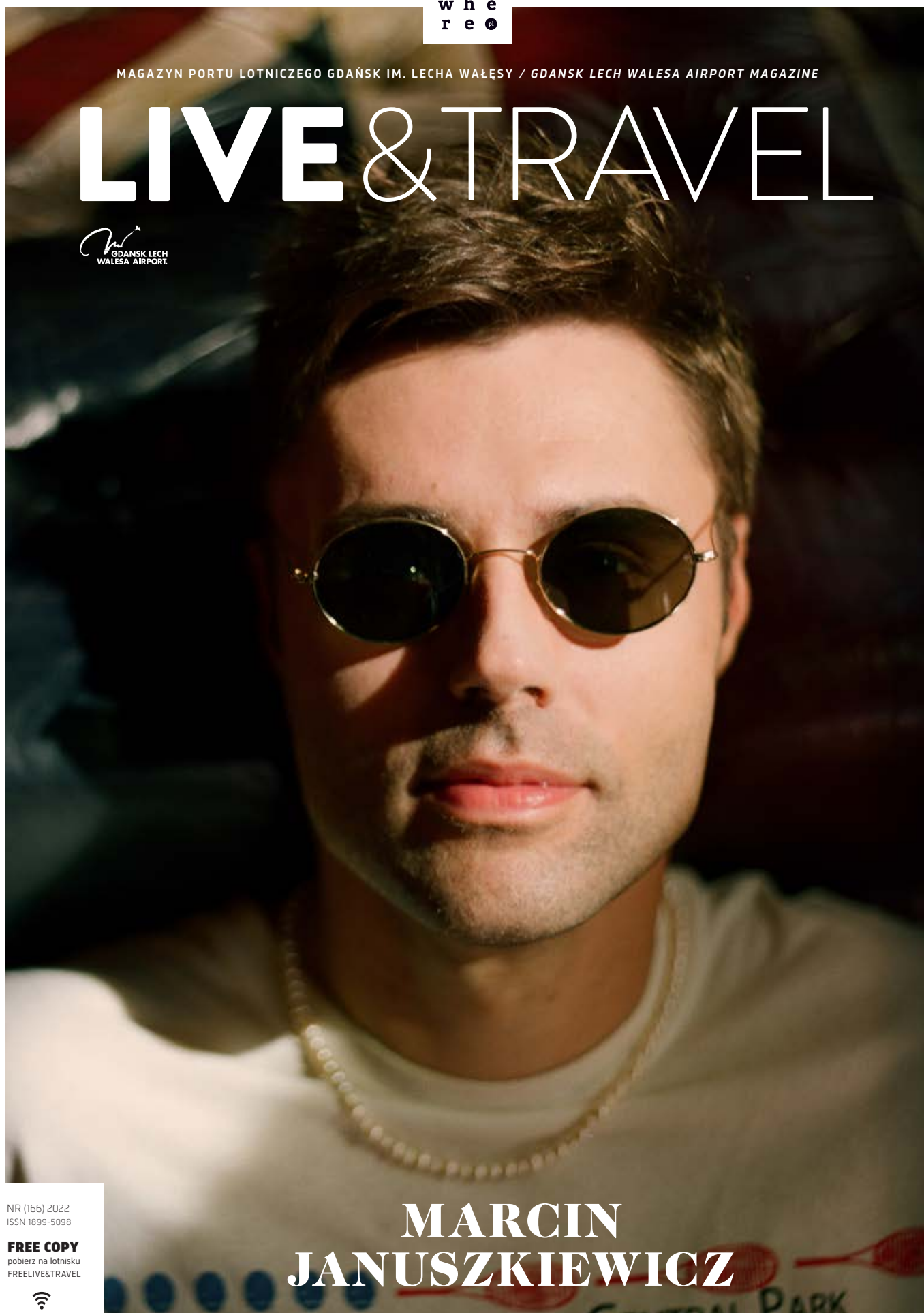


any
where

MAGAZYN PORTU LOTNICZEGO GDAŃSK IM. LECHA WAŁĘSY / GDANSK LECH WALESA AIRPORT MAGAZINE

LIVE&TRAVEL


GDANSK LECH
WALESA AIRPORT.



NR (166) 2022
ISSN 1899-5098

FREE COPY
pobierz na lotnisku
FREELIVE&TRAVEL



MARCIN
JANUSZKIEWICZ

Czytaj #gdziekolwiekjesteś



www.farysdesign.pl

 Farys  farysdesign



LIVE&TRAVEL

6



18



34



40

58



68

6

STREFA VIP | Marcin Januszkiewicz: Chciałbym zagrać Konfederatę

VIP ZONE | Marcin Januszkiewicz: I'd like to play a Confederate

18

STREFA VIP | #AnywhereTV - Ewa Konstancja Bułhak

VIP ZONE | #AnywhereTV - Ewa Konstancja Bułhak

34

TECHNOLOGIE | guideU - nowy wymiar podróżowania

40

MIEJSKA | Lato na Podkarpaciu - jak aktywnie spędzić wakacyjny czas?

58

LUZDIE | Mój Znajomy Lekarz

68

FOR HER | Zawsze w podróży, czyli o Tamarze Łempickiej w Muzeum Narodowym w Lublinie



Warszawa - Modlin



Poznań



Rzeszów



Szczecin



Olsztyn



Łódź



Lublin

Nasze magazyny
lotniskowe

ZDJĘCIA NA OKŁADCE
Michał Buddabar

SPRAWDŹ
na anywhere.pl

WYDAWCA

Anywhere.pl Platforma Medialna Sp. z o.o.

z siedzibą w Sopocie 81-717 ul. Haffnera 6 lok. 224K,
zarejestrowana w Sądzie Rejonowym Gdańsk Północ
w Gdańsku, VIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru
Sądowego nr 0000856796,
NIP 5851492193, REGON 387084333.

e-mail: biuro@anywhere.pl
kom: 882 072 755.

Wydawca: Marcin Ranuszkiewicz

Redaktor naczelny: Jakub Wejksznier

Sprzedaż i Marketing: Angelika Balbuza

Szef działu graficznego: Alicja Rynkiewicz

Dział IT: Aleksander Domański

Współpraca fotograficzna: Michał Buddabar,

Bartosz Maciejewski, Piotr Sobik, Karolina Nowaczyk,

Paulina Pawłowska, Łukasz Dziewic

Na licencji: asz-reklama / biuro@asz-reklama.eu

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów
i materiałów redakcyjnych oraz nie ponosi
odpowiedzialności za treść nadesłanych ogłoszeń
reklamowych. Redakcja zastrzega sobie prawo do
redagowania i skracania tekstów.

NA ZLECENIE

Port Lotniczy Gdańsk Sp. z o.o.

ul. Słowackiego 200

80-298 Gdańsk

www.airport.gdansk.pl

www.facebook.com/AirportGdansk

Agnieszka Michajłow

e-mail: a.michajlow@airport.gdansk.pl



ANYWHERE. PL | PLATFORMA MEDIALNA

www.anywhere.pl

www.facebook.com/anywherepl

www.twitter.com/anywherepl

[instagram.com/anywhere.pl](https://www.instagram.com/anywhere.pl)

www.linkedin.com/company/anywhere-pl

any
where
re

PARTNER

PROT

Brama Wyzynna

Wąły Jagiellońskie 2a

80-887 Gdańsk

www.prot.gda.pl



Pomorska Regionalna
Organizacja Kuryerzy

PATRONAT



MARSZAŁK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



Gdańsk



Gdynia



Sopot

HOSSA

SOFITEL
WARSAW VICTORIA



SWAROVSKI



Interested in joining us?
Apply now!



Global Business Services Gdańsk
swarovski.com/careers



MARCIN JANUSZKIEWICZ

CHCIAŁBYM ZAGRAĆ KONFEDERATĘ

TEKST Jakub Wejksznier
ZDJĘCIA Michał Buddabar

WYWIAD WIDEO DOSTĘPNY

NA ANYWHERE.PL



Kuba Wejksznier: W naszym studio Marcin Januszkiewicz.

Marcin Januszkiewicz: Dzień dobry, cześć.

KW: To już nie pierwszy raz, kiedy się widzimy. Widzieliśmy się w Łątku Garncarskim trzy lata temu, jak wspominałeś. Wówczas rozmawialiśmy sporo o dubbingu, o śpiewaniu i pisaniu piosenek. To jest coś, co mnie zainteresowało jak przygotowywałem się do tego wywiadu – jesteś teraz bardziej piosenkarzem, muzykiem czy aktorem?

MJ: Zawsze odpowiadam na to pytanie, że jestem tenisistą. Ja się tak czuję.

KW: Czyli śpiewającym tenisistą, który gra twarzą.

MJ: Dokładnie. Rozdzielam te rzeczy. Oczywiście łączę je zawodowo – na scenie, w spektaklach muzycznych czy w filmach, gdzie dubbinguje i trzeba śpiewać, gadać, ale ja rozdzielałam te rzeczy. Świat muzyki jest dla mnie osobną rzeczą, aktorstwo osobną.

KW: Twoje piosenki kojarzą mi się mocno z Grzegorzem Ciechowskim.

MJ: Wow... z jakiego powodu?

KW: Mają też w sobie taki oniryczny element – taki senny, lejący się, często zmieniający tempo. Jeszcze ta grafika mi się jeszcze mocno kojarzy z teledyskiem Śmierć na pięć.

MJ: Rozumiem, coś w tym może być. To jest mocno off-owa i alternatywna muzyka którą robię póki co. Czasami odważam się na jakiś mariaż popowy i współczesny nawzajem to, chociaż nie lubię tego słowa. Ale zgadzam się, to jest trochę oniryczne.

KW: Rozumiem, że to jest strefa, w której się wyrażasz całkowicie, nie musisz chodzić na żadne kompromisy, to jest twoje.

MJ: Tak – biorąc pod uwagę, że ciągle nie jestem podpisany z żadną wytwórnią muzyczną, a wydaje już od grudnia zeszłego roku, czyli od paru miesięcy, single na własną rękę, jak to się mówi, za własne, ciężko zarobione pieniądze, to faktycznie nie mam żadnych ograniczeń. Robię to co czuję, współpracuję z Kubą Więckiem od paru miesięcy, wybitnym jazzmanem i producentem, z Kubą się inspirujemy razem, nie mamy ograniczeń, po prostu tworzymy.

KW: Przesłuchałem tych piosenek i one są bardzo nawołujące do pokoju, do tego, żebyśmy się lubili

i dogadali – to są twoje główne przemyslenia na temat obecnych czasów postpandemicznych i wojennych przy okazji?

MJ: Wiesz co, trochę tak. Gdy zadawałeś pytanie pomyślałem, czy ja się w ogóle potrafię buntować w tym co robię, muzycznie na przykład. Nie umiem – wielokrotnie mam w szufladzie kilka takich utworów-rzygów, gdzie naprawdę jadę dość ostro, ale nigdy tego świat nie usłyszał, bo ciągle to sobie w szufladzie tkwi. Ale tak faktycznie jest, nawet mój koncert, Osiecka Po Męsku, który gramy już od pięciu lat – za każdym razem jest taki moment na koncercie, w którym przytaczam historię z 2015 roku. Byłem świadkiem spalenia kukły żyda na wrocławskim rynku. Wtedy to była dość głośna akcja, no i co się zobaczyło to się nie odzobaczy, co się pomyślało to się nie „odpomyśli”. Byłem przerażony, że jak żywo sceny z Kabaretu Boba Fosse'ego mi się przed oczami ukazały i że to do nieczego dobrego nie doprowadzi, co chwile nas życie zaskakuje.

KW: Szczególnie, że to nie jest dziewięćdziesiąty-któryś rok, tylko 2015, to niesamowite, że takie rzeczy mają jeszcze miejsce.

MJ: Historia nas niczego nie uczy, jak śpiewał Sting. Jest to hasło znane i stare jak świat. Wczoraj czy przedwczoraj miałem rozmowę ze znajomymi a propos pamięci, tożsamości i tego, jak ważne jest kultywować pamięć, mówić o czymś, jak bardzo ważne jest stawiać takie myślowe pomniki i dbać o nie, czcić wręcz. Pamięć jest tak krótka – mam wrażenie, że to co pamiętam, takiego społeczno-politycznego sprzed paru, parunastu lat, już się dawno zatarło.

KW: I pewnie pamiętasz to w jakiś pokręcony sposób.

MJ: Na przykład, ale to już inny case, że się zakłamuje rzeczywistość i historie do celów politycznych.

KW: Ale nawet jakbyś chciał przypomnieć jakąś historię ze swojego życia i były tam dwie osoby – ty i ktoś jeszcze – to macie zupełnie inne wspomnienia.

MJ: Tak, to faktycznie, albo sami to inaczej pamiętamy. To jeszcze inny temat, warto czasami weryfikować nasze odczucia i emocje z drugim człowiekiem i jego zdaniem.

KW: Trzeba się nagrywać, wtedy wiesz dokładnie jak będzie.

MJ: No dobra, mam nadzieję, że nie głupiego nie palnę.

KW: Jeżeli chodzi o twoje działalności aktorskie, serial „Nieobecni”. Było u nas już kilka osób z tego serialu. Grasz Kubę – twoja postać wchodzi w tym sezonie tak?

**...WARTO CZASAMI WERYFIKOWAĆ
NASZE ODCZUCIA I EMOCJE
Z DRUGIM CZŁOWIEKIEM
I JEGO ZDANIEM.**

► **PODZIĘKOWANIA DLA**

Fabryki Norblina (ul. Żelazna 51/53, Warszawa)
za udostępnienie przestrzeni na potrzeby wywiadu i sesji zdjęciowej.

CHCIAŁBYM ZAGRAĆ KONFEDERATĘ







CHCIAŁBYM ZAGRAĆ KONFEDERATĘ

ŻEBY STWORZYĆ OSOBE Z ZASIĘGAMI, TRZEBA DAĆ JEJ MOŻLIWOŚĆ ZAISTNIENIA.

MJ: Tak, wiem, że na Playerze mój wątek już się pojawił, nie wiem czy to już jest emitowane na TVN-ie czy jest jakieś opóźnienie, przyznam szczerze, że nie wiem jak to działa. Gram męża i ojca dwóch córeczek. To już jest dla mnie ten etap w karierze, że zakładam obręczkę i już jestem mężem.

KW: Potem można przebranżwić się na żony.

MJ: Słuchaj, gram Marlenę Dietrich od niedawna na scenie. Zrobiliśmy z Marysią Seweryn, która wyreżyserowała ten spektakl i Jankiem Młynarskim "Edith i Marlene" w Domu Kultury Świt. Jest to o Edith Piaf i Marlenie Dietrich i ja właśnie gram Marlenę Dietrich, także myślę że mój repertuar zagrania jest dosyć szeroki.

KW: Wydaje mi się, że ludzie myślą o tobie, że masz taką ucciwą twarz, że jesteś ucciwym mężem.

MJ: Wiesz, że to było bardzo ważne? Pamiętam jeszcze castingi do tego sezonu „Nieobecnych” i priorytetem do zatrudnienia aktora do tej postaci było to, czy jest sympatyczny, czy budzi sympatię.

KW: To najgorzej tak powiedzieć o kimś.

MJ: Ja wiem i ja to rozumiem, ale też rozumiem z punktu widzenia reżyserki czy producentów, że to właśnie o to chodzi. Że taki musi

być efekt w kontraście z postacią którą gra Eliza Rycembel – pełną wątpliwości, targającą nią emocje, a ten bohater z kolei musi być ciepły i przyjemny w odbiorze, nie wiem jak to inaczej określić. Zdarzają się takie role i trzeba mieć tego świadomość.

KW: Mówisz, że teraz będziesz grał mężów. A dalsza kariera? Myślisz, żeby zrzucić to wszystko potem, zrobić sobie bliźnę...

MJ: Nie no, zagrałem w filmie „Mój Dług”, który był kontynuacją historii z „Długu”. Bardzo się cieszyłem, że dostałem tę rolę, bo tam z kolei grałem zbira, kogoś niezrównoważonego psychicznie i pełnego agresji, albo wręcz wziętego z emocji, psychopatycznego. Na takie role najbardziej czekam.

KW: Czyli „Dług 3. Inflacja” (śmiech).

MJ: „Dług 3. Inflacja” mógłby być, ale to musiałbym chyba zagrać jakiegoś polityka.

KW: W jakimi obozie politycznym byś chciał zagrać? Wydaje mi się, że najciekawiej byłoby zagrać kogoś z PISu.

MJ: A ja z Konfederacji.

KW: Albo z Konfederacji. Jeżeli będziemy planować jakiś film o polityce, to uderzać do ciebie.

MJ: Proszę bardzo, ja Konfederacja.

KW: Rozumiem. Twoja płyta jest w trakcie tworzenia, pojawiają się single. Wychodzi też serial i „Mój dług” jako film pełnometrażowy. Co dalej? Bo rozumiem, że te trzy ścieżki idą sobie osobno.

MJ: Trochę je łączę. Bardzo czekam na premierę serialu HBO „Warszawianka” – to jest najnowszy polski serial, jaki ma się ukazać na HBO po przejściu na HBO Max. Mieliliśmy już „Odwilż” i z tego co wiem, to następna ma być właśnie „Warszawianka”, którą napisał Kuba Żulczyk i wyreżyserował Jacek Borcuch. Mam tam naprawdę fajną rolę niezwykle pokręconego typka i partneruje Borysowi Szycowi, który gra główną rolę, jest też w zasadzie narratorem całej tej historii w pierwszym sezonie. Powiedziałem jakby był drugi, nie wiem czy jest i czy będzie, chyba nie mogę tak mówić (śmiech). Chciałbym to połączyć, ponieważ zaprosiłem Borysa do mojego utworu, singla, którego stworzyliśmy całkiem niedawno i czekam, aż serial się ukaże i pojawi się mój wątek. Wtedy chciałbym, żeby świat zobaczył ten utwór. To się też łączy, ale raczej w takich kanałach dystrybucyjno-produkcyjnych, żeby zwiększyć zasięgi, co dzisiaj jest naszą (twórców) zmartwieniem.

KW: To jest najważniejsza rzecz na świecie. Ja myślę w ogóle, że jeżeli masz więcej zasięgów, to jesteś lepszym człowiekiem i powinieneś mieć dwa głosy.

MJ: Tak, rozmawialiśmy o tym z kamerami, jak się przygotowywaliśmy, że tak dzisiaj funkcjonuje rzeczywistość. Ja się z tym oczywiście nie zetknąłem, ale moi znajomi z branży tak. To jest trochę absurdałne, moim zdaniem. Z jednej strony to rozumiem, ale z drugiej – żeby stworzyć osobę z zasięgami, trzeba dać



CZASAMI COŚ, CO DLA WIDOWNI MASOWEJ, POPULARNEJ JEST BARDZO EFEKTOWNE I EFEKTYWNE, DLA MNIE JEST W OGÓLE NIE DO PRZEJŚCIA.

jej możliwość zaistnienia. Kiedyś tak funkcjonowała telewizja. Nagle na ekranie pojawiała się osoba zupełnie nie znana publiczności, a potem się okazało, że swoją pracą, talentem, umiejętnościami, potrafiła zaskarbić

sobie sympatię widzów i nagle się stała kimś w takiej przestrzeni medialno-telewizyjnej.

KW: Tak, ale też jest taka sytuacja, że jeżeli weźmiesz osoby popularne, to



nie zawsze są one utalentowane np. w aktorstwie czy śpiewaniu i możesz wziąć kubeł popularnych osób, które mogą nie zrobić Ci dobrego materiału.

MJ: To prawda, tylko widzisz, pytanie, jakiego widza zdążyliśmy przez te lata wychować.

KW: Czyli po prostu takiego, który zobaczy, że ktoś jest sławny i pójdzie do kina.

MJ: Na przykład, ale to już jest kolejny temat i to jest problem. To, czym się param, to bardzo niewymierna rzecz. Wiem to po sobie, bo też mam aktorów, których lubię albo których nie chce mi się oglądać, natomiast widzę, że widownia zupełnie inaczej reaguje, ma swoje typy. Czasami coś, co dla widowni masowej, popularnej jest bardzo efektowne i efektywne, dla mnie jest w ogóle nie do przejścia.

KW: Mówiłeś o tym, że zaprosiłeś Borysa Szyca do współpracy, udało Ci się też zaprosić Daniela Olbrychskiego.

MJ: Tak, ale to jest śmieszna historia strasznie. Poznaliśmy się, kiedy byłem studentem Akademii Teatralnej i Daniel prowadził z nami Warsztat Mistrzowski i tak się poznaliśmy. Nigdy nie spotkaliśmy się w pracy, ale przy różnych okazjach i mamy bardzo fajną relację. Daniel bardzo wierzy w nas, swoich studentów, to było wspaniałe. Właś w nas wiele niesamowitych uczuć i historii,

no i zadzwoniłem do niego po prostu. Powiedziałem, jaki mam pomysł, zgodził się. Co śmieszne, w ogóle mu się nie podoba ten utwór, naprawdę, powiedział, że to nie jest na miarę moich umiejętności, to jest o szarym i brudnym świecie i dlaczego o tym śpiewać, jemu się to nie podoba. Ja wtedy, takim zmrożonym głosem “a...a...ale czy to znaczy, że mamy się wycofać z tego”? “Nie absolutnie”, wyraził tylko swoje zdanie.

KW: Może to nie jest jego estetyka po prostu.

MJ: Na pewno nie, ale moim zdaniem jego ponadczasowy i legendarny głos się fenomenalnie odnalazł w tym utworze.

KW: Czyli nie można Tobie zarzucić, że skleiłeś to z czegoś innego, bo tam pada Twoje nazwisko?

MJ: Taki miałem chytry plan, żeby było wiadomo, że nie wziąłem sampla z jakiejś produkcji, tylko specjalnie dla mnie Daniel to nagrał.

KW: I tak samo jest z Borysem Szycem (śmiejch).

MJ: Borys akurat nie wymienia mojego imienia i nazwiska, ale przepięknie pojawia się w tym utworze. To jest outro tego utworu, tyle mogłem powiedzieć.

KW: Nie mogłeś zrobić po prostu takiej serii...

MJ: Z lektorami? Oczywiście myślałem o tym. Oczywiście myślałem o tym, żeby Piotra Fronczewskiego zaprosić, ale nie wiedziałem czy to mi się sklei w całość, a działałem raczej intuicyjnie. Tam miałem taki pomysł, że fenomenalnie w tym zdaniu zabrzmiałby Daniel Olbrychski, tutaj wiedziałem, że Borys będzie świetny w tym utworze.

KW: A jeżeli chodzi o oprawę graficzną?

Animacja poklatkowa jest pięknie zrobiona.

MJ: Dzięki. To w ogóle też jest historia... odezwał się do mnie Marcin Zorak-Szymański, który jest beat-boxerem, wielokrotnym mistrzem Polski.

KW: Ksywa Zorak.

MJ: Zorak, ksywa, tak, wygrywał w UBW, wiele rzeczy robił. Marcin się do mnie odezwał, pogadaliśmy na zasadzie “co u Ciebie?”. Parę lat temu założyliśmy zespół przyzma, razem z gitarzystą Melchiorem Szroederem, zrobiliśmy materiał, ale nic z tego materiału dalej nie wyniknęło, zagraliśmy kilka koncertów. No i tak rozmawiamy, że szkoda, że nie gramy, rozłączyliśmy się i wysłał mi wiadomość “Zobacz, teraz robię takie rzeczy”. Od razu do niego oddzwaniałem z zapytaniem “Ile?”. Dogadaliśmy się finansowo, zrobiliśmy trzy single, tryptyk, który się zgrywa w jedną historię “Szary świat”, “Wolny spokój” i “kraina”.

NAGLE NA EKRANIE POJAWIAŁA SIĘ OSOBA ZUPEŁNIE NIE ZNANA PUBLICZNOŚCI, A POTEM SIĘ OKAZYWAŁO, ŻE SVOJĄ PRACĄ, TALENTEM, UMIEJĘTNOŚCIAMI, POTRAFIŁA ZASKARBIĆ SOBIE SYMPATIE WIDZÓW I NAGLE SIĘ STAŁA KIMŚ W TAKIEJ PRZESTRZENI MEDIALNO-TELEWIZYJNEJ.





**“KRAINA” JEST DLA
MNIE TAKIM UTOPIJNYM
DĄŻENIEM DO SPOKOJU.
MYŚLĘ, ŻE ŻYJEMY
W TAKIM ŚWIECIE,
W KTÓRYM JEST 51:49
NA KORZYŚĆ DOBRA.**

Jemu się to teraz rozkręciło, wiem, że dostał parę propozycji, żeby zrobić kilka teledysków. Warto jeszcze wspomnieć o Oli Knedler, czyli OK Collage, która zrobiła mi kilka teledysków do Perfect Lady Punk, drugiej płyty, zrobiła kolażowe teledyski, to jest kupa roboty, ludzie też nie mają pojęcia ile.

KW: “Szary Świat”, poznaliśmy “Wolność” i trafiliśmy do “Rainy”.

MJ: Trochę tak, ale “Kraina” to jest to, o czym wspominałem na początku, bo “Kraina” jest dla mnie takim utopijnym dążeniem do spokoju. Myślę, że żyjemy w takim świecie, w którym jest 51:49 na korzyść dobra.

KW: Miejmy nadzieję. Płyta...a właśnie, kiedy będzie płyta?

MJ: Mam nadzieję, że z początkiem przyszłego roku, na razie ciągle nie wiem jak to będzie. Albo mi się uda złapać wydawcę, co weale nie jest łatwe, a jak nie, to z własnych środków sfinansuję cały album.

KW: Miejmy nadzieję, że w międzyczasie nie rozpęta się konflikt nuklearny, który przeszkodzi w wydaniu płyty.

MJ: Niekoniecznie nuklearny, może być inny.

KW: Tak. Nie dla konfliktów, jesteście przeciwni konfliktom.

MJ: Jakimkolwiek. Chciałem jeszcze podkreślić, że konfederatę, to bym z chęcią zagrał, nie że coś ten...

KW: Pozdrawiamy do “Nieobecnych” i na YouTube’a II

ENGLISH

**MARCIN JANUSZKIEWICZ: I'D LIKE
TO PLAY A CONFEDERATE**

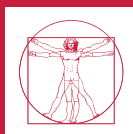
Kuba Wejksznar: Here with us – Marcin Januszkiewicz.

MJ: Hi everyone, good morning!

KW: Are you more of a singer, musician, or actor?

MJ: I always answer that I'm a tennis player. That's how I feel.

KW: So you're a singing tennis player that plays with his face?



Leonardo
Royal Hotels

Leonardo Royal Warsaw

COMFORTABLE HOTEL

for city breaks & for business

LEONARDO ROYAL WARSAW

ul. Grzybowska 45 | 00-844 Warszawa | Poland

Tel: 022 278 88 88, info.royalwarsaw@leonardo-hotels.com

www.leonardo-hotels.com

MJ: Exactly. I like to divide those things. Of course, they are connected by what I do - on the stage, during some music performances, and in the moves where I dub stuff and if you have to sing or talk but I like to keep those things separate. The music world is a very singular thing, and the acting is something else.

KW: Your music reminds me of Grzegorz Ciechowski.

MJ: Wow, why?

KW: They have this oniric element to in - it's sleepy, it's floating, changing tempo a lot. The visuals also are reminding me of Śmierć na pięć music video.

MJ: I see. Well, there might be something to it. It's an off-record, alternative music that I do. Sometimes I do something more pop and modern, let's call it that way, although I don't really like it. But yeah, it is oniric for sure.

KW: As I understand, it's a place where you can fully express yourself, you don't have to do compromises or anything. It's yours.

MJ: Yeah, especially considering the fact that I'm still not signed to any label, I put out singles since December last year, it's a few months now, with my own earned money so yeah, I don't have any limitations. I do what I feel, I work with Kuba Więcek for a few months now, he's a great jazz player and producer. We work

together, we inspire each other, and we don't really have any limitations, we just create.

KW: I listened to a few of those songs and I must say - they are very pacifistic. You want us to get along and like each other.

Are those your main concerns about those post-pandemic war times?

MJ: Yeah, it is kind of like that. When you were asking that question I thought to myself if I can be a rebel in what I do at all, like in music. I really can't. I have some unreleased pieces where I go hard but no one has ever heard that, it's still in my closet. But yeah, it really is

like that. Even on my tour Osiecka Po Męsku, where we played for five years now, every time there is this moment during the concert where I talk about the story I witnessed in 2015. I saw a Jewish marionette being burned and what you saw you cannot unsee really. I was really afraid, it's like from Bob Fosse's Cabaret really. It will not lead to anything good I thought.

KW: Especially that it's not 19-something but 2015. It's incredible that those things still take place.

MJ: History does not teach us anything as Sting used to sing. It's something well known and old as the Earth. Yesterday or the day before I had a conversation with friends about memory spots, identity, and how it is important to cultivate our memory, to talk about important stuff, how you just have to do those thought memorials and take care of them, worship them. Our memory is fleeting - I feel like something I remember is a part of a socio-political dream from a few decades ago, that it's not even relevant anymore.

KW: And you probably remember it in some weird way.

MJ: For example, it's something completely different that you lie about reality and history for political gains.

KW: Yeah, and even if you'd like to remember some story from your life and there would be two people there - you and someone else - you have completely different memories.

MJ: Yeah, that's true. Or maybe we remember it differently. It's a different topic, it's sometimes worth verifying stuff and our feeling with other people.

KW: Thank you very much.

MJ: Thanks. II






dekpol[®]
STEEL

Jakość, która robi wrażenie

Quality that makes an impression

www.dekpolsteel.pl



#ANYWHERE TV

EWA KONSTANCJA BUŁHAK

TEKST Tomasz Kowalski ZDJĘCIA Mateusz Lewocz

WYWIAD WIDEO DOSTĘPNY
NA ANYWHERE.PL 

Tomasz Kowalski: Mam przyjemność rozmawiać dzisiaj z panią Ewą Konstancją Bułhak. Dzień dobry.
Ewa Konstancja Bułhak: Dzień dobry.

Pani Ewa jest aktorką Teatru Narodowego w Warszawie. Jest aktorką filmową, telewizyjną, serialową i to wszyscy wiedzą. Ale ja będę dzisiaj chciał porozmawiać z doktor Ewą – nie tą serialową doktor Ewą, ale doktor Ewą Konstancją Bułhak, pedagogiem i wykładowcą Akademii Teatralnej im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie. Porozmawiamy sobie o szkole aktorskiej. Nie jest tajemnicą, że bardzo duża grupa aktorów grających na scenach w całej Polsce nie ma wykształcenia aktorskiego. Nie mówię tutaj o naturszczykach, tylko o aktorach pełnych, którzy mają za sobą dekady pracy na scenie, są lubiani przez publiczność, doceniani przez krytyków, mają fantastyczne kreacje aktorskie, ale tego wykształcenia nie posiadają. Czy z twojego punktu widzenia jako pedagoga, należy szkołę aktorską skończyć, albo tak jak śpiewał kiedyś Jerzy Stur – wystarczy, że mam talent i już.

Śpiewać każdy może. Będę mówiła o sobie i o tym, jak ja to pojmuję. Dla mnie szkoła teatralna była wszystkim, ponieważ pokazała mi bardzo wiele dróg. Dostałam się tam jako młoda dziewczyna. Miałam rewelacyjnych pedagogów i właściwie mój dzisiejszy świat, pojmowanie aktorstwa zawdzięczam właśnie im. temu, że mnie tak prowadzili i przede wszystkim, nauczyli rzemiosła. Uważam, że szkoła powinna dawać rzemiosło i rozpalać płomień, który w tobie płonie. Mnie szkoła na maksa rozpałała, ale idąc do niej wiedziałam, że to jest to, co ja chcę w życiu robić za wszelką cenę. Wielokrotnie spotykam się z zapytaniem wielu młodych ludzi, „jak to jest pani Ewo, że przecież nie zawsze ten zawód daje stabilizację”, mało tego – nie daje stabilizacji. Więc ja wtedy mówię, że jeżeli to jest dla ciebie problem na początku drogi, to w ogóle się tym nie zajmuj, odpuść sobie, bo kasa może przyjdzie, a może w ogóle nie przyjdzie. Telefon czasem dzwoni, ale wielokrotnie jest tak, że samemu trzeba tej pracy szukać, samemu znajdować nowe drogi, bo okazuje się, że jest ich bardzo wiele. Gdy telefon nie dzwoni, możesz sama próbować coś zorganizować z ludźmi, którzy są w identycznej sytuacji jak ty, kiedy tej pracy często nie ma.

**TO JEST
FANTASTYCZNE
W TYM ZAWODZIE, ŻE
NIE TRZYMASZ SIĘ
JEDNEGO KOLORU.
MAŁO TEGO,
TEN JEDEN KOLOR
JEST NUDNY.**

Rzadko kiedy jest tak, że ten reżyser do ciebie przychodzi i mówi „ty jesteś tam moja wybrana”. Trzeba za nim chodzić i po prostu mu to udowodnić.

Gdybyś spojrzała z punktu widzenia wyłącznie dydaktycznego – co traci aktor, który nie przeszedł tej drogi uczelnianej, a od razu zaczął pracować nad sobą, a co by zyskał, gdyby przez te 4-4,5 roku popracował z nauczycielami?

Aktor traci tyle, że gra tylko tym, co zostało w nim zauważone. Czyli, na przykład, świetnie zagrałeś rolę profesora i teraz na tym profesorze będziesz budował. Dla mnie aktorstwo polega na tym, że fajnie jest zaagrać profesora, ale mega jest za chwilę zaagrać świra, a za chwilę zaagrać business woman, która się okazuje oszustką. Myślę, że szkoła teatralna jest w stanie te kolory, tę różnorodność przekazać. Cudowne jest to, że ludzie mnie widzą jako aktorkę komediową, ale Jerzemu Grzegorzewskiemu, mojemu wspalanemu dyrektorowi, zawdzięczam to, że jako pierwszy zauważył we mnie również aktorkę dramatyczną i dał mi szansę – a, ta Bułhak może też zaagrać Jewdochę Wyspiańskiego. To jest fantastyczne w tym zawodzie, że nie trzymasz się jednego koloru. Mało tego, ten jeden kolor jest nudny. Mam świadomość, że serial czy moje role filmowe są takimi charakterystycznymi epizodami. Tym bardziej radością dla mnie było zażycie u młodych ludzi – mogę już chyba mówić, że nasz film będzie na festiwalu w Krakowie – czegoś zupełnie innego, straconej kobiety, która wszystko zaczyna w wieku 50 lat od nowa, bo tak się jej życie ułożyło. To jest super, że ludzie mogą w tobie zobaczyć różne oblicza, bo dla mnie ten zawód na tym polega. Nie na granii całego czasu tego samego, co jest nudą.

Nie wiem czy się zgodzisz z taką tezą – rozmawiałem kiedyś z aktorem, Piotrem Bułką, który gra głównie na scenach śląskich, ale jest też wykładowcą na Akademii w Krakowie. Píše pracę doktorską ze Stelli Adler, jest to jedna ze szkół budowania postaci przez aktora. Dla niego, oprócz tych wszystkich rzeczy warsztatowych, których uczysz się w szkole aktorskiej, bardzo ważne jest, żeby szkoła aktorska wyposażała aktora w narzędzia obrony swojego zdrowia psychicznego. Z tego co zrozumiałem, szkoła aktorska powinna nauczyć aktora grać nieszczęście, a nie stawać się nieszczęśliwym, żeby postać była autentyczna.

To jest tak, jak mój mistrz Zapisiewicz mówił – fantastycznie, że widzowie podziwiają go w teatrze, ale jak wychodzi to jest panem z psem. Ja jestem z tej szkoły, dom to dom. Wychodzę z teatru i ten świat staram się tam zostawić. Oczywiście, w zależności od roli, ale nie należę na pewno do aktorów, którzy żeby poczuć ból, muszą się pobić i wejść w swoje traumy. Oczywiście, buduję na doświadczeniach, ale przede wszystkim na mojej wyobraźni. Staram się wiele czytać, wiele oglądać, pobudzać, ale grać. Nie muszę mówić koleżankom, jeżeli mam poronić, to że poroniłam.

Wyobraźmy sobie taką sytuację – masz lat siedemnaście, jesteś młodą dziewczyną przed maturą i postanowiłaś, że zostaniesz aktorką, to jest twoje powołanie. Nie masz oczywiście warsztatu aktorskiego, idziesz się uczyć, ale masz jeden atut, jedną moc – masz doświadczenie i wiedzę człowieka, który od lat

► **PODZIĘKOWANIA DLA**

Fabryki Norblina (ul. Żelazna 51/53, Warszawa)
za udostępnienie przestrzeni na potrzeby wywiadu i sesji zdjęciowej.

#ANYWHERE TV - EWA KONSTANCJA BUŁHAK





rekrutuje i weryfikuje ludzi, którzy zdają egzaminy do szkoły aktorskiej. Masz tę wiedzę, szykujesz się do egzaminu. Na co byś postawiła, jakbyś się do tego egzaminu przygotowywała, jakich błędów starałabyś się unikać, które pewnie popełniają młodzi ludzie podchodząc do egzaminu.

Na pewno wybrałabym teksty takie, które są dla mnie ważne. Od lat siedzę w egzaminach wstępnych, bo byłam opiekunem roku i będę teraz opiekunką roku. Często mamy wrażenie, że na stronie gdzieś wygooglowano, że te teksty komisja najbardziej lubi. No i potem zdarza się, że kilka takich delikwentów, jeden po drugim...i wiesz, że to jest kompletnie nie ich.

Czym się kierować przy wyborze tekstu, jaki tekst dla komisji jest najlepszy, żeby zweryfikować kandydata?

Temperamentny. Ważne jest, żeby zobaczyć czy ktoś dysponuje taką energią.

Czyli nie opis przyrody z „Nad Niemnem”?

Zależy jaki masz na niego pomysł, bo jeżeli go na przykład powiesz jako zdenerwowany człowiek to może to być bardzo ciekawe, mało tego, możemy cię o to poprosić na drugim czy trzecim etapie. Teksty, które państwo wybieracie według mnie powinny być różnorodne, żebyśmy was zobaczyli w różnych odsłonach. Jeżeli mam poezję, która jest bardzo wsobna, to za chwilę biorę Giletę z „Księżniczki na opak wywróconej” – coś, co jest kompletnym kontrastem.

Rozumiem, że przedstawia się kilka tekstów.

Tak, natomiast na pierwszym etapie wybierasz swój ulubiony. Nie próbować popisywać się – jeżeli ten tekst ci się podoba i masz na to fantastyczny pomysł, to weź taki z tysiącem bluzgów, ale jeśli się nie ma...

Właśnie, zastanawiałem się czy zdarzają się takie wypadki, że, tak jak pisał Szekspir

w „Hamlecie”, zdaje się, że ta dama za bardzo przyrzeka, czyli że oni tak chcą pokazać, że są pełnowartościowymi aktorami, że przesadzają.

Chcą pokazać. Wstępne są takie trudne, bo to trzeba człowieka zobaczyć.

Jesteście w stanie to oddzielić? Czego wy szukacie, patrząc na tego młodego człowieka? On czasami może przecież parodiować istniejącego aktora, bo tak chce zagrać przed wami.

Prawda. Tego, że ten tekst ktoś mówi do ciebie, z sensem i dotkliwie. Że w jego oczach widzisz prawdę i wierzysz mu. Musimy mu uwierzyć. Muszę mu uwierzyć i pójść za jego historią, więc jeżeli ktoś jest sztywny i wyuczony, to czasem tak bywa. Ja dostałam się za drugim razem, ale wiem, że ten rok niedostania się był dla mnie kluczowy, by sobie uświadomić i być dojrzałą o to niezdanie.

Są różnego rodzaju szkoły, które przygotowują do egzaminów, studia aktorskie pomaturalne – warto jest korzystać?

Myszę, że warto. Mnie na przykład to dużo dało, że się za pierwszym razem nie dostałam, ale przygotowywałam się do egzaminu z kimś. Też jest tak, że jak poważnie to traktujesz, to się nie da nie zdać. Oczywiście są przypadki, ale nie wiadomo ile jest w nich prawdy, ile historii i koloryzowania – szedłem po Miodowej, patrzę i a...spróbuję! No i dostałem się. Wiem, że takie historie krążą. Ja natomiast się przygotowywałam dzielnie i się za pierwszym razem nie dostałam, a potem, nie chciałam tego roku tracić, dostałam się na Bednarską, na piosenkę, bo też śpiewanie było obok mnie. Cały czas próbowałam być blisko i czułam, że trzeba jeszcze raz zdawać.

To chyba nic nadzwyczajnego, kolejny raz zdając egzaminy...

Stresior był, tym bardziej, że koleżanki z liceum się dostały. Ja jestem z Warszawy, więc jak te dwie się dostały, to jednak ambicja była dosyć pogrążona, trzy dni przeżane w łóżku były.

Jestem ciekaw, bo wokół egzaminów do szkół teatralnych krąży wiele mitów, legend i anegdot. Ile w tym jest prawdy, jak komisja drze sobie łacha z człowieka, który przystępuje do egzaminu i wymyślają mu jakieś przedziwne rzeczy, na przykład zagraj brudną ścierkę leżącą na parapecie. Ile w tym jest legend miejskich?

Nie no, to są legendy. Mogę też mówić o moich wstępnych egzaminach, gdzie jestem profesorem i uczestniczę w tym. Mam wrażenie, że od paru lat, i to ludzie zdający mówią, atmosfera w trakcie zdawania jest niesamowita. Ja ze swojego pamiętam tę

atmosferę i to, że cię ludzie wspierają i chcą, żeby cię się udało, traktują cię poważnie. To jest bardzo szczerze i szkoła jest naprawdę fajna. Pamiętam, że jak się przekroczyło próg, to pomyślałam – kurczę, jak ja chcę tu być. Potem się udało i to było spełnienie marzeń.

Czy szkoła prowadzi coś w rodzaju statystyk? Jaki jest odsetek ludzi, którzy po ukończeniu szkoły teatralnej pozostają w zawodzie, żyją z tego, a jaka jest z tego grupa ludzi, jak mówił mój przyjaciel Mirek Neinert, aktor i dyrektor Teatru Kores w Katowicach, że czasami jest tak, że aktor kocha teatr, ale teatr nie kocha aktora. Życie weryfikuje. Chcę, żeby nasz absolwent kończąc szkołę, miał papiery pozwalające uprawiać ten zawód, ale jeśli on stwierdzi, że wsiada do kampera i chce zwiedzać świat, to niech to robi. To nie będzie wyrwa na moim sercu, że ja pracowałam z nim cztery lata, a on wsiada... nie. Ten kamper jest mu potrzebny. Wszystko, co nam daje ten świat nas buduje i buduje mnie jako aktora. Dubbing, praca głosem, lektorowanie – to jest przecież wszystko to, do czego ta szkoła przygotowuje. To nie jest tak, że ktoś kończąc tę szkołę, musi pracować w teatrze, niech będzie świetnym lektorem czy prowadzącym w domu kultury. O tych ludziach się nie mówi, ale to są ci, którzy dają kopa tym młodym w dzisiejszym świecie, żeby coś zrobić ze sobą.

Myślisz, że ukończenie szkoły aktorskiej to połowa sukcesu, jedna trzecia?

Jedna trzecia. Bardzo często jest tak, że ktoś, kto totalnie rokuje, o kim mówi się „świetny, świetny” – potem okazuje

się, że zetknięcie z tym zawodem, z innymi ludźmi, ze światem, do którego trzeba jeszcze długo drapać, żeby się do niego dodrapać, jest po prostu tak trudne, że się z tego zawodu rezygnuje. Że kolega, który ci powie „jak ty to zagrałeś”...

Możesz zniechęcić?

Ależ oczywiście – jasne, że możesz.

Ludzie tacy jak ja, którzy nie mają nic wspólnego z branżą aktorską, oceniają najczęściej aktorów i ich pracę przez pryzmat czerwonych dywanów, blichtru – że to jest super i wszyscy im tego zazdroszczą. Ale gdy masz możliwość przyjrzenia się pracy aktora z punktu widzenia jego domu, rodziny i codzienności, to się okazuje, poza tym, że zawód jest piękny, bo jest inny, to jest bardzo trudny, psychicznie i fizycznie. Nie

**WSZYSTKO, CO
NAM DAJE TEN
ŚWIAT NAS BUDUJE
I BUDUJE MNIE
JAKO AKTORA.**





możesz w biurze szefowi powiedzieć „nie mam dnia, urwę się z pracy z godziny wcześniej”. Wy jako aktorzy musicie być do dyspozycji w każdej chwili. Nie wiem co musiałoby się stać, żebyście nie poszli na spektakl, bo koledzy czekają, czeka widownia. Trzeba gdzieś jeździć – tutaj plan, tutaj trzeba wracać do teatru. Ludziom się wydaje, że to jest wszystko takie piękne, lekkie i sympatyczne, a to jest trudny zawód, nawet fizycznie. Jest bardzo trudny. Im więcej ma się lat, tym większa świadomość ulotności tego wszystkiego. Dzisiaj jako 51-letnia kobieta mogę powiedzieć, że fantastycznie jest to, jak ten zawód mi się ułożył i też widzę, że udało mi się iść swoją drogą. Robię to, co kocham, nie poszłam na łatwiznę. Bardzo często próbowałam zawalczyć o ten zawód, ale widzę – mam dorastające dziewczyny i byliśmy raz razem na nartach – no i wtedy łażą się w oku kręcić, coś za coś. Z drugiej strony wiem, że matka szczęśliwa to matka spełniona i tego staram się ich uczyć.

Jest coś takiego jak niepewność pracy u aktora. To, że pracuje się w teatrze nie znaczy, że będzie się tam pracowało do końca życia i do końca życia będzie się występować w filmach. To jest zawód, o który trzeba ciągle walczyć.

Tak, ale w pewnym momencie, jeżeli masz jakieś zaplecze, mówię o zapleczu finansowym, to wtedy możesz wybierać.



Z biegiem lat, mówię też tutaj o sobie, gdzieś tam zawsze zadaje pytanie „z kim pracujesz?”, „kto tam gra?”, bo dla mnie ludzie są kluczowi. Żeby była wspaniała atmosfera, że ta nasza rozmowa jest miła i ja też chcę takiej pracy. Nie mówię o trudnościach w pracy, bo trudności zawsze są i one są twórcze – to że się spieramy, wściekamy na siebie – to jest wszystko wpisane w ten zawód, ale fantastyczne jest to, gdy pracujesz z reżyserem, który wie, czego od ciebie chce. Zdarza się różnie i wtedy są największe frustracje, bo ty wychodzisz na scenę, a reżyser zawsze może powiedzieć „oni nie zrozumieli kompletnie”.

Łatwo wam jest na scenie oddzielić życie prywatne od życia scenicznego? Masz zły humor, coś jest nie tak, jakieś problemy prywatne, a tu musisz wyjść na scenę i zabawić publiczność.

To jest akurat świetne w tym zawodzie, bo to się zostawia. Jest to bardzo trudne, ale w momencie wejścia na scenę, też jest coś takiego jak etyka zawodowa, granie do jednej bramki. W Teatrze Narodowym czy w tych spektaklach, w których teraz gram obok Teatru, mamy fantastyczny zespół ludzki. Wiem, że są spektakle, gdzie po prostu polega się na wspólnej pracy. W ogóle teatr i nasze bycie na scenie jest wspólnotą. Nie wyobrażam sobie, że kolega gra swoje, a ja gram swoje. To jest dialog – dzięki temu widz ma szansę coś poczuć, z czymś wyjść, uśmiechnąć się choć na chwilę.

Postraszylismy trochę tym zawodem, ale myślę że możemy wspólnie powiedzieć, że wszyscy ci, którzy szykują się do egzaminów i wymyślili sobie właśnie taki sposób na życie – warto, bo jest to fantastyczny zawód, realizacja pasji, życie na pewno jest ciekawe. Natomiast tak jak wszędzie trzeba mieć też odrobinę szczęścia w życiu i wnieść dużo pracy. Ale też są przywileje – na przykład można przyjść do telewizji Anywhere i porozmawiać z Tomaszem Kowalskim o swojej pracy.

THE BRIDGE

WROCLAW



THE BRIDGE WROCLAW MGALLERY ODKRYJ PRAWDZIwą WARTOŚĆ CZASU

Poczuj współczesny klimat Wrocławia i mistyczne dziedzictwo Ostrowa Tumskiego w lifestylowym hotelu, który łączy przeszłość, teraźniejszość i przyszłość, gdzie tradycja spotyka się z nowoczesnością.

THE BRIDGE WROCLAW MGALLERY | DISCOVER A REAL VALUE OF TIME

Experience the contemporary vibe of the city of Wrocław and the mystical heritage of Ostrów Tumski in a lifestyle hotel that is a link between the past, present and future, where tradition meets trends.

To jeszcze muszę Tomku powiedzieć, że to jest najpiękniejszy zawód na świecie. Jeżeli wiecie, że to jest to, to róbcie to, zdawajcie do szkoły, bo szkoła jest potrzebna – nawet, żeby potem uznać „jestem lepszy niż szkoła”. Zdawajcie, trzymam za was kciuki i do zobaczenia.

Do zobaczenia na egzaminach.

Dziękuję państwu.

Dziękuję bardzo. II

ENGLISH

**#ANYWHERE TV
EWA KONSTANCJA BUŁHAK**

Tomasz Kowalski: I have a pleasue to speak today with Ms. Ewa Konstancja Bułhak.

Good morning.

Ewa Konstancja Bułhak: Good morning.

Ms. Ewa is an actress in National Theatre in Warsaw. She's a film actress, a tv one, she plays in tv shows but everyone

knows that. What I would like to know today is what it's like to be a PhD Ewa Konstancja Bułhak, pedagogue and professor at Theatre Academy named after Aleksander Zelwerowicz in Warsaw. We will talk about acting school. It's not a mystery that a lot of actors in Poland do not have professional education. I'm not talking about amateurs but actors loved and cherished with decades on the scene. What do you think about that as a pedagogue? Is it like Jerzy Stuhr used to sing – Everyone can sing?

Everyone can sing. I'll speak about myself and how I see it. For me, the theatre school was everything because it showed me a lot of paths. I got there as a young girl. I had many great teachers and in my world nowadays, the way I see acting it's because of them. It's because they led me and lit the fire that burns in me. This school lit a huge fire in me, but I knew, when I went there, that it's something that I want to do

in my life, no matter the cost. Many times in my life I hear young people saying - "how is that, Ms. Ewa, that this job does not always give you stability". Not even that - it gives you o stability. I tell them - if that's a problem to you at the begging of this road, then leave, don't do it. Money may come or it may not. Sometimes the phone rings, but many times you have to look for a job, and you have to try to organize something with people who are in a similar circumstances as you. And they have no work as well. It's so rare that the director comes to you and says - "you are the chosen one by me!". You have to follow them and prove yourself!

If you'd look at it only based on your educational experience – what an actor can lose by not going to school? And what he or she could gain if for those 4 – 5 years they would work with teachers?

They lose that they can only play what someone saw back in the day. For example, if you played a great professor, you will build upon this professor. For me acting is about that it's great to play a professor from time to time, but it's super cool to play a weirdo and then - a businesswoman who is a fraud. I think that theatre school can show those colors to the actor. Can show this diversity. It's wonderful that people see me as a comedic actress but Jerzy Grzegorzewski, my wonderful director, was the first one who saw a dramatic side of me and gave me a chance - this Bułhak can play Wyspiański's Jedwocha. It's fantastic in this work that you don't have to keep one color on yourself. Having only one color is boring. I'm well aware that movie or tv roles are very characteristic episodes for me. It's great on the other hand that I could play a lost woman who started everything from a scratch at 50 because that's how her life turned out. It's great that people can see some different sides of you because that's what this thing is all about. It's not about playing the same thing over and over again, it's boring.

We scared everyone a little bit with this profession but I think we can say that all of those who are preparing for the exams and thought that this is the way to spend life – it's worth it!

I have to add that it's the best job in the world. If you know that's it for you - go to you, go to school, school is good even if just to say that I'm better than it afterward.

See you on the exams! Thank you very much.

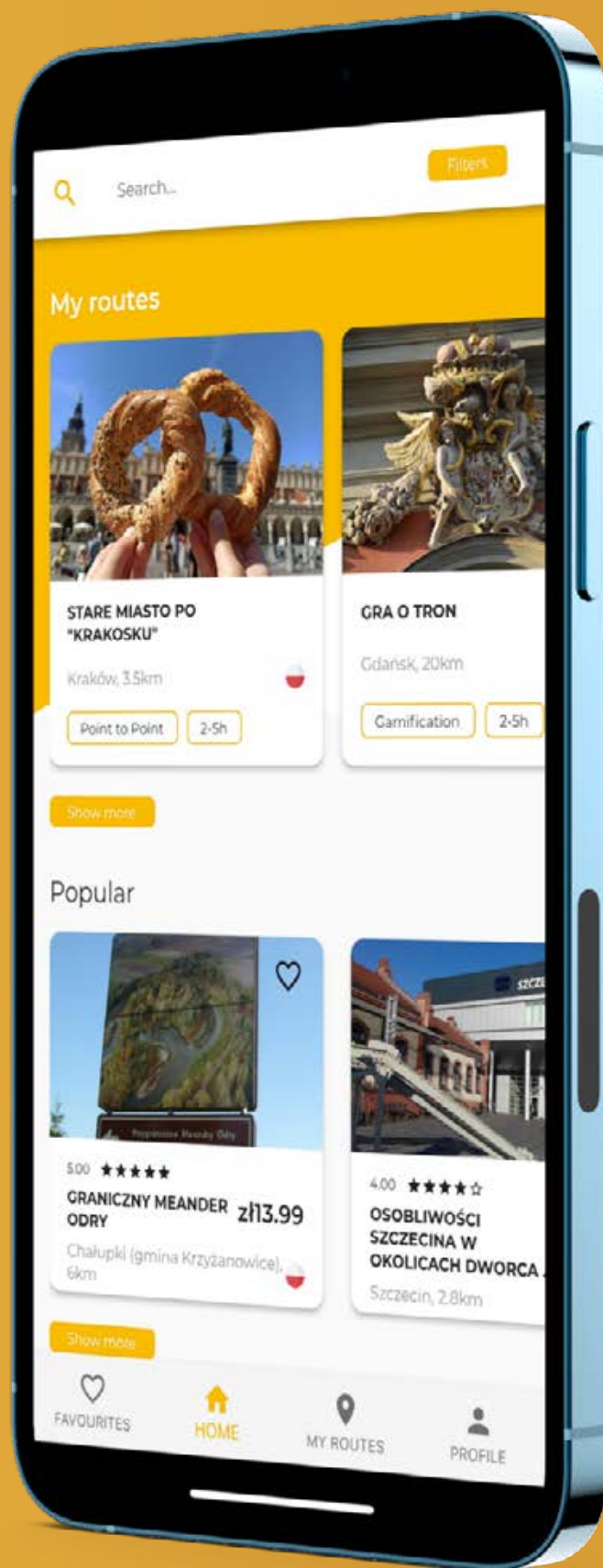
Thank you! II



Zamień Twój telefon
w przewodnika.
Poznaj nowe miejsca
z aplikacją guideU
i lokalnymi pasjonatami.

Sprawdź nasze trasy m.in.
w Trójmieście,
Krakowie, Warszawie,
Splicie, Zagrzebiu
i wielu innych miastach.

SPRAWDŹ TO!





5 NAJBARDZIEJ INSTAGRAMOWYCH MIEJSC WE WROCŁAWIU

W STOLICY DOLNEGO ŚLĄSKA NIE BRAKUJE MODNYCH I FOTOGENICZNYCH SCENERII, KTÓRE ŚWIETNIE SPRAWDZĄ SIĘ DO ZDJĘCIA NA INSTAGRAM. POZNAJ 5 NAJBARDZIEJ #INSTAFRIENDLY MIEJSC WE WROCŁAWIU!

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe



1. GALERIA NEONÓW NA RUSKIEJ

Na podwórku przy ulicy Ruskiej znajduje się galeria neonów, która bije prawdziwe rekordy na Instagramie. Z pewnością to najpiękniej oświetlone i najbardziej instagramowe podwórko we Wrocławiu. Wszystkie prezentowane w galerii neony pochodzą z kolekcji fundacji Neon Side Wrocław, założonej i prowadzonej przez Tomka Kosmalskiego, który w ciągu ostatnich 10 lat ocalił kilkadziesiąt historycznych neonowych szyldów. Dzięki niemu mają szansę przetrwać i to w bardzo oryginalnym stylu. Najlepsze zdjęcia w tym miejscu wychodzą oczywiście po zmroku.

► www.instagram.com/p/Ca-IZccMnFb/

2. RZEŻBA NAWA NA WYSPIE DALIOWEJ

Propozycja na miłośników sztuki i futurystycznych kadrów. Na Wyspie Daliowej, leżącej w bezpośrednim sąsiedztwie zabytkowego Ostrowa Tumskiego, znajduje się plenerowa rzeźba NAWA, autorstwa Oskara Zięty. Imponująca rzeźba została wykonana innowacyjną techniką nadmuchiwanie stali. Dzieło wrocławianina jest doceniane przez specjalistów od dizajnu i architektury i oczywiście instagramerów. Nie tylko zachwyca i intryguje formą, ale też pięknie odbija otoczenie. Dzięki temu pozwala na wykonanie wielu ciekawych ujęć.

► www.instagram.com/p/CUshxtgqau/?igshid=YmMyMTA2M2Y=

3. THE BRIDGE WROCŁAW MALLERY

Designerskie wnętrza łączące styl industrialny i gotycki, lustrzany sufit w lobby, apartamenty z zapierającym dech widokiem na katedrę... To tylko niektóre ze



smaczków, które można upolować na zdjęciach w 5-gwiazdkowym hotelu The Bridge Wrocław MGallery. Prawdziwą perełką jest zlokalizowana na ostatnim piętrze strefa relaksu, z niepowtarzalnym widokiem na nadodrzańskie bulwary. Inspiracją do jej stworzenia był wrocławski Ogród Botaniczny – urzekający bogactwem roślinności. Odzwierciedleniem panującego w nim klimatu są znajdujące się w tej części hotelu ogrody wertykalne. Z pewnością to najbardziej instagramowa strefa SPA we Wrocławiu! Zachwyt budzi też ściana wodna we foyer nawiązująca do Odry i historii tego miejsca. Stąd można udać się do hotelowego ogrodu, gdzie w sezonie letnim działa The Bridge Summer Bar – stylowa przestrzeń na świeżym powietrzu w otoczeniu malowniczej architektury Ostrowa Tumskiego.

► www.instagram.com/p/B1lti8DI6uy/?igshid=YmMyMTA2M2Y=

4. KAMIENICA SACHSÓW

Kamienica Sachsów przy Placu Teatralnym, dawniej neorenesansowa luksusowa kamienica czynszowa, powstała w latach 1870-1873 i należała do żydowskiej rodziny wrocławskich przedsiębiorców Sachs. Zaprojektował ją architekt Karl Schmidt – autor projektów m.in. zabudowy wrocławskiego ZOO, budowli na Wzgórzu Partyzantów oraz rozbudowy Opery Wrocławskiej. Od początku największym jej atutem była klatka schodowa, a w niej piękna czarno-biała posadzka i kręte schody. Dziś jest to jedno z ulubionych miejsc na sesje zdjęciowe we Wrocławiu. Nagrano tu również teledysk. Spędzając w tym miejscu nawet godzinę

wciąż można mieć poczucie, że coś jeszcze przeoczyliśmy i musimy zrobić kolejne zdjęcie. Ta klatka uzależnia!

► www.instagram.com/p/CYBL3b5TDP/

5. CUKIERNIA NANAN

Nanan Patisserie to wymarzone miejsce dla wszystkich fanów instakadrów, designu i słodkości. Ta urokliwa cukiernia zlokalizowana jest przy ulicy Kotlarskiej. Po przekroczeniu jej progu trafimy do cudownego, różowego i przytulnego świata. Pierwsze skrzypce grają tu autorskie desery wyeksponowane jak u jubilera oraz charakterystyczny i zarazem subtelny design. Miękkie ściany w różowym kolorze, drewniana podłoga, kamień i złote akcenty tworzą fantastyczną scenę do zdjęć, przy jednoczesnym testowaniu obłędnych autorskich monoporcji. II

► www.instagram.com/p/C5Zcn45Lw3P/?igshid=YmMyMTA2M2Y=

♥ Most Stągiewny znajduje się nad Motławą, w samym centrum Gdańska. Fot. Grzegorz Mehring



MOST STĄGIEWNY DOSTĘPNY DLA PIESZYCH

OD POČZĄTKU LIPCA MIESZKAŃCY I TURYŚCI MOGĄ KORZYSTAĆ Z PRZEJŚCIA MOSTEM STĄGIEWNYM PO PROWADZONYCH PRACACH ZWIĄZANYCH Z MODERNIZACJĄ I PRZEKSZTAŁCENIEM GO W MOST ZWODZONY.

TEKST Dariusz Wołodźko ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Przygotowania do modernizacji mostu rozpoczęły się wiosną 2021 roku, kiedy przeniesiono wiele instalacji (gazową, centralnego ogrzewania, teletechniczną i inne) pod wodę. Weześniej były one poprowadzone pod stałym przesłem. Most zamknięto w październiku 2021, wtedy też uruchomiono tymczasową kładkę dla pieszych na przyczółkach nieodbudowanego po wojnie Mostu Rogoźników.

OD SIERPNIAMOST ZWODZONY

Oficjalne otwarcie zmodernizowanej przeprawy, połączone ze zwodzeniem mostu, nastąpi na początku sierpnia, co oznacza

oddanie mostu do użytku zgodnie z zaplanowanym terminem. Od początku lipca most jest już udostępniany pieszym z uwagi na sezon turystyczny.

Nadal jednak trwają prace związane z realizacją zadania. Próby technologiczne – ze względu na Jarmark św. Dominika – będą rozplanowane w taki sposób, by nie kolidowały z wydarzeniem. Także dlatego kładka tymczasowa zostanie zdemonstrowana dopiero po zakończeniu imprezy jarmarkowej.

CZTERYSTALAT HISTORII

W ciągu swojej ponad 400 letniej historii, obiekt wielokrotnie przechodził

metamorfozę. Nazwa Most Stągiewny (Milchkannenbrücke) pochodzi oczywiście od pobliskiej, o kilkadziesiąt lat starszej od niego, Bramy Stągiewnej. Drewniany, zwodzony obiekt powstał po przekopaniu sztucznego kanału – Nowej Motławy w 1576 roku.

Most Stągiewny nad Motławą stanie się mostem zwodzonym, jakim był przez większość swojego istnienia. Na przestrzeni ponad czterystu lat funkcjonowania, zwodzony nie był tylko przez 75 lat.

PARTNERSTWOPUBLICZNO-PRYWATNE

Most Stągiewny uzyska możliwość zwodzenia, ponieważ na południe od niego

powstaje druga, po tej na Szafarni, marina na 60 miejsc. Przebudowa mostu i budowa dodatkowych miejsc do cumowania dla jachtów należą do celów publicznych, które Miasto Gdańsk wyznaczyło Konsorcjum Immoibel & Multibud w ramach partnerstwa publiczno-prywatnego.

Przypomnijmy, że w 2015 r. miasto zawarło z konsorcjum umowę partnerstwa publiczno-prywatnego pod nazwą „Zagospodarowanie północnego cypla Wyspy Spichrzów w Gdańsku”. Inwestycja zakłada kompleksowe zagospodarowanie Wyspy Spichrzów oraz realizację szeregu celów publicznych, w tym właśnie przebudowę Mostu Stągiewnego na most zwodzony. II

ENGLISH

STĄGIEWNY BRIDGE AVAILABLE FOR PESTERSTIANS

Since the beginning of July, citizens and tourists can use Stągiewny Bridge after modernization and transformation into a bascule bridge.

We started preparing to modernize this bridge in Spring 2021, where many of the installation (gas, heating, teletechnical, and other) were put underwater. Previously those things were under a solid structure. The bridge was closed in October 2021, then there was a temporary footbridge created for the pedestrians near Rogożniki Bridge that was never rebuilt after the war.

BASCULE BRIDGE SINCE AUGUST

The official opening of the modernized bascule bridge will commence at the beginning of August. Since July, the bridge is available to pedestrians thanks to the tourist season.

There is still some work being done. Technological tests, because of the St. Dominic's Fair - are planned in that way so they would not collide with the event. That's why the temporary footbridge will be removed after the fair will end.

400 YEARS OF HISTORY

The bridge was changed multiple times throughout its 400 years of history. Stągiewny Bridge's name (Milchkannenbrücke) came of course from a nearby and few dozen years older Stągiewna Gate. A Wooden and bascule bridge was created after digging a new canal - New Motława in 1576.

Stągiewny Bridge over Motława will become the bascule bridge, a formation that it was throughout most of its existence. It was different only through 75 years over 400 years of history.

PUBLIC-PRIVATE PARTNERSHIP

Stągiewny Bridge will become a bascule bridge because on the south of it there is a new, right after Szafarnia, marina with 60 spaces. Rebuilding the bridge and building additional spaces to park yachts are one of the public goals that Gdańsk put upon Immoibel & Multibud

syndicate among the private-public partnerships.

The city made a public-private deal in 2015 with the syndicate called "Development of the north part of Wyspa Spichrzów in Gdańsk". The investment establishes a complex development of Wyspa Spichrzów and fulfilling a number of public goals among which there is a rebuilding of the Stągiewny Bridge into a bascule bridge. II

▼ Most będzie zwodzony, ponieważ na południe od niego powstaje marina na 60 miejsc. Fot. Dariusz Kwizdyński



▲ Na jednym końcu mostu (na Wyspie Spichrzów) znajduje się zabytkowa Brama Stągiewna, od której pochodzi nazwa mostu. Fot. Grzegorz Mehring



W SAMYM ♥ GDAŃSKA

JARMARK ŚW. DOMINIKA

23.07 — 14.08

PRZEZ TRZY WAKACYJNE TYGODNIE ODBYWA SIĘ W GDAŃSKU JEDNA Z NAJPOPULARNIEJSZYCH I NAJSTARSZYCH PLENEROWYCH IMPREZ HANDLOWO-ROZRYWKOWYCH W EUROPIE: JARMARK ŚWIĘTEGO DOMINIKA.

TEKST Dariusz Wołodźko ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Jarmark to 762 lata tradycji wymieszanej z nowoczesnością, jedyny w swoim rodzaju klimat, najlepsi polscy rzemieślnicy, twórcy i kolekcjonerzy, oryginalna kuchnia regionalna i międzynarodowa. Co roku wydarzenie przyciąga do Gdańska turystów z kraju i zagranicy.

PONAD SIEDEMSET STOISK

Wzorem roku ubiegłego, do dyspozycji kupców oddana została profesjonalna infrastruktura w postaci nowoczesnych, drewnianych domków. Łącznie przygotowanych zostało około 690 stoisk handlowych, ulokowanych po jednej stronie ulic:

- **Artyści i rzemieślnicy:** Tkacka, Kołodziejska, Podmłyńska, św. Ducha, Grobla I, Grobla III, Szeroka, Straganiarska, Rybackie Pobrzeże, Długie Pobrzeże, Zielony Most, Stągiewna, Szafarnia, Rajska
- **Regionalne przysmaki:** Szeroka, Grobla, Szafarnia, Podmłyńska
- **Gastronomia/food Cort:** Park Świętopelka, Szeroka, Grobla II, Targ Rybny, Ołowianka, Rajska
- **Kolekcjonerzy:** Długie Ogrody

- **Uliczka pomorska:** Szeroka (od Grobla II do Tandeta)
- **Uliczka litewska:** Szeroka (od ul. Tandeta do Żurawia)
- **Uliczka polskich projektantów:**

Straganiarska

Wszystkich stoisk jest siedemset pięć, ponieważ oprócz handlowych, na Jarmarku znajdują się także stoiska niehandlowe, w tym stref programowych.

CZTERY STREFY PROGRAMOWE

W tym roku zorganizowano cztery strefy programowe. To na nich odbywają się różnorodne koncerty, warsztaty, seanse filmowe i przedstawienia teatralne.

- **PRZYSTANEK RÓWNOŚĆ**

– Skwer Heweliusza / Rajska

Idea kampanii #GdańskMiastemRówności zdecydowała o stworzeniu strefy, w której zwraca się uwagę na tematy ważne we współczesnym świecie.

- **PRZYSTANEK RADOŚĆ**

– Podwale Staromiejskie / Targ Rybny

Tutaj znajdziemy atrakcje dla najmłodszych,

spotkania ze znanym i lubianym Bajkowskim, spektakle Teatru Miniatura oraz akcje realizowane przez Akademię Zabawy i Edukacji „Wykrzyknik”.

- **PRZYSTANEK SMAKÓW**

– Skwer Świętopelka

To przestrzeń dla całych rodzin, gdzie odbywają się akcje promujące czytelnictwo, akcje społeczne i promujące działalność organizacji niosących pomoc, a także eventy i akcje promocyjne jarmarkowych sponsorów i partnerów.

- **PRZYSTANEK OŁOWIANKA**

POD ŻAGLAMI – Wyspa Ołowianka

To miejsce, w którym można wysłuchać najlepszej muzyki, obejrzeć film w kinie pod chmurką i skosztować smakowitych dań w ponad 30 stoiskach gastronomicznych. Organizatorzy zapraszają na filmowe wtorki i piątki; elektroniczne środy; jazzowe czwartki; chilloutowe soboty; widowiskowe niedziele.

KIEROWCO. ZAPARKUJ PRZY STADIONIE

Do końca Jarmarku św. Dominika kierowcy, którzy chcą się na niego wybrać, mogą



▲ Artysci, rzemieślnicy i kolekcjonerzy co roku prezentują szeroką ofertę, w której każdy znajdzie coś dla siebie. Fot. MTG

zostawić swój samochód na parkingu P3 przy Polsat Plus Arena Gdańsk lub położonym obok parkingu AmberExpo i dojechać na miejsce specjalnym autobusem. Opłata za parking wynosi 20 zł za cały dzień, a przejazd autobusem jest zawarty w cenie biletu. II

ENGLISH

ST. DOMINIC'S FAIR

During the three weeks of summer, you can visit of the most popular and the oldest outdoors commercial and entertainment fairs in Europe - St. Dominic's Fair!

It's 762 years of tradition mixed with modernity, a one-of-a-kind atmosphere, and the best Polish craftsman, creators, and collectors, original regional and international cuisine. This event brings out the tourists from the country and abroad.

OVER SEVEN HUNDRED STANDS

As usual, there is a professional infrastructure of modern wooden houses for the salesman. There are about 690 commercial stands on one side of these streets:

- artist and craftsman - Tkacka, Kołodziejska, Podmłyńska, św. Ducha, Grobla I, Grobla III, Szeroka, Straganiarska, Rybackie Pobrzeże, Długie Pobrzeże, Zielony Most, Stągiewna, Szafarnia, Rajska
 - Regional food - Szeroka, Grobla, Szafarnia, Podmłyńska
 - Food Court - Park Świętopelka, Szeroka, Grobla II, Targ Rybny, Ołowianka, Rajska
 - Collectors - Długie Ogrody
 - Pomeranian Street: Szeroka (from Grobla II to Tandeta)
 - Lithuanian Street - Szeroka (from Tandeta to Żurawia)
 - Polish Designers Street - Straganiarska
- There are about 705 stands. Except for

the commercial ones, there are also non-commercial ones among which there are those with agendas.

FOUR PROGRAM ZONES

This year there are four program zones. There you can see different concerts, workshops, movies, and theatrical performances.

• EQUALITY STOP

- Skwer Heweliusza / Rajska

#GdańskMiastemRówności campaign decided to create a zone where you pay attention to important topics in the modern world.

JOY STOP

- Podwale Staromiejskie / Targ Rybny

Here you can find some great stuff for

JARMARK ŚWIĘTEGO DOMINIKA

the younger crowd, meeting with famous and beloved Bajkowisko, Teatr Miniatura performances, and some initiatives organized by Akademia Zabawy i Edukacji "Wykrzyknik"

TASTE STOP

- Skwer Świętopelk

It's a space for families where you can find many initiatives promoting reading, social initiatives, and the activity of organizations helping others but also events and promotional activities of fair's sponsors and partners.

OŁOWIANKA POD ŻAGLAMI STOP -

Wyspa Ołowianka

It's a place where you can listen to the best music, watch a movie outside and taste some great dishes in over 30 food stands. The organizers invite everyone to Tuesdays and Fridays with Movies, electronic Wednesdays, Jazz Thursdays, Chillout Saturday, and Eventful Sundays.

DRIVER. PLEASE PARK NEXT TO THE STADIUM

Until the end of St. Dominic's Fair, drivers who'd like to go there can leave their car on P3 Park next to Polsat Plus Arena Gdańsk or at the nearby AmberExpo parking and get to the Fair with a special bus. The cost of the parking is 20 zł for the whole day and with that ticket, you can ride the bus as well. II



▲ Bieżące informacje na temat Jarmarku znajdziemy na stronie internetowej wydarzenia www.facebook.com/JarmarkswDominika, a godzinowy program na www.jarmarkswdominika.pl. Fot. MTG



guideU

NOWY WYMIAR PODRÓŻOWANIA

KRZYSZTOF SKIBA JAKO PRZEWODNIK PO IMPREZOWO-INDUSTRIALNYM ZAGŁĘBIU GDAŃSKA? A MOŻE LAUREATKA NAGRODY GRAND PRESS OPROWADZAJĄCA PO NAJBARDZIEJ UROKLIWEJ DZIELNICY KATOWIC? DLA WIZYTUJĄCYCH POZNAĆ SPACER PO MIEJSCACH WAŻNYCH DLA ROZWOJU PIŁKI NOŻNEJ W TYM MIEŚCIE Z RADOŚLAWEM NAWROTEM NAJWIĘKSZYM EKSPERTEM W TEJ DZIEDZINIE. POZA TYM MNÓSTWO TRAS STWORZONYCH PRZEZ LOKALNYCH PASJONATÓW W KRAJU I ZAGRANICĄ. WSZYSTKO TO DOSTĘPNE W DOWOLNYM MOMENCIE W TWOIM TELEFONIE. POZNAJ GUIDEU CZYLI APLIKACJĘ OFERUJĄCĄ NOWY WYMIAR ZWIEDZANIA.

TEKST Mat. Prasowe ZDJĘCIA pixabay.com (1) Mat. Prasowe (2)

Kto z nas nie lubi podróżować i poznawać nowych miejsc? To chyba najprzyjemniejszy sposób na wzbogacanie naszej wiedzy i poszerzenie horyzontów. Dużą rolę odgrywa oczywiście źródło, z którego czerpiemy informacje. W dzisiejszych czasach możemy wybierać między pozycjami książkowymi, licznymi blogami czy choćby Wikipedią. Wiele osób decyduje się na skorzystanie z usługi przewodnika turystycznego. Trzeba jednak pamiętać, że nie jest to rozwiązanie dla każdego. Jest one dość kosztowne i ogranicza naszą swobodę, bo musimy się dostosować do programu przygotowanego przez przewodnika, nawet jeśli nie wszystkie jego elementy nam odpowiadają.

Co jednak z tymi, którzy niekoniecznie dysponują olbrzymim budżetem i nowe miejsca lubią zwiedzać na swoich zasadach? Na pomoc przychodzi technologia, a konkretnie platforma guideU. Jest to rozwiązanie łączące lokalnych przewodników z turystami. Ci pierwsi za pośrednictwem specjalnej strony

internetowej mogą stworzyć trasę, która będzie dostępna w aplikacji. To co istotne w przypadku guideU to fakt, że ich społeczność przewodników to przede wszystkim lokalni pasjonaci, którzy swoje opowieści wzbogacają ciekawostkami niedostępnymi w standardowych źródłach.

Jak wyruszyć na spacer z przewodnikami guideU? To naprawdę proste - wystarczy pobrać aplikację z app store lub google play (na końcu artykułu znajdziecie linki). Znaleźć miejscowość, która nas interesuje i poszukać trasy, która najbardziej trafia w nasze gusta. Obecnie dostępne jest ponad 70 propozycji w Polsce, ale też Chorwacji czy Litwie. Przed wyborem trasy możemy zapoznać się z informacjami na temat jej twórcy oraz zapoznać się jej tematyką. Do tego istnieje możliwość sprawdzenia opowieści przewodnika, ponieważ dla każdego jej punktu istnieje możliwość darmowego odsłuchu pierwszych 15 sekund audio. Jeśli uznamy, że dana trasa trafia w na-

szę gusta - wystarczy sfinalizować transakcję za pomocą płatności w aplikacji. Bardzo ważny jest fakt, że twórcy guideU bardzo cenią sobie satysfakcję klienta. Na start na użytkowników aplikacji, czekają trzy darmowe trasy. Po jednej dla Gdańska, Warszawy i Krakowa. W ten sposób można sprawdzić czy to faktycznie rozwiązanie dla nas. To jednak nie koniec, jeśli po skorzystaniu z trasy uznamy, że nie byliśmy z niej zadowoleni, wystarczy napisać stosownego maila i otrzymamy zwrot pieniędzy.

Powiedzmy więc, że dokonaliśmy już zakupu, co dalej? W ramach trasy otrzymujemy wskazówki dojścia do poszczególnych punktów opowieści, nagranie głosowe przewodnika poświęcone miejscom, które wybrał. Dla osób które zwiedzając z jakichś powodów nie będą mogły słuchać jest alternatywa w postaci transkrypcji tekstowej. Do tego wszystkiego zdjęcia związane z tematyką trasy. Tak więc w dogodnym dla nas czasie możemy wyruszyć w podróż z lokalnym pasjonatem. W każdej chwili możemy zrobić sobie przerwę i wrócić do zwiedzania kiedy znów nabierzemy ochoty.

Liczba tras stale rośnie a ich tematyka dopasowana jest do różnych potrzeb turystycznych. Osoby mające mało czasu znajdą propozycje poświęcone najważniejszym atrakcjom. Na rodziny podróżujące z dziećmi czekają trasy grywalizacyjne zamieniające zwiedzanie w rozrywkę. Dla tych, którzy preferują spacerować poza głównym nurtem autorzy przygotowali specjalne wycieczki alternatywne np. w po knajackiej Pradze czy Nowej Hucie w Krakowie. Smakosze już mogą cieszyć się pierwszą trasą kulinarną. Na razie tylko w Gdańsku, ale już wkrótce będzie ich więcej. Turysty szukający słońca w Chorwacji mają do wyboru cztery propozycje.

Twórcy guideU wciąż nie powiedzieli ostatniego zdania. Sufitem wydaje się wyobraźnia twórców, a tej najwyraźniej nie brakuje. To co, smartfony w dłoni i ruszamy w podróż? II

ENGLISH

GUIDEU – A NEW DIMENSION OF TRAVEL

Krzysztof Skiba as a guide to the party/industrial basin of Gdansk? What about a Grand Press award winner showing you around the most charming district of Katowice? For Poznan's visitors a walk around places important to the development of football in this city with Radosław Nawrot, the greatest expert in this field. In addition, a lot of routes created by local enthusiasts in the country and abroad. All this is available at any time on your phone. Meet guideU, an application that offers a new dimension of sightseeing.

Who among us doesn't like to travel and discover new places? It is probably the most enjoyable way to enrich knowledge and broaden horizons. Of course, the source of the information plays an important role. Nowadays, we can choose between book guides, numerous travel blogs or even Wikipedia. Many people decide to use the service of a tourist guide. However, let's not forget that this is not a solution for everyone. It is quite expensive and limits our freedom, because we must adapt to the program prepared by the guide, even if not all its elements are of interest to us.

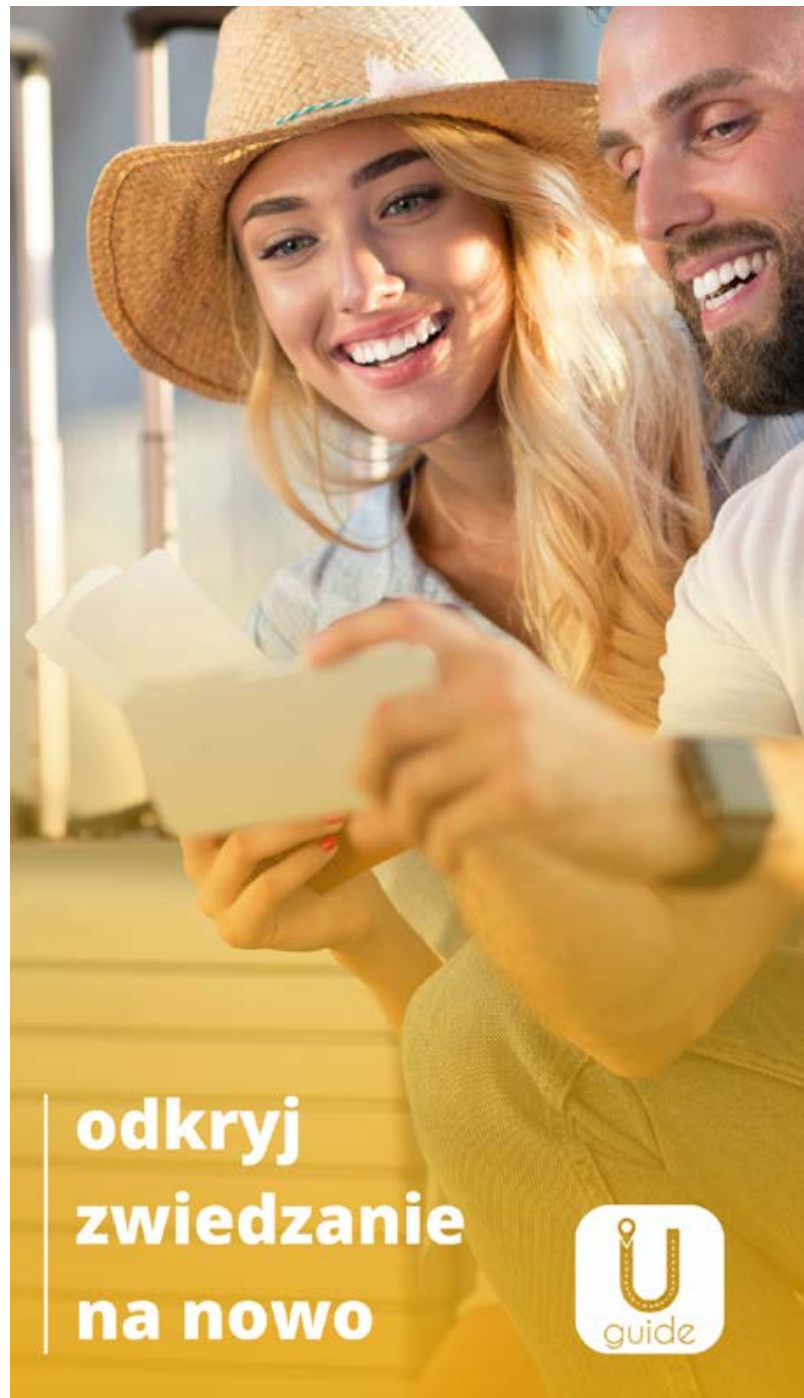
What about those who don't necessarily have a huge budget and like to visit new places on their own terms? Technology comes to the rescue, specifically the guideU platform. It is a solution that connects local guides with tourists. The former can use a special website to create a route that will be available in the application. What is important in the case of guideU is the fact that the guide community is primarily made of local enthusiasts who enrich their stories with curiosities not available in standard sources.

How does one go for a walk with guideU? It's simple - just download the application from the app store or google play (links are available at the end of the article). Find a place that interests you and look for the route that is to your liking. Currently, more than 70 options are available in Poland, but also in Croatia and Lithuania. Before choosing the route, you can read the information about its creator and get to know its theme. In addition, it is possible to check the guide's storytelling, because for each checkpoint of the tour it is possible to listen to the first 15 seconds of audio free of charge. When you decide that a given route meets your expectations - just complete the transaction to purchase the tour in the application. Customer satisfaction is very important to the creators of guideU. Therefore, there are three free routes waiting for new users - one for Gdansk, Warsaw and Cracow. This way you can check if it is really a solution for you. What's more, if after using the route you decide that you are not satisfied with it, just write an e-mail to receive a refund.

Let's say we have already purchased a tour, what next? As part of the route, you receive directions to individual points in the story, a voice recording devoted to the places chosen by the guide. For those who won't be able to listen while sightseeing, there is an alternative in the form of a text transcription. In addition, photos related to the topic of the route. Therefore, at any time, you can set off on a journey with a local passionate. Take breaks and resume at any time!

The number of routes is constantly growing and their themes are tailored to various tourist needs. People with little time will find suggestions on the most important attractions. For families traveling with children, there are gamification routes that will turn sightseeing into entertainment. For those who prefer walking outside the mainstream, the authors have prepared special alternative tours, e.g. pubs in Praga or Nowa Huta in Cracow. Foodies can already enjoy the first culinary tour. For now, only in Gdansk, but soon there will be more. Tourists looking for the sun in Croatia have four options to choose from.

The makers of guideU still haven't said their last word! Tour creator's imagination seems to know no bounds. Smartphones in hand and let's begin an adventure! ||



**odkryj
zwiedzanie
na nowo**



♥ Alfons Mucha, *JOB*

TRYUMF KOLORU

ARCYDZIELA GRAFIKI
FRANCUSKIEJ Z PRZEŁOMU XIX
I XX WIEKU Z KOLEKCJI MUZEUM
NARODOWEGO W KRAKOWIE

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

♥ Édouard Vuillard. *La Pâtisserie - Terrasse de café, la nuit*

**JESIEŃ UPŁYNIE NAM
W ATMOSFERZE POSZUKIWAŃ
KOLORU I ZAGŁĘBIANIA SIĘ W JEGO
ISTOTĘ. W PRZESTRZENIACH
ZAMKU POKAŻEMY PONAD 100
PRAC GRAFICZNYCH WYKONANYCH
PRZEZ NAJWYBITNIEJSZYCH
FRANCUSKICH ARTYSTÓW
Z PRZEŁOMU XIX I XX WIEKU**

♥ Henri de Toulouse-Lautrec. *Divan Japonais*

Pierre Bonnard, Lucien Pissarro, Auguste Renoir, Henri de Toulouse-Lautrec, Paul Signac, Alfons Mucha. Co ich łączy? Dzieła między innymi tych wielkich twórców z fin de siècle, które stanowią podwaliny sztuki współczesnej, zobaczymy w Centrum Kultury ZAMEK już od września.

Jesień upłynie nam w atmosferze poszukiwań koloru i zagłębiania się w jego istotę. W przestrzeniach Zamku pokażemy ponad 100 prac graficznych wykonanych przez najwybitniejszych francuskich artystów z przełomu XIX i XX wieku, takich jak: Pierre Bonnard, Jules Chéret, Maurice Denis, Eugène Grasset, Henri Gabriel Ibels, Auguste Lepère, Lucien Pissarro, Pierre Puvis de Chavannes, Paul-Élie Ranson, Henri Rivière, Auguste Renoir, Paul Signac, Henri de Toulouse-Lautrec, Édouard Vuillard, Jacques Villon czy długo z Francją związanych: Georges de Feure, Alfons Mucha, Félicien Rops i Alfred Sisley.

Zbiór arcydzieł grafiki francuskiej, przechowywany na co dzień w Muzeum Narodowym w Krakowie, w większości pochodzący z kolekcji Feliksa Jasieńskiego (znakomitego kolekcjonera, darczyńcy i mecenasa sztuki), pozwoli prześledzić ewolucję zastosowania koloru w grafice, w której dotąd obowiązywał prymat czerni i bieli. Koniec wieku XIX we

KONIEC WIEKU XIX WE FRANCJI
PRZYNIÓSŁ GWALTOWNY ROZWÓJ
TEJ GAŁĘZI SZTUKI, KTÓRA
CZĘSTO SŁUŻEBNA WOBEC
REPORTERSKIEGO OBOWIĄZKU CZY
REKLAMOWEGO APETYTU, ZYSKAŁA
NOWY WYMIAR I CHARAKTER.



▲ Edvard Munch. *Le Soir Angst*

Francji przyniósł gwałtowny rozwój tej gałęzi sztuki, która często służyła w obowiązkach czy reklamowego apetytu, zyskała nowy wymiar i charakter. Nastąpił przełom – nie tylko kalendarzowy – który przyniósł sławę peintres graveurs (malarzom-grafikom) i inobilitację grafice jako dziedzinie sztuki.

Kolekcję dzieł prezentowanych w Zamku uzupełnią m.in. plakaty z dawnych zbiorów krakowskiego Muzeum Techniczno-Przemysłowego.

Wystawie towarzyszyć będzie bogaty program edukacyjny, na który złożą się specjalnie przygotowane lekcje, spotkania, wykłady i warsztaty.

Program zbudowany jest wokół zagadnienia koloru, jego istoty, natury, właściwości, struktury, historii, zastosowań. W trakcie wydarzeń będziemy się skupiać zarówno na kolorze w kontekście grafik, jak i kolorów, które można dostrzec w Zamku. Podczas wykładów słuchacze i słuchaczki



▲ Théophile Alexandre Steinlen. *Lait pur stérilisé de la Viergeanne*

dowiedzą się więcej o kolorze jako zjawisku występującym w przyrodzie, zgłębią tajniki pigmentów i ich wykorzystania w grafice przemysłowej. Ponadto poznają sposoby użytkowania koloru w kulturze masowej a także znaczenie poszczególnych barw w rozmaitych tradycjach świata.

Spotkania w formie wykładu będą poświęcone kilku wybranym przykładom – grafikom eksponowanym na wystawie. To znakomita okazja, by nie tylko poszerzyć swoją wiedzę, ale i poćwiczyć oko – tak, by nie tylko patrzeć, ale też widzieć. Będziemy sobie odpowiadać na pytanie „jak to jest zrobione”, eksplorować kwestię formy.

Cykl warsztatów umożliwi osobom dorosłym i dzieciom wypróbowanie swoich umiejętności praktycznych, nauczymy się procesu tworzenia i przenoszenia grafik na różne materiały. Natomiast lekcje skierowane do młodzieży szkolnej przybliżą świat kolorów, ich nazewnictwa i zastosowania.

Wystawę będzie można zwiedzać z audio-przewodnikiem. Taka forma poznawania ekspozycji cieszyła się ogromną popularnością w trakcie wystawy „Antoni Gaudí”. Specjalnie nagrana ścieżka dźwiękowa przeprowadzi zwiedzających przez barwny świat arcydzieł grafiki francuskiej. II

➤ 10.09–11.12.2022

➤ Sala Wystaw oraz przestrzenie historyczne: Pokój Brzozowy, Orzechowy, Marmurowy, Hol Kolumnowy i Cesarski

➤ CENTRUM KULTURY ZAMEK W POZNANIU

➤ bilety: 25 (n), 20 (u) i 15 (g)

➤ kuratorka wystawy: Krystyna Kulig-Janarek | Muzeum Narodowe w Krakowie

➤ CENTRUM KULTURY ZAMEK W POZNANIU

ul. Św. Marcin 80/82, 61-809 Poznań
tel. +48 61 6465 276 / fax +48 61 64 65 308



TRYUMF KOŁORU

Arcydziela grafiki francuskiej z przełomu XIX i XX w.
z kolekcji Muzeum Narodowego w Krakowie

10.09–11.12.2022

Centrum Kultury ZAMEK w Poznaniu
wt.–niedz. | g. 12–20 | ckzamek.pl

Fragment pracy: Henri de Toulouse-Lautrec (1864–1901)
Ołwan Japoński, 1892/1893, Muzeum Narodowe w Krakowie

ORGANIZATORZY:



POZnań*



PATRONI MEDIALNI:

RMF
CLASSIC



Platforma
Medialna

inyour
pocket

@MOCNA

An aerial photograph of a large wooden building complex, possibly a resort or restaurant, situated on a small island in a calm lake. A long, narrow wooden bridge with metal railings extends from the shore to the island. The buildings have dark, gabled roofs and are surrounded by green lawns and some trees. The water is very still, reflecting the sky and the structures. In the background, a dense forest of tall trees lines the shore under a blue sky with scattered clouds.

LATO NA PODKARPACIU – JAK AKTYWNI SPĘDZIĆ WAKACYJNY CZAS?

SEZON WAKACYJNY W PEŁNI. A SPRAGNIENI CHWILI ODPOCZYNKU PODRÓŻNICY I TURYŚCI WŁAŚNIE WYBIERAJĄ CELE SWOICH LETNICH DESTYNACJI. WIELU Z NICH PRAGNIE CHWILI ODPOCZYNKU I RELAKSU. ALE NIEKTÓRZY OD BŁOGIEGO LENIUCHOWANIA W PIĘKNYCH OKOLICZNOŚCIACH PRZYRODY WOLĄ NIECO INNĄ FORMĘ ROZRYWKI – TAKĄ, DZIĘKI KTÓREJ MOŻNA SIĘ PORZĄDNIEM ZMĘCZYĆ. MOCNYCH WRAŻEŃ WARTO SZUKAĆ NA PODKARPACIU. GDZIE ZASTRZYK ADRENALINY I AKTYWNY WYPOCZYNEK TO NIE TYLKO ZABAWA NA ŁĄDZIE. ALE RÓWNIEŻ W WODZIE I W POWIETRZU!

TEKST Mat. Prasowe **ZDJĘCIA** Mat. Prasowe

fizyczny i pozytywne zmęczenie, również w wakacje, są bardzo ważne. Nasz W trakcie aktywności fizycznej nasz organizm wytwarza spore ilości endorfin – w wakacje warto zatem zadbać o pobudzenie hormonu szczęścia, a przy okazji doświadczyć czegoś nowego i po prostu dobrze się bawić.

WODNE SZALEŃSTWO

Podkarpacie to nie tylko góry – spędzanie czasu nad wodą jest tutaj równie atrakcyj-

Na Podkarpaciu zazwyczaj szuka się wytchnienia – górskie szlaki, malownicze tereny i dzika przyroda sprzyjają oczyszczeniu głowy i ducha. Ciało relaksuje się na łonie natury, a my zapominamy o troskach i gwarze miasta. Pomimo swojej renomy miejsca w którym odpoczniesz jak nigdzie indziej, Podkarpacie oferuje nie tylko relaks i ciszę, ale także kilka interesujących aktywności dedykowanych tym, którzy oprócz pikniku na łące, z wielką chęcią próbują czegoś mniej oczywistego i powodującego dreszczyk emocji. Jakże to aktywności? Na przykład podziwianie podkarpackich terenów z perspektywy szybowca lub ubłoczonego, terenowego samochodu. Wysiłek





ne, co piesze wędrówki po Bieszczadach i Beskidzie Niskim. Jedną z najchętniej wybieranych przez turystów destynacji jest Jezioro Solińskie oraz tereny wokół niego. Nie w tym dziwnego – jezioro oferuje nie tylko wspaniałe widoki, ale również ogrom aktywności dla każdego, od wypożyczalni rowerów wodnych i kajaków, przez windsurfing, aż po rejsy turystyczne i żeglownię, dzięki którym można odkryć naprawdę malownicze zakątki jeziora. Oprócz Soliny, która w sezonie jest naprawdę popularnym miejscem wśród turystów, fani wodnych zabaw mogą skierować się odrobinę dalej, w stronę rzeki San, gdzie spragnieni odrobiny szaleństwa i sportów wodnych, na pewno skuszą się na spływ pontonowy lub kajakowy. Jest to rozrywka dla całej rodziny, dzięki której można obserwować tamtejsze tereny i zabytkowe obiekty z nietuzinkowej perspektywy.

DROGA INNA NIŻ WSZYSTKIE

Co zrobić, gdy piesze wędrówki już nie wystarczają i potrzebujemy dodatkowego zastrzyku adrenaliny? Jedną z alternatyw dla tradycyjnego pokonywania podkarpackich tras są dreżyny rowerowe, dzięki którym, poprzez siłę naszych nóg, możemy pokonać jedną z tras kolejowych do miejscowości Uherce Mineralne lub Ustrzyki Dolne. Na Podkarpaciu odnajdą się także miłośnicy jeździectwa – wszyscy zainteresowani wakacjami w siodle mogą przebiegać w ofertach stadnin o ośrodków jeździeckich. Można wybrać się na przykład w okolice Lipowca i tam spróbować swoich sił w jeździe w terenie. Droga przemierzona w siodle na pewno pozostanie na długo w pamięci. Jeżeli dre-

zyny lub konie to zdecydowanie za mało, poszukiwaczom dodatkowych wrażeń na pewno spodoba się off-road. Interesujące trasy, możliwość wyruszenia w większym gronie, dużo błota, spora dawka adrenaliny i niezapomniane wrażenia? Na Podkarpaciu można znaleźć sporo miejsc, gdzie organizowane są wypadki samochodami terenowymi po pięknych i specjalnie dostosowanych do tego trasach.

NA ZIEMI I W POWIETRZU

Wiemy już, jak można spędzić czas nad wodą i na leśnych trasach. Co w takim razie z powietrzem? Miłośnicy naprawdę mocnych wrażeń z pewnością powinni wybrać się na przykład w okolice Krosna – znajduje się tam Aeroklub Podkarpacki, który w swojej ofercie posiada loty turystyczne nie tylko samolotem, ale także szybowcem czy paralotnią. Dzięki takiej aktywności można zobaczyć tamtejsze tereny z zupełnie innej, nietuzinkowej perspektywy. Podobnych wrażeń warto szukać także w Lesku czy w Bezmiechowej Górnej. Ciekawą

rozrywką w powietrzu, podczas której okoliczne tereny województwa podkarpackiego można obejrzeć z lotu ptaka, są skoki spadochronowe oraz tandemowe, czyli skoki z instruktorem. Kto nie chciałby podziwiać tamtejszych okoliczności przyrody i panoramy okolicznych miast i miasteczek z wysokości kilku tysięcy metrów?

Przekonani do odrobiny wakacyjnego szaleństwa? Niezależnie od tego z kim jedziecie na wakacje i czy macie ochotę spędzić ten czas mniej lub bardziej aktywnie, na Podkarpaciu na pewno nie będziecie się nudzić. Tamtejsze okoliczności przyrody i infrastruktura sprzyjają naprawdę wielu rodzajom aktywności – również tym, którym towarzyszy spory zastrzyk adrenaliny i wrażenia nie do zapomnienia! II





GDYNIA SAILING DAYS ZA NAMI

TRWAJĄCA 17 DNI 23. EDYCJA GDYNIA SAILING DAYS – JEDNYCH Z NAJWAŻNIEJSZYCH REGAT W BASENIE MORZA BAŁTYCKIEGO – DOBIEGŁA W NIEDZIELĘ KOŃCA. NA STARCIE STANĘŁO PONAD 600 ZAWODNIKÓW. KTÓRZY WZIĘLI UDZIAŁ W 20 ŻEGLARSKICH WYDARZENIACH. DO TEGO DOSZŁY IMPREZY TOWARZYSZĄCE. JAK CHOCIAŻBY POLBOAT YACHTING FESTIVAL. NA PLAŻY W GDYNI ŚRÓDMIEŚCIU DZIAŁAŁA STREFA KINDER JOY OF MOVING.

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Cieszę się, że ta edycja przebiegła bez zakłóceń i w dobrym duchu. Największą nagrodą były dla nas uśmiechnięte twarze uczestników, które widzieliśmy na wszystkich zakończeniach poszczególnych - powiedział prezes Polskiego Związku Żeglarskiego Tomasz Chamera. - Ponownie zrealizowaliśmy znakomity program KINDER Joy of moving – to fantastyczne i najliczniej obsadzone regaty w klasie Optimist oraz działająca na plaży specjalna strefa z mnóstwem atrakcji. Po dwóch latach reżimu sanitarnego związanego z covidem znowu otworzyliśmy się na działania wykraczające poza żeglarstwo. Nowością była współpraca z Grupą PGE i Polską Ligą Esportową, dzięki której przeprowadziliśmy eSailingowe regaty PGE eGdynia Sailing Days. Spektakularnym wydarzeniem były także targi Polboat Yachting Festival – dodał prezes Chamera.

Jachty żaglowe, luksusowe jachty motorowe, katamarany, houseboaty, skutery wodne, osprzęt i usługi - Polboat Yachting Festival to kompleksowy przegląd tego, co polska branża jachtowa ma najlepsze. Impreza odbyła się w nowoczesnej Yacht Park Marina.

Na początku w ramach Gdynia Sailing Days odbył się Puchar Miasta Gdyni w klasach ILCA 4, ILCA 6 i ILCA 7 oraz mistrzostwa Polski juniorów młodszych w klasie O'pen Skiff. W tej ostatniej konkurencji ubiegłoroczny sukces powtórzył Piotr Trella (MKŻ Arka Gdynia), który



okazał się także najlepszy w krajowym championacie w sprincie.

W klasie 29er w MP w sprincie triumfowali Katarzyna Wajdowska i Leon Sapijasko (Fundacja Golden Boats Academy Warszawa), w Optimistach Agata Koropeczka (UKS OPTI CWM Gdynia) i Maciej Szawkowski (Baza Mrągowo), natomiast w klasie L'Equipe Wojciech Markwart i Jakub Hermaniński (Nauticus YC Olsztyn).

Rywalizowano ponadto w Pucharze Gdynia Sailing Days w klasach Delphia-24 OD, Finn, Nautica 450 oraz w katamaranach A-Class i Hobie Cat 16. Drugą rundę rozegrali zawodnicy ścigający się w Polskiej Lidze Żeglarskiej – zarówno w Ekstraklasie jak i 1. Lidze, Puchar Europy w klasie Latający Holender (znajdowała się w programie dziewięciu igrzysk, od 1960 roku w Rzymie do 1992 w Barcelonie) wywalczyli Niemcy Kilian Koenig i Johannes Brack, a w Eurocup w klasie przygotowawczej 29er zwyciężyli August Sobczak i Krzysztof Królik (ChKŻ Chojnice).

W Gdyni rozegrano również mistrzostwa Polski w dwóch olimpijskich klasach 49er i 49erFX. W tej pierwszej po raz czwarty z rzędu na najwyższym stopniu podium stanęli Dominik Buksak (AZS AWFIS Gdańsk) i Szymon Wierzbicki (OŚ AZS Poznań), wśród kobiet pierwszy tytuł wywalczyły Gabriela Czapska i Hanna Rajchert (Spójnia Warszawa).

Najliczniejsza flota, składająca się ze 161 Optimistów z 28 klubów, stanęła na starcie regat KINDER Joy of moving Puchar Trenerów grupy B. Okazałe trofeum z napisem „Nadzieja Żeglarska – Gdynia Sailing Days” wzniosł Piotr Malitowski (LOK KW Garland Gliwice), na drugiej pozycji uplasowała się najlepsza z dziewcząt Maja Janus (UKŻ OPTI CWM Gdynia).





Sportową część regat zwinął Puchar Prezesa Polskiej Fundacji Narodowej w Formule Windsurfing Foil z udziałem 47 deskarzy z ośmiu klubów oraz pierwsze mistrzostwa Polski w klasie RS 21. Dzięki znakomitej

postawie w niedzielę pierwsze miejsce zajęła prowadzona przez sternika Jacka Puchniarza załoga Polsporty. pl, srebrny medal przypadł prowadzącej po dwóch dniach ekipie WAT Warszawa (sternik Wojciech My-

śliwiec), a trzecia była Sztorm Grupa (sternik Piotr Małecki).

- Cieszę się, że ponownie zaprezentowaliśmy w Gdyni pełne spektrum żeglarskich możliwości oraz z faktu, że ta edycja przebiegła bez zakłóceń i w dobrym duchu. Także od strony technicznej były to bardzo dobrze przeprowadzone zawody. Dziękuję wszystkim Partnerom, sponsorom, władzom miasta Gdyni i województwa pomorskiego. Współpraca z wieloma podmiotami i na wielu płaszczyznach dostarcza ogromnej satysfakcji, zwłaszcza gdy jej efektem jest tak udana impreza – zapewnił szef PZZ.

Działacze żeglarskiej centrali rozpoczęli już przygotowania do kolejnych regat Gdynia Sailing Days, których pierwsza edycja miała miejsce w 2000 roku.

- W przyszłym roku będziemy gospodarzem mistrzostw Europy juniorów klasie ILCA 6, odbędą się również mistrzostwa świata w klasie Latający Holender. Niewykluczone, że dojdzie jeszcze jedna impreza mistrzowskiej rangi. Jesteśmy jednak przed rozstrzygnięciem konkursu i kiedy uda nam się ją pozyskać, natychmiast to ogłosimy – zakończył Tomasz Chamera. II

➤ **WYNIKI** events.pya.org.pl

➤ **ORGANIZATOREM REGAT GDYNIA SAILING DAYS** jest Polski Związek Żeglarski przy współpracy z Samorządem Województwa Pomorskiego (Współorganizator), miastem Gdynia i Gdynskim Centrum Sportu (Partner Strategiczny) oraz PGE Polską Grupą Energetyczną (Partner Główny).

➤ **SPONSORZY WYDARZENIA:** Ghelamco Poland, Zarząd Morski Portu Gdynia (Port Gdynia)

➤ **PARTNERZY WYDARZENIA:** Bank Pekao, STU ERGO Hestia, Polski Holding Nieruchomości, Marina Yacht Park, Garmin Polska, Olga Gill-Sobota Morwa (Ball), Blue Media, Polska Liga Esportowa, Zakład Porcelany Stołowej Lubiana, Ziaja Ltd Zakład Produkcji Leków, Wyższa Szkoła Bankowa w Gdyni, Chocian Sailing, ClickMeeting, Textet Poland, KINDER Joy of moving, Narodowe Centrum Żeglarstwa AWFIS Gdańsk, Pomorski Związek Żeglarski, YKP Gdynia, Polska Liga Żeglarska, Polska Izba Przemysłu Jachtowego i Sportów Wodnych: Polboat, Polska Fundacja Narodowa, Fundacja Agencji Rozwoju Przemysłu

➤ **PARTNER TECHNOLOGICZNY:** Orange Polska

➤ **PATRONI MEDIALNI:** Wirtualna Polska, Prestiż Magazyn Trójmiejski, Anywhere, Express Biznesu, nowezagle.pl, Trojmiasto.pl, TVP3 Gdańsk, TVP Sport, Radio Gdańsk, Żeglarski.info

➤ **PATRONI HONOROWI WYDARZENIA:** Ministerstwo Sportu i Turystyki, Polski Komitet Olimpijski, Prezydent Miasta Gdyni Wojciech Szczurek, Marszałek Województwa Pomorskiego Mieczysław Struk

➤ **FESTIWAL GDYNIA SAILING DAYS 2022** jest dofinansowany ze środków Fundacji Agencji Rozwoju Przemysłu.

Festiwal, którego
nie możesz przegapić!



Wilno w Gdańsku

Vilnius
Gdańskie

2—4
września 2022

Dziedziniec Forum Gdańsk

W pierwszy weekend września koniecznie odwiedź festiwal Wilno w Gdańsku. Będzie to wyjątkowa okazja, by poznać nie tylko stolicę Pomorza, ale także stolicę Litwy i kulturę litewską. Festiwal Wilno w Gdańsku to interdyscyplinarne wydarzenie, organizowane już od dziewiętnastu lat przez miasta partnerskie Gdańsk i Wilno. Do Gdańska kolejny raz zawitają goście z Wilna: kupcy, muzycy, pisarze, publicyści.

W dniach od 2 do 4 września (od piątku do niedzieli) na dziedzińcu Forum Gdańsk odbędzie się jarmark wileński połączony z bogatym programem artystycznym. Zaplanowano koncerty zespołów muzycznych, prezentacje książek, spotkania z autorami, dyskusje czy warsztaty. Odbędą się także pokazy filmowe i warsztaty. Czy wiesz jak uwić tradycyjną palmę wileńską? Chcesz spróbować wspaniałego litewskiego chleba, wędlin czy miodu? Chciałbyś porozmawiać z litewskimi pisarzami bądź odkryć piękno litewskiej muzyki? A może interesujesz się historią Karaimów litewskich? Podczas Wilna w Gdańsku do-

świadczysz tego wszystkiego, w tym przede wszystkim wspaniałej atmosfery spotkania dwóch zaprzyjaźnionych miast i polsko – litewskiej współpracy kulturalnej. To wydarzenie, którego nie można przegapić.

– Nasz festiwal łączy kultury i narody. Łączymy Polskę i Litwę, Gdańsk i Wilno, Litwinów i Polaków, ale przede wszystkim łączymy ludzi. Zapraszamy wszystkich, gdyż festiwalowe wydarzenia zostały tak pomyślane, by były interesujące nie tylko dla osób związanych z Wilnem czy Gdańskiem. Każdy znajdzie tutaj coś dla siebie. Kuchnia litewska jest wyśmienita, a produkty rzemieślnicze naprawdę wyjątkowe. Ponadto, to chyba jedyna taka wyjątkowa okazja dla turystów, by będąc w Gdańsku zawitać jednocześnie do stolicy Wilna. Do zobaczenia podczas Wilna w Gdańsku! – zaprasza Tomasz Snarski, dyrektor artystyczny festiwalu.

Program tegorocznej edycji:
www.gdansk.pl/wilno-w-gdansk

Organizatorzy:



GDĄSK



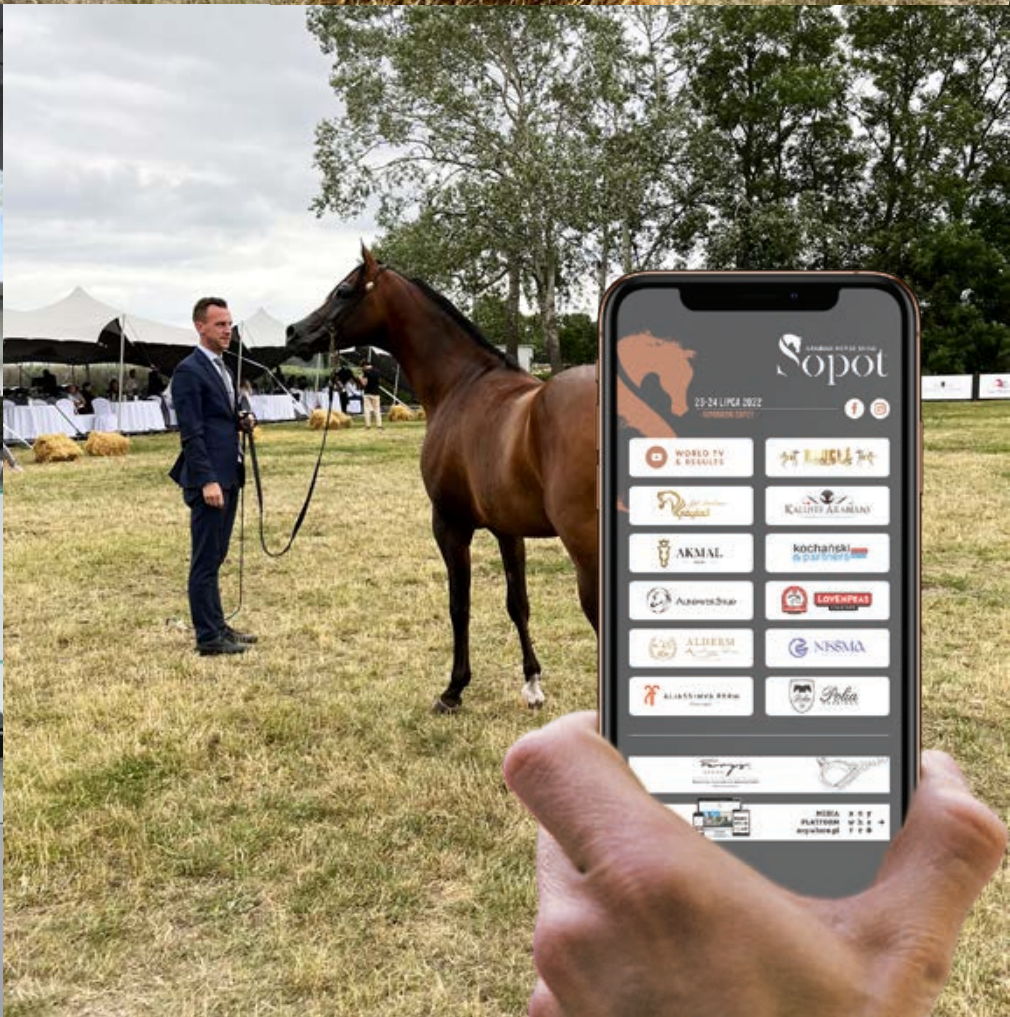
VILNIUS

SOPOT ARABIAN HORSE SHOW 2022

CIESZYMY SIĘ, ŻE KOLEJNA EDYCJA SOPOT ARABIAN HORSE SHOW BYŁA RÓWNIE UDANA. JEŚLI NIE LEPSZA NIŻ POPRZEDNIE. DZIĘKUJEMY WSZYSTKIM NASZYM PARTNEROM I WSPÓŁPRACOWNIKOM ZA OWOCNĄ WSPÓŁPRACĘ W TYM ROKU I JUŻ TERAZ CIESZYMY SIĘ NA PRZYSZŁY! ZAPRASZAMY NA FOTORELACJĘ!

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe







MODA TO OPowieści O LUDZIACH I ZDARZENIACH

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Moda od zawsze jest ściśle związana z czasami, w których powstaje, z aktualnymi wydarzeniami ruchami społecznymi i kulturą. Marki budują swoją historię na przestrzeni lat, poddając się trendom lub odwrotnie, dyktując je. Historia mody tociągające opowieści, wydarzenia i ludzie. Przypomnijmy sobie niedawny sukces filmu Dom Gucci, który odbił się głośnie echem nie tylko wśród fashionistów. Wielkie marki przez lata budowały swoją pozycję na drapieżnym rynku mody. W wielu przypadkach nie obywało się bez skandali, upadków, powstań i zmian koncepcji. Każda marka mody może pochwalić się wieloma ciekawymi historiami i anegdotkami, które tworzą tożsamość firmy i wzbogacają jej osobowość. Poniżej przedstawiamy tylko kilka ciekawostek o wybranych markach, które są dostępne w Designer Outlet Gdańsk. Po przeczytaniu

naszego artykułu, podczas zakupów będziecie mogli pochwalić się wiedzą o danej marce lub pomyśleć o niej przez pryzmat anegdotki.

Czy wiecie, że... najbardziej znany model sportowych butów NIKE AIR MAX inspirowany był wyglądem... budynku muzeum? Inspiracją do stworzenia charakterystycznej dla modelu Nike Air Max odsłoniętej poduszki gazowej było paryskie muzeum sztuki współczesnej Centre Georges Pompidou. Konstrukcja budynku jest bardzo lekka i prawie całkowicie przeszklona, dzięki temu wnętrze jest widoczne z ulicy.

Hiszpańska marka DESIGUAL, którą stworzył Thomas Meyer powstała z miłości do różnorodności ludzi. Meyer kierował się pragnieniem, by ludzie nie byli tacy sami i wyróżniali się z tłumu za pomocą ubrania. Założył Desigual właśnie dla tych osób, które miały podobny sposób myślenia. Filozofia marki to

“ubieramy ludzi, nie ciała”. Dlatego projekty Desigual są inspirowane ludźmi i wyróżniającymi ich cechami. Marka skupia się raczej na tworzeniu w pierwszej kolejności emocji, a następnie mody.

Skąd wzięło się logo LACOSTE? Założyciel marki Lacoste René Lacoste od wczesnej młodości zmagał się z problemami zdrowotnymi. W ramach kuracji lekarz zalecił młodemu chłopakowi wysiłek fizyczny, bogaty ojciec stwierdził, że jeśli sport, to tylko taki, który kojarzy się ze społecznymi elitami. Padło na tenis. René Lacoste w 1927 roku podczas jednego z turniejów został okrzyknięty przez prasę mianem aligatora. Powodem był fakt, że zawsze nosił ze sobą teczkę z krokodylęj skóry, a w grze był ostry i agresywny.

TOMMY HILFINGER to dziś jedno z najbardziej rozpoznawalnych nazwisk amerykańskiego rynku fashion. Ale o mały włos



MODA TO OPowieści...

MODA OD ZAWSZE JEST ŚCIŚLE ZWIĄZANA Z CZASAMI, W KTÓRYCH POWSTAJE, Z AKTUALNYMI WYDARZENIAMI RUCHAMI SPOŁECZNYMI I KULTURĄ.

niegdy nie pojawiłby się w panteonie wielkich designerów. W latach '70 w małym miasteczku Elmira założył butik z przerabianą odzieżą dla hippisów - The People's Place. Sklep stał się jednak miejscem szalonych imprez i biznes szybko upadł. Tommy jednak się nie poddał i założył markę pod własnym nazwiskiem. By ją wypromować zatrudnił George'a Louisa – autora wielu znanych kampanii reklamowych. To właśnie on stworzył dla Tommy'ego śmiały billboard, który umieścił na Times Square, pt. "Czterej najwięksi amerykańscy projektanci mody męskiej to RL, PE, CK i TH."

Ralph Lauren, Perry Ellis, Calvin Klein byli już bardzo znani. Ale kim był TH? Dodatkowo na billboardzie znalazło się logo TH i opis: „A to jest logo tego najmniej znanego z nich.” Pomyśl okazał się być niezwykle skuteczny. Tommy'ego Hilfigera w jednej chwili znała cała Ameryka i Europa Zachodnia.

Najsłynniejsze majtki świata pochodzą oczywiście od CALVINA KLEINA. Powstałe w latach '80 bokserki i slipy z dużym logo na gumce to był strzał w 10 firmy z kłopotami finansowymi. Kolekcję męskiej bielizny po raz pierwszy potraktowano jako coś estetycznego i pożądanego, a nie tylko funkcjonalnego. Od tej pory marka stawia na śmiałe przekazy, czasem nawet o lekkim zabarwieniu erotycznym.

W 1980 roku świat oszalał na punkcie słynnej reklamy jeansów marki Calvin Klein, w której 15-letnia modelka Brooke Shields zapytała: „You wanna know what comes between me and my Calvin's? Nothing.” („Chcesz wiedzieć, co jest między mną a moimi Calvinami? Nic.”). Od tej pory w reklamach Kleina wystąpiły chyba wszystkie

gwiazdy, m.in.: Justin Bieber, Frank Ocean, Kate Moss, Margot Robbie, Young Thug, Bella Hadid, Grace Coddington, Cameron Dallas, James Rodríguez, Zoe Kravitz, Lola Kirke, Henry Rollins, G.E.M., Mo'ne Davis, Sonoya Mizuno, Yung Beef, Antoine-Olivier Pilon, Aomi Muyock, Cuba Tornado Scott, Selah Marley, Kacy Hill, Keith Ape, Presley Walker Gerber, Anna Ewers, Mark MacEachen, Roos Abels, Tommy Genesis, Yung Lean...

Kto nie zna słynnych 3 pasków ADIDASa? Początkowo dwa paski umieszczane były z boku cholewy nie dla ozdoby, ale po to, by wzmocnić obuwie. Gdy założyciel marki Adolf Dassler zdecydował się na trzy paski, okazało się, że są one już „zajęte” przez fińską markę Karhu. Dassler odkupił prawa do trzech pasków za równowartość 1,600€ i dwie butelki „dobrej whisky”.



ADIDAS jest też pomysłodawcą piłkarskich korek. Pierwsze buty z gumowymi ćwiekami świat poznał w 1954 roku, kiedy reprezentacja RFN pokonała Węgrów i zdobyła mistrzostwo świata w piłce nożnej mając na nogach właśnie ten model.

BENETTON to jedna z najbardziej kolorowych marek, ale i jedna z najbardziej skandalizujących.

A wszystkim za sprawą Oliviero Toscani, który w latach '80 objął stanowisko dyrektora kreatywnego marki. Wdrożył niebywale





odważną strategię marketingową. Stworzył kampanie na pograniczu reklamy społecznej i komercyjnej, tzw. „filozofię koloru”. Pod marką Benetton pojawiły się takie tematy jak: AIDS, rasizm, homoseksualizm czy religia. W 1991 roku wielki skandal wywołały billboardy z fotografią Therese'y Frare. Zdjęcie przedstawiało umierającego na AIDS aktywistę Davida Kirby'ego leżącego na szpitalnym łóżku, otoczonego przez bliskich. Kompozycja postaci na zdjęciu ludzaco przypominała religijne piety. Po opadnięciu emocji, kampanię tę uznano za jedną z pierwszych osławiających ludzi z tą chorobą.

Czy istnieje jakikolwiek miłośnik mody, któremu trzeba byłoby przedstawiać markę LEVI'S? Amerykańska firma produkująca odzież, pracuje na swoją renomę już od 1853

roku! To właśnie Levi's wymyślił małą kieszonkę w dżinsach, która znajduje się wewnątrz zwykłej kieszeni. Niewiele osób wie, czemu ma służyć ten „schowek”. Na samym początku marka produkowała wyłącznie spodnie, które w dodatku miały być noszone przez amerykańskich farmerów i górników. W XIX w. mężczyźni nosili przy sobie zegarki na łańcuszku, które w trakcie pracy mogły zwyczajnie przeszkadzać. Dlatego założyciel firmy Levi's – Levi Strauss uznał, że mała kieszonka na zegarek podniesie funkcjonalność jego produktów.

MARC O'POLO to szwedzki brand, który powstał w erze szaleństwa na tle kolorowych, sztucznych nonironów. W latach '60 firma podążała zupełnie innym nurtem, kreując w ten sposób nowy trend – już wtedy eco, choć

zupełnie o tym nie mówiono. Podczas gdy cały świat stawiał na niemnący poliestr i dralon, uparci założyciele oferowali coś zupełnie innego – ręcznie tkane koszule bawełniane z Indii z widocznym logotypem. Dzięki temu marka zrobiła się popularna szczególnie wśród młodych ludzi z odpowiednio dużym wysokim kieszonkowym. Do dzisiaj Marc O'Polo uważa, że było pierwszym producentem, które umieściło na koszulkach firmowe logo.

PEPE JEANS to prawdziwy „London look”. To marka, która stała się znana dzięki Kate Moss, a Kate Moss zyskała popularność dzięki Pepe Jeans. Młodziutka modelka wystąpiła w jednej z pierwszych kampanii reklamowych marki i od tamtej pory stała się jedną z najbardziej rozchwytywanych twarzy w branży fashion. Pepe Jeans nauczony doświadczeniem z supermodelką zaczął stawiać na współpracę z nietuzinkowymi osobistościami.

Takich ciekawostek można byłoby mnożyć w nieskończoność, tym bardziej, że przedstawione powyżej marki, to tylko część tych, które można znaleźć w Designer Outlet Gdańsk. To jedyne na Pomorzu centrum typu Outlet oferuje w ponad 100 sklepach modę damską, męską i dziecięcą, od eleganckiej i oficjalnej, poprzez casualową, sportową, aż po outdoor i bieliznę. Wszystko w cenach stale obniżonych od minimum 30% do 70% w stosunku do cen w regularnych centrach handlowych.

Przyjemność pobytu w centrum zapewniają również część restauracyjna, plac zabaw, bezpłatny parking i niebanalna architektura stylizowana na tradycyjną skandynawską wioskę rybacką, z własną 24 metrową latarnią morską. W takiej atmosferze odkrywanie mody perełek najlepszych marek to czysta przyjemność. II



We love Outlet Shopping

More than
100 brands
30-70% off,
all year round.



Gdańsk Szadółki, ul. Przywiedzka 8
Located at the Tri-city ringroad S6
designeroutletgdansk.pl

%
**designer
outlet**
Gdańsk

eCCO

GUESS

LACOSTE

asics



Pepe Jeans
LONDON

Marc O'Polo
EST. IN STOCKHOLM

› WYSTAWA POD PATRONATEM STOWARZYSZENIA POLSKA WÓDKA

› WIĘCEJ informacji na stronie Muzeum Polskiej Wódki: muzeumpolskiejwodki.pl/

› POLUB nas na Facebooku: www.facebook.com/MuzeumPolskiejWodki

› ŚLEDŹ nas na Instagramie: www.instagram.com/polishvodkamuseum/?hl=pl



KOLORY I KSZTAŁTY SZKŁA

WYSTAWA DESIGNU UŻYTKOWEGO W BUDYNKU
REKTYFIKACJI WARSZAWSKIEJ



MUZEUM POLSKIEJ WÓDKI RUSZA Z NOWYM WYDARZENIEM. CZASOWĄ WYSTAWĄ „KROPLA KOLORU – BARWY WÓDKI”. MUZEUM ZAPRASZA DO ŚWIATA KOLORU I FORMY. NA SPOTKANIE Z BARWĄ HISTORIĄ POLSKICH TRUNKÓW W TERMINIE OD 27 LIPCA DO 21 SIERPNIA 2022 ROKU. W GODZINACH PRACY OBIEKTU! PODCZAS ZWIEDZANIA BĘDZIE OKAZJA DO OBEJRZENIA DOTĄD NIEEKSPONOWANYCH ZBIORÓW MUZEUM POLSKIEJ WÓDKI.

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Wystawa „Kropla Koloru – Barwy Wódki” została umiejscowiona w wyjątkowym miejscu – dawnej kotłowni, która niegdyś obsługiwała działające w budynku kolumny rektyfikacyjne. Do dziś możemy podziwiać oryginalne elementy wyposażenia – zachowało się aż 5 oryginalnych kotłów. Na ich pokrywach można



odnaleźć tabliczki znamionowe zawierające dane producentów. Dzięki nim wiemy, że najmłodszy z nich wyprodukowano w 1959 r. w Sosnowieckich Zakładach Budowy Kotłów, a najstarszy powstał w 1937 r. w firmie W. Fitzner z Siemianowic Śląskich.

PRZENIEŚMY SIĘ W ŚWIAT KOLORU I FORMY

„Większość przedmiotów, z którymi mamy w życiu do czynienia to rzeczy, które mają przede wszystkim działać i spełniać swoją funkcję. Jeśli jednak zatrzymamy się na chwilę i spojrzymy bliżej, okaże się, że nawet najmniejszy, najbardziej niepozorny przedmiot może skrywać walory estetyczne. Może się podobać. Tak będzie również w przypadku butelki wódki” – opowiada przewodniczka Agnieszka Honkowicz, kuratorka wystawy.

W ramach wystawy będzie można zobaczyć przedwojenne wyroby ze szkła pół-białego, charakteryzujące się lekkim zabarwieniem o różnej intensywności. Te dobrze nam znane przezroczyste butelki na dobre zawitały na polskim rynku w okresie PRL-u. Współczesny design użytkowy szklanej butelki i możliwości technologiczne otwierają całkiem nową przestrzeń, w której funkcjonalność idzie w parze z aspektem wizualnym. Forma, w jakiej zamyka się polska wódka, zmieniała się na przestrzeni lat wielokrotnie, przyjmując różne pojemności i zdobienia.

„Wydałoby się, że butelka to prosta i trywialny przedmiot, tymczasem butelki polskich wódek jak najbardziej można traktować w kategoriach eksponatu – przekazują nam wiele informacji o dawnych możliwościach technicznych, fabrykach, upodobaniach konsumentów i twórcach szkła niejednokrotnie wykazujących duże zdolności artystyczne” – dodaje Agnieszka Honkowicz.

STAŁE ATRAKCJE I NOWE MOŻLIWOŚCI

„Celem Muzeum Polskiej Wódki jest edukacja i wzmacnianie świadomości Polskiej Wódki, chronionego oznaczenia geogra-

ficznego, wśród Polaków i gości zagranicznych. Tu właśnie pokazujemy ponad 500-letnią historię i tradycję Polskiej Wódki, jako nieodłącznego elementu naszej kultury oraz obyczajów” – mówi Andrzej Szumowski, prezes Stowarzyszenia Polska Wódka, twórca idei Muzeum.

Przestrzeń Muzeum Polskiej Wódki daje wiele możliwości. W ofercie znajdziemy nowoczesną, interaktywną formę zwiedzania w wersji Standard, Premium, VIP oraz edukacyjny program Akademia Polskiej Wódki, spersonalizowane szkolenia i wiele innych atrakcji wartych odkrycia. Już z końcem lipca dołączy do nich barwna i bogata opowieść o naczyniach do przechowywania Polskiej Wódki, w której szkło to dopiero początek.

„Muzeum Polskiej Wódki to święcenie kilku lat pracy na rzecz stworzenia niepożartalnego miejsca na mapie atrakcji turystycznych Warszawy, dzielnicy i reszcie Placu Konesera. Wystawa czasowa zaś jest niepożartalną okazją do celebracji tego

osiągnięcia, połączonej z podziwianiem unikalnych eksponatów, które nie znalazły się w stałej kolekcji” – zapowiada Agnieszka Rynecka, dyrektor zarządzająca Muzeum.

Wystawa „Krople koloru – Barwy Wódki” z pewnością pozwoli na nowo odkryć historię polskiej wódki w całej swojej paletce tonów i zabarwień i sprawi, że wizyta w Muzeum na długo zapadnie w pamięć.

KIEDY?

27.07-21.08, wystawa otwarta w godzinach pracy Muzeum

GDZIE?

Scena Kotłownia – Muzeum Polskiej Wódki, Plac Konesera 1, 03-736 Warszawa

JAK?

Bilety dostępne tylko w Recepcji Muzeum. Bilet normalny - 15 zł, bilet ulgowy (dla studentów i seniorów, dostępny od wtorku do czwartku) - 10 zł II





FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH

GDYNIA

12-17/09/2022

www.festiwalgdynia.pl
[@FPFFGDYNIA](https://twitter.com/FPFFGDYNIA)

#47FPFF

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Po trudnym okresie pandemii, w obliczu zmieniającego się na całym świecie modelu produkcyjno-dystrybucyjnego, polskie kino jest pod względem jakości artystycznej i warsztatowej w bardzo dobrej formie. A świadczy o tym nadchodzący 47. Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni, w którego Konkursie Głównym znalazło się aż 20 filmów! Jak mówi Dyrektor Artystyczny festiwalu Tomasz Kolankiewicz: „Tegoroczna selekcja była zarazem spełnieniem marzeń i największym problemem dla selekcjonera: tak wysokiego poziomu zgłoszonych filmów nie było od dawna. Programując Konkurs Główny, muszę pamiętać, że Festiwal jest przekrojową prezentacją polskiego kina – filmy powinny układać się w możliwie jak najpełniejszą paletę barw i wrażliwości. Staram się zachować harmonię między kinem artystycznym a tym z większym potencjałem komercyjnym, między filmami realistycznymi a wizyjnymi, między głosem twórców młodych i doświadczonych”. W konkursie znalazły się następujące filmy:

➤ **„APOKAWIXA”**, reżyseria: Xawery Żuławski, scenariusz: Xawery Żuławski, Krzysztof Bernas i Maciej Kazuła, producenci: Anna Waśniewska-Gill, Krzysztof Terej
 ➤ **„BRIGITTE BARDOT CUDOWNNA”**, reżyseria i scenariusz: Lech Majewski, producent: Lech Majewski
 ➤ **„BROAD PEAK”**, reżyseria: Leszek Dawid, scenariusz: Łukasz Ludkowski, producenci: Maciej Rzączyński, Dawid Janicki, Krzysztof Rzączyński, Paweł Rymarz
 ➤ **„CHLEB I SÓL”**, reżyseria i scenariusz: Damian Kocur, producenci: Jacek Bromski, Ewa Jastrzębska i Jerzy Kapuściński

➤ **„CICHA ZIEMIA”**, reżyseria: Aga Woszczyńska, scenariusz: Aga Woszczyńska, Piotr 'Jaksa' Litwin, producentka: Agnieszka Wasiak
 ➤ **„FILIP”**, reżyseria: Michał Kwieciński, scenariusz: Michał Kwieciński i Michał Matejkiewicz, producentka: Krystyna Świeca
 ➤ **„GŁUPCY”**, reżyseria i scenariusz: Tomasz Wasilewski, producentka: Ewa Puszczyńska
 ➤ **„ILUZJA”**, reżyseria: Marta Minorowicz, scenariusz: Piotr Borkowski i Marta Minorowicz, producentka: Izabela Kiszka-Hoflik
 ➤ **„INFINITE STORM”**, reżyseria: Małgorzata Szumowska, scenariusz: Joshua Rollins,

**„TEGOROCZNA SELEKCJA BYŁA ZARAZEM
SPEŁNIENIEM MARZEŃ I NAJWIĘKSZYM
PROBLEMEM DLA SELEKCJONERA: TAK
WYSOKIEGO POZIOMU ZGŁOSZONYCH
FILMÓW NIE BYŁO OD DAWNA...”**

producenci: Magdalena Zimecka, Radosława Bardes, Jacek Kulczycki

➤ **„10”**, reżyseria: Jerzy Skolimowski, scenariusz: Ewa Piaskowska i Jerzy Skolimowski, producentka: Ewa Piaskowska

➤ **„JOHNNY”**, reżyseria: Daniel Jaroszek, scenariusz: Maciej Kraszewski, producent: Robert Kijak

➤ **„KOBIEȚA NA DACHU”**, reżyseria i scenariusz: Anna Jadowska, producentka: Maria Blicharska

➤ **„ORLEȚA. GRODNO '39”**, reżyseria i scenariusz: Krzysztof Łukaszewicz, producenci: Włodzimierz Niderhaus i Agnieszka Będkowska

➤ **„ORZEŁ. OSTATNI PATROL”**, reżyseria i scenariusz: Jacek Bławut, producenci: Anna Bławut-Mazurkiewicz i Bartłomiej Gliński

➤ **„STRZĘPY”**, reżyseria i scenariusz: Beata Dziańowiec, producent: Zbigniew Domagałski

➤ **„ŚUBUK”**, reżyseria: Jacek Lusiński, scenariusz: Jacek Lusiński i Szymon Augustyniak, producenci: Leszek Bodzak i Aneta Hickinbotham

➤ **„TATA”**, reżyseria: Anna Maliszewska, scenariusz: Anna Maliszewska i Przemysław Chruścielowski, producent: Marcin Wierchowski





PROGRAMOWO ZAPOWIADA SIĘ JEDEN Z NAJLEPSZYCH FESTIWALI OD LAT

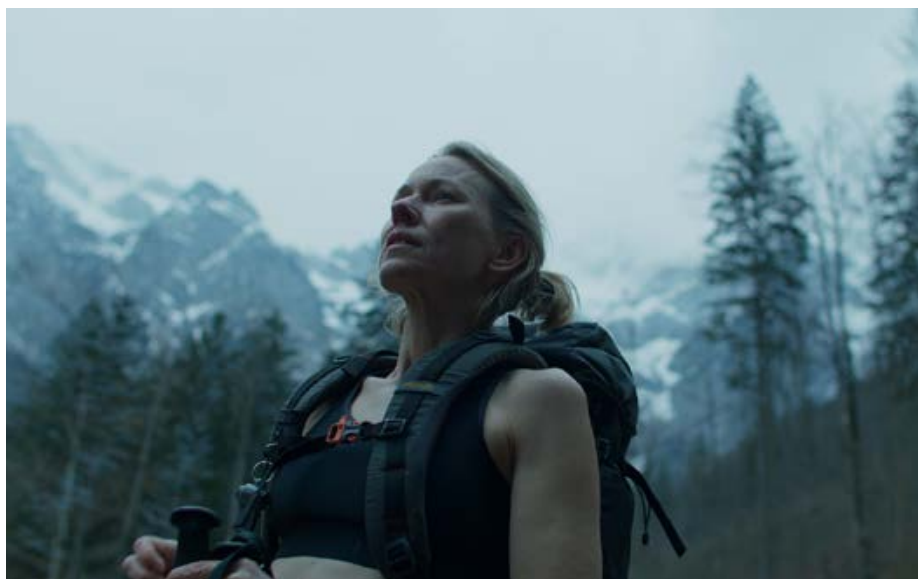
➤ **„THE SILENT TWINS”**, reżyseria: Agnieszka Smoczyńska, scenariusz: Andrea Seigel, producentki: Klaudia Śmieja-Rostworowska i Ewa Puszczyńska

➤ **„WESEŁE”**, reżyseria i scenariusz: Wojciech Smarzowski, producenci: Wojciech Gostomczyk, Janusz Hetman, Janusz Bogaczyk

➤ **„ZADRA”**, reżyseria: Grzegorz Molda, scenariusz: Monika Powalisz, producenci: Agnieszka Odorowicz, Andrzej Papis, Maciej Sowiński

Do Konkursu Filmów Krótkometrażowych zakwalifikowało się 30 filmów wyprodukowanych przez szkoły filmowe oraz niezależnych producentów, a także w ramach programu „30 minut” Studia Munka – Stowarzyszenia Filmowców Polskich. W trzeciej sekcji konkursowej, Konkursie Filmów Mikrobudżetowych, znalazły się filmy zakwalifikowane zgodnie z zasadami Programu Operacyjnego PISF Produkcja filmowa.

Ale FPFF to nie tylko nagrody, to także liczne sekcje pozakonkursowe i wydarzenia towarzyszące, m.in. „Czysta Klasyka” – przegląd



polskich filmów zrekonstruowanych cyfrowo; „Polonica” – pokazy zagranicznych produkcji zrealizowanych z udziałem polskich twórców; bogata w programy edukacyjne „Gdynia Dzieciom”; wydarzenie branżowe „Gdynia Industry”; liczne wystawy oraz sekcje tematyczne organizowane z udziałem partnerów Festiwalu. Już dziś wiemy, że Platynowe Lwy za całokształt twórczości i wybitne osiągnięcia artystyczne odbierze reżyser i scenarzysta Filip Bajon.

Jak podkreśla Dyrektor Artystyczny Tomasz Kolankiewicz: „warto pamiętać o tym, że istotą kina jest spotkanie i dyskusja, że filmy najlepiej oglądać wspólnie w salach ki-

nowych, że największa ich siła tkwi w budowaniu wspólnoty odbiorców. Jednego jestem pewien: programowo zapowiada się jeden z najlepszych festiwali od lat”.

47. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH ODBĘDZIE SIĘ W DNIACH 12-17 WRZEŚNIA 2022 ROKU.

➤ Organizatorami są: Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Polski Instytut Sztuki Filmowej, Stowarzyszenie Filmowców Polskich, Miasto Gdynia i Województwo Pomorskie, współorganizatorami: Telewizja Polska, Instytut Adama Mickiewicza, Narodowe Centrum Kultury, a producentem: Pomorska Fundacja Filmowa. **II**

47



FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH

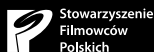
GDYNIA 12 – 17 | 09 | 2022

www.festiwalgdynia.pl

@FPFFGDYNIA

#47FPFF

ORGANIZATORZY



PREZYDENT
MIASTA
GDYNI



MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

WSPÓŁORGANIZATORZY



PARTNERZY STRATEGICZNI

Mercedes-Benz
BMG Goworowski



Dr Irena Eris

OGÓLNOPOLSCY PATRONI MEDIALNI



LOKALNI PATRONI MEDIALNI

Radio Gdańsk

trojmiasto.pl

Dziennik
Bałtycki



PARTNER

any
where
platforma medialna

MÓJ ZNAJOMY LEKARZ



POMAGA LEKARZOM I PLACÓWKOM MEDYCZNYM BUDOWAĆ SWÓJ WIZERUNEK I SKUTECZNIE POZYSKIWAĆ PACJENTÓW W INTERNECIE. ZNA POTRZEBY LEKARZY I PACJENTÓW. POTRAFI SŁUCHAĆ. ZADAWAĆ PYTANIA I WYCIĄGAĆ WNIOSKI. PAWEŁ JĘDRZEJEWSKI W ROZMOWIE Z REDAKCJĄ ANYWEHERE.PL ZDRADZA, KIM JEST 'MÓJ ZNAJOMY LEKARZ'.

TEKST I ZDJĘCIA Monika Lewandowska

Nie jesteś lekarzem, więc dlaczego związałeś się zawodowo z branżą medyczną? Skąd pomysł na specjalizację w marketingu medycznym?

Paweł Jędrzejewski: Jak to często w życiu bywa z przypadku i otwartości na nowe rzeczy w życiu. Zaczęło się, gdy mój syn zaczął mieć problemy ze wzrokiem, a ja szukałem pomysłu na zrobienie czegoś, co sprawi mi więcej frajdy niż poprzednie zajęcie. Trafiliśmy do lekarza, który zapytał się, czym się zajmuję. Zdziwiło mnie to, że zapytano o mnie skoro, mój syn jest pacjentem. I tak od słowa do słowa znaleźliśmy obszar do współpracy. On potrzebował pozyskać więcej pacjentów, a ja właśnie odkryłem marketing internetowy i Facebooka.

Dowiedziałem się, że jest coś takiego jak marketing medyczny. Zacząłem szukać wiedzy, informacji i klientów. Początki były trudne, ale z czasem udało się zakotwiczyć w branży medycznej. Jak wielu ja również zdziwiłem się z tym że nie wszyscy, którzy potrzebowali marketingu w mojej ocenie, chcieli za niego płacić. Do czasu wybuchu pandemii wielu lekarzy uważało obecność w social mediach, takich jak Facebook, Instagram i YouTube za coś nieodpowiedniego dla lekarza.

A co zmieniła pandemia w zachowaniu lekarzy?

P.J.: Pandemia wymusiła na nas wszystkich większą obecność w internecie i zdobycie umiejętności korzystania z narzędzi do wideo rozmów, webinarów i live'ów. Bardzo intensywnie rząd i ministerstwo zdrowia zachęcało lekarzy do korzystania z telemedycyny jako formy kontaktu lekarza z pacjentem. Wiele lekarzy wówczas oswoiło się z kontaktem z pacjentem, używając do tego internetu, aplikacji i mediów społecznościowych. Również w kontekście pozyskiwania pacjentów.

Teraz lekarze chętniej się promują?

Tak, z dwóch ważnych powodów. Wzrasta świadomość i wiedza o ograniczeniach i dozwolonym zakresie marketingu wśród lekarzy i specjalistów z branży medycznej. Dbają coraz lepiej i mądrzej. Dzięki temu, że tworzą treści, które zamieszczają w internecie, edukują swoich pacjentów. Dbają również w ten sposób, że zatrudniają specjalistów od marketingu medycznego do współpracy przy tworzeniu treści i ich publikacji. Mądry lekarz dba o swój czas, który może przeznaczyć na pomoc pacjentom, rodzinie lub sobie, delegując zadania, którymi mogą zająć się specjaliści od marketingu.

Wzrasta konkurencja na rynku prywatnych usług medycznych, co wpływa na to,

MĄDRY LEKARZ DBA O SWÓJ CZAS, KTÓRY MOŻE PRZEZNACZYĆ NA POMOC PACJENTOM, RODZINIE LUB SOBIE, DELEGUJĄC ZADANIA, KTÓRYMI MOGĄ ZAJĄĆ SIĘ SPECJALIŚCI OD MARKETINGU.



że dbanie o promocję swojej placówki, budowanie swojej marki osobistej i zwiększanie swoich zasięgów jest dla lekarzy i placówek koniecznością. Zaryzykowałbym stwierdzenie, że zaowocowało to powstaniem nowego marketingu medycznego.

Co to jest nowy marketing medyczny?

P.J.: Zanim odpowiem na pytanie, czym jest nowy marketing medyczny. Powiem kilka słów o tym, czym jest marketing medyczny. W ogromnym uproszczeniu marketing medyczny jest dla mnie połączeniem mózgu z portfelem. Wszystkie działania, które wykonujemy w ramach marketingu, sprowadzają się do tego, aby zwiększyć sprzedaż usług, produktów i idei.

Zadaniem marketera i lekarzy prowadzących swoje kliniki jest zrozumienie osób, które mogą zostać pacjentami. Przyciągnięcie ich uwagi, wpłynięcie na ich sposób postrzegania usług medycznych, lekarza, specjalisty i placówki medycznej w taki sposób, aby wybrały właśnie tego lekarza lub placówkę. Tym właśnie jest marketing medyczny.

Nowy marketing medyczny jest realizowany w internecie za pomocą mediów społecznościowych, stron internetowych i tego, co możemy określić marketingiem cyfrowym. W tym również platformy medialne i telewizja internetowa. Jest nowy również dlatego, że w centrum jego zainteresowania jest pacjent, jego potrzeby i jego zdanie. Program "Mój Znajomy Lekarz" doskonale wpisuje się w ideę nowego marketingu medycznego. Ponieważ łączy to, co znamy i lubimy, czyli klasyczną formę wywiadu telewizyjnego z lekkością komunikacji w mediach społecznościowych.

Kim jest "Mój Znajomy Lekarz"? Kim są goście programu?

P.J.: To lekarze, przedstawiciele zawodów medycznych oraz firm medycznych. To osoby, które rozumieją, że dobrze być "znajomym" lekarzem. "Znajomym", czyli takim, którego pacjenci znają, kojarzą, lubią i szanują. Dobrze jest wsłuchać się w potrzeby pacjentów i umieć z lekkością odpowiadać na te potrzeby oraz wyjaśniać w przystępny i zrozumiały sposób, jak wyglądają procedury medyczne. Do programu zapraszamy osoby, które mają wiedzę, doświadczenie i przede wszystkim dużą dążą empatii dla pacjenta.

Dlaczego warto oglądać program Mój Znajomy Lekarz?

P.J.: Warto dlatego, że są w programie interesujący goście, którzy w ciekawy sposób opowiadają o medycynie. Dzieli się swoim

sposprzeżeniami z wieloletniego doświadczenia, opowiadają o medycynie w sposób zrozumiały i ciekawy dla każdego. Programy są w większości na żywo, można komentować i zadawać pytania lekarzom i specjalistom. Widzowie mogą poznać lekarzy, ich zdanie na temat zdrowia i miło spędzić pół godziny.

Lekarzowi czy specjaliście zawsze warto przyjść do telewizji i porozmawiać. Ma z tego same korzyści - nowe doświadczenie, zwiększoną rozpoznawalność, większe zasięgi i możliwość pozyskania pacjentów i klientów.

Pacjenci lubią i chcą móc powiedzieć rodzinie i znajomym, że mój znajomy lekarz jest tak dobry, że występuje w telewizji, radiu i gazetach jako ekspert. Działa tu również efekt autosugestii, czyli swoiste placebo. Efekty zabiegu są lepiej oceniane przez

pacjentów, efekty leczenia są lepsze, a pomoc lekarza jest skuteczniejsza, gdy lekarz jest oceniany i rozpoznawany jako bardzo dobry specjalista.

Dla wielu pacjentów to również prestiż, że korzystają z usług znanego lekarza, specjalisty i placówki.

Czy marketing i promocja działa?

P.J.: Dobry marketing wraz z promocją i mądrym budowaniem marek działa, gdy świadczony usługi medyczne, obsługa pacjenta i oferowane produkty są dobrej jakości. Gdy usługi są niskiej jakości, a obsługa pacjenta odstrasza, to żaden marketing nie pomoże. Marketing jest częścią procesu pozyskiwania i utrzymania pacjenta, wspólnie z innymi elementami tworzy to, co nazywamy dobrą obsługą i jakością, której oczekujemy. Tu musi być synergia. II



RUBIO



MUUTO

any
where ^{pl} | FOR HER



Fot. pexels.com

TEMATY

KTÓRYMI CHCEMY
SIĘ DZIELIĆ



CZY MOŻEMY POPRAWIĆ JAKOŚĆ SWOJEGO SNU POPRZECZ SEKS?

PROBLEMY ZE SNEM WSPÓŁCZEŚNIE LECZY SIĘ GŁÓWNIEM Z POMOCĄ INTERWENCJI FARMAKOLOGICZNEJ LUB TERAPII POZNAWCZO-BEHAWIORALNEJ. METODY TE MIMO WZGLĘDNEJ SKUTECZNOŚCI SĄ PRZEWAŻNIE CZASOCHŁONNE I KOSZTOWNE. CZY ZASTANAWIALIŚCIE SIĘ KIEDYŚ JAK RODZAJ RELACJI SEKSUALNEJ Z DANYM PARTNEREM MOŻE WPŁYWAĆ NA NASZĄ JAKOŚĆ SNU. NAWYKI LUB PO PROSTU TENDENCJE DO BEZSENNOŚCI? CO, JEŚLI MOŻEMY POPRAWIĆ JAKOŚĆ I HIGIENĘ SWOJEGO SNU AKTYWNOŚCIĄ SEKSUALNĄ? BIERZEMY TEMAT POD LUPE.

TEKST Gabriela Bartnik **ZDJĘCIA** Mat. Prasowe

Świat dzieli się na ludzi-sowy i skowronki. Nasz chronotyp kształtuje nasze nawyki i wpływa na to jak planujemy i tworzymy swoje życie. W internecie znajdziemy mnóstwo testów i quizów, które pomagają określić nasz typ i przekazują szereg wskazówek jak okiełznać rzeczywistość i poprawić swój komfort. Tutaj możemy mieć zwykłe mniejsze wątpliwości. To, co często bagatelizujemy lub nie poświęcamy wystarczającej uwagi, to kwestia doboru relacji, partnera, aktywności

seksualnej i ich wpływ na nasz sen – a to przecież dość kluczowa sprawa.

CO ROBI Z NAMI ZŁA JAKOŚĆ SNU

Zła higiena snu, problemy z zasypianiem, wybudzanie i bezsenność wpływają bezpośrednio na naszą kondycję fizyczną. Wyspany organizm to szczęśliwy organizm. Problemy ze snem wiążą się bezpośrednio np. z chorobami układu krążenia, zaburzeniami metabolicznymi lub żołądkowo-je-

litowymi. Odczuwane są negatywne skutki w obszarze funkcjonowania zdrowia psychicznego, a także spadek wydajności pod kątem np. produktywności i wyższy wskaźnik wypadków i urazów.

ZWIĄZEK MIĘDZY AKTYWNOŚCIĄ SEKSUALNĄ. A SNEM

Z punktu widzenia zdrowia publicznego wykazano, że aktywność seksualna wpływa korzystnie na jakość naszego snu i szybsze zasypianie. Ma to swoje podłoże w modelach zwierzęcych, gdzie np. badana aktywność kopulacyjna szczurów była związana z wydłużonym snem wolnofalowym. Czynności seksualne takie jak stosunek i masturbacja uwalniają poza tym wiele hormonów, które sprzyjają zasypianiu (głównie oksytocyna i prolaktyna). Podniecenie seksualnie zmniejsza poziom kortyzolu odpowiedzialnego za wywołanie uczucia stresu w naszym organizmie. Udowodniono, że zwiększony poziom kortyzolu we krwi wiąże się ze słabą jakością snu i zaburzeniami snu (np. nocne wybudzanie).

RELACJE INTYMNE W SKRÓCIE

Współcześnie relacje intymne przybierają rozmaite formy i wymiary. Małżeństwa, konkubinaty, randki, przypadkowe i niestandardowe modele relacji. Kombinacji jest wiele. Istnieją natomiast dowody na to, że rodzaj związku może wpływać na jakość snu. Więzy emocjonalne, uczucia przywiązania i poczucie bezpieczeństwa są tutaj głównymi regulatorami. Mimo, że niewiele badań uwzględnia kategoryzację typu relacji, wyniki wskazują, że zachowania par podczas snu i budzenia są powiązane. Mogą wpływać na to wspólne łóżko, godziny wstawania i fizyczna obecność partnera, co ewolucyjnie byłoby wytłumaczone funkcjami adaptacyjnymi. Zwiększają one nasze poczucie bezpieczeństwa w trakcie snu i zmniejszają pobudzenie. To wszystko sugeruje istniejące różnice w jakości i czasie trwania snu w zależności od tego jak dobrze pary czują się ze sobą.

CO NA TO BADANIA?

Dość aktualne badania z przełomu stycznia-marca (2022), przeprowadzone przez Madelinę Sprajcer i wsp. poruszyły temat "związku pomiędzy typem relacji np. posiadaniem stałego partnera, okazjonalnego lub przypadkowego – aktywnością seksualną i satysfakcją i ich wpływem na jakość snu". Celem była chęć poszukania alternatywnych strategii poprawy jakości snu. W badaniu wzięło udział 778 uczestników w wieku 18+ (442 kobiety, 336 mężczyzn). Średnia wieku wynosiła 34,5. Odpowiedziano na przekrojową ankietę online w dogodnym dla siebie momencie. Zapytano uczestników o sen, aktywność seksualną, satysfakcję i typ relacji w jakiej są. W samym badaniu pytania koncentrowały się na aktywności seksualnej i satysfakcji z poprzedniego miesiąca, natomiast ankieta dostosowała pytania z Australijskiego Badania Zdrowia i Relacji.

Drużga część koncentrowała się na pytaniach dotyczących ich snu też w nawiązaniu do poprzedniego miesiąca (Skrócona wersja Pittsburgh Sleep Quality Index – szeroko stosowanej miary jakości snu). Uczestników poproszono o udzielenie odpowiedzi na pytania dotyczące pory snu, czasu potrzebnego na zaśnięcie i godzin rzeczywistego snu oraz stopień zadowolenia ze snu pod kątem jakości i ilości.

SPRAWDZAMY WYNIKI

Wyniki badań potwierdziły istnienie istotnych różnic w zależności od typu relacji. Posiadanie stałego partnera wiązało się z wyższymi wskaźnikami satysfakcji emocjonalnej i częstotliwością orgazmu. W oce-

BYCIE W PRZYPADKOWYCH I NIEREGULARNYCH RELACJACH MOŻE ISTOTNIE ZWIĘKSZAĆ POBUDZENIE I REAKTYWNOŚĆ, KTÓRE POWODUJĄ GORSZĄ JAKOŚĆ SNU.

nie według płci nie zaobserwowano problemu z zasypianiem, a typem relacji u mężczyzn, natomiast u kobiet zależność była dosyć istotna. Osoby, które wykazywały satysfakcję emocjonalną zasypiały krócej od osób zgłaszających niski stopień satysfakcji o średnio 12 minut.

W badaniach zaobserwowano też istotną różnicę między częstotliwością orgazmu a latencją snu (czas od momentu położenia się do łóżka do momentu zaśnięcia). Osoby, które zgłaszały, że miały orgazm, za każdym razem zasypiały szybciej niż osoby, które rzadko lub nigdy nie miały orgazmu – zmienne dotyczyły zarówno kobiet jak i mężczyzn. Nie wykazano jednak istotnego związku między częstotliwością orgazmu a całkowitym czasem snu.

PŁEĆ MA ZNACZENIE?

Uczestniczki w stałych związkach (niezależnie od sytuacji życiowej) zgłaszały szybsze zasypianie, wyższą satysfakcję emocjonalną po seksie i częstsze orgazmy. Ponadto istniały powiązania między częstotliwością orgazmu, satysfakcją emocjonalną i opóźnieniem snu, co sugeruje, że niektóre aspekty zgłaszanej przez siebie aktywności seksualnej są powiązane z postrzeganymi pozytywnymi wynikami snu. Badanie miało sprawdzić wpływ typu związku na aktywność seksualną. Wyniki wskazały, że osoby pozostające w regularnych związkach (mieszkając razem lub osobno) zgłaszały wyższą satysfakcję emocjonalną z aktywności seksualnej niż osoby samotne lub pozostające w związkach okazjonalnych albo przypadkowych.

Podobnie osoby w stałych związkach częściej zgłaszały wysoką częstotliwość orgazmu (73,6% - 75,5% uczestników regularnych związków zgłaszało orgazm „przez większość czasu” lub „za każdym razem”), w porównaniu z 59,3% osób w związkach okazjonalnych lub przypadkowych lub 10,7% osób, które nie były w związku. Co więcej, osoby mieszkające ze stałymi part-

nerami zgłaszały, że zasypiają o 10,5 minuty szybciej niż osoby ze sporadycznymi lub przypadkowymi partnerami. Podkreślił jednak, że w przypadku mężczyzn nie było znaczącej różnicy w długości zasypiania, a typem relacji – ten wskaźnik dotyczy głównie kobiet.

DRESZCZYK EMOCJI. CZY ZDROWY SEN

Bycie w przypadkowych i nieregularnych relacjach może istotnie zwiększać pobudzenie i reaktywność, które powodują gorszą jakość snu. Zwiększone pobudzenie bywa też spowodowane pozytywnym lub negatywnym afektem (lub obydwoma) związanymi z nowymi związkami (np. podniecenie, nerwowość, niepewność itp.) lub rozpadem związku (np. lęk, stres, ruminacje). Dlatego zrozumienie typu związku i związanego z nim stanu emocjonalnego może być przydatne w identyfikacji przyczyn złego snu. Badanie pokazało ciekawe zależności, ale biorąc też pod uwagę błędy statystyczne (które występują praktycznie w każdych badaniach) i procent ukończenia ankiety (średnio 66%), należałoby brać pod uwagę, że badanie dobrze byłoby powtórzyć i eksplorować temat szerzej.

Warto też pamiętać, że zła jakość snu to złożoność wielu czynników, które mają różne podłoża, a relacje to jedna ze zmiennych, którą warto wziąć pod uwagę szukając przyczyny problemu, ale nie można się na tym nadmiernie skupiać. Zarówno dobry, jakościowy sen, jak i wartościowe relacje poprawiają nasz komfort życia i korzystnie wpływają na nasze zdrowie psychiczne. Dobrze więc zadbać o świadome pielęgnowanie obydwu obszarów, żeby podkreślić naszą satysfakcję z życia do maksimum. II

➤ ŹRÓDŁO.

Sleeping together: understanding the association between relationship type, sexual activity, and sleep - PMC (nih.gov)



MOLTON

ZA CO LUBIĘ MIASTO LATEM?



TEKST Karolina Kołodziejczyk ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Przystąpienie do pisania tego tekstu w samym środku deszczowego lipca było niemałym wyzwaniem. Na chwilę musiałam odłożyć swoje nienawistne myśli skierowane w stronę polskiego lata i zamiast tego przypomnieć sobie, dlaczego właściwie nie warto od razu uciekać z naszych miast czy też w ogóle – z kraju, gdy tylko w kalendarzu ujrzymy czerwiec. Zapraszam Was więc do tej zabawy razem ze mną. Mam nadzieję, że czytacie to w nieco bardziej sprzyjających doświadczeniu wakacji okolicznościach.

ŻYCIE

Pierwsza myśl, która przyszła mi do głowy, gdy myślałam o temacie tego tekstu, była dość banalna: miasta latem żyją. Co prawda z miast typowo studenckich nagle wyjeżdżają tłumy dwudziestolatków, ale w zamian za to przyjeżdżają przeciw turyści, zmieniając na moment charakter tych miejsc. Tak czy siak latem wszędzie jest dużo ludzi. Spacerują, biegają, jedzą późne śniadania, wystają w kolejkach po lody, kryją się z otwartym piwem przed policją, tańczą na silent disco i chodzą zakochani po parkach. Latem w mieście

czujesz, że to właśnie tu toczy się życie i że wystarczy, żebyś wyszedł z domu, a nie ważnego Cię już nie ominie.

ZAPACHY

Letnie zapachy są wyjątkowe. Tylko w upalne, wakacyjne dni w powietrzu mieszają się te przyjemne akcenty: słodko-gorzkie nuty Aperola, woń świeżo skoszonego trawnika, zapach skwierzącej na grillu kielbaski, z tymi mniej przyjemnymi: smrodem moczu oddanego w nieprzepisowym miejscu przez jakiegoś imprezowicza czy odorem gnijących na słońcu śmieci. Fajna metafora życia, nie tylko letniego.

RZKA

Woda to dla mnie coś, co potrafi zdefiniować funkcjonowanie miasta, szczególnie latem. Wokół rzek tworzy się epicentrum spędzania wolnego czasu. Mam wrażenie, że poza ochłodzeniem, którego oczywiście teraz szukamy, woda w mieście zaspokaja też w pewnym stopniu naszą tęsknotę za nadmorskim klimatem. Dlatego przesiadujemy w beach barach, tańczymy na warszawskich schod-

**LATEM W MIEŚCIE
CZUJESZ, ŻE TO WŁAŚNIE
TU TOCZY SIĘ ŻYCIE
I ŻE WYSTARCZY, ŻEBYŚ
WYSZEDŁ Z DOMU,
A NIC WAŻNEGO CIĘ
JUŻ NIE OMINIE.**



kach, grillujemy na wyspach czy wreszcie – wypożyczamy kajaki i łódki, by jeszcze mocniej poczuć obecność wody.

SPORT

Zimą i jesienią dla wielu z nas jakakolwiek aktywność fizyczna jest czymś, do czego musimy się mniej lub bardziej zmuszać, a wyjście na siłownię raz w tygodniu staje się ważnym osiągnięciem. Latem jednak sporty przychodzą nam naturalnie – pewnie dlatego, że możemy uprawiać je na świeżym powietrzu, korzystając z wyczekiwanego słońca. W wielu miastach organizowane są zajęcia jogi pod chmurką, wszędzie można natknąć się na biegaczy i skaterów, a rower staje się podstawowym środkiem transportu.

MİŁOŚĆ

Trochę cliché, ale mówiąc o lecie, nie da się ominąć tego wątku. Miłość dominuje wakacyjny krajobraz miast. Nawet jeżeli to szybka, klubowa „miłość”, taka na jedną nieprzespaną noc, to latem jest w niej coś chociaż odrobinę magicznego. Nie wiem, czy to te pocztówkowe zachody słońca, poczucie bez troski i wolności, rozgrzane od słońca ciała, ale wakacyjne noce sprzyjają nowym znajomościom. No i nie tak nie wzrusza jak widok pary starszuchów trzymających się za rękę, drepających powoli rozzielenionymi alejkami parku.



ZIELEŃ

I tak zgrabnie dotarliśmy do ostatniego punktu mojej listy, czyli miejskiej zieleni. W obliczu panoszącej się wszędzie betonozy, każdy, nawet najmniejszy skrawek natury, jest na wagę złota. Parki, lasy, skwery dają wytchnienie od gorąca i są lekiem na wielkomiejskie przebodźcowanie. I chociaż życzyłabym sobie, żeby w pol-

skich miastach było tej natury zdecydowanie więcej i żeby stanowiła urbanistyczną bazę, a nie wciśnięty między nowoczesnymi apartamentowcami dodatek, to i tak jestem za nią wdzięczna. Lubię te urodzinowe pikniki, karuzele wypełnione dziećmi w parkach, pieski spacerujące po lesie. Czuję wtedy właśnie to, od czego zaczęłam ten tekst – życie. II



ZAWSZE W PODRÓŻY, CZYLI O TAMARZE ŁEMPICKIEJ W MUZEUM NARODOWYM W LUBLINIE

TAMARA ŁEMPICKA. SPEŁNIONA ARTYSTKA? BEZPRUDERYJNA SKANDALISTKA? A MOŻE KOBIETA Z KRWI I KOŚCI. ZBUDOWANA Z NAMIĘTNOŚCI, TĘSKNOT, OBAW I CHWIL SZCZĘŚCIA? PEŁNA SPRZECZNOŚCI. I ZAWSZE W DRODZE. BO JAK MÓWIŁA "ŻYCIE JEST JAK PODRÓŻ". ŻEBY LEPIEJ POZNAĆ ARTYSTKĘ, WARTO WYRUSZYĆ W KIERUNKU LUBLINA. GDZIE W MUZEUM NARODOWYM MOŻNA ZOBACZYĆ WYSTAWĘ "TAMARA ŁEMPICKA – KOBIETA W PODRÓŻY".

TEKST Joanna Rembowska **ZDJĘCIA** Mat. Prasowe

Uwielbiam podróżować! Najczęściej można mnie spotkać w pociągach, którymi mogłabym zjeździć cały świat! To już taki mały rytuał – moja walizka jest przeważnie wypchana po brzegi, nawet jeżeli wyjeżdżam tylko na kilka dni, a w bagażu podręcznym zawsze mam jakiś magazyn lub właśnie czytana książkę. Chociaż zazwyczaj okazuje się to zupełnie niepotrzebne, bo w pociągu włącza mi się totalny reset. Rozsiadam się wygodnie w fotelu, słyszę gwizdek konduktora zapowiadający odjazd i zaczyna się wpatrywanie w okno, mijany krajobraz, towarzysze podróży, trochę „myśli nieuczesanych” ... wyłączam się dla świata.

Zastanawiałam się nawet jakiś czas temu, czy to być może już jakieś uzależnienie, bo kiedy przez długi czas nigdzie się nie ruszam, zawsze znajdę drogę i czas żeby choć przez chwilę побыć na dworcu, posłuchać nadjeżdżających pociągów, spieszących się podróżnych i tego charakterystycznego dźwięku ciągniętej za sobą walizki, który obiecuje nowe, jeszcze nieznane, pełne nadziei na przygodę. Być może przygodę życia? Któż to wie? W końcu Tamara Łempicka mówiła, że „życie jest jak podróż”. Nie dziwnego, skoro całe jej życie było wieczną podróżą. I nie tylko tą dosłowną, mierzoną kilometrami, ale także podróżą metaforyczną, przez sztukę i skandale.

Łempicka swoją legendę budowała, a raczej opowiadała, w sposób bezwzględny, nie bacząc na panujące konwenanse. Doskonale zdawała sobie sprawę, że skandal rządzi światem, w tym także (a może przede wszystkim) światem artystycznym. Przez lata udało jej się stworzyć wizerunek artystki bezkompromisowej, niepokornej, zafascynowanej ludzkim ciałem i uciechami życia. Artystki, której sztuka miała zadziwiać i zachwycać, a przede wszystkim zapisać się w historii.

Twórczość Łempickiej to nie tylko połączenie niezaprzeczalnego talentu i pracowitości. W jej sztuce, jak w soczewce, skupiają się bowiem pragnienia szczęścia, romanse, porzucenie, tułaczka, czy wojenne niepokoje. Każdy z jej obrazów opowiada inną historię. Wszystkie, to z kolei opowieść o życiu jednej z największych artystek XX wieku.

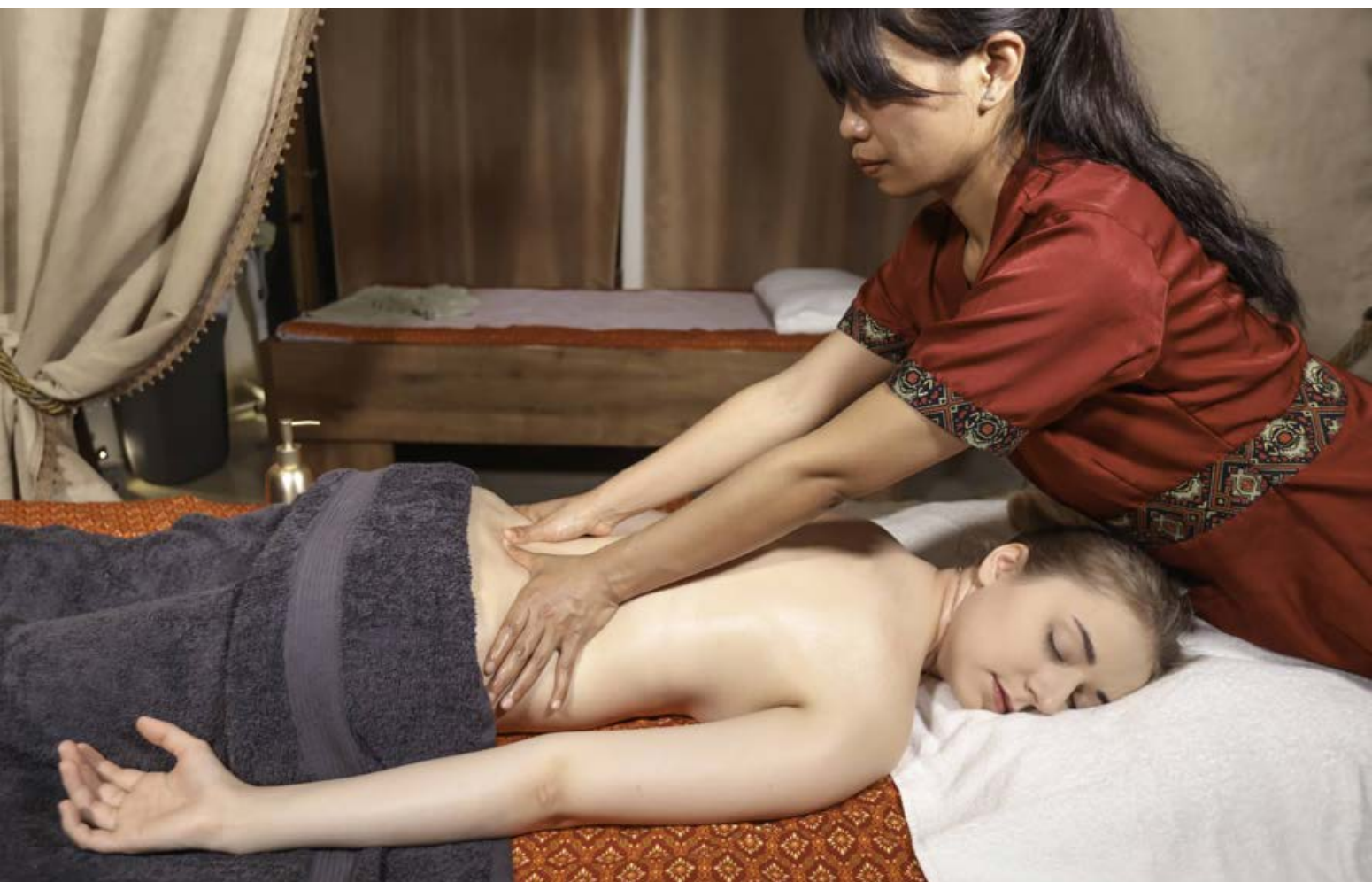
Taką opowieść snuje ostatnio Muzeum Narodowe w Lublinie, gdzie do 14 sierpnia 2022 roku można podziwiać wystawę „Tamara Łempicka – kobieta w podróży”. Oczywiście wśród wybitnych prac artystki i tłumów zwiedzających, byłam i ja.

Choć muszę się przyznać, że dla mnie to nie tylko wystawa, to raczej podróż w czasie do minionych lat 20. i 30. XX wieku. Fa-

scydująca i pełna tajemnic. Podróż utrzymana oczywiście w niezwykle art deco, czyli stylu, który podporządkował sobie epokę. Na zwiedzającego czeka bohema artystyczna przedwojennego Paryża, rauty, śluby, romanse, rozwody, zamorskie po-

droże, chwile szczęścia i wojenna niepewność. A w tym wszystkim Ona – Tamara. Artystka wybitna, niebojąca się wyzwań, skandalizująca. Kobieta niepokorna, świadoma, konsekwentnie budująca swoją drogę. Zawsze w podróży. II





MASAŻ BALIJSKI,

CZYLI SEKRET HARMONII CIAŁA, DUCHA I UMYŚŁU

POŁĄCZENIE WIELU TRADYCYJNYCH TECHNIK MASAŻU. KTÓRE NIE TYLKO LIKWIDUJĄ BÓLE CIAŁA. ALE PRZED WSZYSTKIM PRZYNOSZĄ ULGĘ. UKOJENIE I SZEROKO POJĘTY RELAKS. JAK OSIĄGNĄĆ STAN, KTÓRY DLA SZCZĘŚLIWYCH MIESZKAŃCÓW WYSPIY BALI JEST NORMĄ. A DLA NAS STAJE SIĘ CORAZ WIĘKSZYM WYZWANIEM? POROZMAWIAJMY O TYM Z EKSPERTAMI.

TEKST I ZDJĘCIA Mat. Prasowe

Relaks w czasach, gdy stres i napięcie towarzyszą nam coraz częściej staje się niezwykle trudny. Na co dzień czujemy, że zbyt wiele bodźców potrafi skutecznie odwrócić naszą uwagę w momentach, w których staramy się odpocząć. W sytuacji, gdy nasze własne sposoby na odprężenie nie przynoszą rezultatów, warto skierować się do miejsc, które wręcz słyną

z niezwyklej mocy uzdrawiania. W Trójmieście takim miejscem jest Prana Spa. To wyjątkowa przestrzeń dla tych, którzy potrzebują resetu. Tworzona jest przez najlepszych specjalistów prosto z regionów, dla których równowaga ciała i ducha to priorytet. O tym, czym jest masaż balijski i jakie korzyści nam daje rozmawiamy z twórcami tego niezwykłego miejsca.

Na czym polega masaż balijski?

Masaż balijski wywodzi się z rajskiej wyspy Bali. Co ciekawe, przez jej mieszkańców nazywaną Wyspą Szczęśliwych Ludzi. Zabieg ten to jeden z najbardziej odprężających masażów orientalnych. Dba przede wszystkim o wyregulowanie wszystkich procesów w naszym ciele, przybliżając nas tym samym do osiągnięcia stanu równowagi ciała i ducha. Jest całkiem intensywny



w wykonaniu, ponieważ zawiera elementy akupresury i refleksoterapii, co powoduje jeszcze lepsze rozluźnienie mięśni głębokich. Podczas masażu wykorzystuje się takie techniki, jak rozciąganie, rozciąganie, ugniatanie i gładzenie. Do tego kojące zmysły zapachu i relaksacyjna muzyka. Nie sposób nie pokochać tego masażu!

Dla kogo przeznaczony jest masaż balijski?

Z masażu balijskiego może korzystać każdy, kto potrzebuje odprężenia i ukojenia. Jednak najbardziej polecany jest on osobom:

- miewającym częste skurcze mięśni oraz bóle napięciowe,
- po kontuzjach i urazach, w celu przywrócenia elastyczności i sprawności,
- sportowcom,
- cierpiącym na częste bóle głowy,
- przemęczonym, prowadzącym siedzący tryb życia,
- przepracowanym i zestresowanym.

Siła masażu balijskiego jest dostosowywana indywidualnie do każdego klienta, zatem może mieć on charakter relaksacyjny bądź sportowy.

Jakie są korzyści i efekty po zabiegu?

Jest to znakomita forma relaksu, która pozwala pozbyć się bólu mięśni, kręgosłupa, zakaśmów czy migreny.

W tempie dzisiejszego życia, każdemu z nas przyda się chwila odprężenia. Warto więc czasem zatrzymać się, wsłuchać w swoje ciało i zadbać o odpoczynek, który przy okazji daje ukojenie i rozluźnienie. Przynajmniej, że trudno być obecnym „tu i teraz” oraz cieszyć się życiem, podczas gdy nasze ciało się buntuje.

Czy pomiędzy klientami z Polski, a tymi z innych krajów występują zauważalne różnice w związku z poziomem stresu?

Według badań STADA Health Report 2022, Polacy należą do ludzi o najwyższym poziomie stresu. Jak wynika z badania – aż 26% dorosłych Polaków czuje się na granicy wypalenia, a 41% twierdzi, że ich poziom stresu znacznie wzrósł od początku pandemii COVID-19 (średnia badania to 37%). Liczby te można mnożyć, a ogólny wniosek i tak będzie jeden – w porów-

naniu z krajami południowej Europy, daleko nam do osiągnięcia spokoju i harmonii. Może to być powodem, dla którego coraz częściej szukamy „odskoczni” od obowiązków czy frustrujących nas sytuacji.

Jakie emocje najczęściej towarzyszą klientom po masażu? O czym najczęściej wspominają?

Po pierwsze i najważniejsze, nasi goście doświadczają pracy z ciałem, która skupia się na jego rozluźnieniu oraz pobudza wszystkie zmysły. Podczas masażu, klienci całkowicie oddają się przyjemnemu uciskowi, a cisza sprawia, że w pełni mogą skupić się na „tu i teraz”. Jesteśmy przekonani, że właśnie takie doświadczenie redukuje ich stres, odrywa na chwilę od codziennych zajęć oraz przynosi satysfakcję z tego, że w końcu zrobili coś dla siebie i swojego zdrowia. Warto wspomnieć, że w trakcie zabiegu nierzadko pojawiać się może nawet lekki dyskomfort czy ból podczas silniejszego ucisku. Po chwili jednak następuje przyjemne rozluźnienie. Śmiech i wdzięczność gości za tak relaksujący wypoczynek wyraźnie udowadnia, że było warto.

Co wyróżnia Prana Spa na tle innych salonów SPA?

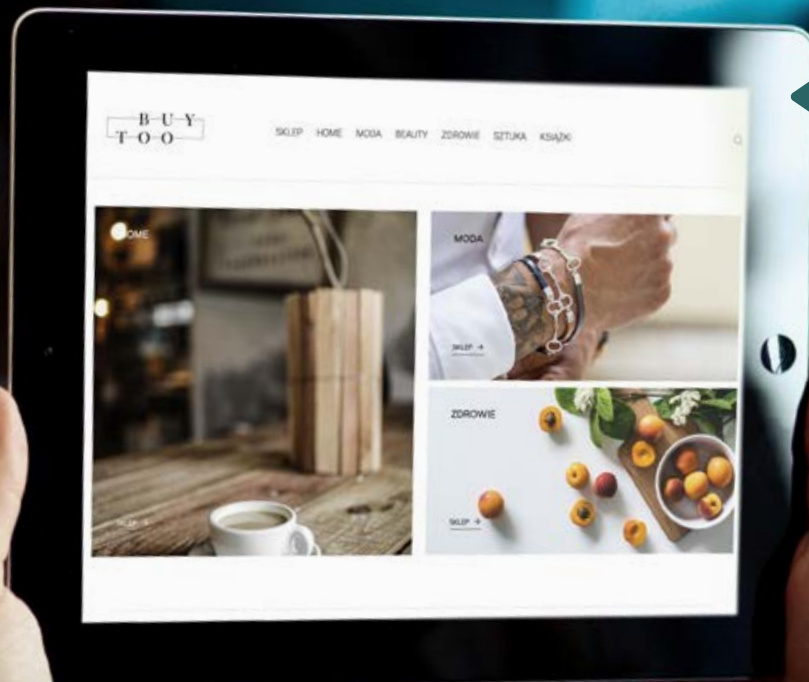
Naszą największą wartością są bez wątpienia terapeutki z Bali, które swoją wiedzę zdobywały w balijskich szkołach masażu. Jednak poza wiedzą, bardzo dużą wagę przywiązujemy do tego, aby nasze masażystki miały duże doświadczenie zawodowe, dzięki czemu podczas masażu niosą nie tylko relaks, ale i pomoc. Staramy się, by już od momentu wejścia nasi goście poczuli się zrelaksowani, a każdy kolejny krok był miłym zaproszeniem do świata orientu i ukojenia zmysłów.

Jaka jest Wasza główna motywacja do tego, by o masażu balijskim usłyszało jak najwięcej osób?

Wierzmy, że holistyczne podejście do naszego zdrowia może znacznie przybliżyć nas do harmonii życiowej. Ważne jest, by zrozumieć siebie zarówno w sferze fizycznej, jak i samopoczucia oraz emocji, a następnie zadbać o prawidłowe funkcjonowanie każdej z nich. Tylko patrząc na siebie w ten sposób możemy uzdrowić zarówno nasze ciało i duszę. Masaż balijski to zdecydowanie jedno z „narzędzi”, które może ci w tym pomóc. II

➤ POZNAJ PEŁNĄ OFERTĘ PRANA SPA

www.pranaspa.pl



**SKLEP
INTERNETOWY**
stworzony
specjalnie
dla przyjaciół
anywhere.pl

a n y
w h e
r e . p l

B—U—Y
T—O—O

MONAT

► *Farys.*
DESIGN



Leatherblackbigbit

Majestatyczna, wyrafinowana bransoletka wykonana z wysokiej jakości naturalnej skóry wykończonoj dużym wędzidłem w srebrze. Przepięknie prezentuje się zarówno do sportowej jak i eleganckiej stylizacji. | Cena: 240 zł

► **EstroVita**
suplement diety



EstroVita Immu - dla naturalnej odporności

EstroVita Immu to suplement diety o najwyższej skoncentrowanej zawartości kwasów tłuszczowych omega-3,6,9 wyizolowanych z unikalnej mieszaniny aż 4 olejów roślinnych (lnianego, z czarnej porzeczki, czarnuszki oraz wiesiołka). | Cena: 90,38 zł

► **Koncert**
Hannah Fielding



„Koncert” jest romantyczną, bardzo zmysłową historią o utracie miłości i przebaczeniu, o trudnych wyborach, przeznaczeniu i heroicznej determinacji, by wszystko dobrze się ułożyło. | Cena: 39,99 zł

więcej na

buytoo.pl



**STAŁY DODATEK PORTU LOTNICZEGO
GDAŃSK IM. LECHA WAŁĘSY**

REGULAR SECTION OF GDANSK LECH WALESA AIRPORT



BEZPŁATNY PARKING KISS&FLY

FREE OF CHARGE KISS&FLY CAR PARK

Kierowcy dowożący pasażerów na samolot z gdańskiego lotniska, skorzystać mogą z parkingu przed terminalem, który umożliwia bezpłatny postój pojazdu do 10 minut.

Drivers taking the passengers to Gdańsk airport are permitted to use parking facilities in front of the terminal up to 10 minutes.

KISS & FLY	do 10 min / to 10 min	do 20 min / up to 20 min	do 30 min / up to 30 min
	bezpłatnie / free	20,00 PLN	40,00 PLN

Wyłącznie dla autokarów o wysokości powyżej 2,9 m, które skorzystały z wyznaczonego wjazdu.

Only for buses higher than 2,9 m, which passed through the dedicate entrance.



KISS & FLY	do 45 min / to 45 min	do 55 min / up to 55 min	do 30 min / up to 30 min
	bezpłatnie / free	20,00 PLN	40,00 PLN

P1

	do 10 min / to 10 min	1 godzina / 1 hour	2 godzina / 2 hours
	2,00 PLN	12,00 PLN	22,00 PLN

P3

	do 10 min / to 10 min	1 godzina / 1 hour	1 dzień / 1 Day
	2,00 PLN	12,00 PLN	22,00 PLN



	KISS&FLY	KINOKOTERMINOWY	KINOKOTERMINOWY	DLUGOTERMINOWY	OKONOWY	NAJTAŃSZY
CENA	0 PLN do 10 minut 20 PLN/20 min 40 PLN/30 min	2 PLN/10 min 12 PLN/1 h 18 PLN/2 h	2 PLN/10 min 12 PLN/1 h 22 PLN/1 dzień	22 PLN/1 dzień 48 PLN/7 dni 141 PLN/3 tygodnie	37 PLN/1 dzień 48 PLN/7 dni 147 PLN/3 tygodnie	25 PLN/1 dzień 35 PLN/7 dni 119 PLN/3 tygodnie
REKOMENDOWANY NA	postój do 10 min	postój do 2 h	postój do 1 dnia	2-7 dni	powyżej 4 dni	powyżej 4 dni
ODLEGŁOŚĆ OD TERMINAŁA	15 m	50 m	100 m	250 m	250 m	700 m
UBEZPIECZENIE PARKINGU	-	tak	tak	tak	tak	tak
PARKING ZEWNĘTRZNY	-	tak	tak	tak	tak	tak
LICZBA MIEJSC PARKINGOWYCH	-	205	315	901	1251	400
WYSOKOŚĆ MASYNAŁA	-	3 m	3 m	3 m	3 m	3 m
WYKŁADY PŁATNOŚCI	-	gotówka, karta płatnicza, karta kredytowa	gotówka, karta płatnicza, karta kredytowa	gotówka, karta płatnicza, karta kredytowa	gotówka, karta płatnicza, karta kredytowa	gotówka, karta płatnicza, karta kredytowa
REZERWACJA ONLINE	-	tak	tak	tak	tak	tak

REKLAMA



USŁUGI PREMIUM PREMIUM SERVICES FAST TRACK

- * dedykowane szybkie przejście z kontrolą bezpieczeństwa, bez konieczności oczekiwania w kolejce
- * a dedicated fast entrance with security check, without the need to stand in a line



VIP

- * dedykowany opiekun
- * dyskretna, indywidualna kontrola bezpieczeństwa, odprawa bagażowa oraz celna
- * poczęstunek w formie przekąsek, napojów oraz szeroki wybór alkoholi
- * luksusowy salon VIP i parking
- * indywidualny transport do/z samolotu



EXECUTIVE LOUNGE

- * kameralna atmosfera
- * komfortowy salon wypoczynkowy w formule „all inclusive”
- * intimate atmosphere
- * a comfortable “all inclusive” recreational salon

KONTAKT/CONTACT:

Fast Track, VIP: tel. +48 608 047 635, e-mail: vip@airport.gdansk.pl
Executive Lounge: tel. +48 58 348 11 99, e-mail: executive@airport.gdansk.pl

Szczegóły dotyczące usług dostępne są na stronie internetowej
www.airport.gdansk.pl w zakładkach: Fast Track, Executive Lounge i Obsługa VIP.
Detail available at www.airport.gdansk.pl in Fast Track,
Executive Lounge and VIP Services sections.





DOJAZD DO PORTU LOTNICZEGO GDAŃSK IM. LECHA WAŁĘSY

HOW TO GET TO GDANSK LECH WALESA AIRPORT

MINIBUSEM

BY MINIBUS

[AIR-TRANSFER.PL](http://www.air-transfer.pl)

www.air-transfer.pl

Koszalin-Sławno-Słupsk-Lębork-
Port Lotniczy Gdańsk (i z powrotem)

WAGNER TRANSPORT

wagnertransport.pl

Olsztyn-Ostróda-Port Lotniczy Gdańsk
(i z powrotem)

GDNEXPRESS

www.gdnexpress.pl

Bydgoszcz-Osielsko-Świecie-Port
Lotniczy Gdańsk (i z powrotem)

TRANSWAL

www.transwal.pl

AD-MAR-TRANSPORT

www.facebook.com/admaralotnisko

Grudziądz > Airport Gdańsk (i z powrotem)

PRZEWOŹNICY NIEREGULARNI:

NIWOTRANS

www.niwo.pl

BYTNER TRANSPORT

www.bytnertransport.pl

TRANSLINEAIR

www.translineair.pl



Jeśli masz pytania lub uwagi na temat
funkcjonowania Portu Lotniczego
Gdańsk, napisz do nas:
airport@airport.gdansk.pl

If you have any questions or suggestions
about the functioning of Gdansk Airport,
e-mail us: airport@airport.gdansk.pl

SAMOCHEDEM

BY CAR

- z kierunku Banina (zachód) – ul. Nowatorów
- z kierunku Gdyni/Sopotu (północ) – trasa S6
- z kierunku Tczewa (południe) – trasa S6
- z kierunku Gdańska (północ) – ul. Słowackiego
- z kierunku Torunia, Bydgoszczy – trasa A1

- from Banino (west) – Nowatorów St.
- from Gdynia/Sopot (north) – route S6
- from Tczew (south) – route S6
- from Gdansk (north) – Słowackiego St.
- from Torun, Bydgoszcz – route A1

TAKSÓWKĄ

BY TAXI

Taxi rekomendowane przez Port Lotniczy
Gdańsk im. Lecha Wałęsy

Taxi recommended by Gdansk Lech Walesa Airport



19686

AUTOBUSEM

BY BUS

AUTOBUSY Z/DO GDAŃSKA

BUSES FROM/TO GDANSK

(szczegółowy rozkład www.ztm.gda.pl):

(detailed timetable www.ztm.gda.pl):

- z Dworca Głównego PKP Gdańsk Główny / from PKP Gdańsk Główny Station
- linia 210 (czas dojazdu ok. 35 min.) / 210 bus line (journey time approx. 35 min.)
- linia nocna N3 (czas dojazdu ok. 40 min.) / N3 night bus line (journey time approx. 40 min.)
- z Dworca PKP Gdańsk Wrzeszcz / from PKP Gdańsk Wrzeszcz Station
- linia 110 (czas dojazdu ok. 35 min.) / 110 bus line (journey time approx. 35 min.)
- linia 120 z Łostowice-Świątkrzyska (czas dojazdu około 45 minut) 120 bus line (journey time approx. 45 min.)



AUTOBUSY Z / DO SOPOTU

BUSES FROM / TO Sopot

(szczegółowy rozkład www.ztm.gda.pl):

(detailed timetable www.ztm.gda.pl):

- z Dworca SKM Kamienny Potok / from SKM Kamienny Potok Station
- linia 122 (czas dojazdu ok. 50 min.) / 122 bus line (journey time approx. 50 min.)

POCIĄGIEM / PKM

BY TRAIN / PKM

- Gdańsk Wrzeszcz > Port Lotniczy (co 30 minut) / from Gdańsk Wrzeszcz (every 30 minutes)
- Gdynia Główna > Port Lotniczy (co 60 minut) / from Gdynia Główna (every 60 minutes)
- Kartuszy, Żukowo > Port Lotniczy (co 60 minut) / from Kartuszy, Żukowo (every 60 minutes)
- Kościerzyna, Sominino > Port Lotniczy (co 60 minut) / from Kościerzyna, Sominino (every 60 minutes)



Szczegółowy rozkład jazdy dla całej sieci PKM można znaleźć pod adresem www.pkm-sa.pl
(detailed timetable www.pkm-sa.pl)

AUSTRIA / AUSTRIA

WIEN	 RYANAIR	www.viennaairport.com
------	--	-----------------------

BULGARIA / BULGARIA

BURGAS	 RYANAIR  WIZZ	burgas-airport.bg
--------	--	-------------------

CHORWACJA / CROATIA

SPLIT	 WIZZ	www.split-airport.hr
ZADAR	 RYANAIR	www.zadar-airport.hr

CYPR / CYPRUS

PAFOS	 RYANAIR	www.hermesairports.com
LARNAKA	 WIZZ	www.larnaca-airport.com

DANIA / DENMARK

AARHUS	 RYANAIR	www.aar.dk
BILLUND	 WIZZ  RYANAIR	www.billund-airport.com
KOPENHAGA	 NORWEGIAN  RYANAIR  SAS	www.cph.dk

FINLANDIA / FINLAND

HELSINKI	 FINNAIR	www.finnair.fi
TURKU	 WIZZ	www.finnair.fi

FRANCJA / FRANCE

PARYŻ-BEAUVAIS	 RYANAIR  WIZZ	www.aeroportbeauvais.com
----------------	--	--------------------------

GRECJA / GREECE

CHANIA/KRETA	 RYANAIR	www.chania-airport.com
HERAKLION/KRETA	 WIZZ	www.heraklion-airport.info
KORFU	 RYANAIR	www.cfu-airport.gr
SANTORINI	 WIZZ  RYANAIR	www.jtr-airport.gr

GRUZJA / GEORGIA

KUTAISI	 WIZZ	www.kutaisi.aero
---------	---	------------------

HISZPANIA / SPAIN

ALICANTE	 RYANAIR	www.alicante-airport.net
BARCELONA EL-PRAT	 WIZZ	www.aena.es
BARCELONA-REUS	 RYANAIR	www.aena.es
WALENCJA	 RYANAIR	www.aena.es/va/valencia.html

HOLANDIA / NETHERLANDS

AMSTERDAM	 KLM	www.schiphol.nl
EINDHOVEN	 WIZZ	www.eindhovenairport.com

IRLANDIA / IRELAND

DUBLIN	 RYANAIR	www.dublinairport.com
CORK	 RYANAIR	www.corkairport.com

ISLANDIA / ICELAND

REJKIAVIK-KEFLAVIK	 WIZZ	www.kefairport.is
--------------------	---	-------------------

LITWA / LITHUANIA

WILNO	 RYANAIR	www.vilnius-airport.lt
-------	--	------------------------

MALTA / MALTA

MALTA	 RYANAIR	www.maltaairport.com
-------	--	----------------------

NIEMCY / GERMANY

DORTMUND	 WIZZ	www.dortmund-airport.de
DUSSELDORF	 Eurowings	www.dus.com
FRANKFURT	 Lufthansa	www.frankfurt-airport.de

HAMBURG	 RYANAIR  WIZZ	www.fhl-web.de
KOLONIA-BONN	 WIZZ	www.koeln-bonn-airport.de
MONACHIUM	 Lufthansa	www.munich-airport.com

NORWEGIA / NORWAY

ALESUND	 WIZZ	www.avinor.no
BERGEN	 NORWEGIAN  WIZZ	www.avinor.no/en/airport/bergen
HAUGESUND	 WIZZ	www.avinor.no/en/airport/haugesund
KRISTIANSAND	 WIZZ	avinor.no/en/airport/kristiansand-airport/
OSLO -GARDERMOEN*	 NORWEGIAN  WIZZ  SAS	www.osl.no
OSLO-TORP	 RYANAIR  WIZZ	www.torp.no
STAVANGER	 WIZZ	www.avinor.no/en/stavanger
TRONDHEIM	 WIZZ	www.avinor.no/en/airport/trondheim
TROMSØ	 WIZZ	avinor.no/en/airport/tromso-airport/
MOLDE	 WIZZ	www.avinor.no
NARVIK	 WIZZ	avinor.no/en/airport/harstadnarvik-airport/

SZWAJCARIA / SWITZERLAND

ZURYCH	 SWISS	www.flughafen-zuerich.ch
--------	--	--------------------------

SZWECJA / SWEDEN

GÖTEBORG	 WIZZ  RYANAIR	www.goteborgairport.se
MALMÖ	 WIZZ	www.lfv.se/sv/Malmo
SZTOKHOLM-SKAVSTA	 WIZZ	www.skavsta.se
SZTOKHOLM-ARLANDA	 NORWEGIAN  RYANAIR	www.swedavia.se/arlanda
SKELLEFTEA	 WIZZ	skellefteairport.se
VAXJO	 RYANAIR	www.smalandairport.se

WIELKA BRYTANIA / GREAT BRITAIN

ABERDEEN	 WIZZ	www.aberdeenairport.com
BIRMINGHAM	 RYANAIR	www.birminghamairport.co.uk
BRISTOL	 RYANAIR	www.bristolairport.co.uk
DONCASTER-SHEFFIELD	 WIZZ	www.robinhoodairport.com
EDYNBURG	 WIZZ  RYANAIR	www.edinburghairport.com
LEEDS-BRADFORD	 RYANAIR	www.leedsbradfordairport.co.uk
LIVERPOOL	 WIZZ	www.liverpoolairport.com
LONDYN-LUTON	 WIZZ	www.london-luton.co.uk
LONDYN-STANSTED	 RYANAIR	www.stanstedairport.com
MANCHESTER	 RYANAIR	www.manchesterairport.co.uk
NEWCASTLE	 RYANAIR	www.newcastleairport.com

WŁOCHY / ITALY

MEDIOLAN-BERGAMO	 WIZZ  RYANAIR	www.orioaeroporto.it
PIZA	 RYANAIR	www.pisa-airport.com
WENECJA	 RYANAIR	www.veneziaairport.it

POLSKA / POLAND

KRAKÓW	 RYANAIR  LOT	www.krakowairport.pl
LUBLIN	 RYANAIR  LOT	www.airport.lublin.pl
WARSZAWA	 LOT	www.lotnisko-chopina.pl
WROCŁAW	 RYANAIR	www.airport.wroclaw.pl
RZESZÓW	 LOT	www.rzeszowairport.pl
ZIELONA GÓRA	 LOT	www.airport.lubuskie.pl





TRZECIA CO DO WIELKOŚCI WYSPA BASENU MORZA ŚRÓDZIEMNEGO SŁYNIE Z PONAD 300 SŁONECZNYCH DNI W ROKU ORAZ NARODZIN AFRODYTY.

Tekst: Agnieszka Zawistowska Zdjęcia: pixabay.com

Bogini miłości ponoć wyłoniła się z morskich fal w zatoce Petra tou Romiou. Istnieje wiele legend związanych z tym miejscem. Chcący zachować wieczną młodość powinni trzykrotnie opłynąć środkową skałę podczas pełni księżyca. Dla lepszego efektu najlepiej nago. Z opowieści mojego przewodnika wnoszę, że śmiałków nie brakuje. Dowiaduję się także, że jeśli znajdę na plaży kamień w kształcie serca, spotkam miłość. Zwracam uwagę na przybrzeżne krzewy przyozdobione wstążkami i... chustkami higienicznymi. Mój kompan tłumaczy mi, że zawieszenie tu tasiemki oznacza prośbę o zesłanie miłości. A ponieważ nie wszyscy wyposażeni są we wstążki, zawieszają na gałązkach cokolwiek. Wszak liczy się intencja!

Jednymi z najpopularniejszych kurortów na wyspie są Agia Napa i Pafos. Pierwszy wypełniony jest barami, restauracjami i klubami goszczącymi didżejów o międzynarodowej sławie. Agia Napa znana jest z pokrytych drobnym białym piaskiem plaż, które stanowią doskonale miejsce do uprawiania

sportów wodnych. Warto odwiedzić przylądek Greco, najbardziej wysuniętą na południowy wschód część Cypru, która wznosi się nad skalistym cyplem. Z kolei założone w IV wieku p.n.e. Pafos znane jest z licznych zabytków. Warto obejrzeć mozaiki zdobiące podłogi kilku odkopanych budowli z II i III w. Do Pafos można dostać się bezpośrednio z Gdańska Ryanair.

Wjeżdżając do tureckiej części Cypru, czuję się niczym agent wywiadu. Żołnierze z karabinami, którym brakuje mięśni uśmiechu, dokładnie przeglądają mój paszport. W wyniku bratobójczych walk między mieszkańcami narodowości greckiej i tureckiej ponad 40 lat temu kraj został podzielony na dwie części – południową (grecką) i północną (turecką). Te oddzielone są od siebie tzw. Zieloną Linia, która przebiega przez sam środek starego miasta Nikozji – stolicy wyspy (na wschodnie wybrzeże do Larnaki, ponad 50 km od Nikozji dostaniesz się z Portu Lotniczego Gdańsk WizzAirem). Główną ulicą prowadzącą do punktu granicznego jest

Ledra, wypełniona sklepami, kawiarniami i straganami z pamiątkami. Ceny są znacznie niższe niż w pozostałej części kraju, dlatego to tutaj warto rozejrzeć się za upominkami. W południowej Nikozji znajduje się rezydencja prezydenta Republiki Cypru, parlament, rząd oraz rezydencja najwyższego hierarchy cypryjskiej cerkwi. Pomimo dwuwładzy Nikozja pozostaje polityczną, ekonomiczną i kulturalną stolicą wyspy.

W Famağuscie, największym mieście wschodniego Cypru, mieści się meczet Lali Mustafa Paszy, który wcześniej stanowił katedrę św. Mikołaja. Wnętrze budowli wypełnione jest licznymi kolumnami. Nagrobki ukryte w posadzce zostały obecnie przykryte dywanami modlitewnymi. Nieopodal budowli znajduje się Palazzo del Proveditore, który był siedzibą weneckich gubernatorów, a następnie urządzonym przez Turków więzieniem.

Popołudniem docieram do malowniczej Kyrenii. W pobliżu miasta mieści się Opactwo Bellapais, gdzie znajduje się zrujnowany



klasztor augustiański. Miejsce uchodzi za niezwykle romantyczne, o czym mam okazję się przekonać pod koniec wycieczki, przy zachodzie słońca. II

ENGLISH

CYPRUS FOLLOWING THE SUN AND APHRODITE

THE THIRD BIGGEST ISLAND ON THE MEDITERRANEAN SEA IS FAMOUS FOR 300 SUNNY DAYS IN THE YEAR AND FOR BEING THE PLACE WHERE APHRODITE WAS BORN.

The goddess of love was supposed to be born from sea waves in Patra tou Romiou bay. There are many legends about this place. Those wanting to be forever young should swim around the middle rock three times during the full moon. It's best to do so nakedly. From what I've heard from my tour guide, I gather that there are many who did it. I also gather that if I can find a rock shaped like a heart, I will find love. I see some bushes nearby full of ribbons and handkerchiefs. My friend tells me that those votas mean that someone asks for love. And because not everyone has votas, they just put whatever on those bushes. The intent is the most important thing.

One of the most popular resorts on the island are Agia Napa and Pafos. The first one is filled with bars, restaurants, and clubs with famous international DJs. Agia Napa is known for sandy beaches that are a great place to do some water sports. It's also great to check out Greco Cape, the most Southeast place of Cyprus spread over the rocky cape. Pafos on the other hand was created in IV century BC and is known for many monuments. It's great to see Mozaic on the floor of a dugged-out buildings from the 2nd and 3rd centuries. You can go to Pafos directly from Gdańsk with Ryanair.

Going to the Turkish part of Cyprus, I feel like an intelligence agent. There are many soldiers with rifles with no smiling, who really strictly look at my passport. Because of the fights between Greeks and Turks 40 years ago, the country was divided into two parts - south (Greek) and north (Turkish). Those countries are spread by the Green Line that is going straight through Nicosia - the capital of an Island (it's the East side of Larnaka, about 50 km from Nicosia. You can get there from Gdańsk with WizzAir). The main street leading to the borderline is Ledra, filled with shops, cafes, and souvenir shops. Prices are much lower than everywhere else so it's the best place to look for some memorabilia. In south Nicosia, there is a residence of Cyprus Presiden, Parliament, Government, and the residence of the

highest Orthodox Church leader in Cyprus. Although there are two governments, Nicosia is still a political, economical, and cultural part of the island.

In Famagusta, the biggest city in East Cyprus, there is Lala Mustafa Paşa Mosque which used to be St. Nicolas Cathedra. The inside of the building is filled with columns. Graves are hidden in the floor and currently are covered with carpets. There is Palazzo del Proveditore which used to be a Venetian governor's headquarters and later a Turkish prison.

In the afternoon I arrive at Kyrenia. There is a Bellapais Abbey there where you can find the ruins of the Augustinian Monastery. The place is said to be romantic and it's something I get to find out during the end of my trip with a beautiful sunset. II





RÓŻNE WIZJE WSZECHŚWIATA ARTYSTÓW Z GDAŃSKA I UKRAINY NA GDAŃSKIM LOTNISKU

TO PIERWSZA WYSTAWA Z CYKLU POD WSPÓLNYM TYTUŁEM *UNIWERSUM*.
DOCELOWO NA LOTNISKU POJAWI SIĘ RÓŻNA SZTUKA, POCZĄWSZY OD
MALARSTWA, PRZEZ GRAFIKĘ I RZEźBĘ. DZIĘKI ZAPROSZENIU ARTYSTÓW ZE
ŚWIATA, WYSTAWY BĘDĄ MIAŁY CHARAKTER MIĘDZYNARODOWY.

Tekst i zdjęcie: Mat. Prasowe

Pierwszą ekspozycję tworzą dzieła Agaty Nowosielskiej, Marty Rynkiewicz, Radosława Kobusa i Serhija Savecenki. Prace można oglądać w salonie VIP.

Uniwersum to pokazanie wszechświata, w którym razem jesteśmy. Każdy z zaproszonych malarzy opisuje świat w inny sposób, inaczej o nim opowiada, żyjąc w tym samym czasie. I w tej naszej

różnorodności tkwi piękno tego świata” – powiedział jeden z artystów Radosław Kobus.

WIĘCEJ O ARTYSTACH:

Agata Nowosielska, rocznik 1982, jest absolwentką Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku. Studiowała też w Hochschule für Künste

Bremen w Bremie i na Podyplomowych Muzealnych Studiach Kuratorskich na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. Jest malarką współpracującą z Galerią Stolarska Krupowicz w Warszawie, kuratorką ponad 90 wystaw zrealizowanych w Klubie Żak w Gdańsku, a także Klubie Łaźnia i Gdańskiej Galerii Miejskiej. Jest autorką tekstów o sztuce. Prace Agaty Nowosielskiej były prezentowane w Niemczech i w Szwecji. Agata Nowosielska jest laureatką Stypendium Kulturalnego Miasta Gdańska, Stypendium Marszałka Województwa Pomorskiego dla Twórców Kultury oraz Stypendium Kultura Polska na Świecie Instytutu Adama Mickiewicza.

Marta Rynkiewicz urodziła się w 1983 roku w Gdańsku. Studiowała na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku na Wydziale Malarstwa pod kierunkiem profesora Henryka Cześnika, a także grafikę projektową pod kierunkiem profesora Jerzego Krechowicza. Dyplom obroniła w 2009 roku. W latach 2007-2008 studiowała w Accademia di Belle Arti di Brera w Mediolanie.

Serhiy Savchenko urodził się we Lwowie, w Ukrainie. Uczył się w Lwowskim Liceum Sztuk Dekoracyjnych i Stosowanych na Wydziale Metalu, a studiował w Lwowskiej Akademii Sztuk Pięknych na Wydziale Szkła. Zajmuje się malarstwem, rysunkiem, fotografią, scenografią, wideo, animacją i rzeźbą uliczną. Założył i jest dyrektorem artystycznym galerii Savchenko Gallery i Fundacji Savchenko w Gdańsku. Mieszka i pracuje we Lwowie i w Gdańsku.

Radosław Kobus urodził się w 1978 r. w Częstochowie. Ukończył studia w Akademii Sztuk Pięknych w Poznaniu i Gdańsku. Obronił dyplom z malarstwa w pracowni profesora Macieja Świeszewskiego oraz aneks z rysunku w pracowni profesor Marii Targońskiej. Zajmuje się malarstwem sztalugowym oraz instalacjami i działaniami dźwiękowymi. Od 2002 roku współorganizuje Kolonię Artystów na terenach postoczniowych w Gdańsku. Tworzy pracownię oraz studio nagraniowe muzyki eksperymentalnej. Głównym tematem jego malarstwa są światło. II

ENGLISH

DIFFERENT VISIONS OF THE UNIVERSE BY ARTISTS FROM GDAŃSK AND UKRAINE AT GDAŃSK AIRPORT

IT'S THE FIRST EXHIBITION OF THE COMMON UNIWERSUM TITLE. ULTIMATELY, THERE WILL BE DIFFERENT KINDS OF ART THERE, STARTING FROM PAINTINGS, TO GRAPHICS AND SCULPTURES. INVITATION ARTISTS FROM AROUND THE WORLD MADE IT



SO THAT THE EXHIBITION WILL HAVE AN INTERNATIONAL SIDE TO IT.

The first exhibition consist from pieces by Agata Nowosielska, Marta Rynkiewicz, Radosław Kobus and Serhiy Saczenko. You can see the works in the VIP lounge.

Uniuersum is a place to show the universe that we're in. Every guest painter shows the world in a different way, and talks about it and living in it at the same time. And in this diversity, there is a beauty of the world - said one of the artists Radosław Kobus.

MORE ABOUT ARTISTS:

Agata Nowosielska, born 1982, finished Akademia Sztuk Pięknych in Gdańsk. She studied also at Hochschule für Künste Bremen, and at Podyplomowe Muzealne Studio Kuratorskie at Jagiellonian University in Cracow. She is a painter working with Galeria Stolarska Krupowicz in Warsaw, curator of over 90 exhibition at Klub Żak in Gdańsk and Klub Łaźnia and Gdańsk City Gallery. She also wrote about art. Her works were being shown in Germany and Sweden. She is also a laureate of the Cultural Scholarship of The City of Gdańsk and Pomeranian Voivodeship Marshall's Scholarship for Culture Createors

and Polish Culture around the World Scholarship of Adam Mickiewicz Institute.

Marta Rynkiewicz was born in 1983 in Gdańsk. She studied painting at Akademia Sztuk Pięknych in Gdańsk under professor Henryk Cześnik and project graphics under professor Jerzy Krechowicz. She graduated in 2009. During 2007-2007 she studied at Accademia di Belle Arti di Brera in Milan.

Serhiy Savchenko was born in Lviv in Ukraine. He was a student of a lycee in Lviv in the Decorative and Applied Arts of Metal Department and was studying at Lviv Art Academy in Glass Department. He paints, draws, and does photography, scenography, video, animation and street art. He is a founder and an artistic director of Savchenko Gallery and Savchenko Foundation in Gdańsk. He lives and works in Lviv and Gdańsk.

Radosław Kobus was born in 1978 in Częstochowa. He graduated from Akademia Sztuk Pięknych in Poznań and Gdańsk. He has a degree in painting from professor Maciej Świczewski's workshop and drawing addendum from Maria Targońska's workshop. From 2022 he co-organizes Artist Colony at post harbor spots in Gdańsk. He created a workshop and a recording studio for experimental music. The main topic of his work is light. II

PASAŻEROWIE
SUMA PASAŻERÓW

1 849 951



+375,8%

I-VI 2022 r/r

OPERACJE LOTNICZE
SUMA STARTÓW I LĄDOWAŃ

19 416



+119,2%

I-VI 2022 r/r

CARGOILOŚĆ ŁADUNKÓW
(W TONACH)

5 197



+19%

I-VI 2022 r/r

DANE FINANSOWEZYSK NETTO
(W TYS. ZŁOTYCH)

13 885

I-VI 2022



-11 676

I-VI 2021

NEWS

PRAWIE 1,9 MLN PASAŻERÓW W PORCIE LOTNICZYM GDAŃSK W 2022 ROKU

Na gdańskim lotnisku coraz więcej podróży, operacji startów i lądowań oraz cargo. Poprawiają się także wyniki finansowe.

W ciągu sześciu miesięcy 2022 w Porcie Lotniczym Gdańsk było 1 849 951 pasażerów. To aż o 375,8% więcej niż w tym samym okresie 2021 roku, a o 25% mniej niż w rekordowym roku 2019, kiedy było w sumie 5,4 mln podróży. W czerwcu 2022 było tylko o 10,6% mniej gości niż w czerwcu 2019.

„Jeżeli w czerwcu tego roku obsłużyliśmy tylko o około 10% pasażerów mniej niż w rekordowym roku 2019, to znaczy, że wychodzimy na prostą. Po tych wynikach możemy się spodziewać, że na koniec roku będziemy mieli około 4,5 mln pasażerów” – powiedział Tomasz Kloskowski prezes Portu Lotniczego Gdańsk im. Lecha Wałęsy.

„Szczególnie cieszy nas rozwój Ryanaira, który ma ponad 62% więcej pasażerów niż w przedpandemicznym roku 2019. Mamy też rozwój połączeń krajowych. Ten ruch w porównaniu do 2019 wzrósł o prawie 20%. Mamy Warszawę, Kraków, Wrocław, Lublin, Zieloną Górę i Rzeszów, mamy praktycznie całą Polskę” – dodał Tomasz Kloskowski.

Najpopularniejsze były w 2022 loty do Londynu (160 236 pasażerów), Oslo (134 742) i Sztokholmu (105 252). W pierwszym półroczu 2022 Port Lotniczy Gdańsk zanotował 19 416 operacji lotniczych, to o 119,2% więcej niż w okresie od stycznia do czerwca 2021. Obsłużonych zostało 5 197 480 kilogramów towarów i przesyłek kurierskich (więcej o 19% r/r).

W okresie od stycznia do końca czerwca 2022 Port Lotniczy Gdańsk wypracował zysk netto na poziomie 13 885 000 złotych. Dla porównania w pierwszym półroczu roku ubiegłego było -11 676 000 złotych straty. Wynik ze sprzedaży w ciągu sześciu miesięcy 2022 to 12 340 000 złotych.

„Pierwszy raz od prawie trzech lat zaczęliśmy zarabiać, mamy dodatni wynik na sprzedaży, czyli naszej podstawowej działalności. Wracamy do starych dobrych czasów rentowności przedsiębiorstwa” – skomentował Tomasz Kloskowski.

Już tej jesieni, od listopada, będzie można polecieć lotami czarterowymi dreamlinerem na egzotyczny urlop z Rainbow na Dominikanę, do Meksyku, na Kubę i do Tajlandii. Po raz pierwszy w historii lotniska będą możliwe takie loty bezpośrednio z Gdańska. W piątki dreamlinery będą latały na Dominikanę, w soboty do Meksyku, w niedziele do Tajlandii, a w czwartki na Kubę.

W ofercie egzotycznych lotów biuro turystyczne Itaka proponuje połączenia z Gdańska na Zanzibar. Start już 25 grudnia 2022.

Optymistycznie wygląda tegoroczna siatka regularnych połączeń z Gdańska, licząca 89 połączeń, na 72 lotniska, do 22 krajów, (w tym Polska), realizowane przez 10 linii lotniczych. ||

EN ALMOST 1,9 MILLION PASSENGER AT GDAŃSK AIRPORT IN 2022

There are more and more passengers, starts, landings, and cargo flights at Gdańsk Airport. Financial results are also improving.

During the first six months of 2022 1 849 951 passengers went through the Gdańsk Airport. It's 375,8% than during the analogous time in 2021 and 25% less than during our best year in 2019 where during the whole year we had 5,4 mln passengers. In June 2022, there was only 10,6% less of passenger traffic than in June 2019.

If in June this year we have served only 10% less than in the record 2019, then we are going back on track. After seeing those results we can say that by the end of the year we will have around 4,5 mln passengers - said Tomasz Kloskowski, president of the Gdańsk Airport. - We're especially happy with Ryanair's growth with 62% more passengers than in pre-pandemic 2019. We also see growing numbers when it comes to domestic flights. Compared to 2019, we've grown around 20%. We have Warsaw, Cracow, Wrocław, Lublin, Zielona Góra and Rzeszów. It's basically the whole Poland - he added.

The most popular destination in 2022 was London (160 236 passengers), Oslo (134 742) and Stockholm (105 252). In the first half of 2022, Gdańsk Airport had 19 415 flight operations. It's 119,2 % than in analogous time from January to June 2021. 5 197 380 kg of cargo and parcels went through the airport as well (19% more year-to-year).

From January to the end of June 2022, Gdańsk Airport had 13 885 000 zł of net profit. In comparison, 2021 was -11 676 000 loss. Sales from the last six months of 2022 are 12 340 000 zł.

It's the first time in almost three years that we started earning, we have net profit in sales which is the base of our activity. We're going back to the good old days of profitability - said Tomasz Kloskowski.

This fall, from November, we will be able to go by charter flights in Dreamliner to exotic holidays with Rainbow to Dominican, Mexico, Cuba, and Thailand. It's the first time in the history of the airport that those direct flights will be available. On Fridays, Dreamliners will fly to Dominican, on Saturdays to Mexico, on Sundays to Thailand, and on Thursdays to Cuba.

Itaka also prepares exotic connections from Gdańsk to Zanzibar. Start - December 25th, 2022.

This year's network of regular connections from Gdańsk looks optimistic. It's 89 connections to 72 airports in 22 countries (including Poland) realized by 10 airlines. ||

IMPLANTY

KOMFORT ŻYCIA

PIĘKNY UŚMIECH TO COŚ WIĘCEJ NIŻ ŁADNY DODATEK. TO NASZA WIZYTÓWKA. NIE KAŻDY JEDNAK MOŻE POCHWALIĆ SIĘ PIĘKNYM UZĘBIENIEM. NA SZCZĘŚCIE NOWOCZESNA STOMATOLOGIA POZWALA ODMIENIĆ NIE TYLKO WYGLĄD, ALE JAKOŚĆ ŻYCIA. PROBLEMY Z JEDZENIEM, DYSKOMFORT ŻYCIA I PRZEDĘ WSZYSTKIM ESTETYKA PROWADZĄ DO ZAINTERESOWANIA IMPLANTACJĄ PRZEZ PACJENTÓW. ROZWIĄZANIE ZNAJDUJE LEKARZ STOMATOLOG DARIUSZ SROKOWSKI.

Jakie można zaproponować leczenie dla pacjentów poje- dynczymi brakami lub całkowitym bezzębem?

W przypadku braku jednego lub kilku zębów, do zakwalifi-
kowania pacjenta do implantacji potrzebne jest prześwietlenie
(najczęściej wystarcza punktowe). Wówczas ocenia się poziom
kości i nierzadko następuje bezproblemowe wprowadzenie
implantu. Nieco dłuższa procedura występuje w momencie gdy
pacjent zgłasza się z całkowitym bezzębem. Decyzja o podjęciu
leczenia zapada dopiero po analizie danych uzyskanych w ba-
daniu pantomograficznym, czyli dzięki prześwietleniu panora-
micznym. Nierzadko potrzeba zobrazowania trójwymiarowego,
czyli wykonania tomografu. Propozycji leczenia może być kilka,
w zależności od warunków w jamie ustnej pacjenta. Pełna rekon-
strukcja jest możliwa na minimum 5 implantach, a maksymalnie
na 8. Wówczas można umocować na stałe 12 zębów. O liczbie
implantów decyduje jakość i ilość kości. Często po wszczepieniu
następuje etap uzupełnień tymczasowych, aby pacjent mógł oce-
nić estetykę i wygodę przyszłych uzupełnień stałych.

Innym rozwiązaniem jest wykonanie na 2, 3 lub 4 implantach
protez akrylowych mocowanych na zaczepach.



- IMPLANTY
- STOMATOLOGIA ESTETYCZNA
- STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA
- ZABIEGI PERIODONTOLOGICZNE
- CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
- PROTETYKA
- PROFILAKTYKA
- WYBIELANIE ZĘBÓW

Koszty, trwałość i przeciwwskazania. Pytania najczęściej zada- wane przez pacjentów. Jaką odpowiedź mogą uzyskać?

Pojęcie kosztów jest odczuciem bardzo indywidualnym, choć zapew-
ne cena jest dość duża. Warto jednak spojrzeć na to długofalowo.
Efekt, długotrwałość uzębienia, wysoka jakość materiału, a także
nienaruszenie sąsiednich zębów może okazać się bardzo przekonują-
ca i wygrać z kosztami ponoszonymi jednorazowo na wiele lat.

Utrudnieniem przed omawianym zabiegiem bywa mała ilość
masy kostnej. Obecne metody pozwalają jednak na zwiększenie jej
objętości, a tym samym umożliwienie implantacji. Implanty przy-
mują się raczej bezproblemowo. Wieloletnia praktyka wskazuje na
minimalny procent powikłań lub odrzutu ciała obcego. W początko-
wym okresie gojenia objawy te łatwo skorygować.

Podsumowując, odbudowy protetyczne poprawiają warunki zgry-
zowe, co jest związane z lepszym trawieniem i unikaniem problemów
układu pokarmowego, a zadowalający uśmiech podnosi pewność siebie.

DENTAL IMPLANT ACADEMY

DOKTOR DARIUSZ SROKOWSKI
UL. KSIĘDZA JAŁOWEGO 8/1
35-010 RZESZÓW
TEL/FAX 17 85 333 85
KOM. 602 34 20 46





RZESZOWSKIE PIWNICE

interaktywna instytucja kultury

Rzeszowskie Piwnice w nowej odsłonie!

Zapraszamy na fascynującą podróż podziemną trasą, pełną niezwykłych legend oraz najciekawszych wydarzeń z dziejów miasta i regionu.

Ekspozycja multimedialna zlokalizowana jest w samym sercu miasta. Przebiega przez 36 podziemnych pomieszczeń – piwnic i łączących je korytarzy – położonych od 0,5 metra do 10 metrów pod powierzchnią miejskiego Rynku.

Rzeszowskie Piwnice to oryginalne doświadczenie, w którym opowieść przewodnika dopełniają wciągające treści audiowizualne. Taka mieszanka tradycji z nowoczesnością tworzy nową jakość obcowania z kulturą i zaciekawi każdego, niezależnie od wieku.

szczególności na:
rzeszowskiepiwnice.pl

ZAPRASZAMY

