prestiż

magazyn trójmiejski

nr 10 (2026)



MACIEK RUTKOWSKI

PO DRUGIEJ STRONIE WODY

OWCE, FALA I LOTNISKO WIDMO
„CZARNA KSIĘGA" WYDATKÓW

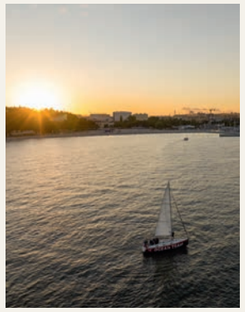
NOWE ADRESY TRÓJMIASTA
SPECJALNY RAPORT NIERUCHOMOŚCI

ANATOMIA DOBREGO STEKA
OGIEŃ, MIĘSO I SÓL

SKYCITY
GDYNIA

Morze, miasto i las





Mieszkając w SKYCITY Gdynia, każdego dnia będziesz podziwiać malownicze wzgórza Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego, panoramę miasta i błękit morza. W zaledwie kilka minut płynnie zmienisz scenerię - od tętniącego energią centrum miasta, przez odpoczynek na słonecznej plaży, po ciszę bukowego lasu. Dzięki bezpośredniemu sąsiedztwu największego centrum handlowego na Pomorzu, kolei miejskiej i głównych arterii komunikacyjnych, zyskujesz bezcenny czas i dogodny dojazd do Sopotu czy Gdańska. SKYCITY Gdynia to najbardziej kompletny adres w Trójmieście.



·SPOT·
APARTAMENTY

SOPOT, ALEJA NIEPODLEGŁOŚCI 635/637
T: +48 585 733 733







APARTAMENTY I BIURA WŚRÓD BRYTYJSKICH IKON MOTORYZACJI

Na styku Gdańska i Sopotu rodzi się nowa przestrzeń miejska – żywa, nowoczesna, pełna energii.
SPOT to miejsce, które czerpie z rytmu Trójmiasta, łącząc elegancję formy z funkcjonalnością codziennego życia.

- SPOT – miejski adres dla ludzi, którzy są w ruchu:

  - Biznesowy potencjał lokalizacji.
  - Przemyślane układy apartamentów.
  - Duże przeszklenia wpuszczające światło.

Dostępne apartamenty:
25-104 m²

Dostępne biura:
25-200 m²

AUTO FUS GROUP STWORZY TUTAJ SHOWROOM DLA MAREK:

ASTON MARTIN
ROLLS-ROYCE MOTOR CARS
McLaren

moderna
Superior living

MAGAZYN PRESTIŻ
MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

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

Redakcja nie odpowiada za treść reklam

Redaktor Naczelny:
Michał Stankiewicz

Zastępca Redaktora Naczelnego:
Klaudia Krause-Bacia

Sekretarz Redakcji:
Joanna Bieńkowska

Redakcja:
Ewa Cichocka, Michalina Domoń, Marta Dworak, Patryk Gochniewski, Bartosz Gondek, Szymon Kamiński, Halina Konopka, Marta Legieć, Aleksandra Tatarczuk, Justyna Sienkiewicz-Baraniak

Stali Felietoniści:
Zbigniew Canowiecki
Arkadiusz Hronowski
Kamil Sadkowski
Jan Sikora

Szef Działu Foto:
Karol Kacperski

Projekt graficzny:
ROCHE STUDIO

Skład:
Flash Press 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 sprzedaży:
Marta Blendowska
tel. 791 971 399 | blendowska@emsgroup.pl

Reklama i promocja:
Krzysztof Nowosielski
tel. 533 200 779 | nowosielski@emsgroup.pl
Aleksandra Staruszkiewicz
tel. 606 603 416 | staruszkiewicz@emsgroup.pl

prestiż magazyn trójmiejski | Biznes pomorza

FELIETON

8 Od naczelnego
10 *Zbigniew Canowiecki* Latarnie innowacji
12 *Arkadiusz Hronowski* Kto robi w kulturze, tego kultura nie obowiązuje

TEMAT Z OKŁADKI



16
Maciek Rutkowski
Po drugiej stronie wody

Z TRÓJMIASTA

14 Ale numer!
16 Nowe miejsca
28 Trójmiejskie instastory *@vividazi*

PODRÓŻE



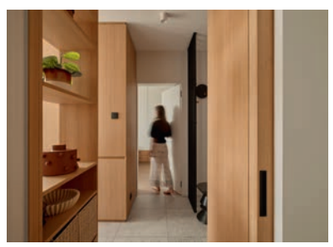
30
Synaj
Gdzie morze dotyka nieba

KULINARIA

34 Kamil Sadkowski – Nie bądź kasztanem
36 Trójmiasto na krwisto – Mięso. Rzemiosło. Doświadczenie.
42 Oskar Zięta x True Restaurant – Sztuka, design i smak
44 RestaurantWeek w sopockim Atelier

DESIGN

46 Jaka piękna samowolka Jan Sikora



48
Spokój z charakterem

52 Paryż nie ma monopolu na luksus
54 Pojedynek Rysowników

MADE IN 3CITY

56 KOSIŃSKA LABEL – Koronka w zupełnie nowej roli

MODA

60 KAMIR modern face of amber – Klasyka bursztynu w świetle jesieni



62
SICKTUARY
W imię piękna

ZDROWIE I URODA

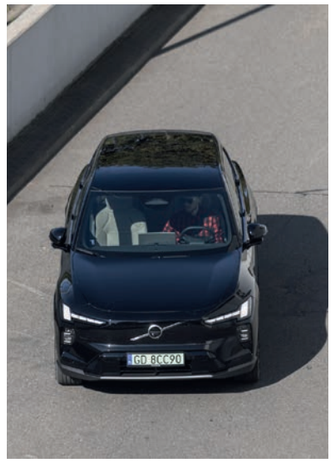
68 Klinika Piotrowiak – Strategia doboru implantów
70 Nie naprawiać według schematu
74 Subtelność to najlepszy wybór
75 Skóra pod presją internetu
76 Skóra ma swój rytm
78 Nie samą pracą człowiek żyje – Wellbeing zaczyna się w Thera

ZOBACZ WSZYSTKIE WYDANIA

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA

80 Tango w 32 odsłonach
86 R@Port w Gdyni – Teatr, który nie kończy się na scenie
88 O smutku, przyjaźni i dorastaniu – Wylinka najlepszą książką dla młodych
90 Nowa Opera Bałtycka
92 Gdynia Horizons of Peace – Pokój oczami światowych intelektualistów
96 Wieczór DeLuxe w rytmie klasyki
102 Biblioteczka PRESTIŻU
104 Prestiżowe imprezy

MOTORYZACJA



110
Volvo EX60
Dużo mocy, jeszcze więcej spokoju

114 STAR 25 – Stara piosenka o twardym osiołku

BIZNES

118 „Czarna Księga" wydatków publicznych – Trójmiejski festiwal rozrzutności
124 Cena adresu – Co naprawdę kupujemy w Trójmieście?
126 Nowe adresy Trójmiasta
134 Robert Bandrowski – Są drzwi, których nie otworzy żadne ogłoszenie
136 Morski Park Handlowy – Jesień dobrego snu

KRONIKA PRESTIŻU

138 Wieczór DeLuxe w rytmie klasyki!
142 Finisaż wystawy Juan Carlos Copes: Człowiek – Artysta
142 Wieczór kobiecej siły i solidarności w Sheraton Sopot
143 SICKTUARY by Katarzyna Konieczka
144 Sztuka Wielu Twarzy w True Restaurant
144 My Story Gdynia Hotel ma już 5 lat!
145 Wernisaż wystawy „Rafał Olbiński. Trzy odsłony" w Domu Wiedemanna



PRESTIŻ NR 10/2026 (190)

NA OKŁADCE: MACIEK RUTKOWSKI
FOTO: KAROL KACPERSKI

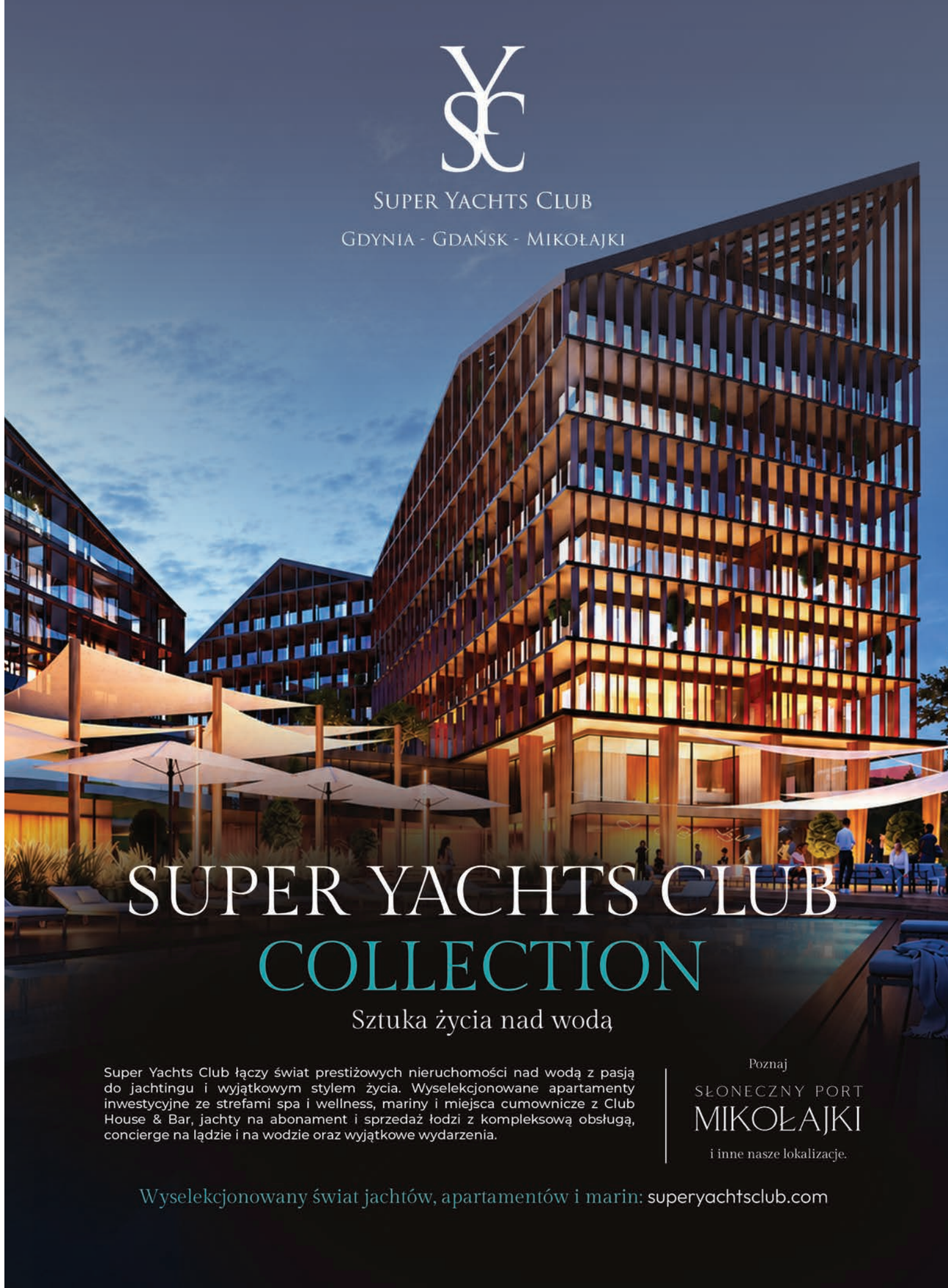
Rok Mai

Jeszcze pół roku nazwisko Chwalińska było znane wyłącznie w wąskim kręgu polskich fanów tenisa. Bo choć ta utalentowana zawodniczka swoją karierę rozpoczęła w tym samym czasie co Iga Świątek z którą doszła do finału juniorskiego debla w Australian Open w 2017 roku, to w kolejnych latach ich ścieżki mocno się rozjechały. Świątek w spektakularny sposób zaczęła wygrywać coraz większe turnieje, aż dotarła do pierwszego miejsca w rankingu WTA i na stałe zadomowiła się światowej czołówce. W tym czasie Chwalińska wciąż walczyła w turniejach niższej rangi, przez co kolejne lata kończyła w 3, a w najlepszym wypadku w 2 setce rankingu WTA. Rok 2026 rozpoczęła na 145 miejscu. Aż nadszedł czerwiec i wielkoszlemowy turniej Roland Garros w Paryżu, w którym dotarła do finału. To była sensacja. Pod wieloma względami. Po raz pierwszy w historii tego turnieju (i po raz drugi w historii wszystkich turniejów wielkoszlemowych) w finale znalazła się zawodniczka, która zaczęła swój start od kwalifikacji. Chwalińska zachwyciła też stylem gry. Inteligentnym, wszechstronnym, przypominającym grę największych gwiazd lat 80 i 90.

Równolegle z zachwytem pojawiły się jednak krytyczne opinie, że znacznie niższa od rywalek Chwalińska nie zdoła już powtórzyć sukcesu, że to była wyjątkowa, jednorazowa sytuacja. Ale nadszedł październik i turniej Wuhan Open. Pierwszy wygrany przez nią turniej rangi WTA 1000. Tym sukcesem Chwalińska nie tylko zamknęła usta niedowiarkom, nie tylko wspięła się na 11 miejsce rankingu WTA, ale też zyskała też uznanie na świecie. Chyba za wszystko - za grę, za prezencję, za radosny i miły sposób bycia. Świat błyskawicznie zakochał się w Mai. My również. Ale nie tylko w niej, bo coraz wyraźniej widać, że polskim tenisem rządzą kobiety. Jeszcze dwie dekady temu mieliśmy na szczycie rankingu WTA jedną Agnieszkę Radwańską i ani jednego tytułu wielkoszlemowego. Dzisiaj w całym rankingu mamy aż 26 Polek, z czego 4 są w pierwszej setce, a 2 kolejne w drugiej. No i 6 tytułów wielkoszlemowych zdobytych przez Igę Świątek. Warto dodać, że w tej grupie są też 3 młode zawodniczki z Trójmiasta (Ewald i Gniewkowska z Klubu Tenisowego GAT Gdańsk oraz Wawrzkiewicz z STK Sopot). I wszystko wskazuje na to, że będzie jeszcze lepiej, bo polskie dziewczyny coraz liczniej i mocniej atakują świat tenisa. Ja już nie mogę doczekać się nowego sezonu tenisowego. A Wy? •



↑ Michał Stankiewicz



Miasto w mieście

Parę miesięcy temu Rada Muzeum Narodowego w Gdańsku zorganizowała swoje spotkanie na terenie Młodego Miasta, aby dokonać wizji lokalnej i przeanalizować możliwości adaptacji jednego z największych budynków postoczniowych na Muzeum Sztuki Współczesnej. I wtedy okazało się, że na terenach należących do Stoczni Centrum Gdańsk jest żyjące swoim rytmem niezwykłe miasto, głównie ludzi młodych i kreatywnych oraz poszukujących twórców.

W 2017 roku zainicjowany został projekt 100cznia, który rozpoczął działalność w 17 używanych kontenerach na terenie dawnej Stoczni Gdańskiej, a z czasem rozwinął się w wielofunkcyjny ekosystem łączący gastronomię, kulturę, sztukę, sport, edukację, ekologię i działania społeczne. Projekt ten nazywamy także Miastem w mieście kreuje własną dzielnicę w centrum Gdańska. W jednej z zabytkowych hal, obecnie remontowanej, o kubaturze ponad dziesięciu tysięcy metrów sześciennych stworzono przestrzeń wystawienniczą współczesnej i alternatywnej sztuki miejskiej oraz miejsce spotkań, eksperymentu i rozwoju dla artystów związanych z graffiti. Drugi budynek to miejsce spotkań i działań dla społeczności, która od lat tworzy się wokół stoczniowych terenów. W budynku znajduje się siedziba Gdańskiej Organizacji Turystycznej z którą podejmowane są wspólne działanie na rzecz wdrażania polityki i strategii odpowiedzialnej turystyki. Na parterze budynku znajduje się również restauracja Dust Kitchen oraz Kawiarnia Plot, bazująca na rozwiązaniach Zero Waste i Less Waste. W budynku tym wdrażany jest również program nazwany „Zgoda", czyli program zatrudniania w kryzysie uchodźczym. Na piętrze budynku znajduje się Grid Arthub, czyli przestrzeń niekomercyjna integrująca środowisko twórcze i branżę kreatywną, gdzie swoje pracownie ma 13 stałych rezydentów. Ponadto w ramach partnerskiej współpracy z Akademią Sztuk Pięknych w Gdańsku jest także realizowana rezydencja dla studentów i studentek, a z Biurem ds. Kultury Miasta Gdańska pracownia jest udostępniana w ramach Gdańskiego Programu Stypendialnego. Stworzono również własną przestrzeń publiczną zaprojektowaną przez lokalną społeczność i składającą się ze skateparku i boiska do koszykówki. Z kolei Biohub Huba, to ekologiczna strefa o powierzchni tysiąca pięciuset metrów kwadratowych, która koncentruje się na rozwoju zielonych technologii, miejskich ekosystemów oraz edukacji w duchu gospodarki obiegu zamkniętego. Dysponuje ona również Audytorium i Strefą Wytchnienia,

100cznia organizuje rocznie ponad 1200 wydarzeń kulturalnych i sportowych, typu koncerty, sety djskie, spektakle, wystawy, spotkania autorskie, kino plenerowe, targi, zajęcia jogi, zawody deskorolkowe i koszykówki oraz ok. 600 warsztatów, w tym między innymi ekologiczne, muzyczne, językowe i sportowe. Odwiedza ją rocznie ponad sto tysięcy osób. Dotychczas pozyskano ponad 350 partnerów biznesowych, społecznych i instytucjonalnych, ale ciągle problemy finansowe nie pozwalają na spokojne programowanie rozwoju tych niezwykle potrzebnych działań.

Jak podkreśla Alicja Jabłonowska, współtwórczyni 100czni, przedsiębiorczyni, producentka i animatorka miejskiej kultury, na szczególne zainteresowanie i pilnie potrzebne wsparcie oczekuje Grid Arthub. Uzasadnia to potrzebą kontynuacji kulturotwórczego charakteru Stoczni Gdańskiej, która od początku XXI wieku stanowiła jedno z najważniejszych miejsc sceny artystycznej w Polsce. To tu mieściły się Instytut Sztuki Wyspa, Kolonia Artystów, Teatr Znak, kino Miłość Blondynki, Galeria Gablotka czy pracownie artystyczne w budynku dawnej stoczniowej Modelarni. W związku z intensywnymi zmianami i zabudową dzielnicy przestrzeń na oddolne inicjatywy gwałtownie się kurczy. Grid Arthub ma na celu zachowanie artystycznego charakteru kształtowanej na nowo dzielnicy, między innymi przez zapewnienie pracowni osobom twórczym, które od lat funkcjonowały w tej postindustrialnej przestrzeni, takim jak Mariusz Waras, Krik, Ania Witkowska czy Magdalena Pela. Sprzyja również rozwojowi sektora kreatywnego, w tym branży architektonicznej. W Arthubie mieszczą się dwie pracownie nominowane do najbardziej prestiżowej europejskiej nagrody im. Mies van der Rohe Awards (EUmies Awards) będącej najważniejszym wyróżnieniem w dziedzinie architektury w Europie. Są to pracownie PB Studio oraz IPA Filipa Kozarskiego. W Arthubie znajduje się także pracownia producenta muzycznego Expo 2000 i sztuk performatywnych, kolektyw Skóra Miasta. Poza wynajmem przestrzeni Arthub prowadzi także szeroki, bezpłatny i dostępny ekonomicznie program publiczny, który skupia się na profesjonalizacji osób pracujących w zawodach z branży kreatywnej (rzemiosło, design, moda, muzyka, architektura, literatura) oraz na rozwoju lokalnych rynków sztuki, wydawnictw i reklamy.

W latach 90. XX wieku wyodrębniając w Wielkiej Brytanii sektor kreatywny jako osobną gałąź gospodarki określono, że są to „przemysły, które bazują na indywidualnej kreatywności, umiejętnościach i talencie oraz stwarzają potencjał generowania nowych miejsc pracy, wzrostu zamożności i rozwoju własności intelektualnej". W Polsce powoli zaczyna być dostrzegane znaczenie tego sektora dla gospodarki dzięki powołaniu Instytutu Przemysłów Kreatywnych w Warszawie oraz wzrostowi wartości eksportowej branży gier wideo. Grid Arthub na co dzień wykorzystuje ten potencjał na Pomorzu, tworzy miejsca pracy, przyciąga talenty i buduje markę regionu. •



↑ dr Zbigniew Canowiecki
Prezydent Pracodawców Pomorza i wiceprezydent Konfederacji Lewiatan. Łączy biznes z nauką i kulturą: przewodniczy m.in. Konwentowi Gospodarczemu Uczelni Fahrenheita, Radzie Programowej Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego, Radzie Muzeum Narodowego w Gdańsku oraz Społecznemu Komitetowi Wsparcia Budowy Metropolitalnej Opery Bałtyckiej. Jest także przewodniczącym Rady Fundacji Terytoria Książki i wiceprzewodniczącym Wojewódzkiej Rady Dialogu Społecznego.

RETURN TO
excitement
SWING INTO BLACK FRIDAY
For Beautiful Minds



FORUM
GDAŃSK

Gdańsk, Targ Sienny 7
www.forumgdansk.pl

KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE

Niezła Sztuka

Znaczenie słowa „sztuka” w języku polskim może być zabawne. Szczególną uwagę na to zwracają obcokrajowcy. Pewien Amerykanin namiętnie uczący się języka polskiego pewnego razu zapytał mnie: „Czy kiedy mówię, że idę na zakupy to ma to samo znaczenie, co robienie kupy?”. Idę na słońce, leżę na słońcu - to przecież dla nas Polaków oczywiste. Ale gdyby się zastanowić to leżymy pod słońcem. Tzn. słońce jest na nami.

Ile sztuk pan sobie życzy? Sztuka mięsa, niezła sztuka. Wszystkie te rzeczowniki są pospolite, przypisane do zwykłych, codziennych czynności. Ale kiedy mówimy o sztuce jako działaniu twórczym - słowo to zaczyna nabierać innego znaczenia. Przyznam, że kompletnie nie rozumiem tych różnic w znaczeniu. Akademia Sztuk Pięknych brzmi wyniośle. Akademia - samo to słowo już wyróżnia. A sztuk w połączeniu z pięknych nadaje im anielskiego znaczenia. Jest też takie powiedzenie: „sztuką jest wykonać to zadanie”. Wówczas słowo sztuka ma zupełnie inną moc. Kto je wykona jest ponadprzeciętnie uzdolniony. A teraz zmieńmy kierunek, choć słowo sztuka pozostaje. Pozostajemy w towarzystwie piękna, kreatywności i zdolności. Lubię te trzy słowa. Mogę się spierać o sposób postrzegania piękna, znaczenia tego słowa jak i oceny co jest pięknem. Piękno w brzydocie to moja ulubiona para słów. Dlatego skracam rozważania na temat tego, co jest interesujące i piękne. O gustach się nie dyskutuje jak to mówią starzy Eskimosi. A dlaczego nie? Moje obserwacje dotyczące sztuki nie są aż tak obszerne, ale sporo już widziałem. Zawsze byłem otwarty na wszelkie formy wyrazu. Wielokrotnie oglądałem pokazy tych samych artystów, żeby nie powiedzieć sztukmistrzów. No i tu zachodzi kolejna pułapka słowna. Niemniej co może nas odbiorców sztuki interesować, a co odrzucać? Spłycam, ale kolory. Każdy lubi określone barwy i, choćby nie wiem co, będzie im wierny przez całe życie. Czy dzieła Van Gogha muszą uwielbiać, a co najmniej cenić wszyscy? Znam historie tego artysty i jemu podobnych i nie wiem dlaczego dziś jest bogiem malarstwa. Bardziej jestem fanem jego determinacji bycia malarzem, nie artystą. Jego uzależnienie do malowania było jak nałóg do hazardu czy papierosów. Kiedy zauważał odpowiednie światło, nic się dla niego nie liczyło. Malował jak opętany. Picasso - znany każdy. Jego twórczość to istny przełom, poświęcenie i obsesja. Tak, to był artysta na pełnej. W Centrum Pompidou na jednym z pięter znajduje się niewielka salka, w której zainstalowano niewielkie telewizory. W jednym z nich w zapętlonej wersji odtwarzany jest performance nakręcony na plaży w Tel Awiwie, na którym półnaga artystka kręci hula hop wykonanym z drutu kolczastego. Nie muszę opisywać dalszych efektów tego kręcenia. Obejrzałem to kilka razy i do dziś zastanawiam się o co chodziło twórcy. Cierpienie, trauma, ból, kruchość ciała? Dzieło jednak jest prezentowane w Centrum Pompidou. Marcel Duchamp i jego słynny pisuar „Fontanna” - jako dzieło sztuki, a raczej jego repliki wiszą w wielu prestiżowych muzeach od Ameryki po Europę. Kto by tam nie chciał wisieć? Ruch Dada, do którego współtwórców zaliczał się Pan Marcel był swego rodzaju przełomowym kolektywem artystycznym. Może to oni dali zielone światło do wykonania hula-hop z drutu kolczastego? Tego nie wiem.

Historia sztuki - o! widzicie Państwo, te dwa słowa brzmią tak dostojnie, że samo zbliżanie się do tego terminu takich osób jak ja grozi poważnymi konsekwencjami. Otóż historia sztuki to oczywiście zapis wszystkich działań artystycznych, ich analiz na przestrzeni naszego istnienia na planecie. I to jest ważne i oczywiste. Każda epoka, każde wybryki wykraczające ponad reguły są godne zapamiętania. Dlatego dumnie wiszący pisuar Duchampa w słynnych muzeach jest wyrazem demokracji. Oczywiście, że sztuka często musi, a nawet powinna szokować. I znowu potworzę wytarty slogan: wszystko jest dla ludzi, ale w nadmiarze szkodzi. Osobiście znam wiele osób zajmujących się sztuką kontrowersyjną, często niezrozumiałą. Można budować swój świat poprzez swoje wizje i prezentować je nam - społeczeństwu. Ja tylko zastanawiam się nad ulotnością tych działań. Skoro pisuar wciąż wisi - a swoją drogą kiedy wynaleziono pisuar - to przypomniałem sobie pewien performance, którego byłem spontanicznym autorem. Otóż lata temu w cholerę kręciłem z moim zespołem videoclip. Odbywało się to na terenie dzisiejszej Montowni. Wówczas ta przestrzeń była jakże dystopijnym planem filmowym. Była klatka schodowa, taka wiecie z czarną dziurą w środku, gdzie dna nie było widać. W jednym z totalnie zdewastowanych pomieszczeń znalazłem kilka pisuarów. Impuls był taki, że zawładnęła mną destrukcja. W ciągu dosłownie kilku sekund stanąłem z pisuarem na ostatnim pietrze klatki schodowej i poprosiłem operatora kamery, aby to nagrał. Rzuciłem pisuar w dół. Spadając był coraz mniejszy. Kiedy się rozbijał wszyscy poczuli ekscytację. Czy był to akt wandalizmu czy zaplanowany performance? Materiał filmowy jest wciąż dostępny w otchłani internetu, ale nie miałem potrzeby wynoszenia tego aktu na salony sztuki. •



↑ Arkadiusz Hronowski

Od 2001 roku zawiaduje sopockim SPATiF-em. Twórca festiwalu Soundrive Festival. Zbudował kluby B90, Drizzly Grizzly oraz współtworzy Ulicę Elektryków, Plenum i Plener 33. Od 2019 roku współorganizuje w Gdańsku Mystic Festival. Współwłaściciel niezależnej wytwórni kaset magnetofonowych ISKRA Cassettes. Najmłodszym projektem jest KOT w Gdańsku – klub muzyczny, będący nowym wcieleniem legendarnego Rudego Kota.

KAMERALNIE

BUTIKOWE

domy, wille i kamienice
w wyjątkowych częściach Trójmiasta



Gdańsk Oliwa - VII Dwór, ul. Polanki 112 | kamienica | 6 apartamentów

Zapraszamy na prezentację gotowych apartamentów w kamienicy POLANKI.

tel. 692 817 055
mail: iwetta.rusik@kameralnie.com
www.kameralnie.com

338 osób

wzięło udział w próbie pobicia rekordu Polski, która odbyła się w gdańskim AmberExpo. Zadanie było jedno – każdy z uczestników musiał pomóc w oszlifowaniu tego samego kawałka bursztynu. I udało się! Poprzedni wynik – 152 uczestników – został pobity. Wydarzenie zorganizowano w ramach Gdańsk Jewellery Week, festiwalu łączącego bursztynnictwo, biżuterię i design.

140 ha

sopockiego lasu zyskało status rezerwatu przyrody, więc na leśnych ścieżkach pojawiły się już tablice zapowiadające nowe zasady ochrony. „Lasy Sopockie" czekały na to trzy lata, od momentu, kiedy mieszkańcy w konsultacjach społecznych opowiedzieli się za objęciem tego terenu ochroną. Będzie on dodatkowo otoczony strefą ochronną o powierzchni niemal 197 ha.

6,3 mln

Pasażerów odprawiono na gdańskim lotnisku od początku roku do końca września. Statystyki są o 12 proc. lepsze niż przed rokiem, co przybliża port do historycznego wyniku – przekroczenia 8 mln obsłużonych podróżnych w ciągu jednego roku. W tym samym czasie wzrosła także aktywność na pasie startowym, bo odnotowano ponad 52 tys. lotów.

6 punktów

dzielenia się żywnością działa już dzięki inicjatywie „Serce w słoiku" prowadzonej przez Caritas. Najnowsza lodówka społeczna pojawiła się przy sopockiej Jadłodajni Caritas. Można w niej zostawić domowe nadwyżki jedzenia, z których skorzystają osoby potrzebujące. Pozostałe punkty znajdują się przy Bazylice Mariackiej i na Morenie – oraz w Pruszczu Gdańskim, Przywidzu i Pszczółkach.

alenumer

45 lat

temu Ikarusy serii 200 zaczęły kursować po Trójmieście. Z okazji jubileuszu kultowe autobusy znów pojawiły się na ulicach, a pasażerowie mogli poczuć klimat dawnych podróży, korzystając z bezpłatnych przejazdów. W programie znalazło się również zwiedzanie gdańskiej zajezdni Hallera i spotkania z historią miejskiej komunikacji. Obchody zorganizowane przez Stowarzyszenie Grupa Tramwajowo-Autobusowa WPK GG objęły także Gdynię.

6,2 mln zł

kosztowała modernizacja stadionu Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku. Odnowiony obiekt nadal będzie służył lekkoatletom, ale skorzystają z niego również piłkarze. Na realizację projektu złożyły się 4 mln zł dofinansowania z Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego oraz 2,2 mln zł refundacji z Ministerstwa Sportu i Turystyki.

125 lat

minęło od momentu, gdy Sopot otrzymał prawa miejskie. Stało się to dokładnie 6 października 1901 roku na mocy edyktu cesarza Wilhelma II. Jubileusz kurortu świętowano na wiele sposobów – od historycznych spacerów i rodzinnego biegu na orientację po potańcówkę, wspólne zdjęcie mieszkańców i plenerowe widowiska świetlne. Nie zabrakło też urodzinowej zupy rybnej i konkursu z 125 pytaniami dotyczącymi miasta.

600 tys. zł

czeka na pomysły studentów i pracowników Politechniki Gdańskiej w ramach 11. edycji uczelnianego budżetu obywatelskiego. Z tej puli mogą powstać nowe miejsca do nauki, przestrzenie do odpoczynku czy rozwiązania ułatwiające codzienne życie na kampusie. PG jako pierwsza uczelnia w regionie wprowadziła taką formę współdecydowania o wydatkach, oddając część decyzji w ręce swojej społeczności.

BORKOWO, UL. NOWA

BORKOWO NOVA

Czas na własny dom.

Na osobny pokój dla dziecka. Na wspólne śniadania.
Na popołudnie we własnym ogrodzie.



4 domy 5 pokoi Własny ogród

W bezpośrednim sąsiedztwie Gdańska.

Umówcie się na prezentację.

borkowonova.pl +48 571 087 882

Wizualizacje poglądowe.

nowe



SŁODKO SŁONE BISTRO

W tym miejscu tradycyjne smaki spotykają się z bardziej współczesnymi propozycjami. Co znajdziemy w karcie? Między innymi policzki wołowe z kluskami śląskimi, pierogi z pieczonym pstrągiem i makarony, a obok nich swojskie klasyki – domowy rosół, kotlet mielony z purée i mizerią czy pierogi ruskie. Nie brakuje też burgerów, dań z owocami morza i propozycji dla dzieci. Bistro oferuje także catering, dzięki któremu jego kuchnia może pojawić się również na okazjach domowych.

Abrahama 7C, Gdynia



JAŚKOWA OSTOJA

Tu można połączyć dobry obiad z odpoczynkiem w otoczeniu zieleni, z dala od miejskiego zgiełku, gdyż lokal działa na skraju Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. W menu uwagę przyciągają dania z dziczyzny – tatar z jelenia, pielmieni z dziczyzną czy długo duszone policzki z dzika. Miłośnicy tradycyjnej kuchni również znajdą coś dla siebie – od schabowego po pierogi i domowe desery. Bliskie towarzystwo lasów sprzyja również organizacji rodzinnych uroczystości, przyjęć czy po prostu zaplanowaniu dłuższego pobytu z noclegiem.

Jaśkowa Dolina 114, Gdańsk



SPOKO TACO

W menu znajdziemy tacos w kukurydzianych i pszennych tortillach, burrito, quesadille oraz wrapy z pięcioma rodzajami nadzienia do wyboru. Można postawić na wołowe chili con carne, kurczaka achiote, długo duszoną wołowinę birria albo wieprzowinę al pastor z ananasem. Całość dopełnia siedem autorskich sals przygotowywanych na miejscu – od świeżego guacamole po mango z chili i kremowe jalapeño.

Kazimierza Górskiego 2, Gdynia (Centrum Riviera)



ROSENTHAL

Nowy salon Rosenthal to pełny przekrój możliwości niemieckiej marki – od klasycznych serwisów, przez kultową kolekcję Maria, po odważne projekty Rosenthal Studio-Line i kolekcje tworzone z domem mody Versace. Na miejscu można na żywo skompletować elementy zastawy, a także zobaczyć ikoniczne projekty, autorskie szkło i akcesoria stołowe - także innych marek. To adres, pod którym wybiera się prezenty z tradycją oraz nowoczesne formy do codziennego użytku.

Leśmiana 10, Gdańsk

miejsca



Maciek Rutkowski

PO DRUGIEJ STRONIE WODY

Autorka: Klaudia Krause-Bacia



Gdy przepłynął Bałtyk, jego wyczyn wzbudził większe zainteresowanie niż zdobycie mistrzostwa świata. Maciek Rutkowski, jeden z najbardziej utytułowanych polskich windsurferów, nie zamierza jednak mierzyć życia liczbą medali ani wpisywać się w opowieści o „krwi, pocie i łzach", choć sam przekonał się, jak wysoką cenę można zapłacić za sportowe ambicje. W rozmowie bez ogródek mówi o absurdach systemu olimpijskiego, własnych błędach i trudniejszych momentach kariery, ale przede wszystkim o przyjemności z robienia tego, co się kocha, i o Bałtyku, który mimo wszystkich odwiedzonych zakątków świata wciąż pozostaje dla niego domem.

Fot. Krzysztof Jędrzejak



Fot. Krzysztof Jędrzejak

Jesteś mistrzem świata, od lat ścigasz się z najlepszymi, a jednak postanowiłeś przepłynąć Bałtyk na desce windsurfingowej. Po co ci to było?
Lubię w życiu doświadczać różnych rzeczy. Chciałem zrobić coś innego i wreszcie mogłem zrealizować projekt po swojemu, bez kompromisów. Moją motywacją często jest „a czemu nie?" i tutaj było podobnie. Zależało mi tylko, żeby nie było to w stu procentach o mnie, na zasadzie: „Patrzcie, jaki jestem zajebisty, przepłynąłem Bałtyk", ale żeby móc realnie komuś pomóc. Zebranie ponad 120 tysięcy złotych dla Malwinki chorej na zespół Retta uważam za osiągnięcie, przepłynięcie Bałtyku za trudną, bolesną, ale bardzo fajną przygodę, a cały projekt za sukces pod kątem zarządzania. To była też cenna nauka.

„A czemu nie?" brzmi beztrosko, ale przygotowania do tej wyprawy raczej takie nie były. Był moment, kiedy pomyślałeś, że cały plan może się rozsypać?
I to niejeden! Kiedy wszystko mieliśmy już przygotowane, we wrześniu zapanowała pełnia lata, wyż i zero wiatru. Po ośmiu dniach przyszedł ogromny sztorm z prognozowaną sześciometrową falą. Na jego końcówce pojawiła się szansa na jeden dzień z trudnymi, ale wykonalnymi warunkami. Potem prognozy znów nie pokazywały nic. To było „wtedy albo nigdy". A przecież odpowiadałem za bezpieczeństwo siedmiu osób. Najgorszy moment przyszedł już na wodzie. Półtorej godziny po starcie zegarek pokazywał zaledwie siedem przepłyniętych kilometrów. Według prognoz wiatru miało być aż nadto, a ja ledwo się przesuwałem. Mieliśmy wyznaczony moment, po którym musiałbym zawrócić. Na szczęście do tego nie doszło. A potem jakoś poszło. W połowie przecież nie zawrócisz - masz tak samo daleko do obu brzegów, więc nawet jeśli boli, to może być tylko lepiej! (śmiech)

227 kilometrów, osiem i pół godziny, wielka akcja medialna, fale, wywrotki, zmęczenie... Kiedy odłożysz na bok te liczby, co wyłania się najmocniej?
To, co przeżyliśmy na środku Bałtyku, trudno opisać w liczbach. Duża, bardzo chaotyczna fala, pozornie z trzech różnych kierunków, moc żywiołu i totalny bezkres. To coś, co tylko siedem osób może naprawdę docenić i poczuć: sześciu fantastycznych ludzi z ekipy, która ze mną płynęła, i ja. Dla naszej siódemki te wspomnienia są więzią na całe życie.

Nie irytuje cię, że dla wielu ludzi rekord Guinnessa znaczy więcej niż mistrzostwo świata?
Irytuje? Nie. Trochę zaskoczyło, na pewno! Wydawałoby się, że mistrzostwo świata to mistrzostwo świata, a na przykład Jaws na Hawajach to wizualny spektakl, flex Matki Natury. A tu mieliśmy ośmiogodzinny „film o facecie w łódce", w dodatku niezbyt widowiskowy. Tego samego lata Bartek Kubkowski prawie przepłynął Bałtyk wpław, więc myślałem, że wojownicy klawiatury uznają, że na desce to żaden wyczyn. A tu wręcz przeciwnie. Po kilku dniach odpoczynku poszliśmy na Targi Rzeczy Ładnych i ludzie zupełnie niezwiązani ze sportem gratulowali mi, robili sobie zdjęcia. To był cenny drogowskaz. Sport, o czym niektóre dyscypliny, szczególnie olimpijskie, zapominają, bez kibiców nie ma racji bytu. „Sprzedajemy" emocje. Wzięliśmy publiczność za kulisy, pokazaliśmy wyzwania związane z przygotowaniami, zadbaliśmy o zrozumiały przekaz.



Fot. Marta Dębska



Fot. John Carter

To stworzyło emocjonalną więź z kibicami. Dzisiaj coraz ważniejszy staje się kontekst. Nie tylko to, co robisz, ale JAK to robisz.

Pływałeś na wielkich falach w różnych zakątkach świata, ale Bałtyk znasz przecież od lat. Czy zdołał cię jeszcze czymś zaskoczyć?
Z kolegami, z którymi gonimy prognozy na windsurfing czy surfing, często śmiejemy się z „jeziora Bałtyckiego", bo fala potrafi zniknąć w dwie godziny. Ale to, co zobaczyłem na środku, zupełnie nie przypominało jeziora. Bardziej wielki gar gotującej się zupy, tylko ja byłem wielkości ziarenka pieprzu. To nie tyle strach, ile poczucie, że walcząc z wodą, nie masz szans, a współpracując z nią, możesz przeżyć najlepsze chwile w życiu. I niezależnie od tego, ile szpilek wbiłem już w mapę świata, Bałtyk pozostaje domem.

Sam zdobywasz medale i walczysz o mistrzowskie tytuły, a jednak do sportu olimpijskiego podchodzisz z wyraźnym dystansem. Co tak naprawdę was różni?
Jestem windsurferem. Nie sportowcem olimpijskim, mistrzem, kadrowiczem czy nadzieją olimpijską. Nie określa mnie cel, ale proces, to, co robię na co dzień. Uprawiałbym windsurfing niezależnie od tego, czy byłby na igrzyskach, X-Games, Podkarpackim Festiwalu Sportowym czy absolutnie nigdzie. Kocham pływać na desce i dlatego to robię. Zapytaj dowolnego byłego kadrowicza olimpijskiego, kiedy ostatni raz stał na desce. Albo ile razy przez ostatnią dekadę pływał na innym sprzęcie niż olimpijski.

Nie jesteś trochę niesprawiedliwy wobec olimpijczyków? Przecież oni też zaczynali od pasji do sportu. System potrafi ją skutecznie zabić?
Niestety. Moim zdaniem wynika to ze sposobu finansowania polskiego sportu, gdzie najważniejsze są wyniki olimpijskie. Zawodnikom od najmłodszych lat wpaja się, że albo zostaną medalistami i świat będzie u ich stóp, albo będą... nikim, nieprzydatnymi systemowi. Ten sposób myślenia jest w mojej ocenie straszliwie szkodliwy, a system znajduje się na ostatniej prostej do samozagłady. Spróbuj wytłumaczyć dzisiejszemu 12-latkowi, że ma włożyć „krew, pot i łzy", żeby być trybikiem w systemie i może kiedyś pojechać na igrzyska. A jeśli wszystko pójdzie idealnie, przywieźć medal, udzielić dziesięciu wywiadów i dostać 4700 złotych emerytury. Przecież ten dzieciak powie ci, że woli grać w Minecrafta i na streamowaniu zarobi tyle w przyszłym tygodniu, a nie za piętnaście lat! Nie chodzi tylko o pieniądze, ale czy to dzieciaki są leniwe, czy system jest przestarzały? Kiedy słyszę kolejny wywiad z mistrzem, w którym pada pytanie o wyrzeczenia i odpowiedź „krew, pot i łzy", chce mi się krzyczeć! Uprawiając sport, w pewnym sensie przedłużyłem sobie dzieciństwo. Nie zawsze było łatwo, ale niesamowitymi przygodami odbijam sobie wszystko po stokroć.

Ale medale są konkretne. Można je policzyć, rozliczyć z nich związki sportowe i trenerów. Mamy przecież też mocne nazwiska, medalistów olimpijskich. Jeśli nie one mają być najważniejsze, to po czym powinniśmy oceniać, czy coś działa?
To szerokie zagadnienie. Musimy sobie odpowiedzieć na pytanie, czego jako społeczeństwo chcemy od sportu. Jakie są jego funkcje? Według mnie przede wszystkim inspirowanie młodych ludzi do uprawiania sportu, promocja zdrowego trybu życia, promowanie kraju za granicą, budowanie wspólnoty wokół wspólnego celu i emocji. I wreszcie stworzenie zawodnikom i zawodniczkom przestrzeni do samorealizacji. Wymieniłem pięć celów. Ile z nich realizuje obecny system? Półtora? A co do mocnych windsurferów olimpijskich, medali i nazwisk to, czy nie jest trochę tak, że nadal żyjemy sentymentem podwójnego medalu Przemka i Zochy? Zaraz minie 15 lat od tego pięknego momentu! Od wtedy sam, bez wielkiego programu, systemu, działaczy i państwowych pieniędzy wygrałem więcej medali Mistrzostw Świata niż cała kadra narodowa razem wzięta. A co będzie jak po igrzyskach w LA na emeryturę przejdzie mega utalentowany Paweł Tarnowski? Trzymam

Kiedy słyszę kolejny wywiad z dawnym mistrzem, w którym dziennikarz pyta o wyrzeczenia, a zawodnik odpowiada, że „krew, pot i łzy", to chce mi się krzyczeć! Uprawiając sport, w pewnym sensie przedłużyłem sobie dzieciństwo. Codziennie świetnie się bawię. Czy zawsze było łatwo, lekko i przyjemnie? Nie, ale dobrą zabawą i niesamowitymi przygodami wszystko odbijam sobie po stokroć.

Jeśli ktoś chciałby argumentować, że jestem najlepszym polskim windsurferem w historii, znalazłby podstawy. Ale jeśli ktoś powie: „A medal olimpijski?", też to rozumiem. Opinia jest jak wiadomo co - każdy ma swoją. Najwyżej otrę łzy biletem do miejsca z dobrymi falami (śmiech).



Fot. John Carter

kciuki żeby zmiany pojawiły się już teraz, bo może to być ostatni dzwonek...

Krytykujesz ten system bez taryfy ulgowej, ale przecież sam zdecydowałeś się do niego wejść. Przez cztery lata walczyłeś o olimpijski start. Nie ma w tym sprzeczności?
Ta krytyka zrodziła się właśnie przez cztery lata bycia w tym systemie. Gdy w 2020 roku pojawiła się nowa klasa olimpijska iQFOiL, znalazłem się w kadrze, trochę zwabiony mocną historią, wsparciem związku, domniemanym profesjonalizmem. A dlaczego spróbowałem? Bo czemu nie! Nikt wcześniej nie zdobył zarówno mistrzostwa świata PWA, jak i medalu olimpijskiego. Ta wizja była niesamowicie kusząca, tym bardziej że od pierwszych regat byłem w ścisłej czołówce. Tylko wszyscy naciskali, żebym wybrał: związek i trenerzy stawiali na igrzyska, sponsorzy na PWA, grożąc nawet rozwiązaniem kontraktów, bo olimpijski sprzęt produkowali ich konkurenci. Uparłem się, że będę robił jedno i drugie. Początkowo było świetnie, dużo się uczyłem i spędzałem mnóstwo czasu na wodzie. Potem zaczęło brakować prądu. Coraz mocniej ciągnęło mnie tam, gdzie miałem więcej frajdy.

Pod koniec 2023 roku byłeś blisko obrony mistrzostwa świata PWA. Z zewnątrz wyglądało to na kolejny triumfalny sezon. A od środka?
Po tytule w 2022 roku zacząłem sezon zwycięstwem i prowadziłem w tourze od kwietnia aż do ostatnich zawodów w Japonii. Pomiędzy startami były zgrupowania olimpijskie, a wokół mnie coraz więcej ludzi: trener, fizjo, psycholog, dziennikarze. Wszyscy pytali o drugi tytuł, dominację na lata i igrzyska. Zawsze nakładałem na siebie presję, ale tym razem dopuściłem też tę zewnętrzną. Zacząłem robić błędy, których nie popełniałem nawet jako junior. Na Fuerteventurze po błędzie ze złości przebiłem pięścią żagiel. Nigdy wcześniej ani później tego nie zrobiłem. Przestałem normalnie spać, zawody zamiast zabawą stały się mentalną bitwą.

Miałeś tak dużą przewagę, że tytuł mógł być twój jeszcze przed finałem. Co się wydarzyło?
Na Sylcie zająłem ósme miejsce, najgorsze w sezonie. Ostatecznie straciłem mistrzostwo świata w Japonii. Zaraz potem sponsor sprzętowy, z którym od początku budowaliśmy markę, zerwał ze mną umowę i, według mnie wbrew jej warunkom, nie wypłacił zaległych wynagrodzeń i bonusów. Czułem się przegranym frajerem. W gruzach legł jakiś mit, że zawsze kiedy mam szansę to wygrywam, że wyciągam 100% ze sprzętu i siebie, że ścigam się lepiej niż mój talent czy warunki fizyczne. Zawiodłem samego siebie i swoje dotychczasowe wyobrażenie o sobie, bo do tamtej pory cały czas robiłem na wynikach progres. Do tego doszło poczucie zdrady dość istotnej osoby na mojej dotychczasowej drodze.

A za chwilę miałeś walczyć o igrzyska. Jak w ogóle wrócić do ścigania w takim stanie?
Z Anią pojechaliśmy na wakacje do Kalifornii. Pół nocy nie spałem, a kiedy przychodził dzień i mogliśmy zwiedzać piękne wybrzeże albo surfować, nie chciałem wychodzić z łóżka. Mentalnie byłem na dnie. W styczniu czekały mnie mistrzostwa świata klasy olimpijskiej, decydujące o kwalifikacji. Dziś widzę, że musiałby zdarzyć się cud, żebym dobrze tam wystartował. Ale wtedy udajesz, że wszystko gra, chowasz uczucia do kieszeni i jedziesz dalej. Na ostatnim treningu wygrałem wszystkie wyścigi. Pierwszego dnia regat popełniłem dwa poważne błędy w czterech startach i praktycznie było po wszystkim. Jeszcze przed końcem

Czym jest PWA World Tour?

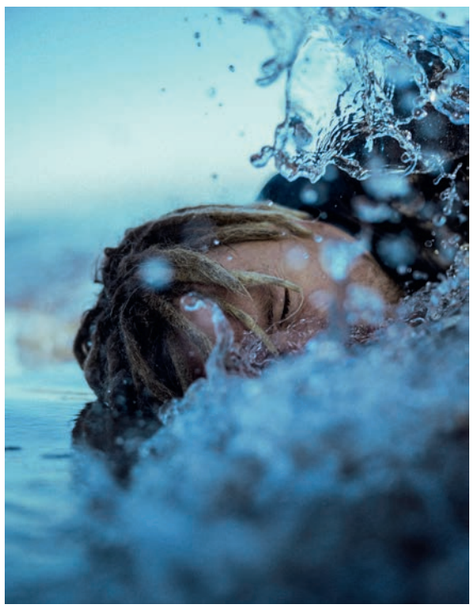
To najważniejszy zawodowy cykl windsurfingowy na świecie, organizowany przez Professional Windsurfers Association (PWA). Najlepsi zawodnicy rywalizują w kolejnych zawodach na różnych kontynentach, walcząc o tytuły mistrzów świata w konkurencjach szybkościowych i technicznych. W odróżnieniu od windsurfingu olimpijskiego PWA obejmuje kilka dyscyplin, m.in. slalom, freestyle i pływanie na falach. W 2022 roku Maciek Rutkowski jako pierwszy Polak zdobył tytuł mistrza świata PWA w slalomie.

Fot. Karol Kacperski

zawodów zdałem sprzęt kadrowy i wyjechałem. Chciałem mieć to za sobą. To był najtrudniejszy okres w moim życiu. Bez pomocy nie podniósłbym się z niego. A jednak tych czterech lat nie żałuję. Nauczyłem się bardzo dużo, również o sobie. Nadal mam kontakt z ludźmi z kadry i im kibicuję.

W tym roku zdobyłeś kolejny tytuł mistrza świata IFCA. Opowiadasz o nim niemal mimochodem!
Nikt nie pytał, to przecież nie będę się wyrywał! (śmiech). Podium Pucharu Świata stało się czymś dość normalnym. Gdy zajmuję czwarte miejsce i ktoś pyta, co się stało, staram się uznać to za komplement. Ale porażki nadal bolą. Tyle że już wiem, jak krótka jest droga od sportowej złości do niskiego poczucia własnej wartości. Po dużej porażce więc priorytetem staje się żeby mentalnie nie upaść za nisko. Zwycięstwa nadal bardzo mnie cieszą, nadal uwielbiam ten haj, natomiast przestałem już się łudzić, że jakoś diametralnie zmienią moje życie. Trochę więcej pieniędzy, trochę mniej pieniędzy, kilka wywiadów więcej czy mniej, trochę uwagi.. ostatecznie to nie zmienia tego kim jesteś, albo o czym myślisz wstając rano z łóżka. A emocje? Adrenalina przed ważnym wyścigiem jest równie mocna jak 20 lat temu, gdy ścigałem się o juniorskie tytuły. Kiedy przestanę ją czuć, może będzie czas pomyśleć, co dalej.

To zapytam wprost: jesteś najlepszym polskim windsurferem w historii?
Bałem się tego pytania! (śmiech). Istnieje coś takiego jak Peter Volwater Club, nazwany na cześć wszechstronnego holenderskiego windsurfera. Żeby do niego trafić, trzeba osiągnąć określone cele w pięciu różnych konkurencjach, od wyścigów po ekstremalne akrobacje. Należy do niego zaledwie pięć osób na świecie. To trochę odznaka ukończenia całej gry pod tytułem „windsurfing". Mnie do zostania szóstą brakuje tylko podwójnego loopa, czyli podwójnego salta do przodu, którego obiecałem sobie wylądować ASAP. O wszechstronności świadczą mistrzostwa Polski w sześciu odmianach windsurfingu. Jeśli ktoś chciałby argumentować, że jestem najlepszym polskim windsurferem w historii, znalazłby podstawy. Ale jeśli ktoś powie: „A medal olimpijski?", też to rozumiem. Opinia jest jak wiadomo co - każdy ma swoją. Najwyżej otrę łzy biletem do miejsca z dobrymi falami (śmiech).



Fot. Karol Kacperski

Medal olimpijski to w Polsce wciąż potężny argument. Ale czy dla sponsorów też jest więcej wart niż mistrzostwo świata w zawodowym windsurfingu?
To zależy, co rozumiemy przez „więcej wart". Jeśli chodzi o szansę zaistnienia w tradycyjnych mediach, to pewnie tak. Ale jeśli rozmawiamy o rzeczywistym sprzedawaniu, czyli monetyzacji, nie jestem już tego taki pewien. Jeżeli sport jest niewidoczny, mało atrakcyjny wizualnie albo słabo komunikowany, jak choćby olimpijskie żeglarstwo, może być trudniejszy do sprzedania niż Slalom-X w PWA, który generuje milionowe zasięgi w socialach. Dzisiaj z perspektywy marki zupełnie zasadne jest pytanie: co jest bardziej wartościowe - mistrzostwo świata czy post z milionem wyświetleń? Całe szczęście, przynajmniej na razie, dla sportowca jedno z drugim idzie w parze.

Tyle lat startowałeś w zawodach na całym świecie, aż w końcu postanowiłeś zorganizować własne? Skąd pomysł na King of the Bay? To projekt biznesowy?
To moje drugie dziecko. Pierwszym jest oczywiście pies Minion (śmiech). King of the Bay to Festiwal Sportów Wodnych, otwarty na różne dyscypliny. Nie wchodziłem w ten projekt z kalkulatorem: „zrobię X, zarobię Y". Raczej pomyślałem: kurde, chyba wiem, jak to fajnie zrobić, więc czemu nie? Chciałem wydarzenia, na które sam miałbym ochotę przyjechać. Nie kolejnych nadętych zawodów, tylko miejsca, gdzie można się pościgać, spotkać ludzi z tą samą pasją, przetestować sprzęt i dobrze się bawić. Chodziło też o połączenie środowisk, które często działają osobno. Kiedy w styczniu 2024 stało się jasne, że nie pojadę na igrzyska, uznałem: najwyższy czas. Na szczęście mam obok siebie narzeczoną Anię, która ma łeb na karku. Wspólnie to zorganizowaliśmy.

Na pierwszą edycję liczyłeś na stu zawodników, a wystartowało 275. Brzmi jak sukces. Ty nazwałeś to jednak organizacyjnym piekłem.



Fot. John Carter

Liczyłem, że jeśli zapisze się sto osób będę zajarany. Na starcie stanęło 275. Każdego uczestnika trzeba obsłużyć, każdego partnera wprowadzić w nasz świat, każdy evencik zrealizować według tylko nam znanej wizji. Normalne, że coś się wykrzaczy, a my po prostu nie mieliśmy zespołu, żeby poradzić sobie z taką liczbą zagadnień. Wszystko robiliśmy sami, przez 4 dni spałem 10 godzin. Od tamtej pory festiwal urósł kilkukrotnie. W 2026 roku mieliśmy 550 uczestników, 20 tysięcy odwiedzających, 30 wystawców, 3 koncerty, pracuje przy nim ponad 50 osób. Podnoszenie sobie poprzeczki, stawianie coraz wyższych celów, wymyślanie nowych atrakcji - to trochę moja nowa dyscyplina sportu.

Mówisz, że nie chcesz być twarzą King of the Bay. Ale gdy na festiwalu coś się sypie, kto zbiera cięgi?
Od początku powtarzałem, że to nie może być „event Maćka". Ale gdy trzeba było przywitać panią wójt ze sceny, wywoływano mnie. Trzeba było na cito biec do telewizji? Telefon do mnie. Przeprosić za jakąś wtopę? „Komisyjnie" uznano, że to też ja (śmiech). Ja chciałem też sam wystartować, być uczestnikiem. Zrozumiałem jednak, że ktoś temu cyrkowi musi choć trochę twarzować i brać ostateczną odpowiedzialność. Wciąż staram się pokazywać innych, ale nie uciekam już od odpowiedzialności.

Nie przepadasz za opowieściami o sportowych wyrzeczeniach. Ale czy ta kariera naprawdę nic cię nie kosztowała?
Nie wiem, czym zapłaciłem za tę karierę, bo nie znam alternatywnej rzeczywistości. Martwi mnie niepewność, ile jeszcze potrwa i co będzie później. Ale na etacie może stresowałbym się, że szef jest parówą, a ja przecież mógłbym być windsurferem? Trawa u sąsiada jest bardziej zielona - zazwyczaj tylko na Instagramie.

A co z życiem poza sportem? Jest coś, czego nie da się już tak łatwo wpisać w kalendarz startów?
Ostateczną odpowiedzią na to pytanie będą dzieci. Kompletnie nie wiem, jak to pogodzić. Mam znajomych z tego zawodu, którzy mówią, że po dzieciach nie zmienia się nic, i takich, którzy twierdzą, że zmienia się wszystko. Zobaczymy!

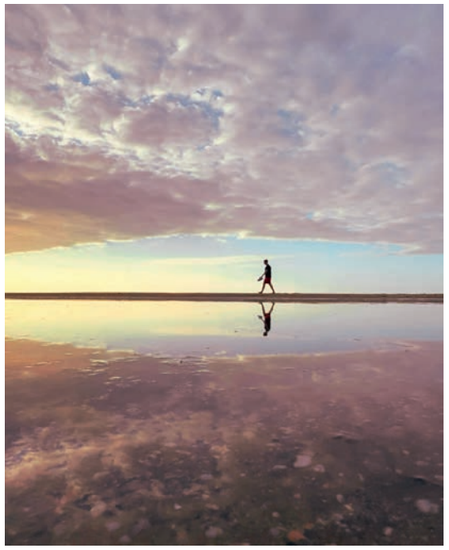
Po tych wszystkich sukcesach, kryzysach i nowych projektach nadal potrafisz się tym zwyczajnie bawić?
Bawię się dziś dużo lepiej niż dekadę temu! Mam większą sprawczość, wiedzę, doświadczenie i zespół wokół siebie. W lutym, w środku przygotowań do sezonu, zobaczyłem świetną prognozę na Cabo Verde: tydzień potężnych fal i dobry wiatr. Byłem na Teneryfie, za dwa tygodnie czekała mnie sesja sponsorów na Dominikanie. Kilka lat temu znalazłbym milion powodów, żeby nie lecieć, tym razem decyzję podjąłem w godzinę. Następnego dnia byłem w drodze. Miałem najlepszy tydzień pływania w życiu, wróciłem naładowany, świetnie potrenowałem i zrobiłem udaną sesję. Oczywiście mam więcej obowiązków i częściej potrzebuję kawy w drodze na plażę. Ale gdybyś dziewięć lat temu powiedziała mi, że tak będzie wyglądało moje życie, brałbym w ciemno! •

TRÓJMIEJSKIE INSTA STORY

Autorka:
Michalina Domoń

@vividazi

posty **1509** **1526** obserwujących obserwowani **1501**









Pasję do fotografii zaszczepił w niej jeszcze w liceum tata. Jak mówi, to hobby pozwala jej zatrzymywać wspomnienia na dłużej i rozwijać kreatywność, bo już samo „polowanie" na odpowiedni kadr bardzo wciąga. Zawodowo kieruje zespołem ds. rozwoju technologii podatkowych, więc aparat i podróże są jej odskocznią od analitycznej codzienności.

Nazywam się ***Ania Zieniewicz.***
Jestem ***menedżerką, wolontariuszką, podróżniczką***.
Urodziłam się w ***Giżycku,*** na co dzień mieszkam w ***Gdyni,*** moim ulubionym miejscem na świecie jest ***Kanada, choć nie widziałam jeszcze wszystkich miejsc na świecie :).***
Robię zdjęcia, ponieważ ***chcę zatrzymać dobre wspomnienia.***
W obrazie interesuje mnie przede wszystkim ***interakcja człowieka z naturą.***
Instagram jest dla mnie ***miejscem, gdzie mogę wyrazić siebie poprzez obraz.***
Gdybym mogła zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałabym ***Ziemię z kosmosu.***
Z Trójmiastem łączy mnie ***rodzina, przyjaciele, praca a także trasy rowerowe i nieprzemijająca miłość do morza.***
Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście: p***laża w Orłowie (najbardziej romantyczne miejsce w Trójmieście), Lasy Oliwskie z Doliną Elfów (szczególnie wiosną i jesienią natura jest tam cudna), Góra Gradowa (niezapomniane widoki na Główne Miasto i stoczniowe dźwigi w Gdańsku).***
Trzy ulubione adresy w Trójmieście: ***Muzeum Emigracji w Gdyni z obłędną księgarnią, Cafe 500 z pyszną matchą i miłą atmosferą, Przestrzeń Sztuki WL4 Mleczny Piotr, bo nie ma lepszego miejsca na letni chill z przyjaciółmi.*** •

nominacje od **@VIVIDAZI**

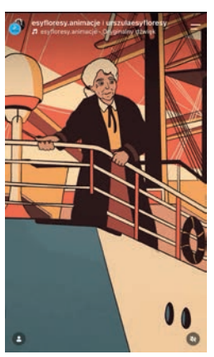
@maple_corner

profil, który każdy wielbiciel Kanady musi odwiedzić. Są tam ciekawe informacje o popkulturze Kanady, lokalne smaczki i autentyczne spojrzenie na ten kraj oraz jego mieszkańców.



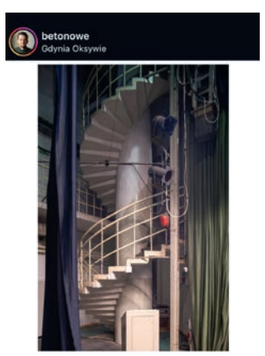
@esyfloresy.animacje

tyle talentu i kreatywności naraz, że aż wydaje się to niemożliwe. W dobie grafik i animacji AI, tutaj tylko piękna ludzka kreacja.



@betonowe

zdjęcia architektury czasu modernizmu w najlepszym wydaniu. Czy można ciekawie fotografować architekturę? Można.



S y n a j

Gdzie morze dotyka nieba

Autorka:
Ewa Karolina Cichocka

Jeszcze kilka godzin temu byłam w błękitnym raju Morza Czerwonego. Unosząc się nad koralowymi ogrodami Parku Narodowego Ras Muhammad, wypatrywałam kolorowych mieszkańców głębin. Teraz, na wysokości ponad dwóch tysięcy metrów, pustynny wiatr smaga mi twarz. Stoję na szczycie Góry Synaj, czekając na świt. Wokół mnie surowe, biblijne skały budzą się do życia, nasycając się ochrą i pomarańczem. To była krótka droga od morskiej otchłani do miejsca, gdzie przed człowiekiem otworzyło się niebo.

Półwysep Synaj to pustynno-górzysty pomost łączący Afrykę z Azją, obmywany przez czyste wody Morza Czerwonego. Miejsce to spaja surową, mistyczną pustynię pełną biblijnej historii z jednym z najlepszych rejonów na świecie do nurkowania i wypoczynku. Synaj ma kluczowe znaczenie dla judaizmu, chrześcijaństwa i islamu, będąc jednocześnie kolebką monastycyzmu. To tutaj, u stóp biblijnej Góry Synaj znajduje się Klasztor Świętej Katarzyny – jeden z najstarszych nieprzerwanie działających klasztorów chrześcijańskich na świecie. Pustynne wnętrze półwyspu jest domem dla plemion beduińskich, które do dziś kultywują swoje tradycje. Z kolei Park Narodowy Ras Muhammad oraz rejon wyspy Tiran to kultowe miejsca dla nurków z całego świata.

OFIRA, KREW I LUKSUS

Sharm El Sheikh, czyli „Zatoka Starca", to największy kurort na samym południu półwyspu, położony w tak zwanej Złotej Zatoce Riwiery Morza Czerwonego (zwanej Zatoką Salomona w czasie okupacji izraelskiej). Składa się z wielu mniejszych zatok i leży w odległości blisko 200 kilometrów na południe od góry Synaj. Miasto jest usytuowane pomiędzy Parkiem Narodowym Świętej Katarzyny, Parkiem Narodowym Ras Muhammad oraz rezerwatem Nabq.

Ta dzisiejsza oaza spokoju kryje jednak wojenną przeszłość. W wyniku konfliktu z 1967 roku Izrael zaanektował ten strategiczny cypel, budując tu osadę i bazę Ofira. To nad tutejszymi plażami w 1973 roku rozegrała się krwawa bitwa powietrzna. Gdy w 1982 roku Synaj powrócił do Egiptu, dawny garnizon przeszedł całkowitą metamorfozę. Dziś, tam gdzie kiedyś toczyły się walki, rozciąga się potężne centrum turystyczne z kilkuset hotelami oraz rezydencjami europejskich i bliskowschodnich głów państw. Nad piaszczyste plaże i turkusowe morze co roku przybywają miliony turystów spragnionych wody i słońca. Mimo cienia tragicznych zamachów bombowych z przeszłości oraz lokalnych niepokojów, rozwój turystycznych osiedli wciąż trwa. Obcokrajowcy chętnie nabywają tu mieszkania, a samo miasto regularnie staje się miejscem pokojowych spotkań światowych przywódców.

GÓRA PRZYMIERZA

Południe Półwyspu Synaj to teren surowy i skalisty. Wieńczy go najwyższy szczyt Egiptu – Góra Świętej Katarzyny (2629 m n.p.m.), a obok wznosi się nieco niższa Góra Mojżesza, zwana też Dżebel Musa lub Mount Sinai. Od stuleci przybywają tu pielgrzymi różnych wyznań i turyści z całego świata. Według tradycji to właśnie biblijna Góra Horeb, gdzie według Starego Testamentu Bóg Jahwe przekazał Mojżeszowi kamienne tablice z Dekalogiem i zawarł przymierze z narodem izraelskim. Wieki później do góry miał przybyć również prorok Eliasz, ukrywając się przed królową Izebel. Choć kwestia, czy Góra Synaj to rzeczywiście biblijna Góra Horeb, nadal nie jest naukowo rozstrzygnięta, to już od III–IV wieku miejsce to odwiedzają pielgrzymi trzech wielkich religii, dla których Mojżesz jest kluczowym prorokiem.

Wybieramy nocne wejście spod Klasztoru Świętej Katarzyny na szczyt. Pod górę idziemy łagodniejszą, ale dłuższą Wielbłądzią Ścieżką (Sikket El Basha), a schodzić będziemy już za dnia stromą Sikket Sayidna Musa (Drogą Naszego Pana Mojżesza), liczącą 3750 stopni wykutych w skale przez mnichów. Chcemy stanąć na szczycie dokładnie o świcie. Wspinaczkę rozpoczynamy o drugiej w nocy. Jest przyjemnie ciepło. W świetle gwiazd widać jedynie zarysy murów klasztornych i smukłych cyprysów. Gwiazdy Pasa Oriona wyłaniają się i giną na czarnym niebie, co pokazuje, jak mocno wije się i skręca nasza ścieżka. Oprócz nich i migoczących latarek idących przed nami ludzi nie widać zupełnie nic. Ci, którzy wolą oszczędzać siły, część drogi pokonują na grzbiecie wielbłąda. To także wymaga odwagi, gdyż zwierzęta stąpają tuż przy skraju przepaści.



Fot. Unsplash

Do samego szczytu pozostaje już tylko finałowa wspinaczka po 700 stopniach. Robi się coraz chłodniej, dlatego zakładamy polary. Tuż pod wierzchołkiem mijamy małe schroniska z gorącą herbatą. Dwie godziny, które pozostały do świtu, spędzamy jednak na skalnej półce na szczycie. Na chłodnych kamieniach rozkładamy materace i koce z wielbłądziej wełny wynajęte od Beduinów z plemienia Dżabalija. Z emocji trudno zasnąć. Z czasem gwiazdy zaczynają blednąć, a czerń nieba przechodzi w szarość. Z mroku wyłaniają się dalekie kontury szczytów, a bliżej – na samym czubku góry – sylwetki ludzi pozawijanych w kolorowe koce. Im bliżej brzasku, tym robi się ciaśniej i gwarniej. Z przejęciem patrzę na panoramę: wokół wyłania się prawdziwe morze gór, a szarości i grafity skał ustępują bladości brązów i beżów. Wreszcie na wschodzie, nad pasmem chmur, pojawia się czerwona łuna. Z pierwszymi promieniami jaskrawego słońca bije dzwon kapliczki na szczycie, a echo niesie jego dźwięk po graniach. Milkną różnojęzyczne rozmowy, ciszę przerywa jedynie dźwięk migawek aparatów fotograficznych. Trwamy tak w milczeniu, podczas gdy góry nasycają się barwami żółci, pomarańczy, rdzy i głębokiej czerwieni.

W OPARACH NITROXU

Nurkowanie to główna atrakcja wybrzeża Morza Czerwonego. Drugą są niekończące się wieczorne opowieści o podmorskich wrażeniach w kafejkach Naama Bay czy Dahabu. Na południowym cyplu Synaju najbardziej przyciąga najstarszy morski Park Narodowy Ras Muhammad, gdzie łączą się wody zatok Akaba i Sueskiej. Stąd biorą się tu silne prądy i gigantyczne ławice ryb pelagicznych.

Codziennie na nurkowe safari z portu w starym Sharmie wypływają dziesiątki, jeśli nie setki motorowych jachtów. Pakowany jest prowiant, sprzęt nurkowy, a wszystkiemu towarzyszy warkot silników, brzęk ładowanych na pokłady metalowych butli z nitroxem i zapach spalin. W końcu nasza łódź opuszcza port, a rysujące się w oddali złote masywy synajskich gór powoli znikają. Płyniemy na sam koniec półwyspu. Park Ras Muhammad zajmuje obszar zaledwie kilku kilometrów kwadratowych morza, ale szczyci się unikatową fauną i florą. Szacuje się, że żyje tam ponad tysiąc gatunków ryb i kilkaset gatunków koralowców. Naszymi przewodnikami są Egipcjanin Mohammed oraz dwie studentki z Europy. Przed każdym zejściem do wody odbywamy na pokładzie odprawę. Na mapie podwodnych szlaków ustalamy trasę, głębokości, prądy oraz punkty orientacyjne. Nasze cele na dziś to rafy koralowe: Shark Reef, Anemone City i Yolanda Reef.

Po ostatnim sprawdzeniu sprzętu do wody schodzą nurkowie, a tuż za nimi grupa wyposażona jedynie w rurki, maski i płetwy. Spieczona słońcem i owiana gorącym wiatrem, z przyjemnością zanurzam się w chłodnych wodach tego barwnego świata. Rozkosznie jest dryfować z prądem wzdłuż rafy (drift diving) i przez maskę – niczym w fotoplastykonie – podglądać podwodne życie. Próbuję przypomnieć sobie wizerunki ryb z atlasów. Oprócz błazenków, ustniczków, papugoryb i rozdymek można tu spotkać barakudy, karanksy, napoleony, a czasem nawet rekiny. To, na co trafi się za każdym zanurzeniem, zawsze pozostaje niespodzianką. (Rzadziej spotykane okazy, takie jak płaszczki, żółwie, mureny czy skrzydlice, udało mi się zobaczyć przy hotelowej rafie).



fot. Unsplash



fot. Unsplash

MUSZELKI, MUSZLE I... BMW

Kilkanaście metrów pode mną z podwodnej jaskini wyłaniają się nurkowie. Z wielkimi butlami na plecach poruszają się powoli, przez co wyglądają trochę jak kosmonauci. Nagle znajduję się w środku wielkiej „kąpieli bąbelkowej", powstałej z pędzącego ku powierzchni wydychanego przez nich powietrza. Pod lustrem wody rozbija się ono na tysiące małych pęcherzyków.

Kolejne zanurzenie to Anemone City (Miasto Ukwiałów). To słynne nurkowisko pełne olbrzymich kolonii ukwiałów i zamieszkujących je błazenków. Cieniutkie i delikatne ornamenty koralowców wyglądają jak ogromne wachlarze, inne do złudzenia przypominają gigantyczne sałaty lub grzyby, a jeszcze inne są pofałdowane niczym kora mózgowa. Zdają się być lekkie i kruche, mieniąc się w kolorach beżu, bieli, intensywnego błękitu, liliowego czy zimnej żółci. Te wybujałe kolonie przyrastają zaledwie kilka milimetrów rocznie, a istnieją na Ziemi od setek milionów lat!

Szczątki wraków w pobliżu Synaju są niemą przestrogą i dowodem na to, że spokojne morze przy hotelowej plaży bywa też czasem bardzo groźne. Nurkujemy w miejscu katastrofy statku MS Yolanda, który zatonął tutaj w 1980 roku. Do dziś wśród muszli i koralowców można tam znaleźć... muszle klozetowe, które stanowiły część transportowanego ładunku, a także szczątki luksusowego BMW należącego do kapitana. Sam wrak osunął się głębiej i spoczywa na dnie, ponad 150 metrów pod powierzchnią wody.

EUFORIA Z GŁĘBIN

Oglądanie tego niezwykłego podwodnego świata raf niesamowicie wciąga – aż nie chce się wracać na powierzchnię... Rafy występują wzdłuż wybrzeży półwyspu, które stanowią jednocześnie oazy rzadkiej na Synaju roślinności brzegowej i siedlisk ptaków. To właśnie tutaj znajduje się najbardziej wysunięty na północ obszar występowania lasów namorzynowych, z których słynie pobliski Rezerwat Przyrody Nabq.

Po kolejnym intensywnym dniu nurkowym siedzimy na hotelowym tarasie z widokiem na morze. Ostatnie ciepłe promienie słońca oświetlają wyspę Tiran (należącej do Arabii Saudyjskiej), której złoto-pomarańczowe skały wyraźnie odcinają się od ciemnego błękitu wody. To nasz kolejny cel nurkowych wypraw na rafy pełne historycznych wraków. Pijemy martini i żartujemy, że powoli wpadamy w „ekstazę głębin". Tak zwany „efekt martini" to potoczna nazwa narkozy azotowej, której objawy na każdych 15 metrach głębokości porównuje się do wypicia jednego mocnego drinka. Nagły napad euforii, błogości i nadmiernej pewności siebie jest całkowicie bezpieczny na lądzie, ale może być śmiertelnie niebezpieczny pod wodą. Dlatego my, dla pełnego bezpieczeństwa, sącząc koktajl na tarasie, zagłębiamy się spokojnie o kolejne „15 metrów"... •

Nie bądź kasztanem

W Polsce kasztan ma dość osobliwą karierę. Najpierw spada z drzewa, potem ląduje w kieszeni siedmiolatka, a następnie przez kilka tygodni zalega pod kanapą, w samochodzie albo w pralce. Jeśli ma szczęście, zostaje ludzikiem. Tymczasem Włosi pieką kasztany na ulicach, Francuzi zamieniają je w luksusowe słodycze, a Japończycy traktują niemal jak jesienne dzieło sztuki.

Do tego potrzebna jest wiedza, którego kasztana zabrać do kuchni, bo pomyłka może skończyć się wizytą u lekarza zamiast kulinarnym sukcesem.

Kasztany, które zbieramy w polskich parkach, pochodzą najczęściej z kasztanowca zwyczajnego i nie nadają się do jedzenia. Kasztan jadalny, czyli Castanea sativa, to zupełnie inna roślina. Jego owoce mają charakterystyczny czubek i siedzą w kolczastej osłonie przypominającej jeża, który właśnie dowiedział się o podwyżce czynszu. W środku zwykle znajdziemy kilka owoców, a nie jedną wielką kulę. Warto zapamiętać tę różnicę, zanim postanowimy zostać odkrywcami kuchni leśnej. Natura bywa hojna, ale instrukcji obsługi nie dołącza. Kasztan jadalny to kulinarne dziwadło. Niby orzech, ale tłuszczu ma niewiele. Niby owoc, ale pełen skrobi. Po upieczeniu smakuje trochę jak słodki ziemniak, trochę jak orzech, a trochę jak coś, czego nasza babcia nigdy nie gotowała, choć powinna. Przez stulecia w górskich regionach Europy kasztany ratowały ludzi przed głodem. Suszono je, mielono na mąkę i przechowywano na zimę. Nazywano je nawet chlebem rosnącym na drzewach. Na południu Europy kasztany są jesienną instytucją. We Włoszech, Francji czy Hiszpanii uliczni sprzedawcy pieką je nad ogniem, a zapach przyciąga przechodniów skuteczniej niż promocja na Prosecco. Warunek jest jeden, przed pieczeniem trzeba naciąć skorupkę. Inaczej kasztan potrafi eksplodować z entuzjazmem niewielkiego granatu. Pieczemy je około 20–30 minut w temperaturze 200–220 st.C i obieramy jeszcze ciepłe. Po wystygnięciu skórka przykleja się do miąższu z determinacją urzędnika, który właśnie znalazł brakujący podpis.

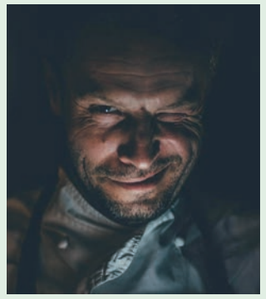
Włosi szybko odkryli, że kasztan nie musi kończyć w papierowej torebce. W Toskanii robi się z niego castagnaccio, ciasto z mąki kasztanowej, oliwy, rozmarynu, rodzynek i orzeszków piniowych. Kasztany trafiają również do gnocchi, farszów, zup i dań z dziczyzny. Lubią masło, szałwię, grzyby, dynię i czerwone wino. Wystarczy podsmażyć ugotowane kasztany z grzybami na maśle, dodać szałwię i odrobinę wina, żeby ziemniaki na talerzu zaczęły zastanawiać się nad sensem bytu.

Francuzi, jak to Francuzi, postanowili nadać kasztanowi odpowiedni status społeczny. Skoro można go upiec za kilka euro, to dlaczego nie skandyzować go przez kilka dni, zapakować w eleganckie pudełko i sprzedać za znacznie więcej? Tak powstały marrons glacés, kasztany wielokrotnie nasączane syropem cukrowym. Dobre są miękkie, delikatne i niemal kremowe. Jest jeszcze crème de marrons, słodki krem kasztanowy, który można dodawać do naleśników i deserów albo wyjadać łyżeczką prosto ze słoika. Najlepiej nocą, kiedy nikt nie zadaje idiotycznych pytań o kalorie.

A potem przychodzą Japończycy i pokazują, że z kasztana można zrobić filozofię. W Japonii kuri, czyli kasztan japoński, jest symbolem jesieni. Klasyczne kuri gohan to ryż gotowany z kasztanami, odrobiną sake i soli. Bez śmietany, truflowej oliwy i dekoracyjnego mikroliścia kosztującego więcej niż cały obiad. Japończycy przygotowują również kuri kinton, słodką kompozycję kasztanów i batatów, której złoty kolor symbolizuje bogactwo. Są kuri manju, niewielkie ciastka z kasztanowym nadzieniem, oraz kuri yokan, deser z pasty fasolowej i kasztanów. Jest wreszcie Mont Blanc, europejski deser, który Japończycy pokochali tak bardzo, że właściwie przyznali mu kulinarne obywatelstwo. Beza lub biszkopt, krem i delikatne nitki kasztanowego purée. W najlepszych cukierniach przygotowuje się go tuż przed podaniem.

Jeśli chcemy spróbować kasztanów we własnej kuchni, wybierajmy ciężkie, twarde, błyszczące i pozbawione dziurek. Pomarszczone albo grzechoczące zostawmy w sklepie. Przechowujemy je krótko w lodówce, bo łatwo się psują. Możemy je piec, gotować, dodawać do risotta, farszów i kremowych zup. W deserach lubią czekoladę, wanilię, rum i pomarańczę. A jeśli nie mamy ochoty na obieranie, kupmy gotowe, ugotowane kasztany pakowane próżniowo. To nie kulinarna kapitulacja, tylko zdrowy rozsądek. Po trzydziestym kasztanie człowiek zaczyna rozumieć, dlaczego ludzkość wynalazła półprodukty. I tak oto kasztan, którego w Polsce traktujemy głównie jako materiał do produkcji ludzików, gdzie indziej jest bohaterem kolacji, luksusowym deserem albo symbolem jesiennej elegancji. Nie potrzebuje marketingowej etykiety superfood, ani certyfikatu od influencera. Wystarczy dobry przepis i odrobina wiedzy. Bo następnym razem, kiedy ktoś powie, że przyniósł kasztany, warto zapytać czy są jadalne? Od odpowiedzi zależy, czy zrobimy francuski deser, japoński ryż, czy kolejnego ludzika z zapałką w tyłku.

Kasztany warto jeść, poznawać i doceniać. Ale samemu lepiej kasztanem nie być. •



↑ Kamil Sadkowski

Kulinarny obieżyświat – od najmłodszych lat poznawał świat przez smaki. Założyciel autorskiej akademii kulinarnej K5, gdzie szkoli profesjonalistów i amatorów, przekonując, że gotować może każdy. Doświadczenie zdobywał na wielu szczeblach gastronomii, a szacunku do produktu nauczył się we współpracy z Japończykami. Współautor książki Gastrobanda i autor K5 Domowa Gastrobanda, a także felietonista kulinarny.





fot. Canva

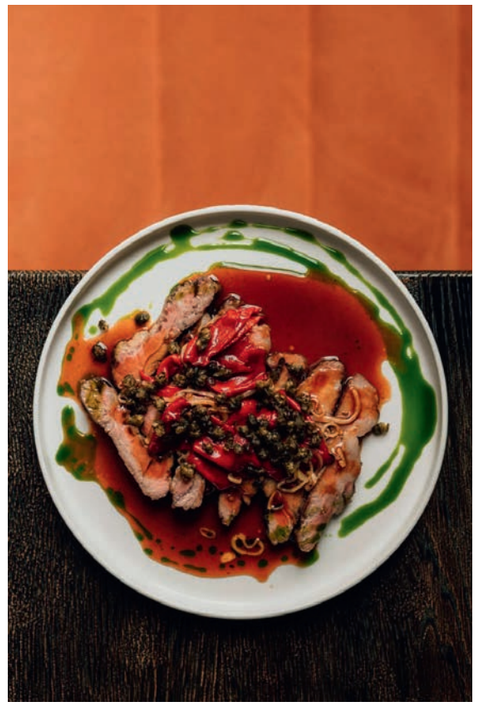
Autorka: Marta Dworak

Trójmiasto na krwisto

Mięso. Rzemiosło. Doświadczenie.

Od certyfikowanej japońskiej Kobe, przez rzemieślnicze cięcia z nagradzaną genetyką Wagyu, aż po nowoczesne podejście typu seafood & steak. Trójmiejska gastronomia udowadnia, że dobry stek to nie kwestia przypadku, lecz techniki, cierpliwości i głębokiego szacunku do surowca.

Nie ma bardziej bezkompromisowej wizytówki restauracji niż stek. Tu produkt gra główną rolę, a dodatki nie mogą go zagłuszyć, a wydobyć pełnię aromatu. Mistrzostwo tkwi w prostocie, dlatego tak trudno odtworzyć idealną recepturę w domowych warunkach. Z pomocą przychodzą trójmiejskie restauracje, które o wołowinie wiedzą wszystko, lecz każda z nich podchodzi do tematu w sobie tylko właściwy sposób.



fot. Crazy Butcher

- Dla nas pojęcie „steka idealnego” nie ma jednej, sztywnej definicji, ponieważ smak to kwestia wybitnie indywidualna - każdy gość szuka w nim innych doznań. Na profil smakowy i teksturę wpływa wiele czynników: rasa bydła, sposób hodowli i żywienia zwierząt, konkretny element tuszy, stopień marmurkowatości, a także metoda i czas sezonowania. Dobre mięso w wydaniu restauracyjnym definiujemy przede wszystkim przez bezkompromisową, powtarzalną jakość – mówi Katarzyna Soltau, współwłaścicielka restauracji True.

W CENTRUM PRODUKT

Tu nie ma miejsca na przypadkowość. Renomowane restauracje pracują wyłącznie na starannie selekcjonowanej wołowinie od certyfikowanych, sprawdzonych hodowców z Polski i ze świata. Kluczowe są powtarzalna jakość i precyzja – standard musi być identycznie wysoki przy każdej dostawie.

- Przy wyborze steka kluczowe znaczenie mają przede wszystkim jakość i pochodzenie mięsa, jego marmurkowatość, smak oraz sposób sezonowania i przygotowania. Coraz większą rolę odgrywa również wiedza na temat produktu i rekomendacja obsługi, która potrafi opowiedzieć o jego wyjątkowości – tłumaczy Mateusz Skonieczny, szef kuchni Crudo Sopot. - Zależy nam, aby goście nie tylko zjedli doskonały stek, ale także lepiej poznali kulturę mięsa i odkryli, jak wiele czynników wpływa na jego charakter. Wierzymy, że dzięki takim pozycjom możemy rozwijać świadomość kulinarną w Trójmieście i pokazywać, że stek może stać się prawdziwym doświadczeniem.

- Idealny stek zaczyna się długo przed patelnią: od rasy, żywienia i dobrostanu zwierzęcia, potem od marmurkowania, czyli delikatnych żyłek tłuszczu w mięsie, które podczas smażenia się topią i dają soczystość, a także od starannego rozbioru i odpowiedniej grubości cięcia. Dopiero na końcu liczy się przygotowanie, bo nawet najlepszy kawałek można zepsuć pośpiechem albo brakiem chwili odpoczynku po smażeniu – przyznaje Roman Kotsan, szef kuchni i menadżer Crazy Butcher Bistro. - Wierzymy w jakość na każdym z tych etapów, dlatego w Gdańsku lada i bistro nie są oddzielone ścianą. Gość może wybrać stek przy ladzie, kawałek po kawałku i od razu porozmawiać z kimś, kto zna go od strony rzeźnickiej.

Jak pokazuje praktyka, goście z Trójmiasta coraz częściej są otwarci na kulinarne odkrycia i wyjątkowe doświadczenia dostarczane przez lokalną gastronomię.



fot. Crudo

Anna Janta
Crudo

Nazwa Crudo [surowy po włosku i hiszpańsku – red.] w naturalny sposób zobowiązuje nas do szacunku wobec produktu i jego jakości. W przypadku dań na surowo nie ma miejsca na przypadkowość – każdy detal ma znaczenie, ponieważ nie można niczego ukryć za nadmiarem dodatków czy intensywną obróbką. Wierzymy, że ta sama filozofia powinna towarzyszyć nam przy przygotowywaniu steków. Zaczynamy od bezkompromisowej selekcji, a kończymy na precyzyjnej technice. Nie chcemy dominować nad produktem – chcemy pozwolić mu przemówić. Dobry stek nie potrzebuje wielu zabiegów, jeśli już na samym początku pracujemy na najwyższej klasie mięsa. Cel pozostaje ten sam: sprawić, aby jakość broniła się sama.

- Widzimy, jak szybko rośnie świadomość trójmiejskich gości. Coraz częściej pytają o pochodzenie mięsa, rasę i stopień wysmażenia, chętnie próbują nowych cięć, a wiele osób kupuje steki, żeby przygotować je w domu. Najlepszym dowodem jest to, że od września nasze mięsne delikatesy działają w Gdańsku pod drugim adresem, w Hali Targowej – dodaje Roman Kotsan.

MISTRZOWSKA WAGYU

A ta śmiało korzysta ze światowych skarbów – na czele z japońskąa Wagyu, słynącą z unikalnej marmurkowatości i niezwykłej tekstury. Jej genetyka i rygorystyczne standardy hodowlane inspirują najlepszych, czego dowodem są działania Crazy Butcher.

- Sami jesteśmy hodowcami. Na naszej farmie na skraju Puszczy Boreckiej, na wschodzie Mazur, hodujemy Aberdeen Angusy i nasze mazurskie wagyu. Dzięki temu wiemy, jak wiele zależy od dobrostanu zwierząt, spokojnego tempa wzrostu i żywienia, i tego samego oczekujemy od partnerów – opowiada Filip Weka, współwłaściciel Crazy Butcher Bistro. - Z każdym dostawcą budujemy długofalową relację, poznajemy jego filozofię i sposób prowadzenia stada. Do naszej oferty trafia tylko mięso, pod którego jakością możemy się podpisać jak pod własnym.

Restauracja współpracuje z wybitnymi światowymi hodowlami, czego koronnym dowodem jest obecność w karcie ICON XB Wagyu – linii genetycznej F1, nagrodzonej podwójnym złotem na World Steak Challenge.

- Linia F1 to krzyżówka japońskiego wagyu z rasą mięsną, najczęściej angusem. Łączy delikatne, gęste marmurkowanie wagyu z wyrazistym, „wołowym" smakiem i soczystością angusa. Na talerzu daje to stek wyjątkowo kruchy i maślany, a jednocześnie wciąż mięsny i lżejszy niż pełnokrwiste wagyu – dodaje Filip Weka.

LEGENDARNA KOBE

Wśród najbardziej pożądanych gatunków mięs na świecie znajduje się oryginalna japońska wołowina Kobe spełniająca bardzo rygorystyczne kryteria dotyczące pochodzenia, hodowli oraz jakości. To elitarna, certyfikowana podkategoria Wagyu, która musi pochodzić wyłącznie z czystej rasowo czarnej krowy Tajima-gyū z prefektury Hyōgo. Dziś ten unikalny produkt z powodzeniem zaznacza swoją obecność na trójmiejskiej scenie kulinarnej.

- Dzięki oficjalnej certyfikacji i przynależności naszej restauracji do prestiżowego stowarzyszenia Kobe Beef Marketing & Distribution Promotion Association, ten legendarny specjał jest u nas dostępny na co dzień, a nie jedynie okazjonalnie. Wyjątkowość Kobe tkwi w legendarnej marmurkowatości między włóknami. Podczas obróbki termicznej tłuszcz topi się, zapewniając nieporównywalną z niczym maślaną aksamitność – opowiada Agnieszka Łangowska, współwłaścicielka True.

Nie chodzi tu wyłącznie o prestiż czy rzadkość mięsa, ale przede wszystkim o autentyczność i możliwość doświadczenia smaku nieporównywalnego z innymi rodzajami wołowiny.

- Oficjalna autoryzacja Kobe Beef to dla nas przede wszystkim ogromne wyróżnienie, ale również odpowiedzialność. To produkt o ściśle określonym pochodzeniu, objęty systemem certyfikacji, który gwarantuje jego autentyczność. W ustach mięso niemal się rozpływa, oferując zupełnie inne doświadczenie kulinarne niż nawet bardzo dobre, starannie wyselekcjonowane steki – wspomina Adrian Kaczmarek, szef kuchni Crudo Gdynia. - Traktujemy tę autoryzację jako zobowiązanie do utrzymywania najwyższych standardów oraz edukowania naszych gości. Chcemy, aby wizyta w Crudo była nie tylko wyjątkowym posiłkiem, ale również okazją do poznania produktu, jego historii i tego, co rzeczywiście czyni go tak niezwykłym.

WOŁOWINY ŚWIATA

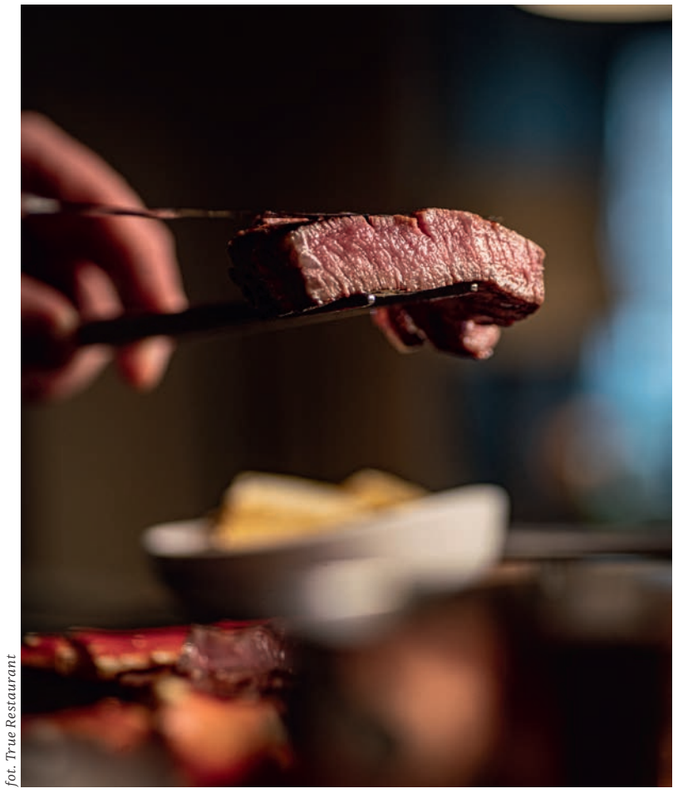
Kobe to nie jedyna jakościowa wołowina w ofercie trójmiejskich restauracji. Wśród polskich producentów warto wspomnieć rasy Hereford czy Black Angus. Z zagranicznych legend można wymienić australijskiego Jack's Creek – wielokrotnego zdobywcę tytułu World's Best Steak Producer na World Steak Challenge, słynącego z doskonałego Black Angusa oraz australijskiego Wagyu z długiego tuczu zbożowego. Kolejna ikona tym razem amerykańska to Creekstone Farms / Greater Omaha ceniona za głęboki, wyrazisty, klasycznie kukurydziany profil smakowy. Z kolei Miyazaki Wagyu / Kagoshima Wagyu to mistrzowie japońskiej „Olimpiady Wagyu", oferujący mięso klasy A5 o najwyższym stopniu marmurkowatości BMS. Wszystkie te wołowiny znajdują się w karcie True.

- Dzięki temu oferujemy gościom przekrojową podróż po najlepszych kulturach hodowlanych globu - od wyrazistych smaków trawiastego i zbożowego chowu po najbardziej luksusowe japońskie certyfikaty – kwituje Katarzyna Soltau.

RZEMIOSŁO I TECHNOLOGIA

Bazowanie na wysokiej jakości produkcie to ogromna odpowiedzialność bez marginesu błędu. Dlatego coraz częściej potrzebne jest odpowiednie specjalistyczne przeszkolenie.

- W naszej kuchni mięsem zajmują się wyłącznie wyspecjalizowani kucharze z wieloletnim doświadczeniem, którzy doskonale rozumieją produkt.



fot. True Restaurant

Agnieszka Łangowska
True

Kwintesencją naszej filozofii jest danie „True Experience". To unikat na skalę kraju - zestawienie tego, co najdoskonalsze na lądzie, czyli oryginalnej, japońskiej wołowiny Kobe, z królem głębin, krabem kamczackim. Pokazuje ono nasze prawdziwe oblicze i jest powodem, dla którego goście odwiedzają nas, by przeżyć kulinarną ceremonię. Dla nas doświadczenie nie kończy się jednak na samym talerzu. Równie ważny jest rytuał serwisu, który składa się na prezentację oraz serwis produktów przez szefa kuchni lub jego zastępcę. Kolację koronuje wręczenie pamiątkowego certyfikatu z unikalnym numerem, na dowód udziału w tym wyjątkowym doświadczeniu degustacyjnym.



fot. True Restaurant

Każdy gatunek i stopień marmurkowatości zachowują się na ruszcie inaczej - mięsa o wyższej zawartości tłuszczu oraz sezonowane na sucho ścinają się i reagują na temperaturę znacznie szybciej. Dlatego opieramy się na rzemiośle popartym technologią – wyjaśnia Rafał Kopicki, szef kuchni restauracji True.

Obowiązują konkretne zasady jak precyzyjna kontrola temperatury – kucharze pracują z sondami termicznymi, które pozwalają trafić w pożądany stopień wysmażenia co do stopnia Celsjusza. Eksperckość wymaga też głębokiej wiedzy o dojrzewaniu - rozumienia, jak proces fermentacji i odparowania wody koncentruje smaki umami i orzechowe nuty, wymagając jednocześnie subtelniejszego traktowania na ogniu. Co więcej po obróbce termicznej stek zawsze musi odpocząć, aby soki równomiernie rozprowadziły się po włóknach, gwarantując maksymalną soczystość przy każdym cięciu.

Z SZACUNKU DO ZWIERZĘCIA

Współczesna kultura stekowa w najlepszym wydaniu to także pełna świadomość tego, co trafia na talerz. Crazy Butcher udowadnia to w praktyce, łącząc rzemieślnicze podejście do hodowli z edukacją kulinarną i udowadniając gościom, że świat steków kryje w sobie znacznie więcej niż tylko powszechnie znany antrykot czy polędwicę.

- Kiedy samemu hoduje się zwierzęta, naturalnie myśli się o całej tuszy, a nie tylko o dwóch najbardziej znanych elementach. To kwestia szacunku dla zwierzęcia i pracy hodowcy, a przy okazji ogromna przygoda dla smakosza. Cięcia alternatywne często mają głębszy, bardziej wyrazisty smak, ciekawszą strukturę i bywają przystępniejsze cenowo. Warto też sięgnąć po steki z kością, takie jak T-bone czy porterhouse, które w jednym kawałku łączą polędwicę z rostbefem, a kość dodaje im smaku – wskazuje Filip Weka. - Przy ladzie zawsze podpowiadamy, jak takie mniej oczywiste cięcie przygotować, żeby pokazało pełnię możliwości. Jednocześnie nie rezygnujemy z klasyki. W karcie są ribeye, rostbef i polędwica, steki z jałówki i z byka, a także selekcja steków importowanych z Australii i Japonii, w tym słynnym japońskim Kobe. •

”

Roman Kotsan
Crazy Butcher

Naszą małą wizytówką jest hanger steak, nazywany stekiem rzeźnika. Jedna sztuka ma tylko jeden taki kawałek, dlatego rzeźnicy przez lata zostawiali go dla siebie, zamiast wystawiać na ladę. Trudno o cięcie, które lepiej oddawałoby nasze rzemieślnicze korzenie. Jest wyrazisty, soczysty i świetnie sprawdza się na początek stekowej przygody. W naszym bistro podajemy go z autorskim chimichurri i to połączenie naprawdę warto poznać. Jeśli zaś chodzi o pozycje spektakularne, to oczywiście selekcja steków importowanych, z australijskim wagyu i słynnym japońskim Kobe na czele. Ale sercem Crazy Butcher pozostaje wołowina z naszej mazurskiej farmy.



fot. Crazy Buthcer

TRUE
steaks & seafood
doświadcz
TRUE EXPERIENCE
True Restaurant
Gdańsk, ul. Chmielna 10
www.truerestaurant.pl

Autor:
Marta Blendowska

Oskar Zięta x True Restaurant

Sztuka, design i smak

Co łączy metal, który pod wpływem ciśnienia przybiera rzeźbiarskie kształty, z autorskim deserem? Więcej, niż mogłoby się wydawać. Podczas piątej edycji „Sztuki Wielu Twarzy", zorganizowanej 23 października w True Restaurant, twórczość Oskara Zięty stała się punktem wyjścia do spotkania sztuki, designu i gastronomii.

Zdjęcia:
Natalia Kuna



Inspiracją dla wieczoru była charakterystyczna dla Oskara Zięty umiejętność nadawania metalowi nieoczywistych form. W przestrzeni True Restaurant znalazło się miejsce zarówno na rozmowę o technologii i projektowaniu, jak i na kulinarną interpretację twórczości artysty. Spotkały się tu różne dziedziny kreatywności oraz odmienne sposoby myślenia o materiale, formie i funkcji.

Pomysł na „Sztukę Wielu Twarzy" narodził się z potrzeby stworzenia wydarzenia, które wykraczałoby poza ramy tradycyjnego wernisażu czy kolacji. Katarzyna Soltau, współwłaścicielka restauracji True, chciała zapraszać do restauracji polskich artystów, których pracami inspiruje się szef kuchni Rafał Kopicki przekładając ich twórczości na własny język – smaków, kompozycji i form na talerzu. Ideą wydarzenia łączy świat gastronomii, biznesu, kultury i sztuki co daje możliwosc do wspólnych dyskusji. Sztuka nie pozostaje zamknięta w galerii, lecz staje się częścią wspólnego doświadczenia. Gastronomia nie pełni tu wyłącznie funkcji dopełnienia wieczoru – jest kolejnym obszarem twórczej ekspresji.

- Zależało mi na tym, aby pokazywać polskich artystów, a nasz szef kuchni, który również jest artystą, mógł się nimi inspirować i przedstawiać swoją twórczość na talerzu – podkreśla Katarzyna Soltau.

MIĘDZY INŻYNIERIĄ A SZTUKĄ

Marzenie o zaproszeniu Oskara Zięty towarzyszyło projektowi od samego początku. Artysta znany jest z poszukiwań na styku projektowania, inżynierii i sztuki. W swojej pracy wykorzystuje technologię FiDU, opartą na kontrolowanym formowaniu metalowych elementów za pomocą ciśnienia wewnętrznego. Dzięki niej płaskie blachy zyskują przestrzenną formę, a proces technologiczny staje się jednym z głównych narzędzi kreacji.

O drodze do zaproszenia projektanta opowiedziała Katarzyna Soltau, podkreślając rolę trzech kobiet, dzięki którym pomysł udało się zrealizować. Joanna Polus, właścicielka warszawskiej galerii Your Art Maison i doradczyni sztuki, współtworzy z nią wydarzenie już po raz trzeci. To właśnie ona wskazała Olgę Kisiel-Konopkę jako osobę, która może pomóc w nawiązaniu współpracy z artystą. Do zespołu dołączyła również Małgorzata Udala, menedżerka Oskara Zięty. Dla Joanny Polus spotkanie miało także osobisty wymiar. Twórczość Zięty śledzi od lat, a samego artystę poznała dekadę temu podczas jego wystawy w Gdyni. Podkreślała, że jego działalność łączy kompetencje architekta i inżyniera z odwagą twórcy, który nieustannie poszukuje nowych rozwiązań.

- Ani design, ani sztuka zdecydowanie nie są od tego, by być zamknięte w galeriach i muzeach. To doświadczenia, z którymi warto, żebyśmy spotykali się na co dzień - właśnie w restauracjach, hotelach czy przestrzeniach publicznych. W takich miejscach obiekty zaczynają żyć, wchodzą w relacje z ludźmi i stają się częścią ich codziennych doświadczeń – podkreśla Oskar Zięta.

DESER, KTÓRY OPOWIADA O DESIGNIE

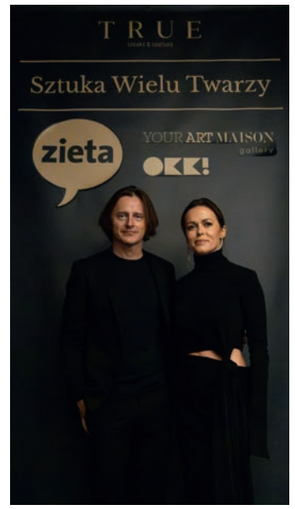
Jednym z najbardziej wymownych przykładów dialogu między sztuką a gastronomią okazał się deser przygotowany przez szefa kuchni True Restaurant, Rafała Kopickiego. Inspiracją były lustrzane donaty Oskara Zięty.

- Fascynuje mnie to, jak Oskar potrafi wydobyć ze znanego materiału coś zupełnie nieoczywistego i nadać mu nową formę. W kuchni staram się działać podobnie. Wychodzę od produktu, który wszyscy znamy, a następnie poprzez technikę, teksturę czy sposób podania pokazuję go z zupełnie innej strony – wyjaśnia Rafał Kopicki.

W tym podejściu liczy się nie dosłowna inspiracja, ale wspólna filozofia tworzenia. U Zięty punktem wyjścia jest materiał, u Kopickiego – produkt. Obaj poszukują ukrytego w nich potencjału, eksperymentując z formą i właściwościami.



fot. Radek Kaźmierczak, OKK PR



- Danie istnieje tylko przez chwilę, ale właśnie dzięki temu staje się doświadczeniem bardzo intensywnym i osobistym. Gość nie tylko je ogląda, ale angażuje wszystkie zmysły: smak, zapach, wzrok, a często także emocje i wspomnienia – podkreśla szef kuchni.

SZTUKA ŁĄCZY LUDZI

Piątą edycję „Sztuki Wielu Twarzy" zorganizowano we współpracy z agencją OKK! PR, projektem Kolacja Architektów oraz galerią Your Art Maison. Wszystkie te inicjatywy łączy zainteresowanie twórczością, architekturą i designem, ale także przekonanie, że wartościowe relacje powstają dzięki bezpośrednim spotkaniom. Wydarzenie zgromadziło przedstawicieli środowisk twórczych i biznesowych. W realizację wieczoru zaangażowały się również marki Alurroc, Kontakt Simon, Dąbek i Vizardo, wspierając ideę budowania więzi wykraczających poza zawodowe znajomości.

„Sztuka Wielu Twarzy" odbywa się dwa razy w roku – wiosną i jesienią. Każda edycja jest kolejną odsłoną projektu, który konsekwentnie poszerza pole spotkania sztuki z innymi dziedzinami życia. Następna została zaplanowana na marzec 2027 roku. •

Autor:
Marta Blendowska

Zdjęcia:
Katarzyna Danaj

RestaurantWeek w sopockim Atelier



Tatar wołowy podany w chrupiącym cannoli, ziemniaczane pączki z wędzonym twarogiem czy gołąbki zawinięte w liść ryżowy – w sopockim Atelier Cocktails & Food dobrze znane smaki zyskują mniej oczywiste formy. Restauracja po raz pierwszy dołączyła do RestaurantWeek, a podczas kolacji ambasadorskiej mieliśmy okazję poznać jej festiwalową propozycję.

Atelier Cocktails & Food mieści się przy al. Franciszka Mamuszki 2, w bezpośrednim sąsiedztwie Teatru Atelier. Położona w nadmorskiej części Sopotu restauracja stawia na autorską kuchnię, w której klasyczne składniki pojawiają się w mniej oczywistych zestawieniach. Ważnym elementem jej oferty jest również bar, proponujący zarówno klasyczne koktajle, jak i własne kompozycje. Jesienna edycja RestaurantWeek stała się okazją do zaprezentowania festiwalowej karty szerszemu gronu gości i spotkania w gronie miłośników dobrego jedzenia oraz twórców kulinarnych.

NIEOCZYWISTY POCZĄTEK: TATAR W CANNOLI I ZIEMNIACZANE PĄCZKI

W menu mięsnym kolację rozpoczęło chrupiące cannoli wypełnione tatarem z polędwicy wołowej. Francuska musztarda i świeży szczypior nadawały mięsu wyrazistości, a aksamitny żel z żółtka dopełniał całość kremową konsystencją. Połączenie chrupiącej formy z delikatnym, mięsnym wnętrzem tworzyło interesujący kontrast i stanowiło wyrazisty początek kolacji.
Wariant wegetariański proponował zupełnie inną kompozycję. Złociste mini pączki z purée ziemniaczanym podano z sosem z palonej cebuli, wędzonym twarogiem, popcornem z kaszy gryczanej i majonezem koperkowym. Ziemniaki, dymne nuty oraz świeży, ziołowy akcent tworzyły wielowymiarowe połączenie. Ważną rolę odgrywały tu również zróżnicowane tekstury – od miękkiego wnętrza pączków po chrupiące dodatki.

ZNANE DANIA, NOWE INTERPRETACJE

W menu mięsnym główną rolę odgrywała rolada z kurczaka z nadzieniem z suszonych pomidorów i rozmarynu. Towarzyszyły jej mizeria z cukinii, aksamitne purée z selera, fasolka w tempurze oraz sos żółte curry. Delikatność mięsa kontrastowała z wyrazistym sosem, a chrupiąca fasolka stanowiła uzupełnienie kremowych dodatków. Całość łączyła dobrze znane składniki z przyprawami i akcentami charakterystycznymi dla kuchni azjatyckiej.

Menu wegetariańskie przyniosło natomiast nowoczesną interpretację gołąbków. Zamiast tradycyjnej kapusty wykorzystano delikatny liść ryżowy, skrywający nadzienie z ryżu i warzyw. Danie uzupełniały kremowy sos żółte curry, słodka kukurydza oraz oliwy paprykowa i koperkowa. Choć punktem wyjścia była potrawa dobrze zakorzeniona w polskiej kuchni, jej forma i dobór dodatków wyraźnie odbiegały od klasycznej wersji. To przykład swobodnego podejścia do kulinarnej tradycji, w którym znajome składniki stają się podstawą nowej kompozycji.

CZEKOLADA W DWÓCH ODSŁONACH

Na zakończenie kolacji pojawiły się dwa desery oparte na połączeniu czekolady i owoców, jednak różniące się charakterem i doborem dodatków. W pierwszym wariancie festiwalowego menu podano intensywnie czekoladowe brownie z wiśniowym compotée, kremem waniliowym i karmelem z orzechami ziemnymi. Wyrazistą słodycz czekolady przełamywała kwaskowość wiśni, a orzechowy karmel wprowadzał chrupiący akcent. Krem waniliowy łagodził intensywność pozostałych składników, nadając kompozycji delikatności.



W drugim wariancie znalazł się czekoladowy biszkopt z lodami z czarnej porzeczki, opalaną bezą i jagodowym compotée. Owocowa kwasowość równoważyła słodycz czekolady i bezy, a zestawienie puszystego biszkoptu z zimnymi lodami i delikatną bezą wprowadzało dodatkowe kontrasty. Oba desery pokazały, jak różnorodne kompozycje można stworzyć na bazie klasycznego połączenia czekolady i owoców.

PRETEKST DO ODKRYWANIA NOWYCH MIEJSC

Jesienna edycja RestaurantWeek zachęca do odkrywania nowych adresów i wychodzenia poza codzienne kulinarne przyzwyczajenia. W festiwalu uczestniczy 36 restauracji z Trójmiasta, oferujących specjalnie przygotowane trzydaniowe menu. To okazja zarówno do zaplanowania kolacji we dwoje, spotkania z przyjaciółmi, jak i odwiedzenia miejsca, które od dawna znajdowało się na liście restauracji do odkrycia. Cena festiwalowego menu rozpoczyna się od 69,99 zł za osobę. Do rezerwacji doliczana jest opłata w wysokości 12,99 zł za gościa, przy minimum dwóch osobach. Wybór godziny w przedziale prime time wiąże się z dodatkową opłatą 10 zł. W ramach festiwalowej oferty goście mogą również wybrać Coca-Colę Zero Cukru lub koktajl na bazie Martini. Rezerwacji dokonuje się za pośrednictwem strony RestaurantWeek.pl, wybierając restaurację, termin, godzinę oraz jeden z dostępnych wariantów menu. Każda wizyta trwa około 90 minut.

RestaurantWeek pozostaje dobrym pretekstem do poznawania nowych miejsc na kulinarnej mapie Trójmiasta. Sopockie Atelier Cocktails & Food pokazuje, że inspiracji można szukać również w dobrze znanych potrawach – wystarczy zmienić sposób ich podania, połączyć odmienne smaki i nadać klasycznym składnikom nową formę. Festiwalowy debiut restauracji to propozycja dla tych, którzy lubią odkrywać mniej oczywiste oblicza współczesnej kuchni. •

Operatorzy własnych intencji

Jeśli podążyć za myślą Yuvala Noaha Hararriego, który zwraca uwagę na szczególne znaczenie języka w rozwoju sztucznej inteligencji. Język był przecież jednym z fundamentów ludzkiej cywilizacji. To dzięki niemu mogliśmy opowiadać historie, tworzyć religie, państwa, pieniądze, prawo, sztukę i całe systemy znaczeń. Jeżeli więc pomiędzy człowiekiem a światem pojawia się dziś nowa warstwa języka – cyfrowa, generatywna, niemal natychmiast zamieniająca intencję w działanie – zmienia się coś więcej niż tylko zestaw dostępnych narzędzi. Zmienia się kod źródłowy codzienności.

Dotychczas komputer był narzędziem. Trzeba było nauczyć się jego języka: programu graficznego, arkusza kalkulacyjnego, kodowania, modelowania 3D. Teraz sytuacja się odwraca. To komputer uczy się naszego języka. I właśnie dlatego AI może stać się czymś znacznie większym niż kolejną technologią. Może stać się pośrednikiem pomiędzy nami a rzeczywistością. Nie będziemy już sami wykonywać wielu czynności. Będziemy wydawać dyspozycje systemom, które wykonają je za nas. Z właścicieli własnej sprawczości możemy więc stopniowo stać się jej najemcami.

To oczywiście brzmi niepokojąco, ale jest też druga strona tej historii. Być może sztuczna inteligencja zmusi nas do zadania pytania, którego przez ostatnie dekady skutecznie unikaliśmy: po co właściwie tworzymy? Jeżeli obraz można wygenerować w minutę, projekt przygotować w pięć minut, stronę internetową w kwadrans, a grę w pół godziny, ekonomiczna wartość samego aktu produkowania zacznie spadać. I paradoksalnie może to być dobra wiadomość dla twórców. Być może po raz pierwszy od bardzo dawna będą naprawdę wolni. Wolni od konieczności nieustannego udowadniania swojej użyteczności. Wolni od produkowania kolejnych wersji, formatów, wizualizacji i prezentacji. Wolni, albo zmuszeni, do tworzenia dlatego, że chcą coś powiedzieć. Dla siebie. Dla drugiego człowieka. Z potrzeby, która nie mieści się w briefie. Bo jednej rzeczy AI prawdopodobnie nam nie odbierze: przyjemności tworzenia. Tak samo jak nie odbierze nam przyjemności siedzenia naprzeciwko drugiego człowieka, rozmowy, dotyku, wspólnego patrzenia na jezioro czy słuchania muzyki granej przez kogoś, kto siedzi kilka metrów od nas.

Być może więc pytanie „czy AI zastąpi twórców?" jest źle postawione.

Być może nie chodzi o to, czy zastąpi twórców.

Chodzi o to, czy po raz pierwszy będziemy musieli naprawdę odpowiedzieć sobie napytanie, kim jest twórca, kiedy tworzyć może już każdy. Także maszyna. Sztuczna inteligencja nie stanie się nami. Ale może stać się niemal wszystkim pomiędzy nami a światem. Stanowisko pracy: operator własnych intencji. •



↑ Jan Sikora

Projektant prowadzący autorską pracownię Sikora Wnętrza i profesor gdańskiej ASP. Obserwator i uczestnik świata projektowego. Juror i przewodniczący jury najważniejszych branżowych konkursów. W 2025 roku uhonorowany tytułem Best Polish Interior Designer za całokształt pracy. Laureat ponad 15 międzynarodowych nagród, w Polsce m.in. Nagrody Architektonicznej „Polityki" i Bryły Roku. Członek SARP, pełnomocnik Rektora w Akademii.



Fot. Tom Kurek



Projekt: LOUD STUDIO

Zdjęcia: Emi Karpowicz

Spokój z charakterem

Naturalny dąb, ciepłe szarości, starannie dobrane polskie wzornictwo i kilka odważniejszych akcentów. W tym gdańskim mieszkaniu na Przymorzu ponadczasowa elegancja spotyka się z funkcjonalnością, a współczesny design z przedmiotami, które mają własną historię. Całość dopełnia panorama miasta, z charakterystycznymi stoczniowymi żurawiami w tle.



Wnętrza, które nie poddają się chwilowym modom, wcale nie muszą być zachowawcze. Przekonuje o tym realizacja gdańskiego mieszkania, w którym stonowana kolorystyka i naturalne materiały stały się tłem dla wyrazistych detali, ciekawych form i nieoczywistych zestawień. Architekci postawili na rozwiązania, które dobrze znoszą upływ czasu, ale jednocześnie nadają przestrzeni indywidualny charakter. Równie ważne jak estetyka okazało się przemyślane wykorzystanie każdego metra kwadratowego.

Podstawą aranżacji jest naturalny dąb zestawiony z ciepłymi odcieniami szarości. Tę spokojną paletę przełamują czarne elementy – oprawy oświetleniowe, okucia, stoliki oraz metalowy parawan w przedpokoju. Pojawiające się w tekstyliach i dodatkach odcienie rudości wprowadzają do wnętrza ciepło i dobrze współgrają z rysunkiem drewna. Dzięki konsekwentnie dobranym materiałom i kolorom poszczególne pomieszczenia tworzą spójną całość, choć każde z nich ma nieco inny charakter.

JEDEN MOTYW, WIELE FUNKCJI

Elementem, który łączy salon z sypialnią, jest wysoki drewniany cokół poprowadzony przez oba pomieszczenia. Ten pozornie prosty zabieg porządkuje przestrzeń i nadaje jej architektoniczny rytm. Jednocześnie pozwala zintegrować pojemne schowki z lżejszymi, białymi elementami zabudowy, dzięki czemu meble nie przytłaczają wnętrza. W salonie szczególną uwagę poświęcono wielofunkcyjności. Wkomponowane w zabudowę tapicerowane siedzisko przejmuje część funkcji krzeseł przy stole, ograniczając liczbę wolnostojących mebli. Towarzyszą mu otwarte półki, na których znalazło się miejsce na książki, rośliny i drobiazgi.

Całość jest praktyczna, ale daleka od surowego minimalizmu. Miękkie tkaniny, drewno i starannie dobrane dodatki nadają przestrzeni domową atmosferę. Podobna konsekwencja widoczna jest w sypialni. Jedną ze ścian zajmuje pojemna zabudowa szaf, natomiast łóżko wpisano w przytulną niszę z tapicerowanym zagłówkiem, podręczną półką i oświetleniem do czytania. Wszystko ma tu swoje miejsce, a rozwiązania służące przechowywaniu pozostają dyskretne. Dzięki temu nawet na ograniczonej powierzchni udało się stworzyć komfortową strefę odpoczynku.

DESIGN Z HISTORIĄ

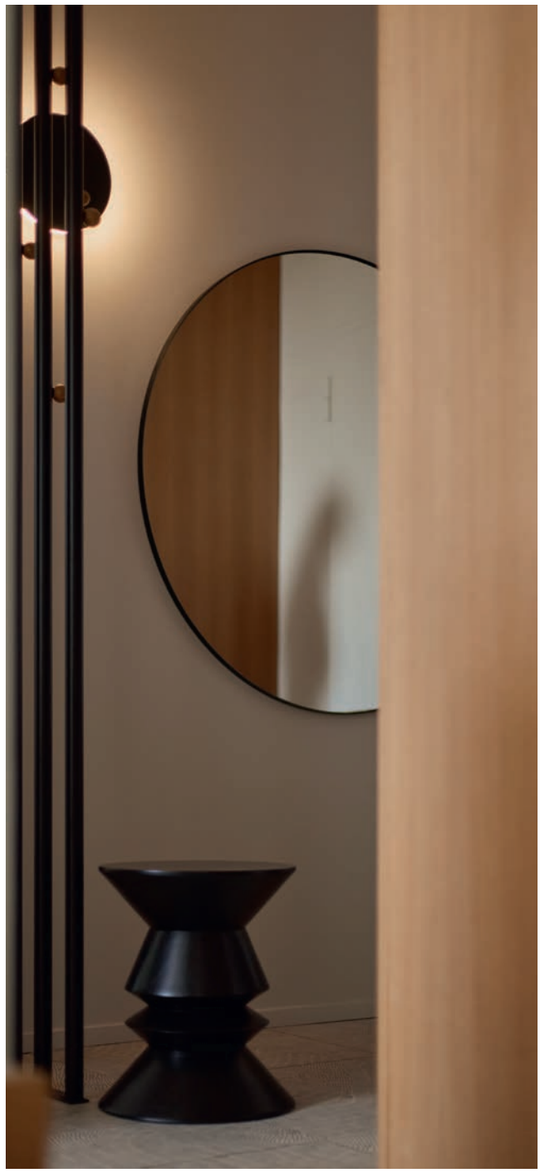
O charakterze mieszkania decydują również meble i przedmioty, których dobór nie był przypadkowy. W salonie uwagę przyciąga stół odnowiony przez kaszubskiego stolarza i pomalowany na szarozielony kolor. Jego odcień subtelnie nawiązuje do kolorystyki ścian, a jednocześnie dobrze komponuje się z naturalnym dębem.

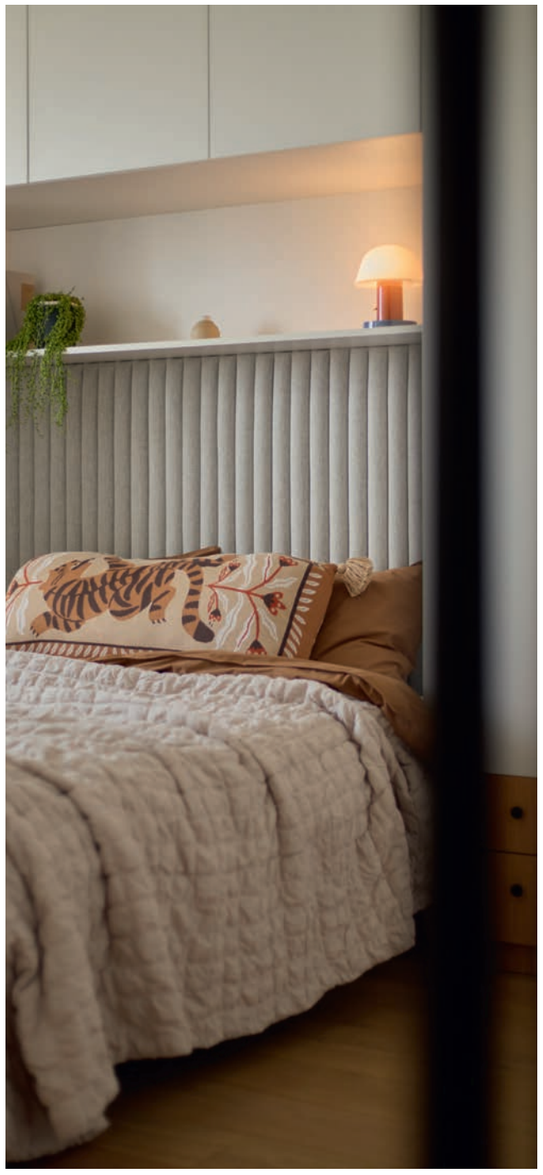
Obok stanęły krzesła polskiej marki Fameg, znanej z tradycji gięcia drewna, a część wypoczynkową uzupełniają stoliki kawowe Tamo i Salak. W przedpokoju znalazł się z kolei stołek Misa Form. Zestawienie współczesnego polskiego wzornictwa z odnowionymi meblami sprawia, że wnętrze nie przypomina katalogowej aranżacji. Ma własną tożsamość, budowaną nie tylko przez formy i kolory, ale również przez historię poszczególnych przedmiotów.

- Zależało nam na zestawieniu różnych estetyk w sposób, który nada wnętrzu indywidualny charakter, nie odbierając mu spójności – podkreśla Katarzyna Bylica, autorka projektu.

Najbardziej wyrazisty akcent pojawia się w łazience. To tutaj stonowana estetyka pozostałych pomieszczeń ustępuje miejsca zdecydowanej grafice. Czarno-białe płytki włoskiej marki 41zero42, pokryte nieregularnym wzorem, przyciągają uwagę i nadają przestrzeni niemal artystyczny charakter. Aby uniknąć nadmiaru bodźców, zestawiono je







z jasnymi ścianami i czarną armaturą. Geometryczny rysunek płytek równoważy zaokrąglona forma wiszącej szafki. Dzięki temu łazienka, choć stylistycznie odważniejsza, pozostaje integralną częścią mieszkania.

PRZESTRZEŃ ZAPROJEKTOWANA DO ŻYCIA

Za pozorną prostotą tej realizacji kryje się starannie przemyślany projekt. Architekci odpowiadali nie tylko za estetykę wnętrz, ale również za opracowanie układu funkcjonalnego dostosowanego do potrzeb mieszkańców, nadzór autorski i koordynację realizacji.

- Cały projekt prowadziliśmy kompleksowo – od opracowania układu funkcjonalnego dopasowanego do potrzeb inwestorów, przez projekt wnętrz, aż po nadzór autorski i koordynację realizacji – wyjaśnia projektantka.

Efektem jest mieszkanie, które mimo niewielkiego metrażu nie sprawia wrażenia ciasnego ani przeładowanego. Zabudowy pełnią kilka funkcji jednocześnie, materiały budują przytulność, a umiejętnie dobrane detale nadają wnętrzu osobowość. Nie ma tu potrzeby epatowania luksusem czy podążania za trendami. Są za to dobre proporcje, szlachetna prostota i przedmioty, które mają znaczenie. •



fot. Agnieszka Potocka

Autorka: Marta Dworak

Paryż nie ma monopolu na *luksus*

Można otaczać się luksusem, nosić kreacje wielkich projektantów i perfumy, które zachwycają miliony. A jednak nigdy nie odkryć tego, co naprawdę do nas pasuje. Największą przyjemność daje przecież odkrycie czegoś wyjątkowego, zanim stanie się obiektem pożądania innych.

Paryż od pokoleń uchodzi za stolicę luksusu. Wielkie domy mody, legendarne perfumerie, nazwiska rozpoznawalne na całym świecie. To właśnie tam często rodzą się trendy, za którymi później podążają miliony. Ale nie wszystkie niezwykłe historie zaczynają się w Paryżu. Niektóre powstają z dala od wielkich modowych stolic, w miejscach, o których świat dopiero usłyszy.

– Właśnie za takie odkrycia kocham świat perfum – mówi Iwona Mikoś, współtwórczyni Maison Store, House of Sensation. – Najciekawsze jest to, że czasem zapach, po który sami nigdy byśmy nie sięgnęli, okazuje się tym, który zachwyca nas najbardziej. I nagle otwiera się przed nami zupełnie nowy świat.

ZAPACH DOBRANY DO CZŁOWIEKA

Droga do indywidualnie dobranych perfum zaczyna się od rozmowy z senselierem – doradcą, który pomaga odkrywać świat zapachów. Nie chodzi o stworzenie nowej kompozycji na zamówienie, lecz o odnalezienie tej, która najlepiej oddaje osobowość, styl i emocje konkretnego człowieka. A to wymaga czegoś, co w świecie nieograniczonego wyboru staje się zaskakująco rzadkie: umiejętności słuchania.

Wśród zabytkowych kamienic i bursztynowych witryn gdańskiej Mariackiej kryje się miejsce, które trudno pomylić ze zwykłą perfumerią. Maison Store to perfumeria niszowa w Gdańsku, przy ul. Mariackiej 18/20, w której luksus nie jest definiowany przez rozpoznawalność marki, lecz przez indywidualne doświadczenie. Tutaj w centrum uwagi jest człowiek, jego osobowość i przyjemność odkrywania.

– Wszystko zaczyna się od rozmowy o stylu, wspomnieniach i upodobaniach. Czasem o ważnym spotkaniu, a czasem o czymś co trudno ubrać w słowa. Dopiero później pojawiają się flakony – opowiada Iwona Mikoś.

NISZOWE OPOWIEŚCI

Wśród nich są niezależne marki perfum niszowych, takie jak PantaRei, której kompozycje Maison Store oferuje na zasadach wyłączności w Polsce, czy Sikelia, czerpiąca inspiracje z klimatu Sycylii. Nie brakuje też twórców polskich marek, wśród których wyróżnia się perfumiarz Alan Balewski ze swoją marką Bale i Chronicles. To świat odważnych, nieoczywistych zapachów, których próżno szukać w popularnych perfumeriach.

– Bywa, że ktoś przychodzi przekonany, że kocha wyłącznie świeże perfumy, a wychodzi z fascynacją czymś ciepłym, drzewnym, zupełnie nieoczekiwanym. Innym razem najważniejszym odkryciem okazuje się to, że wcale nie trzeba podejmować decyzji od razu – wspomina Iwona Mikoś. – Bo dobry zapach nie zawsze ujawnia wszystko przy pierwszym spotkaniu.

NIE PAMIĘTASZ TWARZY. PAMIĘTASZ ZAPACH.

Czasem wystarczy minąć nieznajomą osobę, by w jednej sekundzie przenieść się myślami kilkanaście lat wstecz. Do pierwszej miłości, letniego wieczoru, uścisku, którego nie chcieliśmy kończyć. Bez fotografii, muzyki i słów. Wystarczył jeden zapach.

Niezwykłe, jak wiele emocji potrafi kryć się w jednej kompozycji. Wybór perfum jest więc czymś znacznie bardziej osobistym niż mogłoby się wydawać. Nie chodzi wyłącznie o to, jak chcemy pachnieć dzisiaj, ale również o to, jak zostaniemy zapamiętani jutro.

– W Maison Store takie chwile zaskoczenia są częścią codzienności. Najpiękniejsze są reakcje naszych klientów. Gdy ktoś odkrywa zapach, którego nigdy wcześniej nie znał, nagle się uśmiecha, zamyka oczy albo mówi: niemożliwe, że perfumy mogą tak pachnieć. Uwielbiamy te momenty, a jeszcze bardziej chwile, gdy ludzie wracają, by odkrywać dalej – przyznaje Iwona Mikoś.

Niektórzy turyści po pierwszej wizycie wpisują Maison Store na listę miejsc, do których wracają podczas każdego kolejnego pobytu w Gdańsku. Są również klienci, którzy przyjeżdżają specjalnie z innych miast, by odkrywać nowe kompozycje. W ich przypadku to nie Maison Store jest dodatkiem do wycieczki. To Gdańsk staje się pięknym dodatkiem do wizyty w Maison Store.



fot. Bartosz Peszel

MIEJSCA TEŻ MAJĄ SWOJĄ PAMIĘĆ

Skoro zapach potrafi przywołać wspomnienie człowieka, dlaczego nie miałby stać się również wspomnieniem miejsca? Wyobraźmy sobie wesele. Suknia, muzyka, pierwszy taniec. A gdyby po latach jeden zapach potrafił przywołać atmosferę całego wieczoru, jakby wydarzył się wczoraj?

– W Maison Store dobieramy perfumy nie tylko dla ludzi, ale również dla miejsc. Prywatnych rezydencji, eleganckich restauracji, butikowych hoteli, przestrzeni biznesowych, a nawet pałacowych wnętrz. Nie chodzi o zwykłe zapachy do pomieszczeń, lecz o prawdziwe perfumy do wnętrz, które stają się częścią atmosfery miejsca. W aromamarketingu zapach jest świadomie wykorzystywany do budowania doświadczeń, ale dla nas najważniejsze są emocje, które pozostają w pamięci gości – wyjaśnia Iwona Mikoś.

Dla tych, którzy nie mogą osobiście zajrzeć na Mariacką, świat Maison Store pozostaje dostępny również online. W sklepie internetowym maisonstore.pl można rozpocząć odkrywanie od próbek perfum niszowych oraz eleganckich zestawów discovery. Niektóre kolekcje, jak luksusowy zestaw 21 zapachów marki Pana Dora, same w sobie są wyjątkowym prezentem. Bo zamiast wybierać komuś jeden zapach, można podarować mu coś znacznie ciekawszego – przyjemność odnalezienia zapachu, który naprawdę do niego pasuje.

Gdańsk również pozostawił w Maison Store swój ślad. W autorskiej kompozycji Amber Gem inspiracją stał się bursztyn – od wieków związany z historią miasta.

Może więc prawdziwy luksus nie polega na posiadaniu tego, co podziwiają wszyscy, lecz na odkryciu czegoś, co jest naprawdę nasze. Czegoś, co nie musi podobać się całemu światu.

Nie trzeba szukać tego w Paryżu. Czasem wystarczy skręcić w Mariacką. •

Maison Store, ul. Mariacka 18/20, Gdańsk | maisonstore.pl

MAISON
HOUSE OF SENSATION

POJEDYNEK RYSOWNIKÓW

ulotność / ulotne

„Łapię chwile ulotne jak ulotka ...” – śpiewali mistrzowie mikrofonu polskiej sceny hip-hop. Jesień to czas powracającej refleksji o ulotności, choć stoicy mieli na to swoją receptę. O ile „carpe diem” może być sposobem na codzienność, nie powstrzyma ulotności. Czy może zrobić to sztuka?

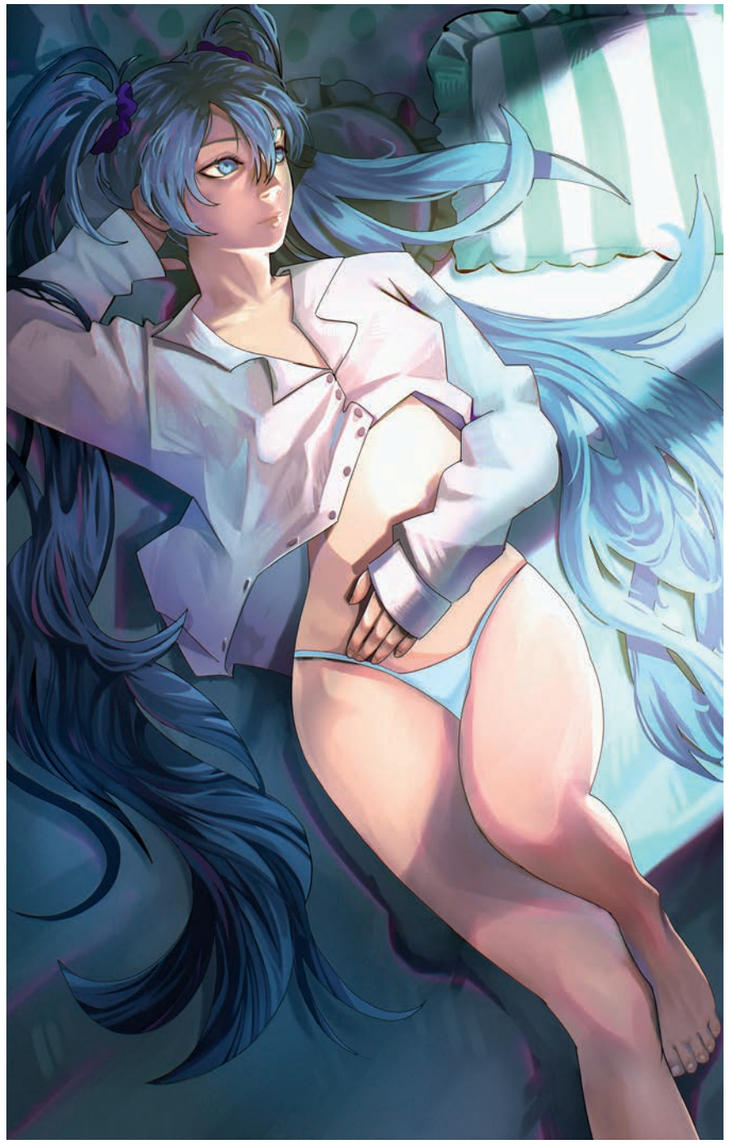
Na pojedynek wyzywa:
Michalina Domoń





↑ Hanna Banaszczyk (@hannabanaszczyk)
artystka, malarka, miłośniczka kotów, przyrody, długich spacerów i morsowania.

Rysuję, bo... chcę utrwalić to, co nieustannie się zmienia. Interesują mnie ślady, zmiany i wrażenia, które pozostają w pamięci, nawet kiedy ich źródło już znika. ***Mój pierwszy rysunek przedstawiał ...*** jesień. Miałam może cztery, pięć lat i bardzo lubiłam ją rysować. Dziś myślę, że opadające liście były moim pierwszym spotkaniem z ulotnością. ***Co pobudza moją kreatywność?*** Spacery, podróże i kontakt z naturą. To, co z daleka wydaje się monumentalne, z bliska odsłania drobne, niemal niewidoczne światy. ***Artysta dojrzewa, kiedy ...*** zaczyna ufać własnemu procesowi twórczemu i akceptować, że nie wszystko musi być od razu zrozumiałe ani zaplanowane. ***Największe wyzwanie to ...*** przełamywanie lęku przed nieznanym i wyjście na przysłowiową scenę. ***Ulotność to...*** nieustanna zmiana — ruch między pojawianiem się a zanikaniem. ***Co jest ulotne?*** Właściwie wszystko: my sami, przyroda, emocje, spotkania, atmosfera i miejsca. ***Co nie ulatuje?*** Czas zapisany w formach, ślady obecności i obrazy, które przechowują fragmenty doświadczeń. Nie zatrzymują samej chwili, ale pozwalają do niej powracać. ***Jak zatrzymać ulotne?*** Nie można zatrzymać rzeczywistości w miejscu, ale możemy zachować jej ślad i pozwolić jej żyć dalej w innej formie. ***Ulotne, do którego chciałabym wrócić ...*** dobre i przełomowe momenty, podróże i intensywność doświadczenia. W tej chwili do Asturii — jej skalistego wybrzeża, zapachu morza i wiatru, życzliwości ludzi, dzięki której obce miejsce stało się bliskie i przypomniało, jak wiele może się wydarzyć, kiedy pozwalamy rzeczom płynąć własnym rytmem. •





↑ Julia Fehlau (@lianocturnal)
studiuje grafikę oraz animację na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku. W twórczości skupia się na ilustracji postaci, czerpiąc silne inspiracje ze współczesnej kultury internetowej. Działa głównie w sieci, gdzie regularnie prowadzę streamy na żywo, pokazując kulisy i pełen proces powstawania prac.

Rysuję, bo ... sprawia mi to przyjemność, ale też pozwala budować historie i pokazywać je światu. ***Mój pierwszy rysunek przedstawiał...*** pluszowego misia w lesie, a przynajmniej twierdziłam, że to właśnie przedstawiał. Komiksy, filmy i animacje.... ***pobudzają moją kreatywność. Artysta dojrzewa, kiedy ...*** w końcu uwolni się od perfekcjonizmu. ***Największe wyzwanie to ...*** trzymanie się swoich wartości i ciągłe pchanie na przód, bez względu na wątpliwości.

Ulotność to ... zjawisko, które uczy doceniać to co jest teraz. ***Co jest ulotne?*** Może to cliche odpowiedź, ale najbardziej ulotne jest życie i każda jego chwila. ***Co nie ulatuje?*** To co po sobie zostawiamy. Sztuka jest bardzo stała. ***Jak zatrzymać ulotne?*** Poprzez dokumentowanie tego. ***Ulotne, do którego chciałabym wrócić ...*** Jest wiele ulotnych chwil do których chciałabym wrócić, jednak lepiej jest skupić się na tych momentach, które dzieją się teraz, zanim one się ulotnią. •

KOSIŃSKA LABEL

Koronka w zupełnie nowej roli



Wszystko zaczęło się od słabości do pięknych tkanin i kolekcji koronek, która z czasem zaczęła wymykać się spod kontroli. Dziś z tych zapasów powstają nietuzinkowe gorsety na szyję – trochę biżuteria, trochę element garderoby, a przede wszystkim sposób na zabawę modą.

Niektórzy kolekcjonują buty, inni torebki, a Małgorzata Kosińska, założycielka Kosińska Label, ma szczególną słabość do koronek. Delikatnych, subtelnych, ale też tych bardziej wyrazistych, bogato zdobionych koralikami czy cekinami. Zamiast jednak pozwolić im zalegać na półkach, postanowiła znaleźć dla nich nowe zastosowanie. Tak narodził się pomysł na ozdobne gorsety na szyję – dodatki, które przyciągają wzrok i potrafią całkowicie odmienić charakter nawet najprostszej stylizacji.

- Od dłuższego czasu koronka jest wykorzystywana w świecie mody. Mam do niej słabość, to piękna tkanina dająca wiele możliwości. Zaczęło się od tego, że zgromadziłam spore zapasy koronek, kupując często końcówki kolekcji. Jestem uzależniona od kupowania tkanin – przyznaje z uśmiechem projektantka.

Z czasem rosnąca kolekcja stała się więc nie tylko źródłem inspiracji, ale też impulsem do stworzenia czegoś własnego. Początkowo nie było jednak mowy o rozbudowanej kolekcji czy planach związanych z marką. Pierwsze gorsety powstawały przede wszystkim z potrzeby eksperymentowania z materiałem i sprawdzenia, jak można wykorzystać koronkę w nieco mniej oczywisty sposób.

ANI KOŁNIERZYK, ANI NASZYJNIK

Punktem wyjścia była chęć zaproponowania czegoś innego niż dobrze znane koronkowe kołnierzyki. Projektantka zauważyła, że podobnych dodatków jest już na rynku sporo, dlatego zaczęła szukać formy, która pozwoliłaby pokazać dekoracyjność koronki, a jednocześnie dawała większe możliwości stylizacyjne. Inspirację znalazła w internecie, oglądając suknię ślubną ozdobioną podobnym elementem. Pomyślała wówczas, że taki dodatek wcale nie musi być zarezerwowany na wyjątkowe okazje. Odpowiednio dobrany mógłby równie dobrze towarzyszyć eleganckiej sukience, prostej koszuli czy bardziej odważnemu zestawieniu. Wszystko zależy przecież od rodzaju koronki, jej koloru, faktury oraz dodatków, które ostatecznie decydują o charakterze projektu. Tak zaczęła eksperymentować z formą i zdobieniami, a efektem stały się gorsety wymykające się jednoznacznym kategoriom. Nie są klasyczną biżuterią, ale trudno też nazwać je zwykłym elementem garderoby. Znajdują się gdzieś pomiędzy, pozostawiając sporo przestrzeni na własną interpretację.

- Gorset na szyję może być traktowany jako część ubioru, ale również jako biżuteria. Ogranicza nas tylko wyobraźnia. Czasami, widząc jakąś stylizację na ulicy, myślę, że pasowałby do niej mój gorset i zaraz szukam w głowie, jaka koronka by do tego pasowała – opowiada twórczyni marki.

KORONKA POTRZEBUJE CZASU

Choć gotowe gorsety sprawiają wrażenie lekkich i delikatnych, ich wykonanie wymaga czasu, cierpliwości i wyczucia detalu. Wszystko zaczyna się od wyboru koronki, która nadaje ton całemu projektowi. W pracowni Małgorzaty Kosińskiej wykorzystywane są między innymi koronki francuskie, kojarzące się z subtelnością i lekkością, ale także gipiury oraz koronki koderowe, często bogato zdobione koralikami i cekinami. Każdy z tych materiałów daje zupełnie inny efekt, dlatego nie istnieje jeden sprawdzony przepis na gotowy gorset. Po skrojeniu i zszyciu materiału przychodzi czas na dopracowanie szczegółów.

- Proces tworzenia pojedynczego gorsetu to wbrew pozorom wcale nie jest taki krótki. Wybór koronki to dopiero początek. Po skrojeniu i szyciu nakładam gorset na manekin i szukam odpowiednich dodatków. Chciałabym, by pasowały idealnie kolorem



Fot. Kasia Lazurek @caryca.pictures



Fot. Kasia Bielak i Klaudia Łagowska

i fakturą. Czasami pozszywany gorset musi trochę odleżeć, zanim znajdę to, czego potrzebuję – tłumaczy projektantka.

Wśród swoich realizacji projektantka ma też osobistego faworyta. Jest nim czarny gorset z koronki, delikatnie zdobiony cekinami, którego forma lekko opada na ramiona. To model, który dobrze pokazuje, jak efektowny potrafi być niewielki, ale odpowiednio zaprojektowany element stroju. W zależności od pozostałych części garderoby może podkreślać elegancki charakter stylizacji albo stać się ciekawym kontrastem dla prostych, codziennych ubrań.

NA STRYCHU, WŚRÓD KORONEK I POMYSŁÓW

Co ciekawe, cała przygoda z gorsetami rozpoczęła się stosunkowo niedawno, mniej więcej w połowie ubiegłego roku. Początkowo projektantka szyła wyłącznie dla siebie i wcale nie była przekonana, czy odważy się pokazać swoje prace innym. Nie miała też pewności, jak zostaną przyjęte tak charakterystyczne, odbiegające od tradycyjnych dodatków projekty. Dopiero pierwsze pozytywne reakcje sprawiły, że zaczęła coraz śmielej dzielić się tym, co tworzy.

- Kiedy zaczęłam szyć myślałam, że moimi klientami będą przede wszystkim młode dziewczyny. Byłam bardzo mile zaskoczona, kiedy pierwsze sztuki kupiły panie w średnim wieku, ale na pewno lubiące eksperymentować z modą. Kilka razy wstawiłam gorsety na różnych grupach na Facebooku, aby sprawdzić, czy to się podoba. Reakcje była bardzo pozytywne, ale dopiero Targi Klimaty utwierdziły mnie w tym, że warto to nadal robić. Usłyszałam mnóstwo miłych słów, co dodało mi wiary w to, co robię. Na początku szyłam dla siebie, nie wiedziałam, czy się odważę komuś je pokazać – wspomina.

Dziś może poświęcić szyciu znacznie więcej czasu, ponieważ, jak sama przyznaje, ubyło jej ostatnio codziennych obowiązków. Centrum całego przedsięwzięcia pozostaje domowa pracownia, urządzona na strychu. To właśnie tam, pośród zapasów koronek, materiałów i rozmaitych dodatków, powstają kolejne modele. Miejsce, w którym może zamknąć się na kilka godzin i skupić wyłącznie na tym, co sprawia jej największą przyjemność. •

A2
JEWELLERY

A2 Jewellery to ponad 30 lat doświadczenia w branży jubilerskiej, doskonalenia technik złotniczych i poszukiwania formy idealnej. Dzięki temu marka jest dziś synonimem wyszukanej estetyki, najwyższej jakości oraz niepowtarzalnego polskiego designu.

DESIGN / DIAMENTY / KAMIENIE SZLACHETNE



Gdańsk, Mariacka 41
a2jewellery.com



KAMIR modern face of amber

Klasyka bursztynu w świetle jesieni

Autorka: Agata Maderska

Zdjęcia: Monika Chodak

Jesienią Sopot zmienia rytm. Kurort cichnie, plaże pustoszeją, a grube swetry i miękkie płaszcze zastępują lekkość lata. To również moment, w którym bursztyn pokazuje zupełnie inne oblicze. Głębsze kolory, wyraziste formy i naturalne niedoskonałości zamiast wakacyjnej pamiątki znad Bałtyku, stają się świadomym elementem stylu. W galerii KAMIR modern face of amber klasyka właśnie tak spotyka się ze współczesnością.

KLASYKA, KTÓRA NIE STOI W MIEJSCU

Bursztyn od pokoleń pozostaje symbolem elegancji, ale jego miejsce w modzie ewaluuje. Bo klasyka wcale nie musi oznaczać powtarzania tego, co już znamy. Może być punktem wyjścia do zupełnie nowej interpretacji. Współczesna biżuteria z bursztynem coraz częściej operuje skalą, geometrią i kontrastem. Pozwala zachować szlachetność materiału, a jednocześnie uwolnić go od zachowawczej formy. Właśnie w takim kierunku od lat podąża sopocki KAMIR, a *modern face of amber* nie jest tu jedynie sloganem. To sposób patrzenia na materiał, którego historia liczy miliony lat, a którego miejsce jest również we współczesnej garderobie.



JESIEŃ NALEŻY DO BURSZTYNU

Trudno znaleźć dla bursztynu lepsze tło. Wełna, kaszmir, ciepłe dzianiny, spokojniejsze kolory jesiennej garderoby - na ich tle bursztyn nabiera głębi. Koniakowe i herbaciane odcienie stają się cieplejsze, mleczne przyciągają światło, a ciemniejsze okazy potrafią zbudować całą stylizację. Duży pierścionek czy bransoleta może zastąpić drobne dodatki, wyrazisty naszyjnik zmienić prosty golf, a broszka przypięta do marynarki, płaszcza czy grubego szala przestaje być znakiem przeszłości, a staje się detalem o bardzo współczesnym charakterze. To właśnie jesienią widać, jak bursztyn nie potrzebuje specjalnej okazji. Jego naturalność podkreśla jakość stylizacji, prosty krój i neutralne kolory.

DOSTĘPNY NIE TYLKO W SEZONIE

Po wakacjach Sopot odzyskuje swój spokój. Znika letni pośpiech, a spacer w stronę morza znów staje się celem samym w sobie. KAMIR modern face of amber pozostaje częścią tego rytuału. Galeria przy wejściu na sopockie molo jest otwarta codziennie przez cały rok, także wtedy, gdy miasto opuszczają już ostatni letni goście. To dobry moment, by wejść tutaj bez pośpiechu, przyjrzeć się odcieniom i strukturom bursztynu, przymierzyć formę, po którą być może wcześniej nie mielibyśmy odwagi sięgnąć. W kolekcji spotykają się niewielkie, minimalistyczne projekty z pokaźnymi unikatami dla tych, którzy traktują biżuterię jako element własnego języka.



Ale świat KAMIR modern face of amber można odkrywać również poza Sopotem. Wybrane projekty dostępne są również w sklepie internetowym, który przenosi charakter galerii do przestrzeni online. Dostępność zakupu w sieci to naturalne rozwinięcie możliwości tego miejsca, które od ponad 30 lat pozostaje związane z nadmorskim kurortem, a jednocześnie konsekwentnie wyprowadza bursztyn poza ramy tradycyjnej biżuterii. Bo choć galeria KAMIR wyrosła nad Bałtykiem, to współczesny bursztyn nie musi być ani wakacyjną pamiątką, ani biżuterią zarezerwowaną na szczególne okazje. Może towarzyszyć nam przez cały rok jako przedmiot wybrany nie ze względu na modę, lecz własny styl. I być może właśnie na tym polega siła klasyki - nie na tym, że się nie zmienia, lecz że wciąż można odkrywać ją na nowo.

SICKTUARY
W imię piękna

Autorka: Halina Konopka

Zdjęcia: Karol Kacperski

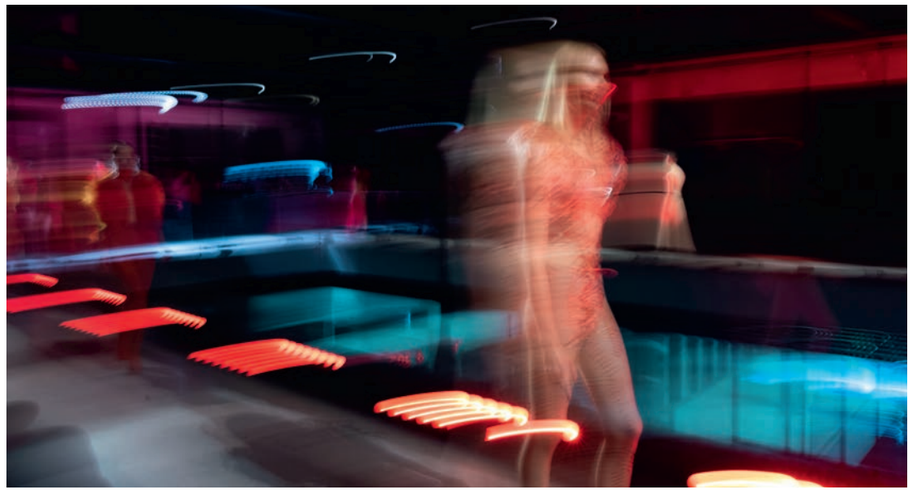
Ciała oplecione czerwonymi strukturami przypominającymi żyły, żebra i chirurgiczne szwy. Kostiumy balansujące między rzeźbą a anatomią, postaci jak z niepokojącego snu i mroczna, niemal hipnotyczna muzyka. Już sam wybór miejsca był niecodzienny – 24 października piętro sopockiego dworca kolejowego zamieniło się w scenografię futurystycznego spektaklu. To właśnie tam Katarzyna Konieczka zaprezentowała SICKTUARY, pokaz będący opowieścią o pięknie, cielesności i ludzkiej potrzebie przemiany. Opowieścią daleką od tego, do czego przyzwyczaiły nas klasyczne wybiegi.



Na wybiegu pojawiały się postaci, których kostiumy zdawały się być przedłużeniem ich ciał. Czerwone, misternie splecione konstrukcje oplatały torsy i szyje, inne wyrastały ponad głowami niczym fantazyjne korony. Przeświturające materiały, ostre wypustki i przeskalowane formy zacierały granicę między człowiekiem a rzeźbą. Niektóre sylwetki przypominały istoty z filmów science fiction, inne przywodziły na myśl anatomiczne eksperymenty. Każda kolejna postać wnosiła na wybieg własną ekspresję, a gesty, spojrzenia i sposób poruszania się dopełniały charakter kostiumów. Było w tym coś fascynującego, a przede wszystkim dalekiego od konwencjonalnego pojmowania piękna.

ANATOMIA NOWEGO ŚWIATA

Katarzyna Konieczka stworzyła rzeczywistość przypominającą świat gry komputerowej, z własnym porządkiem i wymyśloną religią. Jej podstawą stały się odniesienia do chirurgii plastycznej, operacji i przemiany ciała. Projektantka prowadziła widzów chwilami niemal do wnętrza ludzkich tkanek. Czerwień i przeskalowane detale przywoływały motywy anatomiczne, szpitalny seledyn przeplatał się z kolorem krwi, a kolejne sylwetki układały się w obrazy przypominające sen pod narkozą. W końcowej części kolekcji pojawiły się inspiracje elementami ubioru pooperacyjnego.





Jedną z osób, które zainspirowały projektantkę do podjęcia tego tematu, był chirurg plastyczny dr Paweł Płosaj. Jego wiedza i doświadczenie stały się punktem odniesienia dla artystycznych poszukiwań. Katarzyna i Ewelina wspominały go również z humorem, dziękując za to, że pozwolił im poczuć się o dwadzieścia lat młodziej. Osobiste doświadczenie spotkało się tu z wyobraźnią projektantki, która medyczne skojarzenia przekształciła w fantastyczną opowieść.

FUTURYSTYCZNA ŚWIĄTYNIA

Ten świat znalazł swoje otoczenie w surowej, industrialnej przestrzeni Sopot Centrum, która przywodziła na myśl futurystyczną świątynię z filmu science fiction. Rozpięta we wnętrzu cienka, mleczna folia podkreślała chłód architektury, a najlżejszy podmuch wywołany przejściem modeli wprawiał ją w ruch, potęgując wrażenie senności i odrealnienia. Na tym tle bogate zdobienia i misterne detale kostiumów, wydobywane przez nasycone światło, nabierały szczególnej wyrazistości.

Naniesione sprayem napisy „SICKTUARY" dopełniały wizję przyszłości pełnej opuszczonych budynków i wyludnionych miast. W tak wykreowanej przestrzeni rozgrywał się spektakl, w którym scenografia, muzyka i światło współtworzyły opowieść, a modele i performerzy stawali się jej aktorami. Wybieg przestał być jedynie miejscem prezentacji kolekcji – stał się sceną, na której moda spotkała się z teatrem i sztuką performansu.



w modelkach i modelach indywidualne osobowości, które mogły wzbogacić prezentację. Zachęcała ich do wyrażania emocji ruchem i gestem, do szukania własnego sposobu poruszania się w kostiumach. Wybieg stał się pochodem postaci, z których każda wnosiła odmienną energię. W tę atmosferę wpisała się aktorka Mila Jankowska, której występ wokalny otworzył pokaz. Jej wokalizy współgrały z muzyką i sceniczną obecnością postaci, wzmacniając emocjonalny wymiar prezentacji. Warstwę wokalną wieczoru dopełniła Ulyana Tobera, która również zaśpiewała i wspierała Milę podczas występu. Gości przez wydarzenie przeprowadziła Agata Zjawińska. Jako mistrzyni ceremonii zadbała o płynność kolejnych części programu, łącząc elegancję ze swobodą kontaktu z publicznością.

W SICKTUARY ludzkie ciało stało się materiałem, który można dowolnie przekształcać, poprawiać i projektować od nowa. Katarzyna Konieczka doprowadziła tę wizję do skrajności, czego efektem było wspaniałe widowisko wymykające się tradycyjnym ramom pokazu mody. •

ZA KULISAMI SPEKTAKLU

Za produkcję wydarzenia odpowiadała Ewelina Konieczka Robakowska, siostra i managerka Katarzyny. Łączyła współpracę z partnerami, koordynację zespołu i organizację przygotowań, dbając o warunki potrzebne do realizacji artystycznych zamierzeń. Ta rola wymagała patrzenia na całość i jednoczesnego pilnowania szczegółów, od których zależał przebieg wieczoru. Siostrzane zaufanie miało znaczenie zwłaszcza wtedy, gdy pojawiały się nowe pomysły i konieczność szybkiego działania.

Jedna z takich zmian nastąpiła zaledwie pięć dni przed pokazem, kiedy Katarzyna zdecydowała się na inną muzykę. Utwór „Garden” w aranżacji Williama Malcolma miał zapraszać gości do ogrodu obfitości, być może obiecującego raj. Malcolm nadał jednak tej obietnicy mroczny ton. Nagrał sekwencje inspirowane brzmieniami ścieżek dźwiękowych programów true crime, wzmacniając poczucie niepokoju. Tak opracowana muzyka współgrała z kolekcją, prowadząc słuchaczy przez świat, w którym piękno splatało się z czymś obcym i trudnym do oswojenia.

Sceniczną interpretację tej wizji powierzono Magdzie „Bąbel” Adamowskiej. Reżyserka dostrzegła



Maxi-slabs
that look like marble

MAXFINE
FMG FABBRICA MARMI E GRANITI





DAGO
studiodago
www.studiodago.pl

A BRAND OF IRIS CERAMICA GROUP
discover more at
www.irisfmg.com

Autorka: Marta Dworak

Klinika Piotrowiak

Strategia doboru implantów

Wszczepienie implantów piersi to decyzja na lata, w której liczy się wiele aspektów. O sukcesie operacji i zdrowiu pacjentki przesądzają konkretne parametry, o których rzadko myśli się przed wizytą w gabinecie. Dlatego w Klinice Piotrowiak do procesu doboru implantów podchodzi się w sposób wielowymiarowy – łącząc rzetelna diagnostykę anatomiczną z najwyższymi standardami bezpieczeństwa.

Udana operacja powiększenia piersi to nie kwestia przypadku, lecz rezultat przemyślanej strategii medycznej. Jej osią jest dobór właściwych implantów – ten indywidualny proces opiera się na trzech filarach: dokładnych pomiarach anatomicznych, realistycznych oczekiwaniach pacjentki oraz najwyższych standardach bezpieczeństwa stosowanego wyrobu. To właśnie te czynniki decydują o tym, czy efekt będzie nie tylko estetyczny i satysfakcjonujący, ale i trwały na lata.

BEZPIECZEŃSTWO PONAD WSZYSTKO

Powiększenie piersi to procedura medyczna, która ma bezpośredni wpływ na zdrowie pacjentki. Oferta rynkowa implantów jest szeroka, jednak z punktu widzenia chirurgii plastycznej liczy się nie marketing, lecz twarde dane medyczne, w końcu to decyzja na kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt lat.

Produkty renomowanych marek posiadają certyfikat CE, a bezpieczeństwo ich stosowania zostało poparte licznymi badaniami klinicznymi. Wyroby te objęte są gwarancją producenta, a ich długofalowy wpływ na organizm podlega wieloletnim obserwacjom medycznym.

WŁASNY WZORZEC ESTETYCZNY

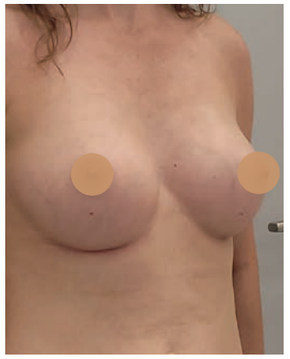
Myślenie o operacji należy zacząć od sprecyzowania własnych oczekiwań. Każda pacjentka dąży do innego wzorca estetycznego, który dodatkowo może się z czasem zmieniać. Dobrą praktyką jest gromadzenie inspiracji w postaci zdjęć – najlepiej takich, które przedstawiają osoby o podobnej budowie ciała. Do fotografii wraca się kilkukrotnie, stopniowo odrzucając kadry odbiegające od głównego wyobrażenia. Warto podeprzeć się sugestiami zaufanych osób z bliskiego otoczenia.

GODZENIE MARZEŃ Z REALIAMI

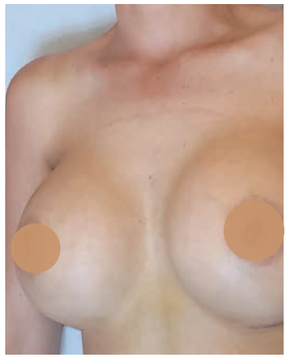
To podczas konsultacji z chirurgiem oczekiwania podlegają ostatecznej weryfikacji. Lekarz doprecyzowuje wzorzec estetyczny o konkretne parametry: rozmiar, kształt, położenie na klatce piersiowej, wygląd sutków i akceptowalność blizn. Kładzie on nacisk na indywidualne cechy budowy ciała i szuka kompromisu między wymarzonym wyglądem, a tym możliwym do osiągnięcia chirurgicznie.

Z MYŚLĄ O CODZIENNOŚCI

Przemyślany dobór implantów wymaga również uwzględnienia stylu życia pacjentki i jej przyszłego funkcjonowania. Wybór odpowiedniego rozmiaru, kształtu i płaszczyzny umieszczenia implantu musi współgrać z wymaganiami jej pracy zawodowej, preferencjami dotyczącymi garderoby oraz rodzajem uprawianej aktywności fizycznej. Pozwala to uniknąć późniejszych ograniczeń i gwarantuje, że implanty będą naturalnym atutem, a nie przeszkodą w codziennym funkcjonowaniu. •







KLINIKA PIOTROWIAK
ul. Sowia 3, 81-198 Suchy Dwór | **www.klinikapiotrowiak.pl**

ISMENA WARSZAWSKA

Więcej niż butik. Nowa odsłona.
Już otwarte.



Gdynia, Aleja Zwycięstwa 267



Autor: Patryk Gochniewski **Zdjęcia:** Lidia Skuza

Nie naprawiać według schematu

W Centrum Leczenia Przepuklin Profesora Śmietańskiego w Gdańsku operowanie jest jednym z trzech filarów. Dwa pozostałe to nauka i dydaktyka. Zespół bada problemy kliniczne, publikuje wyniki i uczy chirurgów. W 2025 roku wykonał blisko 600 operacji, w tym 112 rozległych rekonstrukcji olbrzymich przepuklin. To jedyne takie miejsce w Polsce i jedno z niewielu na świecie.

- Chorego można zoperować. Ale trzeba go jeszcze przeprowadzić przez zabieg - mówi prof. Maciej Śmietański. Takie podejście kształtowało się przez ponad 25 lat jego pracy w ośrodkach akademickich i szpitalach. Zauważył, że przepukliny często traktuje się jak rutynowy problem chirurgiczny, choć szczególnie w trudnych przypadkach decyzje przed operacją i opieka po niej są równie ważne jak sam zabieg. Chciał stworzyć miejsce, w którym ta dziedzina będzie głównym obszarem pracy stałego zespołu. To istotne, zwłaszcza że operacje przepuklin są jednym z najczęstszych zabiegów chirurgicznych w kraju. Tylko w zeszłym roku przeprowadzono ich ponad sto tysięcy.

NIE TYLKO OPEROWANIE

Centrum działa w LUX MED Szpital Gdańsk, dawnym Swissmedzie. Zespół wnosi doświadczenie chirurgiczne i zaplecze naukowe, szpital zapewnia diagnostykę, personel i sale operacyjne.

- Bycie właścicielem i dyrektorem placówki medycznej to zupełnie inny zawód niż bycie chirurgiem i naukowcem. Ja chcę się skupić na operowaniu, badaniach i kształceniu innych lekarzy - mówi Śmietański.

W Centrum pracują chirurdzy: prof. Maciej Śmietański, dr n. med. Mateusz Zamkowski i lek. Michał Putko. W zespole ważną rolę pełni też dr n. med. Irmina Anna Śmietańska, specjalistka anestezjologii i intensywnej terapii. Poznaje pacjenta przed operacją, ocenia jego stan i planuje znieczulenie. W latach 2013-2020 prowadziła zespół leczenia ostrego bólu w UCK w Gdańsku.

Przy dużych rekonstrukcjach zamknięcie rozległego ubytku może podnieść ciśnienie w jamie brzusznej i utrudnić oddychanie. Dlatego zespół monitoruje te parametry już podczas operacji, a anestezjolog ma wpływ na decyzję o zakresie rekonstrukcji. - Chcemy przewidywać problem, a nie dopiero reagować, kiedy już się pojawi. Chirurg i anestezjolog muszą wspólnie ustalić, na co możemy sobie pozwolić, żeby nie narazić chorego na poważne powikłania - podkreśla profesor.

Przeprowadzenie chorego przez zabieg w dużej mierze spoczywa na Magdzie Halskiej, koordynatorze opieki. Jest pierwszą osobą z Centrum, z którą kontaktuje się pacjent, i towarzyszy mu na każdym etapie leczenia. Zbiera dokumentację i wyniki badań, tak aby chirurg i anestezjolog mieli komplet informacji jeszcze przed wizytą, tłumaczy, jak przygotować się do operacji, i odpowiada na pytania, które pojawiają się już po powrocie do domu. Przygotowanie przedoperacyjne pozwala też wykryć nieznane wcześniej choroby. Śmietański opowiada o młodym mężczyźnie, który zgłosił się na operację przepukliny. Badania ujawniły poważne konsekwencje przebytego przed laty zapalenia mięśnia sercowego. Zamiast na blok operacyjny pacjent trafił do pilnej diagnostyki kardiologicznej.

- Jeśli kogoś nie kwalifikujemy do zabiegu, to zwykle nie dlatego, że sama przepuklina jest zbyt trudna. Problemem bywa ogólny stan zdrowia. Musimy najpierw ustalić, czy operacja będzie dla tego człowieka bezpieczna - wyjaśnia Śmietański.

OD PACHWINY PO ROZLEGŁĄ REKONSTRUKCJĘ

Raport Centrum za 2025 rok wykazuje 597 operacji, w tym 326 przepuklin pachwinowych, 63 pępkowe, 112 rozległych rekonstrukcji olbrzymich przepuklin i 55 rekonstrukcji związanych z zespołem poporodowej niewydolności przedniej ściany brzucha, określanym skrótem PPAWIS. Według Centrum jest to największa prywatna klinika leczenia przepuklin w Polsce. Do Gdańska przyjeżdżają pacjenci z całego kraju, w tym osoby po kilku nieudanych operacjach i chorzy z rozległymi ubytkami wymagającymi połączenia kilku technik. W 2025 roku ponad stu chorych z dużymi defektami po wcześniejszych zabiegach w innych ośrodkach przeszło tu kolejne operacje.

- Nie mówimy, że jesteśmy najlepsi. Pokazujemy, co robimy, co opublikowaliśmy i jakie osiągamy wyniki. Także te, z których nie jesteśmy zadowoleni.



Każdy może to przeczytać i sam ocenić - mówi Śmietański.

Nie ma jednej metody dla każdej przepukliny. Centrum korzysta z około piętnastu rodzajów siatek, dobieranych do anatomii ubytku i techniki operacyjnej. Przy dużych rekonstrukcjach stosuje też toksynę botulinową A, która pomaga przygotować mięśnie brzucha do zabiegu.

- Kiedy ludzie kupują opony, sprawdzają producenta i czytają testy. A przy przepuklinie często pytają tylko, czy będą mieli siatkę. Tymczasem ważne jest, jakiej siatki użyjemy i dlaczego właśnie tej. Pacjent zostaje z implantem na wiele lat, często na całe życie - mówi profesor.

ZAMIAST KOLEJNEJ ZSZYWKI

Pytania pojawiające się podczas operacji stają się również tematem badań. Przykładem jest MEFISTO, którego wyniki ukazały się w 2025 roku w „Annals of Surgery". Badanie dotyczyło mocowania siatek podczas małoinwazyjnych operacji dużych przepuklin pachwinowych. Zszywki i klej mogą powodować ból, między innymi w wyniku uszkodzenia nerwów. Zespół z Gdańska sprawdził, czy przy odpowiednio zaprojektowanej siatce dodatkowe mocowanie jest konieczne.

- Na świecie zastanawiano się, jak zrobić lepszy klej albo mniej urazową zszywkę. My zapytaliśmy, czy nie można rozwiązać problemu inaczej. Jeśli siatka będzie dobrze przylegać do tkanek, być może nie trzeba będzie jej mocować - opowiada profesor.

We współpracy z inżynierami z Politechniki Gdańskiej i Krakowskiej przygotowano modele eksperymentalne. Później hipotezę sprawdzono w randomizowanym badaniu klinicznym obejmującym 204 pacjentów w 12 ośrodkach. Porównano anatomiczne siatki trójwymiarowe stosowane bez dodatkowego mocowania z płaskimi siatkami mocowanymi klejem. Po 12 miesiącach odsetek nawrotów wyniósł odpowiednio 3,1 i 2,1 proc. Nie stwierdzono istotnych różnic w bólu. Wyniki wspierają możliwość rezygnacji z mocowania przy określonych implantach i w badanej grupie chorych.

Za prezentację wyników Mateusz Zamkowski otrzymał w 2025 roku nagrodę Best Oral Communication na kongresie Europejskiego Towarzystwa Przepuklinowego w Paryżu. Zespół opisał też siatkę zaprojektowaną na podstawie tomografii konkretnego pacjenta oraz bada wpływ toksyny botulinowej na przygotowanie do rozległych rekonstrukcji i funkcję oddechową. Śmietański współtworzy również Polską Grupę Badaczy Przepuklin, zbierającą dane w około 30 szpitalach.

PROBLEM POPORODOWY

Jednym z obszarów pracy Centrum jest PPAWIS, czyli zespół poporodowej niewydolności przedniej ściany brzucha. Po ciąży u części kobiet dochodzi do osłabienia ściany brzucha i rozejścia mięśni prostych. Mogą temu towarzyszyć bóle pleców, ograniczenia aktywności oraz problemy z samooceną i życiem społecznym czy seksualnym.

W 2022 roku Maciej Śmietański, Irmina Anna Śmietańska i Mateusz Zamkowski opublikowali w „BMC Surgery" analizę 200 operowanych kobiet. Do określenia PPAWI dodano literę „S" - od angielskiego syndrome - aby podkreślić także psychospołeczny wymiar problemu.

- Kobiety często próbują ukrywać brzuch pod luźnymi ubraniami. Zmieniają sposób ubierania się, rezygnują z niektórych aktywności. To nie jest wyłącznie kwestia wyglądu. Problem wpływa na codzienne życie - mówi Śmietański.

WIEDZĄ TRZEBA SIĘ DZIELIĆ

W 2025 roku zespół poprowadził 13 kursów w Gdańsku i dwa wyjazdowe. Organizuje również indywidualne staże, podczas których lekarze z innych ośrodków obserwują operacje i rozmawiają o zastosowanych metodach. Według Śmietańskiego każdego roku przyjeżdża w ten sposób ponad stu chirurgów. - Co tydzień ktoś do nas przyjeżdża, żeby zobaczyć, jak pracujemy. Nie pobieramy za to opłat. Uważamy, że wiedzą trzeba się dzielić - mówi profesor.

Programy edukacyjne, m.in. Hernia Master i Wspólna Sprawa, odbywają się pod egidą Sekcji Przepuklin Towarzystwa Chirurgów Polskich i przy wsparciu partnerów branżowych. Koszty organizacyjne istnieją, ale uczestnicy nie płacą za szkolenia.

- Jeśli chirurg wraca do swojego szpitala i dzięki temu lepiej operuje, korzysta na tym pacjent, którego nigdy nie spotkamy. Jeździmy też do innych ośrodków, kiedy zapraszają nas do wspólnego operowania i konsultowania ich pracy - dodaje Śmietański.

Śmietański był sekretarzem ds. nauki Europejskiego Towarzystwa Przepuklinowego, a obecnie jest jego ambasadorem na Europę Środkowo-Wschodnią. Mateusz Zamkowski kieruje Sekcją Przepuklin TChP i pracuje w komisji publikacji EHS. W 2026 roku Śmietański znalazł się w zestawieniu dwóch procent naukowców o największym wpływie cytowań w kategorii rocznej, opartej na cytowaniach z 2025 roku.

Gdańsk został też miejscem międzynarodowych spotkań chirurgów. Pierwsza edycja Baltic Hernia Days zgromadziła w 2024 roku blisko 600 uczestników. Kolejna odbędzie się 26 i 27 listopada tego roku. •





Subtelność to najlepszy wybór

Od pasji do makijażu permanentnego po nowoczesną klinikę łączącą medycynę estetyczną z technologiami hi-tech. Karolina Polaszek, twórczyni Polaszek Clinic, odsłania kulisy swojej drogi zawodowej, filary sukcesu oraz wizję rozwoju marki, która otwiera właśnie nowy rozdział w Gdyni.

Co sprawiło, że zajęła się pani sztuką makijażu permanentnego?
Gdy zaczynałam w 2011 roku, makijaż permanentny dopiero budował pozycję. Pociągało mnie połączenie precyzji, estetyki i indywidualnej pracy z człowiekiem. Szybko zrozumiałam, że nie chodzi o samą pigmentację - ważne jest dostrzeżenie rysów twarzy czy charakteru i stworzenie harmonizującego z nimi efektu. Od tamtej pory stale się rozwijam.

Jak wyglądały pierwsze kroki na rynku?
Oczekiwania klientek dopiero się kształtowały. Trzeba było budować zaufanie i pokazywać, że dobrze wykonana pigmentacja może wyglądać subtelnie i podkreślać urodę, zamiast ją zmieniać. Moje początki to nauka, cierpliwość i doskonalenie warsztatu. Ta dbałość o podstawy stała się fundamentem kliniki.

Skąd wzięła się wizja Polaszek Clinic – miejsca łączącego makijaż permanentny z technologiami hi-tech?
Klinika rosła wraz z potrzebami klientek. Zaczynaliśmy od makijażu, z czasem dodając technologie laserowe, diagnostykę i kosmetologię. Chcieliśmy stworzyć miejsce, gdzie za estetyką idą wiedza, zaplecze technologiczne i indywidualny plan działania. Dziś stawiamy na holistyczne spojrzenie na urodę.

Makijaż permanentny to oszczędność czasu. Co jeszcze zmienia w komforcie kobiet?
Dobrze dobrany przywraca harmonię rysów – np. gdy brwi są niesymetryczne, a kontur ust niewyraźny. Najbardziej poruszają mnie momenty, gdy klientka patrzy w lustro i czuje się w pełni swobodnie. Zależy mi na naturalnym efekcie, a nie modzie.

Co po latach wciąż daje pani satysfakcję?
Świadomość, że każda twarz jest inna i nie da się jej sprowadzić schematu. Fascynuje mnie połączenie techniki z wyczuciem estetycznym - wiedza, kiedy subtelność jest najlepszym wyborem. Cieszy mnie zaufanie klientek i towarzyszenie im w osobistej zmianie.

W branży beauty łatwo o schematy. Co wyróżnia panią jako twórczynię marki?
Jestem praktykiem pracującym z klientkami, więc rozwój kliniki opieram na doświadczeniu z gabinetu, precyzji i indywidualnemu podejściu. Jakość tworzy całe doświadczenie – od pierwszego kontaktu po atmosferę. Tę filozofię przekładam na zespół.



Klinikę prowadzi pani z mężem. Jak dzielicie się rolami?
Nasze kompetencje się uzupełniają. Ja wnoszę perspektywę estetyczną, Piotr rozwija obszar technologii laserowych. Dzięki temu patrzymy na potrzeby kompleksowo. Łączy nas też bezkompromisowe podejście do jakości.

Jak budowała pani zespół i kulturę kliniki?
Zależało mi na zespole łączącym kompetencje z uważnością na człowieka. Liczy się odpowiedzialność, kultura pracy i chęć rozwoju. Standard kliniki tworzą codzienne decyzje: sposób rozmowy, bezpieczeństwo i uczciwość.

Jak wygląda zarządzanie kliniką od kulis?
Z zewnątrz widać efekty pracy i piękną przestrzeń, ale prowadzenie biznesu to wiele decyzji i odpowiedzialność za zespół i jakość. Największym wyzwaniem jest rozwój bez utraty fundamentu: indywidualnego podejścia. Wraz ze wzrostem skali trzeba świadomie budować procesy, by standard był częścią kultury zespołu.

Przed wami otwarcie kliniki w Gdyni. Jak ta nowa lokalizacja wpisuje się w rozwój marki?
Gdynia to naturalny krok i szansa, by być bliżej klientek, dający pole do rozwoju oferty i zespołu. Chciałbym, by niezależnie od adresu Polaszek Clinic kojarzyła się z wysoką jakością, indywidualnym podejściem i efektami w harmonii z naturalną urodą. Skala może rosnąć, ale te wartości pozostają stałe. •

Skóra pod presją internetu

Media społecznościowe stały się jednym z najważniejszych źródeł informacji o skórze, kosmetykach i zabiegach estetycznych. Niestety, popularność twórcy nie zawsze idzie w parze z jego kompetencjami, a internetowa rutyna pielęgnacyjna może przynieść więcej szkody niż pożytku.

Kosmetyki, zabiegi odmładzające, wypełniacze, lasery i obietnice idealnej skóry. Branża beauty od lat korzysta z zasięgów influencerów, którzy pokazują efekty stosowania produktów i dzielą się własnymi doświadczeniami. Obserwujący często traktują ich rekomendacje jak porady znajomych, nie zawsze dostrzegając, że za publikacją stoi płatna współpraca.

Szczególnie wrażliwym obszarem pozostaje medycyna estetyczna. W Polsce od 2023 roku obowiązują nowe regulacje dotyczące reklamy wyrobów medycznych, w tym ograniczenia związane z promowaniem wyrobów przeznaczonych do stosowania przez profesjonalistów oraz usług świadczonych z ich użyciem. Przepisy ograniczają możliwości promowania części zabiegów. Osobiste doświadczenie z kosmetykiem czy zabiegiem nie jest równoznaczne z wiedzą medyczną, a zdjęcia „przed i po" nie pokazują przeciwwskazań ani możliwych powikłań. - Mimo ustawy dotyczącej medycyny estetycznej wciąż obserwujemy powikłania po zabiegach wykonywanych przez osoby bez uprawnień - mówi dr Alicja Rustowska-Rogowska, właścicielka Centrum Medycznego AR.

SKINFLUENCERZY NA RATUNEK

W odpowiedzi na zalew urodowych porad rośnie popularność skinfluencerów, czyli twórców koncentrujących się na pielęgnacji skóry. Są wśród nich dermatolodzy i kosmetolodzy, ale też osoby bez wykształcenia kierunkowego. O wiarygodności materiału nie decyduje liczba obserwujących, lecz kompetencje autora i jakość przedstawianych informacji.

Lekarze obecni na TikToku, Instagramie czy YouTubie objaśniają działanie składników aktywnych, rozprawiają się z mitami i wskazują, kiedy warto skonsultować zmiany skórne ze specjalistą. - Dlaczego lekarze chcą być influencerami? Bo influencerzy próbują być lekarzami, w związku z tym dermatolodzy i lekarze wzięli sprawy w swoje ręce - zauważa dr Rustowska-Rogowska.

Internetowa edukacja może pomóc w świadomej pielęgnacji, ale nie zastąpi badania i diagnozy. Warto też pamiętać, że wizerunek celebrytów i internetowych gwiazd bywa efektem wielu czynników. - Często jest zmieniony przez AI, makijaż, dietę, częste zabiegi i liczne wyrzeczenia - podkreśla lekarka.

ZA DUŻO PIELĘGNACJI, ZA MAŁO ROZSĄDKU

Skalę problemu pokazują badania amerykańskich dermatologów z Northwestern University, opublikowane w 2025 roku w czasopiśmie „Pediatrics". Naukowcy przeanalizowali ponad sto filmów na TikToku, w których osoby w wieku od 7 do 18 lat prezentowały swoje rutyny pielęgnacyjne. Każdy materiał miał średnio 1,1 mln wyświetleń. Prezentowane schematy obejmowały przeciętnie sześć produktów o wartości około 168 dolarów, a w najpopularniejszych filmach pojawiało się średnio 11 potencjalnie drażniących składników aktywnych.

Takie podejście zwiększa ryzyko podrażnień, alergii i nadwrażliwości na słońce. Tylko 26 proc. analizowanych rutyn uwzględniało filtr przeciwsłoneczny. Skóra nastolatki nie potrzebuje rozbudowanego programu anti-agingowego,



a pielęgnację należy dopasować do wieku i rzeczywistych potrzeb.

- Nie jeden zabieg, a właściwe podejście do skóry i jej dalsza pielęgnacja stanowią źródło sukcesu - mówi dr Rustowska-Rogowska. Zwraca też uwagę na zmienność trendów: popularność mocno powiększonych ust ustępuje dziś między innymi naturalniejszemu wyglądowi i rozpuszczaniu wypełniaczy. - Nie chcemy być sztuczni ani wyglądać tak samo. Skóra jest z nami na lata, a trend mija. Nowinki z gazet czy TikToka to często chwilowe zauroczenie, a zaraz pojawia się kolejny trend.

Media społecznościowe mogą wspierać edukację dermatologiczną, ale równie łatwo wzmacniają presję wyglądu i zachęcają do niepotrzebnych eksperymentów. Dlatego warto sprawdzać, kogo słuchamy, i pamiętać, że popularność nie jest równoznaczna z wiedzą. - Najważniejsze jest prawidłowe rozpoznanie skóry i indywidualne podejście do pacjenta w związku z różnymi problemami skórnymi - podkreśla doktor. - Nie istnieje jeden krem czy laser, które będą idealne dla każdego. •

Skóra ma swój *rytm*

Autor:
Patryk Gochniewski

Dobra pielęgnacja zmienia się wraz ze skórą, stylem życia i porami roku. Temperatura, wilgotność powietrza, promieniowanie UV, wiatr czy ogrzewanie wpływają na jej kondycję, dlatego świadoma pielęgnacja wymaga uważności i umiejętności reagowania na te zmiany.

Każda pora roku stawia przed skórą inne wyzwania. Zimą najważniejsza staje się ochrona i wsparcie bariery hydrolipidowej. Wiosną przychodzi czas na regenerację i przygotowanie do większej ekspozycji na słońce. Lato wymaga konsekwentnej fotoprotekcji, nawilżenia i ukojenia. Jesień sprzyja natomiast regeneracji po miesiącach intensywnego działania promieniowania UV oraz pracy nad kolorytem i strukturą skóry.

Ale sezon wyznacza jedynie kierunek i nie powinien być wyznacznikiem pielęgnacji. Ostateczny wybór powinien wynikać z kondycji skóry, jej wrażliwości, wieku oraz indywidualnych potrzeb.

PIĘKNO LUBI WYPRZEDZAĆ CZAS

Najlepsza pielęgnacja działa zanim pojawi się problem. Dlatego przygotowanie skóry do kolejnej pory roku warto rozpocząć wcześniej - zanim mróz, suche powietrze czy intensywne słońce odcisną na niej swoje piętno.

Przed latem szczególnego znaczenia nabierają nawilżenie, odbudowa bariery ochronnej i codzienna fotoprotekcja. Jesienią można skoncentrować się na regeneracji i wyrównaniu kolorytu. Zimą priorytetem jest ochrona przed chłodem i przesuszeniem, a wiosną odzyskanie świeżości i przygotowanie skóry na cieplejsze miesiące.

Równie ważne pozostaje to, czego nie widać na półce w łazience. Sen, odpowiednie nawodnienie, sposób odżywiania i regeneracja są częścią pielęgnacji w takim samym stopniu jak kosmetyki. Kondycja skóry jest bowiem jednym z najbardziej widocznych odzwierciedleń ogólnego dobrostanu organizmu.

MEDYCYNA ESTETYCZNA W RYTMIE SKÓRY

Świadoma pielęgnacja może obejmować także profesjonalne zabiegi kosmetologiczne i medycynę estetyczną. Ich wartość nie polega jednak na intensywności działania, lecz na właściwym dopasowaniu do potrzeb skóry i odpowiednim czasie.

Niektóre procedury lepiej planować w miesiącach o mniejszej ekspozycji na promieniowanie UV, inne wymagają wcześniejszego przygotowania skóry oraz właściwej pielęgnacji po zabiegu. Znaczenie mają więc nie tylko oczekiwane efekty, lecz także sezon, planowane wakacje, opalenizna i codzienna ekspozycja na słońce.

Współczesna medycyna estetyczna coraz częściej koncentruje się na jakości skóry - jej nawilżeniu, napięciu, strukturze i kolorycie. Zamiast zmieniać rysy, może subtelnie wspierać to, co już jest. Dobrze zaplanowana terapia staje się wtedy elementem długofalowej strategii, a nie pojedynczym zabiegiem.



Wera Stromska,
właścicielka Kliniki Urody Beleza

MNIEJ, ALE LEPIEJ

Najbardziej świadoma pielęgnacja nie potrzebuje sezonowych rewolucji. Potrzebuje rytmu, konsekwencji i umiejętności obserwowania skóry. Wiosna to regeneracja i przygotowanie. Lato - ochrona, nawilżenie i ukojenie. Jesień - odnowa. Zima - zabezpieczenie i odbudowa.

Piękno nie jest bowiem efektem jednego produktu ani jednej procedury. Jest rezultatem dobrze zaplanowanej troski, która uwzględnia zmieniające się potrzeby skóry i daje jej dokładnie to, czego potrzebuje - wtedy, kiedy tego potrzebuje. •

BELEZA
KLINIKA URODY

ul. Legionów 153 , Gdynia | 790 790 027 | recepcja@klinikabeleza.pl | **klinikaurodybeleza.pl**

stomatologia | estetyka | wellbeing

twój moment 8:08



Są chwile,
które rezerwujesz
tylko dla siebie

8:08
twój moment

Na zdrowie, dobre samopoczucie i piękno. 8:08 to zaproszenie do większej harmonii i spokoju. Zacznij od siebie.

Ul. Bydgoska 7a/3
Gdynia 81-322

T: 0048 570 512 126
www.808twojmoment.pl
info@808twojmoment.pl

Nie samą pracą człowiek żyje

Wellbeing zaczyna się w Thera

Owocowe czwartki, karta sportowa czy masujący fotel w biurze to niewątpliwie przydatne i miłe benefity, jednak współczesne podejście do dobrostanu pracowników sięga znacznie dalej. Coraz większe znaczenie mają ruch, regeneracja i umiejętność radzenia sobie ze stresem. Właśnie dlatego na świecie rośnie zainteresowanie klubami wellness, które łączą trening z troską o ciało i równowagę psychiczną.

Dobra praca w prawidłowo działającej organizacji potrafi dawać satysfakcję, motywację, a nawet przypływ energii każdego ranka. Potrafi też jednak skutecznie pozbawić nas sił. Długie godziny przed ekranem, napięte terminy, spotkania następujące jedno po drugim i poczucie, że trzeba być dostępnym niemal bez przerwy – to codzienność wielu z nas. Nic dziwnego, że coraz częściej rozmawiamy o dobrostanie psychicznym w miejscu pracy. I coraz wyraźniej dostrzegamy, że dbanie o niego nie powinno sprowadzać się wyłącznie do reagowania na kryzysy.



RUCH TO INWESTYCJA W DOBRE SAMOPOCZUCIE

Dobra wiadomość jest taka, że mamy do dyspozycji całkiem skuteczne narzędzie wspierające dobrostan – i wcale nie wymaga ono skomplikowanych technologii. To regularny ruch. Światowa Organizacja Zdrowia wskazuje, że aktywność fizyczna może łagodzić objawy lęku i depresji, poprawiać jakość snu oraz wspierać zdrowie poznawcze. Co więcej, korzyści można odczuwać już po pojedynczej sesji ćwiczeń: amerykańskie Centers for Disease Control and Prevention podkreśla, że umiarkowana lub intensywniejsza aktywność może doraźnie zmniejszać uczucie niepokoju i poprawiać jakość snu.

Potwierdzają to również wyniki dużego przeglądu badań opublikowanego w 2026 roku w British Journal of Sports Medicine. Analiza objęła 79 551 uczestników i wykazała, że programy ćwiczeń wiązały się ze zmniejszeniem objawów depresji i lęku. Nie oznacza to oczywiście, że trening zastąpi profesjonalną pomoc, gdy jest potrzebna. Pokazuje jednak, że ruch może być ważnym elementem dbania o zdrowie psychiczne.

Jak przełożyć to na codzienność? WHO zaleca dorosłym 150-300 minut aktywności aerobowej o umiarkowanej intensywności tygodniowo oraz ćwiczenia wzmacniające mięśnie przynajmniej dwa razy w tygodniu. Nie trzeba jednak zaczynać od realizowania całego planu od poniedziałku. Spacer, rower, trening na siłowni czy zajęcia jogi to różne sposoby na stopniowe budowanie nawyku. Najważniejsze, by znaleźć formę ruchu, która daje nam satysfakcję i do której chce się wracać.

TRENING CZY RELAKS? RÓWNOWAGA!

Jeszcze niedawno aktywność fizyczna w kontekście firmowych benefitów kojarzyła się przede wszystkim z karnetem na siłownię. To dobry początek, ale współczesne podejście do wellness jest znacznie szersze. Liczy się nie tylko to, żeby trenować, lecz także umieć odpoczywać.

Dobrym przykładem tej zmiany są londyńskie kluby Third Space. To miejsca, w których tradycyjna przestrzeń treningowa spotyka się ze studiami jogi i Pilatesu, basenami, strefami spa oraz rozwiązaniami wspierającymi regenerację. W ofercie znajdują się również medytacja, sesje relaksacyjne i specjalistyczne wsparcie treningowe, uwzględniające między innymi sen, odżywianie i dobrostan psychiczny.

W Thera Wellness w Sopocie aktywność fizyczna jest ważną częścią szerszej oferty. Do dyspozycji członków Thera Klubu pozostaje siłownia czynna przez całą dobę, wyposażona w blisko 20 stanowisk treningowych marki Technogym. Można trenować samodzielnie, skorzystać z treningów grupowych pod okiem instruktora lub rozpocząć współpracę z trenerem personalnym. W ramach karnetów Sport i Open przewidziano także zajęcia fitness oraz jogi i medytacji zgodnie z aktualnym harmonogramem.

Taka różnorodność ma znaczenie. Nie każdy ma ochotę na intensywny trening po ośmiu godzinach pracy. Czasem lepiej sprawdzi się spokojna praktyka, która pozwoli skupić się na oddechu i odpuścić napięcie zgromadzone w ciągu dnia.

Ale wellness to także regeneracja. W kulturze, w której łatwo pomylić produktywność z nieustanną aktywnością, odpoczynek bywa traktowany jak nagroda, na którą trzeba najpierw zasłużyć. Tymczasem powinien być nieodłącznym elementem dbania o siebie.

W Thera Wellness można połączyć trening z wizytą w strefie basenów i jacuzzi albo skorzystać z saunarium, obejmującego sześć saun inspirowanych różnymi tradycjami. Osobom poszukującym spokojniejszej formy aktywności przypadnie do gustu również Dom Jogi, położony w zielonym otoczeniu Sopockich Błoni. W grafiku znajdują się różne rodzaje jogi, Pilates, Body&Mind i zajęcia „Zdrowy Kręgosłup".

W ten sposób można stworzyć własny rytuał: intensywniejszy trening w jeden dzień, spokojne zajęcia w kolejny, a czasem po prostu kilka chwil spędzonych w strefie relaksu. Nie chodzi o to, by wypełnić kalendarz kolejnymi obowiązkami, tym razem związanymi ze zdrowiem. Chodzi o znalezienie aktywności, która rzeczywiście odpowiada naszym potrzebom.

BENEFIT, KTÓRY DAJE WYBÓR

Coraz więcej pracodawców dostrzega, że wspieranie dobrostanu zespołu może obejmować coś więcej niż standardowy pakiet świadczeń. Nie oznacza to, że firma powinna przejmować odpowiedzialność za każdą sferę życia pracownika. Może jednak ułatwiać mu dostęp do aktywności, które pomagają zadbać o kondycję fizyczną i psychiczną.

Jednym z rozwiązań jest finansowanie członkostw w klubie wellness lub organizowanie regularnych zajęć jogi, rozciągania czy ćwiczeń oddechowych. Ważne, by były one dostępne dla osób o różnych potrzebach i poziomach sprawności, a udział w nich pozostawał dobrowolny. Dobrze zaprojektowany benefit daje możliwości, zamiast narzucać kolejny punkt na liście zadań.



Właśnie dlatego oferta Thera Klubu może być interesującą propozycją również dla firm. W zależności od wybranego karnetu pracownicy mogą korzystać z siłowni, zajęć jogi i fitnessu, basenów, jacuzzi oraz saunarium. Karnet Sport koncentruje się na aktywności, Wellness – na strefie basenów i saun, natomiast Open łączy dostęp do obu tych obszarów. Dzięki temu łatwiej dopasować rozwiązanie do potrzeb zespołu, w którym jedni najchętniej spędzają czas na treningu, a inni szukają przede wszystkim sposobu na regenerację.

Warto pamiętać, że nawet najlepszy benefit nie zastąpi zdrowej kultury organizacyjnej, rozsądnego obciążenia obowiązkami i atmosfery, w której można otwarcie mówić o trudnościach. Może jednak stać się wartościowym elementem szerszego podejścia do dobrostanu.

THERA WELLNESS | Bitwy pod Płowcami 54, Radisson Blu Hotel, Sopot | / therawellness.sopot / therawellness_sopot

booksy

Tango w 32 odsłonach

Autor:
Patryk Gochniewski



Fot. Krzysztof Nowosielski

Na parkiecie sopockiego Grand Hotelu występowali mistrzowie świata, w Gdańsku klasyczne tango spotykało się z punkową energią muzyków z Buenos Aires, a podczas otwartych lekcji swoich sił próbowali początkujący. Wieczorami sale taneczne zapełniały się uczestnikami milong, dla których liczyły się nie tylko umiejętności, ale przede wszystkim muzyka, improwizacja i spotkanie z drugim człowiekiem. Przez trzynaście dni Gdańsk i Sopot gościły pierwszy w Polsce Kongres Tanga Argentyńskiego, który przyciągnął zarówno doświadczonych pasjonatów, jak i tych, którzy dopiero odkrywali tę kulturę.



Fot. Piotr Żagiell

Tango narodziło się pod koniec XIX wieku w portowym Buenos Aires, gdzie spotykały się tradycje muzyczne i taneczne przywożone przez imigrantów. Z czasem przekroczyło granice argentyńskich dzielnic, zdobywając europejskie salony i sceny całego świata. Michał Shevchenko, jeden z organizatorów kongresu, dostrzega w historii Buenos Aires pewne podobieństwa do Trójmiasta.

- Oba obszary łączy morska historia, otwartość na wpływy z zewnątrz i kulturowa różnorodność. Stąd pomysł, by właśnie tutaj zorganizować pierwsze w Polsce wydarzenie o tak szerokim programie – wyjaśnia.

I rzeczywiście, program wykraczał daleko poza koncerty i pokazy taneczne. W ciągu trzynastu dni odbyły się 32 wydarzenia, w których uczestniczyło niemal 800 osób – mieszkańców Trójmiasta oraz gości z Polski i zagranicy. Muzycy występowali w Akademii Muzycznej w Gdańsku i Starym Maneżu, tancerze spotykali się na milongach w sopockim Grand Hotelu i Mamuszki 14, a projekcje filmowe, wystawa poświęcona Juanowi Carlosowi Copesowi i sympozjum naukowe pozwalały poznać tango również od strony historycznej, społecznej i kulturowej. Kongres odbył się pod patronatem honorowym Ambasady Republiki Argentyny w Polsce i Prezydenta Miasta Sopotu.

- Tango to nie tylko technika ruchu czy taniec, ale przejaw kultury, sztuki, poezji, muzyki, życia społeczności, historii i mody. Zależało nam, żeby pokazać je z każdej strony – mówi Michał Shevchenko, dyrektor artystyczny kongresu.

Za organizacją wydarzenia stał komitet założycielski, który tworzyli Michał i Vitalina Shevchenko, Oliver Williamson i Anna Suszanowicz-Williamson oraz redaktor naczelny „Prestiżu" Michał Stankiewicz. Droga do pierwszej edycji nie była jednak pozbawiona trudności. Gdy nie udało się pozyskać sponsorów korporacyjnych, Oliver i Anna Williamsonowie zdecydowali się pokryć koszty przedsięwzięcia. Anna zaangażowała się także w sprawy administracyjne i organizacyjne, a kontakt z Michałem Stankiewiczem, który dołączył do przygotowań kongresu, nawiązali za pośrednictwem architekta Jana Sikory.

- Anna, Michał, Vitalina i ja uznaliśmy jednak, że pierwszy Kongres Tanga musi być udany. Nie mogliśmy pozwolić, by projekt upadł. Tym razem byliśmy gotowi wystąpić w roli „przypadkowych sponsorów" – opowiada Oliver Williamson.

PUNKOWA KLASYKA

Od klasycznych kompozycji po brzmienia z pogranicza tanga i rocka – program muzyczny kongresu pokazał, jak różnorodna potrafi być argentyńska tradycja. Otworzył go koncert „Colours of Tango & Ensemble", podczas którego zabrzmiały utwory inspirowane twórczością Astora Piazzolli, Ángela Villolda i Carlosa Gardela. Wystąpił wokalista Carlos Habiague, któremu towarzyszyli m.in. harfistka Aneta Salwińska oraz akordeonista i bandoneonista Konrad Salwiński. Muzyczny program uzupełniły pokazy par tanecznych.

Zupełnie inny charakter miał koncert „The Contrasts", w którym zderzyły się dwa podejścia do tego samego gatunku.



Fot. Piotr Żagiell



Fot. Piotr Żagiell

zawdzięcza mu współczesne tango – podkreśla Shevchenko.

WIĘCEJ NIŻ TANIEC

Milongi, czyli spotkania miłośników tanga, były jednym z najważniejszych elementów kongresu. To właśnie na nich najlepiej widać społeczny charakter tego tańca. Nie ma tu z góry ustalonej choreografii – partnerzy improwizują, reagując na muzykę i siebie nawzajem. Liczą się umiejętność prowadzenia, wzajemna uważność i wyczucie, które pozwala swobodnie poruszać się wśród innych par. Na parkiecie spotykają się ludzie w różnym wieku i z różnym doświadczeniem, a wspólny taniec staje się okazją do poznawania nowych osób.

Podczas kongresu o muzyczną oprawę milong dbali musicalizadores z Argentyny, Urugwaju, Ukrainy, Finlandii, Szwecji i Polski. La Primera Milongę poprowadził Krzysztof Rumiński, a milongę otwarcia – Vito Ventu. Za konsoletą podczas kolejnych spotkań stanęli Anna Tyszka, Oleksandra Kotelnytska, Julio Saavedra, Jessica Carleson, Guillermo Monti, Santiago Buonomo i Milagros Herrera. Muzykę na finałowe afterparty w Boso Dance wybrała Beata Darkowicz. Nie zabrakło też występów na żywo – El Cachivache Cuarteto Wiesław Prządka Quinteto Tango Nuevo wystąpił z wokalistką Barbarą Grabiński, natomiast El Cachivache Cuarteto z Buenos Aires zaprezentował Punk Tango. To bardziej drapieżna odmiana tanga, czerpiąca z rockowej energii i daleka od nabożnego traktowania muzycznej tradycji. Argentyński zespół pokazał, że tango nie musi trzymać się utartych schematów, by zachować swój charakter. Również temu koncertowi towarzyszyły występy tancerzy.

Ważne miejsce w programie zajął także koncert „Tango Revolución – Tribute to Juan Carlos Copes", poświęcony jednemu z najważniejszych artystów w historii tanga. Na scenie wystąpili Cuarteto Re-Tango, wokalista Martín Troncozo oraz Johana Copes – córka legendarnego tancerza, choreografka, która przez lata występowała u boku ojca. Juan Carlos Copes, nazywany ojcem chrzestnym współczesnego tanga, odegrał kluczową rolę w przeniesieniu tego tańca z tradycyjnych parkietów na sceny teatralne. Rozwinął jego widowiskową formę, nie zrywając przy tym z argentyńskimi korzeniami.

- Juan Carlos Copes to postać, która towarzyszyła nam w wielu momentach kongresu. Chcieliśmy przypomnieć jego dorobek i pokazać, jak wiele



Fot. Krzysztof Nowosielski



fot. Karol Kacperski

zagrało podczas milongi nocnej, a Cuarteto ReTango podczas galowego wieczoru w Grand Hotelu.

Osobną atrakcją były pokazy profesjonalnych tancerzy. Publiczność mogła podziwiać m.in. Barbarę Ferreirę i Agustína Agneza, mistrzów świata w kategorii Tango Salon z 2021 roku, oraz Johanę Copes. W przeciwieństwie do improwizowanego tanga społecznego występy sceniczne pozwalały zaprezentować dopracowane choreografie i techniczne umiejętności zawodowych par. Wieczorami sale taneczne zapełniały się uczestnikami, potwierdzając, że zainteresowanie tangiem nie ogranicza się do wąskiego grona pasjonatów.

Organizatorzy zadbali również o tych, którzy dotąd nie mieli okazji spróbować swoich sił na parkiecie. Otwarte lekcje dla początkujących pozwalały poznać podstawowe kroki i przekonać się, jak ważne w tangu są współpraca, koncentracja i porozumienie między partnerami. Michał Shevchenko podkreślał, że zależało mu na pokazaniu tańca dostępnego dla każdego, niezależnie od wieku czy wcześniejszego doświadczenia.

Najlepszym przykładem są Anna i Oliver Williamsonowie, którzy swoją przygodę z tangiem rozpoczęli 24 października 2024 roku, podczas pierwszej lekcji z Michałem Shevchenko. Anna zawsze lubiła tańczyć, Oliver natomiast przez lata był przekonany, że taniec nie jest dla niego. Dziś wspólne zajęcia są dla nich sposobem na spędzanie czasu, poznawanie ludzi i odkrywanie nowych zainteresowań. To osobiste doświadczenie stało się również jedną z motywacji do zaangażowania w organizację kongresu.

- Anna mówi, że tango to najlepszy prezent, jaki mogłem jej kiedykolwiek podarować. Przed tangiem nasze życie było dobre, ale nieco monotonne. Teraz znów staje się przygodą – przyznaje Williamson. - Annie i mnie zależy na tym, by taki taniec był dostępny dla każdego, kto chce sięgnąć po coś pięknego, również dla tych, którzy uważają, że taniec nie jest dla nich.

OD ARCHIWALNYCH ZDJĘĆ PO TERAPIĘ

Kongres był również okazją do bliższego poznania historii tanga i artystów, którzy mieli największy wpływ na jego rozwój. Wystawa „Juan Carlos Copes. Człowiek – Artysta" przybliżała sylwetkę legendarnego tancerza i choreografa, który przyczynił się do popularyzacji tanga na światowych scenach. Wśród eksponatów znalazły się rodzinne fotografie, pamiątki, materiały filmowe oraz zdjęcia dokumentujące jego pracę artystyczną.

- Wystawa była klamrą spinającą cały kongres. Przygotowaliśmy ją we współpracy z Galerią Bator i Grupą NDI, a zdjęcia oraz eksponaty pochodziły z prywatnej kolekcji Jolanty Olszowy-Oleś – mówi Michał Shevchenko.

Inną ważną postać argentyńskiej kultury przypomniał dokument „Osvaldo", poświęcony Osvaldo Pugliese – pianiście, kompozytorowi i dyrygentowi, który zapisał się w historii tanga. Nicolas Artin i Viveka Caceres przedstawili jego dorobek w niekonwencjonalnej formie, rezygnując z typowego dokumentu opartego na wypowiedziach ekspertów. Zamiast tego zabrali widzów w półtoragodzinną filmową podróż przez Argentynę, obejmującą 35 tysięcy kilometrów. Muzyka, taniec i rozległe krajobrazy stały się tłem opowieści o twórczości Pugliese oraz jej wpływie na kolejne pokolenia artystów.

Program kongresu uzupełniło sympozjum „Tango | Kultura | Terapia", podczas którego o tangu rozmawiano z perspektywy nauki, kultury i zdrowia. Dr Paulina Wycichowska przedstawiła zagadnienia choreologiczne, prof. Waldemar Kuligowski skupił się na społecznym i kulturowym znaczeniu tańca, a dr Alicja Stewart omówiła jego zastosowanie w terapii oraz związki ze zdrowiem psychicznym. Michał Shevchenko porównał tango argentyńskie z polskim, natomiast Wiesław Prządka podzielił się doświadczeniami muzyka.

- Zależało nam, żeby rozpocząć rozmowę o tangu na poziomie akademickim. Zaprosiliśmy badaczy, którzy przyglądają się mu z różnych perspektyw: kulturowej, społecznej, choreologicznej i terapeutycznej – podkreśla dyrektor artystyczny kongresu.

Pierwsza edycja połączyła środowisko tancerzy i muzyków z osobami zainteresowanymi historią, kulturą i społecznym znaczeniem tanga. Organizatorzy już myślą o kontynuacji przedsięwzięcia, a Trójmiasto ma pozostać jego gospodarzem.

- Jestem przekonany, że idea kongresu urzeczywistniła się w niemal doskonały sposób właśnie w Trójmieście, polskim Buenos Aires, gdzie otwartość na świat spotyka się z nostalgią i podróżą. Z pewnością wrócimy z imprezą tutaj za rok – zapowiada Michał Shevchenko. •



Fot. Piotr Żagiell

R@Port w Gdyni

Autorka: Marta Dworak

Teatr, który nie kończy się na scenie

Od przejmującej opowieści o dorastaniu w cieniu alkoholizmu, przez hipnotyzujący teatr tańca, po osobiste wyznania Krystyny Jandy i muzyczne eksperymenty Kuby Więcka. Powracający po pięciu latach do Gdyni R@Port pokazał, jak wiele języków ma współczesny teatr. W dniach 21–24 października Festiwal Polskich Sztuk Współczesnych ponownie połączył artystów i publiczność, przekraczając granice między teatrem, muzyką, tańcem i sztukami wizualnymi.



Fot. Witek Deka

Powrót R@Portu do Teatru Miejskiego w Gdyni to odważne zwrócenie się ku interdyscyplinarności. Sztuka teatralna, taneczna, filmowa zagościła nie tylko w przestrzeniach gospodarza, ale i w całym mieście. Na Festiwalu pojawili się twórcy mający wpływ na rozwój współczesnej kultury tacy jak m.in. Krystyna Janda, Zbigniew Libera i Kuba Więcek. Wspólny mianownik to śmiałość w poszukiwaniu nowych form wyrazu oraz zdolność do poruszania spraw osobistych i społecznych w sposób rezonujący ze współczesnym widzem.

- Tegoroczna edycja otwiera nowy rozdział – bardziej różnorodny, odważny i wychodzący poza tradycyjne granice teatru. Współczesna dramaturgia nie musi przecież zaczynać się i kończyć na scenie. Jest totalna - jest ruchem, obrazem, dźwiękiem, muzyką, performansem, a przede wszystkim – spotkaniem z drugim człowiekiem – mówi Marta Miłoszewska, Dyrektorka Festiwalu i Dyrektorka Teatru Miejskiego w Gdyni.

NA RAUSZU

Zaprezentowane tytuły operowały odmiennym językiem scenicznym, wnosiły własny ładunek emocjonalny i proponowały osobne spojrzenie na teatr. To sztuka, której nieobce są wyzwania społeczne takie jak alkoholizm przejmująco ukazany w „Mireczku" Teatru im. Stefana Jaracza w Olsztynie. To niepozostawiająca obojętnym adaptacja reportażu „Mireczek. Patoopowieść o moim ojcu" Aleksandry Zbroi, która mówi o chorobie alkoholowej rodzica z perspektywy dorosłego dziecka. Z korowodu migawek-wspomnień snutych nad trumną wyłania się poruszająca historia – pełna traumy, marzeń o relacji i żalu po stracie – w której w rolę ojca wciela się terapeuta. Rozmowa z nim zmusza córkę do zmierzenia się z lękiem i bolesną przeszłością. Reżyser Krzysztof Popiołek wraz ze scenografką Anną Wołoszczuk mistrzowsko oddają obraz życia z osobą na rauszu, a wykorzystane w spektaklu fragmenty animacji Disneya pokazują, jak głęboko obecna jest w naszej codzienności kultura picia.



Fot. Sandra Deka

HIPNOTYZUJĄCY TEATR TAŃCA

Wojciech Grudziński w wyreżyserowanym i wykonanym przez siebie spektaklu „Cute & Awkward" w centrum ekspresji stawia taniec, który staje się językiem performansu. Tu liczy się ciało i subtelność gestu. Tytuł zestawia ze sobą słowa uroczy z nieporadny, przy czym niezręczność nie jest tu słabością, lecz formą wrażliwości, natomiast urok urasta do rangi ochronnego kamuflażu. Spektakl porusza się w onirycznym świecie na granicy prawdy i fikcji, w otoczeniu queerowych przestrzeni. Ruch na scenie jest powolny, oparty na niepewnych, niespiesznych reakcjach na niewidzialne bodźce. Opowieść Wojciecha Grudzińskiego inspirowana jest m.in. historią pierwszego warszawskiego klubu gejowskiego Fantom. W spektaklu pojawiają się także nuty piosenki „Lucciola" Maanamu. Godzinny hipnotyczny taniec zahaczający o elementy techno, ale i poloneza, wprowadza tańczących oraz widownię w swoisty trans.

SPOTKANIE Z IKONĄ

W spektaklu „My Way" za tekst, koncepcję i wykonanie odpowiada Krystyna Janda. To osnuta na anegdotach i wspomnieniach błyskotliwa opowieść o jej życiu napisana z okazji 70. urodzin. Opowiedziana w ten sposób biografia staje się intymnym, autorskim monologiem charyzmatycznej legendy, która nie boi się śmiać ze swoich własnych osobliwości i obracać słabości w atuty. W jej opowieści życie prywatne i rodzinne nieodłącznie przeplata się z tym zawodowym. Poznajemy kulisy pracy artystycznej, niełatwe decyzje i osobiste wybory. Lata młodości, początki kariery, miłości, dzieci oraz trudy budowy Teatru Polonia i Och-Teatru pokazują kobietę niezłomną, a jednocześnie bardzo ludzką. Kolorytu temu wszystkiemu dodają wzmianki o znanych artystach, z którymi przecięły się jej drogi. Artystka mistrzowsko utrzymuje uwagę i emocje widowni, z wyczuciem balansując między nostalgią a humorem.

GDYŃSKA NAGRODA DRAMATURGICZNA

R@Port nie poprzestał na prezentacji spektakli, lecz oddał głos współczesnej polskiej dramaturgii. Do 19. edycji Gdyńskiej Nagrody Dramaturgicznej zgłoszono 159 dramatów z całej Polski. Publiczność poznawała je sukcesywnie podczas performatywnych czytań i pokazów warsztatowych przygotowanych przez przedstawicieli najmłodszego pokolenia reżyserek i reżyserów.

Nagrodę za najlepszy tekst dramatyczny otrzymała Malina Prześluga, za „Ślepą plamkę". Kapituła w składzie: Antonia Lloyd-Jones, Katarzyna Minkowska oraz Magdalena Rigamonti uzasadniła swoją decyzję, wskazując na niezwykłą wrażliwość autorki, doskonałe wyczucie scenicznego rytmu oraz precyzję w portretowaniu współczesnego człowieka.

Podczas finału Festiwalu przyznaniu nagrody towarzyszyło widowisko muzyczne przygotowane specjalnie na tę okazję przez saksofonistę, kompozytora i producenta Kubę Więcka. W jego występie jazz zestawiony został z muzyką eksperymentalną, hip-hopem i performansem, a na scenie towarzyszył mu m.in. Koza, czyli Kamil Białaszek – raper i reżyser teatralny.

Nagrodę Specjalną Teatru Miejskiego w Gdyni, a tym samym możliwość wystawienia na jego deskach tytułu w bieżącym lub kolejnym sezonie artystycznym, zdobył Piotr Domalewski za sztukę „Zamknij oczy Nel". To przejmujące, osobiste, a zarazem uniwersalne studium żałoby, pamięci i dorastania. •



O smutku, przyjaźni i dorastaniu

Autor:
Patryk Gochniewski

Zdjęcia:
Dawid Linkowski

Wylinka najlepszą książką dla młodych

Pusty dom, nieobecność rodziców i dwoje dzieci, które próbują zrozumieć, co właściwie się wydarzyło. „Wylinka" Wita Szostaka, laureatka tegorocznej Literackiej Podróży Hestii, zaczyna się właśnie od takiej tajemnicy. I szybko okazuje się, że pod jej powierzchnią kryje się znacznie więcej niż historia z dreszczykiem.

Konkurs, którego szósta edycja rozstrzygnęła się we wrześniu w Sopocie, wyróżnia współczesną polską literaturę dla czytelników w wieku 10-15 lat. Nie chodzi jednak wyłącznie o książki, które dobrze się czyta. Ważne są także te, które zostawiają po sobie pytania, pomagają nazwać emocje i nie traktują młodego odbiorcy z góry. W tym roku jury wybierało spośród 104 zgłoszonych tytułów. Zwycięzca otrzymał 50 tys. zł.

HISTORIA, KTÓRA NIE DAJE PROSTYCH ODPOWIEDZI

W „Wylince", wydanej przez Powergraph z ilustracjami Aleksandry Krzanowskiej, wszystko zaczyna się od niepokojącej ciszy. Klara budzi się i odkrywa, że w domu nie ma jej rodziców. Jest za to chłopiec w jej wieku. Oboje próbują odnaleźć się w sytuacji, której nie rozumieją, i ustalić, co jest prawdą.

Szostak stopniowo buduje napięcie, nie spiesząc się z wyjaśnieniami. Zwyczajna przestrzeń staje się coraz bardziej obca, a opowieść balansuje między przygodą a thrillerem psychologicznym.

Szybko jednak okazuje się, że sama zagadka wcale nie jest najważniejsza. Kryje się pod nią historia o dziecięcej traumie, samotności i próbie poradzenia sobie z doświadczeniem, któremu trudno nadać sens. Autor nie prowadzi czytelnika za rękę ani nie proponuje łatwego pocieszenia. Zamiast tego pokazuje, że czasem trzeba najpierw zmierzyć się z własnym smutkiem, żeby móc go zrozumieć.

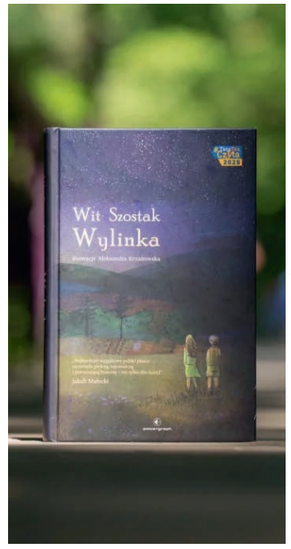
W laudacji wygłoszonej podczas gali Karolina Lewestam, członkini kapituły, zwróciła uwagę na terapeutyczny wymiar tej opowieści. „Wylinka" może pomóc młodym czytelnikom spojrzeć na trudne emocje z innej strony - bez przekonania, że należy się ich wstydzić albo jak najszybciej się ich pozbyć.

Ważny głos w tegorocznej edycji należał również do samych młodych czytelników. Książki oceniała 65-osobowa grupa dzieci pracowników ERGO Hestii, a rekomendację dla kapituły przygotowała Młodzieżowa Rada Literacka złożona z uczniów Szkoły Podstawowej nr 6 im. Tadeusza Kościuszki w Wejherowie. W konkursie, który dotyczy przecież ich czytelniczych doświadczeń, taki udział ma szczególne znaczenie.

PIĘĆ RÓŻNYCH OPOWIEŚCI O DORASTANIU

Do finału trafiły także cztery inne książki. „Choćby na księżyc" Agnieszki Dąbrowskiej to historia Radka, który marzy o wyrwaniu się z rodzinnej miejscowości, a jednocześnie musi mierzyć się z biedą, brakiem bliskości i cudzymi uprzedzeniami. „Dom na odludziu" Anny Onichimowskiej prowadzi z kolei w stronę zagadki i lekkiej grozy. Przeprowadzka trójki dzieci staje się początkiem wydarzeń, których dorośli nie zawsze potrafią lub chcą wyjaśnić.

W książce „Kto by nie chciał mieć psa?" Marta Guśniowska łączy humor z pytaniami o szczęście, pozycję społeczną i to, czego właściwie potrzebujemy od innych. „Ziomek" Joanny Olech, zbiór opowiadań o inności, przyjaźni i akceptacji, przypomina natomiast, że znalezienie swojego miejsca nie musi



Fot. mat. prasowe Literacka Podróż Hestii

oznaczać dopasowania się do wszystkich wokół.

Różnorodność tej piątki dobrze pokazuje, jak szeroko można dziś rozumieć literaturę dla młodych. Jest w niej miejsce na przygodę, humor i tajemnicę, ale też na tematy, od których dorośli często woleliby zacząć rozmowę dopiero wtedy, gdy dziecko samo o nie zapyta. •



Literacka Podróż Hestii przyznawana jest od 2021 roku. Za nagrodą stoją ERGO Hestia i Fundacja Artystyczna Podróż Hestii, a partnerem konkursu jest Fundacja Wisławy Szymborskiej. Ważną częścią inicjatywy są również działania edukacyjne i przekazywanie książek do bibliotek, także w mniejszych miejscowościach.

Nowa Opera Bałtycka

Gdańsk od stu lat marzy o gmachu operowym. Dziś to marzenie ma już konkretny adres, harmonogram i rozpoczęty proces przygotowań. Na Placu Zebrań Ludowych powstanie budynek zaprojektowany od podstaw z myślą o muzyce, teatrze, artystach i publiczności.

Nowa siedziba na Placu Zebrań Ludowych stworzy warunki właściwe dla opery, z doskonałą akustyką, nowoczesnym zapleczem technologicznym i infrastrukturą pozwalającą realizować naprawdę wymagające wydarzenia. Plan zakłada główną salę na 1500 miejsc, drugą – wielofunkcyjną – na 700, sale prób, przestrzenie edukacyjne, wystawiennicze, kawiarnie, scenę plenerową nawiązującą do muzycznych tradycji Placu Zebrań Ludowych, a także miejsce schronienia.



Przyjdziemy tam nie tylko na spektakl. Opera będzie otwarta na miasto – z zielenią, przestrzenią odpoczynku i spotkań. Nie chodzi wyłącznie o „budynek symbol", lecz o miejsce, które mieszkańcy uznają za swoje i z którego są dumni. Ponadto, ta inwestycja wzbogaci otoczenie pomorskiego biznesu. Wyjątkowy obiekt przyciąga również wyjątkowych twórców.

Jednym z najważniejszych etapów przygotowania tej inwestycji są konsultacje społeczne. Odbyły się już spacery badawcze, wywiady fokusowe, punkty mobilne oraz warsztat foresightowy. Szczególnym narzędziem jest platforma Public Twin, na której mieszkańcy dzielą się opiniami o Placu Zebrań Ludowych, wskazują potrzeby i problemy, a jednocześnie mogą poznać kolejne etapy budowy. Trwa dyskusja o komunikacji, relacji budynku z otoczeniem oraz o sposobach korzystania z placu. Zebrane głosy pomogą sformułować wytyczne do międzynarodowego konkursu architektonicznego, którego organizatorem będzie Opera Bałtycka, przy rekomendacji Stowarzyszenia Architektów Polskich. Dwuetapowy konkurs zaplanowano na 2027 roku. Projekt budowlany ma powstać w latach 2028–2029, a planowana realizacja potrwać do jesieni 2032 roku.



Fot. Krzysztof Mystkowski

W całym procesie budowy najważniejsze pozostają troska, jakość, nowoczesność i sprawczość. Troska o artystów, publiczność, mieszkańców i środowisko. Jakość oznaczająca odpowiedzialność za budynek, który ma służyć przez pokolenia. Nowoczesność rozumiana jako gotowość na potrzeby przyszłości. I sprawczość – bo po latach rozmów o nowej Operze przychodzi czas, by marzenia zamieniać w działanie. •

Opera Bałtycka w Gdańsku

STYCZEŃ 2027

AIDA

GIUSEPPE VERDI ANTONIO GHISLANZONI

Opera Bałtycka w Gdańsku
Instytucja Kultury Samorządu Województwa Pomorskiego
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
MECENAS OPERY BAŁTYCKIEJ
Energa | GRUPA ORLEN



Autorka:
Marta Dworak

Zdjęcia:
Dawid Linkowski

Gdynia Horizons of Peace
Pokój oczami światowych intelektualistów

- Horyzont pokoju wymaga od nas konieczności ważenia słów, nazywania rzeczy po imieniu oraz świadomości, że zaniechanie tego prowadzi do śmierci i cierpienia wielu ludzi. Polega to na nazywaniu okrucieństwa okrucieństwem, zła złem, a zarazy zarazą – powiedział zdobywca Nagrody Bookera Richard Flanagan podczas Horizons of Peace w Konsulacie Kultury w Gdyni. Swoimi perspektywami podzielili się także laureat Pokojowej Nagrody Nobla Aleś Bialacki, wybitny historyk Norman Davies i ukraiński pisarz Andrij Lubka.

Październikowe forum Horizons of Peace w Konsulacie Kultury to odpowiedź na geopolityczny chaos, narastającą niepewność i obawy związane z wojną tuż za polską granicą.

- Wydarzenie Horizons of Peace powstało z oporu wobec dominacji narracji militarnej w debacie publicznej. Wierzę, że instytucja kultury ma wobec kryzysów na świecie własne zadania – wpierać pokojowy dyskurs, wolność słowa i porozumienie różnorodnych grup. Potrzebowaliśmy silnych głosów, które wybrzmią na rzecz pokoju – mówiła Katarzyna Korzeniewska, dyrektorka Konsulatu Kultury w Gdyni.

Tymi postaciami byli wybitni przedstawiciele świata literatury, historii i działalności na rzecz praw człowieka: białoruski obrońca praw człowieka Aleś Bialacki, brytyjsko-polski historyk Norman Davies, australijski pisarz, historyk i reżyser filmowy Richard Flanagan oraz ukraiński poeta, prozaik i tłumacz Andrii Lubka. Spotkanie poprowadziła Katarzyna Kasia – filozofka, wykładowczyni i publicystka.

GDYŃSKA LEKCJA POKOJU

Miejsce wydarzenia nie było przypadkowe – rozmowa odbyła się w świętującej swoje stulecie Gdyni, mieście od podstaw budowanym z myślą o pokoju. Prowadząca zachęciła do zmiany perspektywy i odwrócenia utartych schematów myślenia:

- Ostatnio bardzo często słyszę, że żeby był pokój, to trzeba się szykować do wojny. A co gdybyśmy dzisiaj wykonali takie intelektualne ćwiczenie i spróbowali przyszykować się do pokoju, rozmawiając o pokoju, a nie o wojnie? Pokój nie jest dany raz na zawsze i o tym dość boleśnie przekonujemy się właściwie codziennie. Pokój to coś, o co trzeba zabiegać, starać się i troszczyć – przekonywała Katarzyna Kasia.

SIŁA TO NIE WSZYSTKO

W tym duchu Richard Flanagan w swoim wystąpieniu mówił o literaturze jako przestrzeni wolności oraz o zagrożeniu, jakie niesie sprowadzanie relacji społecznych do siły. Autor ostrzegał przed uleganiem iluzji, że tyrani są nieuchronną przyszłością świata.

- Fetyszyzacja przemocy jest obecna w całej naszej kulturze. Widać ją wszędzie, od polityki tożsamości po fabułę „Gry o tron". Żyjemy w czasach, w których najpotężniejsi i najbogatsi ludzie marzą o autonomicznych miastach-państwach rządzonych przez nową arystokrację technologicznej elity, z dala od demokracji – opowiadał Flanagan. - Jeśli jednak przyjmiemy sposób myślenia Thiela, Trumpa, Vance'a i Putina, według którego siła jest wszystkim i na niej opiera się każde społeczeństwo i każdy człowiek, popadniemy w fatalizm. Zaczniemy wierzyć, że wszystko jest z góry przesądzone. A tak nie jest. Nigdy nie było.

Odwołując się do myśli Václava Havla oraz Alberta Camusa, wskazał, że obrona przed złem wymaga nazywania rzeczy po imieniu, odrzucenia rezygnacji oraz bezwzględnego stania po stronie wolności – słowa, idei, zrzeszania się, życia w prawdzie – która stanowi jedyną prawdziwą drogę do trwałego pokoju.

SPRAWIEDLIWOŚĆ, ODPOWIEDZIALNOŚĆ I PRAWDA

Aleś Bielacki, założyciel Centrum Obrony Praw Człowieka Wiasna, który ponad 4 lata spędził w białoruskim więzieniu, opowiedział o białoruskiej utracie pokoju, która zaczęła się od słów, akceptacji nienawidzenia i pojęcia zbytniej wolności. Kolejny krok to przekonanie, że demokracja jest niebezpieczna, prawa człowieka opcjonalne, a przywódca ważniejszy niż instytucja.

- Wolności nigdy nie można brać za pewnik. Demokracja jest o wielu bardziej krucha niż wielu uważa. Gdy słabnie, słabną również prawa człowieka – podkreślał Aleś Bialacki. - Dlatego obrona pokoju i obrona demokracji są zawsze istotne i nierozłączne. Pokój to coś więcej niż tylko brak wojny. Bez sprawiedliwości pokój staje się kruchy. Bez odpowiedzialności przemoc powraca. Bez prawdy pojednanie staje się niemożliwe.

Przekonanie, że każdy człowiek rodzi się równy, a żadna dyktatura nie może mu odebrać wewnętrznej wolności podtrzymywało na duchu laureata Pokojowej Nagrody Nobla w najciemniejszych momentach. Podobnie jak myśl, że każdy naród ma prawo do wolności, tożsamości i niepodległości.

ILUZJE TYRANII

Norman Davies w swoim wystąpieniu snuł refleksję nad pojęciem pokoju, sprawiedliwości i współczesnymi zagrożeniami geopolitycznymi. Przywołał on różne sposoby definiowania i budowania pokoju przez ludzkość na przestrzeni dziejów – od narzucanego siła, opartego na strachu i dominacji pokoju imperiów, przez nietrwałe zawieszenia broni stanowiące zarzewia przyszłych konfliktów, aż po koncepcje oparte na praworządności, harmonii społecznej i uniwersalnych wartościach. Jednocześnie historyk skrytykował erozję demokracji, autorytarne zapędy i zwrot ku polityce siły, ostrzegając przed iluzjami tyranii i przekonaniem, że przemoc jest





jedynym prawem rządzącym światem. Przyznał, że choć horyzont pokoju na świecie wydaje się dzisiaj bardziej odległy niż kiedykolwiek, nadal istnieje nadzieja.

- Ludzka natura pozostała niezmienna. To mieszanka dobrej i złej woli, miłości i nienawiści, życzliwości i bezwzględności. Filozofowie sami się nie zgodzą. Jean-Jacques Rousseau, uważał, że ludzka natura jest dobra, ale zniszczona. Thomas Hobbes, XVII wiekowy angielski, widzi ludzkość jako samotna, brudna, okropna i krótka. A jednak pokój nadal ma szansę i wszyscy musimy dążyć do zapewnienia zwycięstwa pokoju – mówi Norman Davies. - Urodziłem się w największym imperium świata. Tego imperium już nie ma. Nie istnieje. To samo czeka imperium, z którym walczy Ukraina. Prędzej czy później Ukraina będzie wolna, a Rosji nie będzie.

CENA ZBIOROWEJ TOŻSAMOŚCI

Andrij Lubka wniósł do debaty swoje osobiste doświadczenie pisarza i ojca, który niespodziewanie wdział mundur żołnierza, bo historia tego wymagała. Zauważył, że wojna odebrała Ukraińcom indywidualny głos, gdyż teraz każdy wypowiada się w imieniu całego narodu. Z jego perspektywy wojna pozbawia ludzi imion, prywatności i osobistych historii, zamieniając ich w cyfry i statystyki.

- A kiedy przestajemy to odczuwać, wojna staje się codziennością, niemal matematycznym działaniem. W rzeczywistości jednocześnie rozgrywają się miliony odrębnych ludzkich tragedii. Za każdym mundurem wciąż stoi człowiek ze swoim imieniem, rodziną, charakterem i własnym wyobrażeniem o życiu – podkreślał Andrij Lubka.

Zauważył on jednocześnie, że sam pokój nie wystarcza. Prawdziwym antonimem wojny są narodziny, budowanie i tworzenie. Pokój to tylko punkt pośredni.

- Pokój, który nie daje możliwości odrodzenia się i tworzenia życia, jest fejkiem. Wojna odbiera przyszłość, a pokój przewraca człowiekowi możliwość jej wyboru. Miliony Ukraińców odkładają życie na później, na nieokreślony moment, kiedy wszystko wreszcie się skończy. Dlatego możliwość ponownego planowania własnego życia jest dla mnie prawdziwym zaprzeczeniem wojny. I nie dotyczy to wyłącznie Ukrainy.

Doskonale rozumie to Konsulat Kultury, który jako instytucja włącza się do debaty o pokoju, godności i wolności.

- Od zeszłego roku w oknach budynku Konsulatu Kultury świeci neon artystki wizualnej Marty Frej ze słowami „Nie urodziłam żołnierza". Jestem głęboko przekonana, że żadna matka nie urodziła żołnierza i że żaden człowiek nie urodził się, by doznawać okrucieństw wojny – podsumowuje Katarzyna Korzeniewska. - Mam nadzieję, że w kolejnych latach będziemy kontynuować tę rozmowę i coraz więcej będziemy mówić o pokoju, a coraz mniej o wojnie.



Poczuj magię Świąt nad morzem

- Kolacja Wigilijna oraz brunche I i II Dnia Świąt
- Wyjątkowe menu przygotowane przez szefa kuchni Marka Soczewkę wraz z zespołem
- Muzyka na żywo
- Wybrane napoje bez limitu
- Wizyta św. Mikołaja podczas Kolacji Wigilijnej
- Eleganckie sale balowe

katarzyna.kajzer@sheraton.com

506 507 415



Autor: Patryk Gochniewski

Zdjęcia: Karol Kacperski

Wieczór DeLuxe w rytmie klasyki

W Sali Balowej sopockiego Grand Hotelu, gdzie wciąż wiszą oryginalne żyrandole z lat 20. XX wieku, zabrzmiała melodia znana z filmu „Zapach kobiety". Przy tej muzyce profesjonalni tancerze zaprezentowali tango argentyńskie - jeden z głównych punktów Wieczoru DeLuxe. W programie spotkania, które zgromadziło przedstawicieli pomorskiego biznesu, kultury i sztuki, znalazły się także pokaz kolekcji Yavorska, prezentacja współczesnej biżuterii z bursztynu oraz rozmowy o tradycji i jej miejscu we współczesnym wzornictwie.



Cykliczne Wieczory DeLuxe są okazją do prezentacji marek, wymiany doświadczeń i nawiązywania kontaktów w gronie osób związanych z pomorskim biznesem oraz kulturą. Każda edycja ma własny temat przewodni, wokół którego organizatorzy budują program łączący rozmowy, prezentacje i wydarzenia artystyczne. Tym razem wspólnym mianownikiem była klasyka - obecna zarówno w muzyce i tańcu, jak i modzie oraz wzornictwie. Do tego dochodziło samo miejsce spotkania, czyli Grand Hotel, który w przyszłym roku będzie obchodził setne urodziny.

Wieczór poprowadził Tomasz Podsiadły, a gości przywitał Michał Stankiewicz, prezes MS Group i redaktor naczelny Prestiż Magazyn Trójmiejski. W swoim wystąpieniu poświęcił nieco uwagi działalności wydawniczej firmy, prezentując jej magazyny. Szczególnie dużo miejsca przeznaczył na najnowszy projekt - „Lataj z Gdańska". To publikacja, w której można znaleźć teksty podróżnicze, prezentacje interesujących kierunków, a także szczegółowe informacje na temat funkcjonowania gdańskiego lotniska.

TANGO, CZYLI HISTORIA, PASJA I EMOCJE

Szczególne miejsce w programie zajęło tango argentyńskie. Taniec, który dzisiaj kojarzy się przede wszystkim z elegancją i namiętnością, ma niezwykle interesującą historię, a jego droga z ubogich dzielnic Buenos Aires na najbardziej prestiżowe sceny świata jest opowieścią o przemianach obyczajowych, kulturze i ludzkich emocjach. O znaczeniu tanga opowiadał Michał Sevchenko, tancerz, choreograf, nauczyciel i twórca Teatru Tanga, zaangażowany również w organizację Kongresu Tanga, które właśnie





w październiku po raz pierwszy odbyło się w Trójmieście.

Szczególnym gościem wieczoru była Johana Copez, argentyńska tancerka, choreografka i instruktorka, córka legendarnego Juana Carlosa Copesa, nazywanego „Tancerzem Stulecia". Jej ojciec należał do najważniejszych postaci w historii tanga. To między innymi dzięki niemu taniec ten wyszedł poza tradycyjne milongi i zyskał nowy wymiar na światowych scenach. Rozmowa z artystką miała jednak nie tylko zawodowy, lecz także bardzo osobisty charakter. Johana Copez opowiadała o relacji z ojcem, wspólnych doświadczeniach na parkiecie i dorastaniu w cieniu wielkiej legendy. Wspomnienia dotyczyły zarówno jego artystycznej drogi, jak i życia poza sceną. Nie zabrakło również wątków związanych z rodzinnymi pamiątkami, które dokumentują niezwykłą historię jednego z najwybitniejszych tancerzy tanga. Była to opowieść o dziedzictwie, które nie kończy się wraz z ostatnim występem, lecz żyje dalej w kolejnych pokoleniach.



Muzycznym dopełnieniem spotkania był występ Wiesława Prządki, znakomitego akordeonisty i bandoneonisty. Charakterystyczne brzmienie bandoneonu, instrumentu nierozerwalnie związanego z tangiem argentyńskim, wprowadziło do Sali Balowej atmosferę Buenos Aires. W jego dźwiękach jest coś szczególnego - potrafią być jednocześnie melancholijne, pełne napięcia i niezwykle ekspresyjne.

Najbardziej emocjonującym momentem tej części programu okazał się jednak pokaz profesjonalnych tancerzy. Do melodii znanej z filmu „Zapach kobiety" zaprezentowali tango, w którym techniczna precyzja szła w parze z wyrazistą interpretacją muzyki. Pokaz miał klasę i siłę oddziaływania, które trudno osiągnąć samą techniczną perfekcją. W połączeniu z muzyką i wyjątkową scenerią Grand Hotelu stworzył jeden z tych momentów, dla których warto uczestniczyć w wydarzeniach na żywo. Było to artystyczne otwarcie wieczoru, które nadało ton kolejnym spotkaniom i rozmowom.

MODA I BURSZTYN W NOWEJ ODSŁONIE

Swoje miejsce w programie znalazła również moda. Katarzyna Kobiela, stylistka Galerii Klif w Gdyni, rozmawiała z Iwoną Jaworską, projektantką i twórczynią marki Yavorska. W spotkaniu uczestniczyła także Mariola Rogóż, dyrektorka Galerii Klif, która przypomniała o przypadającym na ten rok jubileuszu galerii.

- W tym roku obchodzimy 30. urodziny i bardzo się cieszymy, że jesteśmy galerią inną niż wszystkie. Dbamy o to, aby nasze sklepy były wyjątkowe, czego najlepszym przykładem jest obecność marki Yavorska – stwierdziła.

Trzydziestolecie to dobry moment na podsumowania, ale również na rozmowę o tym, jak zmieniają się oczekiwania klientów i sama moda. Galeria Klif od lat buduje swoją ofertę wokół marek o wyrazistym charakterze, a Yavorska jest przykładem autorskiego podejścia do projektowania, w którym ważną rolę odgrywają jakość, forma i indywidualność.

Rozmowa z Iwoną Jaworską skupiła się na inspiracji, pracy z materiałem i znaczenia detali. Całość uzupełnił pokaz kolekcji marki. W Sopocie zaprezentowała między innymi zmysłowe suknie, garnitury i płaszcze, utrzymane w neutralnej palecie barw. Dominowały biel, ecru, beże, karmel i czerń. Projektantka najlepiej odnajduje się w monochromatycznym świecie, w którym to nie kolor, lecz konstrukcja, proporcje i sposób układania się materiału odgrywają pierwszoplanową rolę. W prezentowanej kolekcji uwagę zwracało zestawienie prostoty z bardziej zdecydowanymi rozwiązaniami formalnymi. Eleganckie kroje, przemyślane detale i wyraziste sylwetki pokazywały, że nawet przy ograniczonej gamie kolorystycznej można tworzyć modę o bardzo indywidualnym charakterze.

- W projektowaniu łączę nowe style ze starymi tradycjami. Moda to także reprezentowanie naszej kultury i wyrażanie kreatywności – mówiła Iwona Jaworska.

Projektantka zaskoczyła również odpowiedziami podczas krótkiego, spontanicznego Q&A na zakończenie spotkania. Przyznała, że zdecydowanie woli garnitury od sukienek. Gdyby jednak miała zabrać na wakacje tylko jedną kreację, wybrałaby sukienkę boho. Ta odpowiedź wywołała uśmiechy i pokazała nieco bardziej swobodne oblicze twórczyni marki kojarzonej przede wszystkim z eleganckim minimalizmem.

Kolejnym punktem programu była prezentacja sopockiej Galerii Kamir, reprezentowanej przez Katarzynę Sirak. Tym razem uwaga gości skupiła się na bursztynie, materiale od wieków związanym z Pomorzem, który coraz częściej pojawia się w nowoczesnych projektach jubilerskich. Bursztyn przez lata kojarzony był przede wszystkim z tradycyjną biżuterią i pamiątkami znad Bałtyku. Współcześni projektanci coraz chętniej sięgają jednak po nowe formy jego wykorzystania, zestawiając naturalny surowiec z minimalistycznym wzornictwem, prostymi liniami i bardziej odważnymi rozwiązaniami.

O tym, jak prezentuje się bursztyn w nowej odsłonie, można było przekonać się na własne oczy, odwiedzając stoisko Galerii Kamir. Prezentowana biżuteria pokazywała, że bałtyckie złoto nie musi być zarezerwowane na specjalne okazje ani kojarzyć się wyłącznie z klasycznymi formami.





- Bursztyn, którym operujemy, ma 40 milionów lat – opowiadała Katarzyna Sirak. - Jednak mimo wieku samego surowca próbujemy odczarować jego stereotyp jako biżuterii dla starszych pań. Dzisiejsza biżuteria świetnie odnajduje się we współczesności dzięki nietuzinkowemu wzornictwu, a nowoczesne wyroby z bursztynu świetnie komponują się z codziennymi stylizacjami, nadając im ciepła i elegancji – zauważyła właścicielka galerii.

- Sto lat to naprawdę kawał historii. I jest ona cały czas widoczna w murach Grand Hotelu. Żyrandole, które wiszą nad nami w sali balowej, są oryginalne, pochodzą z lat 20. XX wieku i były świadkami wizyt najznamienitszych osobistości świata kultury czy polityki, które gościły w naszych progach – opowiadał Artur Klicha.

Świadomość, że nad głowami uczestników wciąż wiszą te same żyrandole, które oświetlały salę niemal sto lat temu, dodawała spotkaniu szczególnego uroku.

SPOTKANIA, ROZMOWY I SZTUKA BUDOWANIA RELACJI

Zakończenie części oficjalnej nie oznaczało końca Wieczoru DeLuxe. Wręcz przeciwnie - dla wielu uczestników był to początek kolejnej, równie ważnej części spotkania. Przy poczęstunku, w eleganckiej atmosferze Grand Hotelu, goście mogli kontynuować rozmowy, wymieniać doświadczenia i nawiązywać nowe kontakty.

Tym razem szczególną rolę odegrały tango i Grand Hotel - dwa symbole elegancji, które mimo upływu czasu nie tracą swojej siły oddziaływania. Jedno przemawia muzyką i ruchem, drugi historią zapisaną w architekturze i wnętrzach. Wspólnie stworzyły atmosferę, w której klasyka nie była jedynie hasłem przewodnim wydarzenia. •

SPOTKANIE W HISTORYCZNEJ SALI

Osobnym bohaterem Wieczoru DeLuxe był sam Grand Hotel. Nie sposób bowiem opowiadać o tym wydarzeniu, pomijając miejsce, w którym się odbyło. Reprezentacyjna Sala Balowa Sofitel Grand Sopot, z jej charakterystycznym wystrojem, monumentalnym charakterem i zachowanymi historycznymi detalami, stworzyła oprawę idealnie współgrającą z programem wieczoru. Wysokie sufity, eleganckie wykończenia, przestrzeń przywołująca atmosferę dawnych bali sprawiają, że historia hotelu jest tu niemal namacalna. W takim otoczeniu zarówno muzyka, taniec, jak i prezentacje mody zyskują dodatkowy wymiar. Trudno oprzeć się wrażeniu, że klasyka prezentowana podczas Wieczoru DeLuxe znalazła swoje naturalne miejsce. Ofertę obiektu przybliżyli uczestnikom Karina Duczmal, Dyrektor Sprzedaży Sofitel Grand Sopot oraz Artur Klich, PR & Marketing Manager Sofitel Grand Sopot. Nie zabrakło przy tym odniesień do zbliżającego się jubileuszu, który będzie jednym z najważniejszych momentów w najnowszej historii hotelu.







Biblioteczka PRESTIŻU



PORADNIA DLA DUCHÓW

Zamiast dawnego życia agenta – praca szkolnego woźnego, zamiast spokoju – alkohol i wspomnienia, od których nie sposób się uwolnić. Marek nie ma powodów, by patrzeć w przyszłość z optymizmem. Na dodatek wszystko wywraca się do góry nogami, gdy zaczyna dostrzegać duchy osób, które zginęły w dramatycznych okolicznościach. I jak się okazuje, tylko on może pomóc im uporać się z niedokończonymi sprawami. Spotkania ze zmarłymi zmuszają Marka do spojrzenia na własne życie z zupełnie innej perspektywy, gdyż za historiami duchów kryją się niewypowiedziane słowa, trudne wybory i relacje, których nie udało się ocalić. Czy człowiek, który sam pogubił się w życiu, może pomóc innym odnaleźć spokój?

Autor:
Maciej Chwedo

Wydawnictwo:
FLOW



WIDMA MOJEGO ŻYCIA. PISMA O DEPRESJI, HAUNTOLOGII I UTRACONYCH PRZYSZŁOŚCIACH

Mark Fisher zauważa, że zamiast nowych pomysłów coraz częściej dostajemy kolejne powroty tego, co już znamy. Dawne style muzyczne, filmowe inspiracje i literackie motywy nieustannie odżywają, jakby współczesność nie potrafiła znaleźć własnego języka. W efekcie przyszłość jawi się nie jako przestrzeń możliwości, ale coś, co zostało nam odebrane, zanim zdążyło się wydarzyć. Fisher analizuje ten zastój, sięgając po przykłady z muzyki, kina i literatury. Interesuje go nie tylko to, co mówią dzieła, lecz również to, co zdradzają o społeczeństwie, jego lękach i niespełnionych nadziejach. Dodatkowo swoje osobiste refleksje przeplata z krytyką kapitalizmu i spojrzeniem na depresję jako doświadczenie, którego nie da się całkowicie oddzielić od otaczającej rzeczywistości.

Autor:
Mark Fisher

Wydawnictwo:
słowo/obraz terytoria



ZAMKNIĘTY ROZDZIAŁ

Spokój komisarz Sary Lipner, zwanej Szajbą, po raz kolejny zostaje wystawiony na próbę. Tym razem wszystko zaczyna się od niebezpiecznego incydentu z udziałem Piotra Sulicha. Dwa czarne SUV-y spychają jego samochód z drogi, a okoliczności ataku sugerują, że nie był to przypadek. Ktoś najwyraźniej zrobi wiele, by ukryć niewygodne fakty. Szajba rusza tropem sprawy, w której kolejne odpowiedzi rodzą następne wątpliwości. Ludzie nie mówią wszystkiego, a ustalenie, kto gra po czyjej stronie, staje się równie ważne tak samo, jak odkrycie motywów napastników. Do tego dochodzą sprawy z przeszłości, od których Sara chciałaby się uwolnić, ale które wciąż wpływają na jej życie.

Autorka:
Agnieszka Pruska

Wydawnictwo:
Oficynka



NAJWIĘKSZE KŁAMSTWO ŚWIATA

Psychoterapia nie musi być opisywana językiem specjalistycznych podręczników. Borys Kossakowski bierze na warsztat terapię Gestalt i tłumaczy jej założenia w przystępny sposób, sięgając po codzienne sytuacje, obrazowe porównania i sporą dawkę humoru. Nie oznacza to jednak ucieczki od poważnych tematów. Autor przygląda się samotności, niepewności i temu, jak budujemy relacje z innymi. Pokazuje, że lepsze rozumienie własnych przeżyć może ułatwić także rozmowy z bliskimi, zwłaszcza gdy trudno wyjaśnić im, czym właściwie jest doświadczenie psychoterapii. Zamiast gotowych recept proponuje wiedzę, przykłady i nowe sposoby patrzenia na siebie.

Autorka:
Borys Kossakowski

Wydawnictwo:
Oficyna Związek Otwarty

SOPOT 737
L'ENTRE VILLES
CATERING

Twoja firma zasługuje na

ŚWIĄTECZNY CATERING
W STYLU MICHELIN



Wyjątkowy wieczór w Twojej firmie.

Świąteczny catering LV Catering przenosi doświadczenie L'Entre Villes do Państwa firmy, domu lub wybranego miejsca.

Scan me

TAK MOŻE WYGLĄDAĆ TWOJE PRZYJĘCIE

Autorska kuchnia | Perfekcyjny serwis | Wieczór, który zostaje w pamięci.

ZAPLANUJEMY PAŃSTWA WIGILIĘ







48 575 160 037 restauracja@entrevilles.pl www.lv-catering.pl

Prestiżowe imprezy

czyli subiektywny przegląd wydarzeń

DO SŁUCHANIA DO OGLĄDANIA DO SPOTKANIA



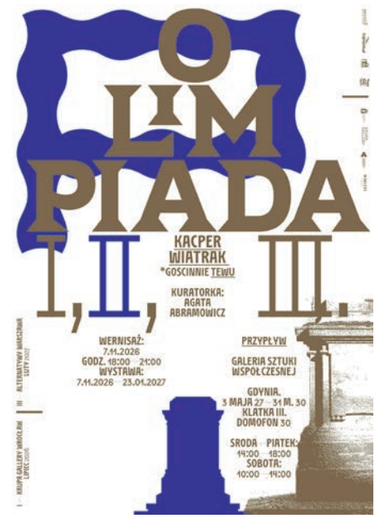
PODRÓŻ OSOBISTA - NIEZNANY ŚWIAT HALINY WASIELKE-CIEŚLAK

8.11.2026 – 2.01.2027
Muzeum Stanisława Szukalskiego w Gdyni

Wystawa retrospektywna prac Haliny Wasielke-Cieślak, nagradzanej i wybitnej fotografki związanej z Gdynią, członkini Związku Polskich Artystów Fotografików, jest hołdem dla jej wieloletniej twórczości oraz szczególnej więzi z morzem i miastem.

Artystka rozpoczęła pracę w Pracowni Plastycznej Portu Gdyni w 1965 roku, gdzie rok później założyła Pracownię Fotografii; w niej to przez 40 lat dokumentowała najważniejsze wydarzenia związane z portem, jego budową i działalnością. Ważnym aspektem twórczości Haliny Wasielke-Cieślak jest tradycyjny warsztat fotograficzny i wykorzystanie technik analogowych, co czyni jej dorobek tym cenniejszym. Owocem jej pasji będzie wystawa w Muzeum Szukalskiego w Gdyni, prezentująca kilkadziesiąt wybranych, oryginalnych prac powstających przez blisko 60 lat.

Ten wyjątkowy zapis przemian miasta i portu oraz ludzi, którzy przez dekady współtworzyli tożsamość Gdyni jako miasta z morza, poprzez połączenie sztuki z dokumentem fotograficznym wpisuje się w międzypokoleniowe, wspólne przeżywanie historii Gdyni, stanowiąc też naturalną kontynuację działalności artystki – w przeciągu swojego życia wystawiała podczas ważnych wydarzeń i jubileuszy Gdyni oraz Portu Gdynia, m.in. wystawy „Panorama Gdyni" z okazji 60-lecia nadania praw miejskich, a także wystaw poświęconych 75-, 90- i 100-leciu Portu.



OLIMPIADA II. WYSTAWA KACPRA WIATRAKA

07.11.2026-23.01.2027
Galeria Przypływ, Gdynia

Galeria Przypływ zaprasza na wystawę „Olimpiada II" Kacpra Wiatraka z gościnnym udziałem rzeźbiarza Tewu.

Kacper Wiatrak jest laureatem dwóch nagród w konkursie Najlepsze Dyplomy Artystyczne 2025. Jego dyplom „Duchy" otrzymał Nagrodę Rektorów oraz Nagrodę Galerii Przypływ w postaci indywidualnej wystawy, która potrwa do 23 stycznia. „Olimpiada II" przygląda się temu, jak wspólnoty tworzą obrazy własnej wielkości i jak uczą się w nie wierzyć. Pomniki, mundury i emblematy nadają ideom widzialną formę. Wskazują, komu należy się podziw i z czego powinniśmy być dumni. Wiatrak korzysta z podatności historii na montaż: wyjmuje postaci, gesty i budowle z dawnych i współczesnych obrazów, zestawiając je na nowo. Monument służy chwale piłkarskiej drużyny, a koń zawisa nad cokołem jak element źle działającej gry. Nasycony kolor i absurd podważają powagę symboli.



JAKUB KOSTEWICZ. W SZPONACH

13.11.2026-14.02.2027
GCSW, Szeroka 37

Wystawa jest organizowana w związku z nagrodą przyznaną przez Centrum Sztuki Współczesnej Łaźnia, obecnie Gdańskie Centrum Sztuki Współczesnej, w 2025 roku w ramach 16. Konkursu Najlepszych Dyplomów Sztuk Pięknych. Artysta otrzymał Nagrodę CSW Łaźnia w postaci indywidualnej wystawy, a także wyróżnienie honorowe krytyków, przyznane przez Mariolę Balińską, Sebastiana Cichockiego, Małgorzatę Ludwisiak i Agnieszkę Rayzacher.

Na wystawie będzie można zobaczyć malarstwo, rysunek, animacje 3d i prace wideo, a także uszyte przez artystę obiekty i stroje, stworzone na potrzeby prac wideo i performatywnych występów w roli drag queen. W swoich pracach artysta balansuje pomiędzy humorem, a groteską, łącząc je z nostalgią i melancholią, a także fascynacją grozą i estetyką trashową. Sięga po odniesienia do popkultury i kina gatunkowego, tworząc historie o życiowym utknięciu i negocjowaniu własnej tożsamości. Ważnym punktem odniesienia jest dla niego również nostalgia za latami 2000. Na wystawie zostaną pokazane także najnowsze kostiumy, instalacje oraz animacja 3D, opowiadająca o podróży tramwajem zagubionej postaci, która nie potrafi samodzielnie podejmować decyzji. Bohaterka, prosząc współpasażerów o wskazówki, próbuje odnaleźć drogę nie tylko w dosłownym sensie, ale również szukając odpowiedzi na pytanie, co zrobić ze swoim życiem.



MAGDALENA ABAKANOWICZ. BAMBINI

06.11.2026-04.04.2027
Oddział Zielona Brama MNG

Bambini to przestrzenna kompozycja składająca się z 83 rzeźb – bezgłowych i bezrękich postaci z betonu i drewna. Była wystawiana m.in. w Nowym Jorku, Paryżu, Berlinie, Madrycie i Warszawie. Tytułowe Bambini, czyli postaci dziecięce ustawione w nieregularnych szeregach, nasuwają na myśl szkolną opresję uroczystych apeli, formatowanie psychiki dziecięcej do społecznych struktur już od najmłodszych lat. Dehumanizują poprzez zbiorowe doświadczenie kolejno następujących po sobie generacji. Odzierają z indywidualności rodzące się dziecięce doświadczenia i budzącą się w nich wyobraźnię. W Tłumach Abakanowicz zderzamy się z doświadczeniem dorosłości i funkcjonowania w utartych społecznych strukturach. Postawienie w takiej sytuacji postaci dziecięcych jako bezgłowych i bezrękich skorup wydaje się tym bardziej brutalne i złowieszcze.

Abakanowicz pisała: „Nie tworzę, żeby dekorować świat", „chcę tworzyć sytuacje i wprowadzać w nie widza". W maju Senat Rzeczypospolitej Polskiej ustanowił rok 2027 Rokiem Magdaleny Abakanowicz. Muzeum Narodowe w Gdańsku antycypuje jego obchody już w ostatnim kwartale roku poprzedniego.



IMMERSION – JUBILEUSZ 55-LECIA AKADEMICKIEGO CHÓRU UNIWERSYTETU GDAŃSKIEGO

21.11.2026
Centrum św. Jana w Gdańsku

Akademicki Chór Uniwersytetu Gdańskiego kończy 55 lat! Z tej okazji zaplanowano wyjątkowy koncert jubileuszowy. W programie znalazło się prawykonanie dzieła "Immersion", stworzonego specjalnie z okazji tego jubileuszu przez Annę Rocławską-Musiałczyk do słów dr Roksany Zgierskiej. To opowieść o powrotach, o dawaniu głosu temu, co przemilczane i o odzyskiwaniu własnej "słyszalności". Kompozycja na chór, aktorów, solistów oraz splot orchestra, łączy muzykę, słowo, symbolikę żywiołów i morze Bałtyckie, tworząc wielowarstwową opowieść o tożsamości i pamięci. Oprócz tego chór wykona fragmenty "Carmina Burana" Carla Orff'a, które zostaną zaprezentowane w niepowtarzalnej aranżacji na orkiestrę akordeonową! To monumentalne dzieło od lat powraca do repertuaru chóru, a jego wyjątkowym, spajającym pokolenia elementem, będzie wspólny występ obecnego składu oraz byłych członków Akademickiego Chóru UG, którzy na ten jeden wieczór ponownie połączą swoje głosy na scenie.



GDYŃSKI JARMARK ŚWIĄTECZNY

5-23.12.2026
Plac Wolnej Ukrainy, Gdynia

Gdyński Jarmark Świąteczny powraca w nowej odsłonie! Od 5 do 23 grudnia Gdynia zaprasza mieszkańców i gości do wspólnego celebrowania magicznego czasu Świąt. Gdyński Jarmark Świąteczny odbędzie się na Placu Wolnej Ukrainy (przy Muzeum Miasta Gdyni). Powstanie tu wyjątkowe świąteczne miejsce spotkań – przestrzeń pełna magicznej atmosfery, świątecznych przysmaków i wielu atrakcji.

Jarmark będzie doskonałą okazją, by na chwilę zwolnić przedświąteczne tempo, spotkać się z bliskimi, znaleźć oryginalne prezenty i odkryć ciekawe propozycje lokalnego rękodzieła. Na odwiedzających czekać będzie strefa gastronomiczno-handlowa, pełna świątecznych przysmaków i niepowtarzalnych upominków.

Gdyński Jarmark Świąteczny to jednak nie tylko zakupy i smaki, ale przede wszystkim spotkania i wspólne przeżywanie przedświątecznego czasu. Nie zabraknie różnorodnych warsztatów, spotkań ze Świętym Mikołajem czy koncertów na świątecznej scenie muzycznej, które umilą wspólnie spędzony czas i wprowadzą odwiedzających w świąteczny nastrój. Szczególnym dniem będzie 6 grudnia, kiedy w otoczeniu Gdyńskiego Jarmarku Świątecznego odbędą się tradycyjne Gdyńskie Mikołajki.

Zapraszamy do wspólnego celebrowania tego wyjątkowego czasu w Gdyni!



FORUM INICJOWANIA ROZWOJU

26.11.2026
Europejskie Centrum Solidarności

Przed nami jubileuszowa, 15. edycja Forum Inicjowania Rozwoju. Tegoroczne hasło przewodnie Pokolenia Współpracy – Współpraca Pokoleń to zachęta do spojrzenia w przyszłość przez pryzmat różnorodności wieku, doświadczeń i perspektyw. W programie m.in.: wystąpienia eksperckie, debaty w międzysektorowym gronie, stoiska ekonomii społecznej, gala wręczenia grantów Funduszu Inicjowania Rozwoju i koncert zespołu DownTown Brass.

15 lat temu, gdy odbywała się pierwsza edycja Forum, świat wyglądał zupełnie inaczej. W tym czasie dorosło nowe pokolenie, zmieniły się wyzwania i możliwości, ale wartości Forum pozostały niezmienne – poczucie solidarności, odpowiedzialność i otwartość na dialog.

26 listopada w Europejskim Centrum Solidarności w Gdańsku biznes, samorząd i organizacje pozarządowe spotkają się na corocznym święcie współpracy międzysektorowej. To wydarzenie dla wszystkich ludzi z misją społeczną, niezależnie od stanowiska i ponad pokoleniami.



FILMOWE PODSUMOWANIE ROKU 2026

27-29.12.2026
Kino IKM

Między świętami a Sylwestrem odbędzie się po raz 12. cieszący się dużym zainteresowaniem widzów przegląd - Filmowe Podsumowanie Roku. W ciągu trzech dni zobaczyć będzie można 10 najważniejszych i najgłośniejszych filmów minionego roku, a także porozmawiać o nich z dziennikarzami i krytykami filmowymi. Odbędzie się także debata podsumowująca filmowy rok z ich udziałem.

W ramach przeglądu zaprezentowane zostaną najważniejsze i najgłośniejsze pozycje światowego kina, które pojawiły się w kinach i na festiwalach minionego roku. W programie znalazło się dziesięć tytułów, które zdobywały nagrody i wyróżnienia na najważniejszych festiwalach filmowych, takich jak Cannes, Sundance, Berlinale czy Wenecja, a także były nominowane do prestiżowych Oscarów i Europejskich Nagród Filmowych. Będą to m.in. „Bez wyjścia" Parka Chan-wooka, „Obcy" w reżyserii François Ozona, „Wpatrując się w słońce" Maschy Schilinski, „Wartość sentymentalna" Joachima Triera, „Primetime" Lance'a Oppenheima, „Dobry chłopiec" Jana Komasy oraz „Ojczyzna" Pawła Pawlikowskiego.

AB INWESTOR
LA ESQUINA
Zyskaj więcej na start!
Pierwsze 3 apartamenty
z rabatem **1 000 zł/m²**
Gotowe do odbioru
+48 788 028 222
sprzedaz@abinwestor.pl
abinwestor.pl



Autor:
Patryk Gochniewski

Zdjęcia:
Krzysztof Nowosielski

Volvo EX60

Dużo mocy, jeszcze więcej spokoju

Volvo EX60 może się podobać. Ma ładną, proporcjonalną linię i nie jest autem krzykliwym, dzięki czemu powinno przypaść do gustu tym, którzy z uznaniem patrzyli na niezwykle popularne XC60. Elektryk od Szwedów ma jednak do dyspozycji aż 510 KM, więc nie brakuje mu osiągów. Jednocześnie świetnie odnajduje się w roli spokojnego miejskiego krążownika i samochodu na długie trasy.

EX60 P10 AWD to samochód dla kogoś, kto niekoniecznie chce zmieniać swój sposób podróżowania tylko dlatego, że przesiada się do auta na prąd. Ma być wygodnie, cicho, przestronnie i bez zbędnych emocji. A kiedy trzeba mocniej wcisnąć pedał przyspieszenia, 510 KM przypomina, że mamy do czynienia z bardzo nowoczesnym samochodem, któremu nie brakuje charakteru.

ELEGANCJA BEZ PRZESADY

EX60 to nadal charakterystyczne Volvo: proste, oszczędne i eleganckie. Duży SUV ma 4803 mm długości, 1635 mm wysokości i 2067 mm szerokości z lusterkami. To bardzo proporcjonalna konstrukcja, która świetnie radzi sobie w trasach, ale i nie jest przesadnie przerośnięta w mieście. Cena katalogowa testowanego samochodu wynosi 350 694 zł. Dodatkowy elektrycznie składany hak holowniczy kosztuje 6490 zł, co podnosi cenę całego do 357 184 zł.

Nasz egzemplarz został skonfigurowany w wersji Ultra, w czarnym kolorze Onyx Black, z 22-calowymi felgami. Stonowana sylwetka dzięki nim zyskuje nieco więcej charakteru, ale nadal pozostaje bardzo powściągliwa. Do tego dochodzą przyciemniane tylne szyby, elektrochromatyczny dach oraz bezramkowe, zlicowane przeszklenia.

Najbardziej luksusowym elementem wnętrza jest tapicerka ze skóry Nappa w kolorze Cardamom, zestawiona z wykończeniem Charcoal i naturalnie postarzałym szarym jesionem. Nie ma tutaj przesadnej dekoracyjności. Postawiono przede wszystkim na ponadczasową elegancję, porządek i dobrze przemyślaną prostotę.

Wyposażenie testowanego egzemplarza jest zresztą bardzo bogate. Pakiet Climate obejmuje podgrzewane tylne siedzenia, kierownicę i pióra wycieraczek. Jest pompa ciepła, filtr powietrza z funkcją zdalnego wstępnego oczyszczania kabiny oraz możliwość przygotowania temperatury we wnętrzu przed rozpoczęciem jazdy. Elektrycznie sterowane fotele mają wentylację, podgrzewanie i czterokierunkowe podparcie lędźwiowe, a trzy strefy klimatyzacji pozwalają niezależnie ustawić warunki dla poszczególnych części kabiny. Do tego dochodzi elektrycznie otwierana pokrywa bagażnika, również z funkcją bezdotykową, aktywne zawieszenie, reflektory Pixel HD oraz absolutnie fenomenalny system audio Bowers & Wilkins.

Duży SUV powinien być przede wszystkim praktyczny. Tutaj Volvo również nie próbuje rewolucjonizować sprawdzonych patentów. EX60 oferuje pięć miejsc, a tylna kanapa jest składana na trzy części. Oparcia tylnych siedzeń można elektrycznie odchylać, dzięki czemu łatwiej dopasować przestrzeń do aktualnych potrzeb. Jest też sporo miejsca na drobiazgi, uchwyty na kubki i schowki w centralnej konsoli oraz drzwiach.

Bagażnik w testowanej konfiguracji ma 634 litry. Z przodu znalazł się dodatkowy frunk, który pozwala wygodnie przechowywać choćby przewody ładowania. Elektrycznie otwierana klapa dodatkowo ułatwia dostęp do przestrzeni bagażowej.







CISZA, WYGODA I PEWNE PROWADZENIE

W EX60 jest cicho. Bardzo cicho. Napęd elektryczny oczywiście eliminuje dźwięk silnika spalinowego, ale Volvo poszło dalej. Samochód dobrze izoluje pasażerów od hałasu opon, powietrza i otoczenia. Przy wyższych prędkościach można swobodnie rozmawiać, praktycznie zapominając, że podróżujemy autem.

Aktywne zawieszenie skutecznie filtruje nierówności, ale nie zamienia samochodu w miękką kanapę. Nadwozie pozostaje stabilne, a reakcje na ruchy kierownicą są przewidywalne. Sprawdziliśmy to również na wymagającym odcinku leśnym, który na szwedzkim elektryku nie zrobił większego wrażenia. To jedna z mocniejszych stron EX60. Samochód równie dobrze odnajduje się w miejskim zgiełku, jak i na trasie. W zakrętach nie przechyla się przesadnie i dobrze trzyma obrany kierunek. Nisko umieszczony akumulator pomaga obniżyć środek ciężkości, dzięki czemu samochód zachowuje stabilność także przy szybszej jeździe.

Zasięg? Do 660 km według WLTP, a realnie, przy normalnym użytkowaniu, ok. 100 km mniej. Model oznaczony jako P10 rozwija 510 KM i 710 Nm maksymalnego momentu obrotowego. Do 100 km/h przyspiesza w 4,6 sekundy. To wartości, które jeszcze kilka lat temu wystarczyłyby, by samochód określić mianem sportowego. EX60 nie korzysta jednak z nich w taki sposób. Przyspieszenie jest natychmiastowe, jak przystało na samochód elektryczny, ale jednocześnie bardzo płynne. Nie ma efektu gwałtownego „kopnięcia", który po kilku próbach zaczyna męczyć.

Przed kierowcą znajduje się niewielki wyświetlacz, natomiast centrum kokpitu stanowi ekran OLED o przekątnej 15,04 cala. System wykorzystuje rozwiązania Google - z Google Gemini, Mapami Google i Sklepem Google Play. Jest również bezprzewodowy Apple CarPlay i Android Auto, ładowarka indukcyjna do telefonu, porty USB-C oraz wspomniany system audio. W testowanym samochodzie znalazły się także kamera 360 stopni z widokiem 3D, Park Pilot Assist, Pilot Assist, monitorowanie martwego pola i rozbudowany zestaw systemów wspomagających kierowcę.

Volvo potraktowało samochód bardziej jak urządzenie, które będzie się rozwijać. Aktualizacje OTA pozwalają zdalnie aktualizować oprogramowanie, a część funkcji może z czasem zmieniać się bez konieczności wizyty w serwisie.

NIEZWYKLE PRZYJEMNE AUTO

Volvo EX60 jest bardzo komfortowym samochodem. Jego spalinowy odpowiednik, czyli XC60 jest najlepiej sprzedającym się modelem szwedzkiej marki w historii. Czy elektryk będzie w stanie mu dorównać? Na ten moment nie, ponieważ elektromobilność - mimo że prężnie się rozwija - wciąż ma przed sobą sporo drogi do pokonania. Ale nie da się ukryć, że jeśli przyszłość motoryzacji ma się opierać na prądzie, to będzie to możliwe właśnie dzięki takim pojazdom jak EX60.

Oczywiście, jak w przypadku wszystkich elektryków trzeba na początku poświęcić chwilę na zapoznanie się całym centrum sterowania, które znajduje się na ekranie. Ale kiedy już wszystko ustawimy według potrzeb, można zacząć cieszyć się jazdą. A ta daje naprawdę wiele przyjemności, ale jednocześnie bardzo duże poczucie bezpieczeństwa na drodze. Nie tylko dzięki licznym systemom asystującym, ale przede wszystkim dzięki ogromnej mocy dostępnej na zawołanie. •





Autor:
Bartosz Gondek

STAR 25

Zdjęcia:
Krzysztof Nowosielski

Stara piosenka o twardym osiołku

„Mój stary Star w pogodę gna i w deszcz. Jest tego wart, by o nim śpiewać też” – ten refren, rozsławiony przed czterdziestu laty przez Janusza Rewińskiego podczas festiwalu w Opolu, do dziś pamięta wielu Polaków. Mało kto jednak wie, że bohaterem piosenki jest Star 25, pieszczotliwie nazywany „Osiołkiem” – jedna z najbardziej rozpoznawalnych ciężarówek czasów PRL.



Utwór utrzymany w stylu country to jeden z piękniejszych hymnów polskiej motoryzacji użytkowej. Ballada nawiązuje do amerykańskich utworów truckerskich, bijących rekordy popularności w USA na przełomie lat 70. i 80. Opowiada o Heńku Starrze – kierowcy Stara 25, który przemierza Polskę swoim wysłużonym samochodem. Po drodze spotykają go awarie silnika, sprzęgła i wału, a także niebezpieczne przygody na zamkniętych rogatkach kolejowych. Ubrudzony smarem kierowca zmaga się z przeciążonym gruzem pojazdem i luzami w układzie kierowniczym, żywiąc się przy tym pastą jajeczną.

Z całego utworu bije nostalgia i sympatia do odchodzącej właśnie, klasycznie siermiężnej motoryzacji. Już wtedy rzadko widywało się sprawnego, wciąż pracującego „Osiołka”. Jeśli już, to przeważnie wiozącego z prędkością 40 km/h węgiel albo pełniącego funkcję szambiarki. Wyjątek stanowiły zadbane samochody strażackie, które przetrwały w wielu polskich OSP do lat 90. XX wieku. Dziś i one stanowią prawdziwy muzealny rarytas, a typowe, ciężko pracujące egzemplarze to już zupełne białe kruki. Jeden z nich możemy oglądać w kolekcji samochodów Muzeum Gryf w Dąbrówce pod Wejherowem. Swoją drogą, smutne to, że klasyczne polskie Stary 20 i 25 są dziś większą rzadkością niż na przykład zabytkowe ciężarowe Mercedesy.



Star 25 był przedstawicielem pierwszej generacji rodzimych ciężarówek średniej ładowności ze Starachowic. Wywodził się w prostej linii od produkowanego w latach 1948-1957 Stara 20, którego konstrukcja nawiązywała do dorobku przedwojennego zespołu inżynierów, którzy w latach 30. XX wieku zaprojektowali serię rodzimych samochodów ciężarowych PZInż. 703, 713 i 723. Wdrożenie ich do produkcji przerwała wojna. Krótko mówiąc – to, co nie zdążyło wyjechać na drogi przed wojną, po jej zakończeniu pomagało odbudowywać kraj i utrzymywać jego transport w pierwszych dekadach PRL.

Prototyp Stara 25 zaprezentowano w 1956 roku. Pod nowatorską kabiną zamontowano prototypowy, sześciocylindrowy, rzędowy silnik benzynowy typu S470 o pojemności 4196 cm³ i mocy maksymalnej 69,8 kW (95 KM). Jednostkę napędową połączono z nowoczesną, pięciobiegową, manualną, niezsynchronizowaną skrzynią biegów. Ładowność prototypowego Stara 25 zwiększono do 4000 kg dzięki wzmocnieniu mocowania resorów oraz zastosowaniu dwóch amortyzatorów ramieniowych w przednim zawieszeniu. Modelem



przejściowym między Starem 20 a 25 był Star 21, w którym zastosowano jedynie część zmodernizowanych elementów opracowanych na potrzeby prototypu z 1956 roku. Produkcję seryjną Stara 25 rozpoczęto w 1960 roku. Zrezygnowano wówczas z nowoczesnej kabiny prototypowej, decydując się na gruntowną modernizację dotychczasowego rozwiązania. Montowano także prostszą i mniej komfortową kabinę typu N23, produkowaną przez FSC w Lublinie. Napęd stanowiła seryjna jednostka będąca rozwinięciem prototypowego silnika z 1956 roku.

Wśród wielu wersji, z krótkim lub długim rozstawem osi, znajdowały się między innymi ciągnik siodłowy, dźwig, pług śnieżny, meblowóz i samochód pożarniczy. Powstała również prototypowa odmiana trzyosiowa oraz bardzo ciekawy „Tropic", dostosowany do warunków klimatycznych krajów afrykańskich. Elementy jezdne i napędowe Stara 25 zastosowano także w autobusach San H25A i San H25B, produkowanych w latach 1961–1967 przez Sanocką Fabrykę Autobusów. „Osiołek" dzielił ponadto wiele podzespołów, w tym silnik i skrzynię biegów, z kultowym wojskowym Starem 66, znanym również pod nazwą „Pszczółka". Jego pochodną był także model 27, napędzany rodzimym silnikiem wysokoprężnym.

Do 1971 roku zbudowano ponad 118 tysięcy Starów 25. Nieco wcześniej, w 1968 roku, do produkcji weszły modele 28 i 29, które miały wyznaczać kierunek rozwoju polskiego transportu na kolejne lata. Nowocześniejsze, wyposażone we francuskie kabiny i napędzane między innymi licencyjnymi silnikami, stopniowo przejmowały obowiązki swoich poprzedników, otwierając drogę znanemu po dziś dzień Starowi 200.

Poczciwy „Osiołek" zaczął odchodzić na boczne drogi, do niewielkich przedsiębiorstw prywatnych i spółdzielczych, gospodarstw oraz małych remiz. Wraz z przemianami ustrojowymi i gospodarczymi jego historia zaczęła dobiegać końca. Niestety, większość egzemplarzy ostatecznie zakończyła swój żywot na złomowiskach. Tak kończyła się epoka małych, twardych ciężarówek, których konstrukcyjny rodowód sięgał jeszcze czasów przedwojennych, a których zadaniem było dowieźć ładunek do wyznaczonego celu. Niezależnie od tonażu, stanu nawierzchni, czasu, czy liczby przygodnych napraw. W pogodę i w deszcz. Jak to było w piosence. •



Autorka: Aleksandra Tatarczuk

„Czarna Księga" wydatków publicznych

Trójmiejski festiwal rozrzutności

Trójmiejskie marnotrawstwo przybiera różne formy: od owiec nad Motławą i milionów dla Lechii Gdańsk po lotnisko bez pasażerów czy okrojony węzeł przesiadkowy. Ta rewia samorządowej rozrzutności kosztowała w 2025 roku podatników blisko 350 mln zł i trafiła do tegorocznej „Czarnej Księgi" wydatków publicznych. Mało tego, pomorski system biletowy FALA znalazł się wśród trzech przedsięwzięć najgorzej ocenionych przez internautów.



Węzeł Karwiny nie został zrealizowany w pierwotnym zakresie / mat. prasowe

"Czarna Księga" to raport Warsaw Enterprise Institute prezentujący projekty, które autorzy publikacji uznają za przykłady kontrowersyjnego lub niegospodarnego wydawania środków publicznych. Został zainicjowany w 2023 roku. Od tego czasu opublikowano trzy edycje raportu, a trójmiejskie projekty wytypowano łącznie 12 razy.

W pierwszej edycji Trójmiasto dostało tylko „żółte kartki" za drobne, choć irytujące potknięcia – jak mini wiaty przystankowe, pod którymi nie można było się schronić czy drogie i niewygodne „patriotyczne ławeczki". W raporcie z 2025 roku samorządowcy z Gdańska i Gdyni weszli do „Ligi Mistrzów" (w przeciwieństwie do lokalnych drużyn piłkarskich), „przepalając" pieniądze na kolejnych pięć projektów. Niestety, edycja z 2026 roku okazała się najbardziej druzgocąca. Na liście znalazło się pięć wielkich projektów, gdzie miliony zostały utopione w błocie, a prokuratura wszczęła śledztwa przeciwko urzędnikom. Jakie inwestycje i przedsięwzięcia trafiły do niechlubnego zestawienia?

KOLEGA Z KOLEGĄ „KOSZĄ SIANO"

Inauguracja projektu „Opływ na wypasie" w sierpniu 2022 roku wywołała falę pozytywnych reakcji. Pomysł, by tradycyjne kosiarki na łące nad Motławą zastąpić... owcami, szybko podbił prasę i media społecznościowe. Niestety, realizacja projektu okazała się daleka od obietnic. Po niespełna miesiącu od uruchomienia inicjatywy owce zostały zabrane z łąki. Miasto musiało pokryć koszty demontażu infrastruktury, a projekt przyciągnął uwagę gdańskiej prokuratury, bo kwoty podane w zamówieniu (w tym koszt zakupu owiec), znacząco przekraczały rynkowe ceny. Dochodzenie wykazało, że pracownik Gdańskiego Zarządu Dróg i Zieleni (GZDiZ) działał w zmowie ze swoim partnerem biznesowym. Urzędnik został dyscyplinarnie zwolniony i w wyniku prawomocnego wyroku ukarany grzywną w wysokości 3 tys. zł oraz zakazem sprawowania funkcji publicznych na trzy lata. Pomimo szczytnej ekologicznej inicjatywy, projekt okazał się fiaskiem, nie tylko pod kątem finansowym.

Rzeczniczka Gdańskiego Zarządu Dróg i Zieleni Magdalena Kiljan, podkreśla „dobre intencje", jakie stały za „Opływem na wypasie". Przedsięwzięcie miało przynieść mieszkańcom i środowisku konkretne korzyści: wspierać bioróżnorodność, zwiększać atrakcyjność tego obszaru i zwracać uwagę na jego walory przyrodnicze.

Po wykryciu nieprawidłowości urząd podjął działania wobec osób odpowiedzialnych: pracownik koordynujący projekt został dyscyplinarnie zwolniony, osoby sprawujące nadzór otrzymały upomnienia, a sprawa została zgłoszona do prokuratury. Chcąc uniknąć podobnych sytuacji w przyszłości GZDiZ przeprowadził także audyt, który miał sprawdzić, jak doszło do nieprawidłowości i czy przestrzegano



Nieczynny terminal lotniska w Kosakowie mat. prasowe

obowiązujących procedur. Rzeczniczka komentuje: „Dbamy o to, by pracownicy mieli aktualną wiedzę z zakresu prawa zamówień publicznych, a procesy decyzyjne były transparentne i wieloosobowe". Dodatkowo Magdalena Kiljan zaznaczyła, że wewnętrzny audyt wykazał potrzebę regularnego szkolenia kadry oraz uszczelnienia procedur kontrolnych przy zamówieniach publicznych.

„OBYWATELSKA" ZRZUTKA NA KLUB

Lechia Gdańsk mierzy się nie tylko ze spadkiem formy piłkarzy i eliminacją z Ekstraklasy, ale również z problemami finansowymi. Według najnowszego sprawozdania finansowego klubu, od 2009 roku wygenerował 100 milionów złotych strat. Choć jego właścicielem jest prywatny fundusz inwestycyjny z siedzibą w Dubaju, miasto od lat dokłada do jego funkcjonowania, wspierając tym samym nieudolne zarządzanie. W latach 2016–2024 Lechia otrzymała od miasta łącznie 45 mln złotych. W 2025 roku zasilono klub kolejną kwotą: 10 mln złotych.

- Prywatny klub powinien finansować się sam, a miasto nie powinno wyciągać z kieszeni mieszkańców pieniędzy na ratowanie nierentownych projektów - komentuje Przemysław Staciwa, autor „Czarnej Księgi". -Dofinansowanie z zeszłego roku było w rzeczywistości ratunkiem dla zadłużonego, prywatnego klubu piłkarskiego, a nie - promocją sportu.

Inwestycja	Organizator	Koszt	Główny zarzut
„Opływ na wypasie"	Gdańsk (Gdański Zarząd Dróg i Zieleni)	ok. 147,5 tys. zł	Przetarg został ustawiony przez urzędnika, który otrzymał zarzuty korupcyjne i wyrok skazujący w 2025 r.
Dotacja dla Lechii Gdańsk	Gdańsk (Miasto)	10 mln zł	Ratowanie prywatnego, niewydolnego biznesu z kieszeni podatnika.
System biletowy FALA	woj. pomorskie (InnoBaltica)	ponad 150 mln zł	„Pomysł dobry, wykonanie złe". Funkcjonalny bubel generujący awarie i frustrację pasażerów.
Węzeł Karwiny	Gdynia (Miasto)	ok. 98 mln zł	Mieszkańcy otrzymali wersję drastycznie okrojoną - za pełną cenę. Trwa śledztwo prokuratury i CBA.
Lotnisko Gdynia-Kosakowo	Gdynia / Kosakowo	ok. 91,7 mln zł	Inwestycja-widmo. Wybudowany terminal, z którego nigdy nie skorzystał żaden pasażer

BIZNESOWA MEGALOMANIA

W "Czarnej Księdze" wydatków publicznych znalazła się także FALA. Mieszkańcy Trójmiasta od lat narzekali na brak funkcjonalnego i przejrzystego systemu zakupu biletów komunikacji zbiorowej w aglomeracji. Dojeżdżając codziennie do pracy czy szkoły w sąsiednim mieście, musieli lawirować między odrębnymi taryfami. System zakupu biletów FALA miał zintegrować komunikację miejską i kolejową na całym Pomorzu. W projekt zaangażowały się władze Gdańska, Gdyni, marszałek województwa pomorskiego, Metropolitalny Związek Komunikacyjny Zatoki Gdańskiej, a operatorem została spółka InnoBaltica. Projekt miał opierać się na serii nowoczesnych czytników i aplikacji, które pozwolą pasażerom w łatwy sposób zakupić tanie bilety, uprawniające do poruszania się po całym Trójmieście.

Zadanie od samego początku nastręczało wielu problemów, od permanentnego kłopotu z wyłonieniem operatora systemu, po notoryczne problemy techniczne. System od początku generował błędy, zawieszał się, a pasażerowie, którzy nie rozumieli jego działania, musieli przełknąć wyższe koszty przejazdu. W marcu 2025 roku zlikwidowano karty miejskie ZTM Gdańsk, a w sierpniu bilety miesięczne i 24-godzinne zniknęły z konkurencyjnych aplikacji. Tym samym pasażerowie zostali pozbawieni dostępu do alternatywnych cyfrowych sposobów zakupu biletu. Jest to kłopotliwe dla seniorów lub osób mających problem w poruszaniu się w cyfrowym świecie. Dodatkowych trudności nastręcza system ulg na bilety stosowany w Polsce, który wciąż nie odnajduje stosownego odzwierciedlenia w taryfach FALI.

Stworzenie funkcjonalnego systemu komunikacyjnego dla ponad milionowej aglomeracji jest wyjątkowym wyzwaniem. Pokazują to przykłady z innych europejskich miast. Londyński Transport for London jest uważany za globalny wzór dla integracji transportu. Wdrożony w 2003 roku system Oyster Card opiewał na astronomiczną kwotę 1,1 miliarda funtów (około 5,5 miliarda złotych) na okres 17 lat. Z kolei samo wdrożenie modernizacji systemu - Contactless - umożliwiające pasażerom „odbijanie się" zwykłą kartą płatniczą kosztowało stosunkowo niewiele, bo około 11–14 milionów funtów.

„Słomiany Miś" – statuetka za najgorzej wydane publiczne pieniądze. W tym roku antynagrodę otrzymała m.in. InnoBaltica, operator systemu Fala.



#Opinia eksperta



↑ **Karol Spieglanin**
Forum Rozwoju Aglomeracji Gdańskiej

Problemy trójmiejskich inwestycji to miks polityki, nieudolności menedżerskiej, zaniedbań zarządczych i niegospodarności. Konfliktu między tym, co tu i teraz, a tym co faktycznie lepsze w perspektywie dalszej niż jedna kadencja. Nie możemy się doczekać np. hucznego przecinania wstęgi na wyremontowanym moście Siennickim, choć przecież ten problem był znany władzom Gdańska jeszcze przy poprzednim remoncie dziesięć lat temu. Z kolei estakady na Podwalu Przedmiejskim to nowotwór nadający się jedynie do wyburzenia. Jednak wydajemy duże pieniądze na jego remonty, zyskując kilka lat politycznego spokoju od podejmowania decyzji.

Dużo mniej spektakularne, ale za to imponujące skalą, są inwestycje Gdańskich Nieruchomości. Mamy przed sobą paradę wieloletnich zaniedbań i zaniechań. Poczynając od rewitalizacji Biskupiej Górki, która nie byłaby konieczna gdyby Gdańskie Nieruchomości dbały o swój majątek. Całe kwartały na Dolnym Mieście zostały wysiedlone i doprowadzone do ruiny po to, aby teraz dumnie odsłaniać fragmenty wyremontowanych elewacji wyburzonych oryginalnych zabytków. Do tego dochodzi ogromna liczba nieskomercjalizowanych miejskich lokali i mieszkań, do których nikt nie zajrzał od lat, a które mogłyby zarabiać lub służyć mieszkańcom. Do listy dorzucę również Gdańskie Tramwaje Wodne, po których z końcem trwałości projektu zostały już tylko puste przystanki. Brak pomysłu na funkcjonowanie i brak wizji rozwoju uśmierciły naprawdę świetną ideę, na którą unijni podatnicy wydali niemałe pieniądze.

Samorząd podejmuje działania w kontekście kalendarza wyborczego. Nieprzypadkowo np. przyszłość funkcjonowania roweru metropolitalnego Mevo rozstrzygać się będzie już po nich, a przez ostatni rok obserwować będziemy jedynie prezentacje nowych wizualizacji i przycinanie starych wstęg. Z kolei nakłady na własne media, jak gdansk.pl, wydatki na PR czy zatrudnianie lokalnych dziennikarzy w roli rzeczników prasowych miejskich spółek sprawiają, że zamiast dyskursu mamy przekaz o nieustającym paśmie sukcesów.

Holenderski system OV-chipkaart rodził się zaś w podobnych bólach jak trójmiejski. Prace nad wdrożeniem rozpoczęły się w 2000 roku, ale pełne uruchomienie nastąpiło dopiero 11 lat później. Jego finalny koszt przekroczył 1 miliard euro, kilkukrotnie przewyższając założony budżet. Pomorska FALA stworzona w ciągu trzech lat za około 178 mln zł (1 lipca do kosztów doszła opłata dla nowego operatora - Sii Polska - w wysokości 28 mln zł) plasuje się jako ułamek kosztów zachodnich metropolii.

Skąd więc jej obecność na liście Czarnej Księgi? Choć sam zamiar integracji systemu opłat za przejazdy był zasadny, a skala budżetu wypada nieźle na tle Europy, to jednak pierwsze miesiące systemu charakteryzowała awaryjność i liczba błędów przypominająca najgorsze momenty holenderskiego projektu sprzed kilkunastu lat. Niestety po trzech latach działania trójmiejskiej aplikacji liczba skarg i interwencji użytkowników pokazuje, że jego operator wciąż ma masę pracy przed sobą, by stworzyć satysfakcjonujący pasażerów system. W sklepach Google Play i App Store aplikacja Fala oceniana jest na poziomie... 1,1 w pięciostopniowej skali.

GDYŃSKI WĘZEŁ GORDYJSKI

Sztandarowa inwestycja Wojciecha Szczurka – węzeł przesiadkowy przy PKM Karwiny - miała być imponującym przedsięwzięciem usprawniającym ruch w mieście. Projekt zakładał powstanie buspasa, dużego parkingu park&ride i nowych wiaduktów. Tak gigantyczna inwestycja przez miesiące paraliżowała ruch w mieście, ale wizja usprawnienia infrastruktury zamykała usta krytykom. Tymczasem w 2024 roku oddano do użytku jedynie niekompletną wersję inwestycji. Nie powstały obiecane wiadukty nad torami kolejowymi, pętla autobusowa oraz parking w założonej wielkości. Mimo braku tych kluczowych elementów projekt pochłonął 100 mln złotych. Rozczarowanie realizacją stało się jednym z głównych powodów wyborczej porażki poprzedniego prezydenta. W styczniu 2025 roku nowa prezydentka - Aleksandra Kosiorek - złożyła do gdańskiej prokuratury zawiadomienie o możliwości popełnienia przestępstwa.

- Zaniedbania mogły wpłynąć na sytuację na węźle i zły stan wiaduktu na ul. Wielkopolskiej, który wymaga pilnego remontu – komentowała Kosiorek. Postępowanie jest w toku, a szkody na rzecz Gdyni szacuje się na co najmniej 21 milionów złotych.

Tomasz Złotoś, rzecznik prasowy Miasta Gdynia przyznał, że realizacja inwestycji budzi zastrzeżenia. Miasto nie potrafi jeszcze wskazać, czy poniosło

Co można wybudować za 350 mln złotych

(łączną wartość projektów wymienionych w "Czarnej Księdze")?

350 km asfaltowych ścieżek rowerowych poza miastem

700 mieszkań komunalnych o wielkości 50 mkw. o wartości 500 tys. zł

8 festiwali formatu Open'er o budżecie ok. 44 mln zł

4 tys. miejsc przedszkolnych (zakładając 100 dzieci na placówkę)

stratę finansową i jaka mogłaby być jej wysokość. Te informacje oraz odpowiedzialność konkretnych osób lub firm zostanie ustalona dopiero po zakończeniu prowadzonych postępowań. Urząd podkreśla, że z sytuacji wyciągnięto wnioski. - Wzmocniliśmy w szczególności kontrolę jakości robót, zasady dokumentowania zmian i odstępstw od projektu, weryfikację materiałów oraz nadzór nad odbiorami - wylicza Złotoś. Miasto planuje również uwzględnić wnioski prokuratury po zakończeniu postępowania. Władze Gdyni liczą, że nowe procedury pozwolą szybciej wykrywać problemy w podobnych sytuacji w przyszłości.

LOTNISKO WIDMO W GDYNI-KOSAKOWIE

Gmina Kosakowo słynie z organizowanego od kilku lat na jej terenie popularnego festiwalu muzycznego Open'er. Wydarzenie od 2006 roku przyciągnęło na teren lotniska Gdynia–Kosakowo około 1,7 mln uczestników. Nie dziwi więc decyzja miasta Gdynia, które w 2026 roku zdecydowało się wesprzeć organizatorów dotacją wysokości 2 407 407,41 zł na pokrycie części honorariów artystów, elementów technicznych oraz organizację strefy dla dzieci. Szacuje się, że festiwal w tym roku przyciągnął około 140 tys. uczestników, średnia kwota dotacji przypadająca na jednego festiwalowicza wynosi około 17,2 zł. Przykład lotniska Gdynia-Kosakowo pokazuje, jak duże znaczenie ma skala wykorzystania miejskich inwestycji. O ile dotacja do Open'era wyniosła niecałe 20 zł w przeliczeniu na uczestnika, o tyle w przypadku lotniska wydano aż 91,7 mln zł na infrastrukturę, z której nie skorzystał ani jeden pasażer!

W 2007 roku władze Gdyni oraz gminy Kosakowo podjęły próbę transformacji wojskowego lotniska na cywilny port lotniczy dla tanich linii. Wybudowano w pełni wyposażony terminal pasażerski, drogi kołowania i infrastrukturę, po czym Komisja Europejska uznała to za niedozwoloną pomoc publiczną i nakazała zwrot środków. Realizująca inwestycję spółka ogłosiła upadłość, a wybudowana infrastruktura trafiła do Ministerstwa Obrony Narodowej. Choć Lotnisko Gdynia-Kosakowo było przedmiotem audytu Komisji Europejskiej już w 2014 roku i potem w 2017, to skala finansowania niezgodnego z zasadami pomocy publicznej zapewniła mu miejsce w tegorocznej Czarnej Księdze.

NIKT NIE WYDAJE CUDZYCH PIENIĘDZY TAK OSTROŻNIE, JAK WŁASNYCH

Trójmiasto posiada gigantyczny potencjał – może pochwalić się świetnymi uczelniami, czystym powietrzem oraz dużym napływem turystów. Dzięki ciągłym inwestycjom w infrastrukturę i kulturę mieszkańcom żyje się tu coraz lepiej. Dlaczego więc trafia do tak negatywnego zestawienia jak „Czarna Księga" wydatków publicznych?

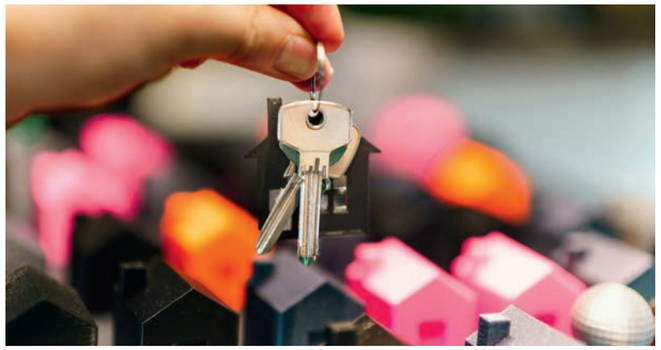
Amerykański ekonomista Milton Friedman w jednej ze swoich publikacji napisał: „Nikt nie wydaje cudzych pieniędzy tak ostrożnie, jak własnych". Ta wolnorynkowa zasada bezbłędnie opisuje zjawisko rozproszenia własności i braku osobistej odpowiedzialności urzędników, którzy lekką ręką wydają publiczne miliony. W ramach tych pięciu opisanych projektów zmarnowano niemal 350 mln złotych. Za tę kwotę można by przecież sfinansować setki znacznie bardziej potrzebnych i wyczekiwanych przez lokalną społeczność inwestycji.

Szczęśliwie, dzięki inicjatywom takim jak "Czarna Księga" obywatele zyskują coraz lepszy wgląd w działania władzy. A to pozwala walczyć z traktowaniem miejskich budżetów jak nieskończonego źródła darmowej gotówki. Fakt toczących się oraz zakończonych postępowań karnych, a także odsuwanie od stanowisk nieudolnych polityków napawa optymizmem. Daje to realną nadzieję na to, że w niedalekiej przyszłości Trójmiasto będzie gościć już wyłącznie w rankingach najlepszych miejsc do życia. •

Cena *adresu*

Co naprawdę kupujemy w Trójmieście?

Dwa mieszkania o podobnym metrażu mogą mieć zupełnie inną wartość. Jedno pozwala rano dojść pieszo na kolejkę, drugie oferuje taras z widokiem na zieleń, ale wymaga codziennych dojazdów. W Trójmieście ten wybór jest szczególnie wyrazisty. Tutaj o cenie nieruchomości decydują nie tylko ściany i standard wykończenia, lecz także morze, las, sąsiedztwo i czas potrzebny, by dotrzeć do reszty miasta.



Liczby pokazują rynek w dobrej kondycji, choć daleki od taniego. Według Otodom w pierwszych dziewięciu miesiącach 2026 roku deweloperzy sprzedali w Trójmieście około 4,7 tys. mieszkań, a wprowadzili do oferty 4,5 tys. W samym trzecim kwartale nabywców znalazło 1821 lokali, o jedną czwartą więcej niż kwartał wcześniej. Kupujący mieli do wyboru ponad 7 tys. mieszkań, a średnia cena ofertowa we wrześniu wynosiła około 17,8 tys. zł za metr kwadratowy. Wysokie stawki nie zatrzymały więc sprzedaży.

Jednak sama średnia potrafi mylić. Z danych Tabelaofert, przytaczanych przez „Rzeczpospolitą", wynika, że między drugim kwartałem 2023 a drugim kwartałem 2026 roku przeciętna cena nowych mieszkań w Trójmieście wzrosła o 34,2 proc. W tym samym czasie udział mieszkań z wyższego segmentu zwiększył się z około 40 do niemal 52 proc., a udział lokali oferowanych w centralnych częściach Gdańska i Gdyni – z niespełna 18 do prawie 30 proc. Drożeje zatem nie tylko metr: zmienia się także to, jakie mieszkania i pod jakimi adresami trafiają na rynek.

Ta zmiana ma swoją mniej efektowną stronę. We wrześniu, według BIG DATA RynekPierwotny.pl, liczba dostępnych mieszkań wycenionych do 15 tys. zł za metr zmalała o 4 proc., podczas gdy oferta lokali powyżej 20 tys. zł wzrosła o 7 proc. Trójmiejski rynek nie staje się wyłącznie luksusowy, ale wybór w bardziej przystępnych cenach jest coraz ciaśniejszy.

W jednym mieście spotykają się przy tym różne powody zakupu. Dla części klientów apartament w Sopocie, Orłowie czy blisko gdańskiego Śródmieścia jest drugim domem: miejscem na weekendy, wakacje i pracę zdalną. Dla innych najważniejsze są szkoła w pobliżu, wygodny dojazd i rachunek, który pozwoli utrzymać mieszkanie przez lata. Te potrzeby nie zawsze prowadzą pod te same adresy. Nic dziwnego, że mieszkaniowa mapa aglomeracji wykracza poza jej administracyjne granice – w stronę Pruszcza Gdańskiego, Borkowa czy Suchego Dworu.

Pojawia się też waluta, której nie widać w cenniku: czas. W tegorocznym raporcie „Szczęśliwy Dom" eksperci Otodom zwracają uwagę na koszt codziennych dojazdów i dostęp do usług. Na trójmiejskim rynku warto więc pytać nie tylko o odległość od plaży czy lasu, ale o to, ile trwa droga do pracy we wtorek rano, jak daleko jest do przystanku i czy podstawowe sprawy można załatwić bez samochodu. Tańszy metr położony dalej od codziennych tras wcale nie musi oznaczać tańszego życia. Podobnie jest z udogodnieniami. Zielone patio, sala fitness czy prywatny ogród mogą poprawiać komfort, ale żadne z nich nie zastąpi dobrze działającego sąsiedztwa. Ważne jest nie tylko to, co deweloper zaplanował wewnątrz osiedla, lecz także co już istnieje wokół: chodniki, usługi, komunikacja, przestrzeń publiczna. Właśnie tam, poza granicą działki, zaczyna się prawdziwy test dobrego adresu.

Trójmiasto nie oferuje dziś jednego modelu mieszkania idealnego. Najciekawsze pytanie brzmi dziś nie „ile kosztuje metr?", lecz „co otrzymujemy za tę cenę – i jak będziemy z tego korzystać każdego dnia?". •

TREND
MODA NA **GDYNIĘ**



kameralny budynek – zaledwie 41 apartamentów
morze na wyciągnięcie ręki – widok od 3 piętra
zamieszkaj latem 2027 roku – ceny od 21 600 zł/m²
+48 58 500 82 11 | sprzedaz@bmc.gda.pl | **bmc.gda.pl**

bmc
budujemy marzenia

Nowe adresy *Trójmiasta*

Trójmiasto nieustannie zmienia swoją mieszkaniową mapę. Obok kameralnych apartamentowców w historycznych dzielnicach powstają nowoczesne osiedla, miejskie rezydencje i domy otoczone zielenią. Coraz częściej o atrakcyjności adresu decyduje jednak nie tylko lokalizacja, ale również architektura, prywatność, jakość przestrzeni wspólnych i bliskość natury. Jedni szukają energii miasta, inni spokoju na jego obrzeżach, jeszcze inni - miejsca, w którym te dwa światy się spotykają. Przyglądamy się trzynastu inwestycjom w Trójmieście i okolicach, które różnią się skalą, charakterem i podejściem do projektowania, a razem pokazują, jak zmienia się nasze myślenie o dobrym miejscu do życia.

→

TS INVEST

OGRODY TESORO

Miejsce: Suchy Dwór, k. Gdyni
Termin ukończenia: 2029
Cena: od 11 000 zł/m²



Ogrody Tesoro to wyjątkowe osiedle w Suchym Dworze, nieopodal Gdyni. Stworzone z myślą o tych, którzy cenią spokój, przestrzeń i wysoki standard życia. Eleganckie apartamenty, komfortowe bliźniaki i wille otacza malowniczy park o powierzchni 4,5 ha, z jeziorkiem oraz strefami rekreacji. Całodobowa ochrona, zadbana zieleń i bliskość morza sprawiają, że każdy dzień nabiera tu wyjątkowego charakteru.

→

ALLCON

PUENTA MORENA

Miejsce: Gdańsk Morena (Piecki-Migowo), ul. Morenowe Wzgórze
Termin ukończenia:
budynki C i D - październik 2027
budynki A i B - czerwiec 2028
Cena: od 13 975 zł/m²



Puenta Morena to kameralna inwestycja powstająca w zielonej części gdańskiej Moreny, w otoczeniu niskiej zabudowy i terenów rekreacyjnych. Zaprojektowane przez Roark Studio osiedle tworzyć będą cztery eleganckie budynki, których kaskadowy układ harmonijnie wpisuje się w naturalne ukształtowanie terenu. Ponadczasową architekturę podkreślają szlachetne materiały elewacyjne, w tym klinkier mineralny, tynk czesany oraz stolarka okienna w odcieniu dębu. W całej inwestycji powstaną 142 mieszkania o powierzchni od 32 m2 do 112 m2, w tym wyjątkowe lokale dwupoziomowe. Do wybranych mieszkań przynależeć będą prywatne ogrody o powierzchni do 120 m², przestronne tarasy lub balkony. Przemyślany projekt zagospodarowania terenu obejmuje zielone patio, strefy wypoczynku, place zabaw oraz przestrzeń rekreacyjną dla czworonogów. Całość uzupełnią lokale usługowe, a bliskość szkół, komunikacji miejskiej i terenów zielonych pozwoli połączyć spokojny charakter osiedla z wygodą miejskiego życia.



←

BMC BUDUJEMY MARZENIA

TREND – MODA NA GDYNIĘ

Miejsce: Wzgórze św. Maksymiliana, Gdynia
Termin ukończenia: III kwartał 2027
Cena: od 21 600 do 34 560 zł/m²

Są adresy, które mają wartość wykraczającą poza samą lokalizację. TREND powstaje w jednej z najbardziej pożądanych dzielnic Gdyni, na Wzgórzu św. Maksymiliana, gdzie panorama Zatoki Gdańskiej, zieleń lasu i miejski charakter tworzą wyjątkową scenerię codzienności. Budynek zaprojektowano tak, by w pełni wykorzystać naturalne walory otoczenia. Dwie zróżnicowane bryły harmonijnie wpisują się w istniejącą zabudowę, a schodkowy układ elewacji zapewnia mieszkańcom większą prywatność, lepsze nasłonecznienie oraz poczucie otwartej przestrzeni. Apartamenty wyróżniają wielkoformatowe przeszklenia, ponadstandardowa wysokość pomieszczeń oraz przestronne balkony ze spektakularnym widokiem. Przemyślane części wspólne odpowiadają na potrzeby współczesnego stylu życia – od eleganckiego holu wejściowego i kameralnej strefy fitness, po rowerownie z miejscem do serwisowania rowerów, hobby roomy oraz pojemne boksy do przechowywania.



←

ALTER INVESTMENT

BORKOWO NOVA

Miejsce: ul. Nowa, Borkowo
Termin ukończenia: I kwartał 2027
Cena: od 9 128,18 zł/m²

Borkowo Nova to kameralna inwestycja tylko czterech domów w zabudowie bliźniaczej przy ul. Nowej w Borkowie, na granicy z Gdańskiem. Każdy dom oferuje trzy przestronne sypialnie na piętrze oraz duży salon z aneksem kuchennym i osobny gabinet na parterze. Gabinet może służyć jako miejsce do pracy, pokój gościnny lub dodatkowa sypialnia. Układ dwóch kondygnacji pozwala oddzielić przestrzeń wspólną od prywatnej, a własny ogród daje miejsce do odpoczynku i zabawy. Bliskość terenów zielonych, szkół i usług oraz dogodny dojazd do Obwodnicy Trójmiasta łączą spokój podmiejskiego życia z wygodą codziennych dojazdów. To propozycja dla rodzin, które szukają własnego domu z ogrodem blisko miasta.



←

CORDIA

HAFFNERA RESIDENCE

Miejsce:
Dolny Sopot
Termin ukończenia:
IV kwartał 2026
Cena:
od 27 360 zł do 42 405 zł/m²

Haffnera Residence to wyjątkowa inwestycja zrealizowana w prestiżowej części Sopotu, pośród dojrzałej zieleni i kilka minut spacerem od plaży oraz Parku Północnego. Architektura projektu subtelnie łączy współczesną estetykę z charakterem nadmorskiego kurortu, tworząc przestrzeń do życia i wypoczynku. W dwóch kameralnych budynkach powstały apartamenty oraz lokale usługowo-biurowe o zróżnicowanych układach, których duże przeszklenia zapewnią widoki na otaczającą zieleń. Całość uzupełnią starannie zaprojektowane części wspólne inspirowane standardem butikowych hoteli.



→

FLORA DEVELOPMENT

PIOTRA 4

Miejsce:
Gdynia – Centrum
Termin ukończenia:
IV kwartał 2026 r.
Cena: 24 100 zł/m²

W roku swojego 100-lecia Gdynia przyciąga wzrok całej Polski i Europy. I właśnie tu – w jej modernistycznym centrum, zaledwie 200 m od nabrzeża – Flora Development finalizuje realizację Piotra 4. To komfortowa miejska rezydencja inspirowana modernizmem oficerskim, która oferuje 102 apartamenty z oknami o podwyższonej izolacyjności akustycznej. Na mieszkańców czekają również taras z widokiem na wody Bałtyku i reprezentacyjny hol z mozaiką przedstawiającą graficzny zapis sygnału gdyńskiej radiolatarni.



←

KAMERALNIE

POLANKI 112

Miejsce: Gdańsk Oliwa – VII Dwór
Termin ukończenia: gotowy do odbioru
Cena: od 25 477 zł/m²

Polanki 112 to butikowa kamienica w zielonej części Gdańska, na granicy Starej Oliwy i VII Dworu. Klasyczna architektura, szlachetne proporcje i dopracowane detale łączą historyczne inspiracje z nowoczesnym standardem życia. W kamienicy znajduje się zaledwie sześć wyjątkowych apartamentów – po dwa na każdej kondygnacji – o powierzchni 110–210 m². Przemyślany podział na strefę dzienną i prywatną oraz duże, stylizowane okna wychodzące na trzy strony świata podkreślają przestronność i ponadczasową elegancję wnętrz. Bliskość Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego i Parku Oliwskiego dopełnia charakter tej unikatowej inwestycji.



←

KAMERALNIE
SZTURMANÓW 24

Miejsce:
Gdynia Orłowo
Termin ukończenia:
gotowy do odbioru
Cena: 33 198 zł/m²

Kilka minut od nadmorskiego życia znajduje się mniej oczywista strona Orłowa - kameralne uliczki, willowa zabudowa i zieleń ogrodów. To właśnie tutaj powstała willa inspirowana gdyńskim modernizmem. W budynku znajdują się tylko dwa niezależne apartamenty willowe. Każdy ma prywatne wejście, windę, własny ogród oraz dostęp do wyjątkowo dużego garażu aż na cztery samochody. Największą atrakcją są jednak prywatne tarasy na dachu - duża, otwarta przestrzeń, z której można korzystać jak z własnego ogrodu - wysoko ponad Orłowem. To kameralna skala z rozwiązaniami, które trudno znaleźć w standardowej ofercie domów.



←

MODERNA
SPOT

Miejsce: Sopot, Aleja Niepodległości 635/637
Termin ukończenia: 2028
Cena: od 23 000 zł/m²

SPOT wyznacza południową bramę Sopotu, łącząc elegancję kurortu z energią metropolii. Inwestycja Moderna Holding przy Alei Niepodległości 635/637 obejmuje cztery kameralne budynki z apartamentami, biurami i lokalami usługowymi. Jasna cegła klinkierowa, mansardowe dachy i rytmiczne loggie nawiązują do architektonicznej tradycji Sopotu. Charakter adresu podkreśli showroom Auto Fus Group z markami Rolls-Royce, Aston Martin i McLaren. Bliskość stacji SKM, terenów zielonych i centrów biznesowych pozwala łatwo korzystać z możliwości Gdańska i Sopotu.



←

NDI DEVELOPMENT
CUKROWNIA

Miejsce:
Pruszcz Gdański
Termin ukończenia:
I kwartał 2028
Cena: od 11 750 zł/m²

Nowe życie w miejscu z historią. Cukrownia w Pruszczu Gdańskim łączy współczesną architekturę z charakterem miejsca, które od ponad 140 lat jest częścią miasta. Powstaje tu wyjątkowa przestrzeń do życia i prowadzenia biznesu. Pierwszy etap tworzą mieszkania i lokale usługowe w otoczeniu zieleni, w dogodnej lokalizacji blisko Gdańska.

Finał sprzedaży pierwszego etapu! W ofercie pozostały ostatnie mieszkania 3-, 4- i 5-pokojowe o powierzchni 52-87 m² z tarasami na kameralnym poddaszu oraz lokale usługowe o powierzchni 161-176 m², wychodzące na pasaż w historycznej zabudowie dawnej Cukrowni.

→

ROBYG
NADMOTŁAWIE APARTMENTS

Miejsce:
Gdańsk, ul. Sienna Grobla
Termin ukończenia:
IV kwartał 2026 (budynek J),
II kwartał 2027 (budynek I)
Cena: od 17 000 zł/m²



Nie każda inwestycja ma rzekę niemal za progiem i portową historię wpisaną w architekturę. Nadmotławie Apartments z kolekcji starannie wybranych adresów ROBYG Grand Selection to wielokrotnie wyróżniany projekt. Ceglane elewacje nawiązują do hanzeatyckich kamienic, a industrialne detale przypominają o portowej przeszłości miejsca. Inwestycję otaczają wody Motławy i Martwej Wisły, a Nadmotławskie Bulwary zapraszają do spacerów z widokiem na zabytkową panoramę Gdańska. Historyczne centrum jest w zasięgu krótkiego spaceru. Tutaj rzeka i miasto wyznaczają rytm codzienności.



←

RUTKOWSKI GROUP

UNIKAT APARTAMENTY

Miejsce: Gdańsk, Morena
Termin ukończenia: bud. C - I kwartał 2027,
bud. E i F - II kwartał 2028
Cena: od 14 055 zł/m²

Unikat Apartamenty to nowoczesne osiedle położone na gdańskiej Morenie, tuż przy Parku Słoneczniki. Inwestycję wyróżnia oryginalna architektura z jasnymi elewacjami, dużymi przeszkleniami i przestronnymi tarasami. Z wyższych kondygnacji rozciąga się widok na Zatokę Gdańską. Na mieszkańców czekają udogodnienia, takie jak wewnętrzna siłownia, sala zabaw dla dzieci, rowerownia oraz myjka dla pupili. Starannie zaprojektowane tereny zielone z placem zabaw i strefą rekreacji dopełniają charakter osiedla. To propozycja dla osób ceniących wygodę i naturę.

→

AB INWESTOR

APARTAMENTY LA ESQUINA



Miejsce: Ściśle centrum Gdyni,
u zbiegu ulic 3 Maja i Stefana Batorego
Termin ukończenia: 2025
Cena: od 19 000 zł/m²

Wyjątkowa architektura, prestiżowa lokalizacja i komfort życia w miejskim rytmie. Apartamenty La Esquina to atrakcyjna inwestycja AB Inwestor, która łączy wysoką jakość wykonania, nowoczesne rozwiązania projektowe i elegancję inspirowaną gdyńskim modernizmem z niepowtarzalnym klimatem południowej architektury. La Esquina, czyli po hiszpańsku „róg", powstała u zbiegu ulic 3 Maja i Stefana Batorego, w samym sercu Gdyni, w miejscu, gdzie miejska energia spotyka się z wyjątkowym charakterem architektury. Inspiracje hiszpańskim stylem nadadzą budynkowi indywidualny wyraz, tworząc przestrzeń, która wyróżnia się na tle miejskiej zabudowy. La Esquina to propozycja dla tych, którzy chcą korzystać z pełni miejskiego życia, nie rezygnując z prywatności i poczucia luksusu. To także interesująca propozycja dla osób poszukujących nieruchomości w prestiżowej lokalizacji, z potencjałem zarówno do zamieszkania, jak i inwestowania.

ANIOŁKI

rutkowskidevelopment

ANIOŁKI – NOWE MIESZKANIA WKRÓTCE W SPRZEDAŻY.

Aniołki przy ul. Smoluchowskiego 9 w Gdańsku to adres, który pozwala korzystać z wszystkich atutów miasta bez konieczności codziennych kompromisów. Bliskość centrum, uczelni, komunikacji miejskiej, terenów zielonych oraz bogatej infrastruktury usługowej sprawia, że wszystko, czego potrzebujesz na co dzień, znajduje się w zasięgu kilku minut. Wybierz współczesny komfort mieszkania w historycznej dzielnicy.

rutkowskidevelopment.pl

tel. 782 783 472



Robert Bandrowski

Są drzwi, których nie otworzy żadne ogłoszenie

15 kolejnych kwartałów na szczycie, trzy tytuły Agenta Roku i ponad 30 lat budowania relacji biznesowych. Robert Bandrowski, licencjonowany pośrednik i Lider Zespołu Elite w Estatic Nieruchomości, wyjaśnia, dlaczego w świecie nieruchomości premium kontakty bywają cenniejsze niż reklama, a skuteczność wymaga również umiejętności powiedzenia klientowi prawdy, nawet tej niewygodnej.

Przez ponad 30 lat budował Pan relacje zawodowe. Dziś jeden telefon jest wart więcej niż kosztowna kampania?
Zdecydowanie. Doświadczenie zdobyte przez lata w motoryzacji, logistyce i sporcie pozwoliło mi zbudować szeroką sieć kontaktów w całej Polsce. W nieruchomościach ten kapitał jest bezcenny. Ktoś sprzedaje dom, ktoś szuka apartamentu nad morzem, ktoś chce zainwestować. Jeden telefon otwiera drzwi, do których nie dotrze żadne ogłoszenie. Za nim stoi jednak zaufanie budowane latami, którego nie da się kupić.

Rynek premium kojarzy się z luksusem i wysokimi cenami. Czy właśnie to go definiuje?
Nie. Dla mnie to standard obsługi, dyskrecja i zrozumienie potrzeb - sama wysoka cena nie czyni usługi premium. Właściciel nieruchomości za kilka milionów oczekuje strategii, znajomości rynku, właściwych kontaktów i panowania nad procesem. Dlatego ważna jest sprzedaż off-market, gdzie liczą się relacje i umiejętność skojarzenia właściwych osób. Agent premium to zaufany doradca, który nie tylko znajduje nabywcę, ale też przewiduje problemy i bezpiecznie prowadzi do finału.

Ma pan na koncie wiele transakcji o wysokiej wartości. Która szczególnie zapadła panu w pamięć?
Sprzedaż domu w Sopocie, niedaleko plaży, za ponad 7 milionów złotych. Nie ze względu na kwotę, lecz drogę do finalizacji. Przy takich transakcjach trzeba pogodzić oczekiwania stron, przeprowadzić wymagające negocjacje i dopilnować szczegółów, od których zależy powodzenie całego przedsięwzięcia. Pod sam koniec losy transakcji wisiały na włosku. Tym większą satysfakcję przyniósł mi moment podpisania aktu notarialnego i świadomość, że mimo trudności udało się osiągnąć rezultat, na którym klientowi zależało.

Piętnaście kolejnych kwartałów z tytułem Agenta Kwartału i trzy tytuły z rzędu Agenta Roku. Jak utrzymuje się taką skuteczność?
Nie wierzę w przypadkową skuteczność - utrzymanie wysokiego poziomu przez niemal cztery lata wymaga konsekwencji i zasad. Pracuję na wyłączność - biorę pełną odpowiedzialność za strategię, marketing, prezentacje i negocjacje. Nie pozyskuję ofert za wszelką cenę ani nie obiecuję kwot, których rynek nie zaakceptuje. Wolę trudną rozmowę na początku niż miesiące rozczarowań. Nagrody traktuję jako potwierdzenie obranej drogi. Pomaga mi też doświadczenie sportowe. W młodości grałem w piłkę nożną, później zdobyłem licencję UEFA A i przez kilka lat pracowałem jako trener. Sport nauczył mnie dyscypliny, podejmowania decyzji pod presją oraz tego, że skuteczność wymaga współpracy i strategii. W nieruchomościach jest podobnie.

Coraz większą rolę odgrywa marka osobista. Jak chce pan, by pana nazwisko było postrzegane w Trójmieście?
Chciałbym, by moje nazwisko kojarzyło się ze skutecznością, profesjonalizmem, dyskrecją i zaufaniem. Klienci powierzają nam często dorobek całego życia. Dlatego marka osobista to nie tylko obecność w mediach czy kolekcja nagród. Buduje się ją przy każdej transakcji, w negocjacjach i rozwiązywaniu problemów. Najbardziej cenię, gdy nowy klient przychodzi z polecenia.

Od 2022 roku jestem związany z Estatic Nieruchomości, gdzie obecnie pełnię funkcję Lidera Zespołu Elite. Firma daje mi solidne zaplecze i przestrzeń do rozwoju. Stawiamy na jakość i skuteczność, co doceniają klienci. Dzięki ich opiniom niezmiennie utrzymujemy się w ścisłej czołówce biur nieruchomości w Trójmieście, m.in. w rankingu Trojmiasto.pl.

Wiem jednak, że klient wybiera konkretnego człowieka. Chcę, by moje nazwisko było jednym z pierwszych, które przychodzą na myśl osobom planującym sprzedaż wyjątkowej nieruchomości. Bo najważniejsze nie jest to, ile transakcji sfinalizowałem, lecz ilu klientów po współpracy byłoby gotowych ponownie powierzyć mi swój majątek. •



Autorka: Marta Dworak

Morski Park Handlowy

Jesień dobrego snu

Jesienne przesilenie skłania do poszukiwania domowego ciepła i głębokiej regeneracji, której niezmiennym fundamentem jest zdrowy sen. Gdy dni stają się krótsze, a poranki chłodniejsze, jakość nocnego wypoczynku decyduje o samopoczuciu i poziomie energii. Klucz to dobór odpowiedniego materaca najlepiej w Morskim Parku Handlowym, który nie ma sobie równych w Trójmieście pod względem liczby reprezentowanych producentów i retailerów.

Wraz z jesiennym zwrotem ku domowemu zaciszu rośnie potrzeba komfortu i efektywnego wypoczynku, gdzie zasadnicze znaczenie ma właśnie łóżko i materac. Morski Park Handlowy w Gdańsku oferuje najszerszą w regionie gamę rozwiązań sypialnianych. Wśród jego najemców znajdują się czołowe salony specjalistyczne jak FDM, Dla Spania czy Pan Materac oraz popularne marki meblowe takie jak Jysk, Agata Meble, Black Red White czy Vox Meble. Klienci znajdą tu pełen przekrój rozwiązań – od specjalistycznych systemów do spania po codzienne dodatki poprawiające jakość snu.

– Jesienią częściej zauważamy, że trudniej nam wstać rano, budzimy się niewyspani i brakuje nam energii. Większą uwagę zwracamy również na komfort termiczny – mówi Dominik Dziedzic Ekspert ds. snu z FDM – Dlatego warto wybierać materace i pokrowce, które pomagają utrzymać przyjemne warunki snu, a także dopasować je do potrzeb i preferencji. Oferujemy produkty z dodatkiem naturalnej wełny lub kaszmiru oraz materace o konstrukcji dwustronnej, zapewniającej inny komfort latem i zimą.

- Jeśli materac jest w dobrym stanie, ale przestał zapewniać oczekiwany komfort, warto rozważyć topper, czyli dodatkową warstwę nawierzchniową, która może zmienić odczucie miękkości i wygodę powierzchni spania. Nie zastąpi on jednak materaca zużytego lub niezapewniającego odpowiedniego podparcia – dodaje Sylwia Filimon z Jysk.

DOBÓR MATERACA BEZ TAJEMNIC

Poszukując optymalnych rozwiązań, warto zwrócić się do specjalistów. To oni służą radą, nierzadko obalając popularne mity. Jednym z najpopularniejszych z nich jest przekonanie, że im twardszy materac, tym zdrowszy dla kręgosłupa. Tymczasem to spore uproszczenie - to co dla jednej osoby będzie optymalnym podparciem, dla innej okaże się niewygodne lub wręcz szkodliwe.

– Materac powinien przede wszystkim zapewniać stabilne podparcie, a jednocześnie dopasowywać się do naturalnych krzywizn ciała – zbyt twardy może powodować nadmierny nacisk, a zbyt miękki utrudniać utrzymanie wygodnej pozycji – tłumaczy Dominik Dziedzic z FDM – Przy wyborze warto uwzględnić nie tylko masę ciała, ale także wzrost, budowę sylwetki, pozycję, w której najczęściej śpimy, to czy śpimy sami, czy z partnerem oraz indywidualne odczucia. Dlatego w FDM zachęcamy, by sprawdzić, jak konkretny materac współpracuje z naszym ciałem.

– Drugim powszechnym mitem jest przekonanie, że materac można dobrać wyłącznie na podstawie jego oznaczenia albo ceny. Skale twardości mogą różnić się pomiędzy producentami, dlatego warto traktować je jako wskazówkę, a nie uniwersalny standard. Równie ważne są konstrukcja, zastosowane materiały, elastyczność punktowa i zdolność do równomiernego rozłożenia ciężaru ciała. W Jysk zachęcamy, by nie kierować się wyłącznie opiniami innych osób, ale przede wszystkim własnymi potrzebami i praktycznym sprawdzeniem produktu – zauważa Sylwia Filimon z Jysk.

WERYFIKACJA W PRAKTYCE

Na taką weryfikację warto dać sobie odpowiednio dużo czasu. Krok pierwszy to określenie własnych potrzeb. Następnie w sklepie można sprawdzić kilka modeli o różnej twardości i konstrukcji, pamiętając, że ciało potrzebuje chwili, by w pełni poczuć podparcie.

– Zakup materaca to decyzja, której nie warto podejmować w pośpiechu. W salonie warto poświęcić na sprawdzenie kilku modeli co najmniej kilkanaście, a najlepiej około 20–30 minut, jeśli pozwala na to czas i warunki. Należy położyć się w swojej najczęściej przyjmowanej pozycji do snu, a następnie sprawdzić również inne. Warto zwrócić uwagę na to, czy ciało jest stabilnie podparte, czy materac nie powoduje nadmiernego nacisku na ramiona i biodra oraz czy zmiana pozycji jest wygodna. Osoby śpiące z partnerem powinny, jeśli to możliwe, przetestować materac wspólnie, by sprawdzić, jak zachowuje się podczas ruchu drugiej osoby – zauważa Sylwia Filimon z Jysk.

Warto jednak pamiętać, że test w salonie nie daje pełnego obrazu tego, jak materac sprawdzi się przez całą noc. Dlatego przed ostatecznym zakupem dobrze jest sprawdzić warunki gwarancji oraz zasady ewentualnego zwrotu lub wymiany.

MATERAC TO NIE WSZYSTKO

Dobrze dobrany materac to kluczowy aspekt dobrego snu, ale nie jedyny. Na komfort wypoczynku wpływa cały zestaw elementów, które można znaleźć w Morskim Parku Handlowym.

– Duże znaczenie ma poduszka dopasowana do pozycji snu i budowy ciała, która pomaga utrzymać głowę i szyję w wygodnym ułożeniu. Ważny jest również odpowiedni stelaż, ponieważ współpracuje z materacem i wpływa na jego podparcie oraz właściwości użytkowe i wentylację – radzi Dominik Dziedzic z FDM – Warto także dopasować kołdrę i pościel do pory roku, żeby zapewnić sobie odpowiedni komfort cieplny. A przy alergiach i małych dzieciach obowiązkowym dodatkiem powinien być wodoodporny ochraniacz na materac. Zabezpiecza on przed plamami i uniemożliwia wnikanie wilgoci, stanowiąc barierę dla roztoczy czy grzybów.

Warto pamiętać, że nawet najlepsze wyposażenie sypialni nie zastąpi regularnego rytmu snu i odpowiednich warunków takich jak: odpowiednia temperatura, zaciemnienie wnętrza oraz regularne wietrzenie pomieszczenia, a także cyfrowy detoks na godzinę przed snem. Natomiast dobrze dobrane rozwiązania pomagają stworzyć przestrzeń sprzyjającą regeneracji. Pod tym względem Morski Park Handlowy pozostaje bezkonkurencyjną destynacją w Trójmieście, oferując najszerszy przekrój marek dedykowanych strefie sypialnianej. •



MORSKI PARK HANDLOWY

Morski Park Handlowy | ul. Przywidzka 6,10A, 80-174 Gdańsk | **morskipark.pl**

WIECZÓR DELUXE W RYTMIE KLASYKI!

Tym razem spotkaliśmy się w majestatycznych przestrzeniach Sofitel Grand Sopot, by spędzić wspólnie czas w rytmie klasyki i... tanga argentyńskiego! Był to wieczór pełen elegancji, sztuki, tańca i mody z najwyższej półki. Dziękujemy za wspaniałą atmosferę!

Fot. Karol Kacperski, Krzysztof Nowosielski



Michał Shevchenko, tancerz, nauczyciel tanga, Vita Shevchenko, tancerka, Anna i Oliver Suszanowicz – Williamson, twórcy Tango Congress Poland, Johana Copes, tancerka, choreografka, Michał Stankiewicz, prezes MS Group, Wiesław Prządka, akordeonista i bandoneonista



Katarzyna Sirak, właścicielka galerii bursztynu Kamir, Agata Maderska, CEO Azul Marketing



Tomasz Kloskowski, prezes Portu Lotniczego w Gdańsku, z żoną



Marcin Suchocki, CEO Tritum Group, Michał Stankiewicz, prezes MS Group, redaktor naczelny Prestiżu Magazynu Trójmiejskiego



Marcin Marczak, dyrektor ds. rozwoju, Invilla, Artur Zawadzki, dyrektor ds. inwestycji klientów, Ipopema Securities



Dorota Zielińska, DZ-Nieruchomości, Aleksandra Staruszkiewicz, Prestiż Magazyn Trójmiejski, Tomasz Podsiadły, prowadzący Wieczór DeLuxe



Krzysztof Piesik, dyrektor operacyjny Clinica Bałtycka, pełnomocnik FPP ds. ochrony zdrowia, dr Marta Osowicka, chirurg dziecięca, Clinica Bałtycka



Robert Bandrowski, ekspert ds. nieruchomości, lider zespołu elite, Estatic Nieruchomości



Maria Bek, Invilla



Wojciech Jaworski, właściciel Intuo Grupa Deweloperska, Iwona Jaworska, projektantka mody, właścicielka marki Yavorska



Katarzyna Osiecimska, prezes zarządu Welcome Group, Katarzyna Sirak, właścicielka galerii bursztynu Kamir, Ewelina Kieszkowska, prezes zarządu Sequra



Małgorzata Kropielnicka, radca prawny



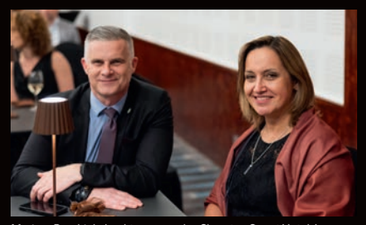
Beata i Mateusz Sierzputowscy, właściciele Sierzbud



Artur Klich, PR & marketing menedżer, Sofitel Grand Sopot, Katarzyna Biały, dyrektor ds. relacji z rezydentami, Olivia Centre, Karina Duczmal, dyrektor sprzedaży, Sofitel Grand Sopot



Zbigniew Canowiecki, prezes Pracodawców Pomorza, Tomasz Podsiadły, prowadzący wydarzenie, Michał Stankiewicz, prezes MS Group, redaktor naczelny Prestiżu Magazynu Trójmiejskiego



Mariusz Paszkiel, dyrektor generalny Sheraton Sopot Hotel, Iwona Wituch, dyrektor finansowa Sheraton Sopot Hotel



Agnieszka Kaszyńska Kaczkan, Weronika Piskorek, De Lux Brokers



Katarzyna Soltau, współwłaścicielka True Restaurant, Iwona Mikos, Sales Manager, Maison Store, Karolina Kalska, projektantka mody



Jadwiga Charzyńska, z-ca dyrektora Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie, Michał Stankiewicz, prezes MS Group. Eulalia Domanowska, dyrektorka Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie, Michał Shevchenko, tancerz, nauczyciel tanga, twórca Tango Congress Poland



Marta Blendowska, Klaudia Krause-Bacia, Joanna Bieńkowska, Prestiż Magazyn Trójmiejski



Wojciech Warszawski, Ismena Warszawska, projektantka mody, właścicielka marki Ismena Warszawska



Aleksandra Władasz, dyrektor doradczy i członek zarządu, Meblotechnika, Michał Krugliński, Aleksandra Zapolska, dyrektor ds. marek, Marion



Agata Malinowska i Szymon Witkowski, właściciele Guru, Daria Łobasiuk, Leadwell



Mariusz Waras, profesor Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, muralista, Jan Sikora, profesor Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, właściciel Sikora Studio, Michał Stankiewicz, redaktor naczelny Prestiż Magazyn Trójmiejski, prezes MS Group; na drugim planie: Patryk Gochniewski, dziennikarz



Marcin Marczak, dyrektor ds. rozwoju, Invilla, Joanna Łoś, , Invilla, Maria Bek, Invilla, Tomasz Malczewski, dyrektor ds. rozwoju nieruchomości Invilla, Anna Butowska, Medycyna Estetyczna Dr Anna Butowska, Dorota Osowska, współzałożycielka Ossa Nieruchomosci



Karolina Sozańska, Estatic Nieruchomości, Hanna Kąkol, dyrektor zarządzająca Perfect Consulting, Dominika Czechowska, prezes zarządu Design and Business, pełnomocnik dziekana ds. relacji z otoczeniem społeczno-gospodarczym, Uniwersytet WSB Merito w Gdańsku



Tomasz Błoński, prezes zarządu Guardian Progress Broker, Krzysztof Nowosielski, Prestiż Magazyn Trójmiejski



Aleksandra Staruszkiewicz, Prestiż Magazyn Trójmiejski, Mariola Rogóż, dyrektorka Galerii Klif, Katarzyna Kobiela, stylistka Galerii Klif, Katarzyna Sirak, właścicielka galerii bursztynu Kamir



Ireneusz Filipionek, kierownik działu sprzedaży, Hotel Sopot, Filip Siniawski, prezes Cosma Gallery, Anita Cempa, dyrektor kreatywna, Cosma Gallery



Małgorzata Blendowska, Marta Blendowska, dyrektor sprzedaży, Prestiż Magazyn Trójmiejski, organizatorka wydarzenia



Milan Orłowski, Monika Orłowska, Grupa Chodzeń, Dariusz Orłowski, Al Estate 3city, Nikola Porazińska, Tomasz Kubacki, dyrektor regionu, DGE Sp. z o.o.



Izabela Mróz, Wardrobe Edit by Izabela, Agnieszka Nawrot, Akademia Sztuk Pięknych w Gdańsku, Katarzyna Brzozowska, Galeria Klif



Tomasz Kloskowski, prezes Portu Lotniczego w Gdańsku, Michał Stankiewicz, prezes MS Group, redaktor naczelny Prestiżu Magazynu Trójmiejskiego



Marta Blendowska, dyrektor sprzedaży, Prestiż Magazyn Trójmiejski, Rafał Fedusio, pełnomocnik rektora ds. współpracy, promocji i wystawiennictwa, Akademia Sztuk Pięknych w Gdańsku



Wiesław Prządka, akordeonista i bandoneonista, Leszek Malinkiewicz, właściciel Forma X



Aleksandra Wojciechowska, Aleksandra Joachimowska, właścicielka Optical Christex



Chantalle Komorowska, BMG Goworowski



Krzysztof Król, właściciel Ultra Relations



Adam Wąsik, starszy doradca ds. nieruchomości, MO Real Estate, Tomasz Modzelewski, dyrektor generalny, MO Real Estate, Jan Sikora, profesor Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, właściciel Sikora Studio



Karolina Brogowska, Mussé



Justyna Okupna, PKO BP



Krystyna Frankowska, Ilona Olszaniec-Kozakiewicz, właścicielka kliniki Medissima



44. Katarzyna Łukaszewicz, Fenix, Aneta Szulc, Independent Logistics



Małgorzata Metler-Pobłocka, Salon Maniewski, Ismena Warszawska, projektantka mody



Natalia Ostachowska, Śmiles Architekci Uśmiechu, Aleksandra Staruszkiewicz, Prestiż Magazyn Trójmiejski



Krzysztof Nowosielski, Prestiż Magazyn Trójmiejski, Patryk Gochniewski, dziennikarz



Klaudia Krause-Bacia, redaktor prowadząca Prestiż Magazyn Trójmiejski



Magdalena Żurawska, Swarovski, Karolina Kotkowska, architekt, Anna Putynowska, lekarz



Diana Jajkowska, Magdalena Sargsyan

ABE2 EXCLUSIVE

Miejsce, w którym wyjątkowość
nie jest wyjątkiem.







Starannie wyselekcjonowana moda premium.
Limitowane kolekcje światowych marek.
Wyjątkowe projekty Camilla, Ermanno Scervino i Casadei.

Odkryj modę, która podkreśla Twoją indywidualność.

Armii Krajowej 28, Gdynia | tel. 533 317 971

butik_abe2

FINISAŻ WYSTAWY JUAN CARLOS COPES: CZŁOWIEK - ARTYSTA

23 października miał miejsce finisaż wystawy o Juanie Carlosie Copesie, artyście, który należał do grona najwybitniejszych twórców tanga XX wieku. Wystawa stanowiła jeden z punktów programu pierwszej edycji Tango Congress Poland odbywającej się w Gdańsku i Sopocie.

Fot. Krzysztof Nowosielski



Oliver i Anna Suszanowicz – Williamson, twórcy Tango Congress Poland



Michał Shevchenko, tancerz, nauczyciel tanga



Dr Marta Osowicka, chirurg dziecięca, Clinica Bałtycka



Michał Shevchenko, tancerz, nauczyciel tanga, Katarzyna Bator, właścicielka Bator Art Gallery



Izabela Balcerzak, dyrektor marketingu i sprzedaży NDI Development, Barbara Bator, Bator Art Gallery

WIECZÓR KOBIECEJ SIŁY I SOLIDARNOŚCI W SHERATON SOPOT

Wpływ zaczyna się od relacji — od pomysłu, który łączy ludzi, i od gotowości, by działać wspólnie. Podczas spotkania Forum Kobiet Pracodawców Pomorza, które odbyło się 13 października w Sheraton Hotel Sopot, słowo to nabrało szczególnego znaczenia. Elegancki wieczór stał się okazją do wyrażenia poparcia dla Grażyny Paturalskiej, zwyciężczyni I tury plebiscytu Polska Press – Wpływowa Kobieta Pomorza, która będzie dalej reprezentować nasz region w II turze plebiscytu – Wpływowa Kobieta Polski 2026.



Grażyna Paturalska, właścicielka firmy „Styl w Wielkim Mieście", koordynatorka Forum Kobiet Pracodawców Pomorza, Mariusz Paszkiel, dyrektor generalny Sheraton Sopot Hotel



Tomáš Pazdera, z-ca dyrektora gastronomii w Sheraton Hotel Sopot, Ashaki Henke, Ashaki Dance Studio



Fot. Alexander Zweifel

Żaneta Hejne, prezes zarządu Kancelarii Usług Księgowych Hejne S.K.



Od lewej: Sabina Markowicz, wiceprezes Manbroker Sp. z o.o., Grażyna Dudka, kierownik ds. programowych, Pracodawcy Pomorza, Agnieszka Kowalczyk, Ashaki Dance Team, Katalin Kovacs, specjalistka ds. organizacyjnych, Pracodawcy Pomorza, Grażyna Paturalska, właścicielka firmy „Styl w Wielkim Mieście", koordynatorka Forum Kobiet Pracodawców Pomorza



Od lewej: Liliana Poszumska, właścicielka La Mancha Centrum Języka Hiszpańskiego, Konsul Honorowa Gwatemali, Grażyna Paturalska, właścicielka firmy „Styl w Wielkim Mieście", koordynatorka Forum Kobiet Pracodawców Pomorza, Mariusz Paszkiel, dyrektor generalny Sheraton Hotel Sopot, Bożenna Gast, właścicielka Hotelu Bartan



Od lewej: Grażyna Dudka, kierownik ds. programowych, Pracodawcy Pomorza, Katalin Kovacs, specjalistka ds. organizacyjnych, Pracodawcy Pomorza, Żaneta Hejne, prezes zarządu Kancelarii Usług Księgowych Hejne S.K., Magdalena Stankiewicz, prezes zarządu Bibus Menos Sp. z o.o.



Aleksandra Wróblewska, prezes zarządu Qapitalia Accounting Sp. z o.o.

Fot. Karol Kacperski



Katarzyna Konieczka, projektantka mody, autorka kolekcji



Agata Zjawińska, dziennikarka TVN



Agnieszka Sztymelska, Bartosz Sieradzki, TrainPRO



Anna Kądziela Grubman, Michał Grubman, Stowarzyszenie Kulturalne Hamulec Bezpieczeństwa



Dominika Burna, wakacje.pl, Justyna Salwin, restauracja L'Entre Villes



Ewelina Konieczka-Robakowska, producentka pokazu, William Malcolm, twórca oprawy muzycznej pokazu

SICKTUARY BY KATARZYNA KONIECZKA

W sobotę 24 października w przestrzeni dworca kolejowego w Sopocie miał miejsce pokaz mody projektantki Katarzyny Konieczki: SICKTUARY. Fantastyczne kreacje, modele, muzyka oraz aranżacja przestrzeni stworzyły razem spektakularne widowisko.



Grażyna Dudka, Grażyna Paturalska, projektantka mody



Klaudia Krause-Bacia, Michał Stankiewicz, Marta Blendowska, Joanna Bieńkowska, załoga Prestiżu Magazynu Trójmiejskiego



Katarzyna Konieczka, projektantka mody, autorka kolekcji, Ewelina Konieczka Robakowska, producentka pokazu



Magdalena Adamowska, reżyserka pokazu, Magdalena Czarzyńska-Jachim, prezydent Sopotu, Jan Jachim z osobą towarzyszącą



Michał Stankiewicz, redaktor naczelny Prestiżu Magazynu Trójmiejskiego, Zbigniew Canowiecki, prezes Pracodawców Pomorza



Mila Jankowska, aktorka, piosenkarka



Martyna Konopka, Derm-AL, Magdalena i Michał Kaczorowscy, właściciele portalu Trójmiasto.pl



Tomasz Jacyków, stylista, krytyk mody, Tomasz Stan, bloger modowy



Adam Chyliński, Tofu Studio, Jakub Bereźnicki, Agnieszka Bereźnicka, Hugon Jamroż, uczestnik 15. edycji Top Model, Natalia Bereźnicka

SZTUKA WIELU TWARZY W TRUE RESTAURANT

23 października w restauracji True odbyła się piąta odsłona cyklu "Sztuka Wielu Twarzy". Bohaterem wydarzenia był Oskar Zięta, projektant i artysta eksperymentujący z kształtowaniem metalu.

Fot. Natalia Kuna



Katarzyna Soltau, współwłaścicielka True, Oskar Zięta, projektant, architekt, Olga Kisiel-Konopka, OKK PR



Jarosław i Hanna Olszewscy



Wojciech Jaworski, właściciel Intuo Grupa Deweloperska, Agnieszka Kobus, kierownik usług pasażerskich premium, Port Lotniczy Gdańsk, Iwona Mikoś, Maison Store, Iwona Jaworska, projektantka mody, właścicielka marki Yavorska



Marta Szymczak, Nadia Langowska, MS Komunikacja



Kamil Domachowski, IFA Group, Joanna Polus, Your Art Maison gallery, Oskar Zięta



Markus i Katarzyan Soltau, współwłaściciele restauracji True, Anna i Jacek Foltarz, Zbigniew Nowak, prezes Grupy Nowak



Agnieszka Łangowska, współwłaścicielka True, Rafał Kopicki, szef kuchni True



Małgorzata Udała, manager Zieta Studio, Karolina Kotkowska, architekt, Marta Blendowska, Prestiż Magazyn Trójmiejski

MY STORY GDYNIA HOTEL MA JUŻ 5 LAT!

2 października My Story Gdynia Hotel świętował swoje 5 urodziny. Wieczór był szczególny również przez wzgląd na oficjalne otwarcie drugiej części hotelu, prezentującej nową, wyjątkową przestrzeń. To kolejny rozdział historii My Story, które konsekwentnie rozwija swoją ofertę łącząc, gościnność, dobry sen i elegancję.



Adam Rymarski, Paula Maksymiuk



Hanna Olszewska, Jolanta Darznik, dyrektor generalny My Story Gdynia Hotel, Bożena Niemczyk-Drania



Jakub Rzeźniczak, Paulina Rzeźniczak, Jolanta Darznik, dyrektor generalny My Story Gdynia Hotel, Adam Rymarski



Jolanta Darznik, dyrektor generalny My Story Gdynia Hotel, Adam Rymarski



Jolanta Darznik, dyrektor generalny My Story Gdynia Hotel, Tomasz Kamiński, Paula Maksymiuk, Adam Rymarski, Ewelina Kamińska



Jolanta Darznik, dyrektor generalny My Story Gdynia Hotel. Alicja Domańska, malarka, Hanna Olszewska, Ismena Warszawska, projektantka mody, Wiesia Warszawska, Aleksandra Staruszkiewicz, Prestiż Magazyn Trójmiejski



Olivier Janiak, prezenter, Andrzej Piaseczny, wokalista

Fot. Natalia Kuna



Radosław Pietrzak, zastępca burmistrza Pruszcza Gdańskiego, Rafał Olbiński, artysta



Rafał Olbiński, Szymon Zaremba, agent artysty



Dorota Tuźnik, Rafał Olbiński, Aneta Duraj

WERNISAŻ WYSTAWY „RAFAŁ OLBIŃSKI. TRZY ODSŁONY" W DOMU WIEDEMANNA

2 października w Domu Wiedemanna w Pruszczu Gdańskim odbył się uroczysty wernisaż wystawy Rafała Olbińskiego - malarza, ilustratora, grafika, plakacisty, a także rzeźbiarza.



Rafał Olbiński, artysta



Magdalena i Andrzej Tuźnik



Karolina Wilk-Przybojewska, Mariusz Przybojewski, galeria Wil-Art



Rafał Olbiński, artysta



Szymon Zaremba, agent artysty, Jacek Kucharski, Sopocki Dom Aukcyjny, Sylwia Modzelewska, Dom Wiedemanna, Rafał Olbiński, Bartosz Gondek, dyrektor Referatu Ekspozycji i Dziedzictwa Kulturowego UM Pruszcza Gdańskiego, Martyna Hołownia, artystka



Lucyna Borgula, dyrektor zarządzający NDI Development, Małgorzata Czarnecka-Szafrańska, przewodnicząca Rady Miasta Pruszcz Gdański, Izabela Balcerzak, dyrektor ds. komunikacji i PR w NDI Development



Marek Kozłow, Dom Wiedemanna, Lucyna Borgula, dyrektor zarządzający NDI Development



Bartosz Gondek, dyrektor Referatu Ekspozycji i Dziedzictwa Kulturowego UM Pruszcza Gdańskiego, Małgorzata Czarnecka-Szafrańska, przewodnicząca Rady Miasta Pruszcz Gdański, Rafał Olbiński, Radosław Pietrzak, zastępca burmistrza Pruszcza Gdańskiego



Szymon Zaremba, agent artysty, Martyna Hołownia, artystka

bądź *na bieżąco*



zamów prenumeratę

WYSYŁKA 12 WYDAŃ + WYDANIA SPECJALNE

telefonicznie: 791 971 399
mailowo: redakcja.trojmiasto@emsgroup.pl

znajdź Prestiż na mieście

GDAŃSK · SOPOT · GDYNIA

pełna lista punktów, w których znajdziesz Prestiż

KAMERALNIE

BUTIKOWE

domy, wille i kamienice
w wyjątkowych częściach Trójmiasta



Gdynia Orłowo, ul. Szturmanów 24 | dom

Zapraszamy na prezentację gotowego domu.

tel. 604 109 443
mail: jakub.sliz@kameralnie.com
www.kameralnie.com

KLINIKA PIOTROWIAK

Chirurgia bez iluzji



- implanty piersi
- podnoszenie piersi
- plastyka piersi
- lifting twarzy
- plastyka uszu
- plastyka powiek
- plastyka brzucha
- labioplastyka
- liposukcja
- powiększanie penisa

tel. 888 555 017
rejestracja@klinikapiotrowiak.pl
ul. Sowia 3, Suchy Dwór, k. Gdyni