

SUKCES

PO POZNAŃSKU

MIEJSKI
MAGAZYN
LIFESTYLOWY

4(11) / KWIECIEŃ 2019

ISSN 2545-0174



MARCIN BARBACH

Poznańska COMPOzycja

Z SUKCESEM
KOLEJE ŁĄCZĄ WIELKOPOLSKĘ

POZIOM WYŻEJ
BARTEK JĘDRZEJAK

SMACZNEGO
WIELKANOC

48%

**Twojego podatku zostaje
tam, gdzie wskażesz
w rozliczeniu PIT.**



Zobacz, jak to zrobić przez
internet na:

glanc.poznan.pl



**Dołącz się do rozwoju miasta,
w którym żyjesz.**

Glanc*

Stanisław Brajer



Joanna Małecka

Obudziła mnie wiosna. Jej delikatne dłonie dotknęły okien, na osiedlowym skwerze zazieleniły się krzewy, ciepło dosięgnęło twarzy. Wsiadłam do samochodu i jechałam przed siebie. Mijałam domy, ludzi przyduszonych ostatnimi podrygami zimy, czaple siedzące na zielonych polach. Wsie oddychały jeszcze palonym drewnem i samotnie stojącymi gniazdami bocianów. Jechałam tak cztery godziny. Biorąc łyk aromatycznej kawy na stacji benzynowej, zorientowałam się, że dawno już przekroczyłam granice województwa. Promienie słońca prowadziły mnie do ciszy, w której lubię czasem się schować. Wsiadłam w porcie. Nad głową latały mewy, wzięłam głęboki oddech morskiego powietrza. Usta znów była inna niż ostatnim razem, kiedy tu byłam. Poczułam zapach smażonej ryby, ludzie wolno spacerowali wzdłuż nabrzeża. Pobiegnęłam na plażę. Nie było wysokich fal. Morze wydawało się być nieporuszoną taflą wody. Jego błękit sięgał daleko wszystkiego. Zamknęłam oczy. Wiatr rozwiewał myśli, delikatny szum kołło zmysły. Odpoczywałam. Siedząc tak, zaczęli mnie starszy pan o lasce. – Pięknie jest prawda? Proszę odpoczywać, też to robię, tu nieopodal, w sanatorium. Wskazał łaską stary budynek. – I proszę o niczym nie myśleć, wy młodzi tak dziś gonicie. Sam nie wiem za czym. A może pomoże mi pani podejść po tych schodach? Wstałam. Trzymałam pod rękę wesołego staruszka, który żartował z teściowej. Na koniec kupiłam mu pudełko oryginalnych, usteckich krówek.

Szacunek. Tego nauczyli mnie rodzice. Do mojej redakcyjnej koleżanki Hanny Kowal jeszcze nie powiedziałam po imieniu, bo jest trochę jak moja druga mama. Z szacunku do moich bohaterów, nigdy nie odmawiam im czegoś, czego dziś mamy tak mało – czasu. A może też trochę dlatego, że zwyczajnie ich lubię. Bo jeśli ktoś, jak Roman Maciejewski, przez trzy godziny opowiada o swojej żonie, marzeniach, ukochanych winylach i tym, że muzyka może uratować duszę, to jak tu nie słuchać? A jeśli Marcin Barbach pomaga mi w urządzeniu balkonu i wymienia miejsca w Poznaniu, o których dawno zapominałam, a warto o nich pamiętać, to jak tu przerwać? A potem idę na śniadanie z Bartkiem

Jędrzejakiem i Jego opowieść wciąga bez reszty – to jak tu wyjść, bo za pięć minut kolejne spotkanie? Nie da się.

I chociaż niektórzy złością się, bo czasem nie odbieram telefonu, coś nagle przekładam lub gdzieś nie docieram, to uprzedmie wyjaśniam, że albo odpływam z moim bohaterem, albo ktoś w naszym biurze po ludzku potrzebuje porozmawiać. Rozmowa, jak ważna dziś, a jak trudna. W dobie porozumiewania się przez smartfon, fajnie tak usiąść z kimś przy stole i spojrzeć mu w oczy, wyczuć czy jest szczęśliwy, poznać myśli. Opisywanie emocji to coś, co nie jest wcale proste. Mnie się udaje. Może dlatego, że podobnie jak Bartek, nie gram. Taka, jak w życiu, jestem i w pracy. I taką Państwo mnie znacie. I trzymam się swoich wartości, chociaż świat wielokrotnie próbował mnie zmienić. Udało mi się zatrzymać to wszystko, co ważne.

Znad morza wróciłam prosto do „Brajerówki”. Do jednego z bohaterów grudniowego wydania „Sukcesu po poznańsku”. Stanisław Brajer znów podjął mnie herbatą, ciastem i opowieścią o magii. Jego świat towarzyszy mi każdego dnia. Wstając z łóżka patrzę na Jego obraz, który wisi u mnie na ścianie. O każdej porze ma inne barwy, rysują się na nim inne kształty. Wszystko przemija. Przypomniło mi się pytanie uroczego staruszka z Ustki. Po co gonimy? Za czym gonimy? I kiedy mijają ten czas? I wreszcie, dlaczego nie potrafimy cieszyć się małymi rzeczami? Bo zabiera nam to właśnie ta gonitwa, często za niczym, bo godne życie jest dopiero na końcu tej drogi. Zresztą jak zdefiniować godne życie? Wiem. Taką definicją godnego życia jest Stanisław Brajer, którego ofiarą stałam się podczas naszego pierwszego spotkania. Malarz, wyczarowujący na płótnie nas wszystkich, emocje i sytuacje, z niezwykłym błyskiem w oku, serdecznością, i szacunkiem do drugiego człowieka. Jest dla mnie kwintesencją wartości i prawdziwości. Jest kimś, kto na zawsze pozostanie głęboko w duszy. A ja, z serca, w dniu 80 urodzin, życzę Mu tego, czego jeszcze nie namalował i żeby codziennie zatrzymywał dla nas życie.

Joanna Małecka

sukces

PO POZNAŃSKU

WYDAWCA: Międzynarodowe Targi Poznańskie
ul. Głogowska 14, 60-734 Poznań, NIP: 777-00-00-488

REDAKTOR NACZELNA: Joanna Małecka,
joanna.malecka@mtp.pl, tel. 539 190 081

ADRES REDAKCJI:
ul. Głogowska 14, 60-734 Poznań

MAIL: redakcja@sukcespopoznanisku.pl
www.sukcespopoznanisku.pl

REDAKCJA:

Elżbieta Podolska, Anna Skoczek, Małgorzata Rybczyńska,
Klaudyna Boguska-Matys, Zofia Chalody, Sławomir Brondt,
Krzysztof Grządzielaki, Maciej Gładysz, Anna Jasińska,
Ewa Malarska, Dominika Job, Marta Józefczak

SPECJALISTA DS. SPRZEDAŻY I PROMOCJI:

Hanna Kowal, hanna.kowal@mtp.pl, tel. 539 190 080

PROJEKT I SKŁAD:

Zosia Komarowska, DoraDesign Dorota Kalitńska-Luczak

KOREKTA:

Katarzyna Kurzawa

ZDJĘCIA NA OKŁADCE: COMPO

DRUK: Poligrafia Janusz Nowak Sp. z o.o.
Wysogotowa, ul. Zbożowa 7, 62-081 Przemierowa

ODDANO DO DRUKU: 28.03.2019 r.

NAKŁAD: 5000

RPR: 5781

Wszystkie materiały są objęte prawem autorskim. Przedruk i wykorzystanie materiałów wyłącznie za zgodą redakcji. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania tekstów i zmiany tytułów nadesłanych materiałów. Redakcja nie odpowiada za treść reklam i materiałów promocyjnych

5 | W obiektywie Szymona Brodziaka

ZAPOWIEDZI

6 | Pyrkon

12 | Kobieta i rozwód

NA OKŁADCE

14 | Marcin Barbach: Poznańska COMPOzycja

WARTY POZNANIA

20 | Kapsuła Czasu na 100 lat

23 | Hotel Marriott w Kupcu Poznańskim

GŁOS BIZNESU

24 | Roman Maciejewski: Winylove

28 | BAMbagowy zawrót głowy

32 | Tu się szyje

PORADNIK

36 | Zofia Cholody: Stalking

38 | Tatiana Sokołowska: Mowa ciała –
twoja „sila specjalna” w wystąpieniach

40 | Jak wybrać okno?

RAPORT

42 | Mój dom – Poznań

TWÓJ STYL

46 | Hola Valencia!

Z SUKCESEM

48 | Włodzimierz Wilkanowicz:

Koleje łączą Wielkopolskę

52 | Paulina Smaszcz – Kurzajewska: Heksa z Jeżyc

POZIOM WYŻEJ

56 | Ksiądz Robert Korbik: Uwierzyć w... Wielkanoc

60 | Bartek Jędrzejak: Pan od pogody

ZDROWIE I URODA

64 | W kolejce do ortopedy

68 | Pajęczki? Nie, dziękuję

70 | Jesz? Nie jem

SMACZNEGO

72 | Dominik Narloch: Na wielkanocnym stole

76 | Biała kielbasa – królowa wielkanocnych stołów

W PODRÓŻY

78 | Czas na podróż

ZA KULISAMI

80 | Koszyk wielkanocny

Z KULTURĄ

82 | Susanna Sivonen na poznańskiej ziemi

84 | W muzycznym świecie Wiesława Prządk

W OBIEKTYWIE

87 | Kobiety w Concordii

88 | W Zaciszu

89 | Najlepsi w chmurach

90 | Wybraliśmy najpiękniejszą

91 | Qarson Vip Night

92 | Varico ma 30 lat

93 | Kobięce rytuały piękna

94 | Tłumy na targach/Kobiety mężczyznom

95 | Klub Starego Browaru/Patologie w biznesie

96 | Atuty kobiecości/Galeria piękna

97 | Dzień Kobiet Volvo

98 | Tu jesteśmy



ZDJĘCIE NA OKŁADCE:
MATERIAŁY PRASOWE

KWIAT

Ta fotografia powstała na mojej ukochanej wyspie Lanzarote. W 2014 roku byłem tam kolejny raz z moją żoną Aną na wakacjach. Ana od zawsze była moją żoną, to ona sprawiła, że zafascynowałem się fotografią i kobiecym pięknem. Od ponad 20 lat wspiera mnie w tym, co robię. Dlatego też na nasze wspólne wyjazdy często zabieram aparat i kilka lekkich stylizacji, żeby wspólnie z Aną łapać chwile w nowych, niezwykłych miejscach. Ta konkretna fotografia była zupełnie nieplanowana – zrobiliśmy ją późnym popołudniem podczas spaceru z naszego domu do pobliskiej wioski rybackiej, gdzie jadaliliśmy kolację w naszej ulubionej restauracyjce. Zainspirował mnie hiszpański wiatrak, stojący nieopodal plaży. Poprosiłem Anę, żeby stanęła na murku obok niego i w tym momencie jej plisowana spódnica została nagle poderwana przez silny wiatr. Kiedy zobaczyłem co się dzieje, zupełnie zapomniałem o wiatraku. Liczyła się tylko Ana i ta chwila. Poprosiłem ją, żeby się maksymalnie skuliła i spróbowała się schować w objętości podwianej spódnicy. Potem już wystarczyło nacisnąć spust migawki. Chwilę później było już po wszystkim. Czuję, że wydarzyło się coś wyjątkowego a wyjątkowe rzeczy miały dopiero nastąpić. Była to pierwsza fotografia, którą sprzedałem jako unikat do prywatnej kolekcji a kurator Fundacji Helmuta Newtona szykując moją wystawę w Berlinie i patrząc na tę fotografię, zapytał mnie czy to kampania wizerunkowa dla Issey Miyake. „Nie – odparłem – to moja żona Ana, ubrana w spódnice z second-handu”. Teraz po latach kiedy patrzę na to zdjęcie, zamiast – tak jak to mam w zwyczaju – odciąć się od interpretacji moim artystycznym credo „jesteś tym, co widzisz”, mam ochotę powiedzieć, że widzę... miłość.



Kwiat, 2014 – Limitowana Fotografia Autorska, fot. SzymonBrodziak.com

BRODZIAK GALLERY Poznań

SPOT, ul. Dolna Wilda 87
tel. +48 795 770 771

BRODZIAK GALLERY Warszawa

Fabryka Koronek, ul. Burakowska 5/7
tel. +48 730 070 999

Szymon Brodziak

– wizjoner i visualteller czarno-białej fotografii, wielokrotnie nagradzany na międzynarodowych konkursach. Pierwszy Polak i najmłodszy artysta, którego prace zostały wystawione w Muzeum Fotografii – Fundacji Helmuta Newtona w Berlinie. W 2013, podczas Festiwalu Filmowego w Cannes, jury FashionTV Photographers Awards uznało go za najlepszego na świecie fotografa czarno-białych kampanii reklamowych. Tworzy wizje czarno-białego świata, w którym główną rolę odgrywają kobiety, piękno i emocje. Prace Szymona można na co dzień obejrzeć w Brodziak Gallery w Poznaniu i Warszawie. Jego motto brzmi: „Jesteś tym, co widzisz”.



www.szymonbrodziak.com

Z tym egzemplarzem „Sukces po poznańsku” przy zakupie plakatów i fotografii autorskich Szymona Brodziaka w BRODZIAK GALLERY POZNAŃ i STARY BROWAR oraz BRODZIAK GALLERY WARSZAWA oraz na szymonbrodziak.com otrzymasz **10% rabat** – specjalny kod: **SukcesONE** (ważny do końca miesiąca).



FANTASTYCZNY ŚWIAT PYRKONU

Wymyślne, kolorowe stroje, tysiące fascynatów i znani goście z całego świata – to może oznaczać tylko jedno: nadchodzi Pyrkon! Największa impreza miłośników fantastyki ponownie odbędzie się na Międzynarodowych Targach Poznańskich i na trzy dni zamieni w małe miasteczko, określane jednocześnie największą i najspokojniejszą imprezą targową.

TEKST: DOMINIKA JOB | ZDJĘCIA: ARCHIWUM PYRKONU

Fantastyka przestała stereotypowo kojarzyć się z nerdami siedzącymi przez cały dzień w piwnicy przed komputerem. Jest pełnoprawnym hobby i – na co wskazuje liczba zainteresowanych – bardzo popularnym. Każdego roku frekwencja uczestników wzrasta o 100%. – Uważam, że każdy interesuje się fantastyką, tylko nie każdy znalazł swoją niszę – mówi Jakub Orłowski, jeden z organizatorów Pyrkonu. – Będąc największą i najlepiej zorganizowaną imprezą w Polsce, mamy bardzo szeroki wachlarz oferty i zapraszamy wszystkich – dodaje.

FESTIWAL PRZEZ DUŻE F

Każdy przeżywa Pyrkon na swój sposób. Od kilku lat na festiwalu pojawiają się nowe elementy, dające możliwość spędzenia czasu pomiędzy licznymi prelekcjami. A jest w czym wybierać, ponieważ punktów programu jest aż 900! Można pójść na halę wystawców zrobić zakupy, obejrzeć filmy wyświetlane na telebimie lub pobiegać na torze przeszkód. Nie słabnie zainteresowanie grami planszowymi, rozwija się rynek gadżetów, figurek kolekcjonerskich. W salonie gastronomicznym, przy festiwalowym piwie, można powspominać stare czasy. Znajdzie się coś dla zainteresowanych fantastyką wschodnią albo militarną. Są gry muzyczne, planszówki, figurki do malowania czy blok gier elektronicznych. W zeszłym roku absolutnym hitem były koncerty, np. zespołu Percival, który twórcy muzyki z „Wiedźmina 3”. Był to najbardziej oblegany punkt programu w historii. Bilety rozeszły się w cztery minuty! Organizatorzy ciągle polepszają ofertę, eksperymentują z formami wyrazu fantastyki. Nowością w tym roku będą teatry: Teatr Ósmego Dnia ze swoją „Arką” oraz Teatr Muzyczny z piosenkami z musicalu „Rodzina Addamsów”. Jest również sporo spontanicznych wydarzeń, o których dowiadujemy się z mediów społecznościowych. Uczestnicy skrzykują się sami i organizują mikroeventy w ramach Pyrkonu, np. przemarsz wyznawców kultu ananasa, czy spotkanie fanów danego uniwersum w celu zrobienia wspólnego zdjęcia.

NIEZLICZONE ATRAKCJE

– Polska ma najlepszy produkt eksportowy, jakim jest „Wiedźmin”. Mam na myśli zarówno książki, jak i gry komputerowe. Tej fantastyki jest sporo. Ludzie zawsze interesowali się nadnaturalnymi wytworami, tak powstała np. mitologia. Dzisiaj to jest wymyślanie superbohaterów, nadawanie im mocy, czy tworzenie nowych

WAŻNĄ CZĘŚCIĄ PYRKONU JEST COSPLAY, T.J. PRZEBIERANIE SIĘ I NAŚLADOWANIE WYBRANEJ POSTACI Z NIEREALNEGO ŚWIATA FILMU, KSIĄŻKI CZY GRY

światów na kartach powieści – mówi Jakub Orłowski. Fantastykę popularyzują również filmy w kinach i seriale na Netflixie. Ważną częścią Pyrkonu jest cosplay, tj. przebieranie się i naśladowanie wybranej postaci z nierealnego świata filmu, książki czy gry. Dosłownie przeniesienie jej ze świata wymyślanego do świata rzeczywistego. Pyrkon ma też swój prestiżowy konkurs dla twórców strojów: Maskarada, który przyciąga tysiące zainteresowanych. Bardzo duża waga przykładana jest do kunsztu wykonania. Całość powinna być wykonana ręcznie, razem z udokumentowanym procesem tworzenia. Poznaniacy widują poprzebieranych festiwalowiczów jedynie w okolicach Targów i w Avenidzie. Pyrkon jest bardzo ważnym wydarzeniem w życiu osób, które go odwiedzają, dlatego przyjeżdżając do Poznania, chcą wyciągnąć z festiwalu ile tylko się da. Nie opuszczają zatem targów przez trzy kolejne dni.

Skala tego przedsięwzięcia jest ogromna, jednak to hobbystyczny, a nie korporacyjny rodowód festiwalu wybrzmiewa przez cały czas. Głównych organizatorów, którzy wymyślają strukturę festiwalu, ustalają program, zapraszają wystawców, jest pięciu. Przez cały rok współpracuje z nimi 100 organizatorów wolontariuszy i tak naprawdę to dzięki nim Pyrkon się odbywa. Jest jeszcze 700 tzw. gźdaczy pomagających w „tygodniu pyrkonowym”. Są to osoby w pomarańczowych koszulkach widoczne podczas festiwalu. To oni są krwiobiegiem tego wydarzenia.

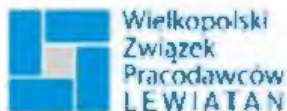
Pyrkon jest jedną z większych imprez cyklicznych w mieście. Jest naszą wizytówką, także za granicą. Często dla gości np. ze Stanów jest to pierwszy kontakt z Europą w ogóle. Są zachwyceni miastem i poziomem imprezy. – Pyrkon trzeba przeżyć i samemu zdecydować czy jest tu coś, co nas interesuje – zaprasza organizator Jakub Orłowski. ■



JAKUB ORŁOWSKI

wydarzenia

**PATRONAT
SUKCESU**



Szkolenia z Lewiatanem

5 kwietnia, godz. 10.00, Centrum Edukacji Stowarzyszenia Księgowych w Polsce, Poznań, ul. Ziębicka 18:
Zatrudnienia cudzoziemców z udziałem przedstawicieli Okręgowej Inspekcji Pracy oraz Urzędu Wojewódzkiego

17 kwietnia, godz. 10.00, Centrum Edukacji Stowarzyszenia Księgowych w Polsce, Poznań ul. Ziębicka 18:
szkolenie nt. zmian w zakresie prowadzenia dokumentacji pracowniczej oraz PPK, z udziałem Anny Kamińskiej i Anny Kluj z Szuszczyński Kamińska Kancelaria Prawa Pracy

24 kwietnia, godz. 11.00, Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział I, ul. Dąbrowskiego 12: szkolenie „Kanały elektroniczne w komunikacji z płatnikiem” z udziałem przedstawicieli ZUS

**PATRONAT
SUKCESU**



FOT. JONINA OLESZEK

Ekocuda

13 – 14 kwietnia, Concordia Design

Ekocuda, czyli największe targi kosmetyków naturalnych w Polsce po raz drugi odbędą się w Poznaniu. W dniach 13-14 kwietnia na terenie Concordia Design przy ul. Zwierzynieckiej 3, będzie okazja do poznania setek wartościowych marek kosmetyków naturalnych z Polski oraz zagranicy, a także możliwość ich przetestowania, skonsultowania ze specjalistą czy wzięcia udziału w wykładach i warsztatach prowadzonych przez ekspertów z branży. Wstęp na targi jest bezpłatny. www.ekocuda.com.



FOT. JAKUB KACZMARCZYK

12. PKO Poznań Półmaraton

14 kwietnia, godz. 10.00, Międzynarodowe Targi Poznańskie

To już 12. edycja Poznańskiego Półmaratonu, która odbędzie się tym razem 14 kwietnia.

Zapisy: www.halfmarathon.poznan.pl

**PATRONAT
SUKCESU**

Pogromcy Szparagów

30 kwietnia, Hotel Altus, ul. św. Marcin

To już drugi konkurs kulinarny Pogromcy Szparagów i drugi razem z „Sukcesem po poznańsku”. Tym razem spotykamy się 30 kwietnia w samym sercu Poznania w Hotelu Altus przy zrewitalizowanej ul. św. Marcin na wprost przystanku Ratajczaka. Na starcie pojawi się 16 restauracji z Polski, swój udział zapowiada kilka solidnych marek, ale także te, które wygrywały już w konkursach organizowanych przez ludzi z Poznańskiej Spiżarni Biesiadników. To pierwsza z kolei edycja, która odbywać będzie się w całości na oczach widzów, bowiem stanowiska do gotowania będą usytuowane w sali konferencyjnej. Przy okazji gotowania odbędą się pokazy kulinarne oraz małe targi dla gastronomi z udziałem ponad 20 wystawców z branży gastronomicznej. Będzie można także poprobować dań ze szparagów, gdyż wstęp na konkurs jest wolny, bez zaproszeń. W jury pojawią się takie osoby jak: Dominik Narloch, Dominik Brodziak, Adam Chrzastowski (przewodniczący jury), Agata Wojda, Maciej Kobyłański, Magdalena Ossowska, Anna Strażyńska. Po raz drugi na konkursie będzie obecna Drużyna Szpiku.



Forum Podatkowe Poznań

13-14 maja, Międzynarodowe Targi Poznańskie

Forum Podatkowe Poznań 2019 „Podatki Przyszłości” to dwudniowe, intensywne spotkanie, które będzie wypełnione praktyczną wiedzą pochodzącą od wybitnych ekspertów aktywnie działających w trzech obszarach: prawa, ekonomii i edukacji podatkowej. Każdy z obszarów zostanie podzielony na bloki tematyczne. Po intensywniej części merytorycznej 13 maja przyjdzie czas na wieczorny koncert *Niedokończona Opowieść* Zbigniew WODECKI – Patrycjusz GRUSZECKI. Koncert odbędzie się z okazji Dnia Doradcy Podatkowego.

Ten wyjątkowy wieczór zostanie uświetniony utworami Zbigniewa Wodeckiego, które specjalnie dla nas wykonają niesamowici artyści: Ewa Uryga, Katarzyna Wilk, Rafał Szatan oraz Tadeusz Seibert. Forum Podatkowe Poznań 2019 „Podatki Przyszłości” zostało objęte Patronatem Honorowym: Naczelniej Izby Kontroli, Rzecznika Małych i Średnich Przedsiębiorców, Marszałka Województwa Wielkopolskiego Marka Ważniaka, Prezydenta Miasta Poznania oraz Krajowej Rady Doradców Podatkowych.

Strona internetowa Forum www.forumpodatkowepoznan.pl,
Instagram www.instagram.com/forumpodatkowe/,
Facebook www.facebook.com/ForumPodatkowePoznan/



FOT. JERZY KOT

Bieg po samochód

2 czerwca, Swarzędz

Zapraszamy 2 czerwca na 8. Bieg 10 km Szpot Swarzędz. Nowością będzie 1. Bieg Rodzinny na dystansie ok 1,2 km z finiszem na Stadionie Miejskim w Swarzędzu. Limit czasu to 1 godzina. Każdy z uczestników otrzyma pamiątkowy medal. Wśród uczestników, którzy ukończą w regulaminowym czasie 90 minut bieg na dystansie 10 km losowany będzie samochód osobowy. W tym roku będzie to Suzuki Celerio. Zapraszamy w imieniu Organizatora – firmy Szpot, Urzędu Miasta i Gminy w Swarzędzu oraz licznych Partnerów. Zapisy: www.biegi.szpot.pl. O udziale decyduje kolejność zgłoszeń i uiszczenie opłaty wpisowego.



**WIELKA
WYMIANA
KONTAKTÓW**

Wielka Wymiana Kontaktów

14 maja, Termy Maltańskie

To już 11. edycja Wielkiej Wymiany Kontaktów. Jest to spotkanie kierowane do przedsiębiorców, którzy w trakcie wydarzenia będą mogli nawiązać liczne kontakty biznesowe. Spotkanie jest podzielone na dwa etapy: networkingowy (podzielony na dwie części) oraz merytoryczny. Część pierwsza polega na poznaniu się i pierwszej wymianie kontaktów między uczestnikami. Część druga to dwa wykłady eksperckie. Udział w wydarzeniu jest płatny.

Bilety można nabyć na stronie internetowej www.wielkawymianakontaktow.pl
w cenach: 1 bilet – 69 zł / 2 bilety – 99 zł

kultura

Prywatna klinika

6 kwietnia, godz. 19.00, Kino Apollo

Historia Harriet, rozwódki mieszkającej w eleganckim mieszkaniu w Brighton, która rozwiązuje problemy finansowe dzięki wsparciu dwóch żonatych dżentelmenów i perfekcyjnie zorganizowanego kalendarza. Kiedy jeden z nich zostaje unieruchomiony w łóżku przez złamaną nogę, a w progu mieszkania Harriet pojawia się dawno niewidziana przyjaciółka Anna wraz z niestroniętym od alkoholu mężem oraz niczego nieświadome zdradzane małżonki, spektakl staje się prawdziwym rollercoasterem emocji, pomyłonych tożsamości, karykaturalnych sytuacji i arcyśmiesznych dialogów. Sztuka „Prywatna klinika” napisana w 1983 roku przez mistrzów gatunku – Johna Chapman i Dave’a Freeman. Nie traci na aktualności, a farsa na związki damsko-męskie bawi kolejne pokolenia widzów.

Obsada: HARRIET – Katarzyna Kołeczek / Monika Fronczek, ANNA – Klaudia Halejcio, GORDON – Rafał Cieszyński, ALEK – Tomasz Oświeciński, MAGDA – Alžbeta Lenska, MILDRED – Katarzyna Bujakiewicz, RYSZARD – Paweł Koślik.

Bilety: 95 – 130 złotych.

PATRONAT
SUKCESU

Dziennik przebudzenia

10 kwietnia, godz. 17.30 i 20.00, Aula Artis

Adam Ferency wystąpi w Poznaniu ze sztuką „Dziennik Przebudzenia” na motywach „Dziennika” i „Drugiego dziennika” Jerzego Pilcha. Na scenie zobaczymy też Joannę Kosierkiewicz. To spektakl, w którym świetna proza Jerzego Pilcha spotyka się z wybitnym aktorstwem Adama Ferency. Choć dotyczy tematów przykrych i ostatecznych, tryska poczuciem humoru, sarkazmem i ironią zachowując styl pisania Jerzego Pilcha – zabawny, barwny i inteligentny. Ferency słowami Pilcha ironicznie komentuje swą słabość i nieporadność, dostrzega humorystyczne strony tego, co go spotyka. A dzięki doskonałej grze aktora, idealne frazy Pilcha mogą stać się ważną dla każdego chwilą namysłu, refleksji i odkrycia nowych, po prostu innych barw codzienności. To zarazem lekcja pokory i cierpliwości i nabierania dystansu do tego co przynosi los. A humor z odpowiednią dawką autoironii pomaga kroczyć dalej na przekór wszystkiemu. Rezerwacja biletów: rezerwacja@gruv-art.com.pl lub tel. 61 847 11 15

Bilety: 15 zł, 40 zł, 80 zł

Sławek Uniatowski i jego przeboje

10 kwietnia, godz. 19.00, Blue Note, ul. Kościuszki 79

Sławek Uniatowski zagra utwory z pierwszego autorskiego albumu „Metamorphosis”. To zbiór 13 kompozycji Sławka Uniatowskiego, do których teksty napisał sam artysta oraz zaproszeni do współpracy: Tomasz Organek, Janusz Onufrowicz oraz Michał Zabłocki. Pierwszym singlem z płyty był utwór „Honolulu”. Album jest kompilacją jazzu, soulu i ambitnego popu, a tytułowa metamorfoza symbolizuje muzyczne poszukiwania artysty na przestrzeni lat, które łączą się tworząc debiutancki krążek Uniatowskiego.

Bilety: 90 zł

PATRONAT
SUKCESU

Nieznane opery znanych twórców

12 kwietnia, godz. 19.00, Filharmonia Poznańska, Aula Uniwersytecka

Iwona Sobotka – sopran, Robert Jezierski – bas, Jury Horodecki – tenor, Tomasz Warmijak – tenor, Szymon Komasa – baryton, Chór Filharmonii Narodowej, Bartosz Michałowski – przygotowanie chóru, Łukasz Borowicz – dyrygent, prowadzenie koncertu, Orkiestra Filharmonii Poznańskiej. Program: Stanisław Moniuszko, Paria – opera w 3 aktach (włoska wersja językowa, wykonanie koncertowe).

Bilety: 15 – 55 zł.



Salon Poezji z Wojciechem Pszoniakiem

13 kwietnia, godz. 12.00, Teatr Muzyczny, ul. Niezłomnych 1e

Wojciech Pszoniak będzie gościem 48. odsłony Krakowskiego Salonu Poezji. W programie znajdzie się poezja i opowiadania Tadeusza Różewicza. Wojciech Pszoniak jest absolwentem PWST w Krakowie. Występował na scenach Teatru Starego w Krakowie, Teatru Narodowego w Warszawie oraz Teatru Powszechnego w Warszawie. Od 1978 roku zaczął występować we francuskich teatrach. W latach 1974-1980 był wykładowcą warszawskiej PWST. W latach 70-tych występował w kabarecie Pod Egidą. W latach 80-tych wyjechał do Francji, gdzie kontynuował karierę aktorską. W latach 90-tych – nadal grając i mieszkając nad Sekwaną – zaczął ponownie występować w polskich filmach. Na dużym ekranie zagrał m.in. w takich filmach jak: Wesele, Ziemia obiecana, Danton, Korczak (reż. A. Wajda), Diabeł (A. Wajda), Mniejsze zło (J. Morgenstern), Excentrycy, czyli po słonecznej stronie ulicy (reż. J. Majewski). Krakowskie Salony Poezji w Teatrze Muzycznym w Poznaniu organizowane są we współpracy z poznańskim Oddziałem Towarzystwa Literackiego im. Adama Mickiewicza. Opiekę merytoryczną nad Salonem obejmuje prezes Oddziału, prof. UAM dr hab. Wiesław Ratajczak z UAM w Poznaniu.

Bilety: 7 zł.

PATRONAT
SUkcesu**Błękitny express**

15 kwietnia, godz. 19.00, Scena na Piętrze,
ul. Masztalarska 8

Fundacja Sceny na Piętrze Tępis zaprasza na polską premierę spektaklu z Marzanną Graff i Aleksandrem Mikołajczakiem pt. „Błękitny express”. Każdy człowiek nosi w sobie własną historię. Amerykański dziennikarz – Alan Smith – spotyka kobiety, które odmieniają jego życie i postrzeganie historii. Kobiety nie znają się, jednak łączy ich historia, którą najchętniej wymazałyby ze swojego życia. Obie kochają też muzykę Ordonki. Czy Amerykanin będzie potrafił zrozumieć kobiety, które tak wiele przeszły podczas zryłki i które inaczej czują historię?

Rezerwacja biletów: (61) 855 26 81, 852 09 95,
602 310 699

Bilety: 40, 60, 75 zł.

PATRONAT
SUkcesu**CAFÉ KOMEDA**

26 kwietnia, godz. 19.00, Filharmonia Poznańska,
Aula Uniwersytecka

Kristjan Randalu – fortepian, Wiesław Komasa – recytacja,
Patrik Pilasiewicz – dyrygent, Orkiestra Filharmonii Poznańskiej,
Marlena Gnatowicz-Drobnik – prowadzenie wieczoru.
Program: Jazzowa wędrówka po świecie muzycznym
Krzysztofa Komedy.

Bilety: 30 – 105 zł

R E K L A M A

Wykreowane z pasją w: qa.com.pl

9.05.
18.30
MTP

5 INSPIRATORÓW, NETWORKING,
GRY ROZWOJOWE, INNOWACJE

dbamy o Twój rozwój!

AGENCJA KREATYWNA qa.com.pl

**DLA CZYTELNIKÓW
I CZYTELNICZEK**

SUkces
PO POZNAŃSKU

WEJŚCIÓWKA GRATIS NA:
<http://www.kr6.care-er.pl>

KOBIETA I ROZWÓD

Poznań znajduje się w czołówce miast w Polsce z największą liczbą rozwodów.

Zazwyczaj powodem jest niezgodność charakterów. Coraz częściej jednak kobiety, które decydują się odejść od męża, wskazują na przemoc fizyczną i psychiczną oraz zdradę.

Odchodzą z dziećmi, bywa że nie mają się gdzie podziać, często nie mają pracy, bo spędziły życie na wychowywaniu dzieci i dbaniu o dom.

Jedyne co im zostało, to zaniżone poczucie własnej wartości i pytanie: co dalej?

I tu z pomocą przychodzi **Karina Dziedzicka** z centrum rozwodowego Kobieta i Rozwód.

TEKST: JOANNA MAŁECKA | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Rozwód to ostateczność. Według badań decyzję o odejściu częściej podejmują kobiety. I to one szukają pomocy. Odbyna się to po cichu, bo nie chcą obarczać rodzin i przyjaciół swoimi problemami. Dokąd więc pójść? Projekt Kobieta i rozwód jest właśnie takim miejscem. – Może do mnie przyjść każda kobieta i opowiedzieć swoją historię – radzi Karina Dziedzicka. – Na pierwszym spotkaniu spróbujemy znaleźć dla niej drogę. Usłyszaną historię konsultuję z prawnikiem i kieruję dalej. W trakcie całego procesu kobieta nie zostaje zdana na siebie. W każdej chwili można do mnie zadzwonić, poradzić się, porozmawiać. Bo co zrobić kiedy mąż wchodzi do domu i zabiera telewizor? Żadna z nas nie potrafiłaby się zachować w takiej sytuacji, a do prawnika głupio zadzwonić w takiej sprawie. Dlatego mój telefon jest wciąż włączony.

DZIECI CIERPIĄ NAJBARDZIEJ

Kobietę i rozwód stworzyły kobiety. Wiele z nich przeszło przez rozstania i rozwody i też kiedyś szukało pomocy. Jest to projekt ogólnopolski, który właśnie rozpoczął swoją działalność w Poznaniu. – Idea jest taka,

żeby przeprowadzić kobietę przez rozwód w możliwie najszybszy i najmniej bolesny sposób. Tak, żeby zaoszczędzić cierpienia i jej, i dzieciom – wyjaśnia Karina, która codziennie w swoim biurze, przy ulicy Grunwaldzkiej 19 spotyka się i rozmawia z kobietami, które albo powiedziały „dość”, albo zastanawiają się, co zrobić ze swoim życiem. – W przypadku rozwodu niezbędna jest współpraca z psychologiem, mediatorem, prawnikiem. Bardzo ważne jest to, żeby przygotować też dzieci, które niczemu nie są winne, a przeżywają najbardziej. Dlatego trzeba im szczególnie pomóc, żeby nie straciły poczucia bezpieczeństwa i wierzyły, że to wszystko co się dzieje, zmierza ku dobremu i nie jest to koniec świata.

BEZ PRANIA BRUDÓW

To nie koniec problemów. Jeśli kobieta uwikłana jest w spółkę z mężem lub ma udział w firmach, których sytuacja prawna jest skomplikowana, nie ma pojęcia, jak się za to zabrać. – Wtedy my szukamy fachowca, który się na tym zna – dodaje Karina.

Rozwód to trauma dla całej rodziny. Można jednak przeprowadzić go w spokoju w taki sposób, by nie

IDEA JEST
TAKA, ŻEBY
PRZEPROWADZIĆ
Kobietę PRZESZŁO
ROZWÓD
W MOŻLIWIE
NAJSZYBSZY
I NAJMNIER BOLESNY
SPÓSOB

przepychać się między sobą dla zemsty. Najlepiej gdyby obyło się bez przysłowiowego prania brudów na sali sądowej. – Można to zrobić właśnie poprzez mediację, terapię psychologiczną, podczas której uwalniamy emocje – mówi Karina. – Trzeba się dogadać, pomimo trudności. Pamiętajmy, że alimenty i podział majątku to nie jest wyciąganie pieniędzy od mężczyzny, który zazwyczaj tak uważa. Takie są przepisy, a każdy z nas ma prawo do godnego życia, nawet po rozwodzie.

BEZ PRACY, BEZ SENSU ŻYCIA

Karina Dziedzicka zdecydowała się pomagać kobietom, ponieważ dłużej nie mogła patrzeć na ich cierpienie. – Rozmawiam z moimi klientkami, słucham ich historii – mówi. – Czasem jedna wizyta zajmuje nam dwie godziny. Po wszystkim wychodzą i na tym się kończy. Po pół roku wracają i są pewne, że rozwód to jedyna droga. Decyzja o rozwodzie czasem zapada później, ponieważ kobieta musi wszystko przemyśleć, przeanalizować i się odważyć. Wiele z nich nie pracuje, boi się, że nie będą miały się gdzie podziać, twierdzą, że są nic nie warte i nikt nie przyjmie ich do pracy. A to nieprawda. Jeśli mamy ewidentną winę męża, namawiam je na rozwód z orzekaniem o winie, bo przecież musimy o siebie walczyć. W tym przypadku sądy muszą mieć jednoznaczne dowody – smsy to trochę za mało. Takim dowodem jest raport detektywistyczny – najbardziej wiarygodny dla sądu. Dlatego współpracuję z agencją detektywistyczną, która takie dowody gromadzi.

Najważniejsze to nie bać się prosić o pomoc i przepracować z psychologiem to, co nas spotkało. Mając dzieci, będzie trzeba dalej widywać się z byłym mężem. Gdyby te spotkania odbywały się bez emocji, byłoby wspaniale. I tu istotną rolę odgrywa terapia.

WARSZTATY DLA PAŃ

Oprócz pomocy przy rozwodach, Karina Dziedzicka chce organizować warsztaty dla kobiet, które w trakcie bądź po rozwodzie szukają swojej drogi. Miałyby formę spotkań towarzyskich i autoterapii. W przyszłości chce też pomagać paniom w znalezieniu pracy. – To projekty, które zacznę realizować za jakiś czas. Na razie najważniejsze dla mnie jest to, by przeprowadzić kobietę przez rozwód dając jej nadzieję, na to, że może być lepiej, pomimo przeciwności. Rozwód to nie koniec świata, po nim też jest życie, często o wiele lepsze od obecnego – kwituje Karina. ■



GDZIE SIĘ ZGŁOSIĆ?

Kobieta i rozwód
Ul. Grunwaldzka 19, 60-842 Poznań
Tel. 506 361 850
mail: karina@kobietairozwod.pl
www.kobietairozwod.pl



MARCIN BARBACH

Poznańska COMPOzycja

Przez siedem lat pracy w COMPO, wraz z zespołem, zwiększyli sprzedaż produktów o 500 procent. **Marcin Barbach**, Prezes Zarządu firmy – krakus z pochodzenia, początkowo bał się oszczędnych poznaniaków, którzy ostatecznie okazali się jego przyjaciółmi. Codziennie idąc do pracy, odkrywa tu nowe miejsca, a ze swojego biura w Kupcu Poznańskim spogląda na Stary Rynek i ulicę Wrocławską. Firma, na czele której stoi, jest jedną z najbardziej rozpoznawalnych marek w Polsce. Produkuje innowacyjne rozwiązania do ogrodów, na balkony i tarasy, by można je było stosować wygodnie, bezpiecznie i przynosiły szybki efekt. Większość produktów stosuje sam na tarasie i w swoim ogródku działkowym, gdzie lubi przebywać najbardziej i obserwować to, czego nie da się zamknąć w ramach – przyrodę.

ROZMAWIA: JOANNA MALECKA | ZDJĘCIA: MATERIAŁY PRASOWE



Marcin Barbach kilka lat spędził w Krakowie, potem przeprowadził się pod Wrocław. Ostatecznie osiadł w Poznaniu, który jest jego domem i bardzo polubił to miasto.

Jak się Panu mieszka w Poznaniu?

Marcin Barbach: Bardzo dobrze. Kiedy się tu przeprowadziłem poznałem wielu wspaniałych ludzi. Początkowo bałem się, że jako krakus nie dogadam się z poznanianiem. Myliłem się. Poznaniacy są bardziej pragmatyczni, praktyczni, widzą ich ekonomiczne spojrzenie. Tutaj nikt nie rozczula się nad swoją historią, raczej podchodzi pozytywnie do pracy i przyszłości, chce się rozwijać.

Podobno codziennie odkrywa Pan Poznań na nowo.

Tak. W ogóle inaczej odkryłem Poznań. Z pomocą przyjaciół znalazłem jeden z nielicznych na świecie medalionów Priessnitz – „twórcy” prysznic, który znajduje się na Placu Wolności. Zaintrygowała mnie też historia powstania pomnika Kochanowskiego na Ostrowie Tumskim, który podstępem staraniem poznanianów zbudowano w trudnych czasach dla Polski. Pierwsze biskupstwo Polski było także w Poznaniu, a nie Gnieźnie, jak uważa większość. Legenda głosi, że fragmenty „Pana Tadeusza” autorstwa Adama Mickiewicza zostały zainspirowane tym, co go spotkało właśnie w Wielkopolsce, a Poznań to jedyne polskie miasto, w którym był.

Wie Pan więcej niż niektórzy Poznaniacy...

Interesuję się miastem, w którym żyję. No dobrze, może trochę przesadziłem (śmiech).

Siedem lat temu, kiedy rozpoczynał Pan pracę w COMPO, firma była średnio znana. Dziś to jedna z bardziej rozpoznawalnych marek w Polsce.

Dziękuję. Pracowaliśmy na to kilka lat. Bez zaangażowania wszystkich pracowników nie udało się tego osiągnąć w tak krótkim czasie. Wiele osób pracuje tu dłużej niż ja. Mogę powiedzieć, że świetnie się zgraliśmy. Nasza branża charakteryzuje się sezonowością. Jeśli coś nie zadzieje się na wiosnę, to potem czekamy na klienta cały rok. Branża próbuje kreować potrzeby klientów w lecie czy jesienią, ale nie ma co ukrywać, że od marca do końca maja mamy najbardziej gorący okres, bo wtedy właśnie sadzimy, pielęgnujemy rośliny, trawniki i tej pracy jest najwięcej. I wtedy klienci potrzebują naszych produktów. Większa rozpoznawalność marki to efekt działań marketingowych, ale też efekt wielu szkoleń, które co roku organizujemy dla branży ogrodniczej. Badania marketingowe, które



BADANIA POKAZUJĄ, ŻE JEŻELI
KUPUJEMY DOM ZA MIASTEM
LUB INWESTUJEMY W MIESZKANIE
W CENTRUM TO OKOŁO 10 PROCENT
BUDŻETU POWINNIŚMY PRZEZNACZYĆ
NA WYKOŃCZENIE OGRODU, TARASU
CZY BALKONU

przeprowadzaliśmy w ubiegłym roku pokazały, że zwiększa się rozpoznawalność marki, chociaż przed nami ciągle dużo wyzwań i pracy. Jesteśmy w grupie produktów premium, większość asortymentu produkowana jest w Niemczech, wyróżniamy się wysoką jakością, bardzo ciekawymi rozwiązaniami, ale to wiąże się z wyższą ceną i nie każdy może w pierwszym etapie sobie pozwolić na zakup naszych produktów. Jednak klienci, którzy już raz do nas trafili i skorzystali z naszych propozycji, chętnie do nas wracają.

Dlaczego?

Przykładowo nawozy z naszej oferty są bardzo wydajne i skuteczne, i wystarczy zastosować je raz na sezon, a nie co chwilę nawozić np. trawnik. To duża oszczędność pieniędzy.

I czasu.

Oczywiście, że tak. A to pozwala na dłuższe korzystanie i cieszenie się pięknym ogrodem.

Dziś już nie kupujemy byle czego, bo tanio, a coraz częściej zwracamy uwagę na jakość.

Poznaniak woli wydać więcej, jeśli to rzeczywiście przyniesie rezultaty i się opłaci.

Badania pokazują, że jeżeli kupujemy dom za miastem lub inwestujemy w mieszkanie w centrum to około 10 procent budżetu powinniśmy przeznaczyć na wykończenie ogrodu, tarasu czy balkonu. Dziś rzeczywiście mamy większą świadomość i kładziemy duży nacisk na otaczającą nas zieleni. Coraz więcej czasu i pracy poświęcamy ogrodom, tarasom, które stały się nie tylko miejscem pięknych mebli, ale też powrotu do natury, zwłaszcza w dużym mieście.

No tak, co roku mamy w Poznaniu konkurs „Zielony Poznań”, gdzie wybieramy najpiękniejszy ogród, zieleńiec, balkon itp., który z roku na rok cieszy się większym zainteresowaniem.

Rady osiedli coraz mocniej angażują się w upiększanie skwerów, parków czy elementów zieleni na terenach wspólnych. Sami też bierzemy w tym udział, promując choćby ideę Weekendu Otwartych Ogrodów, która w Poznaniu będzie miała w tym roku trzecią edycję. Poznaniacy chętnie pokazują i chwalą się swoimi ogrodami, zapraszając do nich innych. Dzięki temu możemy poznać swojego sąsiada, jego pasje i zainspirować się.

Czyli coraz bardziej otwieramy się na innych, chociaż uważa się nas za dość zamknięte społeczeństwo.



Tak jak Pani powiedziała. To trochę przełamuje stereotyp „My home is my castle”. Wychodzimy do innych, rozmawiamy, poznajemy siebie i nasze otoczenie. I to mi się bardzo podoba. Dołączyliśmy do akcji Weekend Otwartych Ogrodów w ubiegłym sezonie, zaangażowaliśmy się w promocję tego projektu, a przy okazji przekazaliśmy właścicielom ogrodów pakiety zasilające zieleni.

Pana zdaniem Poznań jest zielonym miastem?

Na tle innych miast, a miałem okazję spędzić trochę czasu w Krakowie, Wrocławiu, to zdecydowanie jest jednym z najbardziej zielonych miast. Naturalnie powstały w Poznaniu i do tej pory są pielęgnowane klify zieleni – duże parki, tereny wokół Warty, które powodują, że chętnie tam odpoczywamy. Jeśli to nie zostanie zagubione w związku z dużą rozbudową miasta i te skwery nie znikną na rzecz nowych budynków mieszkalnych, to będzie rzeczywiście ogromna zaleta Poznania. Ubolewam trochę nad ulicą Garbary czy Głogowską, które pozbawione są zieleni, nieprzyjazne i trudne do zagospodarowania.

Ale przecież zawsze można stworzyć dla siebie ogród marzeń.

Dokładnie tak. Wszystko zależy od tego gdzie on ma być. Inaczej będzie wyglądał przydomowy ogród, a inaczej balkon czy taras. Może powiem na swoim przykładzie. Co roku urządzam taras i staram się, żeby było na nim dużo roślin kwitnących, mimo że niektóre kwitną zaledwie dwa miesiące. Robię to po to, żeby cieszyć się, kiedy ta roślina rozkwita. A kiedy przekwitną, nigdy ich nie wyrzucam. Zazwyczaj przekazuję bliskim do wysadzenia lub wywożę na działkę i tam znajduję jej nowe miejsce. Myślę, że warto odwiedzać centra ogrodnicze i sezonowo uzupełniać rośliny, tworząc sobie taki właśnie ogród marzeń.

Mamy już ogród marzeń, teraz trzeba odpowiednio zadbać o rośliny...

Pierwszy, podstawowy element, to przesadzanie roślin zaraz po ich zakupie. Podłoże powinno być wymienione, żeby roślina mogła się przekorzenić oraz lepiej pozyskiwać składniki pokarmowe. Drugi etap to odpowiednia pielęgnacja: przycinanie, nawożenie. Większość wymaga sezonowego nawożenia – zarówno storczyki w domu, jak i rośliny na balkonie, w ogrodzie. Te zasoby, które są w podłożu, nie wystarczają, a roślina nie jest w stanie się dalej rozwijać. Pelargonie czy surfinie powinniśmy nawozić nawet kilka razy w tygodniu. Dzięki temu będziemy

mogli cieszyć się pięknymi, ozdobnymi kwiatami. Wystarczy dobra ziemia i nawóz, żeby roślina była piękna, zdrowa i długo cieszyła oko.

I wy takie posiadacie.

Tak. Trzeci element, może nieco trudniejszy, to walka z chorobami czy szkodnikami. Może wydaje się to bardzo skomplikowane, ale każdy z nas może stać się ogrodnikiem i się tego nauczyć. Trzeba obserwować, co się dzieje z rośliną: czy się przebarwia, czy zasycha, czy występują na niej szkodniki. Są domowe sposoby zwalczania, ale możemy też kupić gotowe preparaty do walki z różnymi schorzeniami. Pamiętajmy jednak, żeby działać zgodnie z instrukcją obsługi.

A jak wzmocnić kwiaty domowe?

Zdecydowanie wiosną. To idealny czas na przesadzenie roślin. Generalnie powinno się to robić co dwa lata. Wiosną większość roślin na nowo budzi się do życia, dlatego potrzebują więcej światła i dokarmiania w postaci odżywek.

Dużo mówi się teraz o produktach BIO, ekologicznych, pojawił się nawet BIO ogród. Co to takiego?

Trendy BIO w ogrodnictwie są mocno zauważalne, chodzi głównie o powrót do natury. W swoich przydomowych ogródkach posiadamy kompostownik, gdzie składujemy części organiczne. Ale nie każdy z nas ma dostęp do naturalnych nawozów, stąd pojawiła się oferta preparatów z grupy BIO, czyli takich, które w swoim składzie mają naturalne składniki. Dzięki ich zastosowaniu mamy pewność, że do uprawianych ziół czy roślin jadalnych nie będziemy wprowadzać składników chemicznych i będziemy mogli cieszyć się zdrowymi i pysznymi warzywami, owocami czy ziołami. Jest już dostępna cała linia produktów dedykowana uprawom w pojemnikach, czyli tym na balkonach. Możemy wyhodować pomidory, truskawki, fasolkę, zioła, nawet mini drzewka owocowe. Oczywiście zastosowanie ziemi czy nawozów z serii BIO spowoduje, że te rośliny będą powoli czerpać składniki pokarmowe z ziemi, rośliny nie będą przerastać. Te nawozy rozkładają się dłużej w glebie, ale systematycznie uwalniają składniki pokarmowe i rośliny dłużej czerpią z bogactw w nich zawartych. Ale nie bójmy się też nawozów mineralnych stosowanych w ogrodzie. Efekty ich używania w przypadku choćby hodowli róż, rododendronów czy zastosowaniu na trawnik będą dużo większe i szybsze.

ZBIERANIE PLONÓW
WYWOŁUJE U MNIE
OGROMNĄ RADOŚĆ

Kiedy trzeba zacząć przygotowywać taki ogródek, żeby móc się nim cieszyć na wiosnę?

Ja swój ogródek przygotowuję w myślach już jesienią, wszystko mam rozrysowane. A w kwietniu zaczynam realizować swoje pomysły. Wiele roślin sezonowych, warzyw wysadzamy dopiero po okresie wiosennych przymrozków. Wcześniej była to „zimna Zośka”, dziś klimat nam się trochę zmienił i w ubiegłym sezonie przymrozki skończyły się 3 kwietnia. Wszyscy, którzy wysadzili do gruntu pomidory czy ogórki, cieszyli się efektami plonów już w czerwcu. Jeśli tylko pogoda pozwala i prognozy są optymistyczne proponuję wyjść do ogrodu czy na balkon i rozpocząć prace.

Co będzie u Pana na tarasie w tym roku?

Dobre pytanie. W tym roku skupię się bardziej na ogródku działkowym, który niedawno nabyłem. Dla mnie to miejsce musi spełniać rolę rekreacyjną. Traktuję go, jako formę przedłużenia mieszkania i spędzania tam weekendów, a nawet popołudnia, po pracy. Będzie tam duży taras, meble ogrodowe, zamiast trawy zastosuję łąki kwietne, które pięknie wyglądają i nie trzeba ich często kosić. Na pewno wracam do hobbystycznej uprawy warzyw. Będę miał nowe odmiany pomidorów, ogórków, bardzo polubiłem cukinię, pojawi się u mnie kalarepa, rzodkiewka, cebula, szczypior. Oczywiście wszystko w małych ilościach. Robię to, bo samo zbieranie plonów wywołuje u mnie ogromną radość i mogę się nimi cieszyć od czerwca do października.

Trudno jest założyć ogródek warzywny?

Mały ogródek warzywny na tarasie czy wokół domu zbudować może każdy. Nie ma tu wielkich wymagań, poza podstawową wiedzą, którą możemy czerpać z Internetu czy doradców

w centrach ogrodniczych. Na pewno wymaga to więcej czasu w okresie upalnego lata, kiedy największym wyzwaniem jest podlewanie.

Używa Pan swoich produktów?

Oczywiście, to najlepszy test naszych produktów, a efekty widać od razu. Bardzo lubię nawozy COMPO, które są łatwe w użyciu i długo działają. Problem tylko w tym, że stosuje się je przeważnie tylko raz w sezonie i muszę znowu długo czekać do kolejnego zabiegu (śmiech).

Rozmawia się z Panem jak z prawdziwym ogrodnikiem. Zawsze Pan się tym interesował?

Moja rodzina pochodzi z okolic Sandomierza. Pradziadek był pierwszym ogrodnikiem, który szczepił jabłonie, uży-



skując ich nowe odmiany. Miał duży sad. W mojej rodzinie jest wiele osób, które do dziś zajmują się rolnictwem czy sadownictwem i prowadzą nowatorskie uprawy roślin. Mój tata ma szklarnie i hobbystycznie uprawia warzywa i kwiaty, mama też zawsze dbała o rośliny w domu i ogrodzie. Jak Pani widzi, zawsze miałem kontakt z przyrodą. Poszedłem do technikum ogrodniczego, chociaż w latach 90. ogrodnictwo nie było zbyt intratnym zajęciem. Potem skończyłem Uniwersytet Ekonomiczny. Na szczęście po studiach mogłem połączyć obie pasje, czyli ogrodnictwo i ekonomiczne wykształcenie, pracując dla branży ogrodniczej. Trwa to już osiemnaście lat.

Kolejną Pana pasją, z tego co wiem, są podróże.

Owszem, każdą wolną chwilę poświęcam na zwiedzanie, jednak główną determinantą wyboru miejsc jest odkrywanie przyrody, fauny i flory czy wyjątkowych krajobrazów i to zarówno w Polsce, jak i na świecie. Na długo po podróży pozostają w pamięci nieodkryte zakątki dżungli w Meksyku, roślinność wysp na Małych Antylach, kwitnące flambojanty na Mauritiusie, ginące

las tropikalne na Borneo czy ogromne plantacje herbaty na Sri Lance.

Dlaczego COMPO?

To europejski lider w produkcji podłoży, nawozów na rynku hobbystycznym. Dla mnie jest to permanentne wyzwanie, ponieważ ciągle rozwijamy markę. W krajach Europy Zachodniej plasujemy się w czołówce firm pod względem obrotów i rozpoznawalności. W Polsce mocne są wciąż firmy lokalne, rodzinne. Na szczęście siła, którą daje marka międzynarodowa, jej struktury, spojrzenie, know-how, badania i rozwój powodują, że co roku przekakujemy kilka szczebli i wprowadzamy coraz to bardziej innowacyjne produkty. Sześć lat temu było to podłoże superlekkie, potem aplikatory do różnych roślin, w tym głównie do storczyków, seria produktów BIO czy saszetki do nawożenia roślin. To wszystko powoduje, że w sposób nietuzinkowy, kreatywny i praktyczny spoglądamy na konsumenta końcowego. Nasz klient w Polsce szuka rozwiązań łatwych, szybkich, gdzie efekt jest widoczny praktycznie od razu i na długo. A my te rozwiązania mamy. ■

KAPSUŁA CZASU NA 100 LAT



Takiej nagrody jeszcze nie było! Zaprośnienie na „imprezę” w roku 2119 można wygrać w konkursie pod hasłem „Zostaw swój ślad na sto lat w Kapsule Czasu Uniwersytetu Poznańskiego”. W zabawie może wziąć udział każdy mieszkaniec i każdy może też zdecydować o jego wynikach. Jak zostawić ten „swój ślad”, pytam **Wojtka Szalbierza** z Biura ds. Obchodów 100-lecia Uniwersytetu Poznańskiego.

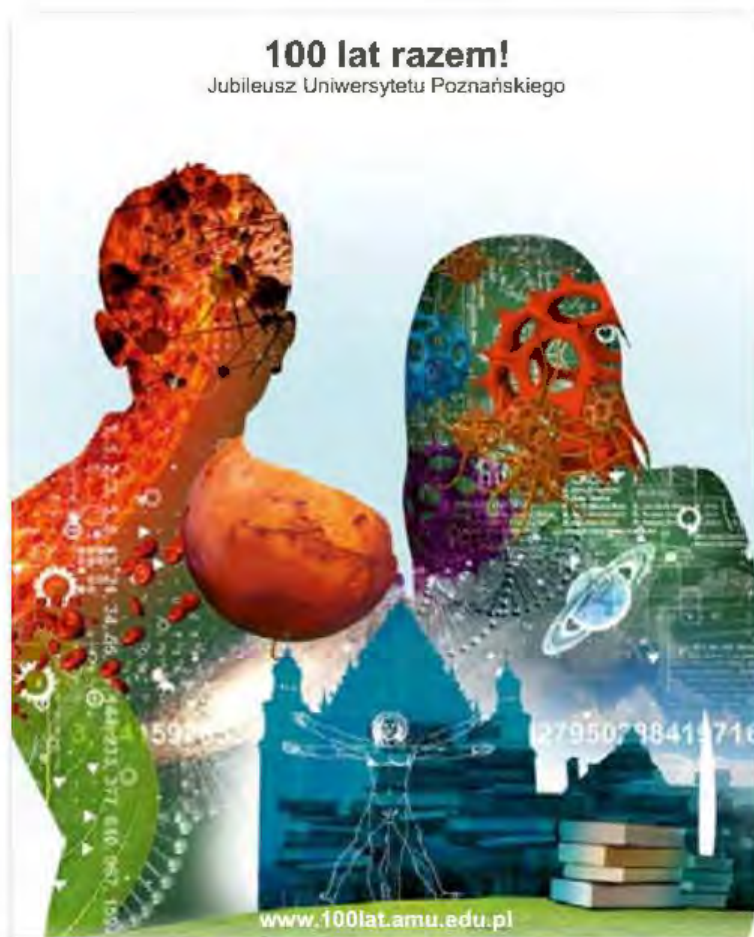
ROZMAWIA: **MAŁGORZATA RYBCZYŃSKA** | ZDJĘCIA: **MACIEJ MĘCZYŃSKI**

Wojtek Szalbierz: Pamiętasz, jak buszowałaś w rzeczach swoich dziadków czy nawet rodziców i odkrywałaś pamiątki z innej epoki? Każdy z nas to kiedyś robił. To magiczne chwile, kiedy możemy dotknąć historii, poczuć ją, powąchać i zobaczyć na własne oczy przedmioty i wydarzenia znane tylko ze zdjęć. Okazuje się, że ci poważni ludzie, których znamy z przyprószonych siwizną włosów, pili wino nad Wartą, zakochiwali się w sobie i tańczyli do rana. Jak zapytamy przeciętnego studenta, jacy byli poznaniacy z 1919 roku, to usłyszymy o walce o niepodległość, patriotyzmie, odpowiedzialności. Oczywiście to prawda, ale w tym samym czasie po podwórku na Jeźyczach biegała banda szczunów, która miała kieszenie pełne skarbów, a ich ojciec obejmował matkę w kuchni, odciągając ją od mrugających ziemniaków na piecu. Proza życia, prosta i piękna, ale też przedmioty symbolizujące przełomowe momenty. Tego szukamy do Kapsuły! Czy wiesz, że w latach 50. w USA zakupano kapsułę, do której schowano: azbest, budzik, suwak logarytmiczny i otwieracz do konserw? AZBEST! Wtedy świetny, ogniotrwały materiał izolacyjny, odporny na czynniki chemiczne, z oczywistych względów w Polsce zakazany już w latach 90. Minęło tylko 40 lat!

Skąd w ogóle wziął się pomysł na Kapsułę Czasu UP?

Sam pomysł nie jest niczym nowym. Kapsuły zakopywane są od lat. Towarzyszą im zawsze dwie emocje – samozachwyt autorów kapsuły i rozczarowanie odkopujących (śmiech). W jakiejś sali gimnastycznej znaleziono kapsułę czasu, w której była gazeta, zdjęcie, chyba wójta, i rachunek za remont tej sali. Katastrofa! Nam chodzi o coś więcej, liczymy na pogłębioną dyskusję na temat tego, co w niej ma się znaleźć. Jakie mamy wspomnienia z lat 1919–2019, jak chcemy się przedstawić następnym pokoleniom i jak wyobrażamy sobie losy naszych wnuków, spadkobierców naszych działań, prognoz czy prowadzonych polityk społecznych, lokalnych, surowcowych i tak dalej? Dlatego zapraszamy poznaniaków do dyskusji. Chcemy, aby współtworzyli z nami obraz świata 2019 roku, żeby byli autorami wiadomości do przyszłości. Może za 100 lat okażemy się naiwni, może staniemy się inspiracją, pomożemy powrócić do wartości, które będą zapomniane. Kto to wie? Ja najchętniej zakopałbym kapsułę

SAM POMYSŁ
NIE JEST NICZYM
NOWYM. KAPSUŁY
ZAKOPYWANE SĄ
OD LAT



na dłużej, ale patrząc na geometryczne przyspieszenie świata, przyrost naturalny, rozwój technologii, to 100 lat między 2019 a 2119 może być względnie dłuższe niż ostatnia setka.

Co kryje się pod pojęciem Kapsuły Czasu?

Fizycznie nie będzie jej widać, bo... jest praktyczna, trwała i brzydka (śmiech). Ma przetrwać, więc wygląd zszedł na drugi plan. Postawiliśmy na sprawdzoną stal nierdzewną i kształt roboczo nazwany termosem. Zależy nam bardzo, aby miejsce jej złożenia było widoczne i stało się elementem poznańskiego szlaku turystycznego. Dlatego Kapsuła Czasu zostanie wkomponowana w instalację jubileuszową, która stanie w wyłomie żywoplotu przed wejściem do Collegium Minus UAM. Chcemy, aby instalacja była nienachalna, nieprzegadana, nie pretendowała do miana rzeźby, ale widoczna. Do obecnej formy doszliśmy przez bardzo odważne projekty, które, mam nadzieję, kiedyś zostaną wykorzystane. Ostatecznie będzie to kamienna bryła, pięknie podświetlona, niemal zawieszona lekko nad ziemią. Pod nią znajdzie się kapsuła, której istotą będzie – i tu ponownie znak czasów – jej wartość cyfrowa. Nie wyobrażaliśmy sobie innego no-

śnika danych niż telefon komórkowy z elementami mediów społecznościowych i najpopularniejszymi aplikacjami. Komórki przemodelowały nasze życie zawodowe i prywatne. Nie możemy się bez nich obyć, a jednocześnie na nie narzekamy. Dlatego to telefon komórkowy będzie głównym bohaterem Kapsuły Czasu, a w nim listy przebojów z ostatnich lat, które przygotowali dla nas młodzi specjaliści z Juwenaliów Poznańskich, przepisy na rogałe świętomarcińskie, filmiki i tysiące zdjęć poznaniaków, którzy mogą nadsyłać swoje propozycje na adres 100lat@amu.edu.pl

Właśnie kończy się przyjmowanie propozycji artefaktów do Kapsuły. Rada Kapsuły wybierze te, które przejdą do kolejnego etapu – internetowego głosowania.

Wpłynęło wiele propozycji. Jedne są oryginalne, inne zaskakujące. Są też takie, których nie możemy złożyć w kapsule, bo wątpię, aby ktokolwiek chciał próbować stuletniego rogała (śmiech). Stawiamy na oryginalność, ciekawe uzasadnienie propozycji oraz to coś. Szalik Lecha – może być, ale już element konstrukcji starej II trybuny stadionu przy Bułgarskiej, która była świadkiem największych wydarzeń sportowych, w jakich brał udział Kolejorz? To jest propozycja! Osobiście trzymam za nią kciuki. Może do Kapsuły trafi też indeks, którego już nie ma na uczelniach? A może dyplom dla absolwentów neurobiologii, wspólnego kierunku 4 poznańskich uczelni? Będzie nad czym dyskutować.

W jaki sposób można będzie wziąć udział w głosowaniu?

To proste! Kluczem jest nasze wydarzenie na Facebooku. KAPSUŁA CZASU! ZOSTAW SWÓJ ŚLAD NA 100 LAT (kod QR poniżej) oraz fanpage 100-lecie Uniwersytetu Poznańskiego. Tam przygotujemy listę propozycji zakwalifikowanych przez Radę i zaprosimy poznaniaków do głosowania. System będzie bardzo prosty. Wykorzystamy kolejny znak naszych czasów, lajki determinujące większość komunikacji społecznej, kampanii informacyjnych, reklamowych. Im więcej lajków, tym większa szansa na wygraną.

Co można wygrać w konkursie?

3 tysiące polskich złotych za najlepiej oceniony przez internautów i Radę Kapsuły artefakt oraz rzecz, według nas, niezwykłą. To zaproszenie na uroczystości wkopania, a przede wszystkim wykopania Kapsuły Czasu, dla wszystkich, których artefakty zostaną złożone w kapsule. Tak więc przygotowujemy scenariusz obchodów

100-lecia, przygotowujemy jednocześnie jego elementy na 200-lecie (śmiech). Chcemy, żeby w 2119 roku czterech ówczesnych rektorów nie mogło otworzyć kapsuły bez siebie. Wykorzystamy do tego PIN, kolejny znak naszych czasów. Każda uczelnia otrzyma swój. Być może za 100 lat Uniwersytet Poznański, czyli federacja uczelni poznańskich, znowu będzie faktem i okaże się, że wszystkie cztery będą w ręku jednego rektora? W Kapsule Czasu znajdzie się też list do Rektorów z 2119 roku.

Jubileusz 100-lecia UP obchodzą cztery poznańskie uczelnie – UAM, UM, UPP i AWF. Czy świętować będą we własnym gronie, czy też z całym miastem?

7 maja 2019 roku to historyczna data – jubileusz pierwszej inauguracji. Podobnie jak 100 lat temu, tego dnia ulicami Poznania przejdzie historyczny pochód. Trasa prowadzić będzie z Katedry Poznańskiej przez Stary Rynek, Plac Wolności do Placu Mickiewicza i Auli UAM. Prowadzimy rozmowy z miastem i poznańskimi szkołami o utworzeniu specjalnych stref na Starym Rynku i Placu Mickiewicza, które przywitają barwny korowód. Przygotowujemy tysiące gadżetów, strefy integracyjne, działania animacyjne i moc atrakcji. Wiemy, że to trudna data, bo dzień powszedni i godziny przedpołudniowe, ale wierzymy, że tego dnia mieszkańcy będą z nami. Już dziś możemy też zaprosić Poznaniaków 7 czerwca na Plac Mickiewicza na – creme de la creme – Jubileuszowy Festiwal 100 LAT RAZEM!

Dlaczego warto zarezerwować sobie czas na ten czerwcowy piknik w centrum miasta?

Byłaś kiedyś meteorytem? Kąpałaś się w makaronie? A może oglądałaś kino letnie na stokach Mostu Teatralnego? To tylko niektóre atrakcje tego festiwalu. Będą koncerty gwiazd, zabawy dla dzieci, możliwość pikniku na trawie przed operą. Na ul. Wieniawskiego staną kolorowe foodtrunki, a w Parku Henryka Wieniawskiego odbędzie się rodzinny festyn. Warto spędzić ten weekend w Poznaniu. Warto spędzić go RAZEM, na nasze wspólne 100 lat. ■





MARRIOTT W KUPCU POZNAŃSKIM

Za maksymalnie trzy lata w samym sercu Poznania powstanie hotel międzynarodowej sieci Marriott. Rozpoczęły się prace związane z przebudową Kupca Poznańskiego, dzięki którym obiekt zyska skrzydło hotelowe. Do dyspozycji gości będzie 150 pokoi, restauracja, bar i wielofunkcyjne sale. Projekt przebudowy powstaje w uznanej międzynarodowej pracowni architektonicznej Chapman Taylor, a projektanci zmieniają nie tylko wnętrza, ale również elewację Kupca.

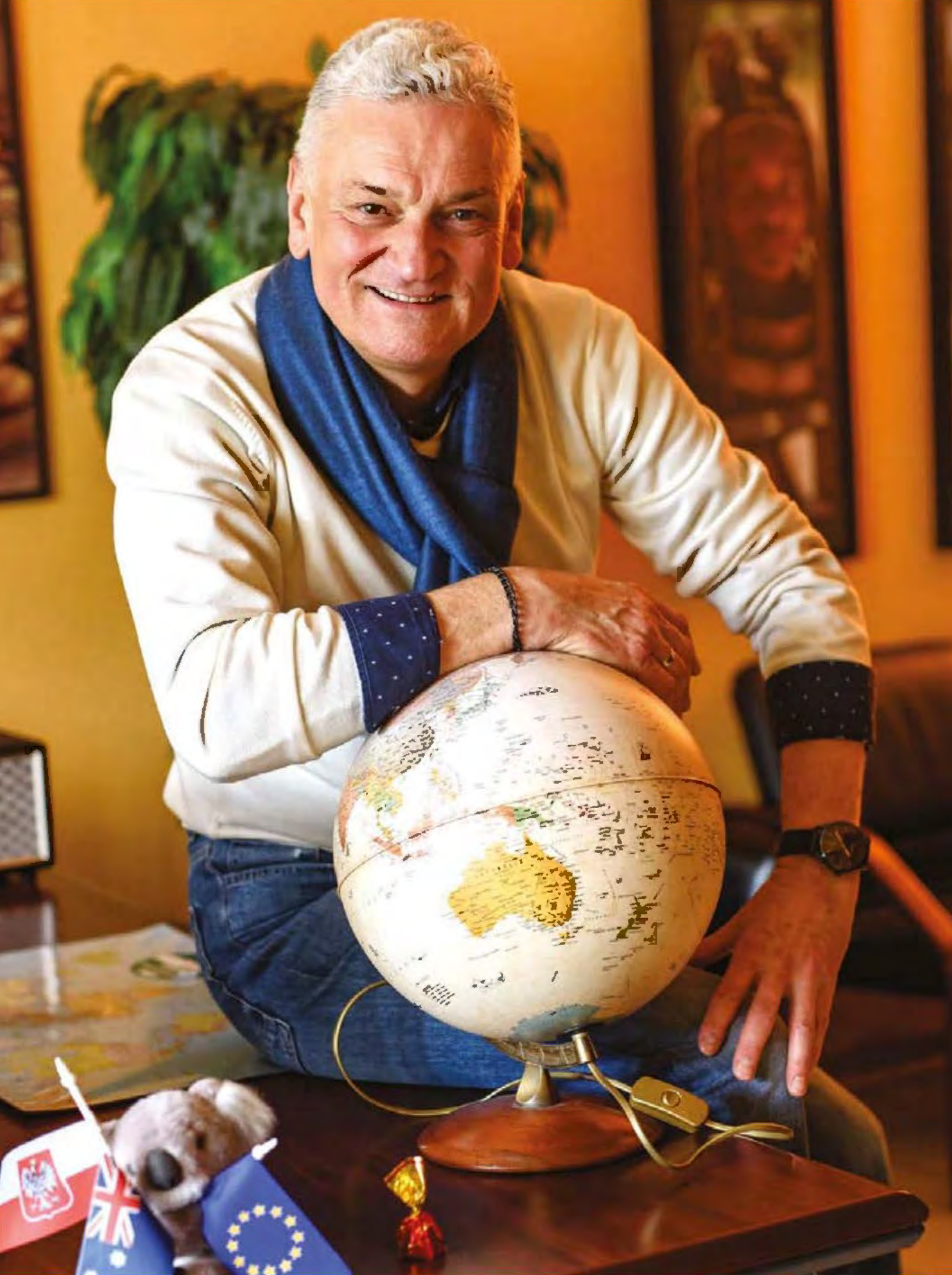
TEKST: ANNA SKOCZEK

Kupiec Poznański powstał 18 lat temu i jest to pierwsze centrum handlowo-biurowe w centrum miasta. Ma siedem kondygnacji, na których znajdują się sklepy, biura i parking. – Ta inwestycja jest naturalną ewolucją Kupca Poznańskiego. W dobie rozwoju e-handlu, tradycyjne centra handlowe muszą się zmienić, tak, aby odpowiedzieć na zmieniające się potrzeby i zwyczaje zakupowe klientów. Muszą także rozwijać swoją działalność w nowych obszarach – mówi Stanisław Szyszka, wieloletni prezes Kupca Poznańskiego. – Zmieniamy nieco charakter naszego obiektu, chcąc wykorzystać jak najlepiej naszą lokalizację w pobliżu Starego Rynku oraz skorzystać z coraz większego ruchu turystycznego w Poznaniu – dodaje. Już od kilku lat Poznańska Lokalna Organizacja Turystyczna notuje dynamiczny wzrost liczby turystów i rosnącą liczbę światowej rangi kongresów – Dzięki nowym inwestycjom uznanych marek, nasza atrakcyjność jeszcze wzrośnie, co będzie prowadziło do dalszego rozwoju funkcji turystycznego Poznania – mówi Jan Mazurczak, prezes zarządu Poznańskiej Lokalnej Organizacji Turystycznej.

Oprócz nowoczesnego hotelu, zmieni się również profil galerii handlowej. W większym zakresie będzie nastawio-

na na turystów, a zmodernizowany obiekt połączy w sobie komfort, kameralną atmosferę, silne związki z miastem oraz najwyższą jakość. – Kupiec Poznański to jeden z najbardziej rozpoznawalnych budynków w mieście. Jego świetne położenie w samym centrum, przy Starym Mieście, powoduje, że marka lifestylowa jaką jest AC by Marriott, będzie w tym miejscu odpowiadać na potrzeby nie tylko gości biznesowych, ale i turystów – mówi Janusz Mitulski, starszy dyrektor ds. rozwoju sieci Marriott International na Europę Środkowo-Wschodnią.

Od kilku lat zmienia się rynek nieruchomości handlowych, które należy dostosować do nowych oczekiwań zarówno klientów, jak i operatorów. – Kupiec Poznański wpisuje się w ten trend, a my staramy się zrobić wszystko, aby był to najlepszy przykład synergii różnych funkcji pod jednym dachem – mówi Rafał Giersz, Associate Director w warszawskim biurze Chapman Taylor. Według projektu, nowy Kupiec Poznański ma odpowiadać potrzebom użytkowników i klientów, współtworzyć atrakcyjne otoczenie zmieniającego się Placu Wiosny Ludów oraz być rozpoznawalnym i charakterystycznym elementem najbliższego sąsiedztwa Starego Rynku. ■



WINYLOVE

Elegancki, szpakowaty Pan siada obok gramofonu. Ma ciemne, błyszczące, radosne oczy. Na ścianie wisi portret Jego żony – Eli, która odeszła trzy lata temu. Zawsze marzyli o kawiarni, a może nawet On marzył bardziej. O takim miejscu, w którym liczą się wartości, można napić się aromatycznej kawy i zjeść coś pysznego. A wszystko w otoczeniu winyli, starych neonów, koncertów fortepianowych i klimatu lat 50. **Roman Maciejewski**, od 25 lat właściciel świetnie prosperującej Piekarni/Cukierni Maciejewski, właśnie otwiera Vinyl Ella Cafe przy ulicy Wielkiej 19. I choć Jego żony nie ma już obok, to Jej duch zostanie przy Nim na zawsze – w Jego sercu i sercu... kawiarni.

ROZMAWIA: JOANNA MALECKA | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Lubi Pan płyty winylowe?

Uwielbiam.

Dlaczego? Przecież żyjemy w czasach youtube, Spotify i Internetu.

Dlatego, że kojarzą mi się z domem i wiążą się z moją rodziną. Moja mama i ciocia śpiewały w chórze kościelnym. Podczas spotkań towarzyskich, jako mały chłopak, byłem „wykorzystywany” do obsługi gramofonu. Miałem osiem lat. Wtedy pokochałem winyle i ta miłość trwa do dziś. Mam około tysiąca płyt, niektóre nawet podwójne. Część została po mojej babci. Wciąż stoi u mnie Jej gramofon na korbkę. Dziś rzeczywiście muzyki można słuchać korzystając z różnych źródeł, ale nie zawsze tego artysty można dotknąć. A winyl jest takim połączeniem słuchacza z muzyką. I to jest piękne. Oczywiście korzystam też z Apple Music, kiedy jadę samochodem.

Dziś też włącza Pan gramofon i słucha płyt?

Tak, nawet kilka dni temu kupiłem kolejne płyty. Pojechałem na grób wujka do Świdnicy, a kiedy tam jadę, zawsze staram się, żeby zdążyć na targ, gdzie wyprzedaje się m.in. stare krążki. Umyłem je i można słuchać. W ogóle lubię muzykę i jestem na bieżąco, a w duszy wciąż pulsuje rock&roll. Moim najnowszym odkryciem jest grupa Greta Van Fleet. To młodzi Amerykanie o nazwisku Kiszka. Grają rocka wręcz genialnie i są zainspirowani Led Zeppelin. Ostatnio, podczas spotkania świątecznego,

otrzymałem od moich pracowników w prezencie ich najnowszy winyl. Ale się ucieszyłem.

Kiedy Pan wpadł na pomysł, żeby połączyć winyle z kawiarnią?

Dobre pytanie. Pięć lat temu kupiłem album, który pokazuje najpiękniejsze kawiarnie literackie na świecie. Było tam tyle pięknych miejsc, że wraz z żoną zaczęliśmy się zastanawiać nad otwarciem takiej kawiarni w Poznaniu. Żona nie do końca była przekonana, ponieważ bała się mojego kolejnego przedsięwzięcia. A ja mocno w to wierzyłem, może nawet o tym marzyłem. Miała to być nasza wspólna kawiarnia. Za kilka dni będzie otwarta, a ja żałuję, że nie ma przy mnie żony. Zmarła trzy lata temu.

Tęskni Pan za Nią?

Bardzo. Wie Pani, to była moja przyjaciółka, żona i mama moich dzieci Daniela i Ani, ale też partnerka w biznesie. Dwukrotnie pozyskiwała fundusze unijne na rozwój naszej firmy. Byliśmy razem od czasów szkolnych. Ta kawiarnia to jest takie moje spełnienie marzeń, zaspokojenie ducha i... prezent dla mojej żony. Ma to być miejsce dla ludzi, którzy wyznają podobne do moich wartości, kochają muzykę, chodzą uśmiechnięci i, pomimo smutku i jakiegoś niepowodzenia, bo przecież wszyscy je mamy, przyjdą do Vinyl Ella Cafe i na chwilę się zatrzymają: w spokoju, przy pięknej muzyce, dobrym ciastku i pysznej kawie. Sam

jestem dowodem na to, że kawiarnia może uratować duszę. I myślę, że jest wiele osób, które...

...potrzebują ukojenia.

Pięknie Pani powiedziała. Ale, jak dobrze wiemy, tego typu miejsce musi też mieć serce, a tym sercem jest zespół. Udało mi się skompletować wspaniałych ludzi, którzy wraz ze mną będą tam dla Państwa. Mam nadzieję, że klient przychodząc do nas, poczuje, że to nie przypadkowe osoby, ale takie, które kochają to miejsce i tę miłość chcą podać dalej. Poza tym w kawiarni znajdzie się pianino, a więc każdy kto będzie miał ochotę na nim zagrać, będzie mógł to zrobić. Oczywiście musi się zadeklarować, że potrafi (śmiech).

Będzie leciała muzyka z winyli?

Będą dwa gramofony, będziemy grać muzykę z płyt winylowych, ale czasem też popłynie coś z radia.

Co będzie wyróżniało tę kawiarnię?

Dominować tu będzie klimat lat 50., a więc okres bardzo ciekawy w naszej historii. Cieszyliśmy się wtedy po zakończeniu II wojny światowej, pojawiły się kolory, technologie, kobiety pięknie się ubierały. To też był czas winyli, kiedy przechodziło się z płyty szelakowej na drob-norówkową. Ta kawiarnia ma być ubarwiona tamtymi latami, będą kolorowe neony, stoły winylowe. Będzie też bardzo duży wybór wyrobów cukierniczych, zdrowe śniadania z pysznym chlebem, którego jestem fanem.

A będzie tort winylowy?

I tu mnie Pani zaskoczyła – bardzo dobry pomysł! Może?! To co ja chcę zaproponować jest może troszkę inne od pozostałych konceptów. Zapraszam ludzi w każdym wieku, nawet tych, którzy nie lubią muzyki, bo może u nas polubią. Muzyka powinna towarzyszyć każdemu na co dzień, bo koi duszę. No i zapraszam na pyszną kawę, bo przecież to jest podstawa każdej kawiarni.

Ryzykuje Pan kolejny raz. 25 lat temu zaryzykował Pan otwierając piekarnię, a z zawodu jest Pan przecież poligrafem.

Dokładnie tak. Nie miałem pojęcia, jak działa piekarnia. Myślę, że ta wielotematyczność moich działań wzięła się z marzeń. Kiedys oglądałem taki program telewizyjny, w którym prowadzący powiedział, że jeżeli się ma osiem marzeń i z tego uda się zrealizować trzy to powinno się być szczęśliwym człowiekiem. Ja miałem mnóstwo marzeń, które z czasem zacząłem spełniać.

Czy Piekarnia/Cukiernia Maciejewski, którą prowadzi Pan od lat, była jednym z nich?

Nie (śmiech). Miłością do chleba zaraziła mnie moja babcia. Ale nie tylko tym. Nauczyła mnie wrażliwości, otwartości na drugiego człowieka, historii, podejścia do życia. Uwielbiała chleb i ciągle mówiła jaką ma wartość. Nie zapomniałem, kiedy bawiłem się na podwórku, a ona wychodziła na balkon i zrzucała mi skibki z masłem i cukrem. Ale to było pyszne. Potem, za każdym razem kiedy wyjeżdżałem do innego miasta, musiałem spróbować lokalnych wypieków. A na końcu założyłem firmę piekarską w Kościanie.

No tak, ale droga do biznesu piekarskiego była dość długa.

Fakt. Przedtem, przez 18 lat, pracowałem w biurze projektów budownictwa wiejskiego na Piekarach. Były lata 80. Nic się nie działo. Polska stała w miejscu, moje biuro też. Buntowałem się przeciwko systemowi, słuchałem radia Wolna Europa. Któregoś dnia trafiłem na audycję, w której redaktor Wojdyło opowiadał o swoim pobycie w Singapurze. Zawsze interesowała mnie geografia, chciałem podróżować, poznawać świat. W latach szkolnych znałem wszystkie stolice świata, kochałem globus, bo przenosił mnie do innego wymiaru. Zainspirowany audycją, zadzwoniłem do radia, umówiłem się z redaktorem. Pojechałem do Warszawy. Opowiadał mi historie ze swoich podróży, podarował przewodniki, pokazywał zdjęcia. Ułożyłem sobie w głowie całą podróż na Półwysep Malajski. Stwierdziłem, że muszę tam polecieć. Tylko jak, skoro nie dawano wtedy paszportów? Udało mi się przekonać urzędników. Wyjazd odbył się pod szyldem Związku Socjalistycznej Młodzieży Polskiej (śmiech). Tych wypraw w świat było kilka, wszystkie grupowe – dla 36 osób. Później podróżowałem sam lub z rodziną. Ukoronowaniem podróżniczych dokonań była wyprawa z kolegą Piotrem Zimnym dookoła świata w 1994 roku. Chciałem nawet założyć biuro podróży. Złożyłem wniosek w Warszawie i usłyszałem, że mogę organizować wyjazdy tylko w obrębie kraju. W końcu się poddałem i otworzyłem firmę poligraficzną. Wciąż mnie kontrolowano, bo przecież mogłem uprawiać propagandę. Trwało to cztery lata, aż usłyszałem w radiu, że rząd francuski przydziela Polsce linie kredytowe.

I wziął Pan kredyt na piekarnię.

Dokładnie tak.

Po co?

Bo uwielbiałem chleb i uznałem, że to jest ta droga. Oczywiście nie wiedziałem z czym to się wiąże. Musiałem zatrudnić piekarzy, opracować procedury i prosić siebie wyobrazić, że szło. Nagle zaczęliśmy wozić pieczywo z Kościana do Rawicza, Leszna, Poznania, aż do momentu kryzysu gospodarczego. Ludzie mieli mniej pieniędzy i nie stać ich było już na bagietki i tego typu



pieczywo. Obroty spadły, ale piekarnię zamknąłem bez długów. Potem przez kilka miesięcy walczyłem o przetrwanie. Trochę wróciłem do poligrafii, zacząłem myśleć o wyjeździe z Polski. W 1989 roku dotarłem do Australii, w której się zakochałem. Tam wszystko jest poukładane, zachwyca niezwykła przyroda i warunki do życia. I w końcu, wbrew temu co mówili inni, że nie wchodzi się dwa razy do tej samej rzeki, postanowiłem ponownie otworzyć piekarnię.

To był impuls?

Stałem w kolejce po chleb, w jednej z piekarni na Wildzie w Poznaniu. Podслуchałem rozmowę właścicielki z klientką, która mówiła, że ze względów zdrowotnych chce sprzedać swój biznes. Kiedy kolejka się rozładowała wróciłem do sklepu i powiedziałem, że może byłbym zainteresowany kupnem. Spojrzała na mnie i powiedziała: nie da pan rady. A ja, pomimo, że nie miałem pieniędzy, podjąłem rękawicę. Pojechałem do osoby, która miała wtedy pieniądze i mogła zainwestować. Długo nie trzeba było go namawiać, bo chciał mieć piekarnię. Stworzyliśmy spółkę, z czasem wspólnik się wycofał i zostałem z tym sam. I tak powstała Piekarnia/Cukiernia Maciejewski.

A cukiernictwo?

Współpracując z różnymi firmami, które wspierają piekarzy, technologami, posлуchałem dobrych rad Dyżia Wojtkowiaka, przyjaciela z firmy Zeelandia oraz Stefana Wojtkowiaka z firmy Komplet i wprowadziłem do naszej oferty wyroby cukiernicze. Do dziś naszym szlagierem jest kostka wenecka. A więc sukces tej firmy to sukces wielu ludzi, których spotkałem na swojej drodze, w tym również moich wspaniałych pracowników.

I tych wyrobów będzie można spróbować w Vinyl Ella Cafe?

Oczywiście. Mam nadzieję, że zasmakują.

W dobie upadających piekarni i cukierni, Pan przetrwał na rynku. Jak udało się to zrobić?

Myślę, że to kwestia wizji i wyczucia sytuacji na rynku. Ten proces u mnie jeszcze trwa. Przez rok, kiedy żona chorowała, byłem wyłączony z firmy. Mieszkaliśmy wtedy w Australii. Kiedy przyjechałem do Polski, zastanawiałem się, jak ukierunkować firmę. Poszedłem w niszową gałąź, co pozwoliło na to, że odzyskałem dobrą kondycję i do dziś sobie radzimy. Mamy trudne czasy dla piekarzy i cukierników. W dobie mrożonego pieczywa odpiękanego w marketach, które jest kompletnie bezwartościowe i nie ma żadnych składników odżywczych, mamy bardzo skomplikowaną sytuację. Dlatego trzeba znaleźć swoją drogę, bo są jeszcze ludzie, którzy chcą dobrze i zdrowo zjeść.

Pieczywa też będzie można spróbować w kawiarni, Pana nowym miejscu na ziemi...

Tak. Jest to swego rodzaju zwieńczenie dokonań zawodowych. Chciałbym, żeby wszyscy się tu dobrze czuli. Ponieważ cenię sobie wartości i uczucia, to wymyśliłem taki kącik dla zakochanych, który znajdzie się w kawiarni. Będzie można zorganizować sobie tam zaręczyny albo wyznać miłość, albo się czymś obdarować.

Sam Pan by tam chętnie usiadł.

I pewnie będę tam siedział.

Czy żona będzie z Panem w kawiarni?

Będzie. Nazwa kawiarni to Vinyl Ella Cafe, Ela to imię mojej żony. Na samym środku jest takie miejsce, w którym znajdzie się sylwetka żony w artystycznym fotomontażu. Zdradzę Pani coś ciekawego. Rzadko śni mi się Elka, a dziś, przed naszym spotkaniem, mi się śniła. Krótko, źle, bo chorowała, ale śniła.

To jest znak, że idzie Pan w dobrą stronę.

Mam taką nadzieję. Dziękuję. ■



BAMBAGOWY ZAWRÓT GŁOWY

Zawsze uśmiechnięte, zarażające dobrą energią. Nie da się przejść obojętnie obok nich i ich... toreb, które są wyjątkowe. **Magdalena Majka Maj-Piechowiak i Agata Matys** zrobiły coś, na co czekały miliony kobiet – torbę na laptopa, która nie tylko jest praktyczna, ale wykonana z wysokiej jakości materiałów, na zewnątrz elegancka, w środku szalona – jak każda z nas. Długo na nią czekały, bo od koncepcji do uszycia minęło kilka dobrych miesięcy. Nie są kaletnikami ani krawcowymi, ale uporem i determinacją postanowiły zrealizować swoje marzenia, a przy okazji pokazać kobietom, że torba na laptopa nie musi być czarna i brzydka, ale może stać się przedłużeniem kobiecości.

ROZMAWIA: **JOANNA MAŁECKA** | ZDJĘCIA: **ARCHIWUM PRYWATNE BOHATEREK**

**Siadamy w cukierni w Starym Browarze. Agata wy-
ciąga z eleganckiego kartonu zieloną, piękną torbę
ze złotym zamkiem i kładzie ją na stół. Pachnie świe-
żością.**

Majka Maj-Piechowiak: Mamy czarne, granatowe, brą-
zowe, szare, zielone, czerwone, w kolorze magenty. Ka-
żda jest inna, unikatowa, bo każda kobieta jest inna.

Agata Matys: To tak jak Superman, który na co dzień
był dziennikarzem, a później zmieniał się w superboha-
tera. Taka jest nasza torba. Na co dzień idealna, bizneso-
wa, a w środku kolorowa wariacja.

Bardzo ładnie wykonana.

Majka: Każda ma w kieszeni dwie przegródki na komór-
kę czy wizytownik. Środek to usztywniona kieszeń
na komputer z kilkoma dodatkowymi przegródkami.
Nasza torba ma też to, na czym nam bardzo zleżało, czyli
pasek na walizkę. Agata zawsze powtarza, że wreszcie ma
pionową torbę i nie ma problemu, żeby położyć ją
na małej walizce.

Agata: No właśnie, bo zazwyczaj masz poziomą torbę ty-
powo na laptopa, która zsuwa się z walizki, i ciągle trzeba
ją trzymać. Tej nie trzeba.

Każda ma inne wnętrze?

Majka: Tak, każda jest inna w środku, szyta jest ręcznie
przez kaletnika.

Agata: Ale nie pytaj, jak znalazłyśmy kaletnika, bo to by-
ła droga przez mękę (śmiech).

Teraz to muszę zapytać.

Agata: To był chyba najtrudniejszy element naszej pracy.
Kiedy wpadłyśmy na pomysł uszycia tego typu toreb
w czerwcu 2017 roku, to kaletnika znalazłyśmy po roku.

Dlaczego tak długo?

Majka: To zawód wymierający, a jeśli ktoś już się tym
zajmuje, ma tyle pracy, że nie chce brać kolejnej.

Agata: Swoją drogą to świetny pomysł na biznes.

No dobrze, ale poszłyście do kaletnika z gotowym projektem?

Majka: Nie, to nie było takie proste.

No to od początku. Skąd się znacie?

Majka: Spotkałyśmy się siedem lat temu. Ja – agent
ubezpieczeniowy – jechałam do potencjalnej klient-
ki – Agaty, trenera sprzedaży w banku, która przyjaźniła
się z moim bratem. Od razu złapałyśmy porozumienie,
a przyjaźń z bratem zeszła na drugi plan (śmiech).

Agata: Obie miałyśmy chęć dalszego rozwoju osobiste-
go, jeździliśmy razem na spotkania, konferencje.

Co dawały Wam te spotkania?

Agata: Energję, motywację, inspirację. Poczucie, że chce-
my więcej i możemy to zrobić. Uświadamiały, że musimy
razem zrobić coś swojego, że przecież jest mnóstwo ko-
biet, które rozwijają się, mają pomysły na biznes. I nie
dostały pierwszego miliona, tylko same się go dorobiły.
Podziwialiśmy je. Wiedziałyśmy, że chcemy coś zrobić,
ale nie wiedziałyśmy jeszcze co.

Majka: Zapisywałyśmy się do kolejnych kobiecych klu-
bów, w tym Klubu Kobiet Przedsiębiorczych, i dalej szu-
kałyśmy inspiracji. Początkowo chciałyśmy organizować
inspirujące spotkania dla kobiet, bo jak tylko możemy, to
staramy się wspierać i motywować.

To skąd wzięły się torby na laptopa?

Agata: Pamiętam, że kiedy zbliżały się moje urodziny, za-
marzyłam o pięknej torbie na laptopa, ponieważ moja
służbowa była ogromna, brzydka i ciężka.

Majka: A ja szukałam prezentu dla siebie pod choinkę.

Nic mi się nie podobało. Jak już znalazłam ładną torbę to

KIEDY WYSIADAŁAM Z SAMOCHODU,
SPOJRZAŁAM NA SWOJĄ OKROPNĄ
TORBĘ DO LAPTOPA I MÓWIĘ
DO AGATY: WIEM, CO ZROBIMY

była bardzo droga. W końcu udało się, kupiłam taką pra-
wie idealną, w poziomie, kosztowała ponad 1000 złotych.
Po miesiącu odpadła mi rączka i nie przyjęto mojej rekla-
macji, bo usłyszałam, że źle użytkowałam torbę. Strasznie
się wkurzyłam. Kilka miesięcy później Agata nabawiła się
kontuzji kolana. Siedziała w domu przykuta do kanapy,
więc w przerwach między spotkaniami dzwoniłam
do Niej, żeby zająć Jej czas. Na koniec dnia przyjechałam
do Niej do domu. Pamiętam, kiedy wysiadałam z samo-
chodu, spojrzałam na swoją okropną torbę do laptopa
i mówię do Agaty: wiem, co zrobimy. Zaprojektujemy
torby na laptopa! Takie, które same chciałybyśmy nosić.
Agata: A ja krzyknęłam: super pomysł! Zaczęłyśmy za-
stanawiać się, jak taka torba powinna wyglądać, żeby by-
ła pionowa, wygodna, ładna, żeby była dopełnieniem
naszego stylu. Pojawił się tylko jeden problem: żad-
na z nas nie potrafiła szyć (śmiech). Co prawda mam
w domu maszynę do szycia, bo szyłam kiedyś pluszaki
itp., ale nigdy nie torby.

Majka: I zadałyśmy sobie pytanie: jak się za to zabrać? Przeglądając Internet znalazłyśmy kurs szycia toreb. Zapisaliśmy się od razu. Było lato, żar lał się z nieba. Siedziałyśmy na ostatnim piętrze kamienicy na Wildzie z dziesięcioma dziewczynami. Część miała szyc torby z suwakami, część bez.

I jak Wam szło?

Majka: Udałyśmy, że jesteśmy kompletnie zielone i nawet nie wiemy, jak wygląda maszyna do szycia, więc przydzielono nam torbę bez suwaków. A my ciągle pytałyśmy pani prowadzącej, jak szyc z suwakami, bo przecież miałyśmy robić torby na laptopa.

Agata: Ona chyba wyczuła, że nie do końca interesuje nas szycie tej torby. Zapytałyśmy o zajęcia indywidualne, na które od razu się zapisałyśmy. Wtedy dokładnie pokazałyśmy, jak ta nasza torba mogłaby wyglądać. Pamiętam, że spinałam jej miniaturową z kuchennych ściereczek. I tak zaczęłyśmy edukację. Myślałyśmy, że to będzie proste. Nie było. Jeździliśmy po hurtowniach, szukałyśmy materiałów, dodatków, rzucałyśmy hasłami, których znaczenia do końca nie znałyśmy. Panowie w hurtowniach kompletnie nas nie rozumieli. Nie byli przyzwyczajeni, że takie sprawy załatwiają kobiety. Dziś nas uwielbiają i nawet pakują towar

TRZEBA TYLKO UWIERZYĆ
I ZNALEŹĆ W SOBIE COŚ,
CO LUBIMY ROBIĆ.

I PO PROSTU ZACZAĆ TO ROBIĆ

do samochodu (śmiech).

Majka: Później, jak już wiedziałyśmy jak ta torba ma konkretnie wyglądać, nasz przyjaciel grafik pomógł nam ją narysować. Znałyśmy wymiary, poszłyśmy z powrotem do Ewy, naszej krawcowej, już z konkretnymi, żeby pomogła nam to wyciąć.

Agata: Dwie godziny spędziłyśmy na tym, żeby zrobić wykrój z tektury. A myślałyśmy, że od razu będziemy szyc.

Majka: W końcu zabrałyśmy się za szycie. Szyłyśmy na zmianę, w zależności, która z nas miała czas. Część szyla ja, a część Agatka.

Z czego szyłyście?

Agata: To była tkanina wodoodporna w różową kratkę. Kiedy odszyłyśmy torbę, stwierdziłyśmy, że jest bardzo ładna, ale mało biznesowa. Już wtedy wiedziałyśmy, że to nie my będziemy szyc, bo nie damy rady czasowo, mając jeszcze swoją stałą pracę. I zaczęłyśmy szukać kaletników.

Co się stało z tą torbą?

Agata: Do dziś ją mamy. Może kiedyś wystawimy ją na jakiejś aukcji dobroczynnej.

Szukałyście kogoś, kto Wam taką torbę odszyje?

Agata: Od pań, które miały swoje warsztaty krawieckie, po kaletników. Pamiętam, jak trafiłyśmy do takiej kobiety na ulicę Głogowską, która zaprosiła nas na spotkanie.

Majka: I powiedziała: no dziewczyny, ale ja mam maszyny krawieckie, a tu potrzebna jest kaletnicza, bo tak się nie da. Ręce nam opadły. Znalazłyśmy kolejną krawcową, która się podjęła. Wyjeżdżałyśmy wtedy na urlop. Byłyśmy przeszczęśliwe, że wrócimy i odbierzemy gotową torbę. Nawet przez telefon pani zapewniała, że wszystko jest gotowe. Dzień po urlopie pojechaliśmy do niej w ogromnej euforii. Pani pokręciła głową i powiedziała, że prawie popsula maszynę. Torba była uszyta do połowy. Tylko jeden bok był kompletny.

Agata: I znowu rozpoczęłyśmy poszukiwania.

Znalazłyście od razu?

Agata: Co Ty. Pan, który miał zakład kaletniczy powiedział, że uszycie za długo trwa, bo w środku każda ma mieć inną podszewkę. Dla porównania pokazywał nam torby konduktorów, że takie się łatwiej szyje, bo są całe czarne (śmiech). Aż pewnego dnia brat Majki szukał fachowców do remontu i wrzucił ogłoszenie do Internetu i fachowcy sami do niego dzwonili. Więc uznaliśmy, że może to jest jakaś metoda.

I była?

Agata: Odebrałyśmy kilkanaście telefonów.

Majka: Na końcu zadzwonił pan, który zadeklarował uszycie torby. Przeszczęśliwie pojechaliśmy do niego. Od razu złapaliśmy kontakt. Dałyśmy mu tę naszą pierwszą kolorową torbę i tę drugą, niedoszytą, i opowiadałyśmy, co i jak chcemy.

Agata: Na końcu stwierdził, że jesteśmy trzecie w tym tygodniu, które chcą szyc torby. A my? Załamka. No jak to? To nie byliśmy pierwsze (śmiech).

Jak długo szyl Wam pierwszą torbę?

Agata: Chwilę to trwało zanim skompletowałyśmy materiały, dodatki, suwaki, taśmy. Zależało nam na polskich producentach i produktach wysokiej jakości. Bo wspieramy i kochamy to, co polskie. W ogóle to cały czas odkrywamy coś nowego (śmiech).

Musiałycie się wszystkiego nauczyć.

Agata: Tak, a to nas jeszcze bardziej rozwinęło i pomogło w pracy.



No i w końcu odebrałyście swoją pierwszą torbę.

Majka: Tak, najpiękniejsza chwila! Torba była granatowa z turkusową podszewką. Wyszliśmy z warsztatu i zaczęłyśmy robić sobie z nią zdjęcia. Długo będę pamiętała ten dzień. Było to słoneczne majowe popołudnie. Pamiętam każdy detal. Nawet to, co miałyśmy tego dnia na sobie: ja czerwoną sukienkę, a Agatka granatowy garnitur (śmiech).

Agata: A obok przechodził taki starszy pan i mówi: Ojej, jaka ładna torba na laptopa, a można ją kupić? Byłyśmy bardzo dumne.

Co się stało z tą torbą?

Agata: Ja ją mam, o nawet mam przy sobie. Zobacz. I nie mam serca jej oddać, bo jest pierwsza, niedoskonała i taka nasza.

Każda torba ma inną podszewkę, nie ma dwóch takich samych. Każda to unikat z indywidualnym numerem.

Majka: I na tym polega trudność produkcji, że tu nie ma masówki. Dlatego ciężko było ze znalezieniem kaletnika.

Najbardziej nietypowa podszewka w Waszych BAMbagach?

Agata: Kosmos.

Majka: Mali, czerwoni golfiści.

Kto kupił pierwszą torbę?

Agata: Żona kolegi mojego męża ze Smolca pod Wrocławiem. Była czarna z pepitką w środku. Wysłałyśmy ją

i czekałyśmy na informację zwrotną. I nagle usłyszałyśmy, że Pani Monika nie będzie polecać naszych toreb. Już miałyśmy łzy w oczach. Zastanawiałyśmy się, co się stało. A Pani Monika powiedziała, że torba jest tak piękna, że tylko ona chce ją mieć. Kamień spadł nam z serca.

Majka: Moja przyjaciółka, która mieszka w Belfaście i ma firmę cateringową, zadzwoniła do mnie, że bardzo by chciała mieć BAMbaga. I mówi: słuchaj, ja siedzę w tych garach, to może z jakąś fajną kulinarną podszewką. A ja sobie pomyślałam, że to kompletnie nie jest dla Niej, bo przecież Ona uwielbia podróżować. I wymyśliłam zieloną z podszewką z motywem dzikiej dżungli. Jej radość była bezcenna.

Czyli ta torba może stać się częścią każdej kobiety?

Majka: Właśnie o to chodzi. Ona ma być przedłużeniem kobiecości, ładnym dodatkiem do całości. I wcale nie musi być torbą na laptopa. Ma motywować do działania, podnosić poczucie własnej wartości, powodować lepsze samopoczucie. No spójrz na nas. Nie jesteśmy kaletnikami, przeszliśmy długą drogę. Zrobiliśmy to!

Agata: Trzeba tylko uwierzyć i znaleźć w sobie coś, co lubimy robić. I po prostu zacząć to robić. ■

Więcej na www.bambag.pl





TU SIĘ SZYJE



Przez rok tworzyli markę, której produkt, w ciągu zaledwie dwóch miesięcy, broni się na całym świecie. – Postanowiliśmy, że Poznań będzie szyciem stał – mówią **Alina Niewczyk-Toczyńska i Piotr Toczyński**, założyciele iNEEDle, których nowoczesne wykroje krawieckie pokazują, że szycie może być przyjemne, proste i dla każdego.

ROZMAWIA: DOMINIKA JOB | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT
SESJĄ ZDJĘCIOWĄ: WNĘTRZA I OGRODY, UL. WIELKA 11

Szycie wydawało się być zapomnianą sztuką. Skąd pomysł na taką działalność?

Piotr Toczyński: Prowadzę drukarnię i od kilku lat drukujemy wykroje krawieckie dla Europy Zachodniej. Firm przybywało, więc wyposażyliśmy się w park maszynowy i zaczęliśmy drukować dla całego świata. W mojej głowie powstał wtedy pomysł, by zrobić coś takiego również na rodzimym rynku, jednak żadna z polskich firm, dla których mogliśmy wykonywać taką produkcję, nie wiedziała, jak się za to zabrać. Zebrałiśmy więc grupę specjalistów od marketingu, social mediów, grafiki i programowania, aby pomogli nam w stworzeniu marki. Gdy wszystko było umówione, pozostało tylko pytanie: jak to zrobić? Trzeba było wytypować ochotnika do szycia, żeby w ogóle zobaczyć, o co w tym chodzi. Namawiałem Alinę, by tchnęła duszę do projektu. Wiedziałem, że ona się w tym odnajdzie.

Alina Niewczyk-Toczyńska: Ja na początku nie byłam przekonana do idei. Zawsze myślałam, że szycie jest skomplikowane, trudne i nieprzyjemne. Patrząc na wykroje ponakładane jeden na drugi, jakieś tajemnicze siatki... Niczego nie rozumiałam. Trzeba to było przerysowywać przez kalkę czy pergamin. Okropnie dużo zachodu i brak pewności, co z tego wyjdzie, a ja żeby to robić, muszę w to uwierzyć. Pomyślałam jednak, że mamy dobre maszyny oraz doświadczenia z Zachodu, które mogą nam w tym projekcie pomóc, a że jestem z Poznania, to nie lubię jak się coś marnuje. [śmiech]

Postanowiłam spróbować coś uszyć. Zamówiłam najprostszy wykroj spodnicy ołówkowej, wzięłam materiał, który mi się podobał, wycięłam, zaczęłam szyc i... okazało się, że to jest fajne! Kończąc to szycie, już wyobrażałam sobie kolejne ubrania, które chciałabym mieć w szafie. Poczułam ogromną przyjemność, że sama mogę stworzyć ubranie, w dodatku nikt takiego nie będzie miał. Nie trzeba tracić czasu na chodzenie po sklepach, szukanie. Dodatkowo, szycie niesamowicie rozwija zdolności manualne. Jestem skąpioną na tym, co tu i teraz. W dobie szybkiego życia i stresu, takie oderwanie, gdzie dodatkowo mogę poczuć się dumnym autorem i kreatorem, było nie do opisania. Postanowiłam, że wchodzę w projekt. A ponieważ znane mi wykroje zniechęcają do szycia, wiedziałam jak je zmienić, by łatwiej się z nich korzystało.

Wtedy rozpoczęliście pracę pełną parą?

Alina: Prace nad samą marką już trwały. Pracę nad produktem ciągle przekładaliśmy, jednak pewnego dnia na spacerze z małuchami zobaczyłam młodą dziewczynę. Był upał 30 stopni, a ona szła w grubych czarnych rajstopach, obcisłej

czarnej sukience i w pełnym makijażu. Widać było, że szukała na siebie pomysłu. Popatrzyłam na nią i na moich chłopaków. To uczucie chyba tylko matka potrafi zrozumieć... Moje dzieci są radosne, będziemy je rozwijać, zaszczepiać w nich różne pasje, stwarzać możliwości, by mieli zajęcie, robić coś wspólnie z nimi. Nie chciałabym dopuścić do momentu, w którym moja córka wychodzi z domu tak jak ta dziewczyna. Zrobiłabym wszystko, żeby pokazać jej alternatywę. Uświadomiłam sobie, że niektórzy nie mają tego szczęścia w postaci wspierających rodziców. I wtedy pomyślałam, że mam możliwość skonstruowania narzędzia, które będzie atrakcyjne dla takich osób. Dzięki któremu będą mogli znaleźć jakiś środek przekazu do wyrażenia siebie, zainteresować się modą. Niech nawet szyją czarne ubrania, ale mając zajęcie, połowa głupot odejdzie im z głowy i zastąpi je poczucie, że mogą się rozwijać. Być może za chwilę taka pasja pozwoli im zarabiać. Zrozumiałam, że mogę stworzyć narzędzie atrakcyjne, dostępne, zrozumiałe i modne.

Piotr: To był właśnie ten moment, w którym udało nam się zdefiniować, czym chcemy się wyróżniać. Firmy na świecie

mają swoje bardzo skomplikowane wzory, których nie da się skopiować. A my postanowiliśmy stworzyć coś nie tylko dla osób zaawansowanych, ale również dla tych, które nie potrafią szyć lub są początkujące.

Mieliście genialny pomysł, wspaniałą misję i chęci do pracy. Jakie były początki?

Alina: Od momentu podjęcia decyzji, że wchodzę w ten projekt, cały świat zaczął nam sprzyjać. Okazało się, że moja ciocia, której nie widziałam 20 lat, ma sklep z tkaninami na naszym osiedlu. Dzięki niej dostałam namiary na fantastycznych projektantów i konstruktorów. Ten pomysł uproszczenia szycia określili strzałem w dziesiątkę, ponieważ pamiętali swoje początki, gdy wykroje były tak skomplikowane, że woleli szyć bez instrukcji. Przemawiała do nich również idea pokazywania, że szycie jest naprawdę fajne i nie musi być trudne.

Jednak dużym wyzwaniem było stworzenie wzorów i instrukcji atrakcyjnych dla osób, które szyją po raz pierwszy, a jednocześnie przyjemne dla bardziej zaawansowanych. Pracowaliśmy nad tym prawie rok. Byliśmy trudnym klientem dla naszych projektantów i konstruktorów, dla których wszystko było oczywiste. Pierwszą barierą był sam wykroj. Do tej pory standardem było nakładanie wzorów na siebie, a żeby któryś wyciąć, należało znaleźć łączniki. Nietrudno było o pomyłkę. My chcieliśmy czegoś innego. Drugą barierą było niesamowicie fachowe, techniczne wręcz słownictwo. Nie ma wyjaśnienia, co to jest zaszewka, a co dopiero trudniejsze wyrazy.

SZYCIE NIESAMOWICIE ROZWIJA ZDOLNOŚCI MANUALNE



Piotr: Osoby, które jeszcze nigdy nie szyły, często zniechęcają się po zetknięciu z fachowym słownictwem. Żeby uszyć nawet coś prostego dla siebie, muszą najpierw nauczyć się rozumieć skomplikowane instrukcje. Dlatego naszą przewagą było to, że nigdy wcześniej nie szyliśmy, więc byliśmy z Aliną pierwszymi testerami naszego produktu. Mówiliśmy na bieżąco, czego nie rozumiemy i tak stworzyliśmy pierwszą instrukcję. Kolejne były już zasługą wielu tygodni i nieprzespanych nocy mojej żony, odpowiedzialnej za tworzenie pierwszej kolekcji.

Uproszczenie wykroju nie jest wcale łatwym zadaniem. Musieliśmy znaleźć porozumienie z konstruktorami i projektantami, dla których każde zdanie brzmiało logicznie i było zrozumiałe. Musieli nauczyć się rozwijać swoje skróty myślowe w proste zdania. I tak w każdym zdaniu, w dwudziestu wykrojach.

Kiedy w końcu się udało, na rynku nie pojawiały się głosy zazdrości?

Piotr: Myśleliśmy, że będziemy konkurencją dla szkół szycia i warsztatów. Natomiast okazało się, że oni sami chcą pracować na naszych wykrojach! Stworzyliśmy narzędzie, nie tylko użytkowe, ale też dydaktyczne. Teraz na warsztatach mogli skupić się już na samym szyciu, ulepszaniu techniki, a nie na rozszyfrowywaniu skomplikowanych wykrojów czy tworzeniu nowych konstrukcji dla każdego z kursantów z osobna. Nasze wykroje podniosły wartość takich warsztatów.

Do kogo kierujecie swój produkt?

Alina: Do osób, które potrafią szyć i z naszym wykrojem będzie to prostsze i szybsze. Również do osób, które pierwszy raz spróbują coś uszyć lub szyją niewiele. Chcemy ułatwiać szycie, ale też do niego zachęcać.

Moją ideą było dobranie takich modeli, żeby każda kobieta mogła skompletować całą garderobę. Postanowiłam sobie, że Poznań będzie szyciem stał i od tego zaczniemy rewolucję szyciową w Polsce. Chcę zainteresować tym przede wszystkim młodzież.

Piotr: Ciekawym odkryciem było, że projekt, który z początku miał być jedynie biznesowy, jest też sposobem na spędzanie czasu i realizowanie siebie. Wcześniej nie dostrzegaliśmy wielu pozytywnych korzyści płynących z szycia. Teraz, budując sieć dystrybucji, szukamy też miejsc, gdzie można pokazać, że szycie jest dla każdego. W Polsce mamy rzeszę kobiet, które potrafią szyć, mają maszyny, ale uważają, że to jest umiejętność, która nie jest nikomu potrzebna. A powinni być dumne, że mają taki fach w rękach i pokazać młodemu pokoleniu, jak można spędzać wolny czas, zamiast siedzenia w galerii handlowej lub z nosem w komórce.

Wasze wykroje są bardzo ładne, przejrzyste i... zachęcają do szycia!

Piotr: Mamy też sporo wyróżników. Nasze wykroje są kolorowe, wydrukowane na trwałym papierze i w trwałym opakowaniu, w którym łatwo można przechowywać wycięte kroje. Wszystkie informacje wydrukowane są na jednej stronie. Mamy też kolorową rozmiarówkę, a wykroje są rozsunięte o pół centymetra, co dodatkowo zwiększa ich przejrzystość. Są nawet ponumerowane i od razu widzisz ile ma być kroków, oraz na którym aktualnie jesteś. Każdy element jest podpisany. Pokazujemy też, jak przy podanej przez nas ilości materiału, rozłożyć na nim wycięte elementy. W instrukcji znajduje się średnie określenie czasu pracy oraz skala trudności danego wykroju. Podajemy, co będzie potrzebne do pracy, czyli akcesoria, materiały oraz ogólne zasady mierzenia się. Mamy słownik pojęć, co chwalą sobie nawet szkoły szycia i profesjonaliści. Pokazujemy również, co z danej kolekcji będzie pasowało do danego wykroju.

Alina: Naszą perelką jest dodawana do każdego wykroju metka z napisem MADE BY ME. Jest to przecież dzieło każdego, kto daną rzecz uszył!

Jesteśmy z Poznania i dlatego chcemy, żeby nasze miasto było wizytówką tego, że można ciekawie spędzić czas na szyciu, i że jest to opcja dla każdego.

Pokazujecie, że to zanikające rzemiosło jest nadal ważne i wartościowe.

Piotr: Jest społecznie atrakcyjne. Chcemy, żeby Polki tworzyły własną modę. Na szczęście nie każdy chce ubierać się w sieciówkach. Budzi się w nas świadomość, sprawdzamy gdzie powstawały nasze ubrania, w jaki sposób i jakim kosztem.

Poza tym, jesteśmy Polską firmą i mamy produkt broniący się na całym świecie. Już pracujemy nad wejściem na rynki zagraniczne, na których często jest inne podejście do konkurencji i moja wygrana nie musi być czyjąś przegraną. Na szczęście w Polsce też się z takim podejściem coraz częściej spotykamy i dlatego możemy wspólnie poprawiać jakość życia ostatecznego klienta, robiąc podobne produkty.

Alina: Ludzie nam sprzyjają i to potwierdza, że to, co robimy, jest dobre. My nie wywodzimy się z tego świata, więc prezentujemy inny punkt widzenia, tworzymy nową wartość. Nasz produkt jest ładny, modny, atrakcyjny i funkcjonalny. Nasze wykroje mają być też alternatywą dla osób, które szukają drogi do wyrażenia siebie. Pozwalają rozwinąć wyobraźnię, zmysł kreatywności, co przekłada się też na inne aspekty w życiu.

Pierwsze egzemplarze pakowaliśmy sami, byliśmy z siebie bardzo dumni. Ogrom pracy przed premierą był naprawdę wycieńczający. Kiedy jeden z pierwszych klientów, prezes dużej firmy, z którą nawiązaliśmy współpracę w zakresie ogólnopolskiej dystrybucji, był zachwycony naszym produktem, tak samo jak my, to aż zapłakałam ze wzruszenia, bo dopiero do mnie dotarło, co stworzyliśmy. ■

STALKING. PRZESTĘPSTWO WCALE NIE TAKIE RZADKIE

Co ósma osoba w Polsce była lub jest ofiarą stalkingu, czyli uporczywego narzucania niechcianego kontaktu. Kojarzysz nieustanne SMS-y, kwiaty przysyłane do pracy, wystawanie pod Twoim oknem? A może kojarzysz gwiazdy show-biznesu opowiadające w wywiadach o nadgorliwych, śledzących ich fanach? Gdzie kończy się adoracja, a zaczyna prześladowanie i czyn karny?

ZOFIA CHOŁODY

Radca prawny, członkini Okręgowej Izby Radców Prawnych w Poznaniu, właścicielka kancelarii Zofia Chołody i Wspólnicy Kancelaria Prawna, prawnik z ponad 10-letnim doświadczeniem. Specjalizuje się w prawie gospodarczym i cywilnym, jednak nie stroni od prawa administracyjnego. Wspiera przedsiębiorców w działalności biznesowej, obsługuje również podmioty lecznicze.

Pomaga kobietom w ich rozwoju biznesowym i osobistym. Prezeska Klubu Kobiet Przedsiębiorczych.



ZOFIA CHOŁODY & WSPÓLNICY
KANCELARIA PRAWNA

Zjawisko stalkingu istniało już w starożytności. Prawo rzymskie znało je jako adtemptata pudicitia, czyli z łac. naruszenie skromności. Polegało na natrętnym chodzeniu za osobą dobrych obyczajów lub/oraz zaczepianiu jej.

Stalking (z ang. skradanie, naprzykrzanie, czatowanie) po raz pierwszy zaobserwowany został w USA. W latach 80 dotyczył głównie sławnych ludzi, aktorów

i muzyków. Obecnie zasięg tego zjawiska jest już dużo większy i spotkać może każdego. Karany jest w USA, jak również w wielu krajach europejskich, w tym w Polsce. Od 6 czerwca 2011 r. policja, prokuratura i sądy zmagają się ze ściganiem tego nowego przestępstwa, a ilość wyroków skazujących z roku na rok drastycznie rośnie.

Zgodnie z art. 190a kodeksu karnego, kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

FORMY STALKINGU

Prześladowcy stosują całą gamę sposobów dokuczania ofiarom. Najczęściej spotykaną formą są wiadomości SMS czy e-maile z wyznaniem miłości, albo przeciwnie – z wyzwiskami, obelgami, czasem również groźbami. Rzadziej są to głuche telefony, wystawanie pod domem (jeden z prześladowców grał nawet na gitarze pod balkonem dziewczyny), śledzenie czy nachodzenie w domu lub w pracy.

Czasami ofiary obdarowywane były niechcianymi prezentami. Kwiaty, słodycze, a nawet biżuteria i bielizna. Jakiś czas temu poznański sąd uznał, że dewastacje kamienicy pod pozorem remontu, wymontowanie okien, odcinanie prądu, gazu i wody to także forma stalkingu.



FOTOLIA

STALKING W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH

Wprowadzone do kodeksu karnego kilka lat temu przepisy dotyczą również sytuacji podszywania się pod inną osobę w mediach społecznościowych czy na różnych portalach. W takim przypadku sprawca podlega karze do 3 lat pozbawienia wolności, jeżeli podając się za inną osobę, wykorzystuje jej wizerunek lub inne jej dane osobowe, w celu wyrządzenia jej szkody majątkowej lub osobistej.

SKUTKI

Jeżeli następstwem nękania lub wspomnianego powyżej podszywania się pod inną osobę, jest targnięcie się osoby pokrzywdzonej na własne życie wtedy karalność wzrasta i stalker podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10. Jest to tzw. kwalifikowana forma czynu. Jeśli, zostaniemy ofiarami stalkingu, warto pamiętać, że ściganie tego przestępstwa odbywa się na wniosek osoby pokrzywdzonej. Musimy więc złożyć wniosek o ściganie.

Dalej postępowanie karne toczyć się będzie z urzędu. Jednakże jeśli dojdzie do kwalifikowanej formy czynu, karne postępowanie przygotowawcze wszczęte jest z urzędu i nie musimy składać wniosku o ściganie.

ZJAWISKO STALKINGU ISTNIAŁO JUŻ W STAROŻYTNOŚCI

DOWODY, DOWODY I JESZCZE RAZ DOWODY

Jak każdy czyn zabroniony, stalking należy udowodnić. Ze względu na formy popełnienia przestępstwa uporczywego nękania, np. w wiadomościach SMS, najtrudniejsze jest udowodnienie czynu i pozyskanie jak najwięcej do-

wodów. Dlatego bardzo ważne jest, aby takie przestępstwo zgłaszać natychmiast, dopóki możliwe jest np. pozyskanie danych od operatorów telefonicznych. Ponadto, nawet początkowo niewinne nękanie, może następnie przerodzić się w groźby karalne, a nawet zagrożenie zdrowia lub życia. Nie można więc lekceważyć takich zachowań – nigdy nie wiadomo, do czego jest zdolny stalker.

GRANICA POMIĘDZY ZAŁOTAMI A NĘKANIEM

Jak wyczuć granicę pomiędzy adoracją a uporczywym nękanie uzasadniającym złożenie wniosku o ściganie? Czasami przychodzi taki moment, kiedy zainteresowanie naszą osobą zaczyna być dla nas kłopotliwe, niepokojące, a nawet dające poczucie zagrożenia. Jeżeli w sposób jasny deklarujemy, że nie życzymy sobie takiej formy kontaktu i jeżeli sprawca nie zaniecha swoich działań, to wtedy właśnie możemy mówić o uporczywym nękanie. ■

MOWA CIAŁA – TWOJA „SIŁA SPECJALNA” W WYSTĄPIENIACH

Przygotowując się do prezentacji, perfekcyjnie opracowujesz warstwę merytoryczną, zastanawiasz się, jak będziesz przemawiać, jakich słów użyjesz oraz w jaki sposób przekonasz słuchaczy do swoich racji. Gdy przyjdzie czas, stajesz przed publicznością, wygłaszasz swoje przemówienie i nagle zdajesz sobie sprawę, że publiczność nie tylko cię słucha, ale również, a może przede wszystkim, obserwuje.

TATIANA SOKOŁOWSKA

Trenerka umiejętności interpersonalnych, ekspertka etykiety, *savoir vivre*, profesjonalnego wizerunku oraz występów publicznych. Dyplomowana trenerka biznesu, absolwentka historii sztuki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Kreuje profesjonalny wizerunek kadry managerskiej, kierowniczej oraz pracowników na wszystkich poziomach organizacji.

Przygotowuje przedsiębiorców i polityków do profesjonalnego występowania w mediach.

Założycielka i CEO Firmy Business Dress Code.



BUSINESS DRESS CODE
TATIANA SOKOŁOWSKA

Przez lata przekonywano nas, że racjonalizm, logiczne przekazywanie wiedzy i zimna kalkulacja są podstawowymi narzędziami porozumiewania się, tymczasem najnowsze badania nad funkcjonowaniem mózgu wskazują, że większość komunikacji międzyludzkiej przebiega poza świadomym przetwarzaniem. Procesy te odbywają się w mózgu gadzim, który miał za zadanie umożliwić naszym przodkom przetrwanie w obliczu zagrożenia. W drodze ewolucji wypracowaliśmy umiejętność podejmowania w ułamku sekundy decyzji czy w obliczu zagrożenia podjąć ucieczkę, walkę czy zdecydować się na inne działanie. Z tego mechanizmu wywodzi się nasza umiejętność

natychmiastowej, podświadomej oceny kogoś, kogo widzimy pierwszy raz. Dokonujemy jej na podstawie szybkiej analizy niewerbalnych sygnałów. Mowa ciała to najgłębszy poziom przekazu, na którym słuchacz odbiera twoje wystąpienie. Wrażenie to pozostaje na długo w umyśle słuchacza i ma niebagatelny wpływ na zapamiętane doznania i opinie – dlatego tak bardzo należy zadbać o ten element przygotowania prezentacji.

Odpowiednia mowa ciała ma jeszcze jedną ważną funkcję. To za jej pomocą możesz wpływać nie tylko na emocje odbiorców, ale też, a może przede wszystkim, na własne. W jaki sposób? Podczas całego trwania prezentacji twoje ciało wysyła sygnały do mózgu, jak się czujesz. Na przykład to czy stoisz wyprostowany, a twoja gestykulacja jest zdecydowana i naturalna, ma wpływ na twoje emocje. Zastanów się, jakie jeszcze zachowania i postawy ciała mogą wywołać uczucie pewności siebie i stosuj je podczas wystąpienia. Pozytywne nastawienie, zaangażowanie, radość z kontaktu ze słuchaczami, naturalność poruszania się po scenie, otwartość na reakcje publiczności. Za pomocą takich postaw będziesz potrafił wywołać w sobie wewnętrzny stan pewności siebie i swobody w trakcie przemówienia.

Właściwa mowa ciała to umiejętność, której można się nauczyć, a wielokrotne ćwiczenia sprawiają, że świadomie będziesz zarządzać emocjami swoimi i publiczności.

Stres podczas ekspozycji społecznej może sprawić, że twoje zachowanie na scenie stanie się nienaturalne i będzie zdradzać emocje, które chciałbyś ukryć.

Nagraj swoje wystąpienie i przeanalizuj, które ruchy były uświadomione, a które nie, zastanów się, w jaki sposób mogą wpłynąć na odbiór przemówienia przez publiczność.



Szczegółowa analiza pomoże ci w powrocie do swobodnego i naturalnego sposobu bycia i gestykulowania.

Badania wykazują, że zapamiętywanie treści wystąpienia ułatwia właśnie odpowiednia gestykulacja, podkreślająca w umiejętny sposób treść prezentacji. Pomóż odbiorcy wynieść z twojego wykładu jak najwięcej.

Pamiętaj, że zależy tobie na efekcie szczerego, uczciwego i wiarygodnego mówcy, a nie na tym, by stać się wyuczonym efekciarskich gestów automatem.

WYCHODZĄC NA SCENĘ PAMIĘTAJ: PATRZ NA PUBLICZNOŚĆ

To atawizm – jeśli chcesz wzbudzić zaufanie, patrz na osobę, z którą prowadzisz rozmowę, z wyrazu oczu odczyta ona twoje intencje. W tym przypadku ta osoba to cała publiczność. Ponadto utrzymywanie kontaktu wzrokowego jest oznaką, z jednej strony zainteresowania słuchaczami, z drugiej – pewności siebie. Błądzenie wzrokiem, patrzenie w dół lub, co gorsza, odwrócenie się od słuchaczy w stronę ekranu z prezentacją, wywoła brak zaufania i spadek zainteresowania tym, co masz do powiedzenia. Podobny efekt osiągniesz, gdy zamiast mówić z pamięci, będziesz czytać przemowę z kartki bez podnoszenia raz po raz oczu na publiczność.

WYKORZYSTUJ GESTYKULACJĘ

Nasze ręce są niezwykle gadatliwe, ukazują uczucia i sygnalizują nastroje. Aby zostać odebranym jako osoba otwarta i szczerą, pozwól sobie na naturalną gestykulację, podobną do tej, która towarzyszy tobie podczas mówienia w sytuacjach prywatnych. Wyeliminuj złe nawyki rujnujące budowanie dobrego wrażenia.

UNIKAJ:

- wszystkich gestów, które opisywane są jako zamknięte; zarówno rąk, jak i nóg,

- zgarbionej pozycji,
- dotykania twarzy i szyi,
- gładzenia i poprawiania włosów,
- poprawiania ubrania,
- ściskania i pocierania dłoni, zaciskania pięści i zaplatania palców,
- zakładania rąk do tyłu,
- częstego poprawiania pozycji,
- braku gestykulacji,
- nadmiernych i nerwowych ruchów,
- powtarzających się elementów, np. chodzenia dwa kroki do tyłu i dwa do przodu,
- odwracania się od publiczności,
- gestów niepasujących do wypowiedzianych treści.

Jeśli siedzisz podczas wystąpienia, unikaj częstego poprawiania się na krześle, bujania lub kręcenia się na nim, machania stopą lub stukania o podłogę.

PORUSZAJ SIĘ PO SCENIE

Jeśli tylko formuła wystąpienia pozwala na ruch, wykorzystaj go. Odpowiednie zapanowanie nad przestrzenią pozwoli pokazać, że jesteś pewny siebie, umożliwi dodatkowe podkreślenie tego, co masz do powiedzenia. Jeśli na przykład chcesz mówić o zmianach, które zaszły w twojej firmie, to o sytuacji przed zmianą mów w jednej części sceny, przejdź w inne miejsce i opowiedz jak jest teraz. Wzmocnisz przekaz i pozwolisz odbiorcom dodatkowo poczuć efekt.

ZACHOWAJ RÓWNOWAGĘ

Nie tylko na scenie, ale również pomiędzy wypowiedzianą treścią a sposobem jej przedstawienia. Gdy wykorzystasz swoje ciało w tym procesie, pozwolisz słuchaczom głębiej doznać tego, co kryje się za wypowiedzianymi słowami. ■



JAK WYBRAĆ OKNO?

Szukając okien lub drzwi chcemy mieć gwarancję, że produkt będzie nam służył przez wiele lat. Jak zatem upewnić się, że okna które oferuje nam sprzedawca będą niezawodne?

TEKST: ANNA BRYLEWSKA | ZDJĘCIE: OKNOPLAST

Przed wyborem stolarki warto zapoznać się z sukcesami firmy, z historią marki czy też z certyfikatami które zostały przyznane przez znaczące instytucje. Przykładami certyfikatów potwierdzającymi jakość produktów i organizacji mogą być na przykład: świadectwa IFT Rosenheim, najbardziej utytułowanego instytutu europejskiego zajmującego się badaniami stolarki otworowej. Instytut ten wydaje certyfikat IFT Q-Cert, który jest potwierdzeniem produkcji okien najwyższej jakości. Bardzo dobrze jeśli firma ma wdrożony system jakości ISO 9001, który potwierdza jakość całej organizacji działającej ściśle wg ustalonych standardów. Wyróżnień jest dużo więcej, m.in. Laur Klienta, przyznawany firmom przez samych konsumentów, CEKAL-rygorystyczny certyfikat potwierdzający najwyższą jakość szyb czy znany wszystkim konkurs Teraz Polska.

JAK WYBIERAĆ?

W zakresie produktu warto zwrócić uwagę na to w jakiej klasie jest produkowany system ram okiennych (najwyższa i najlepsza jakościowo to klasa A) i dokładnie obejrzeć produkt na ekspozycji, zwracając uwagę na szczegóły - jak wyglądają zgrzewy łączące profile (czy są wąskie czy szerokie), kolorystykę uszczelek - na ile dobrze są dobrane do okleiny i ile producent stosuje ich w produkcie (część lepszych producentów oferuje np. w standardzie uszczelkę wypełniającą dolny rowek okuciowy w ramie, która przeciwdziała gromadzeniu się tam trudno usuwalnego brudu lub uszczelkę pod pakietem szybowym, która zmniejsza mostek termiczny

na styku szyby ze skrzydłem). Poza tym trzeba sprawdzić jakość zastosowanych okuć - liczba grzybków ryglujących i ich rozkład w oknie, jakie obciążenie może przenosić dolny zawias (im więcej tym lepiej, optymalnie powyżej 100 kg, co zmniejsza szansę na opuszczanie się skrzydła i ocieranie o ramę), jaką klasę odporności na korozję posiadają okucia (im wyższa tym lepiej, dla standardowych produktów, najlepsza jest klasa 5). Bardzo ważny jest też pakiet szybowy, jego izolacyjność termiczną określa parametr Ug (im niższa tym pakiet jest bardziej energooszczędny), ale należy również zwrócić uwagę na współczynnik Lt - przenikalności światła przez pakiet (dla szyby trzykomorowej najlepiej jeśli będzie oscylował w granicach 74%), a także bardzo ważny parametr izolacji akustycznej, który określa jak bardzo okna wygłuszą hałas z zewnątrz. Warto zapytać również kto jest dostawcą pakietów szybowych - duzi producenci posiadają własną produkcję szyb zespolonych co pozwala kontrolować im cały proces. Nowoczesne rozwiązania przewidują ponadto zastosowanie szyb 3mm, zamiast 4mm standardu, co zmniejsza obciążenia sił operacyjnych na okucie okienne w konsekwencji zapewnia dłuższe, bezproblemowe funkcjonowanie okna.

WIARYGODNY PRODUCENT

W zakresie wiarygodności, usługi i wyboru dostawcy sprawdzimy kto jest producentem okien, jakie ma opinie, jak długo działa na rynku. Zwróćmy też uwagę na gwarancję, jaki jest jej zakres oraz długość i to czy producent działa dłużej niż oferowana przez niego gwarancja. ■

OKNOPLAST

PRZESTRZEŃ NA WIĘCEJ.



RABAT
NAWET
10%*
NA WYBRANE OKNA



* Promocja obowiązuje od 18.03-12.04.2019 r.
Regulamin promocji dostępny na www.oknoplast.com.pl

MAGNAT

Partner Handlowy OKNOPLAST

Poznań, ul. Jeżycka 27
tel. 61 843 04 73

OKSYSTEM PLUS

Partner Handlowy OKNOPLAST

Poznań, ul. Złotowska 65
tel. 61 661 02 10

DOMEGA

Partner Handlowy OKNOPLAST

Poznań, ul. Krauthofera 42
tel. 61 830 34 68

Swarzędz, ul. Cieszkowskiego 92
tel. 61 651 54 54

www.oknoplast.com.pl



Juan Martín Sánchez, Argentina

MÓJ DOM – POZNAŃ

Czy Hiszpan może polubić polską pogodę? Za co Holender kocha polską wieś? Jak trudny dla Argentyńczyka jest język polski? Czy Hindus obchodzi Mikołajki? I czy Palestyńczyk w Polsce może poczuć prawdziwą wolność? Zapraszamy na drugą część historii o obcokrajowcach, którzy stali się poznaniakami.

TEKST: DOMINIKA JOB | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT, ARCHIWUM

ADRIAN PEREZ, HISPANIA

Kilka lat temu przyjechałem do Polski na studencką wymianę programu Erasmus. Jeden semestr spędziłem w Poznaniu, drugi w Krakowie. Wiedziałem, że to, co naprawdę chcę w życiu robić, to nauczanie. Wróciłem do Hiszpanii, jednak ciągle myślałem o tym, żeby tu znowu przyjechać. Zacząłem wysyłać CV do Polski i nagle otrzymałem propozycję pracy aż z dwóch miejsc. Pomyślałem, że skoro dostałem pracę w Polsce, będąc jeszcze w Hiszpanii, to może być tylko jeszcze lepiej. Zdecydowałem się przeprowadzić. Wybrałem wtedy Poznań, a nie Kraków, ponieważ czas spędzony tutaj wspominałem milej. Lubiłem tu być, przyjeżdżałem w odwiedziny podczas wakacji, a raz nawet spędziłem tu Boże Narodzenie. Jednak na początku nie było już tak łatwo jak na studiach, kiedy jedynym zmartwieniem było znalezienie sali na zajęcia lub najbliższego sklepu.

Na szczęście, kiedy tu wróciłem, miałem znajomych, których poznałem podczas Erasmus. Głównie byli to Hiszpanie i ich partnerki Polki. Dzięki nim zacząłem poznawać coraz więcej Polaków. Nauka polskiego idzie mi powoli, ale uczę się. Mam książki, ćwiczenia, uczę się gramatyki, ale przyznaję, że jest to „masakra”. Wśród moich znajomych jest coraz więcej Polaków, także dzięki nim uczę się różnych zwrotów i mowy potocznej. Pracuję w kilku miejscach, w szkołach, w przedszkolach i daję także prywatne lekcje. Jestem zadowolony, ponieważ robię to, co lubię.

Również sam ciągle czegoś się uczę, jak na przykład tego, że gdy w pracy ktoś mnie o coś prosi, zawsze jest to do zrobienia na wczoraj. Oraz że nie wolno się spóź-

WYBRAŁEM POZNAŃ,
PONIEWAŻ CZAS
SPĘDZONY TUTAJ
WSPOMINAŁEM
MILEJ

niać. Nawet kilkanaście minut... Jednak celowo wybrałem kraj, który jest inny niż Portugalia czy Włochy, czyli kraje podobne do Hiszpanii. Tu wszystko jest inne. Ludzie, miasta, pogoda. Pochodzę z Andaluzji, więc wyjeżdżając nastawiłem się, że nigdzie nie będzie mi już tak ciepło jak tam. Ale sama pogoda mi tak nie przeszkadza, jak fakt, że dzień jest bardzo krótki i szybko robi się ciemno. Często wstaję rano i jest jeszcze ciemno, po południu kończę pracę i już jest znowu ciemno. Do tego ciężko mi się przyzwyczaić, jednak ani przez chwilę nie żałowałem, że tu przyjechałem.

GERRIT-JAN VAN DEN BERG, HOLANDIA

Niedawno przeniosłem się niedaleko Poznania, do Dymaczewa Starego. Jest to wieś pomiędzy Mosiną a Stęszewem. Mimo że Poznań oferuje więcej, zwłaszcza dla obcokrajowca, to jednak polska wieś nie ma sobie równych. Ma swój niepowtarzalny urok, zwłaszcza

gdy obcujesz tak blisko natury, a ja mieszkam na skraju Wielkopolskiego Parku Narodowego. Gdy poznałem moją żonę, pracowałem na stanowisku kierownika sprzedaży w tej samej, co ona, międzynarodowej firmie. Tylko że ja mieszkałem w Holandii, a ona w Polsce. Poprosiłem ją o rękę i zostałem przyjęty. Tak zaczęła się moja poznańska przygoda.

Holandia jest gęsto zaludniona, a każda przestrzeń wypełniona jest mieszkaniami i domami wybudowanymi obok siebie. Tam większość ludzi nie ma możliwości zakupu ziemi i postawienia na niej domu. Porównując to do przepięknych krajobrazów Polski, przyrody, spokoju oraz prywatności, którą daje życie

na wsi – znajdziesz powód, dla którego jest mi tu tak dobrze i nie chciałbym tego zmieniać. Dopóki nie poznałem mojej żony, chciałem przeprowadzić się do Kanady. Jednak teraz wiem, że Poznań i okolice to był właściwy wybór. Mimo że nasze kraje nie są od siebie bardzo oddalone, jest między nami ogromna różnica. Głównie obserwuję to w kwestiach dotyczących religijności. Polska to też kraj z wieloma tradycjami, a więzi rodzinne są bardzo silne. Wszystko to sprawia, że jesteście narodem bardzo dumnym i uważam, że macie podstawy, by tak właśnie się czuć. Ubolewam jedynie, że pod względem płacy, infrastruktury i biurokracji, Polska nie jest jeszcze tak rozwinięta jak kraje zachodnie.

Największą różnicą odczuwalną dla mnie, jest styl życia poza dużym miastem. Jestem przyzwyczajony do tego, że raz w tygodniu wychodzimy ze znajomymi na piwo. Tutaj nie znalazłem ani jednego miejsca, gdzie mógłbym pójść, poznać nowych ludzi, porozmawiać z nimi... Ludzie umawiają się na spotkania w swoich domach. Aktualnie mieszkam poza Poznaniem, a w dodatku pracuję z domu, zatem tęsknię za życiem społecznym, które miałem w Holandii. Na szczęście odkryłem stronę InterNations Poznań, gdzie tworzy się sieć znajomych na podstawie wspólnych zainteresowań. Ostatnio uczestniczyłem w cyklicznym spotkaniu zorganizowanym dla

obcokrajowców tu mieszkających. Była to doskonała okazja do poznania nowych ludzi!

Najtrudniej było i nadal jest, uczyć się polskiego, ponieważ jest to język inny niż pozostałe, które znam. Jednak nie poddaję się i jestem dumny z moich postępów. A w zasadzie byłem... do czasu, aż kupiłem żonie walentynkową kartkę. Nie rozumiałem, dlaczego przyjazny uśmiech kasjerki szybko zamienił się w zniesmaczoną minę. Dopiero w domu moja żona przyznała, że kupiłem kartkę dla Walentego, a nie Walentynki. [śmiech]

JUAN MARTÍN SÁNCHEZ, ARGENTYNA

Jestem pisarzem. Książka „Druga szansa”, którą ci podarowałem, to moja pierwsza książka o Polsce. Opisuję w niej różne wydarzenia z Poznania, np. na Moście Teatralnym czy Ostrowie Tumskim. Napisałem ją 5 lat temu, a mieszkam tu od prawie 7. Obserwuję Polaków i piszę o tym. Moje opowieści zawsze miesza z historiami związanymi z Argentyną. Nie jestem typowym Argentyńczykiem, niewielu z nas opuszcza kraj. Ale ja zawsze byłem inny, dlatego wyjechałem. Nudziłem się w Argentynie. Ukończyłem studia jako nauczyciel języka angielskiego, ale mój kraj jest jednojęzyczny, więc nie widziałem tam dla siebie wielu możliwości. Polskę wybrałem, ponieważ się zakochałem. To dlatego zacząłem uczyć się języka i tu przyjechałem. Nie wierzę



Gerrit-Jan van den Berg, Holandia

w szok kulturowy, jednak wierzę w nieświadomych ludzi, którzy muszą gdzieś pojechać, aby poznać coś innego, odkryć siebie. Wierzę, że ludzie są na zewnątrz różni, ale w środku wszyscy jesteśmy tacy sami. Mam inną mentalność, tu ludzie są bardziej oficjalni, mniej żartują, a bardziej wkurzają się na rzeczy, które ja uważam za nieważne. Ludzie są mnie ciekawi. Czuję, że jestem ceniony, wręcz egzotyczny. Od samego początku jestem tu bardzo dobrze traktowany. Nigdy nie byłem dyskryminowany. Mam w Poznaniu swoje życie, wielu znajomych i przyjaciół. Chciałbym tu zostać i założyć rodzinę. Na początku wszystko było dla mnie bardziej interesujące, ponieważ było nowe, polskie. Teraz czuję się tu jak w domu. Pracuję jako copywriter i tłumacz. Zajmuję się także obsługą klienta oraz nauczaniem. Nie jestem specjalnie towarzyski. Najchętniej siedziałbym w domu i pisał. To jest moja największa pasja. Piśzę krótkie historie, zwykle są to luźno powiązane ze sobą rozdziały. Chciałbym być pisarzem znanym, jednak przede wszystkim czytany. Dopiero w drugiej kolejności chciałbym też na tym zarabiać.

Organizuję spotkania Literary meetings, gdzie spotykają się pasjonaci pisania.

ROYA RODRIGUEZ, DUBAJ

Nie wybrałem Poznania. To miasto po prostu stało się miejscem, gdzie spotkałem wielu przyjaciół i otwartych ludzi i tu układam sobie życie. Od samego początku nie miałem żadnych problemów. Miasto jest duże, dobrze mi się tu mieszka. Urodziłem się w Dubaju i jeżdżę tam służbowo. W Poznaniu czuję się trochę jak turysta, który zachwycił się tym, co miasto ma do zaoferowania. Uwielbiam spędzać tu czas. Bardzo lubię też polskie święta, zwłaszcza Mikołajki. Można sobie tylko wyobrazić jak niezapomnianym przeżyciem było dla mnie spędzenie świąt Bożego



Roya Rodriguez, Dubaj

Narodzenia w Polsce, w Poznaniu. Mam tu swoich bliskich, znajomych i poznałem wiele naprawdę wyjątkowych osób, które dla mnie dużo znaczą. Jesteśmy w stałym kontakcie i to dzięki nim uczę się języka polskiego. Przyznaję, jest to trudny język i proces nauki wymaga czasu.

Polska to bardzo miły, otwarty i przyjazny kraj. Dobrze mi w Poznaniu i mam nadzieję, że będę mógł tu mieszkać jak najdłużej.

NIDAL KALBONEH, PALESTYNA

Przyjechałem do Poznania w 2015 roku w ramach projektu European Voluntary Service, tj. wolontariatu dla polskich studentów, związanego z kulturą i edukacją. Mieszkalem przez rok w Łodzi, otrzymałem stypendium i nauczyłem się języka polskiego.

Początki łatwe nie były, ponieważ z powodu mojego koloru skóry i języka zostałem zaatakowany. Nastawiłem się jednak pozytywnie, ponieważ wierzyłem, że w Polsce są również mili ludzie i chciałem ich bliżej poznać. Chciałem wiedzieć o polskiej kulturze więcej i lepiej ją rozumieć. Być jej częścią. Dzisiaj jestem dumnym mieszkańcem Poznania, czuję miłość do wszystkich przyjaciół, których tu mam i codziennie spotykam. Mówię po polsku wystarczająco dobrze, aby poznawać nowych ludzi, nawiązać kontakty.

Polskę poznaję poprzez to, co kocham, czyli muzykę. Moja praca jest z nią związana. Koncerty, festiwale, warsztaty. Poznaję też wspaniałych muzyków z różnych zakątków. ■



Nidal Kalboneh, Palestyna



PO LEWEJ – BLUZKA: NOVAMODA,
SPÓDNICA: EMOI,
CZARNA TORBA ZOFIA CHYLAK,
PO PRAWEJ – CZARNA BLUZKA:
NOVAMODA, SPÓDNICA: EMOI,
TOREBKA: MYBAG, BUTY: ZAPATO



BLUZKA I SPÓDNICA: MALINNE,
BUTY: ZAPATO



BLUZKA
I SPÓDNICA:
MALINNE,
TOREBKA:
MYBAG



SUKIENKA: MALINNE,
TOREBKA: MYBAG, BUTY: ZAPATO



BLUZKA I SPÓDNICA: MALINNE,
BUTY: ZAPATO



TOP I SPÓDNICZKA:
CITYCODE
OKULARY, BUTY: ALDO



SUKIENKA: CITYCODE
BUTY, OKULARY: ZARA



KASZMIRROQE DRESY: GIRAFFE, TOREBKA: MALA PINKO, KOSZYK: CHABUR
OPASKA: LA DAIME, KOLCZYKI: NO SUGAR, WALIZKI: WŁASNOŚĆ PRYWATNA

HOLA VALENCIA!

Hiszpania to jedno z miejsc najchętniej wybieranych przez Polaków na wypoczynek. Szybki weekend w Barcelonie, czy dwa tygodnie na śródziemnomorskich plażach – wszyscy bez wyjątku kochamy Półwysep Iberyjski.



TEKST:

MARTA RASCH | KATARZYNA KAROLCZAK
NOVAMODA.PL



Ale Hiszpania to nie tylko barcelońskie mozaiki i eleganckie hotele na Costa Brava. Warto zejść z utartych turystycznych ścieżek i poszukać miejsc wyjątkowych. Dla nas takim szczególnym zakątkiem była w tym roku Walencja. Z jednej strony wyjątkowa, postkolonialna architektura, palmy, wspaniałe hiszpańskie jedzenie, piękny port, plaże, ale z drugiej – nowoczesność i nauka. I w tym wszystkim nasze stylizacje, Wasze must have na wiosnę i lato. ■

Więcej zdjęć z sesji znajdziesz na naszym blogu Blog.Novamoda.pl, po ubraniu z sesji i wiele więcej wiosennych nowości zapraszamy do Butiku Novamoda ul. Kościelna 17
PRODUKCJA: NOVAMODA/MARKETING MODOWY, MAKIJAŻ I WŁOSY: NATALIA CHARLAN,
FOTO: OLGA JĘDRZEJEWSKA



TOP I SPODNI: CITYCODE, CZARNA TORBA VALENTINI



KOLEJE ŁĄCZĄ WIELKOPOLSKĘ

Przez osiem lat funkcjonowania przewieźli 50 milionów pasażerów. Rok 2018 był rekordowy – Kolejami Wielkopolskimi podróżowało prawie 11 milionów osób. To także pierwsze koleje w Polsce, które w 2015 zamontowały we wszystkich swoich pojazdach defibrylatory AED.

I jeśli wciąż ktoś z Państwa zastanawia się, czym zastąpić samochód, to niech wsiądzie do klimatyzowanych i eleganckich pociągów, gdzie konduktor z uśmiechem od ucha do ucha mówi wszystkim „dzień dobry”, a dojazd do celu zajmuje zdecydowanie mniej czasu. O tym, jak pociąg wygrywa z samochodem, sukcesie Kolei Wielkopolskich i o tym, jak zdobyć zaufanie podróżnych, rozmawiamy z Prezesem Spółki **Włodzimierzem Wilkanowiczem**.

ROZMAWIA: **JOANNA MAŁECKA** | ZDJĘCIA: **SŁAWOMIR BRANDT**

sukces PO POZNAŃSKU | MATERIAŁ PROMOCYJNY



Na peronie stoi piękny, czerwono-biały „Elf”. Konduktor w idealnie odprasowanym mundurze zaprasza do środka. Za chwilę kolejni pasażerowie wyruszą w drogę do domu, szkoły i pracy. I chociaż do niedawna podróż pociągiem kojarzyła się nam ze smutną koniecznością, to Koleje Wielkopolskie pokazują, że może być zupełnie inaczej.

Jaka była idea powstania Kolei Wielkopolskich?

Włodzimierz Wilkanowicz: Samorząd Województwa Wielkopolskiego powołał Koleje Wielkopolskie m.in. po to, żeby zmienić obraz kolei regionalnej i zahamować negatywny trend odchodzenia od tej formy transportu przez osoby dojeżdżające do szkoły, pracy, teatru czy kina. Chcieliśmy zachęcić do ekologicz-

nego, szybkiego i komfortowego sposobu docierania do Poznania i innych miejscowości w Wielkopolsce. Sprawne, bezpieczne i efektywne realizowanie regionalnych wielkopolskich przewozów pasażerskich to misja naszej Spółki.

Początki były łatwe?

Oczywiście, że nie. Zaczynaliśmy w czerwcu 2011 roku. Wtedy to pierwsze pociągi w barwach Kolei Wielkopolskich wyjechały na tory. Mieliliśmy mało taboru, nieporównywalnie mniej od stanu obecnego. Przez te osiem lat podróżni nam zaufali, spodobały im się nasze pociągi i połączenia, które wciąż rozwijamy.

Jak wyglądały wtedy połączenia?

W 2011 roku jeździliśmy na dwóch liniach: z Leszna do Ostrowa Wielkopolskiego i z Leszna do Zbąszynka. W grudniu tego samego roku uruchomiliśmy połączenie z Poznania do Wolsztyna, potem do Wągrowca i tak stopniowo, w kolejnych latach, poszerzaliśmy zasięg. Wtedy, w ciągu pierwszego roku, przewieźliśmy 500 tysięcy pasażerów, a w 2018 roku było prawie 11 milionów podróżujących na jedenastu liniach województwa. Różnica jest więc kolosalna.

Jak długo trzeba było pracować na zaufanie podróżnych?

To niekończąca się praca u podstaw, wciąż na to zaufanie pracujemy. Zmieniamy się, korygujemy rozkłady jazdy, poprawiamy jakość naszych usług, a wszystko po to, żeby naszym klientom zapewnić komfort podróżowania. Co pół roku prowadzimy badania ankietowe jakości świadczonych usług i pytamy podróżnych o ich preferencje, upodobania. Bacznie wsłuchujemy się w ich krytyczne uwagi, analizujemy, nad czym powinniśmy pracować. Bardzo pozytywnie oceniany jest tabor, obsługa konduktorska, czystość w pociągach, dostępność naszych usług, ale wciąż przecież można coś usprawnić czy poprawić – jak to się mówi „lubimy zmieniać się na lepsze”. Cieszymy się, że mamy klimatyzowane pociągi, które w pełni dostosowane są do przewozu osób z niepełnosprawnością.

A co pasażerom wciąż przeszkadza?

Podróżni są niezadowoleni z ciągłych remontów infrastruktury kolejowej prowadzonych przez PKP PLK. Prace te wpływają na konieczność zmian rozkładów jazdy – modyfikowanych nawet 4 razy w roku. Każdy chciałby, żeby jego pociąg kursował regularnie – dojeżdżając do pracy czy szkoły, nie może się spóźnić. Niestety generalnie nie mamy na to wpływu, a na całkowitą stabilność rozkładu będziemy musieli jeszcze chwilę poczekać. Jednocześnie zdajemy sobie sprawę, że jednak remonty są

niezbędne, bo w przyszłości poprawią warunki podróżowania na liniach, na których dzisiejsze parametry są niedostateczne. Tymczasowa irytacja pasażerów i nasze trudności w wykonywaniu przewozów na pewno zmieniają się w zadowolenie. Pasażerowie zwracali także uwagę na to, że chcieliby mieć większą ilość połączeń na poszczególnych liniach oraz oczekiwali zwiększenia częstotliwości kursowania pociągów. To akurat udaje się nam systematycznie wprowadzać, m.in. dzięki inauguracji Poznańskiej Kolei Metropolitalnej w czerwcu ubiegłego roku, która na odcinkach Poznań – Nowy Tomyśl, Poznań – Jarocin, Poznań – Swarzędz, Poznań – Grodzisk Wlkp. i Poznań – Wągrowiec kursuje nawet co pół godziny.

Wspomniał Pan o remontach. W gruncie rzeczy są one potrzebne, żeby później jeździło nam się szybciej i bezpieczniej.

Sprawa jest oczywista. Remontowane są nie tylko tory, ale też rewitalizowane dworce, perony i cała infrastruktura okołodworcowa. Przykładem totalnej zmiany jest Wągrowiec, gdzie zmieniła się cała stacja kolejowa, powstał nowy węzeł przesiadkowy. Dworzec w Wągrowcu dostał prestiżową nagrodę dla najciekawszej rewitalizacji dworca w 2018 roku. Pasażerowie bardzo chwalą sobie tego typu działania, ale one zajmują niestety czas, a my musimy być cierpliwi.

Poznań – Wągrowiec to chyba najpopularniejsza trasa Kolei Wielkopolskich?

Tak. Trasa ta przeszła gruntowny remont. Przez rok były zawieszone połączenia kolejowe i kursowała jedynie zastępcza komunikacja autobusowa. Dzięki temu dziś można zaoferować pasażerom bardzo szybkie połączenia. Sprawdzaliśmy, że samochodem jedziemy zdecydowanie dłużej, a więc nie ma szybszego połączenia na tej trasie, jak pociągi Kolei Wielkopolskich. Pociągi jeżdżą pełne, a to pokazuje, jak bardzo ta linia jest popularna i potrzebna. Równie ważne są odcinki w kierunku Jarocina, Gniezna i Konina. W czerwcu 2018 roku PKP PLK zakończyła remont odcinka Września – Konin na trasie w kierunku Warszawy. Na czas remontu, przez 13 miesięcy, obsługiwaliśmy przewozy pasażerskie zastępczą komunikacją autobusową. W tym roku kolejny odcinek podlega przebudowie, Konin – Kutno, i on też obsługiwany jest przez nas autobusami. Razem z naszymi pasażerami wierzymy, że kiedy remonty się skończą, podróżowanie będzie jeszcze bardziej komfortowe i bezpieczne.

Jakim taborem dysponują dziś KW?

Obecnie mamy prawie 60 składów, którymi obsługujemy codzienne połączenia; 34 to składy elektryczne, a 25 – spalinowe. Przed nami, a wszystko wskazuje na

to, że wydarzy się to w tym roku, staraniem Samorządu Województwa Wielkopolskiego, powinno zostać dostarczonych do Spółki dziesięć nowych, elektrycznych zespołów trakcyjnych – „Elf 2”. Mam nadzieję, że już jesienią wyjadą na trasy i będziemy wozić pasażerów najnowocześniejszymi pociągami. Będą pięciocząłowe, więc trochę większe od jeżdżących obecnie.

Ile osób dziennie z Wami podróżuje?

Ponad 30 tysięcy pasażerów.

Spora.

Tak i bardzo się z tego cieszymy. Wiem, że projekt Poznańskiej Kolei Metropolitalnej obejmie kolejne nasze linie. Mówi się o pociągach PKM-ki na linii w kierunku Piły po zakończeniu tam remontu, są również plany, aby jeszcze w tym roku wydłużyć PKM-kę do Kostrzyna Wlkp. na linii w kierunku Konina. Dziś pociągi w ramach PKM kursują na tej trasie tylko do Swarzędza. Docelowo pociągi w ramach Poznańskiej Kolei Metropolitalnej mają kursować na wszystkich liniach wychodzących z Poznania, a więc również w kierunku Gniezna, Leszna i Krzyża. Połączeń będzie przybywać, a wraz z nimi, mamy nadzieję, zyskamy nowych pasażerów, bo jak sama Pani widzi, mamy wiele do zaoferowania.

Między innymi atrakcyjne ceny biletów i ciekawe oferty specjalne.

Dzięki ofercie Bus/Tramwaj/Kolej, na jednym bilecie możemy podróżować komunikacją miejską i pociągiem. Mając bilet okresowy na karcie PEKA, można w obrębie Poznania podróżować pociągami bez konieczności zakupu biletu kolejowego. Te oferty rzeczywiście cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem. Staramy się wprowadzać jak najwięcej udogodnień, także jeśli chodzi o zakup biletów. Dziś można je kupić przez Internet na stronie www.biletywielkopolskie, aplikację Sky Cash w telefonie, mamy automaty biletowe zlokalizowane na 11 stacjach oraz we wszystkich pociągach elektrycznych. Oczywiście tradycyjnie bilet można kupić w kasie biletowej lub u konduktora.

Dobra cena, wygoda i bezpieczeństwo – to tylko niektóre z zalet podróżowania pociągami. Poza tym znikają problemy z parkowaniem. Co jeszcze?

Możemy dodać kolejny atut, czyli ekologię. Zbiorowy transport publiczny pod każdym względem dobrze działa na środowisko. Jeden pociąg może zabrać kilkaset osób, a więc proszę sobie wyobrazić tyle osób wjeżdżających samochodami do centrum miasta, które całkiem by się zakorkowało.



Legenda:

■ Poznań - Kutno	■ Poznań - Zbąszyn	■ Leszno - Ostrów Wlkp.	■ Gniezno - Konin
■ Poznań - Mogilno	■ Poznań - Kalisz	■ Poznań - Krotoszyn	■ Poznań - Kalisz
■ Poznań - Goleńcz	■ Leszno - Zbąszynek		

No dobrze, mamy bezpieczeństwo, komfort i ekologię, ale jednym z ważniejszych aspektów podróżowania kolejną są konduktorzy, którzy są Państwa wizytówką, prawda?

I nie każdy może nim zostać. W trakcie naboru patrzymy na kandydatów pod kątem ich predyspozycji psychofizycznych. To bardzo ważne w bezpośrednim kontakcie z klientem. Oprócz tego, nasi pracownicy regularnie przechodzą szkolenia w zakresie obsługi podróżnych, radzenia sobie w sytuacjach stresowych, również w relacjach z niezadowolonymi klientami. Najważniejsza jest informacja i odpowiednie jej komunikowanie. Klient musi wiedzieć co się stało, dlaczego pociąg nie jedzie albo się spóźnia. Duży nacisk kładziemy też na obsługę pasażerów niepełnosprawnych, udzielanie pierwszej pomocy. Byliśmy pierwszą koleją w Polsce, która wyposażała wszystkie swoje pociągi w defibrylatory AED. W tych dniach zakończyliśmy szkolenia naszych drużyn z zakresu porozumiewania się językiem migowym.

Dlaczego warto podróżować Kolejami Wielkopolskimi?

Ponieważ jest to najszybszy środek transportu. Pociągi na większości linii jeżdżą 120 km/h, na niektórych nawet szybciej. W podróży bardzo ważne jest bezpieczeństwo. Przez osiem lat naszej działalności nie zginął

żaden pasażer, nikt też nie został ranny. Nawet jeżeli cokolwiek się wydarzy, bo przecież kierowcy samochodów czasem nie zauważają nadjeżdżającego pociągu, to naszym pasażerom w zasadzie nic nie grozi. Pociągi budowane są w taki sposób, aby zapewnić maksymalne bezpieczeństwo. Poza tym jadąc pociągiem, mamy chwilę dla siebie: możemy odpocząć, poczytać książkę czy „Sukces po poznańsku”, a ktoś inny dba o to, żebyśmy cali i zdrowi dotarli do celu. Nie stoimy w korkach, nie tracimy czasu, nie dajemy zakorkować naszych miast, czujemy się z tym dobrze, bo dbamy o środowisko, w którym żyjemy. Paradoksalnie, biernie siedząc w pociągu – aktywnie i świadomie przyczyniamy się do dbania o ekologię. Jeśli chodzi o koszty, pociąg w zdarzeniu z eksploatacją samochodu również wypada dużo korzystniej.

Jak już Pan wspomniał, rok 2018 był rekordowym dla Kolei Wielkopolskich.

Tak. Pod koniec roku podróżował z nami 50-milionowy Pasażer, a po raz pierwszy w historii zbliżyliśmy się do 11 mln przewiezionych osób w ciągu roku. Ponadto był to rok, w którym nastąpiła inauguracja Poznańskiej Kolei Metropolitalnej, dzięki czemu zwiększono częstotliwość kursowania pociągów. Po kilku latach przerwy, w czerwcu, uruchomiliśmy połączenia na linii Gniezno – Września – Jarocin, które zostały wcześniej zawieszone, a w grudniu przyspieszonymi pociągami połączyliśmy dwa największe miasta Wielkopolski – Poznań i Kalisz. Był to też kolejny rok trwającego remontu na trasie w kierunku Warszawy: do czerwca 2018 na odcinku z Wrześni do Konina, a od lipca na odcinku z Konina do Kutna, który PKP PLK ma zakończyć w czerwcu tego roku. Wydaje nam się, że dobrze sobie poradziliśmy uruchamiając i obsługując zastępczą komunikację autobusową. Było to i jest ogromne wyzwanie logistyczne i cieszymy się, podobnie jak nasi pasażerowie, że wkrótce remont się zakończy i pociągi wrócą już na stałe na tory, pokonując pełną trasę Poznań – Kutno.

Dokąd dziś kursują Koleje Wielkopolskie?

Obsługujemy w tej chwili linie z Poznania w kierunku Wągrowca, Gniezna, Konina, Jarocina, Wolsztyna i Zbąszynka oraz połączenia: Gniezno – Września – Jarocin, Leszno – Krotoszyn – Ostrów Wielkopolski oraz Leszno – Wolsztyn – Zbąszynek. Hasło „Wielkopolskie łączą Wielkopolskę” staje się coraz bardziej aktualne. I to nas cieszy. Jeśli ktoś jeszcze z nami nie podróżował, to serdecznie zapraszamy na pokład naszych czerwono-białych pociągów. ■



HEKSA Z JEŻYC

Mimo że od 26 lat **Paulina Smaszcz-Kurzajewska** mieszka w Warszawie, to i tak mówi, że jest z Poznania. Dzieciństwo spędziła na ulicy Jackowskiego i jak podkreśla, to właśnie życie na Jeżycach przygotowało ją do walki o swoje. Dziś jest wykładowcą i trenerką, a kiedy prowadzi szkolenia, sale wypełnione są po brzegi. Nic dziwnego.

Po prostu przyciąga ludzi jak magnes.

ROZMAWIA: ANNA SKOCZEK | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Mieszkałaś na Jeżycach, zanim to stało się modne...

Jeżyce są teraz zupełnie inne. To niesamowite, bo nigdy nie myślałam, że ta dzielnica kiedykolwiek będzie modna. Kiedy jeszcze tam mieszkałam, to raczej mówiło się, że Jeżyce, czy też Łazarz to te trudniejsze dzielnice. Teraz zdarzają mi się śmieszne sytuacje, kiedy na przykład idę Jackowskiego ze swoimi synami, a gdzieś tam na rogu stoi grupka lekko wstawionych panów i krzyczą do mnie „O! Cześć Paula! Nasza z podstawowy, heeej”. Ja z nimi rozmawiam, bo oczywiście ich wszystkich znam, a później mój syn mówi „Mamo... jakie ty znasz towarzystwo...”

Dobrze wspominasz dzieciństwo na Jeżycach?

Najfajniejsze było to, że wszyscy chodziliśmy do trzydziestej szóstej na Słowackiego i wszyscy się znaliśmy. Biegaliśmy od podwórka do podwórka, które były wtedy brudne, czarne i okropne. Ale biegaliśmy i mieliśmy z tego dużo fanu. Nikt się wtedy za bardzo nie wyróżniał. Byliśmy tacy sami, bo przecież PRL powodował, że wszyscy mieli po równo. Czyli nic. Teraz, po wielu latach okazuje się, że Jeżyce mają jakieś topowe knajpy, a warszawiacy znają nawet kwaciarnie, które tam są. Tak samo jak mówią mi, że są w tej okolicy knajpy, gdzie można zjeść znakomite śniadania.

I co Ty na to?

I ja wtedy trochę się dziwie... Bo gdzie na tych moich Jeżycach? Tam oprócz centrali rybnej, rzeźnika i cukierni u Konstańskiego, albo brzdąca na Rynku Jeżyckim nic nie było.

Teraz jest wiele fajnych miejsc, tylko Ciebie już nie ma.

Pamiętam, jak przyjechałam do Warszawy, to na samym początku sporo śmiechu wywoływał mój poznański akcent i charakterystycznie wypowiedziane „n”. Profesor Aleksander Bardini w Akademii Telewizyjnej powiedział mi wtedy, że mam świetną i barwną osobowość, że jestem motylem, ale gadam po poznańsku. Musiałam to wyeliminować. Pamiętam, że to było półtora roku bardzo ciężkiej pracy. Ale zrobiłam to.

Ale się tego nie wstydzisz...

Często podkreślam swoje pochodzenie, bo Poznań nauczył mnie pracowitości i planowania. Prowadzę szczegółowy kalendarz. Popatrz jak dokładnie jest rozpisany. Godzina po godzinie. Oprócz tego mam notatnik, z którym robię live’y na moim Instagramie i tam mam spisane przemyślenia, to co chcę do ludzi powiedzieć, albo wyniki ciekawych badań jakie znalazłam, wnioski dotyczące szkoleń, komentarze lub uwagi od osób, które mnie słuchają. Także nawet jeśli widzisz moją improwizację, to ona jest dokładnie zaplanowana. Ale nie wszystkie stereotypy o poznanianach są prawdziwe.

Na przykład jakie nie są?

Na przykład ten, że poznaniacy są oszczędni. Ja jestem potwornie rozrzutna i gdyby nie mój mąż, to jadłabym kamienie z ogródka. Prawda jest jednak taka, że jestem też bardzo pracowita i bardzo sumienna. Jak się do czegoś zobowiązuje to robię to od A do Z. Jak kogoś kocham to szalenie, a jak kogoś nienawidzę... to też. Poznań nauczył mnie walki o siebie i o swoje. Mam to, czego kobietom często brakuje, kiedy przychodzą do

mnie na wykłady, czy też warsztaty. Same mówią, że boją się zawalczyć o siebie. A u nas na Jeźcach było prawo pięści. Musiałam się bić z chłopakami, uciekać na drzewa, posuwać się do różnych sztuczek, żeby przetrwać. Bo to była dżungla! Emocjonalna dżungla. Myślę, że stąd wzięła się moja siła.

Jesteś silną kobietą?

Jestem, aczkolwiek świat nie lubi silnych kobiet. Świat lubi kobiety uległe, grzeczne, które nie mają własnego zdania i łatwo jest je podporządkować. Ja za to należę do tej grupy, która jest dla konesera. Muszę mieć faceta z dużymi jajami i faceta, który potrafi znieść wszystko, co robię.

No właśnie, a jak to robisz, że godzisz wszystkie obowiązki tak dobrze?

Te wszystkie moje aktywności jest naprawdę bardzo trudno pogodzić. Wszyscy widzą efekt końcowy. Wychodzę na scenę i mówię, ale to wymaga wielu godzin pracy. Nie mam grupy osób, które coś dla mnie przygotowują. Sama robię prezentacje, sama wyszukuję materiałów, danych, liczb, badań, sama pisze scenariusze i sama je wymyślam. Robię też to, o czym mówię na swoich warsztatach, czyli świadome lustro. Obserwuję siebie, patrzę jak reaguję. Nie chcę być za bardzo śmieszna, czy wręcz karykaturalna. Myślę jednak, że to co ujmuje moich słuchaczy, to jest ta nutka szaleństwa i poczucie humoru. Mam ogromny dystans do siebie, do swojej urody, do wyglądu. Uwielbiam się z tego śmiać. Słuchacze doceniają, że nie ma w tym fałszu. Jak trzeba zakląć, to ja zaklnę. Jak trzeba się głośno zaśmiać, to się zaśmieję, a jak trzeba zapłakać, to też zapłacę.

I widziałam sama, że widownia reaguje z Tobą. Porwywasz tłum, a mi wydawało się zawsze, że lepsi mi mówcami są mężczyźni.

To stereotyp, że mężczyźni potrafią bardziej porwać publiczność. Ja jestem baczny obserwatorem. Patrzę jak zachowują się ludzie, jak mówią, jaką mają tonację głosu. To mi daje o nich dużo informacji. Myślę, że kluczem do tego o czym mówisz, jest to, że nie wstydę się o niczym mówić. Nie serwuję waty, nie owijam w bawełnę, tylko mówię jak jest. Przyznaję się publiczności, że czasami bywam smutna, że płaczę, że czasami jest mi ciężko i źle. Ale też potrafię się fantastycznie podzielić z publicznością sukcesem. Albo ucieszyć się z sukcesu innego człowieka. Ja myślę, że ludzie czują,

że jestem taką właśnie dziewczyną z Jeźyc, z Jackowskiego, a nie jakąś panią nie wiadomo skąd, sadzącą się na nie wiadomo co.

Takie podejście pomaga?

W życiu wszystko można stracić. Można stracić pieniądze. Można stracić męża, partnera, kochanka. Wszystkich i wszystko można stracić, ale jednego nie stracisz. Umiejętności i edukacji. Dlatego dla mnie tak ważne było, żeby z tych Jeźyc wyjść z wykształceniem. Wiedziałam, że chodziłam do zwykłej podstawówki, później do państwowego liceum. Ale wiedziałam też, że ważne są kolejne etapy. Powtarzałam sobie, że moja edukacja będzie mi potrzebna przez całe życie. Nie miałam jednak takich zasobów, żeby od razu po studiach zrobić doktorat, bo zaczynałam od totalnego zera. Na początku, kiedy coś zarobiłam to zamiast kupić coś sobie, pomagałam rodzicom.

Na wszystko zapracowałaś sama?

Jak miałam 19 lat za kontrakty reklamowe i chodzenie na pokazach mody kupiłam sobie mieszkanie. Mając 20 lat kupiłam samochód. Nikt nie mógł w to uwierzyć! A ja po prostu byłam bardzo pracowita, chciałam się rozwijać i uczyć. Przyszedł taki moment po 40stce, że pomyślałam sobie, że jeśli teraz nie zrobię doktoratu o którym marzę - na temat kobiet - to później już nie wiem co będzie. I popatrzyłam sobie na kobietę intuicję. Mając 42 lata rozpoczęłam doktorat. Teraz kończę czwarty rok, piszę pracę i zdałam wszystkie egzaminy. Idealnie załapuję się w stary system robienia doktoratu, bo ten nowy jest jeszcze trudniejszy.

Myślę, że i tak byś sobie z nim poradziła.

Bez przesady, przecież nie trzeba dawać z siebie wszędzie stu procent. Bo my kobiety już takie jesteśmy, że wszystko chcemy zrobić jak najlepiej. Tak jakby gdzieś czekała na nas tarcza wzorowego ucznia. Na chusteczkę nam to? Ja się pytam dlaczego chcesz to zrobić na sto procent? Zrób to na pięćdziesiąt. Wystarczy. Będziesz się ze sobą źle czuła? Przecież nikt tego nawet nie zauważy!

Właśnie tak zaczęłaś w pewnym momencie żyć? Porzuciłaś korporację, wielkie firmy i rozpoczęłaś własny biznes?

Zmieniłam swoje życie, kiedy zaczęłam spełniać swoje marzenia. Uczenie zawsze było moją pasją. Z pierwsze-

POZNAŃ NAUCZYŁ MNIE WALKI O SIEBIE I O SVOJE



go wykształcenia jestem przecież filologiem polskim, czyli nauczycielką języka polskiego. Zawsze mnie to pociągało, ale sytuacja wymagała ode mnie tego, żebym jednak przynosiła do domu pieniądze. Żebyśmy się dorobili, żebyśmy coś mieli, żeby naszym dzieciom niczego nie zabrakło. Teraz, mając 45 lat sytuacja zdrowotna spowodowała, że zakończyłam pewien etap w życiu i jest cudownie! Mój najnowszy projekt „Bądź kobietą, którą chciałabyś spotkać”, w którym oferuję kobietom nie tylko to, co robią media, czyli przemianę zewnętrzną. Oferuję też metamorfozę wewnętrzną.

Rozszerzanie kompetencji biznesowych i prywatnych. To jest taki miks, bo fajnie, że chcesz się dobrze czuć wyglądając, ale pamiętaj, że najważniejsza jest praca nad wnętrzem. Ludzi przyciąga wygląd, ale to, że ktoś z nami zostaje, to już sprawa osobowości, charyzmy, kultury, inteligencji emocjonalnej i tak dalej. Nad tym trzeba pracować, żeby być szczęśliwym. Przykre jest to, że często widzę na szkoleniach bardzo wiele smutnych, rozczarowanych swoim życiem kobiet, które są w połowie swojego biegu życia.

Mężczyźni też często przychodzą na Twoje szkolenia?

Mężczyźni mają trudno. Jak widzę presję jaka jest wywierana na młodych mężczyzn, którzy dopiero wchodzą na rynek pracy, to mi ich żal. Od razu oczekuje się od nich, że mają doświadczenie, oszczędności na koncie, a kobietę mogą zaprosić do swojego świata dopiero, jak mają czym dysponować. Coraz rzadziej u kobiet pojawia się refleksja, że może byśmy zbudowali coś razem? Mężczyźni boją się, że kobietom zależy tylko na pieniądzu. Dlatego nie chcą się wiązać. Z drugiej strony teraz z młodymi kobietami jest tak, że ona prześpi się raz z facetem i widzi go już w roli ojca swoich dzieci. Nie tędy droga. Mężczyźni w trakcie rozmów narzekają, że kobiety nie dają się adorować. One na nich polują. Nie dają szansy na to, żeby gonić króliczka. A przecież to najbardziej fascynujący moment związku. Dziewczyny chcą wszystkiego od razu. Jak widać mężczyźni też mają ciężko, a do tego często mają toksyczne matki. Same wychowywały się w niedostatku, dlatego później dają synkowi wszystko. Przychodzą do mnie na warsztaty chłopcy w wieku 24 lat, którzy w życiu nie trzymali w ręku odkurzacza... życiowe siermięgi. Jak z takim człowiekiem budować życie?

Szkolenia dają Ci satysfakcję? Nie brakuje Ci korporacyjnego pędu? Pracy po kilkanaście godzin?

Nie! Nienawidzę trenerów, którzy mówią, że skoro dałaś radę osiemdziesiąt procent, to dasz sto procent. Jak dałaś sto, to dasz sto dwadzieścia. Gdzie ten człowiek ma mieć czas na spanie? Relaks? Myślenie kreatywne? Spełnienie swoich pasji? Przecież trzeba się nażyć. Jola Kwaśniewska, z którą przyjaźnię się od wielu lat mówiła mi „Paulinka, tylko teraz się nażyjesz”. A Pani Danuta Szflarska mówiła „Pauluś, gdzie tak biegniesz? Przecież tam na końcu jest tylko trumna. A Ty do niej strasznie szybko biegniesz...”. I zobacz? Czterdzieści kilka lat, zatrzymałam się i powiedziałam sobie „Paulinko. Teraz, to Ty się nażyj!”

www.paulinasmaszczkurzajewska.com



UWIERZYĆ W... WIELKANOC

Środa, kilka minut po godzinie 8.00. Słońce już grzeje. Z ulicy Strzegomskiej skręcam w Gałczyńskiego, a potem prosto ulicą Leśmiana do końca. Niedokończony budynek w ogóle nie przypomina kościoła. W środku remont, z kaplicy, tuż za ścianą, słysząc głos księdza **Robert Korbika**. Znowu uracza „ludzkim” kazaniem, mówiąc, że w małżeństwie przecież trzeba się czasem pokłócić. To nie jest zwykły ksiądz. To przyjaciel swoich parafian, którzy na jego msze przyjeżdżają nawet spoza Poznania. Organizuje bale, festyny, wspólne grillowanie, lekcje angielskiego dla dzieci, zaprasza na kawę i placek i buduje społeczność, nazywając ją jedną wielką rodziną. W czasach, gdy ludzie raczej odchodzą od kościoła, ta parafia pęka w szwach. – Bo z ludźmi trzeba umieć rozmawiać – mówi proboszcz, który ubolewa, że Święta Wielkiej Nocy z czasu przeżywania, stały się po prostu tradycją.

ROZMAWIA: JOANNA MAŁECKA | ZDJĘCIA: EMILIA STASZKÓW

Obok kościoła Zwiastowania Pańskiego stoi blaszak, który kiedyś był sklepem spożywczym. Za chwilę zmieni się nie do poznania.

Po co księdzu ten blaszak?

Robert Korbik: Po to, że za chwilę będzie tu fajna kawiarenka. Mam nadzieję, że otworzymy ją za miesiąc. W niedzielę, po mszy świętej, będzie można tu zjeść ciasto i napić się kawy. Oprócz tego w środku będzie sala parafialna na większe imprezy.

Skąd pomysł na kawiarenkę?

Zawsze patrzę, kiedy ludzie wychodzą z kościoła, zatrzymują się i potrafią tak stać godzinami i rozmawiać. Nie ma gdzie usiąść. Na tyłach kaplicy mamy małą kawiarenkę, ale kiedy jest msza za mszą to nie ma tam spokoju i ciszy. A w tym, jak Pani nazwała, blaszaku będzie można sobie posiedzieć, porozmawiać i zjeść coś dobrego. Chciałbym, żeby to miejsce żyło. Oczywiście kiedyś wybudujemy coś większego.

Parafianie pomagają w urządzaniu?

Pomagają cały czas, we wszystkim. Kiedy rozpoczęliśmy remont kościoła, parafianie przenieśli ławki, nosili

plytki, wykonują prace budowlane. Kwiaty, które widzi Pani na klatce schodowej, też są od parafian, zegar po mojej lewej stronie, obrazy. Ludzie są tu mocno zaangażowani i to jest niezwykle.

Jak udało się księdzu zjednoczyć ludzi?

Ja lubię ludzi. I to, że mamy taką niecodzienną parafię i wyjątkową atmosferę to zasługa tych, którzy tu przychodzą. To nie jest enklawa, jesteśmy otwarci. Nowi mieszkańcy, którzy się tu wprowadzają, są witani i traktowani jak swoi i też angażują się w życie parafii. I to jest super. Myślę, że oni się tutaj po prostu dobrze czują. Jesteśmy blisko centrum Poznania, a trochę jakby na wsi. Mamy ciszę, spokój, nie ma tu wielu atrakcji.

Przyjeżdżają tu ludzie z Poznania i okolic.

Ale nie przyjeżdżają do księdza tylko do Pana Boga i Matki Bożej z Guadalupe, która czyni cuda. Rozchodzi się wiadomość, że ludzie doznają tutaj łaski. Taki przykład. Dziś wiele małżeństw ma problem z potomstwem. I jeśli ktoś się leczył i po wielu latach usłyszał, że już nigdy nie będzie mógł mieć dzieci, przyjeżdża tutaj, modli się i nagle okazuje się, że się udało. Można wtedy mówić o cudzie.



JA LUBIĘ LUDZI. I TO, ŻE MAMY TAKĄ NIECODZIENNĄ PARAFIĘ
I WYJĄTKOWĄ ATMOSFERĘ TO ZASŁUGA TYCH, KTÓRZY TU PRZYCHODZĄ.
TO NIE JEST ENKLAWA, JESTEŚMY OTWARCI.



Kościół jest bardzo skromny.

Jeśli chodzi o parafię to robię wszystko na tyle, na ile nas stać. Nie zadłużam tego miejsca. To, że zrobimy trochę mniej, to nie szkodzi. Kościół ma być miejscem modlitwy i wyciszenia. Czekam na moment, kiedy będę mógł go otworzyć na cały dzień, żeby każdy o dowolnej godzinie mógł przyjść i się pomodlić. Na razie, ze względu na remont, nie mogę tego zrobić. Kościół ma być skromny. To ma być miejsce, w którym czuje się Pana Boga i rodzinę. I to, że jest mały, a ławki są bardzo blisko siebie sprawia wrażenie, że jesteśmy jedną wielką rodziną.

Nawet mówił dziś ksiądz o tym na kazaniu. I o tym, że rodzina musi się czasem pokłócić.

No musi i to jest potrzebne. Jak nazwiemy faceta, który się zawsze zgadza z żoną?

Pantoflarz.

Otóż to. Nie ma ludzi, którzy będą zawsze myśleli tak samo. Problem polega na tym, że różnica między kobietą a mężczyzną jest diametralna. Jesteśmy inaczej skonstruowani, a jeśli będziemy to wiedzieli wcześniej, to łatwiej nam będzie dogadać się w małżeństwie. A nie będzie kłótni w małżeństwie, jeśli nie będziemy ze sobą rozmawiali. Dziś jest trudno o szczere rozmowy, w ogóle o dialog.

Ksiądz jest bardzo skromny. Parafianie uwielbiają tutaj przychodzić, cenią księdza za podejście, piękne kazania. I właśnie księdza chcą słuchać...

Tak naprawdę idąc na mszę świętą nie mam ułożonego w głowie tekstu. W niedzielę jest trochę inaczej, bo kazania są dłuższe i trzeba pomyśleć, co chce się powiedzieć. Nigdy nie pisałem kazań, kiedy ktoś przyszedł w sobotę i niedzielę – ten sam temat był opowiedziany na różne sposoby. Myślę, że głównym powodem jest moje matematyczno-fizyczne wykształcenie i lubię konkrety (śmiech).

Ale w niedzielę, na mszy św. o godzinie 21.00, udziela ksiądz indywidualnego błogosławieństwa, a tego nie robi chyba nikt.

Tak, to prawda. Robię to bardzo długo. Przez wiele lat byłem duszpasterzem młodzieży w diecezji. Kiedyś, na mszy świętej w innym kościele, zobaczyłem, jak ksiądz wychodził do ludzi i udzielał im błogosławieństwa. Jest to moment szczególny, zwłaszcza kiedy nakłada się ręce na głowę i robi znak krzyża. Nie wszyscy mogą przystępować do komunii świętej i błogosławieństwo jest dla nich bardzo ważne.

Wspomnił ksiądz, że pracował z młodzieżą, ale zdaje się, że pomaga ksiądz im do dziś, w zakładzie poprawczym.

Pracuję z bardzo różną młodzieżą. Widzę różnice w ich zachowaniu, podejściu. Kiedy siedem lat temu szedłem do nich, byłem zbudowany ich relacją do Pana Boga. Wtedy z własnej woli na mszę świętą przychodziło 75 procent chłopaków. Mieli uregulowane sakramenty, jednego chłopaka chrzciliśmy. Dziś ta ich relacja z Panem Bogiem jest zimna i zdarza się, że na mszę świętą nie przychodzi nikt.

Uczy ksiądz też religii. W szkołach sytuacja wygląda podobnie?

Niestety wiele dzieci jest zwalnianych z religii. Bardzo nad tym ubolewam. Nie znamy Pisma Świętego, nie potrafimy na ten temat rozmawiać, nie rozumiemy sakramentów. To smutne. Proszę sobie wyobrazić, że na 20 osób, które chodzą na religię, zaledwie 4–5 chodzi do kościoła.

Kiedy nastąpił ten przełom, że ludzie przestali chodzić do kościoła?

W latach 90. I to jest wina też nas – księży. Wiara była powierzchowna, chodzenie do kościoła było raczej tradycją. Poza tym mówiliśmy do ludzi zbyt skomplikowanym, niezrozumiałym językiem. Dziś, młodzi ludzie, którzy są w kościele, to w większość ci, którzy wierzą. Oczywiście, nie chcę ryzykować, że obecnie ludzie bardziej wierzą niż kiedyś. Nie, ale w wielu wypadkach ta wiara jest głębsza. Bo ci, którzy są w kościele, gdzieś Pana Boga szukają. Wiadomo, że są osoby, które chcą ochrzcić dziecko, zaprowadzić do bierzmowania, potem dziecko bierze ślub i znika z kościoła. Oni byli i zawsze będą.

A czy ludzie, którzy kiedyś odeszli od kościoła dziś do niego wracają?

Są takie osoby, ale powrót jest dla nich bardzo trudny. Mówiło się, że ludzie, którzy kiedyś odeszli od kościoła, wrócą w wieku 60 czy 70 lat. Nieprawda. To się nie wydarzy. I jeżeli Pan Bóg nie jest komuś w życiu potrzebny, należy to uszanować, bo każdy ma wybór.

Jak przekonać ludzi do kościoła, do wiary?

Nie da się. Człowiek musi sam zrozumieć, że potrzebuje Pana Boga. Wiele osób wierzy w Boga, a nie wierzy w kościół. A przecież to nie ludzie wymyślili kościoły.

Mamy post, za chwilę Wielkanoc. Jakie dziś ma to znaczenie dla człowieka?

I tu znowu pojawia się niezrozumienie. Post to są dwa dni w roku – Środa Popielcowa i Wielki Piątek. To nie tylko wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych, ale też od ilości jedzenia. To jest to, co my często nazywamy postem ścisłym. To co nazywamy postem w każdy piątek,

to jest wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych. I teraz ta wstrzemięźliwość jest jakby formą pokuty, żalu za to, co wydarzyło się w piątek, czyli śmierć Chrystusa. I to ma być upamiętnienie tego dnia. Dzisiaj ludzie przestali przestrzegać wstrzemięźliwości. Bo po co? Bo jestem po sześćdziesiątce i nie muszę? Post ma formę oczyszczenia: duchowego i fizycznego. Tak samo jest z każdą inną dietą, której przecież potrafimy przestrzegać. Na koniec dochodzimy do Wielkiej Soboty, czyli zakończenia postu.

Nasuwa mi się pytanie: gdzie się podziła nasza wiara?

To już każdy powinien sobie na to pytanie odpowiedzieć. Do świąt podchodzimy jak do tradycji. Proszę spojrzeć. Wigilia. Kiedy rozmawiam z młodzieżą, to wielu z nich Święta Bożego Narodzenia ogranicza do podzielenia się oplatkiem, zjedzenia kolacji wigilijnej.

I pójdą na Pasterkę.

Nie, dziś mało kto chodzi na Pasterkę. Dziś w świątach nie ma już Pana Boga. To jest tylko tradycja. A Boże Narodze-

WIELKANOC TO NAJPIĘKNIEJSZE ŚWIĘTA W ROKU. ZACHWYCA MNIE TO, ŻE PARAFIANIE CORAZ BARDZIEJ PRZEŻYWAJĄ CAŁE TRIDUUM PASCHALNE

nie? Przecież to tak piękny i ważny dzień. Efekty tej tradycji zostają tam, gdzie ich nie widać – w duszy.

Jak powinniśmy przeżywać Wielkanoc?

To najpiękniejsze święta w roku. Zachwycam mnie to, że parafianie coraz bardziej przeżywają całe Triduum Paschalne. Wielkanoc to nie jest tylko niedziela rano, bo wtedy to jest koniec Świąt. Mamy ostatnią wieczerzę, aresztowanie Pana Jezusa, mękę i Jego śmierć, potem ciszę sobotnią i światło, rozbłysk, radość ze zmartwychwstania. I to są najważniejsze do przeżywania święta w roku.

Czyli jednak są u księdza parafianie, którzy wierzą...

Oczywiście i wspólnie przeżywamy święta, ale też niedziele i inne ważne momenty w ich życiu i życiu parafii. Bo ja tu jestem dla nich, chcę, żeby się dobrze czuli i wiedzieli, że to jest też ich miejsce, do którego zawsze mogą przyjść. ■

PAN OD POGODY

Można Go spotkać w Starym Browarze, na Starym Rynku, Śródcie albo dojrzeć przemykającego poznańskimi uliczkami. **Bartek Jędrzejak**, jeden z najbardziej lubianych i najchętniej oglądanych dziennikarzy, prezenter pogody w Dzień Dobry TVN, w Poznaniu zostawił swoje serce. Ma tu wielu przyjaciół, znajomych, a nawet... stomatologa. Mówi o sobie poznaniak, ponieważ spędził tu najlepszych dziewięć lat swojego życia. To tu nauczył się pracy w telewizji, szacunku do swojego zawodu i do ludzi, których uwielbia. Przyznaje nawet, że był czas, kiedy woda sodowa uderzyła Mu do głowy, ale życie bardzo szybko to zweryfikowało. Właśnie został prowadzącym program Big Brother, który po 17 latach wrócił na antenę i jest emitowany w telewizji TVN7. Jak sobie poradzi?

ROZMAWIA: JOANNA MAŁECKA

Ostatnio często jesteś w Poznaniu.

Bartek Jędrzejak: Tak, bo ja jestem z Poznaniem mocno związany. Tak naprawdę mam wrażenie, że tutaj zostawiłem część siebie i ten najfajniejszy okres studiów, przyjaźni, imprez do białego rana, pierwszych miłości. Bardzo lubię to miasto. Do dziś mam tu wielu znajomych, przyjaciół, tutaj się dobrze czuję i ładuję akumulatory. Czuję, że żyję, ale też pracuję. Poznań daje mi energię. Nie wiem jak by było, gdybym zamieszkał tu na stałe. Lubię poznaniaków, to „tej”, „ryczkę”, „tytkę”, „cmymtorz”, pyrę z gzikami. Mam tu swojego stomatologa. Tak sobie myślę, że kiedyś wszystko sprzedam, kupię małe mieszkanie albo domek i przeprowadzę się do Poznania. Oczywiście nie narzekam na Warszawę, bo tam się dobrze mieszka, ale tu chyba zostawiłem swoje serce.

Dużo ludzi kojarzy Cię z Poznaniem, przecież poznański oddział TVP był swego czasu Twoim domem.

Wszystko, co zacząłem robić w swoim zawodzie, zaczynałem w Poznaniu. Przepracowałem tu dziewięć lat. Do dzisiaj, kiedy zjeżdżam z Ronda Rataje i patrzę w prawo na budynek przy ulicy Serafitek, wracają wspomnienia i delikatnie się uśmiecham. Tym bardziej, że w Warszawie mam fragmenty poznańskiej telewizji, bo w TVN24 pracuje Kasia Werner, Magda Wysznińska, więc wciąż mamy kontakt.

Pamiętasz swoje pierwsze zderzenie z poznańską telewizją?

Pamiętam. To była redakcja przy Alei Niepodległości, gdzie szefową Teleskopu była Lena Bretes. Wszedłem i zobaczyłem tych dziennikarzy z ekranu: Ewę Siwicką, Monikę Stachurską, Dorotę Knop-Dolatę i zwariowałem. Czułem jakby spełniały się moje marzenia. Wszedłem do pomieszczenia, gdzie mieściła się redakcja, otworzyłem szafę i chciałem powiesić kurtkę na wieszaku. Nie wiem jak ja to zrobiłem, ale wszystkie wieszaki spadły i zrobiły wielki huk. I Dorota, która ma bardzo fajny żart, podniosła głowę znad komputera i mówi: młody, i nasraj tam jeszcze (śmiech). Pomyślałem – co za ludzie, przecież to mój pierwszy dzień tutaj. Potem w obroty wziął mnie mój mentor Grzegorz Chłosta, który dziś pracuje w Warszawie. Przebiegl ze mną po całym budynku, powiedział: tu jest newsroom, tam jest montaż, tu operatorzy, tam wysyłamy materiały do Warszawy, tu jest taka redakcja, a tam tacy dziennikarze i koniec.

Notowałeś?

Nie, starałem się zapamiętać. I pamiętam jak potem szukałem montażu, to chodziłem po księgowości, po różnych innych biurach, bo się gubiłem. Ale TVP Poznań bardzo dużo mnie nauczyła i gdyby nie ten początek, nigdy w życiu nie robiłbym tego, co robię teraz. Obecnie o Telewizji Polskiej





FOT. HANNA BALWIERCZAK, WWW.FACEBOOK.COM/HANNABALWIERCZAK / INSTAGRAM.COM/BALWIERCZAK_STORIES

mówi się różne rzeczy ze względów politycznych, a ja na to miejsce nigdy nie powiem złego słowa. I tu ukłon i wielki szacunek dla tych wszystkich, z którymi pracowałem, bo to była prawdziwa szkoła. Teraz to się pozmieniało, czego bardzo żałuję, bo wystarczy, że pokażesz fragment tyłka i piersi, szafę skarpetek i szufladę majtek i jesteś najbardziej znanym w Polsce blogerem. Kiedyś, żeby stanąć przed kamerą, trzeba było pozdawać karty mikrofonowe, ekranowe, były egzaminy. Poza tym był inny klimat w redakcjach. Nie mówię, że nie było wyścigu szczurów, ale my całą redakcją chodziliśmy do miasta, było dużo pozytywnej energii. Nauczyło mnie to pracy zespołowej, takiej prawdziwej. Zaczynałem od noszenia kabli, statywów, reporterom nagrywałem fragmenty materiałów.

I w końcu pojawiło się Twoje nazwisko na ekranie.

Oj, to był dzień. Byłem taki szczęśliwy. A potem zobaczyłem moje nazwisko w grafiku, który ustalała szefowa. Zostałem reporterem porannym. Zrobiło mi się gorąco, byłem tak z siebie dumny. Pamiętam kiedy wprowadzono poranne i wieczorne przeglądy prasy, przygotowywane przez reporterów. Zacząłem pojawiać się na wizji, siedziałem w studiu

przy prowadzącym. Nigdy nie zapomnę swojego przeglądu z siedzącą obok Ewą Siwicką. Powiedziała wtedy – nie denerwuj się, dobrze wyglądasz, wszystko jest ok. Bardzo mocno mnie wspierała.

Ale przygoda z Poznaniem się skończyła.

Niestety tak i zacząłem szukać pracy. U mnie w życiu jakoś tak wszystko dzieje się przypadkiem, chociaż generalnie nie ma przypadków. Dzień Dobry TVN to też przypadek. Wiedząc, że straciłem pracę w Poznaniu, pojechałem do znajomych do Warszawy. Na jednym ze spotkań poznałem pierwszego producenta DD TVN Remika Maścianicę i opowiedziałem Mu swoją historię. A on patrzy na mnie i mówi: wpadnij. I tak jak wpadłem, to zostałem. Potem zadzwoniłem do TVN Meteo i zapytałem, czy mogę im jakoś pomóc w wyszukiwaniu materiałów. Chciałem sobie zwyczajnie dorobić. Pewnego dnia koledzy z Meteo zaproponowali: słuchaj, a mógłbyś tak stanąć przy mapie, opowiedzieć o pogodzie, a my cię nagramy? Wszyscy byli zdziwieni, że ja to potrafię zrobić. Po kilku tygodniach dzwoni do mnie główna stylistka TVNu – Dorota Williams ze słowami: Bartek, słyszałam, że za dwa tygodnie zaczynasz dyżury pogodowe, więc musimy iść powybierać stylizacje. I tak to się zaczęło.

Publiczność Cię polubiła, ludzie rozpoznają Cię na ulicy. Lubisz to?

Bardzo, ale mam do tego dystans. Ostatnio usłyszałem jeden z najpiękniejszych komplementów w swoim życiu od dziennikarza, który przeprowadzał ze mną wywiad. Powiedział: jesteś trochę jak Dawid Podsiadło telewizji. Dawid jest mocno zdystansowany, ma dobry żart, chroni swoją prywatność, do tego jest skromny i ma ogromny talent. Muszę przyznać, że się wzruszyłem. Po 20 latach pracy usłyszeć coś takiego? Warto było. Każdy ma w życiu gorszy czas, oderwania od rzeczywistości, ja też go miałem. Na szczęście wróciłem na ziemię.

Daleko odpłynąłeś?

Daleko. Kiedy rozpoznawała mnie pani na pocztce, ludzie obracali się za mną na ulicy myślałem: wow, ale jestem gość, teraz się będzie działo. Odbiło mi, naprawdę. Wydawało mi się, że stawanie na ściankach i brylowanie, to jest coś naprawdę wielkiego. Wychodzisz na bankiet, stoisz przed lustrem, a w głowie: no, zawsze wyglądasz świetnie, ale dzisiaj to już przegiąłeś. Po czym oglądasz zdjęcia, na których jesteś w gazecie i stwierdzasz: matko, co to jest za człowiek? To ja? Życie szybko zweryfikowało. Moja rodzina zareagowała natychmiast. Dużo podróżuję, zapowiadam pogodę z wielu miejsc w kraju. Dla mnie dziś najpiękniejszym momentem jest, kiedy mogę posiedzieć w domu, poczytać książkę czy gazetę, spotkać się z przyjaciółmi, o tak jak teraz. Siedzimy sobie w Le Targ w Starym Browarze, a naszej rozmowie przy-

sluchuje się Ola, z którą do tej pory nie miałem czasu się spotkać. I to jest fajne. Oczywiście, mam świadomość, że te ścianki są istotne, bo to się potem przekłada na publiczność i followersów na Instagramie czy Facebooku, a w mojej pracy jest to bardzo ważne. Ale wszystko trzeba robić z głową.

Ty lubisz swoją pracę.

Bardzo. Kocham to, co robię i mam dużo szczęścia, bo jeszcze mi za to płacą. Ale mam dystans. Przez to, że odpłynąłem kilka razy, zawodowo i życiowo dostałem porządnie w tyłek, kilka razy zweryfikowałem grupę swoich znajomych, przyjaciół. Były momenty, kiedy okazywało się, że ci, którzy są blisko mnie, uważają mnie za zupełnie inną osobę. Wiele osób życzyło mi, żeby mi się nie udało, żebym się potknął. A ja zawsze staram się ludziom dobrze życzyć i przestałem zamiatać pod dywan. A teraz mam chyba syndrom wieku średniego i po 40 wszystko mi się zmieniło (śmiech).

Jesteś bardziej dojrzały?

Na pewno i mam potrzebę mówienia ludziom prawdy, nawet, jeśli miałoby to zboleć. Nie widzę powodu, dla którego miałbym grać. Ok, mam fajną pracę, ale jutro podczas programu Dzień Dobry TVN, albo Big Brother, mój dyrektor programowy powie może powiedzieć: Bartkowi spada oglądalność, ograł się, albo go przesuniemy, albo podziękujemy. I skończy się moja życiowa przygoda. Dlatego muszę być taki, żeby ludziom chciało się mnie oglądać. Na szczęście nie muszę nikogo udawać, bo taki, jaki jestem na wizji, taki jestem na co dzień.

Kiedy ostatnio weryfikowałeś przyjaciół?

To smutny dla mnie moment. Pamiętam tę datę: 9–10 grudnia 2018. To była wspólna wigilia z grupą przyjaciół. Spotkaliśmy się 9 grudnia, a następnego dnia okazało się, że to wszystko, co było między nami przez wiele lat, wcale nie było takie różowe jak się wydawało. Na początku czułem złość, żal, ale też świadomość, że nic nie dzieje się bez powodu, bo była też w tym i moja wina. Dziś jestem spokojny, bo wolę mieć mniejsze grono prawdziwych ludzi obok, niż nie wiadomo ile osób przypadkowych. Zresztą nic nie dzieje się bez przyczyny.

To, że jesteś prowadzącym Big Brother to też nie przypadek?

Może tak, może nie. Moja koleżanka powiedziała mi, że 2019 to będzie mój rok. I rzeczywiście sporo się teraz dzieje w moim życiu. Kiedy otrzymałem propozycję poprowadzenia programu Big Brother na antenie TVN7 razem z Agnieszką

Woźniak-Starak bardzo się ucieszyłem. Zastanawiam się czy w dzisiejszych czasach ludzie odnajdą się w domu Wielkiego Brata bez telefonów, Internetu. Wracamy trochę do ery kamienia łupanego, czasów gdzie nie było tego wszystkiego. I teraz grupa obcych ludzi w jednym domu musi się porozumieć. A świat się zmienił. Dziś nie potrafimy ze sobą rozmawiać. Prowadzimy dialogi w telefonie. A w domu są różni ludzie, praktycznie cały przekrój społeczeństwa. I oni muszą ze sobą funkcjonować. Dwa, trzy dni można grać, ale przez 90 dni nie da się robić dzióbka. Dom jest piękny, ogromny, ma prawie 500 metrów kwadratowych, ale nie ma się gdzie schować, ukryć, wyciszyć. Jak to będzie i jak sobie poradzą? Zobaczymy. Ciekaw jestem czy ludzie przed telewizorami zatrzymają się chociaż na chwilę i jak zareagują młodzi ludzie, którzy nie potrafią żyć bez telefonu.

Ale nie przestaniesz zapowiadać pogody?

No co Ty, ja to kocham!

To jaka jutro pogoda w Poznaniu?

Kompletnie nie jestem na to pytanie przygotowany. Ale zobacz, słońce przebija się przez chmury. Zaczekaj, chcesz to będziesz miała. *Bartek bierze telefon i dzwoni do synoptyka TVN.* Mam z nim połączenie całą dobę, a jak nie masz dyżuru dwa dni to wypadasz z rytmu, więc trzeba się interesować. Nie odbiera, zaraz zadzwonię do reżyserki. Odkłada telefon. Maksymalnie dziewięć stopni i przelotne opady deszczu.

Pomyliłeś się kiedyś?

Oczywiście, że tak. Kilka lat temu przed Świętami Wielkiej Nocy. Pamiętam jak powiedziałem, że w Wielką Sobotę, kiedy idziemy do święconki, będziemy podskakiwać w krótkich spodenkach i krótkich rękawkach, bo będzie bardzo ciepło. Wstaję rano, a tu śniegu po kostki. Zrobiło mi się gorąco. Widzowie przysyłali nam ulepione ze śniegu zające. Każdy może się pomylić. Poza tym w Polsce mamy tak zmienny klimat, że czasem tak się zdarza...

Wciąż patrzysz za okno.

Zamyśliłem się. Wiesz, moja nieżyjąca już koleżanka, kiedy było bardzo źle, wyczytała gdzieś w księgach medycyny chińskiej, że w miejscu, w którym się dobrze czujesz, zostawiasz swoją energię. Wtedy jeździła na wózku inwalidzkim. Pojechała do miejscowości, w której się urodziła. Widziałem jak wracała o własnych siłach, bez wózka. A ja, pomimo, że się tutaj nie urodziłem, to zostawiłem w Poznaniu mnóstwo energii i chyba dlatego tu wracam, bo tu jest mój drugi dom. ■

W POZNANIU
ZOSTAWIŁEM
MNÓSTWO ENERGII
I DLATEGO TU
WRACAM

W KOLEJCE DO ORTOPEDY

Rzetelny, uczciwy, pomocny, potrafiący rozmawiać, lekarz z prawdziwego zdarzenia – tak piszą o nim pacjenci. Doktor **Szymon Kujawiak** uśmiecha się szeroko. Biję od Niego niezwykle ciepło. Od zawsze wiedział, że będzie lekarzem, chociaż nikt z Jego rodziny tego wcześniej nie robił. Kiedy był małym chłopcem, uwielbiał majsterkować i pomagał tacie przy remontach. A gdy w liceum trzeba było wybrać studia, postawił na chirurgię. Zabrakło Mu jednak majsterkowania, dlatego wyspecjalizował się w ortopedii i traumatologii narządu ruchu.

ROZMAWIA: JOANNA MAŁECKA | ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Czytał Pan opinie na swój temat w Internecie?

Wyskakują mi powiadomienia, ale niespecjalnie się w nie wczytuję. Zwyczajnie nie mam kiedy.

A ja trochę poczytałam i ludzie piszą, że takich lekarzy jak Pan jest dziś jak na lekarstwo. Podobno szuka Pan źródła choroby, czyli leczy przyczynowo, a nie objawowo.

Myślę, że jest to kwestia podejścia do pacjenta i do wizyty w gabinecie. Niestety, obowiązujący system nie pozwala lekarzowi na poświęcenie pacjentowi tyle czasu, ile jest potrzebne. W moim gabinecie staram się poświęcić ludziom więcej uwagi, co zazwyczaj generuje opóźnienie w poczekalni, ale przynajmniej każdy pacjent ma poczucie faktycznej opieki. Staram się nie robić z gabinetu taśmy w fabryce :) W dzisiejszych czasach lekarze mają do dyspozycji ogromną liczbę narzędzi diagnostycznych, które w znaczny sposób ułatwiają i skracają proces diagnostyki i leczenia, jednak uważam, że zwykła rozmowa z pacjentem oraz podstawowe badanie lekarskie były, są i zawsze będą podstawą wizyty lekarskiej. A na to potrzeba po prostu czasu.

Czyli to nie jest tak, że nie da się tego czasu znaleźć?

Mam to szczęście, że przyjmując moich pacjentów w warunkach gabinetu komercyjnego, sam ustalam godziny i czas trwania konsultacji. Kiedy otwieraliśmy nasze gabinety, podstawowym założeniem było, że poświęcamy pacjentowi tyle czasu, ile potrzebuje. To nam się dobrze sprawdza.

Czy ortopeda jest dziś lekarzem pierwszego kontaktu?

Mnogość chorób ortopedycznych wynika z naszego trybu życia i tego, że mamy coraz mniej czasu na odpoczynek. Jesteśmy zabiegani, zapracowani, przez większość dnia siedzimy. Po wielogodzinnej pracy, chcemy wykorzystać resztę dnia jak najbardziej produktywnie. Zaczynamy biegać, zapisujemy się na siłownię, gdzie intensywnie trenujemy. I zaczynają się kontuzje, bo organizm nie jest do tego przygotowany.

Co się wtedy dzieje?

Zaczynają boleć najróżniejsze okolice ciała: kręgosłup, biodra, kolana, barki. Mam bardzo wielu pacjentów z urazami przeciążeniowymi, urazami sportowymi, chorobą zwyrodnieniową dużych stawów – biodrowych i kolanowych. Chyba najliczniejszą grupę stanowią pacjenci z patologią stawu kolanowego, który jest największym i jednym z najbardziej „eksploatowanych” stawów naszego ustroju, a co za tym idzie, stawem najbardziej narażonym na kontuzje i przeciążenia.

No dobrze, ale na wiosnę wszyscy wychodzą z domów, trenują, żeby być w formie latem.

Osoby, które pracują w trybie siedzącym i nie uprawiały sportu, nagle wychodzą z domów i biegają po kilkanaście kilometrów. Mamy niezaadaptowany organizm i narząd ruchu do sportu. Wkrótce dochodzi do mikrourazów, które zaczynają się kumulować i dają dolegliwości bólowe. Grupa chorób przeciążeniowych, czyli entezopatii, pojawiających się zazwyczaj w takich sytuacjach,



KIEDY OTWIERALIŚMY
NASZE GABINETY
PODSTAWOWYM
ZAŁOŻENIEM BYŁO,
ŻE POŚWIĘCAMY
PACJENTOWI TYLE CZASU
ILE POTRZEBUJE

to ogromny zbiór trudnych w leczeniu patologii. Mam tu na myśli takie choroby jak np. kolano skoczka, kolano biegacza, łokieć tenisisty, golfisty, zapalenie ścięgna Achillesa czy rozcięgna podeszwowego.

Co zrobić?

Przed treningiem dobrze się rozgrzać. Stopniować intensywność treningów. Zacząć od chodu, „powolnego” truchtu, by z czasem biegać dłuższe dystanse. Nie rzucać się od razu na maraton. Na koniec treningu trzeba schłodzić organizm. To wszystko pomaga uniknąć urazów. Podkreślam również wagę techniki. Każdy sport wymaga przygotowania technicznego, dlatego rozpoczynając przygodę z aktywnością fizyczną, sugeruję konsultację z trenerami odpowiednich dyscyplin sportowych.

Czyli ćwiczyć z głową.

Tak. Warto pytać fachowców, instruktorów fitnessu, co robić i jak to robić dobrze. Wiadomo, że chciałoby się wszystko od razu, żeby rezultaty przyszły natychmiast. Tak się jednak nie da. Lepiej ćwiczyć powoli, systematycznie, niż ryzykować urazem, który wykluczy nas z treningów nawet na kilka miesięcy.

Jak się ma do tego nasz kręgosłup?

Ta niezwykle ważna struktura jest elementem ulegającym bardzo często różnego rodzaju urazom, przeciążeniom, powodującym dyskomfort czy ból utrudniający pacjentom normalne funkcjonowanie. Początkowo bolą mięśnie stabilizujące kręgosłup. Jeśli nie są wzmacniane, codziennie stymulowane, to w sytuacji dużego wysiłku bądź odwrotnie, kiedy nie ćwiczymy w ogóle, a prowadzimy siedzący tryb pracy, zaczynają dolegać. Wtedy sięgamy po masaż, różnego rodzaju naświetlania czy nawet leki przeciwbólowe. To jednak nie jest rozwiązaniem. Żeby podejść do tematu przyczynowo, musimy ćwiczyć, wzmacniać mięśnie stabilizujące kręgosłup. Wystarczy krótki instruktaż z fizjoterapeutą i kilkanaście minut dziennie poświęcone na ćwiczenia w domu. Bagatelizowanie symptomów i leczenie objawowe prowadzą w krótkim czasie do zmian dyskopatycznych i zwyrodnieniowych, by ostatecznie wymagać interwencji u neurochirurga.

A dzieci?

Organizm dziecka o wiele więcej wybacza. Trudniej o kontuzje, a jeśli do nich dochodzi, to u dzieci goją się one znacznie szybciej. Jednak żeby mechanizmy regeneracyjne działały, a dziecko rozwijało się prawidłowo, musimy pilnować trybu życia, tego, co dziecko je, ile się rusza, czy nie siedzi za długo przed telewizorem bądź komputerem. Dzieci podejmują coraz mniej aktywności fizycznej, nie

chodzą na wf. Mam świadomość, że to, na co teraz zwracam uwagę, to, co teraz mówię, to banały, tylko że te banały nagminnie ignorowane kończą się wizytą w tym gabinecie. Dzieci przychodzące do mnie na konsultacje są często otyłe, z licznymi wadami postawy ciała, wymagające leczenia ze względu na choroby przeciążeniowe.

Co mówią wtedy rodzice?

Różnie reagują. Kiedy pytam czy dzieci się ruszają, następuje konsternacja. Przeraża fakt, że zwalnia się dzieci z wufu, bo im po prostu nie chce się tam chodzić. Kiedy przyjmuję chłopca czy dziewczynkę, którzy z jakichś poważnych przyczyn nie mogą biegać z rówieśnikami po podwórku albo jeździć na rowerze, to serce pęka.

Widzę u Pana emocje, doktorze.

Taką pracę sobie wybrałem. Ta praca wiąże się z ogromnymi emocjami. Zwykle początki leczenia, kiedy stawiana jest diagnoza eliminująca pacjenta z normalnego funkcjonowania bądź kiedy informuję pacjenta, że muszę go operować, są bardzo trudne. Pacjenci mają żal i pretensje, zastanawiają się dlaczego akurat ich to spotkało, dlaczego tak wolno idzie leczenie. Wtedy muszę tłumaczyć, nie owijając w bawełnę, w czym jest problem. Nigdy nie ukrywam prawdy, bo lepiej żeby pacjent miał świadomość tego, co się z nim dzieje. Na szczęście koniec leczenia jest bardziej pozytywny. Kiedy udaje się pomóc, to często spełniają się czyjeś marzenia i to jest piękne.

Zdarzyło się, że pacjent odmówił leczenia?

Oczywiście, że tak. Zdarzyło mi się nawet, że w trakcie przygotowywania zastrzyku, pacjent uciekł. Usłyszałem tylko trzask drzwi. Przecież nie mogę zmusić pacjenta do leczenia.

Pan lubi leczyć?

Bardzo lubię. Myśle, że miałem ogromne szczęście, wiedząc od samego początku, co chcę robić w życiu. Współczułem swoim rówieśnikom dylematów w liceum, kiedy borykali się z trudnymi decyzjami.

Skąd?

Nie wiem, bo nie pochodzę z rodziny lekarskiej. Moja córka mi ostatnio powiedziała, że chciałaby być kierowcą autobusu (śmiech). Takie decyzje są gdzieś w nas. Nie miałem problemu w szkole wybierając fakultet, potem z wyborem studiów. No i tak tutaj jestem, i chyba się wstrzelełem (śmiech). A dlaczego ortopeda? Tę specjalizację wymyśliłem sobie już będąc na studiach. Lubię majsterkować, dużo pomagałem mojemu tacie, kiedy byłem mały. Wspólnie remontowaliśmy nasze mieszkanie, kładliśmy boazerię, malowaliśmy ściany,



skręcaliśmy meble. Poza tym sklejałem z tatą modele samolotów. Myślę, że właśnie mój tata miał duży udział w wyborze zawodu, specjalizacji. W dodatku kocham sport, a ortopedii w sporcie jest bardzo dużo.

Pan jest trochę inżynierem...

Nawet nie, powiedziałbym, że stolarzem (śmiech). Inżynier to bardziej wyrafinowany zawód.

Ale nie zawsze jest dobrze.

Moja specjalizacja to ortopedia i traumatologia narządu ruchu. Zwłaszcza traumatologia bywała bardzo trudna. Wiele lat pracowałem na oddziale ratunkowym, dyżurowałem tam, i właśnie podczas tej pracy

zetrzymałem się z licznymi poważnymi sytuacjami. To był najtrudniejszy etap w moim życiu. Widziałem rannych po wypadkach, mnogie urazy ciała kończące się śmiercią. To mocno zapada w pamięć. Na szczęście, jako młody lekarz, nie zostawałem z tym sam – byłem i nadal jestem farciarzem, że pracuję ze wspaniałymi kolegami lekarzami, którzy zawsze byli i są gotowi pomóc w trudnych chwilach, wspomóc radą czy po prostu poklepać po ramieniu, kiedy trzeba. Myślę, że bycie lekarzem to wspaniała przygoda – z jednej strony wymagająca szybkich decyzji, ogromnej odpowiedzialności, poświęcenia całego siebie, nierzadko życia rodzinnego, z drugiej dająca ogromną satysfakcję z możliwości niesienia pomocy pacjentom. ■

PAJĄCZKI? NIE, DZIĘKUJĘ

Pękające naczynka, widoczne zaczerwienienia, natychmiastowa reakcja skóry na zmieniającą się temperaturę – to wszystko świadczy, że możesz mieć cerę naczynkową. Wiedz, że nie chodzi tu wyłącznie o walory estetyczne, ale przede wszystkim kondycję Twoich naczynek włosowatych. Jak sobie pomóc i zwiększyć szansę na całkowite pozbycie się tego problemu?

TEKST I ZDJĘCIA: **MAGDALENA DARASZKIEWICZ, KATARZYNA SMOLAK,**
STUDIO KOSMETYKI PROFESJONALNEJ ESTHETIC

Z cerą naczynkową, czyli skłonnością do pękających naczyń krwionośnych znajdujących się na pograniczu naskórka i skóry właściwej, oczywiście da się żyć, jednak nie pozwólcie sobie wmawiać, że to tzw. wasza uroda. Oczywiście może być tak, że predyspozycje do powstawania tych zmian zapisane są w genach, jednak za główny powód takiego stanu rzeczy uważane są wpływy środowiskowe oraz hormonalne, szczególnie z udziałem estrogenów.

Jeśli już samodzielnie, bądź z pomocą dermatologa lub kosmetyka, doszłaś do jednoznacznego wniosku, że na Twojej skórze twarzy i nie tylko zagościły tzw. pajęczki, to uświadom sobie przede wszystkim, że jesteś posiadaczką cery wrażliwej i podatnej na podrażnienia, dlatego musisz być dla niej szczególnie łaskawa. Już na poziomie pielęgnacji skup się na uszczelnianiu naczynek, łagodzeniu zaczerwienień i nawilżeniu. Nie zapominaj jednak o higienie życia – unikaj używek, w tym mocnej kawy i herbaty, sauny, długich i gorących kąpieli, ostrych oraz zbyt gorących posiłków, gwałtownych zmian temperatury oraz... stresu. Wszystko to bowiem przyspiesza krążenie krwi, zwiększając jej ciśnienie, wskutek czego Twoje kruche naczynka nazbyt się rozszerzają, czasem nawet pękają. Czy każdy typ cery jest narażony na takie dolegliwości? W zasadzie tak, choć zdecydowanie częściej skarżą się na nie posiadaczki jasnej i delikatnej skóry.



TEORIA W PRAKTYCE, CZYLI JAK TO DZIAŁA

Zacznijmy od tego, że skóra naczynkowa może znajdować się w różnych stadiach i nie od razu muszą na niej zagościć widoczne pajęczki. Pierwszą fazą, dla niektórych czasem ostatnią, są zaczerwienienia przypominające intensywne rumieńce na policzkach, które powstają w skutek rozkurczania się naczyń włosowatych znajdujących się na granicy naskórka i skóry właściwej. Standardowo, po ustąpieniu czynnika wywołującego podrażnienie – emocje, temperatura, spożywany posiłek – kolor skóry powinien wrócić do normy. Jeśli jednak cera jest podatna lub narażenie na wymienione wyżej okoliczności długotrwałe, to dopiero wówczas naczynka trwale się rozszerzają, a nawet pękają, pozostawiając na powierzchni skóry ślad w postaci tzw. pajęczków i to one właśnie widoczne są przez naskórek.

ZNOWU TO SAMO – PIELĘGNACJA!

Możecie sobie teraz pomyśleć: „Ale nudziary, znowu piszą o pielęgnacji!” My jednak całkiem serio uważamy, że właściwa pielęgnacja to początek i koniec zarówno zdrowej cery, pięknego makijażu a nawet zabiegów leczniczych, dlatego dla dobra Twojej skóry nie pomijaj tego akapitu. Dlaczego? Bo musisz wiedzieć chociażby to, że promienie słoneczne nie są Twoimi sprzymierzeńcami. Unikaj również mycia

twarzą wodą z kranu, która może okazać się dla Ciebie za twarda. Z kosmetyczki wyrzuć toniki z zawartością alkoholu. Zapomnij o mydle oraz preparatach żelowych. Wybierz delikatne produkty typu emulsja, mleczko, olejek czy płyn micelarny do demakijażu, najlepiej hypoalergiczne, bezzapachowe i bezbarwne. Przed każdym zastosowaniem nowego kosmetyku zrób test i nanieś preparat na fragment skóry, pozostawiając go na kilka chwil. Sprawdzisz dzięki temu, czy wybrana przez Ciebie opcja jest tą właściwą. Niestety peelingi ziarniste również nie są wskazane. Podobnie maski, które zasychają na twarzy. Lepszą opcją będą maski w płachcie, algi bądź kremowe. Aby wybrać dla siebie coś sensownego, odwiedź kosmetologa. Jego doświadczenie w pracy z cerą naczynkową może okazać się dla Ciebie wyjątkowo cenne. Wybieraj raczej kosmetyki dla alergików, a już na pewno te dedykowane skórze wrażliwej. Nie rozstawaj się z kremami o wysokiej fotoprotekcji – zarówno latem, jak i zimą. Wczytuj się w opisy na opakowaniach i wiedz, że wysoka zawartość witaminy C, E, K, PP, krzemu oraz arniki, miłorzębu japońskiego, kasztanowca, alg lub flawonoidów może podziałać na Twoją korzyść. Pamiętaj jednak, że kosmetyki i właściwa pielęgnacja działają regenerująco na skórę, wyciszają, uelastyczniają i poprawiają znacznie jej kondycję, ale żaden preparat, maść ani lek nie zlikwiduje pękniętych naczyń i widocznych zmian.

KOCHANE, TO SIĘ LECZY!

Jako że na problem pajęczek skarży się całkiem sporo kobiet (mężczyzn również, choć wiadomo, im w mniejszym stopniu może to przeszkadzać) to oręże,

ABY WYBRAĆ DLA SIEBIE COŚ
SENSOWNEGO, ODWIEDŹ
KOSMETOLOGA. JEGO
DOŚWIADCZENIE W PRACY
Z CERĄ NACZYNKOWĄ MOŻE
OKAZAĆ SIĘ DLA CIEBIE
WYJĄTKOWO CENNE



jakim kosmetologia estetyczna z nim walczy, jest coraz bardziej rozbudowane.

Jednym z najbardziej popularnych zabiegów jest laseroterapia, którą najczęściej stosuje się do walki z naczynkami na skórze twarzy. Wiązka lasera absorbowana jest przez zawarty w czerwonych krwinkach barwnik. Wytworzona w ten sposób energia zamienia się w ciepło, które uszkadza nie tylko same krwinki, ale przenosi się na komórki wyściełające wnętrze naczyń krwionośnych. Spowodowane w ten sposób mikroskrzepy uszczelniają naczynie i je zamykają.

W przypadku cery naczynkowej dobrze też sprawdzi się kuracja delikatnymi kwasami, np. kwasem azelainowym czy migdałowym, których zastosowanie powstrzymuje wolne rodniki, przy tym działają przeciwzapalnie i blokują rozkład lipidów. Peeling z tymi kwasami jest delikatny, przez co nie powoduje silnego złuszczenia, a po ich zastosowaniu skóra staje się rozjaśniona, gładka i dobrze nawilżona. Co najważniejsze, jej koloryt jest ujednolicony, a ewentualne stany zapalne wyciszone. ■

JESZ? NIE JEM

W wielu domach świąteczne przygotowania do uroczystego śniadania trwają przez cały Wielki Tydzień. Panie, a często także panowie, domu starają się przygotować tradycyjne, a czasem też egzotyczne potrawy, które mają znaczenie nie tylko symboliczne.

Mają również sprawiać przyjemność gospodarzom i gościom. Wspólne spożywanie posiłków ma znaczenie przy zawiązywaniu więzi. Są jednak wśród nas osoby, dla których jedzenie stanowi poważny problem. Osoby chorujące na zaburzenia odżywiania.

TEKST: EWA MALARSKA

Wiosenne słońce otula go swoim ciepłem. Ciekawskie promyki wesoło zaglądają do jadalni przez uchylone okna. Ciepły wiatr porusza pachnącą świeżością firanką. Tulipany stojące pośrodku pięknie nakrytego stołu odwracają główki w słoneczną stronę. Wśród bielutkiej zastawy pyszni się wielkanocna baba. Pięknie wyrosła w tym roku. Drożdżowo-waniliowy aromat wypełnia pokój, mieszając się z zapachem pieczonych mięs, gotowanych i wędzonych szynek, kielbas i wymyślnych rolad podanych na przystrojonym gryczpanem półmisku. Makowiec i zdobiony cukrowymi baziami mazurek przycupnęły przy talerzu z pokrojonym święconym jajem, dekoracyjnie otaczającym wyrzeźbionego z masła baranka, któremu lewe pieprzowe oko troszkę zsunęło się z właściwego miejsca i zatrzymało prawie przy nosie. Wygląda trochę jakby stworzył go Picasso.

Dziewczyna stanęła w progu, w dłoniach trzyma wazę z parującym, intensywnie pachnącym czosnkiem i majerankiem żurkiem. Nagle zbladła, szybkim krokiem podeszła do stołu, odstawiła wazę i wybiegła. Po chwili przez drzwi łazienki słychać było, że ma problem.

Zaburzenia odżywiania są poważnymi zaburzeniami psychicznymi. Pierwszoplanową rolę odgrywa w nich jedzenie. Ich główne objawy dotyczą ciała i jedzenia, jednak problem ma podłoże psychiczne. Trzeba leczyć te choroby, ponieważ prowadzą do szybkiego wyniszczenia organizmu. Nieleczono mogą doprowadzić do śmierci. Według Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób, Klasyfikacji Zaburzeń Psychiczych oraz Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego istnieją dwie kategorie zaburzeń odżywiania: specyficzne i niesklasyfikowane (inaczej: niespecyficzne). Do specyficznych zaburzeń odżywiania zaliczamy anoreksję i bulimię.

Anoreksja nazywana jadłowstrętem psychicznym, opisywana była już w Biblii. Osoba na nią chorująca podejmuje działania, które mają prowadzić do utraty wagi i chronić ją przed tyciem. Anorektyk ogranicza ilość przyjmowanych posiłków, zażywa preparaty przeczyszczające, moczopędne lub zmniejszające apetyt, stosuje intensywne, wyczerpują-

ce treningi. Cały czas myśli o sobie, że jest za gruby, obawia się przytyć. Kobiety chorujące na anoreksję mogą cierpieć na zanik miesiączkowania, a mężczyźni – zaburzenia potencji.

Chorobą w pewien sposób przeciwną anoreksji jest bulimia, zwana żarłocznością psychiczną. Osoba chora na bulimię, starając się kontrolować swoją masę ciała, podporządkowuje swoje życie jedzeniu. Występują u niej niedające się powstrzymać napady żarłoczności. Podczas takiego napadu, chory w krótkim czasie spożywa dużą ilość pokarmu, a następnie podejmuje próby pozbycia się go, sto-

sując wymioty lub środki przeczyszczające albo moczopędne. Może też głodzić się okresowo, jednak to zwykle kończy się kolejnym napadem. Niespecyficznych zaburzeń odżywiania jest więcej, należą do nich: pica, zespół gwałtownego objadania się, zespół jedzenia nocnego, bigoreksja, anarchia jedzeniowa czy ortoreksja.

PICA to zaburzenie psychiczne polegające na spożywaniu substancji niejadalnych, np. ziemi, drewna, farb, papieru (ksylofagia), kału (koprofagia).

ZESPÓŁ GWALTOWNEGO OBJADANIA SIĘ – charakterystyczne dla tej choroby są nawracające epizody nadmiernego objadania się. Bez kontroli nad ilością i tempem spożywania, a często również bez uczucia głodu, chory w czasie krótszym niż 2 godziny zjada tak duże ilości żywności, których zdrowy człowiek nie byłby w stanie spożyć w takich samych okolicznościach.

ZESPÓŁ JEDZENIA NOCNEGO – osoby chorujące na tę przypadłość zwykle zjadają co najmniej połowę dziennej racji pokarmowej po godzinie 19:00, odczuwają nasilony głód wieczorny, minimum trzy razy w tygodniu cierpią na bezsenność. Zazwyczaj spożywają produkty bogate w węglowodany, co poprawia im samopoczucie lub umożliwia zaśnięcie poprzez zwiększenie stężenia serotoniny (hormonu szczęścia) we krwi.

BIGOREKSJA – współczesne zaburzenie odżywiania powodujące obsesję na punkcie własnego ciała. Osoba nią dotknięta poprzez odpowiednią dietę i ćwiczenia zwiększające masę mięśniową, stara się uzyskać idealną sylwetkę. Dla bigorektyka priorytetem jest osiągnięcie możliwie największej masy mięśniowej. Chory większość swojego czasu spędza na siłowni, stosuje odżywki powodujące przyrost masy mięśniowej i wierzy, że osiągnięcie idealnego wyglądu zmieni jego życie na lepsze.

ANARCHIA JEDZENIOWA – w nieregularnych odstępach czasu osoba nią dotknięta spożywa w samotności nieduże porcje żywności, najczęściej wysoko przetworzonej. Podstawę żywienia stanowią produkty gotowe. Chory spożywa swoje posiłki szybko, często w drodze. Podjada, chrupie, żuje, ssie żywność, która mu odpowiada. Występuje we wszystkich typach sylwetek.

ORTOREKSJA z kolei to obsesja na punkcie zdrowego żywienia. Chory przykładając wagę do jakości spożywanej żywności. Według niego odpowiednia dieta to sposób na zahamowanie procesów starzenia i sposób na uniknięcie schorzeń, które może wywołać nieodpowiednia żywność. Poprzez spożywanie zdrowej żywności, ortorektyk w swoim mniemaniu staje się lepszym człowiekiem i rozwiązuje swoje problemy.

Większości zaburzeń odżywiania towarzyszą: depresja, lęki, myśli samobójcze, problemy ze snem, drażliwość. Wskazana jest pomoc psychologa i psychiatry. Konieczne jest podjęcie leczenia, które trwa długo, bywa, że kilka lat. ■



NA WIELKANOCNYM STOLE

Nie wyobraża sobie śniadania wielkanocnego bez szynki, najpierw peklowanej, a potem gotowanej, sałatki jarzynowej, białej kielbasy i jajka.

Specjalnie dla Państwa, **Dominik Narloch** szef kuchni Restauracji Cucina 88 w City Parku, przygotował wielkanocny poradnik kulinarny.

ROZMAWIA: JULIUSZ PODOLSKI | ZDJĘCIA: JAKUB J. PINDYCH

Święta wielkanocne to dla szefa kuchni czas na eksperymenty czy na tradycję?

Dominik Narloch: Jeśli chodzi o mnie, to jest połączenie jednego z drugim. Jednak ze wskazaniem na tradycję. Jej nuta musi być, bowiem to jest to, co wszyscy znamy, lubimy i pielęgnujemy. Na stołach wielkanocnych zatem powinny pojawić się zakorzenione w naszej pamięci dania, ale z małym akcentem nowości. Może tę naszą tradycyjną sałatkę podajmy inaczej, może z innym majonezem, jakimś smakowym albo białą kielbasę upieczoną. Bądźmy kreatywni i przemyćmy odrobinę świeżości do śniadania wielkanocnego, które jest tym najważniejszym momentem całych Świąt.

Mówisz o tej nowości, ale tkwisz w tradycji.

To się wynosi z domu rodzinnego i trudno zmieniać, bo to przekazy z dziada, pradziada. Często wyciąga się na stół świąteczną zastawę babci czy siostry, które pamiętają początek ubiegłego wieku, nie mówiąc o przepisach wyszukanych z ręcznie zapisywanych zeszytów naszych mam czy babć. Oczywiście w różnych regionach Polski są inne zwyczaje czy dania na stole, np. w jednych domach je się żur, w innych barszcz biały.

A jak Twoje słynne jajko truflowe, które Twoi fani pamiętają jeszcze z Hugo, wpisuje się w tradycję wielkanocnego stołu?

To jest to, od czego rozpoczęliśmy rozmowę, czyli jajko jako symbol Wielkiej Nocy, ale podane nowocześnie, bo z truflami. Różni się od jajka w majonezie, ale wciąż pozostaje jajkiem.

Jakie zatem powinny być dania na stole podczas uroczystego śniadania, co w Twoim rodzinnym domu królowało?

To są bardzo mięsne święta, co nie powinno dziwić po okresie postu. Bez czego nie wyobrażam sobie śniada-

nia? Musi być szynka, najpierw peklowana, a potem gotowana. Mój ojciec robił też szynkę surową, wędzoną. Nie wyobrażam sobie tych świąt bez sałatki jarzynowej, tak, tak, tej naszej tradycyjnej znanej od lat ze świąt, imienin, uroczystości rodzinnych. Przecież ona znakomicie pasuje i do szynki gotowanej i do wędzonej, ale też do jaj. Wielkanoc bez białej kielbasy pewnie nie mogłaby się odbyć. No i oczywiście jajko w najróżniejszych postaciach, najczęściej gotowane.

Śniadanie jemy na zimno czy na ciepło? Są domy, w których nawet białą kielbasę podają zimną.

U mnie w domu cała rodzina szła na godzinę szóstą na rezurekcję i po powrocie do domu, zaczynaliśmy od święconki, podzielonej równo na wszystkich uczestników śniadania. Potem pojawiała się biała kielbasa na ciepło. Jajka też były gotowane na świeżo, więc to był także element ciepły na talerzu. Śniadanie jedliśmy od 8.00, a potem mama koło 12.00 podawała świąteczny obiad i tam było już sporo ciepłych dań.

I co takiego było...

Wspomniana już przeze mnie peklowana szynka z ziemniakami i sosami, najczęściej zimnymi. Co roku było to trochę inaczej. I o ile obiadem mama czasami nas zaskakiwała, to śniadanie było bardzo tradycyjne i mocno przewidywalne. Mam wrażenie, że w domach naszych Czytelników jest też bardzo podobnie.

Wróćmy do jajek. Ich gotuje się olbrzymie ilości, bo nawet ci, którzy w ciągu roku nie jadają jajka na twardo, w tym dniu dają się wciągnąć w jajeczną biesiadę. Jakże sosy podać, by było smacznie i ciekawie? Będę tradycjonalistą – sos tatarski, a nawet majonez, albo – jak lubi mój ojciec – z musztardą. Spróbujmy wymieszać majonez z musztardą i też dostaniemy



BĄDŹMY KREATYWNI
I PRZEMYĆMY
ODROBINĘ ŚWIEŻOŚCI
DO ŚNIADANIA
WIELKANOCNEGO,
KTÓRE JEST TYM
NAJWAŻNIEJSZYM
MOMENTEM
CAŁYCH ŚWIĄT

ciekawą propozycję. Jeśli chodzi o tatarski, pozosta-
wiłbym klasykę, czyli drobno posiekany marynowany
ogórek, grzybek oraz cebulka.

**No właśnie, znając smaki swoich gości, nowe
trendy, jakie byś zaproponował udzignienia przy
sosach?**

Majonez ze szczypiorkiem, świeżo startym chrzanem,
odmienią klasykę. A dla odważnych, którzy lubią smak
i nie odstrasza ich zapach rzeżuchy, można ją posie-
kać i dodać do majonezu. Tu można dać się ponieść
fantazji. Nie bójmy się majonezów smakowych – poza
wspomnianymi, dorzucimy np. estragon albo koperek.

**Ja ostatnio posiekałem marynowany imbir, doda-
łem wasabi i terijaki do majonezu wegańskiego.
Ciekawe, taka japońska propozycja... Czemu nie?**



Jeżeli majonez to jak go zrobić w domu, żeby zaimponować gościom, że nie jest ze słoika, ale zbytnio przy jego produkcji się nie zmęczyć.

Bierzemy dwa żółtka, ocet winny, dobrej jakości olej, ale taki, żeby nie był za mocno inwazyjny i nie zdominował smaku. Ja lubię rzepakowy, ale jak ktoś chce mieć jeszcze bardziej delikatny, to polecam olej z pestek winogron, bo jest w smaku najbardziej neutralny. Wszystko razem energicznie mieszamy, dolewając po trochu olej, tak, by uzyskać konsystencję majonezu. Można to robić ręcznie różgą lub mikserem. Ręcznie robiony majonez jest bardziej napowietrzony. Na koniec doprawiamy solą i pieprzem. I już!

Mówiłeś, że bez białej kielbasy nie ma świąt. Jak ją podać... klasycznie parzoną, a może coś zmienić, dodać świeżego powiewu?

Klasyka, jeszcze raz klasyka, ale dla tych, którzy nie są miłośnikami białej gotowanej, to np. na śniadanie w drugi dzień świąt podać przesmażoną, tak jak np. robimy to z kielbasą śląską. Do smażenia dorzucimy dużą ilość cebuli i podkreślimy solidną garścią świeżego majeranku, który podkreśli jeszcze bardziej charakte-

rystyczne smaki białej. Chętni mogą do cebuli dodać jeszcze czosnek, proszę tylko uważać, żeby się nie spalił, bo wszystko stanie się gorzkie.

Czy w restauracji, którą prowadzisz, zdarzają się zamówienia śniadań wielkanocnych?

Jako takich nie ma, ale jesteśmy też restauracją, gdzie rano podawane są śniadania dla gości hotelowych. Wtedy staramy się, by na stołach królowała Wielkanoc – pojawiają się pasztety z królika, jajka w nastu formach, świeże pieczywo, szynki. Często mamy gości z zagranicy i chcemy im pokazać ten polski świąteczny klimat nawet z rzeżuchą. Mamy też brunch wielkanocny, podczas którego serwujemy królika i większe ilości mięs.

Wspomniałeś o jeszcze jednym bardzo ważnym elemencie Wielkanocy jakim jest pasztet. Jak w zagonionych czasach zrobić go w domu?

No i tu jest problem. Jak zrobić prosto pasztet? On jest niezwykle pracochłonny!

To może zapytam inaczej – o co na pewno trzeba zadbać, by zrobić pasztet? Niech szefowie domo-



wych kuchni sami zdecydować czy zabiorą się za jego produkcję.

Dobre mięso, to truizm, ale od tego zależy smak i jakość pasztetu. Musi ono być zróżnicowane – od chudego po naprawdę tłuste kawałki, żeby nam się wszystko skleilo, a poza tym, żeby po wypieku pasztet nie był suchy. Mieszmamy jeden do jeden surowy tłustszy boczek albo podgardle, mocno przerośniętą karkówkę z chudymi kawałkami mięsa. Jeśli nawet robimy pasztet z kaczki, to warto dodać tłustszą wieprzowinę. Wtedy zmniejszamy proporcję na korzyść kaczki, żeby była ona dobrze wyczuwalna. Jeśli ktoś nie chce dodawać tak dużej ilości wieprzowego tłustego mięsa, może je zastąpić masłem, zaznaczam – dużą ilością masła. Dodać warto także tłustszą śmietanę. Oczywiście mięso musi być upieczone przed zmieleniem. Pieczemy je z warzywami – marchwią, selerem, porem, cebulą i czosnkiem. Schładzamy i z tym wywarem z pieczenia przepuszczamy przez maszynkę. Warzywa też. Możemy dodać podroby, dorzucone na sam koniec do pieczenia, tak by nie stwardniały, ale tylko się ścięły. Wątroba nam wszystko połączy i da poczucie aksamitności w pasztecie. Po zmieleniu wrzucamy do miski i mieszmamy z przyprawami, wspomnianym masłem

i śmietaną 32 procent. Dodajemy przyprawy – tymianek, czosnek, jeśli potrzeba – majeranek. Odradzam gałkę muszkatołową. Ja stosuję tonkę, też aromatyczna, a gałka w nadmiarze może zepsuć cały smak pasztetu. Dorzucamy teraz jajka. Żółtka osobno, a białka ubijamy i dajemy pianę, żeby spulchnić pasztet. Mieszmamy i sprawdzamy konsystencję. Jeśli jest za suchy, można dodać odrobinę bulionu mięsnego. Po wymieszaniu wrzucamy do formy i do pieca, i czekamy na efekt. Upieczony jest wtedy, kiedy wbity w pasztet patyczek jest suchy. Do środka możemy dodać grzyby, śliwkę suszoną, żurawinę, a nawet morelę. Żeby zmienić teksturę, proponuję dodać orzechów włoskich, laskowych czy pistacji. Pamiętajmy o jednym, nie bójmy się tłuszczu, bo on spowoduje, że nasz pasztet będzie wilgotny, a poza tym to tłuszcz niesie smak.

Czy bigos jest wielkanocny?

Nigdy się nad tym nie zastanawiałem, ale zawsze u mnie w domu się pojawiał. Myślę, że przygotowując dania na Wielkanoc, zostaje sporo znakomitych skrawków mięsa, kielbasy, szynki i żeby się nie zmarnowało, ludzie robią bigos. Poza tym, świetnie pasuje do wszystkiego – do mięsa czy do białej kielbasy.

No właśnie, ale z tego, co mówisz, bigos nie jest śmietnikiem kuchennym, jak wiele osób sądzi, ale bardzo drogim i pracochłonnym daniem. Bo, jeśli dodaje się do niego skrawki z tego, co miało trafić na świąteczny stół, to nie jest Bigos, ale Jaśnie Pan Bigos.

Jeżeli chcemy zrobić dobry bigos, to musimy – oprócz bardzo dobrego mięsa – pomyśleć o dobrym czerwonym winie, śliwkach i o grzybach takich, jak borowik czy podgrzybek, a nie pieczarki. Po przekalkulowaniu okazuje się, że cenę można porównać z terriną z foie gras.

Wielkanoc to mięsne święta, ale trudno sobie je wyobrazić bez słodkości.

No tak pięknie zdobione mazurki, baby i serniki. Do dzisiaj pamiętam babę, którą robiła moja babcia w takiej kamionkowej karbowanej donicy z dziurką w środku. Nie zdążyłem babci dopytać, dlaczego zażykała ją szczelnie pergaminem. Może to miało jakieś magiczne znaczenie...

Czy święta wielkanocne są magiczne?

Myślę, że w świętach Bożego Narodzenia i Wigilii jest mnóstwo magii od pierwszej gwiazdki po ilość dań na stole i wiele innych przesądów. Wielkanocne są spokojniejsze, chyba Zmartwychwstanie Chrystusa jest najważniejsze. W tym duchu radości i spokoju wszyscy rodzinnie je przeżywają. Niech zatem dadzą nam mnóstwo spokojnych chwil i smacznych doznań. ■

BIAŁA KIEŁBASA – KRÓLOWA WIELKANOCNYCH STOŁÓW

W Wielkopolsce spożywanie białej kiełbasy to tradycja sięgająca XVII wieku. Biała kiełbasa gości na wielu polskich stołach, ale ta z Wielkopolski jest szczególna. Firmą, która może poszczycić się wyjątkową „białą parzoną” w naszym regionie, jest BIEGUN z Jaraczewa. O walorach smakowych wytwarzanych wędlin, a szczególnie białej kiełbasy, opowiada Wiesława Biegun, która wraz z mężem od lat dostarcza wyroby wędliniarskie na wielkopolski rynek.

ROZMAWIA: MARTA JÓZEFCAK | ZDJĘCIE: BIEGUN



W swojej pracy kierujecie się Państwo dewizą „klient jest najważniejszy”. Rozumiem, że to się sprawdza?

Wiesława Biegun: Tak, to prawda. Naszym priorytetem jest klient i jego bezpieczeństwo, ale równocześnie dobry smak. Życie to zarówno dobre, jak i złe doświadczenia, a dobre jedzenie zawsze poprawi nastrój.

Tradycja naszej firmy to ponad 60 lat niezmiennego zaangażowania i pasji. Ten czas nauczył nas ogromnej wrażliwości na gusty i potrzeby klientów, pomimo dostosowania do współczesnych trendów, zawsze bazujemy na tradycyjnej rodzinnej wiedzy oraz smakach naszego regionu.

W Państwa ofercie można znaleźć wiele smacznych wędlin. Proszę powiedzieć, które z nich, Pani zdaniem, powinny znaleźć się na wielkanocnym stole?

Nie muszę się długo zastanawiać, po prostu powiem, co zaserwuję swoim najbliższym. Obowiązkowo wspomniana biała parzona – to

ideał kiełbasy, w której skład wchodzi chude mięso, sól, pieprz, czosnek i majeranek. Atrakcyjnym dodatkiem wielkanocnego koszyczka będzie szyneczka z serii „pieczystych wyrobów”.

Kolejna kiełbasa to jałowcowa – na czas Wielkanocy robimy ją w mniejszym wydaniu, tak by idealnie komponowała się w koszyku ze święconką. To kiełbasa podsuszana i delikatnie owiana dymem w tradycyjnej wędzarni.

Oczywiście nie ma śniadania wielkanocnego bez szynki. Mogłabym polecić wiele z naszych szynek, które są w ciągłej sprzedaży, jednak żeby podkreślić wyjątkowość świątecznego stołu, zaserwuję Szynkę Szefa wędzoną. Sama nazwa podkreśla, że jest to produkt godny polecenia. Szynka jest smaczna, okazała i stół dzięki niej nabiera dostojności. Dla wyjątkowo wymagających podniebień proponuję szynkę surową wędzoną na zimno. Pokrojona cieniutko jak pergamin, jest dodatkiem wieńczącym wszystkie wielkanocne smaki.

To rzeczywiście gotowy „zestaw wędliniarski” na święta wielkanocne.

Nie byłabym sobą, gdybym nie wspomniała o jeszcze jednym szybkim daniu, którym można zablęsnąć wśród gości. Żeby uatrakcyjnić menu, proponuję jeszcze schab faszerowany śliwką lub morelą. To idealne rozwiązanie na piękny półmisek. Wystarczy pokroić grube



WIEŚŁAWA
I PIOTR BIEGUN

plastry schabu, zalać żelatyną i udekorować. Drugie wydanie to ten sam schab podany na ciepło – goście będą zachwyceni! Gwarantuję, że wszyscy uznają ten schab za wyrób domowy, ponieważ nasz proces przygotowania i pieczenia jest wręcz manufakturowy, tzn. każdy kawałek ręcznie obsypujemy przyprawami i owijamy w folię. Po upieczeniu, trafia do sklepów właśnie w tej folii, dzięki temu wszystkie walory smakowe i zapachowe pozostają w mięsie... Pycha! Poza tym, jest to mięso bez pekiśoli, więc tym bardziej będzie jak z domowego piekarnika.

Już mnie Pani przekonała, aż chce się jeść. Gdzie można kupić te wszystkie wspaniałości?

Przede wszystkim w naszych firmowych sklepach. W Poznaniu mamy ich 13 – adresy podam poniżej, ale najprościej wejść na naszą stronę internetową www.biegun.com.pl. Tam również znajdziecie Państwo informację o współpracujących z nami punktach w Poznaniu, do których dostarczamy nasze wyroby. Zapraszamy również do składania zamówień w sklepie internetowym (www.sklepwedliny.pl), a zamówione produkty dostarczamy kurierem na terenie całej Polski. Jeśli chcą Państwo zobaczyć adresy sklepów i poznać nas jeszcze bliżej, zapraszamy na stronę www.biegun.com.pl.

Wróć jeszcze do białych kielbas – którą wybrać parzoną czy surową?

Wybór między kielbasami białymi zależy wyłącznie od indywidualnych upodobań i potrzeb, należy jednak pamiętać, że kielbasa biała surowa ma zawsze krótszy termin przydatności niż parzona. Kolejna różnica to

temperatura przechowywania. Kielbasa surowa musi być przechowywana w temp. 0–4°C, kielbasa parzona do 7°C.

Co jeszcze wyróżnia kielbasę białą parzoną?

Przede wszystkim składniki zapewniające „czystą etykietę”. Biały kolor kielbas to dowód, że nie zawierają substancji konserwujących – azotynu sodu, który wybarwia mięso na różowo. Poza tym nie dodajemy fosforanów, wzmacniaczy, alergenów. Nasza „parzona” jest kielbasą wierną kilkudziesięcioletniej tradycyjnej recepturze. Jest powtarzalna i niezmienna. Oczywiście kojarzy się ze stołem wielkanocnym, ale warto do niej wracać przez cały rok. Jest niezawodnym dodatkiem do żurku, białego barszczu lub po prostu w solowym wydaniu – ciepła biała parzona z chrzanem.

Jak gotować białą kielbasę, aby była naprawdę smaczna?

Jest to pytanie podchwytliwe. Białej kielbasy się nie gotuje! Białą kielbasę trzeba parzyć! Jest to zasada, którą wielu z nas łamie, pewnie z niewiedzy, a może z wygody. Kielbasa biała będzie najsmaczniejsza, kiedy zdejmimy garnek z ognia w momencie, gdy woda ledwie zaczyna się gotować. Od tej chwili kielbasa pod przykryciem powinna parzyć się od 20 do 30 minut. Jednak najlepszy efekt uzyskamy parząc kielbasę na parze. Jeszcze dobra rada! Żeby biała kielbasa nie pękła, dobrze jest ponakłuwać każdy kawałek przed włożeniem do garnka.

Bardzo dziękuję za praktyczne porady profesjonalne wyjaśnienia.

Z wielką przyjemnością dzielę się naszą wiedzą i smakiem! ■

W IMIENIU WŁASNYM I WSZYSTKICH PRACOWNIKÓW FIRMY BIEGUN:

Życzymy wiele radości i dobra. Oby w ten czas wielkanocny nie zabrakło nam wzajemnej życzliwości, żeby wszystkie życzenia okazały się do spełnienia a atmosfera świąt wzmocniła rodzinne więzi. Wesołych Świąt !!!



DLA UŁATWIENIA PRZEDŚWIĄTECZNYCH ZAJĘĆ I DECYZJI, W NASZYCH SKLEPACH FIRMOWYCH PRZYGOTOWALIŚMY DLA PAŃSTWA GOTOWE KOSZYCZKI Z WYBRANYMI PRODUKTAMI.

► **POZNAŃ:** ul. 3 Maja 47
os. B. Śmiałego pawilon 4c
ul. Dąbrowskiego 88
os. J. III Sobieskiego pawilon 18
ul. Leszczyńska 170
ul. Marcelesińska 96/207

os. Orła Białego 106
ul. Piasnicka pawilon 12
ul. Skotarska 24 C
ul. Słowiańska 40 Ł
Szczepankowo ul. Skibowa 16
ul. Szpitalna pawilon 10/14

Rynek Łazarski pawilon 9
► **JARACZEWO** ul. Golska 36
► **JAROCIN** Wrocławska 36a
► **KROTOSZYN** ul. Rawicka 8
► **ŚRODA WLKP.**
Dąbrowskiego 11





CZAS NA PODRÓŻ

Wielkimi krokami zbliżają się święta wielkanocne, później weekend majowy i lato. Czas zaplanować krótki wypad czy dłuższy urlop z przyjaciółmi lub rodziną. Lotnisko Ławica od kwietnia uruchamia dwa nowe połączenia z Poznania – do Kefalonii i Sztokholmu, miejsc, w których każdy znajdzie dla siebie coś interesującego.

TEKST: MARTA JÓZEFCAK | ZDJĘCIA: PORT LOTNICZY ŁAWICA

Od kwietnia z lotniska Ławica ruszają dwa nowe połączenia: do Kefalonii oraz Sztokholmu Skavsta. Loty do stolicy Szwecji realizowane będą przez linię Ryanair dwa razy w tygodniu. Natomiast do Kefalonii polecimy raz w tygodniu liniami czarterowymi. Oba te połączenia dają możliwość spędzania krótkiego urlopu w pięknych, ale tak odmiennych krajach jak Grecja czy Szwecja. Decyzja, w którym z nich chcemy spędzić wolny czas należy tylko do nas!

KEFALONIA – GRECKI CUD NATURY!

Kefalonia jest największą wyspą z archipelagu wysp jońskich. Zaraz za nią plasuje się

Korfu i Zakynthos. Kefalonia po latach odizolowania staje się coraz popularniejszym kierunkiem turystycznym również dla Poznaniaków, a dzięki bezpośredniemu połączeniu z Poznania jeszcze chętniej odwiedzimy to wspaniałe miejsce.

Większość zabytków na Kefalonii została zniszczona podczas trzęsienia ziemi w 1953 roku. Jedyna ocalała wioska jest portowe Fiskaro w północnej części wyspy. Można tam podziwiać charakterystyczne pastelowe weneckie domy z XVII wieku. W takcie sezonu jak mówią lokalni mieszkańcy spotkać można tutaj nawet

światowe gwizdy jak Madonnę czy Sarę Jessicę Parker. Poza tym każdego roku 15 sierpnia mieszkańcy wyspy obchodzą święto Matki Boskiej. Wtedy z niewyjaśnio-



nich przyczyn na wyspie pojawiają się węże, które są uznawane za dobry znak dla każdego, kto spotka go na swojej drodze.

Podczas wizyty na Kefalonii koniecznie trzeba odwiedzić Klasztor św. Gerassimosa patrona wyspy. Warto udać się też do jaskini Drogarti, która słynie z niesamowitej akustyki. W jej wnętrzu przypominającym salę koncertową, występowały takie gwiazdy jak Luciano Pavarotti czy Maria Callas. Największą atrakcją Kefalonii jest jednak jaskinia i jezioro Melissani. To lazururowo-seledynowe jezioro zostało odkryte po trzęsieniu ziemi, kiedy to strop jaskini po prostu się zapadł. Nazwa grotu pochodzi od imienia jednej z nimf, która przebywała w znajdującym się nieopodal starożytnym, mykeńskim sanktuarium. Nieszczęśliwie zakochana rzuciła się do wody i straciła tutaj życie. Ciekawostką jest to, że woda w jeziorze jest mieszaniną słodkiej i słonej wody morskiej, która przepływa tunelami z oddalonej o 20 kilometrów Argostoli.

DLACZEGO WARTO ODWIEDZIĆ SZTOKHOLM?

Sztokholm to stolica Szwecji, której nazwa pochodzi od dwóch słów – stock, czyli pień i hol, czyli wyspa. Faktycznie Sztokholm położony jest na 14 wyspach otoczonych archipelagiem kolejnych 20 tysięcy wysp. Zwiedzanie miasta warto rozpocząć od Starego Miasta,

które położone jest na czterech wyspach - Stadsholmen, Riddarholmen, Strömsborg i Helgeandsholmen. Znajduje się tutaj mnóstwo zabytków jak Zamek Królewski, w którym podziwiać można apartamenty, bibliotekę, arsenał, zbrojownię oraz muzeum trzech koron. Na starym mieście znajduje się też budynek Parlamentu, Stary Rynek z kolorowymi kamieniczkami

przypominającymi trochę znany nam rynek w Gdańsku. Warto odwiedzić tu Kościół św. Mikołaja, zwany też Wielkim Kościołem, czyli najstarszy, liczący sobie ponad 700 lat, kościół w Sztokholmie. Interesującym miejscem jest założona w 1786 Akademia Szwedzka, która mieści się w klasycystycznym budynku Sztokholmskiej Giełdy Papierów Wartościowych. Co roku to właśnie tutaj zgłaszane są nominacje do Literackiej Nagrody Nobla.

Niewątpliwą atrakcją jest Muzeum Vasa położone na wyspie Djurgården.

To tutaj podziwiać można ekspozycję okrętu „Vasa” z XVII wieku. Statek ten zatonął w 1628 roku, zaraz po wyjściu z portu. Kilkaset lat później został on podniesiony z dna i odrestaurowany. Dzięki temu możemy podziwiać kunszt jego konstruktorów.

Zwiedzanie warto zakończyć w dzielnicy Östermalmstorg, gdzie znajduje się jedna z najpiękniejszych hal targowych w Europie. Turyści mogą spróbować tutaj owoców morza, szwedzką odmianę sushi, ale przede wszystkim kupić tradycyjną czekoladę, która idealnie sprawdzi się, jako prezent dla przyjaciół i bliskich. ■

NAJWIĘKSZĄ ATRAKCJĄ KEFALONII JEST JASKINIA I JEZIORO MELISSANI, ODKRYTE PO TRZĘSIENIU ZIEMI



KOSZYK WIELKANOCNY

Święta Wielkiej Nocy to czas magiczny, pełen pradawnych i chrześcijańskich rytuałów.

Chrystus zmartwychwstaje i odradza się przyroda. Po zimie świat nabiera kolorów.

O zwyczajach świąt wielkanocnych, tradycjach, symbolach i czarach opowiada Witold Przewoźny, etnograf z Muzeum Etnograficznego w Poznaniu.

SPISAŁA: ELŻBIETA PODOLSKA



Święconka to jest jeden z tych zwyczajów, który przeżył pewnego rodzaju ewolucję. Czas świąteczny ma być zaprzeczeniem codzienności. Wszystko musi być inne. Wszystko musi być z takim bardzo często mocno zakorzenionym w magii działaniem. Towarzyszą mu zjawiska zgodne z rytmem natury, na które człowiek nie ma żadnego wpływu. I oto nastaje wiosna, wszystko się budzi na nowo. W świat, który człowiek usiłuje zrozumieć i sobie w nim poradzić, wchodzi nadzieja, przekonanie, że się jeszcze raz wszystko fajnie poukłada. W tych wiosennych działaniach było bardzo wiele pradawnych rytuałów związanych z vitalnością, pobudzaniem życia, z ożywianiem się po zimie, z odpędzaniem złych duchów, mogących jeszcze tę zimę przyciągnąć. Palono kukłę, wypędzano demony i ciemności zimowych wieczorów, prowokujące do rozmyślań, że zaświaty są na wyciągnięcie ręki.

WIOSENNE ŚWIĘTOWANIE

Nadchodząca wiosna sprzyja oczyszczeniu i odnowie. Pali się ogniska, używa bardzo dużo wody, z tą pozostałością w lany poniedziałek. Wykorzystuje się wszystkie symbole kojarzone z nowym życiem, z bezpiecznym przejściem, szczególnie w dniu równowagi, początku wiosny, kiedy to dzień równa się z nocą. Wszystko jest potrzebne, bo nie wiadomo, czy przejście będzie właściwe, bo przecież w marcu jak w garncu, a kwiecień plecień – nic nie jest jeszcze pewne. Zielone rośliny i ozimina na polach są jeszcze malutkie, kruche. Większy przymrozek może zniszczyć to, na co człowiek oczekuje, na czym mu zależy. Rytuały pełnią funkcję wspomagającą, mają być pomocą, wsparciem. Na to nadchodzi chrześcijaństwo, ze swoim bogiem, ze śmiercią i zmartwychwstaniem. Pobudza wyobraźnię i dominuje światopogląd dużej części ludzi żyjących na ziemi. Dodatkowo, wiosenne święta wielkanocne są raz wcześniej

raz później, w zależności od pełni księżyca, czyli od zjawiska, na które nie mamy zupełnie wpływu, ale zawsze w takim czasie, że wystarczy wyrzeć z domu i zobaczyć inne zmartwychwstanie. Wszystko razem – to, co dawne, przedchrześcijańskie i chrześcijańskie – spłotło się w pewien obraz wiosennego świętowania. Śmierć Chrystusa na krzyżu i Jego zmartwychwstanie, to samo dzieje się z naturą i przynosi nadzieję, że ten ułamek czasu, który ma człowiek do przeżycia będzie wartościowy, że to koło jeszcze raz się obróci.

ŚWIĘTOWANIE I JEGO MOC

Wszystko w tym czasie musi być inne – kończy długi post wprowadzony przez chrześcijaństwo, ale przecież łatwo sobie wyobrazić, że w czasach przed Chrystusem, na przednówku ten post był i tak obecny, bo zwyczajnie nie wystarczało jedzenia. Dzisiaj żywności nie brakuje, ale przez całe wieki było biednie, być może nawet jeszcze nasi dziadkowie czy rodzice pamiętają, co to znaczy przednówek i co to znaczy reglamentacja jedzenia i to nie tylko na kartki. Po czasie pewnego niedostatku, w święta może być wyjątkowo i obficie. Wyciągamy najlepsze rzeczy ze spiżarni, gotujemy, pieczemy baby. Pojawiają się specjały, o których wszyscy marzą, kiedy są głodni. To jeszcze bardziej potęguje magię tego świętowania.

JEDZENIE NAZNACZONE ŚWIĘTOŚCIĄ

Wszystko musi być wyjątkowe i pobłogosławione. Dawniej na wsiach łądowało się kosze z całą żywnością przeznaczoną na okres świąt na furmankę i jechało do kościoła albo na rozstajne drogi, pod krzyż, gdzie przychodził ksiądz i święcił pokarmy. Chłopi mieli okazję pochwalenia się, gorzej było z biedakami, którzy mieli tylko nieduży koszyczek. Do bogatych mieszczan, do dworów, przyjeżdżał ksiądz i święcił całe stoły z dekoracjami.

POJAWIA SIĘ POMYSŁ NA KOSZYCZKI ZE ŚWIĘCONKĄ

Zwyczaj z koszykiem wynikał z pewnej kultury masowej i kłopotów logistycznych – coraz trudniej było zgromadzić i zwozić jedzenie przeznaczone na 3 dni do kościoła. W koszykach więc umieszczamy symboliczne potrawy, a ksiądz błogosławi je w Wielką Sobotę, wymieniając każdą z nich i opisując ich chrześcijańską konotację.

ŚWIĘCONKA PEŁNA SYMBOLI

Jajko, a w zasadzie pisanka, ma za zadanie odpędzić zło, dać zdrowie, siłę – jest symbolem nowego życia.

Baranek z masła. Masło to dostatek. Jest to marzenie tłustej potrawy, która daje siłę. To samo z kielbasą, szynką czy innym kawałkiem mięsa. Za tym zapachem i smakiem wygłodzony, wypożyczony człowiek tęskni, a przed nim czas będący odwrotnością „zimowego lenistwa”. Za chwilę siano kosy, prace w polu, żniwa. Konieczna jest siła, vitalność.

Sól, czy też bardzo popularny chrzan, w wiejskich koszykach ma znaczenie konserwujące, zabezpieczające, chroniące od zepsucia, od chorób, ale także odpędzające zło.

Chleb. Jest symbolem pomyślności, dostatku, obfitości i sytości, a wyraża pragnienie przyjęcia Komunii św. Łączy tradycje ludowe z chrześcijańskimi. To też zaklinanie, bo jeżeli żniwa będą dobre to chleba będzie dużo, jeżeli nie – może go zabraknąć i będzie się liczył każdy kruszek.

REGIONALNE RÓŻNICE

Trudno powiedzieć czy zawartość wielkanocnego koszyczka różni się w zależności od regionu. Myślę, że nie. Koszyki przez te lata wypełniały się też naszymi marzeniami. Pamiętamy jeszcze czasy, kiedy dzieci nie wiedziały, co to jest mandarynka, kiwi. Jeśli ktoś jakimś cudem wszedł w posiadanie takiego rarytasu, to był on dokładany do koszyczka i wtedy można się było tym pochwalić podczas święcenia. Kultura współczesna dostarcza nam bogactwa znaków i symboli, które też trafiły do koszyka: czekoladowe zajaczki, jajka niespodzianki itp. Święconka nie składa się z dowolnych produktów, ale jednak z ciekawością obserwuję, jak to się zmienia. Warto się przyglądać, co znajduje się na stołach. Kanon wymieniany przez księdza obowiązuje, ale są dodatkowe rzeczy, ustalane w rodzinach i potem przez lata kultywowane. Różne są koszyki, dekoracje, wstążki, chorągiewki, serwetki.

WAŻ Z BIAŁEJ KIELBASY, CZYLI DOMOWE TRADYCJE

U mnie w domu z białej kielbasy robi się węża. Ma oczy z pieprzu, język z marchewki i... uszy z bukszpanu. Ma też ogonek. Tak robiła moja babcia, moja mama i tak robię ja. Być może jest to jeszcze starsza rodzinna tradycja przekazywana z pokolenia na pokolenie. Teraz już nie wiemy, dlaczego w koszyku mamy węża, ale nie chcemy z niego zrezygnować. Jest bardziej śmieszny niż straszny – wtrąca autorka tekstu.

O takim zwyczaju nie słyszałem. To jest siła osobistych tradycji, które są związane z rodziną i to jest bardzo fajne. Pewnie ktoś kiedyś wpadł na pomysł, że z kielbasy łatwo zrobić węża, a waż to Biblia i można czerwone jabłuszko dołożyć i mamy rajske drzewko dobra i zła. Złemu wężowi robimy uszy i wtedy nie będzie wyglądał na takiego bardzo złego, a będzie wyglądał smakowicie.

Święta to niezwykły czas, kiedy magią są spotkania z rodziną, bliskimi, dawno niewidzianymi znajomymi. Mamy czas na rozmowy, wspólne biesiadowanie, nie spieszymy się i nie martwimy. Każdy z nas ma też rodzinne tradycje, które kultywuje od pokoleń, bez względu na to, czy jest osobą wierzącą, czy też nie wierzy w moc rytuałów, bo przecież warto zadbać o pomyślność, zdrowie, siłę i... spełnienie marzeń. I tego, a także wielu innych rzeczy warto sobie życzyć na te święta. Niech będą uśmiechnięte... ■

SUSANNA SIVONEN NA POZNAŃSKIEJ ZIEMI



Susanna Sivonen to młoda, bardzo utalentowana projektantka i artystka.

Pochodzi ze Szwecji, na co dzień mieszka w Oulu, w Finlandii wraz z mężem i czwórką uroczych dzieci. Jak sama powtarza, mówi i myśli w dwóch językach: szwedzkim i fińskim, ale jej trzecim językiem jest sztuka. To dzięki niej wyraża to, co czuje.

Spotkaliśmy Ją na Międzynarodowych Targach Poznańskich przy okazji odbywających się targów Home Decor i Arena Design. Nieformalnie możemy powiedzieć, że będzie częstszym gościem w Polsce, a szczególnie w Poznaniu.

TEKST: MARTA JÓZEFCAK | ZDJĘCIA: ARCHIWUM PRYWATNE

WARTO MARZYĆ, DĄŻYĆ DO
REALIZACJI TYCH MAŁYCH,
JAK I DUŻYCH MARZEŃ,
A NA PEWNO W KOŃCU SIĘ
ONE SPEŁNIĄ



Susanna Sivonen jest uznawana za jeden z najjaśniejszych skandynawskich talentów projektowych, których twórczość zasłynęła w Finlandii po tym, jak zaprojektowała kolekcje dla wiodących skandynawskich marek projektujących i mody, takich jak Finlayson, R-Collection i Aarikka. Jednym z ostatnich Jej projektów była współpraca z amerykańską firmą HALINA – producentem ekskluzywnych bagaży podróżnych. W efekcie wyprodukowano komplet niezwykle kolorowych walizek, na których widnieją szkice balonów. Wzór ten był pierwszą uniwersytecką pracą Susanny, a temat związany jest z marzeniami. Marzenia, zdaniem projektantki, „unoszą nas coraz wyżej i wyżej, aż w końcu się spełniają. Dlatego warto marzyć, dążyć do realizacji tych małych, jak i dużych marzeń, a na pewno w końcu się one spełnią”. Zresztą tak było w przypadku samej Susanny, która pewnego razu zamarzyła, że zostanie znaną artystką i wyruszy ze swoimi pracami w świat. – Swoją przygodę ze sztuką zaczynałam będąc w stanie błogosławionym, a więc postrzeganie rzeczywistości było też wyjątkowe – mówi artystka. – Byłam mamą już dwójki cudownych dzieci, ale wciąż szukałam swojego miejsca. Wtedy też narodził się pomysł otwarcia własnej firmy.



Rodzice i mąż nie byli z tego bardzo zadowoleni, ale moim celem było spełnienie marzenia, by dzięki swojej sztuce uszczęśliwić choć jedną osobę, przekazać jej swoją wizję świata. Świata kolorów, snów, małych detali i myśli. Powiedziałam wtedy mężowi, że kiedyś pojadę do Stanów Zjednoczonych, gdzie spotkam ludzi, którzy będą chcieli ze mną pracować. Tak też się stało. Dwa moje marzenia – przekazanie swoich myśli innym za pomocą sztuki i podróż do Ameryki, spełniły się i jestem z tego powodu bardzo szczęśliwa.

Oprócz współpracy przy projektowaniu i przedsięwzięciach artystycznych, twórczyni wprowadziła na rynek markę Susanna Sivonen, aby promować piękne produkty w charakterystycznym dla Niej stylu. Detale, intensywne kolory to znak rozpoznawczy młodej artystki. Jak sama mówi: „...moja sztuka jest jak dzieci, które mają milion pomysłów, małych myśli, zupełnie innych niż mają dorośli. Staram się uchwycić te ulotne chwile, wyjaśnić poprzez sztukę otaczającą nas rzeczywistość. Design, materiały, tekstury to mój sposób na zrozumienie świata. To mój własny, unikalny język.” ■

SUSANNA SIVONEN

urodziła się w 1984 r. w Haparanda w Szwecji.

Studiowała projektowanie tkanin na Uniwersytecie w Laponii w Finlandii. Na co dzień mieszka w Oulu w Finlandii.

W MUZYCZNYM ŚWIECIE WIESŁAWA PRZĄDKI

Przed laty uczył w szkole muzycznej w Poznaniu i dzięki Jego pomysłowi utworzono klasy z muzyką rozrywkową. Potem musiał wybrać – koncerty albo nauczanie.

Dzisiaj gra na całym świecie, a Jego tanga porywają ludzi. Ma głowę pełną pomysłów i marzeń, które powoli realizuje. Dla Niego muzyka to jest to, co w duszy ludziom gra.

Wiesław Prządka, poznaniak z wyboru, który odczarował akordeon, pokazał Polakom bandoneon i zabrał wszystkich w świat francuskiej piosenki i argentyńskiego tanga.

ROZMAWIA: ELŻBIETA PODOLSKA | ZDJĘCIA: ARCHIWUM PRYWATNE



25 lat w zespole New Musette Quartet to dużo czy mało? To wiek młodzieńca czy może już doświadczonego mężczyzny?

Wiesław Prządka: To już wiek doświadczonego muzyka i zespołu przede wszystkim. 25 lat prawie w tym samym składzie to jest osiągnięcie. Wytrwaliśmy długo i bardzo się z tego cieszymy.

Koncert jubileuszowy odbył się w Poznaniu, bo jest Pan od zawsze związany z tym miastem.

W zasadzie tak. Przybyłem tutaj zaraz po szkole podstawowej do liceum muzycznego. Urodziłem się w Wolsztynie. Potem była Akademia Muzyczna i tak zostałem tutaj. Był taki moment, że przez kilka lat mieszkałem w Krakowie i współpracowałem z Teatrem im. Słowackiego. Potem był jeszcze Wrocław i Jelenia Góra. Wróciłem jednak znowu do Poznania. Cieszę się z tego, bo stąd wyszedłem, tutaj mam wielu przyjaciół i fanów.

Nie bardzo wiedziałam, jak mam o to zapytać, bo pewnie słyszy Pan takie pytania często. Akordeon to instrument dla wielu dziwny, jeszcze kilkanaście lat temu praktycznie używany tylko na weselach, a nie w salach koncertowych. Czy nie lepiej było wybrać gitarę, na którą znacznie łatwiej byłoby podrywać dziewczyny?

Na gitarze też trochę gram. Sam się nauczyłem. W szkole podstawowej grałem też na trąbce, ale ten akordeon tak jakoś ze mną został. Być może dlatego, że uczyłem się na nim grać w podstawowej szkole muzycznej, dodatkowo dojeżdżając z Wolsztyna do Zbąszynia.

SŁUCHAM SKRZYPKÓW,
TRĘBACZY, A NAWET
GRAJĄCYCH NA
HARMONIJCE USTNEJ.
SĄ NIESAMOWICI



Dlaczego właśnie ten instrument?

To był przypadek. Z opowieści rodziców wiem, że chcieli kupić pianino, ale ponieważ akordeon był tańszy, to kupili mi na gwiazdkę akordeon po prostu.

Prowie pianino...

No prawie. Muzyka towarzyszyła mi od dzieciństwa. Mielśmy trochę płyt. Ojciec, co prawda, nie był zawodowym muzykiem, rysował projekty domów, był po technikum budowlanym. Kochał jednak muzykę. Grał na skrzypcach, trochę na gitarze, znał nuty. Początków różnych melodii ojciec uczył mnie grać na cymbałkach, które dostaliśmy na gwiazdkę wraz z bratem. Zamiast oglądać telewizję, wołałem włączyć sobie płytę i ułożyć się na dywanie. Muzyka bardzo dobrze na mnie działała. Na akordeonie zacząłem się uczyć w ognisku muzycznym. Po

trzech latach moja nauczycielka, pani Elżbieta Skorupińska, wysłała mnie na ogólnopolski konkurs w Międzyrzeczu. To była 6 klasa szkoły podstawowej. Wcześniej zabrała mnie też do Zbąszynia na spotkanie z Tadeuszem Laufrem ze szkoły muzycznej. Przestłuchał mnie i zaproponował naukę pod swoim kierunkiem. W siódmej i ósmej klasie dojeżdżałem już do Zbąszynia. Potem trzeba było zdecydować czy chcę iść dalej do liceum, czy nie. Zdecydowałem się na liceum muzyczne. W tym samym czasie grałem na trąbce, ale tylko w orkiestrze dętej, którą panowie z filharmonii założyli w szkole podstawowej numer 3 w Wolsztynie. Grał w niej też mój brat, na puzonie. Mój nauczyciel gry na trąbce był zły, że idę do klasy z akordeonem. Mówił mi wtedy: co ty będziesz robił po tym akordeonie, a po trąbce to przynajmniej w orkiestrze pograsz. Koledzy też się dziwili, a była końcówka lat

siedemdziesiątych, że wybrałem ten instrument, bo był znany tylko z imprez weselnych. Na świecie – we Włoszech, we Francji – był już wtedy traktowany poważnie. U nas pokutowało przekonanie, że jest biesiadny, dla grajków, do muzyki ludowej lub gry w domu na imieninach. Zdając wtedy do liceum muzycznego pomyślałem sobie, że mam program, który wymagany jest w szkole na akordeon, a na trąbkę nie. Akordeon spodobał mi się i mimo że koledzy się śmiali, wytrwałem przy nim.

To dzięki Panu akordeon stał się poważanym instrumentem w Polsce.

Nie tylko dzięki mnie, ale jako jeden z pierwszych zacząłem grać muzykę rozrywkową na akordeonie i to w sposób profesjonalny. W 1993 roku powstał zespół Musette Quartet, szybko zacząłem grać też koncerty w filharmoniach, jako solista z orkiestrą. To była końcówka lat 90. Chciałem udowodnić ludziom, że na akordeonie można grać profesjonalnie i to różnorodne gatunki muzyczne: jazz, muzykę francuską, a potem przyszło tango.

Teraz już nam jest trudno wyobrazić sobie muzykę francuską czy tango bez akordeonu.

Tango to jednak przede wszystkim bandoneon. Grając koncerty, często tłumaczę, na czym polega różnica między tymi instrumentami. Są zupełnie różne i trzeba od nowa uczyć się grać.

I tutaj też jest Pan pionierem.

Jako pierwszy w Polsce zacząłem grać na bandoneonie diatonicznym. To jest dokładnie ten instrument, na którym grają w Argentynie. Akordeoniści częściej grywają na bandoneonie chromatycznym i wtedy ustawienie instrumentów i sposób gry jest podobny.

Grał Pan też z Argentyńczykami?

Tak, kiedy byłem w Ameryce Południowej na przełomie grudnia i stycznia, to z nimi grałem. Myśleli, że jako Europejczyk gram na tym prostszym chromatycznym, kiedy dowiedzieli się, że gram na diatonicznym, byli zaskoczeni, szczególnie kiedy powiedziałem, że sam się nauczyłem grać. Udało mi się w Poznaniu zdobyć szkołę na bandoneon, starą niemiecką szkołę z 1925 roku, w której wyrysowany był schemat guzików i uczyłem się według tego. Dużo czasu poświęciłem, żeby to rozszyfrować i zapamiętać, gdzie są jakie dźwięki. Brzmienie tego instrumentu mnie zafascynowało i stwierdziłem, że muszę na nim grać. To jest zupełnie inny efekt, kiedy gra się tango, a szczególnie utwory Piazzolli.

Zaczęło się od Musette Quartet...

A potem bardzo szybko przeszło w New Musette Quartet,

kiedy w Poznaniu pojawił się Richard Galliano. Był rok 1997. Kiedy usłyszałem, jak i jaką muzykę gra, to byłem oczarowany. Kupiłem płytę, zacząłem szukać nut i samemu komponować w stylu new musette, bo przecież nazwa wywodzi się od francuskiego gatunku muzycznego.

Mam wrażenie, że żeby grać na akordeonie i bandoneonie trzeba mieć dużo siły. To wysiłkowa praca.

Trzeba mieć siłę. Gdy uczyłem się grać na bandoneonie, początkowo bardzo bolała mnie prawa ręka. W akordeonie zamyka go i otwiera jedną ręką, a tutaj nagle musiały pracować dwie. Gram na stojąco. Na bandoneonie – stojąc praktycznie na jednej nodze, więc potrzebne jest zachowanie równowagi. Trzeba to wszystko wypracować.

Bardzo dużo Pan koncertuje w Polsce i za granicą.

Nie tylko z New Musette, ale mam też kilka formacji tangowych, współpracuję cały czas z zespołem Hot Swings i do tego mam własne koncerty z orkiestrami symfonicznymi. Ostatnio też nagraliśmy nową płytę z Orkiestrą Amadeus z muzyką Piazzolli.

Jakiej muzyki Pan słucha?

Bardzo różnorodnej. Słucham skrzypków, trębacz, a nawet grających na harmonijce ustnej. Są niesamowici.

Ale nie chce Pan uczyć się grać na harmonijce?

Na harmonijce nie, ale uczę się grać na fletni pana. To też przywiozłem z Argentyny. Byliśmy tam z żoną w podróży poślubnej. Pojechaliśmy też na północ kraju do miejscowości Tilcara, gdzie chodziliśmy do miejscowego klubu muzycznego. Pierwszego dnia poznaliśmy muzyków miejscowego zespołu, grających właśnie na fletniach pana. Od razu nawiązaliśmy kontakt. Nie znam hiszpańskiego, ale jakoś udało nam się dogadać, że jestem muzykiem i chciałbym się nauczyć grać. Zapytałem tylko ile dni jeszcze jestem i stwierdzili, że mogę przychodzić codziennie na lekcje. I tak zjawiałem się o godz. 10 i ćwiczyłem. Kiedy spytałem, gdzie mogę kupić taki instrument, usłyszałem, że tutaj. Okazało się, że mój nauczyciel też je robi i zrobił egzemplarz specjalnie dla mnie. Mam instrument, tylko potrzebuję trochę czasu, żeby poćwiczyć. A mam nie tylko dużo koncertów, ale jest jeszcze sporo pracy przy ich organizacji. Dzisiaj muzyk musi być też marketingowcem, PR-owcem, producentem, kierowcą.

Jak Pan odpoczywa?

Chodzę na spacer. Mieszkamy na Morasku i mamy blisko las. Czasami uda nam się wyjechać gdzieś na chwilę. Jak jestem mocno zmęczony, to stosuję relaksacje przy specjalnej muzyce, która mnie wycisza. ■

KOBIETY W CONCORDII

ZDJĘCIA: PIEGOWATE KADRY

Ponad 150 kobiet, fantastyczna atmosfera i ciekawe prelekcje - tak w skrócie opisać można marcowe spotkanie Kobieta w roli głównej. Mariusz Łodyga opowiadał m.in. o tym czym jest branding personalny oraz biznesowy, jakie korzyści daje firmom silna marka osobista i biznesowa, a o talentach w biznesie mówiła Anna Tomala. „Sukces po poznańsku” jest patronem medialnym wydarzenia. Sponsor główny: Bank BNP Paribas. Partnerzy: Toyota Poznań Centrum, CAN-DEO Clinic Poznań, Chic Optique Salon Optyczny, Gehwol PL, Depicenter.

Anna Szajerska, Anna Berdowska - dziękujemy za zaproszenie. ■



W ZACISZU

ZDJĘCIA: @WALENCZEWSKIARTSTUDIO



Twoje Zacisze Baranowo, przy ulicy Szamotulskiej 41 w Baranowie, to miejsce w którym na chwilę można się zatrzymać. Piękne wnętrza i przemiłe dziewczyny wprowadzają w inny świat - świat relaksu. Mogliśmy się o tym przekonać podczas dnia otwartego, gdzie prezentowano nowe gabinety i zabiegi. Każda z pań, która odwiedziła Twoje Zacisze Baranowo zobaczyła jak działa Ulfit, czyli technologia bezinwazyjnego liftingu, która daje efekt już po jednym zabiegu. Drugą prezentowaną technologią był zabieg oczyszczający, idealny na wiosnę i lato - Aquapure. Pyszne przekąski przygotowała Restauracja Lumière.

Dziękujemy za zaproszenie. ■



NAJLEPSI W CHMURACH

Po raz pierwszy w historii to w Poznaniu, na Międzynarodowych Targach Poznańskich, odbyła się oficjalna gala kończąca plebiscyt na Najlepszą Linie Lotniczą 2018. „The CEESAR Awards” powędrowały do: PLL LOT, Lufthansa i Wizz Air, które zostały uznane przez pasażerów za najlepsze w Europie Środkowo-Wschodniej linie lotnicze 2018 roku. Gospodarzem wydarzenia był Port Lotniczy Poznań-Ławica.

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

C oroczny ranking „The CEESAR Awards”, jest najważniejszym rankingiem branży lotniczej od 2004 roku i odzwierciedla prawdziwe opinie zweryfikowanych klientów. Pasażerowie, którzy odbyli rejs daną linią, oceniali jej usługi w siedmiu szczegółowych kategoriach. Ryanair wygrał w kategorii najlepszego stosunku jakości do ceny, PLL LOT – wskazany jako oferujący najlepszą odprawę i boarding. Przewoźnikiem o najwyższym komforcie i z najlepszą rozrywką na pokładzie wybrany został Emirates, a najlepszą załogą kabinową może się pochwalić Wizz Air. Najlepszą linią w kategorii „czystość” głosujący wybrali Lufthansę, podczas gdy Qatar Airways zaoferował, według nich, najlepszy catering na pokładzie. Swoje nagrody przyznała także powołana kapituła ekspercka, złożona ze specjalistów branży, biznesu i mediów reprezentujących kraje Europy Środkowo-Wschodniej. Nagrodę w kategorii „najlepsza oferta dla biznesu” otrzymała linia Qatar Airways. Za „wydarzenie roku 2018” uznano dynamiczny rozwój portu lotniczego w Budapeszcie. Lotnisko w stolicy Węgier otrzymało także wyróżnienie za rozbudowę. „Trasą roku” okazało się połączenie z Budapesztu do



Nowego Jorku uruchomione w maju ubiegłego roku przez PLL LOT. Nagrodę dla „menedżera roku” przyznano prezesowi i założycielowi Wizz Aira - Józsefowi Varádiemu, zaś uznanie za punktualność zyskał z kolei lotewski airBaltic. Wśród wyróżnionych znalazło się także miejsce dla polskiej firmy i - pośrednio - polskiego lotniska regionalnego. W kategorii „najlepsza nowa strefa handlowa” nagrodzono Baltonę i jej nowe sklepy w porcie lotniczym im. M. Kopernika we Wrocławiu. - Warto zaznaczyć, iż to wydarzenie organizowane jest w naszym mieście po raz pierwszy i jest najważniejszym w Polsce lotniczym wydarzeniem branżowym. Zaprosiliśmy do udziału w niej przedstawicieli branży lotniczej z całej Europy, przedstawicieli ministerstwa infrastruktury oraz władz lokalnych, a także media. Jest to zatem powód do dumy dla nas, dla pracowników, dla Zarządu lotniska, które w ubiegłym roku zanotowało rekordowe wyniki obsługi pasażerskiej i osiągnęło drugie miejsce w Europie pod względem dynamiki ruchu wśród portów obsługujących do 5 mln pasażerów - powiedział Mariusz Wiatrowski, prezes zarządu Lotniska Poznań-Ławica. ■



WYBRALIŚMY NAJPIĘKNIEJSZĄ

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Sylwia Jędrzak została Najpiękniejszą Panną Młodą 2019. Drugie miejsce zajęła Kamila Dudzińska trzecie - Natalia Malicka. Gala finałowa odbyła się w stylowych wnętrzach hotelu Blow Up Hall 5050.

Zwycięzcy otrzymała m. in. suknię ślubną od Amy Love Bridal, sesję od Dream Eye Studio, zaproszenie na makijaż od Studio Szminka, voucher na florystykę ślubną od INNA Studio, Zaczarowane warkocze zaopiekuje się włosami zwyciężczyni, koordynacją dnia ślubu zajmie się Weronika Mikołajczak z Agencji Spinki. Poza tym Sylwia Jędrzak dostała voucher na zakup bielizny od firmy Chabur, tort weselny od Papillon Torty Artystyczne, opiekę nad zdrowym i pięknym uśmiechem od dentista.pl, neon ślubny od firmy Bajzel, cudowny szlafrok z napisem BRIDE idealny na czas ślubnych przygotowań od Le Brate, zestaw do stylizacji paznokci od Neo Nail, voucher na zakupy w L'avenoir oraz piny dla wszystkich gości swojego wesela od Happy Pins.

Była to piąta edycja konkursu, organizowanego przez Romę Grzybek. Wieczór poprowadził doskonały Bartek Jędrzejak. Na zgromadzonych gości czekały upominki, m. in. smaczne i zdrowe przekąski od Foods by Ann, upominki od Instytutu Idea Fit & Spa, bony upominkowe od dentista.pl i niezwykle piny od Happy Pins. Panny Młode zaprezentowały się w 3 wyjściach. Pokazy przygotowała Basia Józefiak z Twoja Pesa. Podziwialiśmy kolekcję Niumi w połączeniu z obuwiem Apia oraz biżuterią od Ani Kruk, suknie wieczorowe od L'avenoir z biżuterią firmy Apart oraz w finałowym wyjściu w sukniach ślubnych z najnowszej kolekcji Amy Love Bridal w towarzystwie florystyki ślubnej od INNA Studio oraz biżuterii Apart. O nieskazitelne makijaże Finałowej dziesiątki zadbało Studio Szminka, zaś nienaganne fryzury wykonały profesjonalistki z Zaczarowane Warkocze. Wieczór uświetnił występ harfisty - Michała Zatora oraz Janji Lesar i Krzysztofa Hulboja. ■



QARSON VIP NIGHT

W salonie Qarson, przy ulicy Sucholeskiej 3 w Suchym Lesie, spotkali się przyjaciele, partnerzy i dziennikarze, którzy podzielili się rewolucyjną w Polsce ideą - pomysłem na samochód na abonament. Miejsce, w które wpisana jest długa motoryzacyjna historia (wcześniej działał tu salon Peugeot Ciesielczyk a następnie CIESIELCZYK Multisalon samochodowy) oficjalnie otworzyło nowy rozdział.

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT



Qarson powstał po to, by zmienić sposób, w jaki ludzie wybierają i kupują samochody - mówił podczas spotkania Damian Ciesielczyk, założyciel Qarsona.

Qarson posiada największą na świecie sieć sprzedaży aut na abonament w centrach handlowych. Punkty we Francji zlokalizowane są w 12 galeriach handlowych. W Polsce firma działa w Suchym Lesie koło Poznania, w samym Poznaniu (Galeria Poznań), Szczecinie (Galeria Galaxy), Gdańsku (Galeria Bałtycka) oraz Wrocławiu (Galeria Wrocławia). W najbliższym czasie Punkty Obsługi Sprzedaży otwarte będą również w galeriach handlowych w Warszawie (25 marca - Galeria Mokotów), Łodzi, Krakowie i Katowicach. Łącznie w 2019 roku w Polsce pojawi się 10 punktów w 8 miastach. - Upchnęliśmy na 20-30 metrach kwadratowych naszego Cyfrowego Salonu Sprzedaży dostęp do całej naszej palety samochodów. Mamy najwięcej technologii niż kiedykolwiek miało to miejsce w branży motoryzacyjnej - mówił Damian Ciesielczyk. ■





VARICO MA 30 LAT

W Hotelu Novotel uroczystie obchodziliśmy 30-lecie poznańskiej firmy Varico.

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Jubileuszowy wieczór był doskonałą okazją, żeby wspominać, pochwalić się sukcesami i opowiedzieć o planach na przyszłość. Obecni na gali klienci i partnerzy firmy Varico mieli okazję poznać cały zespół oraz skorzystać z porad specjalistów. Nie zabrakło urodzinowego tortu, życzeń, a także prezentów. Jedną z atrakcji była loteria wizytówkowa. Można było wygrać min.: przelot motolotnią czy voucher na menu degustacyjne dla dwóch osób. Firm Varico powstała w 1989 roku. Na co dzień zajmuje się produkcją specjalistycznego oprogramowania biznesowego, a także tworzeniem i wdrażaniem profesjonalnego oprogramowania finansowo-księgowego do obsługi sprzedaży i magazynów dla małych i średnich firm. ■





KOBIECE RYTUAŁY PIĘKNA

To było wyjątkowe popołudnie w SPA 1306 na Termach Maltańskich. W pięknych orientalnych wnętrzach zebrały się kobiety, które lubią o sobie zbadać.

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Uczestniczki oddały się w ręce stylistów fryzur z Wierzbicki & Schmidt Academy, którzy doradzali w kwestii koloryzacji i cięcia włosów. Skorzystały także z maseczki parafinowej na dłonie. Zobaczyły spektakularne efekty zabiegu bankietowego GeneO+ oraz posłuchały o zaletach masażu ajurwedyjskiego. Poza tym mogły skorzystać z porad w atelier brafittingu, gdzie przymierzały najnowsze modele ekskluzywnej bielizny prezentowanej przez LovelyYou. Cukiernia Bezowa BEZA zadbała, by nie zabrakło przepysznych słodkości, a LYFE Diet o catering.

Na spotkaniu nie zabrakło wyjątkowych gości: blogerek SUPER SIZE XL Plus Size Model oraz Plus Size by Paula Perez, a także przedstawicielek Klubu Kobiet Przedsiębiorczych. Voyager Group, jako jeden z Partnerów wydarzenia, zaprosił uczestniczki na przejażdżkę Alfą Romeo. O wiosenny wystrój wnętrza zadbała kwiatarnia Villa Prestige, co tylko podkreślało magiczną atmosferę całego wydarzenia. ■





TŁUMY NA TARGACH

ZDJĘCIA: NOWY ADRES SA

Ponad 140 wystawców, 20 godzin seminariów i Strefa Porad, 5500 metrów kwadratowych powierzchni wystawienniczej i tysiące zwiedzających – tak w skrócie opisać można wiosenną edycję Targów Mieszkań i Domów w Poznaniu. „Sukces po poznańsku” był patronem medialnym wydarzenia. ■



KOBIETY MĘŻCZYZNOM

TEKST I ZDJĘCIA: JULIUSZ PODOLSKI

Tak to był strzał w dziesiątkę. Dałem się trafić i dotarłem 9 marca do wyjątkowego lokalu Shimai Sushi & Asian Food. Jego wyjątkowość polega na tym, że jest najmłodszą „suszarnią” w aglomeracji Poznania, ale także to jedyny lokal, gdzie rządzą kobiety. Pięć kobiet. To cała ekipa lokalu! Wieczór z okazji Dnia Mężczyzny był bardzo udany. Bardzo dobre sushi np. rolki z wołowiną oraz ciepła kuchnia serwowana w towarzystwie whisky. Degustacja poprowadził Mikołaj Rzeźnik – wielbiciel i koneser szkockiej Whisky. Atmosfera była wyjątkowa dzięki Paulinie Korus, Natalii Czajkowskiej-Kulza, Joannie Klisz, Marzenie Urbaniak, Renacie Antos. ■





KLUB STAREGO BROWARU

ZDJĘCIA: SŁAWOMIR BRANDT

Za nami 13. edycja Klubu Starego Browaru. Wydarzenie poprowadziły Prezes Spółki Zarządzającej Starym Browarem Magdalena Kowalak i Dyrektor Blow Up Hall 5050 Hotel Marta Klepka. Mieliśmy okazję zobaczyć pokazy m. in.: APLA, Blu Blu, Clodi, Gehwol, GERRY WEBER, Jack Wolfskin Polska, Nike, Pepe Jeans London, VAN GRAAF, Venezia, W. KRUK, 303 Avenue, ANGELL, ANIA KRUK, Vistula Wólczanka, Apart, Deni Cler, Milano, GUESS HIGH, L'avenoir, YES. Choreografię przygotowała Katarzyna Sokołowska, a wykład motywacyjny Paulina Smaszcz – Kurzajewska. Partnerzy: Porsche, Dentista.pl, Dottore. ■



PATOLOGIE W BIZNESIE

ZDJĘCIA: EMILIA STASZKÓW

Na Męski Czwartek organizatorzy zaprosili także kobiety z Klubu Kobiet Przedsiębiorczych. Uczestnicy słuchali Radka Drzewieckiego, który opowiadał o tym jak wyeliminować pięć patologii biznesowych w firmach. Okazuje się, że tylko 14% osób w Polsce odczuwa satysfakcję z pracy a większość nie poleciłaby swojego pracodawcy. Bardzo ciekawy i inspirujący wykład. ■



ATUTY KOBIECOŚCI

ZDJĘCIA: DREAM EYE STUDIO

W City Park Hotel & Residence odbył się wyjątkowo kobiecy wieczór – Atuty Kobiecości. Roma Grzybek, organizatorka wydarzenia, zadbała o to, by niczego nam nie zabrakło. Było coś o makijażu, pielęgnacji skóry, o pięknym uśmiechu opowiadał prof. dr hab. Wiesław Hędzulek, były też warsztaty z biżuterii floralnej i pyszną przekąskami od Cappuccina Cukiernia Łodziarnia. Naszą redakcję reprezentowała Beata Pacyńska. Podziękowania dla: INNA Studio, CANDEO Clinic Poznań, MANI LA 88, Studio Szminka, Kontigo. ■



GALERIA PIĘKNA

ZDJĘCIA:
SŁAWOMIR BRANDT

Morasko Interiors, zaprasza do siebie miłośników przedmiotów, które mają duszę. W galerii, przy ulicy Huby Moraskie 31, kryją się prawdziwe dzieła sztuki. Mogliśmy je obejrzeć podczas dnia otwartego, za co serdecznie dziękujemy a Państwa zapraszamy na stronę www.moraskointeriors.pl. ■





DZIEŃ KOBIET VOLVO

Tegoroczna, dziewiąta edycja DNIA KOBIET

VOLVO upłynęła pod hasłem #lagom.

Zaproszeni Goście mieli okazję poznania bliżej szwedzkiej sztuki życia w harmonii.

ZDJĘCIA: VOLVO FIRMA KARLIK

Ponad 200 wyjątkowych kobiet spotkało się w salonie Volvo Firma Karlik w Baranowie, by świętować wspólnie Dzień Kobiet. Wśród nich ambasadorka marki Grażyna Wolszczak oraz Anna Orska i Paulina Smaszcz-Kurzajewska. Inicjatorką kobiecych spotkań jest Joanna Karlik-Knocińska, a motywem przewodnim tegorocznej, dziewiątej edycji, była szwedzka filozofia #lagom. ■



BIUROWCE/MIEJSCA PRACY

Baltic Tower	ul. Skoszewicza 22, Poznań
Bum Wętkopolski i Iny Lekarski	ul. Nowowiejskiego 51, Poznań
Cmy Park Poznań Sp. z o.o. Sp. k.	ul. Właski 1, Poznań
idea kurdys sp. z o.o.	ul. Leszczyńska 54, Poznań
K9 Office	ul. Kępczewska 9, Poznań
Kolegi Wielkopolskie Sp. z o.o.	ul. Śledziewa 5, Poznań
Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe JFC Saco Trzeasak	ul. Samowiejska 40, Poznań
Quadro Office – Monday Development	ul. Pądlowska 166, Poznań
Radio Emaus	ul. Chartnowa 5, Poznań
Regulatory oddział Polkbiu by Biogichy Rewidowon w Poznaniu	ul. Awanskiego 1, Poznań
Stowarzyszenie Księgowych w Polsce Oddział Wielkopolski w Poznaniu	ul. Ziębicka 18, Poznań
Stowarzyszenie Ma Tak – organizacja przytułu publicznego	ul. Płomska 15, Poznań
Victoria Business Center	ul. Strzelecka 49, Poznań
Wielkopolska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości	ul. Pekary 19, Poznań
Wielkopolski Oddział Krajowej Izby Doradców Podatkowych	ul. Romana Maya 1, Poznań
Wielkopolski Związek Pracodawców LEWIAK	ul. Gmunkańska 104, Poznań
Winogradi Business Center	ul. Solidarności 46, Poznań
Wyższa Szkoła Bankowa	ul. Powstańców Wielkopolskich 5, Poznań

DLA MAMY I MALUCHA

Akademia Aktywny Rodziny	ul. Nad Potokiem 27/23, Poznań
Akademia Mamy i Taty	os. Przyjaźni 129, Poznań
Akademia Przedszkolaka Zestony Skon	os. Bałowego 79/2, Poznań
Alma Mater	ul. Garbarskiej 57, Poznań
Babyboom i s. Cicha Rodzenia	Sokółkinek D, Słubuska 5
	ul. Szwarczewska 6
	ul. Różana 28 lok. 32, Kołonia
Bezpłatna Macierowska Szkoła Rodzenia	ul. Borowska 15, Poznań
Bezpłatna Szkoła Rodzenia Barnimowa	ul. Gołk 17, Poznań
Bezpłatna Szkoła Rodzenia DzieciOK	ul. Katowicka 50/50A, Poznań
Bezpłatna Szkoła Rodzenia German	
	ul. Śleszczyńskiego 100/102, Swarzędz
Bezpłatna szkoła rodzenia Mama i ja	ul. Rochanowskiego 6, Poznań
Bezpłatna Szkoła Rodzenia Pokoju z Sercem	
	ul. Mickiewicza 5/2, Poznań
Bezpłatna Szkoła Rodzenia Wspaniałej Początek Estera Michalak	
	ul. Romantka 69, Zagorzów
Centrum Samorządowy Głodek	ul. Mickiewicza 27/4, Poznań
CMOM	ul. Piłkarski 6, Poznań
Dobry Początek – Klub dla Rodzin	os. Powstańców Włocławczy 61, Poznań
Dwujęzyczny – Angielskojęzyczne Przedszkole Montessori Poznań	
	ul. Dąbrowskiego 25/27b, Poznań
Jasna Zabawka	ul. Poznańska 108, Galeria Malinowa 53/53a
Lawendowa Szkoła Rodzenia	ul. Wschodnia 25/24, Luboń
LUX MED Szkoła Rodzenia w Poznaniu	ul. Rosocheńska 18, Poznań
Malinowa Szkoła Rodzenia	ul. Wyperskiego 13, Kołonia
Malinowa Szkoła Rodzenia	ul. St. Waryńskiego 13, Poznań
Mamunek Szkoła Rodzenia	ul. Ratajskiej 35, Poznań
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Polica – Ginekologicznej Szkoła Rodzenia	ul. Rybna 30 lok. 5, Gniezno
Oficjalna Szkoła Rodzenia z Elementami Jogi	
	ul. Jerozolimskiego 8, Poznań
Palmerina Poznańska	ul. Matejki 18, Poznań
Papuga – Szkoła językowa dla dzieci i młodzieży	
	ul. Szkołowa 22, Poznań
Papuga – Szkoła językowa dla dzieci i młodzieży	
	ul. Strzeszyńska 224, Poznań
Papuga – Szkoła językowa dla dzieci i młodzieży	
	os. Leśna 43, Poznań
Papuga – Szkoła językowa dla dzieci i młodzieży	
	os. Sobieskiego 52, Poznań
Renax, Grykowska R.	ul. Złotopaska 54, Poznań
Szkoła Rodzenia	ul. Sarmacka 9, Poznań
Szkoła Rodzenia przy Ginekologiczno-Pokrocznym Szpitalu Kliniczno-gyn. im. Karola Marcinkowskiego	ul. Polna 33, Poznań
Szkoła Rodzenia Famalka	ul. Gonia Władysława 99/1, Poznań
Szkoła Rodzenia Frenkel	ul. Małe Garbary 2, Poznań
Szkoła Rodzenia Grybowski	ul. Nałęczowska 21, Poznań
Szkoła Rodzenia im. Mariagrody Yeogobaner	ul. Św. Rodki 17, Poznań
Szkoła Rodzenia ULA	ul. Dolna Włókna 87/87b, Poznań
Szkoła Rodzenia Mama Gapi	ul. Marcinowska 98B lok. 312, Poznań
Szkoła Rodzenia Marzanny Włczak	ul. Sowiewska 47/47, Poznań
Szkoła Rodzenia Nadzieja	ul. Koscielna 2, Oborniki
Szkoła Rodzenia przy POKODEM, pl. mediatkaAMA	
	ul. Maryczka 21, Kołonia
Szkoła Rodzenia Synwodem Macierzystym	Młoczniki 12a, Poznań
TatkoSzkoła, pl. Szkoła Rodzenia Wspaniałej dla Taty	
	ul. Dąbrowskiego 13, Poznań
Zaczarowany Las	ul. Szamotulska 14, Kołonia
ZERO-PIEC Fundacja na rzecz zdrowia psychicznego małych dzieci	
	ul. Sarmacka 67, Poznań

DLA SENIORA

Klub Kółek Przedsiębiorczych	ul. Złazyszyńska 7/9, Poznań
Klub Seniora	ul. Palacza 7, Poznań

Klub Seniors B2

Klub Seniorsa Auto-mobilklubu Wielkopolski	ul. Towarowa 35/37, Poznań
Klub Seniorsa Baranbka	ul. Dmowskiego 37, Poznań
Klub Seniorsa Batory	os. Stefana Batoryego 52A, Poznań
Klub Seniorsa Bydych Pracowników TV Półka S.A.	ul. Świerbia 8, Poznań
Klub Seniorsa Cyfinka	ul. Warszawska 93/95, Poznań
Klub Seniorsa Feniks	os. Polan 100, Poznań
Klub Seniorsa Herman	os. Sobieskiego 52, Poznań
Klub Seniorsa Jarzębinka	os. Jagiellońskie 170/20, Poznań
Klub Seniorsa Jaszcz	ul. Słowackiego 19/21, Poznań
Klub Seniorsa Jabłotki	os. Tysiąclecia 4/5, Poznań
Klub Seniorsa Kaperka	ul. Galiłęusza 8, Poznań
Klub Seniorsa Nike	os. Zwycięstwa 25 F, Poznań
Klub Seniorsa Piastun	os. Piastowskie 104, Poznań
Klub Seniorsa PKPS Włdka	ul. Przemysłowa 45, Poznań
Klub Seniorsa Promieni Anioła	ul. Podkaska 10, Poznań
Klub Seniorsa Podkajgawę Szwerni Rzeź	os. Widłowe-Włgżne 130, Poznań
Klub Seniorsa Polmehani Poznaniokij	
Pl. Maria Skłodowskiej Curie 5, Poznań	
Klub Seniorsa przy ODK Stenka	ul. Gmynna 19, Poznań
Klub Seniorsa przy parafii p. w. Maryi Królowej	
	ul. Rynek Włdicka 4, Poznań
Klub Seniorsa przy Zarządzie Uogrywym Podlego Zgody Gromadz	
Rozsziwku Isowalidki	ul. Włrybska 5, Poznań
Klub Seniorsa Raszyn	ul. Rymarzewskiego 9, Poznań
Klub Seniorsa Rodzinka	os. Czacha 114, Poznań
Klub Seniorsa Słoneczko	os. Przyjaźni 1/20, Poznań
Klub Seniorsa Spokojnika Przysiani	os. Rusa 6, Poznań
Klub Seniorsa Tepez	os. Bohaterów Włpoy Światowej 26, Poznań
Klub Seniorsa U Salekzanów	ul. Poczetna 122, Poznań
Klub Seniorsa Unk. Jaszenu	ul. Rejzanta 20, Poznań
Klub Seniorsa Ułmęchaj ag	os. Dmianalskiego 32, Poznań
Klub Seniorsa Włgor	os. Orła Białego 5, Poznań
Klub Seniorsa Włpa	ul. Hangarowa 14, Poznań
Klub Spółdzielni Mieszkaniowej Rondio	
	ul. Przechowczewego 56, Poznań

臣等伏查

Adam Szuła Barber	os. Stare Żegrze 38, Poznań
Ad Hair Team	ul. Gruchowa 363, Poznań
Akademia Wierzbicki & Schmidt	ul. Ostrowska 364, Poznań
Akademik S. C.	ul. Wolska 4, Poznań
Artur Raczewski Hair Brand	Stawieckiego 20, Poznań
Artel Pracownia Fryzjerska	ul. Różana 572, Poznań
Bestbar barber & shop	Garbary 48/2, Poznań
Black Moon	Os. Jagiellońskie 69, Poznań
DAMIAN SALON Damian Walendowski	ul. Zgoda 30 e, Poznań
Dworek Barber Shop Poznań	ul. Palacza 131/3, Poznań
Fryzjer Barber Shop	ul. Kwatowa 10, Poznań
Hair Facear Salon S. c.	Kryniewska 5, Poznań
HMMK barber & studio	ul. Św. Marcin 29, Poznań
Ladyette SALON EXPERT	ul. Rybnicka 114, Przemysłowa 10, Poznań
Le Grand Salon	ul. Koza 15, Poznań
Le Grand Salon Akademia	ul. Łagoda 2, Poznań
LEVEL X Salon Fryzjerski	ul. Św. Marcin 24, Poznań
Master Salon Fryzjerska	ul. Gołda-Włda 83, Poznań
Miechod Drop Stylizacja Fryzur	ul. Warszawska 84A, Poznań
Pasekcy	ul. Bułowska 74/113, Poznań
Pasekcy	ul. Hermińska 22, Poznań
Pracownia Fryzjerska Carfax	ul. Wesoła 20 (Głogowy), Poznań
Pracownia Fryzjerska CZESANKA	ul. Delfina Włda 87, Poznań
Salon Fryzjerska Bo W Nie Ma Swój Głos	ul. Koscielna 44, Poznań
Salon Fryzjerska BROHEK 3	ul. Wodna 22, Poznań
Salon Tupper	ul. Chwałowa 17, Poznań
Salon Venus	os. Piastowskie 40, Poznań
Samus SPA	ul. Nad Seganią 3, Poznań
Scarface Barber	ul. Wesołowska 2, Poznań

KULTURA

Biblioteka Puzynskiego Towarzystwa Przyjaciół Nauk	ul. Wielkiego 77/79, Poznań
Biblioteka Raczynskich	ul. Maciejowska 19, Poznań
Centrum Kultury Zamiek	ul. Św. Marcin 50/52, Poznań
Centrum Sztuki Doświadczalnej w Poznaniu	ul. Świętej Marcin 80/82, Poznań
Dom Kultury Joga	Newowielkiego 3, Poznań
Dom Kultury Osiedla Rusa	os. Rusa 79/10, Poznań
Dom Kultury Polan SWK	os. Polan 100, Poznań
Dom Kultury Wroczeła k	ul. Wroczeła 6/8, Poznań
Dom Kultury Złotej Jesieni (Fala Jagiellońska)	os. Powstań Marosowskich 33, Poznań
Don Prestige Residence	ul. Św. Marcin 2, Poznań
Estrada Poznańskich	ul. Maciejowska 8, Poznań
Fifu Fifu centrum kreatywnych warsztatów dla dzieci	Teatrowa 20, Poznań
Filharmonia Poznańska	ul. Św. Marcin 81, Poznań
Galeria Yes	ul. Podwaleńskiego 7, Poznań
Jagiellońska. Dom Kultury	os. Jagiellońska 110, Poznań
Jednostka. Dom Kultury	os. Armii Krajowej 107, Poznań
Kino BULGARSKA 19	ul. Bułgarska 19, Poznań
Kino MALTA Charlie Monroe	ul. Rybalska 64, Poznań
Kino RIALTO	ul. Dąbrowskiego 38, Poznań

43-6160 CYBARKA

Klub Integracyjny Młodzieży Sprawnej (Kluczowy Azyl)	os. Cicha Bratęgo 66/6, Poznań
Kopernik. Klub Osiedlowy	ul. Galileusza 8, Poznań
Kring. Klub Osiedlowy	ul. Osmowskiego 37, Poznań
Młodzieżowy Dom Kultury nr 1	ul. Długa Dębowa 124, Poznań
Młodzieżowy Dom Kultury nr 2	ul. Za Cytadellą 128, Poznań
Młodzieżowy Dom Kultury nr 3	ul. Jarmachowski 5, Poznań
Na Pięterku. Klub Osiedlowy	os. Bałachowa 18, Poznań
Na Skarpie. Osiedlowy Dom Kultury	os. Piastowski 109, Poznań
Orleń. Osiedlowy Dom Kultury	os. Kosmonautów 118, Poznań
Osie-Gniazdo. Osiedlowy Dom Kultury	os. Lecha 43, Poznań
Osiedlowy Dom Kultury WIKTORIA	os. Zwycięstwa 115, Poznań
Osiedlowy Klub Komosa	os. Bolesława Śmiałego paw. 104, Poznań
Przybudowane Centrum Kultury Dąbrowka	os. Bolesława Śmiałego 117, Poznań
Pod Lipami. Osiedlowy Dom Kultury	os. Pod Lipami 106a, Poznań
Różn. Klub Osiedlowy	ul. Rymarskiego 9, Poznań
Szkół Kulturolny	ul. Szamarskiego 6/6, Poznań
Słońce. Osiedlowy Dom Kultury	os. Przyjaźni paw. 126, Poznań
Stołeczka. Dom Kultury	ul. Cymowa 11, Poznań
Teatr Młodoży w Poznaniu	ul. Młodzieżowych 16, Poznań
Teatr Młowy im. Tadeusza Kościńskiego w Poznaniu	ul. J. H. Dąbrowskiego 5, Poznań
Teatr Polska w Poznaniu	ul. 27 Grudnia 8/10, Poznań
Teatr Włosek. Stowarz. Amatorów w Poznaniu	ul. Fredry 9, Poznań
Ni Przyjaciel Kwamiu! Klub Teatr	ul. Międzybójskiego 27/29, Poznań
V.A. Gallery	ul. Wierzbowa 162 Wysogów, Poznań
Wojewódzka Biblioteka Publiczna Centrum Animacji Kultury – Poznań	ul. Prusa 3, Poznań

MODA & DESIGN

CHABIR	ul. Ks. Kęgla 4, Środa Wlkp.
GABRIEL	Paruciszka Janiny Lewandowskiej 16, Poznań
HERBERG	ul. Głogowska 45, Poznań
HERBERG	ul. Zamieńska 133, Poznań
Magda Hasiak	ul. Zwierzyniecka 7, Poznań
MEDEATECHNIKA MIĘDZYNA RODOWA LUBEC	ul. Łoszowa 94, Poznań
METER	Galeria Handlowa City Park
	ul. Stanisława Wyspiańskiego 26A, Poznań
400khat Collection	ul. Kępcza 18, Poznań
Nowakowski S. C.	ul. Wszeźka 17, Poznań
Optyk peakary 16	ul. Piekary 16/101, Poznań
Pracownia sztuki i druków STACHOWSKA	ul. Dobrzecka 16B, Poznań
Projekt Innowa Rydzewicz	ul. Strzałkowska 117/2A, Poznań
Salon bielizny ONLYHER	ul. Dąbrowskiego 33, Poznań
Sofia & Friends	Czechosławska 104, Poznań
Swierzeja Home Sp. z o.o.	ul. Wszystkich Świętych 44, Poznań
VERGEL	Rynek Jeżycki 3, Poznań
VIA PROMODA Pasaz Rondo	ul. Zamieńska 133, Poznań
VIA PROMODA Piata i Paweł	Dąbrowskiego/Tatarska
	ul. Tatarska 1/5, Poznań
VIA PROMODA Piata i Paweł Promenada	ul. Promenada 160, Poznań
Wielkopolska Goetia Gdzieżnowa	ul. Głogowska 248, Poznań
ZAWA	ul. Wilejska 55A, Koszęcin

MOTORYZACJA

Auto Centrum Poznań Lwica	ul. Bukowska 287 a, Poznań
Auto Centrum	ul. Włocławskiego 7-17, Poznań
Auto Club Peugeot	ul. Opatkowi 15, Poznań
Auto Wache Kozł Włoch	ul. Wrocławska 101, Baranowo - Przemysłowo-Przemysłowa
Auto Wache sp. z o.o.	ul. Rolna 29, Baranowo - Przemysłowo-Przemysłowa
Auto-Watan	ul. Chłomska 4, Jeleniok k. Poznań, Suchy Las k. Poznań
Beadring Drivng City	Beadring 17, Polakowice, Poznań
Bieno Motors	ul. Opatkowi 19, Poznań
Bieno Motors	ul. Wrocławska 101, Poznań
Bieno Motors salon FordStore	ul. Bukowska 146, Poznań
Bredykowski Sp. z o.o.	ul. Chłomska 27, Poznań
CARIS CARE & MORE	ul. Bukowska 41, Dąbrowa k. Poznań
CENTRUM POZNAŃSKI	ul. 1 Wągrowy 9, Poznań - Kamieniec
CENTRUM POZNAŃSKI	ul. 1 Wągrowy 7, Poznań - Kamieniec
CENTRUM POZNAŃSKI VOLKSWAGEN	ul. 1 Wągrowy 9, Poznań - Kamieniec
DEALER Dzierżewski Sp. z o.o. sp. k.	ul. Główna 330, Poznań
DLK s.c.	ul. Sładowa 17, Przemysłowa

1999-2000 220000

Firma Karle – Salon Honda	ul. Alpea, Baranówka 4, Poznań
Firma Karle – Salon Volvo, ul. Pomorska 30, Raciborskie Poznańskie	
Gema Geseleczky Sp. z o.o.	ul. Suchbalka 3, Suchy ząb
Hartley-Davieson	ul. Świętego Michała 62, Poznań
BKCHCA – Dealer BMW / AHHI	ul. Wschodnia 9, Swarzędz
Artur Jaszczyszyn Salon JAGUAR	ul. Pomorska 30, Poznań Baranowska
Karlów Oleś	ul. Baranowska 4, Poznań
GRUPA Ośrodek – Dealer Volkswagen	ul. Pomorska 33, Poznań Baranowska
Kubicki Auto Lama Sp. J.	ul. Ołomska 4, Trzcin, Suchy ząb
Lenart Poznań	ul. Lechnicka 7, Poznań
Marcel Sp. z o.o.	ul. Ołomska 223, Poznań
AKTYOWYCE INDIAN – Y CRUISER	ul. Bałgarska 31/65, Poznań
Russan Polady	ul. Tymienieckiego 38, Poznań
Opel Spot	ul. Wyzwolenia 191, Swarzędz-Jaców
Pier Smarowski Spółka sp. z Dealer BMW	ul. Ołomska 223, Poznań
Papias Wyposażenie	ul. Armii Poznań 37, Łoborz

Pawelec Młota

PIELUSZYŃSKA Sp. z o.o.	ul. Okrzejska 132, Suchy Bąk
PolCar	ul. Gorczyława 9, Poznań
PolCar	ul. Wierzbiewicza 4A, Poznań
Polskie Interium Polska sp. z o.o. Polskie Centrum Poznań	ul. Wławszowska 67, Poznań
Polskie Poznań Franchise	ul. Brzeska 4 Krzywoustego 70, Poznań
PORSCHE POLSKA WÓZKOWNIA Volkswagen	ul. Kanonicza 40/42, Poznań
Porsche Poznań Okręgowa SKODA	ul. Okrzejska 249, Poznań
Ragna Cars Sp. z o.o.	ul. Brzuchalskiego 2, Poznań
Raspesie Wroclawskie	ul. Włocławska 5, Poznań
Salon Subaru	ul. Dybowskięgo 519 A, Poznań
Sopot sp. z o.o. Salon Citroen	ul. Wierzyńska 174, Swarzędz
Sopot sp. z o.o. Salon HYUNDAI	ul. Wierzyńska 174, Swarzędz
Toyota Benkowski	ul. Piłsudskiego 2, Komorniki
Toyota Centrum Poznań	ul. Bobrzańska 5, Poznań
RYNIA WIELKA	ul. Okrzejska 132, Suchy Bąk
Voyager Group sp. z o.o. Autoryzowany Dealer i Service	ul. Sw. Mikołaja 20, Poznań

НА СЛОБОДУ

Adam's Cafe	ul. Matejki 62, Poznań
Artisan	ul. Świniara 9, Poznań
Baculum	ul. Włosa 21, Poznań
CACAO Republika	pl. Zamkowa 7, Poznań
Cafe Da Vinco	pl. Wolności 10, Poznań
Cafe Lenninec	ha Murawie 3A, Poznań
Caffe Lawka	ul. Żydowska 8, Poznań
Cacioci Paj	ul. Włoczyńska 3, Poznań
COSTA COFFEE	ul. Dworcowa 2, Poznań
COSTA COFFEE	ul. Stary Rynek 53/54/55 ul. Świeżychawki 12, Poznań
COSTA COFFEE Alitalia Poznań	ul. Alitaliańska 1, Poznań
COSTA COFFEE Poznań	ul. Pleszczeńska 1, Poznań
Cukier Powder	ul. Słowackiego 18, Poznań
Cukiernia Kankuliska – Auchan Komorniki	ul. Głogowska 432, Poznań
Cukiernia Kankuliska – Auchan Swarzędz	

will sync

Cukiernia Kandulski – Górczyńska 34	ul. Górczyńska 132/140, Poznań
Cukiernia Kandulski – King Gess Marcelin	ul. Różkowska 156, Poznań
Cukiernia Kandulski – Plaza	ul. Brzuchdzkiego 2, Poznań
Cukiernia Kandulski Cafe – Stary Browar	ul. Patkowskiego (pierwszy lokal po prawej stronie), Poznań
Cukiernia Karpisko	Obłogoszewska 33, Poznań
Cukiernia Karkutalska	os. Piastowska 64, Poznań
Cukiernia Pawława	Wawrzynska 21A/B, Poznań
Cukiernia Sowa, Jelenia Poznań	ul. Matyja 2, Poznań
Cukiernia Sowa, G4 Panoramic	ul. Górska 30, Poznań
Cukiernia Sowa, A1 Centrum Handlowe	ul. Świączkarska 14, Poznań
Cukiernia Sowa, Mała Poznań	ul. Malarzka 1, Poznań
Cukiernia Sowa, Stary Browar	ul. Pohlewska 42, Poznań
Cukiernia Wroniecka 17	ul. Wroniecka 17, Poznań
Delikatesy Zagrodzka	ul. Wargalska 28/A, Poznań
Family Cafe	ul. Grunwaldzka 136, Poznań
Francuski Łącznik. Cukiernia Janaki-Korobkiewicz	ul. Matejko 67, Poznań
Geranium Caffè	ul. Romka Strzalskowskiego 15/16, Poznań
Golebiewski, Golebiewski	ul. Włoka 31, Poznań
Kombinat	ul. Kościelna 48, Poznań
Lulu Cafe Lounge Avenida Poznań	ul. Matyja 2, Poznań
MEDICAN	ul. Kramarska 19, Poznań
Minister Cafe	ul. Rajczaka 34, Poznań
Moga	ul. Golebiewa 1, Poznań
Parle Patisserie	ul. Gumnulowska 35C, Poznań
SOFA Cafe & Lounge	ul. Żydowska 30, Poznań
Soho	ul. Wroniecka 2/3, Poznań
STARBUCKS CAFE	ul. Dworcowa 2, Poznań
STARBUCKS CAFE Rethly	ul. Rusewskiego 12, Poznań
STARBUCKS CAFE Plaza AAA	ul. Św. Marcina 24, Poznań
STARBUCKS CAFE Piasek	ul. Brzuchdzkiego 2, Poznań
STARBUCKS CAFE Posauna Armin	ul. Piasezewska 1, Poznań
STARBUCKS CAFE Stary Browar	ul. Pohlewska 42, Poznań
Stary Miłynek	ul. Żydowska 9, Poznań
WEDEL Pajzacki-Czekolady	ul. Piasezewska 1, Poznań
Wielkopolska Rawa Wypieki	ul. Kościelna 17/19, Poznań
Zakład Cukierny Pasterki Pętyła	ul. Piasezewska 25, Włocławek-Górczyńska

NA WYTBAWNIĘ

239	ul. Szczepieński 10/2, Poznań
12 Sports-Bar & Restaurant	ul. Bałgarska 17, Poznań
3 KIDORY	ul. Oboomska 55A, Siedlce Łask
4 Alternatywy	ul. Piskary 8, Poznań
77 Sushi	ul. Włostza 10, Poznań
ALExasmos	ul. Por. Janiny Lewandowskiej 9, Poznań
Art Sushi, Satory Browar	ul. Półnajska 42, Poznań
Bar a Boo	ul. Taczaka 11/2, Poznań
Bar a Boo	Jana Pawła II 14, Poznań
Bar a Boo Story Rynek Poznań	ul. Golebiewa 6, Poznań
Bazar Poznania S.A.	ul. Podrewniowska 8, Poznań
Bogostan	ul. Kosielska 21, Poznań
Bo Poznań	ul. Kosmosu 84, Poznań
Casa de Vinos	ul. Koszywienicka 5, Poznań
Cucinacia Cafe & Restaurant	ul. Świętosławskiego 9, Poznań
COPIK LOOK BOOK	ul. Kucharskiego 17/2h, Poznań

Acuna 83, City Park	ul. Wyspiarskiego 25a, Poznań	W Brame	ul. Fredry 7, Poznań
Cybina 12	ul. Cypryśka 132a, Poznań	Wazelinba	ul. Stary Rynek 78, Poznań
Czame Mleko	Dąbrowskiego 68, Poznań	Wieranda Stary Browar	ul. Piwniecka 42, Poznań
Czerwona Papryka	ul. Stary Rynek 49, Poznań	Whiskey in the Jar	ul. Stary Rynek 56, Poznań
Deliga	pl. Wolności 5, Poznań	Why Thai	ul. Kramarska 7, Poznań
Dwa Asy	ul. Malborka 116, Poznań	Whyśkie Lado	ul. Stary Rynek 77, Poznań
Dym	ul. Ostrowek 12, Poznań	Wine. Ba. Mieliysku	ul. Wesołowa 4, Poznań
Estalab	ul. Golębia 6, Poznań	Winiarnia Pod Czarnym Kielem	ul. Wolztrynska 1, Poznań
Egnot	ul. Wyszkowa 4 (City Park), Poznań	Wierzbowa Smakoch	ul. Poznańska 124, Poznań
Falla	ul. Wawrzynska 19, Poznań	Yasumi	ul. Libelta 14A, Poznań
FKB	ul. Grawolidska 512, Pleszewa	Yolche Poznań	ul. Kępczawska 6, Poznań
Fortezza	ul. Dworska 1, Poznań	Yoshi	ul. Wysoka 12, Poznań
Francuski Łącznik	pl. Spiski 1, Poznań	Yoshi Restaurant	ul. Roosenetta 22 (Kallity), Poznań
Fudge Flaboghy	ul. Długa 9/1, Poznań	Za Grogłą 5 (Kawamam)	ul. Za Grogłą 5, Poznań
Gajowa 12	ul. Gajowa 12, Poznań	Za Kulesami	ul. Wodna 24, Poznań
Geschelt	ul. Zdobowska 28, Poznań	ZeeDin Restaurant	ul. Zwierzyniecka 3, Poznań
Grobła 7	Grobła 7, Poznań		

Agencia	ul. Morasko 38, Poznań	NA ZDROWIE	
House of Taste Sp. z o.o.	Plac Niepodległości 46, Kórnik		
Humum	ul. Ostrowski 15, Poznań	AMOKAR Gallery Specjalistyczne	ul. Nowowiejska 13/21, Poznań
JOMETSU SUSHI	ul. Obornicka 85 (Galeria Sudoheko), Suchy Las	ASGD Centrum Zdrowia	ul. Mańdzewska 9-9A, Poznań
Kuchnia YEYCE	ul. Szamczarskiego 17, Poznań	BARTOSZ KUBASIK INDIWIDUALNA PRAKTYKA DENTYSTYCZNA	
Kuro by Panamo	ul. Wolności 8/9, Poznań		ul. Drzewoszewy 13, Poznań
Kyokan Sushi Bar	ul. Wolności 4, Poznań	BacMedika	ul. Gromowa 67, Poznań
La Bottega	ul. Św. Wojciecha 7/1, Poznań	BOL MEDICA Lekarz Specjalista	ul. Rybnicka 18, Przeciszewo
La Marca Italiano	ul. Ścianańska 23a, Poznań	Centrum Dermatologii Estetycznej LEWIS	ul. Wierzbowa 6 (przy Mostowym i Wierzbowej) Poznań
La Rambla Nova	ul. Wolność 5, Poznań	Centrum Medykover – Poznań/Wełta	ul. Alpa. A. Baranaka 88, Poznań
La Ruma	ul. Świdzka 3, Poznań	Centrum Medykover – Poznań/Plac Andersa	pl. Andersa 5, Poznań
Lars Lars wans Bistro Pub	ul. Wolności 4, Poznań	Centrum Medycyny Naturalnej Berta Rogus	ul. Poznańska 131/5, Skórczewo
Lavenda Gastro & Cafe	ul. Wolność 3, Poznań	Centrum Medyczne EHEB-MED S.A. Oddział specjalizacji: Poznański	pl. Wolności 4 ułówek 2, Poznań
Lejary Bestm&B, Stacy Benmar	ul. Pohowiecka 42, Poznań		
Lizawia H&PC Sp. z o.o.	ul. Bałtycka 79, Poznań		
Loft 46	Plac Niepodległości 46, Kórnik		

[illegible]

Restauracja Wodna 12	Wodna 12, Poznań	Klinika Okulistyczna Opatrzna Poznań	ul. Wnęgerska 8, Poznań
Restauracja-Browar BIEGŁY ALLE	ul. Pieszczańska 1, Poznań	Klinika ProMedica	ul. Świerzeje 16-6/196, Poznań
Rimini	ul. Stowuckiego 38H, Poznań	Klinika Promenista	ul. Promienista 98, Poznań
ROOM	ul. Stary Rynek 30/82, Poznań	Klinika Psychiatrii Dorosłych IIM w Poznaniu	Śpitalna 27/33, Poznań
Rozmarzoności	Placem 17, Młocznia Godnia	Klinika Rehabilitacji Kieferowej i Dermatologicznej AETERNA	
Rusalka Sarna Frajda	ul. Gólczyńska 27, Poznań		ul. Krzywosiekiego 72, Poznań
RYNEX 95	ul. Stary Rynek 95, Poznań	Klinika Uzdrowienia Pod Tętnosami m. Jana Pawła II	
Salon YOGUE	ul. Rybka 10, Poznań		ul. Warzełnicza 73, Giechocinek
Siedem Dzwon	ul. Różka 24, Biskupce Wilk	KLINIKA WETERYNARYJNA	ul. Narutowicza 68, Poznań
Skini Seafood	ul. Wyspiańskiego 26A/1, Poznań	Klinika Weterynaryjna dr. Grzegorz Wąsik	
Spice House	ul. Kraszewskiego 24, Poznań		ul. Księcia Mieszka II 18, Poznań
SPIN	ul. Dolna Włda 87, Poznań	MARUSZMEJ Sp. z o.o.	ul. K. Ubielna 26/18, Poznań
Suszone Pomidory	ul. Św. Ciesława 13, Poznań	MA-CLINIC	ul. Świętojózefa 6, Poznań
Suszysta Bistra	ul. Świętojózefa 12, Poznań	Med World Transport Specjalistyczny i Pogotowie Ratunkowe	ul. Żorża 9 lok. 3, Poznań
Sztos	ul. Żurawia 19, Poznań	MEDART – Ośrodek Diagnostyki i Leczenia Hipercholesterolu	
Tarys Tytadei	ul. Na Sienku 85		ul. Janiny Dmickowskiej 51, Poznań
(Park Tytadei, kółko toru rowernowego/Sawczakowskiego, prawa strona koło ulicy na Stoku/Swójkowski), Poznań			
TASARI restauracja	ul. Za Bramą 1, Poznań	MEDI PARTNER POZNAN	ul. Kołomyja 2, Poznań
Tawerna Guryńska	ul. Kantata 34/9, Poznań	Mediant Interystyl	ul. Kochanowskiego 17A, Poznań
Tbalgo	ul. Stowuckiego 33, Poznań	MEDICAIDENT I ZYRAEA ZEBALA	ul. Piłkowska 110, Poznań
Thomas i Pomidory	ul. Wojska Polskiego 84/1, Poznań	MEDICAIDENT I ZYRAEA ZEBALA	ul. Zabłotowska 45/3, Luboń
Toska Cantine	ul. Fredry 9 (tył Teatru Wielkiego), Poznań	Medical Prydzhe	ul. Barana 35, Poznań
U Rzeźników	ul. Kosińskiego 69, Poznań	Mediakolow	ul. Piłkowska 118, Poznań
Ulan Brann	ul. Wyguszańskiego 26, Poznań	MedPolisna	ul. Obornicka 262, Poznań
UMAMI SUSHI	ul. Wodna 7/2, Poznań	MedPolisna	ul. Stowuckiego 42, Poznań
Violet Sushi & Yakitori	ul. Świętej Maron 9, Poznań	NotMed Gabinet Lekarski	
Vina Fumodori	ul. Fredry 3, Poznań		ul. J. H. Dąbrowskiego 77A (Nobol Tower), Poznań

Neo Medica Centrum medyczne; PRO SPA Sp. z o.o.	Mazowiec Spa	ul. Hutkowskiego 22/114, Poznań	
ul. Swietlana 25, Poznań	NO GRANTY SPA	Grunwaldzka 519 S/33, Pleszewa	
Neurologiczny A202	ul. Fabiańskiego 46, Pleszewa	ODNOWA KLIMATU JEDNEGO DNIA	ul. Miła 21, Poznań
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MED-FAMILIA” Praktyka Lecznia Rodzinna	On. Bolesława Chrobrego 118, Poznań	Poznańskie	ul. Szupkai 31, Poznań
AS202 Endomedical	ul. Chłwińskiego 19a, Poznań	REGENERACJA i medycyna spa BATOROGA	os. Stefana Batorego 80A/1, Poznań
A202 Centrum Stomatologiczne i Endodont	ul. Magdala Strachna 25a, Poznań	REGENERACJA i medycyna spa SPOT	ul. Dłutwa 25/27, Poznań
A202 Klinika Grunwaldzka	ul. Grunwaldzka 324, Poznań	REGENERACJA i medycyna spa ULANSKA	ul. Włocławska 214/1, Poznań
A202 Klinika Grunwaldzka – PORADNIIE		Salon Fryzjersko-Kosmetyczny	ul. Kościelna 39 B, Poznań
ul. Złobkowska 446 (wyjście od ulicy Namysłowskiej);		Salon Saphora	ul. Łaskarska 5, Poznań
Poznańskie Centrum Otolaryngologii	ul. Straszewskiego 37, Poznań	Salon SPA Natura	ul. Grunowa 67, Poznań
Praktyka Weterynaryjna MY PET	os. 1000-lecia 30, Poznań	Salon Tindry	ul. Rybaków 12, Poznań
Przywitalna i Leznia CEFIRUS Sp. z o.o.	ul. Grunwaldzka 156, Poznań	Salon Urody Shenti	ul. Woltonowa 55A, Poznań
Przywitalna Leznia CEFIRUS Sp. z o.o.	ul. Dąbrowskiego 26a/280, Poznań	Salon Urody Shenti 2	os. Katowicka 53, Poznań
Przywitalna i Leznia CEFIRUS Sp. z o.o.	ul. Poznańska 15, Swarzędz	Salon z Ogródnem	ul. Limanowskiego 5/1, Poznań
Przywitalna Leznia CEFIRUS Sp. z o.o.	ul. Wierzyńskiego 6, Poznań	Solange Beauty & Spa	ul. Złotowska 41, Poznań
Przychodnia Lekarzy Rodzinnych LAWRICA – PLUS		SPASASHON	ul. Marcelińska 96b/209, Poznań
	ul. Burmistrzka 20a, Poznań	Studio Szermika	ul. Świętego Rocha 19F/18, Poznań

Przychodnia ORTOP	ul. Jacek Umińskiego 21, Poznań	W PODRÓŻY	
QMA Medycyna Estetyczna Michał Kosulski	ul. Marjańska 3/1, Poznań	Apartamenty Pomarańczarnia	ul. Rybitki 12, Poznań
Rehasport Clinic, C. A. Panonara	ul. Górecka 30, Poznań	Anes Hotel & SPA	ul. M. Zamorskiego 5, Ząbki/pole
SOLANED – CEIRURGIA PLASTYCZNA	ul. Wyrzyska 18, Poznań	Blow UP Hall	ul. Półwiejska 32, Poznań
SPM „Lamia DAY SPA”	ul. Czarnieckiego 56, Pleszewskowo	CAFE REGO	ul. Chłabrowa 27, Suchy Las
Synergy Clinic	ul. Koszowska 30, Poznań	City Park Hotel & Residence	ul. Wyspiańskiego 26A, Poznań
Spółka Św. Włocława Włocławskie Centrum Medyczne Sp. z o.o. S. K. K.	ul. Bolesława Krzywoustego 114, Poznań	City Soleil Boutique Hotel	ul. Wenecyjska 10, Poznań
VITALIFE CENTRUM ZDROWEGO STYLU ŻYCIA	ul. Zwernyńska 32/40, Poznań	Folkmark Wągrowo	ul. Pasmarska 2, Wągrowo/Kusim
WBSi Lekarze	ul. Giszowska 363, Poznań	FORMIDA HOTEL BUSINESS & SPA	ul. Jugenowa 10C, Arkońów
Wielkopolskie Centrum Onkologii Zakład Epidemiologii	ul. Górczyńska 15, Poznań	Gardena Boutique Hotel	ul. Wrocńska 24, Poznań
Wielkopolskie Centrum Promocji Zdrowia	ul. Górki 6, Poznań	Hotel Bartolomeo	ul. Świdowska 25, Poznań
Wielkopolskie Centrum Promocji Zdrowia	ul. Górki 6, Poznań	Hotel TEEY	ul. Światosławska 12, Poznań
Wielkopolskie Centrum Promocji Zdrowia	ul. Górki 6, Poznań	HOT „elena” ***HOTEL&SPA	ul. Akwarelowa 33, Pleszewskowo

	Hotel Barchynna Medical SPA	ul. Józefa Marchewki 96, Poznań
	Hôtel Barczyńska 12, Nekla	Barczyńska 12, Nekla
	Hôtel Bromavia	ul. Stary Rynek 73/74, Poznań
	Hôtel De Silva Premium Poznań	ul. Piłkarska 5, Poznań
	Hôtel Edison	ul. Wypoczynkowa 60, Baranówko Przemysłowo
	Hôtel Gaja	ul. Gajowa 12, Poznań
	Hôtel Golębiowski Karpatcz	ul. Marlonniska 84, Karpacz
	Hôtel Hemlex	ul. Sprawie 43A, Poznań
	Hétel IBB Andersza	pl. Andeśsa 5, Poznań
	Hétel IBIS	ul. Kazimierza Wielkiego 23, Poznań
	Hétel IBIS	ul. Kamaliwnia 3 /Forteczna, Sochy was
	Hétel IKAR	ul. Koszowoski 118, Poznań
	Hétel Inter Sport Sobieska	os. Jana III Sobieskiego 22g, Poznań
	Hétel Kaskada	ul. Międzyrzekajska 37, Poznań
	Hétel Kolegiado	Pl. Kolegiadski 5, Poznań
	Hétel Kispaq Jozeffa	ul. Ostrowska 351/393, Poznań
	Hétel Malta	ul. Braciowska 98, Poznań
	Hétel Namorownice	ul. Nararomównia 150, Poznań
	Hétel Nowystel	pl. Andeśsa 1, Poznań
	Hétel Novostel Poznań Malta	ul. Termalna 5, Poznań
	Hétel Olimpia	ul. Taborowa 8, Poznań
	Hétel Palazzo Rosso	ul. Gołębia 6, Poznań
	Hétel Park	ul. Anrybalaska Baraniaka 77, Poznań
	Hétel Rodan Sp. z o.o.	ul. Prazmńska 5d, Skrzyżnie Kamiń
	Hétel Rzymyska	ul. Arola Marcinkowskiego 22, Poznań
	Hétel Saffir	ul. Zmigredska 17/49, Poznań
	Hétel Sheraton Poznań	ul. Bukowińska 3/9, Poznań
	Hétel Simolanin	Smolarna 27, Trzcianka
	Hétel Staro Alamo	ul. Rybałki 36, Poznań
	Hétel Sunny	ul. Kawalewska 12, Poznań
	Hétel System Premium	ul. Żecicka 101, Poznań
	Hétel T&T	ul. Metalowa 4, Poznań
	Hétel Tango	ul. Zielonidska 84, Poznań

URODA			
Akademia Wizażystyka Maestro	ul. Bolesława Włda 6a/2, Poznań	Hotel Topaz	ul. 1 Maja 82, Biedonko
Agencia Instytut Zdrowia i Urody	ul. Włodowa 18, Poznań	Hotel Wawodwawia	ul. Głogowska 358a, Poznań
AGELER KOSMETOLOGIC COLO PANEL	Dąbrowskiego 98, Poznań	Hotel Włodo	ul. Bolna Włda 8, Poznań
Beauty Beauty Bar	ul. Karmienieogiska 5/1, Poznań	Hotel Zielone	ul. Samia 23, Poznań
DERMATIS	ul. Ryńska 146, Poznań	Karczma Podkonia i esia	Skajkowo 1a, Mosina
di Malgorzata Hendzel	ul. Promiennista 6, Poznań	Blondia i RTM Sp. z o.o.	Prusim 5, Kwidzyn
di Osadowska	ul. Morawskiego 2c, Poznań	Geota Chobienia c.	Chobienia 166, Siedlce
Edgar Nail Studio	ul. Filarska 7/3, Poznań	Palac Biedlewo	ul. Parkowa 1, Sępolewo
Esthetix - Studio Kosmetyki Profesjonalnej		Palac Białokosze HDTEC	Białokosze 16, Cieplice Wielkie
		Palac Biedrusko Hotel Zespół Pałacowy - Parkowy	
			ul. 1 Maja 82, Biedonko
	ul. ha Murawie 5a/2, Poznań	PALACNARZĘDZIOWY WELLNESS & WINE RESORT	Miezczo 1, Dobogmiew
Gabinet Medycyny Estetycznej di Sylwia Szamanczka-Kniast		Palac Szecepcowice	Szecepcowice 14, Wolbrowo
	ul. Gaiyzystyiego 18, Poznań	Palac Palenka HCTB	ul. Kosciuszka 46, Tbilisi
Gardens Spa	ul. Maratońska 36/1, Poznań	Palac w Brodnicy w GŁEBIA Sp. z o.o.	ul. Sienkka 32, Brodnica
Harmena SPA	pl. Andersa 3, Poznań	Palac w Kozłynie Kobylku	Kozłyna 1, Kozłyna
Harmory Line Spa	ul. Namamowska 24d, Poznań	Palac w Pokoszu ul. Parkowa 14	Pokosze
Helse Clinic - Instytut Kozmetyki	ul. Święty Marcin 19, Poznań	Palac w Wągrowcu, Hotel	ul. Parkowa 1, Wągrowo
INSTYTUT IDEE FIT & SPA		Palac Winiarszyce Hotel	ul. Wolności 35, Winiarszyce
	ul. Włodzimierza Ajakowskiego 349, Poznań	Port Lotniczy Poznań-Lawica sp. z o.o.	ul. Polakowska 285, Poznań
Instytut Zdrowia i Urody i Amila	ul. Ułńska 3, Poznań	PIRRO Poznań State Alca	ul. Swania 12, Poznań
Instytut Zdrowia i Urody Salamandra	ul. Grunwaldzka 113, Poznań	Rzydengia Sokei B&B	ul. Sienkka 2, Poznań
linika Esthetique	ul. Pilotów 2, Poznań	Sleep in Hotel & Apartments	ul. Stary Rynek 77, Poznań
linika Invi Med	ul. Strzelcka 49, Poznań	Villa Natura	Rodkietka 3, Dalsk

JAGUAR F-PACE JUŻ OD 63 ZŁ NETTO DZIENNIE



**UWOLNIJ DZIKOŚĆ
I DRAPIEŻNY CHARAKTER
Z JAGUAREM F-PACE!**

**0% OPŁATY WSTĘPNEJ
OD 1.949 ZŁ NETTO/MC**

Specjalnie dla Ciebie Jaguar rekompensuje różnice podatkowe w zmianach leasingowych na wszystkie modele!

Teraz możesz zyskać do 65 000 zł korzyści przy zakupie Jaguara F-PACE z dobrego rocznika 2018 oraz 3-letni pakiet Jaguar Care w cenie!

KARLIK
Autoryzowany Dealer Jaguar

ul. Poznańska 30 62-081 Baranowo k/Poznań
www.karlik.jaguar.pl



THE ART OF PERFORMANCE.

Przykładowa kalkulacja: Jaguar F-PACE w cenie katalogowej 194 900 zł brutto, opłata wstępna 0%, okres użytkowania 36 miesięcy, rata miesięczna 1.949 zł netto/miesięcznie. Powyższe ma charakter informacyjny i nie stanowi oświadczenia gwarancyjnego ani oferty handlowej w rozumieniu przepisów kodeksu cywilnego.