu prowadzenie przed ostatnią rundą utrzymał Yacht Club Gdańsk, ale jego przewaga nad YKP Gdynia zmniejszyła się do dwóch punktów. Na trzeciej pozycji ze stratą czterech znajduje się Olsztyński Klub Żeglarski. Szanse pozostałych klubów na Mistrzostwo Polski są wyłącznie matematyczne, a i Olsztyn stoi przed bardzo trudnym zadaniem biorąc pod uwagę dyspozycje liderów. W walce o utrzymanie się w Ekstraklasie będą musiały powalczyć Jachtklub Stoczni Gdańskiej, Albatros Wolin, PŻKS Dżygit Białystok i Stowarzyszenie PPJK. Jedyny team kobiecy wciąż dzielnie walczy, a co więcej z jednej rundy na drugą plasuje się na coraz lepszych pozycjach.

- Pływałyśmy w pięć, układ przez niektórych krytykowany, dla nas okazał się świetnym rozwiązaniem. Zaliczyłyśmy parę miejsc z pierwszej trójki, a to już o czymś świadczy. Jest jeszcze wiele pracy przed nami, w Ekstraklasie nie ma miejsca na jakiekolwiek błędy czy niedociągnięcia. Widać jednak duży postęp, a załoga jest coraz bardziej poukładana. Każda z nas skupia się na swoich zadaniach. Najważniejsze jest jednak to, że czerpiemy dużo radości z żeglowania razem, w tej drużynie, z tymi rywalami na tych regatach! – podsumowuje Maja Remizowicz, sterniczka Mowi Women Sailing Team.

Kolejna, finałowa runda Ekstraklasy – Sztorm Grand Prix zostanie rozegrana w dniach 2-3 października na Zalewie Zegrzyńskim pod Warszawą.

MISTRZOWIE SKUTERÓW WODNYCH

Arkadiusz Bartyzel z Wrocławskiego Klubu Sportów Motorowodnych Jetriders zdeklasował rywali podczas 3. rundy Mistrzostw Polski Skuterów Wodnych w Mechelinkach. Emocji nie zabrakło, tym bardziej, że na trasie na zawodników czekały aż dwa slalomy!

Po zawodach w Płocku oraz Żninie przyszedł czas na Mechelinki. To właśnie tutaj, na Zatoce Puckiej odbyła się trzecia runda Mistrzostw Polski Skuterów Wodnych. Warto dodać, że to jedyne krajowe eliminacje, które rozgrywane są na akwenie morskim. Emocji i adrenaliny nie brakowało, ponieważ amatorzy efektownych wyścigów walczyli o punkty do klasyfikacji generalnej Mistrzostw Polski. Zdecydowanie najlepszym zawodnikiem zawodów okazał się Arkadiusz Bartyzel z wrocławskiego klubu Jetriders, który aż trzykrotnie stanął na najwyższym stopniu podium (w klasie Runabout GP 1, Runabout GP 2 oraz Runabout Stock Box). Na podium w trzech pierwszych kategoriach stawali również: Jacek Biskupek oraz Adam Kunc (drugie i trzecie miejsce w Runabout GP 1 i GP 2), a także Adam Kunc i Marcin Warecha (Runabout Stock Box). W kategorii Runabout Spar Box zwyciężył Juliusz Roman, a pozostałymi miejscami podzielili się odpowiednio: Filip Ośmiałowski i Krzysztof Pierchała.

Zawody w Mechelinkach odbyły się już po raz drugi. Jednak w tym roku wprowadzono kilka zmian. To właśnie na wodach Zatoki Puckiej rozegrano bardzo rzadko spotykaną trasę, czyli aż dwa slalomy. Poza tym całość została przeniesiona w okolice mechelińskiego molo, gdzie kibice z powodzeniem mogli oglądać huczące maszyny. Kolejne przystanki mistrzostw Polski odbędą się w Ostrowie Warckim i Rybniku, a do Mechelinek szybkie skutery powrócą już za rok.

GARMIN RESCUE HEROES

Dwa dni rywalizacji, blisko 80 zawodników z całego kraju i walka o tytuł mistrza Polski w Ratownictwie Morskim. W sierpniowy weekend na plaży w Karwi w ramach Garmin Rescue Heroes najlepsi ratownicy z kraju zaprezentowali swoje umiejętności w konkurencjach indywidualnych i zespołowych.

Bałtyckie morze, plaża, a na niej wysportowani ratownicy z całej Polski, prezentujący swoje umiejętności ratowania tonących osób. W Karwi dobiegły zakończyły się widowiskowe Mistrzostwa Polski w Ratownictwie Morskim Garmin Rescue Heroes 2021. W ramach imprezy rozegrano konkurencje indywidualne i zespołowe. W przypadku tej drugiej w każdej z ekip wystartowały cztery osoby. Ratownicy mieli o co walczyć, gdyż w puli nagród znalazło się 20 tysięcy złotych. W ramach wydarzenia odbyły się wyścigi na deskach ratowniczych i SUP-ach, wyścigi łodzi wiosłowych, akcje z pasem ratowniczym oraz konkurencje pływackie i biegowe.

Poziom prezentowany przez zawodników był bardzo wysoki, a warunki na morzu nie ułatwiały im żadnej konkurencji, jednak mimo to, wszystkie zostały planowo rozegrane. W klasyfikacji drużynowej kobiet zwyciężyła Wodna Służba Ratownicza wygrywając każdą konkurencję: akcja ratunkowa z pasem, akcja ratunkowa z deską, akcja ratunkowa z zasobnikiem, surfdash oraz ironwoman. Wśród panów najlepszym zespołem zostały połączone siły Gdyńskiego Centrum Sportu i Wrocławskiej Drużyny Ratowniczej pokonując Ratownictwo Wodne Filip Orłowski i WOPR Ruda Śląska. W klasyfikacji indywidualnej pań zwyciężyła Paulina Zatka (WSR), a wśród panów wygrał Wojtek Kotowski (CKS Szczecin).

Nie obyło się też bez niespodzianek pozasportowych. Pierwszego dnia zawody zostały na pewien czas przerwane, ponieważ uczestnicy pomagali ratować nastolatka, którego w pobliżu nakryła fala. Zawodnicy startujący w zawodach utworzyli łańcuch życia wraz z jednostkami motorowodnymi. Wartością dodaną do zawodów okazał się także blok szkoleniowy Garmin, którego celem było zaprezentowanie urządzenia z technologii InReach. Celem cyklu Garmin Rescue Heroes 2021 było sprawdzenie zawodników przed nadchodzącymi Mistrzostwami Europy w Hiszpanii, które zaplanowano na wrzesień tego roku.

Zapraszamy do kontaktu: www.ekoemka.com.pl 662 260 009

#BNP PARIBAS POLAND OPEN

TRIUMF MARYNY ZANEVSKIEJ

AUTORKA: HALINA KONOPKA | **FOTO:** ANDRZEJ SZKOCKI, KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

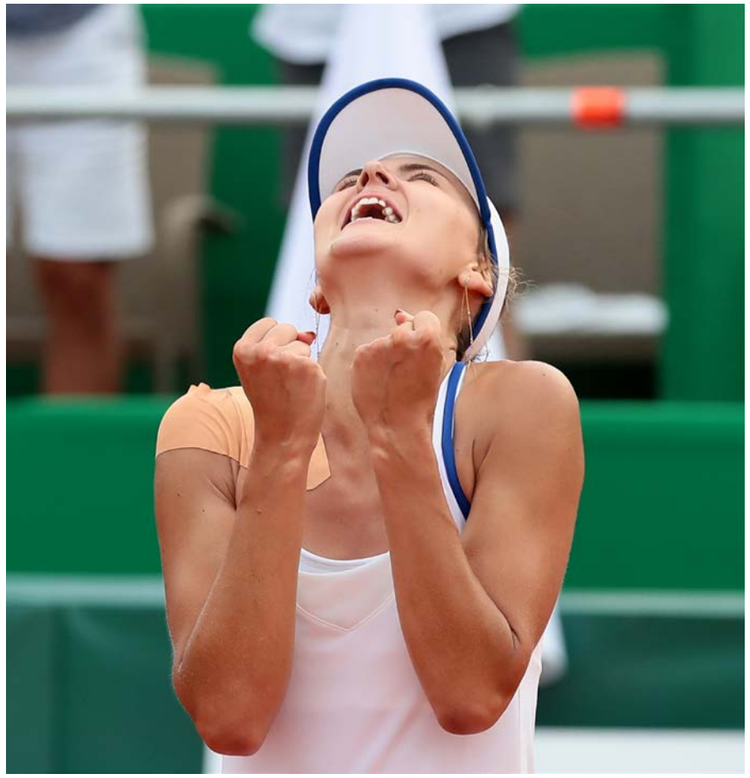
Zwyciężczynią pierwszej edycji BNP Paribas Poland Open w singlu została Maryna Zanevska (Belgia). Natomiast tenisistkami z Polski, które najwyżej zaszły w drabince turnieju były: Katarzyna Kawa w ćwierćfinale gry pojedynczej oraz Katarzyna Piter w finale debla. Zawody odbyły się w dniach 17-25 lipca na kortach Klubu Tenisowego Arka w Gdyni. Pula nagród wyniosła 235,238 tys. dolarów, a zwyciężczyni imprezy otrzymała 280 punktów w światowym rankingu WTA.

W finale singla spotkały się urodzona w Odessie Belgijka Maryna Zanevska ze Słowaczką Kristiną Kuczovą. Wygrała 27-letnia Zanevska 6:4, 7:6 (7:4). Finał trwał godzinę i pięćdziesiąt jeden minut. Kuczova fantastycznie walczyła, zostawiła na korcie całe serce i odnotowała awans o 30 miejsc. Od ćwierćfinałów trwał rajd nie tylko po 280 punktów rankingowych i 29 200 dolarów, ale też o pierwszy w karierze tytuł w głównym cyklu tenisa kobiecego. Belgijka przesunęła się o 51 pozycji w górę i uplasowała się na 114 miejscu w klasyfikacji.

- Moje marzenie się spełniło. W tym roku mija 20 lat, od kiedy zaczęłam grać w tenisa. Ta przygoda trwa więc już długo i wiele przeszłam. Jak to mówią, ciężka praca popłaca. Teraz mogę potwierdzić, że to powiedzenie jest prawdziwe - skomentowała Mery Zenevska.

Najlepiej z Polek zaprezentowała się Katarzyna Piter w deblu. Wraz ze swoją sportową partnerką Ukrainką Kateryną Bondarenko, doszły aż do finału. Wcześniej, Bondarenko zdobyła dwa tytuły singlowe i cztery deblowe, w tym jeden wielkoszlemowy (Australian Open 2008). Natomiast Piter, należała do czołowej setki rankingu singlowego, a w grze podwójnej odniosła zwycięstwo turniejowe w Palermo (2013). Ich rywalkami w finale były Anna Danilina (Kazachstan) oraz Lidzia Marozawa (Białoruś). I to właśnie one odniosły zwycięstwo na korcie w Gdyni.

W grze pojedynczej najlepiej z naszych zawodniczek spisała się Katarzyna Kawa. 28-letnia tenisistka rozgrywała ćwierćfinałowy mecz z Ukrainką Kataryną Kozłową przez dwa dni, ponieważ ich pierwsze starcie zostało przerwane z powodu ciemności. Finalnie Kozłowa wygrała z Kawą 5:7, 7:5, 6:1.



Warto też wspomnieć o najmłodszej Polce 18-letniej Weronice Baszak, która wystąpiła w turnieju głównym singla BNP Paribas Poland Open. Jej znakiem rozpoznawczym jest jednoręczny backhand – technicznie bardzo trudne i rzadko spotykane w kobiecym tenisie zagranie, które robi olbrzymie wrażenie.

- To mój debiut na poziomie WTA, więc starałam się przede wszystkim zachować koncentrację. Nie zwracałam uwagi ani na trybuny, ani na kamery telewizyjne, ale czułam wsparcie kibiców w trakcie meczu. Lepiej od rywalki weszłam w mecz, w pierwszym secie nawet trochę mi pomogła, ale w drugim zaczęła grać dużo lepiej. Różnica między tenisem juniorskim a zawodowym jest olbrzymia. Już nie można liczyć na łatwe punkty. Wiem, jak wiele pracy jeszcze przede mną. Trzeba brać się do roboty – podsumowała Weronika Baszak.

Ciekawostką jest też fakt, że najdłuższy mecz w cyklu WTA w tym roku został rozegrany właśnie w Gdyni. Miejsce w statystycznych podsumowaniach sezonu WTA zapewniły Kristina Kuczova i Ekaterine Gorgodze, które rozegrały na korcie 39 gemów w czasie 3 godzin i 55 minut. Do tej pory najdłuższy mecz w 2021 roku rozegrały w Rzymie Sara Sorribes-Tormo i Camila Giorgi – 7:6, 6:7, 7:5 w 3 godziny i 51 minut. W Gdyni do wyniku Hiszpanki i Włoszki Słowaczka i Gruzinka dołożyły jeszcze gema i 4 minuty.

Na kortach gdyńskiej Arki turniej kobiecy BNP Paribas Poland Open rangi WTA 250 rozegrano po raz pierwszy. Jednak wszystko wskazuje na to, że impreza zagości w Polsce na dłużej i będzie największym turniejem tenisowym rozgrywanym w naszym kraju. Sponsorem tytularnym turnieju został Bank BNP Paribas, który strategicznie wspiera tenis na całym świecie.

Fot. mat prasowe OBC

MŁODE MIASTO BUDUJE, A OLIWA RZĄDZI

AUTOR: MICHAŁ STANKIEWICZ

110 tys. m kw. – tyle wynosi powierzchnia budowanych dzisiaj w Trójmieście nowych biurowców. Do końca roku do użytku ma zostać oddane 75 tys. m. I choć biurowym sercem Trójmiasta niezmiennie jest gdańska Oliwa to najwięcej inwestycji powstaje na terenie Młodego Miasta.

- Według mojej opinii przyszłość należeć będzie do Młodego Miasta i to będzie w najbliższych latach wiodący projekt w Gdańsku, a tym samym najgorętszy teren inwestycyjny Trójmiasta – ocenia Karol Grejbus, szef Działu Reprezentacji Najemców z Knight Frank. - Na tym wyjątkowym obszarze w najbliższych latach mieszkania, lokale usługowe i powierzchnie biurowe zrealizują m.in. Euro Styl, Torus, Cavatina, Alides czy YIT. Powstanie Młodego Miasta jest ściśle związane z planem przywrócenia do życia dawnych terenów stoczniowych gdzie już niedługo powstawać będą kolejne inwestycje o charakterze miastotwórczym.

- Z naszej prognozy wynika, że trójmiejski rynek biurowy będzie się nadal dynamicznie rozwijał w kolejnych latach. W 2022 i 2023 szczególna dynamikę inwestycyjną będziemy widzieli na Młodym Mieście w Gdańsku. To ta dzielnica będzie najbardziej rozwijająca się częścią metropolii – potwierdza Błażej Kucharski, dyrektor regionalny w Colliers.

MŁODE MIASTO W BUDOWIE

Młode Miasto to potoczna nazwa dla postoczniowych terenów zlokalizowanych wzdłuż Martwej Wisły, aż po Motławę. Jedną z dwóch największych inwestycji jest Palio Office Park, który powstaje przy ul. Jana z Kolna i Marynarki Polskiej. Składać się będzie z 8 budynków o łącznej powierzchni biurowej 88,6 tys. m kw., 3,2 tys. m powierzchni usługowych, 3 tys. m terenów zielonych i 1,3 tys. miejsc parkingowych. Inwestorem jest holding Cavatina, który podkreśla, że odtworzony zostanie niemal kilometrowy odcinek ul. Malarzy, a stojące wzdłuż niej budynki nawiązywać będą do historii tego miejsca. Ich wygląd uzgadniany jest z konserwatorem zabytków.

W lutym do użytku został oddany pierwszy biurowiec – Palio A o powierzchni 16,5 tys. m, który został skomercjalizowany już w 36%. Najemcy to m.in. firmy z branż energetycznych, medycznych i doradczych. Trwa już budowa Palio B, a starty kolejnych biurowców zaplanowano w kolejnych kwartałach tego i przyszłego roku.

Podobnej wielkości ma być kompleks Centrala budowany przez Inopa S.A. przy ul. Marynarki Polskiej. Jego powierzchnia ma wynosić 91 tys. m kw. Udało się już zmodernizować budynek C200 (17,6 tys. m) a obecnie trwa budowa C300 (14 tys. m). Obiekt jest w stanie surowym, a we wrześniu ma rozpocząć się budowa elewacji.

- Prowadzimy rozmowy z potencjonalnymi najemcami, zarówno takimi, którzy rozwijają swoje biuro w ramach kompleksu lub też planują relokację, ale także z nowymi podmiotami – mówi Luiza Gruntkowsa, prezes zarządu Inopa S.A. - Głównym odbiorcą naszej oferty są firmy z branży IT, projektowej oraz SSC/BPO. Na tę chwilę, z uwagi na zaawansowanie rozmów, nie możemy ujawniać nazw firm.

W pobliżu Europejskiego Centrum Solidarności i historycznej sali BHP powstaje kompleks Doki. Część biurową pod nazwą Doki Office realizuje Torus, a mieszkaniową i usługową inna trójmiejska firma - Euro Styl. Zaplanowano 2 biurowce o łącznej powierzchni 38 tys. m kw.. Pierwszy z nich będzie mieć 5 kondygnacji nadziemnych, a drugi 7, z kaskadowo rosnącą wysokością.

W odległości kilkuset metrów od Doki działkę posiada Echo Investment, które w 2017 roku ogłosiło, że wybuduje dwa biurowce przy ul. Nowomiejskiej. Pierwszy z budynków miał mieć 14,3 tys. m, a drugi 15,8. W 2019 roku w mediach pojawiła się informacja, że do końca roku ruszy budowa pierwszego z nich. Aktualnie nie wiadomo jednak czy faktycznie znajdą się tam biurowce, czy też budynek mieszkalno – usługowy.

- Trwają analizy co do funkcji obiektu, który powstanie na tym terenie. Intencją Echo Investment jest dopasowanie projektu pod potrzeby miasta i obecne warunki rynkowe – wyjaśnia Wernika Ukleja, rzecznik prasowy Echo Investment S.A.

OLIWA STALE NA PIERWSZYM MIEJSCU

Choć pod kątem liczby inwestycji na prowadzenie wychodzi obecnie Młode Miasto to zdecydowanym liderem dalej pozostaje Oliwa. Co więcej – biorąc pod uwagę istniejący już tam potencjał i to, że działający na jej terenie inwestorzy nie powiedzieli jeszcze ostatniego słowa istnieją wszelkie przesłanki, że zachowa palmę pierwszeństwa na wiele kolejnych lat.

Głównie z powodu Olivia Business Centre, największego kompleksu biurowego w Polsce, który wciąż się rozwija. Aktualnie posiada 175 tys. m kw. powierzchni, ale docelowo ma osiągnąć poziom 230 tys., dzięki czemu ma zagwarantowaną pozycję lidera. Niedawno ukończono budowę Olivia Prime, a obecnie trwa projektowanie kolejnego, nieco mniejszego położonego przy al. Grunwaldzkiej.

- Jak zwykle, wypełniając istniejące budynki biurowe, w tym niedawno ukończony Olivia Prime, projektujemy kolejny budynek, tym razem nieco mniejszy, położony bezpośrednio przy Alei Grunwaldzkiej – wyjaśnia Maciej Kotarski, dyrektor działu komercjalizacji Olivia Business Centre. I dodaje: - Komercjalizacja Olivii ma 3 aspekty: przedłużanie istniejących umów, zdobywanie nowych najemców, wypełnianie nowych, pustych jeszcze budynków. W pandemii znacznie spowolniły się procesy wypełniania nowych budynków, dotyczy to także Olivii.

Po drugiej stronie ulicy działa kompleks Alchemia wybudowany przez spółkę Torus, którego powierzchnia wynosi 122 tys. m kw., z czego biurowa to 112 tys. Deweloper sprzedawał go etapami do różnych funduszy inwestycyjnych, a łączna wartość wszystkich transakcji wyniosła ponad 1,3 mld zł.

Tuż obok Alchemii powstał biurowiec Wave o powierzchni 24,8 tys. m budowany przez firmę Skanska. Obiekt jest w trakcie komercjalizacji.

- Na ten moment mamy już kilku najemców pracujących w budynku – m.in. firmę farmaceutyczną Leo Pharma i biura coworkingowe Spaces – mówi Agnieszka Krawczyk – Rogowska - dyrektor ds. wynajmu w spółce biurowej Skanska. - Wkrótce otworzy się placówka medyczna Luxmed oraz sklep Żabka. Rozmawiamy z kolejnymi potencjalnymi najemcami, możemy jedynie zdradzić, że część rozmów jest już na zaawansowanym etapie

Deweloper planuje postawienie obok drugiego biurowca. Wg wstępnych informacji łącznie mają dysponować powierzchnią 48 tys. m. Z kolei przy ul. Droszyńskiego, w pobliżu stacji SKM Oliwa, Torus kończy budowę biurowca Format o powierzchni 16 tys. m.

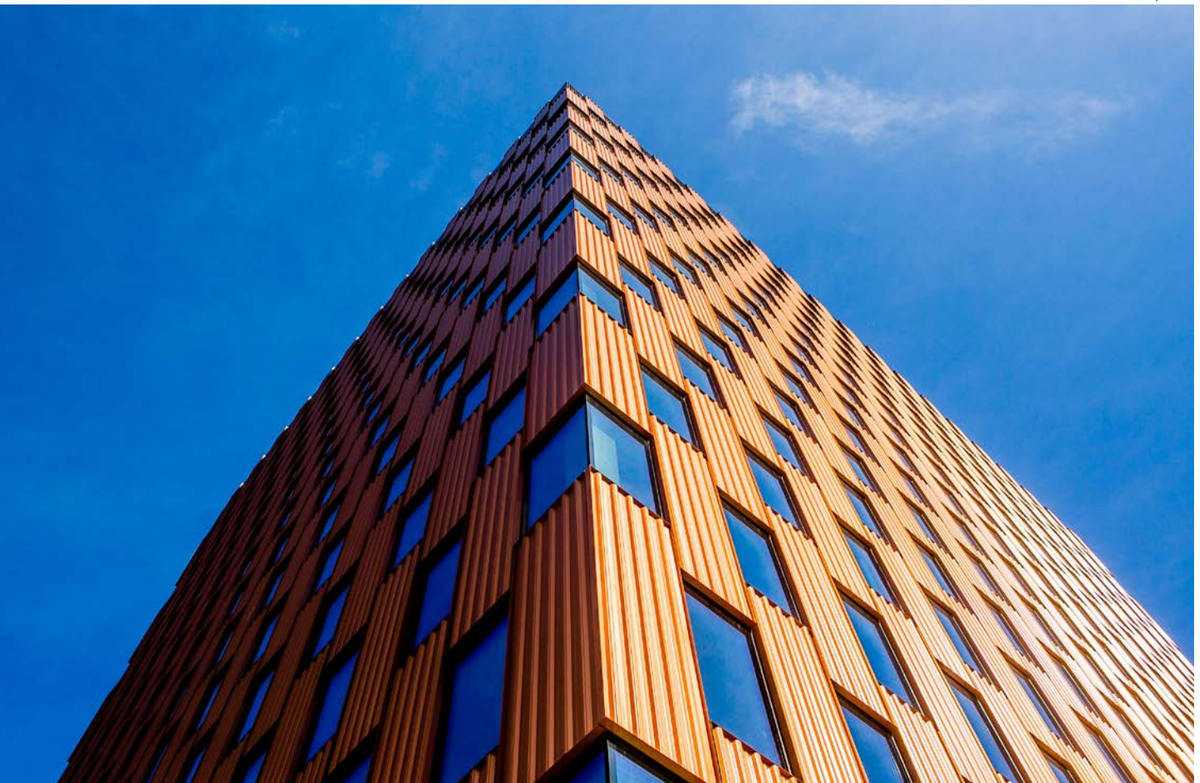
W pobliskim Wrzeszczu największa koncentracja jest na Garnizonie wybudowanym przez dewelopera Hossa S.A. W latach 2016 - 2021 powstał tam zespół budynków usługowo - biurowych: Gato, Hiro, Yoko, Omega i Gamma. Łączna powierzchnia biurowa jaką dysponują przekracza 30 tys. m kw. Najnowszym biurowcem jest Gato, który został oddany do użytku w tym roku. Z kolei przy al. Grunwaldzkiej Torus prowadzi zaawansowane prace przy inwestycji Officyna.

LOTNISKOWA NIEWIADOMA

Ważnym miejscem na biurowej mapie Trójmiasta mają stać się tereny wokół gdańskiego lotniska. Już teraz przy ul. Słowackiego działa campus Intela złożony z pięciu budynków. W tym roku zapowiedziano budowę szóstego o nazwie IGK6, a w którym powstaną kolejne laboratoria koncernu. Budynek o powierzchni 27,4 tys. m kw. ma być gotowy w 2023 roku. Jak informuje Intel, w nowym biurze do dyspozycji pracowników zostanie oddanych 900 miejsc parkingowych, w tym 40 stacji ładowania samochodów elektrycznych.

Niedaleko przy ulicy Azymutalnej działa BCB Business Park. Budowa pierwszego budynku zakończyła się w 2015 roku, a kolejnego na przełomie 2017 i 2018. Ich łączna powierzchnia to 20 tys. m kw. Zgodnie z pierwotnym planem kompleks miał składać się z pięciu budynków o łącznej powierzchni 45 tys. m., centrum usług towarzyszących i hotelu. Plany jednak uległy zmianie i właściciel ogłosił budowę znacznie większego kompleksu o powierzchni 90 tys. m. na który miało składać się 6 budynków tej samej wielkości i 6 BTS („build-to-suit", zaprojektowanych i wybudowanych pod konkretne potrzeby najemców), każdy o powierzchni około 5 tys. m. Dodatkowo miało być pięć budynków usługowo – handlowych, jeden logistyczno – magazynowy oraz zaplecze rekreacyjno – sportowe. Teraz wiadomo, że i te plany uległy zmianie.

Fot. Karol Kacperski



NAJWIĘKSZE KONCENTRACJE BIUROWCÓW W TRÓJMIEŚCIE W 2021 ROKU

GDYNIA

Ul. Łużycka 6 - Office Park

Ul. Kazimierza Górskiego – 3T Office Park

Ul. Jana Pawła II, Hryniewieckego i Waszyngtona – Waterfront i Waterfront II (Vastint)

Ul. Łużycka 8 - Tensor Office Park

OLIWA

Al. Grunwaldzka 472 – Olivia Business Centre

Al. Grunwaldzka 411 – Alchemia (Torus)

Al. Grunwaldzka 347 – Wave (Skanska)

WRZESZCZ

Garnizon (Hossa)

Al. Grunwaldzka 48 - Officyna (Torus)

LOTNISKO

Ul. Słowackiego 210 – Airport City (Port Lotniczy Gdańsk)

Ul. Słowackiego 173 – Intel

Ul. Azymutalna 9 – BCB Business Park

MŁODE MIASTO

Ul. Marynarki Polskiej 197 - Palio Office Park (Cavatina)

Ul. Marynarki Polskiej 163 – Centrala (Inopa)

Ul. Popiełuszki – Doki Office (Torus)

- Inwestor na bieżąco śledzi sytuację na rynku biurowym oraz plany rozwojowe obecnych najemców, dostosowując tym samym tempo inwestycji do rzeczywistego zapotrzebowania. Również koncepcja stale ewoluuje, w efekcie czego w obrębie biznes parku oprócz biurowców powstaną również hotele oraz inwestycja logistyczno-magazynowa – mówi Michał Zaraś, Leasing Director BCB.

To oznacza, że na jednej z działek pod budynek biurowy powstaną hotele, a w miejscu planowanych budynków BTS inwestycja logistyczno – magazynowa.

- Rozpoczęcie budowy uzależnione jest od kilku czynników, przede wszystkim od rozwoju obecnej sytuacji, która wpływa bezpośrednio na decyzje nasze i naszych najemców – wyjaśnia Michał Zaraś.

Swój kompleks składający się z siedmiu biurowców o łącznej powierzchni 120 tys. m, w tym 100 tys. powierzchni biurowej buduje także Port Lotniczy Gdańsk. Powstał już pierwszy budynek – Alpha. Ma sześć pięter i dwie kondygnacje podziemne. Powierzchnia najmu wynosi 8,5 tys. m kw. Koszt budowy wyniósł 66 mln zł netto. Przedsięwzięcie jest finansowane z obligacji emitowanych przez Port Lotniczy Gdańsk przy udziale Banku Pekao S.A. i ze środków własnych spółki.

- Obecnie przygotowujemy się do procedur odbiorowych i niedługo wchodzić będziemy w fazę komercjalizacji. Pandemia nie wpłynęła na założenia planów budowy kompleksu, czyli budowę kolejnych budynków w miarę stopnia komercjalizacji poprzednich – mówi Agnieszka Michałjow, rzecznik prasowy portu.

Latem budynek ma zostać oddany do użytku. Kolejnym ma być Bravo. Nie wiadomo jednak kiedy ruszy budowa, ani jaki będzie model finansowy. - Poinformujemy w stosownym momencie – odpowiada Agnieszka Michajłow.

AirPort CityTo wyjątkowy projekt na trójmiejskim rynku ze względu na strukturę właścicielską. Pośrednio jego właścicielem są samorządy – Miasto Gdańsk i Woj. Pomorskie, które wspólnie są większościowymi udziałowcami lotniska.

W GDYNI RZĄDZI REDŁOWO

Znacznie mniejszym od Gdańska zapleczem biurowym dysponuje Gdynia. Wg danych Colliers na koniec 2020 roku aż 78% powierzchni biurowej Trójmiasta było w Gdańsku, 4% w Sopocie i tylko 18% w Gdyni. I choć Gdańsk nie zwalnia tempa to być może proporcje uda się nieznacznie poprawić na korzyść Gdyni, dzięki kilku sporym inwestycjom.

W 2015 roku w sąsiedztwie Skweru Kościuszki deweloper Vastint Poland postawił kompleks Waterfront, w którym znalazło się 10 tys. m powierzchni biurowej. W maju tego roku rozpoczął budowę Waterfront II.

- To blisko 14,5 tys. m kw. biur w tej fazie projektu w dwóch budynkach oraz dwa budynki mieszkalne z 126 apartamentami – podaje parametry obiektu Maciej Kandybowicz, leasing manager Vastint Poland. - W kolejnej, trzeciej fazie powstaną dwa budynki hotelowe, jeden biurowiec na około 4 tys. m kw., budynek kina z usługami i biurami oraz pawilon kulturalny. W całym kompleksie powstanie ok. 22 tys. m kw. biur.

Pierwsze powierzchnie biurowe powinny być przekazywane najemcom w 4 kwartale 2023 roku. Vastint buduje także 6 piętrowy biurowiec K2 na rogu ulic Kieleckiej i Bydgoskiej. Zakończenie jego budowy zaplanowano na czerwiec 2022 roku.

Największym kompleksem Gdyni jest 3T Office Park, którego budowa zakończyła się w tym roku. W Redłowie stanęły 3 wieże (skrajne o wysokości 39 m i środkowa o wysokości 50m). Łączna powierzchnia kompleksu to 54,9 tys. m, a wynajmu 38,5 tys.

Z kolei Office Park przy Łużyckiej 6 dysponuje powierzchnią 42 tys. m, z czego 22,5 tys. to powierzchnia biurowa. Tuż obok niego pod adresem Łużycka 8 działa Tensor Office Park o powierzchni 20 082 m kw.

sto

NOWA LOKALIZACJA!

Centrum sprzedaży STO

Gdańsk, ul. Jana Keplera 30

www.sto.pl

MESMETRIC

1000m²
DOBREGO DESIGNU

Mesmetric to historia, która zaczęła się w Gdyni już 12 lat temu. Od tamtej pory jej główne bohaterki zbudowały jedną z najważniejszych firm na rynku luksusowego wyposażenia wnętrz w Polsce. W Trójmieście są teraz numerem 1 i wszystko wskazuje na to, że łatwo tej pozycji nie oddadzą.

Kiedy Wioletta Lenczowska i Helena Raczyńska – Pachut zaczynały działalność, mogło się wydawać, że karty na rynku zostały rozdane. Meble i lampy można było kupić zarówno w popularnych sieciówkach, rodzinnych sklepach stacjonarnych, jak i butikach oferujących włoski design. Już na starcie wspólniczki pokazały jednak, że są takie wnętrzarskie kierunki, których Polacy jeszcze nie znają, a którymi mogą się zachwycić na lata. Stały się prekursorkami stylu skandynawskiego nad Wisłą, rozkochując nas w jasnych wnętrzach zaaranżowanych prostymi stołami, drewnianymi krzesłami czy minimalistycznym oświetleniem prosto z krajów Północy. To był pierwszy klucz do serc klientów, dla których mesmetric stał się partnerem do urządzania domów, hoteli, gabinetów spa czy restauracji. Dziś firma dysponuje dwoma showroomami w Gdyni, a poza tym od 7 lat obecna jest także w klimatycznej warszawskiej Fabryce Koronek. W sumie daje to ponad tysiąc metrów kwadratowych ekspozycji mebli i oświetlenia. Co dziś oznacza mesmetric?

JAKOŚĆ I SZTUKA

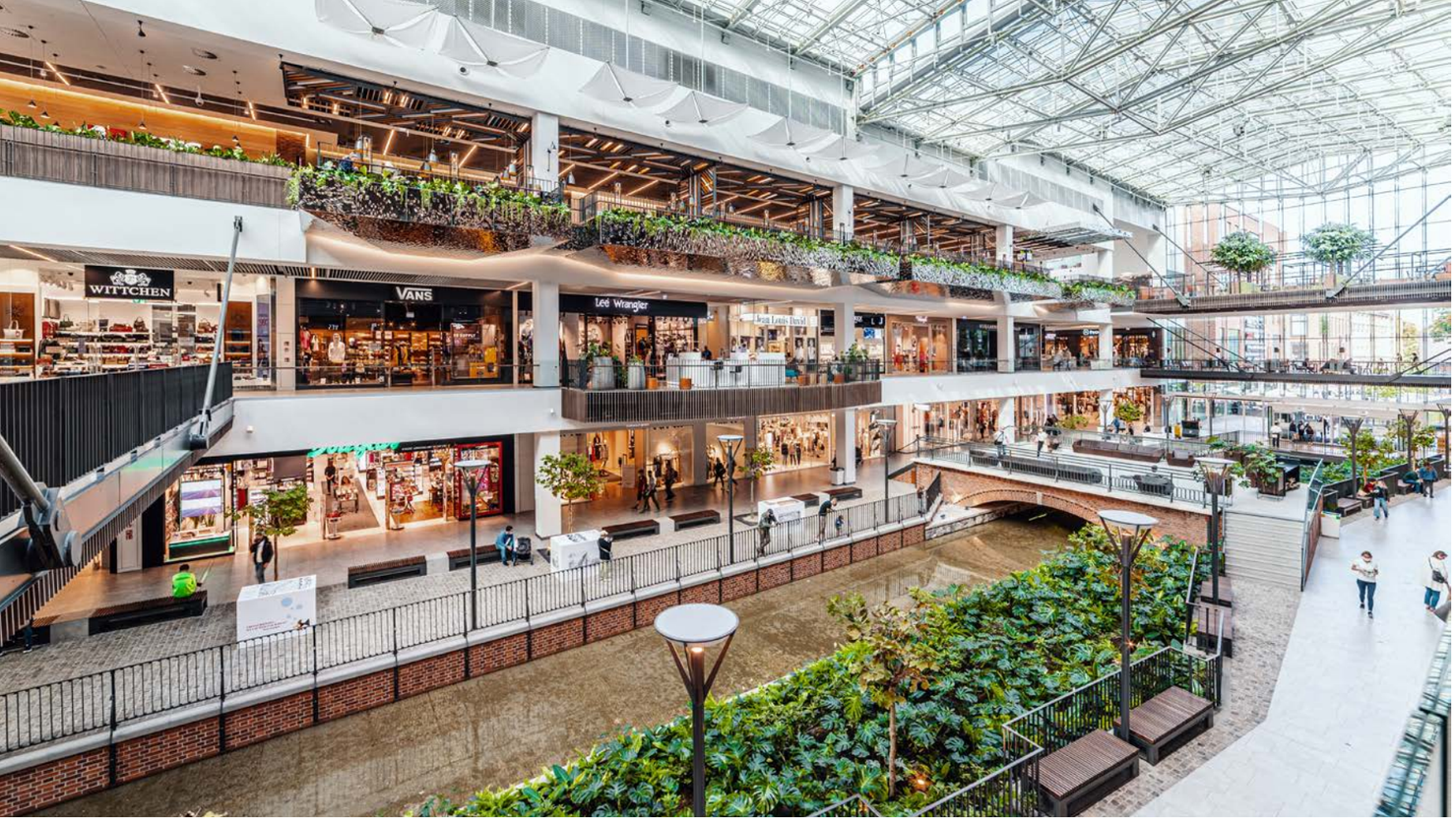
- Mesmetric to jakościowe produkty na lata. Uważnie selekcjonujemy marki, które proponujemy klientom. Staramy się edukować, by wybierali jakość i sztukę zamiast dóbr kupowanych kompulsywnie i na krótką chwilę – mówią zgodnie Wioletta Lenczowska i Helena Raczyńska – Pachut.

Zakup wyposażenia wnętrza w mesmetric nie ma wiele wspólnego z wyborem gotowego modelu w tradycyjnym sklepie z meblami. Zespół doradców pracujących w Gdyni i Warszawie zamawia potrzebne produkty zgodnie z potrzebami konkretnych klientów. Często szuka unikatowych rozwiązań, zgodnych z projektem przygotowanym przez architekta dla danego wnętrza. W mesmetric można znaleźć meble do całego domu czy apartamentu, w tym zabudowę kuchni czy garderoby. Można kupić wymarzoną jedną lampę czy fotel – ikonę designu. Można też przyjść po inspiracje i marzenia, które będzie się spełniać w kolejnych latach. To, co zobaczymy w showroomach to oryginalne, autorskie meble i lampy, za którymi stoi konkretny projektant oraz często - rzemieślnicze wykonanie.

ŚWIADOMY WYBÓR

- Zależy nam na tym, by każdy mógł poznać wiele możliwości zainwestowania środków w wyposażenie domu i wybrał najlepszy możliwy dla siebie. Zachęcamy do zwracania uwagi na technologie, zasoby i materiały użyte do produkcji danego przedmiotu – podkreślają założycielki mesmetric.

Oferta firmy obejmuje obecnie ponad 10 000 produktów. To propozycje najlepszych marek z całego świata, od Skandynawii przez Włochy po Australię. Klucz geograficzny już dawno przestał mieć znaczenie w doborze dostawców. Najważniejsza jest filozofia działania danego producenta – jego historia, podejście do projektowania, unikatowość proponowanych rozwiązań. Oferując skórzane sofy marki Baxter czy mistrzowsko wykonane meble B&B Italia, mesmetric sprzedaje luksus w nowoczesnym wydaniu, na najwyższym światowym poziomie. By się o tym przekonać, warto po prostu odwiedzić adres nowego showroomu w Gdyni: Aleja Zwycięstwa 173.



FORUM GDAŃSK JEST EKO

AUTORKA: HALINA KONOPKA

Doskonały system automatyzacji, free cooling, stacja uzdatniania wody, szybka ładowarka do pojazdów elektrycznych, ograniczenie liczby reklam wielkoformatowych, zieleń na 1/3 powierzchni centrum, recykling czy eko warsztaty - to tylko niektóre działania ekologiczne, za które zostało docenione Forum Gdańsk. Trójmiejskie centrum handlowe już po raz drugi znalazło się w Raporcie „Odpowiedzialny Biznes w Polsce", czyli największym przeglądzie praktyk CSR.

Obecna sytuacja klimatyczna i kwestie środowiskowe wymuszą w najbliższym czasie szereg zmian w obszarze regulacji. Jak podkreślają eksperci, kto nie jest gotowy na redukcję swojego „śladu środowiskowego", zostanie w tyle. Z pewnością uniknie tego Forum Gdańsk, które już drugi rok z rzędu zostało docenione przez ekspertów i znalazło się w Raporcie „Odpowiedzialny Biznes w Polsce", czyli największym przeglądzie praktyk CSR.

- Forum Gdańsk debiutowało w raporcie przygotowanym przez ekspertów w 2020 roku. Ponownie doceniono zaangażowanie naszego zespołu na rzecz ochrony środowiska w tym roku. To dla nas ogromne wyróżnienie, ale i motywacja do podejmowania kolejnych wyzwań – mówi Magdalena Gibney, dyrektor Forum Gdańsk. - Dbałość o jak najlepsze i trwałe relacje z otoczeniem mamy w genach. Z jednej strony wsłuchujemy się w potrzeby mieszkańców i inicjujemy działania w zakresie ochrony środowiska, z drugiej zaś realizujemy różne projekty i wydarzenia o charakterze edukacyjnym, kulturalnym, sportowym czy rekreacyjnym. Chętnie wchodzimy we współpracę networkingową, dzielimy się doświadczeniem lub wymieniamy się dobrymi praktykami. Często podejmujemy pionierskie działania w branży – mówi Magdalena Gibney.

Multi Poland zarządzająca Forum Gdańsk od samego początku zadbała o zastosowanie rozwiązań technologicznych, które sprzyjają ochronie środowiska. Jednym z nich jest system automatyki, który spaja pozwala efektywnie i w sposób oszczędny zarządzać całym obiektem. Budynek przystosowany jest do free coolingu, a ponadto posiada czujniki zmierzchu, sterowniki czasowe i czujniki ruchu do sterowania oświetleniem. Forum Gdańsk wyposażone jest również w SUW (stację uzdatniania wody) pozwalającą na recykling wody technologicznej oraz system zarządzania pobieraną mocą, który redukuje do 36 proc. ilości pobieranej energii. To jednak nie wszystko. Centrum posiada także szybką ładowarkę z trzema stanowiskami do pojazdów elektrycznych oraz wielkie naturalistyczne przestrzenie. Blisko trzy hektary powierzchni Forum Gdańsk to tereny zielone, na których rośnie ponad 30 tys. roślin, w tym dwa zabytkowe drzewa – jesion i kasztanowiec. Na terenie kompleksu znajdują się także rośliny miododajne, dzięki którym pszczoły z pasieki Forum Gdańsk już trzeci rok wytwarzają miód.

W ramach partnerstwa z Miastem Gdańsk, Forum angażuje się w także działania edukacyjne między innymi z zakresu ochrony wód Bałtyku oraz znajdującej się tam fauny i flory, a także jest partnerem kampanii miejskiej „Gdańsk bez plastiku". Z kolei w ramach współpracy z Gdańską Infrastrukturą Wodociągowo-Kanalizacyjną (GIWK) centrum zorganizowało eko warsztaty pod hasłem Dekoduj plastik. A od 2019 roku prowadzi kampanię For ECO, w ramach której promuje postawy społeczeństwa obywatelskiego, wrażliwego na ekologię i różnorodność.

- Przykładów proekologicznej działalności Forum Gdańsk jest wiele. Jednym z nich jest tworzenie przedmiotów użytkowych, takich jak torby wielokrotnego użytku, które zostały uszyte z banerów, informujących o otwarciu centrum. Innym przykładem jest zrezygnowanie z napojów w plastikowych butelkach, serwowanie wody z kranu czy współpraca z Miastem Gdańsk w zakresie działań edukacyjnych, których celem jest segregacja odpadów – informuje Magdalena Gibney. - Do naszych klientów wychodzimy z propozycją robienia zakupów w sposób przemyślany. Zachęcamy do recyklingu także w modzie – dodaje.

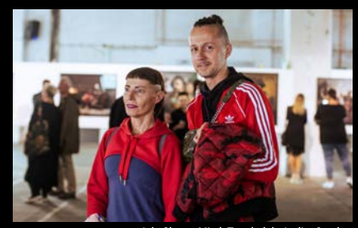
Najważniejsze jednak, że nie tylko Forum Gdańsk jako centrum promuje ekologiczne podejście. Tą samą drogą podążają również jego najemcy. I tak na przykład: LPP, właściciel marek Reserved, Mohito, Cropp oraz Sinsay, zwiększył kolekcję ubrań tworzonych z materiałów przyjaznych środowisku, takich jak: bawełna organiczna, włókna z celulozy drzewnej tworzone w obiegu zamkniętym, organiczny len czy recyklingowany poliester z butelek PET, wyławianych z morza. Co więcej, w sklepach marek Mohito, House i Reserved zlokalizowanych w Forum Gdańsk znajdują się pojemniki, do których można oddawać odzież używaną. Takie ubrania otrzymują drugie życie trafiając do osób znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej.

Z kolei Levi's wprowadził na rynek najbardziej ekologiczne jeansy wykonane z bawełny organicznej oraz materiału Circulose (pochodzącego ze zużytych jeansów). Sephora wprowadziła mądry recykling swoich opakowań, a Starbucks zachęca klientów do zabierania fusów z kawy do domu. Marka w ten sposób przypomina o ich właściwościach i naturalnym potencjale.

Fot. Karol Kacperski

dr hab. Mariusz Waras, wykładowca ASP Gdańsk, artysta street artowy

Andrzej Szwan, drag queen, Lulla La Polaca


Jola Słoma, Mirek Trymbulak, Atelier Smaku

Arkadiusz Hronowski, Plenum; Sylwia Makris, artystka fotografka

Agnieszka Orłowska, właścicielka Ekostrateg

Arkadiusz Hronowski, Plenum; Katarzyna Konieczka, projektantka, kostiumografka, Sylwia Makris, artystka fotografka; Estera Prugar, autorka tekstów do projektu

Olaf Deriglasoff, , muzyk sceny niezależnej

MALUJCIE TAK, ABY POLSKA ZMARTWYCHWSTAŁA

Olga Tokarczuk, Jurek Owsiak, Czesław Mozil, Organek, Arkadiusz Jakubik, czy Nergal - to tylko niektóre z osób, które pojawiły się na cyklu fotografii Sylwii Makris traktującego o równości, tolerancji i prawach człowieka. Wystawa odbyła się w hali Plenum i była artystyczną manifestacją wobec niekonstytucyjnych działań i dobitnym komentarzem do szerzenia nienawiści, ksenofobicznych uprzedzeń i dezinformacji w mediach publicznych.

Ewelina Negowetti, Fundacja Trans-Fuzja; Olaf Deriglasoff

Marta Blendowska, magazyn Linia

Michał Stankiewicz, prezes zarządu MS Group Sp. z o.o.; Ewa Hronowska, Plenum

Michał Stankiewicz, prezes zarządu MS Group Sp. z o.o.; Wiesia Warszawska, architektka Extravaganza; Agnieszka Jarzembek, make up and hair artist LPP

Paweł Friedberg, inwestor nieruchomości; Ismena Warszawska, projektantka mody; Wojciech Warszawski, Apartamenty VIU

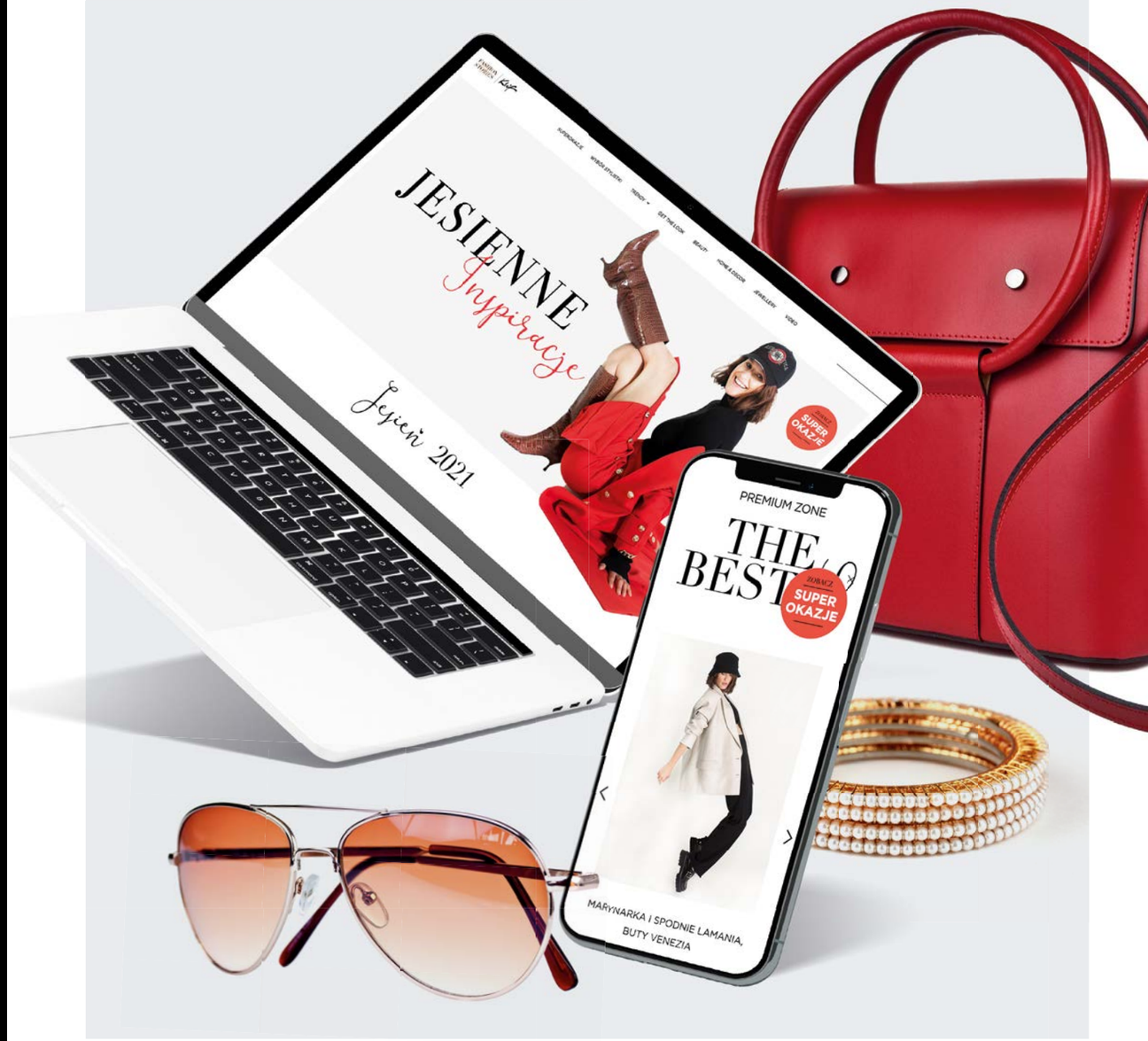
Andrzej Szwan, drag queen, Lulla La Polaca; Sylwia Makris, autorka wystawy; Ogi Ugonoh

Magdalini Makris

Sylwia Makris, autorka wystawy; Sławomir Kosakowski, dyrektor generalny Urzędu Marszałkowskiego Województwa Pomorskiego

Estera Prugar, autorka tekstów do projektu; Olaf Deriglasoff

ZOBACZ nowy MAGAZYN ONLINE
#KLIFFASHIONSTORIES



Klif

TU DZIEJE SIĘ MODA!
MAGAZYN.KLIF.PL/GDYNIA

Danuta Stenka, aktorka; Agata Grenda, nowa dyrektor Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego

Zbigniew Canowiecki, prezydent Pracodawców Pomorza; Justyna Marcinkiewicz – Limon, wiceprezes fundacji Theatrum Gedanense

Mieczysław Struk, marszałek województwa pomorskiego; Alan Aleksandrowicz, zastępca prezydenta Gdańska

Fot. Dawid Linkowski

Alan Aleksandrowicz, zastępca prezydenta Gdańska; Anna Szynkaruk-Zgirska, starsza specjalistka ds. Promocji GTS

INAUGURACJA 25. FESTIWALU SZEKSPIROWSKIEGO

Radość i wdzięczność towarzyszyły rozpoczęciu 25. edycji Festiwalu Szekspirowskiego. Uroczysta inauguracja odbyła się w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim 30 lipca. Prowadziła ją aktorka Danuta Stenka. Oficjalne otwarcie ogłosili Mieczysław Struk, Marszałek Województwa Pomorskiego i Alan Aleksandrowicz, zastępca prezydenta ds. inwestycji. Nie obyło się bez wspomnień i wzruszeń, była to bowiem pierwsza edycja Festiwalu, która odbyła się bez swojego założyciela i dyrektora artystycznego, zmarłego w marcu tego roku profesora Jerzego Limona.

Mieczysław Struk, marszałek województwa pomorskiego; Alan Aleksandrowicz, wiceprezydent Gdańska; Zbigniew Canowiecki, przewodniczący Rady Programowej GTS

Danuta Stenka, aktorka; Mieczysław Struk, marszałek województwa pomorskiego; Alan Aleksandrowicz, zastępca prezydenta Gdańska

Patryk Barańczyk, kierownik zespołu sceny GTS

Maciej Sowiński, zastępca dyrektora Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego; Joanna Śnieżko-Misterek, koordynatorka Festiwalu Szekspirowskiego w Gdańsku

Agata Zadrożna, Home & Hotel Solutions; Wioletta Podgórska, redaktor naczelna, Book Of Luxury; Paweł Waryś Home & Hotel Solutions

Anastazja Glebko, mistrzyni makijażu permanentnego wraz z modelką

Jagoda Erol, Makeup Artist

Fot. Daria Dichenko

Zuzanna Pactwa, Rise; Katarzyna Kobiela, stylistka; Anna Szalińska; Klinika Dr Skin

SASSY & CLASSY BAZAAR

Niedzielne cocktail party połączone z premium private sale, kilkunastu wystawców, ciekawe spotkania, nietuzinkowe marki, a to wszystko z zapierającym dech w piersiach widokiem na Gdańsk. Sassy & Classy Bazaar to niecodzienne spotkania ze sztuką, modą i designem. Kwintesencją eventu był recital Marii Sadowskiej oraz wyśmienite after party.

Magdalena Marcinek, Kreatorzy Wizerunku by MM; Magdalena Jurga, Mooj Optyk

Fot. Krzysztof Nowosielski

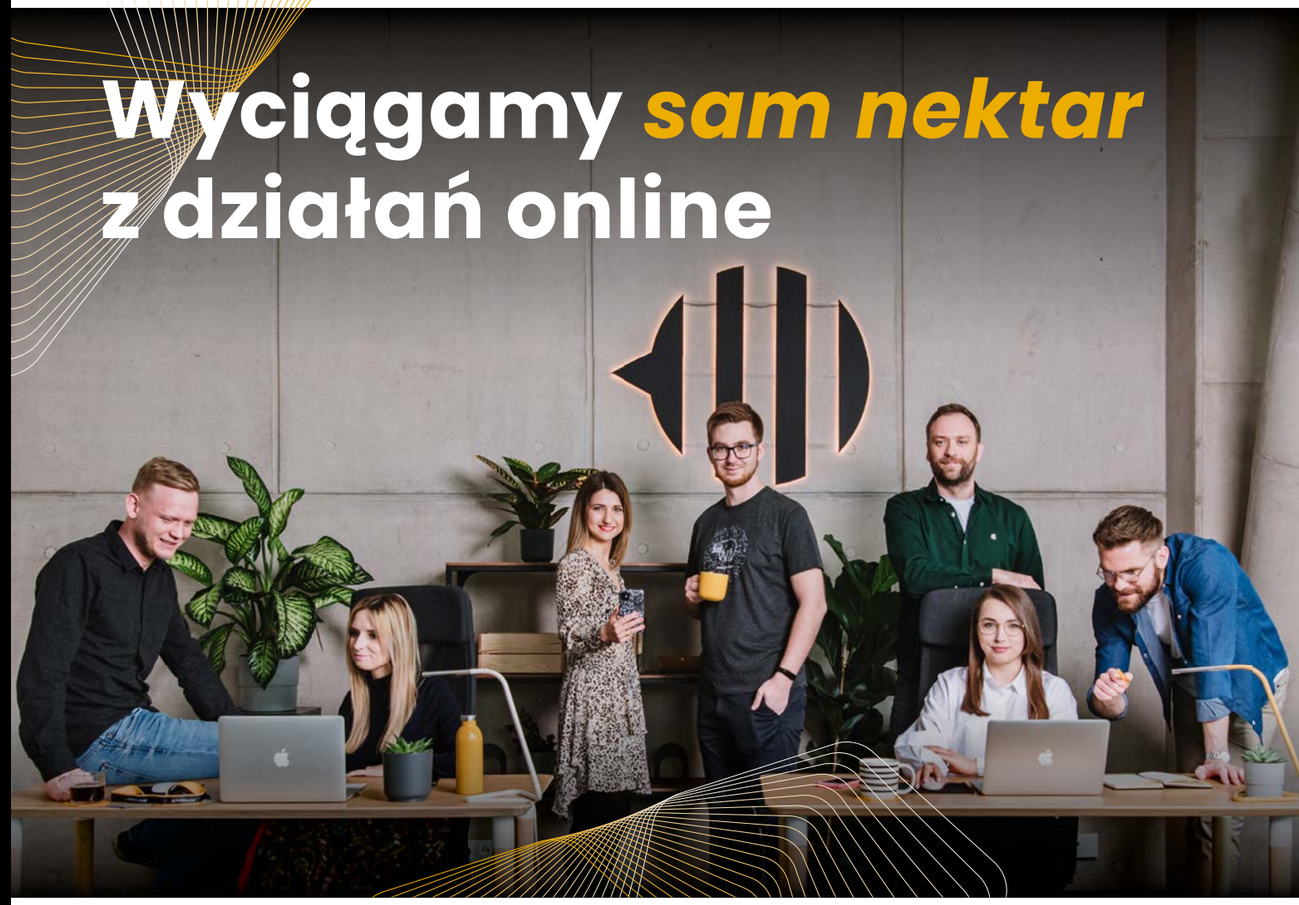
Zuzanna Pactwa, Rise; Anna Bowsza, Kreatorzy Wizerunku by MM

Paweł Markiewicz, biznesmen, aktor, piosenkarz; Katarzyna Niezgoda, bizneswoman

Natalia Kisielewska, specjalistka ds. PR, JBS GOLDWELL; Natalia Osińska, właścicielka Jungle Dream Store; Viktoria Andrejeva

beeffective
DIGITAL MARKETING AGENCY

Wyciągamy *sam nektar* z działań online



Jesteśmy agencją digital marketingową zorientowaną na ***efekt!***

Oferujemy kompleksowe działania w zakresie ***kampanii internetowych, komunikacji w social media oraz tworzenia materiałów graficznych.*** Każdy projekt traktujemy indywidualnie i rozpoczynamy go od przygotowania spójnej strategii, łączącej oczekiwania Klienta i możliwości, jakie daje digital marketing.

Więcej znajdziesz na naszej stronie: ***www.beeffective.pl***

Chcesz wznieść działania swojej firmy na wyższy poziom?
Pomożemy Ci opracować strategię digital i rozwinąć Twój biznes!

Beeffective
+48 694-562-974
Al. Zwycięstwa 96/98
Gdynia

hello@beeffective.pl
694 562 974

Tadeusz Zdunek, prezes Grupy Zdunek

Joanna Kozioł; Krzysztof Kozioł,
Global Key Account Manager, Nestle Skin Health

Irena Kulakova, Oleh Mackiev, właściciele Cosmetic City

Fot. Krzysztof Nowosielski

Olga Kharina, XO foto; Walerij Pryżkow, właściciel WP Capital

Tomasz Górnicki, członek zarządu ds. Inwestycji, PHN

Tomasz Jankowski, Raymarine; Beata Szulimowicz

Łukasz Majewski, Agnieszka Majewska

GALEON OWNERS CLUB

W Marinie Yacht Park w Gdyni odbyła się kolejna edycja wydarzenia organizowanego przez Galeon Owners Club – klubu zrzeszającego właścicieli jachtów Galeon oraz łodzi motorowych Galia. Słoneczny dzień rozpoczął się od wspólnego rejsu po Zatoce, na który zaproszeni zostali właściciele luksusowych jachtów. Wieczorem w marinie odbył się pokaz mody znanego polskiego duetu projektantów Paprocki-Brzozowski, a po pokazie goście bawili się na after party w hotelu Marriott Gdynia.

Teodor Myszkowski, właściciel Teo Motors;
Krzysztof Rączka, dyrektor regionalny, PKO Leasing

Dmirtij Gabczenko, Estera Gabczenko, właściciele GAB Media

Paweł Górski, business development manager, Galeon

Paulina Marwińska, dyrektorka marketingu, Galeon;
Karolina Szostak, dziennikarka

w środku Patricia Kazadi, artystka; Katarzyna Pilczuk, doradca ubezpieczeniowy; Monika Winkler-Woźniak, fotografka

Ismena Warszawska, projektantka; Wojciech Warszawski

Marcin Paprocki, Mariusz Brzozowski, projektanci, Paprocki&Brzozowski

Iwona Kmiecik, dyrektor generalna,
Ośrodek Medycyny Naturalnej Nowy Jantar;
Natalia Kmiecik, Ośrodek Medycyny Naturalnej Nowy Jantar;
Daniel Brzeski, CEO Invictus Sp. z o.o.

Bartłomiej Glinka, założyciel Omida Logistics;
Szymon Rusztyn, prezes Virtus Logistics;
Marek Rostkowski założyciel Omida Logistics

Wojciech Szczurek, prezydent Gdyni

Iga Świątek, najlepsza polska tenisistka

Hubert Hurkacz, najlepszy polski tenisista

Fot. Krzysztof Nowosielski

Marcin Matkowski, tenisista, dyrektor turnieju BNP Paribas Poland Open;
Michał Stankiewicz, prezes zarządu MS Group Sp. z o.o.

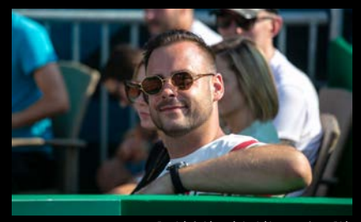
Wojciech Fibak, tenisista

Daria Abramowicz, psycholog sportu

Romuald Kinda, prezes Navimor International;
Janusz i Brygida Kruczek, Klub Tenisowy Arka w Gdyni

ŚWIATOWY TENIS W GDYNI

Na kortach ziemnych Arki w Gdyni odbył się pierwszy od wielu lat tenisowy turniej rangi WTA 250 - BNP Paribas Poland Open. Zwyciężyła Maryna Zanevska, która zdobyła 280 punktów w rankingu WTA. Pula nagród wyniosła 235,238 tys. $. Organizatorzy zapowiadają, że kobiecy tenis wróci do Gdyni już za rok. Co najważniejsze dla polskich kibiców, zainteresowanie udziałem wyraziła nasza najlepsza tenisistka - Iga Świątek, która tym razem wzięła udział jedynie w uroczystym otwarciu turnieju 13 lipca.


Patrick Gajda, założyciel i prezes SuperBid

Valeriya Olyanovskaya, team zawodniczki;
Piotr Gryńkowski, tenisista, trener

Maryna Zanevska, zwyciężczyni pierwszej edycji
BNP Paribas Poland Open

Tomasz Świątek, prezes zarządu Tennis Consulting

Marcin Matkowski, dyrektor turnieju BNP Paribas Poland Open

Małgorzata Wasiuk, dyrektorka Departamentu Strategii Marki i Aktywizacji Banku BNP Paribas

Katarzyna Matkowska, dyrektorka Komunikacji i PR turnieju BNP Paribas Poland Open

Marek Łucyk, wiceprezydent Gdyni ds. Rozwoju

Maryna Zanevska, zwyciężczyni pierwszej edycji BNP Paribas Poland Open;
Kristina Kucova, finalistka pierwszej edycji BNP Paribas Poland Open

ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

Cukiernia Umam, Gdańsk, ul. Hemara 1; **Umam Marina**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Marmolada Chleb i Kawa**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 (osiedle Garnizon); **Mount Blanc**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Costa Coffee**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Sztuka Wyboru**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Rosse Rosse**, Gdynia, ul. Świętojańska 45 (Baltiq Plaza); **Costa Coffee**, Gdynia, Centrum Riviera; **Mamma Mia Cafe**, Sopot, Plac Zdrojowy 2; **Cyganeria**, Gdynia, ul. 3 Maja 27; **Ciuciu Babka**, Gdynia, al. Piłsudskiego 30; **Alt Cafe**, Gdynia ul. Legionów 112F/1 (Altus); **Cafe Resto**, Sopot, Hotel Rezydent; **Mount Blanc**, Sopot, Centrum Haffnera; **Cafe Ferber**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Bistro Walter**, **Sopot**, ul. Boh. Monte Cassino 61; **Capuccino Cafe**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 25; **Pociąg do kawy**, Sopot, Sopot Centrum; **La Crema**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 14; **La Bagatela**, Sopot, Dworcowa 5; **Columbus Bistro & Cafe Kawiarnia**, Gdańsk, ul. Norwida 9; **Columbus Caffee**, Gdańsk, Forum Gdańsk; **Etno Cafe**, Gdańsk, Forum Gdańsk; **Bacio di Caffè**, Sopot, ul. Grunwaldzka 4/6; **Park Cafe**, Gdynia, ul. Al. Zwycięstwa 96/98; **Lavenda Cafe & Galeria**, Gdynia, ul. Starowiejska 11; **Tłok**, Gdynia, ul. Wybickiego 3; **Ale Browar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **Pawilon**, Sopot, ul. Haffnera 7/9; **Kotka Cafe**, Gdańsk, ul. Polanki 124 D; **Fit Cake**, Sopot, ul. Podjazd 11; **Bosko**, Gdańsk, al. Jana Pawła II 3A;

RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

Po Należniku, Gdańsk, City Meble, al. Grunwaldzka 211; Jaggpot, Gdańsk, św. Ducha 148; **Ale Browar**, Gdańsk, ul. Wajdeloty 21; **Avocado Vegan**, Gdańsk, ul. Wajdeloty 25; **Surfburger Chełm**, Gdańsk, ul. Cieszyńskiego 1C; **Surfburger Wrzeszcz**, Gdańsk, ul. Trubadurów 2; **Surfburger Śródmieście**, Gdańsk, ul. Garncarska 30; **Surfburger Sopot**, Sopot, ul. Kościuszki 10; **Surfburger Gdynia**, Gdynia, ul. Abrahama 11; **Rotterdam Wie Bar**, Gdańsk, ul. Chmielna 101/102; **Niepokorni**, Gdańsk, ul. Chmielna 26; **Riverside by Pilsner**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Tygle**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Woosabi**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **True**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Jak się masz Bistro**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 24; **Stary Manež**, Gdańsk, ul. Słowackiego 3; **Mami Sushi**, Gdańsk, ul. Mariana Hemara 5; **Wozownia**, Gdańsk, ul. Gradowa 6; **Piwnica Rajców**, Gdańsk, ul. Długi Targ 44; **Zafishowani**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Chang**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 15; **Officyna**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 415 (Argon); **Grass**, Gdańsk, ul. Szeroka 121/122; **Wiśniewski**, Gdańsk, ul. Piwna 22; **Motlava**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/1; **Trattoria Bresno**, Gdańsk, ul. Krasickiego 9B/1; **Tekstylia**, Gdańsk, ul. Szeroka 11; **AiOLI inspired by Gdańsk**, ul. Partyzantów 6; **BonZur**, Gdańsk, ul. Piwna 36; **Majolika**, Gdańsk, ul. Jana Uphagena 23; **Machina**, Gdańsk, ul. Chlebnicka 13/16; **Fishmarket**, Gdańsk, Targ Rybny 6; **Felini**, Gdańsk, Targ Rybny 6; **Correze**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/7; **Hard Rock Cafe**, Gdańsk, ul. Długi Targ 35/38; **Goldwasser**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 22; **Lao Thai**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Sempre**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Szeroka 50; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Espanol**, Gdańsk, ul. Tandeta 1; **Restauracja Filharmonia**, Gdańsk, ul. Okowianka 1; **Restauracja Szafarnia 10**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Izakaya Sushi**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **KOKU Sushi**, Gdańsk, (Olivia Business Centre), ul. Grunwaldzka 472; **Lula**, Gdańsk, ul. Cypriana Kamila Norwida 4 (Garnizon); **Ping Pong**, Gdańsk, ul. Słowackiego 21 (Garnizon); **Eliksir**, Gdańsk, ul. Hemera 1 (Garnizon); **Lobster**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **Taverna**, Gdańsk, ul. Powroźnicza 19/20; **Mon Balzac**, Gdańsk, ul. Piwna 36/39; **Brovarnia**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Gdański Bowke**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 11; **Mono Kitchen**, Gdańsk, ul. Piwna 28/30; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Tu Można Marzyć**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 25; **Meso Ramen**, Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 17/4; **Faloviec**, Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 2; **Pobite Gary**, Gdańsk, ul. Juliusza Słowackiego 21; **Tako**, Gdańsk, ul. Słowackiego 13/U1; **Przepis na**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 132/5; **Meat Shack BBQ**, Gdańsk, ul. Ludwika Waryńskiego 26/27; **Papieroovka**, Gdańsk, ul. Łąkowa 60; **Canis Restaurant**, Gdańsk, ul. Ogarna 27/28; **Guga Sweet & Spicy**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/9; **La Pampa Steakhouse**, Gdańsk, ul. Szeroka 32/35; **Gvara**, Gdańsk, ul. Chlebnicka 48/51; **Fino**, Gdańsk, ul. Grząska 1; **T-bone Steak House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 22; **Long Street 52**, Gdańsk, ul. Długa 52/53; **Restauracja Sapore**, Gdańsk, ul. Tkacka 27/28; **Kozlova Złota Brama**, Gdańsk, ul. Długa 81/83; **Nieszituka Restaurant&Bar**, Gdańsk, ul. Mariacka 2/3; **Neighbours's Kitchen**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11/u12; **Chleb i Wino**, Gdańsk, ul. Stagiewna 17; **Słony Spichlerz**, Gdańsk, ul. Chmielna 10; **Wolowina Bistro**, Gdańsk, ul. Zabi Kruk 16; **Stacja Food Hall**, Gdańsk, Galeria Metropolis; **Merrya Musashi**, Gdańsk, Forum Gdańsk; **4 Piętro Bistro & Restaurant**, Gdańsk, ul. Al. Grunwaldzka 82 (Galeria Manhattan); **Trafik Jedzenie i Przyjaciele**, Gdynia, ul. Skwer Kościuszki 10; **Tokyo Sushi**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Oberża 86**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **Neon**, Gdynia, ul. Antoniego Abrahama 39; **F.Minga**, Gdynia, Bulwar Nadmorski im. Feliksa Nowowiejskiego; **Ducha66**, Gdańsk, ul. Świętego Ducha 66; **POP in**, Gdynia, ul. Antoniego Abrahama 64; **Bistro Serwus**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241; **Milo Mi**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245; **Punkt**, Gdynia, ul. Władysława IV 59; **Moje Miasto**, Gdynia, Skwer Kościuszki 15; **Gluchy Telefon**, Gdynia, ul. Świętojańska 52; **Como Ristorante**, Gdynia, CH Klif; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście; **Hashi Sushi**, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **Chwila Moment (restauracja i kawiarnia)**, Gdynia, InfoBox; **Barracuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski 10; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, ul. Zawiszy Czarnego 1; **Pasta Miasta**, Gdynia, ul. Świętojańska 46; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Aleja Marszałka Józefa Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Malika**, Gdynia, ul. Świętojańska 69; **Casa Cubeddu**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **Tłusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Sztuczka**, Gdynia, ul. Abrahama 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Mąka i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Biały Królik**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Mondo di Vinegre**, Gdynia, ul. Polska 1; **Pescado**, Gdynia, al. Zwycięstwa 243; **Pieterwas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Antoniego Abrahama 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Tawerna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/3; **La Vita**, Gdynia, ul. Antoniego Abrahama 80/86; **Jakubiak w Sopocie**, ul. Wybickiego 48; **Pelican**, Sopot, Bohaterów Monte Cassino 63; **Thai Thai**, Gdańsk, ul. Podgarbary 10; **Aquarella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Villa Aqua); **Thai Thai**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 63; **Błękitny Pudel**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 44; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 60; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Grunwaldzka 11; **Morska**, Sopot, ul. Morska 9; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49; **White Marlin**, Sopot, Al. Wojska Polskiego 1; **No 5**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 5/U4; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Crudo**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Crudo**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Tapas de Rucola**, Sopot, ul. Generała Józefa Pułaskiego 15; **Pak Choi**, Sopot, ul. Morska 4; **Pieprz**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Smak Morza**, Sopot, al. Franciszka Mamuszki 2; **Atelier Sopot**, al. Franciszka Mamuszki 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Bulaj**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 22; **737 Lentre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Fidel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Hashi Sushi**, Sopot, Sopot Centrum; **Whiskey on The Rock**, Dworzec Sopot; **Bagażownia**, Dworzec Sopot; **Seafood Station Restaurant, Bar & Grill**, Dworzec Sopot; **Unicorn**, Hipodrom Sopot; **Polskie Smaki**, Sheraton Sopot; **Wave**, Sheraton Sopot; **Pelikan**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 63; **Team Spirit Sopot**, ul. Bohaterów Monte Cassino 63; **Bistro Walker**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 61; **Sztuczka Bistro**, Sopot, ul. Generała Józefa Bema 6; **Prosty Temat**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 60; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 60; **Moshi Moshi Sushi**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 63/1; **Chianti Grill Bar**, Sopot, Generała Kazimierza Pułaskiego 19/1; **Szklarnia**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 25; **Trzy Siostry**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **BOTO**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 54B; **La Marea**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 38/2U; **No.5 beer bar & coffeehouse**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 5/U2; **Starter's**, Sopot, ul. Dworcowa 7; **Presto**, Sopot, ul. Dworcowa 7; **Dolce Vita**, Sopot, ul. Dworcowa 7; **Godding**, Sopot, ul. Smolna 21; **Symfonia Smaków**, Sopot, ul. Stanisława Moniuszki 10; **Zacny Liść**, Gdańsk, Stary Rynek Oliwski 19; **Zakwasownia**, Gdańsk, ul. Norwida 2; **Kulinarny motyw**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 14/1; **Bombay Sopot**, Plac Zdrojowy 1; **Endi Wine House**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 9; **Joko Sushi**, Gdańsk, ul. Piastowska 67; **Sopoko Pizza**, Gdańsk, ul. Waryńskiego 21; **Hora de Espana**, Gdańsk, Wały Jagiellońskie; 28/30; **El Mariachi**, Gdańsk, ul. Grodziska 16 Moniuszki 10; **SPA w Hotelu Kuracyjnym**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 255; **Venity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii Wojska Polskiego 26/1; **Gdyński Instytut Podologiczny**, Gdynia, ul. gen. Józefa Bema 16/2; **Permanent Make-up Place Anna Krzywkowska**, Gdynia, ul. Świętojańska 43/15;

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Love Hair and Barber Shop, Gdańsk, ul. Rakoczego 9/U6; **Atelier Brzozowski**, Gdańsk, Podwale Staromiejskie 109/112B; **Quiris**, Gdańsk, ul. Gałczyńskiego 12; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, ul. Aleja Grunwaldzka 471; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elżbietańska 9/10; **Salon fryzjersko-kosmetyczny ExcellentQ**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5A; Prive Club Fryzjerski, Gdańsk, ul. Rajska 1/5; **Instytut Piękna Dolce Vita**, Gdynia, Skwer Kościuszki 18; **Iwona Donarska - Permanent Make Up Academy**, Gdynia, ul. Starowiejska 41/43/lok 27; **Braniński Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/14 (Nowe Orłowo); **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Salon kosmetyczno-fryzjerski Sopocki Styl**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Salon urody Drausal**, Sopot, al. Niepodległości 739/1; **Dolce Vita Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2; **HairBar**, Sopot, Sheraton, **Dom Zdrojowy**, Falla Gdańsk, Gdańsk, ul. Hynka 65; **Instytut Urody POR FAVOR**, Gdańsk, ul. Mariana Hemara 15/U2; **Easy Barbers**, Gdańsk, ul. Miłosza Białoszewskiego 10; **Secret Avenue**, Gdańsk, ul. Partyzantów 3; **Baltica Beauty**, Gdańsk, ul. Partyzantów 8; **Lorenzo Coletti**, Gdańsk, ul. Trzy Lipy 4/2; **Underground BarberShop**, Gdańsk, ul. Garncarska 7/8/9; **QUIRIS House of Hair&Beauty**, Gdańsk, ul. Jana Heweliusza 15; **Expert K&L**, Gdańsk, Forum Gdańsk; **LoveHair & BarberShop**, Gdańsk, ul. Franciszka Rakoczego 9/U6; **Yasumi**, Gdynia, ul. Łużycka 1B; **Abacosun Instytut Urody**, Gdynia, ul. Wielkopolska 168 / ul. Olgierda 45; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Cutting Club**, Gdynia, al. Zwycięstwa 237/1; **Cichy Design**, Gdańsk, Al.Jana Pawła II 1b / Olivia Bussines Centre (Oliwia Point&Tower); **Strefa Piękna i gustu**, Gdańsk, Polnicy 3/2; **MT Salon Beauty by Magdalena Trzciińska**, Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 3

SPA&WELLNESS

Five Senses, Gdańsk, ul. Norwida 4; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 86/87; **Beauty Derm Instytut-Medical Day SPA**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Bali SPA**, Gdańsk, ul. Szeroka 42/43; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Vanity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii WP 26/1U; **OXO Luxury 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; **Body & Mind Clinic**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 413; **Diamond Clinic**, Gdańsk, ul. Jana Heweliusza 22; **Spa Hotel Hanza**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Prana Spa**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Grand Hotel Spa**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 12/14; **Hotel Haffner SPA**, Sopot, ul. Jana Jerzego Haffnera 59; **The Oriental Spa**, Sopot, ul. Stanisława

MEDYCYNA ESTETYCZNA I KOSMETOLOGIA

Medycyna Estetyczna dr Marcin Nowak, ul. Kilińskiego 1/70; **Skinlab**, Gdańsk, ul. Hemara 2; **Dr Kondej**, Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 7; **Perfect Medica**, Gdańsk, ul. Kołobrzeska 63; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 3; **Klinika Dobosz i Partnerzy**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok.102; **Instytut Kosmetologii Babiana**, Gdańsk, ul. Hynka 6/9; **Centrum Zdrowia i Piękna H&Bmed**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 8; **Gdańska Klinika Urody**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/2; **Klinika Gorszewska**, Gdynia, Al. Legionów 112/2; **L'assai Medical Clinic**, Gdynia, ul. Hrynewickiego 9c/9; **Veoli Clinic**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Hevena Beauty**, Gdynia, ul. I Armii WP 8/5; **Proderm**, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2; **Klinika Estetyki**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/11; **Centrum Medyczne Nowe Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/8 Nowe Orłowo; **Klinika Urody Mediderm**, Gdynia, ul. Abrahama 36-44; **Instytut Urody Agata Partyka**, Gdynia, ul. Strzelców 1/4; **Sopocka Fabryka Urody**, Sopot, ul. Smolna 1D; **Derm-Al**, Sopot, ul. Armii Krajowej 116/5; **MedSPA by dr Kobylińska**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/7; **Mam**, Gdańsk, Albatross Towers, Al. Rzeczypospolitej 4; **Sztorm Tattoo Studio**, Gdańsk, ul. Cypriana Kamila Norwida 13U/1; **Medycyna estetyczna Anna Butowska**, Gdańsk, ul. Chmielna 71/3; **YUKO Beauty Lab**, Gdynia, Wincentego Pola 27/1; **Kosmetyczny Instytut Dr Irena Eris**, Gdynia, al. Zwycięstwa 241/3; **Klinika urody Beleza**, Sopot, Powstańców Warszawy 80

HOTELE

Number One, Gdańsk, ul. Jaglana 4; **Radisson Blu**, Gdańsk, ul. Długi Targ 19; **Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Hotel Gdańsk**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Golden Tulip**, Gdańsk, ul. Piastowska 160; **Hanza Hotel**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Królewski**, Gdańsk, ul. Okowianka 1; **Amber Tower**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Holland House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Grand Cru**, Gdańsk,ul. Rycerska 11-12; **Hotel Sadova**, Gdańsk, ul. Łąkowa 60; **Hotel Almond**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Hotel Kuracyjny**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Hotel Nadmorski**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Courtyard by Marriott**, Gdynia, ul. Jerzego Waszyngtona 19; **Radisson Blu**, Sopot, ul. Bitwy pod Płowcami 54, Sopotorium, Sopot, ul. Bitwy pod Płowcami 52; **Hotel Villa Baltica**, Sopot, ul. Emilii Plater 1; **Hotel Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **Villa Antonina**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Mała Anglia**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Dworek Admirał**, ul. Powstańców Warszawy 80; **Villa Sentoza**, Sopot, ul. Grunwaldzka 89; **Hotel Haffner**, Sopot, ul. Haffnera 59; **Villa Aqua**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Hampton by Hilton**, Gdańsk, ul. Juliusza Słowackiego 22D; **Hilton**, Gdańsk, ul. Targ Rybny 1; **Mercure Gdańsk Stare Miasto**, Gdańsk, ul. Heweliusza 22; **IBB Hotel**, Gdańsk, ul. Długi Targ 14/16; **Holiday Inn**, Gdańsk, ul. Chmielna 1; **Hotel Raddison**, Gdańsk, ul. Chmielna 10-25; **Sopot Marriott Resort & Spa**, Sopot, ul. Bitwy Pod Płowcami 59; **My Story Sopot Apartments**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 53A; **Hotel Bayjonn**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 7; **Hotel Opera**, Sopot, ul. Stanisława Moniuszki 10; **Hotel Willa Lubicz**, Gdynia, ul. Orłowska 43; **Willa Wincent**, Gdynia, ul. Wincentego Pola 33

KLUBY FITNESS

Zdrofit, Gdańsk, ul. Aleja Grunwaldzka 411; **Zdrofit**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 256 (Klif); **Zdrofit**, Gdynia, ul. Kazimierza Górskiego 2; **Sheraton Fitness**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **CrossFit Trójmiasto**, Sopot, 3 Maja 69C; **Zdrofit**, Sopot, ul. Dworcowa 7; **Aquastacja**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 411; **Zdrofit**, Gdańsk, ul. Al. Grunwaldzka 82; **Calypso**, Sopot, ul. Niepodległości 697-701

SALONY SAMOCHODOWE

Autoryzowany serwis Seata Auto Miras, Gdańsk, ul. Zawodników 2; **BMW Zdunek**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault Zdunek**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, DS Automobiles, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; Gdańsk, ul. Miałki Szlak 4/8; **Subaru Zdanowicz**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256; **British Automotive Jaguar Land Rover**, Gdańsk, al. Grunwaldzka 241; **Volvo Drywa**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Goworowski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **City Motors**, Gdańsk, ul. Uczniowska 36; **BMW Zdunek**, Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdańsk, al. Grunwaldzka 270; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Drywa**, Gdynia, ul. Parkowa 2; **Mercedes BMG Goworowski**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Owsiana 13; **Audi Centrum Gdynia**, ul. Łużycka 3A; **Volkswagen Plichta**, Gdańsk, ul. Lubowidzka 42; **Peugeot JD Kulej**, Gdynia, ul. Chwaszczyńska 128; **Honda**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 162; **Porsche Centrum Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 956; **Porsche Approved**, Sopot, ul. Al. Niepodległości 948; **Nissan KMJ Zdunek**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 295; **Hyundai Margo**, Gdańsk, ul. Al Grunwaldzka 250; **Hyundai Margo**, Gdynia, ul Morska 511; **Skoda Plichta**, Gdańsk, ul. Lubowidzka 46; **Toyota Walder**, Chwaszczyno, ul. Oliwska 58; **Zdunek K.M.J.**, Gdynia, ul. Wielkopolska 250

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

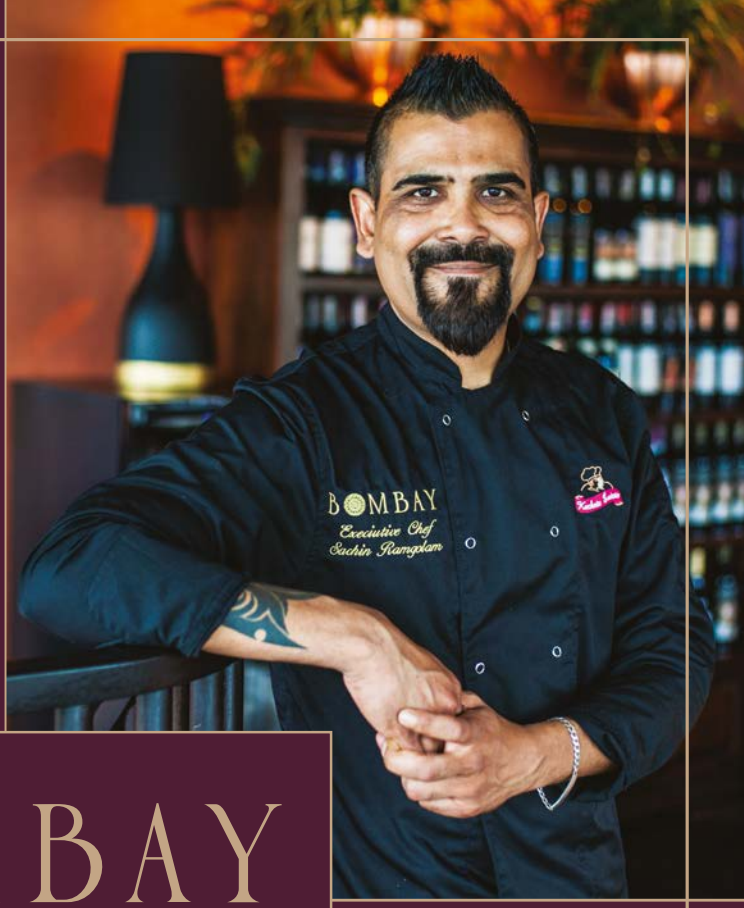
Dual Deptal Clinic, Gdańsk, ul. Lema 2; **Nord Clinic**, Gdańsk, ul. Norwida 3U/2; **Polmed**, Gdańsk, ul. Aleja Grunwaldzka 82 (Galeria Manhattan); **Perfect Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Invicta**, Gdańsk, ul. Rajska 10 (Madison); **Vivadental**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 48; **Impladent**, Gdańsk, ul. Kartuska 312; **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 57; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **Prodent**, Gdańsk, ul. Rajska 10; **Medyczna Gdynia**, Gdynia, ul. Władysława IV 59; **Reha Prestige**, Gdynia, ul. Kielecka 10; **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hrynewickiego 6 C/1; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Powstania Styczniowego 23; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hrynewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik Dermatolog**, Gdynia, ul. Hrynewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hrynewickiego 6 C/12; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzelców 11B/4; **Artdent Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul. Jagiełły 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **iDentical**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Fan-dent, Gdańsk**, ul. Juliusza Słowackiego 71/2; **1DayClinic.pl Szpital Jednego Dnia**, Gdańsk, ul. Zabi Kruk 10; **BlikPol Clinic**, Sopot, ul. Jana Jerzego Haffnera 6; **Cadent**, Gdynia, ul. Parkowa 6/1E; **DentaClinic**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 1/U2;

DESIGN

City Meble, Gdańsk, al. Grunwaldzka 211; **Rolltex**, Gdańsk, City Meble; **Sinal**, Gdańsk, City Meble; **Dewro**, Gdańsk, City Meble; **Pro-Invest Meble**, Gdańsk, City Meble; **Hever Salon Snu**, Gdańsk, City Meble; **Pasion meble**, Gdańsk, City Meble; **Sofa Room**, Gdańsk, City Meble; **Halopczuk**, Gdańsk, City Meble; **Kler**, Gdańsk, City Meble; **Indigo Decor**, Gdańsk, City Meble; **Flugger**, Gdańsk, City Meble; **Grant**, Gdańsk, City Meble; **IKA-Kolor**, Gdańsk, City Meble; **Bel-Pol**, Gdańsk, City Meble; **Eko-Dar**, Gdańsk, City Meble; **P3 Studio**, Gdańsk, City Meble; **Eurodom**, Gdańsk, City Meble; **Praxis**, Gdańsk, City Meble; **Acero Polska**, Gdańsk, City Meble; **Gdańska Fabryka Mebli**, Gdańsk, City Meble; **SypialniaPlus.pl**, Gdańsk, City Meble; **Projekt Meble**, Gdańsk, City Meble; **BoConcept**, Gdańsk, City Meble; **Selence Materace**, Gdańsk, City Meble; **Flader**, Gdańsk, City Meble; **Praxis**, Gdańsk, City Meble; **Orzel Design**, Gdańsk, City Meble;**Strefa Inspiracji**, Gdańsk, City Meble; **Meble Kolonialne**, Gdańsk, City Meble; **JOOP**, Gdańsk, City Meble; **JMB Design**, Gdańsk, City Meble; **Kalmar**, Gdańsk, City Meble; **Galla Collezione**, Gdańsk, City Meble; **Senpo**, Gdańsk, City Meble; **IWC Home**, Gdańsk, City Meble; **Novelle**, Gdańsk, City Meble; **This is Wood**, Gdańsk, City Meble; **Miloo Home**, Gdańsk, City Meble, Orzech Meble, Gdańsk, City Meble; **Kaan Meble**, Gdańsk, City Meble; **Corso Italia**, Gdańsk, City Meble; **Komandor**, Gdańsk, City Meble; **Moma Studio**, Gdańsk, City Meble; **Italmeble**, Gdańsk, City Meble; **Mandallin**, Gdańsk, City Meble; **Primavera Furniture**, Gdańsk, City Meble; **Rad-Pol**, Gdańsk, City Meble; **Meble Matkowski**, Gdańsk, City Meble; **Garden Space**, Gdańsk, City Meble; **Livingroom**, Gdańsk, City Meble; **Millo Home**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; **Taranko**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; **Witek Home**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; **ABC Łazienki**, Gdańsk, City Meble; **Duka**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; **Home&you**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; Elements, Gdańsk, ul. Przywidzka 4; **Hever, Salon Snu**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7; **Alfa Floors**, Gdańsk, ul. Hemara 3; **Galeria Rubio**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 lok.66; **Studio Dago**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); NAP Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Luxury Interiors**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **Flader Art**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/8 (Nowe Orłowo); **Living Story**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 235/2 (Nowe Orłowo); **Interior Park**, Gdynia, ul. Wielkopolska 251; **Dide Light**, Gdynia, ul. Stryjska 26; **Forma Collection**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **Mesmetric**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 187; **Interno Design**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/12 (Nowe Orłowo); **Aranżer**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245 (Nowe Orłowo); **Designzoo**, Sopot, Al. Niepodległości 606-610; **Prestige Drzwi**, Sopot, Al. Niepodległości 861; **Deska Design**, Gdańsk, ul. Al. Grunwaldzka 303; **Deska Design**, Gdynia, Wielkopolska 268; **Euroforma**, Gdańsk, ul. Al. Grunwaldzka 481; **Miele Experience Centre**, Gdańsk, ul. Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate); jasnej.com, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 54; **Ostrowski Design**, Gdańsk, ul. Do Studzienki 3/1; **Internorm**, Gdańsk, ul. Kartuska 214; **Balma**, Sopot, ul. Tadeusza Kościuszki 66/1; **InterStyle HOME**, Sopot, ul. Armii Krajowej 120; **Livolo**, Gdynia, ul. Admirała Józefa Unruga 76; **Meblolight**, Gdynia, ul. Wielkopolska 250; **Q-max**, Gdynia, ul Klonowa 2; **Taras Factory**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 240; **Rosenthal**, Gdańsk, Galeria Bałtycka, al. Grunwaldzka 141; **Max Komfort**, Gdynia, ul. Wielkopolska 250; **Tempur**, Gdyni, Aleja Zwycięstwa 256; **Mansi London**, Gdynia, al. Zwycięstwa 237/2; Laru, Gdynia, ul. Świętojańska 43;

SKLEPY I BUTIKI

A2 Jewellery, Gdańsk, ul. Mariacka 411; **Optyk Optometrysta**, Gdańsk, ul. Stagiewna 19; **Electronic Point**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 234; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróży**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Trussardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Patrizia Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Patrizia Aryton**, Gdynia, ul. Aleja Zwycięstwa 256; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marc O'Polo**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Lumann Design**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 14; **OOG Eyewear Concept Store**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Galliu**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Silk Epoque**, Gdynia, ul. Orłowska 53A; **DaSea People**, Gdynia, ul. Abrahama 29; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 28; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Men Classic&Sport**, Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lid



BOMBAY

INDIAN PREMIUM CUISINE

#FeelTheBombay

Plac Zdrojowy 1, Sopot • +48 512 863 200 • rezerwacje@bombaysopot.pl