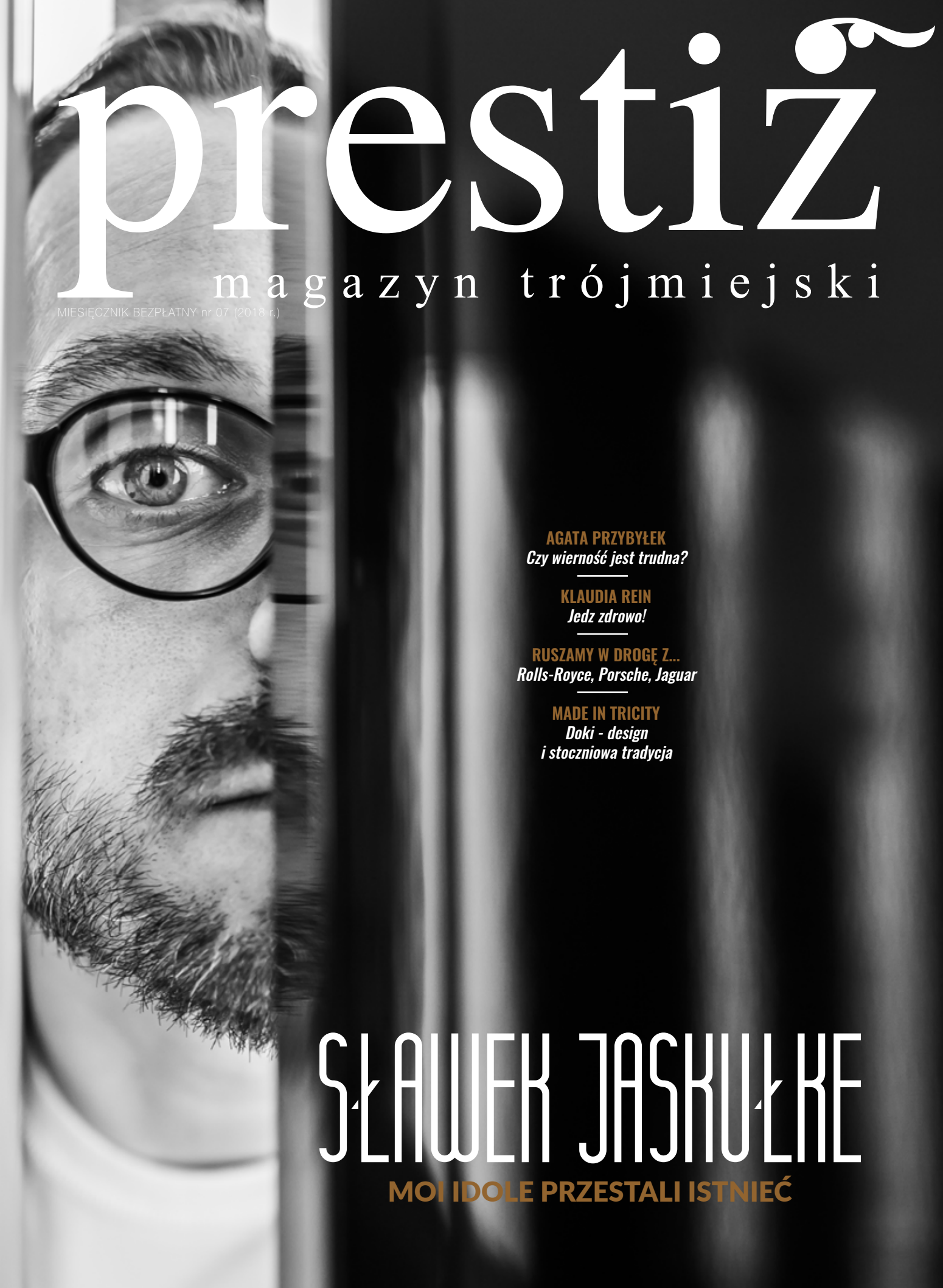
prestiż

magazyn trójmiejski

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY nr 07 (2018 r.)



AGATA PRZYBYŁEK
Czy wierność jest trudna?

KLAUDIA REIN
Jedz zdrowo!

RUSZAMY W DROGĘ Z...
Rolls-Royce, Porsche, Jaguar

MADE IN TRICITY
Doki - design i stoczniowa tradycja

SŁAWEK JASKUŁKE

MOI IDOLE PRZESTALI ISTNIEĆ

N.NAGEL

CH KLIF, tel. 58 620 06 68, www.zegarkionline.pl

Elegance is an attitude
Simon Baker
LONGINES
COSC
CONTRÔLE OFFICIEL SUISSE DES CHRONOMÈTRES
RECORD
COLLECTION
CERTYFIKAT CHRONOMETRU - KRZEMOWY WŁÓS BALANSU
Record collection
www.longines.pl

SECRET AVENUE

THE BEAUTY INSTITUTE

Wyjątkowy salon, który został stworzony z myślą o Tobie, o Twoich potrzebach.

W ofercie zabiegowej:

MEDYCYNA ESTETYCZNA

HIFU

ENDERMOLOGIA ALLIANCE

HYDROIMPACT

EPILACJA SOPRANO ICE PLATINUM

TERMOLIFTING

JET PLASMA

MAKIJAŻ PERMANENTNY

OPALANIE NATRYSKOWE

STYLIZACJA RZĘS

STYLIZACJA DŁONI I STÓP

Secret Avenue the Beauty Institute
Gdańsk Wrzeszcz, ul. Partyzantów 3

tel. 58 341 90 90
kom. 797 909 399

kontakt@secretavenuesalon.pl
www.secretavenuesalon.pl

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

SWING STUDIO C.H. RIVIERA, UL. K. GÓRSKIEGO, GDYNIA

Anna Grodzka - Sarzyńska i Jerzy Lasowski

Dental Clinic

Centrum Stomatologiczne i Pracownia protetyczna

LEK.STOM. ANNA SARZYŃSKA

Dentysta stomatologi estetycznej i protetyki.

Członek British Academy of Cosmetic Dentistry BACD.

Anna Grodzka - Sarzyńska i Jerzy Lasowski
Dental Clinic
Centrum Stomatologiczne i Pracownia protetyczna

Projektowanie Uśmiechu

Implanty Dentystyczne

Nowoczesna Protetyka

ANNA DENTAL CLINIC
ul. Szeroka 119/120
80-835 Gdańsk

+ 48 58 300 01 94
gabinet@annadentalclinic.com
Pon - Pt: 8:00 - 20:00

Hotel Zamek Gniew

★ ★ ★ ★

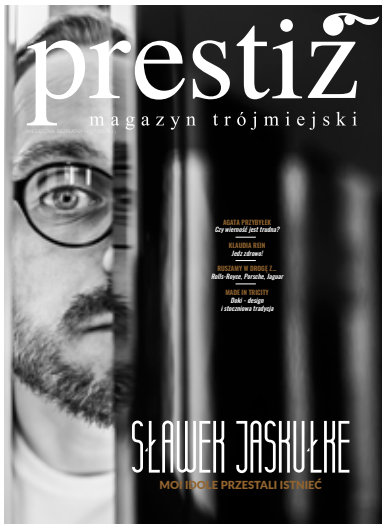
Hotel Zamek Gniew
to resort zamkowy usytuowany na malowniczym wzgórzu nad Wisłą, położony w mieście Gniew w województwie pomorskim.
Od ponad 25 lat z sukcesem organizuje konferencje i eventy pośród zamkowych murów, dając swoim Gościom okazję na połączenie spotkań integracyjno-biznesowych z niezwykłą przygodą w przeszłość poprzez organizację biesiad i pokazów rycerskich na poziomie niespotykanym w innych miejscach Polski.

Hotel
Zamek Gniew

ul. Zamkowa 3
Gniew 83-140, Polska

tel.+48 58 535 38 80
tel.kom.+48 666 010 394

recepcja@zamek-gniew.pl



NA OKŁADCE: SŁAWEK JASKUŁKE FOTO: KAROL KACPERSKI

FELIETON
14 OD NACZELNEGO
16 Z KURTYNĄ I BEZ - PROFESOR JERZY LIMON
18 KRZYWYM OKIEM - MICHAŁ STANKIEWICZ
20 KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE - ARKADIUSZ HRONOWSKI

WYDARZENIA
22 FESTIWAL LUKSUSU NA OŁOWIANCE
24 ŚWIĘTNI POLACY W CSIO5*
26 W ŚLIZGU I Z WIATREM
28 REKORDOWY NORD CUP
30 ZA NAMI PIERWSZA POLSKA EDYCJA B2RUN
30 OFFICYNA W MIEJSCU CHEMII
32 LATAWCE NAD ZATOKĄ
32 BIZNESOWA AKADEMIA GOLFA
32 ROTARIANIE ŻEGLUJĄ I POMAGAJĄ
34 40 LAT MINĘŁO
34 PIWNY RAJ

TEMAT Z OKŁADKI
36 SŁAWEK JASKUŁKE - MOI IDOLE PRZESTALI ISTNIEĆ

LUDZIE
46 KLAUDIA REIN – ZDROWOKRACJA - BAWIĘ SIĘ DIETĄ
50 AGATA PRZYBYŁEK - W MIŁOŚCI WSZYSTKIE CHWYTY SĄ DOZWOLONE

PODRÓŻE
54 BARCELONA - PULS MIASTA

MOTORYZACJA
56 PORSCHE ROAD TOUR - SZCZĘŚCIE MIERZONE ILOŚCIĄ KONI MECHANICZNYCH
58 SMART W ELEKTRYCZNYM WYDANIU IDEALNY, MIEJSKI SAMOCHÓD
60 KRÓLEWSKIE KLASYKI W GDAŃSKU
62 JAGUAR E-PACE NA DRODZE I NA TORZE

STYL ŻYCIA
64 ŚLADAMI WIELKICH ŻAGLOWCÓW
68 POJEDYNEK RYSOWNIKÓW

DESIGN
70 PRESTIŻOWE WNĘTRZE – EKLEKTYZM DO MIESZKANIA
72 MONIKA POTORSKA - PROJEKTOWANIE WNĘTRZ TO RZEMIOSŁO
76 MADE IN TRICITY - DOKI – STOCZNIOWA TRADYCJA
77 GREEN DESIGN - ZIELEŃ WE WNĘTRZACH
78 DOM NA KASZUBACH
80 SOFTUB - TWOJE SPA KIEDYKOLWIEK I GDZIEKOLWIEK ZECHCESZ

MODA
82 RAMATUELLE BEACHWEAR PLAŻOWA MODA DLA MĘŻCZYZN
88 MODOWE PODRÓŻE MICHAŁA STAROSTA - SEZON LETNI 2018
90 MAX MARA I PATRIZIA PEPE NA POMORSKIM RENDEZ - VOUS

MIEJSCA
92 TRÓJMIEJSCA - JOLA SŁOMA & MIREK TRYMBULAK
93 GŁUCHY TELEFON PRZY ŚWIĘTOJAŃSKIEJ

ZDROWIE I URODA
94 NASZA KOBIECOŚĆ W HOLISTIC CARE MEDICAL CLINIC
96 LIPOSUKCJA TO NIE ZABIEG KOSMETYCZNY!

KULINARIA
98 KUCHNIA SZEFA KUCHNI - ADAM NOWICKI – POD PRZYKRYFKĄ
100 WOZOWNIA GDAŃSKA - MŁODSZA SIOSTRA WHITE MARLIN
102 MORSKIE PRZYSMAKI NA URODZINACH MARRIOTTA
102 SLOW FOOD NA MOLO
104 PRZEPIS - GRILLOWANY SANDACZ Z WARZYWNYM SPAGHETTI
105 PRZEPIS - PRZEGRZEBKI Z PURE PALONEGO KALAFIORA, OLIWĄ Z KOLEDRY, SOLIRODEM ORAZ SŁONINĄ LORDO
106 PRZEPIS - POLĘDWICA Z DORSZA NA CZARNYM TAGIATELLE Z CUKINĄ W SOSIE MAŚLANO-WINNYM Z PIANĄ LIMONKOWĄ

KULTURA, SZTUKA I ROZRYWKA
108 PRESTIŻOWE IMPREZY
110 REKORDOWY OPEN'ER
112 FESTIWAL SZEKSPIROWSKI PEŁEN HITOWYCH SPEKTAKLI
113 4 TECHNIKI TOMASZA SĘTOWSKIEGO
113 AUKCJA NOWEJ SZTUKI
114 ŚWIĘTO FILMU DOKUMENTALNEGO
114 PLAKAT JAPOŃSKI W PGS

WIRTUALNE TRÓJMIASTO
116 W SIECI Z - ANNĄ GÓRSKĄ
118 TRÓJMIEJSKIE INSTA STORY - AGATHE HALLER

BIZNES
120 JAK ZMIENIAJĄ SIĘ CENTRA HANDLOWE I W JAKIE NIERUCHOMOŚCI WARTO INWESTOWAĆ?
121 BETTER BUSINESS EVENT - OSZCZĘDZAJ CZAS I PIENIĄDZE NA PODRÓŻACH SŁUŻBOWYCH
122 ŚWIATOWY POTENTAT OTWIERA NOWE BIURO W GDAŃSKU!

KRONIKA PRESTIŻU
124 RENDEZ-VOUS Z LUKSUSEM
126 ZNANI I LUBIANI NA CSIO*
127 BIZNES POD SIATKĄ
127 NASZA KOBIECOŚĆ W HOLISTIC CARE
128 GŁUCHY TELEFON JUŻ DZWONI
129 GRUPA ZDUNEK ŚWIĘTUJE 40-LECIE

nr. 07/2018 (94) www.prestiztrojmiasto.pl

Zużycie paliwa poza miastem/w mieście/średnie: 6,3-6,9/7,1-9,0/6,8-7,5 l/100 km; średnia emisja CO_2: 167-238 g/km*.

Wyjedź do pracy, wróć po wakacjach.

Poznaj Klasę V – samochód, którym wybierzesz się na spontaniczną wycieczkę z całą rodziną i codzienną podróż do pracy. Teraz z atrakcyjnym pakietem wyposażenia, rabatem 10 000 zł netto i 2-letnim pakietem gwarancyjnym w promocyjnej cenie**.

Rabat
10 000 zł netto

2 lata dodatkowej gwarancji
w promocyjnej cenie

*Podane wartości ustalono zgodnie z określoną przepisami procedurą pomiarową. Są to „wartości CO_2 NEDC" w myśl art. 2 nr 1 rozporządzenia wykonawczego (UE) 2017/1153. Zużycie paliwa zostało obliczone na podstawie tych wartości.

**2 lata gwarancji producenta i dodatkowe 2 lata całopojazdowej ochrony gwarancyjnej do maks. 120 tys. km.

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

Open'er Festival za nami. W tym roku rekordowy, w sumie wzięło w nim udział 140 tysięcy ludzi, a rekordowa, jednodniowa frekwencja wyniosła 70 tys. widzów. Fundamentem tego festiwalu jest oczywiście muzyka. Światowe gwiazdy przyciągają jak magnes, ale festiwal jest także okazją do poznania muzyki niszowej, alternatywnej, często także do zobaczenia wybitnych muzyków w zupełnie nowych formacjach, czy dokonaniach solowych.

Czy to się komuś podoba, czy nie, Open'er to festiwal światowy. Marka sama w sobie. Podczas tegorocznej edycji miałem okazję rozmawiać z Norwegami, Australijczykami, Hiszpanami, Amerykanami, a nawet z parą z Kenii. Wszyscy podkreślają fantastyczną atmosferę panującą na gdyńskim festiwalu. Ludzie lubią na Open'era przyjeżdżać.

To festiwal ucywilizowany, wręcz mieszczański, jak zwykł mawiać organizator, Mikołaj Ziółkowski. Niewiele on ma wspólnego z dzikim rock'n'rollem, nie towarzyszy mu żaden wolnościowy przekaz, bo też i uczestnikom nic tej wolności nie ogranicza. To festiwal dla ludzi młodych wiekiem i młodych duchem, dla mieszczuchów, dla tych, którzy kochają muzykę, ale lubią też wszystko to, co się wokół tej muzyki dzieje.

Open'er jest o tyle interesujący, że jest z jednej strony masowy, a z drugiej elitarny. Mikołaj Ziółkowski idealnie sprofilował imprezę. Mówi się, że jak coś jest dla wszystkich, to jest do dupy, a Open'er jest tego zaprzeczeniem - jest właśnie dla wszystkich, łączy pokolenia, nową muzykę otwiera przed starszymi festiwalowiczami, a młodym pokazuje starych mistrzów. Taki profil festiwalowicza, w połączeniu ze stale rosnącą frekwencją jest też łakomym kąskiem dla sponsorów.

Organizacja takiej imprezy to niewyobrażalna logistyka. Na około 60 hektarach przez kilka tygodni budowane jest średniej wielkości miasto. Zatrudnionych jest kilka tysięcy ludzi. Wielkim wysiłkiem organizacyjnym jest przygotowanie scen dla wykonawców w krótkiej przerwie między jednym a drugim koncertem. Widać to było wyraźnie podczas tegorocznego koncertu Bruno Marsa. To była największa produkcja sceniczna w historii Open'era. Do przywiezienia sprzętu artysty potrzebnych było aż 15 ciężarówek! Dla porównania, popularni artyści wykorzystują zwykle od 4 do 6 ciężarówek do przewozu scenicznego ekwipunku na potrzeby festiwalowego występu.

Organizatorzy zasługują na pochwałę również oddanie przestrzeni festiwalowej organizacjom pozarządowym i instytucjom kultury. W tym roku były dwa muzea, a dla wielbicieli teatru przeznaczono aż dwie sceny i trzy przedstawienia, w tym „Wesele" w reżyserii Jana Klaty. Ziółkowski tłumaczy, że jest to jego wkład w edukację głównie młodego pokolenia, działalność wybitnie społeczna, bo zorganizowanie sceny teatralnej od podstaw to olbrzymie pieniądze. Świetnie, że te pieniądze się znajdują, a o tym, że są one dobrze wydane, świadczą tłumy na openerowych spektaklach i w muzeach.

Nie od dziś wiadomo, że kultura jest źródłem wartości i działań stymulujących rozwój społeczny. Skłania do dialogu społecznego, kształtuje takie wartości jak tolerancja, demokracja, wolność słowa, pokój. Są to wartości społeczeństwa obywatelskiego i taki właśnie jest Open'er. Obywatelski, kosmopolityczny, europejski, pozbawiony podziałów, barier i uprzedzeń. Zatem trwaj Open'erze do końca świata i o jeden dzień dłużej.

A na koniec przytoczę komentarz Agi Ossowskiej, znaleziony na Facebooku, ad vocem wszystkim tym, którzy hejtują festiwal i drobne wpadki, których przecież nie da się uniknąć windują do rangi festiwalowej katastrofy.

„Najbardziej podziwiam to w Openerze, że wypada w Dupie Bladej. Wielu jest ludzi, którzy narzekają na swe położenie: na to, że coś im nie wypala, bo są 50 metrów za daleko od Monciaka. Albo wiatr śmierdzący wieje w ich stronę. Albo przeszkadza im inny rąbek u ich spódnicy. A tu proszę: out of nowhere, dawaj ludu w skmki, autobusy, a dojedziesz do raju. I nie musisz kochać osób, które będą grały: to jest ważne, ale tylko w kilku procentach. Ważne, że tu jest potencjał orgazmu, bo sama przyjemność i tak znajduje się w tych namiotach pełnych niespodzianek: pokazów i pogadanek różnorakich, tych budkach z żarciem i toy toyach sprawiających, że czujesz się jak dziecko na biwaku, w tej przestrzeni łąk przypalonych słońcem, i do tych wszystkich poruszonych zmysłów, dochodzi MUZYKA. Po Openerze pomyślałam: kij z tym, że żaden zespół mnie nie ciągnął tam, ja leciałam tam za tłumem emanującym endorfinami. I nie trzeba patrzeć w stronę sceny, żeby dobrze się bawić. Czasem można patrzeć na ludzi i ich emocje, wczuć się w ich stan uniesienia i samemu znaleźć zadowolenie. Bo można przeżyć orgazm, nawet gdy się go nie spodziewamy."

Jakub Jakubowski

MAGAZYN PRESTIŻ
MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY

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

Redaktor Naczelny: Jakub Jakubowski

Redakcja: Max Radke, Klaudia Krause, Agata Rudnik, Matylda Promień, Marta Legieć, Marcin Wiła, Michalina Domoń, Natalia Dawszewska, Justyna Michalkiewicz - Waloszek, Malwina Talaśka
Dział foto: Mona Blank, Karol Kacperski, Krzysztof Nowosielski, Bartek Modelski

Sekretarz redakcji: Katarzyna Okońska
Skład: Aneta Doromiejczuk, Kamil Żurek

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

Dział sprzedaży i marketingu:
Krzysztof Nowosielski, tel.: 533 200 779
Karol Kacperski, tel.: 796 023 368
Marta Blendowska, tel: 791 971 399
Kinga Pozłutka, tel: 512 378 618

Dyrektor działu sprzedaży i marketingu:
Maria Bek, bek@eprestiz.pl

Eventy:
Project Director
Aleksandra Staruszkiewicz
staruszkiewicz@eprestiz.pl,
tel: 606 603 416

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

bmc.gda.pl

bmc
budujemy marzenia

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.

NADZIEJA POLSKIEJ PIŁKI

Tekstów o piłce nożnej ukazało się ostatnio tyle, że aż wstyd dorzucać swoje trzy grosze. Tym bardziej, że nie należę do grupy myślicieli o piłce i nie potrafię o niej mądrze pisać. Nie za bardzo nawet rozumiem, jak można poważnie roztrząsać przebieg gry, w której dwudziestu dorosłych facetów ugania się za piłką, starając się ją wkopać do bramki przeciwników, strzeżonych przez rosłych bramkarzy. A tu słyszę i czytam rozważania niczym z „Uczty" Platona, jakby w owym kopaniu piłki kryła się tajemnica istnienia, zagadki filozofii, przemijania czy końca świata. Dlatego mój głos będzie odrębny i w zasadzie nie będzie dotyczył samej piłki i głębi wynikających z faktu jej kopania. Nie będę też rozwodził się na temat emocji czy też uniesień patriotycznych, jakie piłka uwalnia.

Otóż w burzliwych i bardzo uczonych dyskusjach uwagę moją zwróciły kontrowersje, jakie wybuchły po nieodgwizdaniu przez sędziego rzutu karnego, dla wielu ewidentnego, kiedy w polu karnym w rękę zawodnika, będącego w wyskoku, uderzyła piłka. Nie pamiętam nawet kto grał, ale było to w fazie grupowej i nie dotyczyło drużyny polskiej. Głos zabrało grono polskich ekspertów, w tym i sędziów, z których większość potępiała w czambuł decyzję sędziego z zagranicy. I tylko jeden zwrócił uwagę, bodajże w tekście internetowym, że ten akurat przypadek jest w Polsce inaczej interpretowany, niż w innych krajach i wbrew zaleceniom FIFA, organizacji podobno skorumpowanej, ale skupiającej wszystkie szanujące się kraje i drużyny piłkarskie.

Jak to możliwe, że tak istotny przepis jest w jednym kraju inaczej interpretowany, a poprzez decyzje sędziów implementowany na boiskach, niż we wszystkich innych? Otóż z artykułu tego dowiedziałem się, że jest w Polsce człowiek, nazwiska jego nie pomnę, który z racji władzy, jaką w organizacji piłkarskiej pełni, uzurpuje sobie funkcję kogoś na kształt „super-sędziego", i jego „prywatne" – jak w artykule podkreślono – interpretacje przepisów i prawa stanowią wytyczne dla wszystkich sędziów piłkarskich w naszym kraju. Podobno są zastraszeni, nie chcą być wyautowani. Dlatego gdyby wspomniany mecz odbywał się w Polsce, nasi sędziowie – dla których wyrocznią jest ów rodzimy „super-sędzia" - niechybnie odgwizdali by karnego, co zapewne zmieniłoby losy meczu, miało wpływ na wygrane w zakładach piłkarskich, ocenę zawodników i sędziego, że o samopoczuciu kibiców nie wspomnę.

Muszę przyznać, że bardzo mi się to podoba, gdyż świadczy o cywilnej i zawodowej odwadze naszych sędziów, którzy pod wodzą swego ideowego lidera, niepomni na dyrektywy organizacji międzynarodowych, realizują rozgrywki według naszego, polskiego widzenia reguł gry. Nikt ich nam nie będzie narzucał, bo to przecież jest dla dumnego narodu uwłaczające. Dlatego w postawie tej można dostrzec element patriotyzmu, który realizuje polską wizję i perspektywę gry w piłkę nożną. Co więcej, uważam, że jest wiele reguł ustanowionych przez międzynarodowe gremia, które nie biorą pod uwagę specyficzności naszej tradycji, a które można i trzeba by zmienić, albo w kraju interpretować tak, by reprezentowały nasze rzeczywiste racje, no i biorące pod uwagę dobro naszych piłkarzy.

Jestem zdania, że nie można dłużej tolerować sytuacji, zarówno w lidze krajowej, jak i w rozgrywkach międzynarodowych, by nasz głos w kwestii przepisów był ignorowany. Żeby uchwalano nowe, krzywdzące reguły, nie biorąc pod uwagę polskiej perspektywy. Z dzieciństwa pamiętam, że jednak mieliśmy swoje niezależne od reszty świata reguły i przepisy, które jednak później, na skutek nacisków zewnętrznych, porzuciliśmy. Do tej tradycji należy powrócić. Na przykład, była reguła uznawana przez wszystkich trampkarzy, że „trzy korki = jedenastka". Oznaczało to, że za trzy rzuty rożne należał się drużynie rzut karny. Spalonego nie było, co z pewnością ułatwiało zrozumienie przebiegu gry, szczególnie w polu karnym, gdzie któryś z naszych zawsze mógł się przyczaić i czekać na dalekie podanie. I tak dalej i tym podobnie.

I w ten sposób podkreślilibyśmy swoją indywidualność i niezależność. A jeśli drużynom zagranicznym by to nie odpowiadało, to mogą grać z nami według swoich reguł, ale my zastrzegamy sobie prawo do swoich. I wara im od tego, co nasze, rodzime.

Może być w Twoim garażu naprawdę szybko.

Porsche Macan w gotowej konfiguracji od 2396 zł netto/mies.
www.porsche.pl/macanleasing

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

Porsche Macan: w zależności od wariantu i wersji zużycie paliwa(l/100km) w cyklu łączonym od 7,2 do 7,4 ,emisja CO2 od 167 do 172g/km(dane na podstawie świadectwa homologacji typu). Informacje dotyczące odzysku i recyklingu pojazdów wycofanych z eksploatacji na stronie www.porsche-sopot.pl/. Oferta dla biznesu.

PORSCHE

KRZYWYM OKIEM

MICHAŁ STANKIEWICZ

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

WYHODUJ SOBIE USZY

Bionanocelluloza to zupełnie nowy materiał, który powstaje ze szczepów bakterii. Z wyglądu podobny do zwykłej celulozy, nie mniej to tworzywo hodowane, a więc organiczne. Hoduje ją polska firma szukając coraz to nowych pomysłów na jej wykorzystanie. Jednym z nich są właśnie prezerwatywy, których modele można było podziwiać podczas tegorocznych Gdynia Design Days. Mnie jednak bardziej zaintrygowały uszy, a dokładnie implanty uszu jakie można hodować z bionanocelulozy. Prezentowane nie tylko jako urządzenie stricte medyczne, ale jako organ „szyty" na miarę.

„Chcę pokazać świat, w którym mieszkańcy metropolii otrzymują uszy wygłuszające hałas, osoby starsze – uszy jak aparat, który pomoże lepiej słyszeć, a miłośnicy mody nowe możliwości modyfikacji swojego wyglądu zgodnie z trendami" – można było przeczytać w opisie.

Świat pędzi, zmieniają się rytuały i zachowania, a design i sztuka użytkowa wyraźnie starają się za nimi nadążyć. Mamy więc meble (kolekcja Athena) dopasowane do social mediów. Stół vanity do robienia selfie i zestaw akcesoriów, by „można było robić makijaż podczas oglądania wiadomości", a nadto dywan, który „pomaga uniknąć wejścia na ścianę czy meble podczas pisania sms-a". Są też pomocne ubrania – jak Bolt Powerparka. To nic innego jak kurtka z wbudowanymi bateriami, ładowarką i taką konstrukcją, by można było nie tylko schować wszystkie niezbędne urządzenia, ale je efektywnie używać. Na plecach - kieszeń na 15 (!) calowego laptopa.

Trudno się dziwić, że powstają takie projekty, bo przecież w dzisiejszych czasach prawie już nie wychodzimy z social mediów. Dokąd nas to zaprowadzi to już inna rzecz. Martwić bardziej powinny uszy hodowane dla mody. Na szczęście jest też kontrakcja. To płaszcz Kovr, który ma ochronić nas przed zbieraniem danych. To jakby klatka Faradaya. Pod jego powierzchnią nasze urządzenia elektroniczne jak smartfon czy pilot do samochodu nie mają zasięgu (to takie osobiste pendolino), stąd np. nie można nas zlokalizować. Podobnie działać ma CV dazzle, czyli tak konstruowane makijaże i fryzury, by nie pozwoliły na identyfikację naszej twarzy urządzeniom, które używają algorytmów opierającym się na symetrii i konturach. Z kolei Unreal Estate to usługa ukrywania nas i naszych włości przez mapą google i nawigacją satelitarną.

W tym samym czasie gdy w Pomorskim Parku Naukowo - Technologicznym planowano przyszły świat, na niedalekim lotnisku trwało święto muzyki. Cztery dni Open'era to potężna dawka muzyki i to naprawdę wielu gatunków. O koncertach napisano już wiele, a miliony filmików i zdjęć poszło świat. Tym bardziej, że w tym roku frekwencja była rekordowa. Po raz pierwszy w historii wyprzedano bilety, a wejścia na festiwal okupowały osoby szukające jakiegokolwiek wolnej wejściówki. Open'er od lat przechodzi ewolucję i każda kolejna edycja to jej kolejny etap. Mamy więc ogromne miasteczko festiwalowe, gastronomię, sklepy, modę, sztukę i NGO. Mamy wreszcie alkohole – niegdyś tylko jedno piwo, dzisiaj wiele jego gatunków, a do tego wino, wódkę, likier, czy bourbon. Co prawda większość rozcieńczane, ale jest.

No i muzyka. Tutaj mam mieszane uczucia. W tym roku mocno – jak nigdy dotąd mocno dominował hip hop. Nie tylko na mniejszych scenach, ale także na głównej. Ewolucję muzyczną festiwalu można było zauważyć po jego uczestnikach. Jakby mniej było kolorowych, fantazyjnych przebrań niż przed laty, nieco mniej tej uśmiechniętej młodzieży na rzecz tej silniejszej i bardziej wysportowanej, niekoniecznie natchnionej pokojem i miłością. Tuż koło mnie silny, polski meloman hip hopu zaczepił ciemnoskórego obcokrajowca obrzucając go niewybrednym epitetem. Ten mu ustąpił, więc na szczęście skończyło się na tym. Polscy fani hip hopu są nie tylko tacy ładni i mili jak ich idole – Taco Heminghway, Cortez, czy Łona, ale też tacy jak... właśnie niektórzy na tegorocznym Openerze.

Mundial za nami. Dwa spostrzeżenia. Pierwszym niczym nikogo nie zaskoczę – każdy oglądany mecz, szczególnie takich ekip jak Chorwacja, jak Iran, czy Rosja uświadamiał jak żenującą postawą wykazała się polska kadra. I trudno przejść nad tym do porządku dziennego, choć sami piłkarze sądząc po umieszczanych przez nich zdjęciach z wakacji już to zrobili. Dlatego nie kupię blachotrapezu, choć z pewnością planowałem ten zakup jak miliony Polaków. Drugie spostrzeżenie – komentatorzy niezwykle często używali zwrotów „próbował wymusić" albo wręcz „uzyskać faul" itd. Bohaterem memów okazał się Neymar i jego sławne już rolowanie. Do tego ciągłe kombinacje, byleby przedłużyć grę (np. Francuzi w ostatnich minutach meczu z Belgią lub haniebna końcówka meczu Polska – Japonia) i inne cwaniackie zagrywki. Skoro więc piłka nożna z każdą dekadą oddala się od czystej i realnej walki sportowej to może lepiej przekształcić ją we... wrestling, tylko taki piłkarski? Ustalić role, dodać dramaturgię i wszystko odpowiednio wyreżyserować. Show by zyskał, piłkarze mogliby więcej czasu poświęcić na aktorską grę, fantazyjne stroje i fryzury, no, a wszystko byłoby... uczciwsze. ■

Otwórz nowe konto Citigold i sprawdź, jak założyć **lokatę do 4%** na 3 m-ce do **300 000 zł**

CITIGOLD. SUKCES NA TWOICH WARUNKACH

Citi Handlowy, Oddział Citigold
Centrum Biurowe Neptun, XVIII piętro
Al. Grunwaldzka 103A, 80-244 Gdańsk
Tel: 697 080 530

Bankowość prywatna Citi Handlowy wyróżniona nagrodami:

Forbes ★★★★★ Najwyższa ocena w rankingu bankowości prywatnej Forbes 2018

EUROMONEY PRIVATE BANKING SURVEY 2018 Najlepsza oferta bankowości prywatnej w Polsce 2018

Więcej na citigold.pl

Citigold

citi handlowy®

Bank Handlowy w Warszawie S.A. „Lokata na powitanie w Citigold oraz nagroda za lojalność" jest dostępna dla pierwszych 500 Klientów, którzy do 30.09.2018 r. otworzą Konto Citigold Private Client lub Citigold i spełnią warunki oferty. Oprocentowanie Lokaty podane w skali roku. Oferta może zostać przedłużona lub powtarzać się w przyszłości. Szczegóły oferty, w tym warunki otrzymania nagród są dostępne w regulaminie w oddziałach Banku i na stronie www.citigold.pl. Oferta nie łączy się z innymi ofertami specjalnymi dotyczącymi Konta oraz Lokat. Materiał nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 Kodeksu Cywilnego. Najwyższa ocena w rankingu bankowości prywatnej Forbes 2018 z dnia 10.02.2018 r. (źródło: www.forbes.pl). Najlepsza oferta bankowości prywatnej w Polsce w Private Banking and Wealth Management Survey 2018 z dnia 6.02.2018 r. (źródło: www.euromoney.com). Znaki Citi oraz Citi Handlowy stanowią zarejestrowane znaki towarowe Citigroup Inc., używane na podstawie licencji. Spółce Citigroup Inc. oraz jej spółkom zależnym przysługują również prawa do niektórych innych znaków towarowych tu użytych.

062018/DM

KTO ROBI W KULTURZE, TEGO KULTURA NIE OBOWIĄZUJE

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

KOMU FESTIWAL, NO KOMU?

Lipiec to początek festiwalowego lata w całej Europie. Nie wiem czy ktoś dokładnie policzył ile festiwali w tym czasie się odbywa na Starym Kontynencie, ale podejrzewam że są ich setki. Tym samym setki tysięcy jak nie miliony ludzi spotyka się na setkach scen, wypija miliardy litrów napojów, oglądając tysiące wykonawców, zamieszczając w social mediach miliony zdjęć, rozdając jeszcze przy tym miliony uśmiechów.

Festiwal plenerowy to potężne wyzwanie organizacyjne. To top topów produkcyjnych w szołbizie. Spośród tysięcy festiwali tych największych jest zaledwie kilkanaście. To giganci z latami doświadczeń, porażek, sukcesów i chyba też pasją. To kosmiczny biznes. Osobiście oddałbym wszystkie moje biznesy za możliwość realizowania tylko jednego Openera. Oczywiście to tylko takie pierdolety z piaskownicy, bo wiadomo, że oba te biznesy wymagały innej drogi i są na innych planetach.

No, ale jak w przypadku każdego sukcesu w Polsce, tysiące rodaków Ci go nie wybaczy. Zamieniają się wtedy w ekspertów od logistyki, gastronomii, dźwięku, światła, bezpieczeństwa, toalet, handlu w sobotę i środę, tropicieli złodziejskich procederów oraz dziennikarzy muzycznych. Ci ostatni akurat są najmniej groźni bo w końcu nie wszystko wszystkim musi się podobać i nie każdy wychodzący z wypiekami po Sex Pistols to samo powie potem o Prince.

Czytając jednak głównie na fejsie te wszystkie opinie szefów domów kultury o poszukiwaniu zaginionego dźwięku, o spierdolonej pracy realizatora, który nie powinien nagłaśniać koncertów nawet ich lokalnych openerków, o kilometrowych kolejkach do kibla, do fajek, do kebaba, do browaru i nie wiem do czego jeszcze, o dziurach w glebie, o korkach, o strasznych powrotach, o złodziejskiej mafii gastronomiczno-bankowej, która podczas festiwalu ma bandyckie prowizje, o tym że za dużo kapel, że za mało kapel, o tym że koncert jednego artysty nakłada się na drugi, o tym że pierdoli ten festiwal, to pytam się dlaczego co roku na te największe imprezy przyjeżdża po kilkadziesiąt, a nawet setki tysięcy ludzi? Powody są i są też profile festiwalowiczów.

Opaska festiwalowa - latem warta jest na salonach więcej niż fingiel Bvlgari. Nie możesz jej kupić na Allegro. Musisz kupić bilet, przejechać w korku kilometry, dostać się do punktu opaskowania i wówczas możesz powrócić z nią dumnie do swojego biura. Oczywiście jednodniowa opaska to jak tani srebrny łańcuszek. Opaska na 4 dni to już dobra, jubilerska półka, ale opaska VIP to już prawdziwy diament.

Selfi, selfi, selfi - z każdego miejsca festiwalu, o każdej porze i z kimkolwiek bezcenne. Jestem za, bo naprawdę widać na tych zdjęciach szczerą radochę, głównie wśród ludzi w tle.

Zadowolony festiwalowicz - pokazuje głównie na fejsie swój aktualny, radosny stan, chęć podzielenia się nim i tym samym zachęcenia innych do odwiedzenia festiwalu. Bierze udział w wirusowej promocji festiwalu. Jest bezcenny dla organizatora.

Wściekły festiwalowicz – osoba, której zawsze coś się nie podoba i robi na fejsie z tego aferę jakby cały festiwal był podporządkowany tylko temu faktowi, a muzyki nie było, ludzi nie było, pogody nie było, tylko jedna wielka kolejka po fajki.

Festiwalowicz fachowiec – osoba, która nie otrzymuje żadnej gratyfikacji, ale cały czas podczas festiwalu sprawdza czy wszystko dobrze pracuje. Wszystkie niedociągnięcia natychmiast są przekazywane na fejsie w postaci wyczerpujących opisów i instrukcji naprawy. Tym samym po przeczytaniu wszystkich wpisów wiemy, że festiwal nie powinien się odbyć, a następna edycja nie będzie dobra i bezpieczna jeśli nie zatrudnią jednej z tych osób.

Festiwalowicz dźwiękowiec – moja ulubiona funkcja, gdyż sam nim kiedyś byłem. To osoby, które cały czas poszukują idealnego miejsca do słuchania. Są jak producenci Hi-end-owych wzmacniaczy. Nigdy nie są do końca zadowoleni. Często na fejsie zwalniają połowę obsługi technicznej takich gwiazd jak Prince (sam o to kiedyś donikąd wnioskowałem)

Raport z Openera sporządzony na podstawie fejsa oraz osobistego udziału. Mamy szczęście, że tak ogromna i profesjonalna w skali europejskiej impreza odbywa się u nas w Trójmieście. Czekam na kolejne edycje i przełomowy udział Behemoth! ■

RIVERFRONT
APARTMENTS

WAKACYJNE PROMOCJE
RIVERFRONT APARTMENTS!

- Śródmieście Gdańska
- nad brzegiem Nowej Motławy
- tylko 20 minut od morza

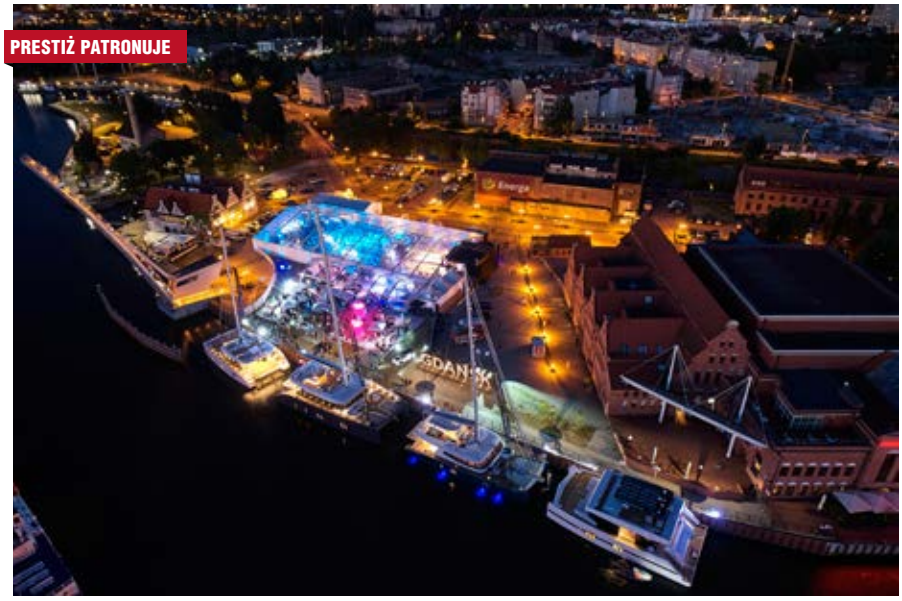
RABATY do 45 000 zł

Więcej szczegółów na **www.riverfront.pl**

FESTIWAL LUKSUSU NA OŁOWIANCE

Luksusowe katamarany zacumowane przy nabrzeżu Motławy, najdroższe modele samochodów marki Mercedes Benz i Lexus, biżuteria, moda, kosmetyka, alkohole, ekskluzywne apartamenty to tylko niektóre branże obecne na czwartej edycji Pomorskiego Rendez Vous. Impreza organizowana przez stocznię Sunreef Yachts odbyła się wyspie Ołowianka w Gdańsku. Pojawiło się na niej kilkuset gości z Polski i zagranicy, w tym znane osobowości ze świata biznesu, sztuki, kultury, sportu i mediów.

Pomorskie Rendez Vous to festiwal luksusu. Impreza prowadzona przez Oliviera Janiaka i Agnieszkę Woźniak – Starak obfitowała w wiele atrakcji. Do zwiedzania udostępniono gościom cztery luksusowe katamarany wyprodukowane przez Sunreef Yachts, w tym premierowy model Sunreef 80.



Fot. Karol Kacperski

To tradycyjna łódź żaglowa połączona z nowoczesnym designem, przeznaczona do wypoczynku na morzu i do długich oceanicznych podróży. Ma 24,4 m długości, 11,5 m szerokości, wyróżnia się przestronnym pokładem słonecznym o powierzchni 54 m2. Centralnie umiejscowiona strefa wypoczynkowa otwiera się szeroko na kokpit i daje dostęp do tarasu na dziobie, oferując panoramiczny widok i niezliczone opcje aranżacji. Ponadto pokazano jacht motorowy Sunreef Power oraz mniejsze katamarany żaglowe serii 60. Wartość jednostek to co najmniej kilka milionów euro. Najdroższy z nich kosztuje około 10 mln €.

Na Pomorskim Rendez-Vous nie mogło zabraknąć luksusowej motoryzacji. W tym roku Lexus reprezentowany był przez dwa najbardziej luksusowe modele w ofercie – limuzynę LS oraz piękne coupe LC500h. Mercedes pokazał limitowaną do 65 sztuk na cały świat Klasę G w wersji G65 AMG Final Edition, mocarnego SUV'a AMG GLC63S oraz model G500 4×4².

Spektakularnie było też na stanowisku firmy Jubitom. Ta pomorska firma jubilerska zaprezentowała m.in. pierścionek z diamentem o wartości 100.000 zł oraz całą gamę zegarków szwajcarskiej manufaktury Carl F. Bucherer. Dużym zainteresowaniem cieszyły się męskie czasomierze z kolekcji Manero i Patravi oraz nowy model z kolekcji Manero wyposażony w komplikację konstrukcji w postaci Tourbillonu. Serca kobiet skradł z kolei model Pathos Desire Limited Edition. Jego koperta wykonana jest z 18-karatowego białego złota, którą dodatkowo zdobi 370 diamentów. Cena wynosi 550 tysięcy złotych.

Zaprezentowano również luksusowe apartamenty w inwestycji Granaria, która realizowana jest na Wyspie Spichrzów. Inspiracją dla nazwy Granaria była dla inwestora łacińska wersja słowa spichlerz – granarium. Projekt zakłada zachowanie pozostałości historycznych spichlerzy, wzbogacając współczesną tkankę o tradycyjne materiały wykorzystywane w zabudowie tego niezwykłego miejsca. Integruje zabytkowe budynki ze współczesną wizją miasta.

Gościom nie zabrakło doskonałych alkoholi, a w tym bąbelków szampana MUMM od firmy Pernod Ricard. O ich podniebienia zadbali - znakomity szef kuchni Witold Iwański, ambasador marki Gaggenau oraz Michał Wiśniewski, szef cukierni Hotelu Haffner i mistrz Polski cukierników. Prezentacji luksusowych dóbr i usług towarzyszyły pokazy mody marek Patrizia Pepe i Max Mara, występ akrobatyczny Mira-Art oraz koncerty gwiazd: Emily Johnsson i KOMBII. Impreza zakończyła się spektakularnym pokazem sztucznych ogni.

mp

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Karol Kacperski

Fot. Marcin Wiła

ŚWIETNI POLACY W CSIO5*

Cztery dni święta jeździectwa podczas LOTTO CSIO5* w Sopocie za nami
2 320 000 zł – tyle wynosiła pula nagród w tegorocznej edycji Międzynarodowych Zawodów w Skokach Lotto CSIO5* rozgrywanych na sopockim Hipodromie. W tej najwyższej rangą imprezie w światowych skokach bardzo dobrze zaprezentowali się polscy jeźdźcy.

Polacy siedem razy stawali na podium, w tym dwa razy na najwyższym stopniu – w konkursie 140 zaliczanym do światowego Rankingu Longines najlepszy był Adam Grzegorzewski na Torpedo des Forets, z kolei w konkursie 150 zwyciężył Jarosław Skrzyczyński na Jerico. Łącznie Polacy „wyskakali" w Sopocie ponad 450 tysięcy złotych.

Piątkowe Grand Prix z łączną pulą nagród ponad 600 000PLN należało do Henrika von Eckermanna, który aktualnie zajmuje czwarte miejsce w światowym Rankingu Longines. Na siwym Castello pokonał drugi nawrót w czasie 45,86 sek. W tym arcytrudnym konkursie indywidualnym świetnie spisali się polscy zawodnicy, Jarosław Skrzyczyński oraz Wojciech Wojcianiec, którzy kolejno zajęli trzecie oraz czwarte miejsce.

Widowiskowy był też konkurs Pucharu Narodów Longines FEI Nations CupTM Jumping of Poland. Gospodarz toru, Olaf Petersen, postawił bardzo wymagający parkur, z którym najlepiej poradziła sobie drużyna z Belgii. Polacy finiszowali na czwartym miejscu.

Tegoroczna edycja CSIO5* była prawdziwym świętem, nie tylko sportowym, ale i towarzyskim. Na parkurze najdroższe konie, mistrzowie świata i medaliści olimpijscy, na trybunach znamienici goście, w tym znani fani jeździectwa, jak Martyna Wojciechowska, Piotr i Karolina Kraśko, Katarzyna Sokołowska, Natalia Klimas, Ilona Ostrowska, czy Marta Pałucka.

Wielką atrakcją był także start Jessiki Springsteen. 26-letnia reprezentantka Stanów Zjednoczonych jest córką legendy rocka, Bruce Springsteena. Piękna i utalentowana amazonka ma na swoim koncie szereg zwycięstw w wysoko premiowanych turniejach. Wspierana przez sławnego ojca, pierwszego kucyka otrzymała jako 6 latka.

Poza konkursami odbył się szereg imprez towarzyszących. W restauracji White Merlin odbyło się wieczorne Sunset Veuve Qlicout Beach Party uświetnione występem teatru konnego francuskiego duetu Gonzales Horse Show. Pomiędzy zmaganiami zawodników można było także obejrzeć inscenizację Husarii – najsłynniejszej i najskuteczniejszej formacji wojskowej w dziejach kawalerii na świecie.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. photomonskoo.com

LBC

Lasota Business Consulting

Lasota Business Consulting

Indywidualna strategia sprzedaży Twojej nieruchomości

Międzynarodowa widoczność oferty

Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/13
(Tritum Business Park)

793 730 792

www.lbconsulting.pl

info@lbconsulting.pl

W ŚLIZGU I Z WIATREM

Załoga magazynu sportów wodnych W Ślizgu! zajmuje drugie miejsce w swojej grupie po dwóch rundach Biznes Ligi Żeglarskiej. Nasza siostrzana redakcja wynik ten zawdzięcza znakomitej postawie w drugiej rundzie zmagań, w której ustąpiła miejsca tylko faworytom, załodze Sail Service.

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Michał Grzyb

Załoga magazynu W Ślizgu!

Załogi gotowe do startu

Genakery postawione

Dobry balast to podstawa

To było prawdziwe ściganie, często burta w burtę, na styku przy bojach, a łódki nieraz przechodziły obok siebie na grubość lakieru. Łącznie rozegrano pięć wyścigów. Nasza załoga, w składzie Ola Staruszkiewicz, Marta Blendowska, Michał Stankiewicz, Jakub Jakubowski, Dominik Pietruszewski, regaty rozpoczęła od drugiego miejsca w pierwszym wyścigu. To zaostrzyło apetyty na lepszy wynik niż osiągnęliśmy w rundzie pierwszej, którą skończyliśmy na najniższym stopniu podium.

Gdy w drugim i trzecim wyścigu przypłynęliśmy tuż za plecami bezkonkurencyjnej załogi Sail Service, wiedzieliśmy, że mamy szansę na historyczny wynik. W czwartym wyścigu niestety popełniliśmy błąd i zostaliśmy zdyskwalifikowani i o drugie miejsce w „generalce" musieliśmy walczyć do samego końca. I powalczyliśmy – dokonaliśmy wręcz niemożliwego, wygraliśmy wyścig pokonując znakomitych rywali z Sail Service.

Po dwóch rundach na prowadzeniu w naszej grupie Sail Service, przed W Ślizgu!, Eurocast, Yacht Club Sopot, Sunreef Yachts i Rowe. W grupie drugiej na prowadzeniu obrońca tytułu mistrza Biznes Ligi Żeglarskiej, zespół D.A.D. – Informer Med., który wyprzedza załogi firm: Atena, Olivia Business Centre, Sosnowski i Nautis Archeo.

Rywalizacja odbywa się w dwóch grupach eliminacyjnych. Załogi ścigają się co dwa tygodnie i zbierają punkty do klasyfikacji generalnej. W wielkim finale, pod koniec września spotkają się po 3 najlepsze załogi z każdej grupy. Cykliczne regaty prowadzone są na jednakowych, wyczynowych jachtach sportowych Delphia 24 OneDesign.

Biznes Liga Żeglarska daje możliwość uczestnictwa w wysokiej klasy, profesjonalnych wyścigach regatowych pomiędzy reprezentantami rozmaitych biznesów, prowadzonych pod okiem czołówki polskich żeglarzy sportowych. Każdy uczestnik może nauczyć się taktyki walki z przeciwnikiem, trymowania żagli oraz technik prowadzenia jachtu. Projekt jest skierowany do biznesu – jako narzędzie do aktywizowania własnych pracowników i budowania atmosfery pracy zespołowej lub jako metoda budowania relacji z klientami w niebanalnym formacie.

mp

Organizatorzy Biznes Ligi Żeglarskiej:

GSC YACHTING

BIZNES LIGA ŻEGLARSKA

Uczestnicy Biznes Ligi Żeglarskiej:

YACHT CLUB SOPOT · Eurocast · W ŚLIZGU! · archeo · SAIL · Sunreef Yachts · SOSNOWSKI · NAUTIS · OLIVIA BUSINESS CENTRE · epam · D.A.D SPORTSWEAR · atena · INFORMER MED

SALONY OPTYCZNE

OPTICAL CHRISTEX

Najnowsze Kolekcje

NASZE SALONY OPTYCZNE

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

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

Gdynia
ul. Starowiejska 21
tel. 58 620 74 69

Sopot
ul. Grunwaldzka 33
tel. 58 551 08 11

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

OPTICALCHRISTEX.PL

REKORDOWY NORD CUP

445 jachtów oraz ponad 700 żeglarek i żeglarzy wzięło udział w Pantaenius NordCUP Gdańsk 2018. To rekord frekwencji w 13-letniej historii imprezy. Podczas 10 dni regatowych żeglarze rywalizowali w kilkunastu klasach, a wyścigi w trzech z nich miały rangę mistrzostw Polski.

Podczas regat po tytuł mistrzów Polski w klasie Nautica 450 sięgnęli Witold Małecki i Maciej Odważny. Natomiast najbardziej zapracowany, a jednocześnie szczęśliwy był Piotr Tarnacki, który w niedzielę wygrał rywalizację w klasie Micro, a dzień wcześniej na katamaranie Roca był najszybszy w wyścigu o Bursztynowy Puchar Neptuna. Drugi, ale jako pierwszy jednokadłubowiec, na metę wpłynął jacht Globe ze sternikiem Zbigniewem Gutkowskim wraz z załogą.

W wyścigu o Bursztynowy Puchar Neptuna żeglowały wszystkie jednostki napędzane wiatrem: jachty, katamarany, deski windsurfingowe i kitesurfingowe. Wyścig był bardzo emocjonujący, obserwowało go wielu turystów. Żeglarze wystartowali z Brzeźna w kierunku Stogów, płynęli wzdłuż gdańskich plaż, aż do boi zwrotnej przy molo w Sopocie. Meta - w Brzeźnie.

Mimo, że czasami warunki bywały ekstremalnie trudne, to dzięki walorom tutejszego akwenu udało się przeprowadzić wszystkie zaplanowane zmagania. Trasy w zależności od warunków ustawiano na Zatoce Gdańskiej lub na rozlewisku Wisły Śmiałej.

- W Górkach Zachodnich jest rewelacyjnie, jest tutaj świetna baza. W Bursztynowym Pucharze Neptuna popłynąłem na katamaranie, bo od trzech lat próbowałem zdobyć to trofeum i wreszcie się udało. Natomiast w Micro ryzykowałem, gdyż musiałem odpuścić pierwszy bieg. Drugiego dnia wygrałem jednak wszystkie trzy starty, choć łatwo nie było, bo mocno nacisnął Rafał Sawicki. Myślę, że obaj możemy mierzyć w podium tegorocznych mistrzostw świat **- mówi Tarnacki, ośmiokrotny mistrz świata w klasie Micro.**

Dla tego żeglarza 77 Racing Club Gdańsk klasa Micro pozostaje nadal główną klasą, ale cały czas szuka nowych wyzwań. W czerwcu brał udział w wyścigu legend Volvo Ocean Race, a za kilka miesięcy dysponować będzie nowym jachtem klasy Melges 20.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Bartosz Modelski

Zamów już teraz w Trójmieście.
Pobierz aplikację lub zadzwoń i zamów Mobilny Wpłatomat!

ANDROID APP ON Google play

Download on the App Store

22 462 80 28
Koszt połączenia wg taryfy operatora

Usługa „Mobilny Wpłatomat" („Usługa") świadczona jest przez Idea Bank S.A („Bank"). Z Usługi polegającej na wpłacie lub wypłacie gotówki (jeżeli Bank umożliwi taką funkcjonalność w Mobilnym Wpłatomacie) przy użyciu Karty za pomocą urządzenia wbudowanego w pojazd, może skorzystać klient Banku („Użytkownik") w rozumieniu „Regulaminu korzystania z usługi Mobilnego Wpłatomatu" („Regulamin"). Zamawianie i korzystanie z Usługi odbywa się za pomocą Bankowości Telefonicznej bądź zainstalowanej na Urządzeniu, aktywowanej Aplikacji „mobilny wpłatomat", na zasadach i warunkach przewidzianych w Regulaminie. W przypadku Użytkowników, którzy skorzystali z usługi Mobilnego Wpłatomatu, co najmniej dwa razy, opłata za wpłatę gotówki w Mobilnym Wpłatomacie w wysokości nie mniejszej niż 1000 zł wynosi 0 zł, a w przypadku wpłaty mniejszej niż 1000 zł wynosi 50 zł. „Regulamin korzystania z usługi Mobilnego Wpłatomatu" dostępny jest na stronie internetowej www.ideabank.pl. W ramach Usługi, Bank umożliwia także dokonywanie wpłat zamkniętych za pośrednictwem Mobilnego Wpłatomatu z wbudowanym modułem wrzutni („Wpłaty Zamknięte"). Wpłaty Zamknięte mogą być dokonywane w formie gotówki przez Posiadacza Rachunku na rachunek oszczędnościowo-rozliczeniowy bądź przez Użytkownika Karty na rachunek rozliczeniowy, prowadzony przez Bank w złotych polskich. Wpłata zamknięta może być dokonana wyłącznie w bezpiecznej kopercie udostępnionej Posiadaczowi Rachunku / Użytkownikowi Karty przez Bank w banknotach w złotych polskich oraz w formie gotówki w bilonie. Szczegóły dotyczące Wpłat Zamkniętych zawarte są dla Posiadaczy Rachunków – w „Regulaminie prowadzenia rachunków bankowych, świadczenia usług bankowości elektronicznej oraz wydawania i używania debetowych kart płatniczych w Idea Bank SA dla klientów indywidualnych", dla Użytkowników Karty natomiast w „Regulaminie prowadzenia rachunków bankowych, świadczenia usług bankowości elektronicznej oraz wydawania i używania debetowych kart płatniczych w Idea Banku S.A. dla osób fizycznych prowadzących działalność gospodarczą" bądź w „Regulaminie prowadzenia rachunków bankowych, świadczenia usług bankowości elektronicznej oraz wydawania i używania debetowych kart płatniczych w Idea Banku S.A. dla jednostek organizacyjnych", dostępnych na stronie internetowej www.ideabank.pl.

© 2015 Google Inc. All rights reserved. Google and the Google Logo are registered trademarks of Google Inc.

Appstore: Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc.

ZA NAMI PIERWSZA POLSKA EDYCJA B2RUN

Integracja, zabawa, a przy okazji bieg na dystansie 5,2 km – tak wyglądał B2Run Gdańsk, czyli pierwsza w Polsce impreza tego międzynarodowego cyklu. Udział w niej wzięło prawie 300 pracowników kilkunastu firm, którzy finiszowali na Stadionie Energa Gdańsk.

B2Run to nie kolejny bieg, to wspólne święto pracowników twojej firmy – takim hasłem reklamują swoją imprezę organizatorzy. I to właśnie integracja i wspólna zabawa były tego popołudnia najważniejsze. Choć B2Run to impreza adresowana głównie do pracodawców i pracowników, na terenie imprezy nie zabrakło również dzieci, które wspierały swoich rodziców.

To właśnie za obecność trzech pokoleń w drużynie tytuł Najbardziej Kreatywnej Firmy otrzymał zespół złożony przez TriMamę. Znana trójmiejska promotorka aktywności fizycznej, Natalia Wodyńska-Stosik, sama nie mogła wziąć udziału w biegu, bo miesiąc temu urodziła trzecie dziecko. Za to jej mąż, Paweł, poprowadził rozgrzewkę, a trasę przebył także jego ojciec, jeden z najbardziej zaawansowanych wiekowo uczestników B2Run Gdańsk. Na mecie na tatę i dziadka oczekiwały zaś dzieci, które w przyszłości też zapewne ruszą w prozdrowotną drogę promowaną przez rodziców.

Nagrodzono też najszybszą i najliczniejszą firmę. W obu kategoriach zwyciężył Jeppesen. Wyróżniono także osoby, które docierały na metę jako pierwszy szef, pierwszy HR-owiec
i pierwsza mama. Kolejna edycja B2Run w Gdańsku odbędzie się wiosną 2019 roku.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Materiały prasowe

TriMama Team

Na starcie stanęło ponad 300 osób

OFFICYNA W MIEJSCU CHEMII

11 tys. mkw. powierzchni najmu, w tym ponad 9 tys. mkw. biurowej powstanie łącznie w biurowcu Officyna, który budowany jest w Gdańsku Wrzeszczu przez spółkę Torus. Deweloper wmurował właśnie kamień węgielny pod budowę pierwszego etapu, którego planowany termin oddania do użytku określono na III kwartał 2019 roku.

Biurowiec Officyna (I etap) powstaje w miejscu, w którym kiedyś mieściła się siedziba firmy Chemia. Officyna to dwa nowoczesne, połączone ze sobą budynki biurowe, które powstają w dynamicznie rewitalizującej się dzielnicy Wrzeszcz. I etap inwestycji to budynek biurowo-usługowy zlokalizowany przy al. Grunwaldzkiej 50, posiadający jedną kondygnację podziemną i 5 nadziemnych. Na parterze zaprojektowano lokale usługowe. Na wyższych kondygnacjach znajdą się pomieszczenia biurowe, z charakterystycznym tarasem na IV piętrze.

W ramach II etapu (w głębi działki) powstanie budynek biurowy czterokondygnacyjny z garażem podziemnym, o nieco większej powierzchni najmu. Jego budowa rozpocząć ma się pod koniec października br. Inwestycja posiada precertyfikat LEED na poziomie Gold, potwierdzając tym samym zastosowanie rozwiązań przyjaznych dla człowieka oraz technologii ograniczających zużycie energii i wody, emisji gazów cieplarnianych, a także ilości produkowanych odpadów.

Według danych firmy doradczej Jones Lang LaSalle, podaż nowoczesnej powierzchni biurowej w Trójmieście (dane za IQ 2018) wynosi 743,5 tys. mkw., z czego na Gdańsk przypada 553,6 tys. mkw. (blisko 75%). Rozkładając to na dzielnice, w Gdańsku zdecydowanym liderem jest Oliwa, w której zlokalizowane jest blisko 42% powierzchni biurowej. Drugi w kolejności jest Wrzeszcz (blisko 16%), na trzecim miejscu plasuje się Śródmieście (nieco ponad 14%), a czwarte jest Rębiechowo (8%).

mp

EURO STYL

Deweloper z pasją

NAJCIEKAWSZA INWESTYCJA MIESZKANIOWA 2017 ROKU

trojmiasto.pl

ZWYCIĘZCA PLEBISCYTU 2017

IDEA

GDAŃSK OLIWA

LATAWCE NAD ZATOKĄ

Maks Żakowski i Magdalena Woyciechowska bezkonkurencyjni w dwóch pierwszych rundach Pucharu Polski w kitesurfingu. Najlepsi polscy „kajciarze" rywalizowali najpierw w Chałupach, by następnie przenieść się do Krynicy Morskiej.

W pierwszych zawodach ION Kite Challenge w Chałupach wystartowało 50 zawodników i zawodniczek z Polski i zagranicy. Wśród nich byli między innymi kitesurferzy z Aruby, Brazylii, Niemiec czy Ukrainy. Podczas wszystkich trzech dni zawodów graniczny wiatr wiejący od brzegu pozwolił na rozegranie tylko jednej konkurencji – Kite Foil, czyli wyścigów na hydroskrzydle.

Zawodnicy wystartowali łącznie w 15 wyścigach, w których najbardziej wyróżniał się Maks Żakowski wygrywając zdecydowaną większość wyścigów i deklasując rywali. Na szczególną uwagę zasłużyła czternastoletnia Magda Woyciechowska, która zwyciężyła w tej konkurencji wśród kobiet, nawiązując często walkę ze starszymi od siebie kolegami.

W Krynicy Morskiej, w regatach Aztorin Kite Challenge, pierwszego dnia rozegrano 5 wyścigów formuły Kite Foil. Ponownie najlepsi byli Żakowski i Woyciechowska. W niedzielę warunki pogodowe pozwoliły na rozegranie także konkurencji Twin Tip Race – zwyciężył Kuba Wątorowski, wśród kobiet Marta Włodarczyk - oraz całej kategorii Open Man Freestyle, w której po pasjonującej walce Eudazio da Silva pokonał Phillipa Kervela. Trzecie, finałowe zawody Pucharu Polski Ford Fiesta Acvtive Cup odbędą się w dniach 12-15 sierpnia w Pucku.

mp

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Łukasz Nazdraczew

BIZNESOWA AKADEMIA GOLFA

Tegoroczna Biznesowa Akademia Golfa z Pomorskim Klubem Biznesu przyniosła wiele sportowych emocji oraz nowych kontaktów, które z pewnością zaowocują ciekawymi współpracami wśród pomorskich przedsiębiorców. Impreza odbyła się w Tokary Golf Club.

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Izabela Demkowicz

Akademia Golfa rozgrywała się w trzech kategoriach: Longest Drive, Nearest to the Pin oraz puttowanie, przy okazji których uczestnicy mieli o co walczyć. Najatrakcyjniejszymi nagrodami okazały się być: kurs prawa jazdy na motocykl od OSK Poldek, a także weekend z BMW od Dealera BMW Bawaria Motors.

Atrakcją był również pokaz iluzji w wykonaniu Iluzjonisty Bartosza Szuberta MAGO, uczestnika programu „Mam Talent". Uczestnicy mieli też możliwość spróbowania sił w badmintonie przy asyście trenerów z Centrum Sportów Rakietowych, poznać produkty z systemem IQOS, a także w ramach specjalnej Strefy dla Kobiet, poznać świat ręcznie robionej biżuterii Patrycji Brendler, autorskich projektów ciuchów Katarzyny Bednarskiej, a także kosmetyki marki WellU i skorzystania z indywidualnych porad kosmetycznych.

mp

ROTARIANIE ŻEGLUJĄ I POMAGAJĄ

Na wodach Zatoki Gdańskiej w Sopocie odbyły się charytatywne regaty zorganizowane przez Rotary Club Gdańsk Centrum. Dochód z regat przekazny został na zakup sprzętu rehabilitacyjnego dla sześcioletniego Mateusza.

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Adam Burdyło

Działalność klubów Rotary służy m.in. promowaniu różnych form pracy społecznej i pomocy potrzebującym osobom w lokalnych społecznościach. Jedną z form takiej pomocy były regaty, w których wystartowało 5 załóg. Uczestnicy dobrze się bawili, ale przede wszystkim wsparli potrzebujące dziecko.

Mateuszek ma 6 lat, choruje na wirusowe zapalenie mózgu. Cierpi na niedowład nóg i prawej ręki oraz przykurcze utrudniające mu samodzielne poruszanie się i wykonywanie podstawowych czynności. U Mateusza rozpoznano też zahamowanie wzrostu - tzw. zespół Jugr, cukrzycę typu I, niedoczynność tarczycy oraz zespół nerczycowy. Mateusz wymaga długotrwałej, intensywnej, rehabilitacji, zarówno w domu, jak i w specjalistycznych ośrodkach rehabilitacyjnych. Sprzęt zakupiony przez Rotary Club Gdańsk Centrum wydatnie pomoże w rehabilitacji.

mp

DASEA

DEGREE SALE

Tyle procent zniżki, ile stopni na zewnątrz.
Przez całe wakacje. Na wszystko.

Dasea People ul. Abrahama 29, Gdynia www.daseapeople.com

40 LAT MINĘŁO

Wszystko zaczęło się w 1978 roku od warsztatu i handlu częściami samochodowymi. 40 lat później firma Zdunek jest jednym z największych dilerów samochodowych w północnej Polsce. Uroczyste obchody 40-lecia Grupy Zdunek odbyły się w Starym Maneżu, a uświetnił je recital Marcina Dańca i koncert Natalii Schroeder.

Fot. Kamil Żurek

Tadeusz Zdunek podziękował żonie za wsparcie

Tadeusz Zdunek na branże samochodową był skazany. Urodził się w drodze do szpitala, skończył Technikum Samochodowe, studiował na wydziale Budowy Maszyn, Samochodów i Ciągników Politechniki Gdańskiej. Specjalizacja - konstruktor silników. Już na trzecim roku studiów Tadeusz Zdunek wszedł w posiadanie zakładu kowalskiego przy ul. Miałki Szlak w Gdańsku i przekształcił go w warsztat blacharsko – mechaniczny, który z czasem stał się największym warsztatem w Trójmieście.

Zarobione pieniądze zainwestował od razu po przemianie ustrojowej. W 1990 roku zawarł umowę z Renault na dystrybucję francuskich samochodów na Pomorzu. Dziś w jego portfolio, oprócz Renault jest BMW, Mini, Nissan, Dacia, a Tadeusz Zdunek zapowiada, że nie powiedział jeszcze ostatniego słowa. W jubileuszowej imprezie udział wzięło ponad 300 gości, a poprowadził ją ambasador BMW Zdunek, Mateusz Borek. Gościom zaprezentowano m.in. wizualizację najnowszej inwestycji – nowego kompleksu salonów BMW i Renault oraz Dacia w Gdańsku, przy Miałkim Szlaku.

mp

Natalia Schroeder

PIWNY RAJ

Ponad 200 rodzajów piwa od 27 dostawców mogli degustować goście festiwalu Hevelka, który odbył się w Centrum Stocznia Gdańska. Koneserzy chmielowego trunku stawili się tłumnie, by smakować to co w piwnej branży najlepsze, czyli piwa rzemieślnicze, craftowe, warzone wg, oryginalnych receptur.

Na imprezie mogliśmy rozkoszować się piwem w różnych stylach i smakach, z każdą chwilą przekonując się, że to wyjątkowy trunek, znacznie różniący się od tradycyjnego koncernowego lagera. Doskonała atmosfera, pyszne piwo i różnorodne jedzenie, serwowane przez trzynaście foodtrucków dostarczyło wszystkim przekraczającym próg festiwalu, rozrywki na najwyższym poziomie.

- Wielkim sukcesem był nowy projekt w ramach festiwalu - Strefa Premier, w której mogliśmy spróbować piw premierowych, uwarzonych specjalnie na festiwal, które jeszcze nie weszły na rynek. Strefa premier stała się niejako testem dla browarów, jak odbierane są piwa przedpremierowo i czy mają szansę na rynku wymagającego klienta – mówi Wojciech Stybor, organizator festiwalu.

Hevelkaw dalszym ciągu stawia na ekologię! Kubki festiwalowe, z których goście raczyli się piwem były wykonane z pełni biodegradowalnego materiału. Dużym zainteresowaniem cieszyło się również stoisko z irlandzką whiskey i piwne lody. Tradycyjnie można było spotkać na Hevelce Tomasza Kopyrę – wybitnego sędziego piwnego i najbardziej w świecie popularnego blogera branżowego. Odbyły się również ciekawe prelekcje. Hevelka stała się ciekawym punktem na rozrywkowej mapie Gdańska.

mp

Fot. Hevelka

GCON
modular
building

NOWOCZESNE BUDOWNICTWO MODUŁOWE

GCON modular building
Banino, ul. Wiśniowa 40

782 205 800

info@gcon.pl

www.gcon.pl

SŁAWEK JASKUŁKE

„Gdy byłem młodym człowiekiem, byłem przepełniony ideałami. Byłem przekonany, że moi idole, wspaniali muzycy są ludźmi z zasadami, z mocnymi kręgosłupami moralnymi, uczciwi wobec siebie, wobec innych, wobec idei muzyki, idei tworzenia. Dzisiaj wiem, że jest inaczej. Dzisiaj moi idole przestali istnieć.

SŁAWEK JASKUŁKE

ARTYSTA POSZUKUJĄCY MA PRAWO BŁĄDZIĆ

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

Uparty w pracy artystycznej, trudno godzi się na kompromisy, za to w życiu prywatnym ugodowy, bezkonfliktowy. Jego muzyczna droga to prawdziwa sinusoida – są na niej spektakularne sukcesy, ale i okresy artystycznego błądzenia, co przypłacił załamaniem psychicznym. Trudny okres ma już za sobą i znów jest na fali wznoszącej, a jego najnowsza płyta, Komeda Recomposed, dowodzi, że nieprzypadkowo stawia się go w gronie najwybitniejszych polskich pianistów. Przed Państwem Sławek Jaskułke.

Sławek Jaskułke, jeden z najbardziej oryginalnych i „niepokornych" artystów młodego polskiego jazzu – tak często można o Tobie przeczytać w zapowiedziach Twoich koncertów. Co w Tobie zatem jest oryginalnego i niepokornego?
Niepokornego jest to, że jestem uparty i mam swoje zdanie, bardzo wyraźne. To było widoczne zwłaszcza gdy byłem młodszy. Teraz, w wieku 39 lat wchodzę w etap większej dojrzałości i częściej korzystam z dobrej rady mojej mamy, która mówiła: wiesz co Sławek, czasem dużo cenniejsze jest milczenie. Potrzebowałem czasu, by uświadomić sobie, że ta rada jest genialna w swojej prostocie.

Mówisz o podkreślaniu swojego zdania w kwestiach artystycznych, czy chodzi Ci też o poglądy prywatne, np. polityczne, społeczne?
Mówię o życiu artystycznym. W innych kwestiach, takich jak poglądy polityczne staram się nie wypowiadać zbyt radykalnie swojego zdania, bo mam duży szacunek do odrębności drugiego człowieka. Choć interesuję się kwestiami politycznymi i także w tej materii mam skrystalizowane poglądy. Rodzice nauczyli mnie jednak olbrzymiego szacunku do drugiego człowieka. Dzięki nim wiem co jest dobre, a co złe i wiem kto jest dobry, a kto zły. Także dzięki nim mam twarde, mocne zasady i umiem obserwować ludzi. W kwestiach artystycznych dzisiaj jestem bardziej powściągliwy. Mam stanowcze zdanie, jednak częściej zachowuję je dla siebie. Kiedyś trudniej było mi trzymać język za zębami, bo jestem człowiekiem bezpośrednim.

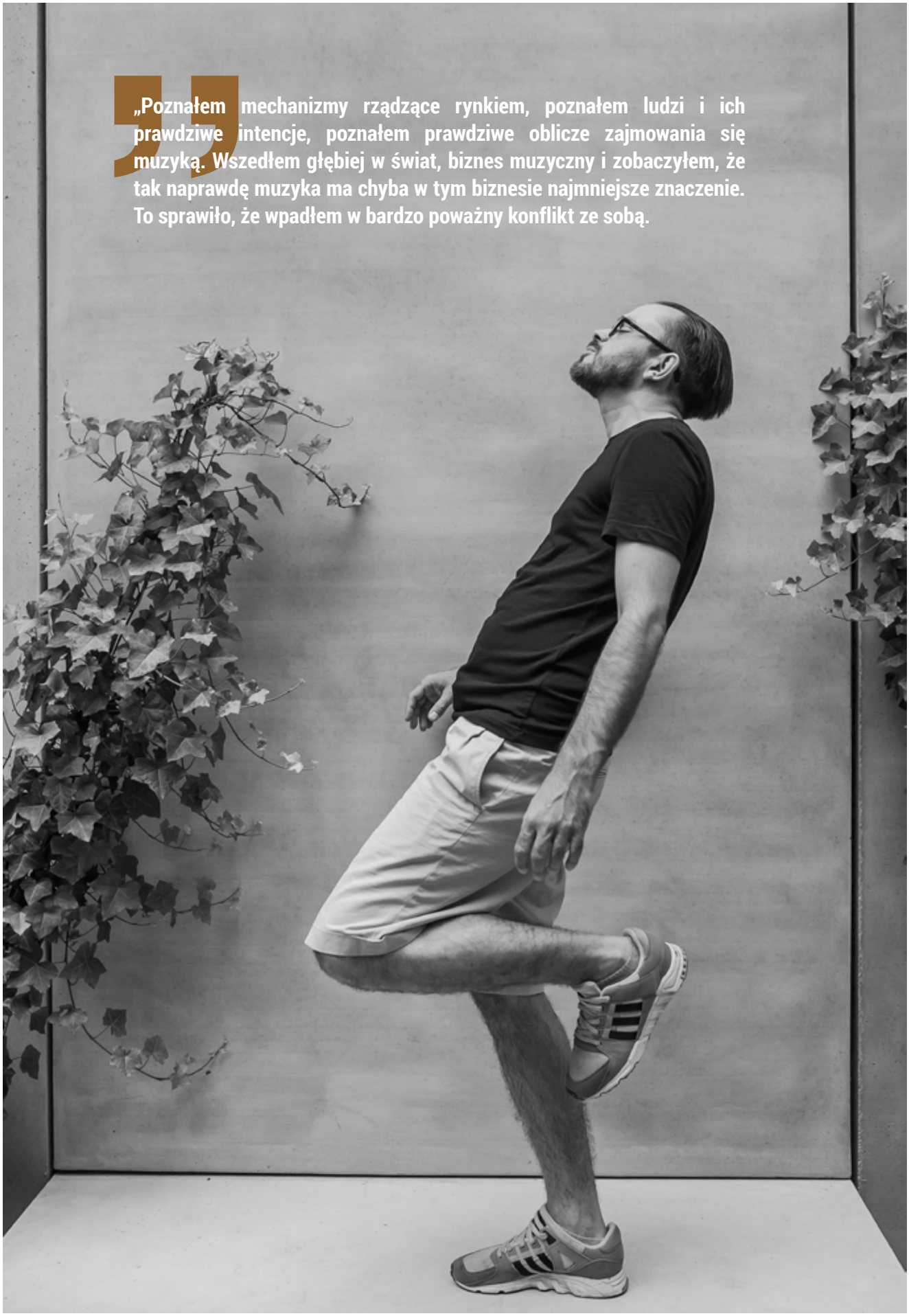
No dobrze, to jak jest dzisiaj naprawdę w świecie polskiego jazzu?
(śmiech) Rozumiem, że testujesz moją powściągliwość? Nie powiem Ci wiele, poza tym, że generalnie o muzycznym środowisku nie mam dobrego zdania. Choć to zależy, o którym środowisku mowa, bo na przykład trójmiejskie środowisko jazzowe jest wyjątkowe. Gdy byłem młodym człowiekiem, nastolatkiem, byłem przepełniony ideałami. Byłem przekonany, że moi idole, wspaniali muzycy, artyści których podziwiałem, są ludźmi z zasadami, z mocnymi kręgosłupami moralnymi, uczciwi wobec siebie, wobec innych, wobec idei muzyki, idei tworzenia. Dzisiaj wiem, że jest inaczej. Dzisiaj moi idole przestali istnieć. Mam za to bardzo dobre zdanie o młodej fali muzyków, z którymi mam teraz większy kontakt z racji tego, że wykładam na Akademii Muzycznej. To jest jedno z najlepszych pokoleń w historii polskiej muzyki jazzowej i to oni będą niedługo nadawać ton i wyznaczać trendy w tej muzyce. To pokolenie poszukujące i skupione na twórczym (jak dotąd) aspekcie tej pracy. Moim zdaniem narodził się w Polsce jazz konceptualny, postmodernistyczny i to właśnie młode pokolenie jest tego przykładem.

SŁAWEK JASKUŁKE

Rocznik 1979, mieszka w Sopocie. Polski pianista jazzowy, improwizator. Absolwent Katedry Jazzu i Muzyki Estradowej Akademii Muzycznej w Gdańsku. Laureat wielu prestiżowych nagród muzycznych. Koncertował w kilkudziesięciu krajach świata i na niemal wszystkich kontynentach. Ma za sobą występy na największych scenach świata - Carnegie Hall w Nowym Jorku, Symphony Hall w Chicago, Filharmonii Monachijskiej czy International Performing Arts Center w Moskwie. Brał udział w największych festiwalach. Koncertował i nagrywał również z wieloma sławami polskiej i światowej muzyki. Reprezentował Polskę na Światowej Wystawie EXPO w Shanghaju, gdzie premierowo wykonany został specjalnie przygotowany projekt "Jaskułke - Chopin na pięć fortepianów". Jego najnowsza płyta „Komeda Recomposed" jest „nowatorskim, śmiałym spojrzeniem na twórczość legendarnego artysty Krzysztofa Komedy.

Ty na długi czas zniknąłeś z tego środowiska muzycznego. Przeniosłeś się do Warszawy, a niektórzy wręcz mówią, że się wyautowałeś.
Wyjechałem do Warszawy jak zacząłem grać ze Zbyszkiem Namysłowskim. Zresztą w tamtym czasie Gdańsk nieco podupadł. Skończyła się era jassu, z którym często błędnie jestem kojarzony, a z którym w istocie nie miałem nic wspólnego, oprócz kilku wspólnych koncertów. Nastała w Trójmieście pustka, a to zgrało się z moim zaproszeniem do zespołu Zbyszka, więc wyjechałem. W Warszawie spędziłem ponad 15 lat i to był piękny, ale i ciężki czas. To był moment w którym poznawałem istotę bycia muzykiem od wewnątrz. I to sprawiło, że się załamałem. Stąd moje wyłączenie z gry. Poznałem mechanizmy rządzące rynkiem, poznałem ludzi i ich prawdziwe intencje, poznałem prawdziwe oblicze zajmowania się muzyką. To sprawiło, że wpadłem w bardzo poważny konflikt ze sobą i ze światem wokół mnie. Wcześniej żyłem wielkimi ideami, zawsze zresztą byłem idealistą i jestem nim do dzisiaj. Wtedy jednak wszedłem głębiej w świat, biznes muzyczny i zobaczyłem, że tak naprawdę muzyka ma chyba w tym biznesie najmniejsze znaczenie.

Rozwiń proszę temat.
Jest spory rozdźwięk między tym co ludzie mówią, a tym co robią i tym jakie mają prawdziwe intencje. Ci piękni, uśmiechnięci artyści z reguły wygłaszają



„Poznałem mechanizmy rządzące rynkiem, poznałem ludzi i ich prawdziwe intencje, poznałem prawdziwe oblicze zajmowania się muzyką. Wszedłem głębiej w świat, biznes muzyczny i zobaczyłem, że tak naprawdę muzyka ma chyba w tym biznesie najmniejsze znaczenie. To sprawiło, że wpadłem w bardzo poważny konflikt ze sobą.

piękne, mądre, filozoficzne, głębokie słowa. A prawda leży gdzie indziej. Ważniejszy jest wizerunek, marketing, oglądalność, klikalność, wszystko, dzięki czemu można zrobić biznes. A muzyka jest na samym końcu. To mnie przytłoczyło. Właśnie wtedy zrozumiałem, że najważniejsze jest ufać sobie i w najcięższym momencie mojego artystycznego życia podjąłem najlepszą decyzję jaką mogłem podjąć - postawiłem na pracę. Wycofałem się z rynku i skupiłem na samorozwoju. Poza tym w moim życiu prywatnym wydarzyło się kilka rzeczy, które były dla mnie trudne, co spowodowało, że musiałem wyhamować. Zmienić bieguny swojego życia.

Doszedłeś do ściany?
Tak. Mogłem dalej walić głową w mur, albo spróbować zmienić system. Mądrzy ludzie mówią, że jak dojdziesz do kresu, to dobrze jest zrobić krok w tył, spojrzeć z perspektywy i wprowadzić zmiany. Ja to zrobiłem. Wprowadziłem radykalne zmiany i zadziałało. Ale trwało to ponad 6 lat.

A co takiego zobaczyłeś z tej perspektywy?
Zobaczyłem, że świat wcale nie jest piękny i że podążam w złą stronę. Wiele rzeczy w moim życiu przestało działać, ale nie wiedziałem dlaczego. Błądziłem artystycznie. Błądziłem życiowo. Takie zagubienie twórcze jest oczywiście wpisane w naturę muzyków. Artysta poszukujący zawsze ma prawo do tego by błądzić. I jeśli gubi się świadomie, ma nad tym kontrolę, to jest w porządku. Gorzej jeśli się zatraca. Ja spadałem w dół, ale przed katastrofą uchroniła mnie chyba moja silna osobowość, wiara w siebie i wartości wyniesione z domu. Tak mi się wydaje. Kiedyś pewien znakomity artysta i jeden z największych saksofonistów polskiego jazzu, Tomasz Szukalski, powiedział mi: „Synku, nic się nie martw, to się trzeba w życiu pogubić żeby wiedzieć". Dzisiaj wiem, że miał rację.

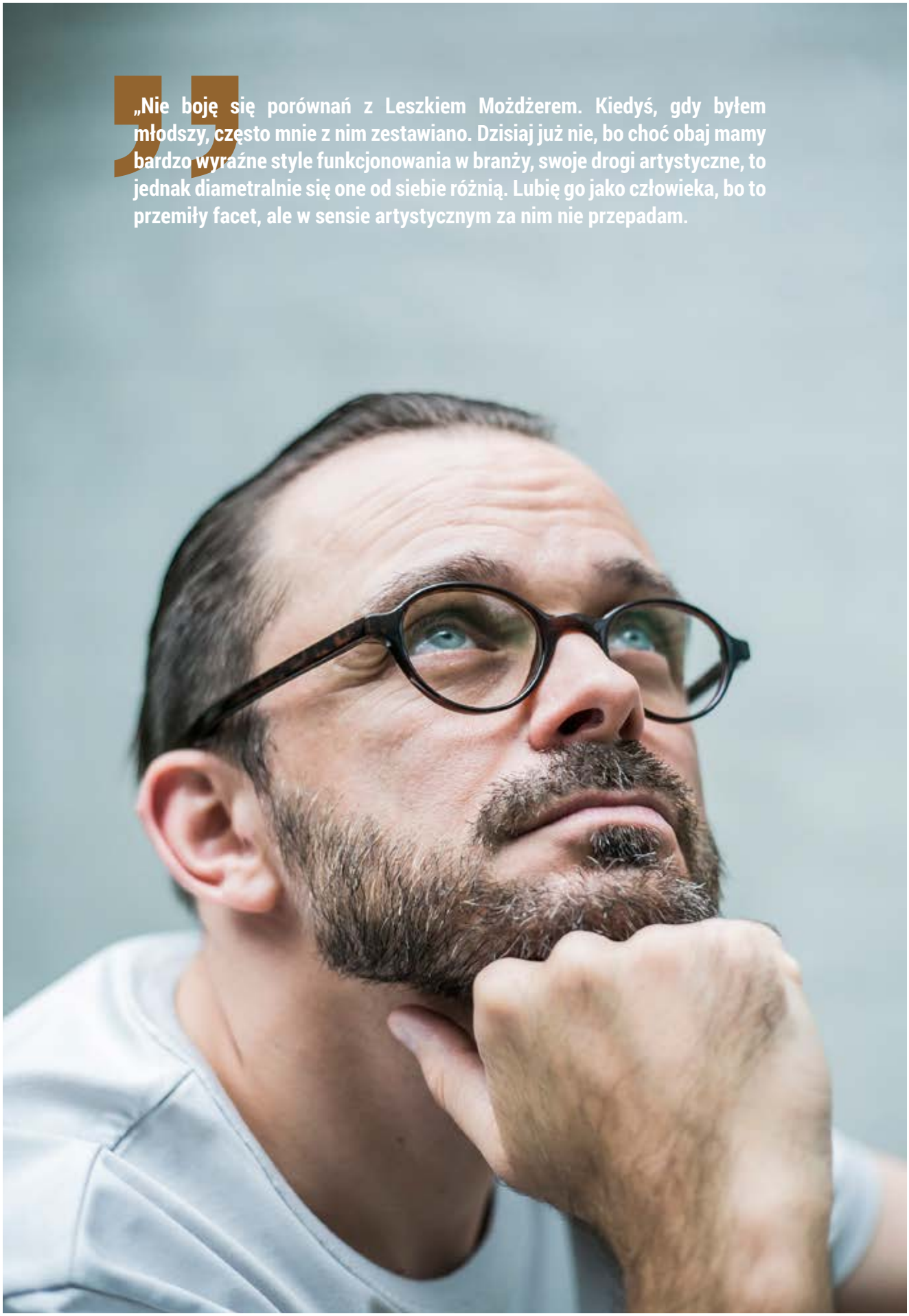
Jakie poniosłeś koszty tego błądzenia?
Koszty były spore. Prawie sześć lat żyłem w dość głębokim załamaniu psychicznym. Brałem udział w kilku terapiach psychologicznych. Badałem siebie: pod kątem emocji, psychologii, wewnętrznej konstrukcji. Pytałem dlaczego i co powoduje, że czuję się tak, a nie inaczej. Podjąłem też kilka bardzo poważnych decyzji życiowych. Przede wszystkim wyprowadziłem się z Warszawy, wróciłem do Sopotu, co było jedną z najlepszych decyzji jakie podjąłem w życiu.

Dlaczego?
Nie było to łatwe, spędziłem w Warszawie ponad 15 lat. Tam pracowałem, żyłem, miałem przyjaciół, znajomych. W teorii psychologii jest jednak taka zasada, że jeżeli chcesz naprawdę zmienić swoje życie na lepsze, wyrwać się z przytłaczającego marazmu, to jednym z najbardziej radykalnych ale jednocześnie najskuteczniejszych mechanizmów, jest zmiana środowiskowa. Trzeba się odwrócić plecami do dotychczasowego miejsca, życia i pójść w przeciwną stronę. Tak właśnie zrobiłem. Wróciłem do Sopotu, zmieniłem środowisko, odciąłem się od wielu ludzi, zmieniłem styl życia i przede wszystkim urodziła mi się córka. Na dobre zaczął się nowy etap w moim życiu.

Zmieńmy temat i porozmawiajmy o muzyce...
(śmiech) No tak... w końcu jestem muzykiem

Muzykiem, który wydał kilkanaście dni temu płytę „Komeda Recomposed". W opisie prasowym można przeczytać, że płyta ta jest „nowatorskim, śmiałym spojrzeniem na twórczość legendarnego artysty Krzysztofa Komedy". Na czym polega to nowatorskie, śmiałe spojrzenie?
Ach, to są te wszystkie teksty marketingowe... (śmiech)

A ty się musisz tłumaczyć...
No właśnie. Śmiałe i nowatorskie. Myślę, że tym powinni zajmować się teoretycy, a nie praktycy. Ale skoro już muszę, to powiem, że ta oryginalność polega na tym, że ja nie gram muzyki Komedy w sposób dosłowny, tylko odnoszę się do pewnych mechanizmów jego pracy, do elementów, które były dla niego ważne. Na wspomnianej płycie są „cytaty" z Komedy, ale trzeba się skupić by je wyłapać. Przefiltrowałem to wszystko przez swoją wrażliwość i na swój sposób zinterpretowałem ją na nowo.



„Nie boję się porównań z Leszkiem Możdżerem. Kiedyś, gdy byłem młodszy, często mnie z nim zestawiano. Dzisiaj już nie, bo choć obaj mamy bardzo wyraźne style funkcjonowania w branży, swoje drogi artystyczne, to jednak diametralnie się one od siebie różnią. Lubię go jako człowieka, bo to przemiły facet, ale w sensie artystycznym za nim nie przepadam.

Z twórczością Komedy mierzył się także Leszek Możdżer, jego płyta okazała się dużym sukcesem. Nie bałeś się porównań nie tylko z Komedą, ale i z Możdżerem?
Właśnie, co to znaczy „mierzył się?" Ja uważam, że Leszek gra muzykę Komedy, a nie mierzy się z jego twórczością. Dlaczego? Trzeba Leszka zapytać. Tutaj mam bardzo surowe zdanie - jestem zdeklarowanym przeciwnikiem grania muzyki jeden do jednego, bo uważam, że jest to nadużycie. I nie - nie boję się porównań z Leszkiem, bo to porównanie jest w istocie nietrafione. Kiedyś, gdy byłem młodszy, często mnie z nim zestawiano. Dzisiaj już nie, bo choć obaj mamy bardzo wyraźne style funkcjonowania w branży, swoje drogi artystyczne, to jednak diametralnie się one od siebie różnią. Lubię go jako człowieka, bo to przemiły facet, ale w sensie artystycznym za nim nie przepadam. Nie lubię ludzi, którzy traktują muzykę jako narzędzie biznesowe.

Kiedyś w jakimś wywiadzie powiedziałeś, że zaglądanie wstecz w muzyce jest bardzo cenne, bo dzięki temu poznajemy język starych mistrzów. Jaki był muzyczny język Komedy?
Komeda był artystą różnorodnym. Z jednej strony pisał piękne melodie, słodziutkie, takie łatwo wpadające w ucho, a z drugiej strony był na pograniczu awangardy, a nawet free jazzu. Ta melodyka ogromnie mi się podoba, jest mi bliska, bo sam też jestem melodykiem. Dlatego napisałem utwór „Szaro" (odnoszący się do Szarej Kolędy). Taki ładny, słodki, regularny w konstrukcji.

Ta płyta też została wydana w Japonii. Japonia jest Ci szczególnie bliska. Powiedz, jak się w ogóle tam znalazłeś?
Otrzymałem propozycję współpracy w zakresie wydawnictwa moich płyt na rynek japoński. Napisał do mnie pan Yohji Takagi, prezes wytwórni Core Port z zapytaniem czy nie byłbym zainteresowany szeroką współpracą. Potem dostałem zaproszenie na dwa koncerty do Japonii, na których byli przedstawiciele prasy, środowiska artystycznego, branży muzycznej. To był pierwszy sukces. Potem były kolejne wyjazdy, nagrałem w Japonii płytę i w zeszłym roku poleciałem na międzynarodowy festiwal pianistów solowych Piano Era Tokyo Japan. To już jest potężny sukces i festiwal, na którym co dwa lata prezentowane są współczesne trendy w muzyce jazzowej i improwizowanej z całego świata. Zagrałem koncert dla kilku tysięcy ludzi, prasa rozpisała się o mnie bardzo fachowo i wnikliwie, dzięki czemu moja pozycja na tym rynku się umocniła.

Jaka jest tamtejsza publiczność, bo Japończycy znani są z zamiłowania do muzyki klasycznej i fortepianu w szczególności?
Wysublimowana, wykształcona, czujna i wymagająca. To jest trudna publiczność. No, ale to dobrze, bo ja jestem też wymagającym artystą, więc to połączenie bardzo dobrze działa. Na Piano Era grałem po znakomitym pianiście z Niemiec o pseudonimie Hauschka. On zrobił huczne show z kilkoma fortepianami, masą świateł, dynamiki, laserów. Ja zrobiłem świadomy ruch, aby być w kontraście. Cały koncert grałem praktycznie w ciemności, oświetlony tylko światłem punktowym z góry. Na dodatek grałem pianissimo, czyli tak, jakbym szeptał. A gdy szepczesz, ludzie bardziej się skupiają i lepiej słuchają. To było nieprawdopodobne przeżycie, bardzo intymne zarówno dla mnie, jak i dla odbiorców. Ludzie byli zachwyceni, zebrałem znakomite recenzje, wieczorem po koncercie sprzedaliśmy kilkaset płyt. To dowodzi tego, że japońska publiczność jest naprawdę bardzo wysmakowana, z dużym wyczuciem.

Wspomniałeś tu o ciszy. Melodia, kompozycja i wiele innych czynników składa się na to, że muzyka porywa, skłania do refleksji, czy po prostu wprowadza w określony nastrój. Ale ja zapytam przewrotnie – jak ważna w muzyce jest cisza?
Jest dosyć powszechna opinia, że cisza i pauzy są w muzyce najważniejsze. Oczywiście jako młody, dość buńczuczny twórca nie byłem zainteresowany ciszą w muzyce. Potrzebowałem się wyszaleć, co jest naturalne i nie należy tego hamować. Dzisiaj wiem, że cisza jest istotą, esencją muzyki, taką emocjonalną kropką nad i. Cisza skłania do refleksji nie tylko publiczność, słuchacza, ale też twórcę. Jednak ciszą należy uczyć się grać i zarządzać. To bardzo trudne, ale niezwykle fascynujące.

„Wiele rzeczy w moim życiu przestało działać, ale nie wiedziałem dlaczego. Błądziłem artystycznie. Błądziłem życiowo. Artysta poszukujący zawsze ma prawo do tego by błądzić. I jeśli ma nad tym kontrolę, to jest w porządku. Gorzej jeśli się zatraca. Ja spadałem w dół, ale przed katastrofą uchroniła mnie chyba moja silna osobowość, wiara w siebie i wartości wyniesione z domu.

Czy jest jakaś kategoria muzyczna, styl muzyczny, gatunek, którego jeszcze nie zagrałeś, a chciałbyś? Coś, co byłoby zgodne z twoją filozofią artystyczną?
Chciałbym zagrać trzeci koncert Rachmaninowa z orkiestrą. Obawiam się jednak, że nie mam do tego predyspozycji i pewnie nigdy do tego nie dojdzie.

Wiesz, marzenia są po to, żeby je spełniać.
Też tak uważam i w swoim życiu w istocie zajmuję się realizacją swoich marzeń, ale trzeci koncert Rachmaninowa, skomponowany w 1909 roku, cieszy się opinią jednego z najtrudniejszych do wykonania koncertów fortepianowych w kanonie muzyki poważnej. Ja się skupiam na zupełnie innej technice fortepianowej. To technika jazzowa, nie klasyczna. Poza tym, żeby zagrać to dzieło z orkiestrą, trzeba by się wyłączyć na kilka ładnych lat, a ja mam swój rytm pracy, projekty, plany, działam bardzo konsekwentnie, więc ten Rachmaninow, mimo mojej wielkiej do niego miłości, jest dla mnie nie do zdobycia. Ale to nic. Za to kocham go słuchać.

W słynnym filmie Miłość, Leszek Możdżer mówi takie słynne zdanie: „Chętnie bym sobie twórczo rzygnął". Czy Ty też masz czasami ochotę zerwać się z tej typowo jazzowej smyczy?
Hmmm... Zastanawiam się w takim razie dlaczego Leszek do tej pory sobie twórczo nie rzygnął? Przecież artysta od tego jest, by sobie „twórczo rzygać". Szczególnie artysta ukształtowany może sobie na to pozwolić. A jeśli chodzi o jazz, to ja już dawno się z tej smyczy zerwałem, choć nadal robię płyty jazzowe, czego przykładem jest Komeda Recomposed. Wyrwałem się jednak z tych ram, szczególnie jeśli spojrzymy na moją solową twórczość. Jazz nadal mnie fascynuje i będzie we mnie obecny na zawsze, jednak należę do artystów poszukujących i dzisiaj z pewnością nie można mnie definiować tylko jako jazzmana – wręcz mam wrażenie, że ta odsłona mojej osoby jako twórcy zeszła już na drugi plan.

W jakim kierunku uciekasz, zmierzasz?
Zmierzam w kierunku kontemplacji, relaksacji, wyciszenia. Taka muzyka mnie pociąga i sporo nad nią pracuję. Idę w stronę barwy w muzyce. Fascynuje mnie to bez reszty, choć ostatnio zacząłem pracować nad rozszerzoną tonalnością i swobodą. Sam jestem ciekaw co z tego będzie.

Znowu trochę złapię cię za słowo. Powiedziałeś, w którymś z wywiadów, że „chałturzenie to wcale nie taka prosta sprawa. Może być porażające w skutkach. Myślę, że to zabija kreację i rodzi prostytucję." Co miałeś na myśli?
Chałturzenie zabija kreację artystyczną i może zabijać osobowość. Zresztą mamy tego sporo przykładów na naszym rynku muzycznym. Przesadne chałturzenie jednak może rodzić bardzo wiele złych psychologicznie, a także emocjonalnie mechanizmów, które mogą mieć bardzo przykre konsekwencje. Ale tak jak powiedziałem wcześniej: nie oszukujmy się, artysta musi z czegoś żyć i jeśli z potrzeby czysto życiowej, od czasu do czasu zagra coś mniej ambitnego lub na zamówienie, to nic wielkiego się nie stanie. Gorzej gdy to jest styl pracy, wówczas droga do zniewolenia jest bardzo krótka.

Pamiętasz jakąś taką żenującą chałturę, która długo siedziała Ci szpilą w sercu?
Oczywiście. Robiłem kiedyś oprawę dużej gali w Sopocie dla Telewizji Polskiej. Chociaż to akurat nie była chałtura. Ale na zakończenie gali, po zakończeniu transmisji telewizyjnej część ludzi w trakcie naszego koncertu, który był taką wisienką na torcie, po prostu wstała i wyszła. W trakcie naszego grania – kończyliśmy w zasadzie do pustej sali. To było żenujące. Kiedyś też grałem koncert dla dużej firmy produkującej statki, większość gości była wyraźnie pod wpływem alkoholu. Reszty nie muszę tłumaczyć...

A jak u Ciebie z alkoholem?
(śmiech) Żyję zdrowo. Zmieniłem styl życia na wyciszony. Dużo czasu poświęcam córce, jestem nałogowym spacerowiczem, lubię biegać, poprawiać swoje wyniki, zwiększam dystanse. Oddycham i czerpię energię z morza.

Dziękujemy La Playa Apartments w Sopocie za pomoc w realizacji sesji zdjęciowej
www.laplaya-aparts.com

PREMIUM
SOUND
Indywidualne podejście
do każdego projektu.
www.premiumsound.pl
stereo • kino domowe • gramofony
płyty cd i winylowe • instalacje multimedialne
multiroom • ekrany • projektory • telewizory
Aleja Niepodległości 645 B, 81-855 Sopot
tel. 513-07-07-30, 537-07-07-30

KLAUDIA REIN - ZDROWOKRACJA

BAWIĘ SIĘ DIETĄ

ROZMAWIAŁA: AGATA RUDNIK **/ FOTO:** MAGDA ŁOJEWSKA

„Cześć, nazywam się Klaudia i jestem grubaską". To pierwsze słowa, jakie znajdziemy na blogu Zdrowokracja.pl. Jego autorka Klaudia Rein najpierw pozbyła się balastu w postaci przeszło 30 kilogramów nadwagi, a potem postanowiła dzielić się swoimi doświadczeniami z innymi. Brzmi jak jedna z wielu historii? Być może, ale to, co wyróżnia Zdrowokrację to przede wszystkim silne podstawy naukowe i ujmująca uczciwość, z którą Klaudia podchodzi do każdego aspektu życia (jak na prawniczkę przystało), w tym także wywiadów.

Blogów będących formą psychoterapii w sieci nie brakuje. „Byłam gruba, schudłam, opowiem wam, jak mi było źle i jak jest mi teraz dobrze". Klasyk. Chciałaś jednak, aby Zdrowokracja.pl była inna…

Jasne, że jest to także dla mnie forma terapii, ale ja przede wszystkim staram się podejść do tematu diety, czy też raczej zdrowego odżywiania się naukowo. Chcę pokazać, że pewne prawidłowe nawyki mogą zmienić nie tylko naszą sylwetkę, ale jakość życia w ogóle. Tak było zresztą w moim przypadku. Zdrowokracja to autorska nazwa pewnej społeczności, takiej, która żyje zdrowo i z szacunkiem dla swojego organizmu.

Dziewięć lat temu stanęłaś na wadze i zobaczyłaś cyfrę 86. Czy to był ten moment krytyczny i wówczas powiedziałaś – basta!?

Wszystko zaczęło się pod koniec szkoły średniej. Nagle, w przedziwny sposób mój mundurek stał się bardziej obcisły. Nie byłam nigdy otyła, wręcz przeciwnie. Wpadłam więc w pułapkę myślenia, że mogę jeść wszystko, na co tylko mam ochotę. Potem minął pierwszy rok studiów. Był to dla mnie bardzo trudny czas, bo prawo to wymagający kierunek. Często mówię o sobie „śmieciojad", ale to najlepsze słowo, jakie przychodzi mi do głowy. Gotowe mrożonki, posiłki z półproduktów, hektolitry napojów słodzonych gazowanych, fast foody. Kiedy stanęłam na wadze i zobaczyłam te magiczne 86 kilo, to znienawidziłam siebie i świat. Osoba otyła widzi wokół tylko ludzi szczupłych. Miałam wiele problemów zdrowotnych, w tym także walczyłam ze stanami depresyjnymi, brakiem samoakceptacji i frustracją, którą nierzadko wyładowywałam na najbliższych. Sama wstydzę się tego, jak bardzo sfrustrowanym człowiekiem byłam. Wpadłam więc w niebezpieczny wir diet.

Kopenhaska, Dukana, Kwaśniewskiego…?

Wszystkie, po kolei. Wszystkie też kończyły się zawsze spektakularnym efektem jo-jo. Życie jako nieustanny efekt jo-jo… to była moja codzienność. Nie rozumiałam, że dieta nie jest karą za dodatkowe kilogramy. Podchodziłam do tego tematu zadaniowo. I tak od poniedziałku zaczynałam cztery tygodnie, a nawet pięć morderczego odchudzania się i koniec. Myślałam tylko o tym, kiedy wreszcie zjem tę upragnioną pizzę. Nie miałam pojęcia, jak się do tego zabrać, co zmienić. Lubiłam też łykać tabletki na odchudzanie, łącznie z tymi, które obecnie są niedozwolone na polskim rynku, zawierające sibutraminę. To substancja zakazana w całej Unii Europejskiej, uszkadza nerki, oddziałuje na układ krążenia i układ nerwowy, a u osób, które przeżywają stany depresyjne, pogłębia wręcz ten obniżony nastrój. Nie śpisz, nie jesz, ale nie czujesz głodu, a twój metabolizm jest silnie podkręcony. Tak naprawdę to chyba nie połknęłam tylko tasiemca, ale pewnie tylko dlatego, że nie był wtedy popularny i dostępny. Pewnie też bym go pożarła. Wtedy nie było tej „mody na bycie fit", a wizyta u dietetyka była jedynie fanaberią dla bogatych.

Zdecydowałaś się jednak na tę fanaberię…

Każda dieta była dla mnie męczarnią. Nie urodziłam się gruba, ja się po prostu spasłam. Przepraszam za tak dosadne słowa, ale… Taka jest Zdrowokracja.pl, szczera, czasem gorzka i mało słodka. Mogłabym tłumaczyć się, że w tak trudnym dla mnie okresie zajadałam stres, ale przecież równie dobrze mogłam to robić wcinając pomidory i sałatę. Po skończonych studiach pracowałam zawodowo i trafiłam pod opiekę pierwszego dietetyka. Był to też mój pierwszy kontakt ze zdrową żywnością. Wcześniej warzywa były dla mnie niczym kara, co gorsza, wierzyłam nawet, że mi szkodzą. Kroiłam sałatę i płakałam jak bóbr. Ja, dorosła kobieta. Wydawało mi się, że spotkało mnie ogromne nieszczęście, bo przecież są osoby, które jedzą wszystko i nic złego im się nie dzieje, a ja mam takiego pecha w życiu. Nie wiedziałam wówczas, że dieta może być sposobem na nową jakość życia. Nauczyłam się jeść zdrowo, a mój układ pokarmowy zaczął wreszcie funkcjonować prawidłowo.

Postanowiłam, że chcę coś zmienić. Zaczęłam przeglądać PubMed (angielskojęzyczna baza obejmująca artykuły naukowe z dziedziny medycyny i nauk biologicznych – przyp. red.) niczym portal społecznościowy i szybko okazało się, że to właśnie podstawy naukowe są tak niezwykle ważne. Wzięłam się też za czytanie etykiet, co jest absolutnym kluczem do prawdziwie zdrowej żywności. Nagle okazało się, że rezygnacja z przetworzonego jedzenia jest dla mnie dobra i wcale nie jest karą.

Znalezienie dobrego dietetyka to jednak nie lada wyzwanie, prawda?

Jeśli nie wiesz od czego zacząć, pójdź do dobrego dietetyka, ale naprawdę dobrego i sprawdzonego. Ja na swojej drodze rzeczywiście spotkałam różnych specjalistów. Jeden z nich na przykład doradził mi picie napojów z aspartamem, gdy już tak bardzo będzie brakować mi cukru. Tymczasem prawdopodobnie jest to związek o działaniu rakotwórczym. Dlaczego, skoro mamy naturalne słodziki, jak m.in. ksylitol, czy stewia mamy zapychać się chemią? Przecież proszku do prania też nie jemy. Gdy pijemy „napoje typu zero", nasz metabolizm jeszcze bardziej rozregulowuje się, a zdolność organizmu do „liczenia" kalorii znów jest upośledzona. Efekt jo-jo murowany.

Produkty fit bywają bardzo złudne…

Należy pamiętać, że zdrowa żywność też tuczy! Obecnie panuje moda na różnego rodzaju wartościowe batoniki, czy inne słodycze np. na bazie daktyli. Oczywiście jest to lepsza alternatywa, ale to, że są zdrowe, wcale nie oznacza, że możemy się nimi objadać do woli. Wszystko niesie za sobą konsekwencje.

Skoro już mówimy o batonikach… Jadasz słodycze?

Bardzo rzadko. Jeżeli rezygnujesz ze słodyczy, to z czasem inaczej odczuwasz sam słodki smak. Wtedy też te batoniki, czy cukierki po prostu przestają ci smakować. Ja wiem, że na końcu tego niezdrowego jedzenia jest potwór. Otyłość, brak akceptacji, depresja. Cukier zaś znajdziemy wszędzie. To on jest tym, co nas uzależnia, jak alkohol, czy narkotyki. Mechanizm jest ten sam. Teraz wiele osób dziwi się, że tak dużo jem, to prawda, ale to po prostu wartościowe produkty, dobre dla organizmu. Nie chodzę więc głodna, a jednocześnie cieszę się taką figurą. Odkrywając nowe smaki, zaczęłam się rozwijać. Moi przyjaciele mówią – nigdy nie pomyślałbym, że można to ze sobą połączyć, dasz przepis? Do takiego stylu życia przekonuję też kolejne osoby i to są te moje małe sukcesy. To moje nagrody, podobniej jak to, że mogę brać udział w tylu niezwykłych przedsięwzięciach, o których wcześniej nawet nie marzyłam. Zdarza mi się oczywiście niejedno na swój temat w internecie poczytać. To hejt w pakiecie.

A jednak cały czas, konsekwentnie podejmujesz tę rękawicę.

Dzięki Zdrowokracji mogę pokazać, że zbilansowana dieta wcale nie musi być droga. Z pomocą przychodzą nam chociażby dyskonty. Za niewielkie pieniądze możemy znaleźć żywność bio, sałaty są paczkowane, buraki można kupić już ugotowane, a ser feta jest w kosteczkach. Jak już wcześniej wspomniałam, bardzo ważne jest, abyśmy nauczyli się prawidłowo czytać etykiety i nauczyli się, że im krótszy skład, tym dany produkt jest bardziej wartościowy. Obecnie przygotowanie posiłków zajmuje mi około 40 minut dziennie. Choć wielu osobom trudno w to uwierzyć, nie spędzam całego dnia w kuchni, zresztą niestety nie mogę sobie na to pozwolić. Na blogu piszę też chorobach dieto-zależnych, cukrzycy, czy zespole jelita drażliwego. To ważne, by mieć świadomość, że część konsekwencji niezdrowego odżywiania się jest nieodwracalna.

Mamy wiele przykładów osób znanych, które przegrały walkę ze zbędnymi kilogramami, a negatywne komentarze na ten temat nie milkną. Nie boisz się tak dużej presji?

Ja nie będę tu nikogo oceniać, bo wiem przez co przechodzi tyjąca kobieta. Pamiętam, jak Ewa Bem przeszła wielką metamorfozę i z czasem wróciła do wagi sprzed diety. Powiedziała wówczas, że dla niej bycie szczupłą było największą karą, bo tak kocha jeść. Czy akceptują i kochają siebie? Być może. Ja nigdy nie byłam w stanie zaakceptować siebie jako grubaski. Teraz dietą się bawię, ale tylko dlatego, że tak wiele przeszłam i tyle udało mi się już osiągnąć.

fikcja

AGATA PRZYBYŁEK

W MIŁOŚCI WSZYSTKIE CHWYTY SĄ DOZWOLONE

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

Mieszka w Gdańsku, studiuje psychologię, a w wolnych chwilach pisze książki. Dużo książek. W ciągu trzech lat wydała kilkanaście bestsellerowych powieści, zachwyciła nie tylko całą rzeszę czytelniczek, ale też wymagających krytyków literackich. Agata Przybyłek pisze głównie dla kobiet, a o mężczyznach sięgających po jej książki mówi ze śmiechem, że muszą być masochistami. W wywiadzie dla Prestiżu mówi także o tym dlaczego wierność jest trudna, do czego wolno posunąć się w walce o miłość i dlaczego fascynują ją zaburzenia rozwoju.

Jak byś zdefiniowała miłość? Co o niej wiesz? Jaki masz jej obraz?
Zdefiniowałabym miłość jako bardzo złożone zjawisko. Odwołując się do swojej wiedzy psychologicznej, wyróżniłabym trzy komponenty - intymność, namiętność i zobowiązanie. Na tej koncepcji oparłam swoją serię książek z Zuzanną w roli głównej. Intymność to jest taka bliskość dusz. Namiętność to te gwałtowne emocje związane z pożądaniem, fizycznością. Zobowiązanie to z kolei deklaracja.

Pytam o miłość, bo generalnie to jest motyw przewodni Twojej twórczości literackiej. O czym jeszcze są Twoje książki?
Są o miłości, są o emocjach, są o relacjach, czasami są o prozie życia, ale w takim różowym wydaniu, bo lubię pisać o tej szarej rzeczywistości, ale ukazywać ją w różowy sposób.

Co to znaczy w różowy?
W różowy, czyli pokazywać, że często problem tak naprawdę nie jest problemem i jeżeli spojrzymy na niego przez inny pryzmat, to może się okazać, że to, co uważamy za trudne, jest dużą zaletą. Czasem nawet możemy się z tych problemów pośmiać. Tak właśnie w mojej serii z Zuzanną („Takie rzeczy tylko z mężem", „Kobiety wzdychają częściej", „Małżeństwo z odzysku" i „Żona na pełen etat" – przyp. red) chciałam to wszystko opisać - pokazać życie małżeństwa w różowy sposób, chociaż wiadomo, że często różowo nie jest. Ale też staram się w moich książkach przemycać swoją wiedzę psychologiczną. Na przykład, w najnowszej książce „W promieniach szczęścia" jest temat adopcji, samotnego macierzyństwa. Pisałam też o przemocy wobec dzieci, o przemocy seksualnej, więc pojawiają się też trudne i ciężkie tematy.

Rozmawiamy w przeddzień premiery Twojej najnowszej powieści „W promieniach szczęścia". Piszesz w niej o różnych obliczach miłości.

AGATA PRZYBYŁEK

Autorka powieści kobiecych, studentka psychologii na Uniwersytecie Gdańskim, w przeszłości blogerka i recenzentka. Przygodę z literaturą zaczęła od opowiadań, z których kilka zostało nagrodzonych w różnych konkursach literackich i ukazało się drukiem, potem pisała wiersze, a następnie powieści. Na napisanie pierwszej powieści zdecydowała się po zawodzie miłosnym, tak powstała jej debiutancka, humorystyczna powieść „Nie zmienił się tylko blond". Na koncie ma też zabawną serię małżeńską - „Takie rzeczy tylko z mężem", „Kobiety wzdychają częściej", „Małżeństwo z odzysku", „Żona na pełen etat" - oraz poruszające, chwytające za serce powieści "Bez ciebie" i "Jeszcze raz". Lekkim stylem zaskarbiła serca czytelniczek w całej Polsce. Wielka fanka literatury kobiecej, obyczajowej, komedii romantycznych oraz dramatów psychologicznych. Z jednej strony interesuje ją humorystyczna, rodzinna codzienność, ukazana w przerysowany sposób, a z drugiej także pisanie o mrocznej stronie natury człowieka. No i oczywiście wzruszające historie miłosne!

Jest miłość macierzyńska, jest miłość między dwojgiem dorosłych ludzi. Jest też miłość szczęśliwa i nieszczęśliwa. Chciałam się skupić przede wszystkim na miłości macierzyńskiej. Bo to jest miłość niezwykła, do dziecka nieswojego, porzuconego przez biologiczną matkę. Ale w książce jest też wątek miłości patologicznej i wątek zakochanej w profesorze akademickim studentki. I to jest uczucie bardzo toksyczne, negatywne, więc myślę, że śmiało można powiedzieć, że to jest powieść o różnych odcieniach miłości.

Nawiążę teraz tutaj do pr-owego opisu wydawcy jednej z twoich książek. Mówimy tutaj o uczuciach, nieodłącznym elementem miłości jest zaufanie i wierność. A ponoć wierność jest trudna…
(śmiech) Tak jest w istocie. Wierność jest trudna, przekonałam się o tym niedawno, przeżyłam bowiem zerwane zaręczyny. Mimo tego, cały czas wierzę, że prawdziwa miłość potrafi oprzeć się zdradzie. W książce pod tytułem „Wierność jest trudna", której premiera zaplanowana jest na 22 sierpnia tego roku, staram się do tematu wierności podejść z humorem. To jest książka o dwóch siostrach bliźniaczkach, które zupełnie niespodziewanie zakochują się w jednym mężczyźnie, w dodatku jedna z nich za chwilę bierze ślub. Przed nią trudny test z miłości (śmiech).

Mówisz o zerwanych zaręczynach, a przecież Twoja pisarska kariera zaczęła się od miłosnego zawodu. Nie masz szczęścia do tych facetów. Czy uważasz, że mężczyzna to gatunek z natury niedoskonały?
(śmiech). Nie, absolutnie. Cały czas jestem optymistką. Być może jest to naiwne, ale wierzę w ludzi, wciąż wierzę w mężczyzn. Zresztą, w swoich powieściach zazwyczaj udowadniam, że mężczyźni nie są tacy źli. A początek mojej kariery to faktycznie efekt miłosnego zawodu. To była nastoletnia miłość, pełna romantycznych wzorców. Koniec tego związku był dla mnie bardzo

trudny, ale wyzwolił we mnie taką twórczą energię, której efektem była moja debiutancka książka pt. „Nie zmienił się tylko blond". To pełna humoru powieść o kobiecie, która musi na nowo poukładać sobie życie. Iwona ma 37 lat, czworo dzieci, dowiaduje się, że zostanie babcią, że mąż ma biuściastą kochankę i musi przeprowadzić się do rodziców. Nawymyślałam jej tyle nieszczęść, że naprawdę zastanawiałam się, co ona zrobi, żeby się z tego wyplątać. Być może chciałam wtedy samej sobie pokazać, że faktycznie są ludzie w dużo gorszej sytuacji ode mnie i że po każdej burzy wychodzi słońce. Ja wierzę głęboko w to, że tak jest.

Piszesz głównie dla kobiet. Mężczyznom wstęp wzbroniony?

Nie, są panowie, którzy czytają moje książki, chociaż ja zawsze się śmieję, że to muszą być masochiści. Myślę, że mężczyzna z moich książek może się dowiedzieć tego, jak postrzegają świat kobiety. Kobiety inaczej podchodzą do problemów, inaczej je rozwiązują. Nie chciałabym tutaj być posądzona o jakiś seksizm, ale wydaje mi się, że tak naturalnie istnieją pewne różnice. Mianowicie kobiety zawsze bardziej skupiają się na relacjach, na uczuciach, na emocjach, a mężczyźni bardziej na sprawczości, na rywalizacji. Wydaje mi się, że istnieje jednak te rozróżnienie na świat męski i kobiecy.

Ktoś kiedyś zadał Ci pytanie, jakie zachowanie człowieka najbardziej cię intryguje. Odpowiedziałaś wtedy - jakkolwiek okropnie to nie zabrzmi, lubię zaburzenia rozwoju. To intrygujące...

Moje studia psychologiczne zaszczepiły we mnie głód wnikania w głowy osób zaburzonych, co też chętnie wplatam do swoich książek. Na zajęciach z psychopatologii w zeszycie z notatkami miałam zawsze milion zapisków, które były inspiracjami do budowania postaci w moich książkach. To też jest swoista wartość dodana do moich powieści. Nie chcę, by stanowiły tylko formę rozrywki, ale żeby poszerzały również wiedzę odbiorców. Bo tak naprawdę o tych zaburzeniach niewiele się mówi, często są one demonizowane. Pamiętam jak poszłam pierwszy raz na zajęcia do szpitala psychiatrycznego. Byłam przerażona, nie spałam, bałam się tego miejsca. Okazało się, że kierowałam się stereotypami. Po zajęciach obiecałam sobie, że napiszę książkę, której akcja dzieje się w psychiatryku, aby ludziom oddemonizować to miejsce. No i napisałam „Ja chyba zwariuję".

Piszesz książki, w których nie brak błyskotliwego humoru sytuacyjnego. Tak piszą recenzenci, krytycy literaccy. Humor to taki dobry sposób, sprawdzony na wszelkie problemy?

Mam wrażenie, że jako naród jesteśmy przygnębionymi przez życie ponurakami. Wystarczy przejść się ulicą i zobaczymy ludzi ubranych w ciemne kolory, idących ze spuszczonymi głowami, dziwnie a czasami alergicznie reagujących na to, że się do nich uśmiechasz. Jakkolwiek to nie zabrzmi, ja nigdy nie myślałam, że będę pisać komedie. Tym bardziej, że nie jestem przesadną optymistką, raczej realistką, nie chodzę z głową w chmurach, nie bujam w obłokach. Kiedy siadam do pisania komedii właściwie nie wiem, jak to się dzieje, ale sceny przychodzą same i też bardzo dobrze się wtedy bawię, książkowa atmosfera bardzo mi się udziela.

Bohaterowie, ich historie, przeżycia zostają Ci w głowie?

Ludzie z mojego otoczenia potrafią już rozszyfrować jaką książkę piszę. Gdy piszę komedię, to jestem roześmiana, bardzo radosna. Ale to ma też swoje minusy. Pamiętam, że jak pisałam książkę „Bez Ciebie", o przemocy domowej, to udzielały mi się nawet stany lękowe głównej bohaterki. Szłam późno wieczorem ulicą, widziałam mężczyznę, który się do mnie zbliżał i sięgał do kieszeni, a mnie paraliżował strach. Dużo płakałam podczas pisania tej książki.

Skoro już poruszyłaś ten temat i tą książkę. Z kart tej powieści wybrzmiewa pytanie - czy można pokochać po raz drugi, gdy nie jest się w stanie zaufać? Jak sobie z tym poradzić z psychologicznego punktu widzenia?
Z psychologicznego punktu widzenia, raczej nie da się stworzyć relacji, gdy nie jest się w stanie zaufać. Ale też tak trochę już abstrahując od tej książki i od tej konkretnej sytuacji, myślę, że człowiek jest w stanie się zakochać po raz któryś, ale najpierw musi być w zgodzie z samym sobą, przepracować pewne rzeczy. „Bez Ciebie" jest też próbą zwrócenia uwagi na to, że nie zawsze uśmiech na twarzy jest oznaką szczęścia, bo gdzieś tam w tych pozornie bezpiecznych czterech ścianach dzieje się zupełnie co innego. Ludzie często przybierają maski. Nie zawsze ten człowiek, który jest szczęśliwy w mediach społecznościowych musi być szczęśliwy w życiu. Warto spojrzeć na człowieka inaczej, warto głębiej wniknąć w jego sytuację, bo wiele osób nie dostaje pomocy wtedy, kiedy jej potrzebuje właśnie dlatego, że to jest taka gra pozorów.

Kontynuacją powieści „Bez ciebie" jest książka „Jeszcze raz". W opisie wydawcy jest chwytliwe pytanie - Jak daleko można się posunąć, by odzyskać utraconą miłość? No właśnie, jak daleko? Tak daleko jak pozwala sumienie?
W książce tej balansuję na granicy między miłością, a obsesją. Moja bohaterka decyduje się na działania, które bardzo wykraczają poza jej sumienie. Ba, naraża wręcz swoje życie, żeby zwrócić na siebie uwagę ukochanego, więc myślę, że to już jest bardzo mocne przekroczenie pewnych granic, ale z drugiej strony ona sama sobie tłumaczy, że robi to w imię miłości. Osobiście myślę, że w walce o miłość można się posunąć do takich działań, którymi nie naruszamy wolności, pewnych granic drugiego człowieka. Chociaż mówi się przecież, że w miłości wszystkie chwyty są dozwolone.

A co robi bohaterka książki „Takie rzeczy tylko z mężem", bo ona też walczy o tę miłość, o uwagę?
Zuzanna przez cztery tomy właściwie próbuje odzyskać uwagę Ludwika. To mąż nieobecny, dla którego bieganie w kraciastych spodenkach po lesie jest ciekawsze, niż życie rodzinne. I Zuzanna posuwa się do bardzo różnych kroków, aby zwrócić na siebie jego uwagę. Boże, czego ja jej tam nie powymyślałam (śmiech). Pomijając jakieś próby uwodzenia go, to ona nawet posuwa się do tego, że w pewnym momencie mieszka w domu z byłym narzeczonym i z mężczyzną, który jest nią bardzo zainteresowany. Ludwik jest jednak taką postacią, że Zuzanna chyba mogłaby zrobić wszystko, a on i tak w pewnych chwilach nie odróżnia jej od szafy w pokoju. Tak, z pewnością jest to ukazywanie problemów małżeńskich na wesoło. Niestety, żyjemy w czasach, w których ludziom zwyczajnie nie chce się rozwiązywać małżeńskich problemów, co w następstwie owocuje licznymi rozwodami, a wymiana partnera na lepszy model stała się bardzo powszechna.

Wyczytałem gdzieś, że ponoć również jesteś fanką literatury erotycznej.
Przez długi czas recenzowałam książki dla wielu wydawnictw i czytałam różne gatunki. Od długiego czasu mam jednak wrażenie, że dzisiaj literatura erotyczna jest poniżej poziomu, który akceptuję. Sprowadza się do czystego pożądania, fizjologii, jest odhumanizowana, a ja literaturę erotyczną definiuję przez pryzmat miłości. Chodzi po prostu o dobry smak.

Ile erotyzmu jest w tych książkach?
Zdarzają się pikantne sceny, ale to seks jest elementem miłości, nie miłość elementem seksu. Wydaje mi się, że miłość ma tyle ciekawych komponentów, że nie warto się skupiać na tym jednym i właśnie tego nie lubię w literaturze erotycznej, spłycania wszystkiego do seksu.

Dziękujemy Sztuce Wyboru za udostępnienie wnętrz do sesji zdjęciowej

Barcelona to raj dla miłośników architektury

BARCELONA
PULS MIASTA

AUTORKA: MARTA LEGIEĆ

Barcelona wrze! O każdej porze dnia i nocy. Dużo tu gwaru i napełnionych musującą cavą kieliszków. Jedno z najbarwniejszych miast w Europie potrafi orzeźwić jak dzban sangrii i uzależnić niczym narkotyk. To też miejsce dla poszukiwaczy estetycznych wrażeń, niekoniecznie szukanych według przewodnika. Wystarczy dać się ponieść miastu.

Polscy turyści potrafią być tu nieznośni. Przynajmniej dla przewodników. Kiedy leniwie spacerowałyśmy wąskimi uliczkami dzielnicy Ribera, Beata zwróciła uwagę na pewien zaułek. - Widzisz tę ulicę. Pokazujemy ją zawsze Polakom i mówimy, że jest to "ta" ulica. - Ta? - nie bardzo rozumiem. - Przez wiele lat, kiedy ja i inni przewodnicy przyjeżdżaliśmy tu z grupami Polaków, ci nie dawali nam spokoju. Niemal każdy chciał, by pokazać mu ulicę z piosenki Łazuki "Uliczkę znam w Barcelonie, w uliczkę wyskoczy Boniek...". Nic nie dawały tłumaczenia, że autor tekstu ową ulicę sobie zwyczajnie wymyślił. Kilku przewodników doszło do wniosku, że prościej będzie pokazywać turystom jedną z ulic. Ustaliliśmy, że to będzie właśnie ta - opowiada Beata z szerokim uśmiechem na ustach.

LA RAMBLA

W taki oto sposób przewodnicy zyskali zadowolonych klientów, którzy zobaczenie uliczki z mundialowego hitu z 1982 stawiają sobie za cel. Są też tacy, którzy podążają śladami bohaterów filmu "Vicky Cristina Barcelona", w którym pokazane jest wszystko to, co w mieście najpiękniejsze. Stolica Katalonii zyskała po tym filmie fanów, podobnie jak Berlin, który przypomniał o sobie po premierze filmu "Good Bye Lenin". Albo tacy, którzy wędrują śladami wielkich artystów modernizmu, kierunku znanego u nas jako secesja. Mówisz Barcelona – myślisz Gaudí.

La Rambla, jedna z arterii starego miasta prowadząca ku Morzu Śródziemnemu jest jednym z najlepszych miejsc, aby wyczuć puls miasta. To serce i salon miasta, gdzie można spotkać całą Barcelonę. Gwarny, pełen turystów deptak, którego poszczególne odcinki wiodą od romańskiego kościoła Santa Anna do ptasiego targu i straganów z kwiatami, obok pięknych przykładów architektury renesansowej i barokowej. Za przewodników służą tu pałac Moja, kościół Betlem i szpital Santa Creu, a dalej pałac Palau de la Virreina, teatr Gran Teatre Liceu. Krytą halę targową La Boqueria na tyłach La Rambla zna każdy smakosz odwiedzający Barcelonę. Stragany uginają się tu od serów, suszonej szynki, ryb i warzyw nagrzanych katalońskim słońcem.

Są też bajkowe projekty Antonia Gaudíego, które stały się symbolami miasta, z parkiem Güell, kamienicą La Pedrera i nadal nieukończoną świątynią Sagrada Família na czele - jej budowa trwa od 1882 roku, a koniec prac przewiduje się na 2028 rok. Rzadko się zdarza, by jeden człowiek tak mocno wpłynął na wizerunek miasta, że niemal go zdominował. Szalone projekty Gaudíego obowiązkowo muszą znaleźć się na liście rzeczy do zobaczenia. Podobnie jak miasto poza granicami historycznego centrum, gdzie płynie leniwe, proste życie. Gdzie mieszkańcy siedzą w kafejkach, barach, rozmawiają, robią zakupy.

MIASTO ZWRÓCONE KU MORZU

Na każdym kroku można znaleźć miejsca stworzone po to, aby przebywanie w nich sprawiało przyjemność. Dla jednych będą to miejscowe bary, dla innych stadion Camp Nou, na którym na co dzień gra FC Barcelona. Stadion może pomieścić blisko 100 000 osób, będąc jednym z największych tego typu obiektów na świecie. Tylko do FC Bar-

celona Museum przyjeżdża każdego roku ponad 1,5 mln osób. Imponujący wynik.

Barcelona jest miastem zwróconym ku morzu, a jej morska fasada stanowi zbiór różnych stylów artystycznych. Les Drassanes, dawne stocznie i siedziba Muzeum Morskiego, oraz Llotja, budynek giełdy morskiej, są przykładem średniowiecznych obiektów portowych. Domy z podcieniami prowadzą do Parku Ciutadella, Wioski Olimpijskiej i Portu Olimpijskiego. Barceloński port jest miejscem kosmopolitycznym i tętniącym życiem. Tu w najmodniejszych okularach spaceruje się nadmorskim deptakiem, ocienionym równym rzędem palm. Z portowych tawern unoszą się zapachy smażonych ryb i duszonych w winie owoców morza.

Dom Gaudiego

Port w Barcelonie

PLAŻA I IMPREZA

Co ciekawe, do 1992 roku Barcelona nie mogła pochwalić się plażą z prawdziwego zdarzenia. Dopiero przed Igrzyskami Olimpijskimi na plażę zaadaptowano poprzemysłowe tereny nadbrzeża, tworząc miejsce wypoczynku o długość blisko 4 kilometrów. O każdej porze roku pojawiają się tu młodzi wielbiciele zabawy. Mają tu swój raj. Kiedy starsi opuszczają teren i udają się na swoje wieczorne potańcówki, małolaty wypełniają restauracje i kluby tętniące muzyką do białego rana. Dosłownie. Impreza, szczególnie w lokalach przy plażach, trwa zwykle do świtu kolejnego dnia. Grające głośną muzykę przybytki pełne są ludzi codziennie. Przez ulicę, na której znajdują się wyłącznie bary tapas, przed północą nie sposób się przecisnąć. Trudno się dziwić, każdego roku 8 milionów turystów odwiedza Barcelonę, co sprawia, że jest trzecim najchętniej odwiedzanym miastem Europy, tuż po Londynie i Paryżu.

Barcelońskie place należą do najpiękniejszych na świecie

NAJLEPSZY FAST FOOD W EUROPIE

Mało jest rzeczy tak typowo hiszpńskich jak "tapeo", czyli wędrowanie od baru do baru, by przy lampce czerwonego wina lub kuflu piwa delektować się małymi przekąskami lub przystawkami. Na ogół stoi się opartym o kontuar baru i wybiera z kontuaru to, na co ma się ochotę: trochę tego, trochę tamtego: tapas, pinchos, montaditos, raciones... Powodzenie tego specyficznego sposobu jedzenia „po hiszpańsku" polega na tym, że pasuje on doskonale do modnego obecnie, szybkiego i nieformalnego spożywania posiłków. Prawdopodobnie jest to najlepszy "fast food" w Europie. Wśród klasycznych „tapas" pojawiają się wędliny, słone ziemniaki czy migdały, oliwki i marynaty, konserwy z ryb, krokiety, pierogi smażone, ostra zielona papryczka, małe szaszłyki z różnych składników. Lista wydłuża się w nieskończoność. Stolica Katalonii idealnie nadaje się do tego, by spojrzeć na nią poprzez jej smaki.

Kościół Najświętszego Serca Pana Jezusa

PORSCHE ROAD TOUR

SZCZĘŚCIE MIERZONE ILOŚCIĄ KONI MECHANICZNYCH

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

4195 koni mechanicznych i blisko 6 milionów złotych. Takie parametry reprezentowała tegoroczna stawka Porsche Road Tour 2018. Impreza, za sprawą lokalnego dealera marki – firmy Porsche Centrum Sopot, ponownie trafiła na Pomorze. W barwnej kolumnie jechało 9 samochodów. Wśród nich przedstawiciele każdego z 5 oferowanych modeli, w różnych specyfikacjach.

Tegoroczna edycja Porsche Road Tour to przede wszystkim zupełnie nowa trasa, prowadząca z Sopotu, przez Gdynię, Rumię i Wejherowo do Lęborka. Stamtąd grupa odbija na południe, aby dotrzeć do Hotelu Kiston w okolicach Sulęczyna, a następnie przez między innymi Szymbark, Żukowo i Chwaszczyno, powrócić do Sopotu.

Około 200 kilometrowy odcinek, zgodnie z ideą imprez typu "road tour", pozwala przetestować samochody w różnych, drogowych warunkach, jeden po drugim. To doskonała opcja dla osób, które wahają się co do wyboru swojego nowego Porsche i chcą w powtarzalnych warunkach przetestować i porównać różne modele bezpośrednio po sobie. Trasa opracowana została w taki sposób, aby umożliwić ocenę komfortu jazdy, parametrów jezdnych, ale także walorów w postaci np. systemu audio.

Instruktorzy, którzy czuwają i podpowiadają jak bezpiecznie i rozsądnie posłużyć się tymi samochodami, pozwalają skorzystać między innymi z tak zwanej procedury startu – która dba o to, aby wprawienie w ruch samochodu było maksymalnie efektywne. Sporo praktycznych rad dawał uczestnikom Michał Kościuszko, dwukrotny rajdowy wicemistrz świata w klasyfikacji JWRC i PWRC.

Do dyspozycji były następujące modele: Panamera Turbo S E-Hybrid Sport Turismo, Panamera Turbo, 911 Turbo S, 911 4 GTS Cabrio, 718 Boxster, 718 Cayman GTS, Macan GTS, Cayenne Turbo. Najwięcej emocji wśród uczestników wzbudziły najmocniejsze samochody – 580-konne 911 Turbo S z napędem na 4 koła oraz jeszcze mocniejsza Panamera Turbo S E-Hybrid Sport Turismo. Do jego napędu przewidziano układ hybrydowy o łącznej mocy 680 KM, z czego

Fot. Marcin Wiła / moto3m.pl

550 KM generuje podwójnie doładowany benzynowy silnik V8, a resztę dokłada jednostka elektryczna. Dzięki temu samochód uzyskuje setkę już po 3,4 s.

Oczywiście, największa frajda jest po włączeniu ustawienia Sport Plus. Panamera zupełnie wtedy zmienia oblicze, jak Dr Jekyll i Mr. Hyde. Zawieszenie od razu staje się twardsze, wciskamy pedał gazu i czujemy się jak w samolocie na pasie startowym słuchając uwertury dźwięków z wydechu pięknie oddających drzemiącą pod maską moc. Ale Panamera zrzuca skórę drapieżcy, gdy przełączymy ją w tryb hybrydowy lub elektryczny. W tym ostatnim może sunąć bezszelestnie przez 49 kilometrów.

911 to samochód legenda, kwintesencja auta sportowego, który w ucywilizowanej wersji podbił drogi publiczne na całym świecie. W wersji Turbo S dostarcza kierowcy dzikiej wręcz euforii, szczególnie gdy można włączyć tryb Sport i wcisnąć pedał gazu. Napęd na 4 koła sprawia, że tego potwora prowadzi się pewnie i czujemy się przyklejeni do drogi.

Możliwości tej najmocniejszej odmiany 911 sprawiają, że nie tylko podczas rozpędzania, lecz także hamowania i pokonywania zakrętów uśmiech nie schodził z twarzy. Warto wspomnieć, że to auto potrafi przyśpieszyć do „setki" w czasie 2,9 sekundy! A jeśli wolisz bardziej spokojną, płynną jazdę, to 911 Turbo S potrafi być łagodne jak baranek i oszczędne jak Amerykanin w czasie prohibicji – „wypije" zaledwie 12 litrów na 100 km.

Samochody marki Porsche są wyjątkowe. Ekskluzywne, eleganckie, drapieżne, a oferta marki jest uniwersalna. Jednak, aby się o tym wszystkim przekonać trzeba doświadczyć tego samemu. I to właśnie po to organizuje się takie imprezy.

Fot. Marcin Wiła / moto3m.pl

SMART W ELEKTRYCZNYM WYDANIU

IDEALNY, MIEJSKI SAMOCHÓD

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

Spalinowa motoryzacja przeżywa obecnie kryzys, a receptą na problemy ze smogiem i zanieczyszczeniem powietrza są hybrydy lub – idąc krok dalej – samochody w pełni elektryczne. Władze europejskich metropolii najchętniej widziałyby u siebie pojazdy o takim właśnie napędzie i do tego o małym nadwoziu. W tym miejscu rysuje się obraz idealnego, współczesnego samochodu o miejskim charakterze. Takiego jak Smart ForTwo i ForFour.

Od samego początku swojego istnienia Smart wzbudzał emocje i był na językach wszystkich. Mały, miejski samochód, który zmieści się wszędzie. Sceptycy wytykali mu tylko dwa miejsca w kabinie, na co producent szybko zareagował kampanią reklamową:

Statystyki pokazują, że samochodem najczęściej podróżuje średnio 1,2 osoby. Smart jest hojny i oferuje aż dwa miejsca!

Ta idea przyświeca producentowi do dzisiaj, ale w III generacji koncepcja została wzbogacona o wersję ForFour, z dodatkową parą drzwi i tylną kanapą, co jeszcze bardziej wzbogaciło ofertę tego producenta. Kolejnym, wydawać się może, naturalnym krokiem, było zaoferowanie Smartów z elektrycznym napędem. Tegoroczna nowość w salonie BMG Goworowski w Gdyni, pozwala przekonać się o dodatkowych zaletach tego modelu.

Smart w elektrycznej wersji zachowuje wszystkie cechy modeli spalinowych. Ma jednak nad nimi przewagę w postaci bezemisyjności, całkowitej ciszy w kabinie i tańszej eksploatacji, niż ma to miejsce w przypadku wersji spalinowych. Agregat o ekwiwalencie mocy równej 81 KM znajduje się z tyłu pojazdu i napędza tylne koła. Maksymalny moment obrotowy wynoszący 160 Nm dostępny jest już od samego „dołu". Aby się o tym przekonać wystarczy wcisnąć pedał gazu, aby poczuć stałą moc i równomiernie narastającą prędkość.

Smart ForTwo w elektrycznej wersji potrzebuje zaledwie 4.9 sekundy na przyspieszenie od 0 do 60 km/h (11.5 do 100 km/h). Większy ForFour potrzebuje na to 5.5 sekundy (do 100 km/h 12.7). Maksymalnie, oba modele, pojadą 130 km/h. Parametry te są w pełni wystarczające do sprawnego przemieszczania się w miejskich warunkach. Aktualne wcielenie Smarta jest też znacznie dojrzalszą konstrukcją od poprzedników, w kwestii jakości wykończenia i oferowanego komfortu.

Zasięg obu modeli na w pełni naładowanych akumulatorach wynosi do 160 kilometrów. Czas ładowania uzależniony jest od używanej technologii. W przypadku szybkich ładowarek, naładowanie baterii od poziomu 10% do 80% zajmuje około 3.5 godziny. W przypadku domowego gniazdka ta sama czynność potrwa około 6 godzin.

Nasze jazdy testowe pokazały, ze takie rozwiązanie naprawdę ma sens. Smart w miejskich warunkach radzi sobie perfekcyjnie. Ogromny zakres skrętu kół sprawia, że jest niezwykle zwrotny, napęd elektryczny nadaje mu wyjątkową dynamikę, a ekologiczna świadomość nie emitowania spalin poprawia samopoczucie.

Niestety, ponieważ wciąż jest to nowość na naszym rynku, trzeba liczyć się z niemałymi kosztami i ograniczeniami z dostępnością do infrastruktury ładującej. Smart ForTwo w elektrycznym wydaniu kosztuje bazowo 94 500 złotych. Prezentowany egzemplarz z wyposażeniem to wydatek 114 740 zł. Odmiana 4 drzwiowa ForFour kosztuje minimum 96 000 zł, a prezentowany na zdjęciach egzemplarz 120 073 zł. Zapraszamy do salonów BMG Goworowski na jazdę próbną.

Słoneczny wypoczynek 100 metrów od morza

już od 266 zł os. doba

7 nocleg GRATIS

dzieci do lat 6 GRATIS

pobyty All Inclusive

wyśmienita kuchnia

animacje dla dzieci
zajęcia z profesjonalnymi animatorami

strefa dla dzieci - 180 m²
sala zabaw, kraina zabaw, zewnętrzny plac zabaw

program Twoje Dziecko - Ważny Gość
liczne udogodnienia dla dzieci

4kids travel RECOMMENDATION

Forbes Rekomendacje

ASTOR ★★★ HOTEL

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

KRÓLEWSKIE KLASYKI W GDAŃSKU

AUTOR: MARCIN WIŁA

Jest ich ponad 20 i należą do elity motoryzacji uznawanej za najbardziej luksusową na świecie. Wszystkie z nich wyprodukowano przed 1940 rokiem, są w nienagannym stanie i odwiedziły Gdańsk. Zabytkowe Rolls-Royce'y członków zrzeszenia 20-Ghost Club z Wielkiej Brytanii przemierzały Polskę oraz Niemcy w ramach wyprawy "Tour of Poland & Germany 2018".

Firma Rolls-Royce została założona przez Charlesa Rollsa i Henry'ego Royce'a w 1905 roku w Manchesterze. W 1908 przedsiębiorstwo przeniesiono do Derby, a w 1946 do Crewe, gdzie do dzisiaj powstają te elitarne samochody. Od 2003 roku marka jest własnością BMW. Firma nigdy w swojej historii nie oferowała samochodów popularnych i dostępnych dla ogółu społeczeństwa. Zawsze były to duże, luksusowe samochody z charakterystyczną statuetką Spirit of Ecstasy (Duch ekstazy) na masce, będące synonimem bogactwa i najwyższej klasy.

Bazą dla uczestników i wszystkich samochodów w Gdańsku był hotel Dwór Oliwski. W zacisznym, pięknie zlokalizowanym obiekcie zaparkowały klasyczne, nawet ponad 100-letnie Rolls-Royce'y. Wśród samochodów, które można było podziwiać na trasie przejazdu, każdy jest wyjątkowy.

Licznie reprezentowana była grupa najstarszych modeli Silver Ghost. Te produkowane od 1906 roku samochody posiadają 7 i 7.5 litrowe silniki. Dzisiejsza wartość tych modeli to od około 800 000 zł wzwyż. Najdroższe egzemplarze sprzedawane są nawet za kwotę przekraczającą 1 milion funtów brytyjskich (ponad 6 mln. zł).

W Gdańsku nie zabrakło też „Upiorów", czyli modeli Phantom. To bardzo duże i niezwykle luksusowe samochody. Ich waga często oscyluje wokół 3 ton, a w przypadku Phantoma I, nawet 4000 kg. Samochody te oferują ponadprzeciętny komfort jazdy jak na tamte lata i są przystosowane do długotrwałej jazdy z prędkościami rzędu 55-65 mil na godzinę. Egzemplarze w idealnym lub bliskim ideałowi stanie warte są dzisiaj od 100 000 do 180 000 funtów (500 000 – 900 000 zł).

Bardzo rzadkim modelem jest 25/30 HP. Ta seria modelowa trafiła na rynek w 1936 r., Samochody korzystały z silnika 4.25 litra o mocy 115 KM. Powstało tych samochodów zaledwie 1201 sztuk, a rozbieżność ich cen jest bardzo duża – od 30 000 funtów do ponad 200 000 (150 000 – 1 000 000 zł).

Najniższym modelem w hierarchii tej królewskiej marki jest z kolei 20 HP. Ten produkowany od 1922 do 1929 roku samochód był zauważalnie mniejszy niż Silver Ghost. Samochód odniósł natychmiastowy sukces i przyciągnął innego typu kierowcę. Stał się szczególnie popularny wśród lekarzy i prawników, dając im niezawodny i wyróżniający się samochód, ale bez przepychu i ostentacji Silver Ghosta lub Phantoma. Zbudowano łącznie 2940 egzemplarzy 20 HP, a ich dzisiejsze ceny zwykle nie przekraczają wartości 500 000 zł.

Fot. Materiały prasowe

Fot. Materiały prasowe

Fot. Marcin Wiła / moto3m.pl

Fot. Marcin Wiła / moto3m.pl

RENAULT
Passion for life

Renault
Seria specjalna **LIMITED**
Wyznaczamy nowe limity

Zyskaj do **25 000 zł**
i **ubezpieczenie od 2,9%***

• radio cyfrowe z Bluetooth® • klimatyzacja • czujniki cofania • felgi aluminiowe

* Maksymalna kwota zysku 25 000 zł w przypadku Renault TALISMAN w wersji LIMITED składa się z rabatu 25 000 zł na samochody do natychmiastowego odbioru. Rabat 25 000 zł łączy się z pakietem ubezpieczeń 3,9% dostępnym w ramach Renault Finansowanie. W przypadku pozostałych wybranych modeli osobowych Renault w wersji LIMITED promocyjna stawka ubezpieczenia wynosi 2,9%. Roczny pakiet ubezpieczeniowy w programie Renault-PZU (AC, OC, NW, PZU Auto Pomoc) lub Renault-HESTIA (AC, OC, NW, Assistance) w cenie już od 2,9% wartości samochodu dostępny wyłącznie z ofertą Renault Finansowanie dla wybranych modeli osobowych Renault. Oferta ubezpieczenia od 2,9% skierowana jest do klientów indywidualnych oraz małych i średnich przedsiębiorstw. Liczba samochodów w promocji ograniczona. Stan na dzień 6.06.2018. O szczegóły oferty zapytaj najbliższego Autoryzowanego Partnera Renault lub sprawdź na odreki.renault.pl. Zużycie paliwa w cyklu mieszanym dla różnych wersji modelu Renault Clio wynosi od 3,3 do 6,1 l/100 km, a emisja CO_2 od 85 do 127 g/km; dla Renault Megane wynosi od 3,7 do 6,4 l/100 km, a emisja CO_2 od 95 do 144 g/km; dla Renault Talisman wynosi od 3,9 do 6,0 l/100 km, a emisja CO_2 od 102 do 135 g/km. Wartości te zostały określone w ramach oficjalnych procedur badawczych przeprowadzonych w warunkach laboratoryjnych zgodnie z przepisami obowiązującymi w dniu publikacji. Zużycie paliwa oraz emisja CO_2 w spalinach konkretnego pojazdu w rzeczywistych warunkach drogowych mogą się różnić od podanych wyników pomiarów, gdyż na wartości te wpływają m.in. takie czynniki, jak: masa pojazdu (zależna od liczby pasażerów i obciążenia, a także od zainstalowanego wyposażenia dodatkowego), jego stan techniczny (np. ciśnienie w oponach), umiejętności i zachowania kierowcy oraz warunki drogowe (natężenie ruchu, stan nawierzchni itp.). Koncern Renault w ramach programu Driving ECO2 wyposaża swoje samochody w rozwiązania, które pomagają kierowcy aktywnie wpływać na ekonomiczną i ekologiczną jazdę i tym samym przyczyniają się do ochrony środowiska. Samochody koncernu Renault budowane są również, zgodnie z przepisami dotyczącymi wymogów ochrony środowiska, z wykorzystaniem części i materiałów pochodzących z odzysku i recyklingu. Szczegółowe informacje dotyczące spełniania wymogów ochrony środowiska znajdują się na renault.pl i u Autoryzowanych Partnerów Renault.

Renault zaleca elf

renault.pl

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

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

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

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

JAGUAR E-PACE NA DRODZE I NA TORZE

TEKST I ZDJĘCIA: MARCIN WIŁA

“Art of Performance Tour” – pod takim hasłem odbyła się impreza zorganizowana przez markę Jaguar i gdańskiego dealera British Automotive. Klienci i zaproszeni goście mieli okazję do przetestowania modelu E-Pace w wersjach z silnikami benzynowymi i wysokoprężnymi. Najnowszy, kompaktowy SUV został sprawdzony w warunkach drogowych i torowych.

E-Pace to kompaktowy SUV, który rozpoczyna nowy rozdział w historii brytyjskiej marki, wprowadzając ją do najpopularniejszego obecnie segmentu na rynku motoryzacyjnym.

Do Gdańska przyjechała flota 5 egzemplarzy E-Pace. Wyposażone są one w najmocniejsze benzynowe silniki 2.0 300 KM określane mianem P300 oraz mocne jednostki wysokoprężne 2.0 240 KM D240. Ponadto w imprezie uczestniczył również samochód demonstracyjny gdańskiego salonu. Jest to egzemplarz z silnikiem D180 (2.0 180 KM) i napędem na 4 koła.

Piątkowe jazdy na torze Autodrom Pomorze pokazały sportowe geny nowego Jaguara, który stylistycznie nawiązuje do topowego, sportowego modelu F-Type. Najprzyjemniej na torze zachowywał się oczywiście najmocniejszy, benzynowy wariant z silnikiem o mocy 300 KM. Tradycyjnie dla tego typu aut, E-Pace wykazuje silną tendencję do podsterowności, a wprowadzenie go w kontrolowany poślizg jest zadaniem raczej dla profesjonalistów.

- Podoba mi się rozkład napędu pomiędzy przednią i tylną osią, ale także płynne żonglowanie momentem obrotowym przekazywanym na prawą i lewą stronę samochodu. Pracę układu można podglądać w czasie rzeczywistym na centralnym ekranie – ocenia Maciej Pawelec, instruktor jazdy wyścigowej z ODTJ Autodrom Pomorze.

Nowy Jaguar oferowany jest w 4 wersjach wyposażeniowych. Podstawowy to po prostu E-Pace, bardziej rozbudowany jest wariant E-Pace S oraz SE, a najbogatszym w gamie jest model HSE. Ceny rozpoczynają się od 145.900 złotych za podstawowy wariant z przednim napędem i manualną skrzynią biegów. Napęd na 4 koła wymaga dopłaty 11.500 zł, a skrzynia automatyczna 11.100 zł. Najdroższy wariant, z 300- konnym silnikiem benzynowym i napędem AWD to wydatek od 277.100 zł.

SAMOCHODY DOSTĘPNE OD RĘKI W NAJLEPSZYCH CENACH W HISTORII

www.jlrgdansk.pl

JAGUAR

THE ART OF PERFORMANCE

Szczegóły oferty u Dilera marki Jaguar British Automotive Gdańsk. Powyższe ma charakter informacyjny i nie stanowi oświadczenia gwarancyjnego ani oferty handlowej w rozumieniu przepisów kodeksu cywilnego.

SAMOCHODY DOSTĘPNE OD RĘKI W NAJLEPSZYCH CENACH W HISTORII

www.jlrgdansk.pl

LAND ROVER

ABOVE & BEYOND

Szczegóły oferty u Dilera marki Land Rover British Automotive Gdańsk. Powyższe ma charakter informacyjny i nie stanowi oświadczenia gwarancyjnego ani oferty handlowej w rozumieniu przepisów kodeksu cywilnego.

Z TRÓJMIASTA DO AMERYKI POŁUDNIOWEJ

„Widok, który po dwóch godzinach jazdy znienacka ukazał się za oknem, mógł zwalić z nóg. Zatoka pełna żaglowców, których maszty rozświetlały setki maleńkich świateł - białych, żółtych, beżowych - odbijających się w spokojnej tafli ciemnej wody. Latynoskie żaglowce znane są z imponujących iluminacji.

Wieczorna zatoka Maldonado w Punta del Este

ŚLADAMI WIELKICH ŻAGLOWCÓW

TEKST I ZDJĘCIA: KRZYSZTOF ROMAŃSKI

Jedni lubią motocykle, szybkie samochody, inni jazdę konną. Niektórzy kolekcjonują buty, zbierają kapsle albo autografy. Ludzie mają przeróżne pasje. Moją są żaglowce. To pasja na tyle silna, że zaprowadziła mnie na drugi koniec świata. Korzystając z zaproszenia kolumbijskiej marynarki wojennej, popłynąłem w rejs na trzymasztowym barku Gloria. Przy okazji postanowiłem sprawdzić, jak wyglądają zloty żaglowców w Ameryce Południowej.

W Trójmieście przyzwyczajeni jesteśmy do widoku wysokich masztów. Stałym rezydentem gdyńskiego portu jest statek-muzeum Dar Pomorza. Każdego roku na Motławie odbywa się Baltic Sail, a co kilka lat Gdynia jest gospodarzem The Tall Ships Races. W imprezach tych bierze udział sporo jednostek, jednak rzadko są to żaglowce spoza Europy. W tym wieku wyjątkiem był tylko amerykański Bounty (w 2011 r. w Gdańsku) i meksykański Cuauthemoc.

Nocą w Montevideo

18 PORTÓW, 12 KRAJÓW

Żeby w jednym miejscu zobaczyć wielkie żaglowce z krajów takich jak Brazylia, Argentyna, Chile czy Wenezuela, trzeba wybrać się na Valas Latinoamérica. Ta ogromna impreza odbywa się raz na 4 lata. Biorą w niej udział jednostki szkolne marynarek wojennych państw Ameryki Południowej i zaproszone żaglowce z innych części świata. Flota Velas Latinoamérica żegluje dookoła kontynentu - po drodze zawijając na kilka dni do najważniejszych miast. W tegorocznej edycji, która trwa od marca do września, żaglowce odwiedzają łącznie 18 portów w 12 krajach po obu stronach Ameryki Południowej i na Karaibach.

Nie mogło mnie tam zabraknąć. Z oczywistych względów musiałem jednak ograniczyć swój pobyt do 3 miejsc. Wybór padł na Punta del Este i Montevideo w Urugwaju oraz Buenos Aires w Argentynie. Podróż z Trójmiasta na urugwajskie wybrzeże zajęła mi ponad 40 godzin. Ostatni odcinek trasy pokonałem siedząc w wygodnym fotelu międzymiastowego autokaru, mknącego spowitą w ciemnościach autostradą do Punta del Este. I dobrze, że siedziałem, bo widok, który po dwóch godzinach jazdy znienacka ukazał się za oknem, mógł zwalić z nóg. Zatoka pełna żaglowców, których maszty rozświetlały setki maleńkich świateł - białych, żółtych, beżowych - odbijających się w spokojnej tafli ciemnej wody. Latynoskie żaglowce znane są z imponujących iluminacji.

PUNTA DEL ESTE

Punta del Este to najbardziej znany, a co za tym idzie, najdroższy kurort w Ameryce Południowej. Miasto upodobali sobie zwłaszcza bogaci Argentyńczycy. Letnią rezydencję ma tam sam Leo Messi, a miejscowa marina pełna jest luksusowych jachtów i motorówek. Port w Punta del Este okazał się jednak za mały i zbyt płytki na przyjęcie floty Velas Latinoamérica, dlatego żaglowce zakotwiczyły na redzie. Coś takiego nie zdarza się nigdzie indziej.

Zlot w kurorcie nad zatoką Maldonado trwał trzy dni. Uczestniczyły w nim niemal wszystkie okręty szkolne Ameryki Łacińskiej: reprezentujący gospodarzy szkuner Capitan Miranda, doskonale znane w Polsce – meksykański bark Cuauthemoc i brazylijska fregata Cisne Branco, ponadto Simon Bolivar z Wenezueli, Gloria z Kolumbii oraz argentyńskie Libertad i Dr Bernardo Houssay. Największymi jednostkami były bliźniacze, mierzące 113 metrów czteromasztowce: chilijska Esmeralda i hiszpański Juan Sebastian de Elcano. W świecie żaglowców to prawdziwa ekstraklasa.

Ustawienie jednostek na zatoce stanowiło dla organizatorów ogromne wyzwanie logistyczne. Cały transport między żaglowcami a lądem musiał odbywać się na motorówkach, które kursowały praktycznie przez całą dobę. Ruch na zatoce powodowały też jachty wożące turystów, pragnących z bliska podziwiać okręty. Choć trzeba przyznać, że także z brzegu były doskonale widoczne. Najwięcej ludzi przychodziło oglądać żaglowce wieczorami. Gdy upał odpuszczał, promenady wzdłuż plaż zapełniały się piknikowymi kocami, a podziwianiu rozświetlonej floty towarzyszyło grillowanie i sączenie wszechobecnej w Urugwaju yerba mate.

Z MONTEVIDEO DO BUENOS AIRES

12 kwietnia nad ranem żaglowce opuściły Punta del Este, by jeszcze tego samego dnia zawinąć do oddalonego o kilkadziesiąt mil morskich Montevideo. Zlot w stolicy Urugwaju odbywał się w sercu portu handlowego, między terminalem kontenerowym i promowym. Przestrzeń była na tyle ograniczona, że wszystkie jednostki musiały cumować parami.

Urugwajski etap Velas Latinoamérica zakończyła morska parada. W niedzielne południe spacerowicze na ciągnącym się kilometrami bulwarze Rambla mieli okazję obserwować wszystkie jednostki idące w jednej linii.

Ja byłem już wówczas na pokładzie kolumbijskiego barku „Gloria". Na zaproszenie dowódcy tamtejszej floty wojennej, towarzyszyłem załodze jako reporter. Przejście do kolejnego portu na trasie - Buenos Aires - trwało niemal 3 dni. Początkowo żeglowaliśmy po Atlantyku, natomiast samo podejście do stolicy Argentyny odbywało się brunatnymi wodami rzeki Rio de la Plata, która w najszerszym punkcie ma ponad 200 km szerokości.

PARADA REJOWA

Popisowy numer załogi „Glorii" to parady rejowe prezentowane podczas każdego wejścia i wyjścia z portu. Kadeci wspinają się na dwa pierwsze maszty i rozchodzą po rejach. Barwy ich koszulek dobrane są w taki sposób, by stworzyć wielką, żywą banderę Kolumbii. Na najwyższych rejach stają kadeci w żółtych, w środku niebieskich, a na dole w czerwonych strojach. Trzymając się stalowej linki rozciągniętej wzdłuż rei, załoga czeka na komendę, by rozpocząć hymn „Glorii". Utwór „Ah ah joy Capitan", wyśpiewany przez kilkadziesiąt gardeł, robi ogromne wrażenie. Gęsia skórka u słuchaczy gwarantowana.

Kolejnym wyróżnikiem kolumbijskiego żaglowca jest wyśmienita kawa podawana na pokładzie. Kolumbijczycy są przekonani, że jest najlepsza na świecie. Jako smakosz małej czarnej musiałem przyznać im rację. Fenomen kolumbijskiej kawy wyjaśnił mi jeden z oficerów: - Brazylia produkuje więcej, ale to my bardziej dbamy o jakość. Nasze uprawy są mniejsze, stosujemy tradycyjne metody, nie dodajemy nawozów sztucznych. Dzięki temu osiągamy kawę, którą sami ze smakiem pijemy - opowiadał, gdy raczyliśmy się w mesie kolejną filiżanką aromatycznego napoju. Wiedział, o czym mówi. Jego rodzina prowadzi plantację kawy w niewielkiej miejscowości niedaleko Cali.

GORĄCA FIESTA

Ostatnie żaglowce dotarły do Buenos Aires 18 kwietnia. Wysokie maszty wspaniale prezentowały się na tle nowoczesnych drapaczy chmur stojących wzdłuż basenu Darsena Norte. W przeciwieństwie do zlotu w Montevideo, organizatorzy rozlokowali jednostki tak, by każda stała bezpośrednio przy nabrzeżu. W weekend port w Buenos Aires przeżył prawdziwe oblężenie. Największą popularnością cieszyła się „Gloria", na której pokładzie trwała gorąca fiesta przy głośnej muzyce, którą osobiście dobierał komendant okrętu. Dominowała rytmiczna, tradycyjna w Kolumbii cumbia.

Odwiedzając pokład chilijskiej „Esmeraldy" podarowałem komendantowi zdjęcie z jedynego jak dotąd pobytu żaglowca w Polsce - wizyty w Gdyni w 1973 r. Wzruszony kapitan zadeklarował, że czarno-biała fotografia autorstwa Zbigniewa Kosycarza znajdzie się w reprezentacyjnym miejscu w jego salonie. Nie był to jedyny prezent, jaki podarowałem południowoamerykańskim żeglarzom. Komendantom wszystkich uczestniczących w Velas Latinoamérica jednostek przekazałem miniaturowe żagle, uszyte w gdańskiej żaglowni Sail Service, na których wcześniej zebrałem podpisy kapitanów i armatorów polskich żaglowców.

Zlot żaglowców w stolicy Argentyny zakończył się w poniedziałek, 23 kwietnia. Tym razem nie było uroczystej parady, choć wyjściu jednostek akompaniowała orkiestra. Z Buenos Aires flota Velas Latinoamérica ruszyła do portu Ushuaia – najdalej na południe wysuniętego miasta świata. Potem patagońskimi kanałami przeszła na Pacyfik i skierowała się na północ. Po drodze zaplanowano postoje w portach Chile, Peru, Ekwadoru, Panamy, Kolumbii, Wenezueli i Curacao. Finał tej ogromnej imprezy odbędzie się 2 września w Veracruz w Meksyku.

Buenos Aires

Parada rejowa na Glorii

POJEDYNEK RYSOWNIKÓW

NA FALI

OLGA FEDRIKO

VS

JANUSZ WYRZYKOWSKI

NA POJEDYNEK WYZYWA: MICHALINA DOMOŃ

Morski sezon wakacyjny uznajemy za otwarty. Łapiemy wiatr w żagle, latawce, albo balansujemy na fali, tej morskiej lub popularności, lansując się w sopockich klubach. Turyści zjechali do Trójmiasta. W kolejnym odcinku Olga Fedriko i Janusz Wyrzykowski sprawdzają jak to jest, być na fali. Ahoj wakacyjna przygodo!

OLGA FEDRIKO

Rysuję, bo...
mam kredki
Mój pierwszy rysunek przedstawiał...
bazgroły
Moją kreatywność pobudzają...
podróże
Artysta dojrzewa, kiedy...
nie dojrzewa
Największe wyzwanie to...
szukanie wyzwań
Kiedy jestem „na fali"...
mogę więcej
Nie odkryjesz nowych lądów, dopóki...
nie ruszysz w drogę
Inspiruje mnie: ocean niewiedzy czy morze możliwości?
ocean niewiedzy
Kiedy idę nad morze to po to, żeby...
przestać myśleć
Jeśli na plażę w Trójmieście to...
rowerem

JANUSZ WYRZYKOWSKI

Rysuję, bo...
nic innego nie umiem, a żyć za coś trzeba
Mój pierwszy rysunek przedstawiał...
wóz strażacki albo Supermana
Moją kreatywność pobudzają...
lepsi ode mnie
Artysta dojrzewa, kiedy...
woli porobić coś innego niż tworzyć
Największe wyzwanie to...
opuszczanie strefy komfortu
Kiedy jestem „na fali"...
to jest fajnie
Nie odkryjesz nowych lądów, dopóki...
nie wejdziesz na Google Maps
Inspiruje mnie: ocean niewiedzy czy morze możliwości?
Ocean niewiedzy. Morze możliwości mnie przytłacza
Kiedy idę nad morze to po to, żeby...
przypomnieć sobie, po co mieszkam w Trójmieście
Jeśli na plażę w Trójmieście to...
kiedyś Sobieszewo, teraz Brzeźno, bo bliżej

- TENNIS -

3CITY CUP

1-2 WRZEŚNIA 2018

KLUB TENISOWY ARKA

UL. EJSMONDA 3, GDYNIA

3CITY TENNIS CUP

NAJWIĘKSZY TURNIEJ TENISOWY
DLA AMATORÓW W TRÓJMIEŚCIE

ZGŁOŚ SIĘ JUŻ DZIŚ !

KOSZT UCZESTNICTWA 120 PLN

W CENIE: UCZESTNICTWO W TURNIEJU, ZAPROSZENIE NA PLEYER'S PARTY WRAZ Z OSOBĄ TOWARZYSZĄCĄ

WSZELKIE PYTANIA PROSIMY KIEROWAĆ NA ADRES:
3CITYTENNISCUP@GMAIL.COM

OSOBY ZAINTERESOWANE PROSIMY
O KONTAKT - 606 603 416

START: 1.09.2018 - godz. 9:00

SPONSORZY:

FUNDATORZY NAGRÓD:

PATRONAT:

EKLEKTYZM DO MIESZKANIA

PROJEKT: DAGMARA IWAŃSKA - IDEALNIE PRACOWNIA PROJEKTOWA **/ FOTO:** MALWINA NOGAJ

Mieszkanie Marty i Dominika o metrażu 90 m2 miało się stać idealnym miejscem do życia nie tylko dla nich, ale także dla dwojga dzieci, dwóch mopsów oraz kota. Biorąc pod uwagę potrzeby „prawdziwie pełnej chaty„ oraz doskonały gust obojga właścicieli i zamiłowanie do pięknych przedmiotów, architektka od początku projektu widziała w tym miejscu olbrzymi potencjał do wykorzystania.

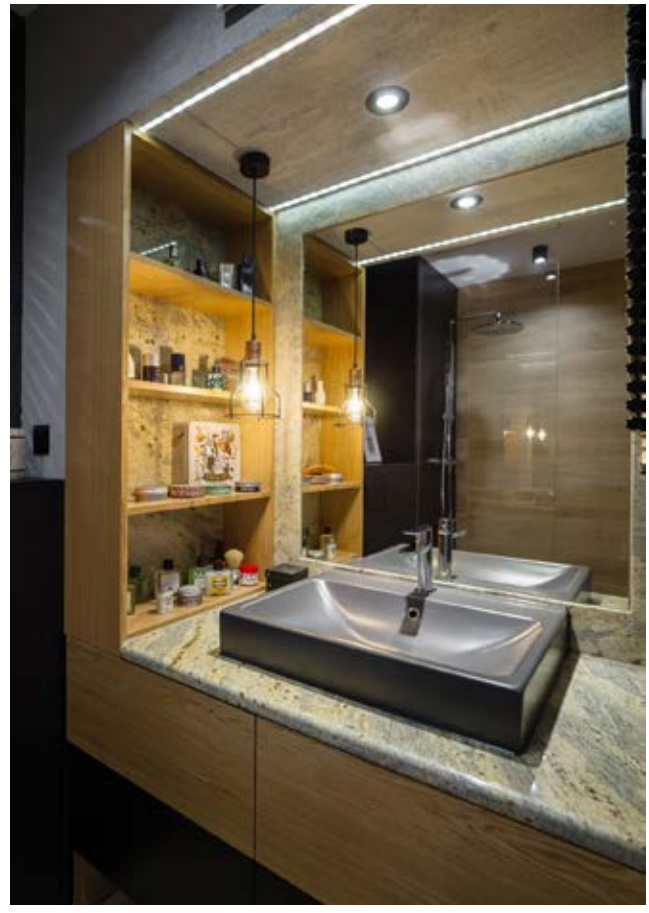
Głównym wyzwaniem projektowym było zaaranżowanie dwóch całkowicie różnych łazienek. Dużej „łazienki księżniczek", jasnej z wanną wolnostojącą oraz mniejszej „łazienki męskiej" z prysznicem.

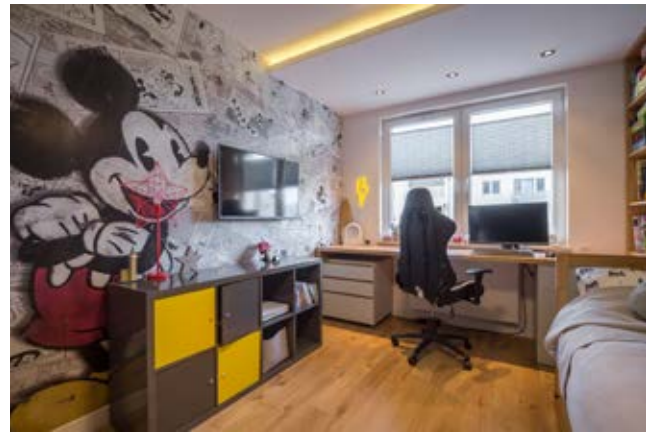
- Subiektywnie oceniając, łazienka Dominika, jest moim ulubionym pomieszczeniem na planie całego mieszkania. Ściany zostały wykończone czarnymi kaflami Tubądzin Toda z kolekcji Macieja Zienia z uzupełnieniem srebrnych cegiełek Cromia26 marki Quintessenza Ceramiche. Wisienką na torcie w tym pomieszczeniu są wykonane z granitu brazylijskiego blat i rama lustra. Efektowna umywalka z szarej ceramiki - Bocchi scala grey idealnie dopełnia temat męskiej łazienki **– mówi Dagmara Iwańska z pracowni Idealnie.**

Przestrzeń ogólna nadaje mieszkaniu domowy klimat. Nuta lasu została zaaplikowana w holu wejściowym przez modną tapetę w brzozy - Woods od Cole&Son. Podłogi zostały wyłożone deskami litymi w odcieniu złoty rustic, zaś do każdego pomieszczenia wchodzimy przez białe, stylizowane drzwi Pol-Skone Vertigo. Ich czarne klamki dopełniają loftowy sznyt.

Opowiadając o mieszkaniu na osiedlu Patio Róży, nie można pominąć tematu sypialni. Tu króluje ściana tapicerowana wykonana przez genialnych fachowców z NICOMAX Gdynia, wg. indywidualnego projektu wykonanego przez pracownię. Na tle dekoracyjnego, miękkiego i wygodnego wezgłowia wiszą dwie miedziane kule (w stylu Tom'a Dixon'a).

Salon w tej realizacji jest otwarty na kuchnię, jego kluczowym elementem było usytuowanie ściany telewizyjnej wraz z konsolą Playstation. Została ona wykonana z czarnego MDF, a w jej bezpośrednim sąsiedztwie zostały zamontowane płyty betonowe. Kuchnia będąca odwołaniem kolorystycznym do mebla telewizyjnego ma wykonany „rękaw z kafli", także z cegiełek Cromia26 (Quintessenza Ceramiche).





MONIKA POTORSKA

PROJEKTOWANIE WNĘTRZ TO RZEMIOSŁO

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

Pracę nad projektem każdego wnętrza zaczyna od długiej rozmowy z inwestorami. Poznaje ich styl życia, pasje, charakterystyczne potrzeby i zachcianki. W głowie rodzą się już pomysły, które przenoszone są na zwykłą kartkę, by potem zmienić się w projekt, a na końcu w piękne wnętrze łączące funkcjonalność i estetykę. O kulisach projektowania wnętrz opowiada Monika Potorska, właścicielka pracowni projektowej Potorska Studio.

Dobrze zaprojektowane wnętrze, to jakie?
Takie, w którym chce się przebywać, które zmusza do kontemplacji, albo takie, które powoduje, że więcej kupuję, co znaczy ni mniej ni więcej, że spełnia swoją funkcję. Są jakieś założenia i te założenia mają być spełnione. Tak jest choćby w przypadku Sztuki Wyboru, w której właśnie siedzimy i rozmawiamy. Założeniem było połączenie przestronnej jasnej kawiarni z księgarnią i galerią sztuki oraz sklepem z polskim wzornictwem i niezależną modą. Wszystko tutaj się ze sobą uzupełnia, a ludzie przychodzą tutaj nie tylko porozmawiać, spotkać się z przyjaciółmi, ale też popracować, szkolić się, biorą udział w warsztatach, wernisażach, itp.. Wszystko dlatego, że nasze biuro projektowe stworzyło do tego komfortowe warunki. Widać, że ludzie lubią tu przebywać, to wnętrze jest bardzo spójne.

Fot. Tom Kurek

Sztuka Wyboru

MONIKA POTORSKA

Właścicielka pracowni projektowej Studio Potorska. Ukończyła studia na wydziale architektury oraz wzornictwa na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku. Specjalizuje się w projektowaniu wnętrz prywatnych i publicznych. Jej ulubiony styl projektowania to współczesne wnętrza, komfortowe, otwarte przestrzenie, w których zachowana jest równowaga pomiędzy formą i funkcją, jak również minimalizm pod względem dekoracyjności wnętrz. Wnętrza, w których są obrazy, przedmioty z podróży, książki i kwiaty. Jest przeciwnikiem udawania oraz imitacji.

Co się kryje pod tym magicznym słowem spójność wnętrza?
To jest mniej więcej jak w muzyce. Muzyka, żeby była do słuchania musi mieć jakąś kompozycję, jakiś rytm, melodię. Wtedy ta muzyka człowieka niesie... We wnętrzach jest podobnie. Spójność to nić wiążąca różne elementy aranżacji wnętrza w taki sposób, że całość wygląda razem bardzo dobrze. Tą nicią może być kolor, kształt lub motyw, czy zastosowane materiały. Projektowanie wnętrz nie polega wyłącznie na ustawianiu mebli, ale na stworzeniu koncepcji, której każdy element będzie tworzył ze sobą spójną całość. Architekt wnętrz, obok zmysłu plastycznego i przestrzennego posiada także wiedzę techniczną, niezbędną do połączenia estetyki i funkcjonalności.

Inaczej się projektuje wnętrza publiczne, a inaczej wnętrza prywatne. Na czym polegają takie zasadnicze różnice?
Na kompromisach. Jeśli projektuję wnętrze prywatne dla kawalera z dwoma psami, to łatwiej mi się zgodzić na pewne ustępstwa, bo wiem, że odbiorcą jest tylko ten jeden człowiek i ewentualnie grono jego znajomych. Wnętrza publiczne poddawane są codziennej ocenie przez dużą liczbę ludzi i tutaj o kompromisy na polu funkcjonalności, użytych materiałów są trudniejsze do osiągnięcia. Teraz właśnie stoimy przed takim dosyć trudnym wyzwaniem, projektujemy kantynę pracowniczą, bardzo dużą na 500 osób.

Dlaczego jest to wyzwanie?
Po pierwsze, kantyna to miejsce, w którym spożywać się będzie posiłki z zegarkiem w ręku. Kantyna mieści się w fabryce, a założeniem jest, aby przerwa na posiłek była dla pracowników czymś przyjemnym, żeby kojarzyła się z relaksem. Dlatego wnętrze będzie przytulne, będzie dużo zieleni, naturalnej roślinności i naturalnych materiałów wykończeniowych, będziemy tworzyć klimat za pomocą oświetlenia. Chcemy, aby pracownicy spożywając posiłek, czekając na niego, czuli się niejako jak na zewnątrz. Odchodzimy też od typowego dla kantyn rozmieszczenia stołów i krzeseł – nie będzie wszystko jednakowe, schematyczne.

Czy w projektowaniu można mówić o trendach? Czy te trendy się zmieniają, czy są ponadczasowe?
Oczywiście. Ponadczasowe są style w projektoweaniu, ale są też trendy wynikające z mody na coś, popularności jakiegoś zjawiska, itd. Raz modne są określone kolory, innym razem dekoracyjne ściany, naturalne materiały, czy beton architektoniczny. To wszystko jednak się zmienia, mam nawet wrażenie, że życie trendów jest coraz krótsze, a wyznacznikiem są zawsze te ponadczasowe style, takie jak minimalizm, styl klasyczny, skandynawski, czy vintage. Jeździmy regularnie na targi wnętrzarskie, w tym na najważniejsze Isaloni w Mediolanie, obserwujemy i to co najciekawsze, wprowadzamy do naszej oferty.

Zdarza Ci się jeszcze projektować małe formy, bo przecież studiowałaś na ASP wzornictwo przemysłowe?
Bardzo lubię projektować drobne przedmioty, czyli jakieś stojaczki, ekspozytory, stoliki, itp. To, że jestem również wzornikiem, myślę że pomaga mi w skupieniu się na detalu oraz na funkcjonalności wnętrza. Nie jest sztuką zaprojektować wnętrze, opakować je w piękne meble, ale trzeba pamiętać, że nasze preferencje się zmieniają, zmieniają się też warunki, w których żyjemy, np. rodzina się powiększa. To wszystko trzeba brać pod uwagę projektując wnętrze – łatwa zmiana umeblowania, rozbudowa istniejących systemów, łatwość przemieszczania mebli, wszystko to wpływa na potencjał przearanżowania przestrzeni. Zawód wzornika wykształcił we mnie także umiejętność myślenia technologicznego.

Fot. Tom Kurek

Apartament prywatny

Fot. Foto&mohito

Salon w apartamencie prywatnym

Fot. Foto&mohito

Industrialne akcenty we wnętrzu

Fot. Tom Kurek

Gabinet w apartamencie prywatnym

Dziękujemy Sztuce Wyboru w Gdańsku za udostępnienie wnętrz do sesji zdjęciowej

MADE IN TRICITY

DOKI – STOCZNIOWA TRADYCJA

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Projektowanie jest procesem złożonym. Wpływa na niego wiele czynników. Kiedy twórcy, designerzy zaczynają pracę nad swoim projektem szukają inspiracji. Bardzo często znajdują ją w naturze. DOKI czerpie ze swojego otoczenia. To marka z korzeniami wrośniętymi w krajobraz Stoczni Gdańskiej, a produkty to efekt obserwacji, inspirowanych tym co strukturalnie proste, często industrialne i stoczniowe.

Pod marką DOKI powstają produkty projektowane w punkcie przecięcia myśli, sztuki i technologii. To przedmioty przydatne w życiu codziennym, proste i przemyślane - wieszaki, stoliki, świeczniki, ławki, stoły. Produkty idealne do przestrzeni prywatnych, ale i publicznych, jak np. chillout room w przestrzeni biurowej. Za tymi minimalistycznymi projektami stoją architekci z pracowni projektowej Studio 1:1.

Powstali z początkiem 2018 roku i jak sami przyznają, jest to wypadkowa wielu sytuacji. Na targi, w tym 100% London we wrześniu 2017 roku pojechali jako Studio 1:1. Zainteresowanie było spore. Na tyle, że był to impuls do powstania zupełnie nowej marki DOKI. Skąd nazwa? Doki to ulica w Gdańsku, przy której kilka lat temu mieściła się pracownia Studio 1:1.

- Od początku naszą inspiracją była Stocznia Gdańska. Bliskie sąsiedztwo pozwoliło nam na obserwowanie i podziwianie pracy inżynierów i robotników. Prostota rozwiązań zaawansowanych technologicznie statków, popchnęła ich w stronę przejrzystych, zrozumiałych i uczciwych koncepcji. Tworzą je odwołując się do tożsamości miejsca, przestrzeni kulturowej, w której żyją i pracują. Z naszymi projektami jest podobne, mocno czerpią ze stoczniowej tradycji **- mówi Wojciech Mierzwa, projektant DOKI.**

DOKI tworzy osiem osób. Każda z nich to ogromna indywidualność, która przy projektowaniu przedmiotów, mebli czerpie ze swoich doświadczeń. Inspiruje ich otoczenie, starają się również z nim współpracować. Wszystkie projekty – przedmioty i meble produkowane są przez lokalnych rzemieślników, czy też niewielkie manufaktury rodzinne. Starają się wykorzystywać materiały rodzime, łatwo dostępne, zwracając uwagę na ich efektywne wykorzystanie. Ich projekty są dalekie od przedmiotów pozornych i atrap życia.

Stół Mesa, ławka Meso, wieszakK3

Pufa Ufa, stolik Arc

Regał Volio

Wieszak Shadow

GREEN DESIGN
ZIELEŃ WE WNĘTRZACH

AUTOR: APPO AGNIESZKA DURLIK
FOTO: FOTOMOHITO

Zielony trend na dobre zagościł w naszych wnętrzach. Zarówno tych publicznych jak i prywatnych. Roślinne elementy stanowią nie tylko efektowne urozmaicenie przestrzeni, ale przede wszystkim korzystnie wpływają na mikroklimat miejsca. Spektrum dostępnych roślinnych rozwiązań jest obecnie imponujące. Począwszy od okazałych zielonych ścian, zróżnicowanych pod względem technologicznym, po oryginalne wzornictwo donic i bio stoliki. Aranżacje z naturalnej roślinności idealnie wpisują się także w ekologiczny nurt, niepodzielnie królujący we wnętrzach od kilku sezonów.

Zieleń w nowoczesnych wnętrzach pojawia się w coraz ciekawszych formach. W małych przestrzeniach świetnym rozwiązaniem są BIO stoliki. Wykonane z naturalnego drewna dębowego meble, z donicą pod szklanym blatem, to funkcjonalne i oryginalnie rozwiązanie dla wszystkich miłośników roślin.

APPO
ARCHITEKTURA KRAJOBRAZU

APPO architektura krajobrazu - Agnieszka Durlik
Tel: 668 115 014 / biuro@appo.com.pl / www.appo.com.pl / facebook: APPO-architektura-krajobrazu

DOM NA KASZUBACH

Ten funkcjonalny dom o oryginalnej architekturze znajduje się na malowniczo położonej działce w pobliżu Jeziora Gowidlińskiego. Głównym założeniem projektu było stworzenie prostego, funkcjonalnego i ekonomicznego obiektu, umożliwiającego całoroczne użytkowanie, w bliskim kontakcie z naturą. Autorem projektu jest śląski architekt Grzegorz Layer.

Oczywiście, jak zawsze w takich wypadkach, otoczenie w dużym stopniu wpłynęło na kształt bryły. Sporą część działki porastały drzewa, więc bryła domu przybrała zwarty kształt. Niesymetryczna forma domu jest wynikiem przyjętego układu funkcjonalnego wnętrza. Pomimo niewielkiej powierzchni domu, udało się wygospodarować na parterze przestronną strefę dzienną – salon połączony z jadalnią i aneksem kuchennym, z bezpośrednim wyjściem na taras.

Centralnie umieszczone schody oddzielają salon od przedpokoju i pomieszczeń zamkniętych – głównej sypialni, łazienki i toalety. Niesymetryczny dach pozwolił na uzyskanie niezbędnej wysokości do stworzenia w części budynku drugiej kondygnacji. Na piętrze znajduje się antresola i dwie sypialnie dla gości.

Dom wybudowano w konstrukcji drewnianej szkieletowej. Elewację również pokryto naturalnym i tradycyjnie stosowanym w tej części polski materiałem – deskami sosnowymi. Z zewnątrz dom jest czarny, aby harmonijnie wpisać się w otoczenie. Dla kontrastu we wnętrzach zastosowano drewno w naturalnym kolorze. Nieregularnie rozmieszczone okna bardzo dobrze doświetlają wszystkie pomieszczenia.

DOM NA KASZUBACH

Architekt: Grzegorz Layer / www.grzegorz.layer.com.pl
Lokalizacja: Gowidlino, Kaszuby

Powierzchnia: 67 m2
Konstrukcja: drewniana szkieletowa

Projektujemy i wykonujemy
okiennice wewnętrzne SHUTTERS

INWOOD®
SHUTTERS

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

www.inwood.pl

TWOJE SPA KIEDYKOLWIEK I GDZIEKOLWIEK ZECHCESZ

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ

Koją ciało, pomagają odprężyć umysł i tworzą oazę spokoju pośród burzliwego dnia. Wanny termiczne Softub to spełnienie marzeń o domowym spa i stylowy relaks gdziekolwiek zechcesz – w łazience, pokoju kąpielowym, na tarasie, w ogrodzie, czy na działce. Wanny są przenośne, wygodne i przyjazne dla środowiska. Czy to w pomieszczeniu, czy na zewnątrz, Softub pomoże przemienić Twoje ulubione miejsce w prawdziwą świątynię relaksu.

Softub zapewni Tobie luksus i wygodę, nada Twojemu wypoczynkowi zupełnie nowy wymiar - będzie to czas spędzony na odmłodzeniu i naładowaniu pozytywną energią, by stawić czoła nadchodzącym wyzwaniom. Z Softub, możesz pozwolić sobie na stylowy relaks - kiedykolwiek i gdziekolwiek chcesz.

Pozwól rozpieścić swoje ciało kojącym i dodającym wigoru masażem, dostosowanym do Twoich indywidualnych potrzeb dzięki starannie zaprojektowanym natryskom oraz całej gamie różnorodnych ustawień i trybów. Klimatyczne podwodne oświetlenie LED również pomoże się odprężyć zmieniając każdą kąpiel w niepowtarzalną ucztę kolorów. Dzięki połączeniu masażu, świateł i kolorów z zachwycającymi zapachami, Softub stanie się koicielem wszystkich Twoich zmysłów.

- Wanna Softub jest produktem niepowtarzalnym, może być zainstalowana na każdej powierzchni, w pomieszczeniu lub na zewnątrz, w każdym klimacie, w dowolnej temperaturze. A przeniesienie jej z jednego miejsca w drugie jest bardzo proste ze względu na brak stałych połączeń z instalacją hydrauliczną czy elektryczną. Dodatkowo

Softub to kwintesencja wzornictwa, stylu i najwyższej jakości. Leathertex – materiał zewnętrzny, może wytrzymać każdą pogodę – mówi Paweł Romanowski, właściciel firmy Taras Factory.

Bo Softub to również idealny pomysł na spa zimą. Nawet w temperaturach ujemnych, pośród śniegu i lodu, kąpiel w podgrzewanym spa na świeżym powietrzu to wspaniałe doświadczenie dla wszystkich zmysłów, które wzmacnia system immunologiczny organizmu.

- Przy temperaturze zewnętrznej minus 40°C wanna Softub SPA bez problemu utrzyma temperaturę wody na poziomie plus 40°C, bez potrzeby instalacji wymiennika ciepła i dodatkowych instalacji. Przy wykorzystaniu Technologii Whisper ciepło jest odzyskiwane z pomp, a specjalny materiał polybond minimalizuje straty ciepła – dodaje Paweł Romanowski.

Zaawansowana technologia Whisper, czyni wanny termiczne Softub najcichszymi spa na świecie - możesz więc usiąść wygodnie i odprężyć się w kojącej ciszy, słuchać ulubionej muzyki lub oddawać się rozmowie z tymi, których kochasz bez denerwującego szumu w tle. Jeśli chodzi o komfort i relaks, spa Softub nie da się pokonać! Miękkie, ale jędrne wnętrze pianki Polybond zapewnia optymalny komfort i wsparcie w każdej pozycji i sprawia, że Softub jest tak wygodny jak skórzana sofa.

Funkcja automatycznego oczyszczania przy użyciu Ozonatora Softub zapewnia intensywne i skuteczne oczyszczanie wody, możesz więc relaksować się w krystalicznie czystej wodzie najwyższej jakości za każdym razem, gdy zażywasz kąpieli!. Ożywcze masaże, lecznicze zapachy i kojące ciepło przynoszą wytchnienie dla ciała i duszy. Przy regularnym użyciu Softub może przynieść więcej witalności i poprawić Twoje samopoczucie.

Ciepła woda poprawia krążenie krwi i aktywuje wewnętrzne i naturalne siły uzdrawiające Twojego ciała. Schorzenia pleców i stawów są łagodzone przez hydroterapię, stymulowana jest przemiana materii, co poprawia Twoje zdrowie i ogólne samopoczucie. Kąpiel w wannie termicznej pomaga uwolnić endorfny, naturalnie zmniejsza ból, ciało jest zrelaksowane, a umysł może łatwiej znaleźć wyciszenie.

Ciepło wanny termicznej również zwiększa ciepłotę ciała, dzięki czemu naczynia krwionośne mogą się rozszerzyć i wchłonąć więcej tlenu. Oddychasz głębiej, co pomaga oczyścić zatoki i płuca, co ma ogromne znaczenie dla astmatyków. W wodzie ciało waży tylko około 30% swojej faktycznej masy. Zmniejsza to nacisk na napięte mięśnie i chore stawy. Dlatego masaż Softub nie tylko łagodzi napięcie - pomaga również w procesie regeneracji przeciążonych części ciała.

Wypór hydrostatyczny może być również stosowany jako lekarstwo na choroby przewlekłe i reumatyczne. Sesje w wannie z hydromasażem są również zalecane dla osób cierpiących na bezsenność. Co więcej, sesje w wannie z hydromasażem pomagają w utrzymaniu elastyczności i zdrowia naczyń krwionośnych skóry i tkanek łącznych, dzięki czemu wyglądasz młodziej i bardziej promiennie.

ZALETY HYDROMASAŻU SOFTUB:

• Ogólne rozluźnienie, zmniejszenie produkcji hormonu stresu, poprawa snu, łagodzenie bólu

• Rozluźnienie szyi i ramion, poprawa krążenia i lepsza mobilność

• Zwiększona pojemność serca i płuc, wzmocnienie układu limfatycznego i poprawa metabolizmu

• Wzmocnienie, redukcja napięcia i złagodzenie bólu w okolicy kręgosłupa, w odcinku krzyżowym, lędźwiowym i miednicy

• Poprawa krążenia, naturalny detoks i regeneracja komórek skóry

• Pobudzenie układu odpornościowego i najważniejszych narządów (przewodu pokarmowego, serca, nerek itd.)

• Poprawiona ruchliwość i wzmocnienie bioder, kolan i stawów skokowych oraz ścięgien i więzadeł

TARAS FACTORY
KONTRAKTOR

TARAS FACTORY – Gdynia, Aleja Zwycięstwa 240/1.
Tel: 58 526 64 20, 502 998 010
www.tarasfactory.pl

RAMATUELLE BEACHWEAR

PLAŻOWA MODA DLA MĘŻCZYZN

Ramatuelle Beachwear to linia męskich oraz chłopięcych kąpielówek, a także koszulek polo inspirowanych luksusem Lazurowego Wybrzeża.

Kąpielówki wykonane są ze świetnej jakości materiałów, które dodatkowo posiadają właściwości gwarantujące ich szybkie wysychanie. Szorty wyróżniają intensywne kolory tkanin, hafty oraz oryginalne nadruki. Poza świetnym wyglądem spodenki posiadają też inny atut – są praktyczne. Szorty z kieszonkami na klucze czy karty doskonale sprawdzają się na plaży. Jest to uniwersalny element garderoby, który sprawdzi się zarówno w przypadku plażowania, pływania, jak i uprawiania sportów wodnych.

Odzież Ramatuelle Beachwear dostępna jest w Gdyni w hotelu Quadrille (ul. Folwarczna 2) oraz w Sopocie, w sklepie Code Zero (Boh. Monte Cassino 10) oraz w Zatoce Sztuki (Aleja F. Mamuszki 14). Zakupić je można również poprzez stronę internetową www.ramatuelle.pl

Zdjęcia: Karol Kacperski
Model: Kamil Niziński
Stylizacja: Marta Blendowska
Produkcja: Prestiż Events

Dziękujemy hotelowi Quadrille w Gdyni za udostępnienie spa do sesji zdjęciowej

rounda'

MODOWE PODRÓŻE MICHAŁA STAROSTA

SEZON LETNI 2018

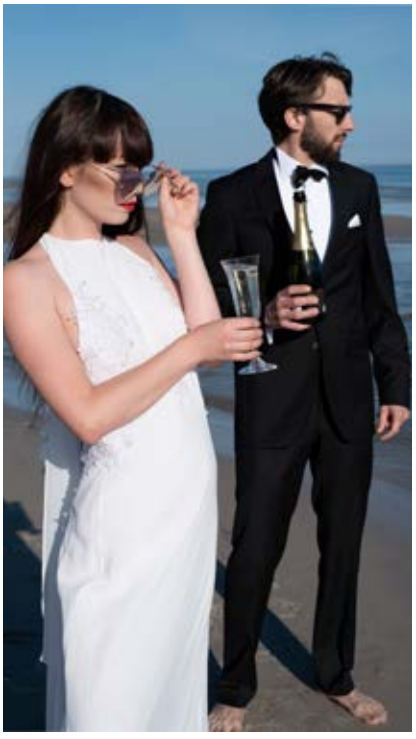
Letnie miesiące to czas podróży wakacyjnych, budowania nowej słonecznej "szafy", odkrywania ciała i szaleństw stylistycznych. Jesteśmy gotowi na kalejdoskop barw, orgię deseni, efektownych dodatków. Sezon zaczął się pięknie, plaże zapełniły się sesjami zdjęciowymi i oczywiście oczekiwanymi przez cały rok naszymi kochanymi turystami. Ciepło kojarzy nam się z egzotyką i krajami gwarantującymi nam kąpiele słoneczne.

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.

Do prezentowanej sesji zdjęciowej pozowała nam finalistka Miss Północy Elżbieta Domżalska, uwielbiana przez projektantów mody i biżuterii bursztynowej, tak nierozerwalnie związanej z Trójmiastem. Fotograf Rafael Patay przedstawił stylistykę typowo fashion podkreślając zwiewność i opływowość form.

W tym sezonie ruszamy z butikiem letnim, od połowy lipca do końca sierpnia. Zapraszamy do Zatoki Sztuki na taras plaży, gdzie można poobcować z liniami letnimi różnych marek i projektantów. Zapraszam gorąco, w tym roku zapowiada się bardzo gorąco!



Zdjęcia: Rafał Patok
Modelka: Elżbieta Domżalska
Make-up: @jogo make-up artist
Kolekcja: Michał Starost

MAX MARA I PATRIZIA PEPE NA POMORSKIM RENDEZ - VOUS

Pomorskie Rendez – Vous, czyli wielkie święto luksusu organizowane przez stocznię Sunreef Yachts, to nie tylko luksusowe jachty i motoryzacja, ale także moda. Podczas tegorocznej edycji imprezy na wybiegu ustawionym na wyspie Ołowianka zaprezentowano najnowsze kolekcje marek Patrizia Pepe i Max Mara reprezentowanych w Trójmieście przez firmę Olimpia Group. Zobaczcie najciekawsze stylizacje.

mp

Patrizia Pepe

Patrizia Pepe

Patrizia Pepe

Patrizia Pepe

Patrizia Pepe

Patrizia Pepe

Max Mara

Max Mara

Fot. Karol Kacperski

Max Mara

Max Mara

Max Mara

Max Mara

Max Mara

TRÓJMIEJSCA

JOLA SŁOMA & MIREK TRYMBULAK

AUTORKA: JUSTYNA MICHALKIEWICZ – WALOSZEK

TRÓJMIEJSCA to stały cykl magazynu Prestiż, w którym znani i lubiani opowiadają o swoich ulubionych trójmiejskich miejscówkach. Dobre restauracje czy kawiarnie? Najlepsze miejsca na śniadanie i sport? Miejsca, które przywołują wspomnienia... o tym wszystkim rozmawiamy z ciekawymi mieszkańcami Trójmiasta. Tym razem o miejscach, gdzie można dobrze i bezglutenowo zjeść oraz o tym, gdzie serwują najlepsze wegańskie lody, opowiadają Jola Słoma & Mirek Trymbulak.

Mirek: Gdy sięgam pamięcią do najwcześniejszych lat, widzę **Gdańsk Brzeźno** i specyficzne drewniane zabudowy w oddali. Ostatnio, po ponad 40 latach zrobiłem sobie podróż sentymentalną w tamto miejsce. Po łazienkach pozostał niewielki ślad. Pamiętam, jak razem z ciocią i kuzynką robiliśmy babki w piasku, a ludzie co chwila znikali za tymi drewnianymi zabudowaniami. To jedno z niewielu wspomnień z tamtych lat...

Jola: Przy naszej diecie, która jest mocno ograniczona wegetariańsko i bezglutenowo, niewiele punktów gastronomicznych możemy odwiedzać. Całe szczęście, że jedno z nas ma tylko bezceliakalną nadwrażliwość na gluten, a nie celiakię, więc od czasu do czasu możemy pozwolić sobie na odrobinę szaleństwa i zamówić coś mącznego. Lubię wówczas odwiedzać **ulicę Wajdeloty** we Wrzeszczu. Nasze typy to ciasta w **Fukafe oraz zakupy w SpożyVczaku**. Bardzo smaczne burgery podają w **I Krowa Cała** w Gdyni. Najczęściej zamawiam tam burgera z tofu.

Nie skłamię mówiąc, że najwięcej czasu spędzamy jednak we własnym lokalu – **Bistro & Delikatesy w Gdyni**. Od serca polecam bezglutenowe pierogi, stworzone z mąki gryczanej, ziemniaczanej i ryżowej. Ciasto jest miękkie, a po podsmażeniu – chrupiące. Są idealne dla osób z celiakią. Dajemy 100 proc. gwarancji, że nie ma w nich glutenu. Posiadamy międzynarodowy certyfikat ze znakiem przekreślonego kłosa. Zakupy spożywcze najczęściej robimy w **Jadłostajni Kolibki**. Można tam spotkać cudownych producentów żywności. Sprzedają tam też świeże i naprawdę smaczne warzywa.

Mirek: Śniadanie zazwyczaj jadamy **we własnym domu w Gdyni Orłowie**. Z resztą, oboje bardzo lubimy gotować. Co tydzień prezentujemy nowe przepisy na kanale Atelier Smaku na Youtube. Mimo, że od lat jesteśmy związani z gastronomią, gotowanie wciąż sprawia nam wiele przyjemności. To niewyczerpana studnia pomysłów. Do tej pory zaprezentowaliśmy 240 przepisów, a lista tych do pokazania wciąż się poszerza.

Jola: Cukierni raczej nie odwiedzam. Przy diecie bezglutenowej i wegańskiej byłoby ciężko. Jeżeli mam ochotę na lody odwiedzam **Miło. Mi Wytwórnia lodów naturalnych.** Mają tam również smaki wegańskie. I chociaż za sorbetami nie przepadam, uwielbiam ten o smaku mango. Często wybieram również gorzką, wegańską czekoladę.

Mirek: Razem spędzamy bardzo dużo czasu w pracy. A, że mamy go niewiele, wykorzystujemy każdą wolną chwilę, żeby spędzić go miło. Na przykład bardzo miło wspominamy wypad w ramach festiwalu **Restaurant Week**. Podczas ostatniej edycji odwiedziliśmy restaurację **Fedde w Gdyni**. Przygotowane dania wegańskie były na bardzo wysokim poziomie i naprawdę bardzo smaczne, a łączenie składników zaskakujące.

Po pracy staram się spędzać czas aktywnie. Lubię squash'a, na którego chodzę do hotelu **Arkon Park**. Czasami wybieram rower i **nadmorsko-leśne trasy.** Idealna jest do tego **Gdynia Orłowo**.

Jola: Ubolewam, ale przy tak napiętym grafiku związanym z gotowaniem oraz projektowaniem i szyciem ubrań, nie starcza już czasu na teatr. Zwłaszcza latem, gdy zaczynają się fantastyczne spektakle plenerowe. Gastronomia wówczas nie śpi, więc i my pracujemy. Od czasu do czasu można nas spotkać na różnych **wernisażach**, a sporadycznie odwiedzamy **Gdyńskie Centrum Filmowe**. Ostatnio obejrzeliśmy film o kanadyjskiej malarce „Maudie" oraz „Dalida. Skazana na miłość".

Mirek: Gdy mam potrzebę spędzić chwilę sam ze sobą, wybieram przyrodę. Dzisiaj na przykład wyskoczyliśmy na chwilę do znajomych na wieś, żeby pozrywać czereśni. Pięciometrowa drabina, małe wiaderko i soczyste czereśnie. To idealny sposób na relaks! Jesienią w taki sam sposób zrywamy śliwki. Niepryskane i ekologiczne.

Jakie jest najpiękniejsze miejsce w Trójmieście? Chyba **Gdynia Orłowo**. Tutaj mieszkamy i dobrze się tu czujemy. Lubię też dzielnicę **Wrzeszcz**. Ulica **Jaśkowa Dolina**, skąd pochodzi moja rodzina to piękne miejsce, z doskonałą architekturą.

JOLA SŁOMA I MIREK TRYMBULAK

Małżeństwo projektantów mody, a jednocześnie autorów książek kucharskich oraz pierwszego w Polsce wegetariańskiego programu kulinarnego emitowanego na antenie Kuchni+. Od kilku lat ma on swoją kontynuację na kanale Youtube. Z wielką pasją i typową dla artystów kreatywnością promują kuchnię wegańską i bezglutenową. Dlatego też powstało wyjątkowe miejsce, które założyli i wspólnie prowadzą: Bistro & Delikatesy Atelier Smaku.

GŁUCHY TELEFON PRZY ŚWIĘTOJAŃSKIEJ

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

Dobra kuchnia, klimatyczne wnętrze, przyjazna atmosfera – to wszystko są czynniki składowe sukcesu w gastronomii. Ale o tym, czy nowy lokal na rynku odniesie sukces, czy stanie się w pewnym sensie kultowy, decydują szczegóły, tak zwane unikatowe wartości dodane. Tą właśnie ścieżką podążyli właściciele Głuchego Telefonu – bistro-pubu w Gdyni przy ul. Świętojańskiej 52. Byliśmy na hucznym otwarciu.

Ulica Świętojańska w Gdyni sama w sobie jest kultowa. Kiedyś była handlową wizytówką Trójmiasta, ale po boomie na duże galerie handlowe straciła blask i znaczenie. Od kilku lat obserwujemy jednak prawdziwy renesans Świętojańskiej, która dzisiaj ściąga głownie wszystkich tych, którzy spragnieni są kulinarnych wrażeń.

Kulinarna Świętojańska inspiruje smakami i aromatami, od przeszłości, kiedy na tej ulicy znajdowały się chętnie odwiedzane przedwojenne kawiarnie, po dzisiejsze, oryginalne restauracje proponujące zarówno dania z najodleglejszych zakątków świata, jak i rodzimego podwórka.

Na otwarciu Głuchy Telefon pękał w szwach. Nie zabrakło też znanych gości, z piłkarzami gdyńskiej Arki na czele. Pojawili się m.in. Pawel Steinbors, Krzysztof Sobieraj, Marcus da Silva, Rafał Siemaszko i Dawid Sołdecki. O muzyczne doznania zadbał ceniony polski DJ Konrad Lone i saksofonista Bari Sax.

Było głośno, sympatycznie i towarzysko, bo Głuchy Telefon to miejsce, które sprzyja nawiązywaniu i zacieśnianiu relacji. Tutaj można nie tylko skosztować znakomitej kuchni polskiej, ale także w przyjemnej atmosferze spędzić wieczór z przyjaciółmi, czy umówić się na randkę z ukochaną osobą. A jeśli jesteś singlem i nie możesz oderwać oczu od pięknej kobiety siedzącej przy innym stoliku, wystarczy, że chwycisz za słuchawkę oryginalnego telefonu stojącego na Twoim stoliku i w sekundę się z nią połączysz. Jak rozwinie się dalej tak oryginalnie rozpoczęta znajomość? Tego nie wie nikt, ale wyobraź sobie zdziwienie i uśmiech gości, którzy na Waszym weselu pytać będą o to, jak się poznaliście?

Oczywiście, telefony na stolikach mają też bardziej powszechne zastosowanie. Możesz po prostu z niego zadzwonić do baru i zamówić dodatkowego drinka... dla siebie lub dla pięknej kobiety przy sąsiednim stoliku. Telefony na stolikach to jest właśnie ta wartość dodana, która robi różnicę. Warto przyjść i wypróbować. Głuchy Telefon to miejsce, które z pewnością zasługuje na Waszą uwagę.

NASZA KOBIECOŚĆ W HOLISTIC CARE MEDICAL CLINIC

AUTORKA: MATYLDA PROMIEŃ **/ FOTO:** NIKOLA LELEŃ

„Ciało i relacje" – pod takim hasłem odbyły się warsztaty dla kobiet zorganizowane w klinice medycyny estetycznej Holistic Care Medical Clinic w Gdyni. Warsztat poprowadziła Jolanta Lewicka, body coach oraz właścicielka i projektantka ekskluzywnej marki Li Parie oraz najsłynniejsza brafitterka w Polsce.

Było to już kolejne spotkanie z cyklu „Nasza kobiecość", którego inicjatorką jest Karolina Sozańska, właścicielka Holistic Care Medical Clinic i przewodnicząca Forum Kobiet Biznesu Pracodawców Pomorza. Podczas warsztatów dużo mówiono o stosunku do własnego ciała, często przecież nieidealnego, o relacjach związanych z akceptacją siebie, o pięknie wewnętrznym, które tkwi w każdej kobiecie.

- Erich From, słynny psycholog i filozof twierdził, że niezdolność kochania samego siebie uniemożliwia miłość do innych. Samoakceptacja pomaga w budowaniu swojej wewnętrznej tożsamości, dodaje wiary we własne możliwości i wpływa na budowanie szczęśliwych relacji z innymi – mówiła **Jolanta Lewicka.**

Podczas warsztatów zaprezentowano także kolekcję bielizny Li Parie, a niektóre z Pań chętnie skorzystały z eksperckiej porady dotyczącej doboru najlepszych fasonów do swojej figury. Do dyspozycji gości był personel Holistic Care Medical Clinic - lekarze medycyny estetycznej, kosmetolożki, którzy udzielali indywidualnych konsultacji. Dużym zainteresowaniem cieszyły się indywidualne rozmowy z wyjątkową terapeutką technik holistycznych, Dorotą Galińską, która na stałe dołączyła do zespołu kliniki, prosto z Dubaju, gdzie przez wiele lat praktykowała i wspierała terapeutycznie rodzinę szejka.

- Był to idealny czas, by wymienić swoje życiowe doświadczenia, podzielić się poglądami dot. tego czym jest dla kobiet wewnętrzne piękno i jak można je budować poprzez akceptację siebie, swojego ciała. Była to też lekcja samoakceptacji, dystansu do swoich niedoskonałości, aczkolwiek połączona z humorem i radosnym podejściem do życia – **mówi Karolina Sozańska, właścicielka Holistic Care Medical Clinic.**

Było kobieco, serdecznie, poważnie, ale też i wesoło. Merytorycznie i praktycznie. Kolejne odsłony warsztatów „Nasza Kobiecość" już od września.

HOLISTIC CARE MEDICAL CLINIC – Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/6 (Nowe Orłowo).
Tel: 796 77 11 70,
www.holistic-care.pl

Holistic Care

MEDICAL CLINIC

By Karolina Sozańska

Postanowiłam stworzyć markę i miejsce oparte na ponadczasowych wartościach. Markę: Holistic Care Medical Clinic, którą firmuję swoim nazwiskiem gwarantując tym samym najwyższą jakość w zakresie medycznej obsługi pacjenta. To moja osobista pieczęć na tym co tworzę z… pasją. Miejsce, w którym troska o zdrowie i piękno pacjenta jest autentyczną wartością, a atmosfera poszanowania drugiego człowieka to ważny element naszej codzienności.

Holistic Care Medical Clinic to interdyscyplinarna klinika medycyny estetycznej i nowoczesnej. W swojej działalności opiera się na fundamentach holistycznego podejścia do pacjenta, koncepcji szeroko pojętej opieki medycznej, w której zarówno aspekty fizyczne, psychologiczne i emocjonalne są istotne dla osiągnięcia równowagi w życiu człowieka.

- **medycyna estetyczna i przeciwstarzeniowa**
- **dermatologia**
- **chirurgia plastyczna**
- **ginekologia i urologia estetyczna**
- **trychologia (przeszczep włosów)**
- **ortopedia**
- **leczenie otyłości**
- **kosmetologia**
- **fizjoterapia**
- **rehabilitacja pooparzeniowa**
- **seksuologia**
- **psychologia**
- **terapie holistyczne**
- **mentoring**
- **coaching**

KOMPLEKSOWE DOPASOWANIE USŁUG, PRODUKTÓW I ROZWIĄZAŃ TERAPEUTYCZNYCH DO INDYWIDUALNYCH POTRZEB PACJENTÓW.

HOLISTIC CARE MEDICAL CLINIC by Karolina Sozańska

Al. Zwycięstwa 241/6 81-526 Gdynia Tritum Business Park, Nowe Orłowo tel.: +48.796.771.170 recepcja@holistic-care.pl www.holistic-care.pl

LIPOSUKCJA TO NIE ZABIEG KOSMETYCZNY!

AUTOR: MATYLDA PROMIEŃ

Odessanie tłuszczu, czyli liposukcja jest obecnie najczęściej wykonywanym zabiegiem w zakresie chirurgii plastycznej i estetycznej. Należy jednak podkreślić z całą mocą, że liposukcja nie jest jedną z metod odchudzania, lecz jest metodą modelowania sylwetki ciała w celu poprawienia proporcji i harmonii ciała!

Liposukcja to operacja wykonywana w znieczuleniu. Odsysanie tłuszczu odbywa się poprzez niewielkie nacięcia skórne długości 3-4 mm za pomocą delikatnych rurek – kaniul, urządzenia wibrującego, które wprawia w ruch posuwisto - zwrotny kaniule i podłączonego do tego urządzenia ssaka elektrycznego. Pola przewidziane do odessania ostrzykuje się przed samym zabiegiem specjalnym płynem, który ułatwia usuwanie tkanki tłuszczowej oraz zmniejsza krwawienie śródoperacyjne.

- Tłuszcz najczęściej odsysa się z brzucha, w zasadzie z jego przedniej powierzchni, u kobiet często wraz z okolicą pod piersiami. Tłuszcz odsysamy także z pośladków, wewnętrznej i zewnętrznej strony ud, a także z okolic bioder, talii, łydek, kolan, tylnych powierzchni ramion, okolic podbródka oraz w bardzo wyselekcjonowanych przypadkach dolna część twarzy – mówi dr Janusz Zdzitowiecki, chirurg plastyk, właściciel Sopockiej Fabryki Urody.

Ile tłuszczu odsysa się podczas jednego zabiegu? To zależy od rozmiaru okolicy przewidzianej do odessania, ale także od grubości tkanki tłuszczowej u pacjenta. Zasadą jest nieprzekraczanie 2-3 litrów w jednej sesji, ale często lekarze przerywają odsysanie przy mniejszych ilościach z powodu zbyt małej ilości tłuszczu pozostałego pod skórą lub by przeciwdziałać obwisaniu skóry, np. w odsysaniu wewnętrznych powierzchni ud, czy górnych pośladków. Taka ilość odessanego tłuszczu nie wpływu na wagę całkowitą, ale może mieć wpływ na przywrócenie proporcji ciała.

Dr Janusz Zdzitowiecki, Sopocka Fabryka Urody

- Trzeba mieć świadomość, że liposukcja jest operacją chirurgiczną taką samą jak np. plastyka brzucha, tylko wykonywaną przez bardzo małe dziurki w skórze! Jednakże bardzo często w swojej praktyce spotykam osoby, dla których operacja ta kojarzy się z niewielkim zabiegiem ambulatoryjnym, po którym można opuścić klinikę i powrócić do normalnych zajęć – dodaje dr Janusz Zdzitowiecki.

Tak jednak nie jest! We wszystkich okolicach operowanych po zabiegu pojawia się znaczny obrzęk oraz obecność siniaków. Proces gojenia może trwać od 10 do 30 dni. Pacjenci operowani w znieczuleniu ogólnym lub dordzeniowym pozostają w klinice pod opieką lekarską i pielęgniarską przez okres do 24 godzin. Ból pooperacyjny i powrót do pełnej aktywności zależy od rozległości zabiegu, rodzaju aktywności pacjenta oraz indywidualnych predyspozycji pacjenta. Zazwyczaj trwa 4 do 7 dni.

Prawidłowa technika operacyjna skojarzona z perfekcyjnym znieczuleniem zminimalizowała liczbę powikłań do poziomu standardowego zabiegu operacyjnego 2-5%.

- W literaturze opisuje się jednak powikłania będące najczęściej pochodną złego przygotowania pacjentów do zabiegu lub zbyt rozległego odsysania tłuszczu. W moim materiale klinicznym częstość powikłań po liposukcji to 0,25%. Operacja musi być poprzedzona szerokim wywiadem lekarskim popartym wynikami badań. Prawidłowo przeprowadzony bilans zdrowia przed operacją to brak powikłań po zabiegu **– kończy dr Janusz Zdzitowiecki.**

MAWIDENT

GABINET STOMATOLOGICZNY

Piękny uśmiech od samego rana to najlepszy scenariusz na udane życie.

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA I ESTETYCZNA • CHIRURGIA • PROTETYKA IMPLANTOLOGIA
ORTODONCJA • STOMATOLOGIA DZIECIĘCA • LECZENIE KANAŁOWE POD MIKROSKOPEM

Gdynia, ul. Strzelców 11B/4, Apartamenty Altoria

www.mawident.pl

tel. 58 782 32 06

KUCHNIA SZEFA KUCHNI

ADAM NOWICKI – POD PRZYKRYFKĄ

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

Doświadczenie zdobywał w trójmiejskich hotelach oraz restauracjach, szkolił się także pod okiem uznanych, polskich szefów kuchni. Kocha kuchnię polską, włoską i azjatycką, co znajduje odzwierciedlenie w menu restauracji Pod Przykryfką na gdańskim Garnizonie. Rozmawiamy z szefem kuchni Adamem Nowickim.

Ulubione smaki z dzieciństwa i czy smaki te wprowadza Pan do menu restauracji?
W dzieciństwie uwielbiałem pierogi. Na słodko i na słono. Z mięsem, ruskie i z kapustą i grzybami. Postanowiłem wprowadzić do karty menu pierogi, które będą połączeniem słoności i słodyczy. Zrobiliśmy farsz z białej kiełbasy, chrzanu i majeranku. Podajemy je z musem z pieczonego jabłka i żelem z żurawiny.

Jakie dania najbardziej poruszają zmysły w waszej kuchni? Może ma Pan jakieś ulubione, a może macie w menu coś bardzo oryginalnego?
Z opinii gości naszej restauracji na pewno są to policzki wieprzowe z sosem grzybowym oraz pierś z kurczaka supreme z estragonem. Mamy również coś bardzo oryginalnego i jest to żurek, który robimy na własnym zakwasie i dajemy do niego kaszankę. Generalnie wszystkie produkty przygotowujemy sami. Zaczynając od smalcu i ogórków małosolnych do amused bouche, po bułki do burgerów, pierogi, ravioli czy zakwas na żurek.

Dzisiaj modne jest łączenie z pozoru niepasujących do siebie smaków. Jakie oryginalne połączenia Pan poleca?
Lubię połączenia z czekoladą. Moi dwaj faworyci to biała czekolada z truflą i ciemna czekolada z burakiem. Ale mamy również w naszym menu orzeźwiającą sałatkę, w której łączymy fetę z arbuzem, oliwkami i piklowaną czerwoną cebulą.

Mamy pełnię lata, jedne produkty znikają z rynku, inne się pojawiają, zmieniają się potrawy na naszych talerzach. Jakie zatem letnie potrawy, smaki by Pan polecił?
Moje ulubione letnie dania to chłodnik z botwinki, szparagi z jajkiem w koszulce i sosem holenderskim, czy polędwica z dorsza na potrawce z bobu, selera naciowego z miętą i imbirem.

Ulubione dania, potrawy kuchni polskiej i tej ze świata?
Mięso to podstawa moich ulubionych dań. Uwielbiam tradycyjne polskie potrawy. Zrazy z boczkiem, cebulą i ogórkiem, bitki w sosie własnym, gołąbki w sosie pomidorowym, czy golonka w piwie albo żeberka bbq. Co do kuchni ze świata to najbardziej lubię kuchnię włoską i tajską. Wszelkiego rodzaju makaron, pizze, zapiekanki i owoce morza z kuchni śródziemnomorskiej oraz znany wszystkim pad thai i zielone carry z wołowiną, kurczakiem lub krewetkami.

Jakie danie by Pan przygotował, gdyby miał Pan na nie tylko 10 minut?
Spaghetti aglio olio z krewetkami, czarnuszką, szpinakiem i parmezanem. Jest to jedno z dań w naszej karcie, które jest bardzo zachwalane przez gości.

Co by Pan zrobił gdyby do dyspozycji miał pan tylko 5 składników: np. szpinak, parmezan, jajka, grzyby i bataty?
Jajko poche zapiekane pod parmezanem z pieczonym batatem i smażonym szpinakiem z grzybami.

PRZEPIS SZEFA KUCHNI

PIEROGI Z DORSZA I FASOLI W BULIONIE Z DORSZA I LANGUSTYNEK

CIASTO NA RAVIOLI:
mąka pszenna - 25g, semolina - 25g, oliwa - 5ml, żółtka - 30g, woda - 10ml, sól - szczypta

FARSZ:
dorsz filet - 200g, fasola biała - 60g, cebula - 40g, czosnek - 1 mały ząbek, pietruszka natka - 1 łyżeczka, sok z limonki - 1/4 szt., sól, pieprz biały - do smaku

WYWAR Z DORSZA I LANGUSTYNEK:
skóra, kręgosłup i głowa z 1 dorsza, langustynki - 200g, marchew - 3 szt., seler - 1 szt., por -1 szt., pietruszka korzeń - 3 szt., natka pietruszki - 1 pęczek, liść laurowy - 3 szt., ziele angielskie - 5 szt., sól, pieprz biały - do smaku

DODATKOWE:
biała kapusta - 50g, koperek - 5g

PRZYGOTOWANIE:
Wszystkie składniki na ciasto wymieszać w termomiksie. Schłodzić. Dorsza upiec w 130 stopniach ok 15 min. Fasole namoczyć, ugotować i lekko zmiksować, tak żeby zostały kawałki. Przesmażyć cebulę z czosnkiem. Wymieszać wszystkie składniki delikatnie i dodać posiekaną pietruszkę, sok z limonki oraz doprawić solą i pieprzem. Ciasto rozwałkować, wykrajać okręgi, nakładać farsz i zlepiać jak pierogi. Gotować kilka minut w osolonej gorącej wodzie. Następnie ugotować wywar, a białą kapustę usmażyć na krótko na klarowanym maśle. Dodać koperek i doprawić solą, pieprzem oraz cukrem. Układać w głębokim talerzu najpierw kapustę, na kapuście pierożki i podlać lekko bulionem. Wg. uznania można dać piklowaną marchewkę, cebulkę albo cukinie.

NOCE&DNIE

RESTAURACJA
Pod Przykryfką

Restauracja Pod Przykrywką & Klub Noce i Dnie to inne niż wszystkie miejsce na mapie Trójmiasta . Pyszna rewolucyjna kuchnia polska w zjawiskowym wnętrzu o powierzchni 600m2. Piękny letni ogródek z klimatyczną muzyką. Strefa koktajl bar zadowoli najbardziej wymagających gości którzy nocą mogą pobawić się w strefie klubowej.

3 daniowe lunche po 24 zł
Jedzenie na wynos

Przyjdź i sprawdź.
Nasz lokal zaskoczy Cię pod każdym względem.

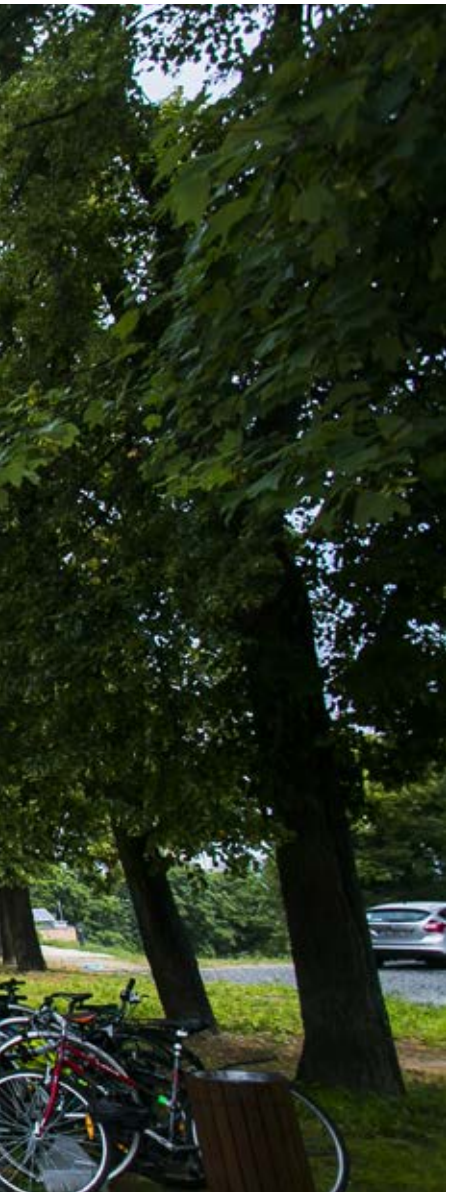
GARNIZON ul. Słowackiego 19,
80-257 Gdańsk

tel. 504 292 475

WOZOWNIA GDAŃSKA

MŁODSZA SIOSTRA WHITE MARLIN

Znany i lubiany sopocki White Marlin doczekał się restauracyjnego „rodzeństwa". Jeszcze do niedawna „nadgryziona zębem czasu" Gdańska Wozownia, dzisiaj przeobraziła się w restaurację serwującą najprawdziwszą polską kuchnię. Czy kolejny koncept odniesie podobny sukces? Wszystko na to wskazuje!



Fot. Karol Kacperski

Przenieśmy się nieco wstecz. Jest rok 1885. W Gdańsku na Górze Gradowej, robotnicy kończą właśnie prace nad murem pruskim czterokondygnacyjnego budynku. To wozownia artyleryjska, niezwykła, bo z bardzo kolorową historią. Od fortu, magazynu wojskowego, poprzez mieszkania socjalne i służbę Politechnice Gdańskiej, po niezwykłą restaurację w Centrum Hewelianum. Spotkanie biznesowe, lunch z widokiem, a może kolacja połączona z nocnym zwiedzaniem podziemnych fortów? To wszystko czeka na was w Wozowni Gdańskiej.

- Wykorzystując nasze doświadczenie jako twórcy restauracji White Marlin w Sopocie zdecydowaliśmy się na aranżację historycznej zabudowy wozowni artyleryjskiej na restaurację Wozownia Gdańska – opowiada Ewa Nizio, współwłaścicielka konceptu restauracyjnego White Marlin. - Nie boimy się nowych wyzwań i stawiamy sobie wysokie cele. Jesteśmy przekonani, że restauracja szybko zyska swoich zwolenników i będzie atrakcją kulinarną Gdańska. Naszych gości zaskakujemy atrakcyjnym wystrojem wnętrz oraz ogródków. Zdobywamy ich uznanie oraz sprawiamy, że do nas wracają, przede wszystkim dzięki smacznej polskiej kuchni, której brakuje w Trójmieście – podkreśla.

To prawda. Na przestrzeni ostatnich lat w Polsce ogromną popularność zyskała kuchnia zagraniczna - grecka, włoska, hiszpańska, meksykańska, ale też chińska czy japońska. Właściciele Wozowni Gdańskiej postanowili jednak wyłamać się z powszechnie obowiązującej konwencji i wrócić do korzeni, czyli kuchni prawdziwie polskiej. O smak i jakość możemy być spokojni, ponieważ za całość odpowiadać ma Łukasz Domagalski, znany z oryginalnych połączeń kulinarnych szef kuchni sopockiego White Marlina. Czym zaskoczy tym razem?

- Tradycyjne polskie smaki są przeze mnie lubiane i nie są mi obce – podkreśla Łukasz Domagalski. Przez lata swojego doświadczenia promowałem polską kuchnię serwując je w różnych miejscach, teraz chciałbym, by odkryli ją gdańszczanie w wozowni. Lubimy dobre, tradycyjne, polskie jedzenie. Będziemy serwować gościom m.in. tradycyjny żurek oraz chłodnik, bigos, domowe wędliny, czy schab z kiszoną kapustą. Chcę, by menu zmieniało się wraz z porami roku. W sezonie letnim będzie lżejsze, oparte na polskich warzywach, tradycyjnym grillu i grzybach, natomiast zimą będą to pierogi i mięsa takie jak dziczyzna czy golonka.

Oprócz unikatowych widoków i tradycyjnej kuchni, należy wspomnieć o okolicy. To tutaj rozpościera się niezwykła panorama na Główne Miasto i tereny postoczniowe, będąca jednocześnie niecodzienną perspektywą nawet dla samych gdańszczan. Wozownię otacza też przepiękny park, który umożliwia zorganizowanie większych lub mniejszych eventów oraz imprez okolicznościowych, jak np. ślub w plenerze czy wesele pod chmurką. Wszystko w spokojnym otoczeniu i ciszy, ze względu na brak jakiejkolwiek zabudowy mieszkalnej w pobliżu.

Na 1218 metrach kwadratowych powierzchni mają odbywać się również różne spotkania, warsztaty, wystawy, czy konferencje, jednak to restauracja pozostaje przysłowiową wisienką na torcie. Wozownia Gdańska jest już otwarta, jednak menu w pełnej karcie będzie dostępne od 1 września. Czas się przekonać.

MORSKIE PRZYSMAKI NA URODZINACH MARRIOTTA

To były urodziny w kulinarnym stylu. Hotel Courtyard by Marriott w Gdyni świętował swoje 3 urodziny w towarzystwie swoich klientów oraz gości hotelowych, a uroczysty koktajl odbył się w restauracji Gård - Nordic Kitchen.

Fot. Karol Kacperski

Szef kuchni Przemysław Woźny przygotował atrakcje kulinarne - w menu znalazły się między innymi ostrygi, małże w sosie winno-maślanym, smażone krewetki, łosoś gravlax, ceviche z krewetek oraz solona polędwica wołowa. Jednak najwięcej emocji wzbudził fenomenalny bufet deserowy, komponowany w obecności gości przez szefa kuchni oraz cukierników. Kompozycja z motywami morskimi, pełna rozmaitych słodkości swoim wyglądem i kolorami zrobiła ogromne wrażenie.

Sporą atrakcją był również efektowny pokaz barmański zaprezentowany przez zwycięzcę Mam Talent i rekordzistę świata i Guinessa – Krzysztofa Drabika. Jego żonglersko-barmański pokaz z ogniem na długo pozostanie w pamięci gości. Oprawę muzyczną wieczoru zapewnił DJ Adamus, któremu akompaniował Bartosz Jarosz na saksofonie. Stworzone przez ich duet aranżacje muzyczne porwały zaproszonych gości do tańca. mp

SLOW FOOD NA MOLO

Z jednej strony szefowie kuchni, kucharze, pasjonaci, artyści prezentujący swoje autorskie pomysły z drugiej goście, smakosze, odkrywcy, koneserzy dobrej kuchni. Wszyscy spotkali się na sopockim molo podczas szóstej już edycji festiwalu Slow Fest Sopot.

PRESTIŻ PATRONUJE

Fot. Renata Dąbrowska

Wspaniała pogoda, rekordowa frekwencja, rekordowa i rosnąca z roku na rok ilość uczestników, kiermasz produktów regionalnych, strefa restauracji, strefa vege, strefa win, strefa piw regionalnych, strefa słodyczy, strefa edukacji, strefa chillout, autorska kolacja inaugurująca festiwal przygotowana przez rekomendowanych przez Slow Food kucharzy (Krystian Szidel, Rafał Niewiarowski, Rafał Kopicki) oraz niesamowita atmosfera wpłynęły na wyjątkowość Slow Fest Sopot.

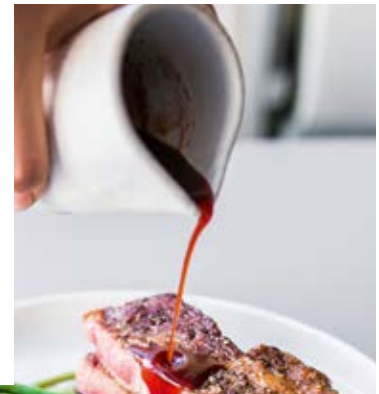
Formuła od lat pozostaje ta sama: spotkanie przy stole, filozofia Slow Food, degustacje dań festiwalowych od 5 zł za porcję, bardzo wysoki poziom zarówno kulinarny jak i organizacyjny, integracja całej branży gastronomicznej. Jak zwykle pojawiło się wielu wspaniałych, gotujących przyjaciół, między innymi Jasiek Kuroń i David Gaboriaud.

Jury festiwalowe nagrodziło w tym roku trzy dania festiwalowe. Uznanie zdobyły: makrela z agrestem, razowcem, marynowana w occie jabłkowym przygotowana przez restaurację Canis, śledzik macerowany w occie z lubczykiem, czerwoną cebulą (Restauracja Gryfon) i jesiotr wędzony z restauracji Borowa Ciotka. Uzasadnienie werdyktu to zgodność z filozofią Slow Food, smak i kunszt kulinarny. mp

1911

cafe

restaurant



ul. Grunwaldzka 4/6
81-759 Sopot

tel. 58 354 94 00

Primavera
JASTRZĘBIA GÓRA
czuj się zaproszony

GRILLOWANY SANDACZ Z WARZYWNYM SPAGHETTI

DARIUSZ GWIAZDA – SZEF KUCHNI HOTELU PRIMAVERA SPA

Składniki:
- sandacz
- marchew
- pietruszka
- cukinia
- zioła
- sos sojowy i tabasco
- oliwa z oliwek
- cytryna
- tymianek

Przygotowanie:
marchew, pietruszka i cukinia pokrojone w długie cienkie paski a'la spaghetti. Wszystko doprawiane świeżymi ziołami i sosem sojowym oraz tabasco. Sandacz usmażony na oliwie z oliwek, uprzednio zamarynowany w przyprawach. Całość układana na talerzu w towarzystwie kremu balsamicznego cytryny oraz świeżego tymianku.

1911 cafe restaurant

PRZEGRZEBKI Z PURE PALONEGO KALAFIORA, OLIWĄ Z KOLEDRY, SOLIRODEM ORAZ SŁONINĄ LORDO

1911 CAFE & RESTAURANT

Pure z kalafiora:
Dwa umyte kalafiory rozdrabniamy na małe kawałki, przekładamy na blachę z pergaminę doprawiamy solą i pieprzem i wstawiamy do upieczenia w temperaturze 180 przez około 30-40 min tak aby różyczki kalafiora nabrały mocnego brązowego koloru. Upieczony kalafior przekładamy do garnka, dolewamy pół litra mleka i pół litra wody oraz łyżkę masła, całość gotujemy tak długo aby cały płyn praktycznie odparował. Taki kalafior blendujemy na gładkie pure.

Dresing z koledry:
200g kolendry blanszujemy we wrzącej wodzie a następnie hartujemy w lodowatej wodzie. Kiedy kolędra ostygnie odciskamy z niej jak najwięcej wody i przekładamy do blendera, potem dolewamy 300ml oliwy z oliwek i miksujemy, przecedzamy przez sito tak aby powstał nam piękny aromatyczny zielony olej. Do dresingu na koncu wyciskamy z trzech limonek sok i mieszamy z oliwą.

Kiedy mamy już wszystkie składniki gotowe możemy przystąpić do smażenia przegrzebek, surowe przegrzebki najlepiej jest trochę delikatnie doprawić solą i peprzem. Smażymy na bardzo rozgrzanej patelni z odrobiną oleju. Smażymy z dwóch stron po poł minuty na kazdą stronę, na końcu dodajemy łyżkę masła i wrzucamy nasz soliród.

Całość układamy na talerzu we własnej kompozycji lub tak jak na zdjęciu, na końcu układamy na każdą przegrzebkę cieniutki paster słoniny lordo.

Fot. Karol Kacperski

POLĘDWICA Z DORSZA NA CZARNYM TAGIATELLE Z CUKINĄ W SOSIE MAŚLANO-WINNYM Z PIANĄ LIMONKOWĄ

PIWNICA RAJCÓW

Składniki:
- Polędwica z dorsza – 360g
- Czarne tagiatelle – 140g
- Cukinia 1 szt.
- Masło klarowane – 100g
- Tymianek świeży
- Masło - 100g
- Czosnek- 1 ząbek
- Sos sojowy- 0,05 ml
- Sól

Przygotowanie:
Polędwicę z dorsza doprawić solą i tymiankiem, smażyć na maśle klarowanym. Makaron gotować w osolonej wodzie. Z cukinii robimy tagiatelle za pomocą obieraczki do warzyw. Następnie podsmażyć na maśle klarowanym z czosnkiem. Dodać ugotowany makaron, podlać białym winem i zredukować do połowy objętość. Dodać surowe mięso, które pozwoli w ten sposób zagęścić sos. Doprawić solą i sosem sojowym oraz czosnkiem.

Fot. Karol Kacperski

Piwnica Rajców to browar restauracyjny znajdujący się w samym sercu gdańskiego Starego Miasta, w podziemiach zabytkowego Dworu Artusa. Odwiedzający to niesamowite miejsce skorzystają z wyśmienitej kuchni, zasmakują w kraftowych piwach, warzonych w piwnicznych kadziach oraz poczują historyczną atmosferę biesiad urządzanych przez wieki przez zamożnych gdańskich kupców i przedstawicieli władz miejskich.

Piwnica Rajców
BROWAR · RESTAURACJA
GDAŃSK

ul. Długi Targ 44
80-830 Gdańsk

marketing@piwnicarajcow.pl
pr@piwnicarajcow.pl

tel:
505 781 817

Prestiżowe IMPREZY

AUTOR: KATARZYNA OKOŃSKA

CZYLI SUBIEKTYWNY PRZEGLĄD WYDARZEŃ

PRESTIŻ PATRONUJE

ZAKOCHANY SZEKSPIR

Miłość, walka z przeznaczeniem, burzliwe losy kochanków, kłótnie między teatrami, a wszystko osadzone w klimacie epoki elżbietańskiej. Komediowe widowisko z wartką akcją, mnóstwem brawurowych pojedynków i dynamiczną zmianą ról. Piękna Viola de Lesseps, córka bogatego kupca i narzeczona Lorda Wessex, musi dokonać wyboru: spełnić swoje marzenie o aktorstwie i pójść za głosem serca, czy zgodzić się na los zgodny z wolą ojca.

Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski,
20-22 lipca, godz. 16:30, 23-24 sierpnia, godz. 16:30

PRESTIŻ PATRONUJE

WESOŁE KUMOSZKI Z WINDSORU

Przenieś się do czasów Szekspira! Stań tuż przy scenie i baw się razem z aktorami. Miłość. Zdrada. Zazdrość. Komedia omyłek. Dwie żwawe i bystre mieszczki walczą z lubieżnym i przebiegłym sir Johnem Falstaffem, szykując nań okrutną zemstę. Będziemy świadkami krwawego pojedynku francuskiego doktora Caiusa z przewielebnym walijskim plebanem Evansem, zabiegających o rękę pięknej panny. Oczywiście zwycięży miłość, a rozwiązłość i chytrość zostaną ukarane.

Gdańsk, Gdański Teatr Szekspirowski,
16-19 sierpień, godz. 16:30

ROGER WATERS - US THEM

Artysta powraca do Gdańska z pionierską trasą, Us Them, podczas której usłyszymy klasyki Pink Floyd, nowe piosenki i solową twórczość. Koncert będzie przeglądem najważniejszych utworów wybranych z dorobku artysty, w tym piosenki z najlepszych płyt Pink Floyd oraz kompozycje z nowego, zbierającego doskonałe recenzje albumu "Is This the Life We Really Want?" Zapowiada się świetne show!

Gdańsk, Ergo Arena,
5 sierpnia, godz. 18:00

GDAŃSK TATTO KONWENT

Dziesiąta jubileuszowa edycja, gdańskiego festiwalu Tattoo Konwent odbędzie się ponownie w nowoczesnych i przestronnych halach Amber Expo! To jedyny taki weekend i prawdziwie nadmorskie święto tatuażu oraz muzyki w mieście wolności! Zaprezentuje się ponad 350 artystów tatuażu. Ponadto na gości będzie czekać mnóstwo atrakcji tj.: pokazy, koncerty, strefy customowych samochodów i motorów, mody, barberów i inne.

Gdańsk, Amber Expo,
28-29 lipca

PRESTIŻ PATRONUJE

FORD FIESTA ACTIV CUP

Zakończenie zmagań pucharowych oraz Mistrzostwa Polski Ford Fiesta Active Cup, to najbardziej oczekiwana impreza sezonu w kitesurfingu! Zawodnicy wystartują w trzech głównych konkurencjach: Freestyl'u, Twin Tip Racingu oraz Kite Foilu. Szczególne emocje budzi ciąg dalszy rywalizacji w konkurencji Kite Foil. Śledź pasjonującą rywalizację i wpadnij pokibicować do Pucka!

Więcej informacji na stronie www.forcup.pl.

Puck,
12-15 sierpnia

PRESTIŻ PATRONUJE

MACIEJ MALEŃCZUK SOLO

Maciej Maleńczuk, wokalista i gitarzysta rockowy znany m.in. z umiejętnego mieszania różnych gatunków muzycznych, wystąpi na tarasie sopockiego Aqua Parku. Koncert jest retrospekcją dotychczasowych dokonań artysty. Składa się z zespołu pieśni zarówno ulicznych, jak i późniejszych dokonań muzyka. Nie zabraknie więc pieśni: "Ostatnia nocka" "Tango Libido", "Sługi za szlugi", "Synu", "Dawna dziewczyno", a wszystko przy dźwiękach gitary. Bilety a4f.com.pl

Sopot, Tarasy przy Parku Wodnym,
28 lipca, godz. 20:00

PRESTIŻ PATRONUJE

DARIA ZAWIAŁOW

Skromna, młoda artystka z duszą buntowniczki. Sama pisze teksty i w dużym stopniu angażuje się również w komponowanie swoich utworów. Przez wiele tygodni królowała na szczycie Radiowej Trójki z coverem piosenki "Jeszcze w zielone gramy" Wojciecha Młynarskiego. Rozgłos zdobyła również dzięki debiutanckiemu albumowi pt. "A kysz"! muzycznie utrzymanego w klimatach indie popu i rocka.

Sopot, Tarasy Przy Aquaparku,
19 sierpnia, godz. 20:00

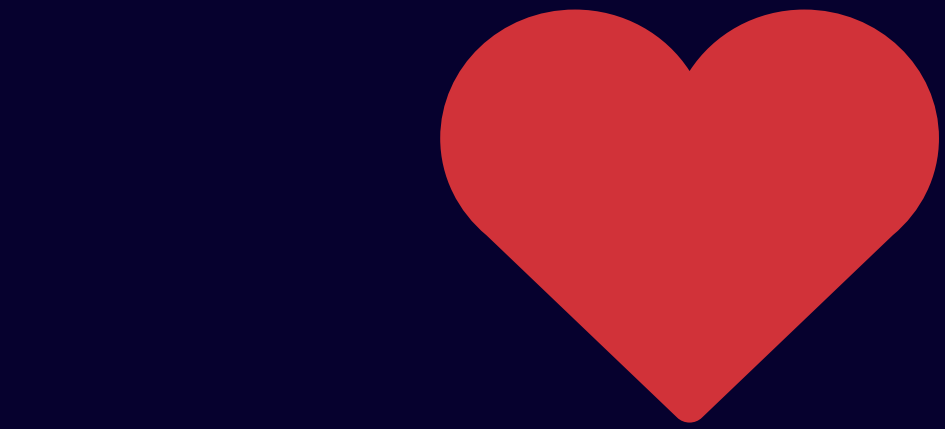
ENEA IRONMAN 70.3 GDYNIA

Zdecydowanie najważniejsze wydarzenie triathlonowe w Polsce! Gdynia po raz szósty zaprosi do siebie uczestników z całej Polski i świata. Na listach startowych można znaleźć zawodników z kilkudziesięciu krajów, których przy trasie wspiera kilkadziesiąt tysięcy kibiców. W Gdyni można wystartować nie tylko na długim dystansie (1,9 km pływania, 90 km rowerem i 21,1 km biegiem), ale również w sprincie, sztafetach, czy zawodach dla dzieci. Zapisy na www.ironmangdynia.pl

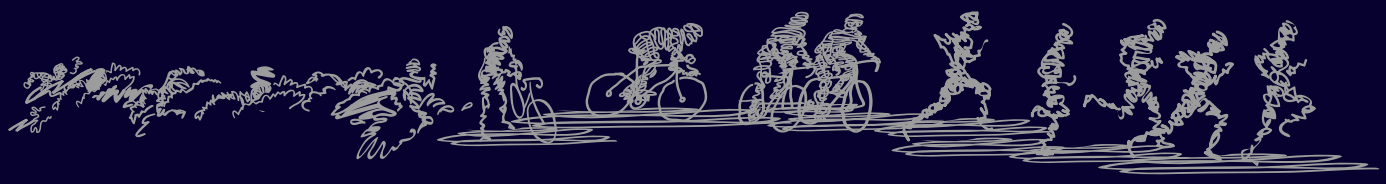
Gdynia,
3-5 sierpnia

DO SPOTKANIA
DO OGLĄDANIA
DO SŁUCHANIA

GDYNIA



TRIATHLON



Enea
IRONMAN 70.3® GDYNIA
POLAND

3-5.08.2018

Massive Attack

REKORDOWY OPEN'ER

Open'er Festival 2018 zakończony! Żeby zrozumieć Open'era, trzeba na nim być. Choć raz, choć jeden dzień. Nigdy nie da się opisać słowami tego, co przez 4 dni i noce dzieje się w Gdyni. Tym bardziej po takiej edycji jak zakończona w niedzielę nad ranem!

Pierwszy raz w historii festiwal został całkowicie wyprzedany. Zaczęło się od biletów jednodniowych na sobotę, potem na czwartek, karnetów weekendowych i wreszcie karnetów 4-dniowych. Przez wszystkie festiwalowe dni w Gdyni bawiło się ponad 140 tysięcy ludzi!

Te tysiące chciały zobaczyć jedną z największych gwiazd współczesnego popu - Bruno Marsa, legendarnych Depeche Mode, porywające, kolorowe Gorillaz i uciekających od prostych rockowych szufladek Arctic Monkeys. Jeśli ktoś chciał dowodu, że Bruno Mars jest nowym Jacksonem, z pewnością go dostał. Jeśli ktoś chciał zweryfikować opinię, że Depeche Mode to nadal zespół nie do pobicia w kategoriach kultowości – zweryfikował ją na plus. Jeśli ktoś miał ochotę na 100% Gorillaz w Gorillaz, to dzięki Damonowi Albarnowi dostał tę stówę z nawiązką. Jeśli ktoś potrzebował balansu między nowym wcieleniem Arctic Monkeys a ich starszymi utworami – nie mógł trafić lepiej.

Jesteśmy jednak przekonani, że za kilka lat w kontekście Open'era 2018 przede wszystkim będzie wspominało się koncert dwóch najstarszych muzyków, którzy wystąpili w tym roku w Gdyni. David Byrne i Nick Cave zmieniają reguły gry od ponad czterech dekad, więc w sumie nie powinno nas to dziwić, ale jednak oglądanie szamańskich popisów Cave'a i absolutnego przedefiniowania sztuki koncertowej przez lidera Talking Heads robiło nie tylko ogromne wrażenie, ale także udowodniło, że w występach live nadal można odnaleźć świeżość i kreatywność.

Czy to się komuś podoba czy nie, polski i zagraniczny hip hop to dziś gatunki, które nie mają sobie równych, jeśli chodzi o popularność. Na co dzień widać to w wynikach wyświetleń i odsłuchów, na festiwalach widać to pod sceną. Post Malone, Young Thug, Yung Lean i oczywiście polska reprezentacja: Taconafide, Otsochodzi (z gościnnym udziałem Taco i latanem pod rusztowaniem sceny) czy Pro8l3m zebrali fanów liczonych w grubych tysiącach, niezależnie od pory!

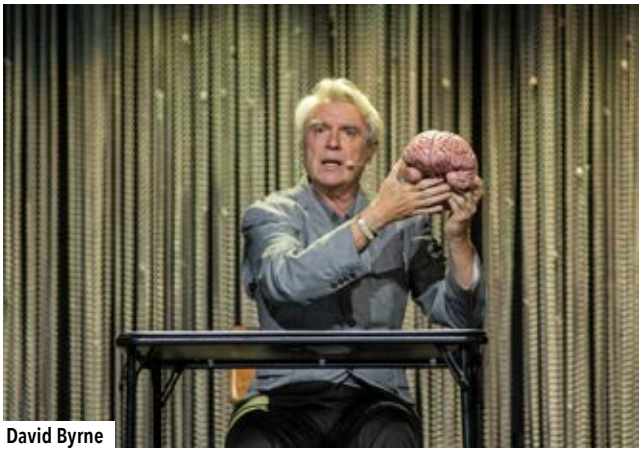
W tym roku odnotowaliśmy nowy projekt – Open'er Obywatelski. W namiocie Let's Talk publiczność dyskutowała m.in. z Rzecznikiem Praw Obywatelskich Adamem Bodnarem, przedstawicielami Komisji Europejskiej i gośćmi stowarzyszeń NGO. Aktywny udział publiczności i nieunikanie trudnych rozmów, przekonują, że Open'er Obywatelski należy kontynuować, tak jak siódmy rok z rzędu kontynuowany jest Projekt Sztuka. Tłumy oglądały spektakle teatralne – w tym „Wesele" Jana Klaty i „2118.Karasińska"; ponad 20 tysięcy widzów miała wystawa „Jutro Będzie Wojna?", a do kina, Klubu Komediowego i Stand-Upu ustawiały się kolejki na długo przed rozpoczęciem przedstawień.

Kolejna, 18 edycja Open'er Festival odbędzie się w Gdyni w dniach 3-6 lipca 2019 roku!

Nick Cave and The Bad Seeds

Depeche Mode

Noel Gallagher


David Byrne

Chvrches

Post Malone

Dead Cross

Arctic Monkeys

Kortez

Kaleo

FESTIWAL SZEKSPIROWSKI PEŁEN HITOWYCH SPEKTAKLI

Spektakle z Argentyny, Iranu, Niemiec, Czech, Włoch i z Polski zobaczymy w ramach 22 Festiwalu Szekspirowskiego, który w dniach 27 lipca – 5 sierpnia 2018 odbędzie się w Gdańsku. Festiwal zainauguruje polska adaptacja „Romea i Julii" w reżyserii i choreografii Janusza Józefowicza – pierwszy musical w dotychczasowej historii Festiwalu Szekspirowskiego.

Na elżbietańskiej scenie Teatru Szekspirowskiego można będzie również obejrzeć spektakle polskich reżyserów zrealizowane za granicą – **„Sen nocy letniej"** w reż. Eweliny Marciniak w wykonaniu zespołu niemieckiego Theater Freiburg oraz **„Miarka za miarkę"** w reż. Jana Klaty z czeskiego Divadlo pod Palmovkou (Teatr pod Palmą) – obydwa wysoko oceniane przez krytykę teatralną oraz publiczność. Jednym z mocnych akcentów tegorocznej edycji ma szansę stać się również **„Makbet"** z Sardegna Teatro and Compagnia Teatropersona, który zagrany zostanie po sardyńsku.

Ciekawostką będzie też z pewnością inspirowane „Królem Learem" przedstawienie **„La Fiesta del Viejo"** w wykonaniu argentyńskiego kolektywu artystycznego pod tą samą nazwą, przyjmujące formę rodzinnej imprezy. Na tegorocznym festiwalu nie zabraknie również artystki, której obecność stała się już tradycją, a za której ciętym humorem i niespożytą energią cały rok tęskni wielu festiwalowych widzów. Mowa oczywiście o Bei von Malchus, niezależnej niemieckiej aktorce i reżyserce, która tym razem, we właściwy sobie, przewrotny sposób, opowie o szekspirowskich kobietach dzierżących władzę.

Zaprezentowane zostaną także dwa polskie spektakle wybrane do finału Konkursu o Złotego Yoricka – **„Hamlet – komentarz"** w reż. Grzegorza Brala z Teatru Pieśń Kozła oraz **„Makbet"** w reż. Agaty Dudy – Gracz zrealizowany w Teatrze Muzycznym Capitol – obydwa z Wrocławia. Laureat nagrody wyłoniony zostanie podczas festiwalu.

Festiwalowy nurt alternatywny, czyli **SzekspirOFF**, ponownie odbędzie się w formule konkursowej. Podczas 22. edycji Festiwalu zagości na nim 13 zgłoszonych i zakwalifikowanych do konkursu spektakli. Integralną częścią festiwalu są działania **Letniej Akademii Szekspirowskiej**, takie jak warsztaty, spotkania z twórcami, próby otwarte i seminaria.

Wszystkie festiwalowe spektakle tłumaczone są na j. polski i angielski w formie napisów nad sceną. Szczegółowy program Festiwalu Szekspirowskiego znajduje się na stronie festiwalszekspirowski.pl

mp

PATRONUJE PRESTIŻ

„Sen Nocy Letniej" w reż. Eweliny Marciniak

„Miarka za miarkę" w reż. Jana Klaty

„Romeo i Julia" Teatru Buffo

„Burza" Warszawskiego teatru Lalek

„Makbet" Teatr Muzyczny Capitol

4 TECHNIKI TOMASZA SĘTOWSKIEGO

W galerii Na Miejscu w gdańskim Garnizonie odbył się wernisaż wystawy znakomitego polskiego malarza Tomasza Sętowskiego. Mistrz realizmu magicznego zaprezentował prace, które powstały w czterech różnych technikach – olej, akwarela, rysunek i grafika.

Niezwykła twórczość Tomasza Sętowskiego, malarza tworzącego i mieszkającego zarówno w Częstochowie, jak i w Sopocie znana jest na całym świecie. To malarz ceniony za perfekcyjny warsztat, nieograniczoną wyobraźnię i niezwykłą dbałość o detale.

- Wystawa jest o tyle unikatowa, że pokazuje kilka wczesnych rysunków i moją drogę do etapu malarskiego, bo u mnie wszystko zaczyna się od rysunku. Cieszę się, że mogłem pokazać swoje prace w Trójmieście, tym bardziej, że niedługo czeka mnie intensywny okres. Jesienią zaczynam prace nad nowym cyklem malarskim pt. „Autodestrukcja i Autokreacja". Konwencja oczywiście fantastyczna, ale przemycę w tych obrazach trochę wątków autobiograficznych **– mówił Tomasz Sętowski.**

O obrazach Tomasza Sętowskiego najpiękniej pisze krytyk Stanisław Seyfried. "Tomek tworzy scenariusze, których wartość malarską oparł na wiedzy wielkich mistrzów dawnej sztuki. Ogląda się je jak przedstawienie, spektakl sztuki wizualnej, otwierający na szeroki wachlarz przeżyć, odblokowujący umysł na nieoczekiwane wizje. Korzysta z klasyki, w większości tworzy jednak błyskotliwe krajobrazy fantastycznych zwierząt, zaginionych miast, kobiet ryb, oceanów myśli czy snów o podwodnych krainach".

mp

Fot. Karol Kacperski

„Temptation" – olej na płótnie

Stanisław Seyfried, Magdalena Gzowska, Na Miejscu, Tomasz Sętowski, Karolina Ossowska, Na Miejscu

AUKCJA NOWEJ SZTUKI

W Dworku Sierakowskich w Sopocie Dom Aukcyjny Art. In House zorganizował Aukcję Nowej Sztuki. Na aukcji można było kupić obrazy i rzeźby takich artystów, jak Tomasz Kostecki, Edward Dwurnik, Michał Janicki, Jan Dubrowin, Jacek Opała, czy Martyna Mączka.

Aukcja zakończyła się sprzedażą blisko 100% wystawionych prac. Ofertę cechowała różnorodność tematów, technik i stylów, dzięki czemu prace z katalogu trafiły w gust każdego miłośnika sztuki. Najwyższą kwotę (13.000 zł) osiągnął olej Tomasza Kosteckiego, pt. „Grand Prix Monaco". Kolejne najwyższe sprzedaże należały do „Open Your Eyes" Wojtka Brewki i „Strażników czasu" Andrejusa Kovelinasa, które wylicytowano za 10.500 zł.

Warto również wspomnieć o Jacku Opale, nowym artyście w Art in House, którego rzeźbiarska praca nawiązująca do antyku została sprzedana za 7.500 zł. Wieczór zakończył koncert Piotra Krępecia. Artysta akustycznymi melodiami ukołysał aukcyjne nastroje publiczności. Kolejna aukcja Nowej Sztuki w Dworku Sierakowskich odbędzie się 4 sierpnia.

mp

PATRONUJE PRESTIŻ

ŚWIĘTO FILMU DOKUMENTALNEGO

26 filmów z całego świata w Konkursie Głównym i 20 w Konkursie Polskich Krótkometrażowych Filmów Fabularnych mogli obejrzeć widzowie Gdańsk DocFilm Festival. 16 edycja imprezy odbyła się w Europejskim Centrum Solidarności.

PATRONUJE PRESTIŻ

Fot. Materiały prasowe

Laureaci Gdańsk DocFilm Festival

Zwycięzcą Konkursu Głównego tej edycji jest holenderski dokument „Alicia" w reżyserii Maasji Ooms. To przejmujący obraz opowiadający historię dziewczynki, która po tym jak została odebrana rodzicom trafia do domu dziecka. Następnie jest umieszczona w rodzinie zastępczej, której ojciec umiera, a Alicia ponownie ląduje w sierocińcu. Znalezienie dziewczynce nowego domu przedłuża się, a sytuacja rodzi w niej negatywne i fatalne w skutkach emocje. Bohaterce coraz bardziej grozi wykolejenie. Film otrzymał już wcześniej specjalną nagrodę na festiwalu IDFA w Amsterdamie.

W Konkursie Polskich Krótkometrażowych Filmów Fabularnych zwyciężył film „Baraż" w reżyserii Tomasza Gąssowskiego. Jego bohaterem jest Zyga spod Warszawy – niespełna czterdziestoletni były zawodnik lokalnej drużyny piłkarskiej. Zyga wychowuje syna. Jego dawny zespół walczy o awans do trzeciej ligi. W meczu barażowym ma wystąpić dawna gwiazda. To spotkanie okaże się w życiu Zygi bardzo ważne. Oprócz tego w Konkursie Polskich Krótkometrażowych Filmów Fabularnych przyznano dwa wyróżnienia: pierwsze z nich dla filmu „60 kilo niczego" w reżyserii Piotra Domalewskiego, a drugie dla obrazu „Bogdan i Róża" w reżyserii Mileny Dutkowskiej.

mp

PLAKAT JAPOŃSKI W PGS

"Wielcy Nieobecni światowego plakatu. Yusaku Kamekura, Ikko Tanaka, Shigeo Fukuda" – taki jest tytuł wystawy poświęconej trzem wybitnym japońskim plakacistom. Wystawę w Sopocie można oglądać do 30 września.

PATRONUJE PRESTIŻ

Powojenny plakat japoński, szczególnie od połowy XX wieku, należy niewątpliwie do najciekawszych kart w całej historii światowego plakatu. Twórcom japońskim udało się umiejętnie powiązać wielusetletnią tradycję rodzimego malarstwa i grafiki z aktualnymi trendami sztuki nowoczesnej. Pojawiła się bardzo oryginalna szkoła plakatu, stawiana na równym miejscu, a może nawet wyżej, jak współcześnie rozwijająca się słynna „polska szkoła plakatu", czy plakat szwajcarski ze swoim „Swiss Style".

Plakat japoński ujawnił wiele wybitnych osobowości, które zyskały światową renomę. Yusaku Kamekura należy do pierwszej generacji powojennej i jest jej najwybitniejszym przedstawicielem. To on po raz pierwszy posłużył się barwną fotografią w historii plakatu olimpijskiego w swoich dwóch pracach na Igrzyska w Tokio w 1964 r.

W plakatach Ikko Tanaki często głównym motywem jest twarz ludzka – w przeciwieństwie do polskiego plakatu - nieczęsto występująca w plakacie japońskim. Umiejętność kreowania twarzy za pomocą kilku podstawowych figur geometrycznych budzi najwyższe uznanie. Tanaka często korzysta też w swoich plakatach z bogactwa pisma japońskiego, zarówno tego wywodzącego się z kaligrafii, jak i czerpiącego z rodzimej typografii.

Twórczość Shigeo Fukudy na pierwszy rzut oka jest całkowicie odmienna od dorobku wyżej wymienionych. W jego projektach nie brakuje zaskakujących gier z widzem, odwoływania się do wszelkiego rodzaju trików graficznych czy optycznych, surrealistycznych zaskoczeń zmianą skali przedmiotów, budowaniem przedmiotów „niemożliwych", czy sytuacji przestrzennych nawiązujących do wyimaginowanego świata.

mp

Primavera
JASTRZĘBIA GÓRA
czuj się zaproszony

Biznes odpoczywa nad morzem

#czujsięzaproszony

15 sal konferencyjno-bankietowych

600 komfortowych miejsc noclegowych

650m2
największa sala
6m wysokości

450
miejsc w ustawieniu bankietowym

700
miejsc w ustawieniu teatralnym

PRIMAVERA TO TAKŻE:

PARK WODNY

CENTRUM SPA

GASTRONOMIA

KRĘGIELNIA

www.primaveraspa.pl

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

Rezerwacje:
konferencje@primaveraspa.pl
tel. (58) 776 24 47
Agnieszka Szydłowska 609-759-900
Jarosław Orłowski 607-276-777

W SIECI Z ...

Z ANNĄ GÓRSKĄ

AUTORKA: NATALIA DAWSZEWSKA

ANNA GÓRSKA

Pomorski przedsiębiorca. Współwłaścicielka hotelu Quadrille w Gdyni, jednego z najpiękniejszych hoteli butikowych w Europie, który niedawno stał się członkiem stowarzyszenia Relais & Chateaux. Ta prestiżowa organizacja zrzesza najbardziej ekskluzywne hotele butikowe oraz restauracje z gwiazdkami Michelin na całym świecie. Anna Górska jest również prezesem zarządu firmy Izobud, która została laureatem konkursu Pomorski Pracodawca Roku w kategorii: przedsiębiorstwo zatrudniające od 10 do 50 pracowników.

Mam ogromne problemy ze wstawaniem na dźwięk budzika. Na nogi o poranku stawia mnie dobrze parzona, aromatyczna kawa. Moje pierwsze spotkanie z internetem odbywa się po godzinie dziewiątej. Internetowy rytuał rozpoczynam od kontroli korespondencji ze **skrzynki mailowej**. Pierwszeństwo mają wiadomości służbowe. Następnie sprawdzam co się wydarzyło, kiedy byłam offline. Moim oknem na świat jest **tvn24.pl,** lokalnie podglądam **trojmiasto.pl**. Na szarym końcu loguję się na **Facebooka**. Jeśli mam czas dla siebie, to staram się nie dotykać telefonu. Chcę poświęcić się najbliższym i skupić na odpoczynku, a nie być niewolnikiem telefonu. Kiedyś nie było internetu i ludzie dawali sobie radę. Prywatnie wyobrażam sobie funkcjonowanie bez połączenia z siecią, lecz zawodowo, jest to dla mnie abstrakcja.

Prywatny Facebook Anny Górskiej zawiera wszystko. Kolekcjonuję fajne chwile. Moi znajomi mnie oznaczają i udostępniają zdjęcia. **Lajkuję i komentuję**. Wychodzi na to, że jestem aktywnym użytkownikiem, ale staram się dawkować moje prywatne życie. Jeśli chodzi o Facebooka i biznes, to już zupełnie inna szkoła jazdy. Jako właściciel dwóch firm, powiem szczerze, że pole rażenia musi być bardzo duże, a działania przemyślane. Facebook jest narzędziem, które pomaga i szkodzi.

Instagram jest moją bolączką. Staram się, ale nie czuje się w tej formie social mediów najlepiej. Dodaję mało zdjęć, głównie to ja obserwuję ludzi i lubiane przeze mnie marki. Followuję **Hestona Blumenthala @hestonblumenthalteam**, to jest jeden z moich ulubionych kucharzy, **Nigelle Lawson @nigellalawson** uwielbiam za styl i przepyszne jedzenie, czasami dość kaloryczne.

Bacznie śledzę co nowego pojawia się pod **hasztagami** związanymi ze sztuką kulinarną. Śledzę instagramowe poczynania najlepszych restauracji na świecie – **Noma (@nomacph), Maaemo (@maaemo), El Celler De Can Roca (@cellercanroca)**. Interesuję się również motoryzacją. Jak na fankę prędkości przystało, na moim Instagramie w obserwowanych nie mogło zabraknąć **@porsche**. Z profili związanych z modą followuję **@tomford** - kocham tą markę za zapachy, uważam, że woda Tuscan Leather to jeden z najpiękniejszych zapachów na świecie, uzależnia jak narkotyk.

Kuchnia.TV, tastingtable.com, thebestchefawards.com, Magazyn Usta i jego internetowa strona www.ustamagazyn.pl, a w nim przepiękne felietony Anny Królikiewicz to moja skarbnica kulinarnych perełek. Jeśli chodzi o kulinarne blogi, to odwiedzam **mintaeats.com, tasteaway.pl, froblog.pl.**

Jestem użytkownikiem marki **iPhone** i korzystam tylko i wyłącznie z funkcji i **iTunes**. W moim muzycznym portfolio mam około pięć tysięcy utworów. Ostatnio w uszach dźwięczy mi Hercules & Love Affair, muzyka do filmu Lion - Dustina O'Hallorana, czy muzyka Ibrahima Maaloufa do filmu o Yves Saint Laurent. Uwielbiam muzykę alternatywną, na ostatnim festiwalu Soundrive odkryłam SX (bardzo piękna kobieta) i jej przepiękny utwór Shimona, również Juniusa Meyvanta z utworem Be a Man. Często bywam w klubie **B90**, według mnie jest oazą dobrej muzyki. Śledzę ich plan koncertowy na Facebooku **(@B90klub)**. Jeśli poszukuję wyciszenia, z moich głośników wydobywają się dźwięki **Leszka Możdzera**. Muzyka klasyczna zajmuje spory procent w moich pięciu tysiącach utworów na **iTunes.**

Na swoim iPhonie mam zainstalowane takie aplikacje jak: **Facebook, Messenger, Instagram, Flightradar24, Yanosik, iTunes,** nawigacja T**omTom Go Mobile**, nie może też zabraknąć gry **Angry Birds, Netflixa** oraz aplikacji organizacji **Relais&Chateaux,** do której należy nasz hotel Quadrille. Ostatnio z zapartym tchem **na Netflixie** oglądam serial **The Crown**, czyli losy młodej Elżbiety II. Z czystym sumieniem mogę polecić też serial **Narcos**. Przemierzając internetowe zakamarki, najbardziej denerwują mnie nachalne reklamy zasłaniające cały ekran. Nie trawię również hejtu w internecie. Anonimowe złośliwości i wylewanie żółci budzi we mnie odrazę. Temu zjawisku mówię stanowcze nie. ■

Przedsiębiorstwo Budownictwa Ogólnego i Usług Inwestycyjnych Piotr Flens

Firma z 30-letnim doświadczeniem na rynku budowlanym oferuje swoje usługi deweloperom oraz inwestorom innych branż działającym na Pomorzu.

Nasze najważniejsze atuty:

- **Mobilność**
- **Wolne moce przerobowe**
- **Kompetentny i doświadczony zespół inżynierski**
- **Własne, sprawdzone ekipy wykonawcze**
- **Zaplecze techniczne pozwalające podejmować zadania o wartości do 30 mln zł**
- **Kontakty kooperacyjne z rzetelnymi podwykonawcami branżowymi**

Zapraszamy do kontaktu.

Z największą przyjemnością zaprezentujemy Państwu nasz obecny potencjał i możliwości współpracy.

Przedsiębiorstwo Budownictwa Ogólnego i Usług Inwestycyjnych Piotr Flens
ul. Gnieźnieńska 74, 75-736 Koszalin

tel. 94 347 47 14 **pbo@flens.pl** **www: www.flens.pl**

Byliśmy wykonawcami budów o zróżnicowanym charakterze i skali. Budujemy głównie na Pomorzu, ale wykonywaliśmy również zlecenia w Warszawie, Moskwie i Berlinie. Mamy na koncie m.in. realizacje obiektów mieszkaniowych, szpitalnych, biurowych, bankowych i specjalistycznych. Można je obejrzeć na naszej stronie internetowej.

PBO Piotr Flens ... i już budujemy

Trójmiejskie Insta Story

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

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

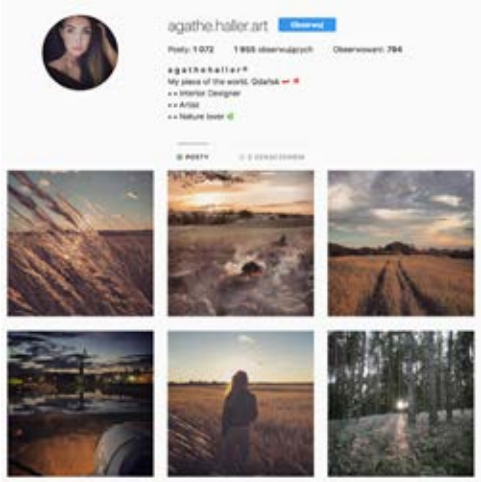
AGAHTE HALLER

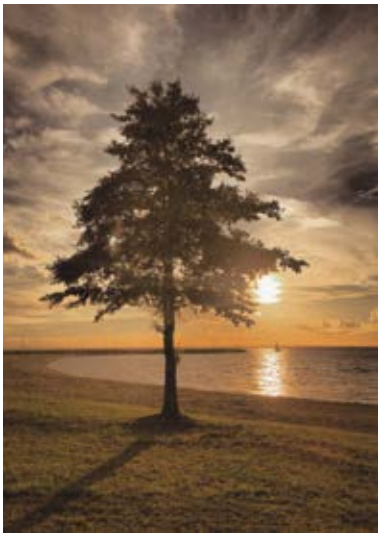
Obserwuj

@agathe.haller.art

Patrząc na jej instagramowy profil łatwo zauważyć wprawione oko i wrażliwość. Nam zdradza, dlaczego tak namiętnie fotografuje przyrodę i co znalazłoby się na jej zdjęciu, gdyby tylko raz mogła nacisnąć spust migawki.

Nazywam się... Agathe Haller
Jestem... architektem wnętrz
Urodziłam się w... Zurichu, na co dzień mieszkam... w Gdańsku
Moim ulubionym miejscem na świecie są... miejsca, w których mogę „odpłynąć". To zdecydowanie polskie morze – widok fal morskich oraz piasku.
Robię zdjęcia, ponieważ... daje mi to wolność i pozwala skoncentrować się na bieżącej chwili. Lubię obserwować i ścigać światło. Zatrzymać choć część dnia.
Fotografuję... głównie przyrodę, **ponieważ...** jej doskonałość jest dla mnie nieustającą inspiracją do tworzenia obrazów, form we wnętrzach oraz bodźcem do eksplorowania świata.
W obrazie interesuje mnie... przede wszystkim nastrój miejsca, budowanie atmosfery i piękno natury.
Instagram służy mi do... dzielenia się pięknem przyrody oraz poznawania twórczości innych.
Gdybym mogła zrobić tylko jedno zdjęcie, sfotografowałbym... miejsce, które przywołuje we mnie pozytywne emocje. Las.
Z Trójmiastem łączy mnie... to cały mój świat.
Trzy najbardziej fotogeniczne miejsca w Trójmieście... pobliskie lasy (Kaszuby), trójmiejskie plaże oraz gdańska Starówka.
Trzy ulubione adresy w Trójmieście... kawa w Retro, odpoczynek nad morzem i praca w domu.



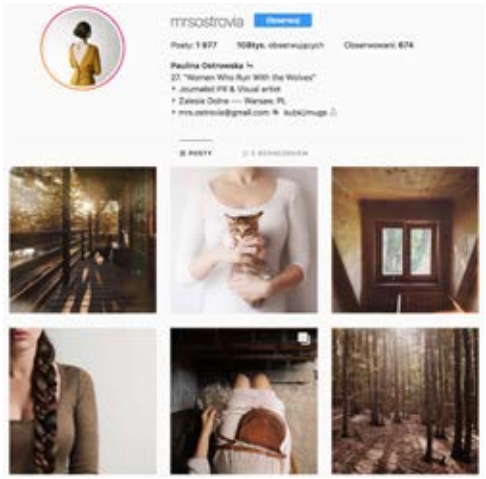


Insta nominacje
Agathe Haller

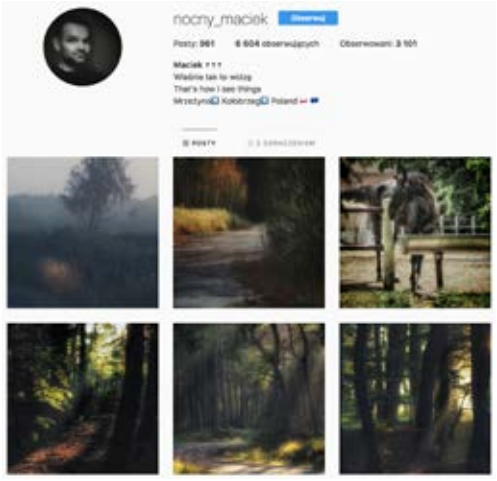
@agathe.haller.art

Cenię całą masę profili, wybór nie jest łatwy. Doceniam również osoby, które prowadzą Instagrama hobbistycznie - tak jak ja. Sama nie jestem fotografem, natomiast bywam w pięknych miejscach i żal byłoby ich nie uwiecznić w „czasach obrazów", kiedy mamy je na wyciągnięcie „telefonu".

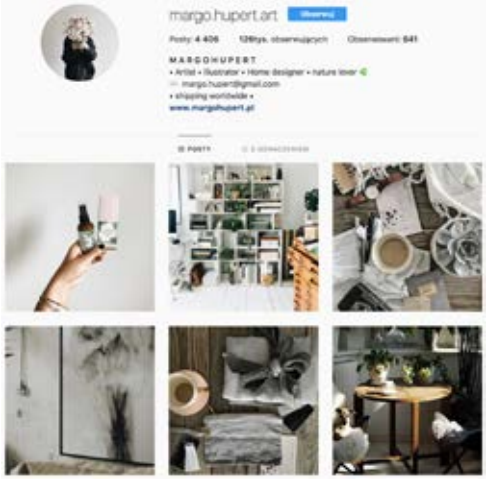
@mrsostrovia - za bliski mi świat, wrażliwość i kobiecość



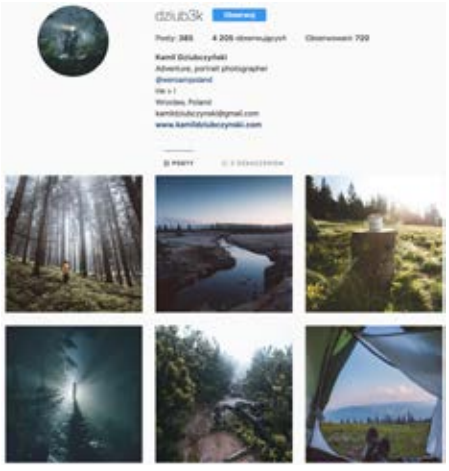
@nocny_maciek - za malowanie światłem i zamiłowanie do lasów



@margo_hupert.art - za sztukę, miłość do zwierząt i natury



@dziub3k - za odkrywanie niesamowitych miejsc



@magnus__p - za profesjonalizm i piękny klimat zdjęć

JAK ZMIENIAJĄ SIĘ CENTRA HANDLOWE I W JAKIE NIERUCHOMOŚCI WARTO INWESTOWAĆ?

AUTOR: MAGDALENA MYRLAK

Styl życia nowoczesnych konsumentów w znacznym stopniu wpływa na rynek nieruchomości handlowych. Rozwijający się sektor sprzedaży internetowej oraz zmiany w sposobie spędzania wolnego czasu, to główne czynniki, które powodują przeobrażenia w sposobie postrzegania obiektów handlowych. W jaki sposób rynek nieruchomości dostosowuje się do tych wymogów oraz czy w takich warunkach warto jeszcze inwestować w nieruchomości handlowe?

Polska jest jednym z szybciej rosnących rynków e-commerce w Europie. Choć liczba kupujących w internecie wzrasta, tradycyjne sklepy nadal pozostają najpopularniejszym kanałem sprzedaży.

INTEGRACJA RÓŻNYCH FUNKCJI

To dlatego rynek nieruchomości handlowych w Polsce nie jest zagrożony ze strony popularnych zakupów w sieci i może być atrakcyjny dla inwestorów. Zwłaszcza biorąc pod uwagę fakt, że deweloperzy stale uważnie obserwują rynek i przyglądają się zmianom zachodzącym w preferencjach zakupowych nowoczesnych konsumentów. W ten sposób są w stanie dynamicznie reagować na aktualne trendy, dostosowując swoje projekty do potrzeb i oczekiwań klientów.

Wzrost znaczenia miejskiego stylu życia powoduje, że w ostatnim czasie szczególnie popularne stają się te przestrzenie, które mogą stanowić atrakcyjne i ogólnodostępne miejsce integrujące rozmaite funkcje. Takie podejście sprzyja powstawaniu nowoczesnych obiektów handlowych łączących aktywności w obszarze rozrywki, kultury lub edukacji. Współczesne centrum handlowe musi zaspokajać potrzeby nowoczesnego konsumenta i wychodzić naprzeciw jego oczekiwaniom.

INWESTOWANIE W ZGODZIE Z TRENDAMI

Obecnie rynek nieruchomości komercyjnych znajduje się w hossie, jest bardzo dużo realizowanych projektów i dostępnego kapitału. W przypadku nieruchomości handlowych, niezależnie od sytuacji na rynku, dużo łatwiej jest zareagować na zmiany rynkowe. Podobnie jak dzieje się to w USA - wraz z popularnością usług e-commerce w Stanach Zjednoczonych, zmienia się charakter obiektów handlowych, znaczenie traci tenant mix oparty na modzie, a zyskują strefy rozrywki, sportu i gastronomiczne, w których pokolenie, spędzające obecnie wiele czasu w sieci, może spotkać się na nowo.

W Europie również rośnie znaczenie jakości powierzchni handlowych i placemakingu – czyli strategii, która zakłada wieloaspektowe podejście do planowania przestrzeni. Nowe centra handlowe opierają się głównie na łączeniu funkcji handlowej obiektu z rekreacyjną i rozrywkową.

- W Polsce rynek handlowy jest jeszcze nienasycony – **mówi Robert Jaś, Wiceprezes Metropolitan Investment S.A.** - W mniejszych miastach nadal brakuje np. konceptów modowych, które zawsze cieszą się sporą popularnością. Co więcej, w Polsce jesteśmy w stanie wyprzedzać trendy i wprowadzać zmiany postępujące obecnie na rynku USA i Europy Zachodniej. Widać to już w nowych projektach obiektów handlowych, także tych planowanych przez Metropolitan Investment. Projektujemy nasze duże koncepty handlowe w taki sposób, aby udział rozrywki, strefa spotkań i sportu stanowił w nich ok. 20% powierzchni. To klucz do sukcesu inwestycji, dzięki któremu współczesny konsument przychodzi do galerii już nie tylko po zakupy, a każda wizyta staje się dla niego nowym doświadczeniem **– dodaje Robert Jaś.**

TRENDY NA RYNKU NIERUCHOMOŚCI HANDLOWYCH

Oprócz tendencji do przeobrażania funkcji centrów handlowych w kierunku tworzenia tzw. trzeciego miejsca, czyli przyjaznej przestrzeni do spędzania czasu miedzy pracą a domem, widocznych jest jeszcze kilka trendów związanych z funkcjonowaniem nowoczesnych obiektów handlowych. Deweloperzy i inwestorzy zwracają uwagę na rosnące znaczenie procesów związanych z modernizowaniem i reorganizacją istniejących powierzchni handlowych lub rozbudowy dostępnych już obiektów.

Dzięki nowym rozwiązaniom możliwe jest przeobrażenie przestrzeni i wprowadzenie dodatkowych udogodnień. Poza tym coraz więcej powierzchni handlowej dostarczana jest w ramach projektów wielofunkcyjnych np. w połączeniu z mieszkaniowymi. Kolejnym coraz częstszym zabiegiem jest uzupełniane powierzchni biurowych o koncepty handlowo-usługowe, w tym np. typu convenience. Duży potencjał wykazują także inwestycje w sektorze parków handlowych oraz centrów wyprzedażowych, np. typu outlet.

METROPOLITAN investment

METROPOLITAN INVESTMENT S.A.
Centrala Warszawa | ul. Grzybowska 5A, 00-132 Warszawa | 48 535 50 20 50
Oddział Gdańsk | al. Grunwaldzka 103A, 80-244 Gdańsk | 48 535 80 80 40
Oddział Poznań | ul. Święty Marcin 24, 61-805 Poznań | 48 535 80 50 80
Oddział Kraków | al. Pokoju 1, 31-548 Kraków | 48 535 50 70 70
www.metropolitaninvestment.pl info@metropolitaninvestment.pl

BETTER BUSINESS EVENT

OSZCZĘDZAJ CZAS I PIENIĄDZE NA PODRÓŻACH SŁUŻBOWYCH

AUTOR: MAX RADKE

Polskie firmy często postrzegają podróże służbowe jedynie jako konieczny do poniesienia koszt. Tymczasem dobra polityka podróży firmowych może być przecież doskonałą inwestycją. O tym dlaczego warto powierzyć to odpowiedzialne zadanie profesjonalnej agencji zewnętrznej rozmawiamy z Justyną Krause, współwłaścicielką firmy Better Business Event.

Better Business Event – nazwa może sugerować, że wnosicie nową jakość na rynek imprez firmowych?

Tak, naszą główną domeną jest połączenie jakości z konkurencyjną ceną. Nasz cel to świadczenie klientom usługi "all inclusive", zaczynając od pomocy w zaplanowaniu delegacji, poprzez dokonanie rezerwacji, sprzedaż, ale także pełną obsługę rezerwacji, aż po transparentne rozliczenie i raportowanie wydatków. W dzisiejszych czasach, gdzie rynek jest nasycony usługami i produktami, czasach gdzie konkurencja bardzo często „walczy" ceną, nagminnie zapominamy o jednym z kluczowych elementów - czyli jakości serwisu. Better Business Event łączy w sobie te dwa aspekty, tj. gwarantuje optymalizację kosztów nie schodząc z bardzo wysokiego poziom usług. Chyba właśnie dzięki temu nasza firma tak szybko stała się jedną z liczących się agencji w Polsce. W portfelu naszych klientów posiadamy małe firmy, ale również duże spółki kapitałowe oraz korporacje, czy też organizacje państwowe oraz międzynarodowe.

Jakiego rodzaju usługi świadczy firma Better Business Event?

Better Business Event to przede wszystkim sektor turystyki biznesowej, krajowej i zagranicznej. Specjalizujemy się w obsłudze klientów korporacyjnych. Poczynając od biletów lotniczych, biletów kolejowych, rezerwacji hoteli po wynajem samochodów. Posiadamy umowy zarówno z globalnymi dostawcami, jak i umowy ramowe na obiekty ekonomiczne. Dzięki temu jesteśmy w stanie zaproponować naszym klientom najniższe ceny na rynku, niższe niż np. na ogólnodostępnych portalach. Oszczędności z tytułu współpracy z Better Business Event w przypadku wielkich korporacji, które bez przerwy mają po kilkuset pracowników „w trasie" mogą sięgać nawet sześciocyfrowych kwot. W przypadku mniejszych firm są to pieniądze rzędu od kilku do kilkuset tysięcy rocznie.

BBEvent specjalizuje się w kompleksowej organizacji podróży służbowych. Czy tego typu działalność jest aż tak skomplikowana, że firmy muszą ją zlecać agencjom zewnętrznym?

Wbrew pozorom podróże służbowe to bardzo skomplikowany mechanizm. Bo przecież to nie tylko np. zakup biletu lotniczego, to wybranie odpowiedniego połącznia w rozsądniej cenie, odprawa online, rezerwacja sprawdzonego jakościowo hotelu w dobrej stawce. W większości przypadków to połączenie pełnego cyklu od bramki na lotnisku, po zakwaterowanie w hotelu. Proszę zwrócić uwagę, że tu nie chodzi o to by z lotniska „gnać" klienta na drugi kraniec miasta bo tam będzie tańszy nocleg, ale o pełną logistykę podróży -przykładowo znalezienie hotelu nieopodal wskazanego adresu, we wcześniej ustalonym standardzie i cenie niższej niż gdyby klient sam miał takowej rezerwacji dokonać np. przez ogólnie dostępny portal lub też bezpośrednio przez obiekt hotelowy.

Współpraca z Better Business Event przy organizacji podróży służbowych oznacza oszczędności finansowe. Ale czy tanio idzie w parze z wygodą?

Proszę sobie wyobrazić sytuację gdy leci Pan na ważne spotkanie i nagle okazuje się, że w którymś zakątku Polski lub świata odwołują Panu lot, co wówczas? Stanie w kolejkach, wykonywanie nerwowo telefonów, czekanie na infoliniach. Tysiąc biegających myśli gdzie będę spał, kiedy następny lot, itd. Dzięki współpracy z Better Business Event nie ma tego typu rozterek. Nasza firma posiada serwis emergency, gdzie w przypadku sytuacji kryzysowej wystarczy zatelefonować, aby uzyskać pełną pomoc. Serwis działa przez 7 dni w tygodniu, 24/dobę, również w niedziele i święta. Warto zauważyć, ze nie jest to infolinia, lecz telefony komórkowe członków naszego zespołu. Better Business Event to także delegacje, które odbywają się bezgotówkowo, to nasza firma pokrywa koszty delegacji naszych klientów, tak by ich pracownicy nie musieli korzystać np. z kart firmowych.

Kiedy i w jakich firmach warto wprowadzić spójną politykę podróży służbowych?

Wielkość i rodzaj firmy nie ma znaczenia. Należy ją wdrożyć w przypadku, gdy zaczyna się pojawiać cykliczność delegacji. Często przedsiębiorcy w przypadku niewielkiej ilości delegacji, zwłaszcza krajowych, nie posiłkują się agencją, wychodzą z założenia, że zrobią to samodzielnie - szybciej, taniej, itd. Niestety, prawda jest inna - nawet w przypadku kilku osobonocy w kraju można miesięcznie zaoszczędzić od ponad 1000 zł w górę. Świadoma polityka podróży bardzo często kładzie nacisk na zdefiniowanie uprawnień pracowników, standardów, wg. których winne być realizowane podróże poszczególnych grup pracowniczych - tego typu działanie umożliwia optymalizację kosztów delegacji i przyczynia się do znacznych oszczędności i kontroli budżetu oraz oszczędności czasu.

Better Business Event

BETTER BUSINESS EVENT SP. Z O.O.

ul. Patyzantów 76 lok. 121-122;
80-254 Gdańsk

Tel: (58) 343 21 60
email: wspolpraca@bbevent.pl
www.bbevent.pl
facebook.com/betterbusinessevent

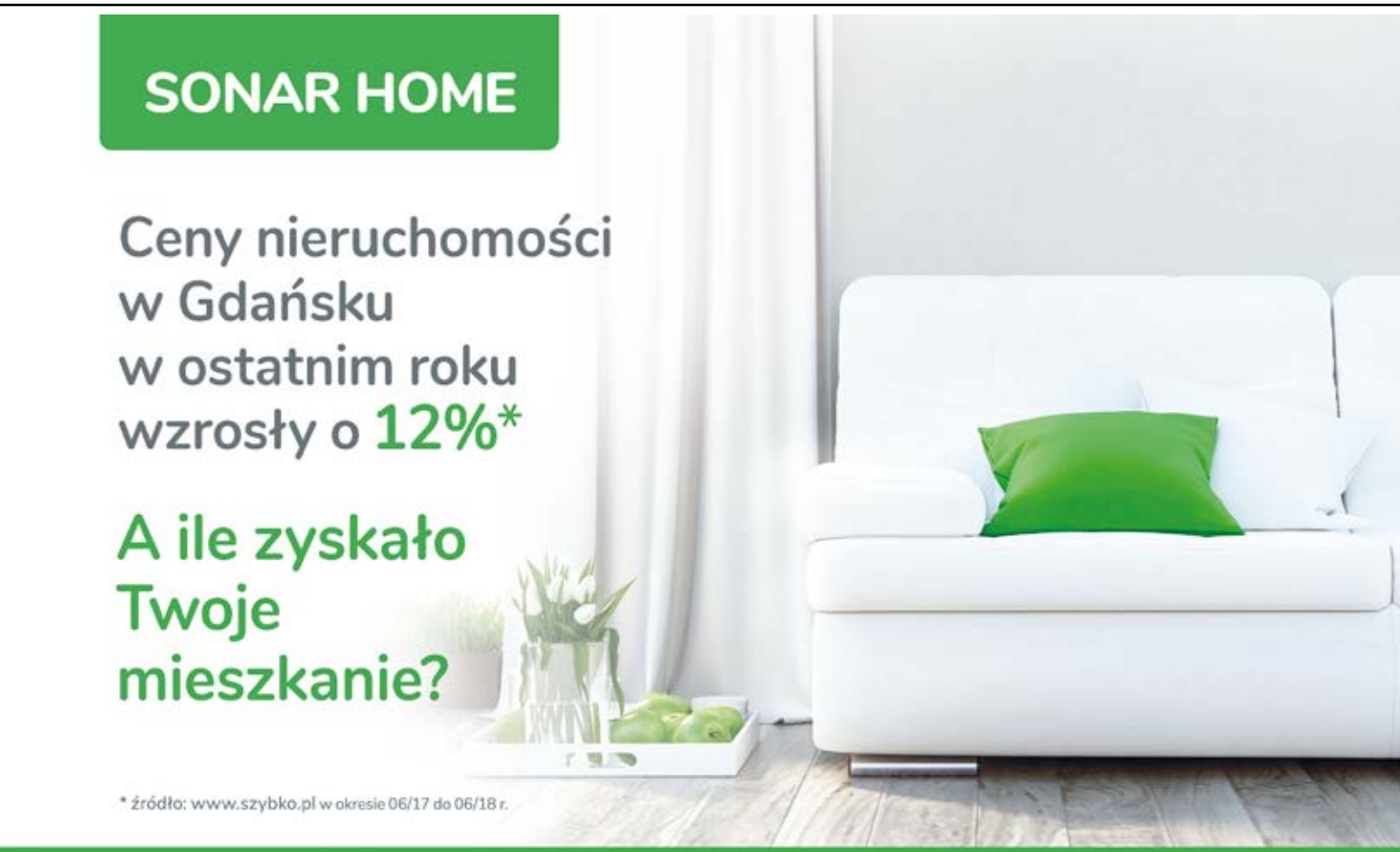
ŚWIATOWY POTENTAT OTWIERA NOWE BIURO W GDAŃSKU!

Największy producent łososia na świecie Grupa Marine Harvest zatrudniający ponad 12 tys. pracowników i posiadający placówki w 24 krajach świata otwiera nowe biuro w Gdańsku! Na 2200 mkw. powierzchni zaprojektowanej z myślą o wyjątkowym komforcie pracy, w centrali europejskiego oddziału firmy Marine Harvest Central Europe, docelowo znajdzie pracę około 250 osób.

Grupa Marine Harvest Marine Harvest to światowy potentat w branży hodowli i przetwórstwa łososia i owoców morza. Codziennie dostarcza przeszło 5,5 miliona zdrowych i smacznych posiłków ludziom na całym świecie, zaspokajając aż 1/5 globalnego zapotrzebowania na łososia. W przetwórniach i biurach należących do Grupy Marine Harvest na północy Polski, zatrudnienie znalazło już prawie 4000 osób a produkty powstające w Polsce można kupić na 70 światowych rynkach. Inwestycja w nowe biuro w Gdańsku jest elementem konsolidacji funkcji, a także podniesienia standardów jakościowych. - Ze względu na dynamiczny rozwój naszych struktur oraz nowe wyzwania dla biznesu potrzebowaliśmy nowej siedziby, która podkreśli rosnącą rolę polskiego zespołu w strukturach Marine Harvest. Jedna siedziba, w której lokujemy nasz główny biznes oraz centrum usług wsparcia będzie sprzyjać integracji zespołu oraz usprawniać procesy administracyjne i decyzyjne - wyjaśnia John-Paul McGinley dyrektor sprzedaży MH. Polska centrala Marine Harvest mieści się w Argonie, budynku należącym do kompleksu Alchemia zlokalizowanym w Gdańsku- Oliwie. Obecnie, zespół liczy blisko 150 osób. Jego głównym zadaniem jest zarządzanie rynkami w Niemczech, Austrii, Czechach, Słowacji, Szwecji, Szwajcarii, Włoszech i oczywiście w Polsce. Firma rozwija też w nowym biurze wewnętrzne centrum operacyjne, które świadczyć będzie usługi księgowe oraz IT na rzecz spółek grupy kapitałowej wchodzącej w skład Marine Harvest ASA. Łącznie zatrudnienie w nim znaleźć ma ponad 200 osób. - Stale się rozwijamy i co ważne, znajdujemy w Trójmieście doskonały zespół, który potrafi zrealizować bardzo ambitne zadania, jakie przed nim stają - informuje Emilia Schomburg, rzecznik prasowy Marine Harvest Central Europe. Ta ambitna polityka rozwojowa i stałe nastawienie na pozyskiwanie profesjonalistów powoduje, że szczególną wagę przykładaliśmy do warunków pracy, jakie możemy zaoferować naszym współpracownikom - dodaje.

Układ biura jest podzielony na 4 strefy: recepcja, część wspólna z biurami, dużą salą konferencyjną pośrodku i biurkami hot desk, oraz dwie części open space. Pomiędzy poszczególnymi strefami znajdują się miejsca odpoczynku oraz duża kuchnia, która przenosi pracowników do lasu, gdzie mogą np. pobujać się na huśtawkach.

deo
PLAZA
PRZESTRONNY DWUPOZIOMOWY
PENTHOUSE... CZY MNIEJSZY
APARTAMENT HOTELOWY?
TEKTON
PROPERTY
INWESTYCJE Z DOBRYM WIDOKIEM
NA PRZYSZŁOŚĆ WYŁĄCZNIE
W TEKTONPROPERTY.PL
GRAND
HOTEL
GDAŃSK


SONAR HOME
Ceny nieruchomości
w Gdańsku
w ostatnim roku
wzrosły o 12%*
A ile zyskało
Twoje
mieszkanie?
* źródło: www.szybko.pl w okresie 06/17 do 06/18 r.
Wyceń bezpłatnie online na sonarhome.pl

Od lewej: Barbara i Dariusz Michalczewscy, Francis i Katarzyna Lapp, Sunreef Yachts

Od lewej: Iwona Lachowicz, dyrektor Min Hoong Poland, z mężem oraz Bogdan i Hanna Goworowscy, BMG Goworowski

Od lewej: Katarzyna Dobrzyniecka, dyrektor Loży Gdańskiej Business Centre Club, Maciej Dobrzyniecki, kanclerz Loży Gdańskiej BCC, Marek Głuchowski, prawnik, kancelaria Głuchowski, Siemiątkowski, Zwara

Fot. Karol Kacperski

Od lewej: Jarosław Gąska, dyrektor zarządzający Jubitom, Francis Lapp, prezes Sunreef Yachts, Kazimierz Tomasiewicz, właściciel marki Jubitom, Peter Kaser, dyrektor Zarządzający marką C.F. Bucherer w USA

W środku: Wojciech Ciużyński, Granaria. Z prawej: Paweł Adamowicz, prezydent Gdańska

Od lewej: Beata Glamowska, Maciej Glamowski, wiceprezes Międzynarodowych Targów Gdańskich, Anna Kowalska, Amber Sky

Od lewej: Dorota Bojanowska, Wioletta Nowak, Zbigniew Nowak, właściciel Zakładów Mięsnych Nowak, Natalia Nowak z partnerem

PATRONUJE PRESTIŻ

RENDEZ-VOUS Z LUKSUSEM

Luksusowe katamarany zacumowane przy nabrzeżu Motławy, najdroższe modele samochodów marki Mercedes Benz i Lexus, biżuteria, moda, kosmetyka, alkohole, ekskluzywne apartamenty to tylko niektóre branże obecne na czwartej edycji Pomorskiego Rendez Vous. Impreza organizowana przez stocznię Sunreef Yachts odbyła się wyspie Ołowianka w Gdańsku. **mp**

Od lewej: Petra Berg-Szychułda, Jarosław Berg-Szychułda, właściciele firmy Emanuel Berg, Barbara Zaborowska, prezes firmy Olimpia Group

Od lewej: Waldemar Tkaczyk, zespół Kombii, Alicja Domańska, malarka, Jakub Jakubowski, redaktor naczelny Magazynu Prestiż, Agnieszka Hajdas-Obajtek, architekt, Arte Dizain

Od lewej: Marcin Suchocki, prezes Locuss Group, Katarzyna Suchocka, kancelaria grafologiczna, Stanisław Fiedur, członek zarządu MP-Tec Solar Poland, Barbara Zaborowska, prezes zarządu Olimpia Group

Od lewej: Monika Lewandowska, Beata Sarnowska, zastępca dyrektora hotelu Sofitel Grand Sopot

Karolina Ancerowicz, Starnawska Nieruchomości, Wojciech Szwarc, Jda Produkcja Działy Specjalne

Od lewej: Aleksandra Staruszkiewicz, event manager Magazyn Prestiż, Michał Stankiewicz, prezes Prestiż Trójmiasto, Aneta Szulc, dyrektor Independent Logistics

Olivier Janiak i Agnieszka Woźniak-Starak

Od lewej: Artur Kowalczyk, prezes Pomorskiego Klubu Biznesu, Paulina Próchnicka, właścicielka Instytutu Urody Dolce Vita, Jolanta Markowska, prezes zarządu Baltic Pro Sp. z o.o., Krzysztof Markowski, współwłaściciel Smart Kid Belt

Od lewej: Marcin Laskowski, Dorota Laskowska, właściciele firmy Batory Group, Anna Dowgiałło – Sługocka, właścicielka restauracji Przystanek Orłowo, Rafał Sługocki, lekarz dermatolog

Fot. Karol Kacperski

Michał Bąk - Polska Izba Jachtowa

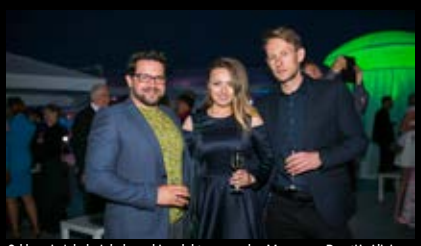
Przemysław Kisielewski, manager zespołu opiekunów klienta zamożnego Citigold Citi Handlowy, Katarzyna Dubiella, manager Citigold

Od lewej: Karolina Paszkiewicz, Sunreef Yachts, Francis Lapp, prezes Sunreef Yachts, Katarzyna Figura, aktorka

Z lewej: Violetta Tomasiewicz, marketing manager firmy Jubitom

Grażyna Paturalska, projektantka mody

Od lewej: Wojciech Jaworski, współwłaściciel Intuo Group, Waldemar Tkaczyk, Kombii



Od lewej: Jakub Jakubowski, redaktor naczelny Magazynu Prestiż, Alicja Olkowska, trojmiasto.pl z partnerem

Od lewej: Michał Kaczorowski, prezes trojmiasto.pl, Francis Lapp, właściciel Sunreef Yachts

Od lewej: Przemek Czarnecki, Bawaria Motors, Klaudia Konarska, dietetyk

Od lewej: Kinga Pozłutka i Marta Blendowska, Magazyn Prestiż

Tomasz Michalczewski, Bartosz Kogut, Tiger Gym

Krzysztof i Joanna Kozioł

Od lewej: Adam Lewandowski, prezes STBU Brokerzy Ubezpieczeniowi, Andrzej Pogorzała, hotel Golden Tulip, Grzegorz Gosk, Ergo Pro

Od lewej: Anetta Skowyra-Lula, współwłaścicielka firmy Korem, Patrycja Brendler, projektantka biżuterii, Monika Szymikowska, właścicielka Estetique Medycyna Estetyczna, Natalia Urbaniak, Paulina Marwińska, Hotel Haffner

Agnieszka Bliźniuk, manager działu Exterior Design w Sunreef Yachts

Od lewej: Paweł Kąkol, dyrektor Pomorskiego Klubu Biznesu, Martyna Ponczek.

Jacek Sarnowski, prezes zarządu Porta KMI Poland

Od lewej: Robert Winski, dyrektor Centrum Korporacyjnego Banku BZWBK, Przemysław Kisielewski, manager zespołu opiekunów klienta zamożnego Citigold Citi Handlowy

Od lewej: Martyna Wojciechowska, dziennikarka i podróżniczka, Kajak Koczurowska-Wawrzkiewicz, prezes Hipodrom Sopot

Jessica Springsteen, zawodniczka USA, córka Bruce'a Springsteena

Fot. Karol Kacperski

Katarzyna Sosińska, Longines, Marta Pirh - Pirh Design

Katarzyna Sokołowska, reżyser pokazów mody, Artur Kozieja, biznesmen

Od lewej: Tomasz Wawrzkiewicz, dyrektor Senactive, Dominika Świerczewska, TVN, Patryk Borys, Prosperita, Kaja Koczurowska-Wawrzkiewicz, prezes Hipodrom Sopot

Lara Gessler

Karolina Ferenstein-Kraśko i Piotr Kraśko

PATRONUJE PRESTIŻ

ZNANI I LUBIANI NA CSIO*

Cztery dni święta jeździectwa podczas LOTTO CSIO5* w Sopocie za nami. 2 320 000 zł – tyle wynosiła pula nagród w tegorocznej edycji Międzynarodowych Zawodów w Skokach Lotto CSIO5* rozgrywanych na sopockim Hipodromie. Nie zabrakło znakomitych jeźdźców, pięknych i drogich koni, tętniła życiem również strefa VIP.

mp

Natalia Klimas, aktorka z narzeczonym

Od lewej: Marta Pałucka, wicemiss Polski 2017, Barbara Bazylewicz, Julia Jarząbkiewicz, instruktorka jazdy konnej

Michał Mikołajczak i Marcin Korcz, aktorzy

Ilona Ostrowska, aktorka

Jarosław Bieniuk i Agnieszka Jastrzębska

Gosia Baczyńska, projektantka mody

Martyna Wojciechowska, dziennikarka, podróżniczka, Przemek Kossakowski, dziennikarz, podróżnik

Ekipa Dzień Dobry TVN z prowadzącym Tomaszem Zubilewiczem

Jacek Karnowski i Karolina Ferenstein-Kraśko

Monika Reszko, psycholog biznesu, pomysłodawca BVB Cup

Od lewej: Kamila Tołwińska, Jacek Tyczyński, kancelaria BGST, Rafał Tołwiński, radca prawny, kancelaria BGST

Fot. Nikola Leleń

Od lewej: Maria Labudda, Patrycja Fidurska, Magdalena Łuczak, reprezentacja Swarovski Global Business Services

Jakub Gąsiorowski, Cyfrowe.pl, Karol Stańczyk, Cyfrowe.pl

PATRONUJE PRESTIŻ

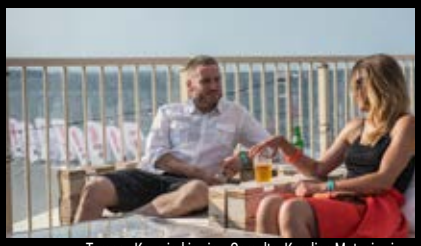
BIZNES POD SIATKĄ

Biznesmeni na plaży z piłką siatkową? Czemu nie! Już po raz ósmy odbył się turniej siatkówki plażowej Beach Volleyball Business Cup 2018- największe otwarte zawody międzyfirmowe w Polsce. Zabawa była udana, integracja środowiska biznesowego się powiodła. **mp**

Od lewej: Sara Klawikowska, BVB Cup, Monika Reszko, BVB Cup, Artur Klein, Energa Invest, paulina Zalewska, Energa Invest, Łukasz Grzyb, dyrektor sportowy BVB Cup

Od lewej: Aleksandra Nowicka, TORUS, Roman Sokołowski, główny inżynier TORUS, Natalia Manuszewska, TORUS, Marek Paliświat, wiceprezes firmy TORUS

Magdalena Kowalska-Herdzik, psycholog


Tomasz Kazmierkiewicz, Gemalto, Karolina Matusiewicz, instruktor sportu

Od lewej: Hanna Kąkol, właścicielka Perfect Consulting, Karolina Sozańska, właścicielka Holistic Care Medical Clinic, Katarzyna Kostecka, Winotodobro, sommelier

Od lewej: Maciej Nikodem, Daniel Grabowski, obaj Thomson Reuters

Natalia Manuszewska, TORUS

Dorota Galińska, Holistic Care Medical Clinic, terapeuta technik holistycznych

NASZA KOBIECOŚĆ W HOLISTIC CARE

W siedzibie Holistic Care Medical Clinic odbyło się kolejne już spotkanie z cyklu „Nasza Kobiecość", których organizatorką jest Karolina Sozańska, właścicielka kliniki i przewodnicząca Forum Kobiet Biznesu Pracodawców Pomorza. Ciekawe warsztaty dla kobiet poprowadziła Jolanta Lewicka, body coach oraz właścicielka i projektantka ekskluzywnej marki Li Parie oraz najsłynniejsza brafitterka w Polsce. **mp**

Fot. Nikola Leleń

Od lewej: Małgorzata Sielica-Konys, Allergan, Maria Luiza Piesiaków, dermatolog Holistic Care Medical Clinic, Kamila Szczerba

4707, Kamila Koprianiuk, fizjoterapeutka

Jolanta Lewicka, właścicielka marki Li Parie

Od lewej: Karolina Krause, Niepubliczne Przedszkole Tenisowe, Karolina Sozańska, Holistic Care Medical Clinic

Od lewej: Daria Żyto i Anna Kirszling, właścicielki Głuchego Telefonu

Piłkarze Arki Gdynia z rodzinami. Od lewej: Pavels Steinbors, Rafał Siemaszko, Anna Andrzejewska, Karolina Sołdecka i Dawid Sołdecki z córką, Ewelina da Silva, Marcus da Silva z córką, Krzysztof Sobieraj

Fot. Karol Kacperski

Od lewej: Adrianna Żebrowska, Seat Plichta, z koleżanką

Daria Żyto, Mariusz Popowski oraz Anna i Tomasz Kirszling - Głuchy Telefon Gdynia

Andrzej Siek, DS Development, Dominik Wiwatowski Tako Gdynia

Od prawej: Izabela Nizio, Piotr Gajda, Gajda Fashion Design, Daria Żyto, Głuchy Telefon Gdynia

Od lewej: Tomasz Kirszling, Głuchy Telefon, Auto Spa Rumia, Paulina Szyszka, Mateusz Puszczyński

GŁUCHY TELEFON JUŻ DZWONI

Dobra kuchnia, klimatyczne wnętrze, przyjazna atmosfera – przy ul. Świętojańskiej w Gdyni powstał oryginalny bistro-pub Głuchy Telefon. Na otwarciu lokal pękał w szwach. Nie zabrakło też znanych gości, z piłkarzami gdyńskiej Arki na czele. Pojawili się m.in. Pawel Steinbors, Krzysztof Sobieraj, Marcus da Silva, Rafał Siemaszko i Dawid Sołdecki. O muzyczne doznania zadbał ceniony polski DJ Konrad Lone i saksofonista Bari Sax. **mp**

Od lewej: Angelika Lamk, Apartments Factory, Justyna Grochocka, Sandra Brunka, Karolina Balbier, BalbiLashes

Od prawej: Łukasz Duraj, firma Bogdan Duraj Meble, Katarzyna Sawicka, Patrycja Duraj z koleżanką

Od lewej: Beata Brzezińska, Daria Żyto, Małgorzata Kiełt

Aneta Jatczak

Wioletta Kwasniewska, dyrektor Spółdzielczy Bank Rumia, Agnieszka Cesarska, Loopis Miszewo

Od lewej: Bartosz Sokołowski, ZUH Torex, Dominik Wiwatowski, właściciel restauracji Tako Gdynia

Od lewej: Borys Laskowski, adwokat, Katarzyna Szewczyk, hurtownia Victoria

Katarzyna i Waldemar Baranowscy, właściciele firmy Ale Haft

Klaudia Hildebrandt z mamą Moniką

Radosław Miszkiel, dyrektor sprzedaży BMW Group Polska

Tadeusz Zdunek

Zuzanna i Piotr Myszka, windsurfer, ambasador Renault Zdunek

Fot. Kamil Żurek

Od lewej: Jakub Jakubowski, redaktor naczelny Magazynu Prestiż, Agnieszka Moczyńska, dyrektor marketingu Grupy Zdunek, Michał Stankiewicz, prezes Prestiż Trójmiasto.

GRUPA ZDUNEK ŚWIĘTUJE 40-LECIE

W Starym Maneżu Grupa Zdunek świętowała swoje 40-lecie. Początek firmy datowany jest na rok 1978, a jej podwaliną był warsztat samochodowy prowadzony przez Tadeusza Zdunka. Dzisiaj firma Zdunek to dealer marek BMW, Nissam Renault Mini i Dacia. W jubileuszowej imprezie udział wzięło ponad 300 gości, a poprowadził ją ambasador BMW Zdunek, Mateusz Borek. **mp**

Jerzy Detko, muzyk, z córką

Wisław Szajda, prezes Pomorskiej Izby Rzemieślniczej

Grzegorz Pellowski, właściciel piekarni Pellowski

Ryszard Świlski, członek zarządu woj. Pomorskiego

Jerzy Wilanowski, OŚ Przedsiębiorstwo Projektowo-Realizacyjne

MARINE HARVEST W ARGONIE

Największy producent łososia na świecie, Grupa Marine Harvest zatrudniający ponad 12 tys. pracowników i posiadający placówki w 24 krajach świata otworzył nowe biuro w Gdańsku. Mieści się ono w biurowcu Argon kompleksu Alchemia. Na 2200 mkw. Powierzchni docelowo znajdzie pracę około 250 osób.. **mp**

Maciej Lisicki, prezes ZKM Gdańsk z żoną

Andreas Maak i Marta Banasik z Marine Harvest CE

John-Paul McGinley, COO Sales and Marketing Marine Harvest Central Europe

Teis Knudsen, COO Processing Marine Harvest Central Europe

Fot. Krzysztof Nowosielski

Emilia Schomburg, Marine Harvest CE, Monika Aulinger, Laschinger GmbH, John-Paul McGinley, MH CE, drugi z prawej i Michael Kellner, Laschinger GmbH, pierwszy z prawej, wraz z gośćmi

Edyta Szyca, dyrektor finansowy Grupy Morpol i Alon Than, mistrz świata sushi 2015

Z lewej: Monika Brozowska, Torus. Z prawej: Mariusz Zawadzki, restaurator

ZNAJDZIECIE NAS W PRESTIŻOWYCH MIEJSCACH!

KAWIARNIE

Umam, Gdańsk, ul. Hemara 1; **Umam Marina**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Kafe Delfin**, Gdańsk, ul. Opata Jacka Rybińskiego 17; **Segafredo**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Cafe W**, Gdańsk, CH Manhattan; **Corten Cafe**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Marmolada Chleb i Kawa**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 (osiedle Garnizon); **Mount Blanc**,Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Gelatio Magia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Costa Cofee**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Kreatywna Cafe**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Sztuka Wyboru**, Gdańsk, ul. Słowackiego 19; **Paulo Gelateria**, Gdańsk, ul. Podwale Staromiejskie 96/97; **Caldo**, Gdańsk, Plac Dominikański 1; **Rosse Rosse**, Gdynia, ul. Świętojańska 45 (Baltiq Plaza); **Costa**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdynia, Centrum Riviera; **Mount Blanc**, Gdynia, Centrum Riviera; **Dom Czekolady**, Gdynia, Centrum Gemini; **Grey Coffee&More**, Gdynia, Centrum Gemini; **Corner Cafe**, Gdynia, ul. Świętojańska 78A; **Costa Coffee**, Gdynia, CH Klif; **Cyganeria**, Gdynia, ul. 3 Maja 27; **Mariola Cafe**, Gdynia, ul. Prusa 24; **Delicje**, Gdynia, Centrum Riviera; **Ciuciu Babka**, Gdynia, al. Piłsudskiego 30; **Lavenda Cafe**, Gdynia, ul. Starowiejska 11; **Alt Cafe**, Gdynia ul. Legionów 112F/1 (Altus); **Cafe Resto**, Sopot, Hotel Rezydent; **Mount Blanc**, Sopot, Centrum Haffnera; **Cafe Ferber**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 48; **Pijalnia czekolady E. Wedel**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Cukiernia T.Deker**, Sopot, Hotel Rezydent; **Kava**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 61; **So! Coffe**, Sopot, Krzywy Domek; **Capuccino Cafe**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 25; **Pociąg do kawy**, Nowe Centrum Sopotu; **La Crema**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 14; **La Bagatela**, Nowe Centrum Sopotu

RESTAURACJE/PUBY/KLUBY

Thai Thai, Gdańsk, ul. Pogarbary 10, **Grass, Gdańsk**, ul. Szeroka 121/122; **Motlava, Gdańsk**, ul. Stara Stocznia 2/1; **Po Brzegi**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/4; **Bresno**, Gdańsk, ul. Krasickiego 9B/1; **Tekstylia**, Gdańsk, ul. Szeroka 11; **Aioli Inspired by Gdańsk**, Gdańsk, ul. Partyzantów 6; **Majolika**, Gdańsk, ul. Uphagena 23; **Czarna Owca by Lula**, Gdańsk, ul. Chlebnicka 13/16; **Amber Side**, Gdańsk, Plac Solidarności 1 (Europejskie Centrum Solidarności); **Fishmarkt**, Gdańsk, Targ Rybny 6 C; **Fellini**, Gdańsk, Targ Rybny 6; **Correze**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/7; **Bellevue**, Gdańsk, Targ Rybny 10 AB; **Hard Rock Cafe**, Gdańsk, ul. Długi Targ 35/38; **Goldwasser**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 22, **Lao Thai**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Sempre**, Gdańsk, Targ Rybny 11 wejście od Motławy; **Restauracja Kubicki**, Gdańsk, ul. Wartka 5; **Sushi 77**, Gdańsk, ul. Długie Pobrzeże 30 (obok Żurawia); **Mito Sushi**, Gdańsk, ul. Tandeta/Szeroka; **La Cucina**, Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Patio Espanol**, Gdańsk, ul. Tandeta (róg Szerokiej); **Restauracja Gdańska**, Gdańsk, ul. Św. Ducha 16; **Restauracja Filharmonia**, Gdańsk,ul. Ołowianka 1; **Restauracja Ritz** , Gdańsk, ul. Szafarnia 6; **Restauracja Szafarnia 10**, Gdańsk,ul. Szafarnia 10; **Neighbours Kitchen**, Gdańsk,ul. Szafarnia 11 (Waterlane); **Delmonico Cut**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **Izakaya Sushi**, Gdańsk, ul. Szafarnia 11; **KOKU Sushi**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **Otwarta**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 6 (Garnizon); **Lula**, Gdańsk, ul. Norwida 4 (Garnizon); **Ping Pong**, Gdańsk, ul. Słowackiego 21 (Garnizon); **Eliksir,** Gdańsk, ul. Hemera 1 (Garnizon); **Lobster**, Gdańsk, Olivia Business Centre; **VNS**, Gdańsk, C.H. Manhattan; **Metamorfoza**, Gdańsk, ul. Szeroka 22/23; **Thao Thai**, Gdańsk, ul. Szeroka 84; **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; **Big Apple**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 578; **Stacja de Luxe**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 22; **Mercado Tapas Bar**, Gdańsk, ul. Partyzantów 8/4; **Restauracja Magiel**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Fedde Bistro**, Gdynia, ul. Świętojańska 43; **Como Ristorante**, Gdynia, CH Klif; **Tokyo Sushi**, Gdynia,ul. Mściwoja 9; **Trafik Jedzenie & Przyjaciele**, Gdynia, Skwer Kościuszki 10; **Del Mar**, Gdynia, Plaża Miejska Śródmieście; **Hashi Sushi**, Gdynia, ul. Przebendowskich 38; **Moshi Moshi Sushi**, Gdynia, Centrum Gemini; **CoCo**, Gdynia, Centrum Gemini; **Chwila Moment**, Gdynia, InfoBox; **Barracuda**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Browar Port Gdynia**, Bulwar Nadmorski; **Vinegre di Rucola**, Gdynia, Bulwar Nadmorski; **Główna Osobowa**, Gdynia, ul. Abrahama 39; **Tapas Barcelona**, Gdynia, ul. Świętojańska 23/2B; **Pasta Miasta**, Gdynia, ul. Świętojańska 46; **Open Kitchen**, Gdynia, ul. I Armii WP 10; **Aleja 40**, Gdynia, ul. Piłsudskiego 40; **Tako Bar**, Gdynia, ul. Świętojańska 21; **Panorama**, Gdynia, ul. Mickiewicza 1/3; **Malika**, Gdynia, ul. Świętojańska 69; **Mariaszek** Gdynia, ul. Spółdzielcza 1; **The Dockers Inn**, Gdynia, Centrum Gemini; **Polska Melodia**, Gdynia, ul. Portowa 8; **Tłusta Kaczka**, Gdynia, ul. Spółdzielcza 2; **Sztuczka**, Gdynia, ul. Abrahama 40; **Ogniem i Piecem**, Gdynia, ul. Świętojańska 87; **Mąka i Kawa**, Gdynia, ul. Świętojańska 65; **Trio Restauracja**, Gdynia, ul. Starowiejska 29-35; **AleBrowar**, Gdynia, ul. Starowiejska 40B; **Santorini**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Biały Królik**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Gard Nordic Kitchen**, ul. Waszyngtona 10 (Hotel Courtyard); **Mondo di Vinegre**, Gdynia, ul. Polska 1; **Pieterwas Krew i Woda**, Gdynia, ul. Abrahama 41; **Śródmieście**, Gdynia, ul. Mściwoja 9; **Bliżej**, Gdynia, Plac Kaszubski 1A; **Cozzi**, Gdynia, ul. Władysława IV 49; **Tawerna Orłowska**, Gdynia, ul. Orłowska 1; **Przystanek Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/3; **Vertigo**, Gdynia, Plac Grunwaldzki 2; **Bazaar**, Gdynia, ul. Świętojańska 49; **Sempre Pizza e Vino**, Gdynia, ul. Starowiejska 30; **Magiel Towarzyski**, Gdynia, ul. Strzelców 1; **Morze Wina**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6c/11 (Sea Towers); **La Vita**, Gdynia, ul. Władysława IV; **La Vita**, Sopot, Centrum Haffnera; **Grono di Rucola**, Sopot, ul. Wybickiego 48; **Dom Sushi**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Nowy Świat**, Sopot, Centrum Haffnera; **Monte Vino**, Sopot, Centrum Haffnera; **Pelikan**, Sopot, Centrum Haffnera; **Thai Thai**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 17; **Błękitny Pudel**, Sopot, ul. Bohaterów Monte Cassino 44; **Toscana**, Sopot, ul. Grunwaldzka 27; **U Kucharzy**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 60; **Ristorante Sempre**, Sopot, ul. Grunwaldzka 11; **Morska**, Sopot, ul. Morska 9; **Pizzeria Sempre**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 49; **Rucola**, Sopot, Krzywy Domek; **White Marlin**, Sopot, Al. Wojska Polskiego 1; **Browar Miejski Sopot**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 35; **Crudo,** Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 36; **Unique Club**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Avocado**, Sopot, Plac Zdrojowy 1; **Cyrano-Roxane**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 11; **Tapas de Rucola**, Sopot, Pułaskiego 15; **Pick&Roll Club**, Sopot, ul.Zamkowa Góra 3-5; **Bocian Morski**, Sopot, ul. Pułaskiego 19/1; **La Marea**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 38; **Pak Choi,** Sopot, ul. Morska 4; **Pieprz**, Sopot, ul. Haffnera 7; **Smak Morza**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 2; **Restauracja Amici**, Sopot, ul. Jana Kazimierza 2; **Restauracja Petit Paris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Restauracja Pinokio**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 45; **Sushi77**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 53 (Krzywy Domek); **Delmonico Cut**, Sopot, ul. Moniuszki 10 (Hotel Opera); **Zatoka Sztuki**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 14; **Bulaj Sopot**, Sopot, Al. Franciszka Mamuszki 22; **737 L'entre Villes**, Sopot, Al. Niepodległości 737; **Aquarella**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35 (Hotel Villa Aqua); **Pomarańczowa Plaża**, Sopot, ul. Emilii Plater 19; **Fidel,** Sopot, ul. Powstańców Warszawy 6; **Hashi Sushi**, Dworzec Sopot; **Tartorria**, Dworzec Sopot; **Fit&Green**, Dworzec Sopot; **Whiskey on The Rock**, Dworzec Sopot; **Bagażownia Zynera**, Dworzec Sopot; **SeaFood Restaurant**, Dworzec Sopot; **Secretariat**, Hipodrom Sopot; **Projekt 36,** Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Napoli Mia**, Sopot, ul. Podjazd 2; **Polskie Smaki,** Sheraton Sopot; **Wave**, Sheraton Sopot; **1911 Restaurant**, Sopot, ul. Grunwaldzka 4/6

SALONY FRYZJERSKIE I KOSMETYCZNE

Barberian, Gdańsk, ul. Wyspiańskiego 28; **Quiris**, Gdańsk, ul. Gałczyńskiego 12; **Salon Fryzur Męskich**, ul. Łąkowa 27; **Fryzjernia**, Gdańsk, ul. Szeroka 24-26; **Club Fryzjerski Alternative**, Gdańsk, CH Familia; **Jacques Andre**, Gdańsk, ul. Elżbietańska 9/10 koło kościoła św. Józefa; **Jacques Andre**, Gdańsk, Galeria Bałtycka (poziom -1); **Salon Fryzjersko – Kosmetyczny ExcellentQ**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5A; **Salon Fryzjerstwa Artystycznego Degowski**, Gdańsk, ul. Heweliusza 31; **Roccialli**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Roccialli**, Olivia Business Centre; **Atelier de Beaute**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 409 (Alchemia); **Studio Marina**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Metamorphosis Karolina Konkiel**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Prive Club Fryzjerski**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 FG; **Camile Albane, Gdańsk**, CH Madison; **PSSW Mat-Studio**, Gdynia, ul. Orłowska 86; **Obsessive Studio**, Gdynia, ul. Batorego 4; **Studio No 7**, Gdynia, ul. Bema 10; **Guerlain**, Gdynia, ul. Abrahama 24; **La Perla**, Gdynia, ul. Harcerska 5; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, CH Klif; **Salon Fryzjerski Dorota**, Gdynia, Plac 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); **Akademia Makijażu** Permanentnego, ul. Starowiejska 41/43 (Atrium); **Brański Salon**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/14 (Nowe Orłowo); **Elixir Kosemtyka,** Gdynia, ul. Świętojańska 41/7; **Atelier Brzozowski**, Gdynia, Legionów 119C; **Salon Fryzjerski Studio F**, Gdynia, ul. Świętojańska 43/19; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775; **Jacques Andre**, Gdynia, Centrum Riviera; **Centrum Pięknego Ciała**, Sopot, ul. Jagiełły 4; **Styl**, Sopot, ul. Boh. Monte Cassino 46; **Instytut Dr Irena Eris**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Salon urody Drausal**, Sopot, al. Niepodległości 739/1; **Beauty Box**, Sopot, ul. Sobieskiego 2/1; **Salon Modnej Fryzury Mago**, Sopot, Al.. Niepodległości 688; **Salon Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 775/1; **Włoski Salon Fryzur,** Sopot, Al. Niepodległości 648/1; **HairBar**, Sopot, Sheraton, Dom Zdrojowy; **Instytut Kosmetologii Nina Godlewska**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 2-4

SPA&WELLNESS

Five Senses, Gdańsk, ul. Norwida 4; **Thao Thai,** Gdańsk, ul. Szeroka 86; **Marina Wellness Centre**, Gdańsk, ul. Jelitkowska 20 Hotel Marina; **Beauty Derm Instytut-Medical Day SPA**, Gdańsk, ul. Kapliczna 30 Hotel Posejdon **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Vitallabs**, Gdańsk, Al. Jana Pawła II 3B lok. U1; **Instytut SPA w Hotelu Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Spameed**, Gdańsk, ul. Wały Piastowskie 1; **Moments Day Spa**, Gdańsk, ul. Myśliwska 33; **Mana Day Spa**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 2A; **SPA w Hotelu Kuracyjnym**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Quadrille Spa**, Gdynia, ul. Folwarczna 2; **Instytut Genesis**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Vanity Day Spa**, Gdynia, ul. I Armii WP 26/1U; **Day SPA Vita'o**, Gdynia, ul. Abrahama 11/10; **OXO Spa**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Day SPA w Hotelu Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel Conference Center&SPA**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **City Day Spa**, Sopot, Hotel Villa Baltica, ul. Emilii Plater 1; **Aquapark Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5; **Salon Mai Thai**, Sopot, ul. Chopina 26 A; **Aqua Spa Sopot**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 3-5

MEDYCYNA ESTETYCZNA I CHIRURGIA PLASTYCZNA

Skinlab, Gdańsk, ul. Hemara 2; **Dr Kondej**, Gdańsk, ul. Polanki 136/6; **DermicLab Med.&Beauty Clinic**, Gdańsk, ul. Obywatelska 2A; **Petite Perle**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 51; **Perfect Medica**, Gdańsk, ul. Kołobrzeska 63; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Dr Pernak**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 549; **Dwór Kuźniczki**, Gdańsk, ul. Wajdeloty 13; **Amiamo.pl**, Gdańsk, ul. Obr. Wybrzeża 7; **Klinika Dobosz**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok.102; **Instytut Kosmetologii Babiana**, Gdańsk, ul. Hynka 6/9; **Klinikia Zdrowia i Piękna H&Bmed**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 8; **Gdańska Klinika Urody**, Gdańsk, ul. Stara Stocznia 2/2; **Centrum Odnowy Biologicznej Stenia**, ul. Starowiejska 41/43, Gdynia; **Beauty Medical**, Gdynia, ul. Wincentego Pola 27; **Proderm**, Gdynia, ul. Świętojańska 135/2; **Laser Line,** Gdynia, ul. Mściwoja 10; **Beauty Laser**, Gdynia, ul. Abrahama 45; **Beauty Derm,** Gdynia, ul. Świętojańska 139; **Centrum Medyczne Dr Kubik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/9; **Klinika Estetyki**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/11; **Derm Estetyka**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Centrum Medyczne Nowe Orłowo**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/8 Nowe Orłowo; **Allure Institute**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/7 Nowe Orłowo; **Holistic Clinic**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/6 Nowe Orłowo; **Klinika Orłowo**, Al. Zwycięstwa 241/11 Nowe Orłowo; **Klinika Urody Mediderm**, Gdynia, ul. Abrahama 36-44; **Instytut Urody Agata Partyka**, Gdynia, ul. Strzelców 1/4; **New Skin**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 38; **Centrum Zdrowia i Urody Orchid**, Sopot, ul. Haffnera 10/2; **Estee Med.**, Sopot, ul. Chopina 34/2; **Sopocka Fabryka Urody**, Sopot, ul. Smolna 1D; **Derm-Al**, Sopot, ul. Armii Krajowej 116/5; **Medissima**, Sopot, ul. Armii Krajowej 72

HOTELE

Hotel Impresja, Gdańsk, ul. Tuwima 12 **Hilton Gdańsk**, Gdańsk, Targ Rybny 1; **Radisson Blu**, Gdańsk, ul. Długi Targ 19; **Dwór Oliwski**, Gdańsk, ul. Bytowska 4; **Hotel Gdańsk**, Gdańsk, ul. Szafarnia 9; **Golden Tulip**, Gdańsk, ul. Piastowska 160; **Celestin Residence**, Gdańsk, ul. Straganiarska 19; **Hanza Hotel**, Gdańsk, ul. Tokarska 6; **Królewski**, Gdańsk, ul. Ołowianka 1; **Amber Tower**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10; **Holland House**, Gdańsk, ul. Długi Targ 33/34; **Fahrenheit**, Gdańsk, ul. Grodzka 19; **Grand Cru**, Gdańsk, ul. Rycerska 11-12; **Puro Hotel**, Gdańsk, ul. Stągiewna 26; **Hotel Sadova**, Gdańsk, ul. Łąkowa 60; **Hotel Almond**, Gdańsk, ul. Toruńska 12; **Dwór Prawdzica**, Gdańsk, ul. Piastowska 198; **Hotel Focus**, Gdańsk, ul. Nad Stawek 5; **Kuracyjny**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 255; **Różany Gaj**, Gdynia, ul. Korzeniowskiego 19 D; **Hotel Nadmorski**, Gdynia, ul. Ejsmonda 2; **Courtyard by Marriott**, Gdynia, ul. Waszyngtona 19; **Hotel Villa Baltica**, Sopot, ul. Emilii Plater 1; **Hotel Rezydent**, Sopot, Pl. Konstytucji 3 Maja; **Sheraton Sopot Hotel**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 10; **Sofitel Grand Sopot**, Sopot, ul. Powstańców Warszawy 12-14; **Villa Antonina**, Sopot, ul. Obr. Westerplatte 36 A; **Mera Spa**, Sopot, ul. Bitwy pod Płowcami 59; **Mała Anglia**, Sopot, ul. Grunwaldzka 94; **Dworek Admirał**, ul. Powstańców Warszawy 80; **Hotel Sopot**, Sopot, ul. Haffnera 88; **Villa Sentoza**, Sopot, ul. Grunwaldzka 89; **Hotel Haffner**, Sopot, ul. Haffnera 59; **Villa Aqua**, Sopot, ul. Zamkowa Góra 35; **Młyn Klekotki**, Godkowo

KLUBY FITNESS

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

SALONY SAMOCHODOWE

BMW Zdunek, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Bawaria Motors**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 195; **Audi Centrum Gdańsk**, ul. Lubowidzka 44; **Renault Zdunek**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 43/45; **Motor Centrum**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 4/8; **KMJ Zdunek**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 295; **Opel Serwis Haller**, Gdańsk, ul. Odyseusza 20; **Subaru Zdanowicz**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 256 A; **British Automotive**, Gdańsk, ul. Abrahama 5; **Volvo Drywa**, Gdańsk, ul. Kartuska 410; **BMG Goworowski**, Gdańsk, ul. Elbląska 81; **Carter Toyota**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 260; **City Motors**, Gdańsk, ul. Jagiellońska 12A; **BMW Zdunek**, Gdynia, ul. Druskiennicka 1; **Lexus Trójmiasto**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/3; **Auto Mobil**, Gdynia, ul. Wielkopolska 241; **Volvo Drywa**, Gdynia, ul. Parkowa 2; **Mercedes BMG Goworowski**, Gdynia, ul. Łużycka 9; **Auto House**, Gdynia, ul. Stryjska 24; **Ford Euro Car**, Gdynia, ul. Owsiana 13; **Audi Centrum Gdynia**, ul. Łużycka 3A; **Peugeot, JD Kulej**, Gdynia, ul. Chwaszczyńska 128; **Honda**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 162; **Opel Serwis Haller**, Gdynia, ul. Morska 290A; **Porsche Centrum Sopot**, Sopot, Al. Niepodległości 956; **Prestige**, Sopot, Al. Niepodległości 663; **Unique Cars**, Reda, ul. Wejherowska 56

KLINIKI I GABINETY LEKARSKIE

Polmed, Gdańsk, CH Manhattan; **Smile Clinic**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 2; **Invicta**, Gdańsk, ul. Rajska 10 (Madison); **Vivadental**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 48; **Miladent**, Gdańsk, ul. Rajska 1/5 CD; **Impladent**, Gdańsk, ul. Kartuska 313; **Premiere Dent**, Gdańsk, ul. Beniowskiego 11/2; **Clinica Dermatologica**, Gdańsk, ul. Curie Skłodowskiej 3; **Projekt Uśmiech**, Gdańsk, ul. Partyzantów 76 (Green Office); **Victoria Clinic**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 57; **Klinika Prof. Dobosz i Partnerzy**, Gdańsk, ul. Partyzantów 14 lok. 102; **Anna Dental Clinic**, Gdańsk, ul. Szeroka 119/120; **Lux Med.**, Gdańsk, Al. Zwycięstwa 49; **Kryspin Dent**, Gdańsk, ul. Partyzantów 9; **Nawrocki Clinic,** Gdańsk, ul. Czarny Dwór 10/34; **VitalLabs**, Gdańsk, ul. Czarny Dwór 14/4; **Dental Spa**, Gdańsk, ul. Grunwaldzka 164; **Prodent,** Gdańsk, CH Madison; **Prodent**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 1/65 (Garnizon); **Clinica Del Mare**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/1; **Medico Dent**, Gdynia, ul. Starowiejska 24; **Centrum Optyczno – Okulistyczne**, Gdynia, ul. Świętojańska 73; **Stomatolog Lidia Siatkowska**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/7; **Marcin Rudnik**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/3; **Sanus Dentes**, Gdynia, ul. Hryniewickiego 6 C/12; **Evi-Med.**, Gdynia, ul. Bp. Dominika 8-14; **Osteo Sport**, Gdynia, ul. Stryjska 26; **Mawident**, Gdynia, ul. Strzelców 11B/4; **Artdent Beauty&Care Dentistry**, Sopot, ul.Jagiełły 4/2; **Den Arte**, Sopot, ul. Armii Krajowej 122; **iDentical**, Sopot, ul. 1 Maja 5; **Grand Dental,** Sopot, ul. Haffnera 25

SKLEPY I BUTIKI

City Meble, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 211; **Lilou**, Gdańsk, ul. Ogarna 126/127; **Cafardini**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 472 (Olivia Gate, 3p); **Bestbrandshop**, Gdańsk, Galeria Metropolia; **InFashion**, Gdańsk, ul. Pańska 3; **Electronic Point**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 234 **Simple**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Max Mara**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Marella**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Swarovski**, Gdańsk, galeria Bałtycka; **Time Trend**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Intersport**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **TUI Centrum Podróży**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Body Shop**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Taranko**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Strellson**, Gdańsk, Galeria Bałtycka **Lanoro**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Clarks**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Tru Trusardi**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Aryton**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Betty Barclay**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Deni Cler**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Jack Wolfskin**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Denon**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Optyk Studio 1242**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Apia**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Rosenthal**, Gdańsk, Galeria Bałtycka; **Centrum Wina**, Gdańsk, CH Manhattan; **Dolio Wini**, Gdańsk, ul. Szymanowskiego 9 (Garnizon); **Interior Park**, Gdańsk, Grunwaldzka 223; **Marry Me**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 124; **World Box**, Gdańsk, CH Manhattan; **Sandwich-mac**, Gdańsk, CH Madison; **Valentini/Samsonite**, Gdańsk, Madison; **Winers**, Gdańsk, ul. Miałki Szlak 52; **Premium Sound**, Gdańsk, ul. Rakoczego 31; **Lingeria**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 5; **Lumann**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 4; **Interior Park**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 223; **Coco Perfumy**, Gdańsk, ul. Szeroka 44-45; **Elements**, Gdańsk, ul. Przywidzka 4; **Moma Studio**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Novelle**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **MK Design**, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **Hever** , Salon Snu, Gdańsk, ul. Przywidzka 7 (Rental Park); **IKA-Kolor**, Gdańsk, Grunwaldzka 470; **Persona**, Gdańsk, Al. Grunwaldzka 569; **Galeria Rubio**, Gdańsk, ul. Słonimskiego 5 lok.66; **OOG Eyewear Concept Store**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **Perfumeria Galilu**, Gdańsk, ul. Szeroka 15/17; **DaSea People**, Gdynia, ul. Abrahama 29; **Cocho**, Gdynia, ul. Kilińskiego 11/1; **Fashion Box**, Gdynia, ul. Zygmunta Augusta 9/2B; **Amazing Decor**, Gdynia, ul. Żwirki i Wigury 8; **Deco Home Art.**, Gdynia, al. Zwycięstwa 234; **Bo Concept**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Studio Dago**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Spensen**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 171; **Pracownia AGD**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **NAP**, Gdynia, ul. Legionów 112 (Altus); **Hypnos Beds**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **REMEB**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/1 (Nowe Orłowo); **Flader Art,** Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/8 (Nowe Orłowo); **Sen i Zdrowie**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 237/1 (Nowe Orłowo); **Living Story**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 235/2 (Nowe Orłowo); **Butik See You**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245/2 (Nowe Orłowo); **InFashion**, Gdynia, ul. Świętojańska 91; **Epicentrum**, Gdynia, ul. Nowodworcowa 21; **Butik Baldinini**, Gdynia, ul. Świętojańska; **Butik By O la la**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Butik New Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik MarcCain**, Gdynia, ul. Świętojańska 44; **Butik Classic**, Gdynia, ul. Świętojańska 33; **Men Boutique**, Gdynia, ul. Armii Krajowej 9; **Optical Christex**, Gdynia, CH Klif; **S'portofino**, Gdynia CH Klif; **Patrizia Pepe**, Gdynia, CH Klif; **Lidia Kalita**, Gdynia, CH Klif; **Marella**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **Betty Barclay**, Gdynia, CH Klif; **Max Mara**, Gdynia, CH Klif; **Hexeline**, Gdynia, CH Klif; **Grey Wolf**, Gdynia, CH Klif; **Gerry Weber**, Gdynia, CH Klif; **Pennyblack**, Gdynia, CH Klif; **MM Fashion**, Gdynia, CH Klif; **La Mania**, Gdynia, CH Klif; **Pinko**, Gdynia, CH Klif; **Liu Jo**, Gdynia, CH Klif; **Max&Co**, Gdynia, CH Klif; **Camel Active**, Gdynia, CH Klif; **Magnific**, Gdynia, CH Klif; **Bed&Breakfast Home**, Gdynia, CH Klif; **Splendido**. Gdynia, CH Klif; **Pierre Cardin**. Gdynia, CH Klif; **Valentini/Samsonite**, Gdynia, CH Klif; **Marciano Guess**, Gdynia, CH Klif; **Deni Cler Milano**, Gdynia, CH Klif; **Calvin Klein**, Gdynia, CH Klif; **KOKAI**, Gdynia, CH Klif; **Tru Trussardi**, Gdynia, CH Klif; **Henry Lloyd**, Gdynia, CH Klif; **Bizuu**, Gdynia, CH Klif; **N.Nagel**, Gdynia, CH Klif; **Apia**, gdynia CH Klif; **Swarovski**, Gdynia CH Klif; **Kezard**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 197; **Optical Christex,** Gdynia, Centrum Riviera **Geox**, Gdynia, Centrum Riviera; **Guess**. Gdynia, Centrum Riviera; **By o la la**, Gdynia, Centrum Riviera; **Airfield**. Gdynia, Centrum Riviera; **SunLoox**. Gdynia, Centrum Riviera; **Felina**, Gdynia, Centrum Riviera; **Pierre Cardin**, Gdynia, Centrum Riviera; **Elska**, Gdynia, Centrum Riviera; **Pako Lorente**, Gdynia, Centrum Riviera; **Desigual**, Gdynia, Centrum Riviera; **Fracomina**, Gdynia, Centrum Riviera; **Hugo Boss**, Gdynia, Centrum Riviera; **Rosenthal**, Gdynia, Centrum Riviera; **Samsung Brand Store**, Gdynia, Centrum Riviera; **Interior Park**, Gdynia, ul. Wielkopolska 251; **S'portofino**, Gdynia, CH Klif, Al. Zwycięstwa 256; **Total Look by Bunny The Star**, Gdynia, ul. Świętojańska 61; **Lilou**, Gdynia, ul. Świętojańska 56; **Dide Light**, Gdynia, ul. Stryjska 26; **Forma Collection**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 239; **Mesmetric**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 187; **Telem Play**, Gdynia, ul. Legionów 119A; **Smak Wina**, Gdynia, ul. Kasztanowa 13a; **Interno Design**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 241/12 (Nowe Orłowo); **Aranżer**, Gdynia, Al. Zwycięstwa 245 (Nowe Orłowo); **Made in G**, Gdynia, Ale. Zwycięstwa 237 (Nowe Orłowo); **Optyk Lewandowski,** 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; **Patryk Wojciechowski**, Sopot, Krzywy Domek; **Baldinini**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Papilon**, Sopot, ul. Grunwaldzka 12-16; **Simply Divine**, Sopot, ul. 3 Maja 56; **Nonconform**, Sopot, Al. Niepodległości 642-644; **Total Look by Bunny The Star**, Sopot, Hotel Sheraton; **Pinakoteka**, Sopot, Al. Niepodległości 735; **Prestige Drzwi**, Sopot, Al. Niepodległości 861; **GLAM by Patrycja Zaremba**, Sopot, Al. Niepodległości 734; **Motyle**, Nowe Centrum Sopotu; **Delikatesy Dolce Vita**, Sopot, **Nowe Centrum Sopotu**; Luxus Watch, Sopot, Krzywy Domek

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; **Olivia Business Centre**, Gdańsk, Grunwaldzka 472; **Al-Ter Estate**, 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 Marszałkowski**, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27; **Luxury Design**, Gdańsk. Al. Grunwaldzka 72; **Tekton Capital**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10/33; **Kancelaria Notarialna Agnieszka Czugan**, Gdańsk, ul. Dmowskiego 6/4; **Kancelaria Notarialna Katarzyna Nagórska – Protasiuk**, Gdańsk, ul. Jaśkowa Dolina 6/2; **Kancelaria Notarialna Karolina Car**, Gdańsk, ul. Obrońców Wybrzeża 7/5 **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; **BMC**, Gdynia, Centrum Kwiatkowskiego; **Urząd Miasta Sopotu**, Sopot, ul. Kościuszki 25/27; **Hipodrom**, Sopot, ul. Łokietka 1; **Arte Dizain**, Sopot, ul. Grunwaldzka 58/1; **Sopoteka**, Dworzec Sopot; **Sopot Tenis Klub**, Sopot, ul. Ceynowy 5; **Państwowa Galeria Sztuki**, Sopot, Dom Zdrojowy; **Sierra Golf Club**, Pętkowice; **Sand Valley Golf&Country Club**, Pasłęk; **Europejskie Centrum Solidarności**, Gdańsk, Plac Solidarności 1; **Tekton Capital/Deo Plaza**, Gdańsk, ul. Szafarnia 10/33

DAGO

PŁYTKI CERAMICZNE

DIESEL LIVING

WITH

iris Ceramica

UL. LEGIONÓW 112/13

GDYNIA

www.studio**dago.pl**

SOKÓŁKA ZIELENISZ

Miasto w parku

NOWY BUDYNEK W SPRZEDAŻY!

GDYNIA, UL. JANKI BRYLA

TEL. +58 785 11 11 • HOSSA.GDA.PL

HOSSA
DEWELOPER NR 1