prestiż

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 11 (2016 r.)

PIOTR STRAMOWSKI
wrażliwy twardziel

JOHN BORRELL
wojny, wino i wódka

KRZYSZTOF SABISZ
po Koronę Ziemi

WOJCIECH SMARZOWSKI

WIERZĘ W LUDZI! ALE TYLKO RANO

Nowa Klasa E.
Arcydzieło inteligencji.

Sprawdź innowacje Klasy E: **www.mercedes-benz.pl/nowa-klasa-e**

od 2099 PLN*

*Rata miesięczna netto dla Klasy E 220 d w programie finansowania Lease&Drive Basic dla przedsiębiorców (wpłata wstępna: 10% ceny pojazdu, okres umowy: 48 miesięcy, przebieg całkowity: 80 000 km). Oferta Mercedes-Benz Leasing Polska Sp. z o.o.

Mercedes-Benz
The best or nothing.

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

Znajdź nas na Facebook

TEL. 58 785 12 12 WWW.HOSSA.GDA.PL

CENTRALPARK

OD **5 850** ZŁ/M²

ODBIÓR: 2016

PIECEWSKA

JAŚKOWA DOLINA

KRUCZKOWSKIEGO

GRUNWALDZKA

NAD JAŚKOWĄ DOLINĄ

HOSSA
DEWELOPER NR 1

C.H. RIVIERA GDYNIA, UL. K.GÓRSKIEGO 2 SALON SWING STUDIO ALEJKA FRANCUSKA

C.H. RIVIERA GDYNIA, UL. K.GÓRSKIEGO 2 SALON SWING STUDIO ALEJKA FRANCUSKA

Idzie zima, ale dzieje się sporo. W polityce, rozrywce, show-biznesie... Również na naszym lokalnym podwórku. Ale dzisiaj nie o tym. Będzie o poważnym temacie. W Magazynie Prestiż, który trzymacie w rękach przeczytacie m.in. relację z kolejnej już aukcji charytatywnej Fundacji Między Niebem a Ziemią. Od kilku lat nasza redakcja wspiera tą fundację, która opiekuje się dziećmi śmiertelnie i nieuleczalnie chorymi. Przypadki ekstremalnie ciężkie. W zdecydowanej większości są to dzieci wychowywane w rozbitych rodzinach, zdarza się, że w ogóle bez rodziców. Fundacja opiekuje się całymi rodzinami, pomaga w rehabilitacji, nauce, zakupie sprzętów medycznych i sprzętów ułatwiających życie, opłaca rachunki, itp.

Aukcja w Olivia Business Centre zbiegła się w czasie z ogólnonarodową dyskusją o aborcji. Jedna strona krzyczy "Precz od naszych macic", druga odwołuje się do Boga i odpowiada "Wasze macice, dzieci Boga". I każą rodzić, nawet wtedy, gdy wiadomo, że dziecko urodzi się zdeformowane, niepełnosprawne w stopniu jakiego nawet nie jesteśmy sobie w stanie wyobrazić i nawet jeśli przeżyje, to resztę życia spędzi w stanie wegetatywnym.

Nie zamierzam roztrząsać kto ma racje, bo w sporach światopoglądowych - cytując klasyka - racja jest jak dupa, każdy ma swoją. I jest to zupełnie zrozumiałe. Obie strony tego sporu zaprosiłbym po prostu do domu babci Irenki, która od 18 lat, samotnie opiekuje się Dominikiem. Dominik nie mówi, nie chodzi, nie siedzi. Jest dzieckiem leżącym, przy którym trzeba być obecnym 24 h na dobę. Babcia Irenka jest z Dominikiem non - stop. Czasami marzy o tym, aby wyjść do sklepu bądź na spacer. Ale nie może.

Co zobaczą obie strony w domu babci Irenki i w tysiącach podobnych? Na pewno niewyobrażalne cierpienie. W zdecydowanej większości przypadków również biedę. Prozę życia rodziców, dziadków, opiekunów, którzy przez 24 godziny na dobę są przy swoich dzieciach. Nie mają czasu na sen, na pracę, na zabawę, na obejrzenie filmu, nie mają czasu na życie. Ale mają jedno, co ich przy życiu trzyma. Miłość do dziecka. Z tym uczuciem powinni zderzyć się ci, którzy najgłośniej krzyczą "Precz od naszych macic", z kolei warunki, w jakich ta miłość się hartuje powinni z bliska zobaczyć ci, którzy z bogiem na ustach żądają ubezwłasnowolnienia tychże macic.

Jest jeszcze trzecia strona, która powinna otworzyć oczy. To oczywiście jaśnie nam panujący. Ci, którzy żyją w tak wielkim odrealnieniu i oderwaniu od problemów zwykłych ludzi. Ich zaprosiłbym nie tylko do domu babci Irenki, ale też na aukcję Fundacji Między Niebem a Ziemią. Zobaczyliby grono dobrych ludzi autentycznie przejętych losem innych. Pomagających z dobroci serca, a nie z pobudek koniunkturalnych, znających problemy ludzi, którym pomagają i wiedzących, że ta ich konkretna pomoc jest systemowa.

Chciałbym wierzyć, że wtedy nikomu by nie przyszło do głowy jednorazowe 4 tysiące "trumienkowego", czy "gwałcikowego", jak już zaczęto określać rządową zapomogę zapisaną w ustawie "Za życiem" dla kobiety, która urodzi niepełnosprawne dziecko. Ileż tupetu trzeba mieć, aby na jednej szali postawić 4 tysiące złotych, na drugiej zaś wieloletnie cierpienie, ból, traumę. Dla porównania - 80 tys. zł. wydała niedawno premier Szydło na oświetlenie budynku Kancelarii Prezesa Rady Ministrów. A za nowe filiżanki do kancelarii zapłacono 29 tysięcy.

Chciałbym też wierzyć, że ktoś w końcu poszedłby po rozum do głowy i pozwoliłby rodzicom lub opiekunom dzieci niepełnosprawnych na podjęcie legalnej, dorywczej pracy, bez groźby odebrania zasiłku. Czyż to nie byłby piękny, jakże chrześcijański gest wobec tych wszystkich współczesnych Herosów, którzy poświęcają swoje życie dla dziecka?

I na koniec, chciałbym też wierzyć, że system umożliwi rodzicom i opiekunom powrót na rynek pracy po śmierci dziecka. Dziecko odchodzi, ale rodzice stają przed kolejnym wyzwaniem. Życie po, jest dla nich często jak zderzenie z rozpędzonym pociągiem.

Chciałbym wierzyć... ale już wiem, że ludzie potrzebują wiary w bogów, choćby dlatego, że tak trudno jest wierzyć w ludzi.

Jakub Jakubowski

MAGAZYN PRESTIŻ
MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

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

Redaktor Naczelny: Jakub Jakubowski

Redakcja: Max Radke, Czesław Romanowski, Klaudia Krause, Agata Rudnik, Matylda Promień, Marta Legieć, Marta Jaszczerska, Marcin Wiła, Michalina Domoń, Milena Śmiłek, Dagmara Rybicka - Rafalak, Paulina Błaszkiewicz, Natalia Dawszewska, Justyna Michalkiewicz - Waloszek

Dział foto: Mona Blank, Karol Kacperski, Krzysztof Nowosielski, Bartek Modelski
Sekretarz redakcji: Katarzyna Paduch
Skład gazety: Konrad Rószkowski

Dystrybucja: Nikodem Budrys
Dział sprzedaży i marketingu
Karolina Gacek, tel: 607 271 111
Krzysztof Nowosielski, tel.: 533 200 779
Karol Kacperski, tel.: 796 023 368
Katarzyna Okońska, tel: 533 263 881
Marta Blendowska, tel: 791 971 399

Redakcja nie odpowiada za treść reklam

www.facebook.com/prestiz.trojmiasto
www.issuu.com/prestiz

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

www.sopot.porsche.pl

Perfekcja w najczystrzym wydaniu.

Nowe Porsche Cayenne Platinum Edition.

PORSCHE

Porsche Centrum Sopot

Auto LELLEK GROUP
Al. Niepodległości 956
81-861 Sopot
Mail: porsche.sopot@lellek.com.pl
Tel. 58 551 911 0

W zależności od wariantu i wersji zużycia paliwa w cyklu łączonym od 3,4 do 9,8 l/100 km, emisja CO_2 od od 79 do 267 g/km.
Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie www.sopot.porsche.pl.

Na okładce: Wojciech Smarzowski Foto: Robert Laska

nr. 11/2016 (74) www.prestiztrojmiasto.pl

FELIETON

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

WYDARZENIA

16 MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ
18 HOLISTYCZNIE W QUADRILLE
20 W CZERNI DOMAŃSKIEJ
21 KAYAH DLA HOSPICJUM
22 PSYCHOLOGIA SUKCESU WG. GRZESIAKA
23 SZUKAJĄC GENTLEMANÓW
24 SZKOŁA ŻON I NIE-ŻON

TEMAT Z OKŁADKI

26 WOJCIECH SMARZOWSKI
ŻYCIE NIE SKŁADA SIĘTYLKO Z KRĘCENIA FILMÓW

LUDZIE

32 PIOTR STRAMOWSKI TWARDZIELO WRAŻLIWYM SERCU
36 JOHN BORRELL W ŻYCIU POTRZEBNE JEST SZCZĘŚCIE
40 Z MICHAŁEM WŚRÓD ZWIERZĄT - SPIRYTUS DLA SŁONIA

EKOLOGIA

42 FUNDACJA WWF POLSKA OGŁASZA LIVING PLANET REPORT 2016

PODRÓŻE

44 SEUL - ŻYCIE W STYLU GANGNAM

MOTORYZACJA

46 BMW 750LI - ELEGANCKI KAMERDYNER
48 MAZDA6 SPORT KOMBI 4X4
50 AUDI CENTRUM GDYNIA JUŻ OTWARTE TOROWA ŻMIJA, MIARCZYŃSKI W KLASIE V
51 HYBRYDY WYGRYWAJĄ

DESIGN

52 ORYGINALNOŚĆ I FUNKCJONALNOŚĆ
54 WNĘTRZA PUBLICZNE DOBRZE ZAPROJEKTOWANE HOTEL ALMOND
58 DON'T WORRY! ZMIENIMY TWOJE WNĘTRZE
60 NOWY HIT STOCZNI SUNREEF

MIEJSCA

62 NAGOŚĆ TO NATURA. SPORT TO ZDROWIE!
68 KRZYSZTOF SABISZ - W DRODZE PO KORONĘ ZIEMI
72 WYĄTKOWY DZIEŃ, WYJĄTKOWE PRZYGOTOWANIA
74 BESTBRANDSHOP - LUKSUSOWE MARKI W TRÓJMIESCIE
75 PRZYJĘCIA, KTÓRE DAJĄ SZCZĘŚCIE
76 TRÓJMIEJSCA - SYLWII GRUCHAŁY
77 APARTAMENTY WYPOCZYNKOWE SUN&SNOW

ZDROWIE I URODA

78 SPOSOBY NA MŁODĄ TWARZ
79 ZACHWYCAJ SPOJRZENIEM
80 GIMNASTYKA DLA MÓZGU
82 DR KAROLINA KONDEJ - OD DIETETYKA DO PLASTYKA
84 PROSTE ZĘBY W KAŻDYM WIEKU
86 JAK UTRZYMAĆ WŁASNE, ZDROWE ZĘBY PRZEZ CAŁE ŻYCIE? MY WIEMY JAK!
88 NOWOŚCI Z TARGÓW URODA
90 ROCCIALLI - PIĘKNO W ZASIĘGU RĘKI

MODA

95 PATRYCJA ZAREMBA GLAM - MINIMALIZM I TRADYCJA FORMY
100 MODOWE PODRÓŻE MICHAŁA STAROSTA STARY PEKIN, CZYLI OPOWIEŚCI Z DALEKIEGO WSCHODU
106 PHI CONCEPT
108 IDZIE ZIMA

KULINARIA

110 KUCHNIA SZEFA KUCHNI -
112 ŚWIĘTO STEKÓW, SMACZNIE I CHARYTATYWNIE
114 MIODOWE CENTRUM MIASTAU

KULTURA, SZTUKA i ROZRYWKA

116 PRESTIŻOWE IMPREZY
117 KLUB MUZYCZNY SCENA I RESTAURACJA SMAK MORZA MIEJSCE IDEALNE NA TWOJĄ IMPREZĘ
118 HISTORIA JEDNEJ PIOSENKI
120 KRZYSZTOF PACIOREK - ROCK&ROLL TOUR

BIZNES

124 KONTO DLA BOGACZA
126 PODNIEBNA PASJA, KTÓRA STWORZYŁA BIZNES
128 KUPUJ W DOBREJ CENIE I ZARABIAJ
130 RYNEK NORWESKIMA SWOJĄ SPECYFIKĘ
131 FIRMA W NORWEGII - TO PROSTE!
132 ADVA OPTICAL NETWORKING W TENSORZE

KRONIKA PRESTIŻU

134 PRAWNICY CHORYM DZIECIOM
135 OTWARCIE GALERII METROPOLIA, POLSKIE FIRMY W NORWEGII
136 NA OTWARCIU PREMIERE DENT, OTWARCIE BESTBRAND
137 KAYAH W FILHARMONII, OWOCE MORZA W PIĘKNYM WNĘTRZU

MedicoDent®

Klinika Stomatologiczno-Implantologiczna

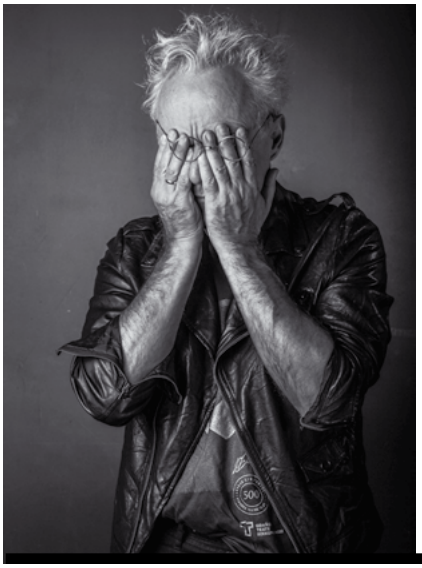
Zapraszamy do odwiedzenia naszej kliniki
Dr n. med. Aaron Basir Dr Iwona Dawlidowicz-Basir

Adres
ul. Starowiejska 24/2
81-363 Gdynia

Kontakt
+ 48 58 661 60 50
+ 48 517 919 715
klinika@medicodent.pl

Godziny otwarcia:
PN-PT 9:00 - 20:00

Z KURTYNĄ I BEZ



JERZY LIMON

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

PREKURSOR SZTUKI CIAŁA

Kiedy w 519 r. p.n.e. król Persów, Dariusz, dowiedział się o buncie Babilończyków, zebrał – jak podaje Herodot – „wszystkie swe siły i ruszył przeciw nim; dotarłszy do Babilonu, zaczął go oblegać, lecz mieszkańcy zupełnie nie przejmowali się oblężeniem… drwili sobie z Dariusza i jego wojska: „nasze miasto wtedy dopiero zajmiecie, gdy mulice porodzą młode". A wszystkim wiadome było, że mulice raczej nie mogą rodzić.

„Upłynął rok i siedem miesięcy, zniechęcił się Dariusz i całe wojsko, bo nie mogli wziąć Babilonu… [lecz] Oto w dwudziestym miesiącu Zopyrosowi zdarzył się następujący dziw: jedna z jego mulic porodziła młode". Zopyros bierze to za znak bogów i spełnienie wyroczni wrogów. Chcąc przezwyciężyć ogólne zniechęcenie, postanawia działać sam. Dokonuje czynu bulwersującego: obcina sobie nos i uszy, strzyże głowę na łyso (oznaka zbrodniarzy lub żałoby) i każe się wychłostać. Tak sponiewierany i pokaleczony, niczym ucharakteryzowany aktor, staje przed Dariuszem, który „zeskoczył z tronu, wydał okrzyk zgrozy i zapytał, kto go tak okaleczył i za co". Na co Zopyros przyznaje, że zrobił to sam, „nie mogąc znieść, żeby Babilończycy natrząsali się z Persów".

Człowiek pohańbiony traci twarz, co znajduje wyraz we frazeologii wielu języków. Do widoku okaleczonych twarzy Persowie byli z pewnością przyzwyczajeni, ale do samookaleczenia – nie. Oszpecenie staje się drastycznym znakiem hańby, która wbrew pozorom wypisana jest na twarzach wszystkich Persów. Staje się przeto widocznym i szokującym „tekstem". Jego siła polega właśnie na tym, że prowadzi do uogólnienia, dotyczy całego wojska. A to stanowi cechę dzisiejszej sztuki ciała, która pragnie stać się komunikatem dotyczącym wybranej zbiorowości ludzkiej, a nie jednostki, która swoje ciało wykorzystuje jako substancję dzieła.

Zopyros ma jednak dalszy plan: pójdzie do wrogów, uda, że uciekł przed Dariuszem, gdyż to jemu przypisze okaleczenie. Ma ono być znakiem prawdy słów. Zdobywszy zaufanie, podstępnie wpuści do Babilonu Persów. Jak zaplanował, tak zrobił: „Gdy go zobaczyli z wież, zbiegli w dół i zapytali go, kim jest i jakim celu przybył. On im odpowiedział, że jest Zopyrosem i przybywa do nich jako zbieg. Słysząc to, zaprowadzili go przed radę Babilończyków". Rada wierzy jego słowom i powierza mu dowództwo nad oddziałem wojskowym.

Jak wspomniałem, widać tu niezwykłe podobieństwo zamysłu Zopyrosa ze sztuką dzisiejszych czasów, rozmaitymi „działaniami" na twarzach i ciałach artystów, często niezrozumiałymi dla niewtajemniczonych. Na przykład francuska artystka Orlan ze swej zniekształconej chirurgicznie twarzy tworzy „tekst", walczący z kanonem kobiecej urody, tworem nie natury, lecz opresyjnego patriarchalnego społeczeństwa. "Reinkarnacja św. Orlan" polegała na wymodelowaniu skalpelem nowej twarzy artystki z fragmentów twarzy różnych kobiet ze znanych dzieł malarskich i rzeźbiarskich: nos wzięty był z Diany (Szkoła Fontainebleau), usta z Europy F. Bouchera, podbródek z Wenus S. Botticellego, a oczy z Psyche J. Gerome'a.

Transmitowane do galerii na świecie, operacje miały oprawę scenograficzną, z rekwizytami, muzyką, tańcem, no i personelem medycznym. Zapisy wideo można było potem kupić, wraz z pooperacyjnymi pozostałościami, zakrwawionymi tamponami, bandażami, a także wyciętymi podczas zabiegu kawałkami tkanki, skóry, tłuszczu, włosów artystki. Artystka dokonała też dalszych operacji, deformujących nawet jej waginę, „spreparowaną" do monstrualnych rozmiarów, pokrytą krwią menstruacyjną i farbą. Wszystko to miało na celu opór przeciw arbitralnie ustanowionym kanonom kobiecej urody – ikonom męskiego pożądania i męskiej wyobraźni.

Również i tu fakt, iż trwałe okaleczenie i zeszpecenie nie jest skutkiem choroby czy wypadku, lecz własnej nieprzymuszonej woli artystki, jest dla odbiorcy szokiem, dzięki któremu wzrasta siła rażenia komunikatu, zwraca uwagę na przyczyny tak drastycznego czynu. W intencji artystki „tekst" zoperowanej twarzy dotyczy już nie tylko jej samej, lecz wszystkich kobiet. Istota sztuki tego odłamu to zdolność przekształcenia znaczeń ciała z jednostkowych na powszechne, co prowadzi do stworzenia metafory.

Zopyrosowi nie przyszło jednak do głowy podawać się za artystę, a jego czynu nikt ze współczesnych nie uznałby za sztukę. Wszelako z dzisiejszego punktu widzenia, nie ma zasadniczej różnicy pomiędzy tym, co czyni dziś Orlan, a tym, co zrobił Zopyros kilka tysięcy lat temu. Są zatem powody, by uznać go za pierwszego, znanego z opisu artystę ciała. I to bardzo skutecznego, gdyż w przeciwieństwie do patriarchatu, Babilon padł. ■

©2016 Starwood Hotels & Resorts Worldwide, Inc. All Rights Reserved. Sheraton and their logos are the trademarks of Starwood Hotels & Resorts Worldwide, Inc., or its affiliates.
For full terms and conditions, visit sheraton.com/sopot.

Świąteczne Przyjęcia Biznesowe

JUŻ OD
80 PLN

To już ten czas, by pomyśleć o wyjątkowym przyjęciu świątecznym dla Twoich pracowników i klientów biznesowych. Elegancja wnętrz hotelu Sheraton w Sopocie oraz bogata oferta świątecznych pakietów z wybornym menu to gwarancja niezapomnianego wieczoru w prawdziwie świątecznej atmosferze.

Sheraton Sopot Hotel
Powstańców Warszawy 10

Rezerwacje: T. 58 767 16 70
konferencje.sopot@sheraton.com

KRZYWYM OKIEM

Michał Stankiewicz

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

Jesień nie ostudziła wcale nastrojów. Wprost przeciwnie – w polityce trwa karnawał jak w Rio. W Gdańsku, na zaproszenie Pawła Adamowicza, Trybunał Konstytucyjny obchodził swój jubileusz, po tym jak Sejm ograniczył budżet na obchody. Impreza tradycyjnie zebrała skrajne opinie – przeciwników angażowania się samorządu (także finansowo) w rozgrywki polityczne oraz zwolenników uważających, że gdy praworządność jest zagrożona to samorząd ma prawo podejmować tego typu inicjatywy. Zgodnie z przewidywaniami w uroczystościach nie wzięli udziału przedstawiciele administracji państwowej, co skrzętnie wytknęli organizatorzy.

Tak czy siak, na gdańskich obchodach korzystały obydwie strony. Najwięcej dyskusji wywołały finanse imprezy. Ratusz podał kwotę 87 tys. zł, z czego 55 tys. zł od prywatnych darczyńców, 22 tys. zł Fundacja Konrada Adenauera i 10 tys. z miejskiej kasy. Rozliczenie ucieszyło polityków PiS. Niemcy finansujący polski trybunał – to zabrzmiało jak prezent.

Wisienką na torcie było nieujawnienie w ogóle części darczyńców, co dla każdego sądu, nie tylko trybunału, jest kłopotliwe. Druga strona też starała się wykorzystać jubileusz. Paweł Adamowicz wskazywał na nieobecność przedstawicieli administracji publicznej, podkreślając, że najważniejsze osoby w państwie dostały stosowne zaproszenia, prof. Andrzej Rzepliński komplementował go i Gdańsk jako miasto walki o wolność.

Trybunałowa rozgrywka pokazała – nie po raz pierwszy oczywiście – także inną rzeczywistość. Dotyczącą mediów. W trakcie konferencji prasowej doszło do wymiany zdań pomiędzy dziennikarką gdańskiej TVP, a Pawłem Adamowiczem. Dziennikarka pytała się o polityczny charakter jubileuszu. Prezydent w odpowiedzi wytknął jej, że ma związek z PiS, bo szefem telewizji jest Jarosław Kurski. Nikt z dziennikarzy nie zareagował.

Nie mam zamiaru bronić TVP, która jest mocno upolityczniona, ale obok tych „politycznych" pracuje w niej także wielu dobrych, normalnych dziennikarzy. Tutaj wniosek jest inny. Kilka lat temu, a tak naprawdę przed niszczącą kraj erą POPiS, taka sytuacja byłaby nie do pomyślenia. Żaden polityk nie ośmieliłby się tak odpowiedzieć dziennikarzowi. A gdyby ośmielił, spotkałby się zapewne z ostrą reakcją.

Zmiany w Lotosie. Z funkcji prezesa odwołano Roberta Pietryszyna. Pietryszyn do spółki trafił w grudniu 2015 roku, dokładnie do rady nadzorczej. Na stanowisko prezesa powołano go sześć miesięcy później, bo w maju 2016. Teraz zastąpi go Marcin Jastrzębski, który z kolei do rady nadzorczej Lotosu trafił sześć miesięcy temu, bo w kwietniu tego roku. Jeżeli przyjąć zmiany kadrowe jako regułę matematyczną kolejnej można spodziewać się wiosną 2017.

Nie będzie na razie nowej drogi S6 w części łączącej Koszalin z Gdańskiem. Ma za to powstać S11 do Koszalina, by ułatwić dojazd letnikom do Mielna. Jak powiedział w Radiu Gdańsk Kazimierz Smoliński, Minister Infrastruktury i Budownictwa, na S6 jest mały ruch, więc może poczekać. Jeżdżę tą drogą dość często. W zasadzie wlokę się za sznurami ciężarówek, ciągników, autobusów i innych pojazdów. Przebijam przez miejscowości i miasteczka.

Trasa Trójmiasto – Szczecin to dzisiaj jedna z najtrudniejszych tras w Polsce, bo niezwykle ruchliwa w stosunku do jej parametrów. W ciągu 20 lat dorobiła się jedynie obwodnicy Goleniowa, Nowogardu i Słupska. Najświeższą, wielką zmianą jest wybudowanie na jej przebiegu małego ronda w środku Lęborka. Inne zmiany ostatnich lat to zwiększenie miejsc z ograniczeniem prędkości, pociągnięcie przez połowę trasy podwójnej ciągłej linii i postawienie dwóch McDonalds'ów koło Goleniowa.

O tym jak ważna jest S6 nikogo nie trzeba przekonywać. Ostatni przykład. Pod Słupskiem, w Dolinie Charlotty od lat organizowany jest Festiwal Legend Rocka. Niedawno rozmawiałem z głównym organizatorem. Z roku na rok pod Słupsk zjeżdżają coraz większe gwiazdy – Santana, Deep Purple, czy Bob Dylan. Publiczności nie brakuje, pieniądze są, infrastruktura na miejscu też, a organizacja na najwyższym poziomie. Jedno jest niezmienne – jak dojechać szybko z lotniska w Gdańsku. Okazuje się, że dla takiego festiwalu, który obsługuje światowe gwiazdy właśnie to może być największym wyzwaniem.

Skoro już jesteśmy przy Bobie Dylanie, świeżo upieczonym nobliście. Artysta zasłynął ostatnio gdy dość długo kazał czekać Królewskiej Akademii na swoją reakcję. Przyjmie Nobla czy też nie? Ostatecznie przyjął. Zdaniem Mirosława Wawrowskiego, organizatora festiwalu, nie powinno to dziwić. „W 2015 roku gościłem Roberta Planta, pojechałem, standardowo na lotnisko, przestraszony, bo Plant bywa chimeryczny i ma fochy. No i jak zwykle obawiałem się przejazdu z Gdańska do Słupska, że potrwa 3 godziny. Powitałem go słowami: czekałem na ciebie tyle lat. A on na to: czekałeś aż stanieję. Jak się okazało był też dowcipny. Dojechaliśmy do mnie, namówiłem go na kolację podczas której opowiedział mi historię jak to Dylan z Markiem Knopflerem nagrywali płytę w Nowym Jorku. Nagrali i owszem, ale przez cały ten miesiąc nagrywania Dylan nie odezwał się do Knopflera ani słowem. Taki jest właśnie Dylan" – opowiedział w wywiadzie dla „Rz".

Na koniec najważniejsza informacja. Renata Kaczoruk odpadła z Azja Express. ■

Pinakoteka
design

autorski projekt

podwójna rama

szkło muzealne

włoskie materiały

oprawa przestrzenna

welurowe passe-partout

praca doświadczonego zespołu

Gdańsk, ul. mjr Słabego 4
tel. 58 340 60 60

Gdańsk, Rajska 10
tel. 58 333 78 90

Sopot, Al. Niepodległości 735
tel. 58 350 82 82

Kunszt. Jakość. Pasja.

www.pinakoteka.pl

KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE

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

GOD BLESS FACEBOOK

Wiem, już o tym pisałem. Nastały jednak czasy kiedy musimy zacząć tolerować pewne zjawiska. Mam na myśli nosy w smartfonach. Dla mnie i wielu moich znajomych ludzie, z którymi wspólnie spędzamy czas, a oni 90% tego czasu kostycznie, elektrycznie, panicznie spędzają w sieci, są zwyczajnie uzależnieni. A uzależnienie to też choroba, więc chyba mamy problem.

No właśnie, czy w środowisku lekarskim już dyskutuje się o nowej chorobie - facephemia, webphemia? Dziś każda, najmniejsza paczka znajomych ma kogoś, kto mieszka w sieci. Mieszka czyli NON STOP taksuje bezmyślnie, nieustannie miliony informacji. Irytujące? Owszem, nawet niepokojące. No ale trzeba się troszkę pochylić nad zagadnieniem, a nie napiętnować.

Kiedy pojawił się pierwszy "ajfon" ludzie oszaleli. To był duży przełom technologiczny i społeczny. Pamiętam jak prześcigano się w kolejnych modelach i każdy kto go już miał był "kul". Dziś bez tego urządzenia większość nie potrafi żyć. Kiedy się psuje zaczyna się panika. Kiedy tracimy zasięg stajemy się nerwowi. W restauracji zawsze niemal jednocześnie pytamy o wolny stolik i WiFi. Zastanawiam się kiedy powstanie pierwsza knajpa, gdzie ludzie legalnie, bez karcących spojrzeń i uwag będą mogli przy jednym stole, bez przerwy gapić się w ekran swoich smartfonów. Mleko się rozlało i nie ma co drzeć kotów. Naturalnie się podzielimy, jak ci, którzy stale wychodzą na fajkę na balkon czy do palarni.

Nasza Klasa – polski fenomen. Ludzie oszaleli, chcieli zobaczyć jak wyglądają ich starzy znajomi z podstawówki. Niemal każdy z tego korzystał, aż nagle portal przeistoczył się w scenę. Kiedy po roku pierwszy raz tam zajrzałem miałem wrażenie, że wszyscy moi znajomi z klasy non stop są na wakacjach, a ich dzieci są nominowani do nagrody Nobla. Dziś to już historia, bo jest "fejs", o znacznie większym zasięgu i możliwościach.

Scena, lokalny "fejm" dla tych, o których nikt nie słyszał, których życie jest raczej przeciętne i nie mają zbyt wiele do zaoferowania. Czy to źle? Uważam, że nie bo wszystko jest dla ludzi. Każdy powinien robić to co uważa za stosowne. Ale czy naprawdę fajne jest pokazywanie nagrobków swoich najbliższych, bo akurat zbliża się 1 listopada?

Czy informowanie o śmierci ukochanego tatusia, którego znały tylko trzy osoby z grona znajomych nie jest niczym innym jak tanie zaistnienie w sieci i czekanie na kondolencje, mierząc je ilością RIP-ów? Śmierć osoby bliskiej to sprawa osobista, a nie część fejsbukowego fejmu. No i co mnie obchodzi, że Waldek właśnie jest w pobliżu. No chyba, że nie lubię Waldka. A co będzie jak małżonce Waldka wyświetli się, że jest w pobliżu z Kasią? To nawet zabawne będzie, choć potem w sądzie już mniej.

Nie zapominajcie jednak, że wasz profil na fejsie to wasze cv, opis waszego stylu życia, zamożności, zwyczajów, poglądów. Może wam to na razie nie przyjść do głowy, ale to kwestia czasu kiedy lokalni doliniarze zostaną zastąpieni przez bardziej zorganizowane grupy. Zanim rąbną wam z domu laptopa, rower czy plazmę, będą miesiącami obserwować wasze profile. Stworzą własną bazę „klientów" i zacznie się nowa era kradzieży oraz napadów.

Jeśli pani lub Pan X codziennie oznacza się gdzie przebywa, w jakich restauracjach się stołuje, czym jeździ, gdzie spędza wakacje, z kim śpi i z kim właśnie przestał spać oraz kogo zna, oznacza to dla potencjalnego złodzieja wszystko. Wie kiedy „wpaść" po swoje", co zabrać i ile ma na to czasu, gdyż pani akurat zalogowała się w Klifie i wiadomo, że średnio spędza tam 2-3 godz. Zresztą, jak z niego wyjedzie, to też to zakomunikuje zdjęciem zakupów.

Pierwszego "ajfona" nabyłem 7 lat po jego pojawieniu się. Jakoś nigdy nie miałem pierwszych szwedzkich klumpów, kurtek papierówek, pumpów, komórek i plazm. Dziś nie mam nawet zmywarki z WiFi. Ale mam kilkanaście kont na fejsie. Dziękuję Markowi Z. za to, że stworzył facebook. Dał mi genialne, niemal darmowe narzędzie do poruszania się w coraz szybszym świecie. Czuję się w nim jak w centrum dowodzenia. Wystarczy was tam obserwować by potem podejmować odpowiednie działania. God bless facebook. ■

GDYNIA UL. FOLWARCZNA 2 P: +48 (58) 351 0 320 WWW.QUADRILLE.PL

Zachwyć jędrnym ciałem na Święta,
zgub kilka centymetrów przed Sylwestrem

Med2Contour Medical — precyzyjnie dobrany program odnowy przynoszący spektakularne efekty w krótkim czasie do końca roku w atrakcyjnej promocyjnej cenie 1100 zł*

*w ofercie: 2 zabiegi Med2Contour, 3 Endermologie oraz skan sylwetki 3D

Quadrille · Spa

MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

136.300 zł!!! Taką kwotę zebrano na rzecz fundacji Między Niebem a Ziemią podczas aukcji charytatywnej w Sky Club'ie Olivia Business Centre. Aukcja kierowana przede wszystkim do środowiska prawniczego po raz kolejny dowiodła, że prawnikom nie można odmówić serca, wrażliwości i hojności.

Aukcja charytatywna Fundacji Między Niebem a Ziemią na stałe wpisała się już w jesienny kalendarz wydarzeń w Trójmieście. Aukcja kierowana przede wszystkim do środowiska prawniczego po raz kolejny dowiodła, że prawnikom nie można odmówić serca, wrażliwości i hojności.

Fundacja, założona przez prawniczkę Sylwię Zarzycką, ma pod opieką kilkadziesiąt dzieci śmiertelnie i nieuleczalnie chorych. W zdecydowanej większości są to dzieci wychowywane w rozbitych rodzinach, zdarza się, że w ogóle bez rodziców. Fundacja opiekuje się całymi rodzinami, pomaga w rehabilitacji, nauce, zakupie sprzętów medycznych i sprzętów ułatwiających życie, opłaca rachunki, itp.

Pieniądze zbierane są poprzez aukcje charytatywne, ale też dzięki akcjom specjalnym. W tym roku jest to akcja "Życie jest podróżą", a jej zwieńczeniem jest wyjątkowa książka z wywiadami i opisami inspirujących wypraw w dalekie i bliskie zakątki świata. Książkę można zamówić bezpośrednio z fundacji pod adresem fundacja@miedzyniebemaziemia.pl.

Magazyn Prestiż od lat wspiera Fundację Między Niebem a Ziemią promując jej działalność oraz fundując na coroczną aukcję wywiady i sesje zdjęciowe publikowana na łamach Prestiżu. W tym roku ufundowaliśmy na aukcję wywiad i profesjonalną sesję zdjęciową dla osoby indywidualne lub firmy bądź też możliwość wcielenia się w rolę dziennikarza i przeprowadzenie wywiadu ze znaną osobą. Prestiżowy pakiet wylicytowano za 9500 zł.

Licytowano także wiele innych ciekawych przedmiotów. Najwyższą kwotę, 13.500 zł zaproponowano za koszulkę z podpisami zawodników Lechii Gdańsk oraz zaproszenie do loży Lechii Gdańsk dla 4 osób z prawem do eskorty dziecięcej wybranego zawodnika na wybranym meczu.

Za indywidualny trening z Iwoną Guzowską zapłacono 9000 zł, czapka Justyny Kowalczyk z autografem zmieniła właściciela za 8500 zł. Taką samą kwotę uzyskano za piłkę Euro 2016 z podpisami polskich piłkarzy oraz za dwudniowy pobyt w Hanza Pałac Welness & SPA. Niezwykle klimatyczny wydruk na płótnie przedstawiający uśmiechniętą Kubankę, ufundowany przez BoConcept Gdynia, kosztował nowego właściciela 8000 zł. mp

PRESTIŻ PATRONUJE

fot. Krzysztof Nowosielski

Sylwia Zarzycka, prezes Fundacji Między Niebem a Ziemią

Marcin Żebrowski w czapce Justyny Kowalczyk

Przedmioty ufundowane na licytację

Książka "Życie jest podróżą"

Obraz "Kubanka z cygarem" ufundowany przez BoConcept Gdynia

Haffner

Business & Pleasure

★ ★ ★ ★

Podaruj chwilę wytchnienia...

Wyjątkowa oferta świątecznych podarunków dostępna na stronie:

*www.hotelhaffner.pl/**podarunki***

Hotel Haffner, Sopot, ul. Haffnera 59
tel.: + 48 58 550 99 99

HOLISTYCZNIE W QUADRILLE

Holistyczne podejście do człowieka, dbanie nie tylko o ciało, ale też o duszę i umysł - według takiej filozofii zrelaksujemy się w Quadrille Conference & Spa w Gdyni Orłowie. Nowe oblicze Spa zaprezentowano podczas hucznej imprezy połączonej ze śniadaniem serwowanym przez restaurację Biały Królik.

Zdrowie człowieka, w holistyczne podejściu, postrzegane jest jako naturalny stan równowagi wszystkich systemów organizmu. Taką równowagę wraz z dążeniem do jej utrzymania nazywamy homeostazą. Mamy wtedy do czynienia z harmonijnym przepływem energii w całym organizmie, zarówno w jego aspekcie fizycznym jak i energetycznym. Czujemy się po prostu zdrowi, zrównoważeni, pełni energii witalnej i szczęśliwi.

Tacy mamy się też czuć po wizycie w Quadrille, a pomóc mają nam w tym nowe zabiegi dopasowane do holistycznej filozofii życia. Jednym z takich zabiegów jest masaż dźwiękiem mis tybetańskich. Zaprezentował go muzyk i terapeuta Jakub Leonowicz.

- Wszyscy mamy jakieś blokady powodujące bóle, napięcia i sztywność. Masaż misami pomaga właściwie na wszystkie dolegliwości, które zgodnie z medycyną azjatycką są wynikiem zaburzeń przepływu energii. Wystarczy więc udrożnić kanały którymi płynie energia, by być zdrowym i właśnie masaż misami otwiera te kanały, dzięki czemu poprawia się nastrój i nastawienie do życia, powraca spokój wewnętrzny, większe poczucie bezpieczeństwa i pewność siebie - mówi Jakub Leonowicz.

Do zaburzeń przepływu energii odwoływał się też masaż shiatsu. To japońska sztuka terapeutyczna łączącą tysiącletnie techniki akupresurowe z nowoczesnymi metodami masażu. Shiatsu nazywany jest niekiedy „akupunkturą bez igieł" i ma za zadanie odblokować meridiany (kanały energetyczne), przywracając organizmowi naturalną równowagę i harmonię.

Dużym zainteresowaniem cieszył się też skaner 3D FitCraft 360. Dzięki niemu można wykonać model ciała przed rozpoczęciem programu treningowego i w jego trakcie obserwować jak zmienia się twoje ciało. Podczas prezentacji goście mogli zapoznać się również z najnowocześniejszymi urządzeniami kosmetologicznymi i laserami.

Nie zabrakło też pokazu mody marki Bunny The Star w połączeniu z biżuterią Selfie. Najnowszą kolekcję torebek pokazała też trójmiejska firma Mia Mia. Porad stylizacyjnych udzielały Katarzyna Kobiela i Katarzyna Krajewska - Turyczyn z Wysokiej Szpilki, a imprezę zwieńczył koncert grupy Pullover. mp

fot. Karol Kacperski

Anna Lewit, dyrektor Quadrille Conference & Spa

Mise tybetańskie do masażu falą dźwiękową

Zabieg na dłonie

Efekty sesji zdjęciowych w Quadrille

Najnowsza kolekcja Bunny The Star

AWANPORT

APARTAMENTY

Bądź częścią nowej historii Gdyni. Zamieszkaj w apartamentach z widokiem na morze. W samym centrum, w nowej, prestiżowej dzielnicy Sea City. Znajdziesz tu spokój i wygodę z dostępem do wszystkich atrakcji miasta. Nowoczesna architektura budynku idealnie współgra z otoczeniem, czerpiąc z modernistycznej tradycji miasta i jego morskich korzeni.

AB INWESTOR

SEA CITY

tel. 58 621 74 74

www.**awan**port.pl

W CZERNI DOMAŃSKIEJ

„Insomnia Noir" to nazwa najnowszej wystawy obrazów Alicji Anny Domańskiej, którą można oglądać w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie. Na 30 płótnach stworzonych przez sopocką artystkę dominuje kolor czarny, szarości, beże i biel.

„Największą życiową i twórczą inspiracją artystki pozostaje czerń. Jest ona jej światem, jej celem i drogą; punktem wyjścia i punktem dojścia. Mówi się, że czerń to połączenie wszystkich kolorów. Może stąd jej siła i symboliczność. Alicja Domańska lubi się w niej zanurzać i nigdy zdaje się nią nie nudzić. Odmienia ją przez wszystkie przypadki i mówi, że jej odmian może być nieskończona wielość"– napisał o dziełach artystki Bogusław Deptuła, kurator wystawy.

Alicja Domańska to absolwentka ASP w Gdańsku. Ma za sobą wiele wystaw, m.in. w Warszawie, Trójmieście, Krakowie, Paryżu, Londynie, Berlinie. Nie boi się eksperymentów i łączenia sztuk. W Trójmieście można było m.in. oglądać jej wspólny projekt muzyczno - malarski z Johnem Porterem. Na uroczystym wernisażu – oprócz miłośników malarstwa, oficjeli, nie zabrakło artystów i muzyków. ms

PRESTIŻ PATRONUJE

fot. Fotbank/PGS

Alicja Domańska z Waldemarem Tkaczykiem i Grzegorzem Skawińskim

Wystawa "Insomnia Noir" w PGS

REKLAMA

Petite Perle

ZABIEGI LASEREM

Soprano*ice*™

- bezbolesna depilacja laserowa
- termolifting

godziny otwarcia
pn-pt 9:00-21:00
sobota 9:00-15:00

tel. +48 (58) 355 22 11
www.petiteperle.pl
fb/SalonPetitePerle

Salon Kosmetyczny Petite Perle
ul. M. Beniowskiego 51
Gdańsk Oliwa

PRESTIŻ PATRONUJE

Kayah

Fot. Karol Kacperski

Koszulka Roberta Lewandowskiego wylicytowana za 4444 zł

KAYAH DLA HOSPICJUM

Po raz 11 zabrzmiały w Filharmonii Bałtyckiej "Głosy dla Hospicjów". Gwiazdą tradycyjnego koncertu organizowanego przez Fundację Hospicyjną była Kayah, która zaprezentowała publiczności swoje największe przeboje.

Publiczność doskonale się bawiła w rytm dobrze znanych przebojów. Nie zabrakło muzyki żydowskiej i bałkańskiej, znanej z duetu z Goranem Bregovicem. W holach Filharmonii odbyła się też aukcja charytatywna. Najwięcej, bo 4444 zł wylicytowano za koszulkę Roberta Lewandowskiego. Dochód z koncertu zostanie przeznaczony na zakup sprzętu medycznego dla podopiecznych Domowego Hospicjum dla Dzieci im. ks. E. Dutkiewicza SAC w Gdańsku.

- Obecnie w gdańskim hospicjum jest ich 33, od niemowląt po 18-latki. Wszystkie cierpią na nieuleczalne i przewlekłe choroby genetyczne. Ich walka to dla nas niewyczerpane źródło przykładów męstwa i optymizmu, a także wielkiego szacunku do życia. Bo hospicjum to też życie, może nawet przede wszystkim - mówi Alicja Stolarczyk, prezes zarządu Fundacji Hospicyjnej.

Ale jest jeszcze jeden ważny aspekt tegorocznej kampanii „Hospicjum to też Życie". W tym roku prowadzona jest ona pod hasłem „Opiekun rodzinny - samotny bohater?". Akcja ma na celu wsparcie osób, które na co dzień, często przez długie lata, kosztem swoich planów i ambicji, zajmują się ciężko chorymi bliskimi.

mp

REKLAMA

PSYCHOLOGIA SUKCESU WG. GRZESIAKA

PRESTIŻ PATRONUJE

fot. Krzysztof Nowosielski

Skoncentrowany umysł, efektywne działanie, kontrola emocji, silna osobowość oraz zrealizowane cele - to zewnętrzne oznaki sposobu myślenia ludzi, którzy regularnie odnoszą sukcesy. Gdy zaczniesz myśleć jak oni to efekty w twoim życiu staną się błyskawicznie zauważalne - przekonywał Mateusz Grzesiak, trener rozwoju osobistego. Był on gościem specjalnym konferencji "Psychologia sukcesu" zorganizowanej w Amber Expo.

Impreza zgromadziła ludzi pragnących podnieść swoje kompetencje, poszukujących zasad i technik, które pomagają w osiągnięciu sukcesu w każdej dziedzinie życia. Jak każda dyscyplina, tak i psychologia sukcesu bazuje na określonych fundamentach. Ten tzw. mindset, czyli podejście, to kamień węgielny całej dziedziny.

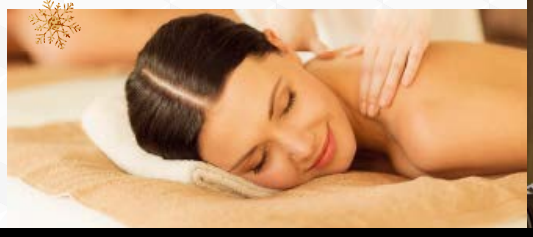
- Najważniejsza jest pasja. Ci, którzy ją czują, nie przepracują ani jednego dnia w życiu i traktują pracoholizm jako mit. To odnalezienie tego, co się lubi i poświęcenie temu swojego życia. To indywidualna kreacja i stworzenie sobie zawodu – w przeciwieństwie do urzeczywistniania czyjegoś pomysłu na swoje życie - mówił Mateusz Grzesiak.

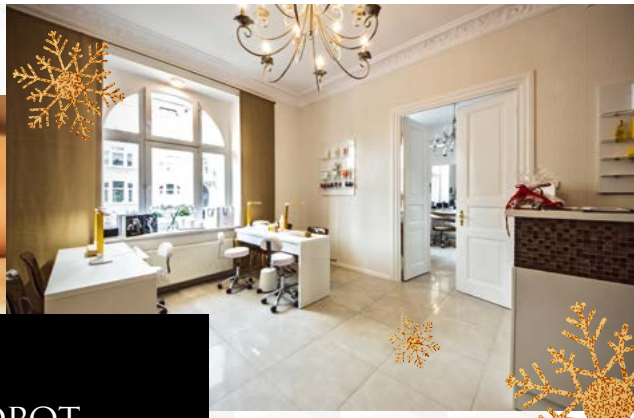
Po pasji następnym determinantem sukcesu okazuje się pomaganie innym. Nie dość, że daje to wielką motywację, to dodatkowo sprzyja finansom – wszyscy chętnie płacimy tym, którzy bardziej myślą o nas, niż o sobie. Altruizm wpływa też pozytywnie na produkcję endorfin – hormonów szczęścia.

- Trzecim aspektem jest długotrwała praca – nie ma się co oszukiwać, sukces jest zarezerwowany dla pracusiów. Przykład: 60% światowych miliarderów pracuje ponad 60 godzin tygodniowo! Jak mówił Arnold Schwarzenegger, jeśli śpisz więcej niż 6 godzin, to śpij szybciej! - mówił Mateusz Grzesiak.

Następną cechą ludzi sukcesu jest skupienie na jednej rzeczy – zamiast robić ich wiele, trzeba wziąć pod uwagę, że nie można być dobrym we wszystkim i że znacznie łatwiej jest zostać mistrzem w jednej dziedzinie. Kolejnymi cechami są powtarzanie i nawykowe działanie – by twoje umiejętności nabrały cech mistrzowskich, musisz systematycznie je ćwiczyć. Trzeba też pamiętać o konieczności samodoskonalenia – ci ludzie, którzy stawiają na bycie lepszym i na rozwój umiejętności miękkich, są zdecydowanie bardziej predysponowani do osiągania sukcesu. mg

REKLAMA





PODARUJ LUKSUS BLISKIEJ OSOBIE...
VOUCHERY UPOMINKOWE W SALONIE SOPOT

IDEALNY POMYSŁ NA WSPANIAŁY PREZENT

SALON SOPOT
FRYZJERSTWO & KOSMETYKA

(+48) 58 717 52 77
(+48) 732 622 522

AL. NIEPODLEGŁOŚCI 775/1
81-805 SOPOT

PON.- PT.: 8:00-20:00
SOB.: 8:00-18:00
ND.: 10:00-16:00

SZUKAJĄC GENTLEMANÓW

Stworzenie nowego pokolenia gentlemanów w Polsce - taka jest idea Klubu Gentlemana. Inicjatywa narodziła się w Trójmieście a jej ojcem jest biznesman z branży odzieżowej Michał Chmieliński. Działalność klubu zainaugurowano podczas Kongresu Gentlemanów w sopockiej Villi Antonina.

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Krzysztof Nowosielski

Michał Chmieliński, założyciel Klubu Gentlemana

Goście wysłuchali m.in. prelekcji Jana Adamskiego, jednego z najbardziej znanych i charakterystycznych polskich blogerów piszących o modzie męskiej oraz problemach i absurdach współczesnego świata. Ten 63-latek jest synonimem elegancji i dobrego smaku, autorytetem i gwiazdą mediów społecznościowych.

O zmieniającym się świecie i przystosowaniu jednostki do tych zmian opowiadał Mikołaj Kijewski, przedsiębiorca, praktyk sprzedaży, motywator i szkoleniowiec. O perspektywach rozwoju Perfect Gentleman Club opowiedział zaś Michał Chmieliński, pomysłodawca klubu i właściciel marki King's Field.

- Moim marzeniem i wizją jest aby cała Polska wyglądała jak Warszawa przed wojną. Gentlemani w garniturach, kapeluszach i pod krawatem. Wiem, że podjąłem się arcytrudnego zadania, wystarczy spojrzeć jak wygląda moda na polskich ulicach, ale wiem też, że tylko wariaci zmieniają świat - mówi Michał Chmieliński.

Według założyciela klubu, współczesny gentleman to przede wszystkim mężczyzna, który potrafi znaleźć się w każdej sytuacji. To człowiek z zasadami, zawsze elegancki w zachowaniu i ubiorze.

- Maniery na wysokim poziomie oczywiście nie oznaczają, że taki mężczyzna jest zniewieściały. Ma swoje zdanie i stawia granice, których potrafi bronić. Co do ubioru mam pewną zależność: nie każdy elegant jest gentlemanem, ale każdy gentleman powinien być elegantem. Przyjęło się mówić, że garnitur to zbroja współczesnego gentlemana - podkreśla Michał Chmieliński.

W rozwoju klubu pomóc mają cykliczne Kongresy Gentlemanów. Będą one upływać zarówno pod znakiem edukacji i biznesowego networkingu, ale też chodzi o to by przyjemnie spędzać czas. Nie zabraknie gry w golfa, tenisa, strzelectwa sportowego, jazdy konnej, żeglowania, wspólnych wyjazdów na narty, degustacji win, whisky i cygar. mp

REKLAMA

SZKOŁA ŻON I NIE-ŻON

PRESTIŻ PATRONUJE

Jest takie miejsce, w którym grzeczne żony i nie-żony spędzają czas z dala od mężczyzn, aby popracować nad sobą i... trochę poświntuszyć. Jeszcze do niedawna był to jedynie wytwór wyobraźni pisarki Magdaleny Witkiewicz. Ten erotyczny bestseller pt. "Szkoła żon", dzisiaj nabrał realnego kształtu, ponieważ podobna szkoła żon (i nie-żon) istnieje naprawdę.

Ćwiczenie mięśni Kegla pod okiem Joanny Keszki

Zanim jednak w szkole żon wybrzmi pierwszy dzwonek, organizatorki całego przedsięwzięcia odwiedzają polskie miasta, aby dać kobietom przedsmak i zachęcić do szkolnych zapisów. Gdańskie spotkanie odbyło się w eleganckich wnętrzach hotelu Mercure i przyciągnęło prawie 200 kobiet. Panie wzięły udział w trzech lekcjach, na których osobiście poznały nauczycielki szkoły: autorkę powieści Magdalenę Witkiewicz, trenerkę rozwoju osobistego Ewę Makowską oraz redaktorkę naczelną portalu barbarella.pl, Joannę Keszkę.

Na pierwszej lekcji kobiety poznały kulisy powstawania powieści obyczajowo - erotycznej „Szkoła żon". Jak się okazało, dla jej autorki, dawnej ekonomistki, nie było to takie proste. Gdy przyszła propozycja napisania książki, ze wstydu najpierw nie chciała jej przyjąć, a później wymyśliła, że ją napisze, ale pod pseudonimem.

Myślałam, że tę książkę zamiotę pod dywan, żeby nikt jej nie widział. Bo co na to powie moja mama i mój dziadek. Ja, matka dwójki dzieci, grzeczna żona i powieść erotyczna - mówiła o trudnych początkach autorka powieści.

Na drugiej lekcji, panie wzięły udział w treningu samoobrony umysłu. Dzięki trener Ewie Makowskiej, kobiety dowiedziały się, jak brać odpowiedzialność za siebie i skupić się na pozytywnych aspektach otaczającej rzeczywistości. Podczas krótkiej medytacji, odprawiły nawet swojego wewnętrznego krytyka, który towarzyszył im od dnia narodzin.

Dobra żona wie, że nigdy nie jest za późno czy za wcześnie. W każdym momencie ma apetyt na smakowanie życia. Wybiera to, czego chce i ma swój własny, trzeci wymiar. To może być cokolwiek, co daje moment zatrzymania się i bycia tylko ze sobą - przekonywała Ewa Makowska.

Trzecie spotkanie krążyło wokół zdrowia i erotycznych gadżetów, które przyniosła ze sobą twórczyni portalu barbarella.pl, Joanna Keszka. Wyzwolona nauczycielka opowiadała o tym, jak zaprzyjaźnić się z kobiecą seksualnością i dbać o mięśnie Kegla. Nie obyło się bez ćwiczeń praktycznych, wzmacniających te ważne partie mięśniowe.

Z seksem jest jak z życiem, co sprawdza się w życiu, sprawdza się również w seksie. A w jednym i drugim ważne jest poczucie humoru - mówiła bez skrępowania.

Inicjatorkami przedsięwzięcia są: społeczność nudoodporne.pl oraz autorka powieści erotycznej „Szkoła żon" Magdalena Witkiewicz. Ich spotkanie zaowocowało cyklem regularnych spotkań dla kobiet, a ostatecznie - stworzeniem prawdziwej szkoły żon, podobnej jak w powieści Magdaleny Witkiewicz, gdzie każda z uczennic spędzi tydzień w luksusowym hotelu, poszukując własnego szczęścia.

Szkoła żon (i nie-żon) jest dedykowana paniom, które chcą poczuć się dobrze ze sobą, wyzwolić babską moc i energię. Lekcje odbędą się w dniach 6-12 marca w Talaria Resort & SPA w Trojanowie. Skupimy się na metamorfozie myśli i ciała. Nie chcemy zmierzać w kierunku erotyki, ale takie elementy również będą obecne. Przełamujemy tabu, a panie czują się z tym dobrze - podsumowuje Katarzyna Radziejewska, pr manager Nudoodporne.pl

jmw

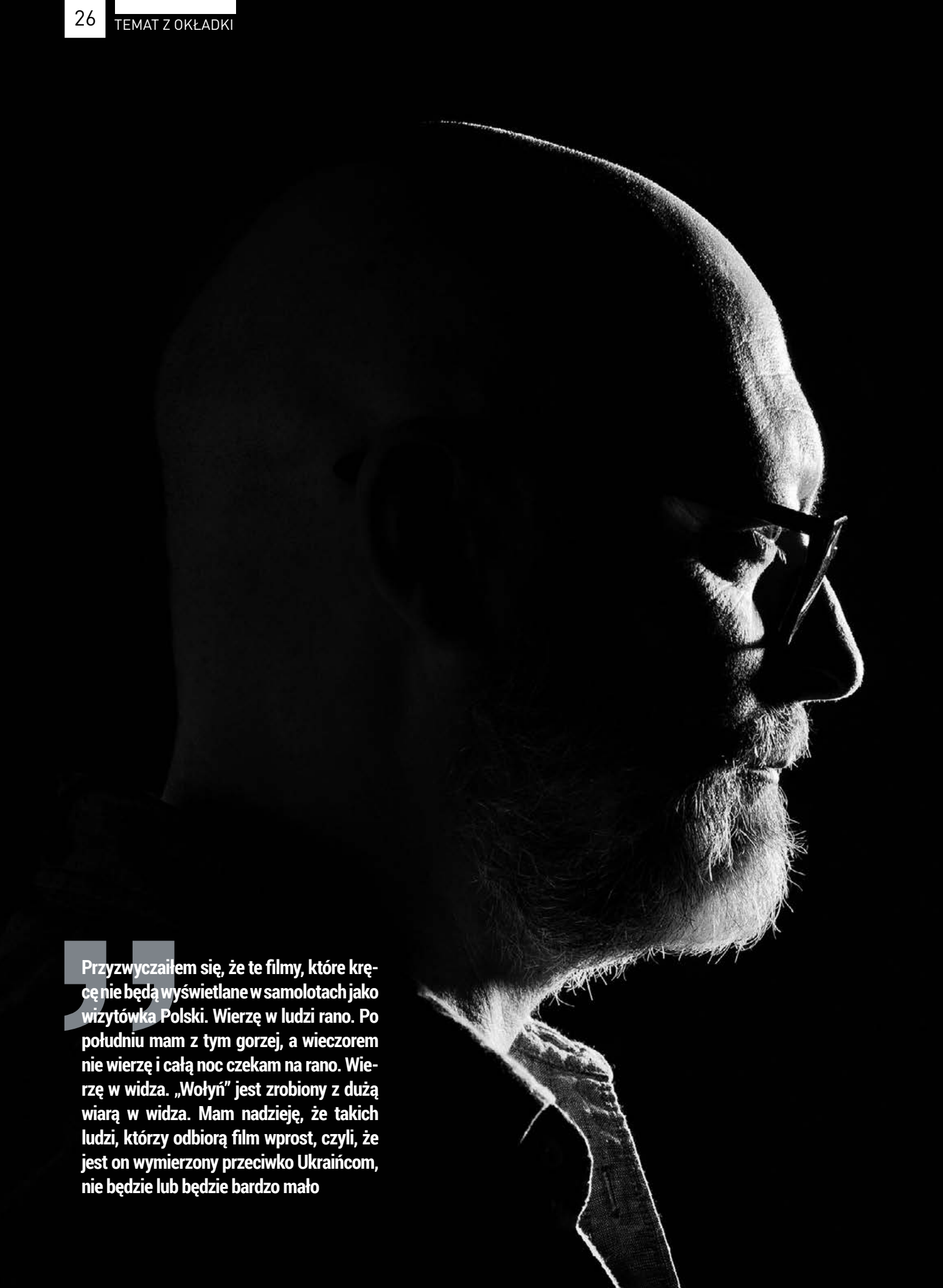
Joanna Keszka i wykład o zaprzyjaźnianiu się z seksualnością

Ewa Makowska, trener rozwoju osobistego

Tworzymy Twoje wnętrza

GDYNIA, UL. LEGIONÓW 112

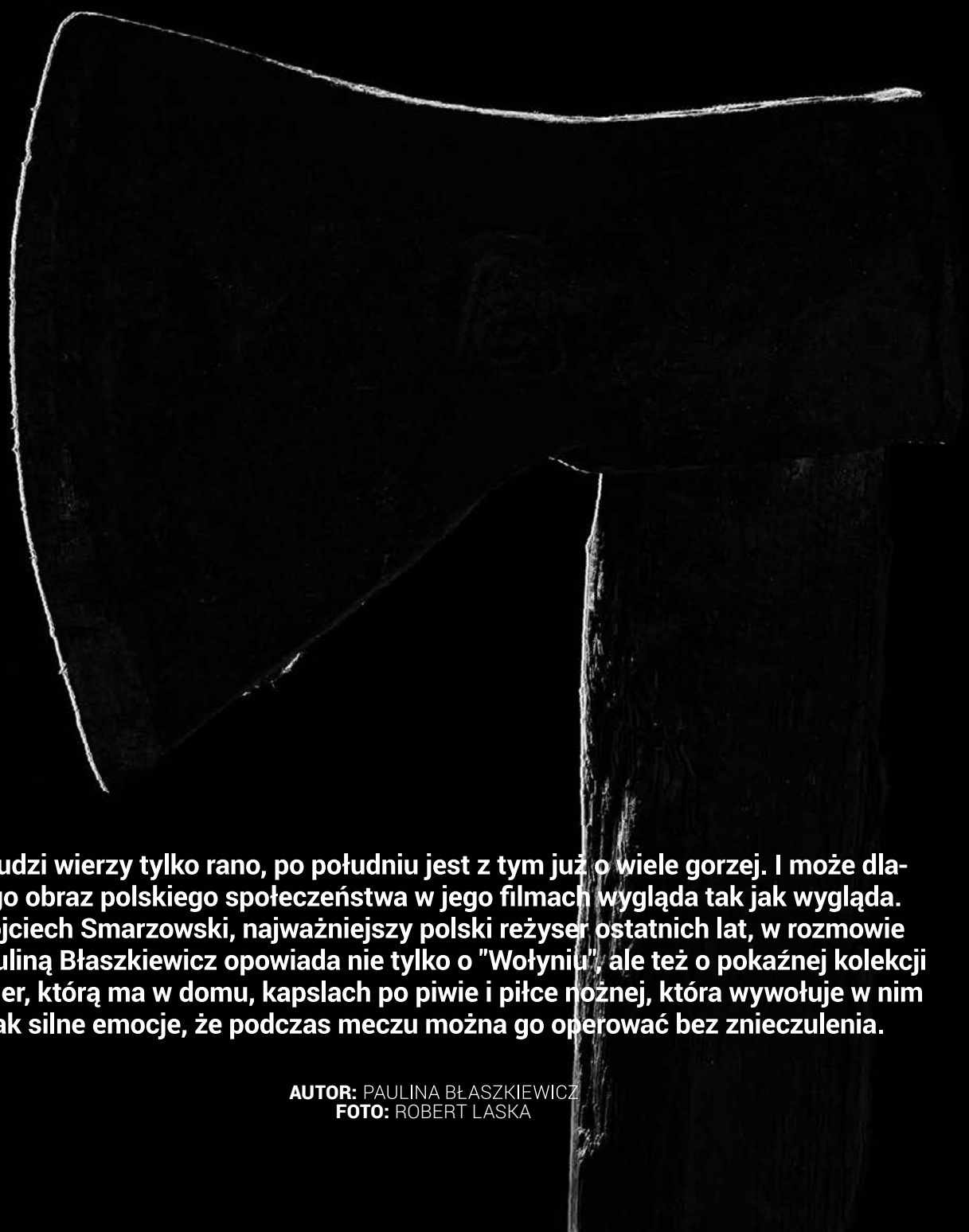
budynek Altus, wjazd od Al. Zwycięstwa



Przyzwyczaiłem się, że te filmy, które kręcę nie będą wyświetlane w samolotach jako wizytówka Polski. Wierzę w ludzi rano. Po południu mam z tym gorzej, a wieczorem nie wierzę i całą noc czekam na rano. Wierzę w widza. „Wołyń" jest zrobiony z dużą wiarą w widza. Mam nadzieję, że takich ludzi, którzy odbiorą film wprost, czyli, że jest on wymierzony przeciwko Ukraińcom, nie będzie lub będzie bardzo mało

WOJCIECH SMARZOWSKI

ŻYCIE NIE SKŁADA SIĘ TYLKO Z KRĘCENIA FILMÓW



W ludzi wierzy tylko rano, po południu jest z tym już o wiele gorzej. I może dlatego obraz polskiego społeczeństwa w jego filmach wygląda tak jak wygląda. Wojciech Smarzowski, najważniejszy polski reżyser ostatnich lat, w rozmowie z Pauliną Błaszkiewicz opowiada nie tylko o "Wołyniu", ale też o pokaźnej kolekcji siekier, którą ma w domu, kapslach po piwie i piłce nożnej, która wywołuje w nim tak silne emocje, że podczas meczu można go operować bez znieczulenia.

AUTOR: PAULINA BŁASZKIEWICZ
FOTO: ROBERT LASKA

Dostanę ten wywiad do autoryzacji?

Widzę, że wzbudzam zaufanie, skoro już na samym początku zadaje mi pan takie pytanie. Bardzo pan teraz cierpi?
Tak.

Dlaczego nie znosi pan wywiadów?
Bo wolę być po drugiej stronie kamery i mikrofonu. Ale przy okazji premiery zwykle jest tak, że mam ustaloną liczbę wywiadów. Muszę wtedy rozmawiać z dziennikarzami, tak samo jak aktorzy. To obowiązek, z którego się wywiązuję, ale wychodzę z założenia, że wszystko, co mam do powiedzenia, powiedziałem już w filmie.

Strata czasu?
Trochę.

Dobrze, więc skoro już zgodził się pan na rozmowę, to zacznijmy i zobaczymy, co z tego wyjdzie. Kilka lat temu, po premierze "Róży" zarzekał się pan, że nigdy więcej nie zrobi historycznego filmu...
Żartowałem.

Mówił pan, że wtedy po raz pierwszy zetknął się z bardzo emocjonalnym odbiorem ze strony widzów. Teraz jest podobnie?
Zmieniłem zdanie między innymi dlatego, że miałem kilka takich emocjonalnych odbiorów po "Róży", i w Polsce i za granicą. Pomyślałem, że może jednak warto dotknąć tematu historycznego i jak pomyślałem, to już od razu miałem w głowie...

Rzeź wołyńską...
To był trudny film. Długo go robiliśmy. Dla mnie to były cztery lata, bo zacząłem w 2012 roku. Po drodze miałem kłopoty finansowe, itd., ale efekt jest taki, że takich relacji emocjonalnych jak po "Róży" miałem sto razy więcej, a film dopiero wszedł na ekrany. Najmocniej odbierany jest na ziemiach odzyskanych, Wrocław i okolice, gdzie na kilku seansach 80% widowni stanowili Kresowianie i rodziny kresowe. Dla nich to zupełnie inne przeżycie. Tak samo jest na wschodzie. Najpierw cisza po projekcji, a potem kule emocji.

Ma pan poczucie, że to, co teraz pan zrobił, to coś więcej niż film?
Filmy są dobre albo złe. „Wołyń" jest filmem ważnym. Czy dobrym, rozstrzygną widzowie. Traktuję film poważnie. To znaczy nie mam nic przeciwko kinu rozrywkowemu, bo sam je oglądam, natomiast w pracy szkoda mi na to czasu.

Ogląda pan polskie komedie?
Widziałem „Planetę singli" i ten film mi się podobał. Może nie będę go miał na półce obok "Ojca Chrzestnego", ale go obejrzałem i uważam, że to nie był stracony czas.

Boi się pan powiedzieć głośno, że film to misja?
Już kilka razy mi się wymsknęło.

Kilka tygodni temu odszedł wybitny reżyser Andrzej Wajda. Oglądałam kilka programów telewizyjnych z udziałem ludzi ze świata kultury i sztuki, którzy wymieniali pana nazwisko, jako dowód na to, że w Polsce nadal mamy wielkich twórców.
To miłe, krzepiące. Ja nie miałem okazji poznać pana Andrzeja, ale "Popiół i diament" i Ziemia obiecana" to są najlepsze polskie filmy. Filmy, na których się wychowałem.

W jednym z wywiadów powiedział pan, że o swoich filmach może mówić z perspektywy co najmniej dziesięciu lat. W "Wołyniu" jest taka scena, gdzie Maciej Skiba (Arkadiusz Jakubik - przyp. red.) zapisuje najważniejsze daty z życia swojej rodziny. Gdyby pan miał zaznaczyć takie przełomowe daty w swoim życiorysie, to co by to było? Rok 2004, kiedy na ekranach kin pojawiło się "Wesele"?
No cóż. Życie nie składa się tylko z kręcenia filmów, ale u mnie tak się to zbiegło, że "Wesele" kręciłem w momencie, gdy na świat przyszedł mój pierwszy syn.

Przed czterdziestką?
No nie. Myślę, że już byłem po pięćdziesiątce (śmiech). Ale odpowiadając na pytanie - absolutnie najważniejsza jest dla mnie rodzina. Ona mnie trzyma w pozycji pionowej. To jest bardzo ważne, bo dzięki temu mam wolną głowę, żeby kręcić filmy. Lubię robić to, co robię. Mam też to szczęście, że z jednego filmu wchodzę w następny. Oczywiście mam też świadomość, że to się kiedyś skończy, ale na razie widzowie chodzą do kina. Na "Wołyń" też, więc mam nadzieję, że następny film uda mi się nakręcić w miarę szybko.

"Wołyń" obejrzało już ponad milion widzów. Powiedział pan, że po tym filmie dobrze by było, gdyby ludzie wrócili do domu i przytulili swoje dzieci. Ja nie mam dzieci, a jak wróciłam to nie mogłam spać...
No właśnie. A ja mam i tak myślę sobie, w jakim świecie przyjdzie im żyć...

Trudnym. Dla mnie ten film jest bardzo współczesny, jeśli mówimy o nacjonalizmie. Wystarczy, że przypomnimy sobie sytuację z ubiegłego roku, kiedy palono kukłę Żyda na rynku we Wrocławiu. Zapala się czerwona lampka.
To jest film wymierzony w ten skrajny nacjonalizm i pod tym względem jest on absolutnie współczesny. W tym filmie jest jeden ksiądz katolicki, a drugi prawosławny, ich kazania są diametralnie różne i bardzo wymowne. Tak sobie myślę, że można wśród tych współczesnych duchownych też znaleźć odpowiedniki dla jednego i drugiego. (śmiech)

Ale ten Kościół pana fascynuje!
(śmiech) Nie.

Chodzi panu po głowie polski „Spothlight"?
Pomyślimy. Może kiedyś.

Widzi pan w ludziach coś pozytywnego, czy raczej woli pan pokazywać ich wady? Wierzy pan w ludzi? Obraz polskiego społeczeństwa nie wygląda najlepiej w pana filmach.
Przyzwyczaiłem się, że te filmy, które kręcę nie będą wyświetlane w samolotach jako wizytówka Polski (śmiech). Wierzę w ludzi rano. Po południu mam z tym gorzej, a wieczorem nie wierzę i całą noc czekam na rano. Rozmawiamy o godzinie 11, więc zaraz nastąpi przejście. Wierzę w widza. „Wołyń" jest zrobiony z dużą wiarą w widza. Mam nadzieję, że takich ludzi, którzy odbiorą film wprost, czyli, że jest on wymierzony przeciwko Ukraińcom, nie będzie lub będzie bardzo mało.

Wiele osób go tak nie odbiera.
Nie chodzi o to, żeby przekonywać przekonanych, ale rozmawiam z gazetami prawicowymi, pójdę do brukowych.

Po co?
Żeby unikać sytuacji, jakie miałem kiedy jeszcze ten film powstawał. To sytuacje typu: „Zrobi sobie pan zdjęcie na tle flagi"? (śmiech)

Patrzy pan na to z przymrużeniem oka?
Nie, bo mam dzieci. Tu już nie chodzi o mnie, ale o nie, więc boję się tego, co się dzieje wokół.

A jak jest z tym dobrem i złem?
To jest tak jak powiedział Kapuściński: "Jeden cham zepsuje imprezę kulturalnych ludzi, a jeden kulturalny człowiek nie naprawi imprezy chamów". To zło jest niestety bardzo intensywne, nawet, gdy jest go bardzo mało.

Słynny psycholog światowej sławy, prof. Zimbardo twierdzi, że zbrodniarzy z patologiczną osobowością, którzy wyrządzają krzywdę innym, jest stosunkowo niewielu. Znakomita większość sprawców zła to normalni, przeciętni ludzie, którzy pod wpływem okoliczności robią rzeczy, o których nie pomyśleliby wcześniej, że są do nich zdolni.
Dokładnie tak jest. Widać to doskonale właśnie w filmie "Wołyń".

Wydaje mi się, że umiem oddzielić pracę od życia domowego, ale to może nie być prawda. Próbuję, ale to nie jest łatwe. Jest kilka takich czynności, gdy mogę się wyłączyć, czy zatracić. Żeby się nie rozwijać za bardzo - na przykład mecz piłkarski. Można mnie operować i nie poczuję.

Lata 90. w polskim kinie to był bardzo niedobry czas. Mieliśmy gonitwę za Ameryką. Za dwa złote próbowaliśmy zrobić kino akcji. Pomijam Pasikowskiego, bo zdarzyły się filmy, które coś znaczą, ale było ich bardzo mało. Weźmy te wszystkie „superprodukcje" czy ekranizacje lektur. Wyglądały, jakby chodziło w nich o wypranie pieniędzy.

Dużo siekier ma pan w domu?
Ponad sto, ale to nie po "Wołyniu". Ja już wcześniej miałem te siekiery.

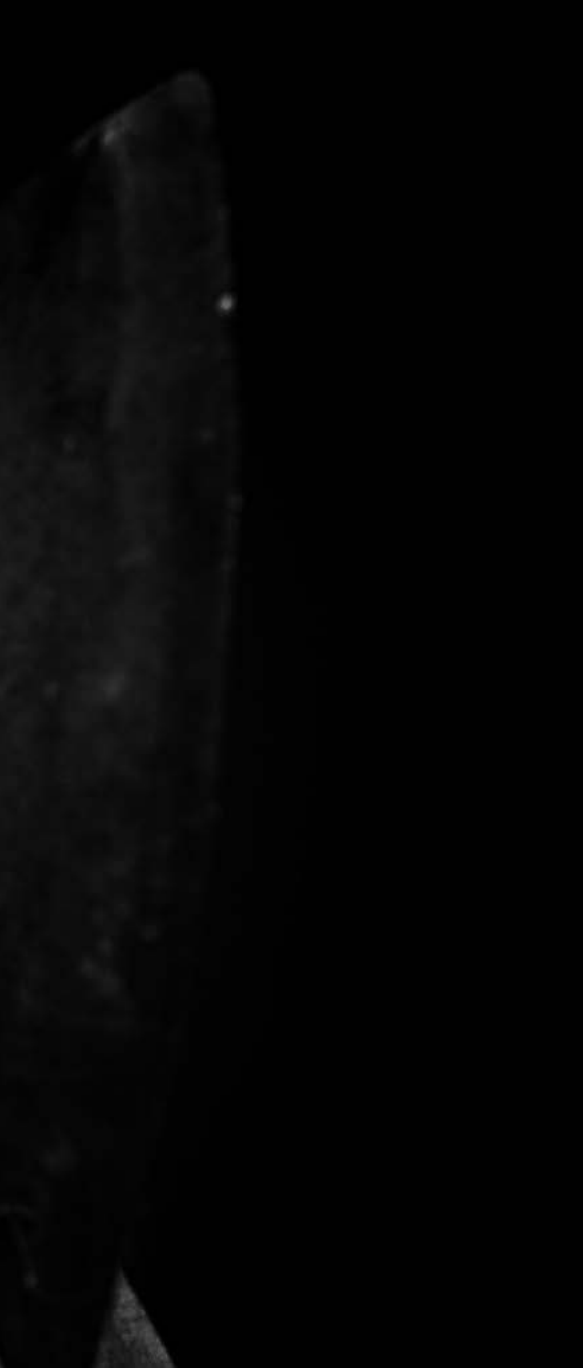
Coś jeszcze ciekawego ma pan w domu?
Nie wiem. Dla każdego co innego jest ciekawe. Zbieram kapsle po piwie. Mam dość dużą kolekcję, ale kapsle zbieram, a siekiery mam (śmiech). Czasem, jak jestem na targu staroci, to sobie kupię jakiś tasak rzeźnicki, czy coś w tym rodzaju. Albo na Allegro. Większość siekier dostałem w prezencie.

Świetnie... Arek Jakubik trzyma w swoim gabinecie głowę, którą stracił w "Wołyniu", a pana charakteryzatorka, Ewa Drobiec ma w swoim domu to, co zostaje po pracy w pana filmach - odlewy twarzy Roberta Więckiewicza, czy Kingi Preis, albo włosy aktorów sprzed prawie dziesięciu lat, bo nie wiadomo, kiedy mogą się przydać...
Gdyby Ewa wydała album z eksponatami plus opisy i instrukcje obsługi, byłaby to prawdziwa kopalnia wiedzy dla charakteryzatorów. Ona pracuje przy ekstremalnych sytuacjach.

Każdy aktor, który z panem pracuje i należy do "ekipy Smarzola" mówi o ogromnych emocjach, z jakimi musi się zmierzyć pracując przy filmie. Pan jest bardzo oszczędny w słowach.
Ja po pierwsze jestem introwertykiem, a po drugie w przypadku "Wołynia" głupio jest mi mówić o emocjach i tym, ile mnie ten film kosztował. Widzę jak zachowują się ci widzowie, którzy pamiętają tamte wydarzenia. Przy nich te moje reżyserskie emocje, rozłożone na cztery lata, to jest nic w zderzeniu z prawdziwym życiem, z tym, z czym się mierzą ci, którzy widzieli, jak banderowcy torturowali i mordowali im bliskich.

A jak te cztery lata, kiedy pracował pan nad "Wołyniem" przeżyli pana bliscy? Czy pan wtedy, gdy żyje filmem, jest w ogóle w stanie żyć życiem rodzinnym?
Dobre pytanie. Wydaje mi się, że umiem oddzielić pracę od życia domowego, ale to może nie być prawda. Próbuję, ale to nie jest łatwe. Jest kilka takich czynności, gdy mogę się wyłączyć, czy zatracić. Żeby się nie rozwijać za bardzo - na przykład mecz piłkarski. Można mnie operować i nie poczuję.

Jest pan fanem piłki nożnej?
Jestem takim kibicem w kapciach, ale potrafię wyłączyć głowę. Jak rodziło mi się dziecko, byłem przy porodzie. O piątej, czy szóstej rano wyszedłem ze szpitala, kupiłem „Przegląd sportowy" i przeczytałem cały. Od deski do deski. Łącznie ze stopką, wynikami drugiej ligi piłki ręcznej, wyścigami psów w Nowej Zelandii, wszystko. Zajęło mi to pół-



torej godziny, po czym wróciłem do szpitala, do rodziny. Muszę mieć takie piorunochrony. Nauczyłem się wyłączać i oddzielać pracę od życia, bo w innym wypadku byłoby to niezdrowe. Oczywiście to jest mój punkt widzenia. Moja rodzina widzi to pewnie trochę inaczej. Niedawno mój syn, który miał wtedy 12 lat, zrobił w swojej szkole pogadankę o rzezi wołyńskiej. Sam na to wpadł, bo oni mają o tym tylko kilka linijek w podręczniku. Zapytał mnie, co tam się wydarzyło, a ja mu opowiedziałem, dobierając starannie i oszczędnie słowa. To było zaskakujące i piękne, ale rozumiem, dlaczego on to zrobił. Nie miał wyjścia, bo cały czas ten „Wołyń" był wałkowany w domu.

Informacji o rzezi wołyńskiej jest niewiele. Stąd głosy, że to nieodpowiedni moment na taki film?
Nigdy nie było dobrego czasu, żeby zrobić taki film. Za komuny absolutnie nie, bo ZSRR, potem Ukraina stała się państwem i uznaliśmy, że Ukraińcy potrzebują czasu, a teraz już mamy interesy ekonomiczne i polityczne z Ukrainą, siedzimy w nich po pachy. W międzyczasie wybuchła wojna, nasiliły się nastoje prawicowe. Wiadomo, że potrzebujemy dobrych relacji z Ukraińcami. Nikt nie ma co do tego wątpliwości, ale to pojednanie nie oznacza zapominania.

Pana syn przy okazji tej pogadanki, powiedział swoim kolegom i koleżankom w szkole: "Mój tata robi o tym film"?
Nie, chyba nie. On w międzyczasie zmienił szkołę. Teraz jego koledzy wiedzą o mnie więcej niż on, bo ja próbuję nie zaprzątać moim dzieciom głowy swoim kinem. Przyjdzie na to czas.

Pan jako dziecko chodził dość często do kina w swoim mieście...
Tak. To było kino "Nafta". Wszystko tam zresztą było "Nafta". I klub piłkarski i sekcja łucznicza, choć z łuku nie strzelałem. Pierwszym film na jakim byłem w kinie "Nafta" to "Winnetou część II". To moje oglądanie się zaczęło chyba w pierwszej, czy drugiej klasie szkoły podstawowej. Pięć razy w tygodniu byłem w kinie. Oglądałem wszystkie filmy bezkrytycznie. Patrzyłem tylko na akcję.

A dlaczego wybrał pan wydział operatorski, a nie reżyserski?
Tam było chyba 8 miejsc, żeby się dostać na 300 kandydatów, a na reżyserię wtedy było 6. Pomyślałem, że łatwiej się dostać na operatorkę (śmiech).

Czysta kalkulacja
Miałem też znajomych w takiej dwuletniej szkole w Krośnie, którą robiłem przez cztery lata i nie skończyłem. Oni wcześniej zdawali do szkoły filmowej i ja tak się o tym wydziale operatorskim dowiedziałem.

Ma pan sporo wspólnego ze swoimi aktorami. Trudną drogę pan przeszedł, by być w tym miejscu, w którym jest teraz. Podobnie było z Marianem Dziędzielem, Arkadiuszem Jakubikiem, czy Bartłomiejem Topą. Piekielnie zdolni ludzie, którzy czekali aż w polskim kinie coś zacznie się dziać...
Tak, ale warto też przypomnieć, że te lata dziewięćdziesiąte w polskim kinie to był też bardzo niedobry czas. Mieliśmy gonitwę za Ameryką. Za dwa złote próbowaliśmy zrobić kino akcji. Pomijam Pasikowskiego, bo zdarzyły się filmy, które coś znaczą, ale było ich bardzo mało. Weźmy te wszystkie „superprodukcje" czy ekranizacje lektur. Wyglądały, jakby chodziło w nich o wypranie pieniędzy, ale autobusy zawoziły dzieci ze szkół do kin i takie kino „stawało" się lubiane i potrzebne.

Pamiętam. Bałam się tych klasowych wycieczek do kina...
To był słaby czas. Dopiero od 2000 roku coś się zaczęło dziać. Powstawało najpierw trzy, potem pięć, czy sześć filmów, o których można rozmawiać i bez wstydu pokazać za granicą. Dziś idziemy w dobrym kierunku.

Naprawdę?
No wiem, wiem. Ale jeżeli PISF (Polski Instytut Sztuki Filmowej) zachowa swoją niezależność, to jestem spokojny.

Będąc na festiwalu filmowym w Gdyni i oglądając kilka świetnych filmów, zastanawiałam się, czy to nie jest ostatni taki dobry rok w polskim kinie?
Na razie PISF jeszcze istnieje. Myślę, że zlikwidowanie go, póki co, nie wchodzi w rachubę, ale niebezpieczeństwo połączenia go z jakąś inną instytucją, czyli de facto to samo, istnieje. Trzymam kciuki, żeby tak się nie stało, bo inaczej rzeczywiście będzie kiepsko.

Nie ma pan obaw, że kręci filmy w kraju, w którym dużą część ludzi stanowi elektorat PiS-u? Im dobra zmiana się podoba...
Moje robienie filmów ma się nijak do elektoratu, bo ja te filmy robię tak naprawdę dla siebie. Mogę to powiedzieć z perspektywy kilku, które zrobiłem, bo byłoby niedobrze, gdybym to powiedział już po „Weselu". Wierzę, że zawsze znajdzie się grupa widzów o podobnej wrażliwości do mojej, która na te filmy pójdzie.

A reklamówki pan jeszcze robi?
Zdarza się, choć ostatnio nie miałem okazji, bo robiłem „Wołyń". Ostatnią miałem przyjemność zrobić z Kevinem Spacey. Opowiedział, że jak kręcił „American Beauty", to Sam Mendes, reżyser tego filmu po tygodniu zdjęć poszedł do producenta - to był Spielberg - i powiedział: „Przepraszam, źle zacząłem. Możemy jeszcze raz?" A ten mu odpowiedział: „Dobrze, dwa tygodnie przerwy i zaczynamy od nowa". Nie wyobrażam sobie takiej sytuacji w Polsce, że idę do producenta i mówię: Przepraszam, źle zacząłem, mogę jeszcze raz? (śmiech)

Powie pan, jaki nowy film chodzi po głowie Wojtkowi Smarzowskiemu?
Chcę zrobić film o wczesnym średniowieczu. Już zacząłem przygotowania. Interesuje mnie wątek polityczny, sensacyjno - miłosny i wątek wierzeń słowiańskich. Ciekawe jest też to, że te pierwsze kościoły były stawiane na miejscu świątyń pogańskich.

Krzysztof Pieczyński jest w naszym kraju specjalistą od tych tematów...
Na pewno z nim będę rozmawiał. ■

PIOTR STRAMOWSKI

TWARDZIEL O WRAŻLIWYM SERCU

ROZMAWIAŁA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ - WAŁOSZEK / **FOTO:** KAROL KACPERSKI

Czym jest prawdziwa męskość w XXI wieku? Dlaczego warto żyć tu i teraz i jak odnaleźć spokój w małżeństwie? My pytamy, on odpowiada. Młody, przystojny, utalentowany. Aktor młodego pokolenia, znany szerzej z roli Majami w filmie „Pitbull. Nowe porządki". Dżentelmen i świeżo upieczony mąż – Piotr Stramowski.

Niedawno obchodziłeś 29 urodziny. To symboliczny czas. Jak go uczciłeś?
Widzisz, nie zdążyłem o tym pomyśleć. Nie było czasu, więc nie było imprezy. Nawet piwa nie wypiłem.

Ostatnia dwójka z przodu. Za chwilę trzydziestka. Zrobiłeś podsumowania?
Nie robię podsumowań. Wiek to dla mnie nic nieznacząca liczba. Ważniejsze jest to, jak się czuję. Trzydziestka dla mnie może być zupełnie innym czasem rozwoju, niż dla kogoś innego. To są tylko numerki. Gdybyśmy nie liczyli sobie lat, czulibyśmy się dużo młodsi.

A na ile lat się czujesz?
Na tyle, ile mam. Nie mam punktu odniesienia, jak powinienem zachowywać się w wieku trzydziestu lat. To bardzo indywidualna sprawa.

To dobry czas dla Ciebie. Unosisz się na fali. Zawodowo i prywatnie.
Jestem bardzo zadowolony z miejsca, w którym się znajduję. Jeżeli wszystko w życiu ma swoje miejsce i czas, to teraz jest czas dla mnie. Odnajduję się w tym i cieszę ze wszystkich perspektyw, które pootwierały się dla mnie po Pitbullu. Do tego złożyły się również sprawy prywatne. Jestem mężem.

Gratuluję. Jak się czujesz, jako mąż?
Dobrze. Kiedyś bałem się zmiany statusu. Owszem, to jest ważna zmiana w życiu, ale gdy podejdzie się do swoich uczuć bez strachu to wszystko składa się w jedną całość. Dla mężczyzny to coś atawistycznego, związanego z cechami naszych przodków. Dawanie oparcia ukochanej kobiecie to prawdziwa męskość. Ofiarowanie jej przestrzeni i zrozumienia.

Czy decyzja o małżeństwie coś zmienia w relacji?
Oczywiście. Jeżeli znalazłeś właściwą kobietę, to chcesz poświęcić dla niej resztę życia, ukierunkować wszystko na nią. Przed ślubem nie ma tej decyzji, więc nawet jeżeli kochasz, podświadomie możesz zakładać, że wszystko może się jeszcze zmienić.

Nie boisz się deklaracji „na zawsze"?
A co oznacza „na zawsze"? Życie może się skończyć jutro. Zakładamy, że dożyjemy osiemdziesiątki, ale nie możemy być pewni nawet jutra. Odkąd żyję z dnia na dzień, jestem szczęśliwszy. Myślę tylko o tym, co jest tu i teraz.

A śmierć? Myślisz o niej?
Kiedyś czułem duży strach, dzisiaj wiem, że to normalne i naturalne. Oczywiście, trochę się jej boję, ale mam świadomość, że jest nieunikniona.

Wspomniałeś o męskości. Kiedyś grałeś role amantów. Po Pitbullu grasz role twardzieli. Czym jest dla Ciebie prawdziwa męskość?
Podczas prac nad Pitbullem musiałem zatopić się w świecie policji. Dotarłem do prawdziwych twardzieli. Poznałem prawdziwy męski świat. Przy okazji zrozumiałem, że obraz współczesnej męskości jest trochę skrzywiony. Nie spotkasz jej na siłowni. Policjanci z wydziału realizacyjnego to wojownicy XXI wieku. Ryzykują życiem, bo muszą. Są przy tym bardzo wrażliwi. Gdy opowiadali historie z pracy, widziałem łzy wzruszenia w ich oczach. To młodzi ludzie, a tacy głębocy, mądrzy i zmęczeni życiem.

Ty też jesteś wrażliwy. Jako młody chłopak śpiewałeś w chórze. Byłeś grzecznym chłopcem?
Mama mówi, że byłem pocieszny. Wesoły i radosny.

Taki pozostałeś czy życie ciebie doświadczyło?
Mam to szczęście, że nie miałem w życiu wielu złych przeżyć. Funkcjonuję jako obserwator. Wiele sytuacji dostrzegam, ale nie dotykają mnie osobiście.

A jednak często po drodze tracimy radość dziecka. Tobie udało się ją zachować?
Żyjąc tu i teraz, możemy być szczęśliwi. Jak dzieci. Ja tę radość mam, ale muszę nad tym pracować. Moja żona jest osobą, która radość dziecka w sobie zachowała. Ona ma dostęp do sytuacji sprzed kilkunastu lat. W sekundę potrafi wejść w atmosferę, gdy była nastolatką. Jesteśmy aktorami, więc potrafimy tymi emocjami manipulować, bawić się.

Wasze małżeństwo, jako dwojga aktorów musi być szalonym koktajlem emocjonalnym. Często zmieniacie role. Można się w tym zagubić?
Nie koloryzowałbym. Aktorstwo to nasz zawód, więc wiemy jak to robić. Jasne, gdy jesteś długo wkręcony w postać, ona w ciebie wchodzi. Gdy pracowałem nad Pitbullem to chodziłem po domu z pistoletem, żeby nauczyć się go obsługiwać. Poruszałem się w inny sposób niż zazwyczaj. Wiedziałem, że to wpływa na moje życie, ale nie widzę w tym nic złego. Często powtarzam, że aktorstwo to nie tylko zawód, ale przede wszystkim ciekawe życie. Dzięki niemu możesz przeżyć kilka żyć naraz.

A jednak, jako młody chłopak wstydziłeś się aktorstwa. Niewiele brakowało, a poszedłbyś w zupełnie innym kierunku...
Tak, na Akademię Wychowania Fizycznego. Nie wiedziałem kompletnie, co mam ze sobą zrobić. To był fart, że zakochałem się w aktorstwie. A jak się na coś zdecyduję, to już na 100 procent.

W każdą rolę wchodzisz na 100 procent?
Tak, chociaż bywają trudne momenty. Sceny erotyczne nie należą do najlżejszych, ale chyba najtrudniej byłoby mi zagrać taką scenę z innym mężczyzną. Takiej roli jeszcze nie miałem.

Wszystko przed tobą. Wracając do twojej wrażliwości, wspierasz fundację DKMS.

Tak, byłem członkiem DKMS zanim jeszcze stałem się rozpoznawalny. Zadzwonili do mnie po Pitbullu, proponując żebym się zgłosił, a ja byłem już w bazie honorowych dawców szpiku od pięciu lat.

Zmieniłeś wizerunek po „Pitbullu". Podobno, jak cię widzą, tak cię piszą. Zauważyłeś, że ludzie zaczęli ciebie traktować inaczej?
Faktycznie, coś się zmieniło. Nie wiem czy jest to związane z moim wizerunkiem zewnętrznym czy może ze zmianą wewnętrzną, ale zdecydowanie rzadziej ludzie wchodzą mi na głowę (śmiech). Sam, gdy zobaczyłem siebie w nowej odsłonie, z irokezem na głowie, początkowo się wystraszyłem. Jednak dość szybko się przyzwyczaiłem. To działa trochę jak tarcza ochronna.

Czy to oznacza, że kiedyś ludzie ciebie wykorzystywali?
Czasami tak. Niektórzy potrafili wykorzystywać moją uprzejmość. Kiedyś nie potrafiłem stawiać wyraźnych granic.

A jak na tę zmianę zareagowali najbliżsi?
Mama nie mogła na mnie patrzeć (śmiech). Mam na myśli mój wygląd. Ale do wszystkiego ludzie się przyzwyczajają, także ostatecznie poczułem się dobrze w nowej skórze. Taki zawód, możemy być kimś innym przez jakiś czas, co oczywiście trochę nas zmienia.

Jedną ze zmian był tatuaż. Prezent od reżysera Patryka Vegi. Wybrałeś wzór kotwicy, ponieważ ma wymiar symboliczny, oznacza siłę. Jesteś przesądny?
Kompletnie nie jestem. To był spontaniczny moment. A, że był to jednocześnie czas dużych zmian, presji i strachu, czy podołam w nowej roli, kotwica naturalnie stała się symbolem tych zmian. Jest czymś konkretnym i stabilnym.

Podobno robienie tatuaży uzależnia. Jaki będzie następny?
Z tym się zgodzę. Mam już dwa.

Pochwalisz się?
To była spontaniczna decyzja. Byliśmy z Kasią na spacerze i akurat przechodziliśmy obok salonu tatuażu. Wyszliśmy z księżycami na nadgarstkach. I wiesz co? Podobno nie ma ludzi, którzy mają dwa tatuaże (śmiech).

Będzie trzeci?
Czemu nie? I to dosłownie. Zainspirował mnie kolega, dramaturg teatralny, który na swoim bicepsie ma wytatuowane zdanie „Nan Yar", co oznacza „Kim jestem?". Zażartowałem, że to oznacza „Czemu nie?". Można powiedzieć, że wyszedł z tego zakład, więc w sumie: czemu nie? (śmiech).

W wywiadach podkreślasz, że jesteś feministą.
Powiedziałem to raz i miałem na myśli postawę „pro kobiecą". Zauważyłem, że słowa feminista i feministka mają podejrzane znaczenie i często są interpretowane w dziwaczny sposób. Patrzę z perspektywy mojej branży i widzę, że mężczyźni mają łatwiej. Jest więcej ról męskich i wciąż faceci rządzą tym biznesem. W wielu filmach, rola kobieca jest postacią uległą i stanowi jedynie dodatek do roli męskiej. Przepraszam, że to mówię, ale ten świat naprawdę tak wygląda. Chciałbym, żeby mężczyźni spuścili trochę z tonu i dali większą przestrzeń kobietom. Kobiety z racji tego, że są delikatniejsze, muszą się bardziej starać, żeby uzyskać pozycję. Uważam, że mężczyzna powinien wspierać kobiety. To jest męskie.

Jesteś gentlemanem?
Uczę się nim być. Kiedyś dawano nauki bycia gentlemanem. Dzisiaj, mężczyzna jest zdany na siebie. Mam to szczęście, że wyniosłem z domu podstawowe wartości, ponieważ we współczesnym świecie łatwo można zapomnieć o savoir vivre.

A co oznacza bycie gentlemanem?
To jest przede wszystkim uwaga na drugą osobę, na kobietę. Zostawienie jej przestrzeni, aby poczuła się dobrze i bezpiecznie. Nie jestem zwolennikiem bycia angielskim gentlemanem. Lubię, gdy te dobre maniery są okraszone dużą dawką luzu i poczucia humoru.

W życiu prywatnym, bliżej tobie do policjanta czy do szefa kuchni, wszak w tą rolę wcielasz się w serialu TVN "Na noże"?
Zdecydowanie policjant. Lubię czuć się sprawny fizycznie. Potrzebuję być w ciągłym ruchu, nie mógłbym dłużej wysiedzieć w kuchni. Ale gotować też lubię. Jestem na diecie, więc często robię sobie posiłki.

A co ostatnio ugotowałeś?
Zupę-krem z dyni.

Wyszła?
Tak, z małą pomocą Kasi.

Jesteś osobą niekonfliktową, ale czy zdarza ci się walczyć na noże?
Tak. Warto się konfrontować, a gdy możesz komuś pomóc, dozwolona jest nawet walka na noże. Zdarza mi się walczyć w ten sposób, gdy ktoś wytyka mi błąd. Strasznie się wtedy denerwuję.

Czy to oznacza, że musisz jeszcze popracować nad swoim dystansem i ego?
Oczywiście, że tak. Pracuję nad tym. Z dnia na dzień nie można nauczyć się żyć. Tym bardziej teraz, gdy mam swoje 5 minut, a ego ma doskonałą pożywkę. Nie możesz dopuścić do tego, żeby je przekarmić. Nie chciałbym, aby sukces i sława zmieniły mnie jako człowieka. Mam szczęście, że czuwa nad tym moja żona. Gdyby nie Kasia, która w pewnym momencie mentalnie mną potrząsnęła, nie wiem czy byłbym w tym samym miejscu. Trzeba mieć pokorę, ale przecież jesteśmy tylko ludźmi.... ■

WRZESZCZ

MIEJSCE NA CZASIE

NOWA INWESTYCJA

NA **BATOREGO 23**

KONTINUUM

Od razu wiedziałem – to tutaj! To miejsce dla nas!

Oglądaliśmy mieszkanie i od razu poczułam się jak w domu! Przez okna wpadało słońce, słychać było ptaki...Już nie mogłam się doczekać, by urządzić się po swojemu! Pokoje przestronne, jasne, układ znakomicie zaprojektowany. W myślach już ustawiałam kanapę i wieszałam firanki... Wiedziałam, że to będzie najcudowniejsze miejsce na świecie. Nasze miejsce!

bmc

Budujemy Twoje Marzenia

www.bmc.gda.pl

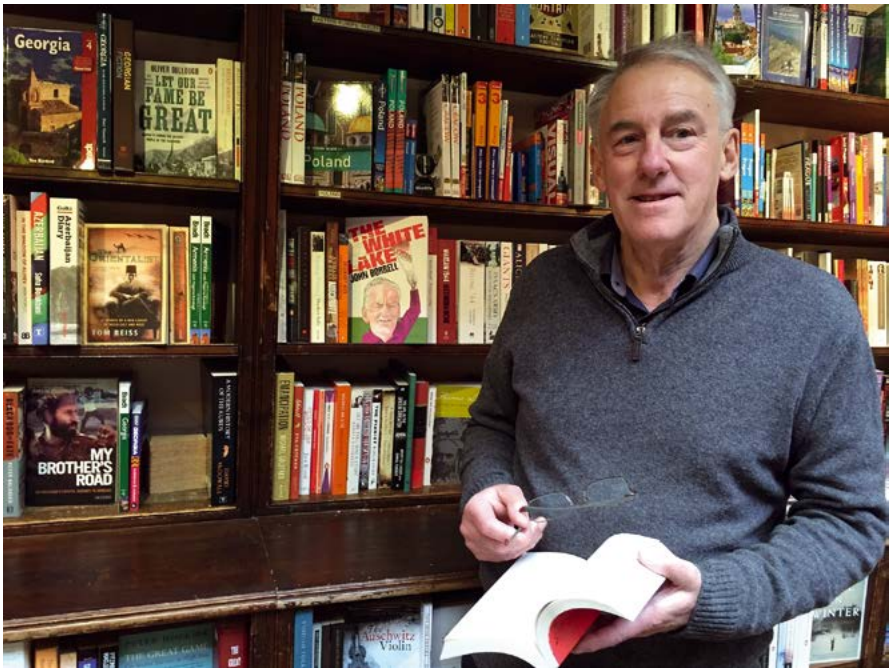
58 783 17 70

JOHN BORRELL

W ŻYCIU POTRZEBNE JEST SZCZĘŚCIE

ROZMAWIAŁA: AGATA RUDNIK

Podczas wojny domowej w Rodezji, życie uratował mu prezydent tego walczącego o niepodległość kraju, choć on sam nie miał pewnie o tym pojęcia. W Libanie przyglądał się z bliska izraelskiej inwazji, był świadkiem detronizacji cesarza Etiopii Haile Selassie I, relacjonował upadek komunizmu w Europie Wschodniej. John Borrell, były korespondent wojenny, osiadł na pięknych Kaszubach, gdzie stoczył walkę z realiami Polski po przemianach ustrojowych. Jak sam mówi, ta walka była dla niego trudniejsza niż praca korespondenta wojennego, jednak nie poddał się i stworzył wyjątkowy zakątek Kania Lodge, który przyciąga gości z całego świata. A to tylko jeden z jego ogromnych sukcesów.



Zastanawiam się, czy wywiad możemy przeprowadzić w języku polskim.

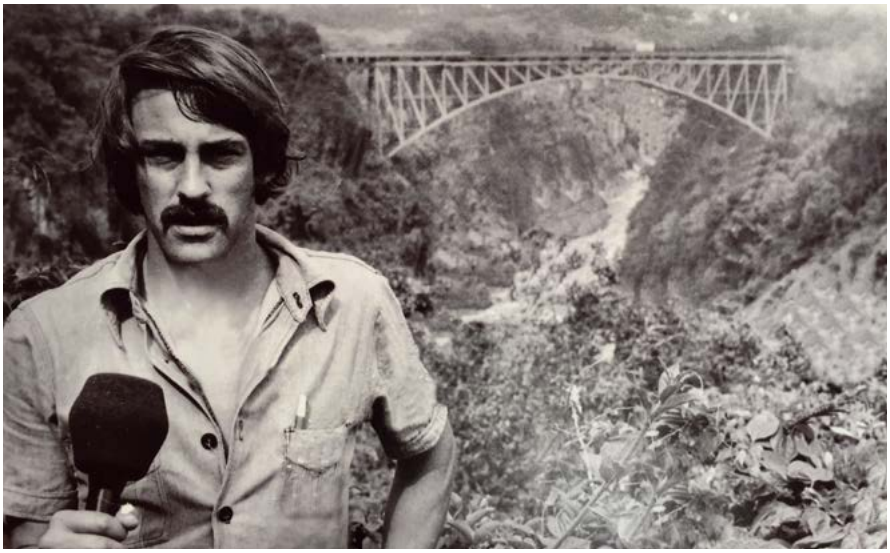
Ale ja mówię po polsku, jak siedmiolatek z Białegostoku, choć i tak jest lepiej niż 20 lat temu, kiedy się tu przeprowadziłem. Moja żona jest Polką i na początku w ogóle nie rozumiałem, czego ode mnie chce, kiedy mówiła po polsku. Pewnego dnia zapytałem ją - Ania, how do you say envelope in Polish? Odpowiada mi - koperta. Pojechałem więc na rowerze do sklepu papierniczego w Kartuzach i po drodze tak naprawdę już zapomniałem słowo „koperta". Podszedłem do ekspedientki i powiedziałem: - Poproszę dwie duże kobiety. Domyślam się, że dla was „kobiety" i „koperty" brzmią zupełnie inaczej, a dla mnie w zasadzie był to ten sam wyraz. Wydawało mi się, że jeśli będę mówił głośno, to ekspedientka mnie zrozumie. Wykrzyczałem więc: - Poproszę dwie kobiety! Nie pomogło. Zastanawiałem się, co jeszcze mogę zrobić. Dobrym pomysłem wydało mi się pokazanie, o co mi chodzi. Zaprezentowałem więc, jak się liże kopertę. Biedna kobieta na pewno pomyślała, że jestem jakimś maniakiem seksualnym, a policja w Kartuzach pewnie nadal mnie poszukuje (śmiech).

Cofnijmy się w czasie. Ma pan 19 lat i zaczyna swoją pierwszą pracę w Nowej Zelandii. Jakie ma pan plany i marzenia?

Moje życie zawodowe rozpoczęło się w małej gazecie lokalnej w Nowej Zelandii. Kiedy pracujesz w małej gazecie, piszesz małe historyjki. Byłem w tym jednak całkiem niezły. Potem, jak większość młodych Nowozelandczyków, pojechałem szukać szczęścia w Australii. Dostałem pracę w The Australian, u Ruperta Murdocha, co było naprawdę ogromnym wyróżnieniem. Do tej pory zastanawiam się, dlaczego mnie zatrudnili, ale pewnie uznali, że jestem nieszkodliwy. Kiedy wyjechałem w pierwszą delegację, pomyślałem, że to całkiem niezła fucha. Podróżuję, mieszkam w dobrym hotelu, piję piwo w czasie pracy, a za wszystko płaci mój pracodawca. To właśnie chciałem robić w swoim życiu, być korespondentem. Pomyślałem, że atrakcyjnym miejscem byłaby np. taka Południowa Afryka, z ciekawymi ludźmi, ale też przepełniona niebezpiecznymi konfliktami. Tam też zostałem wysłany.

A co było dalej?

Potem był Londyn i praca dla Thomson Reuters. Zdałem sobie jednak sprawę, że to nie jest moje miejsce na Ziemi. W końcu zrezygnowałem. To był 1973 rok, trudny czas, afera Watergate, strajki i kryzys



JOHN BORRELL

dziennikarz i biznesmen. Nowozelandczyk urodzony w New Plymouth. Były korespondent wojenny z Wietnamu, Bliskiego Wschodu, Afryki i Ameryki Południowej, który w latach 1968 – 1992 opisał kilkanaście konfliktów zbrojnych na świecie. Pracował m.in. dla Agencji Reutera, BBC, „The Economist", „The Observer" i „The Guardian". W 1982 r. związał się na stałe z amerykańskim tygodnikiem „Time Magazine". Po upadku komunizmu w Europie Wschodniej i na Bałkanach zrezygnował z pracy dziennikarskiej, by zacząć nowe życie w Polsce. Wraz z żoną, Polką, osiedlił sie na Kaszubach i zbudował tam, nad jeziorem Białym, pensjonat Kania Lodge. W 1994 r., podczas układania listy win do restauracji w swoim pensjonacie odkrył, że w Polsce trudno o ciekawe wina. Założył więc Wine Express Ltd., pierwszą w kraju firmę importerską sprzedającą wina wysyłkowo i sprowadził do Polski m.in. pierwsze nowozelandzkie sauvignon blanc.

ekonomiczny w Wielkiej Brytanii. Nie był to dobry moment na zwalnianie się z pracy, nie mając innej w zanadrzu. Miałem 25 lat i myślałem, że jestem sprytny i szybko coś znajdę, ale tak się nie stało. Nikt nie chciał wysłać młodego dziennikarza do Afryki, czy do Azji. Nie chciałem zostawać w Wielkiej Brytanii. Postanowiłem więc zostać freelancerem. Przygotowywałem materiały m.in. dla BBC, The Economist, czy Observer. To była jednak ciężka praca. Dużo podróżowałem do Afryki, która wówczas przepełniona była wojnami. Spędzałem po 6 tygodni w danym miejscu, relacjonując konflikt. Warunki też były trudne. Dzieliłem pokój z innym dziennikarzem. Brakowało tam okien i toalety, za to komarów było co niemiara. Pamiętam taką historię, gdy do Czadu można było przedostać się jedynie rzeką. Promy oczywiście nie pływały, wynająłem więc kanoe. Wydałem na to całą dniówkę i zastanawiałem się, jak dostać rachunek, żeby jakoś się z tego rozliczyć. Nigdy nie dostałem tych 16 dolarów z powrotem.

Na swojej drodze spotkał pan również Ryszarda Kapuścińskiego, z którym zresztą potem spędziliście setki godzin na rozmowach, nie tylko o polityce i sytuacji w Polsce.

W 1975 roku przyjechałem do Angoli. Byłem tam z moim przyjacielem z New York Times. Dużo razem pracowaliśmy i podróżowaliśmy. Rodzice Michaela byli Żydami, którzy opuścili Polskę w 1937 roku. Wyjechali do Paryża, a potem do Nowego Jorku. Dorastał więc w domu, w którym mówiło się po polsku. Kiedy wszedłem do hotelu, zobaczyłem, że rozmawia z kimś w dziwnym języku. Przedstawił mi swojego rozmówcę i okazał się nim właśnie Ryszard Kapuściński. Po raz pierwszy więc usłyszałem język polski w Angoli. Kiedy relacjonowałem upadek komunizmu w Polsce, mieszkałem w Warszawie dokładnie naprzeciwko Kapuścińskiego. Często wieczorami zasiadaliśmy wspólnie i dyskutowaliśmy. Kiedy już prowadziłem Kania Lodge, odwiedził mnie kilkakrotnie. Wtedy siedzieliśmy nad jeziorem i wspominaliśmy pracę w Afryce. Przykre jest dla mnie to, że kilka lat po śmierci został posądzony o kontakty z SB, szczególnie, że takie oskarżenia postawić można wielu osobom i to zupełnie bezpodstawnie.

Zadam pytanie, które pewnie bardzo często pan słyszy, ale nie mogę się powstrzymać. Jakie niebezpieczne sytuacje najbardziej zapadły panu w pamięć?

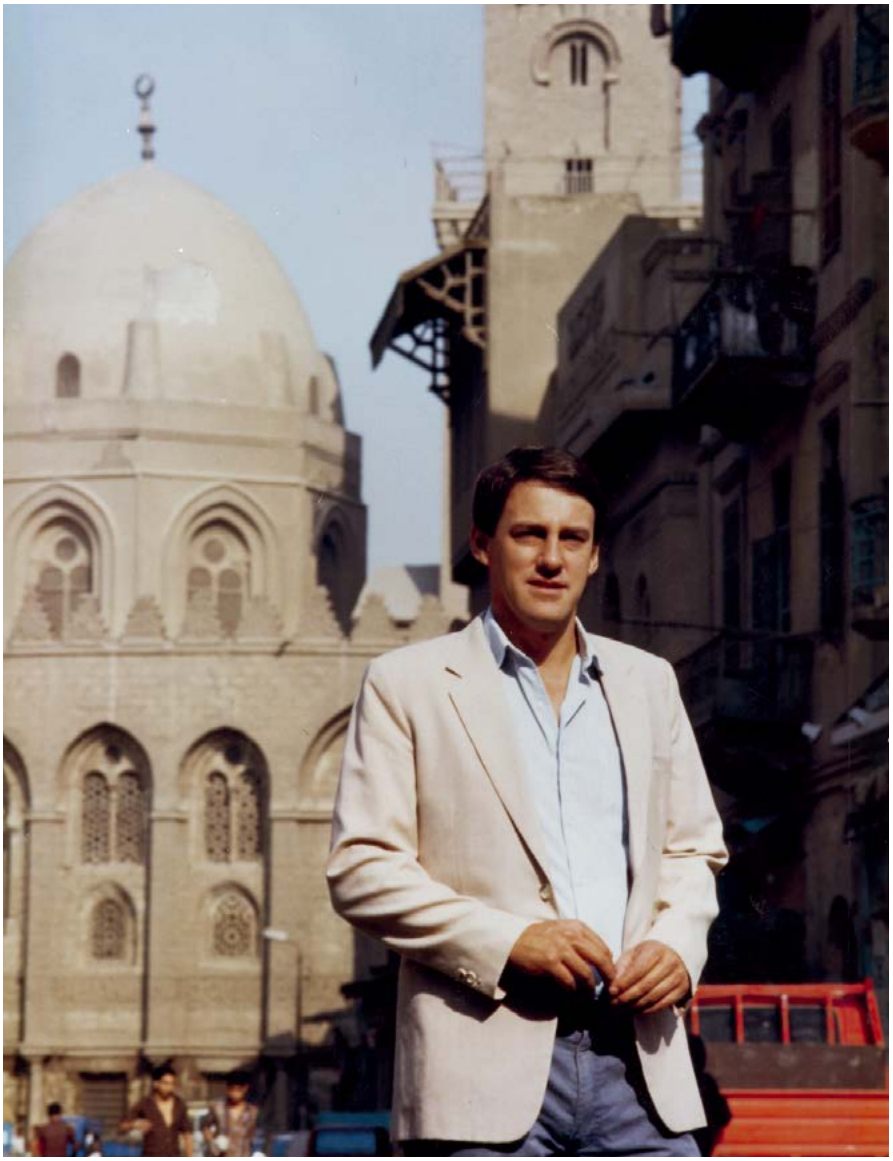
Miałem dużo szczęścia. Zawsze znajdowałem się na miejscu dwie minuty wcześniej lub później i tylko słyszałem, że zdarzyło się tam coś strasznego. Pamiętam jednak, jak byłem z kolegą w Rodezji. Relacjonowaliśmy tamtejsza wojnę domową. Pewnego dnia zabłądziliśmy i zostaliśmy zatrzymani przez tzw. żołnierzy. Kazali nam wysiąść z samochodu z rękami podniesionymi do góry. Zaprowadzili nas do buszu. Byliśmy przerażeni. Nasi koledzy, którym przytrafiła się podobna sytuacja, niestety zostali zastrzeleni. Posadzili nas na ziemi i nazwali białymi szpiegami. Przyszedł jeden z „oficerów", elegancko ubrany, kazał nam wstać i zapytał: – Jesteś John Borrell, prawda? Był to środek buszu, a ja nie jestem Mickem Jaggerem. Odpowiedziałem, że tak, owszem, mając nadzieję, że to dobrze. Okazało się, że widział mnie w telewizji z prezydentem. Pozwolił nam odejść, zaznaczając, że nie możemy tu nigdy wrócić. Nie wiadomo, co stałoby się, gdyby nie ten przedziwny zbieg okoliczności. Mogli nas po prostu zabić. Wszyscy potrzebujemy w życiu szczęścia. Możemy być zdrowi, pewni siebie, zdolni, ciężko pracować, ale bez tej odrobiny szczęścia, możemy też wszystko stracić, w mgnieniu oka.

Czasem szczęściu trzeba dopomóc, szczególnie w zawodzie dziennikarza.

Ja określam to mianem cwaniactwa. Bardzo chciałem pojechać do Iranu, by zobaczyć nowy ustrój. Podróż do Teheranu nie należała do łatwych, a Irańczycy nie lubili dziennikarzy. Wiedziałem też, że jeśli coś zawalę, to będę musiał wracać, co mogło wiązać się z różnymi konsekwencjami prawnymi. Udało się. Spędziłem tam 10 dni i opisałem kilka naprawdę ciekawych historii. Gdy chciałem już wracać, okazało się, że lotnisko jest chwilowo zamknięte. Dla mnie deadline był święty. Wiedziałem, że muszę oddać materiał w terminie, bo czekają na niego miliony czytelników. Wziąłem taksówkę i pojechałem aż do granicy z Armenią i Turcją. Mieszkało tam wielu Polaków, którzy przyjechali do Iranu podczas II Wojny Światowej. Udałem się do Istambułu i znalazłem teleks, dzięki któremu mogłem wysłać dalekopis z moim tekstem. Teraz to nie do pomyślenia.

A potem przyszedł czas na zlecenie w Polsce.

Moja ostatnia praca dla Time, materiał o upadku komunizmu we Wschodniej Europie. Przyjechałem do Polski w 1989 roku. Miałem napisać o tym książkę, a skończyło się na obszernych artykułach. Potem wszystko potoczyło się szybko. Wziąłem ślub z Anią, gdańszczanką, którą poznałem w Nigerii, kiedy prowadziła zajęcia na tamtejszym uniwersytecie i przeprowadziliśmy się na Kaszuby. Dla wielu osób było



to czyste szaleństwo. Pamiętam ten moment, kiedy złożyłem rezygnację w redakcji Time i zjeżdżałem windą do wyjścia. Czułem ulgę, prawdziwą ulgę. Po pewnym czasie jednak pomyślałem, że może ci ludzie w Nowym Jorku mieli rację, może jestem szalony.

Początki w naszym kraju nie były dla pana łatwe. Co było największym wyzwaniem dla Nowozelandczyka na Kaszubach?

Chciałem zbudować Kania Lodge, miejsce inne niż wszystkie, które przyciągać będzie wyjątkowych gości. W 1992 roku Polska była zupełnie inna niż teraz. Korupcja, lokalne układy, szczególnie w małych miejscowościach, nie ułatwiały założenia jakiejkolwiek działalności. Całą swoją walkę opisuję zresztą w książce „Nad Jeziorem Białym". Byłem korespondentem wojennym, myślałem, że nic nie może mnie złamać i zaskoczyć, a jednak. Ta wieloletnia walka z urzędami okazała się być największym wyzwaniem w moim życiu. Przeciwko mnie były też regionalne media. Założyłem wiec własną gazetę Express Kaszubski, który teraz wydawany jest on-line. Przez 5 lat walczyłem w sądzie z byłym burmistrzem Kartuz, który uważał, że to przeze mnie stracił urząd. Myślałem o tym, żeby wyjechać, oczywiście. Byłem wkurzony. Potraktowałem to jednak jako wyzwanie. Poza tym jestem uparty.

Czy można powiedzieć, że prowadzi pan teraz spokojne, sielskie życie?

Jestem bardzo szczęśliwy, że żyję na Kaszubach. Zwolniłem i większość czasu spędzam w domu. Gdy byłem dziennikarzem, obowiązywały mnie twarde terminy. Podoba mi się, że teraz mogę po prostu usiąść z kieliszkiem wina przed kolacją.

Skoro już rozmawiamy o winie. Nowojorskie czasopismo Wine Spectator uznał kartę win w Kania Lodge, za jedną z najbardziej wyjątkowych na świecie. Od czego zaczął się ten spektakularny sukces?

Kiedy otworzyłem Kania Lodge, chciałem mieć dobre wino, by przyciągnąć znawców. Było to bardzo trudne na początku lat 90. W sklepach dostępne było wino tanie i drogie, ale brakowało tego dobrego. Importowałem więc trunki w Wielkiej Brytanii. Goście je pokochali, a z czasem prosili, bym im wysyłał kolejne butelki. Okazało się, że to kolejny **sposób na biznes. Importowałem wina z całego świata, a w 1996 r. rozpocząłem pierwszą w Polsce jego sprzedaż wysyłkową. Lista klientów rosła, a my doczekaliśmy się też stacjonarnego sklepu w Gdyni Orłowie.**

Pozostając w temacie alkoholi, w Kania Lodge powstaje również wyjątkowa wódka Kania. Podawana jest m.in. w takich hotelach, jak paryski Ritz, czy Savoy w Londynie. W czym tkwi sekret tej prestiżowej współpracy?

Naszą wódkę robimy w taki sposób, powiedziałbym „vintage", tradycyjny. Powstaje ona z ziemniaków uprawianych na okolicznych polach. Ma zupełnie inny smak niż wódki komercyjne. Można ją pić zarówno zimną, jak i ciepłą, niczym koniak po obiedzie, tak też serwowana jest w Savoy. Trafiła tam przede wszystkim dzięki ścisłej współpracy z Londynem, gdzie mój syn prowadzi firmę. Od początku wiedzieliśmy, że nie chcemy eksportować naszej wódki do sklepów. Zależało nam na najbardziej ekskluzywnych hotelach i restauracjach. Stąd w jednej z londyńskich restauracji za butelkę zapłacimy aż 2000 dolarów. Dostępna jest również w Polsce, nie tylko w Kania Lodge, ale także m.in. w restauracji Atelier Amaro oraz w Mera Spa Hotel w Sopocie.

Czy pamięta pan pierwszego gościa Kania Lodge?

Oczywiście! Był to general manager American Express w Polsce. Wtedy tak wysokie stanowiska obejmowali tylko obcokrajowcy, teraz oczywiście jest inaczej. Kiedy otworzyłem Kania Lodge, chodziłem do ambasad i korporacji. Chciałem po prostu dobrze „sprzedać" to miejsce. Rzeczywiście przyjeżdżali do nas ambasadorowie, czy menadżerowie na najwyższych szczeblach. Doceniali m.in. to, że można było tu swobodnie porozumieć się po angielsku, dyskutować o polityce itp., co w tamtych czasach nie było powszechne.

Na koniec zapytam o to, co robiłby pan teraz, będąc korespondentem wojennym? O czym by pan pisał?

Przede wszystkim pewnie byłbym bezrobotny (śmiech). Wszystko się zmieniło. Moje pokolenie było ostatnim, które pracowało dla dużych gazet, które było stać na to, by dawać nam dużo czasu na przygotowywanie materiału. Ludzie teraz nie mają czasu, chcą wszystko mieć szybko, tu i teraz. Ja w ten sposób nie pracuję. ■

HANZA
★★★★
PAŁAC

SENSUALNE SPA

z widokiem na park

—

HANZA PAŁAC WELLNESS & SPA
Rulewo 13, 86-160,Warlubie
tel: +48 52 320 90 94
www.hanzapalac.pl

Z MICHAŁEM WŚRÓD ZWIERZĄT

SPIRYTUS DLA SŁONIA

Fot. Tadeusz Dobrzyński

Michał Targowski

ROZMAWIAŁA: AGATA RUDNIK

Czy zastanawialiście się, co dzieje się z oliwskim Zoo po sezonie? Jak wyglądają jesienne porządki? Które zwierzęta najszybciej przenoszą się do swoich zimowych domów? Opowiada Michał Targowski, dyrektor Miejskiego Ogrodu Zoologicznego w Gdańsku-Oliwie.

Panie dyrektorze, jaki to był sezon dla gdańskiego Zoo?
W tym roku możemy pochwalić się najwyższą w historii naszego Zoo frekwencją, która wyniosła ponad 470 tys. odwiedzających. Dla porównania w zeszłym roku było to 432 tys. gości.

Zbliżający się okres zimowy temu nie sprzyja, jednak w Ogrodzie Zoologicznym dzieje się więcej, niż mogłoby się nam wydawać…
To prawda. Naszych mieszkańców można obserwować zarówno na wybiegach, jak i w zimowych pawilonach. Jako pierwsze odłapywane są żółwie. W chłodne dni nie mogą przebywać na zewnątrz. Przenieśliśmy je do ciepłych basenów w pawilonach. Wcześniej długo obserwowaliśmy, czy jeszcze przyjmują pokarm, czy już ich metabolizm zwolnił. Zresztą one cieszą się nawet ostatnimi promieniami słońca i wyciągają do niego pyszczki. W październiku włączyliśmy też ogrzewanie u słoni i antylop, bo są to zwierzęta afrykańskie, których skóra jest praktycznie naga.

Nasze oliwskie słonice są zresztą wyjątkowo wrażliwe na zmiany temperatury, prawda? W zeszłym roku pisaliśmy o ich przeziębieniach.
Na początku jesieni rzeczywiście mieliśmy mały kryzys z Katką. W końcu to już wiekowa dama, więc mają prawo doskwierać jej problemy ze stawami, a wszystkiemu winna była dżdżysta pogoda. Pojawiały się stany zapalne, miała problemy z chodzeniem i podpierała się trąbą, była markotna, odmawiała współpracy podczas porannego treningu. Podawaliśmy jej więc sterydy, aby znieść ból stawowy, a do tego dawkowaliśmy witaminy i codziennie oblewaliśmy ją gorąca wodą. Uwielbia to! Taka terapia świetnie się sprawdza. Oczywiście zawsze mamy też w zanadrzu spirytusik (śmiech). Taki rozcieńczony w wodzie jest świetnym lekarstwem i doskonale rozgrzewa słonie.

Wróćmy jeszcze do zimowych przeprowadzek. Które zwierzaki zmieniają tymczasowo swój adres zamieszkania?
Pierwszymi ptakami, które są odłapywane są flamingi. Ich staw znajduje się na grząskim terenie, stąd postawienie pawilonu jest niemożliwe. W tym roku sprowadziliśmy sporo nowych osobników, a stado liczy 30 sztuk, więc przeniesienie tak licznej grupy jest nie lada wyzwaniem. Jeszcze do niedawna stosowaliśmy dość „brutalne" metody. Jedną ręką łapało się takiego delikwenta za dziób, drugą przyciskało się go do tułowia pracownika, który dodatkowo musiał jeszcze trzymać ptaka za nogi. Trzeba było robić to bardzo umiejętnie, by nie wyrządzić zwierzęciu krzywdy, co dla obu stron wiązało się z ogromnym stresem. Stworzyliśmy więc tunel z cieniutkiej siatki, do którego sypiemy pokarm, a flamingi posłusznie do niego wchodzą. Na końcu znajduje się klatka, która pozwala na jednorazowe przeniesienie nawet sześciu ptaków. Zrobiliśmy kilka takich kursów i teraz wszystkie są już bezpieczne w ciepłym kurniku z basenem. Wrzucamy do niego rozwielitki i krewetki, bo flamingi swoim dziobem-czerpakiem ubóstwiają je łowić.

To brzmi jak 5-gwiazdkowy hotel ze spa!
Jeśli w kwietniu nie będzie śniegu i lodu, to ponownie zaprosimy flamingi do klatek i przeniesiemy je nad staw. Chcemy to zrobić jak najszybciej, bo liczymy, że zaczną budować gniazda i składać jaja. Ostatnimi ptakami, które przenosimy są pelikany. Tak naprawdę doskonale dałyby sobie radę, nawet podczas dużych mrozów. Staw jednak wówczas zamarza i stwarza to niebezpieczeństwo, że mogłyby wyjść poza ogrodzenie. Byłyby też łatwym celem dla naturalnych drapieżników, które również grasują w zoo.

Którym zwierzętom zima jest niestraszna?
Lwy, pomimo, że mają przytulne pawilony, bardzo lubią wychodzić na mróz i bawić się na śniegu. Ciekawie zachowuje się też nasz stary, 40-letni już miś. Niedźwiedzie zasypiają na zimę, ale w ogrodzie zoologicznym, nie ma potrzeby przetrwania trudnych warunków w ten sposób. Nie zasypia, ale jest bardziej osowiały, senny, nic mu się nie chce. Zimę zdecydowanie kochają foki. To dla nich czas największych harców, radości i zabawy. Takiny, które żyją w Himalajach, w surowym, śnieżnym i wietrznym klimacie, też stają się teraz bardziej ożywione, podobnie jaki tybetańskie. Mróz nie zagraża też lamom, alpakom i wielbłądom. Choć zima nie jest łaskawa dla niektórych gatunków, w tym np. dla małp, to jednak można je nadal obserwować w zimowych pawilonach. Do końca roku musimy skończyć budowę zimowiska dla patasów i już zapraszam do ich odwiedzania. ■

Słonie afrykańskie

Gdańsk
Oliwa

Osiedle wypełnione sztuką

IDEA

EURO STYL
Deweloper z pasją

FUNDACJA WWF POLSKA OGŁASZA LIVING PLANET REPORT 2016

Według najnowszego raportu WWF Living Planet Report 2016, globalna populacja gatunków dzikich zwierząt może się zmniejszyć do 2020 roku nawet o 67 proc. Jest to efekt działalności człowieka, który degraduje i eksploatuje Ziemię na skalę dotąd niespotykaną w historii cywilizacji. Partnerem WWF Polska prezentującym Living Planet Report 2016 w Polsce jest IKEA.

Ginące gatunki dzikiej przyrody

Najnowszy raport WWF na temat stanu naszej planety podaje, że w latach 1970-2012 całkowita liczebność populacji kręgowców spadła o 58 proc. Oznacza to, że ilość ssaków, ptaków, gadów, płazów i ryb zmniejszyła się średnio o połowę w ciągu niewiele ponad 40 lat. Szacuje się, że do roku 2020, czyli w ciągu pół wieku (licząc od 1970 r., kiedy WWF rozpoczął monitorowanie dzikiej przyrody), Ziemia może stracić dwie trzecie populacji tych gatunków.

- Bogactwo przyrody znika na naszych oczach. Dane zawarte w Raporcie są alarmujące, bo gatunki zwierząt stanowią ogromną część usług ekosystemowych, od których wszyscy jesteśmy bardzo zależni. Zachodzące zmiany wpływają także na czystoś powietrza, jakoś wody, iloś pożywienia i tempo zmian klimatu – podsumowuje Jakub Skrzypczyk z Fundacji WWF Polska. – Dlatego tak ważne jest, by działać już teraz i zacząć wdrażać gotowe rozwiązania, które pozwolą nam korzystać z zasobów planety w sposób zrównoważony, szczególnie w obszarze produkcji żywności, energii i przepływów finansowych - dodaje.

Ślad ekologiczny konsumpcji

Raport zawiera także dane organizacji Global Footprint Network, które pokazują, że do zapewnienia surowców naturalnych i usług ekosystemowych wykorzystywanych przez ludzkość potrzebny jest potencjał biologiczny równy temu, jaki miałoby 1,6 Ziemi. W związku z tym żyjemy na kredyt, eksploatując naszą planetę ponad jej zdolności regeneracyjne.

- Im bardziej staramy się rozszerzyć granice planety, tym bardziej ją niszczymy. Mamy ją tylko jedną, a jej naturalny potencjał jest ograniczony. Dlatego na każdym kroku powinniśmy minimalizować nasz wpływ na środowisko. Staramy się to robić na każdym etapie naszej działalności – od starannej selekcji certyfikowanych surowców i dostawców spełniających kryteria IWAY po oferowanie produktów pomagających konsumentom prowadzić bardziej zrównoważone życie w ich domach – mówi Karol Gobczyński, Menadżer ds. energii i klimatu w IKEA Retail w Polsce, która jest partnerem prezentującym WWF Living Planet Report 2016 w Polsce.

Konieczność zmiany w korzystaniu z zasobów Ziemi

Dane w raporcie WWF odnośnie nadmiernej eksploatacji planety przez człowieka i spadającej liczby populacji gatunków dzikiej przyrody pokazują, że musimy na nowo zdefiniować sposób naszego działania. Chodzi tu o metody, jakie wykorzystujemy w produkcji oraz te, które stosujemy do mierzenia sukcesu ekonomicznego, do szacowania i uwzględniania wartości środowiska naturalnego, a także nasze sposoby zaspokajania konsumpcji. Dlatego, aby chronić środowisko, przy jednoczesnym rozwoju społeczno-gospodarczym, trzeba dokonać pilnych zmian systemowych, na które wpływ mają rządy państw, biznes, ale także każda osoba indywidualnie. Powinniśmy zmienić krótkowzroczne podejście do problemów świata na podejście strategiczne, które będzie służyło przyszłym pokoleniom i skutecznie chroniło zasoby naszej planety, przy ich racjonalnym wykorzystywaniu. ■

zakotwicz się w Rewie
15 METRÓW OD MORZA

Skipper
★★★ HOTEL

restauracja z autorskim menu
strefa **SPA** & **wellness**
festiwale **kulinarne**

otwarcie
już **wkrótce**

wesela nad morzem

ferie zimowe

szkolenia

HOTEL SKIPPER ***, REWA, UL. SZTORMOWA 2, 81-198 KOSAKOWO, TEL. +48 538 316 470, REWA@REWA.PL

www.rewa.pl

SEUL

ŻYCIE W STYLU GANGNAM

AUTOR: MARTA LEGIEĆ

Dziesięciomilionowy Seul nie bez powodu nazywany jest "bramą Azji". To miasto nowoczesne, bogate, bardzo "zachodnie", które niczym Nowy Jork, nigdy nie zasypia. Aby się o tym przekonać wystarczy wsiąść do samolotu i po 10 godzinach lotu postawić nogę w zupełnie innym świecie.

Gangnam, najbogatsza dzielnica Seulu

Po wylądowaniu mam pierwszą możliwość zetknięcia się z koreańskim językiem i kulturą. Zaczynam od obserwacji kultury… jazdy. Przyjechałam tu z myślą, iż Koreańczycy są grzeczni, ułożeni, wychowywani w szczelnym gorsecie pewnych norm. Jednak na pierwszy rzut oka na ulicach tego nie zauważam. W drodze z lotniska Incheon do centrum miasta widzę za to wielu zdenerwowanych kierowców, którzy jeżdżą na granicy bezpieczeństwa.

Być może tak nerwowo jest tu na drogach przez wszechobecne korki? Przemieszczanie się autem zajmuje sporo czasu. W godzinach szczytu zdecydowanie lepiej wybrać metro, a ruch samochodowy obserwować jak swoisty spektakl. Na koreańskich drogach dominują samochody marki Hyundai i KIA. Koreańczycy przywiązani są do swoich marek.

TARGOWISKO PRÓŻNOŚCI

Gdyby nie azjatycka gwiazda PSY i jego teledysk z zadziwiającą choreografią, który jako pierwszy przekroczył 1 miliard wyświetleń w serwisie YouTube, pewnie niewielu mieszkańców Polski usłyszałoby o Gangnam. Nie jest to jednak, jak się mogłoby wydawać, koreańska lambada czy macarena, tańczona do rytmicznie powtarzanego "Heeeyyyy, sexy laaaaady!". "Gangnam Style" to sformułowanie odnoszące się do stylu życia mieszkańców seulskiej dzielnicy Gangnam, porównywanej do Beverly Hills w Kalifornii. Rządzi tu luksus, moda i snobizm, ale też lekarze z setek klinik chirurgii plastycznej.

Zakupy robi się u Prady, Gucciego, Louisa Vuitton. Ulice to typowe targowiska próżności. Tu wszystko musi być "naj" – najwyższe w kraju są więc drapacze chmur, najbardziej luksusowe sklepy, po ulicach jeżdżą najbardziej wypasione samochody. Największe koreańskie korporacje właśnie tu mają swoje siedziby. To tu powstaje 7 proc. koreańskiego PKB i mieszka 5 proc. mieszkańców stolicy, choć na kupienie apartamentu w zajmującej powierzchnię ok. 40 km kw. dzielnicy, pozwolić sobie może wyłącznie finansowa elita kraju. Nie każdego stać nawet na imprezowanie w tutejszych klubach. Cena butelki alkoholu w modnych nocnych lokalach zaczyna się od 250 dolarów.

KULINARNY HIT

Gangnam rozwinęła się w latach 60. i 70. na południowym brzegu rzeki Han, dzielącej Seul na połowy. Jest dziś stałym punktem programu wielu wycieczek do Korei. Oszałamia, dlatego wyciszenia lepiej szukać w bardziej kameralnych dzielnicach, pozwalających zgubić się w labiryncie uliczek albo zauroczyć małymi sklepikami, w których za równowartość 35 dolarów można kupić koszulę szytą na miarę. Albo przepaść bez reszty w ciekawych galeriach czy kameralnych restauracjach. Jedzenie wydaje się wszechobecne. Stragany z krewetkami, pierożkami z wołowiną, smażonymi kurczakami czy jedwabnikami są niemal wszędzie.

W niemal każdej restauracji, do której trafiam, na stole pojawia się osławione kimchi. Podobno istnieje ponad 250 rodzajów kimchi. W podstawowej wersji jest to kapusta pekińska kiszona przez rok w marynacie z czosnkiem, papryczką chilli i różnymi warzywami. Koreański kulinarny hit nie w każdej postaci odpowiada europejskiemu podniebieniu. Tradycyjne potrawy popija się koreańskim piwem albo soju, rodzajem wódki ryżowej, by po zmroku, seulskim zwyczajem, w towarzystwie przyjaciół, wyskoczyć do noraebang, czyli lokalu z karaoke.

W LABIRYNCIE ZAKAZÓW

Seul to udana mieszanka czegoś, co wydaje się nam swojskie, z azjatycką egzotyką w najwyższym wydaniu. Z jednej strony poczuć się tu można jak w każdej światowej metropolii, z drugiej zaś miasto prawdziwie zaskakuje pielęgnowanymi od dawna zwy-

Seul to kolorowa metropolia

Gyeongbokgung Palace

czajami, przyzwyczajeniami, nakazami i zakazami. Przede wszystkim jest na wskroś czyste. Śmieci na ulicach nie uświadczysz i co dziwne, nie ma też śmietników. Miejscowa dziewczynę opowiada mi, że tu każdy swoje śmieci nosi przy sobie, choćby cały dzień, by na koniec zanieść je do domu. Innej możliwości nie ma.

Kłopot w Seulu mają też palacze. Palić na ulicach nie wolno, a jeśli kogoś mocno przyciśnie i zaryzykuje, może spodziewać się mandatu w wysokości ok. 100 dolarów. Lepiej więc "wypalić się" w specjalnych kioskach, które ustawiane są przy niektórych dużych skrzyżowaniach. Przypominają te, które znamy z lotnisk. Zamknięte budki pełne palaczy i tytoniowego dymu niepalących odstraszają z daleka, uzależnieni od tytoniu nie mają wyboru.

PECHOWA CZWÓRKA

Przyjeżdżając tu warto też mieć świadomość, iż w Korei unika się "czwórki", tak jak u nas "trzynastki". Wszystko dlatego, że po koreański wymowa słowa 4, jest wyrazem identycznie brzmiącym jak słowo "śmierć". Dlatego w hotelu może nie być pokoju z numerem 4. Może też nie być czwartego piętra, albo w windzie zamiast nr 4 znajdziemy literę "F". Szczególnie kobiety niezadowolone mogą być też z faktu, iż przybywając do Korei automatyczne stają się o rok starsze. System liczenia wieku znacznie się bowiem różni od tego, jaki jest nam znany.

W Korei każdy noworodek tuż po urodzeniu ma jeden rok. Natomiast wiek każdej osobie nalicza się każdego 1-go stycznia. Prawdziwy dzień i miesiąc urodzin nie ma tu znaczenia. Samo pytanie o wiek jest tu jednym z częściej zadawanych. Nie ma w tym nic niezwykłego. Robi się to po to, by umiejscowić osobę na odpowiednim szczeblu społecznej hierarchii. Dla osoby starszej zarezerwowany jest określony kanon słów i zwrotów grzecznościowych.

PODRÓŻ W PRZESZŁOŚĆ

Seul to nie tylko strzelające w niebo wieżowce, ale też pieczołowicie pielęgnowana tradycja. Po ogromnej dawce wrażeń wybieram się w podróż w przeszłość, uciekam do jednego z pięciu królewskich pałaców. Drewniane budynki otoczone wielkimi placami i długimi murami to dziś jedne z największych atrakcji Seulu. Wybieram Changdeokgung. Wzniesiony na początku XV wieku, w czasach dynastii Joseon, nie bez powodu uznawany jest za serce Seulu. Jedna z najpiękniejszych koreańskich siedzib królewskich urzeka misternie wyciętymi w drewnie kolorowymi zdobieniami, precyzyjnie malowanymi ornamentami i rzeźbionymi smokami.

Każdy budynek kusi, żeby podejść i przyjrzeć się mu z bliska. Na jego tyłach rozciąga się tajemniczy ogród, pełen wody i zieleni. Kiedyś wstęp do niego miała wyłącznie królewska rodzina. Dziś mogę wejść tu również ja. Kiedy przysiadam na chwilę, widzę dookoła wiele osób w hanbokach - tradycyjnych, koreańskich strojach. O dziwo, całkiem dużo tu ubranej w ten sposób młodzieży. Dziewczynom i dojrzałym kobietom ów strój dodaje uroku. W rozkloszowanych spódnicach sięgających ziemi czują się trochę jak księżniczki.

BEZ KOMPLEKSÓW

Jeszcze w połowie XX wieku Korea Południowa zaliczana była do najbiedniejszych krajów świata. W ciągu ostatnich 50 lat wszystko się zmieniło. Z peryferii Azji przeniosła się do centrum globu. Na każdym kroku widać, że Seul wyrósł na prawdziwą światową stolicę, bez kompleksów w stosunku do Nowego Jorku, Londynu czy Tokio. Pod osłoną nocy wyjeżdżam z miasta, które nigdy nie zasypia. Mam świadomość, że nie zobaczyłam wszystkiego. Jednak wrócę, przecież wystarczy mi zaledwie dziesięć godzin, żeby prosto z Polski pojawić się tu ponownie. ■

Changdeokgung Palace

Street food w Seulu to kulinarna uczta

BMW 750Li ELEGANCKI KAMERDYNER

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

Czy jesteście w stanie wyobrazić sobie samochodowy odpowiednik kamerdynera? Eleganckiego, dyskretnego dżentelmena o nienagannych manierach, który jest do waszej dyspozycji o każdej porze dnia i nocy? Zapewnia wam komfort i bezpieczeństwo, dba o dobre samopoczucie, dogodną temperaturę otoczenia, a w razie potrzeby nawet o zapach dookoła? Odpowiednikiem lokaja w motoryzacji mogłoby być przynajmniej kilka luksusowych limuzyn segmentu F. My, dzięki Bawaria Motors Gdańsk, poznaliśmy się bliżej z nowym BMW serii 7 w odmianie 750Li!

BMW 750Li
Pojemność: 4395 cm^3
Moc silnika: 450 KM
Prędkość maks: 250 km/h
Przyspieszenie od 0 do 100 km/h: 4.4 sekundy
Cena: od 532 600 zł
(prezentowany egzemplarz 692 566 zł)

Seria 7 jest odpowiednikiem perfekcyjnego człowieka sukcesu. Elegancka, dostojna, piękna. Jest jak najlepszy finansista z londyńskiego City. W garniturze skrojonym na miarę, który okrywa dobrze zbudowaną sylwetkę, z drogim zegarkiem i najnowszym iPhone'em w kieszeni. Jej nadwozie choć ogromne, zaskakuje lekkością. We wnętrzu rozpieszcza pasażerów przestrzenią i jakością wykończenia. A to dopiero początek…

DYSKRETNA INTUICJA

Wróćmy do naszego kamerdynera. O jego sukcesie w tej pracy decyduje wyczucie i umiejętność dostosowania się do oczekiwań i przyzwyczajeń swojego pracodawcy. Zaskakujące, ale dokładnie tak samo postępuje BMW serii 7. Adaptacyjny układ jazdy „uczy" się swojego kierowcy – poznaje jego zwyczaje, rozumie sposób w jaki prowadzi samochód.

Po co? Aby perfekcyjnie reagować na jego nawyki i dostosowywać się, aby to właśnie jemu zaoferować maksimum komfortu lub wrażeń z jazdy. Lubisz jazdę dynamiczną? Wybierz tryb sportowy i poczuj jak duża limuzyna przeistacza się w baletnicę. Zawieszenie usztywnia się, układ kierowniczy „twardnieje", a zespół napędowy i hamulcowy pracuje jeszcze wydajniej, aby sprostać twoim oczekiwaniom.

NA TYLNEJ KANAPIE

Wolisz zasiąść na tylnej kanapie, odsunąć fotel pasażera i rozprostować nogi? Wybierz tryb komfortowy i delektuj się ciszą i spokojem, sterując niemal wszystkimi udogodnieniami za pomocą tabletu umieszczonego w tylnym podłokietniku. W tym czasie twój kamerdyner o imieniu 750Li zadba o jonizację powietrza w kabinie z twoim ulubionym zapachem. Właściwie trudno jest precyzyjnie odpowiedzieć na pytanie, gdzie można poczuć się lepiej i bardziej wyjątkowo – z przodu czy z tyłu?

BMW serii 7 do tej pory, w klasie ultraluksusowych limuzyn słynęło z właściwości jezdnych i radości, której dostarcza kierującemu. Nowa „siódemka", szczególnie w wersji o przedłużonym rozstawie osi „L", oferuje najwyższy wymiar komfortu i luksusu również pasażerom tylnej kanapy. Jeśli natomiast właściciel tego samochodu postanowi samemu usiąść za kierownicą, doświadczy empirycznie niezwykłego talentu inżynierów z Monachium, którzy połączyli skrajne i sprzeczne cechy. Wielkość nadwozia i lekkość prowadzenia.

PRZEŁOMOWE INNOWACJE

Z tej motoryzacyjnej baśni przenieśmy się teraz do codziennego życia. Czy można usprawnić tak prozaiczną czynność jak parkowanie w garażu, albo ciasnym miejscu parkingowym? BMW serii 7 wyposażone jest w specjalny kluczyk, który równie dobrze można nazwać osobistym autopilotem.

Poza podglądem stanu samochodu, np. ilości paliwa w zbiorniku, umożliwia zdalne sterowanie układem ogrzewania oraz chłodzenia kabiny, ale również parkowanie bez obecności kierowcy w kabinie. Wystarczy ustawić samochód na wprost miejsca parkingowego, wybrać odpowiednią funkcję i samochód sam zaparkuje.

SAMOCHÓD KOMPLETNY

Seria 7 wydaje się samochodem kompletnym. Siedząc za kierownicą pozwala poczuć się jak w kompaktowym samochodzie ze sportowym rodowodem. W połączeniu z silnikiem 4.4 litra o mocy 445 koni mechanicznych o aksamitnej, niemal niewyczuwalnej pracy 8 cylindrów zachwyca również dynamiką. Przyspieszenie do 100 km/h w 4.4 sekundy to wynik do niedawna zarezerwowany dla samochód sportowych i raptem 0.4 sekundy wolniejszy od wyczynowego modelu M5.

Lista możliwych konfiguracji oraz dodatkowego wyposażenia wydaje się nie mieć końca. Kiedy się przez nią przebrnie pozostanie podpisanie umowy zatrudnieniowej dla naszego kamerdynera. Jego praca jest bezcenna i warta każdej złotówki, nie warto więc zawracać sobie głowy minimum 532 600 zł należnego mu wynagrodzenia.Warto natomiast zastanowić się nad dodatkowym wyposażeniem np. takimi dodatkami jak szyby odbijające promienie słoneczne za 6086 zł, albo laserowe reflektory za 14 960 zł, albo bezdotykową obsługą radia i telefonu za 965 zł. ■

MAZDA6 SPORT KOMBI 4X4

TEKST: MAX RADKE
FOTO: KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Stylistycznie to wciąż ten sam samochód - piękny, smukły, proporcjonalny. Mazda6, bo o niej mowa, przeszła lifting niczym u najlepszego chirurga plastycznego. Z zewnątrz zmian nie widać, ale w środku płonie gorący ogień podsycany ekscytacją nowymi rozwiązaniami. Niektóre z nich producent określa jako rewolucyjne. Postanowiliśmy się o tym przekonać zabierając z salonu BMG Goworowski na kilkudniowe testy Mazdę6 w wersji Sport Kombi 4x4.

Testowana Mazda6 to egzemplarz na rok modelowy 2017, w najbogatszej wersji wyposażenia SkyPASSION, z napędem na 4 koła i automatyczną skrzynią biegów. Samochód napędzany jest zmodernizowanym, silnikiem diesla SKYACTIVE-D o pojemności 2.2 l i mocy 175 KM. Modernizacja miała na celu wyciszenie pracy silnika oraz zwiększenie jego dynamiki. I to się udało pierwszorzędnie, choć trzeba też przyznać, że w wersji przed liftingiem też nie było się do czego przyczepić.

Jak jeździ nowa Mazda6? Odpowiedź jest krótka i konkretna. Znakomicie. Automatyczna skrzynia nie wykazuje opóźnienia w reakcji na gaz, w dolnych zakresach obrotów samochód zaskakuje dużą dynamiką, której nie traci też "na górze" i przy wyższych prędkościach. Podczas jazdy autostradą, przy prędkościach powyżej 150 km/h poziom hałasu dobiegający do kabiny jest na tyle mały, że swobodnie można prowadzić rozmowę z pasażerem.

Jednak to, z czego Japończycy są najbardziej dumni to nowatorski system G-Vectoring Control (GVC) poprawiający trakcję na zakrętach. Niby nic nowego, wszak w tym segmencie to standard, ale system Mazdy wykorzystuje moment obrotowy silnika, a nie układ hamulcowy. Dzięki temu działanie systemu staje się mniej odczuwalne, jazda jest bardziej płynna, gdyż przeciążenia i siły boczne działające na samochód są korygowane o wiele efektywniej.

Mazda6 Sport Kombi ma się czym chwalić również w zakresie aktywnych systemów bezpieczeństwa oferując pełen wachlarz innowacyjnych rozwiązań i-ACTIVSENSE, reagujących w razie konieczności na wszystkie zagrożenia. System wspomagający hamowanie (SCBS) monitoruje odstęp i prędkość zbliżania się do pojazdu poprzedzającego, automatycznie rozpoczynając hamowanie w razie prawdopodobieństwa kolizji przy prędkości maksymalnie 30 km/h.

System wykrywający znużenie kierowcy (Driver Alert) stale monitoruje zachowanie kierowcy na drodze, i jeśli wykryje oznaki zmęczenia, bezpośrednio na linii wzroku kierowcy wyświetla ikonę ostrzegawczą. Nowy system wspomagający utrzymanie pojazdu na pasie ruchu (LAS) nie tylko ostrzeże sygnałem dźwiękowym przed zjazdem z pasa ruchu, ale w razie konieczności automatycznie skoryguje tor jazdy w celu uniknięcia potencjalnej kolizji.

Zmodernizowana Mazda6 w wersji 4x4 to wszechstronne, dopracowane auto. Również w środku. W kabinie jest sporo miejsca, zarówno dla kierowcy, jak i pasażerów na tylnej kanapie. Egzemplarz, który mieliśmy przyjemność testować, wyposażony jest praktycznie we wszystkie zdobycze motoryzacyjnej techniki wpływające na komfort jazdy, bezpieczeństwo i funkcjonalność użytkowania. Za ten samochód bez wad trzeba zapłacić 173.800 zł brutto. Warto! ■

NOWY FORD EDGE

Nowy Ford Edge to **SUV inny niż wszystkie.** Inteligentny – z systemem obsługi głosowej SYNC. Stylowy – z 19-calowymi obręczami felg ze stopów lekkich. I bezpieczny – z systemem kontroli pasa ruchu, adaptacyjnym tempomatem i inteligentnym układem napędu na wszystkie cztery koła. **Doświadcz perfekcji już dziś u Autoryzowanych Dealerów Forda.**

JUŻ ZA

1048 PLN

NETTO/MIES.

W FORD LEASING OPCJE

Wyliczenie dla Forda Edge Trend, 2.0 TDCI 180 KM, w cenie promocyjnej 154 808 zł brutto, na okres 24 miesięcy przy całkowitym przebiegu 80 000 km, opłata wstępna 25%, WIBOR 1,71%, wartość końcowa 65%, rata miesięczna 1048 zł netto w FordLeasing Opcje. Niniejsza oferta jest ograniczona w czasie, dotyczy przedsiębiorców i nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego. Zużycie paliwa oraz emisja CO_2: Ford Edge 2.0 TDCi 180 KM, M6, AWD, 5,8 l/100 km, 149 g/km (zgodnie z rozporządzeniem WE 715/2007 z późniejszymi zmianami w WE 692/2008, cykl mieszany). Na zdjęciu samochód z wyposażeniem opcjonalnym. Ford OneCall: 22 522 27 27 – opłata za połączenie zgodna z taryfą operatora. **ford.pl**

FordStore | EURO-CAR

Gdynia, ul. Owsiana 13 | tel. 58 6673222 | salon@eurocar.pl | www.eurocar.pl

AUDI CENTRUM GDYNIA JUŻ OTWARTE

Prawie 2300 m² powierzchni, na której prezentowanych będzie aż 13 aut ekspozycyjnych - w Gdyni przy ul. Łużyckiej działa już Audi Centrum Gdynia, drugi trójmiejski salon Audi prowadzony przez firmę Plichta.

Obiekt został tak zaprojektowany, aby mieścił zarówno ekspozycję aut nowych, jak i ekskluzywną ofertę samochodów używanych, a wszystko w połączeniu z serwisem i magazynem części. Otoczenie obiektu zapewnia klientom swobodę poruszania i parkowania. Audi Centrum Gdynia, jak zapewnia inwestor, ma być miejscem, w którym doświadczysz technicznej przewagi Audi i przeżyjesz pełnię sportowych emocji.

- Audi Centrum Gdynia podobnie jak obiekt w Gdańsku, to miejsce, w którym klient jest dla nas najważniejszy. To właśnie dla naszych klientów poszerzamy zarówno portfolio marek, jak i standard obsługi klienta - mówi Aleksander Plichta, prezes zarządu firmy Plichta, autoryzowany dealer marek z grupy Volkswagena.

To co wyróżnia salon od innych punktów dealerskich różnych marek samochodowych, to m.in. nowoczesny design zewnętrznej elewacji, wykonanej ze specjalnej perforowanej blachy z anodowanego aluminium oraz charakterystyczne wnętrze utrzymane w kolorze stali i głębokiej czerni. Nowoczesny design zgodny jest z wytycznymi marki Audi, która stawia przede wszystkim na jakość, zarówno jeśli chodzi o produkowane samochody, jak i obsługę klienta. mp

TOROWA ŻMIJA

Ma silnik o pojemności 8.4 litra (!), 653 KM i 814 Nm momentu obrotowego. Mowa o limitowanym, prawdopodobnie jedynym w Polsce egzemplarzu Dodge'a Vipera (ang. Żmija) ACR, które znalazło się w ofercie Porsche Approved w Sopocie.

Przyspieszenie od 0 do 100 km/h zajmuje mu raptem 3.2 sekudny, a prędkość maksymalna wynosi 285 km/h. Od „A do Z" przygotowany jest do jazdy po torze wyścigowym, a homologację drogową zawdzięcza dodatkom, które znalazły się w nim tylko po to, aby móc legalnie przejechać z domu na „pętlę". Został stworzony by bić rekordy okrążenia. Sopocki egzemplarz został sprowadzony na życzenie jednego z klientów Porsche Centrum Sopot. Kosztował prawie 200 tys. euro. mw

fot. Marcin Wiła moto3m.pl

MIARCZYŃSKI W KLASIE V

Jeden z najlepszych polskich żeglarzy, brązowy medalista olimpijski w windsurfingu z nową umową sponsorską i… samochodem. Kluczyki do Mercedesa Klasy V przekazał Przemysławowi Miarczyńskiego Daniel Dadacz, szef sprzedaży samochodów dostawczych i członek zarządu BMG Goworowski w Gdyni.

Mercedes-Benz Klasy V z 2,2-litrowym silnikiem i bogatym wyposażeniem, pozwala zapakować niezbędny windsurfingowy ekwipunek wraz z deską oraz 5-ciu pasażerów. Otwierane elektrycznie z dwóch stron drzwi pozwalają łatwo i wygodnie dostać się do środka, zaś 224 konie mechaniczne umożliwią sprawne przemieszczanie się.

- Od 2012 Mercedes-Benz wspiera mnie w przygotowaniach, nie tylko do Igrzysk Olimpijskich. Jeździłem już chyba wszystkimi vanami z oferty – Viano, Vito, Klasą V oraz Marco Polo. Są idealne w pracy, którą wykonuję - mówi Miarczyński.

Popularny "Pont" od niedawna wdraża się w pracę trenera polskiej kadry olimpijskiej i jednocześnie przygotowuje się do startów jako zawodnik, przede wszystkim w mistrzostwach Europy w Marsylii i mistrzostwach świata w Tokio. Ta impreza odbędzie się na akwenie olimpijskim i będzie swego rodzaju testem przedolimpijskim, po którym Przemek podejmie decyzję o tym, czy będzie walczył o start w IO Tokio 2020. mp

HYBRYDY WYGRYWAJĄ

Czy wiecie, że nowojorscy taksówkarze, którzy każdego dnia przed rozpoczęciem pracy losują swojego yellow caba, modlą się, aby przypadła im hybryda, nie benzynowy Crown, ikona widokówek spod Broadwayu i Times Square?

TAK TO SIĘ ROBI W NOWYM JORKU

Nowy Jork to gigantyczna metropolia, gdzie przez prawie 5 tys. stacji tankowania aut przepływają miliony galonów paliwa dziennie. Najmniejsza awaria dostaw, śnieżyca, oberwanie chmury, powoduje paraliż. Po huraganie Sandy kierowcy wiecznie spragnionych benzyniaków odstawali długie godziny w kolejkach, tymczasem hybrydy przetrwały trudny okres dzięki rezerwie jaką daje zespół dwóch silników i baterie pod podłogą. Kolejny raz potwierdziło się, że każdy kryzys jest szansą dla tych, którzy potrafią z niego skorzystać.

Ale hybrydy sprawdzają się nie tylko jako taksówki za Oceanem. Obecnie coraz więcej firm w Europie zwraca uwagę na modele hybrydowe, planując zakup floty. Wizerunek przedsiębiorcy odpowiedzialnego, dbającego o środowisko, wspierającego czyste technologie i niestroniącego od innowacji może procentować w postaci zaufania klientów i rosnącego popytu na usługi lub produkty firmy.

Również w Polsce jest już kilka firm, dla których niski wskaźnik emisji, bezgłośny start i oszczędność okazały się atutami wartymi zainwestowania w nowoczesne samochody. Biało-seledynowe taksówki spod znaku EcoCar jeżdżą już w Warszawie, Wrocławiu i Trójmieście. Firma postawiła sobie za cel wymianę całego parku na hybrydy do końca roku 2017. Ostatnio do floty trafiły nowe Toyoty Auris Hybrid.

CZARNE CHMURY NAD RZECZPOSPOLITĄ

W Polsce do niedawna poziom emisji spalin nie był wskaźnikiem spędzającym sen z powiek urzędników i zwykłych kierowców. Nikomu nie zależało na uświadomieniu, jak wielki wpływ na komfort naszego życia mają zatruwające powietrze stare samochody. Dziś rośnie świadomość i potrzeba zmian w tym zakresie. Przecież 20% emisji CO_2 na terenie UE generują samochody, natomiast w Polsce transport drogowy w dużych miastach odpowiada za 40% produkcji smogu, czyli pyłów PM10 oraz 20% PM2,5. Dzieje się tak dlatego, że polskie drogi opanowały samochody stare, niespełniające współczesnych norm emisji spalin. Jeszcze nie tak dawno prawie 80% zarejestrowanych aut osobowych miało więcej niż 10 lat, a 31% stanowiły auta ponad dwudziestoletnie. Kto

często korzysta z usług TAXI, z pewnością nie raz trafił do wnętrza auta pamiętającego wczesne lata 90. i normę emisji Euro 1. Jeśli policzymy, że po kraju jeździ ok. 100 tys. legalnie funkcjonujących taksówek i ok. 50 tys. innych przewoźników, pokonujących razem prawie 3 750 000 km dziennie, to ich dzienna emisja CO_2 do atmosfery okazuje się solidnym urobkiem, przekraczającym 900 ton. Aby zmniejszyć ją trzykrotnie wystarczyłoby, aby wszystkie taksówki w Polsce były hybrydami. Co być może z czasem osiągniemy dzięki takim ambitnym firmom jak EcoCar

Nie każdego taksówkarza wzruszają czarne chmury smogu nad Rzeczpospolitą, jednak zwykle przekonuje go brzęczący mieszek luidorów, euro lub złotych, jaki udaje się zaoszczędzić tankując rzadziej hybrydą, która zużywa nawet 3,5 l na 100 km. Co ważne, kierowcy oszczędzają też na kosztach eksploatacji, bo w hybrydach nie ma kilku podzespołów, które w standardowych autach dość szybko się zużywają (m.in. alternator, rozrusznik, tradycyjne sprzęgło). Jest jeszcze jeden bonus – hybrydy przy odsprzedaży zachowują wyższą cenę.

HYBRYDOWY CSR

Społeczna odpowiedzialność biznesu, czyli słynny CSR, który stanowi ważną część polityki wizerunkowej każdej szanującej się firmy, zwraca uwagę przedsiębiorców na zagrożenia klimatyczne i wpływ transportu na stan powietrza. Solidny przedsiębiorca ogranicza emisję i jest z tego dumny, pokazuje klientom – oto moje samochody, nowoczesne, czyste, oszczędne i ciche. Ostatnio zrobiła tak firma Avis, światowy lider na rynku wypożyczalni samochodowych, decydując się na eksperymentalny projekt wykorzystania 40 hybrydowych Toyot Auris Hybrid Touring Sports, które trafiły do polskiej sieci wypożyczalni. Samochody są charakterystycznie oznakowane, łatwe do rozpoznania dzięki motywom morskich fal i delfinów na karoserii. Jest to największa flota aut hybrydowych w Europie Środkowo-Wschodniej w sektorze wypożyczalni, z której klienci mogą korzystać samodzielnie, rezerwując samochód hybrydowy poprzez stronę www.avis.pl.

Z sieci korzystają głównie małe i średnie firmy, dla których ważny jest komfort i oszczędność wypożyczanych aut. Avis liczy także na duże zainteresowanie klientów indywidualnych, dlatego samochody będą dostępne w całej Polsce w szczególności w miastach, w których znajdują się międzynarodowe lotniska. Korzyść z tej współpracy odniesie również producent, czyli Toyota, która dzięki tak szeroko zakrojonemu projektowi daje możliwość poznania w praktyce zalet technologii hybrydowej swoim potencjalnym klientom. ■

Każdy może przekonać się o walorach jazdy samochodem hybrydowym umawiając się na jazdę testową. Zapraszamy!

Carter
Gdańsk

Polub nas

WWW.CARTER.PL
tel. 58/340 22 22

ORYGINALNOŚĆ I FUNKCJONALNOŚĆ

PROJEKT: ANNA MARIA SOKOŁOWSKA / **FOTO:** FOTO& MOHITO

Właściciela trzypokojowego mieszkanie na sopockim osiedlu Aquarius dali architektowi dużo swobody, dzięki czemu udało się stworzyć niepowtarzalne wnętrze, nieco eklektyczne w swoich detalach, ale spójne w materiałach i kolorystyce. Wnętrze pełne oryginalnych rozwiązań.

Przygotowanie przez dewelopera otworów drzwiowych do samego sufitu dało pomysł na zastosowanie drzwi o niestandardowych wymiarach. Niebanalna jest także podwieszana kuchnia. Wszystkie niezbędne sprzęty zostały schowane w wysokiej zabudowie meblowej, dzięki czemu można było w zabudowie niskiej podwiesić szafki wysoko nad podłogą. Wymagało to dodatkowej skomplikowanej konstrukcji stworzonej przez stolarza.

Połączenie bieli, forniru dębowego oraz czarnego granitu i szkła, w połączeniu z zawieszonymi nad podłogą meblami dało efekt luksusowej przestrzeni, w której właścicielka mieszkania uwielbia gotować. Przeniesienie pomysłu podwieszanego mebla pojawiło się również koło stołu, gdzie znajduje się podwieszana komoda.

Wyzwaniem było zagospodarowanie ściany nad kanapą, ponieważ klienci chcieli coś niebanalnego. Stąd pojawił się pomysł przestrzennej okładziny betonowej, która pasowałaby swoją fakturą do sztukaterii i dębowej podłogi i nie nadawała wnętrzu industrialnego charakteru tylko nowoczesnej elegancji. Udało się to dzięki ciekawej formie diamentów betonowych o gładkiej strukturze bez por. Stworzona została trójwymiarowa rzeźba zaprojektowana od podstaw na potrzeby tego wnętrza.

Kolejnym zaskakującym elementem wnętrza jest wc wykonane w całości z czarnych błyszczących płytek, lustrzanych szafek oraz drzwi, które od środka są wykończone w wysokim połysku w czarnym lakierze. Łazienka główna jest utrzymana w klimacie luksusowej łazienki hotelowej z wanną i prysznicem, również z czarnymi elementami, które pojawiają się w całym mieszkaniu. ■

fot. Tom Kurek

HOTEL
ALMOND
lenovo

WNĘTRZA PUBLICZNE DOBRZE ZAPROJEKTOWANE

HOTEL ALMOND

PROJEKT: PAULINA CZURAK, IDEOGRAF / **FOTO:** TOM KUREK I TOMASZ NOWICKI

fot. Tom Kurek

Kiedyś pralnia garnizonowa, potem fabryka kakao i marcepanu, a dzisiaj luksusowy hotel zlokalizowany w wyjątkowym miejscu jakim jest Stare Miasto w Gdańsku. Hotel Almond to obiekt o łącznej powierzchni 7500 m2. Wnętrza hotelu zaprojektowali architekci z trójmiejskiego biuro architektoniczne Ideograf pod kierownictwem Pauliny Czurak.

Założeniem projektu było jak największe nawiązanie do historii tego miejsca. Części wspólne hotelu nawiązują do stylu industrialnego, wykończone są w kamieniu, ręcznie wypalanej cegle i onyksie. W lobby wrażenie robią kamienne blaty z onyksu przywodzące na myśl bursztyn bałtycki. Na podłogach zaś wprawne oko dostrzeże robioną na zmówienie wykładzinę z mapą XVI-wiecznego Gdańska.

Do lat 20. ubiegłego wieku nawiązują kafle w geometryczne wzory, którymi wyłożony jest bar. Kolejnym nawiązaniem do historii jest bruk dębowy w podłodze. Kafle idealnie uzupełniają się z brukiem dębowym w podłodze, który wiele lat temu był typową posadzką przemysłową. Motyw drewna znajdziemy też na suficie - drewniana kratownica jest stylistyczną kropką nad i. Podobny element odnajdziemy również w lobby.

Hotel ma 109 pokoi w 7 różnych kategoriach. Pokoje zaaranżowane zostały w spokojnej stylistyce, w której dominują beże, szarości, rozświetlone spokojnymi zielonymi akcentami. Do dyspozycji gości jest też 7 sal konferencyjnych, strefa SPA z basenem bez chloru, oczyszczanym koloidem srebra, a także sauna sucha i parowa, jacuzzi oraz dwupoziomowa strefa live cooking w części restauracyjnej. ■

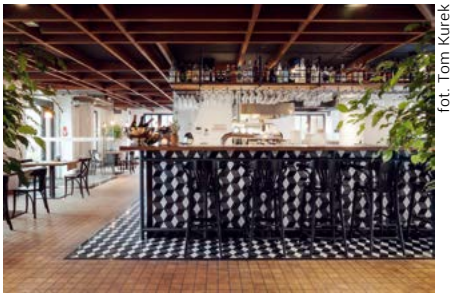
fot. Tom Kurek

fot. Tomasz Nowicki

fot. Tomasz Nowicki

fot. Tom Kurek

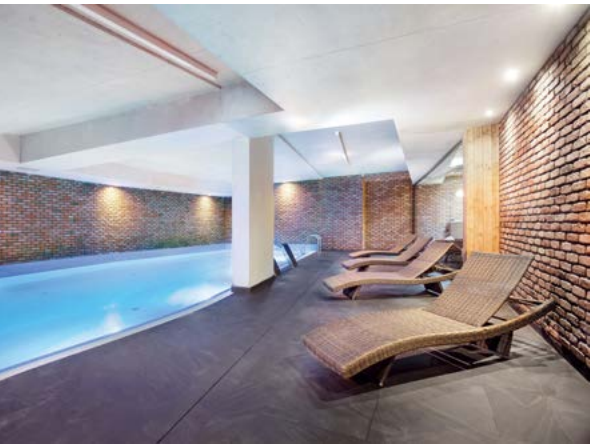
fot. Tomasz Nowicki



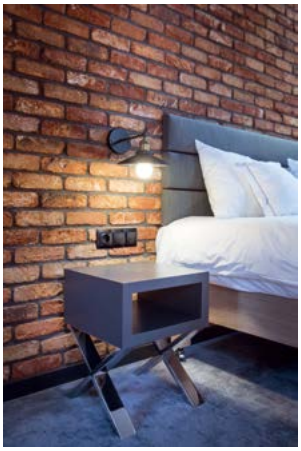
fot. Tom Kurek

fot. Tom Kurek

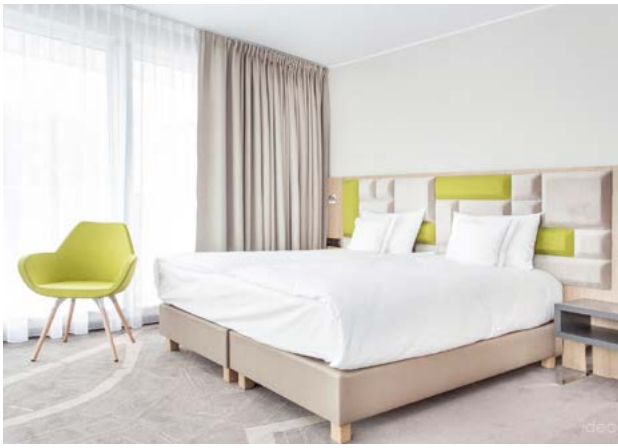
fot. Tom Kurek



fot. Tomasz Nowicki



fot. Tomasz Nowicki



DON'T WORRY! ZMIENIMY TWOJE WNĘTRZE

Co to znaczy "Zmienimy twoje wnętrze"? Jedna z moich klientek powiedziała: „Czujemy się tutaj lepszymi ludźmi". W mojej firmie nie tworzymy tylko i wyłącznie mebli, tworzymy całe wnętrza. Wszystkim nam zależy żeby były imponujące, komfortowe, takie nasze prywatne.

Wychodząc naprzeciw tym wyzwaniom realizujemy wnętrza indywidualne, proste, ale z właściwymi proporcjami, wyjątkowe i przede wszystkim praktyczne, jak dla samego siebie. By stworzyć klimat należy użyć wielu elementów dbając o to by stanowiły jedność. Podłoga, ściana, sufit, okno, drzwi czy też kolor, struktura oraz światło... właściwe ich połączenie jest sztuką, wyzwaniem! Zobowiązaniem wobec zaufania jakim zostałem obdarzony.

W tym celu trzeba słuchać i rozumieć. Korzystać z pomysłu inwestora, zgodzić się, a czasem zaprotestować. Architekt wnętrz staje przed czystym płótnem, a proces od "przed" do "po" jest aktem twórczym tego, czego jeszcze nie ma, a ma się stać. Don't Worry to obietnica. Wszystko w jednym miejscu, kompleksowo, bez rozczarowań czy negatywnych emocji. W naszej pracy stale stajemy przed trudnymi wyzwaniami, ale tym większą mamy satysfakcję, gdy widzimy zadowolenie i podziw klienta wyrażony dobrym słowem. Nie boimy się wyzwań, w zasadzie to ich szukamy.

Jerzy Demianiuk, właściciel Don't Worry.

DON'T WORRY

Klienci, projekty - Jerzy Demianiuk, tel: 601 621 220, e-mail: jerzydemianiuk@wp.pl
Współpraca, propozycje handlowe, zamówienia publiczne - Jakub Demianiuk, tel: 669 371 681, e-mail: jakubdemianiuk@dontworry.pl
Biuro projektowe - Bieszkowice ul. ks. Heyke 11
www.dontworry.pl

NOWY HIT STOCZNI SUNREEF

Najbardziej prestiżowa ceremonia w branży nautycznej - World Yachts Trophies, która odbyła się w trakcie targów Cannes Yachting Festival 2016 była szczególną okazją do świętowania dla stoczni Sunreef Yachts. Podczas wydarzenia ostatni projekt firmy – Sunreef Supreme 68 został nagrodzony za najlepszy layout w kategorii jachty o długości 15-24 m.

Sunreef Supreme 68 to wprowadzony w 2016 roku koncept katamaranów motorowych i żaglowych. Jednostki z tej serii mierzą 21 m długości i oferują ponad 300 m2 powierzchni mieszkalnej, czyli takiej jaką dotychczas można było znaleźć jedynie na super jachtach powyżej 24 m.

Nowy, bezkompromisowy koncept nadbudowy pozwolił na zrównanie pokładu głównego z kokpitem, dzięki czemu uzyskano rozległy, przeszklony od sufitu do podłogi salon z otwieranymi drzwiami ze wszystkich stron. Na jachtach zaprojektowano także garaż rufowy, który po otwarciu tworzy rozkładaną platformę ułatwiającą dostęp do wody, tworząc jednocześnie dodatkową przestrzeń wypoczynkową.

Łącznie firma podpisała już kontrakty na 7 jednostek z serii Sunreef Supreme 68. Kilka dni temu pierwszy z serii jachtów motorowych przeszedł na Bałtyku próby morskie osiągając prędkość 23 węzły. Mimo niekorzystnych warunków pogodowych, metrowych fal i silnego wiatru na morzu jednostka zachowywała swoją naturalną stabilność oraz bezwzględny komfort manewrowania. mp

daseapeople.com

DASEA PEOPLE

Dasea People —
Żyj prościej, doświadczaj więcej.

Jeśli lubisz ubrać się raz a porządnie to zapraszamy do nas. W środku znajdziesz marki, które doskonale potrafią łączyć styl z wytrzymałością. Chodź, sprawdź nas.

ul. Abrahama 29, Gdynia

OTWARTE

PON—PT	SOBOTA
11 — 19	10 — 16

patagonia®

carhartt®
WORK IN PROGRESS

KOMONO

L'ORIGINALE PALLADIUM DEPUIS 1947

UNDA®

WIN RS N

EVER QUIT

NAGOŚĆ TO NATURA. SPORT TO ZDROWIE!

AUTOR: MAX RADKE / **FOTO:** JAN GÓRCZAK

Rak jądra to najczęściej występujący nowotwór złośliwy wśród mężczyzn między 17 a 35 rokiem życia. Z kolei o raku piersi rocznie dowiaduje się 17 tys. Polek, a około 5 tysięcy umiera. Statystyki te można zmienić dzięki budowaniu świadomości i profilaktyce. W te działania włączyły się trójmiejskie środowiska CrossFitowe, a ich efektem są dwa zjawiskowe kalendarze charytatywne.

12 tygodni ciężkich, systematycznych treningów zwieńczonych wyjątkową sesją zdjęciową do charytatywnego kalendarza - w ten sposób 16 kobiet, klubowiczek CrossFit Trójmiasto, wsparło akcję Odważni Wygrywają. Akcja promuje profilaktykę męskich nowotworów, a kalendarz ma zwrócić uwagę także na rolę kobiet, które powinny motywować swoich mężczyzn do regularnych badań.

- Zależy nam, aby temat męskiego zdrowia przestał być owiany krępującą ciszą w naszym społeczeństwie, także dla samych mężczyzn. Nic co dotyczy naszego zdrowia i życia nie powinno być tematem tabu, czy powodem do wstydu. Rozmawiajmy ze swoimi partnerami na ten temat, namawiajmy ich do samobadania jako najskuteczniejszej metody wykrycia raka oraz do kontrolnych wizyt u lekarza - mówi Karolina Gułaś z CrossFit Trójmiasto.

Dzięki kampanii Odważni Wygrywają mamy możliwość zwrócenia uwagi na dostępne dla wszystkich narzędzia pozwalające żyć w zdrowiu, a co za tym idzie – szczęściu, seksualnym zadowoleniu oraz satysfakcji. Tym bardziej, że rak jądra posiada najwyższy współczynnik wyleczalności, pod warunkiem wczesnego wykrycia.

Więcej o całej kampanii Odważni Wygrywają, o tym jak się badać, gdzie szukać pomocy, a także listę dostępnych specjalistów znajdziecie na stronie www.odwazni.com. Kalendarz charytatywny z pięknymi crossfiterkami dostępny jest m.in. w księgarni Gdyńskiego Centrum Filmowego, w boxie CrossFit Trójmiasto, sklepie Pompuj Bicki oraz na zamówienie pod adresem info@odwazni.com. Koszt 69 zł.

Panie dbają o jądra swoich mężczyzn, a panowie o biusty swoich kobiet. "Breastfit - kobiecy biust, męska sprawa". Pod takim hasłem realizowana jest kampania fundacji OnkoCafe z udziałem sportowców zrzeszonych w trójmiejskich klubach CrossFit. Celem kampanii jest zwrócenie uwagi na konieczność badań profilaktycznych w kierunku raka piersi, który jest najczęściej występującym nowotworem złośliwym u Polek. Najlepszą metodą wczesnego wykrywania tego nowotworu są badania przesiewowe, niestety świadomość profilaktyki wciąż jest niewystarczająca.

- Dlatego tak ważna jest profilaktyka raka piersi, w której znaczącą rolę może odegrać mężczyzna. Jego rola i wsparcie dla kobiety są równie bezcenne podczas choroby. Zachęcamy mężczyzn do rozmów z kobietami na temat samobadania piersi i codziennych wyzwań, które niesie ze sobą choroba - mówi Anna Kupiecka, prezes Fundacji OnkoCafe.

Kampania „BreastFit. Kobiecy biust. Męska sprawa" dostarcza mężczyznom wiedzy o sposobach wsparcia i narzędziach do rozmowy, pozwala też nabyć podstawowe umiejętności w zakresie badania piersi partnerki. Zwieńczeniem projektu jest kolejna edycja kalendarza "Power of community" z udziałem crossfitowców wspierających kampanię.

- Zeszłoroczny kalendarz, który powstał z inicjatywy Macieja Bielskiego, odniósł znaczny sukces. W tym roku zaprosiłem przedstawicieli CrossFitu z całego Trójmiasta. Wszyscy uczestnicy trenowali intensywnie ponad 2 miesiące według wskazówek trenera Bartosza Trąbki. Głęboko wierzę, że kalendarz będzie nie tylko przyjemnością dla kobiecego oka, ale wzbudzi również szacunek u mężczyzn, zachęcając ich do rozmowy o profilaktyce z bliskimi im kobietami - mówi Jakub Popławski, pomysłodawca kalendarza "Power of community"

Kalendarz będzie dystrybuowany przez sieć klubów crossfitowych oraz stronę www.breastfit.onkocafe.pl. Koszt 69 zł. ■

BreastFit
KOBIECY BIUST, MĘSKA SPRAWA

BreastFit
KOBIECY BIUST, MĘSKA SPRAWA

JAN GÓRCZAK

JAN GÓRCZAK

ANCHOR
ANCHOR
ANCHOR
ANCHOR

fot. Paweł Rochowicz

W drodze na Denali, najwyższy szczyt Ameryki Północnej

KRZYSZTOF SABISZ

W DRODZE PO KORONĘ ZIEMI

ROZMAWIALI: NATALIA DAWSZEWSKA I JAKUB JAKUBOWSKI

Chce zrobić wszystko, aby nie musiał żałować, że zabrakło mu czasu na czerpanie radości z życia. A radość dają mu góry. Gdynian, Krzysztof Sabisz zamiast jeździć po opaleniznę na Karaiby, woli przywozić odmrożenia z gór wysokich. Ale taka jest cena marzeń, za którymi się podąża. W przypadku Krzysztofa te marzenia to Korona Ziemi, najwyższe szczyty wszystkich kontynentów. Do zdobycia zostały dwa szczyty. Najtrudniejsze - Mount Everest w Himalajach i Masyw Vinsona na Antarktydzie.

Pamiętasz swoje początki w górach wysokich?
Wiąże się z tym zabawna historia. Miałem z kolegą lecieć do Wietnamu i Kambodży. To miała być prawdziwa męska wyprawa. Kilka dni przed wyjazdem zadzwoniła do niego koleżanka z Australii, z którą od dawna planował wejść na Kilimandżaro (5.895 m n.p.m.). Powiedziała, że nadarzyła się okazja i kolega nagle zmienił plany. Bez większego zastanowienia, czy sobie poradzę, padło pytanie z moich ust: „A mogę z wami?" I tak pojechałem na Kilimandżaro. To była w ogóle pierwsza góra w moim życiu, nie byłem wcześniej nawet na Giewoncie. I nagle jadę na Kilimandżaro. Niby łatwa góra, ale bardzo komercyjna, każdy wspinacz traktowany jest tam jak żywy dolar. Liczy się tylko, aby człowiek szybko wszedł i zszedł.

Jednak udało się zdobyć Kilimandżaro.
Ale to był totalny szok dla organizmu. Ja w ogóle nie miałem pojęcia o niczym. Nie wiedziałem, że organizm się tak szybko nie zaaklimatyzuje na dużej wysokości. Na wysokości 5 tysięcy, podczas ataku szczytowego dopadła mnie choroba wysokościowa. Mojego kolegę również, tylko na zejściu. Doszło do wymiotów, plucia żółcią, krwawienia z nosa. Góry szybko uczą pokory. Cieszę się, że stało się to właśnie w tamtym miejscu. Z czasem nauczyłem się wszystkiego.

Dzisiaj jesteś już bliżej niż dalej realizacji swojego celu, czyli zdobycia Korony Ziemi.
Tak, zostały mi dwa szczyty do zdobycia - Mount Everest i Masyw Vinsona na Antarktydzie, który spróbuję zdobyć już w grudniu. Udało mi się znaleźć sponsora, który w 50. procentach pokrywa koszty wyprawy na Masyw Vinsona - jest to firma Welmax z Poznania. Wszyscy kojarzymy, że na Antarktydzie jest lód, jest zimno, atakują arktyczne mrozy, mało kto ma świadomość, że tam są góry. To Góry Ellswortha, w których wznosi się Masyw Vinsona 4892 m n.p.m., który odkryto i zdobyto najpóźniej ze wszystkich szczytów Korony Ziemi. Antarktyda to najzimniejszy, najbardziej wietrzny i, co może dziwić, najsuchszy kontynent na Ziemi. Roczne opady sięgają zaledwie 10 mm, ale w niektórych miejscach deszcz nie padał od 2 milionów lat. Warto wiedzieć, że na Antarktydzie znajduje sie 90% ziemskiego lodu. Gdyby lód ten stopniał, poziom oceanów na świecie wzrósłby o 61 metrów. Z gór odwiedzanych przez kolekcjonerów Korony Ziemi, Góry Ellswortha jako jedyne zachowały się w stanie niemal pierwotnym.

Jak wyglądają wspinaczkowe realia na najbardziej niegościnnym kontynencie na Ziemi?
Masyw Vinsona nie jest zbyt wysoki, ma niecałe 5 tys. metrów (4892 m n.p.m.). W Góry Ellswortha wspinacze dostają się z chilijskiego Punta Arenas na pokładzie rosyjskiego Iła-76, należącego do prywatnej amerykańskiej agencji turystycznej Antarctic Logistics & Expeditions. Ciężka maszyna transportowa ląduje na lodowcu Union, skąd wspinacze zabierani są mniejszymi samolotami, zaopatrzonymi w płozy na odległy o 200 km lodowiec Branscomb leżący u podnóża Masywu Vinsona. Atak szczytowy rozpoczyna się na wysokości 3700 m n.p.m. i trwa 7-10 godzin. Nie trzeba się martwić zapadającym zmrokiem. W czasie antarktycznego lata przez cała dobę trwa dzień polarny. Martwić się za to trzeba temperaturą. W okresie letnim termometry wskazują od minus 30 do minus 50 stopni. Śmiesznie to brzmi, okres letni i – 50, ale

Na szczycie Denali

Koronę Ziemi wymyślił i rozpropagował przedsiębiorca i miłośnik gór Richard Bass, który postawił sobie za cel zdobycie najwyższych szczytów wszystkich kontynentów. Swoje przedsięwzięcie ukończył w 1985 r. zdobywając Everest. Lista Bassa zawierała następujące szczyty: Kilimandżaro (Afryka), Masyw Vinsona (Antarktyda), Góra Kościuszki (Australia), Everest (Azja), Elbrus (Europa), McKinley (dzisiejsze Denali, Ameryka Północna) oraz Aconcagua (Ameryka Południowa).

W 1986 r. znany himalaista Reinhold Messner kierując się szerszą definicją kontynentu australijskiego zaproponował, aby do Korony Ziemi zamiast Góry Kościuszki włączyć Piramidę Carstensz, najwyższy szczyt Oceanii położony w Nowej Gwinei. Kontrowersje odnośnie listy szczytów Korony Ziemi trwają do pewnego stopnia do dziś. Obecnie większość wspinaczy stara się zdobyć zarówno Piramidę Carstensz, jak i Górę Kościuszki.

Dla pewności i by zadowolić ewentualnych malkontentów trzeba wejść także na Mont Blanc, co do którego do dzisiaj trwają spory geografów i alpinistów, czy jest to faktycznie najwyższy szczyt Europy, wszak Elbrus leży na trudnym do wytyczenia pograniczu Europy i Azji. W wersji rozszerzonej Koronę Ziemi zdobyło dotychczas 18 Polaków. Do tego elitarnego grona ma szansę dołączyć gdynianin Krzysztof Sabisz.

w okresie zimowym jest jeszcze zimniej, rekordowa zanotowana temperatura to minus 89 stopni. Tutaj wszystko się może zdarzyć. To jest kwestia pogody.

Ty doświadczyłeś kaprysów pogody na Denali na Alasce.
Tak, przeżyłem nagłe załamanie pogody. Utknęliśmy w obozie na tydzień. Szybko zaczęło nam się kurczyć jedzenie, a z czasem zupełnie się skończyło. Ratowałem się... żelkami haribo. Uratowali nas schodzący ze szczytu Rosjanie, którzy podzielili się z nami jedzeniem. My im z kolei daliśmy naszą nadwyżkę gazu.

Żelki haribo? Czy to normalne, że w góry wysokie bierze się żelki ze sobą? Mają one jakieś cudowne właściwości czy po prostu przypadek?
Nie ma tu jakiejś większej filozofii. Na pewnej wysokości wszystko zamarza. Żelki nie zamarzają i mimo, że nie mają wartości energetycznych, to się sprawdzają. Ratowałem się nimi, bo tylko je miałem. Zawsze biorę ze sobą jakieś słodycze. Biorę też żele i batony energetyczne. Żel nie waży dużo, nawet kiedy zamarza, to jest taki sorbecik. Podstawą w górach jest jednak żywność liofilizowana, zalewasz wrzątkiem i masz pysznego schabowego z proszku, bez utraty większych wartości odżywczych. Dodatkowo takim super deserem są kisiele, gorący kubek. Często też chowam głęboko do plecaka jeden baton energetyczny i zjadam go dopiero na szczycie, jako nagroda za trud i wysiłek.

Jak wygląda taki typowy dzień, kiedy czekasz w obozie na okno pogodowe?
Wszystko zależy od tego, czy ekspedycja jest duża, czy skromna. Od tego, w którym jesteśmy obozie. Są obozy, w których kwitnie życie towarzyskie, różne ekspedycje się spotykają, wymieniają doświadczeniami. Są też ekspedycje partnerskie, nie organizowane przez agencje, tylko sam je sobie organizujesz, żeby zminimalizować koszty. Każdy śpi w swoim namiocie, przeważnie po dwie osoby. Rano z rozpuszczonego śniegu gotuje się wodę na herbatę. W górach trzeba pić w granicach 5-6 litrów dziennie. Żeby zaparzyć taką ilość wody, musimy poświęcić na to min. 3 godziny na dużej wysokości. Czas zabijamy słuchając muzyki, czytamy książki, czasami dwa, trzy razy tą samą, bo innej nie ma. Gramy w karty, rozmawiamy, wychodzimy w góry na podejścia aklimatyzacyjne.

Zadam pytanie naturalnie się nasuwające. Minus 30 stopni, wiatr niemalże huraganowy, strach wystawić nos z namiotu. A człowiek potrzeby fizjologiczne przecież załatwiać musi. Jak sobie z tym radzicie?
Każdy już do tego przywykł. Załatwiamy się do butelki, worka lub wiaderka, w zależności w jakich górach jesteśmy. Problem pojawia się, kiedy w namiocie jest kobieta. Wtedy trzeba pogodzić zasady dobrego wychowania z ograniczeniami technicznymi jakie panują w tak ekstremalnych warunkach. Dla kobiet jest specjalistyczny lejek, z którym dziewczyna kuca i załatwia się do butelki. Potem tylko szybko wystawia się rękę z namiotu i pozbywa zawartości. Zapachy są jakie są. Można się przyzwyczaić.

Która z twoich wypraw była najtrudniejsza?
Każda jest na swój sposób trudna i przede wszystkim wycieńczająca. Z każdej wyprawy wracam lżejszy, czasami nawet o 12-13 kg. Spalam około 6 tys. kalorii dziennie. Organizm się nie regeneruje, nie dostarcza wystarczającej ilości tlenu. Metabolizm jest bardzo ograniczony i tracimy energię, której nie odzyskujemy, co powoduje szybsze zmęczenie. Dla porównania, gdy przebiegłem swój pierwszy maraton, to spaliłem 4200 kalorii. A tutaj jest 6 tys. kalorii i na drugi dzień nie mam wolnego. Cały czas trzeba podążać, albo do góry, albo na dół. W pewnym momencie organizm się wyłącza, a w głowie jest cel, za którym się podąża. Najtrudniejsze wyprawy to Denali na Alasce, o której opowiadałem przed chwilą oraz Aconcagua w Argentynie, najwyższy szczyt Andów.

Dlaczego Denali i Aconcagua?
Atak szczytowy na Denali trwał 15 godzin i był wyczerpujący. Ale niebezpieczną sytuację miałem podczas schodzenia. Zawiodły moje raki i zacząłem zjeżdżać po stromiźnie, ciągnąc jednocześnie w dół partnera, z którym się wspinałem. Paweł na szczęście zareagował wzorowo, wbił czekan i udało nam się wyhamować. Ale gdybyśmy wcześniej nie przepięli liny przez stanowisko asekuracyjne, to nie wiem jakby się to skończyło. Na

W drodze na Elbrus

DO KORONY ZIEMI NALEŻĄ:

Kilimandżaro
5.895 m n.p.m. (Afryka)

Masyw Vinsona
4.892 m n.p.m. (Antarktyda)

Góra Kościuszki
2.228 m n.p.m. (Australia)

Piramida Carstensza
4.884 m n.p.m. (Oceania)

Everest
8.848 m n.p.m. (Azja)

Elbrus
5.642 m n.p.m. (Europa)

Mont Blanc
4.810 m n.p.m. (Europa)

Denali
6.194 m n.p.m. (Ameryka Północna)

Aconcagua
6.962 m n.p.m. (Ameryka Południowa)

szczęście, w prowizorycznie naprawionych rakach udało mi się, z pomocą Pawła bezpiecznie zejść do bazy. Z kolei Aconcagua to bliskie zetknięcie ze śmiercią. Po zdobyciu szczytu jeden z uczestników wyprawy, doświadczony himalaista, zasłabł i zmarł. Widziałem jak umieszczali ciało na noszach i je znosili. Paradoksem jest, że on mógł umrzeć z radości. Na szczycie jest taka euforia, że organizm tak samo się zachowuje jak przy zawale serca.

Śmierć to nieodłączny towarzysz wspinaczki. Czujesz ją za plecami?
Staram się wyłączyć takie myślenie. Ale każdy, kto wspina się w górach, szczególnie wysokich, prędzej czy później zetknie się ze śmiercią. Ja doświadczyłem tego również podczas próby zdobycia Elbrusu (5642m n.p.m.). To najwyższa góra Kaukazu, położona na granicy Rosji i Gruzji. Niedawno zaginęło na tej górze trzech Polaków. W Polsce było o tym głośno, szeroko zakrojona akcja poszukiwawcza zakończyła się znalezieniem ciał. W tym samym czasie na Elbrusie byłem ja z dwoma partnerami. Nie było z nami kontaktu, zawiódł zasięg komórkowy i internetowy. Nasi bliscy i przyjaciele w Polsce bali się, że akcja poszukiwawcza dotyczy nas. Nam się jednak udało bezpiecznie zejść do bazy, chociaż warunki nas nie rozpieszczały.

Mówimy o tej śmierci w górach, a przed tobą Mount Everest. Tam wspina się trasami, które usłane są zamarzniętymi ciałami tych, którym się nie udało. Jesteś na to gotowy?
Wiadomo, że to przeraża. Tylko głupiec się nie boi. Większość wypadków śmiertelnych w górach zdarza się przy zejściu, ponieważ organizm jest wyczerpany i nie potrafimy myśleć racjonalnie i szybko, pojawia się choroba wysokościowa. Szczyt to dopiero połowa sukcesu. Kluczem jest umiejętność oceny ryzyka i zdrowy rozsądek. Jeżeli prowadzący Szerpa powie, że jest źle, jest choroba wysokościowa, nie nadaję się, mimo, że są to ogromne koszty, to zejdę. Góra nie zając, nie ucieknie, może tam kiedyś wrócę. Dzisiaj jeszcze nie myślę o Evereście, bo to dopiero w kwietniu 2018 roku. Data nie jest przypadkowa bo będzie to 40 rocznica jak Karol Wojtyła został papieżem, czterdziestolecie pierwszego wejścia na Everest pierwszej Polki Wandy Rutkiewicz, a także ja będę obchodził moje 40 urodziny.

Himalaista Adam Bielecki, niedawno w jednym z wywiadów powiedział takie słowa: „Na wyprawach nie ma zapachów, nie ma kolorów, wszystko jest monochromatyczne, czarne i białe. Nie ma dzięków, słychać tylko wiatr". Też tak to odbierasz? Czy jednak do ciebie dociera coś więcej ?
Po kilku dniach jest fajnie, bo zaczynamy od pagórków, jest zieleń, widzimy roślinność, widzimy zwierzęta, przyrodę, która nas otacza. Im wchodzimy wyżej, coraz bardziej nam tego brakuje. Po kilkunastu dniach zaczyna się mocne zmęczenie. Obojętnie kto to by nie był, czy to będzie twój najlepszy kolega z którym jesteś w namiocie, to po 2-3 tygodniach potrzebujesz chwili dla siebie. Wy-

Obóz w drodze na Aconcagua

chodzisz z namiotu, bo musisz się przejść, usiąść z boku. Wszystko jest faktycznie, albo czarne, albo białe. Często dopada cię zwątpienie, chęć rezygnacji, mimo że jest blisko do szczytu. Człowiek zaczyna zadawać sobie pytania - po co ja tu jestem? Po co mi to wszystko? Mógłbym pojechać gdzieś na Karaiby, gdzie jest piasek i słońce, wydać mniej pieniędzy i przywieźć opaleniznę zamiast odmrożeń.

Skoro poruszyłeś ten temat, przytoczę słowa twojego partnera z Denali. Paweł Rochowicz, dziennikarz Rzeczpospolitej pisał - na wysokości 6 kilometrów nad poziomem morza organizm reaguje bólem głowy, biegunką, wymiotami i ogólnym osłabieniem. Zdarzają się halucynacje. Zmęczony, niedotleniony, żywiony syntetycznym jedzeniem, zastanawiam się: po co ja to robię?
Człowiek zawsze szuka granic. Kiedyś ludzie pragnęli zbadać kosmos, dotrzeć na Księżyc. Szukają nowych planet. Ja zdobywam szczyty. Daje mi to sporą ilość potrzebnej mi adrenaliny. Wspinam się tylko dla siebie, dla relacji międzyludzkich, które się nawiązuje podczas wypraw. To są trwałe, szczere i bezinteresowne relacje. Ale też robię to dla niesamowitej satysfakcji, gdy przełamujesz swoją słabość, pokonujesz kolejne bariery, te fizyczne i te mentalne. To później procentuje w życiu codziennym. Tam, w wysokich górach, doceniamy to czego byśmy nie docenili na "lądzie". Cieszy nas ciepłe łóżko, kubek gorącej herbaty, uśmiech, zwykłe pozdrowienie, po prostu proste rzeczy. Uświadamiam sobie, że człowiek na co dzień martwi się drobnostkami. Jak ktoś wraca z gór, to docenia życie po wielokroć. Tym bardziej, że często jest tak, że w życiu trzeba coś stracić, aby to docenić. A potem można to odzyskać.

Co ty straciłeś?
Na pewno był czas, kiedy w życiu trochę błądziłem. Na pewno też straciłem zdrowie. Zawsze jest jakaś pogoń, za pracą, za pieniędzmi, za sukcesem. Człowiek zapomina o tym co najważniejsze. W tym roku pochowałem dwóch kolegów, obydwaj młodzi i fantastyczni ludzie. Nie wydaje mi się, żeby mój rocznik dożył do 70-tki. Chcę zrobić wszystko, abym nie musiał żałować, że zabrakło mi czasu na czerpanie radości z życia. A radość dają mi góry. I coś jeszcze. Od dawna mam problem z małą ilością płytek krwi. Wyprawy w wysokie góry ten poziom płytek krwi podnoszą, organizm pozytywnie reaguje. Gęstość powietrza, która jest w górach doskonale sprzyja organizmowi.

Zrobiło się poważnie i trochę strasznie. Są góry, które wspominasz nie tylko przez pryzmat drogi na szczyt i obozowego życia?
Oczywiście, z niektórymi wiażą się nawet dość zabawne historie. Wracałem z Południowej Gwinei z Piramidy Castensza i w wiosce na dole postanowiłem wysuszyć sobie buty. Niestety, tubylcy mi je ukradli. Nie wiem po co, ja mam prawie dwa metry wzrostu, a oni średnio mierzą 1.60 m i nie wiedzą nawet co to są majtki, a co dopiero buty. Nie miałem butów na zmianę, bo cały bagaż miałem w depozycie na Bali. Udałem się do pobliskiego meczetu i tam kupiłem prowizoryczne japonki za symboliczną złotówkę. Ale największy rozmiar jaki mieli to 43, jakieś 3-4 numery za małe. Ale miałem buty! Stamtąd jechałem od razu do Australii na Górę Kościuszki (2228 m n.p.m.), gdzie chciałem kupić buty do wspinaczki. Ale nie udało mi się, nie było akurat sezonu, nie było mojego rozmiaru, itd. Założyłem więc zwykłe adidasy, które miałem w plecaku i po prostu sobie wbiegłem na Górę Kościuszki.

Zabierasz na wyprawy jakieś przedmioty wyjątkowe dla ciebie? Jakieś amulety?
Zawsze zabieram ze sobą flagę Polski z herbem Gdyni oraz flagę Arki Gdynia, klubu, któremu kibicuję. Jeśli uda mi się zdobyć Koronę Ziemi to podaruję zdjęcia oraz flagi władzom klubu i władzom miasta jako dowód, że Gdynia i Arka były wszędzie i niemożliwe nie istnieje. W wyprawach towarzyszy mi też książka Jerzego Kukuczki „Mój Pionowy Świat". Przeczytałem ją już wielokrotnie, za każdym razem z wypiekami na twarzy i wiem, że drugiego takiego człowieka jak nasz Jurek Kukuczka nie będzie. ■

Szczelina w drodze na Denali

WYĄTKOWY DZIEŃ, WYJĄTKOWE PRZYGOTOWANIA

AUTOR: MILENA ŚMIŁEK

O białej sukni, powłóczystym welonie i stanięciu na ślubnym kobiercu u boku ukochanego marzy niejedna kobieta. Zanim jednak nastanie ten upragniony dzień, para młoda musi zmierzyć się z dziesiątkami decyzji, które od podstaw zbudują całą ceremonię, późniejsze przyjęcie oraz zapewnią niezwykłą atmosferę. O praktycznych wskazówkach dotyczących planowania jednego z najważniejszych momentów w życiu oraz o tym jak uniknąć przedślubnego stresu opowiada Valentina Pokrovskaya, wedding planner i twórczyni marki Be My Valentine.

Z jakim wyprzedzeniem dobrze zacząć planować wesele?
Z mojego doświadczenia wynika, że optymalny czas na przygotowania to rok, chociaż zdarza mi się zaczynać pracę na półtora lub nawet dwa lata przed planowaną datą ślubu. Wtedy mamy większy wybór dostępnych terminów wśród lokalizacji i podwykonawców. Dobrze jeżeli para młoda ma dużo czasu na przemyślenie pewnych kwestii i podjęcie decyzji, których przecież przed ślubem nie brakuje. Z każdą z nich państwo młodzi powinni czuć się komfortowo i w zgodzie ze sobą.

Historia każdej pary jest wyjątkowa. Wyjątkowe mogły być chociażby okoliczności poznania czy zaręczyn. W jaki sposób można „przemycić"odrobinę tych historii w wydarzenia tego wyjątkowego dnia? Jak zadbać o indywidualny charakter zarówno ceremonii, jak i późniejszego przyjęcia?
To osobiste detale tworzą nastrój uroczystości. Jeśli przyszłym małżonkom zależy na zbudowaniu koncepcji inspirowanej ich historią i osobowością powinni zacząć od przemyślenia tego kim są, czym się interesują, jak i gdzie lubią spędzać czas oraz z którymi miejscami czują się związani. Symboliczna ceremonia jednych z moich klientów odbyła się na terenie rodzinnej posiadłości pana młodego, a poprowadził ją najbliższy przyjaciel zakochanych. Z kolei dla innej pary przyjaciele przygotowali inscenizację, w której z humorem przedstawili historię znajomości nowożeńców. Zdecydowanie odradzam natomiast rozpoczęcie przygotowań od buszowania po Pintereście i innych portalach z inspiracjami - jest tam wiele pięknych, urzekających obrazków, ale czy tak naprawdę wszystkie są o Was?

Czym, oprócz kwestii oczywistych takich jak wielkość sali czy cena wynajmu, kierować się przy wyborze odpowiedniego miejsca, w którym zorganizowane będzie wesele?
Wybór miejsca w którym odbędzie się przyjęcie weselne to bardzo ważna decyzja, która będzie miała wpływ na kolejne elementy ślubnej układanki. Zanim dokonamy ostatecznej rezerwacji powinniśmy sprawdzić wiele elementów. Jeśli miałabym wskazać punkty kluczowe to wymieniłabym klimat i atmosferę miejsca, a także kwestie logistyki - dojazd, odległość od kościoła, miejsca przygotowań czy możliwość zorganizowania i zaaranżowania przestrzeni.

W przypadku ceremonii ślubnych i wesel ważną rolę pełnią kwestie obyczajowe. Co jeśli jednak para młoda nie chce podążać tradycyjnym nurtem i zastanawia się nad tym, by zrezygnować z pewnych typowo weselnych zwyczajów?
Uważam, że warto zrezygnować z tych zwyczajów czy elementów wesela, z którymi para młoda nie czuje się komfortowo i po prostu się z nimi nie zgadza. Nie ma znaczenia czy to będzie jakaś tradycyjna potrawa czy na przykład rzucanie kieliszkami. Jest to kwestia bardzo indywidualna i osobiście nigdy nie wartościuję decyzji moich klientów - zawsze ich wspieram i „lobbuję" wśród rodziny jeśli jest taka potrzeba.

Atrakcje na weselach są już właściwie ich nieodłącznym elementem. Na porządku dziennym są chociażby fotobudki, księga gości, upominki dla gości, lampiony szczęścia, czekoladowe fontanny. Czym jeszcze możemy zaskoczyć swoich gości?
Wybór jest ogromny - od karykaturzysty, pokazów live cooking aż po show z ogniem. Sposobem na przybliżenie i zobrazowanie gościom historii świeżo upieczonych małżonków może być na przykład pokaz animacji piaskiem bądź solą. Wybierając atrakcje zastanówmy się także kim są nasi goście, jak lubią się bawić i jaką mają wrażliwość artystyczną.

Na koniec rada dla wszystkich przyszłych nowożeńców – jak pokonać przedślubny stres, a w tym wyjątkowym dniu bawić się równie fantastycznie, jak zaproszeni bliscy i przyjaciele?
Polecam skorzystanie z usługi koordynacji ślubu i wesela. Wiele par młodych, które organizują swój ślub samodzielnie, decyduje się przekazać pieczę nad samą uroczystością konsultantowi ślubnemu. Wtedy mogą skupić się na sobie, rodzinie oraz bliskich, nie martwiąc się o logistykę i sprawy dziejące się dookoła ceremonii i przyjęcia. ■

be my Valentine
WEDDING ALCHEMY BY VALENTINA
VALENTINA POKROVSKAYA
WEDDING PLANNER
TEL. +48 508 788 664
WWW.BEMYVALENTINE.PL
VALENTINA@BEMYVALENTINE.PL

BIZUU
www.bizuu.com
Gdynia
C.H.Klif
Łódź
C.H. Manufaktura
Warszawa
Galeria Mokotów
Warszawa
ul. Koszykowa 24
Poznań
Stary Browar
Katowice
Silesia City Center

BESTBRANDSHOP

LUKSUSOWE MARKI W TRÓJMIESCIE

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Światowe marki, niedostępne dotąd w Trójmieście. Nowości wprost ze światowych wybiegów. Dla kobiet ceniących indywidualny styl, lubiących się wyróżniać w szarzyźnie polskich ulic. Wszystko to znajdziecie w Bestbrandshop, multibrandowym butiku w Galerii Metropolia. Ofertę przybliża właścicielka salonu, Monika Bluma.

W jaki sposób Bestbrandshop wyróżnia się na tle innych luksusowych salonów w Trójmieście?
Wyróżniamy się przede wszystkim markami, których próżno szukać gdzie indziej, a nawet jeśli są, to w bardzo ograniczonym zakresie. W Bestbrandshop są dostępne ubrania światowych projektantów z segmentu tzw. High Fashion, docenianych przez największe światowe domy sprzedażowe, jak Net-a-Porter, czy Matches Fashion. Kolejna rzecz, która nas wyróżnia to fakt, że doskonale śledzimy światowe trendy i za nimi podążamy. To co pojawia się w lookbookach i na światowych wybiegach jest również w BBshop. Każdego sezonu poszerzamy też ofertę o nowe marki.

W Bestbrandshop dostępnych jest wiele marek luksusowych. Jakie to marki i dlaczego akurat na takie marki się pani zdecydowała?
W Bestbrandsshop na ten sezon dostępne są takie marki, jak: Casadei, Stuart Weitzman, Ava Adore, Forte Couture, Dsquared2 i Chiara Ferragni. Dsquared2 to dom mody projektujący damskie i męskie kolekcje ubrań, buty, perfumy i kosmetyki oraz biżuterię oraz dodatki. Wśród klientów chętnie wybierających markę znajdują się Justin Timberlake, Lenny Kravitz, Ricky Martin, Nicolas Cage, a wśród kobiet Christina Aguilera, Fergie, Rihanna, Britney Spears i Madonna. Casadei to prawdziwa legenda świata mody, włoska marka produkująca od lat obuwie i dodatki. W butach Casadei na co dzień i na czerwonych dywanach błyszczą, m.in. Beyonce, Jennifer Lopez, Jessica Alba, Eva Mendes, Jessica Biel, Lucy Liu, Anne Hathaway, Christina Ricci czy Penelope Cruz, a więc kobiety znane z nienagannego stylu i wyczucia mody.

Legendarną marką jest też Stuart Weitzman.
Tak, cieszymy się bardzo, że udało nam się ją sprowadzić do Trójmiasta. To amerykański projektant obuwia i jedna z najbardziej elitarnych marek obuwniczych na arenie międzynarodowej. Stuart Weitzman jest symbolem luksusu. Jego buty chętnie noszą m.in. modelki wybiegowe, Gigi Hadid, Gisele Bundchen a sprzedają je najlepsze butiki i sklepy onlinie na świecie.

Czy w ofercie Bestbrandshop są marki, których nie ma nigdzie indziej w Trójmieście?
Tak, jako jedyni nie tylko w Trójmieście, ale też w Polsce mamy bieżącą kolekcję Ava Adore i Forte Couture. To dwie niezwykłe włoskie marki, połączone ze sobą, specjalizujące się w kobiecej odzieży, pięknych płaszczach, jeansach z koralami przy kieszeniach. Mamy również jako jedyni w Polsce markę Chiara Ferragni.

Czy w Bestbrandshop znajdą coś dla siebie również mężczyźni?
W tej chwili ofertę dla panów mamy jednie w sklepie online na www.bestbrandshop.pl, ale rozwijamy się i mamy już przygotowaną strefę dla mężczyzn. Ruszy lada moment, więc zapraszamy także panów, którzy chcą wyglądać modnie i nietuzinkowo.

Jakie nowości znajdziemy w Bestbrandshop na zbliżający się sezon zimowy?
Sezon zimowy będzie obfitował w płaszcze, parki, kurtki puchowe. Mamy też bardzo dużo propozycji nietuzinkowych kozaków i botków. A propos mężczyzn, mocno rozwiniemy męską sekcję denim. Sezon wiosna - lato 2017 zapowiada się u nas bardzo interesująco, pojawią się niedostępne dotąd w Trójmieście marki, m.in. Maison Margiela, One Teaspoon, For Love &Lemons i wiele więcej. Tylko światowy top. ■

PRZYJĘCIA, KTÓRE DAJĄ SZCZĘŚCIE

W dobrym przyjęciu chodzi o emocje. O duszę, jaką włożymy w jego organizację. Nie jest to zadanie proste, ale wykonalne, zwłaszcza jeśli mamy do tego pasję. Tak jak Nela Andrzejczak, właścicielka firmy Nell Court z Chwaszczyna. Poznajcie kobietę-orkiestrę, która zadba o każdy detal przyjęcia, a jej motto przewodnie brzmi – chcę dawać ludziom szczęście.

Jaki jest sekret udanego przyjęcia?
Dusza i serce. Sama bywam gościem przyjęć. Lubię wracać tam, gdzie czułam doskonałą atmosferę, gdzie dopracowany był każdy detal, począwszy od znakomitego jedzenia, poprzez wystrój i dekorację, aż po rodzinną atmosferę.

Czy to oznacza, że przyjęcie jak z bajki naprawdę istnieje?
Oczywiście! Wszystko zależy od naszej fantazji.

Motto firmy Nell Court brzmi – ogranicza cię jedynie wyobraźnia. Jakie były najbardziej fantazyjne przyjęcia, które pani organizowała?
Każda impreza, którą organizuję jest fantazyjna. Nawet, gdy klient przychodzi z bardzo standardowym pomysłem, zawsze pytam o jego marzenia, proponuję więcej. Organizowałam już imprezę w stylu gwiazd Hollywood, white party, gdzie wszyscy goście przyszli w białych ubraniach. Latem zrobiliśmy pidżama party dla kobiet. Najciekawsza była jednak impreza kosmiczna, pełna elelemntów science-fiction. Cały teren ozdobiliśmy postaciami kosmonautów, a w ogrodzie lewitował podświetlany spodek kosmiczny. Za pomocą projektora wyświetliliśmy gwiazdy na ścianach naszego sferycznego namiotu.

Organizujecie również przyjęcia ślubne.
Tak, bardzo lubię je organizować. Zazwyczaj, gdy młodzi przychodzą na pierwsze spotkanie, chcą zorganizować klasyczne przyjęcie. W takich sytuacjach mówię – drodzy państwo, to ma być najpiękniejsza impreza w waszym życiu. Zróbmy bajkę, a nie standard. Wtedy młodzi zaczynają się otwierać. Okazuje się, że zawsze marzyli np. o różowym dywanie i wielkim wejściu przy muzyce The Beatles. Zgodnie z naszym hasłem przewodnim, co klient wymyśli, to zrobimy. A im bardziej jest wymagający, tym lepiej dla mnie. Uwielbiam wyzwania.

Wiele osób marzy o eleganckim przyjęciu ogrodowym, ale tu pojawia się problem, bo chociaż większość sytuacji można zaplanować, to jednak nie mamy wpływu na pogodę.
Dla nas to nie problem. Zawsze mamy plan „B", który wygląda równie zjawiskowo, co przyjęcie ogrodowe. Nawet jeżeli pogoda zapowiada się znakomicie, wiemy co robić w razie jej załamania. Nasze sferyczne namioty wyglądają bardzo elegancko. Wewnątrz mieści się 150 osób. Możemy rozstawić okrągłe stoły albo bawić się w entourage'u imprezy klubowej. Gdy robi się chłodno, namioty są ogrzewane.

Kuliste namioty faktycznie prezentują się bardzo elegancko. Jakie są inne zalety ich sferycznych kształtów?
Przede wszystkim bezpieczeństwo. Nie są narażone na silny wiatr. Ponadto, wyglądają magicznie.

Magiczne są również dekoracje, które robi pani własnoręcznie.
Tak, razem z moją sześcioosobową ekipą twórczą. Mam duszę artysty, to moja pasja. Widzi pani te palmy wokół nas? Zrobiliśmy je sami.

Naprawdę? Wyglądają bardzo profesjonalnie.
Dziękuję, to wystrój na imprezę hawajską. Staramy się, żeby ludzie czuli się dobrze na własnej imprezie. Muszę jeszcze dodać, że nie bierzemy za to dodatkowych pieniędzy. Klient płaci za organizację przyjęcia, a my z pasji dokładamy wszelkich starań, aby wystrój był jej dopełnieniem.

Skąd u pani zamiłowanie do organizowania przyjęć?
Od kiedy pamiętam, zawsze miałam duszę artysty. To zabawne, ale wszystko zaczęło się od decoupage'u. Na osiedlu Dąbrowa mam swój sklep artystyczny, gdzie zajmowałam się tą techniką. Szybko zgromadziłam wokół siebie społeczność kobiet, które chciały tworzyć razem ze mną. Gdy ktoś przy mnie mówił o organizacji przyjęcia, zaczęłam proponować dekoracje. Tak to się zaczęło.

Od decoupage'u do Chwaszczyna...
Tak, zaczęliśmy zapraszać ludzi do siebie. Zakupiliśmy w tym celu specjalny namiot sferyczny. Zaczęliśmy od małych eventów, na kilkanaście, a później na kilkadziesiąt osób. Zapraszaliśmy głównie znajomych, którzy zapraszali swoich znajomych. Zainteresowanie szybko wzrosło, więc kupiliśmy większy namiot, w którym mieści się około 150 osób. To dopiero początek naszego biznesu. Powoli rozbudowujemy się w Chwaszczynie. Chcemy stworzyć klimat śródziemnomorski. W naszym ogrodzie stoją palmy, a każde drzewko jest podświetlane. Niektórzy mówią, że latem czują się tutaj jak w Cannes.

Teren jest dość duży, więc można tutaj organizować zarówno imprezy prywatne, jak i otwarte, np. pokazy mody.
Tak, mamy za sobą organizację pokazu mody. Włożyliśmy w to całe serce. Jeden z projektantów powiedział, że dłuższego wybiegu w życiu nie widział (śmiech). Teren jest ogrodzony, więc w przypadku imprez prywatnych, mamy pewność, że nikt postronny nie zjawi się na przyjęciu. Naszym celem jest stworzyć taką atmosferę, aby każdy gość czuł się dobrze. Dbamy o dzieci, dorosłych i osoby starsze. Można się tutaj poczuć, jak na dużej, eleganckiej domówce. Z dobrym towarzystwem i wykwintnym jedzeniem. Ponadto, nasza ekipa stwarza rodzinną atmosferę. Kiedyś, podeszła do mnie mała dziewczynka podczas imprezy i powiedziała, że chciałaby zjeść pierożki. Klient nie zamówił tego dnia pierogów w cateringu, ale dla chcącego nic trudnego. Zmobilizowałam szybko kucharza i lepiliśmy wspólnie z dziećmi pierożki podczas imprezy. To jest właśnie magia tego miejsca. ■

TRÓJMIEJSCA SYLWII GRUCHAŁY

ROZMAWIAŁA: MARTA JASZCZERSKA / **FOTO:** TADEUSZ DOBRZYŃSKI

TRÓJMIEJSCA to nowy cykl magazynu Prestiż, w którym znani i lubiani opowiadają o swoich ulubionych miejscówkach, głównie tych trójmiejskich, ale nie tylko. Ulubione restauracje, puby i kluby? Najlepsze miejsca na spotkanie biznesowe czy plotki z koleżanką przy kawie. Miejsca, które przywołują wspomnienia... o to wszystko naszych rozmówców pyta Marta Jaszczerska. Bohaterką pierwszego tekstu z cyklu Trójmiejsca jest Sylwia Gruchała, gwiazda polskiej szermierki.

SYLWIA GRUCHAŁA

jedna z najbardziej utytułowanych polskich florecistek. Dwukrotna medalistka olimpijska (brąz indywidualnie i srebro w drużynie), ośmiokrotna medalistka mistrzostw świata, pięciokrotna mistrzyni Europy oraz multimedalistka mistrzostw Polski. Urodziła się w Gdyni, ale na stałe mieszka w Gdańsku, gdzie zaczynała swoją sportową karierę w gdańskiej Szkole Podstawowej nr 70, w klubie AZS AWF Gdańsk.

Przez trzy lata mieszkałam w Warszawie. Niecałe dwa lata temu wróciłam do Trójmiasta. Fajnie, że miałam możliwość porównania, bo dopiero po pobycie w Warszawie doceniłam uroki Trójmiasta. Uważam, że jest to idealne miejsce do życia i wychowywania dzieci. Aktualnie mieszkamy w Gdańsku. Dzięki bliskości morza, powietrze jest tu zupełnie inne, pełne jodu, a to korzystnie wpływa na rozwój dzieci. Razem z córką chętnie spędzamy czas na świeżym powietrzu.

Tu mamy **plaże i ścieżki rowerowe** ciągnące się wzdłuż nich, od Gdyni aż do Gdańska Brzeźna. Fajną rowerową trasą jest również przejazd przez **Dolinę Radości**, wśród kojącej przyrody. Moja córka ma 3 latka, więc są to nasze rowerowe początki. Naszą ulubioną aktywnością jest jednak jazda konno, którą rozpoczęłyśmy na **sopockim Hipodromie**. Często chodzimy też na spacery, najczęściej na molo w Gdyni Orłowie lub podziwiamy Zatokę Gdańską z **punktu widokowego w Sopocie**.

Jako sportowiec zawsze byłam bardzo skupiona na swojej karierze. Na nic innego nie miałam czasu. Prowadziłam życie na walizkach, w ciągłym stresie. Czas odmierzały mi treningi i zawody. Wszystko się zmieniło, gdy pojawiła się na świecie moja córka. Zmieniły się priorytety i całe moje życie podporządkowane jest teraz temu szkrabowi. Staram się jednak nie zapominać o sobie. Uważam, że jest to ważne dla dzieci, aby widziały, że rodzice mają też czas dla siebie.

Odpoczywam i miło spędzam czas w całym Trójmieście. Mam sprawdzone miejsca, które odkryłam po powrocie z Warszawy. Nie zmieniam ich, gdyż nie lubię eksperymentować. Dlatego np. na smaczne naturalne lody oraz pyszną kawę lubię wybrać się do **Flaminga w Sopocie**. Miejsce to znajduje się blisko plaży, więc fajnie można taki wypad połączyć ze spacerem.

Natomiast dobrego czerwonego wina lubię napić się w restauracji **Rucola w Gdańsku** Oliwie. Lokal w swojej ofercie posiada niekomercyjne wina, prawdziwe perełki, w dodatku w bardzo przystępnych cenach. Można tam zjeść niedrogą kolację, w przyjaznej atmosferze i przy miłej dla ucha muzyce. Na spotkania biznesowe czy po prostu, gdy chcę spotkać się z kimś, aby porozmawiać na spokojnie, nigdzie się nie spiesząc, wybieram **Białego Królika w Gdyni Orłowie.** To piękna restauracja, dosyć droga, ale od czasu do czasu warto się tam wybrać.

Jako wielka entuzjasta kuchni tajskiej bardzo lubię odwiedzać w Sopocie restaurację **Thai Thai**, gdzie potrawy przygotowują prawdziwi Tajowie. Moim zdaniem to jeden z najlepszych tajskich lokali w Trójmieście, jeśli nie w Polsce. Jestem też ogromną fanką kuchni włoskiej. Jeśli więc na pizzę, to zdecydowanie do **Mąki i Kawy na Świętojańskiej w Gdyni**. Nie jest to miejsce, gdzie można długo posiedzieć. Raczej bar, w którym niczym we Włoszech szybko dostaje się dobrą i niedrogą pizzę.

Mimo, że bardzo lubię teatr i dobre kino, to obecnie, przy wychowywaniu dziecka, nie mogę sobie zbyt często pozwolić na tego typu przyjemności. Niekomercyjne francuskie filmy w **kinie Żak** zamieniłam na bajki **w Heliosie** w Alfa Centrum, a spektakle dla dorosłych na musicale dla dzieci **w Teatrze Muzycznym** w Gdyni.

Gdy mieszkałam w Warszawie bardzo tęskniłam za morzem. Teraz oglądam je niemal codziennie i muszę się przyznać, że w tym roku po raz pierwszy opalałam się na plaży. Dopiero teraz to doceniłam. Na nowo zachwyciłam się Trójmiastem i na tę chwilę nie wyobrażam sobie innego miejsca do życia. ■

APARTAMENTY WYPOCZYNKOWE SUN&SNOW

Dziś nocleg w hotelu a zwłaszcza w kwaterze prywatnej jest mocno passe. Już od kilku sezonów biznesmani, rodziny z dziećmi i pary w podróży poślubnej nocują w apartamentach wypoczynkowych. To eleganckie w pełni wyposażone mieszkania, w których podczas pobytu można poczuć się tak dobrze, jak we własnym domu. Oferują wygodne łóżka, pełne AGD, tarasy, podziemne miejsca garażowe. Apartamentowce powstają i w kurortach, i w metropoliach. Jeśli szukasz wyjątkowego miejsca noclegowego na święta, Sylwestra, zimowe ferie albo już na kolejne wakacje, zapamiętaj nazwę SUN & SNOW. To największa w Polsce firma wynajmująca apartamenty wypoczynkowe turystom. Ma ich w ofercie ponad 1200, z czego aż 250 w Trójmieście.

Najmniejsze apartamenty mają jeden pokój z aneksem kuchennym, a największe – sporo ponad 100 metrów kwadratowych. Oferta jest zatem dopasowana zarówno do osób podróżujących w pojedynkę, jak i do dużych rodzin. Bez względu na wielkość, wszystkie mieszkania są nowocześnie urządzone, wyposażone w to, co potrzebne, by poczuć się w nich jak u siebie. W aneksach kuchennych znajdują się naczynia i pełen sprzęt AGD, dzięki czemu można samemu przygotować posiłki. Dla najmłodszych gości przewidziano foteliki do karmienia, łóżeczka turystyczne. Przy dłuższych pobytach, zwłaszcza z dziećmi, dużym plusem są pralki. W wybranych budynkach apartamentowych można skorzystać z siłowni, mini SPA, basenu, jacuzzi, albo zaprowadzić dzieci do sali zabaw. Zmotoryzowani goście nie muszą martwić się o miejsce do zaparkowania. Ceny liczone są od wielkości wynajętego apartamentu a nie od liczby gości, i zaczynają się od 120 zł za dobę za apartament. Często można trafić na promocję. Cała oferta na www.sunandsnow.pl ■

GDYNIA SUN & SNOW SIENKIEWICZA

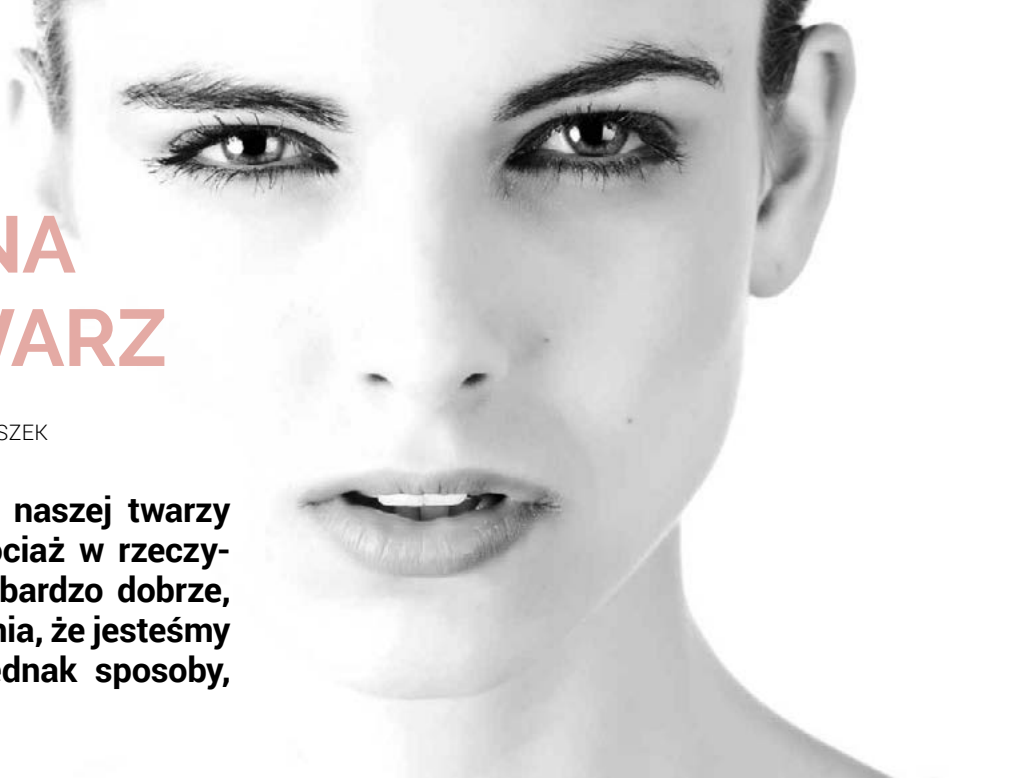
Gdynia to najnowsza lokalizacja Sun & Snow, a dwupoziomowy apartament przy Sienkiewicza to prawdziwa perełka. 240 m², 5 pokoi, piękny widok na morze, mnóstwo modnej szarości i drewna w ciepłym odcieniu. Cena od 700 zł za dobę za 8 osób plus koszty przygotowania.

GDAŃSK SUN & SNOW AURA

Apartamentowiec na Wyspie Spichrzów blisko Starego Miasta. Jedna z najczęściej wybieranych przez gości lokalizacji, w której Sun & Snow zarządza aż 55 apartamentami. Na zdjęciach apartament nr 199. Salon z aneksem kuchennym, sypialnia i elegancka łazienka – całość o metrażu 55 m². Cena od 200 zł za dobę plus opłata za przygotowanie.

SOPOT SUN & SNOW WINIECKIEGO

Topowa lokalizacja w centrum Dolnego Sopotu. Luksusowy 3-pokojowy apartament w odrestaurowanej kamienicy 5 minut spacerem od plaży. 85 m². Wanna w większej sypialni. Kominek w salonie. Kuchnia z wyspą i ogromnymi przeszklonymi drzwiami. Od 300 zł za dobę plus opłata za przygotowanie apartamentu.



SPOSOBY NA MŁODĄ TWARZ

AUTOR: JUSTYNA MICHALKIEWICZ - WALOSZEK

Z wiekiem skóra i mięśnie naszej twarzy tracą swoją jędrność. I chociaż w rzeczywistości możemy czuć się bardzo dobrze, wysyłamy sygnał do otoczenia, że jesteśmy smutne i zmęczone. Są jednak sposoby, aby temu zaradzić.

Za zmęczony wygląd naszej twarzy odpowiadają nie tylko zmarszczki, ale przede wszystkim proces zanikania podściółki tłuszczowej, połączony z wiotczeniem mięśni i utratą elastyczności skóry. Powoduje to m.in. zapadanie i rozciąganie się powiek, powstawanie „worków" i cieni pod oczami czy utratę proporcji policzków.

- Jednym z zabiegów anty-aging jest mezoterapia polegająca na wprowadzeniu bezpośrednio do skóry odżywczych substancji stymulujących. Zabieg powtarzany regularnie może znacząco poprawić jakość skóry, ale nie zlikwiduje widocznych zmarszczek. Dla pacjentów, którzy oczekują natychmiastowego pozbycia się zmarszczek czoła i „kurzych łapek", dobrym rozwiązaniem będzie toksyna botulinowa - mówi dr Karolina Kondej, specjalista chirurgii plastycznej.

W przypadkach nasilonych objawów starzenia rozwiązaniem są zabiegi chirurgii plastycznej. Rutynowym zabiegiem, który w spektakularny sposób odmładza wygląd twarzy jest plastyka powiek. Dobrym rozwiązaniem będzie również mini lift twarzy, połączony z przeszczepem własnej tkanki tłuszczowej.

- Zabiegi plastyczne są trwałe i utrzymują się latami. Nie można jednak zapominać, że proces starzenia cały czas postępuje. Aby utrzymać efekt, zalecam troskę o higieniczny tryb życia, a więc rzucenie palenia, unikanie opalania oraz zbilansowaną dietę – dodaje dr Karolina Kondej.

Rewolucją w blefaroplastyce, czyli bezinwazyjnej plastyce powiek jest technologia Plexr. Dzięki niej możemy skorygować opadające powieki bez skalpela. Zabieg trwa 20 minut i jest przeprowadzany pod znieczuleniem specjalnym kremem. W trakcie zabiegu emitowana jest mikrowiązka plazmy, która powoduje redukcję i obkurczanie skóry powiek.

- Plexr polecam pacjentom, którzy nie mogą bądź nie chcą poddać się zbiegowi chirurgicznemu, a pragną zachwycać pięknym spojrzeniem. Jest równie skuteczny, jak zabieg chirurgiczny, ale nie wymaga użycia skalpela. Przebiega szybko, bezboleśnie, nie pozostawia blizn i nie wymaga rekonwalescencji – mówi dr Paweł Kubik, właściciel Centrum Medycznego dr Kubik w Gdyni.

Kolejną z metod polecanych przez dr Kubika jest wstrzykiwanie wysokostężonym osoczem bogatopłytkowym za pomocą systemu Magellan. Zabieg jest wykonywany metodą mezoterapii, zwaną potocznie „wampirzym liftingiem", która polega na wstrzykiwaniu pacjentce własnej krwi (dokładniej: osocza bogatopłytkowego). Magellan to nowoczesny system, pozwalający pobrać osocze wysokiej jakości, zawierające wysokie stężenie płytek. Dzięki temu odmłodzimy skórę twarzy i pobudzimy jej komórki do odbudowy. Będzie jędrna, sprężysta i rozświetlona.

Odmłodzenie wyglądu twarzy można uzyskać również dzięki laserowi Revlite, który podwójnie stymuluje produkcję kolagenu. Nie wymaga znieczulenia oraz rekonwalescencji.

- Laser Revlite jest gwarancją wysokiej skuteczności. Jest szybki i bezpieczny. Dzięki fotoakustycznym „falom uderzeniowym" stymuluje skórę do produkcji nowych struktur kolagenowych – dodaje dr Kubik.

Skuteczną metodą niechirurgiczną, redukującą pierwsze oznaki starzenia jest Caci Ultimate, czyli lifting mięśni twarzy. Urządzenie emituje prądy o bardzo niskim natężeniu, dzięki czemu mięśnie naszej twarzy odzyskują dawną sprężystość. Wyraźnie spłycają się zmarszczki, skóra staje się lepiej nawilżona, a cera zyskuje dawny koloryt i blask. Zabieg jest całkowicie bezbolesny. Można go przeprowadzić w gdańskim salonie kosmetycznym Petite Perle.

Jeżeli nie planujemy poddawać się zabiegom, albo po prostu chcemy doraźnie zadbać o wygląd naszej twarzy, warto skorzystać z profesjonalnego masażu. Wzbogacony o dodatkowe oczyszczanie oraz peeling, sprawi, że nasza zmęczona twarz nabierze blasku. Taki masaż nie rozwiąże wszystkich problemów związanych z oznakami starzenia, ale stosowany regularnie, pozwoli dłużej cieszyć się młodym wyglądem. Masaż, redukujący efekt zmęczonej twarzy możemy wykonać w OXO Luxury Spa w Sopocie.

Kropką nad „i" młodego wyglądu jest odpowiedni makijaż. Aby twarz wyglądała promiennie, nie wystarczy nałożyć na nią kolorowych kosmetyków. Trzeba przede wszystkim odpowiednio przygotować skórę.

- Warto wieczorem wykonać peeling twarzy w celu wygładzenia nierówności i usunięciu martwego naskórka. Następnie zaaplikować krem, bogaty w składniki aktywne z witaminami. Tak przygotowana baza sprawi, że makijaż utrzyma się dłużej i będzie wyglądał na świeży. Aby uzyskać efekt młodzieńczej skóry, makijaż musi być lekki, więc nie przesadzajmy z ilością aplikowanych kosmetyków – informuje Karolina Wałdowska, właścicielka Salonu Sopot. ■

Zachwycaj SPOJRZENIEM

Zauważyłaś, że opadające powieki utrudniają Ci wykonanie makijażu? Sprawiają, że twarz wygląda na smutną oraz starszą? A może dolne powieki wiotczeją i pokrywają się siecią drobnych zmarszczek? To efekt starzejącej się z wiekiem skóry powiek, który często dotyczy kobiet już po 30. roku życia. Teraz, dzięki PLEXR, możesz bezoperacyjnie i nieinwazyjnie pozbyć się problemu!

dr Paweł Kubik

Plexr – rewolucja w blefaroplastyce

W gabinecie medycyny estetycznej, bez konieczności operacji, blizn i rekonwalescencji możesz skorygować opadające powieki za pomocą technologii PLEXR. Procedura jest prosta i bezpieczna, nie pozostawia śladów interwencji chirurgicznych. Emitowana w trakcie zabiegu mikrowiązka plazmy powoduje redukcję i obkurczenie skóry, dzięki czemu oko staje się bardziej „otwarte", a przez to spojrzenie się odmładza. Zabieg sprawdza się u osób, które nie chcą lub nie mogą poddać się zabiegowi chirurgicznemu.

Jak działa Plexr?

PLEXR to doskonała alternatywa dla tradycyjnych metod chirurgicznych leczenia opadających powiek (blefaroplastyka). Jeśli przeszkadza Ci nadmiar skóry na powiekach, a boisz się zabiegu operacyjnego bądź jest na niego za wcześnie, ta metoda jest dla Ciebie. Mikrowiązka plazmy generowana przez PLEXR powoduje obkurczenie nadmiaru skóry, dzięki czemu twarz odzyskuje młode i świeże spojrzenie. Procedura ta jest równie skuteczna jak zabieg chirurgiczny, przy tym nieinwazyjna i niewymagająca długiej rekonwalescencji. W leczeniu opadających powiek należy wykonać od 1 do 3 zabiegów w odstępach 40 dni w zależności od stopnia zaawansowania problemu. Efekt terapeutyczny utrzymuje się od 2 do 4 lat.

Przebieg zabiegu

Zabieg trwa około 20 minut i poprzedzony jest wcześniejszym znieczuleniem specjalnym kremem. W jego trakcie wykonywane są niewielkie punkty na powierzchni skóry w odległości ok. 0,5 mm. Procedura nie powoduje stanu zapalnego ani krwawienia. Po jej zakończeniu widoczne są niewielkie strupki utrzymujące się 4-7 dni. Może też wystąpić zaczerwienienie i opuchlizna, które ustąpią po 7-10 dniach, w tym czasie należy stosować odpowiedni makijaż.

Jakiego efektu możesz się spodziewać?

- wzrost napięcia skóry na górnej i dolnej powiece
- uniesienie się powiek
- efekt „otwartego" oka
- uniesienie opadających kącików oka i brwi
- wygładzenie skóry i redukcja zmarszczek na powiece dolnej

Plexr

DR KUBIK
CENTRUM MEDYCZNE

ul. Hryniewickiego 6c/9, Gdynia,
Sea Towers, II piętro,
tel.: (58) 682 21 45, e-mail:info@drkubik.pl,
www.drkubik.pl

GIMNASTYKA DLA MÓZGU

AUTOR: MAX RADKE

Pamięć, koncentracja, zdolności wizualne i przestrzenne, zdolności kalkulacyjne, werbalne, rozwiązywanie problemów - wszystko to można usprawnić jeśli tylko regularnie zmusisz mózg do wysiłku. Sprawność umysłowa jest bardzo ważna dla jakości naszego życia, dlatego już dziś warto zacząć ją właściwie ćwiczyć.

Kiedyś uważano, że mózg rozwija się tylko w trakcie dzieciństwa – i że to od tego okresu zależy ilość i jakość komórek mózgowych, które będą potem używane przez całe życie. To myślenie okazało się bardzo błędne, mózg rozwija się bowiem cały czas. Oczywiście rozwój ten z czasem jest coraz mniej dynamiczny, ale nawet mózg osoby dorosłej jest zdolny do neuroplastyczności.

- Mózg zbudowany jest z ponad biliona komórek, a badania wskazują, że jest on w stanie zakodować w ciągu 70 lat życia, około 15 bilionów rozmaitych przeżyć. Każdego dnia w naszej głowie pojawia się aż 70 000 myśli. Za każdym razem, gdy próbujemy sobie coś przypomnieć lub wpadają nam do głowy jakieś myśli, tworzą się nowe połączenia w mózgu. Neuroplastyczność to zjawisko, dzięki któremu twój mózg regeneruje komórki nerwowe oraz tworzy nowe sieci neuronalne - mówi dr Paweł Kubik z Brain Plus Gdynia, ośrodka treningu mózgu metodą neurofeedback (**www.brainplus.bio**).

Odpowiednia stymulacja mózgu może usprawnić rozmaite umiejętności poznawcze, takie jak myślenie, pamięć czy koncentracja. Ron White, amerykański mistrz pamięci, poleca zabawy z zamkniętymi oczami. Robienie czegokolwiek bez kontroli wzroku zmusza umysł do dodatkowego wysiłku. Inny pomysł - wykonuj wszelkie czynności inaczej, niż to robisz codziennie. Zerwanie z utartymi przyzwyczajeniami budzi mózg i zmusza go do stymulacji nieuruchomionych jego partii.

Ważne jest też pozytywne nastawienie, gdyż negatywne myśli powodują uruchomienie w mózgu obszarów odpowiedzialnych za wywołanie lęku i stresu. Dla mózgu ważna jest też... aktywność fizyczna. Spacer, taniec czy gimnastyka sprawiają, ze mózg będzie lepiej pracował i łatwiej zapamięta informacje, a w dodatku pomieści ich znacznie więcej. Ciekawostką jest fakt, że zbawienny wpływ na pracę naszego mózgu ma seks. Wszystkie powyższe sposoby można wprowadzić w życie w warunkach domowych.

Nasz mózg można jednak ćwiczyć i stymulować pod okiem doświadczonych neuroterapeutów stosujących sprawdzone metody naukowe. Jedną z takich metod jest neurofeedback - kontrolowany trening mózgu z wykorzystaniem biologicznego sprzężenia zwrotnego. Technika ta pozwala na zobrazowanie tych czynności naszego organizmu, których w normalnych warunkach nie dostrzegamy, lub które wymykają się spod naszej kontroli.

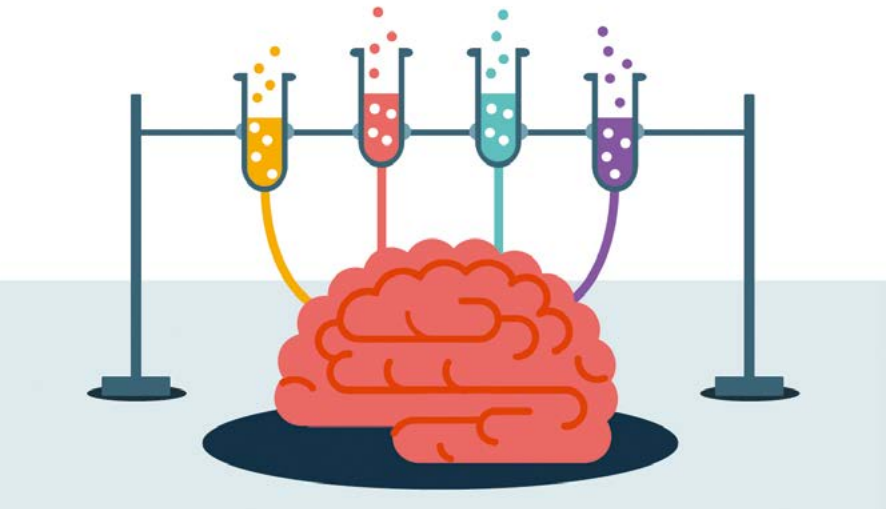
- W praktyce oznacza to, że poprzez trening możemy widzieć i doskonalić funkcje naszego umysłu w jasny i prosty sposób. Czynność mózgu zostaje „przepisana" na postać gry, której poszczególne elementy odpowiadają za różne aspekty jego funkcjonowania. Trening neurofeedback prowadzony jest przez neuroterapeutę, który cały czas modyfikuje jego trudność, kontroluje zakres i częstotliwość fal emitowanych przez mózg, informuje pacjenta, o tym co należy zmienić, motywuje do pracy tak, aby pacjent miał racjonalnie umieszczoną poprzeczkę trudności - mówi dr Paweł Kubik z Brain Plus w Gdyni.

Treningi neurofeedback są w pełni spersonalizowane. Najczęściej skupiamy się na poprawie: funkcji poznawczych, czyli zdolności do uczenia się, na koncentracji uwagi, ćwiczeniu pamięci, poprawie jakości snu, koordynacji psychomotorycznej i refleksu, odporności na stres, zwiększaniu kreatywności i rozwój inteligencji emocjonalnej.

Sprawność naszego mózgu i ogólny stan naszego organizmu uzależnione są od tego, czym go karmimy i jakiego paliwa mu dostarczamy. Tutaj z pomocą przychodzą wlewy dożylne. Za pomocą kroplówki możemy uzupełnić niedobory witamin i mikroelementów, wzbogacić organizm o niezbędne antyoksydanty i aminokwasy i oddziaływać na wiele różnych schorzeń i dolegliwości.

- Taka droga podania sprawia, że 100% podanej substancji trafia bezpośrednio do krwiobiegu i działa bez strat związanych z ograniczonym wchłanianiem. Kluczem do osiągnięcia odpowiedniego efektu jest właściwy dobór składników kroplówki. Kroplówka sporządzana jest na miejscu i podawana dożylnie przez wenflon. Cały zabieg trwa najczęściej 30 do60 minut w zależności od składu i objętości kroplówki - mówi Kinga Matusiak, wiceprezes zarządu Centrum Medycznego Revital Clinic w Gdyni (**www.revital.clinic**).

Centrum Medyczne Revital zaprojektowało kilka kroplówek oddziałujących na układ nerwowy: Revital Brain, poprawiające pamięć i koncentrację, wspomagające przewodzenie impulsów nerwowych i poprawiające krążenie mózgowe oraz Revital Relax, będące idealnym rozwiązaniem dla osób przemęczonych, zapracowanych, zestresowanych i wypalonych zawodowo. ■



BrainPlus™
Biofeedback
& Neurofeedback

Treningi Neurofeedback pomogą Twojemu dziecku efektywniej wykorzystać czas poświęcony na naukę i zabawę.

Brain Plus
Neurofeedback & Biofeedback

Skwer Kościuszki 15/01
81-370 Gdynia

+48 58 354 09 57
hello@brainplus.bio

Dowiedz się więcej na www.brainplus.bio

Brain Plus Neurofeedback & Biofeedback

DR KAROLINA KONDEJ

OD DIETETYKA DO PLASTYKA

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Walka z nadmiarem kilogramów jest trudna i długotrwała, a koniec jej nie zawsze satysfakcjonujący. Po utracie zbędnych kilogramów, okazuje się, że nasze ciało wcale nie wygląda idealnie. Patrzymy w lustro i widzimy nieapetyczne fałdy skóry brzucha, pleców, ramion, czy ud. Również twarz straciła swój typowy zdrowy wygląd, przybierając permanentny zmęczony wyraz, spowodowany utratą tkanki tłuszczowej z policzków. O tym jak sobie poradzić z tym problemem rozmawiamy z chirurgiem plastycznym dr Karoliną Kondej.

Pani doktor, co zatem można zrobić, gdy po zgubieniu wagi nasza skóra jest po prostu zniekształcona?

Trwałość i stopień zniekształceń skóry po utracie masy ciała zależy od kilku czynników: kilogramów, które zgubiliśmy, czasu w którym to nastąpiło, wieku i właściwości/jakości naszej skóry. Oczywiste jest, że im większa utrata masy ciała, tym większe nadmiary wiotkiej skóry, im starsi jesteśmy, tym potencjał obkurczający skórę jest słabszy, i jeśli ktoś ma liczne rozstępy na skórze, to te obszary nie mają szans obkurczenia się, bo włókna skóry są trwale uszkodzone. Ocenę stopnia zniekształceń powłok należy przeprowadzić nie wcześniej niż 6 m-cy od momentu ustabilizowania się naszej wagi. Jest to czas na samoistny proces obkurczania skóry, który może być wspomagany zabiegami stymulującymi skórę. Jeżeli po tym czasie nadal nie jesteśmy zadowoleni ze swojego wyglądu - należy rozważyć chirurgiczne modelowanie sylwetki.

Na czym polega zabieg modelowania sylwetki?

Modelowanie sylwetki polega na wycięciu nadmiarów wiotkich tkanek, naciągnięciu ich i przywróceniu operowanym okolicom prawidłowego kształtu i napięcia. Najczęściej operowane okolice to brzuch, uda, ramiona i piersi, a także twarz. Plastyka brzucha (abdominoplastyka) to operacja, która cieszy się dużą popularnością zarówno wśród kobiet, jak i wśród mężczyzn, i to bez względu na ich wiek. Zabieg ten jest przeprowadzany w znieczuleniu ogólnym i trwa około 3-5 godzin, zależnie od wielkości brzucha. Nacięcia wykonuje się tak, aby blizna była jak najbardziej ukryta.

Mamy już płaski brzuch, a co z obwisłą skórą na udach, czy ramionach?

Zabiegi korekcyjne ramion, ud, bioder przeprowadza się analogicznie do plastyki brzucha, wycina się nadmiar wiotkiej, często zniszczonej rozstępami skóry. Wytwarza się bliznę w takim miejscu, by była jak najmniej widoczna i by móc ją ukryć w bieliźnie. Jedynie zabiegi korekcyjne piersi wymagają bardziej złożonego postępowania. Po schudnięciu bardzo często dochodzi do znacznego zaniku objętości piersi i ich opadania. Nawet jeśli nadal zachowują rozmiary proporcjonalne do ciała, ich kształt bywa dość daleki od ideału. Wówczas należy przeprowadzić zabieg korekcyjny łączący plastykę podniesienia piersi z przywróceniem objętości i wszczepieniem implantów silikonowych.

dr Karolina Kondej

Jak przebiega proces rekonwalescencji po zabiegu?

Bezpośrednio po zabiegu pojawia się bolesność operowanej okolicy, obrzęk, poczucie zdrętwienia, które ustępuje w ciągu kilku następnych miesięcy. Ból okolicy operowanej utrzymuje się do siedmiu dni, w tym okresie pacjent przyjmuje doustne środki przeciwbólowe. Po zabiegu zakładana jest specjalna, elastyczna bielizna, która powinna być noszona od czterech do sześciu tygodni. Noszenie uciskowej bielizny pomaga zmniejszyć obrzęk oraz przyczynia się do lepszego komfortu pacjenta po operacji. W siódmej - dziesiątej dobie zdejmowane są szwy oraz dreny, które umieszczane są po obu stronach rany oraz pępka. Dreny mają za zadanie odsączyć nadmiar płynów ustrojowych i krwi. W okresie 4-6 tygodni powinno nastąpić ograniczenie aktywności fizycznej, w ciągu sześciu miesięcy od zabiegu należy unikać opalania. Pacjent najczęściej powraca do swoich codziennych obowiązków po dwóch tygodniach od operacji. Końcowy efekt zabiegu ocenia się po 6-12 miesiącach od przeprowadzonej operacji.

Czy można różne zabiegi wykonywać jednocześnie?

Wszystko zależy od stanu zdrowia pacjenta i od obszaru skóry, którą chcemy usunąć. Takie zawansowane leczenie jest planowane indywidualnie dla każdego pacjenta.

Jaka jest trwałość wyniku leczenia?

Chociaż rezultat operacji jest zwykle trwały, może on zostać zniweczony poprzez znaczne wahania wagi pacjenta. Dlatego jeżeli planuje się dużą utratę masy ciała lub w niedalekiej przyszłości zajście w ciążę, należy rozważyć przełożenie operacji na czas, w którym waga będzie już ustabilizowana. ■

dr Karolina Kondej • Chirurg plastyczny • www.drkondej.pl

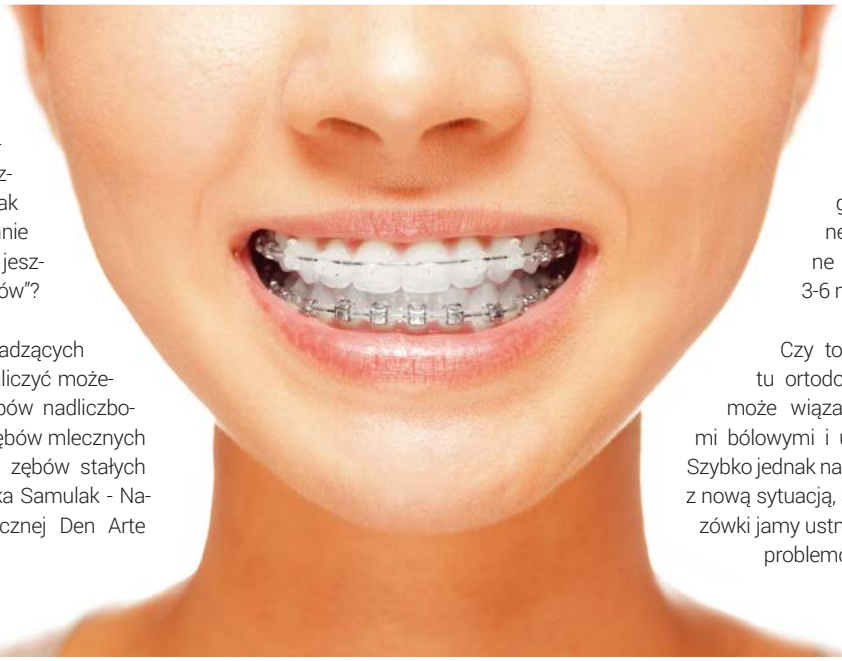
PREMIÈRE
DENT

PREMIERE DENT
STOMATOLOGIA MIKROSKOPOWA
PREMIEREDENT.PL
UL.BENIOWSKIEGO 11 LOK. 2, GDAŃSK OLIWA
TEL. 790335737
587175333

PROSTE ZĘBY W KAŻDYM WIEKU

AUTOR: AGATA RUDNIK

Gabinety ortodontyczne od dawna nie są odwiedzane już tylko przez dzieci i nastolatków. Walkę o prosty zgryz dzielnie toczy coraz więcej dorosłych, a propozycje klinik stomatologicznych są idealnym sprzymierzeńcem.



Wady zgryzu zwykle rozwijają się w dzieciństwie i mogą być spowodowane przez czynniki genetyczne, urazy lub nawyki, takie jak np. ssanie kciuka lub nagryzanie warg czy policzków. Jakie są jeszcze przyczyny „krzywych zębów"?

- Do innych czynników prowadzących do powstania wad zgryzu zaliczyć możemy także występowanie zębów nadliczbowych, zbyt wczesną utratę zębów mlecznych bądź opóźnione wyrzynanie zębów stałych – odpowiada lek. dent. Monika Samulak - Nafalska z kliniki stomatologicznej Den Arte w Sopocie.

Leczenie ortodontyczne wymaga od nas, co tu kryć, zarówno cierpliwości, jak i zasobności portfela. Obecnie dostępnych jest jednak wiele rozwiązań, które nie tylko przynoszą spektakularne efekty, ale także znacznie skracają czas noszenia aparatu. Dla tych, dla których urok noszenia typowego „drucianego" aparatu jest kwestią dyskusyjną, istnieją również inne, niemalże niewidoczne metody prostowania zgryzu. Dlaczego warto podjąć się tego wyzwania?

- Korekta zgryzu często wykonywana jest przed planowanym leczeniem protetycznym. Zęby, które są w prawidłowym położeniu dają nam możliwość stworzenia pięknego, estetycznego uśmiechu. Jednocześnie prawidłowe kontakty zgryzowe powodują, że odbudowa jest trwała, a pacjent ma pełen komfort codziennego funkcjonowania – tłumaczy lek. stom. Michał Nawrocki z kliniki stomatologicznej Nawrocki Clinic w Gdańsku.

Bardzo ważna jest pierwsza wizyta u specjalisty. Ortodonta zbiera wówczas wywiad lekarski, a także rozmawia z nami o naszych oczekiwaniach i dostępnych możliwościach. Kolejnym etapem jest wykonanie wycisków oraz zdjęć rentgenowskich. Wszystko to pozwala ustalić indywidualny plan leczenia, czas jego trwania i rodzaj aparatu korygującego zgryz.

- Wyróżniamy aparaty stałe oraz zdejmowane, ruchome. Te drugie przeznaczone są dla dzieci, którym nie wyrosły jeszcze wszystkie zęby stałe, a więc w wieku około 7 do 11 lat. Ta metoda nie pozwala jednak na skorygowanie wszystkich wad zgryzu, wtedy konieczne jest zastosowanie aparatu stałego – mówi lek. dent. Monika Samulak - Nafalska z kliniki Den Arte.

Aparaty stałe są jednak coraz bardziej estetyczne i skuteczne, a czas leczenia ortodontycznego ulega skróceniu.

- Na szczególną uwagę zasługują aparaty ruchome typu Clear Aligner. Jest to system wyjmowanych nakładek, które umożliwiają w stosunkowo szybki sposób korektę różnego rodzaju wad zgryzowych, jak np. często występujące stłoczenia zębowe - lek. stom. Michał Nawrocki.

Czas leczenia ortodontycznego zależy m.in. od rodzaju wady, ale także od naszej współpracy z lekarzem. Powinniśmy bowiem zgłaszać się regularnie na wizyty kontrolne, pozwalające obserwować postępy leczenia, a także szczególnie dbać o higienę jamy ustnej. Ważne jest także profesjonalne czyszczenie zębów co 3-6 miesięcy.

Czy to boli? Noszenie aparatu ortodontycznego z początku może wiązać się z dolegliwościami bólowymi i uczuciem dyskomfortu. Szybko jednak nasz organizm radzi sobie z nową sytuacją, a wszelkie zranienia śluzówki jamy ustnej goją się bez żadnych problemów.

Praktycznie nie istnieje górna granica wieku, kiedy możemy podjąć leczenie ortodontyczne. Przeszkodą jednak może być stan przyzębia.

- Pacjent z chorobą przyzębia musi być pod stałą opieką periodontologa – mówi lek. stom. Agnieszka Gola z Gabinetu Stomatologicznego Mawident w Gdyni. - Również cienki biotyp przyzębia, czyli mała ilość kości otaczającej ząb oraz cienkie dziąsło i recesje mogą to leczenie utrudnić. W dorosłym wieku inny jest też metabolizm kości, a co za tym idzie dłuższe jest leczenie - dodaje lek. stom. Agnieszka Gola.

Noszenie „drutów" na zębach dawno przestało być czymś wstydliwym. Kojarzy się raczej z troską o własne zdrowie i estetyczny wygląd. Co ważne, leczenie ortodontyczne nie wiąże się z żadnymi ograniczeniami. No może poza jednym – musimy uważać na to, co jemy, gdyż twarde pokarmy mogą po prostu uszkodzić aparat. Powinniśmy też unikać gum dożucia i innych oblepiających „umilaczy". Takie poświęcenie jest jednak tego warte, gdy już po krótkim czasie zaczniemy obserwować pierwsze zmiany w naszym zgryzie, będące dowodem na to, że „to działa"! ■

NAWROCKI | CLINIC

STOMATOLOGIA PRZYSZŁOŚCI

ZAPRASZAMY

ZAKRES USŁUG:

- CAD CAM - KORONY I MOSTY NA JEDNEJ WIZYCIE
- LASER FOTONA LIGHTWALKER
- DSD - CYFROWE PROJEKTOWANIE UŚMIECHU
- IMPLANTY DENTYSTYCZNE
- TOMOGRAFIA KOMPUTEROWA
- MIKROSKOP
- LECZENIE ENDODONTYCZNE
- CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
- LECZENIE ZACHOWAWCZE

ADRES:
UL. CZARNY DWÓR 10/34
80-365 GDAŃSK

KONTAKT:
+48 58 52 66 004 | +48 501 143 042
RECEPCJA@NAWROCKICLINIC.COM

GODZINY OTWARCIA
PN – PT: 8:00-19:00
SOB: 9:00-14:00

JAK UTRZYMAĆ WŁASNE, ZDROWE ZĘBY PRZEZ CAŁE ŻYCIE? MY WIEMY JAK!

Pomimo znacznych postępów w stomatologii, powszechnego korzystania ze znieczuleń, czy też usuwania próchnicy ozonem wizyta w gabinecie stomatologicznym rzadko komu kojarzy się z czymś przyjemnym. Jako dyplomowane higienistki chcemy zmienić ten stereotyp.

od lewej: Magdalena Różyńska, Emilia Augustyn, Mariola Dolna

W klinice Den Arté dostrzegamy rosnące zainteresowanie oraz zapotrzebowanie ze strony pacjentów profilaktyką jamy ustnej. Higienizacja to nie tylko „ techniczny" zabieg oczyszczania, to również, a może przede wszystkim przedstawienie zagrożeń płynących z niedostatecznego dbania o jamę ustną oraz pobudzenie świadomości pacjentów w tak ważnym obszarze, jakim jest utrzymanie zdrowia, nie tylko zębów, ale całego organizmu.

Przyczyną problemów periodontologicznych (przyzębia) jest tworzenie się biofilmu bakteryjnego, czyli płytki bakteryjnej. Płytka nazębna rozkłada cukry i skrobie w pożywieniu i produkuje kwas przenikający w głąb powierzchni zęba wywołując próchnicę. Niedokładne usuwanie osadu i złogów nazębnych, chropowate, uszkodzone powierzchnie szkliwa oraz cementu korzeniowego tworzą nisze, w których zatrzymują się fragmenty pokarmów.

Usuwanie złogów nazębnych jest najczęściej wykonywanym zabiegiem w naszej klinice w leczeniu chorób przyzębia. Poprzez systematyczne usuwanie złogów (scaling), piaskowanie zębów, a także wygładzanie powierzchni korzeni (root planing), skutecznie pozwalamy utrzymać pacjentom zdrowe przyzębie, co w rezultacie skutkuje zachowaniem zębów przez wiele lat.

Scaling to zabieg usunięcia kamienia nazębnego, płytki i osadu z koron, z korzeni zębów oraz uzupełnień protetycznych za pomocą ultradźwiękowego skalera. Rootplaning to oczyszczanie i wygładzanie poddziąsłowych powierzchni korzenia, mające na celu usunięcie drobniejszych resztek kamienia, jak również zainfekowanego bakteriami cementu korzeniowego.

Co wpływa na prawidłowy stan jamy ustnej? Przede wszystkim prawidłowa higiena zębów i przyzębia, preparaty wzmacniające, zawierające fluor lub hydroksyapatyty, odpowiednie odżywianie oraz regularne wizyty profilaktyczne minimum 2 razy w roku, aby jak najwcześniej wykryć objawy choroby i nie dopuścić do jej rozwoju.

Bardzo ważna jest dostateczna higienizacja jamy ustnej w domu - dokładne szczotkowanie zębów, czyszczenie przestrzeni między zębami - do tego używamy nitki, irygatorów lub szczoteczek międzyzębowych. Ważne jest także stosowanie płukanek oraz kiedy nie mamy możliwości umycia zębów szczoteczką, stosowanie bezcukrowych gum do żucia, które neutralizują kwaśne pH w jamie ustnej.

Spotkanie z higienistką to nierzadko pierwszy kontakt pacjenta w gabinecie ze specjalistą. Zanim trafi na fotel do dentysty, pokonuje swój strach przed leczeniem właśnie dzięki higienistce stomatologicznej. Jest to osoba wykwalifikowana, świadoma konsekwencji nieprawidłowego przestrzegania przez pacjentów higieny. Jest swojego rodzaju „łącznikiem" pacjenta z lekarzem stomatologiem.

Celem każdej higienistki powinna być pomoc w pokonywaniu oznak dentofobii oraz edukacja pacjenta, jak poprzez wzorowy sposób dbać o jamę ustną i utrzymać swoje uzębienie w idealnym stanie. Dzięki temu każdy pacjent może cieszyć się pięknym, białym i lśniącym uśmiechem, który daje nam pewność siebie, a jak wiemy zdrowy uśmiech to najpiękniejsza szata człowieka.

Autorkami artykułu są dyplomowane higienistki kliniki stomatologicznej Den Arté w Sopocie: Magdalena Różyńska, Emilia Augustyn, Mariola Dolna ■

REVITAL
CENTRUM MEDYCZNE

. WLEWY **DOŻYLNE** .
. **TERAPIE** HORMONALNE .
. KONSULTACJE **MEDYCZNE** .
. **BADANIA** LABORATORYJNE .
. BADANIA **GENETYCZNE** .
. **OSOCZE** BOGATOPŁYTKOWE .
. MEDYCYNA **SPORTOWA** .
. **DIETETYKA** KLINICZNA .
. WIZYTY **DOMOWE** .

WWW.**REVITAL**.CLINIC
+48 507 808 878 | GDYNIA@REVITAL.CLINIC
UL. CHWARZNIEŃSKA 198A
81-602 GDYNIA

NOWOŚCI Z TARGÓW URODA

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Ponad 300 firm i marek kosmetycznych zaprezentowało swoje produkty i usługi podczas targów Uroda, które odbyły się w gdańskim Amber Expo. Targi odwiedziło ponad 8 tysięcy gości, którzy nie tylko mogli zapoznać się z rynkowymi nowościami, ale też wziąć udział w kilkudziesięciu imprezach towarzyszących, tj. pokazy mody, pokazy fryzjerskie i barberskie, szkolenia i prezentacje urządzeń kosmetologicznych.

Program imprezy jest wypełniony był do ostatniej minuty – w kilku strefach odbywały się warsztaty, pokazy i szkolenia dla profesjonalistów, prezentacje produktów i zabiegów medycyny estetycznej. Można było skorzystać z konsultacji kosmetyczek, wizażystów, stylistów, fryzjerów, dietetyków, a także zapoznać się z ofertą klinik stomatologicznych i hoteli spa&wellness.

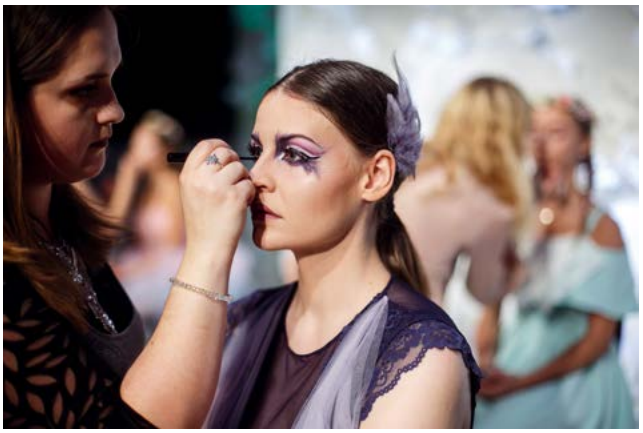
Nowości było mnóstwo, co świadczy o tym, że branża urodowa zaskakuje i dynamicznie się rozwija. Jedną z nich był pokaz zabiegu Arude marki Montibello. To hiszpańska marka dotychczas znana z produktów do włosów oraz farb fryzjerskich, która poszerzyła swoją ofertę o profesjonalne kosmetyki do pielęgnacji skóry, przeznaczone zarówno do zabiegów w salonach kosmetycznych, jak i do domowego użytku.

Zabieg Arude to pielęgnacja skóry twarzy w celu zwiększania odporności i jędrności, zwalczania zmarszczek, zdefiniowania owalu twarzy, wygładzenia plam i ujednolicenia kolorytu skóry, nadając natychmiastowy efekt napięcia. Dużym zainteresowaniem cieszył się także pokaz urządzenia Primelle oferującego próżniową metodę zwalczania cellulitu, redukcji tkanki tłuszczowej modelowania sylwetki i owalu twarzy oraz mikrodermabrazji.

Na targach mocno swoją obecność zaznaczyły wizażystki. Można było zapoznać się z technikami wykonywania makijażu na specjalne okazje, m.in. ślubnego, glamour, biznesowego i wieczorowego. Jolanta Wagner, dyrektor artystyczna Europejskiej Akademii Estetyki Artystycznej zaprezentowała makijaż kobiety dojrzałej odpowiedni do typu urody.

Pokazy fryzjerskich trendów na sezon 2016/2017 przygotowały marki Kemon I Montibello. Ta pierwsza marka zaprezentowała kolekcję fryzur Etno 2017, inspirowaną wielokulturowością i różnorodnością form i kształtów. Propozycja „Etno" jest na każdą porę roku. Kolekcja wyróżnia się ciekawymi koloryzacjami, niepowtarzalnymi upięciami oraz męskimi, symetrycznymi stylizacjami.

I na koniec ciekawostka. Na targach trójmiejska firma Grupa IT zaprezentowała dwie aplikacje, beFrutti i Wellaphy. To platformy łączące wizażystki i masażystów z klientami. Dzięki aplikacji użytkownik ma dostęp do bazy usługodawców, widzi jakim dysponują doświadczeniem, kwalifikacjami i może zamówić usługę, która jest realizowana niemal natychmiast, w domu klienta. ■



Relax & SPA dla dwojga

Oxo Luxury SPA & Mała Anglia
Boutique Apartments
Sopot , ul. Grunwaldzka 94-96
tel. 58 351 05 20

WELLA

P.Roccialli
The art of beauty

PIĘKNO W ZASIĘGU RĘKI

Kreatywni styliści fryzur mający artystyczne podejście do uprawianego rzemiosła, wykwalifikowani specjaliści, którzy nadają ciału i paznokciom nowe życie - to największy atut salonów fryzjersko - kosmetycznych Roccialli. Mieszczące się w Galerii Bałtyckiej i Olivia Business Centre salony, to miejsca zdecydowanie dla kobiet i mężczyzn ceniących indywidualizm, a perfekcja, styl oraz jakość kosmetyków najlepszych światowych marek to przepis na prawdziwe piękno.

Fachowy personel pracujący przy pomocy cenionych na całym świecie produktów do pielęgnacji włosów, paznokci i ciała zrobi wszystko by zadowolić i pozwolić na chwile relaksu klientom. Indywidualnie dobrana linia preparatów pielęgnacyjnych sprawi, że twoje włosy, ciało i paznokcie na co dzień będą wyglądały jak bezpośrednio po wizycie u w salonie. Klienci mogą liczyć na fachową poradę stylisty dotyczącą sposobu doboru fryzury i koloryzacji oraz odpowiedniej metody dbania o włosy.

REGENERACJA WELLA SPA

Osoby które chcą się zrelaksować i dodatkowo zregenerować, dodać objętości, nawilżyć lub odżywić włosy zapraszamy na rytuały przyjemności. Przy każdym zabiegu WELLA SPA wykonywany jest odpowiednio dobrany masaż. Jest to moment kiedy można delektować się zapachem i regenerować siły po stresującym dniu. Intensywna kuracja w formie głębokiej regeneracji jest specjalnie dobierana do potrzeb twoich włosów i precyzyjnie przygotowana w postaci stosowanej mikstury. Jest to gwarancja, że Twoje włosy otrzymują dokładnie to czego potrzebują, a ty będziesz cieszyć się włosami, o jakich zawsze marzyłaś.

SP MEN GRADUAL TONE - ODSIWIANIE

Najbardziej męski sposób zredukowania siwizny. Prosto i skutecznie jak nigdy dotąd. Po raz pierwszy nowa, hybrydowo - pianowa technologia zastosowana w SP Men GRADUAL TONE łączy wygodną aplikację w formie piany z naturalnymi efektami oksydacyjnej technologii koloryzacji.

FARBOWANIE

Koloryzację wykonujemy farbami Koleston, Colortouch oraz Ilumina firmyWELLA, zapewniają one najlepszą ochronę włosa podczas koloryzacji oraz piękny, długotrwały kolor. Dostępne są u nas produkty, które nie zawierają amoniaku

SHELLAC

Koniec zmagań z odpryskiwaniem, smugami i zbyt długim czasem wysychania. Pożegnaj uczucie frustracji związanej z uszkodzeniami lakieru. Powitaj satysfakcję i zadowolenie z idealnie trwałego koloru. SHELLAC UV COLOR COAT jest pierwszym na świecie produktem typu hybrid nail color. Nakładany cienką warstwą jak lakier, utwardzany w świetle UV, gwarantuje piękny kolor bez skazy aż przez 14 dni. Kolory są hipoalergiczne, nie zawierają formaldehydu, toluenu i DBP. Formuła jest cienka i elastyczna jak lakier do paznokci, zapewnia mocną ochronę przed łuszczeniem pozostawiając lustrzany połysk.

MANICURE I PEDICURE SPA Z KĄPIELĄ PARAFINOWĄ

Piękne paznokcie u stóp i rąk przyciągają uwagę każdego. Nie tylko odpowiednio wypielęgnowane, ale również oryginalnie ozdobione. Manicure i Pedicure SPA to zabieg pielęgnacyjny polegający na peelingu dłoni i stóp, opracowaniu płytki paznokcia, usunięciu cążkami skórek okalających paznokcie, i w przypadku stóp usunięcie zrogowaciałej skóry frezarką, upiększeniu paznokci poprzez pomalowanie płytki lakierem lub odżywką oraz wsmarowaniu odżywczego kremu.

Ulgę przesuszonej skórze przyniosą również kąpiele w parafinie. Zabieg polega na zanurzeniu dłoni i stóp w ciepłej, płynnej parafinie (zawiera kolagen i witaminę A). Następnie na dłonie zakładamy rękawiczki, a na stopy specjalne skarpety z froty. Po piętnastu minutach zdejmujemy je i delikatnie ściągamy parafinę.

ZABIEGI KOSMETYCZNE

W salonach Roccialli, wykwalifikowany personel wykonuje również mikrodermabrazję, mezoterapię bezigłową (lifting bezigłowy) oraz wszelkiego rodzaju zabiegi pielęgnacji i odnowy biologicznej renomowanej firmy ORGANIC SERIES. Tutaj zaopatrzysz się również w preparaty kosmetyczne do stosowania w domu - za skuteczność ich działania ręczą lata doświadczeń laboratoriów. W salonach dostępna jest pełna linia kosmetyków, a na klientów czekają atrakcyjne rabaty na karnety.

MAKIJAŻ

Czy makijaż u kobiety robi na mężczyźnie wrażenie? Często zastanawiamy się, który jest odpowiedni. Subtelny, naturalny, niemal niewidoczny? Romantyczny, pastelowy? A może wyraźny, zdecydowany? Makijaż odgrywa przede wszystkim role nadania kobiecej twarzy świeżości oraz podkreśleniu rys, co oczywiście pomaga w uwodzeniu. Ważne w makijażu jest to, aby wyglądał precyzyjnie i taki właśnie najlepszy jest na pierwszą randkę.

Makijaż uwodzicielski to taki, który pasuje od typu urody, przede wszystkim najlepszy jest taki, w którym czujesz się wygodnie. Blondynkom pasują odcienie różu, błękitu, pastele. Ciemnowłosym paniom mocniejsze makijaże, a piegowatym rudzielcom pełna natura lub też odcienie zieleni, brązu. Uwodzicielski makijaż to taki w którym podkreślone jest oko. Twoje spojrzenie hipnotyzuje i wabi, a usta zachęcają do pocałunku.

ZAPROSZENIA I KARTY STAŁEGO KLIENTA
Jeśli chcesz sprawić komuś wspaniałą niespodziankę to zapraszamy do salonów Roccialli w celu nabycia eleganckiego prezentu w postaci zaproszenia na dowolną usługę. Jest to forma oryginalnego upominku, która sprawi wiele przyjemności bliskiej ci osobie. Jeżeli nie masz pomysłu, która usługa będzie odpowiednia, my pomożemy ci dobrać właściwe zaproszenie na każdą okazję.

Warto posiadać też imienną Kartę Stałego Klienta. Aby ją zdobyć wystarczy odwiedzić jeden z salonów i skorzystać z usługi fryzjerskiej lub kosmetycznej. Karta Stałego Klienta Roccialli to możliwość uzyskania rabatu na dowolną usługę. ■

*obowiązuje wcześniejsza rezerwacja telefoniczna z podaniem hasła: MIKOŁAJKI. Oferta ważna do 6 grudnia lub do wyczerpania zapasów.

PRESTIŻOWE SALONY W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH

Gdańsk - Galeria Bałtycka
tel: 58 520 44 77
pon-sob 9.00-21.00, niedz. 10.00-20.00

Gdańsk - Olivia Business Centre (Olivia Tower)
tel: 58 340 88 00
pon-pt 9.00-19.00, sob. 9.00-17.00, niedz. nieczynne
www.roccialli.pl

P.Roccialli
The art of beauty

PATRYCJA ZAREMBA

GLAM - MINIMALIZM I TRADYCJA FORMY

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

W ubraniach zaprojektowanych przez Patrycję Zarembę chodzi wiele polskich gwiazd, z Pierwszą Damą na czele. Glam, marka stworzona przez projektantkę, dedykowana jest nowoczesnym i zdecydowanym kobietom ceniącym klasykę oraz doskonałą jakość. Cechuje ją minimalizm oraz tradycja formy - mówi Patrycja Zaremba, projektantka i właścicielka marki Glam, od lipca obecnej w Sopocie.

Jakie są charakterystyczne cechy najnowszej kolekcji?
Kolekcja, która powstała na sezon jesień - zima 2016/17 jest bardzo kobieca oraz minimalistyczna. Wyróżniają ja kolory charakterystyczne dla marki, czyli granat, czerń, wiele odcieni szarości. W tym sezonie szczególnie skupiam się na cienkich tkaninach, m.in. na jedwabiach oraz żorżetach, które zdobi rysunek kwiecistych printów. Kolekcje wyróżniają również najmodniejsze tego sezonu sukienki oraz bluzki w kolorze szmaragdowym oraz ciemnego wina, które pokochały już moje klientki.

Niedawno głośno było o tym, że w pani kreacjach pojawiają się Kinga i Agata Duda. Jak się współpracuje z najważniejszymi kobietami prezydenta RP? Czy obowiązuje jakaś etykieta i czy trudno jest spełnić oczekiwania takich klientek?
Wraz z moim zespołem miałam zaszczyt oraz przyjemność zaprojektować ubrania dla Pierwszej Damy Agaty Kornhauser - Dudy oraz jej córki Kingi Dudy. Niezaprzeczalnym jest fakt, iż jest to wielkie wyróżnienie. Trzeba pamietać o zasadach obowiązujacych w protokole dyplomatycznym, zanim zostaną złożone propozycje. Przy projektowaniu najistotniejsze jest to, aby projekt odpowiadał na potrzeby klientki, idealnie komponował się z figurą oraz urodą, gdyż klientka, która zamawia kreacje indywidualnie, pragnie zachwycać. To dodaje jej pewności siebie i pomaga odnieść sukces.

Jakie gwiazdy spotkamy jeszcze w pani ubraniach i czy w ogóle projektowanie, szycie dla gwiazd show-biznesu jest dla pani ważne?
Ubrania marki Glam chętnie noszą gwiazdy, których nazwiska nie schodzą z pierwszych stron gazet, jednak najbardziej satysfakcjonuje mnie fakt, że ubieram panie, które są gwiazdami życia codziennego, pracują w różnych zawodach, prowadzą życie takie jak ja - mają firmę, dzieci, dom i w tym całym szaleństwie dnia codziennego noszą sukienki mojego projektu. Dla mnie inspiracją jest kobieta, jej codzienne życie, potrzeby. Obecnie marka Glam by Patrycja Zaremba jest partnerem VI edycji kalendarza gwiazd. Dochód ze sprzedarzy zostanie przekazany na rzecz Kliniki Budzik, którą prowadzi fundacja Ewy Błaszczyk. Na kartkach kalendarza będzie można zobaczyć w duecie kobiety biznesu oraz gwiazdy, ubrane między innymi w sukienki z moich kolekcji.

Jak widzi pani swoją markę w przyszłości tej najbliższej, jak i w dalszej perspektywie?
Kilka miesięcy temu wprowadziłam do butików Glam kolekcję dla dziewczynek. Są to małe, urocze cuda. W odpowiedzi na prośby klientek, które były zauroczone dziewczęcymi sukienkami, niebawem poszerzę kolekcję o modele dla chłopców. Poza tym, na co dzień szyję suknie ślubne na indywidualne zamówienie dla moich wiernych klientek. Jestem też w trakcie rozmów z firmą, której chciałabym powierzyć stworzenie biżuterii sygnowanej moim nazwiskiem. ■

Patrycja Zaremba - kolekcja jesień - zima 2016/17
Sukienka - 800 zł

Patrycja Zaremba - kolekcja jesień - zima 2016/17
Sukienka - 620 zł

Patrycja Zaremba - kolekcja jesień - zima 2016/17
Sukienka - 800 zł

Patrycja Zaremba - kolekcja jesień - zima 2016/17
Sukienka - 700 zł

Patrycja Zaremba - kolekcja jesień - zima 2016/17
Sukienka - 750 zł
BUTIKI GLAM
Sopot, Al. Niepodległości 734/1a. Tel: 797 118 150
Poznań, ul. Ogrodowa 9a/3. Tel: 515 875 998
Warszawa, ul. Wiejska 17/1a Tel: 518 452 010
www.facebook.com/GLAMbyPATRIZIA

MODOWE PODRÓŻE MICHAŁA STAROSTA
STARY PEKIN, CZYLI OPOWIEŚCI Z DALEKIEGO WSCHODU

Po ostatnich kilku historiach z lokalnego podwórka oraz tajemnicach zza kulis sesji i eventów, czas na wspomnienia z jednej z moich ciekawszych podróży zawodowych. Tym razem kierujemy się do Pekinu - ogromnego ośrodka gospodarczego i przemysłowego, który jednak odsłonił przed nami swoją drugą, zupełnie inną stronę.

MICHAŁ STAROST

trójmiejski projektant mody, producent i reżyser pokazów mody. Zajmuje się projektowaniem od początku lat 90. Po ukończeniu klasy rzemieślniczej Cechu Gdańskiego realizował w Sopocie indywidualne zamówienia. Pierwszy pokaz zorganizowały jego własne klientki. W czasie współpracy z warszawskim domem mody Forget-Me-Not, zaprojektował około 17 linii pret-a-porter. Wśród jego klientów można znaleźć dziennikarzy, prezenterów i producentów BBC, CNN, wiele znamienitych nazwisk świata polityki i biznesu, a także estrady, takich jak: Kasia Kowalska, Patrycja Markowska, Doda, Anna Wyszkoni, Monika Richardson, Jacek Łągwa, Halina Mlynkova, Jose Cura, Alicja Janosz, Grażyna Torbicka, Ewa Ewart, Grażyna Paturalska, Alec Sun Drae, Big Cyc, Czerwone Gitary i wiele innych.

Najpierw słów kilka o samym mieście - pięknym, zaskakującym, ale też pełnym sprzeczności i mającym dwa różne oblicza. Z jednej strony mamy Pekin monumentalny, z dziesiątkami ogromnych, imponujących budynków, w których króluje szkoło i stal. Prawdziwe świadectwo kreatywności i twórczych możliwości architektów. Z drugiej strony natomiast mamy Pekin bardziej „ludzki", w którym zachowane jest dziedzictwo kulturowe i bardziej ludzki, kameralny, tradycyjny klimat zaklęty w niewielkich uliczkach.

Sesję zdjęciową początkowo planowaliśmy zorganizować na Placu Niebiańskiego Spokoju. Okazało się jednak, że byłby to kompletny niewypał. Plac okazał się bowiem tak wielką przestrzenią, że zadaniem wręcz niemożliwym byłoby uchwycenie modelki z jakimś charakterystycznym elementem architektonicznym. Zrezygnowaliśmy więc z tego pomysłu i nie tracąc czasu wybraliśmy się w kierunku starego miasta. I to była najlepsza decyzja z możliwych!

Piękne, niewielkie drewniane budynki, urokliwe uliczki, porozwieszane wszędzie lampiony i neony, stworzyły magiczny klimat. Praca z przepiękną modelką Kelly była ogromną przyjemnością.

Wszędzie wokół unosił się zapach przepysznego, lokalnego jedzenia. Pachniało bosko, a smakowało jeszcze lepiej. Wierzcie na słowo. No i ten mężczyzna kiszący kapustę na bruku na oczach wszystkich przechodniów...

Sesję w tej lokalizacji doceniam szczególnie z jednego powodu - nie wiadomo co stanie się ze Starym Miastem za parę lat. Obawiam się, że czeka je podobny los jak nasze rodzime Krupówki, czyli komercja na każdym kroku, handel, handel i jeszcze raz handel. Byłaby to ogromna szkoda i niewątpliwa strata dla dziedzictwa kulturowego Chin.

Podczas wyjazdu uczestniczyliśmy także w gali dyplomowej szkoły projektowania Raffles. Pokazy odbywały się w wyjątkowych lokalizacjach i przygotowane były z niezwykłą precyzją. Warto też nadmienić, że w Pekinie znajduje się wyjątkowa przestrzeń, wielkości powiedzmy 70-tysięcznego miasta, w całości oddana do użytku artystom. Miejsce tam znajdzie dosłownie każdy, kto para się jakimkolwiek rodzajem sztuki. Wszystko, co jest tam tworzone, to manufaktura w najlepszym wydaniu. Ale jest to temat tak szeroki, a sama koncepcja miejsca tak ciekawa, że opowieść o niej zostawimy na inną okazję. ■

名烟名酒
平价超市
各欧各酥

麻豆腐
白水羊头
肉煮火烧
北京炸酱面

關東煮

Zdjęcia: Marcin Kruk
Moda: Michał Starost i Mariusz Gliwiński/Ambermoda
Modelka: Kelly
Produkcja: Michał Starost
Asystent: Robert Ciechoński

PHI CONCEPT

PHI CONCEPT to nowa marka Patryka Wojciechowskiego, gdyńskiego projektanta, który zajął drugie miejsce w programie Project Runway. Idea jaka przyświeca projektom nowej marki Patryka Wojciechowskiego to koncepcja złotego podziału, czyli PHI.

PHI jest 21 literą alfabetu greckiego. Pod tym symbolem otrzymujemy odpowiedź o budowie całego świata, od najmniejszych komórek po układy kosmiczne. Po środku tego możemy znaleźć projekty nowej marki sygnowanej nazwiskiem projektanta. Jak mówi Patryk Wojciechowski, PHI CONCEPT to nie moda, to koncept na życie, a ubrania to tylko manifestacja. Manifestacja życia w zgodzie z otaczającą nas naturą, a przede wszystkim z samym sobą.

Tak narodziła się nowa marka, która skierowana jest dla ludzi znających swoją wartość, wykształconych, pozbawionych kompleksów, doceniających swobodę, nie muszących niczego udowadniać. Kolekcje charakteryzuje prosty, wygodny krój, naturalne materiały. Uszyte z zaprojektowanych przez Patryka materiałów, z autorskimi grafikami i ilustracjami. To także niezwykłe połączenie minimalizmu z detalami, które wyróżniają projekty na tle pozostałych. Znajdziemy w nich również subtelne połączenie świata mody ze sztuką.

IDZIE ZIMA!

1

2

3

4

5

6

7

8

9

1. Płaszcz Ben, Airfield. Do kupienia: Airfield, Centrum Riviera **2. Płaszcz Beth**, Airfield. Do kupienia: Airfield, Centrum Riviera **3. Płaszcz Bene**, Airfield. Do kupienia: Airfield, Centrum Riviera **4. Kurtka Aphia**, Moncler. Do kupienia: bestbrandshop.pl **5. Płaszcz Rocco**, Bizuu. Do kupienia: Bizuu, CH Klif **6. Płaszcz Jersey**, Marella. Do kupienia: Marella. CH Klif **7. Kurtka Down**, Patagonia. Do kupienia: DaSea People, Gdynia **8. Kurtka Hoody**, Patagonia. Do kupienia: DaSea People, Gdynia **9. Kurtka Bivy**, Patagonia. Do kupienia: DaSea People, Gdynia

Atrakcyjne promocje w

OPTICAL CHRISTEX

SALONY OPTYCZNE

ZAPRASZAMY DO SALONÓW

rozdajemy vouchery
o wartości 50zł, 100zł lub 200zł

Są ważne do końca stycznia 2017 roku

RABAT 20% na wszystkie oprawki

Obowiązuje w grudniu 2016 roku

www.opticalchristex.pl

Sopot, „Dom Zdrojowy"
Ul. Powstańców Warszawy 6
Tel. 58 736 55 13

Sopot
Ul. Grunwaldzka 33
Tel. 58 551 08 11

Gdynia, CH Batory
Ul. 10 Lutego 11
Tel. 58 661 81 92

Gdynia
Ul. Starowiejska 21
Tel. 58 620 74 69

KUCHNIA SZEFA KUCHNI

MARCIN LESZCZYŃSKI - PROJEKT 36

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Jedzenie ma być doznaniem unikalnym, które sprawia ogromną przyjemność i oddziałuje na zmysły wzroku, smaku i węchu - taką filozofię wyznaje Marcin Leszczyński, szef kuchni restauracji Projekt 36 w sopockiej Villi Antonina. To autorska kuchnia będąca przejawem kreatywności i nietuzinkowych pomysłów na połączenia smaków i produktów.

Gdzie zdobywał pan doświadczenie i skąd czerpie pan inspiracje?
Karierę zawodową rozpocząłem w rodzinnym Olsztynie. Doświadczenie zdobywałem w restauracjach w kraju i za granicą. Najlepiej jednak czuję się pracując na kuchni własnego pomysłu. Inspiracje czerpię głównie z książek kulinarnych i podróży. Inspiruje mnie również każda pora roku, dlatego menu w swojej restauracji zmieniam 4 razy w roku.

Ulubione smaki z dzieciństwa i czy smaki te wprowadza pan do menu restauracji?
Smak z dzieciństwa, który najbardziej został mi w pamięci to ciasto drożdżowe z jabłkami. Być może dlatego smak polskich jabłek dość często pojawia się w moich daniach, np. w aktualnej karcie w postaci puree jabłkowego lub jako dodatek do wędzonego węgorza.

Jakby pan określił kuchnię serwowaną w restauracji Projekt 36? Czym się wyróżnia na tle innych trójmiejskich restauracji?
W Projekt 36 tworzymy kuchnię kreatywną, nowoczesną, autorską. To restauracja stworzona z pasji do jedzenia. Pomysły całego mojego zespołu przekładamy na unikalne projekty dań. W sztuce tworzenia na talerzu osiągamy sukces między innymi dzięki najświeższym składnikom sprowadzanym z różnych zakątków świata oraz regionalnym perełkom. Nie jest to jednak sztuka dla sztuki, nasze dania dobrze wyglądają, ale przede wszystkim smakują. Na tle innych trójmiejskich restauracji wyróżnia nas to, że nasza restauracja jest bardzo kameralna, mamy tylko 4 stoliki. Dzięki temu potrafimy doskonale zadbać o każdego gościa.

Jakie danie najbardziej porusza zmysły w waszej kuchni? Może ma pan jakieś ulubione?
Nasza jesienna karta to pozycje bardziej konkretne, energetyczne. W menu dominuje mięso – pasztet z królika, gęsina, pierś z kaczki. Mój osobisty faworyt to karczek z dzika z dodatkiem jabłka, selera, skorzonery, lejkowca i lubczyku.

Mamy późną jesień, jedne produkty znikają z rynku, inne się pojawiają, zmieniają się potrawy na naszych talerzach. Jakie zatem jesienno - zimowe potrawy, smaki by pan polecił?
Oprócz wspomnianych wcześniej mięs, w mojej jesiennej kuchni dominują warzywa korzeniowe, czyli burak, marchew, pietruszka, seler, pasternak. To ostatnie warzywo zdecydowałem się przemycić również w deserze, w połączeniu z białą czekoladą i ananasem.

Jakie danie by pan przygotował, gdyby miał pan na nie tylko 10 minut?
10 minut to wbrew pozorom wcale nie tak mało. Nawet 5 minut wystarczyłoby mi na usmażenie doskonałego steka.

Co by pan zrobił gdyby do dyspozycji miał pan tylko 5 składników: np. szpinak, żurawinę, polentę, rydze i jajko?
Jajko ugotowałbym sous-vide, polentę i rydze usmażyłbym na klarowanym maśle, szpinak pozostawiłbym w postaci świeżych liści, z żurawiny przygotowałbym chrupiący czips. ■

PROJEKT36

Kuchnia
kreatywna Szefa
Marcina Leszczyńskiego
Najbardziej kameralna
restauracja w Sopocie
Przeżyj z nami kulinarną
przygodę!

Organizujemy świąteczne
spotkania firmowe

WWW.PROJEKT36.PL
UL. OBROŃCÓW WESTERPLATTE 36A, SOPOT
TEL. 512 540 300

ŚWIĘTO STEKÓW

Argentyńska polędwica, brazylijski rostbef, szkocki T-bone, a także polski antrykot i tomahawk - takie steki degustowano podczas inauguracji Steak By Steak w sopockim Sheratonie. Kolacja odbyła się w restauracji Vinoteque Food & Wine, a towarzyszyła jej degustacja win dopasowanych do steków.

fot. Karol Kacperski

Szef kuchni, Krystian Szidel na przystawkę zaproponował wędzone dymem carpaccio wołowe. Goście zostali zaskoczeni sposobem podania. Potrawa została zamknięta w szklanych kopułach, co pozwoliło zachować jej wyjątkowy aromat. Towarzyszyło jej białe wytrawne wino portugalskie.

Do kolejnych propozycji szefa kuchni proponowano już tylko wina czerwone, m.in. polskie wino Rondo ze Srebrnej Góry, gruzińskie Mukuzani, czy też cabernet sauvignon z ekologicznej, australijskiej winnicy Banrock Station. Idealnie komponowały się one z kolejnymi stekami lądującymi na talerzach. Smak uzupełniały sosy na bazie zielonego pieprzu, sera pleśniowego, a także kolendry, imbiru i papryki.

- Sprowadzane przez nas mięso dojrzewa około 20 dni. Leżakuje i kruszeje w niskich temperaturach. Następnie pakowane jest próżniowo i wysyłane do Sopotu. Przed porcjowaniem wyjmuję je z lodówki - tak, aby nabrało wyższej temperatury. Nie należy wrzucać zimnego mięsa na rozgrzanego grilla. Wysmażone steki, zanim podane zostaną na stół, także chwilę odczekają, odpoczną - tak, aby ich skurczone tkanki rozluźniły się - opowiadał Krystian Szidel.

Akcja Steak By Steak w Vinoteque Food & Wine potrwa do 27 listopada. mp

SMACZNIE I CHARYTATYWNIE

Morza i Oceany, Stawy i Jeziora, Lądy i Wyspy - tak tematycznie podzielone jest nowe menu restauracji Mondo di Vinegre w Gdyni. Kolacji inaugurującej wprowadzenie nowej karty towarzyszył szczytny cel - pomoc dzieciom z niepełnosprawnością intelektualną i fizyczną, podopiecznym fundacji Piktogram.

Marcin Kowalski, szef kuchni Mondo di Vinegre, to wielki miłośnik ryb i owoców morza, a także znawca kuchni francuskiej. Znalazło to odzwierciedlenie w nowym menu, w którym znalazły się m.in. żabie udka, a także bouillabaisse, śródziemnomorska zupa z ryb i owoców morza pod zapiekanką z ciasta francuskiego. Wyrazisty smak uzyskuje się dzięki gotowaniu i późniejszemu odcedzaniu aromatycznego wywaru.

Zwieńczeniem degustacji były ryby: pieczony sum na maślakach duszony w śmietanie z pierożkami faszerowanymi zasmażaną kapustą, filet z łososia w cieście kataifi z wędzonym bakłażanem oraz piotrosz na makaronie nero z krewetkami zimnowodnymi i avocado w sosie imbirowym.

Środki zebrane podczas kolacji zostaną przeznaczone na sfinansowanie integracyjnych obozów dla podopiecznych Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego nr 1 w Gdyni. To głównie dzieci z niepełnosprawnością intelektualną i fizyczną, które dzięki wspólnym obozom z dziećmi pełnosprawnymi stają się bardziej samodzielne. mr

fot. Krzysztof Nowosielski

MONDO

di VINEGRE

Mondo di Vinegre to niezapomniane doznania kulinarne z niezwykłym widokiem na wyjście z gdyńskiego portu, gdzie codziennie odpływają statki w daleki świat. Restauracja Mondo to smaki i aromaty najlepszych kuchni świata, w menu dominują ryby i owoce morza, a karta sezonowa nawiązuje do różnych kierunków emigracji. Mondo di Vinegre realizując swoją kulinarną miłość w miejscu poświęconym emigracji, postanowiła uczcić ten element naszej historii, gotując tak, aby każdy z nas przebywając z dala od Domu już przy pierwszym aromacie wnoszonego dania, przy pierwszym kęsie potrawy, mógł zamknąć oczy, a jego dusza i umysł w absolutnie magiczny sposób przeniosła się do stołu najbliższemu jego sercu.

Mondo di Vinegre organizuje również najwyższej klasy:

- bankiety
- imprezy i wigilie firmowe
- uroczystości rodzinne i biznesowe
- wesela, chrzciny, komunie
- usługi cateringowe
- warsztaty kulinarne

Restauracja w Muzeum Emigracji
ul. Polska 1, Gdynia
tel. 500 86 30 30
www.mondodivinegre.pl

Gdyńska restauracja Vinegre z początkiem października całkowicie zmieniła swoje menu, pozostała ona w klimacie śródziemnomorskich smaków z elementami etnicznymiw której nadal możemy skosztować żeberek, dorsza, halibuta czy muli. Vinegre wzbogaciło swoją kartę w dania z grillowanych świeżych ryb i owoców morza oraz wołowiny z Pniew. Kreatorami smaku karty stali się Szefowie Kuchni Edgar Jakubowski i Przemysław Hinc. Kucharze zabierają każdego z Gości w kulinarną podróż pełną unikatowych zapachów i smaków. Restauracja organizuje również: spotkania biznesowe, wigilie, wesela, komunie, bankiety i warsztaty kulinarne.

Vinegre, 3 piętro
Muzeum Marynarki Wojennej w Gdyni,
tel: 798080798,
mail:vinegre@vinegre.pl

MIODOWE CENTRUM MIASTA

Trójmiejska miodosytnia pod szyldem AleBrowaru. Brzmi ciekawie? Chłopaki z AleBrowaru nie przestają zaskakiwać. Teraz na Starowiejskiej 40B oprócz szerokiej gamy piw, będziecie mogli spróbować najlepszych, wyselekcjonowanych miodów pitnych z kraju i zagranicy. O najnowszym pomyśle i kulturze miodu pitnego opowiada Michał Saks, ceniony piwowar, a przy okazji twórca najlepszego miodu pitnego na świecie.

Co było pierwsze, piwo czy miód?
Najpierw były wina owocowe, później miody, a na końcu piwo. Moja przygoda z miodami rozpoczęła się od zajęć laboratoryjnych z biotechnologii żywności na Politechnice Gdańskiej. Z trójką znajomych połknęliśmy bakcyla, produkowaliśmy swoje trunki i z czasem przeszliśmy na miody pitne. Z biegiem czasu stało się to moim wielkim hobby.

Nie wszyscy wiedzą, że jesteś laureatem najbardziej prestiżowego konkursu na świecie dla miodosytników!
W 2010 roku, właśnie w konkursie The Mazer Cup mój wyrób został wybrany najlepszym miodem pitnym na świecie. Co ciekawe, zdobył on złoty medal nie tylko w swojej kategorii, ale został również wybrany najlepszym miodem spośród zwycięzców wszystkich kategorii, czyli „Best of Show".

Dla tych, którzy już narobili sobie smaku na miód mistrza, mamy dobrą wiadomość, prawda?
Mam nadzieję, że za jakiś czas mój zwycięski Sambuci Flos trafi do oferty AleBrowaru. Jesteśmy na etapie pozyskiwania wszelkich pozwoleń na produkcję własnych miodów pitnych. Jednak już teraz na Starowiejskiej dostępne są najlepsze miody z Polski i zagranicy, w tym m.in. z Hiszpanii i Stanów Zjednoczonych. W styczniu/lutym prawdopodobnie będzie można posmakować już naszych wyrobów, które uwarzymy nie w swoim browarze, a w kooperacji z pewną miodosytnią.

Miody pitne, w czym tkwi ich sekret?
Ludzie często myślą, że miód pitny to spirytus rozrobiony z miodem, a to błąd. To są nalewki, krupniki. Miód pitny powstaje tak samo jak wino czy piwo, jest produktem fermentacji. Im nektar starszy, tym lepszy. Tradycyjne polskie miody są ciężkie, są słodkie i mają wyższą zawartość alkoholu – idealnie sprawdzają się właśnie w okresie zimowym.

Podawane są na ciepło czy na zimno?
No właśnie, to wcale nie taka oczywista sprawa. Żeby docenić kunszt i dobrze ocenić miód, proponuję picie w temperaturze pokojowej i w kieliszku koniakowym, w którym można podgrzać go ciepłem własnej dłoni, wówczas zobaczymy jak delikatnie uwalnia on swoje niuanse zapachowe. Jednak nie jesteśmy ortodoksami żeby narzucać wyłącznie taki sposób picia. Miody będą serwowane również w podgrzewaczach, dzięki czemu każdy będzie mógł dobrać sobie odpowiednią temperaturę.

Miody wchodzą na stałe do karty AleBrowarowej?
Chcę żeby nasze miejsce było rozpoznawalne, kojarzone nie tylko z piwem, ale też z miodami pitnymi. To mój konik, moja wielka miłość i hobby, poza tym jako nacja też mamy się czym chwalić. Dużo osób uważa, że to nasz trunek narodowy. Ostatnie wzmianki o miodach pojawiają się w międzywojniu, nie ma kontynuacji, my chcemy to w jakiś sposób wskrzesić. Jakiś czas temu stworzyliśmy społeczność HopHeadów, którzy uwielbiają mocno podchmielone piwa. Mam nadzieję, że uda nam się również zarazić ludzi miłością do miodu, że powstanie grupa, która będzie chciała próbować miodów z różnych części świata. ■

W TROSCE O ZDROWIE TWOJE

DIETA DO DOMU

I TWOJEJ RODZINY

UŁOŻYMY DIETĘ
PRZYGOTUJEMY
PRZYWIEZIEMY

dostawa co 24h
7 dni w tygodniu
5 posiłków
do domu, pracy i szkoły

Pakiet próbny 3 dni - 99,90 zł

INDYWIDUALNIE
ZRÓWNOWAŻONE
ZBILANSOWANE
ZDROWO
SMACZNIE
RÓŻNORODNIE

DIETA
800 kcal - oczyszczająco - redukująca
1200 kcal - regenerująco - odchudzająca
1500 kcal - oczyszczająco - regenerująca
2000 kcal - sportowo - odbudowująca
dla diabetyków, bez pszeniczna

tel. (58) 743 68 03
dietadodomu@dietadodomu.pl
www.dietadodomu.pl

Prestiżowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ

CZESŁAW ŚPIEWA

Muzyczna armia Czesława Mozila, czyli zespół Czesław Śpiewa wraz z absolwentami Royal Danish Music Academy i Rhythmic Music Conservatory zabiorą nas w podróż do krainy finezyjnych dźwięków tanga, popu, folku i awangardy. Repertuar powstał z nietuzinkowych żartów i biograficznych anegdot artystów. W repertuarze Czesław Śpiewa, poza piosenkami z najnowszej płyty Księga Emigrantów cz.1, znajdą się także przeboje z dwóch poprzednich krążków oraz dorobek pierwszego zespołu Czesława Mozila – Tesco Value.

Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski, 2 grudnia godz. 20:00

SMOLIK/KEV FOX

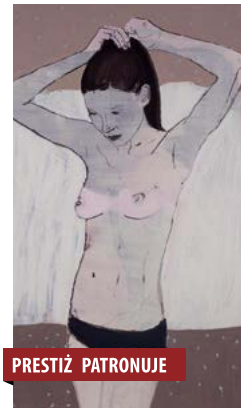
Połączyła ich niesamowita pasja do pokonywania granic i odkrywania nowych przestrzeni artystycznych. Pierwszy singiel RUN przez wielu uznawany jest jako utwór roku. Kolejny singiel to Regretfully Yours z gościnnym udziałem Y (Bokka). Misternie skonstruowane, pełne melancholii melodie, niepowtarzalny, hipnotyzujący, silny wokal Keva oraz charakterystyczne brzmienie gitary, za które odpowiada Smolik, zabierze słuchaczy w grudniowy wieczór w niezwykłą podróż.

Gdańsk Wrzeszcz, Stary Maneż, 11 grudnia godz. 19:00

AGNIESZKA CHYLIŃSKA

Artystka powraca po siedmiu latach przerwy z nową płytą. Tym razem postanowiła połączyć i zinterpretować „pod jednym dachem" rockową siłę swojego nietuzinkowego głosu z nowoczesnym brzmieniem. Drugi album studyjny polskiej piosenkarki „Forever Child" to zaskakująca i nieoczywista wypowiedź artystki, której twórczość cechuje ukryte przez nią samą hasło: „nigdy taka sama". Z ogromnym uznaniem spotkał się utwór „Królowa Łez" , który jest singlem promującym nowy krążek.

Gdańsk, B90, 11 grudnia godz. 19:00



AGNIESZKA BORKOWSKA. PROSTE HISTORIE

Bohaterką obrazów artystki jest kobieta utkwiona w niedookreślonej przestrzeni, kojarzącej się z atmosferą surrealistycznego snu. Tkwi w świecie własnych myśli, które materializują się w pustce pod postacią niewyraźnie zapisanych słów, zamglonych obrazów. Kobieta u Borkowskiej jest naga. Niekiedy ma na sobie tylko przezroczystą bieliznę, kiedy indziej rozpiętą koszulę, które nie tylko nie zasłaniają jej nagości, ale wręcz ją podkreślają.

Sopot, Państwowa Galeria Sztuki, do 4 grudnia

QUEEN SYMFONICZNIE

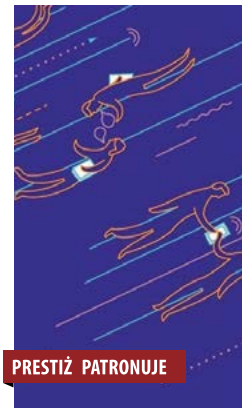
Niezwykłe koncerty łączące nieśmiertelną muzykę Queen z symfonicznymi aranżacjami w wykonaniu orkiestry Alla Vienna i 20-osobowego chóru Vivid Singers zachwycają fanów twórczości legendarnej grupy. Projekt Queen Symfonicznie zapewnia dwugodzinny spektakl podzielony na dwie części, z najwspanialszymi kompozycjami Queen. Zespół wystąpi z najnowszym programem, do którego włączono m.in. „Bicycle Race" czy „Under Pressure". Finał występu uświetni śpiewający aktor, wcielony w rolę Freddiego Mercury'ego.

Gdańsk, Filharmonia Bałtycka, 3 grudnia 2016 r. godz. 16:00 i 19:30

URIAH HEEP

Weterani Hard Rocka wystąpią w porywającym i niesamowitym show. Grupa kierowana od 1968 roku przez założyciela i gitarzystę Micka Boxa z dekady na dekadę kształtowała muzyczne schematy, zacierała granice oraz łamała stereotypy torując sobie zasłużenie miejsce w tak zwanej wielkiej czwórce hard rocka. Posiadają na swoim koncie dziesiątki utworów stanowiących kanon muzyki rockowej. Ich występy kipią żywiołowością, tym bardziej, że większość twórczości Uriah Heep to same rockowe killery.

Gdańsk, B90, 4 grudnia godz. 19:00



MOBILNOŚĆ W SIECI

Założeniem trzydniowej bezpłatnej konferencji jest zastanowienie się nad rolą urządzeń mobilnych w życiu człowieka, w szczególności w sferze edukacji, kultury oraz zdrowia. Odbędą się debaty na temat bezpiecznego korzystania z cyfrowych urządzeń oraz w jaki sposób za pomocą urządzeń i aplikacji mobilnych nawiązać trwałe relacje z innymi. Podczas konferencji Fundacja Dbam o Mój Z@sięg po raz pierwszy pokaże pełne wyniki badań nad nałogowym korzystaniem z telefonów komórkowych przez polską młodzież.

Gdynia, Pomorski Park Naukowo-Technologiczny, 1-3 grudnia godz. 09:00-19:30

TYDZIEŃ UKRAIŃSKI

Spektakle, koncerty, wystawy, filmy, warsztaty. Polecamy m.in. spektakl "Red" o miłości przez pryzmat historii trzech mężczyzn zniewolonych kobiecą siłą i pięknem. Z kolei w komedii "Stalkers" terytorium Czarnobylskiej Strefy Wykluczenia staje się metaforą Ukrainy, której mieszkańcy marzą o Unii Europejskiej i NATO tak mocno, jak jeden z bohaterów marzy o McDonaldzie. Na zakończenie koncert ONUKA - popularny na Ukrainie projekt muzyczny to połączenie muzyki elektronicznej z tradycyjnymi instrumentami.

Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski, 19-24 listopada

KLUB MUZYCZNY SCENA I RESTAURACJA SMAK MORZA

MIEJSCE IDEALNE NA TWOJĄ IMPREZĘ

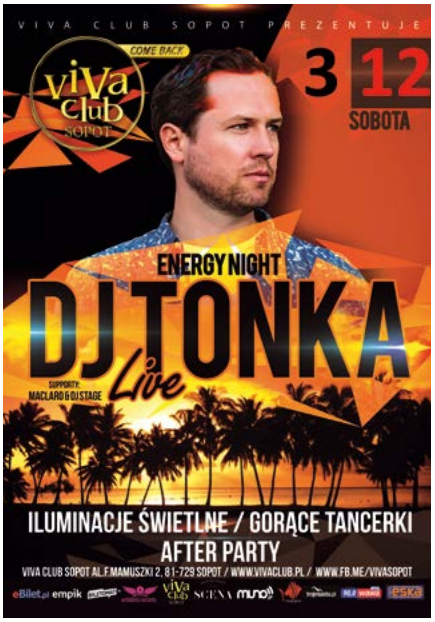
Firmowa wigilia, konferencja, kameralne spotkanie rodzinne, impreza firmowa, huczne wesele, duży bankiet - w Klubie Muzycznym Scena i Restauracji Smak Morza w Sopocie zorganizujesz każdą imprezę.

Lokal położony jest w samym sercu Sopotu- na plaży, obok hoteli Sofitel Grand i Sheraton. Goście do swojej dyspozycji mają aż cztery sale z widokiem na morze i sopockie molo - restauracyjną na 120 osób; klubową i koncertową, które pomieszczą do 1500 osób; oraz sale VIP na 100 osób.

Mocną stroną Klubu Muzycznego Scena i Restauracji Smak Morza, oprócz lokalizacji i widoku, jest również kuchnia, która zadowoli podniebienie nawet najbardziej wymagającego gościa. Obsługa lokalu zadba o każdy szczegół. Doradzi przy wyborze dodatkowych atrakcji, pomoże w organizacji noclegów, a menu dostosuje do potrzeb i oczekiwań gości.

Jeśli chcesz mieć pewność, że Twoja impreza się uda, koniecznie zorganizuj ją w Klubie Muzycznym Scena i Restauracji Smak Morza w Sopocie!

Zarezerwuj termin już dziś!
biuro@smakmorza.pl / biuro@scenaklub.pl
tel. 601-208-435
www.scenaklub.pl / www.smakmorza.pl



HISTORIA JEDNEJ PIOSENKI

TYTUŁ: TRAMWAJE JAK KOMETY
WYKONAWCA: EM
MUZYKA: EM
TEKST: MARCIN KRZYŻANOWSKI

AUTOR: CZESŁAW ROMANOWSKI

Niektóre powstają w mgnieniu oka, inne komponowane są miesiącami. Tworzone pod wpływem chwili, impulsu lub też inspirowane różnymi, często bardzo osobistymi wydarzeniami. Zrodzone z instrumentalnego, improwizacyjnego chaosu lub w wyniku dokładnie zaplanowanego, muzycznego scenariusza. Piosenki, które stają się hitami. O takich utworach piszemy w naszym cyklu "Historia jednej piosenki", a wspólnym mianownikiem są historie związane z Trójmiastem. Opowiada je Czesław Romanowski.

Tu wszystko się kończy i zaczyna Gdańsk, Sopot, Gdynia.

Najsłynniejsza bodaj piosenkowa fraza o Trójmieście powstała w głowie Mariusza "Maridala" Daleckiego, wokalisty, gitarzysty i autora tekstów założonej w 1993 roku grupy eM. W 1998 roku zespół wydał swoją pierwszą kasetę "Nie - bieskie". Pięć lat później piosenka "Tramwaje jak komety", z którego owa fraza pochodzi, wygrała konkurs dla młodych wykonawców rockowych, organizowany przez radiową "Trójkę". Zwycięskie nagranie zostało wybrane spośród tysiąca innych nadesłanych do Pawła Kostrzewy - prowadzącego audycję "Trójkowy Exspres". Rok później zespół wydał płytę "Kilka wyjść", którą owa piosenka otwiera.

Tramwaje jak komety / nie mają odpoczynku / światło odbija się od budynku do budynku... Lato, czerwone słońce / Piasek we włosach i morze...

Już wówczas muzycy grupy eM poznali jednak brzydszą twarz rodzimego show biznesu, co kilka lat później przyczyniło się do zawieszenia działalności grupy. Jak w wywiadzie dla trójmiasto.pl opowiadał Dalecki, gdy wygrali konkurs "Ekspresowy Start" w radiowej Trójce, poczuli się, jakby złapali Pana Boga za nogi. Byli popularni. Ale jednocześnie nasłuchali się opinii, że są wykreowanym przez stacje radiowe produktem, a ich sukces to efekt znajomości.

- Dziwiliśmy się, że nazywają nas komercyjnym zespołem, a my nie utrzymujemy się z muzyki. Mieliśmy też dość ciągłych sugestii ze strony wytwórni czy dziennikarzy, jak powinniśmy grać. Naciski pojawiły się już przy nagrywaniu "Tramwajów...". Tuż po wygranej w konkursie, powiedziano nam, że tak naprawdę piosenkę trzeba trochę zmienić, żeby była bardziej wakacyjna i przebojowa. Przy wyborze kolejnych singli były ciągłe kłótnie pomiędzy managerem, a radiem. A my byliśmy gdzieś pomiędzy tymi układami – tłumaczył gitarzysta.

„Tramwaje jak komety" stały się jednym z większych przebojów lata 2003 roku w Trójce, a więc po części w całej Polsce. Piosenka przez 10 tygodni znajdowała się na liście przebojów tego programu dochodząc do bardzo wysokiego siódmego miejsca. Stała się niemalże nieoficjalnym hymnem Trójmiasta.

Pisano wręcz, że wydziały promocji Gdańska, Sopotu i Gdyni powinny płacić zespołowi tantiemy za znakomitą reklamę tych miast. Tym bardziej, że billboard ze słowami "Gdańsk, Sopot, Gdynia, tam wszystko się kończy i zaczyna" witał wjeżdżających do Gdańska.

- Trójmiasto to jest takie miejsce, w którym większość z nas się urodziła, dorastała, chodziła do szkoły, pracowała. To taki początek i koniec świata. Tu się dobrze czujemy, identyfikujemy się z tym miejscem, to ważne miejsce w naszym osobistym krajobrazie - mówili muzycy grupy eM w wywiadzie dla portalu interia.pl.

- Jeśli chcę po prostu pospacerować nad morzem, to robię to jesienią. Czujesz ten morski zapach, oddech, szum, nawet fale wydają się prawdziwsze. To jest kolosalna różnica - morze w sezonie, a morze jesienią. Wtedy na plażę przychodzą ludzie z bloków, którzy mają do plaży 200 metrów. To jest fajne, wychodzisz z klatki nad morze - wspominał Mariusz Dalecki.

Jesień to płaszcze to wrzesień / Spcery po żółtym lesie...

Po wydaniu debiutanckiej płyty zespół wystąpił na festiwalach TOPtrendy i Węgorzewo oraz odbył dwie trasy koncertowe z grupą Myslovitz. Nagrał potem jeszcze trzy albumy, ale żaden z nich nie zdobył już takiej popularności. No, może poza utworem "Kilka wyjść" z tej samej płyty, który dotarł do piątego miejsca na liście Trójki. Faktem jednak jest, że to "Tramwaje" przebiły się do świadomości. Fraza o tym, że tu, w tych trzech nadmorskich miastach, wszystko się kończy i zaczyna, weszła już na stałe do powszechnego użycia, będąc w dyskusjach o wyższości Trójmiasta nad resztą kraju argumentem ostatecznym i niepodważalnym. ■

Biuro Podróży ITAKA

Salony firmowe

Nowy Salon - Otwarcie 22 października !

CH Auchan (przy Obwodnicy-Węzeł Karczemki)

ul. Szczęśliwa 3, Gdańsk-Kiełpinek
mail: auchan@itakagdansk.pl
tel. 58 573 73 73
Pon.-Sob.: 9.00-21.00, Niedz. 9.30-20.00

CH Rental Park (vis a vis Fashion House)

ul. Przywidzka 7, Gdańsk-Szadółki
mail: szadolki@itakagdansk.pl
tel. 58 325 25 97, 533 196 790
Pon.-Sob.: 10.00-20.00, Niedz. 11.00-17.00

CH Auchan (Port Rumia)

ul. Grunwaldzka 108, Rumia
mail: auchan@itakarumia.pl
tel. 58 573 73 73, 511 978 467
Pon.-Sob.: 9.00-21.00, Niedz. 9.30-20.00

infolinia: 58 573 73 73

ZNIŻKI DO:
45%

LATO 2017

JUŻ W SPRZEDAŻY!

KUP WAKACJE W NASZYCH TRZECH SALONACH
I ODBIERZ PREZENT :)

Znajdź nas na Facebooku

Podróże i MY

KRZYSZTOF PACIOREK

ROCK&ROLL TOUR

ROZMAWIAŁ: CZESŁAW ROMANOWSKI / **FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Krzysztof Paciorek, wokalista Calm The Fire, człowiek-instytucja, tour manager alternatywnych zespołów z USA podbijających Europę, opowiada nam o tym, za co amerykańscy muzycy kochają polską publiczność, jak wygląda życie w ciągłej trasie i dlaczego w branży muzycznej woli iść własną ścieżką.

Podobno połowę roku spędzasz w busie. Tak przynajmniej napisano w uzasadnieniu twojej nominacji do nagrody Doki 2016 w kategorii "Bohater drugiego planu".
Były takie lata, kiedy pół roku spędzałem w busie. Ten nie będzie aż tak drastyczny. Ale tak, bywa że spędzam kilka miesięcy w trasie, w busie, w różnych środkach transportu.

No właśnie, spędzasz tak czas, bo jesteś tour managerem. Czyli kim?
Człowiekiem, który opiekuje się zespołami, które przyjeżdżają ze Stanów do Europy na trasy koncertowe. I w zależności od tego, czego potrzebują, staram się im to zapewnić. Od wstępnej logistyki, typu przygotowanie koncertu – nie samo zabukowanie, od tego są odrębne agencje, które się tym zajmują – czyli wymiany maili, ustalenia różnych grafików czasowych, cateringu, prasy, wszystkiego, co jest potrzebne, by trasa przebiegała sprawnie. W sumie nie różni się to tak bardzo od produkcji filmowej, czy teatralnej. To, co się dzieje za kulisami koncertu, należy do mnie.

A skąd te zespoły wiedzą, że się tym zajmujesz, skąd o tobie wiedzą?
Wiedzą, bo mam już odpowiednią reputację, na którą zapracowałem. Zaczęło się od przypadku. Kiedy zacząłem jeździć w trasy koncertowe, robiłem za kierowcę. Kierowcy na trasach to specyficzny sort ludzi. Takim kierowcą nie może być jakiś pan Andrzej z ulicy, trzeba mieć doświadczenie w muzyce, znać ludzką psychikę, specyfikę...

...i nie pić alkoholu?
No właśnie, w ogóle nie piję alkoholu. No więc pojechałem w europejską trasę z zespołem Touché Amoré. To była ich druga trasa headline'owa w Europie. Okazała się zresztą wielkim sukcesem. Bardzo się zaprzyjaźniliśmy i kiedy kilka miesięcy później mieli przyjechać ponownie, zapytali czy nie chciałbym zostać ich tour managerem, bo już sami nie są w stanie wszystkiego załatwić, a chcą się skupić na samym graniu. I tak poszło. Kolejna trasa, na którą przyjechali, była dużą trasą, podczas której grali jako support w arenach lub jako headliner w dużych klubach. Przybywało mi obowiązków, uczyłem się w biegu. Choć nie oszukujmy się, to nie jest jakaś skomplikowana praca, trzeba mieć po prostu łeb na karku i być odpowiedzialnym. Uczyłem się, poznawałem nowych ludzi i poszło w świat, że jest taki człowiek w Polsce, który może pomóc. I tak to się potoczyło, funkcjonuję jako tour manager w zamkniętym gronie dziesięciu zespołów, innym zespołom staram się pomagać wypożyczając sprzęt, pojazdy, mam kilku kolegów, którzy zaczęli ze mną pracować, więc wysyłam ich, kiedy ja nie mogę i jakoś się to kręci.

Przestawienie się z rzecznika Arki Gdynia, bo taką funkcję wcześniej pełniłeś, w tour managera było dla ciebie ciężkie?
Nie. Organizowałem koncerty w „Uchu" od 2003 roku, robiłem też mniejsze trasy różnym zespołom, wszystko się kręciło wokół sceny anarcho - punkowej. Mając swój zespół, Calm The Fire, nauczyłem się jak się robi koncerty, jak się odpowiada za pijanych kolegów i będąc rzecznikiem Arki nadal byłem muzykiem, jeździłem w trasy po kraju. Przez długi czas w klubie nie wiedzieli o moim drugim zajęciu. Ale nie był to żaden problem. Muzyka i piłka były zawsze moim życiem, to są moje dwa naturalne środowiska.

To grono, o którym mówiłeś, to zespoły niezależne, niszowe, grające hardcore'a...
Tak, to prawda, zaczynałem od sceny stricte DIY, czyli do it yourself, anarcho-punkowej. Powoli ewoluowałem, bo lubię się rozwijać, lubię poznawać nowych ludzi, nie zamykać się na nowości. Teraz funkcjonuję na marginesie alternatywy, ale też niezbyt blisko maintreamu. Zespoły, z którymi współpracuję, są już sławne w obrębie swojej sceny muzycznej, swojego gatunku, ale ciągle nie są to zespoły wielkie, popowe, mające stuosobową ekipę i będące headlinerem na Openerze. Chociaż część z nich gra na festiwalach nawet większych niż Opener. Cały czas zdarza się jednak, że obcowanie z Europejczykami na polu biznesowym jest dla nich często trudne.

Co jest dla nich trudne?
Bariery kulturowe, czasami językowe. Nie muszą się więc już szarpać, mogą mieć człowieka, który umie rozmawiać np. z Niemcami, czy Skandynawami tak, że ci się nie obrażą i dzięki któremu po koncercie mogą się spakować, iść się napić, albo iść spać. I gdy się do ciebie przyzwyczają, zaprzyjaźnią, nie wyobrażają sobie bycia w Europie bez ciebie. Przyjeżdżają tu, bo jest na nich spore zapotrzebowanie, ale, uwierz mi, nie zawsze się do tego garną.

Bo?
Z powodu różnic kulturowych. Wkurza ich np. to, że w większości miast europejskich po godzinie 22 nic już nie zjesz, piwo im nie smakuje, itd. To takie przyziemne rzeczy, ale gdy to się skumuluje z tęsknotą za domem,

zmęczeniem byciem w drodze, to staje się to problemem. Ale przyjeżdżają, bo wciąż jest tu bardzo duży i chłonny rynek. Choć widać kryzys, ludzie się osłuchali, nie przychodzą już tak chętnie na koncerty.

Amerykanie lubią przyjeżdżać do Polski?
Lubią. Lubią generalnie przyjeżdżać do Europy Wschodniej.

Ale nie na zasadzie, że zobaczą polarne misie?
Są też tacy, ale ja ich prostuję. Czasami skala ich ignorancji mnie przeraża i bawi, bo poziom ich wiedzy o Europie, a szczególnie o Europie Wschodniej, ogranicza się do jakichś śmiesznych filmów z You Tube. Bywają zespoły, które nie chcą grać na wschód od Polski. My jesteśmy w Unii, więc czują się tutaj bezpiecznie, ale do Rosji już nie polecą. A u nas jest im dobrze, przyjemnie, ludzie są mili, spontaniczni. Nawet jeżeli koncerty nie wypadają jakoś rewelacyjnie, to i tak się tutaj dobrze czują. A trasa po zachodnich Niemczech to tłuczenie masy koncertów, sprzedawanie kompletu biletów, koszulek, płyt, czyli kupa pieniędzy, ale brakuje tego czegoś...

I my mamy to coś...?9m
W Kolonii, Monachium, Hamburgu ludzie mają mnóstwo forsy, chodzą na dziesięć koncertów w ciągu tygodnia, kupują koszulki, winyle, wstawią sobie zdjęcia na Instagramie, ale ich to tak naprawdę nie bawi. Machną nogą, poklaszczą, są przejedzeni. My jesteśmy szurnięci, trochę szaleni, lubimy i umiemy się bawić. Oni to czują.

Członkowie zespołów, z którymi jeździsz, mają jakieś swoje fanaberie? Spotkałeś się z gwiazdorzeniem?
Zdziwiłbyś się, jak niektórzy niezależni artyści potrafią mieć muszki w nosie i cudować: nie taki rodzaj wody mineralnej, humus niesmaczny, takie tam foszki, które często nie wynikają z jakiegoś wielkiego mniemania o sobie, ale z poirytowania byciem w trasie. Codziennie jedzą w Niemczech ten sam chleb z szynką, z serem, mają już tego dosyć i stają się coraz bardziej marudni. Ale wtedy przychodzi day off, czyli dzień wolny, kiedy idziemy na basen, dzwonimy do dziewczyny, do żony, popatrzymy na dzieciaki przez skype'a i od razu ciśnienie schodzi. Spędzam z tymi ludźmi wielodniowe trasy i czasami bywa naprawdę ciężko. Są trasy, które trwają po dziesięć dni, najczęściej jednak 17 – 35 dni. Czasami trafiają mi się kumulacje kilku tras po rząd. Mój rekord to 79 dni za kółkiem. Przejechałem wtedy 42 tysiące kilometrów non-stop. Dwa i pół kółka dookoła Europy.

Jednym z twoich pierwszych klientów był Tymon Tymański.
Tak, gdy zaczynałem to wszystko robić, w 2010 roku. Nie znałem wcześniej Tymona, jego Kury były jednym z moich ulubionych zespołów, lubiłem też Totart, program Dzyndzylyndzy, wszystkie te nasze trójmiejskie odjazdy. Wysłałem kiedyś emaila do Biodro Records, w którym zaoferowałem swoje usługi. Nie doczekałem się odpowiedzi, ale po kilku miesiącach zadzwonił do mnie Marcin Gałązka, że ma na mnie od kogoś namiar i zaczęliśmy razem jeździć z nimi i Tranzystorami. Lało się nam z mózgów, bo to banda pozytywnych świrów, jeździłem z nimi dwa lata, ale potem wskoczyłem w wir zachodnich zespołów. Do dzisiaj kiedy chłopaki chcą, a ja mam wolne, to chętnie z nimi jadę. Nie po to, żeby zarabiać pieniądze, ale dlatego, żeby się z nim spotkać i fajnie spędzić czas.

A nie kusi cię wejście do mainstreamu, zarabianie większych pieniędzy? Masz już odpowiednie doświadczenie...
Wiesz co, nie zawsze jest tak, że z tego typu wykonawcami zarabia się super kasę... Z drugiej strony kusi mnie czasami perspektywa współpracy z naprawdę dużym zespołem. Ale po pierwsze: wcale nie jest tak łatwo przedostać się do graczy z ekstraklasy, po drugie: zastanawiam się, czy brać na siebie tak ogromną odpowiedzialność za w sumie niewiele większe pieniądze, jestem przecież coraz starszy...

Ile masz lat?
34. Chyba doszedłem do takiego miejsca, w którym jest mi dobrze, cieszę się z tego co mam. Jasne, jeżeli pojawi się jakaś okazja w stylu: słuchaj, ten a ten potrzebuje tour managera, to pewnie bym się tego podjął. Więc pewnie bym się chciał sprawdzić, ale nie prę do tego jakoś mocno. Bo, jak mówiłem, ciężko jest się wbić na taki rynek, a poza tym dobrze jest...

...mieć własną ścieżkę?
Mieć swoją niszę, swoją ścieżkę i być szczęśliwym z tego, co się robi. Żeby się nie frustrować. Miewam momenty, kiedy czułem się wypalony, wówczas muszę zrobić sobie przerwę – dwa, trzy miesiące – nie chodzę wtedy na koncerty, nie słucham muzyki na żywo. To jest minus tej pracy – koncerty nie cieszą tak, jak kiedyś, bo z muzyką obcujesz na co dzień.

Nie wyobrażasz już sobie innego życia?
Jestem synem marynarza. I tata często się ze mnie śmieje, że jestem marynarzem, tylko na trasie. Bo to ten sam schemat. Zaczynam rozumieć te mechanizmy, że wracasz do domu, jest fajnie, ale po pewnym czasie zaczyna cię nosić i chętnie byś wyjechał. A kiedy już się przyzwyczaisz do domu i czujesz się w pełni zasymilowany, jest dobrze i przyjemnie, to nagle: o kurde, za dwa dni wyjeżdżam. I tak w kółko. Dlatego teraz obiecałem sobie, że będę starał się rzadziej wyjeżdżać, nie będę brał wszystkiego na siebie, tylko angażował w to kolegów, którzy ze mną i dla mnie pracują. Bo są trasy, które już mnie nie pociągają. Poza tym, jak widzę zespół dwudziestojednolatków, to wiem, że nie mogą jechać z jęczącym dziadem, bo mogę im zwyczajnie popsuć trasę. Od tego są moi młodsi koledzy.

Zamierzasz być tour managerem do końca życia?
Będę robił to dopóty, dopóki będzie mi to sprawiało przyjemność, a moje ciało będzie to wytrzymywało. ■

Event, Koncert czy Pokaz Mody?
technika sceniczna dla wymagających

- oświetlenie
- nagłośnienie
- scenografie

EVENT TECH

- +48 606 451 057
- biuro@eventtech.pl
- www.eventtech.pl

KONTO DLA BOGACZA

Wysokie oprocentowanie, szybki dostęp do środków bez utraty odsetek czy bogaty pakiet dodatkowych korzyści. O tym co wpływa na wybór konta bankowego przez osoby dysponujące dużym majątkiem oraz z jakich rozwiązań warto skorzystać, rozmawiamy z Karolem Stolarskim – Zastępcą Dyrektora gdańkiego oddziału Lion's Banku.

Karol Stolarski - Zastępca Dyrektora Oddziału - Lion's Bank w Gdańsku

Czym kierują się osoby zamożne przy wyborze konta?
Najważniejszą kwestią jest uniwersalność i prostota, a zarazem możliwość wygodnego dostępu do środków na rachunku. Nasi klienci to zwykle osoby bardzo zapracowane, które potrzebują szybko wykonać określoną operację bankową. Dzięki bankowości internetowej oraz telefonicznej, do której mają dostęp wraz z kontem, w przeciągu paru sekund mają taką możliwość. W tym celu mogą również udać się do placówki. Tam także nasi doradcy pomogą dobrać odpowiednie narzędzia inwestycyjne, które pozwolą pomnożyć zgromadzony na rachunku kapitał. Coraz częściej obserwuję, że klienci kierują się rekomendacjami – pozytywne opinie znajomych na temat współpracy z Lion's Bankiem są dla nich wiarygodniejsze niż jakiekolwiek działania marketingowe. Widzę też, że klientów przekonują tzw. „benefity", czyli korzyści jakie klient zyskuje, decydując się na naszą ofertę.

Czy każdy może otworzyć konto w Lion's Banku czy trzeba spełnić określone kryteria?
Naszym klientem może zostać każda pełnoletnia osoba, która dysponuje kapitałem powyżej 100 tys. złotych.

Na jakie parametry krezusi zwykle zwracają uwagę?
Oprocentowanie rachunku oraz mimo wszystko koszty związane z prowadzeniem rachunku, czyli ile trzeba zapłacić za konto, ile kosztuje przelew oraz jakie warunki trzeba spełnić, aby utrzymać wysokie oprocentowanie. Klienci często pytają też o kwestie karty, która jest dołączana do rachunku – w rzeczywistości to ona stanowi swoistą przepustkę do licznych przywilejów. W tej kwestii najlepszym możliwym wyborem jest unikalna karta Master Key. To jedyna na świecie karta wykonana ze stopu metali o nieregularnym kształcie, przypominającym logo naszego banku, czyli lwa. Karta dostępna jest tylko na zaproszenie zarządu i adresowana do naszych najlepszych klientów inwestycyjnych. Jej posiadacz korzysta z wielu udogodnień zapewnianych na całym świecie przez Master Card. Dzięki bogatej palecie korzyści może np. wejść bez kolejki do najwyższego budynku w Nowym Jorku - Freedom Tower, czy też w trakcie opóźniającego się lotu bezpłatnie skorzystać z vip lounge znajdujących się na każdym większym lotnisku na świecie. Dodatkowo, podróżujący jest objęty szerokim pakietem ubezpieczeń.

Jakie oferty kont Lion's Banku cieszą się powodzeniem wśród Pańskich klientów?
Wszystko zależy od potrzeb klienta. Jeśli szuka podstawowego rozwiązania, umożliwiającego wykonywanie prostych operacji bankowych np. wykonywania przelewów, zasilania lokat oraz obsługi bieżącej kart, polecam bezpłatne konto Lion's Rentier. Jeśli klient oszczędza i zależy mu na atrakcyjnym oprocentowaniu, najlepszym narzędziem będzie konto Excellence, gdzie można zyskać aż 2,4% w skali roku. Wystarczy miesięcznie wykonać płatności kartą w wysokości 3 tys. zł lub mieć obrót na rachunku w kwocie 12 tys. zł. Mimo tego, że jest to konto o charakterze oszczędnościowym, klient może cieszyć się swobodnym dostępem do środków, realizują wpłaty i wypłaty bez utraty odsetek. Posiadamy również rachunki walutowe dla klientów prowadzących wymianę handlową w walucie obcej. ■

Odwaga

Czyni Cię lwem

LION'S BANK

PRIVATE BANKING

Lion's Bank, ul. Stągiewna 13/1, Gdańsk, T: +48 58 765 96 50, 800 100 700*

Idea Bank S.A. oddział Lion's Bank w Warszawie z siedzibą w Warszawie, ul. Przyokopowa 33, 01-208 Warszawa, wpisana do rejestru przedsiębiorców prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy, XII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego, pod numerem KRS 0000026052, REGON 011063638, NIP 5260307560, o kapitale zakładowym w wysokości 156 803 962 zł opłaconym w całości.

** Koszt połączenia wg taryfy operatora.*

PODNIEBNA PASJA, KTÓRA STWORZYŁA BIZNES

TEKST: MARTA BARTOSZUK

Skoki spadochronowe to ekstremalna wyprawa, niesamowite przeżycia i wysoki poziom adrenaliny. Choć pomysł wynajęcia nowozelandzkiego samolotu do skoków spadochronowych w Polsce wydawał się równie ryzykowny okazał się ogromnym sukcesem. O połączeniu wiedzy, pasji i zaufaniu do Metropolitan Investment opowiada adwokat Jan Kaczmarczyk, wspólnik kancelarii prawnej Kaczmarczyk Orzechowski sp.k., specjalizujący się w prawie korporacyjnym i handlowym oraz pasjonat lotnictwa i skoków spadochronowych.

Skąd pomysł na tego typu projekt?
Zdecydowała determinacja i korzystny zbieg zdarzeń. Synergia, która powstała w skutek połączenia pasji i kontaktów, doprowadziła do rozmów na temat wspólnego biznesu z Metropolitan Investment. Projekt obejmował zakup i sfinansowanie przez inwestora zewnętrznego samolotu turbośmigłowego z przeznaczeniem do skoków spadochronowych. Samolot został wyprodukowany, skonfigurowany specjalnie do tego celu i pomalowany według unikalnego projektu przez producenta z Nowej Zelandii. Jeśli chodzi o stronę prawną transakcji, to tutaj obaw nie miałem – z branżą lotniczą i jej obsługą jestem związany jako prawnik od 10 lat, jestem też w trakcie kursu na licencję pilota PPL(A).

Jan Kaczmarczyk

Co stanowiło największą trudność w realizacji transakcji? Dlaczego zdecydowaliście się na zakup samolotu z Nowej Zelandii?
Różnica czasu (śmiech). A mówiąc poważnie, wykonywanie skoków spadochronowych w Polsce jest ograniczone przez pogodę. Już na etapie założeń biznesowych wiedzieliśmy, że jest to projekt sezonowy. Moje doświadczenie w transakcjach pokazuje, że na wszystkie trudności należy patrzeć jako tymczasowe przeszkody w osiągnięciu celu. Dziewięciodniową podróż samolotu przez świat, tj. z fabryki na lotnisko w Polsce (z postojami m.in. w Australii, na Wyspach Kokosowych, Sri Lance, Omanie, Egipcie i Grecji) potraktowaliśmy więc jako wspaniałą przygodę i okazję do promocji. Dodatkowego wysiłku wymagały również kwestie rejestracyjne, które finalizujemy właśnie w Urzędzie Lotnictwa Cywilnego. Firma Pacific Aerospace jest uznanym na świecie producentem specjalistycznych samolotów o charakterystyce bardzo korzystnej dla takich operacji, jakimi są skoki spadochronowe. To główny powód, który zdecydował o zakupie samolotu w Nowej Zelandii.

Dlaczego Metropolitan Investment?
Sam kontakt był wynikiem mojej osobistej znajomości z założycielami. Myślę jednak, że przeprowadzone wcześniej transakcje, w których miałem możliwość doradzać im prawnie, stworzyły wzajemne zaufanie do swoich kompetencji i możliwości. Wpływ na efekt powstałej synergii miała też sama działalność Metropolitan Investment, której dynamiczny rozwój zbiegł się wraz z rozpoczęciem tej inicjatywy.

Jak przedstawia się rynek samolotów do skoków w Polsce?
Obecnie w Polsce nie ma drugiego samolotu, który został wyprodukowany specjalnie w celu dostarczenia go na strefę spadochronową. Jest to bez wątpienia projekt pionierski, który ma olbrzymi potencjał na obecnym rynku. Doświadczenie ludzi związanych ze skokami, wsparcie inwestycyjne oferowane przez Metropolitan Investment oraz dynamiczny rozwój spadochroniarstwa w Polsce tworzy model biznesowy, którego jesteśmy pewni.

Jest to pierwszy tego typu samolot w Polsce, który był wyzwaniem dla inwestorów. Co sprawiło, że zrozumieli oni biznesowy sens tej inicjatywy?
Ten projekt jest oparty na bardzo podobnym mechanizmie jak wynajęte nieruchomości. Inwestorzy zakupili udziały w spółce celowej, która jest właścicielem samolotu. Zawarła ona umowy najmu samolotu z określonym minimalnym przychodem od stref spadochronowych. Jesteśmy zadowoleni, że już po 3 miesiącach latania w Polsce, Metropolitan znalazł 8 mniejszościowych inwestorów, którzy widzą długoterminowy potencjał w tym biznesie. Składam ogromne podziękowania za zaufanie i całą wykonaną pracę Metropolitan Investment wierząc, że projekt ten, choć odległy od głównego przedmiotu działalności, tj. inwestowania w nieruchomości komercyjne, wpisuje się dobrze w strategię i wizję rozwoju grupy.

Jakie są plany na dalszy rozwój projektu?
W sezonie 2017 zamierzamy kontynuować działalność zwiększając jego skalę. Potencjał projektu oparty na wspólnym działaniu z Metropolitan Investment w obszarze marketingu, daje duże pole do rozwoju. Zależy nam na popularyzacji skoków spadochronowych, zarówno dla skoczków indywidualnych i klientów skoków tandemowych. W kolejnym sezonie zamierzamy usystematyzować kalendarz imprez, ułatwić i zwiększyć możliwość rezerwacji skoków tandemowych, a także prowadzić interesujące szkolenia propagujące ten sport. ■

METROPOLITAN Investment

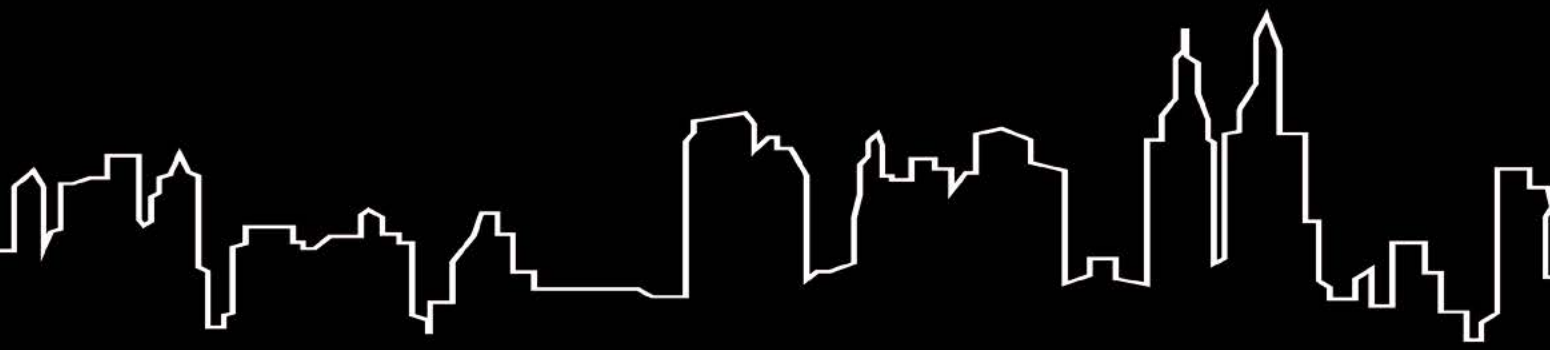
METROPOLITAN INVESTMENT S.A.
Centrala: Warszawa, Al. Armii Ludowej 26 • Budynek Focus, VIII p.
Oddział: Gdańsk, Al. Grunwaldzka 103A • Neptun Office, III p.
Oddział: Poznań, ul. Święty Marcin 24 • Galeria MM
www.metropolitaninvestment.pl • info@metropolitaninvestment.pl • Tel: 690 024 603

BLACKPARTNERS

TO SEE THE INVISIBLE. TO DO THE IMPOSSIBLE.

FUZJE I PRZEJĘCIA RESTRUKTURYZACJE PRIVATE EQUITY

STRATEGIE ROZWOJU WYCENY PRZEDSIĘBIORSTW



WWW.BLACKPARTNERS.PL

KUPUJ W DOBREJ CENIE I ZARABIAJ

AUTOR: MAX RADKE

Zakup nieruchomości jeszcze zanim zostanie ona wybudowana może być doskonałą inwestycją lub lokatą kapitału. Pod warunkiem oczywiście, że zakup taki poprzedzony jest dokładną analizą bezpieczeństwa całej operacji, konkurencyjności względem innych inwestycji mieszkaniowych i potencjału inwestycyjnego. O tym kiedy i dlaczego najlepiej kupować nieruchomości inwestycyjne opowiada Tomasz Modzelewski, Property Advisor Poland Sotheby's International Realty.

Tomasz Modzelewski
Poland Sotheby's International Realty
TEL: 587 273 402
www.poland-sothebysrealty.pl

Zapytam zatem od razu. Dlaczego dla wielu klientów ta "dziura w ziemi" jest tak atrakcyjna?
Powodów jest kilka. Przede wszystkim jest to cena. Na wczesnym etapie realizacji projektu jest ona niższa, niż po oddaniu lokalu do użytkowania, a często dodatkowo obniżana jest jeszcze przez dewelopera różnego rodzaju rabatami. Nierzadko też, gdy inwestycja jest podzielona na etapy, ceny mieszkań w kolejnych etapach są coraz wyższe.

Nie bez znaczenia jest też chyba szeroki wybór lokali?
To również, podobnie jak cena, ma bardzo duże znaczenie. Na wczesnym etapie inwestycji Klient nie ma problemu z wyborem najbardziej odpowiadającego mu metrażu, układu pomieszczeń czy lokalizacji mieszkania względem stron świata. Ponadto kupujący ma sporo czasu na możliwość wprowadzenia zmian według własnych potrzeb, co daje dużą swobodę w aranżacji.

Jak duży jest potencjał inwestycyjny przy zakupie nieruchomości na etapie dopiero powstającego budynku?
Zacznę od tego, że od czasu gdy wprowadzono w życie tak zwaną ustawę deweloperską, bezpieczeństwo tych transakcji jest dużo większe. Z raportu firmy Home Broker S.A. wynika, że wartość mieszkania po wybudowaniu wzrasta średnio o około 6-10%. Dodatkowo dzięki zdobytemu przez lata doświadczeniu wiem, w jaki sposób sprawdzić konkurencję oraz przeanalizować rynek, by maksymalnie ograniczyć dla klienta ryzyko płynące z takiej inwestycji.

Co zatem jest istotne?
Przede wszystkim wiedza. Sotheby's International Realty to największa na świecie sieć zajmująca się pośrednictwem w sprzedaży luksusowych nieruchomości, wyznaczająca standardy w tej branży, a my jako polski oddział, tych standardów się trzymamy. Nie tylko sprawdzamy konkurencję. Mamy wiedzę również o inwestycjach planowanych. Naszym klientom oferujemy najlepsze nieruchomości od pewnych deweloperów o ugruntowanej pozycji, którzy rzetelnie prowadzą budowę i są w dobrej kondycji finansowej. Wszystko po to, by klient był zadowolony z zakupu i nie stracił wpłaconych pieniędzy.

Czy może pan podać przykłady takich transakcji?
Inwestycja Brabank w Gdańsku. To prestiżowy zespół apartamentowy, zlokalizowany nad brzegiem Motławy z pięknymi penthousami na ostatnich kondygnacjach. Deweloper od rozpoczęcia budowy już kilka razy podnosił ceny. Na etapie "dziury w ziemi" zaproponowałem mojemu klientowi jeden z atrakcyjniejszych cenowo lokali, po czym już po odbiorze kluczy pomogłem mu sprzedać tę nieruchomość z 40% zyskiem.

Kupujemy apartamenty w inwestycjach mieszkaniowych, ale coraz popularniejsze są również apartamenty na wynajem, zlokalizowane w miejscowościach turystycznych.
Tak, to dynamicznie rozwijający się segment. Często klienci obawiają się, że stracą przy ich sprzedaży, w porównaniu do ceny zakupu. Ale tutaj mechanizm jest podobny jak w przypadku inwestycji mieszkaniowych. Niedawno poleciłem mojemu klientowi zakup apartamentu w nowobudowanym hotelu sieci Radisson, przed jego uruchomieniem. Klient zainwestował, ale po jakimś czasie pilnie potrzebował gotówki. Moją rolą było wsparcie przy sprzedaży tego apartamentu. Dzięki transakcji klient odzyskał zainwestowane pieniądze z nadwyżką. To był apartament na wysokiej kondygnacji, jego cena od czasu zakupu wzrosła o ponad 1 tys. zł na metrze kwadratowym.

Wróćmy do deweloperów. Obowiązuje zasada, im bliżej terminu oddania inwestycji tym mniej mieszkań i tym wyższe ceny , chyba że… w ofercie zostają ostatnie mieszkania.
Ostatnie mieszkania uznawane są zazwyczaj za najmniej atrakcyjne i często zapominamy o potencjale inwestycyjnym takich ofert. Dzięki temu, że zazwyczaj deweloper zarobił już swoją zakładaną marżę na pozostałych mieszkaniach i chce zakończyć proces sprzedaży, jest gotowy udzielić dużego rabatu na ostatnie mieszkania w ofercie. Miałem okazję pośredniczyć w takiej transakcji w przypadku nieruchomości przy ul. Pohulanka w Gdańsku. Zaproponowałem klientowi ostatnie mieszkanie w inwestycji, a następnie poleciłem mu firmę, która podjęła się projektu wnętrza i przeprowadziła remont. W efekcie klient zarobił 5 tys. zł na metrze kwadratowym.

Co aktualnie może pan polecić swoim klientom?
Klientom inwestycyjnym polecam na pewno mieszkania zlokalizowane na Gdańskiej starówce, na których już teraz obserwuję wzrost wartości, a także apartamenty zlokalizowane na pomorzu zachodnim, oferowane w przedsprzedaży dyskretnej. W ofercie dedykowanej posiadam mieszkania inwestycyjne z widokiem na stare miasto oraz stocznię, których cena sprzedaży u dewelopera od stycznia 2017 r. wzrośnie od 500 zł do 1000 zł za metr kwadratowy. ■

FRONT – PARK

MOTŁAWA

APARTAMENTY W ŚRÓDMIEŚCIU GDAŃSKA

T: 782 800 700

FRONT-PARK.PL

moderna
Superior living

RYNEK NORWESKI MA SWOJĄ SPECYFIKĘ

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Zakładanie działalności gospodarczej w Norwegii jest bardzo proste i nie zabiera wiele czasu. Daje za to ogromne możliwości na rozwój i lepsze życie. Wejście na norweski rynek pracy, czy to w postaci własnej firmy, czy też jako partner biznesowy strony norweskiej, trzeba jednak koniecznie poprzedzić właściwym rozpoznaniem i biznesową analizą. O tym jak to zrobić rozmawiamy z Aleksandrą Fajfer - Eriksen, Prezesem Zarządu firmy Polish Connection.

Jak narodziła się firma Polish Connection i w jaki sposób firma może pomóc Polakom w Norwegii i polskim firmom planującym wejść na ten rynek?

Do Norwegii przyjechałam w 2004 roku. Nauczyłam się języka i znalazłam pracę w instytucji państwowej. Pracowałam z trudną młodzieżą. Z czasem ludzie coraz częściej przychodzili do mnie z różnymi pytaniami. W lipcu 2004 zarejestrowałam swoją pierwsza działalność gospodarczą i co zadziwiające nie nazywała się Polish Connection, tylko Ad Astra, z mojego zmiłowania do łaciny. Nazwa Polish Connection powstała w wyniku bardzo intensywnej burzy mózgów wielu osób i wraz z nią, w 2005 roku przyszło nowe biuro i dodatkowi pracownicy. Na dzień dzisiejszy PC to zespół ok. 20 wykwalifikowanych specjalistów. Posiadają oni wiedzę i kompetencje w zakresie ustawodawstwa podatkowego, prawa pracy i innych przepisów w Norwegii. Firma jest także w stałej współpracy z kancelariami adwokackimi, rewizorami, radcami prawnymi oraz norweskimi instytucjami publicznymi.

Pomaga pani polskim firmom w działalności na rynku norweskim, ale pani firma też się rozwija.

Tak, prowadzę też firmę Omega Accounting AS. Kiedy Norwegia bardziej otworzyła się na świat, coraz większa ilość polskich przedsiębiorców zaczęła realizować kontrakty dla norweskich podmiotów. Po raz kolejny górę wzięła chęć pomocy rodakom przy rozwoju ich biznesów poza granicami kraju. W Norwegii udało mi się nawiązać bardzo wiele ciekawych znajomości w przeróżnych obszarach, tak więc otworzenie firmy księgowej nie stanowiło dla mnie problemu. Zawsze staram się odpowiadać na zapotrzebowanie płynące z rynku a potrzeba biura księgowego z polsko i norweskojęzycznym zespołem była na ten moment ogromna. Norwegian Accounting bo taką nazwę na początku nosiła firma powstała w 2008 roku i też z roku na rok rośnie w siłę.

Co pani zdaniem najbardziej cechuje obie firmy?

Nie muszę się długo zastanawiać aby odpowiedzieć na to pytanie. Wiodącą cechą w obu firmach jest ogromny zasób wiedzy jaką posiada mój zespół. Wśród nich znajdują się autoryzowani księgowi, którzy specjalizują się w księgowości i doradztwie podatkowym, jak i konsultanci którzy parają się doradztwem w obszarze życia i pracy w Norwegii. Jesteśmy nie tylko Omegą, ale Alfą i Omegą księgowości i doradztwa. Dzięki znajomości realiów, języka oraz przepisów, jesteśmy w stanie tworzyć pomost pomiędzy Norwegią a Polską. Ma to ogromne znaczenie dla osób fizycznych i firm potrzebujących wsparcia, zarówno w kraju ojczystym, jak i w Norwegii.

„Rynek norweski - wyzwania i nowe możliwości" to hasło przewodnie seminarium zorganizowanego przez Polish Connection i Accounting AS w hotelu Haffner? Co panią skłoniło do tego kroku?

To seminarium zorganizowaliśmy już po raz szósty. Pierwsze odbyło się w 2011 roku w hotelu Scandic w Gdańsku. Jest to po prostu odpowiedź na zapotrzebowanie płynące z rynku. Rynek norweski, jak każdy inny, ma swoją specyfikę i dynamikę, w związku z czym tendencje bywają zmienne. Dlatego też tematyka poruszanych przez nas zagadnień każdorazowo jest inna. Dużą rolę w wyborze tematów, które poruszamy podczas każdego seminarium odgrywają nasi klienci. Stanowią oni dla nas doskonałą inspirację. To powoduje że nasze seminaria cieszą się dużym zainteresowaniem a frekwencja jest zawsze bardzo wysoka. Myślę, że oprócz chęci pokazania naszych umiejętności i posiadanej wiedzy to przedsiębiorcy są głównym powodem, dla którego te seminaria są organizowane.

Czyli mogę śmiało powiedzieć że będą kolejne?

Oczywiście, że tak. Dopóki obie firmy będą obecne na obu rynkach i tak długo jak będzie zapotrzebowanie, tak długo będziemy takie seminaria organizować. Jesteśmy bardzo dynamiczni, nadal się rozwijamy, więc nie jest wykluczone, że być może z czasem będziemy organizować konferencje dotyczące np. rynku szwedzkiego. Tak jak wspomniałam, nasi klienci są naszą inspiracją i kto wie czego będą oczekiwać od nas w przyszłym roku. ■

FIRMA W NORWEGII - TO PROSTE!

AUTOR: WIKTOR WIKTOROW / **FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Jakie są aspekty formalno - prawne i jak w praktyce wygląda wejście polskich firm na rynek norweski? Jak pozyskuje się kontrakty w norweskim, prywatnym i państwowym sektorze budowlanym? Odpowiedzi na te pytania poznaliśmy podczas seminarium „Rynek norweski - wyzwania i nowe możliwości", które odbyło się w hotelu Haffner w Sopocie z inicjatywy firmy Polish Connection oraz norweskiej kancelarii prawnej Codex AS.

Aby móc rozpocząć działalność gospodarczą w Norwegii, należy zarejestrować firmę w rejestrze podmiotów gospodarczych (Enhetsregisteret). Firma otrzyma wówczas numer organizacyjny (organisasjonsnummer), który będzie ją identyfikował wobec wszystkich urzędów w Norwegii, banków, itp.

POLAK POTRAFI

Zakładanie działalności gospodarczej w Norwegii jest bardzo proste i nie zabiera wiele czasu. Zwłaszcza jeśli chodzi o firmy typu EPF (jednoosobowa działalność gospodarcza). Najbliższym odpowiednikiem Sp. z o. o jest AS (norw. Aksejlskap).

- *Norwegia to nie tylko kraina ropą płynąca, ale to również prężna branża budowlana, która jest jednym z bardziej stabilnych sektorów, obok branży medycznej i IT. Polak potrafi - te słowa są znamienne, gdyż w norweskim sektorze budowlanym działa coraz więcej polskich firm, i to z sukcesami. Sektor ten stoi przed nami otworem, ale trzeba pamiętać, że elementarną zasadą jest wiedza, fachowość i odpowiednie przygotowanie* - mówiła Magdalena Polakowska z firmy Polish Connection.

Podczas seminarium zaprezentowany został poradnik „Przewodnik po norweskich kontraktach budowlanych", napisany wspólnie przez Polish Connection & Omega Accounting AS. To pełne kompendium wiedzy o rodzajach kontraktów, jak i aspektach formalno - prawnych prowadzenia działalności na terenie Norwegii.

PRZYJAZNE URZĘDY

Przed założeniem firmy w Norwegii trzeba dokładnie zapoznać się z tamtejszym sytemem prawno - podatkowym i przepisami prawa pracy. W porównaniu z polską rzeczywistością jest sporo różnic, również w mentalności i podejściu do przepisów, co dla wielu Polaków może budzić zdziwienie. Wielu przedsiębiorców obawia się zakładania firm w Norwegii mając przed oczami zmagania z polskimi urzędami skarbowymi, ZUS-em i innymii instytucjami, które tylko czyhają na jakikolwiek błąd przedsiębiorcy.

- *W Norwegii sytuacja przedstawia się zupełnie inaczej. Formalności są proste, z urzędami można się porozumieć na drodze dialogu, a sytuacja na rynku zachęca do aktywności. Kraje nordyckie to z pewnością nie raje podatkowe, ale jeśli myślimy o poszerzaniu swojej działalności właśnie o te rynki, należy wziąć pod uwagę ten kraj, który jest bardziej przyjazny nam przedsiębiorcom* - przekonywali Maciej Pilarek i Piotr Dąbrowski z kancelarii prawnej Sadkowski i Wspólnicy.

POZYSKANIE FINANSOWE

Droga do sukcesu nie jest usłana różami i przed przedsiębiorcami stawiane są twarde wymogi, ale sukces takiej firmy, jak Unibep pokazuje, że można. Unibep to największy polski eksporter usług budowlanych, który działa również na rynku norweskim i zdobywa tam wiele znaczących kontraktów. Podczas seminarium sporo mówiło się również o finansowaniu ekspansji na rynek norweski?

- *Każdy innowacyjny pomysł, czy produkt związany z ekologią i energetyką ma szansę na dofinansowanie z Norway Grants i EEA Grants. Wnioskodawcami mogą być podmioty prywatne czy też publiczne, komercyjne bądź niekomercyjne, oraz organizacje pozarządowe ustanowione jako podmiot prawny w Polsce, jak również organizacje międzyrządowe działające w Polsce* - mówiła Anna St. Hansen z firmy Innovius AS, która od lat specjalizuje się doradztwie z zakresu zarządzania projektami.

ANALIZA RYNKU

Jeśli jednak planujesz wejść na rynek norweski nie rób tego bez dokładnej analizy rynku. Konieczne jest sprawdzenie, czy nasza usługa lub produkt może wywołać zainteresowanie u norweskiego konsumenta.

- *Nie porywaj się z motyką na słońce. Aby rozszerzyć działalność o rynek norweski, dobrze jest go najpierw sprawdzić. Ważna jest analiza konkurencji, szczególnie tej norweskiej. Rynek usług budowlanych jest bardzo hermetycznym rynkiem, w którym magicznym słowem są referencje, ale bez referencji też się da. BPO Consulting jest po to aby pomóc znaleźć potencjalnych partnerów biznesowych* - mówili Lana Berglund i Øivind Eide z BPO Consulting.

Seminarium „Rynek norweski - wyzwania i nowe możliwości" okazało się sporym sukcesem. W tym dniu wielu polskich przedsiębiorców nawiązało nowe kontakty biznesowe, zdobyło wiedzę niezbędną do tego, aby rozszerzając swoją działalność na rynek norweski robić to bezpiecznie i z głową. ■

ADVA OPTICAL NETWORKING W TENSORZE

AUTOR: WIKTOR WIKTOROW / **FOTO:** KRZYSZTOF NOWOSIELSKI

Ponad 300 osób pracuje w gdyńskim oddziale firmy Adva Optical Networking. To międzynarodowa firma produkująca innowacyjne urządzenia telekomunikacyjne. Podczas uroczystego otwarcia gdyńskiego biura znajdującego się w kompleksie Tensor przy ul. Łużyckiej w Gdyni, władze firmy ogłosiły inaugurację kilku nowych inicjatyw angażujących firmę w działa społeczności lokalnej.

Korzenie polskiego oddziału ADVA Optical Networking sięgają roku 2003 i wywodzą się z... Wejherowa. To właśnie w tym mieście narodziła się i funkcjonowała przez wiele lat firma GryfSoft, która od początku zajmowała się tworzeniem oprogramowania telekomunikacyjnego. Od początku też pracowała dla niemieckiego koncernu ADVA Optical Networking.

- Właściwie sto procent naszej działalności to była praca dla tej firmy. W pewnym momencie władze ADVA Optical Networking doszły do wniosku, że już zbyt wielu inżynierów z GryfSoft pracuje dla nich, i że są wręcz zależni od nas. Chcieli ten "problem" rozwiązać, a w dzisiejszych czasach w takiej sytuacji po prostu przejmuje się firmę - mówi Kazimierz Miotk, dyrektor zarządzający oraz starszy dyrektor pionu R&D ADVA Optical Networking.

I tak w 2007 roku firma GryfSoft zmieniła się w polski oddział ADVA. Czterech z pięciu pierwszo zatrudnionych pracowników dalej pracuje w firmie i pełni w niej wysokie funkcje kierownicze. Przez tych ostatnich 13 lat firma bardzo się rozwinęła i przeniosła się do Gdyni. W tej chwili pracuje w niej ponad 300 osób. Cała firma ADVA Optical Networking zatrudnia ok. 1800 osób i ma 21 oddziałów na świecie.

- Nasz gdyński oddział jest największym oddziałem badawczo - rozwojowym w całej firmie. Nie jesteśmy małym trybikiem w wielkiej korporacji, wręcz przeciwnie, jesteśmy ogniwem wiodącym. W całej firmie 750 osób zajmuje się działalnością badawczą, w tym przeszło 200 pracuje właśnie w Gdyni. Jesteśmy największym działem R&D w ramach firmy. Drugi jest oddział w Atlancie w Stanach Zjednoczonych, gdzie pracuje 100 osób – dodaje Kazimierz Miotk.

Nad czym pracuje gdyński oddział? Chodzi o globalne sieci telekomunikacyjne, sieci telekomunikacyjne o najwyższej przepustowości. Stara infrastruktura do obsługi tej sieci jest niewystarczająca, nie nadąża za potrzebami klientów.

- Trzeba więc wymyślić coś nowego i takim najnowszym hasłem w naszym obszarze jest Software Defined Networking – mówi Kazimierz Miotk.

ADVA Optical Networking to nie tylko kadra znakomitych fachowców, ale też grono ludzi, dla których ważna jest społeczna odpowiedzialność biznesu i działalność na rzecz lokalnej społeczności. Firma podjęła współpracę z III LO w Gdyni i będzie wspierać rozwój młodzieży utalentowanej matematycznie i informatycznie. Będzie współtworzyć konkursy, w których nagrodą będzie m.in. staż w firmie. Od początku 2017 roku firma zorganizuje konkurs dla mieszkańców Trójmiasta, w którym będzie można co kwartał wygrać rower. Szczegóły będą publikowane na fanpage'u ADVA na facebooku. ■

Magiel
RESTAURACJA

HOTEL ALMOND
BUSINESS & SPA
★★★★

ZAPRASZAMY PAŃSTWA
NA WYJĄTKOWE SPOTKANIA OKOLICZNOŚCIOWE ORAZ WIGILIE FIRMOWE

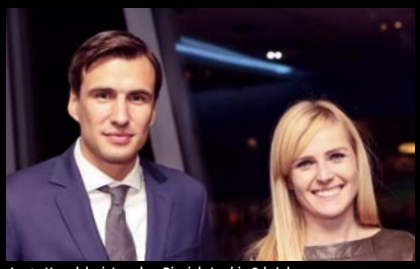
HOTEL ALMOND BUSINESS & SPA

UL. TORUŃSKA 12
80-747 GDAŃSK

+48 58 351 90 00
WWW.HOTELALMOND.PL

PRESTIŻ PATRONUJE

Od lewej: Marta Żebrowska, dyrektor hotelu Hanza Pałac, Sylwia Zarzycka, prezes fundacji Między Niebem a Ziemią

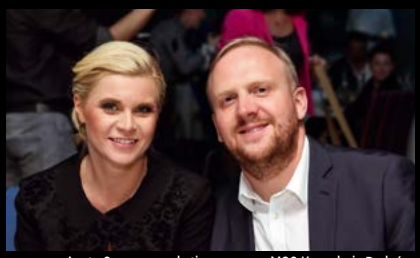

Agata Kowalska i Jarosław Bieniuk, Lechia Gdańsk

Od lewej: Dariusz Mądry, radca prawny, Aneta Mądry, Bartosz Sambożuk, radca prawny

Fot. Krzysztof Nowosielski

Od lewej: Eliza Falba – Komorowska, adwokat, Paweł Kruszyński, prezes firmy Promcm, Rafał Komorowski, prezes firmy Dagmar, Monika Gołdzińska, członek zarządu Personel Profit

Od lewej: Kamila Walania, Karolina Grabska, architekt, Wojciech Walania, Olivia Business Centre

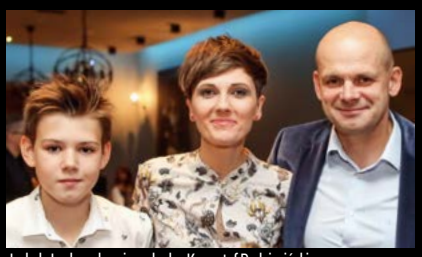

Agata Sznycer, marketing manager MGS Kancelaria Radców Prawnych i Adwokatów, Michał Sznycer, radca prawny

Marta Bąk, country manager Fristads Kansas Poland

PRAWNICY CHORYM DZIECIOM

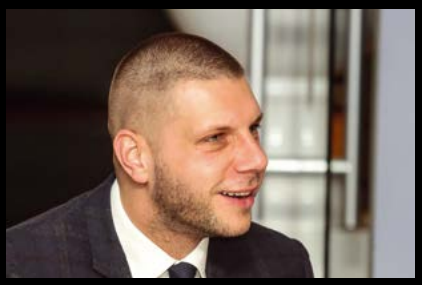
Prawie 140 tysięcy złotych zebrano na rzecz fundacji Między Niebem a Ziemią podczas aukcji charytatywnej w Olivia Business Centre. Aukcja na stałe wpisała się już w jesienny kalendarz wydarzeń w Trójmieście i po raz kolejny dowiodła, że prawnikom nie można odmówić serca, wrażliwości i hojności. Fundacja ma pod opieką kilkadziesiąt dzieci śmiertelnie i nieuleczalnie chorych. **mp**

Tomasz Malczewski, Poland Sotheby's International Realty

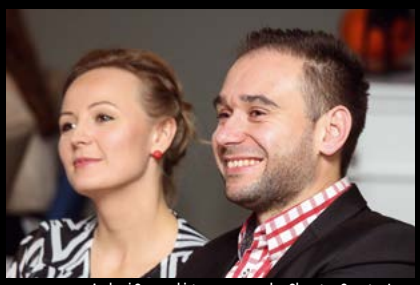

Izabela Laskowska, piosenkarka, Krzysztof Podniesiński, radca prawny z synem

Anna Miękczyńska - Szulc, FoundIT, Filip Szulc, notariusz

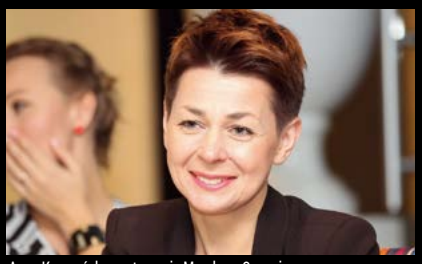
Iwona Guzowska

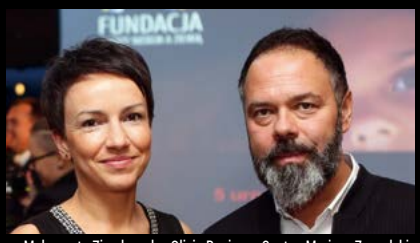

Piotr Bartecki, adwokat

Arkadiusz Ertel, właściciel firmy Corleonis


Andrzej Czarnecki, trener personalny Sheraton Sopot, z żoną

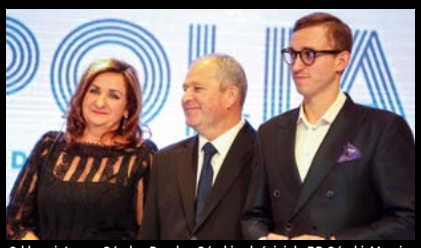
Od lewej: Marcin Żebrowski, TVN, Maciej Wojtysiak, właściciel BoConcept Gdynia


Anna Kruszyńska, restauracja Morska w Sopocie



Małgorzata Ziemkowska, Olivia Business Centre, Mariusz Zawadzki, właściciel restauracji Mondo di Vinegre

Od lewej: Andrzej Górski, Ryszard Górski, Marian Górski, Iwona Górska i Bogdan Górski


Od lewej: Iwona Górska, Bogdan Górski, właściciele PB Górski, Marcin Górski

Joanna i Marek Wikiera, Fundacja Krwioobieg

Fot. Krzysztof Nowosielski

Od lewej: Michał Baryżewski, architekt, Arch Deco, Adam Mróz, adwokat

OTWARCIE GALERII METROPOLIA

34 400 metrów kwadratowych powierzchni usługowej, ok. 150 lokali handlowych oraz usługowych rozmieszczonych na 4 poziomach, 7-salowy kompleks kinowy Helios, parking na 1600 samochodów, bezpośrednie połączenie z peronem SKM Gdańsk Wrzeszcz - tak w skrócie można opisać Galeria Metropolia, nowe centrum handlowe na mapie Trójmiasta. Byliśmy na uroczystym otwarciu. mp

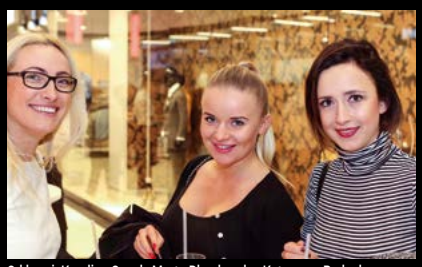
Zbigniew Jarecki, prezes Kaszubskiego Związku Pracodawców

Od lewej: Maria Janiak, Anna Ziemińska, Danuta Wałęsa

Zbigniew Reszka, architekt, Arch Deco

Paweł Adamowicz, prezydent Gdańska

Mieczysław Struk, marszałek woj. pomorskiego


Od lewej: Karolina Gacek, Marta Blendowska, Katarzyna Paduch - Magazyn Prestiż

Od lewej: Aleksandra F. Eriksen, prezes zarządu Polish Connection Sp. z o.o. i Anna St. Hansen, dyrektor zarządzający Innovius AS.

fot. Krzysztof Nowosielski

PRESTIŻ PATRONUJE

Torkjell Solbø, Kancelaria Adwokacka Codex AS

POLSKIE FIRMY W NORWEGII

Jakie są aspekty formalno - prawne i jak w praktyce wygląda wejście polskich firm na rynek norweski? Jak pozyskuje się kontrakty w norweskim, prywatnym i państwowym sektorze budowlanym? Odpowiedzi na te pytania poznaliśmy podczas seminarium „Rynek norweski - wyzwania i nowe możliwości", które odbyło się w hotelu Haffner w Sopocie z inicjatywy firmy Polish Connection oraz norweskiej kancelarii prawnej Codex AS. mp

Maciej Pilarek, kancelaria prawna Sadkowski i Wspólnicy

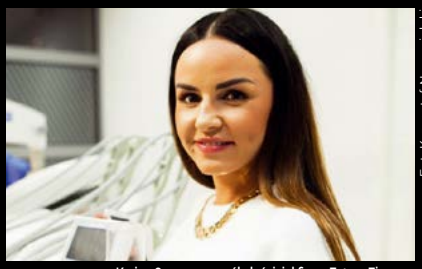
Od lewej: Lana Berglund, BPO Consulting, Aleksandra F. Eriksen, prezes zarządu Polish Connection Sp. z o.o

Beata Iwancio Jóskowska i Magdalena Polakowska, prokurentki Polish Connection Sp. z o. o

Piotr Dąbrowski, kancelaria prawna Sadkowski i Wspólnicy

Od lewej: dr n. med. Zbigniew Piankowski, lekarz stomatolog, Mariusz Swendrowski, prezes firmy M&Z Inwestycje

Od lewej: Karolina Zubrzycka, kosmetolog Abacosun, Anna Zinczenko, lekarz stomatolog, właścicielka kliniki Premiere Dent, Marta Frontczak, asystentka, Maciej Wilk, Instytut Energetyki


Karina Cymerys, współwłaściciel firmy Future Finance

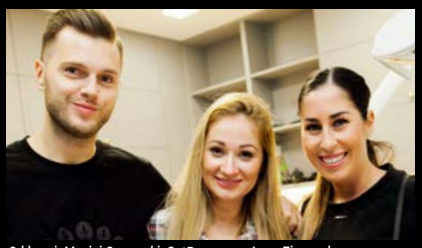
Fot. Krzysztof Nowosielski

Marcin i Karolina Drążyk, klinika Neodental

NA OTWARCIU PREMIERE DENT

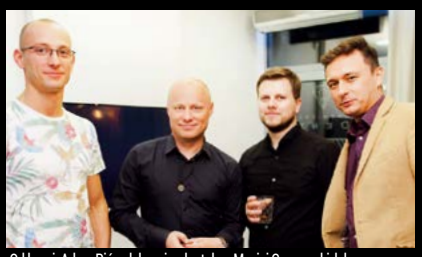
Stomatologia mikroskopowa to wizytówka Premiere Dent, nowej kliniki na stomatologicznej mapie Gdańska. Nowoczesna placówka wyposażona jest w wysokiej jakości sprzęt, a kadrę tworzą znakomici lekarze cieszący się bardzo dobrymi opiniami pacjentów. Implanty, licówki, wypełnienia, korony, mosty, leczenie kanałowe, diagnostyka RTG i wybielanie - wszystko to znajdziecie w ofercie Premiere Dent. **mp**

Natalia Kuska, manager kliniki Premiere Dent


Od lewej: Maciej Ossowski, GetResponse, Anna Zinczenko, właścicielka Premiere Dent, Agnieszka Olszewska, Grupa pracuj.pl

Maciej Wilk, Instytut Energetyki, Aleksandra Wilk, notariusz

Od lewej: Karina Cymerys, Future Finance, Monika Cyngot, doradca edukacyjny, Agnieszka Olszewska, pracuj.pl, Agnieszka Koszałka, lekarz, Karolina Drążyk, Neodental, Ewelina Pionek


Od lewej: Adam Pióro, lekarz implantolog, Maciej Goczewski, lekarz endodonta, Maciej Drążyk i Artur Lebiedź, właściciele kliniki Neodental

Od lewej: Piotr Koszałka, Koszałka składy hurtowe, Piotr Dziwniel, radca prawny, kancelaria Solivan

Monika Bluma, właścicielka Bestbrandshop, Tomasz Bluma , właściciel Royal Home, Leo Bluma , Weronika Janowicz

Fot. Karol Kacperski

Od lewej: Iwona Jaworska, właścicielka Luxury Design, Izabela Kierżnikiewicz, właścicielka Unique Fashion

OTWARCIE BESTBRANDSHOP

Światowe marki, niedostępne dotąd w Trójmieście. Nowości wprost ze światowych wybiegów. Dla kobiet ceniących indywidualny styl, lubiących się wyróżniać w szarzyźnie polskich ulic. W Galerii Metropolia otwarto Bestbrandshop, multibrandowy salon z takimi markami, jak Casadei, Stuart Weitzman, Ava Adore, Forte Couture, Dsquared2 i Chiara Ferragni.

Michał Krakowski

Anita Sindera, dyrektor regionalny Alfa Aktiv

Od lewej: Aneta Czerniawska, Marta Jasiak, Home2Home, Marta Blendowska, Magazyn Prestiż

Od lewej: Wojciech Jaworski, właściciel Jaworscy Nieruchomosci, Tomasz Bluma, właściciel Royal Home

PRESTIŻ PATRONUJE

Od lewej: Łukasz Stolarczyk, Via Medica, Alicja Stolarczyk, prezes Fundacji Hospicyjnej

Od lewej: Danuta Wałęsa, Hanna Zych - Cisoń, wiceprzewodniczącą sejmiku województwa pomorskiego

Fot. Karol Kacperski

Maciej Gleba Florek, z żoną Magdaleną

Maciej Kosycarz, Kosycarz Foto Press, Magdalena Beneda, artystka

KAYAH W FILHARMONII

Kayah była gwiazdą kolejnego już koncertu z cyklu "Głosy dla hospicjów" zorganizowanego przez Fundację Hospicyjną. Publiczność szczelnie wypełniła Filharmonię Bałtycką, nie tylko doskonale się bawiąc w rytm znanych przebojów, ale też hojnie licytując i wspierając fundację. **mr**

Od lewej: Małgorzata Haverberg, Bendt Haverberg, Haverberg Consulting i Małgorzata Tobiszewska, dyrektor Instytutu Rozwoju Kadr

Klaudia Rausz, Grafix Centrum Poligrafii, Łukasz Fiedur, TFF S.A.

Maciej Dobrzyniecki, kanclerz Loży Gdańskiej Business Centre Club

Jarosław Bieniuk z córką i wolontariuszkami Fundacji Hospicyjnej

Paweł Orłowski, wicemarszałek woj. pomorskiego

Olga Witman, prezes Witman Mercedes

Fot. Karol Kacperski

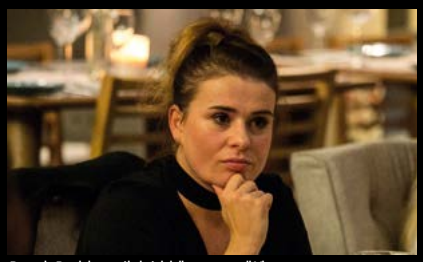
Od lewej: Anna Białek, Allcon, Andrzej Sikorski, prezes firmy Alumilex, Kinga Sikorska, Houseboats.pl

Od lewej: Ian Weiss, Farma Przytoki, Michał Kraska, prezes zarządu firmy SenioVita

OWOCE MORZA W PIĘKNYM WNĘTRZU

Owoce morza, ryby i mięsa serwowane w połączeniu z sezonowymi, regionalnymi produktami i w pięknie zaprojektowanym otoczeniu - tak można scharakteryzować restaurację Seaafood Station, którą uroczyście otwarto na nowym sopockim dworcu. Wnętrze inspirowane jest kultowymi, starymi targami i halami Rybnymi z całego świata, a menu zaskoczy bogactwem i fantazją nawet największych koneserów owoców morza.
mp

Zofia Weiss, Oficyna Gdynia



Patrycja Pawlak, współwłaścicielka restauracji Vinegre

Reni Jusis

Od lewej: Beata Komorek, Howinnga Creation, Mariusz Zawadzki, właściciel Mondo di Vinegre, Olga Miłogrodzka, trojmiasto.pl

ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

Cafe Ferber, Gdańsk ul. Długa 77/78; **Umam**, Gdańsk, ul. Hemara 1; **Umam Marina**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Kafe Delfin**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 17; **Segafredo**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Cafe W**, Gdańsk, CH Manhattan; **Corten Cafe**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Marmolada Chleb i Kawa**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 (osiedle Garnizon); **Mount Blanc**,Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Gelatio Magia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Costa Cofee**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Kreatywna Cafe**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Sztuka Wyboru**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Paulo Gelateria**, Gdańsk, ul. Podwale Staromiejskie 96/97; **Costa**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdynia, Centrum Riviera; **Mount Blanc**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady,** Gdynia, Centrum Gemini; **Grey Coffee&More**, Gdynia, Centrum Gemini; **Corner Cafe**, Gdynia, ul. Świętojańska 78A; **Costa Coffee**, Gdynia, CH Klif; **Cyganeria**, Gdynia, ul. 3 Maja 27; **Mariola Cafe**, Gdynia, ul. Prusa 24; **Delicje**, Gdynia, Centrum Riviera; **Ciuciu Babka**, Gdynia, al. Piłsudskiego 30; **Lavenda Cafe**, Gdynia, ul. Starowiejska 11; **Alt Cafe**, Gdynia ul. Legionów 112F/1 (Altus); **That English Place**, Gdynia, ul. Wybickiego 3/1; **Cafe Resto**, Sopot, Hotel Rezydent; **Mount Blanc**, Sopot, Centrum Haffnera; **Cafe Ferber**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Cukiernia T.Deker,** Sopot, Hotel Rezydent; **Kava**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 61; **So! Coffe**, Sopot, Krzywy Domek; **Gunga House**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Capuccino Cafe**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 25; **Rotunda Cafe**, Sopot, Hotel Sheraton; **Pociąg do kawy**, Nowe Centrum Sopotu; **La Bagatela**, Nowe Centrum Sopotu

RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

Amber Side, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Fishmarkt**, Gdańsk, Targ Rybny 6 C; **Fellini**, Gdańsk, Targ Rybny 6; **Hard Rock Cafe**, Gdańsk, ul. Długi Targ 35/38; **Goldwasser**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 22, **Lao Thai**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Sempre**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Kubicki**, Gdańsk, ul. Wartka 5; **Sushi 77**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 30 (obok Żurawia); **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Tandeta/Szeroka; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Espanol**, Gdańsk, ul. Tandeta (róg Szerokiej); **Restauracja Gdańska**, Gdańsk, ul. Św. Ducha 16; **Restauracja Filharmonia**, Gdańsk,ul. Ołowianka 1; **Restauracja Ritz** , Gdańsk, ul. Szafarnia 6; **Restauracja Szafarnia 10**, Gdańsk,ul. Szafarnia 10; **Neighbours Kitchen**, Gdańsk,ul. Szafarnia 11 (Waterlane); **Delmonico Cut**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Izakaya Sushi**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **KOKU Sushi**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **Restauracja SET**, Gdańsk, Grunwaldzka 309; **Otwarta**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 6 (Garnizon); **Lula**, Gdańsk, ul. Norwida 4 (Garnizon); **Eliksir,** Gdańsk, ul. Hemera 1 (Garnizon); **Lobster**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **VNS**, Gdańsk, C.H. Manhattan; **Metamorfoza**, Gdańsk, ul. Szeroka 22/23; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 84; **Piano Club Barbados**, Gdańsk, ul. Karmelicka 1; **Tawerna**, Gdańsk, ul. Powroźnicza 19/20; **Mon Balzac**, Gdańsk ul. Piwna 36/39; **Brovarnia**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Gdański Bowke**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 11; **Fusion Sushi**, Gdańsk, ul. Stary Rynek Oliwski 9; **Mono Kitchen**, Gdańsk, ul. Piwna 28/30; **Piwna 47**, Gdańsk, ul. Piwna 47; **Latający Holender**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Surf Burger,** Gdańsk, ul. Garncarska 30; **Big Apple**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 578; **Nautilius**, Gdańsk, ul. Bałtycka 5; **Stacja de Luxe**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 22; **Mercado Tapas Bar**, Gdańsk, ul. Partyzantów 8/4; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Como Ristorante**, Gdynia, CH Klif; **Tokyo Sushi**, Gdynia,ul. Mściwoja 9; **Trafik Jedzenie & Przyjaciele**, Gdynia, Skwer Kościuszki 10; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście; **Hashi Sushi**, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **Moshi Moshi Sushi**, Gdynia, Centrum Gemini; **CoCo**, Gdynia, Centrum Gemini; **Chwila Moment**, Gdynia, InfoBox; **Barracuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Główna Osobowa**, Gdynia, ul. Abrahama 39; **Tapas Barcelona**, Gdynia, ul. Świętojańska 23/2B; **Open Kitchen**, Gdynia, ul. I Armii WP 10; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Panorama**, Gdynia, ul. Mickiewicza 1/3; **Malika**, Gdynia, ul. Świętojańska 69; **Mariaszek** Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **The Dockers Inn**, Gdynia, Centrum Gemini; **Polska Melodia**, Gdynia, ul. Portowa 8; **Tłusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Sztuczka**, Gdynia, ul. Abrahama 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Mąka i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Trio Restauracja**, Gdynia, ul. Starowiejska 29-35; **AleBrowar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **Santorini**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Biały Królik**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Gard Nordic Kitchen**, ul. Waszyngtona 10 (Hotel Courtyard); **Mondo di Vinegre**, Gdynia, ul. Polska 1; **Pieterwas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Abrahama 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Bliżej**, Gdynia, Plac Kaszubski 1A; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Jack's Bar**, Gdynia, al. Zwycięstwa 245; **Tawerna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/3; **Vertigo**, Gdynia, Plac Grunwaldzki 2; **Grill Way**, Gdynia, ul. Świętojańska 108; **Bazaar**, Gdynia, ul. Świętojańska 49; **Sempre Pizza e Vino**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **La Vita**, Gdynia, ul. Władysława IV; **La Vita**, Sopot, Centrum Haffnera; **Grono di Rucola**, Sopot, ul. Wybickiego 48; **Dom Sushi**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Nowy Świat**, Sopot, Centrum Haffnera; **Monte Vino**, Sopot, Centrum Haffnera; **Thai Thai**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 17; **Błękitny Pudel**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 44; **Toscana**, Sopot, ul. Grunwaldzka 27; **Gianni**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 63; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 60; **Ristorante Sempre**, Sopot, ul. Grunwaldzka 11; **Morska**, Sopot, ul. Morska 9; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49; **Rucola**, Sopot, Krzywy Domek; **White Marlin**, Sopot, Al. Wojska Polskiego 1; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Crudo,** Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Unique Club**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Avocado**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Chevi American Steakhouse**, Sopot, ul. Kościuszki 10; **Cyrano-Roxane**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 11; **Sanatorium**, Sopot, ul. Grunwaldzka 8; **Tapas de Rucola**, Sopot, Pułaskiego 15; **Pick&Roll Club**, Sopot, ul.Zamkowa Góra 3-5; **Bocian Morski**, Sopot, ul. Pułaskiego 19/1; **La Marea**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Integracja**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 15; **Pieprz**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Toko Sushi**, Reda, ul. Młyńska 2/5; **Smak Morza**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Sushi77**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 53 (Krzywy Domek); **Delmonico Cut**, Sopot, ul. Moniuszki 10 (Hotel Opera); **Zatoka Sztuki**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 14; **Bulaj Sopot**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 22; **737 L'entre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Aquarella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Hotel Villa Aqua); **Pomarańczowa Plaża**, Sopot, ul. Emilii Plater 19; **Fidel, Sopot**, ul. Powstańców Warszawy 6; **Mocno Nadziane**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Limonka**, Dworzec Sopot; **Hashi Sushi**, Dworzec Sopot; **Whiskey on The Rock**, Dworzec Sopot; **Bagażownia Zynera**, Dworzec Sopot; **SeaFood Restaurant**, Dworzec Sopot; **Secretariat**, Hipodrom Sopot; **Projekt 36,** Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Salon Fryzur Męskich, ul. Łąkowa 27; **Fryzjernia**, Gdańsk, ul. Szeroka 24-26; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, CH Familia; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elżbietańska 9/10 koło kościoła św. Józefa; **Jacques Andre**, Gdańsk, Galeria Bałtycka (poziom -1); **Salon Fryzjersko – Kosmetyczny ExcellentQ**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5A; **Salon Fryzjerstwa Artystycznego Degowski**, Gdańsk, ul. Heweliusza 31; **Paula Roccialli**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Studio Marina**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Prive Club Fryzjerski**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 FG; **Camile Albane, Gdańsk**, CH Madison; **Welkom Józef Świniarski**, Gdańsk, CH Manhattan; **Obsessive Studio**, Gdynia, ul. Batorego 4; **Studio No 7**, Gdynia, ul. Bema 10; **Guerlain**, Gdynia, ul. Abrahama 24; **La Perla**, Gdynia, ul. Harcerska 5; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, CH Klif; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, Plac Górnośląski 4; **Instytut Piękna Dolce Vita**, Gdynia, Skwer Kościuszki 18; **Beauty Marine**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 7; **Studio Effect**, Gdynia, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Brański Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/14 (Nowe Orłowo); **Laser Center**, Sopot, Krzywy Domek; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Jacques Andre**, Gdynia, Centrum Riviera; **Centrum Pięknego Ciała**, Sopot, ul. Jagiełły 4; **Styl**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Instytut Dr Irena Eris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Salon urody Drausal**, Sopot, al. Niepodległości 739/1; **Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2/1; **Salon Modnej Fryzury Mago**, Sopot, Al.. Niepodległości 688; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775/1; **Włoski Salon Fryzur,** Sopot, Al. Niepodległości 648/1; **HairBar**, Sopot, Sheraton, Dom Zdrojowy

SPA&WELLNESS

Marina Wellness Centre, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Beauty Derm Instytut-Medical Day SPA**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30 Hotel Posejdon **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Spameed**, Gdańsk, ul. Wały Piastowskie 1; **Moments Day Spa**, Gdańsk, ul. Myśliwska 33; **Mana Day Spa**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 2A; **SPA w Hotelu Kuracyjnym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **OXO Spa**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Day SPA w Hotelu Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel Conference Center&SPA**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **City Day Spa**, Sopot, Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1; **Aquapark Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5; **Salon Mai Thai**, Sopot, ul. Chopina 26 A; **Aqua Spa Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5

MEDYCYNA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PLASTYCZNA

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

HOTELE

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

KLUBY FITNESS

Adrenaline Gym, Gdańsk, ul. Słowackiego 1A; **Fitness Authority**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 229; **Tiger Gym**, Gdańsk, CH Manhattan; **My Gym**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tiger Gym**, Gdańsk, Grunwaldzka 411; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, Hotel Marina; **30'Personal Training Studio**, Gdańsk, Grunwaldzka 569; **Centrum Joga i Pilates**, Gdynia, ul. Starowiejska 54/3; **Lady Fitness**, Gdynia, Centrum Kwiatkowskiego; **Tiger Gym**, Gdynia, Centrum Riviera; **Calypso Fitness**, Sopot, AL. Niepodległości 697-701 (Sopocki Skwer); **Sheraton Fitness**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **CrossFit Trójmiasto**, Sopot, 3 Maja 69C; **Elite Gym, Sopot**, ul. Boh. Monte Cassino 55-57

SALONY SAMOCHODOWE

BMW Zdunek, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Bawaria Motors**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 195; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault Zdunek**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 4/8; **KMJ Zdunek**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 295; **Subaru Zdanowicz**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256 A; **British Automotive**, Gdańsk, ul. Abrahama 5; **Volvo Drywa**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Goworowski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **Witman Mercedes**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 493; **BMW Zdunek**, Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/3; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Drywa**, Gdynia, ul. Parkowa 2; **Mercedes BMG Goworowski**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Auto House**, Gdynia, ul. Stryjska 24; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Owsiana 13; **Benepol**, Sopot, ul. Kasztanowa 4; **Porsche Centrum Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 956; **Prestige**, Sopot, Al. Niepodległości 663; **Unique Cars**, Reda, ul. Wejherowska 56

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

Polmed, Gdańsk, CH Manhattan; **Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Invicta**, Gdańsk, ul. Rajska 10 (Madison); **Vivadental**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 48; **Miladent**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 CD; **Impladent**, Gdańsk, ul. Kartuska 313; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Projekt Uśmiech**, Gdańsk, ul. Partyzantów 76 (Green Office); **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 57; **Klinika Prof. Dobosz i Partnerzy**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok. 102; **Dental Art. Clinic**, Gdańsk, ul. Szeroka 119/120; **Lux Med.**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic,** Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **Dental Spa**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 164; **Prodent,** Gdańsk, CH Madison; **Prodent**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 1/65 (Garnizon); **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Dental Clinic**, Gdynia, ul. Starowiejska 25; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Optyczno – Okulistyczne**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Nowy Wzrok**, Gdynia, Centrum Kwiatkowskiego; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Centrum Medyczne Durys Guzowski**, Gdynia, ul. Bema 16/2; **Evi-Med.**, Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Poradnia Trójmiasto Dietetyk**, Gdynia, ul. I Armii WP 13; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzelców 11B/4; **Artdent Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul.Jagiełły 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **Medycyna Specjalistyczna**, Sopot, ul. Grunwaldzka 36A; **iDentical**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Grand Dental,** Sopot, ul. Haffnera 25

SKLEPY I BUTIKI

Cafardini, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate, 3p); **InFashion**, Gdańsk, ul. Pańska 3; **Simple**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Intersport**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróży**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Body Shop**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Taranko**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Strellson**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Lanoro**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Clarks**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tru Trusardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Napapijri**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Optyk Studio 1242**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, CH Manhattan; **Dolio Wini**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 9 (Garnizon); **Interior Park**, Gdańsk, Grunwaldzka 223; **Tila.pl**, Gdańsk, ul. Kaprów 19 B; **Marry Me**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 124; **World Box**, Gdańsk, CH Manhattan; **Sandwich-mac**, Gdańsk, CH Madison; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Madison; **Winers**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 52; **Premium Sound**, Gdańsk, ul. Rakoczego 31; **Antrax Audio**, Gdańsk, ul. Królowej Jadwigi 137; **Lingeria**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 5; **Lumann**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 4; **Interior Park**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 223; **Elements**, Gdańsk, ul. Przywidzka 4; **Moma Studio**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Novelle**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **MK Design**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Hever** , Salon Snu, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **IKA-Kolor**, Gdańsk, Grunwaldzka 470; **Persona**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 569; **Rubber Shop**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8 A; **Amazing Decor**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8; **Deco Home Art.**, Gdynia, al. Zwycięstwa 234; **Bo Concept**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Studio Dago**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Pracownia AGD**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **NAP**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Hypnos Beds**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **REMEB**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/1 (Nowe Orłowo); **Flader Art,** Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/8 (Nowe Orłowo); **Sen i Zdrowie**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/1 (Nowe Orłowo); **InFashion**, Gdynia, ul. Świętojańska 91; **Epicentrum**, Gdynia, ul. Nowodworcowa 21; **Christelle**, Gdynia, ul. Świętojańska 66; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Świętojańska; **Butik By O la la**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik MarcCain**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lidia Kalita**, Gdynia, CH Klif; **Marella**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Betty Barclay**, Gdynia, CH Klif; **Max Mara**, Gdynia, CH Klif; **Hexeline**, Gdynia, CH Klif; **Grey Wolf**, Gdynia, CH Klif; **Gerry Weber**, Gdynia, CH Klif; **Penny Black**, Gdynia, CH Klif; **MM Fashion**, Gdynia, CH Klif; **La Mania**, Gdynia, CH Klif; **Pinko**, Gdynia, CH Klif; **Piaza di Moda**, Gdynia, CH Klif; **Camel Active**, Gdynia, CH Klif; **Rosenthal**, Gdynia, CH Klif; **Magnific**, Gdynia, CH Klif; **Bed&Breakfast Home**, Gdynia, CH Klif; **Splendido**. Gdynia, CH Klif; **Pierre Cardin**. Gdynia, CH Klif; **Valentini/Samsonite**, Gdynia, CH Klif; **Marciano Guess**, Gdynia, CH Klif; **Deni Cler Milano**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Karen Millen**, Gdynia, CH Klif; **KOKAI**, Gdynia, CH Klif; **Tru Trussardi**, Gdynia, CH Klif; **Henry Lloyd**, Gdynia, CH Klif; **Bizuu**, Gdynia, CH Klif; **N.Nagel**, Gdynia, CH Klif; **Apia**, gdynia CH Klif; **Kezard**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 197; **Geox**, Gdynia, Centrum Riviera; **Guess**. Gdynia, Centrum Riviera; **By o la la**, Gdynia, Centrum Riviera; **Airfield**. Gdynia, Centrum Riviera; **SunLoox**. Gdynia, Centrum Riviera; **Felina, Gdynia**, Centrum Riviera; **Pierre Cardin**, Gdynia, Centrum Riviera; **Imperial Fashion**, Gdynia, Centrum Riviera; **Elska**, Gdynia, Centrum Riviera; **Selfie Store**, Centrum Riviera; **Pako Lorente**, Gdynia, Centrum Riviera; **Interior Park**, Gdynia, ul. Wielkopolska 251; **Royal Decor**, Gdynia, ul. Starowiejska 51; **Total Look by Bunny The Star**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Optical Christex**, Gdynia, DH Batory; **Forma Collection**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **Mesmetric**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 187; **Lingeria**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8; **Celebrity BRIDAL**, Gdynia, ul. Wielkopolska 21; **Celebrity Bridal Exclusive**, Gdynia, ul. Wielkopolska 31; **Telem Play**, Gdynia, ul. Legionów 119A; **Smak Wina**, Gdynia, ul. Kasztanowa 13a; **Interno Design**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/12 (Nowe Orłowo); **Aranżer**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245 (Nowe Orłowo); **Made in G**, Gdynia, Ale. Zwycięstwa 237 (Nowe Orłowo); **Optyk Lewandowski,** Gdynia, ul. Świętojańska 45 (Baltiq Plaza); **Optyk Lewandowski**, Gdynia, ul. Starowiejska 34; **Optyk Lewandowski**, Gdynia, ul. Starowiejska 43 (Atrium); **Digital 1**, Sopot, Krzywy Domek; **In Fashion**, Sopot, Krzywy Domek; **Millesime Wino i Spirytualia**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Ser Lanselot**, Sopot, Krzywy Domek; **Top Hi-Fi,** Sopot, Al. Niepodległości 725; **OOG Eyewear Concept Store**, Sopot, ul. Grunwaldzka 22/3; **Designzoo**, Sopot, Al.. Niepodległości 606-610; **Camerino**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Optical Christex**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Eter**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Baldinini**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Fabryka Sukienek**, Sopot, ul. Grunwaldzka 60; **Simply Divine**, Sopot, ul. 3 Maja 56; **Nonconform**, Sopot, Al. Niepodległości 642-644; **Pinakoteka**, Sopot, Al. Niepodległości 735; **Prestige Drzwi**, Sopot, Al. Niepodległości 861; **Motyle**, Sopot, Dworze

INNE

Metropolitan Investment, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 103 A; **Citi Handlowy**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 103 A; **Gdański Teatr Szekspirowski**, Gdańsk, ul. Bogusławskiego 1; **Galeria Glaza Expo**, Gdańsk, ul. Długi targ 20/21; **Business Link Trójmiasto**, Gdańsk, Grunwaldzka 472 (Olivia Gate); **Olivia Business Centre**, Gdańsk, Grunwaldzka 472; **Metrohouse**, Gdańsk, ul. Podwale Staromiejskie 90; **Urząd Miasta Gdańska**, Gdańsk, ul. Nowe Ogrody 8/12; **Centrum Adwokackie**, Gdańsk, ul. Chlebnicka 48; **Polska Filharmonia Bałtycka**, Gdańsk, ul. Ołowianka 1; **Urząd Wojewódzki**, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27; **Urząd Marszałkowski**, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27; **Gdański Klub Biznesu**, Gdańsk, ul. Uphagena 23; **Kancelaria Notarialna Katarzyna Nagórska – Protasiuk**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 6/2; **Noble Bank**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Business Centre); **Noble Bank**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 267; **Lions Bank**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245; **Klub Tenisowy Arka**, Gdynia, ul. Ejsmonda 3; **Urząd Miasta Gdyni**, Gdynia, Al. Piłsudskiego 52/54; **Kancelaria Finansowa Tritum**, Gdynia, ul. Al. Zwycięstwa 241/13 (Nowe Orłowo); **dreamHOMES.pl**, Gdynia, ul. Al. Zwycięstwa 241/13 (Nowe Orłowo); **Timeless Gallery,** Gdynia, Plac Kaszubski 17 lok.11; **Grupa Inwestycyjna Hossa**, Gdynia, ul. Władysława IV 43; **Moderna Investment**, Gdynia, Plac Kaszubski 7; **Dom&House,** Gdynia, Sea Towers; **Invest Komfort**, Gdynia, ul. Hryniewieckiego 6C/47; **Urząd Miasta Sopotu**, Sopot, ul. Kościuszki 25/27; **Hipodrom**, S

DAGO

EKSKLUZYWNE WNĘTRZA

KOLEKCJA PŁYTEK
GOCCIA BY

LENNY
KRAVITZ

studio**dago.pl**

- PŁYTKI CERAMICZNE
- CIENKOWARSTWOWE SPIEKI CERAMICZNE
- WIELKOFORMATOWE SLABY CERAMICZNE
- POSADZKI ŻYWICZNE I BETONOWE
- PODŁOGI DREWNIANE
- PODŁOGI BEZSPOINOWE
- KAMIEŃ NATURALNY
- MOZAIKI
- ARMATURA
- CERAMIKA
- FARBY
- TAPETY

GDYNIA, ul. Legionów 112/13, tel. 58 58 58 58 3, fax 58 350 93 21, dago@studiodago.pl

AUDI CENTRUM GDYNIA JUŻ OTWARTE

Prawie 2300 m² powierzchni, na której prezentowanych będzie aż 13 aut ekspozycyjnych - w Gdyni przy ul. Łużyckiej działa już Audi Centrum Gdyni, drugi trójmiejski salon Audi prowadzony przez firmę Plichta.

Obiekt został tak zaprojektowany, aby mieścił zarówno ekspozycję aut nowych, jak i ekskluzywną ofertę samochodów używanych, a wszystko w połączeniu z serwisem i magazynem części. Otoczenie obiektu zapewnia klientom swobodę poruszania i parkowania. Audi Centrum Gdynia, jak zapewnia inwestor, ma być miejscem, w którym doświadczysz technicznej przewagi Audi i przeżyjesz pełnię sportowych emocji.

- Audi Centrum Gdynia podobnie jak obiekt w Gdańsku, to miejsce, w którym klient jest dla nas najważniejszy. To właśnie dla naszych klientów poszerzamy zarówno portfolio marek, jak i standard obsługi klienta - mówi Aleksander Plichta, prezes zarządu firmy Plichta, autoryzowany dealer marek z grupy Volkswagena.

To co wyróżnia salon od innych punktów dealerskich różnych marek samochodowych, to m.in. nowoczesny design zewnętrznej elewacji, wykonanej ze specjalnej perforowanej blachy z anodowanego aluminium oraz charakterystyczne wnętrze utrzymane w kolorze stali i głębokiej czerni. Nowoczesny design zgodny jest z wytycznymi marki Audi, która stawia przede wszystkim na jakość, zarówno jeśli chodzi o produkowane samochody, jak i obsługę klienta. mp