



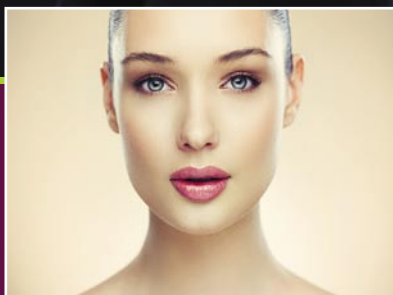
JUSTYNA BARGIELSKA

JESTEM
PIERWSZA
W POLSKIEJ
LITERATURZE

DAMA ROKU 2013

NINA KOWALEWSKA-MOTLIK

KATARZYNA ZIEMER
MYŚLI
O
ODCHUDZANIU



Promocje jesienne na zabiegi

NOWOŚCI W YASUMI SLIM: MAKIJAŻ PERMANENTNY, ZABIEGI
NA DŁONIE I STOPY, WIĘCEJ ZABIEGÓW NA TWARZ – **RABATY DO 40%**

Zapisy: tel. 537 000 587 • www.yasumi-slim.pl/bielsko-biala • znajdź nas na

YASUMI
slim

facebook

aren

Hurtownia bielizny

ŚWIAT ZMYŚŁÓW

Zapraszamy każdą wymagającą kobietę, która ceni sobie idealnie dopasowany biustonosz, zmysłową i seksowną bieliznę, modne i nietypowe wzornictwo rajstop i pończoch

Bielizna damska, męska i dziecięca renomowanych firm w kilku tysiącach fasonów

- szeroki wybór biustonoszy w rozmiarach niestandardowych (obwody od 65 do 120 cm w miseczkach A-M)
- biustonosze typu push-up, soft, semi-soft i inne – od klasycznych w kolorze białym i czarnym poprzez ecru, beże, do kolorowych, odpowiadających aktualnym trendom
- bielizna ślubna – gorsety, bardotki, pasy do pończoch, podwiązki
- bogaty wybór fig, stringów, szortów i innych fasonów majtek
- bielizna bezszwowa
- bielizna korygująca
- hałeczki i koszulki tiulowe, koronkowe
- piżamy, szlafroki, podomki, koszule nocne w ciekawych wzorach i kolorach
- bielizna dla przyszłych mam
- body
- rajstopy, legginsy, pończochy w najmodniejszych wzorach
- stroje kąpielowe
- luksusowa bielizna o zabarwieniu erotycznym
- bielizna męska
- ramiączka, wkładki do biustonoszy, worki do prania bielizny, podwiązki, chusteczki

ZAPRASZAMY TAKŻE NA E-ZAKUPY SKLEP.AREN.NET.PL



**Odwiedź nasz nowy sklep
w Centrum Handlowym
Stara Kabłownia
w Czechowicach-Dziedzicach**

*Duży wybór
Atrakcyjne ceny!*

*Naszym Klientom
składamy najlepsze życzenia
z okazji świąt
Bożego Narodzenia
i nadchodzącego
Nowego Roku 2014*

**BEZPŁATNE PORADY
DOŚWIADCZONYCH
BRAFITTEREK**

(profesjonalne dobieranie biustonosza)

AREN

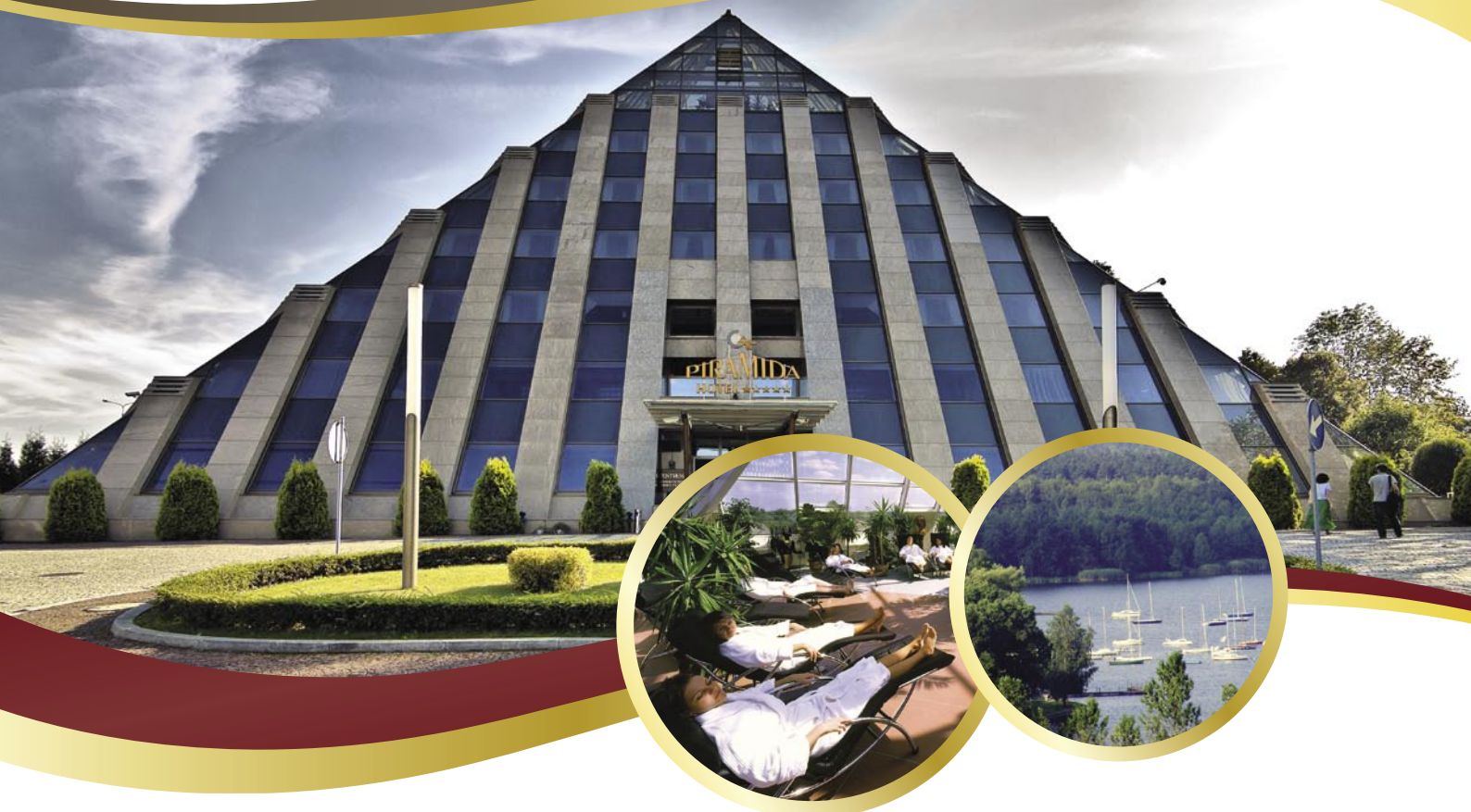
SIEĆ SKLEPÓW I HURTOWNIA BIELIZNY

CIESZYŃSKA 470, 43-382 BIELSKO-BIAŁA
TEL. 784 441 131, 784 441 325, 784 439 974
SKLEP@AREN.NET.PL, WWW.AREN.NET.PL
PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK 8-18, SOBOTA 8-14

Dołącz do nas na facebook.com

facebook

POBYT ZDROWOTNY W PIRAMIDZIE „BIOENERGOTERAPIA”



Dłuższe przebywanie w piramidzie wyzwała w organizmie wewnętrzne siły samoleczące i sprawia, że nasz system odpornościowy łatwiej radzi sobie ze wszystkimi zagrożeniami, przez co następuje szybszy powrót do zdrowia. Regeneracja organizmu zachodzi podczas snu, relaksacji czy też podczas samego przebywania w piramidzie.

Pakiet zawiera:

2-14 noclegów
ze śniadaniem i obiadokolacją

Terapie osobiste
z uzdrowicielem i bioenergoterapeutą
Tadeuszem Ceglińskim



Wstęp do komnat energetycznych,
w których pobyt dostarczy Państwu wyjątkowej dawki pozytywnej energii

Wstęp do Centrum Odnowy Biologicznej
basen, sauna, studio fitness

www.hotelpiramida.pl

tel. 32 219 34 35

GALERIA ZAMKOWA ■ KAWIARNIA

MUZEUM W BIELSKU-BIAŁEJ

ul. Wzgórze 16



oferuje sprzedaż dzieł sztuki:

- malarstwo
 - grafika
 - tkanina
 - ceramika
 - fotografia
 - szkło artystyczne
 - biżuteria artystyczna
- oraz
- pamiątki
 - wydawnictwa muzealne
 - wydawnictwa artystyczne

ZAPRASZAM

www.muzeum.bielsko.pl
 info@muzeum.bielsko.pl
 galeria@muzeum.bielsko.pl
 tel. 33 816 86 86





OD REDAKTORA

W kolejnym numerze naszego magazynu prezentujemy głównie panie, ale także panów, którzy coś w życiu osiągnęli. Ze wszystkich artykułów i wywiadów przebiega główna myśl tego numeru: trzeba wierzyć w to, co się robi. Trzeba mieć nadzieję i pomagać szczęściu. Trzeba mocno chcieć i nie poddawać się, mimo przeciwności losu. Być może nie są to stwierdzenia oryginalne, trącą banałem, lecz doświadczenia życiowe naszych bohaterów potwierdzają, że tak właśnie jest – jeśli chcemy coś osiągnąć, wspiąć się na wyżyny, zarabiać, musimy ciężko pracować i wierzyć, że to, co robimy, ma sens. Nawet jeśli inni będą nam mówili, że to większego sensu nie ma, że wielu próbowało i poległo, więc lepiej dajmy sobie spokój. Otóż nie! Próbujmy, walczmy o swoje, nie zniechęcajmy się. Może któregoś dnia, jak Tadeusz Cegliński, zbudujemy piramidę swojego szczęścia.

STANISŁAW BUBIN
LADY'S CLUB

W NUMERZE

- 4 JESTEM PIERWSZA W POLSKIEJ LITERATURZE
– MÓWI JUSTYNA BARGIELSKA
- 8 VARIA: BYŁO, NIE MINĘŁO
- 12 MOC TADEUSZA CEGLIŃSKIEGO
- 16 NINA KOWALEWSKA-MOTLIK, DAMA ROKU
2013 DRESS FOR SUCCESS POLAND
- 22 ŁUKASZ LENARD O KULTURZE WYRZUCANIA
Z PRACY
- 24 ROZMOWA Z JANINĄ ŻAGAN,
BURMISTRZEM SKOCZOWA
- 28 RAK NIE WYROK, LECZ... PRZEWLEKŁA CHOROBA
- 30 IN VITRO – JEDYNA SZANSA
- 32 KOSOVO JE SERBIJA?
- 36 MYŚLI O ODCHUDZANIU PSYCHOLOG
KATARZYN ZIEMER
- 39 BENEFIS W TEATRZE ŚLĄSKIM
- 42 AREN: Z PASJĄ W KIERUNKU PIĘKNA
- 44 BEATA SYPUŁA O RAJU DLA ZŁOTEJ RĄCZKI
- 47 WERSZE EWY PARMY
- 50 BRACIA W METALU
- 52 STANISŁAW MIKULSKI:
JA TEGO NIE POWIEDZIAŁEM
- 54 POWRÓT NAD CZEREMOSZ,
CZYLI KRESOWA OPowieść EDWARDA ŁYSIAKA
- 61 WETERYNARZ RADZI, JAK UBIERAĆ PSA NA ZIMĘ
- 62 PRZYJACIOŁKI W OBIEKTYWIE
MAGDALENY OSTROWICKIEJ
- 68 LISTY Z MONACHIUM
- 69 FELIETON KRZYSZTOFA ŁĘCKIEGO
- 70 HOROSKOP EROTYCZNY
- 72 KRZYŻÓWKA Z NAGRODAMI



WYDAWCA FIRMA WYDAWNICZA LADY'S CLUB
WWW.LADYSClub-MAGAZYN.PL

ADRES REDAKCJI 43-309 Bielsko-Biała, ul. Sucha 32
REDAKTOR NACZELNY Stanisław Bubin, s.bubin.ladysclub@gmail.com,
tel. 509 965 018

REKLAMA Małgorzata Ambrożak, reklama.ladysclub@gmail.com,
tel. 661 861 189, 509 965 018

WSPÓŁPRACA Dorota Stasikowska-Woźniak, Magdalena Ostrowicka,
Jolanta Czech, Lucyna Grabowska-Górecka,
Aleksandra Radzikowska, Barbara Urbanowicz-Śmigiel,
Grażyna Kurowska, Anika Strzelczak-Batkowska,
Wioletta Uzarowicz, Beata Sypuła, Natasha Pavluchenko,
Katarzyna Ziemer, Aldona Likus-Cannon, Edyta Dwornik,
Roman Anusiewicz, Mikołaj Woźniak, Michał Grzesiek,
Łukasz Lenard, Krzysztof Łęcki, Krzysztof Skórka,
Aleksander Sieroń, Jacek Kachel

LAYOUT Paweł Okulowski

ISSN 1899-1270

NA OKŁADCE KLAUDIA ŚWIERZY,
GRABOWSKA MODELS
ZDJĘCIE MAŁGORZATA OSTROWICKA
MAKE UP I STYLIZACJA EWA TRZECIAK
FRYZURA MATEUSZ JAREK
BIŻUTERIA GLITTER



Szukaj nas również

facebook



FOT. ANNA BEDIŃSKA

JESTEM PIERWSZA W POLSKIEJ LITERATURZE

ROZMOWA Z **JUSTYNĄ BARGIELSKĄ**
O TYM, DLACZEGO CHCE BYĆ
GRUBSZA OD JOANNY BATOR.
ORAZ O SZARAŃCZY, SUDOKU,
SEKSUALNOŚCI, WYCHOWYWANIU
NASTĘPCZYNI TRONU I PROGACH BÓLU,
O NOBLU, PRZESZCZEPACH,
NORMALNOŚCI I DLACZEGO
RANO WARTO UKŁADAĆ LIMERYKI

OKOLICZNOŚCI PRZYRODY: *BIELSKO-BIAŁA, TARAS Z WIDOKIEM NA DĘBOWIEC, NA STOLE KIELISZKI Z RÓŻOWYM WINEM (WCZEŚNIEJ BYŁO BIAŁE, POTEM CZERWONE), PITYM POD OGÓRKI MAŁOSOLNE I CIASTO Z TRUSKAWKAMI. HAŁAS DOBIEGAJĄCY Z DOMU TO TRÓJKA DZIECI. DWOJE JUSTYNY, JEDNO MOJE.*

Jesteś tu ledwie kilka godzin, a już nieoczekiwane zjawiska przyciągnęłaś. Najpierw znikąd pojawił się zielony wielki owad...

...Szarańcza.

A potem ślimak na suficie i burza.

Chcesz powiedzieć, że sprowadzam szarańczę?

Chcę powiedzieć, że twojej obecności towarzyszą nietypowe zjawiska i jestem pod wrażeniem.

Nie, nie przyznaję się do tego. Z szarańczą to się nawet ucieszyłam. W autobusie graliśmy w zgadywanki w stylu dwudziestu pytań. No i Rozala była, potem się okazało, szarańczę. Tylko jej się wszystko pomyliło i według niej szarańcza miała paski, małe skrzydła.

Taką bardziej stonką była.

I ja mówię, wiesz co Rozala, jak przyjedziemy do domu, to ci w internecie pokażę, jak wygląda szarańcza. Ale nie mogłam się połączyć w tych krakowskich murach z internetem mobilnym za bardzo. No i zobacz. Następnego dnia mogłam sobie złapać szarańczę do słoika i pokazać dzieciom.

Może to świadczy o sile twoich myśli. Bardzo chciałaś pokazać dziecku szarańczę i proszę, szarańcza przyszła nie wiadomo skąd (choć potem, po sprawdzeniu w internecie, oczywiście wiele wskazywało, że to był raczej pasikonik). Lubisz dziwne zjawiska, czy wolisz normalność, cokolwiek kryje się pod tym pojęciem?

Jak zaczynam myśleć o normalności i porównywać standardy z tym, co się dzieje w moim, ale też w życiu moich bliskich czy osób, które znam, to nagle się okazuje, że normalność jest najbardziej dziwnym zjawiskiem, w sensie rzadkości występowania. Dziwne rzeczy zdarzają mi się na okrągło, ale też chyba jestem wdzięcznym odbiorcą tego typu wydarzeń, nie analizuję ich za bardzo, raczej się nimi cieszę. Wszystko jest kwestią tego, co komu buduje poczucie bezpieczeństwa. I mnie rutyna nie buduje poczucia bezpieczeństwa. Normalne życie codzienne, na przykład gdybym musiała chodzić do pracy od 8 do 16, wiem dobrze, nie byłoby dla mnie źródłem poczucia bezpieczeństwa, tylko depresji. Ja swoje bezpieczeństwo widzę w nieprzewidywalności tego, co się dzieje, ale też szanuję ludzi, którzy widzą swoje bezpieczeństwo i wypróbowali już tę metodę, właśnie w codzienności, w rutynie. Nie mam natury ryzykantki, rozumiem i szanu-

ję to, że ludzie przede wszystkim chcą czuć się bezpiecznie. De facto ja też przede wszystkim chcę się czuć bezpiecznie (z głębi domu dobiega krzyk). Boże, czemu on tak wrzeszczy, ten Jurek, co poszło nie tak? Czasami, jak na niego patrzę (na swojego 5-letniego syna Jurka), to mam wrażenie, że on jest brakującym ogniwem.

Kwestia wieku. Za dwa lata...

...Przestanie być brakującym ogniwem? (śmiech)

Będzie inaczej okazywał swoje emocje.

Tego też się boję.

A jak się czujesz jako matka?

Jako matka Jurka czy matka Rozalii? Lubię być matką, natomiast inaczej się czuję jako matka jednego i jako matka drugiego.

Więc jako matka Rozalii?

Och!... To cudowne uczucie. Czuję się jak matka Infantki. Wspaniale. Oczywiście, spoczywają na mnie wielkie obowiązki. Muszę ją nauczyć francuskiego i ładnie dygać, a przede wszystkim rządzić królestwem tak, żeby mąż-król tego nie zauważył. Natomiast jest to wspaniałe, bo ona jest piękną postacią. I mam taką czystą radość z tego, że jestem jej matką. Wiadomo, skończy 15 lat, zacznie się puszczać i będę miała problemy. Będę musiała pilnować wielu rzeczy. Jako matka Rozalii czuję się wyśmienicie. Część jej splendoru spływa na mnie.

A jako matka Jurka?

Też kocham być matką Jurka, natomiast Jurek jest strasznie głośnym dzieckiem. Nigdy nie wiadomo, jak wysoko się wespnie i czy nie postanowi stamtąd skoczyć, bo akurat przyjdzie mu do głowy, że chce się uczyć latać. Moja teoria jest



FOT. WWW.BLITESTPORTLITERACKI.PL

taka, że Jurek nie czuje bólu. On czuje ból psychiczny, natomiast bardzo wysoki próg odczuwania bólu fizycznego i to jest zagrożenie. Cały czas chodzi albo w siniakach, albo w guzach, a to sobie coś zadrapie i nawet tego nie zauważy. A wiem z literatury i praktyki, że mężczyźni zasadniczo mają niższy próg odczuwania bólu.

Idą w kierunku hipochondrii czasem.

No właśnie. Myślę, że może Jurek będzie pierwszym mężczyzną, który naturalnie urodzi dziecko. Może to jest jego przeznaczenie.

A zmieńmy temat: czy pisząc „ocierać się” o temat seksualności?

Hmm!... Więcej seksualności miało być w mojej ostatniej książce, w „Małych lisach”, ale nie wyszło. I jestem tym rozczarowana. Potem nawet analizowałam swoją porażkę akurat na tym froncie, seksualno-literackim. I doszłam do wniosku, że może po prostu się nie przyłożyłam i następnym razem mogłoby być tego więcej, gdyby nie fakt, że w następnej książce, którą już piszę, za dużo miejsca na seks nie ma.

Coś więcej o tej książce...

To skomplikowana historia. O przeszczepach od żywego dawcy. Kolejne tabu będę łamała. Zasadniczo jest to historia troszkę kryminalna, trochę obyczajowa, troszkę o dzieciach. Właściwie jest tam wszystko, czego was uczyłam (w Studium Literacko-Artystycznym na Uniwersytecie Jagiellońskim). Jest sobie chłopczyk. Mieszka gdzieś na Pomorzu, w biednej wsi popegeerowskiej. I ten chłopczyk zostaje któregoś dnia porwany z podwórka przez parę, taką tradycyjną, męczyzna i kobieta. Ta para ma go przywieźć do Warszawy, bo została

REKLAMA

CobraOstra.pl
FOTOGRAFIA

Magdalena Ostrowicka

tel. 513 740 783

cobraostra@cobraostra.pl



wynajęta przez rodziców innego chłopczyka. Ten chłopczyk z Warszawy ma chore serce w sposób nieuleczalny i potrzebuje przeszczepu. A rodzice chłopczyka z Warszawy są na tyle bogaci, żeby wynająć parę, mężczyznę i kobietę, którzy są bohaterami głównymi mojej powieści, żeby porwali jakiegoś chłopczyka i przywieźli na przeszczep. Więc oni porwają tego chłopczyka, jadą tak dziwnie, bo przez cały kraj, z Pomorza do Warszawy, różne przygody im się dzieją, więc jadą naprawdę przez cały kraj. To jest taka bardziej krajoznawcza podróż...

...Powieść drogi?

Jakby z założenia miała to być powieść drogi. No i w końcu dojeżdżają do Warszawy, serce chłopczyka z Pomorza zostaje przeszczepione chłopczykowi z Warszawy. I to jest koniec.

Chłopczyk z Pomorza umiera?

No, błagam cię!...

Może mogłabyś go jakoś uratować? Nie lubię książek, w których umierają dzieci.

Ale któryś z nich musiałby umrzeć.

Naturalnie powinien umrzeć ten pierwszy.

W tej sytuacji rzeczywiście można by sądzić, że chłopczyk z Warszawy powinien umrzeć, ale nie ma już czegoś takiego jak naturalność. Wszystko jest funkcją pieniądza, pozycji.

Smutne.

Tak rozpatrywana naturalność, w takim sensie, jak granatowy jest nowym czarnym, to naturalne jest, że powinien umrzeć ten biedny chłopczyk z Pomorza, za którym w sumie nikt nie będzie płakał, bo może ma sześcioro rodzeństwa. O tym jest ta książka, no i na seks nie ma tam wiele miejsca. To znaczy jest miejsce, ale musiałabym się nagimnastykować, a nie wiem, czy chcę.

Czemu taki temat?

A taki sobie wymyśliłam.

Ta książka powinna być skończona?...

31 maja przyszłego roku, czyli wydana pewnie pod koniec przyszłego roku.

Twoje dotychczasowe książki nie są zbyt grube?

Nie są. Ta najnowsza ma mieć 300 stron. Konkretnie 300 tys. znaków, to wychodzi około 250 stron. Będzie dwa razy większa niż ta ostatnia. Tak postanowiłam, ponieważ strasznie mnie męczy, jak one stoją na półce w empiku, a ja mam ten problem, że obok mnie stoi Bator. I Bator jest gruba.

To jest wyzwanie. Czyli podwoisz siebie?

Tak, ale nadal będę połową Joanny Bator.

A kto stoi z drugiej strony?

Ja jestem pierwsza w polskiej literaturze.

OK.

Alfabetycznie. Na A rzadko ktoś stoi, a na B jestem pierwsza.

Książka o przeszczepach się tworzy. W jaki sposób? Jak pracujesz? Musisz mieć jakieś konkretne miejsce do pracy?

Nie. Ja się rozkładałam na stole w kuchni. Mamy aneks kuchenny w pokoju, takie duże pomieszczenie. Tam jest telewizor i w ogóle wszystko w tym pomieszczeniu jest. Rower stoi. Ja się tam na stole rozkładałam, a jak przychodzi pora wspólnego obiadu, a nie przychodzi w sumie dość często, bo dzieci jedzą w szkole i przedszkolu, albo przychodzi pora odrabiania lekcji, wtedy zbieram to na jeden stosik. A czasem, jak naprawdę muszę coś napisać na szybko i nie ma gdzie, wtedy idę gdzieś, do jakiejś knajpy. Ale lubię w domu.

Masz problemy z systematycznością?

Tak! Większość z nas to ma. Może tylko ci najlepiej opłacani tego nie mają, ponieważ są dobrze opłacani.

Uważasz, że prokrastynacja jest chorobą, czy to normalne ludzkie zachowanie?

Dlaczego nie może być wadą charakteru? Za dużo rzeczy rozpatruje się jako choroby. Na przykład ADHD. Może to jest po prostu nawet nie wada, a cecha charakteru, chociaż może stać się wadą. To oczywiście zależy od człowieka, jaki

jest, czym zarabia na życie. Dlatego czasem ADHD doskonale się sprawdza. U mnie się sprawdza taki miks odwlekania na ostatnią chwilę plus ADHD. Bo jak już przychodzi naprawdę taki ostateczny termin, to jestem w stanie zrobić bardzo dużo w bardzo krótkim czasie. I zazwyczaj jest to dobre. Wydaje się, że prokrastynacja i ADHD to taki wybuchowy koktajl, ale w moim przypadku działa. Jest to niezłe.

Masz już dwa razy po 18 lat. Chciałabyś żyć do stu lat?

Do stu to nie, ale do 96... Czemu nie?

Masz szansę?

Dużą szansę.

Długowieczność w rodzinie?

Tak. Żyli i żyli. Potem to żeśmy nawet ich nie zauważali, a oni ciągle żyli. Ja chciałabym być zauważana. Ale trzeba być aktywnym. Rozwiązywać sudoku przez całe życie. Regularnie. Wstajesz rano, pijesz kawę, rozwiązujesz sudoku.

Może być zwykła krzyżówka?

Amerykańscy naukowcy ustalili, że lepiej sudoku.

Jasne, a jak ktoś nie lubi liczyć?

Mnie się wydaje, że każda aktywność umysłowa się liczy. Jakbyś wstawała rano i układała limeryki, wychodziłoby na to samo. Tak to widzę. Ale nie jestem amerykańskim naukowcem.

Jesteś z tych „czucie i wiara”, czy raczej „szkiełko i oko”?

To jest troszkę problem, ponieważ intuicję mam dziadowską. Moja intuicja podpowiada mi jakby negatywnie. Za każdym razem jak podpowiada mi, że należy coś zrobić, to znaczy, że nie należało tego robić. Ale to też jest pomocne. Gdy się zorientowałam, jaka jest zasada działania mojej intuicji, to też jest ona pomocna. Natomiast jeżeli chodzi o szkiełko i oko, tutaj już nie ma prostych zasad, jak z intuicją. Intuicja zawsze podpowiada źle i można zrobić odwrotnie. Szkiełko i oko jest zależne od tylu czynników. Trzeba mieć wiedzę, praktykę, trzeba mieć szkiełko i trzeba mieć oko. Gdybym się chciała rzeczywiście posługiwać szkiełkiem i okiem, to bym poległa całkowicie. Czyli jednak czucie i wiara. Głównie wiara.

Jak to jest z twoim Noblem. W 2040 roku? Czwarta w kolejce?

No tak, ale odkąd Dorota Masłowska jest tubą prawicy, to nie może dostać od *Wyborczej* Nobla. Więc wydaje mi się, że przesunęłam się na trzecie miejsce. Hura!

No więc idziesz na Nobla?

Tak szczerze, to mogłabym sobie na tego Nobla iść, ale mam poczucie słabej przekładalności moich dzieł na języki inne. Na ukraiński, na rosyjski, to tak...

...Na szwedzki, norweski?

Jakoś nie widzę. Teraz będę miała okazję zobaczyć po czesku jedną moją książkę. Nie potrafię stwierdzić na 100%, ile tam zostało utracone. Ile jest Bargielskiej w Bargielskiej. Ale mam poczucie, poparte komunikatami od osób, które się lepiej znają, że to nie będzie to. Na Nobla więc nie idę. Wiesz, na co idę? Chciałabym być kultowa.

Czyli co?

Chciałabym aby mnie kochano i nienawidzono równocześnie.

W kultowej powieści Bargielskiej...

Tak, w kultowej powieści Bargielskiej, która to powieść nie ma żadnych wartości literackich. Tak bym chciała.

No, ale Nobel przekłada się na konkretne pieniądze. Wtedy byłaby kasa na dom z ogrodem i inne rzeczy. Tylko czy to nie byłoby za późno?

Czekaj, 40 plus 23, wychodzi 63 lata. Nie, nie jest za późno. Jeszcze bym mogła sobie pożyć. Nawet z 30 lat, biorąc pod uwagę tę rodzinną długowieczność. Ale tak całkiem szczerze: jest jakaś legenda Nobla. To miłe. I mogę sobie wyobrazić, że osoby w wieku noblowskim i o noblowskim autoramencie przeżywają w październiku rzeczywiście wielki stres. Ja jestem prostą kobietą, mam dwójkę dzieci. Po prostu chciałabym zarobić na to, żeby moje dzieci mogły iść w kraju Polska na studia i realizować swoje plany. To jest naprawdę moje marzenie. Stabilność finansowa.

Dziękuję.

ROZMAWIAŁA JOLANTA REISCH-KLOSE

JUSTYNA BARGIELSKA

Poetka („Dating Sessions”, „China Shipping”, „Dwa fiaty”, „Bach for my baby”) i pisarka („Obsoletki”, „Małe lisy”). Rocznic 1977. Publikowała w wielu pismach literackich, m.in. w *Odrze* i *Halarcie*. Jej wiersze były tłumaczone na angielski, słoweński i bułgarski. Laureatka III edycji konkursu poetyckiego im. Rainera Marii Rilkego (2001) i nagrody specjalnej w konkursie im. Jacka Biereżina (2002). W 2010 za tomik „Dwa fiaty” otrzymała Nagrodę Literacką *Gdynia*. Za prozatorski debiut „Obsoletki” (2010) otrzymała nominację do Paszportów Polityki i Nagrodę Literacką *Gdynia*. Książka ta znalazła się w finale nagrody literackiej Nike 2011. 25 maja 2013 nominowana do Nagrody im. Wisławy Szymborskiej. Jej książka „Bach for my baby” znalazła się w finale Nike 2013 (wygrała Joanna Bator).



BYŁO, NIE MINĘŁO



PANI TERESA MOKRYSZ

POLO니아 RESTITUTA DLA TERESY MOKRYSZ

Właścicielka grupy firm Mokate, Teresa Mokrysz, otrzymała Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski. Odznaczenie zostało jej wręczone 7 sierpnia w trakcie obchodów święta Wojska Polskiego w Tychach. W imieniu Prezydenta RP Bronisława Komorowskiego medal wręczył Teresie Mokrysz wojewoda śląski Zygmunt Łukaszczyk. Spośród wielu odznaczonych tego dnia jedynie właścicielka Mokate została uhonorowana tak wysokim odznaczeniem państwowym. Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski został jej nadany między innymi za wspieranie żołnierzy Wojska Polskiego w czasie misji zagranicznych i wybitne osiągnięcia w rozślawianiu Polski poza granicami kraju. Przypomnijmy, że w 2005 roku Teresa Mokrysz została uhonorowana Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski. Gratulujemy!



REKORDOWE KORONCZARKI: MARTA HARATYK, RENATA KRASOWSKA, MARIOLA LEGIERSKA, URSZULA RYBKA I DANUTA KRASOWSKA



WRĘCZENIE NAGRÓD MOKATE PANIOM, KTÓRE W TYM ROKU ZROBIŁY NAJPIĘKNIJSZE KORONKI KONKURSOWE

NAJWIĘKSZA KORONKA KONIAKOWSKA ŚWIATA

Księga rekordów Guinnessa wzbogaciła się ostatnio o największą koronkę koniakowską świata. Dzieło pięciu koronczarek z Koniakowa ma 5 metrów średnicy, waży 5 kg, składa się z 8 tys. elementów i 50 km kordonka (ozdobnej nici). Powstawało pół roku. Nad tą ogromną serwetą pracowały od kwietnia Marta Haratyk, Danuta Krasowska, Renata Krasowska, Mariola Legierska i Urszula Rybka. Na pomysł pobicia rekordu Guinnessa wpadła Lucyna Ligocka-Kohut z ośrodka kultury w Istebnej, żeby spopularyzować rękodzieło ludowe i pokazać mistrzynię. Wsparła je firma Mokate. W trakcie pracy panie popijały pyszną kawę i herbatę Loyd, a także otrzymały prezenty od Mokate.



NA TLE NAJWIĘKSZEJ KORONKI KONIAKOWSKIEJ ŚWIATA IRENA KAWULOK, MARIOLA WOJTAS I GABRIELA SUSZKA

FOT. JANUSZ MAŁYJUREK



UCZESTNICY SPOTKANIA W AULI WYŻSZEJ SZKOŁY TECHNICZNEJ W KATOWICACH



KONFERENCJĘ PROWADZILI PATRYCJA TOMASZCZYK-KINDLA I ALEKSANDER GORTAT

ZDROWIE KOBIETY

Telewizja TVS we współpracy z Ligą Kobiet Polskich zorganizowała cykl konferencji edukacyjnych „Zdrowie kobiety – od dojrzałości do młodości”. Pierwsza nosiła tytuł „Dojrzałość atutem kobiety” i odbyła się we wrześniu w auli Wyższej Szkoły Technicznej w Katowicach. Otworzyła ją dyrektor TVS, Małgorzata Piechoczek. Patronem medialnym projektu został magazyn *Lady's Club*. Cykl obejmuje działania dotyczące edukacji, promocji i ochrony zdrowia kobiet w różnych grupach wiekowych. Honorowy patronat nad nim sprawuje marszałek Sejmu Ewa Kopacz. Konferencja skupiła wiele wybitnych śląskich osobistości medycznych.



WYKŁAD PROF. VIOLETY SKRZYPULEC-PLINTY O KOBIECIE NA PIĘDZIESIĄTKĘ Z PLUSEM

NOWOŚCI NISSANA

Micra, Note, Leaf – bielska firma Japan Motors zorganizowała z końcem lata w salonie przy ul. Wyzwolenia przedpremierowy pokaz nowych modeli Nissana. Wzbudził on spore zainteresowanie miłośników motoryzacji. Nowe odsłony popularnych modeli spodobały się oglądającym, bo są to samochody nowoczesne, eleganckie, wysmakowane w swojej stylistyce. Na liczne pytania odpowiadali eksperci, wśród nich Tomasz Patrzykowski i Radek Pszczółka.

Szczególne zainteresowanie wzbudził model elektrycznego Leafa. Nie jest to auto tanie, ale bez wątpienia z przyszłością. Kolejna generacja eko-auta na polskim rynku oznacza, że Nissan docenił troskę Polaków o ochronę środowiska. Cena elektrycznego kompaktu o zerowej emisji spalin rozpoczyna się jednak od 126.080 zł, więc ekologia ma swoją wartość. Od czegoś trzeba jednak zacząć. Nissan Leaf przeszedł szereg modyfikacji i został dostosowany do wymagań europejskich klientów. To pierwszy na świecie samochód w 100% elektryczny. Jego realny zasięg po naładowaniu wynosi 199 km. Do napędu służy w pełni zintegrowany układ obejmujący ładowarkę, falownik i silnik elektryczny. Ładowarka umieszczona jest pod pokrywą silnika. Ładowanie ze



standardowego gniazdka trwa około 8 godzin, jednak dzięki opcjonalnej ładowarce można skrócić ten czas o połowę albo i więcej. Koszt przejazdu 100 km wynosi tylko 7,4 zł! Bielszczanom spodobał się ten 5-drzwiowy hatchback. Na świecie sprzedano już 65 tys. Leafów, w Bielsku na razie ani jednego, ale cierpliwości...



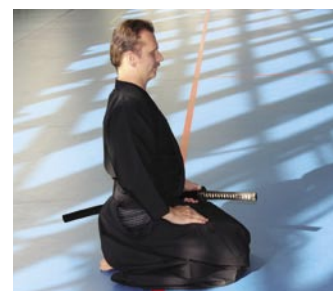
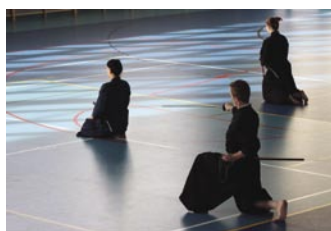
SAMURAJE IAIDŌ W WILKOWICACH

Klub Sermierki Japońskiej Renshudojo we współpracy z Polskim Stowarzyszeniem Iaidō zorganizował na początku października w Wilkowicach koło Bielska-Białej ogólnopolski staż szkoleniowy iaidō. Zajęcia prowadził Krzysztof Górnicki z Opola (na co dzień informatyk), prezes Polskiego Stowarzyszenia Iaidō, 6 dan iaidō Renshi, który pobierał nauki m.in. od Sensei Hakuo Sagawa (8 dan kendo, 9 dan iaidō). Takie treningi, jak ostatnio w Wilkowicach, adepci tej sztuki odbywają co dwa miesiące. W programie były ćwiczenia seitei iai, koryu musoshindenryu.

Mistrz Górnicki ćwiczy iaidō od ponad 20 lat, zaczął w Niemczech, a egzaminy na 4, 5 i 6 stopień tej sztuki zdał w Japonii. Iaidō jest sztuką dobywania miecza (katana), japońską narodową odmianą szermierki. Kanon tej sztuki powstał około roku 1500 dzięki wojownikowi Hayashizaki Jinsuke Minamoto no Shigenobu. Nauczał on sposobów błyskawicznego wyjmowania miecza z pochwy i zadawania uderzenia w nieprzerwanym ruchu. Usystematyzowana tradycja iaidō przekazywana była z pokolenia na pokolenie. Największy rozwój zawdzięcza mistrzowi Hayashizaki Jinsuke Shigenobu, który 400 lat temu stworzył pierwszą szkołę, co pozwoliło na uznanie jej za samodzielną sztukę walki. Iaidō jest sztuką przewidywania ataku przeciwnika, obrony i przeprowadzenia własnego kontrataku. Dla samuraja miecz był czymś więcej niż zwykłą bronią. Był też oznaką rangi, męskości, uosobieniem honoru i lojalności, której się poświęcił. Był zawsze synonimem piękna i siły, a także celem duchowego oświecenia.

– Ćwiczyć trzeba nieustannie 12 podstawowych form, pokonując własne słabości, bo ciało się starzeje, a w iaidō ruch musi być coraz płynniejszy. To jest nie tylko doskonalenie ciała, ale także ducha. Treningi, pokazy, egzaminy i zawody polegają między innymi na opanowaniu emocji i płynnym wykonywaniu określonych form. Aby rozpocząć treningi, należy mieć bokken, drewniany miecz – powiedział nam Krzysztof Górnicki.

W Polsce iaidō uprawia około 200 osób. Na przełomie listopada i grudnia nasza reprezentacja iaidō weźmie udział w mistrzostwach Europy w Montpellier we Francji.





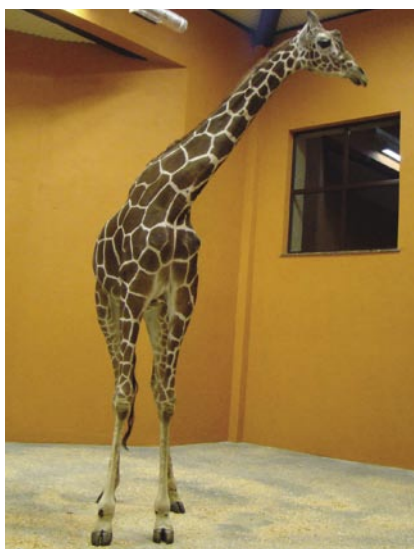
JUBILEUSZ POLIKLINIKI

Na początku października Poliklinika Stomatologiczna Pod Szyndzielnią świętowała jubileusz 15-lecia. Jej twórcami i właścicielami są dr n. med. Claudius Becker i dr n. med. Katarzyna Becker (na zdjęciach z lewej i w środku). Wysoki standard usług to zasługa wyspecjalizowanego personelu. Kadre polikliniki tworzy m.in. 15 lekarzy i przeszło 20 higienistek i asystentek. Zdecydowana większość stomatologów posiada długoletnie doświadczenie zawodowe, zdobyte w Polsce, Niemczech, USA i Francji. W nowym budynku polikliniki, oddanym do użytku w 2002, mieści się 11 gabinetów, w tym do zabiegów chirurgicznych i 2 sale ortodontyczne z siedmioma stanowiskami. W każdym z pomieszczeń wykorzystywany jest najnowocześniejszy sprzęt, np. tomograf stożkowy 3DI-CAT, cyfrowe aparaty rentgenowskie i skaner wewnątrzustny z cyfrową frezarką CAD/CAM do wykonywania prac protetycznych. Poliklinika słynie też z wielu akcji profilaktycznych, organizowania szkoleń podyplomowych i specjalizacyjnych oraz szerokiej współpracy z wieloma uczelniami. Ponadto bierze aktywny udział w życiu kulturalnym i społecznym Bielska-Białej. Jubileusz zgromadził wielu znakomitych gości, którzy potwierdzili swoją obecnością wysoki standard zakładu.

POWRÓT ŻYRAF

Śląski Ogród Zoologiczny ukończył we wrześniu 55 lat. Jubileusz został połączony z otwarciem żyrafiarni, nowego pawilonu tygrysów amurskich i zmodernizowanego pawilonu egzotycznego, do którego wróciły kajmany okularowe. Pawilony powstały dzięki dofinansowaniu z funduszy unijnych i budżetu województwa. Dzięki tym inwestycjom do ogrodu po kilkuletniej przerwie wróciły żyrafy. Z Drezna przyjechał 7-letni samiec Ulembo, a z Duisburga 3-letnia Liani i 2-letnia Lindani. Uroczystości jubileuszowe zainaugurowało spotkanie z udziałem przedstawicieli samorządów, sponsorów i przyjaciół zoo. Wręczono okolicznościowe statuetki i pamiątki, wyświetlono filmy o historii ogrodu zoologicznego. – Nakłady na Śląski Ogród Zoologiczny od lat systematycznie rosną. Trzeba pamiętać, że to jedyny ogród zoologiczny w kraju finansowany z budżetu województwa. W tym roku sejmik województwa w budżecie przewidział na jego utrzymanie i inwestycje ponad 21 mln zł, w poprzednich latach przekazał na rozwój po kilka milionów. Te kwoty wzrastają dlatego, że przez wiele poprzednich lat nie wykonywano niezbędnych inwestycji. W tej

chwili zoo zaczyna odrabiać zaległości – powiedział marszałek Mirosław Sekuła. Przewodniczący sejmiku wręczył zoo złotą odznakę za zasługi dla województwa śląskiego. Chorzowski ogród jest jednym z największych w Polsce. Na powierzchni 47,6 ha żyje około 3000 zwierząt.



PIERWSZYM LOKATOREM NOWEJ ŻYRAFIARNI BYŁ ULEMBÓ. PRZYJECHAŁ DO CHORZOWA POD KONIEC SIERPNIA



DYREKTOR ZOO, JOLANTA KOPIEC, ODEBRAŁA W DNIU JUBILEUSZU MNÓSTWO NAGRÓD, PAMIĄTEK I GRATULACJI



Z OKAZJI JUBILEUSZU ZOO WYDAŁO ALBUM „PIĘKNO ŚWIATA ZWIERZĄT. 1958-2013”



PRZECIĘCIA WSTĘGI DO NOWYCH OBIEKTÓW DOKONALI AMBASADOR SZWAJCARII LUKAS BEGLINGER I PREZYDENT CHORZOWA ANDRZEJ KOTALA W ASYŚCIE JOLANTY KOPIEC



NOWE PAWILONY PODOBAJĄ SIĘ ZWIEDZAJĄCYM



DOMOWE CIACHO, NATURALNIE!

Orawskie Ciacho to przede wszystkim ludzie z pasją, ludzie, którzy wiedzą, że zdrowie najważniejsze! Ale jeśli coś ma być zdrowe, to i też smaczne, dlaczego nie? Właśnie tak powstał pomysł na Orawskie Ciacho. Dwie kobiety znalazły pomysł na przeniesienie naszych wspomnień do codzienności. W jaki sposób? Każdy z nas pamięta smak domowego ciasta, wypiekanego przez mamy czy babcie. Orawskie Ciacho to właśnie wspomnienie tych cudownych chwil spędzonych w domu rodzinnym, aromat ciast wypiekanych sposobem domowym, naturalne składniki, przyprawy. Właśnie tę duszę i klimat staramy się przekazać naszym wypiekom. Badamy, szukamy i znajdujemy nowe smaki, które łączą klimat Orawy, czyli tradycji z nowoczesnością. Dzięki temu nasze ciacha są świetną oprawą wielu imprez i uroczystości.

Nasze wypieki powstają na Orawie, w czystym ekologicznym terenie. Orawa to dwie beskidzkie i podhalańskie krainy, położone w dorzeczu rzeki Orawy. Północno-wschodnia część należy do Polski i określana jest nazwą Polskiej Orawy. Stamtąd pochodzą składniki, które gwarantują wyjątkowy smak i jakość. Nasza pracownia ma status manufaktury, gdyż sami ręcznie wyrabiamy ciacha, traktujemy je jak małe dzieła sztuki. Dbamy o każdy detal, aby nasi klienci zawsze mogli liczyć na wyjątkowy smak, ale i też na wspaniały efekt wizualny!

Jesteśmy otwarci na potrzeby klientów, często pod ich gust tworzymy nasze słodkości bądź też udoskalamy receptury. Nasze ciacha można znaleźć w cukierniach ulokowanych na Podhalu i Orawie, jak również na Śląsku i w Zagłębiu. Jesteśmy otwarci na zamówienia specjalne, jak wesela, imprezy okolicznościowe, spotkania biznesowe, konferencje czy szkolenia. Na każdą okazję, gdzie może pojawić się domowe ciacho, tam jesteśmy! W naszym asortymencie jest aż 60 propozycji! Tak bogata oferta trafia w każde gusta.

Jesteśmy młodą, prężnie rozwijającą się firmą, która ciągle udoskonala metody rozwoju. Zapraszamy do współpracy wszystkich entuzjastów zdrowego, domowego ciacha. Nasi partnerzy biznesowi mogą liczyć na wejście w ciekawy i dynamiczny projekt poprzez system franczyzowy. Zapotrzebowanie na zdrowe, domowe ciacho jest dynamiczne i my za tą dynamiką podążamy.

Najważniejsze dla nas jest zadowolenie klienta, zarówno po stronie odbiorcy naszych produktów, jak i po stronie biznesowej. Kiedy widzimy uśmiech na twarzach naszych klientów, wiemy, że obraliśmy dobrą drogę.

To słodki biznes, z wielką, rozwojową duszą i dużym potencjałem finansowym. System franczyzowy Orawskie Ciacho opiera się na ciągłym wsparciu franczyzobiorcy przez centralę sieci od momentu podjęcia współpracy, poprzez cały proces inwestycyjny i stałą opiekę w czasie prowadzenia cukierni. Dołączenie do nas gwarantuje sukces... słodki sukces!

Zapraszamy do naszych cukierni w Jabłonce, Nowym Targu, Zakopanem, Gliwicach, Tarnowskich Górach, Rudzie Śląskiej i Sosnowcu :-) Mamy PYSZNE ciacho, świetną kawę i OWOCOWE koktajle też... **BIERZ CO CHCESZ!**



518 969 580 (REGION MAŁOPOLSKA I PODHAŁE)

512 965 070 (REGION ŚLĄSK I ZAGŁĘBIE)

BIURO@ORAWSKIECIACHO.PL

WWW.ORAWSKIECIACHO.PL



PACJENCI CHĘTNIE KORZYSTAJĄ Z OZDROWIENCZEJ ENERGII KUMULOWANEJ PRZEZ PIRAMIDĘ

MOC TADEUSZA CEGLIŃSKIEGO

NA SKRAJU PRAWDY ROŚNIE DOTYK

ZBIGNIEW HERBERT

LUDZI, KTÓRYM POMÓGŁ, NIE LICZY. TYSIĄCE, DZIESIĄTKI TYSIĘCY. STATYSTYKA NIE JEST WAŻNA. CIESZY GO KAŻDA OSOBA, KTÓRA DZIĘKI NIEMU WRÓCIŁA DO ZDROWIA. JEJ SZCZĘŚCIE JEST JEGO SZCZĘŚCIEM. W TRAKCIE NASZEJ ROZMOWY W TYSKIEJ PIRAMIDZIE SPRÓBOWAŁEM WYOBRAZIĆ SOBIE ENERGIĘ, KTÓRĄ PRZEZ TYLE LAT PRZEKAZAŁ LUDZIOM DOTKNIĘTYM ROZMAITYMI NIESZCZĘŚCIAMI. CZY MIAŁABY WIELKOŚĆ GIGANTYCZNEJ KULI? A MOŻE ŚWIECIŁABY JAK SŁOŃCE NAD JEGO UKOCHANYMI EGIPSKIMI PIRAMIDAMI? BYĆ MOŻE W FORMIE FALI ALBO LINII PROSTEJ SIĘGNĘŁABY GWIAZD? TADEUSZ CEGLIŃSKI UŚMIECHA SIĘ NA TAKIE PORÓWNIANIA. STARA SIĘ MNIE SPROWADZIĆ NA ZIEMIĘ: – MOIM NAJWIĘKSZYM SZCZĘŚCIEM JEST DAR, JAKIM ZOSTAŁEM OBDARZONY, DAR UZDRAWIANIA. POMAGAM – I TO MI DAJE DUŻO RADOŚCI. TO MÓJ ZAWÓD, MOJA MISJA I OBOWIĄZEK. WYKONUJĘ GO Z JAK NAJWIĘKSZĄ STARANNOŚCIĄ I RZETELNOŚCIĄ.

Popijaliśmy sok porzeczkowy, kiedy ktoś powiedział, że w komnacie Ozyrysa czekają kolejni pacjenci. Był już późny wieczór. Pan Tadeusz przerwał opowieść i spytał nieoczekiwanie: – *Czy ja już pana dotykałem?* Pokręciłem głową. Wtedy Cegliński wstał i położył mi na piersiach i brzuchu swoje dłonie. Niebawem! Błyskawicznie poczułem silne ciepło. Trudno określić, jaki miało charak-

ter. Termoform nie daje takiego odczucia. Seans trwał krótko, usiedliśmy znowu, a ciepło w dotkniętych miejscach trwało, przenikało mnie, wpływało do środka. Fenomenalne uczucie, kojące, przyjemne! Uzdrowiciel zaśmiał się serdecznie, a jego mina mówiła: *No i co, niedowiarku?* Nie przyjechałem jednak ze sceptycznym nastawieniem, zbyt dużo dobrego słyszałem o nim, żeby wątpić. Są zresztą świadectwa, rozliczne dowody, naukowe ekspertyzy i potwierdzenia, że energia Ceglińskiego działa i uzdrawia. O szarlatanerii nie ma mowy! Przyjechałem poznać człowieka, który jest jak lekarstwo. Który sam jest lekarstwem. Oczywiście nie ma lekarstw na wszystko, bo gdyby tak było, zniknęłyby wszelkie choroby. Ale Cegliński jest skuteczny w tylu przypadkach, że zajęła się nim oficjalna nauka. Najpierw w Niemczech, później w Polsce. Bo jak wytłumaczyć zjawisko, że jego ręce są chłodne, a mimo to przekazują ciepło, kiedy dotknie drugiego człowieka? Skąd płynie ta tajemnicza energia, dlaczego się nie wyczerpuje, jaki jest związek pomiędzy oddziaływaniem bioenergoterapeuty a efektem zdrowotnym występującym u pacjentów? Termoform lub butelkę z ciepłą wodą też możemy sobie przykładać, lecz zdrowsi od tego nie będziemy.



FOT. WWW.GLOGOWNASZEMIASTO.PL

JUBILEUSZ TYGODNIKA GŁOGOWSKIEGO. FOTOREPORTER SPRAWDZA NA SOBIE GORĄCY DOTYK TADEUSZA CEGLIŃSKIEGO

Przy zachowanej własnej temperaturze ciała 36,6 st. Tadeusz Cegliński emanuje 38,6 st. C. To właśnie ten fenomen, wobec którego nauka XXI wieku – mimo takich możliwości – okazała się bezradna. Potwierdziła istnienie zjawiska, lecz źródeł jego pochodzenia wytłumaczyć nie może.

Zapytałem więc wprost, skąd u niego ta moc? – Nie wiem, z tym się urodziłem. To rodzinne, pewnie w genach przekazywane. Od najmłodszych lat miałem świadomość, że w moim organizmie zachodzą anomalie, jakie nie zachodzą u innych. Starsze osoby chciały, żebym je dotykał. Była u nas taka babka, wciąż łapała mnie za ręce. Aż się ojcu poskarżyłem. „Tato, ona chce, żebym ją trzymał za kolana”. „No, skoro chce, to ją trzymaj synu”. A ja byłem młody, gdzie mi się chciało staruszki łapać, uciekałem – śmieje się pan Tadeusz. Poszliśmy do komnaty Ozyrysa. Uczestnicy turnusu, Ślązacy z Niemiec, byli zaskoczeni wizytą dziennikarza. Ale odpowiadali chętnie na pytania dotyczące Ceglińskiego.

– Ustały mi bóle w okolicach łędzwi. W prawej nodze mam niedokrwienie, tam pojawiły się owrzodzenia. Jestem w Piramidzie od paru dni i wrzody zniknęły, bardzo się cieszę – powiedziała starsza pani.

– Miałem operację prostaty, problemy z oddawaniem moczu, co półtorej godziny musiałem wstawać w nocy. Teraz, odkąd tu jestem, tylko raz. Serce się też uspokoiło, Piramida i pan Tadeusz pomagają – dodał mężczyzna.

– Ja mam gościec postępujący, kolano mnie bolało, nie mogłam stanąć na nodze, bóle były okropne. Teraz noc przesypiam, a w domu między pokojem a ubikacją miałam krzesło, bo nie mogłam przejść. Samopoczucie bardzo mi się poprawiło.

– Powiemy swoim lekarzom, że byliśmy tutaj, że kiedy pan Tadeusz nas dotyka, czujemy ciepło, jakby ktoś nam rozgrzał żelazko przykładał. Będziemy namawiać inne osoby, które cierpią, żeby tu przyjeżdżały – dodał inny pacjent.

Cegliński jest jedynym bioenergoterapeutą w Polsce, który poddał się naukowym badaniom i jedynym, który ma dokumentację potwierdzającą uzdrowicielski fenomen. W jego gabinecie miałem okazję obejrzeć te dokumenty. Opasa



TYSKI BIOENERGOTERAPEUTA JAKO JEDEN Z NIELICZNYCH UZNANY
ZOSTAŁ PRZEZ ŚWIAT MEDYCYNY

księga. Uzdrowiciel wyjął je specjalnie dla mnie z szafy pancernej. Dokumentowanie jego uzdrowicielskich osiągnięć rozpoczęło się w 1985 na Uniwersytecie we Freiburgu w Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene pod kierownictwem prof. dr Hansa Bendera. Rok później jego zdolnościami zainteresował się prof. Günter Wiegelmann, dyrektor Volkskundliches Seminar na Uniwersytecie w Münster. Efektem badań Wiegelmanna była praca naukowa „Volksmedizin heute”, ze zdjęciem rąk Ceglińskiego na okładce. W wywiadzie dla „Dortmunder Nord-West Zeitung” profesor powiedział, że nie spotkał dotąd człowieka o tak wybitnych zdolnościach uzdrowicielskich, jakie posiada Tadeusz Cegliński. Z jego inicjatywy poszerzono badania fenomenu Ceglińskiego na Uniwersytecie w Regensburgu i w Klinice Specjalistycznej w Donaustauf. Zdaniem niemieckich naukowców, „działanie pana Ceglińskiego ma nadzwyczajny sposób leczenia, niewytłumaczalny z medycznego punktu widzenia. (...) W przypadkach, w których medycyna była bezradna, po działaniu pana Ceglińskiego nastąpiła niespodziewana pozytywna reakcja. Na podstawie powyższych stwierdzeń można ustalić, że pomiędzy działaniem leczniczym pana Ceglińskiego a efektami końcowymi u pacjentów istnieje związek przyczynowy”. Dr Zygmunt Filipowicz, ordynator lecznicy Ministerstwa Zdrowia w Kon-



PIRAMIDA POWSTAŁA 10 LAT TEMU NA TYSKIM CZAKRAMIE, NA SKRAJU PUSZCZY I JEZIORA

stancinie, w 1996 roku powiedział: „Ten bioenergoterapeuta, który w swoim Centrum Terapii Naturalnej w Tychach codziennie dokonuje cudów w przywracaniu ludziom zdrowia, należy do tych nielicznych uznanych przez świat medycyny”. A prof. Leszek Wdowiak z Akademii Medycznej w Lublinie przyznał: „Sceptycznie podchodzę do tzw. uzdrowicieli, (...) jedynie seanse Tadeusza Ceglińskiego budzą moje uznanie”.

– Podałem się badaniom, mając świadomość, że posiadam zdolności uzdrowicielskie, bo widziałem wcześniej efekty. Więc nie obawiałem się niczego, a zależało mi, żeby moją moc potwierdziły obiektywne, bezstronne badania. Ludzie, którym pomogłem, chwalili mnie, lecz pochwały nie zastąpią naukowych dowodów. Ja jedyny poruszyłem serce królika, które było zanurzone w soli fizjologicznej i do którego prowadziły przewody – podkreśla uzdrowiciel.

W 1996 w Katedrze Fizjologii Śląskiej Akademii Medycznej w Katowicach urządzenia zarejestrowały skurcz izolowanego serca królika. Kierujący badaniami prof. Witold Tuganowski stwierdził wtedy: „Bezsprzeczny pozostaje fakt oddziaływania badanego na preparat. Oddziaływanie pojawia się często, jest wyraźne, zaś warunki doświadczenia są kontrolowane. Oznacza to, że faktycznie istnieje”.

Dotyk Ceglińskiego pomaga i jeszcze nikomu nie zaszkodził. Czy to nie jest fascynujące? Migreny, bóle głowy, nerwice, stany lękowe, depresje, bezsenność, choroby nosa, gardła, krtani, uszu, choroby oczu, tarczycy, stany zapalne narządu ruchu, niedowłady kończyn, schorzenia reumatyczne i kręgosłupa, choroby układu pokarmowego, wątroby i trzustki, układu moczowego, układu krążenia, schorzenia ginekologiczne, guzy sutków, choroby neurologiczne... Lista jest długa i wciąż się wydłuża. Pan Tadeusz ma już 61 lat, a zachowuje się jak dziarski trzydziestolatek. Energia własna i pogoda ducha aż w nim kipią. To się udziela innym. Rutyna jest mu obca, a wrażliwość na ludzkie nieszczęścia wciąż w nim ta sama, co kiedyś. Jego ręce dotykały dwóch prezydentów naszego kraju, marszałka Sejmu, marszałka Senatu, ministrów zdrowia, posłów, senatorów, wielu profesorów medycyny, futbolową reprezentację Polski (pamiętne 2:1 z Portugalią po pobycie w Piramidzie), oficerów w Komendzie Głównej Policji... Ale czy to Aleksander Kwaśniewski, czy Jan Kowalski – podejście uzdrowiciela do człowieka w potrzebie jest zawsze identyczne.

– Są tacy, którzy od 20 lat powinni nie żyć, bo lekarze nie dawali im szans. A mimo to żyją. Nie traktuję tego jednak w kategoriach cudu, bo ja nie działam na zasadzie czarodziejskiej różdżki. Cudowne jest to, że opatrność skrzyżowała moją ścieżkę ze ścieżkami tych ludzi i dzięki temu cieszą się oni zdrowiem.



**NIESAMOWITE ZDOLNOŚCI CEGLIŃSKIEGO
NAUKOWCY POTWIERDZILI JUŻ W LATACH 80.
(„DORTMUNDER NORD-WEST ZEITUNG”, 24 X 1987)**

Pamięta wiele niesamowitych przypadków, mógłby o nich opowiadać godzinami. Pewna nauczycielka z nowotworem płuc pojechała na Jasną Górę błagać Matkę Boską o pomoc. – Płakała przed cudownym obrazem i obiecywała, że jeśli wyzdrowieje, na kolanach będzie dziękować. Wyszła ze świątyni i spotkała kobietę. *Jedź pani do Tychów, do Ceglińskiego* – i tamta dała jej adres. Pojechała i wyszła z choroby całkowicie. A ja potem przypomniałem jej o przyrzeczeniu. *Tam pani pojechała i tam dostała wskazówkę*. Odbyla pokutę, poszła na kolanach do ołtarza.

Inna historia: stwardnienie rozsiane, dziewczyna z Niemiec. Przyjechała do niego i powiedziała, że chciałaby zostać lekarzem neurologiem, szukać ratunku dla chorych. Dziś jest neurochirurgiem z doktoratem. I nadal regularnie przylatuje, funkcjonuje normalnie. *Pan działa*

jak lek, powiedziała. Nie ma objawów SM, wszystko się cofnęło. Ale gdy przerwa się przedłuża, przyjeżdża do niego na energetyczne doładowanie.

Piramida, w której uzdrowiciel przyjmuje ludzi, jest tylko narzędziem, które go wspomaga. *Egipskie piramidy były dla wybranych, ta jest dla wszystkich* – powiada. Kiedy powstała na tyskim czakramie, przy Jeziorze Paprociańskim, na skraju Puszczy Pszczyńskiej, około 5800 ludzi protestowało, że bezceści święte miejsce, że chce kultywować pogaństwo. Dzisiaj tyszenie pęcznieją z dumy, że Piramida wyróżnia ich miasto, a wielu z nich chodzi do Ceglińskiego, by czerpać z jego niesamowitej energii. A on im mówi, jak zawsze, że pierwszy do pomocy powinien być lekarz. Tego przestrzega. Jak można pomóc człowiekowi, który przyjeżdża w ostatnim stadium raka jelita grubego, bo nigdy wcześniej się nie badał? Sam Cegliński bada się regularnie co pół roku. Często lekarze, którzy wcześniej byli sceptykami, sami stają się jego pacjentami, a nawet przyjaciółmi.

Czemu Piramida? – pytam. – Bo to miejsce mocy. Kiedy stanąłem w tym miejscu pierwszy raz, od razu nasunęło mi się skojarzenie: piramida. One mają swoją moc. Ta moja jest wiernym odwzorowaniem piramidy Cheopsa z Gizy w proporcjach 1:5. Napoleon też był zafascynowany piramidami, uważał, że swoje sukcesy zawdzięcza ich energii, bo działają na strukturę psychofizyczną. Więc zapragnąłem ją wybudować, całą koncepcję stworzyłem, od podstaw. No i w kwietniu 2014 będzie już 10 lat, jak ona pomaga mi leczyć, kumulując energię...

Kiedy skończyliśmy długą rozmowę, pan Tadeusz odprowadził mnie na parking i polecił włączyć wszystkie światła okalające granitowe ściany Piramidy. Noc pojaśniała, a u szczytu złączyły się cztery wiązki. I poleciały prosto do nieba. Piloci z Pyrzowic mówią, że dla nich to także widoczny znak w ciemnościach.

STANISŁAW BUBIN

ZAPRASZAMY DO ŻABI KRAJU

WYWIAD Z **BARBARĄ DONOCIK** – KIEROWNIKIEM BIURA STOWARZYSZENIA
LOKALNA GRUPA RYBACKA „ŻABI KRAJ”

Skąd się wziął pomysł na powstanie Stowarzyszenia o tak interesującej nazwie: Lokalna Grupa Rybacka „Żabi Kraj”?

Powołanie Stowarzyszenia 12 października 2009 roku było naturalną konsekwencją wieloletniej współpracy 3 sektorów: publicznego, społecznego, gospodarczego, w tym rybackiego. Główną zasługą powołania Stowarzyszenia była aktywność Wójtów i Burmistrzów, pracowników Polskiej Akademii Nauk w Gołyszu i rybaków. Ponadto wiedzieliśmy, iż wkrótce zostaną wdrożone instrumenty wsparcia dla obszarów zależnych od rybactwa, które miały zostać uruchomione w Polsce w ramach Programu Operacyjnego „Zrównoważony rozwój sektora rybołówstwa i nadbrzeżnych obszarów rybackich 2007-2013” (PO RYBY). W marcu 2010 roku złożyliśmy wniosek na wybór stowarzyszenia do realizacji lokalnej strategii rozwoju obszarów rybackich (LSROR) w ramach PO RYBY 2007-2013.

Czy udało pozyskać środki?

Stowarzyszenie pozyskało ponad 43 miliony zł na realizację Lokalnej Strategii Rozwoju Obszarów Rybackich z osi 4 PO RYBY 2007-2013. Pozyskane środki dały możliwość zrealizowania wielu działań na obszarze gmin należących do LGR „Żabi Kraj”, tj. gmin: Chybie, Dębowiec, Goczałkowice-Zdrój, Skoczów, Strumień, Pawłowice i Zebrzydowice. W ramach realizacji LSROR poprzez Stowarzyszenie można pozyskać środki unijne.

Czy tylko rybacy mogą pozyskać środki poprzez LGR „Żabi Kraj”?

Środki może pozyskać każdy – zarówno osoby fizyczne, jak i prawne, które chcą zainwestować na terenie LGR. Można m.in. otworzyć lub rozwinąć swoją działalność gospodarczą. W konkursach można pozyskać na jedną operację do półtora mln zł oraz do 85% kosztów kwalifikowanych. Warto dodać, iż można wnioskować o 100% zaliczki. Wszystkich chętnych zapraszamy na szkolenia organizowane przez LGR i nieodpłatne

konsultacje w biurze LGR (ul. Mickiewicza 9 w Skoczowie). Na szkoleniach i konsultacjach dowiedzą się Państwo, jak wypełnić wnioski oraz jakie dokumenty należy przedstawić, aby uzyskać dofinansowanie. Jednak LGR „Żabi Kraj” to nie tylko nabory – organizujemy również inne działania.

Jakie inne działania Państwo organizujecie?

Jak wcześniej wspomniałam, działań jest wiele i są skierowane do różnych grup. Dla dzieci pod koniec listopada i na początku grudnia zaplanowaliśmy konkurs plastyczny. Konkurs odbędzie się w dwóch etapach – pierwszy gminny i drugi etap regionalny. Przy współpracy z innymi LGR wydaliśmy kolorowanki i książeczkę edukacyjną „Co szumi w stawie”. Wydaliśmy również grę „Skoczkiem po Żabim Kraju”, dzięki której najmłodsi mogą zwiedzić „Żabi Kraj”. Dla dzieci i młodzieży lubiących gry komputerowe proponujemy dostępną na naszej stronie grę „Twoja rybka”, w której można wirtualnie wyhodować rybkę. Dla amatorów gotowania został nagrany film Kulinaryny Atlas Ryb, który jest dostępny na naszej stronie www.zabikraj.pl i na naszym kanale na [YouTube](http://www.YouTube.com). Na podstawie filmu został wydany folder o tym samym tytule. Zarówno na filmie, jak i folderze można znaleźć praktyczne rady dot. przyrządzania potraw z ryb. Od 2011 roku organizujemy w ramach Regionalnych Dni Rybactwa Mistrzostwa w Przyrządzaniu Potraw z Karpia dla uczniów szkół gastronomicznych, Mistrzostwa Europy dla profesjonalistów i konkursy dla amatorów. Organizujemy również pokazy kulinarne. Nasz ostatni pokazy odbył się podczas szkolenia dla kobiet w budynku OSP w Bąkowie, który został wyremontowany poprzez środki pozyskane poprzez LGR „Żabi Kraj”. Patronat honorowy nad szkoleniem objęła pani Małgorzata Handzlik – Poseł do Parlamentu Europejskiego. Podczas szkolenia były omawiane m.in. możliwości pozyskania środków poprzez LGR oraz wpływ diety na życie człowieka.

17 grudnia odbędzie się po raz kolejny Konkurs Kulinaryny w Skoczowie, podczas którego również odbędą się pokazy kulinarne. Wszystkich zainteresowanych zapraszamy do wzięcia udziału.

W tym roku współorganizowaliśmy szereg imprez w gminach, m.in. Festiwal Róż w Goczałkowicach-Zdroju, Kiermasz Kapel i Festiwal Piosenki Dziecięcej i Młodzieżowej w Zebrzydowicach, Rajd Rowerowy w Chybiu, Rajd Rowerowy w Strumieniu, Transgraniczny Jarmark Ekologiczny w Chybiu, Staromiejską Wiosnę w Strumieniu, dożynki w Pawłowicach, Dębowcu, Skoczowie, konkursy wędkarskie. Współorganizowaliśmy również Błękitny Marsz Nordic Walking – Kijami w cukier w Skoczowie. Aktualnie tworzymy Gminne Kompleksy Tras Nordic Walking (GKTNW) – w każdej gminie należącej do LGR powstaną 3 trasy ze wspólnym startem. Ponadto w każdym GKTNW będą zamontowane urządzenia do ćwiczeń na wolnym powietrzu.

Dla rybaków zorganizowaliśmy wiele szkoleń, powstała również Strategia Karp 2020, która została uznana za jeden z najlepszych projektów przez Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Został wyznaczony Szlak Karpia, do którego należą m.in. gospodarstwa rybackie, gospodarstwa agroturystyczne, restauracje serwujące ryby. Szlak powstał na terenie woj. opolskiego, śląskiego, dolnośląskiego, małopolskiego, świętokrzyskiego i podkarpackiego.

Wymienione działania są tylko przykładowymi. Zapraszam do śledzenia naszej strony internetowej www.zabikraj.pl, na której publikujemy wszelkie informacje dot. działalności naszego Stowarzyszenia.

STOWARZYSZENIE LOKALNA GRUPA RYBACKA „ŻABI KRAJ”

UL. MICKIEWICZA 9
43-430 SKOCZÓW
TEL./FAX 33 487 49 55 WEW. 612,
797 410 135
E-MAIL: BIURO@ZABIKRAJ.PL
WWW.ZABIKRAJ.PL

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
RYBACKI



Operacja współfinansowana przez Unię Europejską ze środków finansowych Europejskiego Funduszu Rybackiego zapewniającą inwestycje w zrównoważone rybołówstwo

TEGOROCZNA JESIENNA GALA DRESS FOR SUCCESS POLAND PO RAZ PIERWSZY ODBYŁA SIĘ W POZNANIU DZIĘKI GRAŻYNIE KULCZYK, WOLONTARIUSZCE STOWARZYSZENIA I DAMIE ROKU 2010. WE WTOREK 29 PAŹDZIERNIKA W STARYM BROWARZE TYTUŁEM DAMY ROKU 2013 WYRÓŻNIONA ZOSTAŁA NINA KOWALEWSKA-MOTLIK. UCZESTNICZYŁY WSZYSTKIE DOTYCHCZASOWE DAMY ROKU, Z JOLANTĄ KWAŚNIEWSKĄ, GRAŻYNĄ KULCZYK, DOROTĄ SOSZYŃSKĄ I SOLANGE OLSZEWSKĄ. PO RAZ PIERWSZY PRYZNANY ZOSTAŁ TEŻ TYTUŁ BENEFICJENTKI ROKU. OTRZYMAŁA GO EWA WARZECHA ZE ŚWIĘTOCHŁOWIC. UCZESTNICZKI ZOBACZYŁY TAKŻE DOPIERO CO WYDANA KSIĄŻKĘ „W SUKIENCIE DO SUKCESU”.

DAMA ROKU 2013

STARAM SIĘ POMAGAĆ LOSOWI



FOT. MARCIN GÓRGOLEWSKI, MAKIJAŻ WIOLETTA UZAROWICZ

Z **NINĄ KOWALEWSKĄ-MOTLIK**, DAMĄ ROKU 2013 STOWARZYSZENIA DRESS FOR SUCCESS POLAND, ROZMAWIA DOROTA STASIKOWSKA-WOŹNIAK

Kiedy czytam pani życiorys, dochodzę do wniosku, że najbardziej stałym elementem pani barwnego życia jest zmiana. Pani życie to nieustanne zmiany?

Składa się na nie rzeczywiście wiele przypadków. Jestem jak surfer. Wskoczyłam na deskę, złapałam falę i płynę z nią. Bardzo wiele rzeczy w moim życiu odbywało się z przypadku. Spotykałam wiele osób, dużo się działo i nagle w wieku 30 lat stanęłam do konkursu i zostałam szefową Harlequina. A przecież nigdy nie czytałam ani jednego romansu, ani nie wiedziałam, jak się wydaje książki. Dla mnie wyzwanie jest możliwością, a nie czymś, co przytłacza. Zmiana jest zawsze mobilizującą, wielką radością i podróżą w nieznane, którą uwielbiam. Każda z nich jest oczywiście także stresem, ale pozytywnie napędzającym. Jestem z tych, którzy widzą

szklankę zawsze do połowy pełną, więc nawet kiedy mi się rozpadło małżeństwo, wiedziałam, że to nie koniec życia, tylko początek nowego etapu. Wtedy – właśnie w trakcie rozvodu – postanowiłam też odejść z Harlequina, zmienić mieszkanie i przebarbować się z rudej na blond.

Czyli zmiany zachodzące w pani życiu nie dotyczą tylko jednego obszaru, ale zawsze są znacznie szersze? Którą z nich z perspektywy czasu uważa pani za najbardziej istotną?

Steve Jobs powiedział: „Zmiana jest często przyjmowana przez nas jak jakiś dopust boży albo koniec świata i dopiero z perspektywy czasu możemy stwierdzić, że gdyby to coś się nie stało, to nie byłibyśmy tu gdzie jesteśmy”. To, co kiedyś wydawało nam się tragedią, po pewnym czasie wygląda zupełnie

inaczej. Jak mówiłam, jestem wielką optymistką. Zawsze uważałam, że jeśli Bóg da dzieci, to da i na dzieci. Ale oczywiście starałam się pomóc losowi, dawać z siebie wszystko, w każdej sytuacji losowej. I brałam życie takim, jakim było. Na przykład po 5 latach studiów na japonistyce okazało się, że nie mogę pracować jako tłumaczka ze względów politycznych. To był dla mnie wtedy absurd kompletny i bardzo to przeżyłam. Ale widocznie tak miało być. Gdzie bym dziś była i co robiła, gdyby wtedy moje życie potoczyło się inaczej?

Poradziła sobie pani w trudnej sytuacji.

W życiu często reaguję impulsywnie. Niedawno zobaczyłam pijanego ojca bijącego dziecko. Wskoczyłam z samochodu i zaczęłam się z nim szarpać i wrzeszczeć. To nie było przemyślane działanie. Z perspektywy czasu wiem, że najtrudniejszy dla mnie moment nastąpił w wieku 42 lat, kiedy urodziłam drugie dziecko, zostawiłam świetną pracę i byłam z mężczyzną, którego niedawno poznałam. Zupełnie nie wiedziałam, czy coś z tego związku będzie...

To romantyczna historia!

Tak, z happy endem, ale wtedy tak nie wyglądała. Byłam sama. Urodziłam drugie dziecko, bez ślubu, a dodatkowo stwierdziłam, że odejdę z pracy, która dawała mi chleb i wielką pozycję społeczną. Teraz siedzimy w kuchni trzypokojowego mieszkania, w którym spędziłam ostatnie 13 lat mojego zawodowego życia. Odeszłam ze świata wielkich korporacji i wielkiego biznesu, w którym byłam panią prezes, miałam 1200 metrów biura i mnóstwo pracowników. Wtedy to była poważna i odważna decyzja. Stwierdziłam jednak, że strategia jogurtu nie jest ważna w moim życiu. Najważniejsze jest moje dziecko.

Strategia jogurtu?

Prowadziłam agencję reklamową Young & Rubicam, która pracowała dla wielkich firm, jak Palmolive, Philip Morris czy Danone właśnie. Pomyślałam, że siedzenie w pracy i omawianie strategii jogurtu, kiedy moje dziecko przebywa z nianią, jest bez sensu. Więc odeszłam.

W pani życiu olbrzymią rolę odgrywają emocje. Podkreśla pani, że poniósł panią nurt rzeki... A jednak ścieżka kariery wygląda na zaplanowaną. W latach 1991-1995 kierowała pani wydawnictwem Harlequin Book, sprzedając w Polsce 500 tytułów w nakładzie 50 mln egzemplarzy! Sukces Harlequina odnotowany został przez Harvard School of Business Administration jako *case study*. Później przez 5 lat była pani dyrektorką generalną i prezesem Young & Rubicam Poland. Obroty firmy wzrosły z 20 do 75 mln dolarów. Nieźle!

Absolutnie nic nie było zaplanowane w moim życiu, łącznie z poznaniem mojego drugiego męża. To był taki Harlequin, że gdyby ktoś przeczytał o naszym romansie, to by uznał, że stanowczo przesadzili z fantazjowaniem. Powtarzam swoim dzieciom, że gdzieś tam na górze jest taki specyficzny licznik, wielkie oko, które widzi wszystko co robimy. Ludzie nazywają go Bogiem. I każda zła myśl, każdy zły czyn wracają z podwójną siłą.

Z potrójną!

Trzeba przebaczać, nie nosić w sobie złości ani żalu, bo to zamula intuicję. Być otwartym, nadstawiać drugi policzek, zamiast procesować się o 15 zł, czy nawet o 15 mln – bo przecież i tak majątku nigdzie z sobą nie zabierzemy. Nasze jest to, co przeżyliśmy, co widzieliśmy, ludzie, których spotkaliśmy i których mamy w sercu. To, co posiadamy, rzeczy, nie są nic warte, kompletnie. Mogą nam je zabrać kryzys, złodziej, ogień, woda i jutro nie będziemy mieć nic. Nasze jest tylko to, co nosimy w sercu. To jest wszystko, co naprawdę mamy.

Chrześcijańskie przesłanie...

Bycie dobrym, otwartym, dzielenie się sobą, pomaganie innym jest dla mnie źródłem wielkiej satysfakcji! To nie jest nic wyrachowanego i wykalkulowanego. Dobro przekazane – wraca. Przychodzi do człowieka samo. W samolocie, w pociągu ktoś się odezwie, uśmiechnie, nawiążemy kontakt, który będzie przyjaźnią na całe życie. Moja pierwsza teściowa mówiła: „Rzuć za siebie, a znajdziesz przed sobą”.

Takie podejście jest specyficzne dla kobiet? Pani słowa są przesycane wrażliwością, empatią, ciepłem, życiowym doświadczeniem, mówiącym, że wszyscy jesteśmy w jednym kręgu życia, a dobro i zło powracają.

Na pewno jest to pierwiastek kobiecy. Ale znam wielu mężczyzn, niezwykle męskich, którzy mają wypracowany pierwiastek kobiecy. To ci, którzy pierwsi się uśmiechają, którzy



FOT. MARCIN GORGOLEWSKI / MAKE-UP WIOLETTA UZAROWICZ

ewa warzecha ze świętochłowic została beneficjentką roku, a teraz jest także wolontariuszką dress for success poland. ewa ma dwa sklepy (w polsce i niemczech). jest mamą 2 chłopców. zawsze bardzo pomocna, otwarta i uśmiechnięta



ODMIENIONE WIZERUNKI 24 SPOŚRÓD PONAD 400 BENEFICJENTEK DRESS FOR SUCCESS W POLSCE ZNALAZŁY SIĘ W KSIĄŻCE DOROTY STASIKOWSKIEJ-WOŹNIAK I WIOLETTY UZAROWICZ „W SUKIENCE DO SUKCESU”

świetnie nawiązują kontakt. Po angielsku nazywa się to *elevator pitch*. Wchodzisz do windy i masz kilkadziesiąt sekund na kontakt, żeby zagadnąć, wręczyć wizytówkę. I dalej dzieje się samo. Ja jednak zawsze byłam osobą nieśmiałą. Kiedy wchodzę gdzieś, gdzie jest wiele osób, czekam pod ścianą, póki ktoś się do mnie nie odezwie.

Trudno w to uwierzyć!

Nie mam śmiałości w tłumie. Unikam tłumów, boję się ich. W moim domu nigdy nie robię dużych przyjęć. Przewijają się ludzie dwójkami, czwórkami, ale nie dziesiątkami. Chętnie ugotuję, nawet codziennie, bo chcę się spotykać i rozmawiać, a nie odwalać przyjęcia dla 200 osób w ogrodzie, gdzie nie ma mowy o osobistym ciepłym, ludzkim spotkaniu i normalnej rozmowie. Więc na pewno jest to pierwiastek kobiecy, lecz mężczyźni też świetnie sobie z tym radzą. Znam też oczywiście kobiety zimne, obojętne na innych, mające w sobie zło, zawiść. Jeśli mówimy o tym, jakie są kobiety, to uważam, że mało solidarne, mało lojalne wobec siebie, bardziej skore, żeby podstawić komuś nogę niż podać pomocną dłoń.

A taka organizacja jak nasza? Mamy ponad 120 filii na świecie, kobiety sukcesu pomagają kobietom w potrzebie. Wszystkie pracujemy społecznie i chcemy to robić, bardzo się angażujemy.

W Polsce jest to bardzo potrzebne. W Stanach prowadzone były badania socjologiczne na temat solidarności i wzajemnego wspierania się kobiet. I pokazały rzecz straszną: Polki są najmniej lojalne wobec siebie, najmniej solidarne i najmniej się wspierają. Dlatego tak bardzo potrzebna jest każda

inicjatywa, pokazująca, że można inaczej. A wszystko zaczyna się od tego, że w Polsce jest tak mało kobiet w przestrzeni publicznej, że nie mamy punktów odniesienia ani wzorów. W Ameryce dziewczynka może powiedzieć: „Chcę być jak Hillary Clinton”. W Niemczech: „Chcę być jak Angela Merkel”. W każdym z krajów europejskich i w Stanach są tysiące kobiet, na których można się wzorować, które inspirują! W Polsce takich kobiet jest mało, na dodatek często do kariery zawodowej idą na skróty i kiedy już osiągną wymarzoną pozycję, okopują się w swoich grajdółkach, nie dopuszczając rywalek. Dlatego tak ważne jest to, co robicie. Kobiety potrzebują wsparcia innych kobiet i dobrego przykładu.

Miała pani 42 lata, dzieci, była bez męża, rzuciła pracę i ruszyła w nieznaną. Nie bała się pani?

Ależ panicznie się bałam!

Co by pani poradziła kobiecie z dziećmi, bez pracy, świadomej, że musi zostawić faceta, bo jest koszmarnie.

Musi wierzyć, że da radę! Bez wiary w siebie nikomu nic się nie uda. Jeśli przychodzi do mnie kobieta na *job interview*, na rozmowę o pracę, zgarbiona, skulona i niepewna siebie, to ja zadam sobie trud, żeby do niej dotrzeć, ale nie mam pewności, czy każdego szefa na to stać. W przypadku Harlequina, kiedy zaczynałam pracę, a nie znałam się na działalności wydawniczej, powiedziałam: „Panowie, nie mam pojęcia, czego ode mnie oczekujecie, nie wiem, ile jest warta moja praca i czy za miesiąc nie wywalicie mnie z hukiem. To jest eksperyment dla obu stron i jeżeli się uda, wierzę, że uczciwie mnie wynagrodzicie”.

I udało się.

Zawsze miałam ogromne szczęście w życiu, trafiałam na mądrych szefów. Gdybym trafiła na gorszych, z moim brakiem asertywności pewnie siedziałabym na kasie w Tesco.

Nie sądzę.

Mówię skrótem. Jeśli człowiek boi się ryzyka, jest nastawiony na program minimum, to nic nie osiągnie. Tak jak taksówkarz, który wiozł mnie dziś do pracy. Mówię mu, że się spieszę, żeby pojechał bardziej kreatywnie, że mu dopłacę, ale żeby nie stał na środkowym pasie i czekał na swoją kolej, aż wszyscy w Warszawie go wyprzedzą. I co on na to? Powiedział, że wychodzi na 8 godzin do pracy i nigdzie nie będzie się spieszył.

Jakie są najważniejsze cechy dobrego szefa czy szefowej?

Dobry szef to ktoś, kto lubi ludzi i ma na nich motywujący wpływ. To ktoś, kto daje jasne i mierzalne cele, sprawiedliwą ocenę i prawo do popełnienia błędu. To ktoś, kto pamięta, by często mówić „dziękuję, proszę, przepraszam”.

A idealny pracownik?

To każdy z moich pracowników. Są kreatywni, ambitni, wspierają się wzajemnie i lubią swoją pracę. Jeśli chcemy coś osiągnąć, trzeba mieć ambicje, twórcze podejście do pracy, wiarę w siebie. Ja też mam lęk i strach przed nieznanym,

przed zmianami. To naturalne, ale ważne, żeby ten strach był siłą napędzającą, a nie hamującą.

Gdzie i jak w ciężkich chwilach znaleźć w sobie energię, siłę, odwagę?

Potrzebna jest czyjaś dłoń. Ktoś kto powie: „Potrafisz, dasz radę, zrób to!”

Pomoże skoczyć na głęboką wodę?

Tak. Ja wszystko w życiu robiłam na wyrost. Zawsze miałam pracę, o której nie miałam na początku pojęcia, mówiłam: „Nie wiem, czy mi się uda, ale się postaram”. I rzeczywiście siedziałam po nocach i ciężko pracowałam. I udawało się, bo nie święci garnki lepią, trzeba pracować! Oczywiście chirurgia kolana – no, tego bym nie zrobiła, ale inne rzeczy, czemu nie? Przecież wszystko można zrobić, trzeba być ambitnym.

W dzieciństwie przez 6 lat mieszkała pani z rodzicami w USA i chodziła do szkoły w Nowym Jorku. Te doświadczenia na pewno miały wpływ na to, jaka jest pani teraz.

Chodziłam do szkoły w NY i miało to ogromny wpływ na moją postawę życiową. Amerykanie są niepoprawnymi optymistami i mistrzami pozytywnego myślenia.

Rodzą się z tym?

Jeśli ktoś ma taki stosunek do życia, że gdy pytamy co słychać, zawsze mówi, że stara bieda, to on zawsze będzie miał starą biedę. A jeśli ktoś chce zmian, wszystko jest możliwe. Każda zmiana zaczyna się w nas. Musimy uwierzyć, że chociaż będzie trudno, na pewno się uda! Jeśli będziemy to sobie powtarzać jak mantrę, to się uda. A jeśli chodzimy zgarbione i mówimy, że nic z tego nie będzie, to oczywiście nic nie będzie. To jest myślenie sprawcze, myśli są komputerem, który napędza nasze emocje i czyny. Sami siebie programujemy. Dlatego tak ważne jest odpowiednie wychowanie dziecka. Zaczepiam matki w przychodni, na spacerze: „Niech pani nie mówi synkowi, jaki jest niegrzeczny, tylko że jest mądry i dobry”. Wszyscy ludzie są łaśni na komplementy. My też. Jeśli sama siebie nie polubisz, jeśli nie będziesz w stanie powiedzieć, że jesteś fajną babką, robisz świetne rzeczy, to nikt ci tego nie powie.

Pewnie dlatego Dress for Success jest tak potrzebny. Bo my to mówimy. Pani największy sukces?

Moje dzieci. Które udało mi się wychować na porządnym ludzi, nie przewrócić im w głowach. Są najsłodszykami dziewczynkami.

Monika i Sara.

Jedna, która pracuje ze mną, jest mistrzynią Polski w golfa, druga, która ma 13 lat, jest bardzo uzdolniona muzycznie. Jednej i drugiej mówię często, żeby pamiętały, że oceny w szkole i osiągnięcia są ważne, ale najważniejsze jest, żeby były zdrowe, szczęśliwe i żeby były dobrymi ludźmi. „Jeżeli do szczęścia wystarczy ci, że będziesz gospodynią domową, czy panią pracującą w kiosku lub sprzedającą lody, to mi to

wystarczy, bo ty przecież nie spełniasz moich ambicji tylko swoje” – mówię im. Uważam, że wielkim błędem rodziców jest oczekiwanie, by dzieci spełniały ich niezrealizowane marzenia, żeby były adwokatami, prawnikami, lekarzami, bo to dobrze brzmi. Starszej powiedziałam: „Nie musisz się uczyć dla stopni, mnie one w ogóle nie interesują, chcę żebyś miała pasję w życiu. Będę przyjmować z uśmiechem nawet tróje na szynach, jeśli w jednej dyscyplinie będziesz najlepsza”. Ona wtedy zrozumiała, że uczenie się dla stopni nie jest spełnieniem marzeń rodziców. I okazało się, że jest absolutnym geniuszem matematycznym. Skończyła psychologię społeczną na samych szóstkach i znalazła swoją drogę. Z młodszą też rozmawiam: „Widzę, że ładnie śpiewasz, jesteś uzdolniona, ale masz błędne wyobrażenie na temat życia muzyka w Polsce. To jest trudne, stresujące życie, jazda od domu kultury do remizy strażackiej i śpiewanie dla 30 osób. Musisz mieć zawód, który cię utrzyma, żeby muzyka mogła być twoją pasją. Bo dramatem muzyka jest, gdy nie ma na chleb i musi stać w metrze, żeby zarabiać pieniądze”.

Rada dla kobiet, które pragną sukcesu? Taka do oprawienia w ramkę i powieszenia nad łóżkiem.

Pokochaj siebie! Jesteś najlepsza na świecie!

NINA KOWALEWSKA-MOTLIK

Jedna z najbardziej wpływowych Polek. Przyłgnęła do niej opinia, że jest żelazną damą biznesu. Sympatyczna, pełna wdzięku. W życiu i pracy trzyma się zasady: szczerość i maksymalne zaangażowanie. To ona rozkochała Polki w Harlequinach,



FOT. MARCIN GORGOLEWSKI

a dzisiaj promuję nasz kraj w zachodnich mediach. Absolwentka japonistyki Uniwersytetu Warszawskiego. Karierę zawodową rozpoczęła jako dziennikarka Polskiego Radia. W latach 1991-1995 była prezesem wydawnictwa Harlequin Book. W 1994 założyła działającą do dziś spółkę konsultingową New Communication. W latach 1995-2000 była prezesem Young & Rubicam Poland (strategie marketingowe, rozwój marek i projekty reklamowe dla klientów sieciowych i lokalnych). Od 2006 certyfikowany wykładowca Harvard Business School. Konsultantka biznesowa (m.in. w ciągu roku stworzyła dział PR w największej polskiej firmie farmaceutycznej Polpharma wraz z procedurami i wdrożeniem standardów jakości). Wyłączna przedstawicielka w naszym kraju The Economist Group, CNN, Gruner+Jahr. Wyłączna importerka i dystrybutorka Financial Times w Polsce oraz wyłączna partnerka organizacji Superbrands.



PIERWSZE WARSZTATY DRESS FOR SUCCESS POLAND W BIELSKU-BIAŁEJ

FOT. AGNIESZKA ORLIŃSKA



SPOTKANIE MENTOREK Z BENEFICJENTKAMI PROGRAMU. OD PRAWEJ ELŻBIETA LOVELL I IWONA BARTYZEL

FOT. STANISŁAW BUBIN



PAMIĄTKOWE ZDJĘCIE NA ZAKOŃCZENIE PROJEKTU. W ŚRODKU DOROTA STASIKOWSKA-WOŹNIAK I MAŁGORZATA HANDZLIK

FOT. STANISŁAW BUBIN

SZCZĘŚLIWE SUKIENKI

W STOWARZYSZENIU DRESS FOR SUCCESS POLAND KOBIETY SUKCESU POMAGAJĄ SPOŁECZNIE TYM KOBIETOM, KTÓRYM Z RÓŻNYCH POWODÓW JEST TERAZ W ŻYCIU TRUDNIEJ. PO RAZ PIERWSZY WE WRZEŚNIU WOLONTARIUSZKI WSPIERAŁY WARSZTATOWO GRUPĘ BEZROBOTNYCH Z BIELSKA-BIAŁEJ.

Przez tydzień sześć pań w wieku 38-49 lat, wskazanych przez Powiatowy Urząd Pracy, przychodziło do pracowni Drugi Poziom w Bielsku-Białej, by uczestniczyć w warsztatach stowarzyszenia Dress for Success Poland. Wolontariuszki uczestniczące w tym projekcie prowadziły dla nich szkolenia kompetencyjne i wizerunkowe. Panie uczyły się pisania CV i listu motywacyjnego, ćwiczyły różne warianty rozmowy kwalifikacyjnej, wzmacniały poczucie własnej wartości, próbowały wystąpień publicznych (prezentacja i emisja głosu). Część zajęć była nauką makijażu, budowania poprawnego wizerunku, a nawet... chodzenia na szpilkach. Beneficjentki miały także konsultacje ze stylistką i wizytę u renomowanego fryzjera. Na koniec otrzymały za darmo ubranie (mówią o nim – szczęśliwe sukienki), w którym będą mogły pójść na rozmowę kwalifikacyjną. Spotkały się również z europosłanką Małgorzatą Handzlik, która gorąco zachęcała je do aktywnych starań o pracę („Jak nie drzwiami, to oknem, jak nie oknem, to przez komin! Dzielczyny, musicie!”). Ze swojej strony zadeklarowała także pomoc i wsparcie dla wszystkich działań nowo powstałej grupy wolontariuszek Dress for Success w Bielsku-Białej. Uczestniczki warsztatów, starannie przygotowane, odmienione i wzmocnione ruszyły teraz na podbój trudnego rynku pracy. Nie ma pewności, że od razu zdobędą zajęcie, ale bez wątpienia ich szanse znacznie wzrosły. Zwieńczeniem programu był udział beneficjentek w profesjonalnej sesji zdjęciowej. Każdej z pań w staraniach o pracę w najbliższych tygodniach będzie pomagać mentorka, która ma jej udzielać rad i wspierać psychicznie. Jak powiedziała dyrektorka Dress

for Success Poland, Dorota Stasikowska-Woźniak, ze statystyk stowarzyszenia wynika, że 75% kobiet uczestniczących w warsztatach zdobywa pracę i utrzymuje ją przynajmniej przez rok. Życzymy im tego!

Zajęcia prowadziły Katarzyna Jaworska – właścicielka agencji rekrutacyjnej HR Sigma, Dorota Szczepanik – trenerka biznesu i rozwoju osobistego, Jolanta Reisch-Klose – dziennikarka, Edyta Dwornik – właścicielka agencji modelek Prestige, Anna Wieja – wizażystka i stylistka z pracowni Drugi Poziom. Dokumentację fotograficzną szkolenia i profesjonalną sesję zrobiła Agnieszka Orlińska z pracowni Drugi Poziom. O fryzury pań zadbały stylistki z Akademii Fryzjerskiej Berendowicz & Kublin w Katowicach. Koordynatorkami projektu były wolontariuszki Dress for Success Poland, Sylwia Szczęsny i Jolanta Reisch-Klose.

Więcej informacji i zdjęć na stronie www.ladysclub-magazyn.pl



DRESS FOR SUCCESS®
Going Places. Going Strong.
POLAND

40-097 Katowice, ul. 3 Maja 36, II piętro
tel. 32 253 02 24
www.dressforsuccess.org/poland
poland@dressforsuccess.org

Jeżeli chcesz wesprzeć finansowo działalność **DRESS FOR SUCCESS**, możesz odpisać 1% swojego podatku na rzecz organizacji: **KRS 0000338193**.
Konto stowarzyszenia: **48 1160 2202 0000 0001 4884 6149**

RATUJMY SIĘ PRZED ZGUBNYM WPŁYWEM STRESU MASAŻ TAJSKI, ZABIEGI I TERAPIE AJURWEDYJSKIE

Nikt już nie ma wątpliwości, że stres ma zgubny wpływ na nasze życie. Próbuje się ratować, korzystając z popularnych metod i rozreklamowanych specyfików. Nie tędy droga! Proponujemy Państwu spotkanie z prawdziwą, autentyczną, liczącą sobie ponad pięć tysięcy lat tradycją, kulturą i filozofią medycyny Dalekiego Wschodu. Ayurveda, czyli nauka o życiu i zdrowiu, to wszechstronny system leczenia, sięgający korzeniami do starożytnych pism wedyjskich, najstarszych tekstów Indii. Podstawą Ayurweddy jest równowaga. Do jej osiągnięcia konieczne jest oczyszczenie organizmu z truczyn gromadzących się na skutek stosowania śmieciowej diety i używek, a także pochodzących ze środowiska.

Powstałe w Bielsku-Białej Ayurveda Studio daje niepowtarzalną możliwość korzystania z mądrości Dalekiego Wschodu. Wcześniej konieczna była podróż do Indii czy Tajlandii, by doświadczyć uzdrawiającego wpływu ajurwedyjskiej sztuki medycznej i ściśle z nią związanych technik tajskiego masażu. Ayurveda Studio to propozycja autentyczna, poparta tysiącami lat wiedzy przekazywanej z pokolenia na pokolenie. Pracują w nim najprawdziwsi przedstawiciele kultury Dalekiego Wschodu. Aree przybyła do nas pro-



sto z Chiang Mai w Tajlandii – miejsca, gdzie zrodziła się tradycja tajskiego masażu, a Sajesh pochodzi z Kerali na południu Indii – miejsca będącego kolebką Ayurweddy. Są to wybitni specjaliści, dla których niezmiennie od starożytności zasady masażu i medycyny ajurwedyjskiej są całym życiem. To Aree i Sajesh tworzą Ayurveda Studio, gdzie dzięki swoim wyjątkowym umiejętnościom i wiedzy uwalniają pacjentów od niepokojów, lęków i stresów zabieganej codzienności, dając im poczucie głębokiego relaksu i ukojenia. Techniki masażu i zabiegi ajurwedyjskie w wykonaniu Aree i Sajesh umożliwiają dotarcie do olbrzymich zasobów własnej duchowości, z istnienia których najczęściej nie zdajemy sobie sprawy, a które pozwalają nam na nowo spotkać się z sobą.

Stosowane w Ayurveda Studio zabiegi i masaże kompleksowo oczyszczają organizm, a poprzez wyciszający, relaksujący wpływ na du-

chową sferę życia zapewniają równowagę energii wewnątrz nas i przywracają pełnię potencjału zdrowia i twórczości. Ajurwedyjskie techniki z powodzeniem leczą dolegliwości, gdy inne zabiegi zawodzą. Unikalne, dalekowschodnie podejście do zdrowia i życia przybliży nas do natury, co w rezultacie przynosi ulgę, uzdrowienie i nadaje nowy, nieznany dotąd sens naszej egzystencji.

Na Dalekim Wschodzie Ayurveda nie wymaga reklamy, jest o wiele głębiej zakorzeniona w tamtejszej tradycji i historii niż znana nam medycyna zachodnia. Dlatego o jej skuteczności nie trzeba przekonywać – wystarczy spojrzeć na Aree i Sajesh, których spokój i radość z życia udzielają się każdemu pacjentowi.

PIOTR LALIK



AYURVEDA STUDIO

UL. BATOREGO 3/E, 43-300 BIELSKO-BIAŁA

TEL. (+48) 512 570 696

KONTAKT@AYURVEDA-STUDIO.COM

WWW.AYURVEDA-STUDIO.COM

f i n t



KULTURA WYRZUCANIA Z PRACY

MASZ PRZED SOBĄ CAŁE ŻYCIE, UTRATA PRACY TO JESZCZE NIE KONIEC ŚWIATA – TAK WIE-
LU PRACOWNIKOM POWTARZAŁ RYAN BINGHAM, BOHATER FILMU „W CHMURACH”, GRANY
PRZEZ GEORGE’A CLOONEYA. OSOBA ZAWODOWO ZAJMUJĄCA SIĘ WYRĘCZANIEM SZE-
FÓW FIRM OD PRZYKREGO OBOWIĄZKU WRĘCZANIA WYPOWIEDZEŃ I OPIEKĄ NAD TYMI,
KTÓRZY WŁAŚNIE PRACĘ UTRACILI, TO ZA OCEANEM COŚ OCZEWISTEGO. W POLSCE BYWA
Z TYM RÓŻNIE.

Według najnowszej edycji raportu Plany Pra-
codawców, realizowanego przez Instytut Ba-
dawczy Randstad i TNS, dla 15% badanych
przedsiębiorców podstawowym narzędziem radzenia sobie
z ciężką kryzysową sytuacją jest zwalnianie pracowników.

W ostatnim półroczu redukcja etatów nastąpiła w prawie co
trzeciej firmie, podczas gdy tylko co czwarta, zatrudniająca
zazwyczaj ponad 250 pracowników, zwiększyła zatrudnie-

nie. Najtrudniej jest we wschodniej i centralnej Polsce – tam
zwolnienia pracowników były największe. W blisko połowie
badanych firm wypowiedzenia umów objęły pojedynczych
pracowników. W jednej czwartej zwolnienia dotknęły ma-
łych grup (mniej niż 5% załogi), a prawie tyle samo firm
zwolniło w ciągu ostatniego półrocza około 10% załogi. Re-
dukcje powyżej 10% załogi miały miejsce w 8% badanych
przedsiębiorstw.

ZWOLNIENIA GRUPOWE

Jeżeli mówimy o zwolnieniach grupowych (z winy pracodawcy), zgodnie z polskim prawem pracownikowi przysługuje zależnie od stażu pracy odprawa pieniężna w wysokości od jednego do trzech miesięcznych wynagrodzeń. To niejedyny możliwy sposób radzenia sobie z odchodzącymi pracownikami. Pojęcie *outplacement* obejmuje także zwolnienia monitorowane, zwolnienia łagodne, programy kompleksowej pomocy zwalnianym, przygotowanie pracownika do życia po zmianie, wsparcie i pracownika, i pracodawcy w procesie restrukturyzacji oraz kulturę zwalniania pracowników. Za tym pojęciem, jak widać, kryją się działania planowe i kompleksowe, poprawiające sam proces redukcji zatrudnienia poprzez udzielanie pomocy zwalnianym pracownikom w odnalezieniu się w nowej sytuacji życiowej i zawodowej.

Historia *outplacementu* jest długa. Za ojca tego podejścia uważa się Bernarda Haldane'a, redaktora naczelnego *The New York Journal of Commerce*, który po 1945 roku opracował dla weteranów wojennych kompleksowe plany aktywizacji zawodowej i odnajdowania się w nowej rzeczywistości. Haldane badał kompetencje i mocne strony zdemobilizowanych żołnierzy, by dopasować ich kwalifikacje do rozwijającego się i zmieniającego rynku pracy. Szybko okazało się, że to podejście doskonale sprawdza się w biznesie i przełożenie tych mechanizmów na zwalnianych pracowników przynosi dobre efekty.

ODKRYJ SIEBIE

W Polsce zapotrzebowanie na *outplacement* pojawiło się po 1989 roku, kiedy pojawiały się pierwsze procesy restrukturyzacyjne w filiach zagranicznych koncernów. Prawdziwy rozwój *outplacementu* można zaobserwować w ostatnich latach. Jest w tym zjawisku kilka ważnych działań, a jednym z najważniejszych jest nieustanne wsparcie psychologiczne. Jest ono szczególnie istotne w chwili, gdy pracownik dowiaduje się o wyrzuceniu z pracy i musi sobie poradzić z ogromnym stresem, odnaleźć się w nowej sytuacji. Następnym krokiem jest analiza umiejętności pracownika. Konsultanci pomagają mu w odkryciu jego predyspozycji i zniwelowaniu słabych cech, nim zaprezentuje się na rynku pracy przed nowymi pracodawcami. Taka analiza pozwala też zaplanować dalszy kierunek rozwoju jego kariery zawodowej i skupić się na poszukiwaniu odpowiedniej pracy. W dalszej kolejności, na ile to możliwe, doradcy starają się podwyższać kwalifikacje pracownika, przygotować go do zmiany zawodu lub zachęcić do otwarcia własnej działalności gospodarczej.

Istotną częścią *outplacementu* jest nauka umiejętności społecznych, autoprezentacji i biegłego poruszania się po rynku pracy. To niezwykle trudna część, bo rynek pracy to miejsce dynamiczne, więc doradcy starają się pokazać, jak i gdzie

najefektywniej szukać nowego zajęcia. Przygotowanie dokumentów aplikacyjnych i do bezpośrednich rozmów z nowymi pracodawcami, to kolejne etapy *outplacementu*, niezbędne do zdobycia pracy. Zwieńczeniem procesu jest aktywne pośrednictwo pracy, czyli bezpośrednia pomoc w dotarciu do odpowiednich ofert.

To, co najważniejsze w *outplacementie*, to rola, jaką spełniają doradcy. Nie znajdują oni pracownikom nowej pracy, lecz uczą ich, jak skutecznie radzić sobie na rynku. Bez zaangażowania bezrobotnych cały ten proces traci sens. Sposoby mogą być różne: od spotkań indywidualnych po warsztaty grupowe. Zawsze jednak najważniejsze jest zaangażowanie ludzi. Początkowo jest to trudne, utrata pracy jest przecież stresującym wydarzeniem, lecz ostatecznie większość pracowników przyjmuje tę pomoc.

MOBILNE SZUKANIE

W ramach *outplacementu mobilnego*, który jest rozwinięciem klasycznego *outplacementu*, pracownikowi, który stracił pracę, proponuje się miejsce, w którym ma do dyspozycji biurko, komputer z dostępem do internetu i telefon. Takie rozwiązanie sprzyja aktywnemu poszukiwaniu pracy, a przebywającym poza domem pozwala ograniczyć stres. Dodatkowo do

dyspozycji poszukującego pracy dostępny jest *coach* – doradca zawodowy, osoba, która została indywidualnie dobrana i jest opiekunem pomagającym w wyszukiwaniu ofert, wypełnieniu dokumentów aplikacyjnych i przygotowaniu do rozmowy klasyfikacyjnej.

ZWALNIAĆ Z KLASĄ

Istotnym aspektem wdrażania programu zwolnień monitorowanych jest odpowiednia komunikacja, zachowanie dobrych relacji z odchodzącymi pracownikami i właściwy przekaz społeczny. Pracodawca zakończył umowę, ale nie pozostawia pracowników samym sobie, daje im możliwość odnalezienia się w nowej sytuacji, dzięki wsparciu finansowemu i edukacyjnemu. To bardzo dobrze wpływa na wizerunek pracodawcy, który postrzegany jest na rynku jako odpowiedzialny i godny zaufania. Powstaje ryzyko, że takie zabiegi postrzegane będą jako sztuczne działania marketingowe, jednak najważniejsze jest dobro zwalnianych pracowników.

W Polsce *outplacement* rozwija się intensywnie, jednak w porównaniu z zagranicą sytuacja nie wygląda najlepiej. W Wielkiej Brytanii udział firm stosujących procedury *outplacementu* wynosi ok. 70%. U nas wiele firm ciągle nie dostrzega jego zalet, szczególnie tych związanych z budowaniem wizerunku przyjaznego pracodawcy. *Outplacement* uważa się za rozwiązanie zbyt drogie i nieefektywne. Jak pokazują doświadczenia zagranicznych firm, wcale tak nie jest.

ŁUKASZ LENARD



CHCĘ BYĆ JAK NAJDALEJ OD POLITYKI

ROZMOWA Z **JANINĄ ŻAGAN**,
BURMISTRZEM SKOCZOWA

W 5 gminach Śląska Cieszyńskiego, spośród 12, rządzą kobiety. Prowokacyjnie zapytam, co ma Skoczów z tego, że rządzi nim kobieta?

To mogą ocenić sami mieszkańcy. Oceniają też ludzie przyjeżdżający do Skoczowa. Twierdzą, że miasto jest ładne i zadbane. Mówią żartobliwie, że widać w nim kobiecą rękę. Moim zdaniem, całkiem poważnie, nie ma różnic, czy rządzi kobieta, czy mężczyzna. Przepisy dla wszystkich są te same, tak samo trzeba przeciwstawiać się atakom opozycji. Różnica jest tylko taka, że kobiety zarządzają budżetem gminy jak budżetem domowym. Szybko podejmują decyzje i nie tracą czasu na jałowe gadanie. Tymczasem panowie lubią toczyć spory, by udowodnić swoje racje. Tak naprawdę wszystko zależy od tego, jakie jest podejście do sprawowania władzy. Ja założyłam, że będę rozwijała gminę za pieniądze unijne – i tak robię. Kiedy tylko zostałam burmistrzem, utworzyłam wydział do pozyskiwania funduszy europejskich, ściągnęłam fachowców. Teraz nie ma w gminie ani jednej inwestycji, która nie miałaby wsparcia unijnego. Jeśli mamy zamiar coś budować, a nie dostaniemy pieniędzy z zewnątrz, to rezygnujemy. I wprowadzamy do planu następne zamierzenie, które ma szansę dostać dofinansowanie.

Pani jest już drugą kadencję. Wcześniej nie było takiego wydziału?

Nawet połówki etatu. Nie było nikogo do pozyskiwania funduszy europejskich. Startowaliśmy ze straconej pozycji! Nigdy już przez to nie dogonimy liderów.

Ile pieniędzy zdobyliście?

Grubo ponad 40 milionów złotych.

To dużo?

Dużo, jak na miasteczko zamieszkiwane przez 16 tys. osób (z gminą składającą się z dziesięciu wiosek, to 25 tys. osób). Kanalizacja, drogi, oświata – wszystko kosztuje. A Skoczów jest stary i zabytkowy, co też pochłania mnóstwo pieniędzy.

Skoczów jest miastem na szlaku, przy drodze szybkiego ruchu Katowice-Wiśła. Warto się u was zatrzymać?

Nie tylko zatrzymać, ale i pobyć. Z miasta brudnego, szarego, zrujnowanego staliśmy się zabytkową, odnowioną perełką.



Nadal w mieście wyrabia się metodami tradycyjnymi kapelusze wysyłane na cały świat. Ich odbiorcami są między innymi ortodoksyjni Żydzi, chasydzi. Turyści mogą podziwiać proces produkcyjny, właściciele firmy są otwarci. Do Skoczowa warto przyjechać też na zakupy, bo jest taniej niż w dużych miastach. Słyniemy od średniowiecza do dziś z pieczywa, wyrobów cukierniczych, warzyw i owoców, a także rękodzieła. Tylko u nas znajduje się jeszcze warsztat rymarza, który robi końskie chomąta. Od XIV wieku miasto rzemiosłem stoi, na co mamy stosowne dokumenty cechowe i targowe, nadane przez księcia cieszyńskiego i odnowione niedawno za pieniądze unijne. Pergaminy i pieczęcie są ciekawe, odnaleźliśmy je w wieży ratuszowej i po renowacji udostępniłmy po raz pierwszy w czasie Dni Skoczowa.

Czas wielkich zakładów skoczowskich już minął?

Kiedyś odlewnia zatrudniała kilka tysięcy pracowników, ale ten etap już za nami. Nigdy Skoczów nie będzie ośrodkiem wielkiego przemysłu. Nastąpiło zdecydowane przesunięcie w sferę usług, handlu, turystyki, rekreacji i odpoczynku. Trasy spacerowe, ścieżki rowerowe, przyroda, zabytki, słynna Kaplicówka, na której w 1995 roku był Jan Paweł II, wspaniały widok na Beskidy, bulwary nad Wisłą, pamiątki po świętym Sarkandrze i Gustawie Morcinku – oto co teraz proponuje nasze miasto. Nawiasem mówiąc, wydaliśmy ostatnio książkę po polsku i czesku o Morcinku właśnie, która obala narosłe o nim mity, przedstawiając sprawiedliwy osąd tego pisarza, który urodził się w Karwinie na Zaolziu i mieszkał u nas.

Zofia Kossak i Gustaw Morcinek zawsze ciepło pisali o mieszkańcach tego regionu.

Podkreślali, że mieszkają tu ludzie uczciwi, pracowici, rzetelni, mający głęboko zakodowany etos pracy. I to prawda. Potwierdził mi to dyrektor garbarni, który przyjechał do

Skoczowa z Polski centralnej. Powiedział, że ludzie są największą wartością naszego regionu.

Może dlatego, że Śląsk Cieszyński w znakomitej większości zamieszkiwany jest przez ewangelików, ceniących pracę?

Zapewne, ale podkreśliłabym przede wszystkim ekumenizm, jaki jest na Śląsku Cieszyńskim. U nas katolicy, ewangelicy, przedstawiciele innych religii i związków wyznaniowych żyją w zgodzie, a ja współpracuję ze wszystkimi. Tworzymy zgodną społeczność. Do tego stopnia, że nabożeństwa za ojczyznę w święto niepodległości 11 Listopada odprowadzane są u nas w jednym roku w kościele katolickim, a w drugim w ewangelickim. Przedstawiciele wszystkich wyznań i księża przychodzą zgodnie na te uroczystości.

W 2010 Skoczów został poważnie dotknięty powodzią. Woda wdarła się aż na Rynek. Ratuszowi przydałby się remont...

I ten remont zostanie przeprowadzony. Najwyższa pora! Przy okazji uczymy Słowaka Tomasza Dubisza, prekursora nowoczesnych metod hodowli karpia na stawach, zawieszając na ścianie ratusza tablicę pamiątkową. Dubisz przyjechał do nas z Wiednia i w II połowie XIX wieku pracował na stawach w Landeku, Gołysz, Iłownicy. To on wprowadził w chowie karpia nowoczesny system przesadkowania, polegający na stopniowym przenoszeniu ryb do kolejnych stawów, różniących się głębokością i wielkością, co umożliwiło skrócenie cyklu hodowlanego z 5 do 3 lat. System ten przyjął się w całej Europie i stosowany jest do dziś.

Wróć do rządów kobiecych na Śląsku Cieszyńskim. Łączycie siły?

Wyglądało na początku, że utworzymy coś w rodzaju „beskidzkiej piątki”: Anna Grygierek w Strumieniu, Danuta Rabin w Istebnej (wójtem jest po raz szósty!), Elżbieta Dubiańska-Przemek w Chybiu, Iwona Szarek w Brennej i ja w Skoczowie. Byłby to ewenement w skali kraju. Szybko okazało się, że tak się nie da. Jest tyle spraw, tyle problemów, każda ma inne, a czasu mało. Owszem, rozmawiamy, konsultujemy się, wspieramy (raczej na duchu niż faktycznie) – jednak to wszystko, co wspólnie możemy zrobić.

Co panią skłoniło, żeby zostać burmistrzem?

Całe życie byłam poza polityką, działałam głównie w oświa-

cie, szczególnie w szkolnictwie specjalnym. Przypadek sprawił, że znalazłam się w samorządzie. Poprzedni burmistrz spotkał mnie na otwarciu wystawy malarstwa i zapytał, czy nie zajęłabym się problemami oświaty. Miałam już wtedy prawa emerytalne, więc pomyślałam, że niczym nie ryzykuję, a mogę pomóc i zrobić jeszcze coś pożytecznego. Burmistrz powołał mnie do zarządu miasta, na co radni wyrazili zgodę. Później wystartowałam do rady powiatu, zostałam radną, coraz bardziej wciągając się w sprawy samorządowe. Ponownie wygrałam wybory na radną powiatową, weszłam do zarządu powiatu cieszyńskiego, aktywnie uczestnicząc w sesjach rady skoczowskiej, bo sprawy oświaty nadal interesowały mnie żywo. Uratowałam placówki oświatowe we wszystkich 10 wioskach okalających Skoczów. Nie zlikwidowaliśmy ani jednej szkoły czy przedszkola!

I dla utrzymania stanu posiadania oświaty zgodziła się pani dalej kandydować?

Można tak powiedzieć. Kiedy nadeszły kolejne wybory, wiedziałam, że dotychczasowy burmistrz nie będzie kandydować, a z pretendentami do fotela nie było mi po drodze. Co więcej, wiedziałam też, że żaden z nich nie będzie sprzyjał oświaty. Powalczyłam więc z 4 kandydatami-mężczyznami i... wygrałam. Miał to być wybór na jedną kadencję, zwłaszcza że przed drugą miałam wypadek samochodowy, połamałam obie nogi. No, ale zbyt wiele spraw zaczęłam, a mój przeciwnik tylko czekał, żeby te zadania przerwać, choćby po to, żeby mi udowodnić, że nie miałam racji, więc znowu się zgodziłam. No i o kulach poszłam do przodu, po pięciu operacjach! I znowu powalczyłam z 4 kandydatami-mężczyznami. Efekt był taki, że oni wszyscy zebrali w pierwszej turze około 30% głosów, a ja niecałe 70%.

Z niedawnych badań wynika, że Skoczów ma najniższe wydatki na administrację w województwie śląskim w przeliczeniu na jednego mieszkańca. Powód do chwaty?

Oszczędzamy na wszystkim. Tniemy koszty, gdzie się da, żeby mieć pieniądze na wkład własny do projektów unijnych po 2014 roku. Zmieniają się zasady finansowania i ważne będą tzw. nadwyżki operacyjne. Zaciskamy więc pasa, ale mam nadzieję, że w ostatecznym rozrachunku wyjdziemy na swoje. Musimy.

Co chce pani zrobić w trzeciej kadencji?

Nie zakładam udziału w kolejnych wyborach, choć jeszcze wiele zostało do zrobienia. Cieszy mnie jednak, kiedy ludzie mówią: wiemy, że pani nie myśli o trzeciej kadencji, ale prosimy, żeby pani to dobrze rozważyła. I rozważam. Trzeba dać szansę młodszemu, poza tym rządzi się coraz trudniej. Zewnętrzne uwarunkowania mi przeszkadzają, kryzys, a problemów nie ubywa. Chcę być jak najdalej od polityki, trzeba rozwiązywać sprawy ludzi, ale to, co się dzieje na górze, przekłada się, niestety, na nas.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁ STANISŁAW BUBIN



JANINA ŻAGAN I ANNA GRYGIEREK W CZASIE KONGRESU
Kobiet PODBESKIDZIA WE WRZEŚNIU 2013

KOMPLEKSOWE LECZENIE

OD NOWOCZESNEJ DIAGNOSTYKI, PRZEZ CHIRURGIE, IMPLANTOLOGIE, ORTODONCJE PO WYBIELANIE – I TO WSZYSTKO W JEDNYM MIEJSCU. BIELSKA POLIKLINIKA STOMATOLOGICZNA „POD SZYNDZIELNIĄ” DBA O ZĘBY MIESZKAŃCÓW PODBESKIDZIA JUŻ OD 15 LAT.

– Zawsze marzyłem o dużej i profesjonalnej klinice stomatologicznej – mówi dr Claudius Becker, który wspólnie z żoną założył i prowadzi placówkę. – Nie spodziewałem się jednak, że uda mi się osiągnąć aż tyle i to na najwyższym poziomie. Poliklinikę stomatologiczną małżeństwo założyło w 1998 roku.



Mieściła się ona w gmachu Zakładu Informatyki i Automatyki, niecałe 500 metrów od aktualnej siedziby. Lokalizacja to jedyne, co łączy oba budynki. Wcześniej stomatolodzy polikliniki leczyli pacjentów w jednym dużym pomieszczeniu, podzielonym na małe gabinety. W sumie siedem stanowisk, w tym jedno chirurgiczne. Nowy budynek jest dziesięciokrotnie większy od wcześniejszej siedziby.

– Zatrudniamy 15 najwyższej klasy lekarzy, którzy przez sześć dni w tygodniu przyjmują pacjentów – wymienia właściciel. – Do ich dyspozycji jest 11 gabinetów z najlepszym sprzętem, w tym specjalistycznymi mikroskopami. To nie wszystko, Poliklinika „Pod Szyndzielnią” dysponuje również dwiema salami ortodontycznymi z siedmioma stanowiskami. – Nie tylko leczymy wady zgryzu, ale również uczymy przyszłych lekarzy tej dyscypliny stomatologicznej – dodaje dr Katarzyna Becker, współwłaścicielka bielskiej polikliniki, która posiada prawo prowadzenia specjalizacji z ortodoncji. – Lekarze z mojego zespołu aktywnie uczestniczą w życiu naukowym, dla przykładu na najbliższym ogólnopolskim zjeździe Polskiego Towarzystwa Ortodontycznego zaprezentujemy cztery prace naukowe.

Na terenie kliniki odbywają się liczne szkolenia w nowoczesnej sali konferencyjnej, która wykorzystywana jest również podczas seminariów branżowych oraz wielu akcji, które prowadzi placówka. Najbardziej powszechne są badania profilaktyczne dla uczniów szkół podstawowych. – Wiemy, jak bardzo ważne jest dbanie o zęby od najmłodszych lat – mówi dr Claudius Becker. – Dlatego zapraszamy do naszej kliniki dzieci i opowiadamy im m.in. o zdro-

wym odżywianiu oraz o tym, jak często i jak długo trzeba myć zęby. Wszystko po to, aby wyrobić w maluchach dobre nawyki, które zaowocują w przyszłości.

Szkoły, które łączą się do akcji polikliniki mają zapewniony bezpłatny transport, a uczniowie, oprócz wiedzy – przegląd uzębienia

i ewentualne wskazania do leczenia. Profilaktyczne i bezpłatne badania dla dzieci prowadzone są od sześciu lat.

– Widzimy coraz większe zainteresowanie – mówi właściciel. – W zeszłym roku w ramach akcji przebadaliśmy trzy tysiące uczniów, w tym roku odwiedziło nas już ponad cztery tysiące dzieci.

Działania profilaktyczne polikliniki nie ograniczają się tylko do stomatologii. W zeszłym roku jej pracownicy uczestniczyli w przesiewowych badaniach słuchu. Od 2014 roku dzieci, które odwiedzają bielską klinikę, będą mogły skorzystać z nowoczesnego urządzenia do badania mowy, słuchu i wzroku. Inwestycja została częściowo sfinansowana z pozyskanych pieniędzy unijnych.

– Również dzięki nim w gabinetach pojawiły się nowe unity stomatologiczne (fotele dentystyczne wraz z całą aparaturą, przyp. red.) – mówi dr Claudius Becker. – Kupiliśmy także m.in. skaner wewnętrzny i tomograf komputerowy. Ostatnie z wymienionych urządzeń jest jednym z dwóch tego typu w regionie.

Tomograf to „serce” centrum diagnostycznego. Dzięki niemu obrazowanie stanu uzębienia pacjenta i innych struktur twarzoczaszki jest precyzyjne, a trójwymiarowy obraz daje większe możliwości planowania skomplikowanych zabiegów (implantologicznych i z zakresu chirurgii stomatologicznej).

– Staramy się najlepiej jak potrafimy rozwiązać każdy problem pacjenta, z jakim do nas przychodzi. To właśnie troska o naszych pacjentów od 15 lat wyznacza standardy działania w mojej poliklinice – podkreśla dr Claudius Becker.

TECHNOLOGIA W SŁUŻBIE NASZEGO UŚMIECHU



CZY WYOBRAŻASZ SOBIE ŻYCIE BEZ NOWYCH TECHNOLOGII, KTÓRE UMIELAJĄ I OSZCZĘDZAJĄ TWÓJ CZAS? INTELIGENTNE URZĄDZANIA PRZENIKAJĄ DO NASZEGO CODZIENNEGO ŻYCIA I STAJĄ SIĘ JEGO INTEGRALNĄ CZĘŚCIĄ. O ILE WARTO ZASTANOWIĆ SIĘ, CZY NOWINKI TECHNOLOGICZNE NIE PRZEOBRAZIŁY ZBYTNIO NASZEJ PRACY, CZY NIE ZAWŁADNĘŁY CZASEM WOLNYM, TO JUŻ ICH WYKORZYSTANIE W STOMATOLOGII NIE POWINNO WZBUDZAĆ ŻADNYCH ZASTRZEŻEŃ.

Współczesne rozwiązania sprawiają, że leczenie dentystyczne staje się coraz bardziej przyjazne dla pacjenta, a wizyta w gabinecie dentystycznym nie kojarzy się już z przykrym obowiązkiem. Zanim wybierzesz się na kolejną wizytę do stomatologa, poznaj bliżej nowoczesne narzędzia, dzięki którym łatwiej uzyskasz swój wymarzony, zdrowy uśmiech.

W leczeniu stomatologicznym ważnym etapem jest diagnozowanie. Do niedawna w diagnozowaniu pomagały typowe aparaty rentgenowskie. Dzięki nim dentysta otrzymywał zdjęcia punktowe i panoramiczne i na ich podstawie określał stan naszego uzębienia. Jednak dwuwymiarowe zdjęcia nie pozwalały na precyzyjne wykonanie

pomiarów koniecznych na przykład do planowania zabiegu implantacji. Z biegiem czasu zaczęto dostrzegać konieczność zastosowania diagnozowania trójwymiarowego w stomatologii. Obecnie najbardziej zaawansowaną technologią jest tomografia stożkowa, zapewniająca najwyższą dokładność przy absolutnie minimalnych, niezauważalnych dla organizmu dawkach promieniowania w trakcie samego badania. Aparaty w tej technologii stosowane są w najlepszych klinikach stomatologicznych jako najbardziej skuteczne narzędzie umożliwiające diagnozowanie nie tylko skomplikowanych przypadków medycznych.

Tomograf I-CAT pozwala na wykonanie badania w wygodnej siedzącej pozycji. Ramię urządzenia obraca się wokół głowy pacjenta, wykonując serię projekcji. Detektory rejestrują obrazy z różnych stron, dając w rezultacie trójwymiarowy obraz, który może być przetwarzany na nieskończoną ilość sposobów, dając przy tym niesamowite możliwości diagnostyczne. Dane uzyskane w trakcie jednego obrotu lampy, trwającego niecałą minutę, pozwalają uzyskać obrazy, które do tej pory wymagały wykonania wielu zdjęć radiologicznych. Tomograf I-CAT emituje aż 100 razy mniejszą niż powszechnie stosowane tomografy dawkę promieniowania, dając przy tym wielokrotnie większą dokładność. Na koniec badania oprogramowanie komputerowe dokonuje precyzyjnego pomiaru i określa dokładne położenie struktur anatomicznych, co jest niezbędne podczas planowania dalszych zabiegów stomatologicznych.

Kolejne coraz częściej stosowane, innowacyjne rozwiązanie w stomatologii wykorzystywane jest w leczeniu protetycznym. Chodzi o system CEREC, który pozwala na wykonanie uzupełnień typu wkład/nakład, koron

czy mostów bezpośrednio przy pacjencie, bez konieczności pobierania wycisków. Nie ma wątpliwości, że jest to rozwiązanie, które zrewolucjonizowało protetykę, ponieważ pomaga znacząco skrócić czas leczenia i gwarantuje pacjentowi perfekcyjne rezultaty. Standardowe leczenie protetyczne wymaga od pacjenta od dwóch do trzech wizyt w gabinecie dentystycznym oraz kilkutygodniowego oczekiwania na wypełnienie. Dziś leczenie protetyczne ogranicza się do jednej wizyty. Wszystko dzięki systemowi CEREC, który zapewnia natychmiastowy rezultat w postaci idealnie dopasowanego wypełnienia, pełnej satysfakcji pacjenta i co nie bez znaczenia – obniża koszty całego zabiegu.

Cała wizyta odbywa się bezstresowo i bezboleśnie. Na początku za pomocą skanera dokonywany jest skan ubytku, co trwa kilkanaście sekund. W efekcie dentysta otrzymuje wirtualny wycisk, a sam pacjent może określić, czy końcowy wygląd zęba będzie mu odpowiadał. Dodatkowo system precyzyjnie dopasowuje wypełnienie do warunków artykulacyjnych, powierzchni żującej, dzięki czemu jest ono idealnie wpasowane. Użycie skanera wewnątrzustnego jest procedurą przyjazną dla pacjenta i stanowi atrakcyjną alternatywę dla dyskomfortu, który zwykle towarzyszył tradycyjnemu pobieraniu wycisku w masie plastycznej.

Wykorzystanie nowoczesnych technologii w stomatologii daje nam nie tylko poczucie precyzyjnie wykonanego badania oraz samego zabiegu, ale przede wszystkim poczucie komfortu i bezpieczeństwa, które dla wielu pacjentów jest rzeczą najważniejszą. Szczególnie w gabinecie stomatologicznym, który tradycyjnie był kojarzony ze stresem i bólem. Innowacyjne rozwiązania w połączeniu z kompetentnym i troskliwym personelem powoli zmieniają ten stereotyp.



RAK NIE WYROK LECZ... PRZEWLEKŁA CHOROBA

MÓWI DR N. MED. **JOANNA MYKAŁA-CIEŚLA**, ONKOLOG NA ODDZIALE CHORÓB WEWNĘTRZNYCH I CHEMIOTERAPII ONKOLOGICZNEJ SAMODZIELNEGO PUBLICZNEGO SZPITALA KLINICZNEGO IM. ANDRZEJA MIEŁĘCKIEGO W KATOWICACH



Jak długo jest pani onkologiem? Od początku wiedziała pani, że wybierze właśnie tę specjalizację?

Śląską Akademię Medyczną (obecnie Śląski Uniwersytet Medyczny) ukończyłam w 1979 roku, czyli pracuję już wiele lat, od stażu podyplomowego, w tym samym miejscu – Klinice Chorób Wewnętrznych i Chemioterapii Onkologicznej oraz w Szpitalu Klinicznym w Katowicach. Spotkałam tutaj fantastycznych nauczycieli akademickich i pierwszych w mojej praktyce pacjentów onkologicznych. Doc. Zbigniew Singer zajmował się leczeniem chorych onkologicznych i pod jego kierunkiem przychodziły pierwsze doświadczenia, porażki i sukcesy. Był to okres wprowadzania chemioterapii wielolekowej. Ponieważ pracowałam cały czas na oddziale wewnętrznym, ale sprofilowanym na onkologię, moje zainteresowania w sposób oczywisty pozostały przy onkologii. Specjalizację z onkologii klinicznej mogłam rozpocząć po zdaniu specjalizacji II st. z chorób wewnętrznych. A więc najpierw było kilka lat stażu i egzaminów do I i II st. z interny, a następnie kilka kolejnych lat praktyki w Instytucie Onkologii w Krakowie, Gliwicach i Warszawie. To wiele lat nauki, egzaminów i stresu, ale moje doświadczenie jako internisty jest niezmiernie ważne i przydatne w praktyce onkologicznej. Leczymy przecież pacjenta z nowotworem, a nie tylko nowotwór; sam pacjent bywa obciążony wieloma różnymi chorobami. Czasem jest po zawale serca albo ma nadciśnienie, zaburzenia rytmu serca, jest po przeszczepie, ma cukrzycę czy choroby nerek. Trzeba dobrać odpowiednie leczenie i poradzić sobie nie tylko z samym nowotworem, ale i chorobami współtowarzyszącymi.

Czy w ostatniej dekadzie dokonał się przełom w leczeniu nowotworów?

Postęp wiedzy w ostatnim dziesięcioleciu jest kolosalny, zwłaszcza w biologii molekularnej, która wchodzi na co dzień do praktyki klinicznej. Poznano ponad 400 genów, które mogą ulegać mutacji, a także wiele tysięcy mutacji występujących w chorobach nowotworowych. Intensywnie rozwija się farmakogenetyka. W oparciu o badania genetyczne można dobrać takie grupy chorych, które odniosą największą korzyść terapeutyczną z zastosowanego leczenia z jak najmniejszą ilością działań niepożądanych. Jeśli chodzi o zastosowanie leków w chemioterapii systemowej, to doszły nowe. Dysponujemy przeciwciałami monoklonalnymi, nowoczesne leczenie drobnocząsteczkowymi inhibitorami kinaz tyrozynowych również należy do przełomu w onkologii – leki te mają zastosowanie w terapii raka płuc, piersi i nerek. Do niedawna jeszcze nie wiedzieliśmy, co zaproponować pacjentom z rozsiałym rakiem nerki, w tej chwili mamy kilka leków, które wykazują efektywność w leczeniu raka nerkowokomórkowego. Wreszcie mamy też leki, które są inhibitorami niektórych szlaków metabolicznych. Bardzo dużo dzieje się nie tylko w zakresie leczenia, ale również diagnostyki. Teraz mamy nowoczesną tomografię komputerową, rezonans magnetyczny PET-CT, a także medycynę nuklearną ze wszystkimi jej możliwościami diagnostycznymi. Dokonał się ogromny rozwój nowych metod napromieniania w radioterapii, a wszystko po to, żeby jak najdokładniej ocenić stopień zaawansowania nowotworu i wybrać najbardziej optymalną metodę leczenia.

Jakie czynniki mają największy wpływ na zachorowalność nowotworową?

Nowotwór czy proces nowotworowy, to niepoahamowana proliferacja komórek. Istotną rolę odgrywają czynniki kancerogenne, zwiększające ryzyko rozwoju nowotworu przy współistniejących predyspozycjach genetycznych, jak na przykład promieniowanie ultrafioletowe, jonizujące, związki występujące jako dodatki do żywności (konserwanty, związki nitrowe, azotany, azotyny), czynniki biologiczne i wirusy onkogenne. Pewne czynniki, takie jak aflatoksyny czy nitrozoaminy, są czynnikami rakotwórczymi i pod ich wpływem dochodzi do uszkodzenia DNA. Możemy zatem powiedzieć, że proces onkogenezy to proces, który zachodzi na poziomie DNA w postaci mutacji molekularnej. Te zmiany mogą dotyczyć mutacji w pojedynczym genie, w zmianie jego ekspresji czy wyłączeniu. Większość nowotworów ma charakter wieloczynnikowy

– rozwija się w wyniku pewnych interakcji pomiędzy dziedzicznymi i nabytymi zmianami w genach a wspomnianymi środowiskowymi czynnikami nowotworowymi.

Statystyki biją na alarm: coraz więcej zachorowań na nowotwory dotyka młodych ludzi, nawet dzieci...

Zachorowalność na nowotwory występuje bez względu na wiek. W Polsce rocznie występuje ponad 140 tys. nowych zachorowań na nowotwory. Społeczeństwo się starzeje i około 60% nowotworów występuje u ludzi powyżej 65 roku życia. U dzieci i młodzieży nowotwory mogą występować w każdym wieku. Są to guzy łagodne, jak nerzaka płodowa, nerwiak zarodkowy, mięsaki, a także białaczki i chłoniaki. Wczesne wykrycie nowotworu i prawidłowe jego leczenie w wyspecjalizowanych ośrodkach pozwala na uratowanie około 70% dzieci z guzami łagodnymi, w niektórych nowotworach liczba dochodzi nawet do 90% wyleczeń. Dlatego też onkologia wieku dziecięcego i młodzieńczego to bardzo ważna dziedzina medycyny wieku rozwojowego.

Z mediów co pewien czas dowiadujemy się, że naukowcy wynaleźli lub są blisko odkrycia cudownego leku na walkę z rakiem. Spiskowa teoria głosi, że to koncerny farmaceutyczne zabiegają o to, by tak się nie stało. Żeby koszty leczenia nie były za niskie.

Firmy farmaceutyczne finansują badania kliniczne. Najważniejsze, żeby były one prowadzone ze szczególną starannością i przestrzeganiem zasad dobrej praktyki klinicznej. Bez badań klinicznych nie jest możliwy postęp w medycynie, a ten jest bardzo drogi. Od powstania substancji do wprowadzenia leku na rynek upływa wiele lat. Badania kliniczne prowadzone z udziałem pacjentów mają na celu określenie skuteczności i bezpieczeństwa nowej terapii. Trzeba umieć obiektywnie ocenić i zinterpretować wyniki, które mogą być niekiedy przedstawiane zbyt optymistycznie. Obecnie dąży się do tego, by pacjent otrzymał leczenie jak najbardziej dopasowane do jego profilu. Medycyna spersonalizowana wykorzystuje wiedzę o mechanizmach molekularnych, a więc ma określony cel molekularny i szuka leku, który trafi w ten cel, hamując rozwój guza. Konieczne jest więc poszukiwanie takich czynników predykcyjnych, które wyodrębnią chorych osiągających największą korzyść z takiego leczenia.

Czy środki przeznaczone na leczenie nowotworów z NFZ są wystarczające?

Jest ich zdecydowanie za mało. Dysponujemy nowoczesnymi metodami terapii, na przykład lekami ukierunkowanymi molekularnie, ale są one bardzo kosztowne. Dlatego tak ważny jest precyzyjny dobór chorych na podstawie czynników predykcyjnych, o których już wspominałam, żeby chorzy odnieśli jak największą korzyść z leczenia z jak najmniejszymi powikłaniami. W Polsce polityka refundacyjna jest dość restrykcyjna. Drogie leczenie funkcjonują w postaci programów lekowych i procedur chemioterapii niestandardowej. Ponieważ koszty takiej farmakoterapii są drogie, musimy, niestety, uznać to postępowanie za konieczne z punktu widzenia finansów. Ważne

jest, żeby nie prowadziło to do suboptymalnego leczenia chorych. Ale wzrasta liczba programów lekowych, a także przeznaczonych na nie nakładów finansowych.

Często chorzy, prócz leczenia metodami medycyny współczesnej, uciekają się do leczenia alternatywnego. Dlaczego lekarze patrzą na to sceptycznie?

Problem polega przede wszystkim na braku wiarygodnych badań klinicznych oraz przekonywających i mocnych argumentów, że tego typu leczenie jest skuteczne i bezpieczne, a pacjenci odniosą z niego jakąkolwiek korzyść. Wiele substancji może wchodzić w interakcje z lekami cytostatycznymi, co będzie zagrożeniem dla zdrowia pacjenta. Jestem bardzo sceptycznie nastawiona do tego typu leczenia. Musimy opierać się na badaniach klinicznych, na twardych danych i proponować pacjentowi to, co przynosi nowoczesna wiedza medyczna.

Znam przypadki, gdy lekarz powiedział pacjentowi „zostały panu trzy miesiące życia”, a on żyje nadal. Jak to interpretować, tłumaczyć?

W piśmiennictwie są pojedyncze doniesienia dotyczące spontanicznych remisji u chorych na czerniaka czy raka nerki. Zdarza się to w jednym przypadku na 100. Odgrywa tu rolę pewne mechanizmy immunologiczne. Są to przeciwciała skierowane przeciwko antygenom nowotworowym, limfocyty T, komórki NK i inne komórki, które ulegają aktywacji przez cytokiny.

Czy pełne zrozumienie swojej indywidualnej sytuacji chorobowej ma wpływ na przebieg choroby i efekt jej leczenia? Pacjenci często zadają pytania: „Pani doktor, co ze mną będzie?”

Każdy lekarz musi być przygotowany na takie pytania, chociaż nie są one łatwe. Pierwsze zetknięcie pacjenta z diagnozą „nowotwór złośliwy”, to przede wszystkim przerażenie, strach i ogromny stres. Lekarz musi mieć czas na wytłumaczenie istoty choroby, stopnia jej zaawansowania, sposobu leczenia i rokowania. Wczesnie wykryty nowotwór i odpowiednio szybko zastosowana terapia dają szansę na wyleczenie. Nie każdy rak to wyrok! Pacjent, który dokładnie wie, jakie procedury będą wykonywane, jakie leki dostanie, jakie będą objawy uboczne, jakie są jego szanse, czy może pracować, czy nie, lepiej znosi leczenie i mocniej walczy. Obecnie chorobę nowotworową, która wielokrotnie powraca, traktujemy jak chorobę przewlekłą, wdrażając kolejne linie leczenia: chemioterapię, hormonoterapię, radioterapię, oczywiście z przerwami i pod ścisłą obserwacją.

Wobec tego zapytam jeszcze, jaki charakter powinien cechować dobrego lekarza onkologa?

Nie tylko onkologa, ale każdego lekarza. Powinien być profesjonalistą w swojej dziedzinie, osobą rzeczową, życzliwą, przyjazną ludziom, budzącą zaufanie, rozważną i – jak mówił prof. Andrzej Szczeklik – zaciskającą zęby i nigdy nie rezygnującą z walki. Tak jak jego pacjenci.

ROZMAWIAŁA JOLANTA MARIA BUDNIAK

JEDYNA SZANSA

ROZMOWA Z DOKTOREM N. MED. **DARIUSZEM MERCIKIEM**,
DYREKTOREM MEDYCZNYM KLINIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI I DIAGNOSTYKI
PRENATALNEJ GYNCENTRUM W KATOWICACH



Ile par będzie mogło w tym roku przystąpić do in vitro w ramach rządowego dofinansowania?

W tym roku zrefundowane zostaną koszty zabiegu in vitro dla 2 tys. par, a do 2016 roku program obejmie 15 tys. par. Resort zdrowia przeznaczył na in vitro około 250 mln zł.

Jakie jest zainteresowanie pacjentów?

Bardzo duże. Nasza klinika od wielu lat cieszy się zaufaniem pacjentów, którzy doceniają nas za skuteczną i przyjazną, indywidualną obsługę. Od kiedy pojawiła się informacja, że zostaliśmy wybrani do rządowego programu, codziennie odbieramy mnóstwo telefonów i e-maili od zainteresowanych. Następnie zapraszamy do osobistych odwiedzin

w klinice w celu rejestracji. Zgłosiło się już wielu przyszłych rodziców, dla których in vitro jest jedyną szansą na posiadanie upragnionego dziecka, jednak ze względów finansowych nie mogli skorzystać z tej metody zapłodnienia. W związku z tak dużym zainteresowaniem pacjenci nie powinni zwlekać z podjęciem decyzji i jak najszybciej zgłosić się do kliniki w celu rejestracji. O zakwalifikowaniu do leczenia decyduje kolejność zgłoszeń, dlatego warto wykorzystać tę szansę.

Czy Gyncentrum jest przygotowane na przyjęcie tak dużej ilości pacjentów?

Oczywiście. Nasza klinika spełnia najwyższe standardy, na pacjentów czekają laboratoria i gabinety wyposażone w najnowocześniejszy sprzęt medyczny. Zatrudniamy najlepszych specjalistów z dziedzin endokrynologii, ginekologii i położnictwa, urologii i embriologii. Dodatkowo zapewniamy parom wsparcie psychologa, seksuologa i dietetyka. Dbamy nie tylko o kwestie medyczne, ale także o komfort psychiczny pacjentów. Dlatego tak duży nacisk kładziemy na przyjazną, rodzinną atmosferę. Z myślą o promowaniu dobrych wzorców stworzyliśmy Fundację Gyncentrum, skupiającą się na badaniach, edukacji środowiska medycznego i wsparciu par przystępujących do in vitro.

Jak zakwalifikować się do programu?

Pacjenci muszą spełnić kryteria wyznaczone przez Ministerstwo Zdrowia. Kobieta w dniu kwalifikacji nie może



mieć ukończonych 40 lat, ani stwierdzonych wcześniej problemów z donoszeniem ciąży. Pacjentka musi też udokumentować czas leczenia i przyczynę niepłodności. Jeśli jest starsza, wystarczy, że od roku nie może zajść w ciążę. Szansę na zapłodnienie przy pomocy in vitro mają też pacjenci z odroczoną płodnością z powodów onkologicznych i zakaźnych (osoby, u których w wyniku leczenia lub z innych powodów może w przyszłości dojść do utraty płodności). Wskazania do zapłodnienia pozaustrojowego obejmują trwałe uszkodzenia jajowodów, brak szans na powodzenie leczenia operacyjnego niepłodności, upośledzoną funkcję jajowodów przy zachowanej drożności lub po nieskutecznej operacji mikrochirurgicznej, brak ciąży po co najmniej sześciu cyklach farmakologicznej indukcji jajczkowania, endometriozę (migrację błony śluzowej macicy poza jamę macicy – choroba dotyczy najczęściej kobiet w wieku rozrodczym), niepłodność niewyjaśnionego pochodzenia u kobiet do ukończenia 35 roku życia, jeżeli trwa dłużej niż 24 miesiące oraz u kobiet powyżej 35 roku życia, jeżeli trwa dłużej niż 12 miesięcy. U mężczyzn – w przypadku stwierdzenia gęstości plemników poniżej 3 mln/ml nasienia, w przypadku niepłodności trwającej dłużej niż 12 miesięcy oraz w przypadku stwierdzenia gęstości plemników 3-15 mln/ml nasienia w przypadku niepłodności trwającej dłużej niż 24 miesiące.

A jakie kryteria wykluczają z programu?

Brak możliwości wystymulowania lub pobrania komórek rozrodczych od jednego z partnerów, potencjalne ryzyko braku prawidłowej odpowiedzi na stymulację jajczkowania (amh >05 ng/ml i fsh <15 mU/ml), niewłaściwa odpowiedź na prawidłowo przeprowadzoną stymulację jajczkowania, czego wyrazem jest brak pozyskania komórek jajowych w 2 cyklach stymulacji, nawracające utraty ciąży w tym samym związku, wady macicy uniemożliwiające donoszenie ciąży, brak macicy.

Co następuje po zakwalifikowaniu?

Para ma prawo skorzystać trzykrotnie ze zindywidualizowanej procedury wspomaganego rozrodu. Kolejny cykl pobrania i zapłodnienia komórki jajowej nie może być wykonany bez wykorzystania wszystkich wcześniej uzyskanych i przechowywanych zarodków. Po zakwalifikowaniu pary do zapłodnienia pozaustrojowego procedury realizowane w ramach części klinicznej i biotechnologicznej są finansowane w ramach programu. Koszt jednego cyklu został przez ministerstwo wyceniony na 7,5 tys. zł. Po stronie przyszłych rodziców pozostaje zakup leków, których koszt powinien się zamknąć w kwocie 3-5 tys. zł.

Dziękuję za rozmowę.

ROZMAWIAŁA GRAŻYNA KUROWSKA

REKLAMA

MEBLE

KUCHNIE

WNĘTRZA

 **NOWY
ROŹDZIEN**

Katowice, Al. Roździeńskiego 199

www.nowyrozdzien.pl

KOSOVO JE SERBIJA?

*Bez tchu w herbaciarni wypiszą pięć herbat
Albańczyk zapalał miłością do Serba,
Lecz Serb, po śliwownicy – Albańczykowi
Na zębach wypisał swój herbarz.
Szczerebaty Albańczyk – to pół Albańczyka,
Niejeden polityk się na tym potyka,
Choć jęczy duch Tity,
Że zbędny polityk,
Gdzie trzeba dentysty – praktyka.*

JACEK KACZMARSKI „LIMERYKI O NARODACH”



NOWA FLAGA KOSOWA

Kiedyś znajomy historyk wspominał mi o pewnym esej. Tekst dotyczył podobieństw między narodami Europy. Wynikało z niego, że mentalnie my, Polacy, jesteśmy bardzo podobni do Serbów, bo nikt inny nie celebrował tak doniosłe swoich największych przegranych. Wielokrotnie na Bałkanach widziałam napisy na ścianach budynków „Kosovo je Srbija” (Kosovo to Serbia). Czy rzeczywiście tak jest i od kiedy zadawane są pytania, czyje jest Kosovo?

SKOMPLIKOWANA HISTORIA

Serbowie pojawili się w Kosowie w VI i VII wieku, a Prisztina (obecna stolica Kosowa) w XII wieku została mianowana stolicą Serbii. Wtedy formalnie zawiązało się serbskie państwo. Serbowie zaczęli wznosić tam cerkwie i monastypy, w których mnisi przepi-

sywali księgi i dokonywali przekładów tekstów liturgicznych na serbski. Kosowo zaczęło wówczas odgrywać kluczową rolę w budowaniu tożsamości narodowej Serbów. Wiele z wybudowanych wówczas obiektów sakralnych (uznanych w XX wieku za Światowe Dziedzictwo UNESCO) zostało zniszczonych w czasie ostatnich wojen bałkańskich, m.in. XIV-wieczne cerkwie Bogurodzicy Ljeviški, Chrystusa Zbawiciela, św. Niedzieli, św. św. Kosmy i Damiana, św. Pantelejmona, monastyr Świętych Archaniołów.

W 1355 roku serbskie państwo rozpadło się, a 28 czerwca 1389 Turcy ostatecznie pokonali Serbów w bitwie na Kosowym Polu. Od 1455 do 1912 Kosowo było częścią imperium osmańskiego. Pod okupacją turecką Serbowie w większości zachowali swoją religię i tożsamość. W XVII stuleciu zaczęła rosnąć na tych terenach liczba ludności pochodzenia albańskiego, która chętnie przechodziła na islam. Nic więc dziwnego, że wojny religijne, będące punktami zwrotnymi w dziejach Serbii, wciąż rozpalają spory o to, do kogo należy Kosowo. Wielu historyków uważa, że w 600 rocznicę bitwy na Kosowym Polu rozpoczęła się ostatnia wojna na Bałkanach.

W 1912 roku (I wojna bałkańska) armia serbska wkroczyła na terytorium Kosowa. Zaczęto wprowadzać nowe zasady, w wyniku czego zostało zamordowanych około 25 tys. Albańczyków. Rok później Kosowo stało się częścią Serbii. W 1918 utworzono Królestwo

Serbów, Chorwatów i Słoweńców. Do Kosowa przybyło około 12 tys. rodzin serbskich, w większości nastawionych wrogo do miejscowej ludności.

W czasie II wojny światowej Kosowo przechodziło z rąk do rąk. Najpierw Włosi, potem Niemcy tworzyli bojówki złożone z albańskiej ludności. Zorganizowane grupy Albańczyków wsławiły się wówczas krwawymi mordami na Serbach. Po wojnie, wraz z przejściem władzy przez komunistyczny reżim Tity, Kosowo zyskało status regionu autonomicznego w ramach Serbii, a w 1974 uzyskało w pełni autonomiczny rząd.



MAPA KOSOWA



KOSOWSKI STEMPEL WBIJANY DO PASZPORTU

OSTATNIA WOJNA

Po śmierci Tity Jugosławia w błyskawicznym tempie popadła w kryzys gospodarczy, który wywołał manifestacje studentów i robotników z Kosowa. Niszczili serbskie budynki, cerkwie, cmentarze, gwałcili kobiety. Serbowie zaczęli uciekać z Kosowa. Zwieńczeniem działań związanych z walką o autonomię było powstanie w 1996 roku Armii Wyzwolenia Kosowa (UÇK). Jej członkowie „wsławili się” grabieniem

serbskich i romskich domostw, dewastowaniem pomników i świątyń, serią zamachów bombowych na obozy serbskich uchodźców. Jeden z wysłanników USA powiedział publicznie w Prisztinie, że akcje UÇK są uważane przez Stany Zjednoczone za terrorystyczne. Reakcja Belgradu była szybka. Na początku marca 1998 doszło do ataku, w którym zginęło 53 Albańczyków. 23 września tego roku Rada Bezpieczeństwa ONZ uchwaliła rezolucję nr 1199, wzywającą do wstrzymania działań wojennych w Kosowie oraz wycofania przez Serbię jednostek używanych do represjonowania cywilów. 28 września Belgrad ogłosił zakończenie operacji przeciw UÇK, a 8 października również UÇK ogłosiła zawieszenie broni. Żadna ze stron konfliktu nie stosowała się jednak w pełni do porozumień. 18 marca 1999 Albańczycy podpisali plan autonomii, lecz delegacja serbska odmówiła złożenia pod nim podpisu. W reakcji na odmowę 24 marca 1999 NATO rozpoczęło bombardowanie terenów należących do Serbów. Był to pierwszy w historii NATO atak zbrojny na inne państwo. 27 maja 1999 Międzynarodowy Trybunał Karny dla byłej Jugosławii oskarżył Milosevicia

MISJA SLOBODANA MILOSEVICIA

Milosević pojechał do Kosowa w 600-lecie bitwy na Kosowym Polu, delegowany przez ówczesnego prezydenta Ivana Stambolicia. Pojechał ze specjalnym komunikatem dla kosowskich Serbów. I podczas pierwszego dnia przekazał ten komunikat: *Najważniejsze są Jugosławia, komunizm i jedność. Nie możecie ją trzymać. Dogadajcie się jakoś z Albańczykami*. Tak to brzmiało w skrócie. Został wygwizdany i wybuczany. Nie to chcieli usłyszeć Serbowie. Między nimi a Albańczykami dochodziło już do coraz częstszych incydentów. Milosevicia ta negatywna reakcja zaskoczyła. Początkowo próbował jakoś wytłumaczyć Serbom, by się wyciszyli, by schowali problemy i dumę do kieszeni. Po dwóch dniach, kiedy ponownie się z nimi spotkał, mówił już innym językiem. *Nikt więcej nie odważy się podnieść na was ręki!* – krzyczał, wywołując entuzjazm. To właśnie chcieli usłyszeć, a Słobo był na tyle sprytny, że odgadnął ich oczekiwania. I na tyle słaby i tchórzliwy, że im uległ.

Dominika Cosic „Kto jest winien ludobójstwa”, 28 czerwca 2012

o zbrodnię w Kosowie. Od czerwca 1999 odpowiedzialność za utrzymanie bezpieczeństwa i porządku w prowincji przejęły siły KFOR, złożone głównie z oddziałów NATO (i Rosji). Albańscy uchodźcy zaczęli powracać z obozów w Albanii i Macedonii, natomiast około 200 tys. serbskich cywilów postanowiło opuścić prowincję.

NIEPODLEGŁOŚĆ

W czerwcu 2007 podczas wizyty w Albanii prezydent USA George W. Bush stwierdził, że Kosowo „raczej wcze-

śniej niż później” powinno uzyskać niepodległość. Rozpoczęły się nowe, bezpośrednie negocjacje między Serbami a Albańczykami z Kosowa. 17 listopada 2007 odbyły się w Kosowie wybory parlamentarne, w których przewagę uzyskała zdecydowanie proniepodległościowa Demokratyczna Partia Kosowa (DPK). Natychmiastową reakcją Serbii było oświadczenie jej prezydenta: „Serbowie nigdy nie uznają niepodległości Kosowa. Kosowo należy tylko i wyłącznie do Serbii”. 17 lutego 2008 parlament Kosowa



CZŁONKOWIE UÇK SPOTYKAJĄ ŻOŁNIERZY STANÓW ZJEDNOCZONYCH PRZED ZAWIESZENIEM BRONI



PROTESTY SERBÓW W PIĄTĄ ROCZNICĘ UZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI PRZEZ KOSOWO (17 LUTEGO 2013)

jednomyślnie uchwalił deklarację niepodległości, a następnego dnia USA, Francja, Niemcy i Wielka Brytania formalnie zapowiedziały szybkie uznanie niepodległości Kosowa. Natychmiastową reakcją Belgradu była 200-tysięczna manifestacja przeciw uznaniu niepodległości Kosowa, podczas której tłum wdarł się do ambasady USA, dewastując i podpalając biura. 7 kwietnia kosowscy przywódcy podpi-

PO DRUGIEJ STRONIE MOSTU

To lato (2013) może być przełomowe dla Mitrovicy, Kosowa i całych Bałkanów. Nie tylko dlatego, że Chorwacja właśnie została 28 członkiem Unii Europejskiej. Po wielu tygodniach cichych negocjacji wiosną doszło do porozumienia między Belgradem a Prisztiną w sprawie mieszkających w Kosowie Serbów. W nagrodę pod koniec czerwca unijni przywódcy zgodzili się na otwarcie negocjacji członkowskich z Serbią, a Kosowo dostało zielone światło w rozmowach o umowie stowarzyszeniowej, która jest pierwszym krokiem do integracji europejskiej. (...) Wiosną w Brukseli premierzy Serbii i Kosowa, Ivica Dačić oraz Hashim Thaçi, zaczęli odbudowywać mosty. Belgrad nadal nie uznaje Prisztiny, ale nowa umowa uregulowała w końcu status kosowskich Serbów.

Łukasz Lipiński, Polityka 31/2013

BILANS WOJNY O KOSOWO

NATO

liczba nalotów 31.529
czas operacji 72 dni
udział samolotów USA 720
udział personelu USA 36.300

ZNISZCZONE CELE

samoloty ponad 100
działa 314
pojazdy opancerzone 203
czołgi 120
inne pojazdy wojskowe 268
stanowiska dowodzenia 14
magazyny paliw 57%
składy amunicji 29%
wiadukty 34
mosty kolejowe 11

OFIARY

10 tys. żołnierzy serbskich
1,5 tys. cywilów (dane serbskie)
10 tys. Albańczyków
2 żołnierzy amerykańskich

UCHODźCY

Kosowo od 1999 opuściło ponad 855 tys. Albańczyków
Obecnie w Kosowie mieszka około 2 mln ludzi, w tym zaledwie 140 tys. Serbów

sali nową konstytucję, gwarantującą prawa mniejszości. Integrację z Unią Europejską określili nadrzędnym celem polityki zagranicznej Kosowa. Niepodległość Kosowa ogłoszoną 17 lutego 2008 uznały w Europie 33 kraje: Albania, Austria, Belgia, Bułgaria, Chorwacja, Czarnogóra, Czechy, Dania, Estonia, Finlandia, Francja, Holandia, Irlandia, Islandia, Liechtenstein, Litwa, Luksemburg, Łotwa, Macedonia, Malta, Monako, Niemcy, Norwegia, Polska, Portugalia, San Marino, Słowenia, Szwajcaria, Szwecja, Turcja, Węgry, Wielka Brytania i Włochy. Spośród pozostałych krajów UE niepodległości Kosowa nie uznają: Cypr, Grecja, Hiszpania, Rumunia i Słowacja. W październiku 2008 Kosowo uzyskało uznanie ze strony pierwszego państwa arabskiego – Zjednoczonych Emiratów Arabskich. Zdecydowany sprzeciw wobec niepodległości Kosowa wyrażają do tej pory Chiny, Gruzja, Mołdawia i Rosja. Również Serbia nadal sprzeciwia się niepodległości Kosowa.

22 lipca 2010 roku Międzynarodowy Trybunał Sprawiedliwości uznał,



POMNIK KU CZCI ŻOŁNIERZY ARMII WYZWOLENIA KOSOWA (UCK)

że deklaracja niepodległości Kosowa z 2008 roku nie narusza prawa międzynarodowego.

SYLWIA STASIKOWSKA-WIECZOREK



POLSKA SKRAJNA PRAWICA ORGANIZUJE 17 LUTEGO MANIFESTACJE SOLIDARNOŚCI Z KOSOWSKIMI SERBAMI



LOYD
The Magic Experience

Herbatka owocowa o smaku
SŁIWKI Z CYNAMONEM

20 TOREBEK

The Magic Experience

Przyjmij wyjątkowe zaproszenie do magicznej krainy herbat LOYD, gdzie odbędziesz magiczną podróż przez trzy herbaciane krainy, nasycone aromatem liści herbaty i soczystością owoców.

 www.loydtea.pl

REKLAMA

VIP STONE

granit • marmur • konglomerat • trawertyn

- » Blaty kuchenne
granitowe
i kwarcowe
- » Parapety z granitu
i marmuru
- » Schody wewnętrzne
i zewnętrzne
- » Blaty łazienkowe
- » Posadzki, kominki
i inne elementy



tel. 501 329 320 • e-mail: vipstone@o2.pl

MYŚLI O ODCHUDZANIU

POWIEDZENIE HINDUSKIE: Człowiek jest jak dom o czterech pokojach – jest w nim pokój ciała, pokój umysłu, pokój emocji i pokój ducha

KATARZYNA ZIEMER



ZDROWE ODŻYWIANIE SIĘ GWARANTUJE NIE TYLKO SZCZUPŁĄ SYLWETKĘ, ALE I WIĘCEJ RADOŚCI ŻYCIA

KIEDY PLANUJESZ ODCHUDZANIE, ZWYKLE MASZ NA MYŚLI TYLKO CIAŁO. OKREŚLASZ SAMĄ LUB Z POMOCĄ DIETETYKA, CO BĘDZIESZ JEŚĆ, ORGANIZUJESZ SOBIE ZAJĘCIA RUCHOWE. BYĆ MOŻE ZACZYNASZ RYGORYSTYCZNĄ DIETĘ, INTENSYWNE ĆWICZENIA FIZYCZNE, PODDAJESZ SIĘ INWAZYJNYM ZABIEGOM KOSMETYCZNYM LUB CHIRURGICZNYM. JEDNAK KONCENTROWANIE SIĘ TYLKO NA CIELE, Z KTÓREGO NIE JESTEŚ ZADOWOLONA, MOŻE PROWADZIĆ DO PRZYGNĘBIENIA I SPADKU POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI.

Często brak satysfakcji z wyglądu przekłada się na pozostałe sfery życia. Nie potrafisz dobrze się bawić, unikasz spotkań z mężczyznami. Zrzucenie zbędnych kilogramów staje się warunkiem dobrego samopoczucia czy spełnienia marzeń! Radość z życia odkładasz na później, póki nie schudniesz. A gdyby spojrzeć na to z innej perspektywy? Może Twoje ciało nie wygląda dobrze, bo Ty nie czujesz się dobrze? Może należysz do osób, które nie mając czasu na dbanie o siebie, jedzenie traktują jako formę poświęcenia sobie uwagi? Z tego punktu widzenia nadwaga nie jest przyczyną negatywnego myślenia o sobie, lecz jego konsekwencją!

CIAŁO I UMYŚŁ

Zapraszam Cię do eksperymentu: wyobraź sobie, że trzymasz w ręku cytrynę, dojrzałą, intensywnie żółtą. Kroisz ją na pół. Widzisz soczysty miąższ. Unosisz połówkę cytryny w górę, ściskasz ją i pozwalasz, by strużka soku wpłynęła do Twoich ust. Smakujesz intensywną, cytrynową świeżość. Czy w Twoich ustach pojawiło się więcej śliny? Doświadczyłaś właśnie prostego dowodu na związek psychiki i ciała.

Ciało i umysł znajdują się w nieustannym dialogu. Psychologia wyjaśnia zależności między psychiką i ciałem. Pomaga również wykorzystywać tę wiedzę do wzmacniania zdrowia i dobrego samopoczucia.

Myśli są widoczne w ciele jako impulsy elektryczne, które wywołują różne reakcje. Wpływają na wydzielanie substancji chemicznych, na poziom napięcia mięśni i pojawiające się emocje. Regulują tętno i ciśnienie krwi. Pozytywne myśli wpływają na rozluźnienie ciała, negatywne wprowadzają ciało w stan gotowości – walki lub ucieczki. Zmienia się mowa ciała: wyraz twarzy, postawa, zakres gestykulacji, ton głosu. Zmienia się Twoje zachowanie i to, jak jesteś odbierana przez innych. Ciało i psychika funkcjonują na zasadzie sprzężeń zwrotnych.

Psychologia pomaga odpowiedzieć na pytanie, w jaki sposób zmieniać i kształtować myśli, aby były one konstruktywne, również w sferze odchudzania. Będzie ono skuteczne tylko wtedy, gdy zaangażujemy umysł i ciało równocześnie. Zajmowanie się tylko ciałem można porównać do szycia ubrania. Znamy ogólne wymiary osoby, ale pomijamy jej gust

i preferencje. Jest mało prawdopodobne, że uszyjemy coś, co będzie jej się podobać. Nawet krawiec musi poznać choć trochę wnętrze i oczekiwania klienta. Psycholog zajmujący się odchudzaniem pomaga odkryć, jakie są przyczyny tycia, utrzymywania się nadwagi, pojawienia się efektu jojo. Pomaga w zmianie stylu życia, który bardziej sprzyja zdrowiu.

NOŚ KARTECZKĘ!

Nasze codzienne funkcjonowanie składa się w dużej mierze z nawyków. Zmieniając sposób myślenia i rytuały, zwiększysz szansę na utratę wagi. Przy odpowiednim nastawieniu psychicznym każda rozsądna dieta jest skuteczna. Nasze myśli mają wpływ na to, jak się czujemy i co robimy. Rozpoznanie myśli pozwala na właściwą reakcję. Możesz świadomie zmienić treść monologu w Twojej głowie, co wpłynie na zachowanie. Poczujesz się lepiej i będziesz działać skuteczniej. Sposób, w jaki myślisz o jedzeniu i dietach także ma wpływ na Twoje zachowanie i stan psychiczny. Jedzenie nie jest czynnością automatyczną. Czynności automatyczne naszego ciała to bicie serca, oddychanie. Nie możesz zatrzymać bicia serca czy oddychania. Natomiast decyzje, co i kiedy zjesz podejmujesz sama. Nad tym masz (powinnaś mieć!) kontrolę. Zanim coś zjesz, musisz o tym pomyśleć. Widząc otwartą tabliczkę czekolady, możesz włożyć kostkę do ust. Zanim podjęłaś to działanie, pojawiła się myśl: „Mam na nią ochotę, nic się nie stanie, gdy zjem jedną kostkę”. Kiedy jesteś świadoma tej myśli, możesz zamienić ją na inną: „Nie podjadam między posiłkami, chcę schudnąć, jest to dla mnie ważne”. Jest wtedy mniejsze prawdopodobieństwo, że zjesz ten kawałek czekolady.

Myśli dzielimy na te, które pomagają nam w osiągnięciu celu (pomocne) i te, które nam to uniemożliwiają (sabotujące). Bywa tak, że mijasz restaurację, kiosk, sklep, w którym jest coś dobrego do zjedzenia. Wchodzisz, kupujesz, zjadasz... a potem żałujesz. Warto więc napisać sobie karteczkę i nosić ją stale: „Będzie mnie kusił, ale mogę się oprzeć. Ważniejsza jest utrata wagi. Jeśli zjem, poczuję przyjemność, lecz później będę się gorzej czuć”.

PSYCHOLOGICZNE MIĘŚNIE

Twoje reakcje na tego typu sytuacje wpływają też na to, które mięśnie wzmacniasz: siły czy słabości. Za każdym razem, kiedy powstrzymujesz się przed zjedzeniem czegośkolwiek, wzmacniasz mięsień, który pomoże Ci w przyszłości. Natomiast kiedy poddajesz się pokusie, prawdopodobnie powtórzysz to kolejny raz. Wzmacniasz w ten sposób mięsień



CIASTECZKA WYGLĄDAJĄ KOLOROWO I KUSZĄCO, ALE ZAPOMNIAMY O NICH PRZY ZMIANIE STYLU ŻYCIA



ODCHUDZANIE WYMAGA WIELU WYRZECZEŃ, ALE I ROZSĄDKU W STOSOWANIU DIETY

słabości. Tak kształtują się nawyki. Jeśli jesteś matką (jeśli nie, wyobraź sobie, że jesteś), Twoje dziecko uczy się przez modelowanie, czyli obserwowanie Twoich zachowań. Motywujące może być wyobrażanie sobie, że jesteś ciągle obserwowana przez dziecko. I świadomość, że ono będzie powtarzać Twoje zachowania. Dzięki temu, nim cokolwiek zrobisz (zjesz), zastanów się, czy chciałabyś, żeby Twoje dziecko zachowywało się w ten sam sposób? Jaki obraz matki chcesz w nim zbudować? Siła woli nabiera mocy wtedy, gdy cel działania wiąże się z zaspokojeniem istotnej potrzeby, gdy jest wysoko w hierarchii wartości. W przypadku odchudzania wola zostanie zmobilizowana tylko wtedy, gdy uda Ci się dostrzec w tym głębszy sens. Kiedy poczujesz, że jest to dla Ciebie ważne i spójne z pozostałymi wartościami. Podstawowa okazuje się odpowiedź na pytanie: DLACZEGO chcę się odchudzić? Gdy odpowiedź spowoduje wewnętrzne poruszenie (to oznaka, że pytanie i odpowiedź dotknęły wartości), Twoje działanie nabierze mocy.

SABOTAŻ DIETY

Myśli sabotujące utrudniają dietę na wiele sposobów. Można je podzielić na kilka podgrup.

• MYŚLI ZACHĘCAJĄCE DO JEDZENIA

Mogą powodować, że „złagodzisz” dietę: „Wiem, że nie powinnam tego zjeść, ale miałam dzisiaj taki ciężki dzień”. Albo: „Nic się nie stanie, gdy raz na jakiś czas sobie odpuszczę, od jednego batonika nie przytyję”.

• MYŚLI PODKOPUJĄCE PEWNOŚĆ SIEBIE

Pojawiają się często, gdy złamiesz dietę. To myślenie czarno-białe. Białe jest wtedy, gdy przestrzegasz diety i tracisz na wadze. Utrzymujesz wtedy pozytywny obraz siebie, chwalisz się, nagradzasz. Gdy złamiesz zasady diety, pojawia się myślenie czarne, negatywne myślenie o sobie, co znacznie podkopuje pewność siebie.

• MYŚLI ODRZUCAJĄCE RADY

Po pewnym okresie stosowania diety sama zaczniesz ją podważać. Czytając różne poradniki i artykuły na temat odchudzania, będziesz negatywnie odnosić się do zawartych tam rad. Pojawi się sceptycyzm. Takie podejście, niestety, nie pomoże Ci schudnąć.

• MYŚLI PODNOSZĄCE OGÓLNY POZIOM STRESU

Pojawiają się, gdy zbyt wysoko postawiasz sobie poprzeczkę: „Muszę być perfekcyjna we wszystkim”. To może działać stresująco, zwłaszcza gdy popełnisz błąd. „Muszę bezwzględnie stosować się do zaleceń”. Taka myśl będzie powodowała ogrom napięcia, na przykład gdy wybierzesz się na wesele. Pomyśl lepiej, że jesteś po prostu człowiekiem, a nie robotem. Bądź bardziej elastyczna, a przede wszystkim stawiaj sobie realne cele.

NAJPIERW SĄ IMPULSY

Sięgnięcie po jedzenie zwykle jest czymś poprzedzone. Jeśli już wiesz, co powoduje, że sięgasz po nie, będzie Ci łatwiej to kontrolować. Rodzaje impulsów:

– *środowiskowe* (widok lub zapach jedzenia)

Moja rada: jeśli chcesz zrezygnować ze słodczy, nie przechowuj ich w domu.

– *biologiczne* (głód często mylony jest z zachcianką)

Moja rada: naucz się rozpoznawać stan głodu i odróżniać go od zachcianek

– *myślone* (czytanie opisów jedzenia, myślenie o jedzeniu, wyobrażanie sobie pysznych dań, oglądanie programów o gotowaniu)

Moja rada: warto rozwijać inne zainteresowania i odwracać uwagę od jedzenia.

– *emocjonalne* (smutek, złość czy znudzenie mogą sprzyjać spożywaniu większej ilości jedzenia)

Moja rada: możesz poszukać sobie innych sposobów zmieniania stanu emocjonalnego.

– *społeczne* (przyjęcie, wesele, impreza, a Ty odczuwasz winę, że jest im przykro, gdy odmawiasz)

Moja rada: asertywnie dziękuj za jedzenie i nie staraj się czytać w myślach innych.

AFIRMACJE

Krótkie, konkretne i pozytywne zdania powinny stać się Twoimi pomocnymi myślami w osiągnięciu celu. Afirmacje mogą dotyczyć wielu Twoich wewnętrznych przekonań.

– PRZYCZYNY NADWAGI

Wiele osób z nadwagą skłonnych jest doszukiwać się przyczyn w czynnikach niezależnych od siebie, związanych z dzieciznem, gospodarką hormonalną, zaburzoną przemianą materii czy stresem. Zgodnie z wynikami badań, jedynie 5% nadwagi ma swoje źródło w nieprawidłowym funkcjonowaniu organizmu. Aż 95 % wynika z niewłaściwego stylu życia. Jeśli odnosisz się do tego sceptycznie, wykonaj badania, by wykluczyć medyczną przyczynę nadwagi. Przykładowe afirmacje: „Mam na siebie duży wpływ! Mam wpływ na to, ile ważę”. W genach zapisane są jedynie predyspozycje. Decydujące znaczenie ma styl życia.

– POSTAWY WOBEC SIEBIE

Myślisz o swoim wyglądzie negatywnie, skupiając się na tym, z czego nie jesteś zadowolona. Ważna jest pozytywna postawa wobec swojego ciała. I nie mam tu na myśli samozachwyty, ale pełną świadomość zarówno swoich zalet, jak i wad. Przykładowe afirmacje: „Czuję się atrakcyjna jako kobieta. Troszczę się o siebie. Cieszę się życiem, bez względu na swoją wagę. Lubię siebie i chcę o siebie zadbać”.

– RELACJE Z INNYMI

Człowiek jest istotą społeczną. Obraz ciała jest budowany także na podstawie informacji wypowiedzianych przez bliskich. Duży wpływ mają rodzice, przyjaciele, partner, własne dzieci. To wpływa również na poczucie własnej wartości. A wiadomo, że ono wpływa na to, w jaki sposób wchodzimy w relacje. W każdym społeczeństwie panują pewne standardy urody, co może powodować, że czujesz się gorsza od innych. Może to

prowadzić do rekompensowania niskiego poczucia własnej wartości postawą uległości, nieumiejętnością odmawiania, przesadną wyrozumiałością. Często wśród osób z nadwagą można zaobserwować mniej zachowań asertywnych, które pojawiają się ze wzrostem wagi. Przypatrz się relacjom z innymi, buduj takie, które wzmacniają poczucie Twojej wartości. Przykładowe afirmacje: „Mogę być sobą. Zasługuję na szacunek. Potrafię odmawiać i wiem, czego chcę. Jestem wartościowa niezależnie od mojej wagi”.

– OCZEKIWANIA WOBEC DIETY

Podjmując jakiegokolwiek działania, mamy związane z nimi oczekiwania. Nie zawsze są one spełnione, wtedy możesz poczuć rozczarowanie. Przygotuj się, że na drodze odchudzania napotkasz wiele rozczarowań. Po każdym niepowodzeniu trzeba się podnieść, tylko tak można się rozwijać. Zastanów się, jakie masz oczekiwania wobec odchudzania. Czy są one naprawdę realne do osiągnięcia? Konstrukttywne oczekiwania, które są w Twoim zasięgu, zwiększają szansę osiągnięcia sukcesu.

Przykładowe afirmacje: „Systematycznie, zdrowo i trwale redukuję zbędne kilogramy. Wprowadzam w swoim życiu zmiany, które pomogą mi schudnąć. Zmieniam styl swojego życia na zdrowszy. Niepowodzenia dodają mi siły”.

Powtarzanie afirmacji staje się pozytywnym nawykiem myślowym, który zaczyna przekładać się na działanie. Możesz wykorzystać te, które przedstawiłam, lub zaproponować własne.

RÓWNOWAGA

Pamiętaj, że poza sferami umysłu i ciała masz również sferę emocji i ducha. Takie spojrzenie nazywa się holistycznym, czyli całościowym. Tak naprawdę tylko wtedy, gdy zadamy o wszystkie obszary równocześnie, możemy odzyskać równowagę, szczęście i poczucie obfitości w życiu. Zastanawiaj się codziennie, co możesz dobrego dać tym czterem sferom życia: ciału, emocjom, umysłowi i duszy.



FOT. ELŻBIETA DĄBROWSKA

KATARZYNA ZIEMER, PSYCHOLOG

Ukończyła psychologię o specjalności klinicznej na Uniwersytecie Śląskim oraz Śląską Szkołę Trenerów Gniazdo. Odbiła roczne szkolenie w Polskim Instytucie Psychoterapii Integratywnej. Aktualnie studiuje w Instytucie Psychoterapii Tańcem i Ruchem w Warszawie. Interesuje ją interakcja pomiędzy procesami psychicznymi a zdrowiem fizycznym zarówno w obszarze terapii, jak i profilaktyki. Prowadzi wykłady i warsztaty z zakresu komunikacji, asertywności, psychologii rodziny i psychologii zdrowia. Na co dzień pracuje z osobami z chorobami neurologicznymi i niepełnosprawnością ruchową. Ukończyła Akademię Edukacji na rzecz Zrównoważonego Rozwoju. Jest wolontariuszką w stowarzyszeniu Dress for Success Poland.



GOŚCI WITALI GABRIELA LENARTOWICZ, PREZES WFOŚiGW I BERNARD BŁASZCZYK, REGIONALNY DYREKTOR OCHRONY ŚRODOWISKA, CZŁONEK RADY NADZORCZEJ FUNDUSZU

20-LECIE WOJEWÓDZKIEGO FUNDUSZU OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARKI WODNEJ W KATOWICACH

BENEFIS W TEATRZE ŚLĄSKIM

Uroczystym benefisem w Teatrze Śląskim w Katowicach zakończyły się 21 października obchody 20-lecia Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach. Uczestniczyli w nim wiceministrowie środowiska Aneta Wilmańska i rozwoju regionalnego Adam Zdziebło, europoseł Jan Olbrycht, parlamentarzyści, wicewojewoda Andrzej Pilot, samorządowcy z województwa śląskiego, członkowie organizacji ekologicznych, główni beneficjenci i pracownicy fun-

duszu. WFOŚiGW przeznaczył w minionych 20 latach na przedsięwzięcia ekologiczne ponad 5,6 mld zł. Na projekty poprawiające stan środowiska fundusz wydaje w ostatnich latach ok. 400 mln zł rocznie. Z wystąpień i rozmów podsumowujących jubileusz wynikało, że dzięki funduszowi nastąpił wyraźny wzrost świadomości ekologicznej. Ten system finansowania ochrony środowiska nadal będzie rozwijany. Prezes katowickiego funduszu, Gabriela Lenartowicz, stwierdziła, że dzięki wielu

kampaniom i akcjom proekologicznym udało się na Śląsku wytworzyć modę na ekologię i pozytywną rywalizację miast o czystość, lepsze powietrze, sprawniejszą kanalizację i gospodarkę odpadami. Z okazji jubileuszu fundusz nagrodził swoich 20 ekopartnerów pamiątkowymi statuetkami.

Galę prowadził Mirosław Neinert, a na scenie wystąpili Grzegorz Turnau, Andrzej Sikorowski, Katarzyna Tłalka, Magdalena Cielecka, Bronisław Wrocławski i Czesław Jakubiec.



WYSTĘP BRONISŁAWA WROCŁAWSKIEGO



URODZINOWY TORT



UCZESTNICY UROCZYSTEGO SPOTKANIA Z OKAZJI 20-LECIA WFOŚiGW W TEATRZE ŚLĄSKIM W KATOWICACH

SCHOOL OF ART VISAGE
W BIELSKU-BIAŁEJ

SZKOŁA JAKIEJ JESZCZE NIE BYŁO

Nauka makijażu, podstawy kosmetyki, elementy stylizacji, historia sztuki – założycielki nowej bielskiej szkoły, Ewelina Koźlik i Beata Bojda, jednym tchem wymieniają dziedziny, w jakich od października 2013 roku mogą kształcić się osoby zainteresowane praktyczną stroną szeroko pojętego wizażu artystycznego. School of Art Visage, bo tak z angielska nazywa się ta placówka, zajmuje się doskonaleniem zawodowym, a więc kładzie nacisk nie tyle na teorię, co przede wszystkim na umiejętności przyszłych adeptów.

Mówi Ewelina Koźlik, właścicielka szkoły: – Pomysł stworzenia takiej placówki, jak School of Art Visage, chodził mi od dawna po głowie, a moja przyjaciółka Beata



FOT. IWONA WOLAK

MODELKA ANGELIKA CIERPUCHA, MAKE UP BEATA BOJDA, FRYZURA ANNA GABOR



UROCZYSTE OTWARCIE SZKOŁY W GRONIE PRZYJACIOŁ I ZNAJOMYCH ODBYŁO SIĘ W POŁOWIE WRZEŚNIA



ZNAKOMITIE ZAARANŻOWANE WNĘTRZA SZKOLNE PRZY ULICY MICKIEWICZA 28 W BIELSKU-BIAŁEJ



WŁAŚCICIELKA SZKOŁY EVELINA KOŹLIK Z ANITĄ KUFEL, PEDAGOGIEM I EDYTĄ FITUCH-JANOTĄ, NAUCZYCIELKĄ JĘZYKA ANGLIJSKIEGO



W TEJ DOBRZE UTRZYMANEJ KAMENICY Z WIDOKIEM NA PARK ZNAJDUJE SIĘ NOWA SZKOŁA ARTYSTYCZNA



DYREKTOR ARTYSTYCZNY BEATA BOJDA Z POSŁANKĄ DO PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO MAŁGORZATĄ HANDZLIK

Komu przydadzą się takie umiejętności? Każdemu, kto jest na przykład absolwentem szkoły handlowej, fryzjerskiej czy nawet kosmologii na studiach wyższych. Po ukończeniu rocznej nauki absolwenci School of Art Visage będą mieli o większe możliwości zdobycia pracy na dość trudnym rynku.

Zainteresowanie placówką od początku było duże. W czasie Dni Otwartych 20-21 września mnóstwo osób przyszło poznać nową szkołę przy ul. Mickiewicza 28 w Bielsku-Białej. Normalną działalność szkoła rozpoczęła w październiku, w rytmie roku akademickiego.

Beata Bojda: – To nie jest szkoła tylko dla kobiet. Znam kilku świetnych makijażystów, stylistów, projektantów mody, więc panowie też są u nas jak najbardziej mile widziani

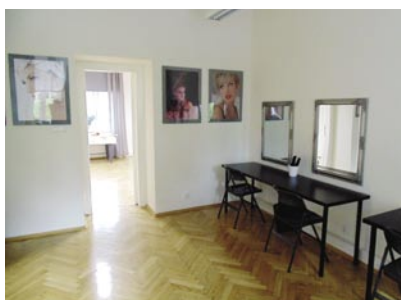
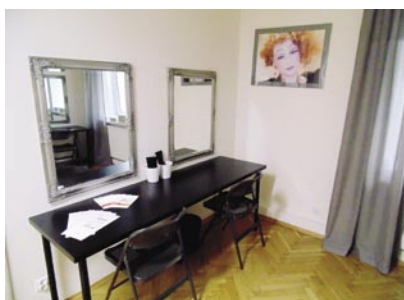
W programie szkoły można znaleźć kilka wiodących kierunków: analizę kolorystyczną, która jest wstępem do makijażu, teorię barw (warto znać kolory ciepłe i zimne, podstawowe i pochodne), historię filmu, a dokładniej ikon filmu (na przykład kostiumów i makijażu Marylin Monroe, Brigitte Bardot, Elizabeth Taylor, Twiggy, Audrey Hepburn, postaci, do których wraca się ciągle w makijażu; te zajęcia prowadzi Edyta Zachurzok). Są także podstawy stylizacji, typy sylwetek, elementy charakterystyki teatralnej (te zajęcia prowadzi Maria Dyczek). Podstawą nauki są jednak makijaże dzienne i wieczorowe, fotograficzne

i fantazyjne, ślubne i specjalistyczne (typu fashion, kobiety dojrzałe, telewizyjne), makijaże korekcyjne, elementy charakterystyki, efekty specjalne, zasady tworzenia fryzur do sesji zdjęciowej, wizerunku, organizacji stanowiska pracy, produkty i narzędzia pracy makijażysty.

Studio Kosmetyczne Pachnidło Beaty Bojdy, które już jest marką, nie przerwało działalności. Przeniosło się do School of Art Visage.

Na te studia nie ma limitu przyjęć, ale grupy będą niewielkie, by jak najwięcej czasu poświęcić zajęciom praktycznym. Szkoła działa w systemie zaocznym, weekendowym i pod nadzorem kuratora oświaty. Na koniec roku uczestnicy zajęć będą musieli wykonać na zaliczenie pracę, a więc na przykład wymyślić, ubrać i pomalować całą sylwetkę. W pozostałe dni szkoła zaprasza do współpracy ludzi potrzebujących sali wykładowej (na przykład na prelekcję, spotkanie z reżyserem, aktorem, pisarzem), a także sal do ćwiczeń (na przykład szycia czy filcowania, bo stoły i krzesła są ruchome, ustawne według potrzeb).

Ewelina Koźlik: – Szkoła jest spełnieniem naszych marzeń. Wierzymy, że będzie także spełniać marzenia studentów. Jest szansą na wyjście z szarości, pomocą dla ludzi poszukujących, pragnących się kształcić artystycznie. Wszystkim życzymy powodzenia na tej drodze i zapraszamy do nas.



SALE DO ĆWICZEŃ I ZAJĘĆ PRAKTYCZNYCH W SCHOOL OF ART VISAGE

S C H O O L



ART VISAGE

SCHOOL OF ART VISAGE

UL. MICKIEWICZA 28/1

43-300 BIELSKO-BIAŁA

TEL.: +48 33 816 46 62,
+ 48 509 480 611

DYREKTOR ARTYSTYCZNY

TEL.: +48 502 275 360

WWW.S-ARTVISAGE.COM



ZESPÓŁ PRACOWNIC ARENU. NASZA ROZMÓWCZYNI DRUGA Z LEWEJ WŚRÓD STOJĄCYCH

Z PASJĄ W KIERUNKU PIĘKNA

MIMO ŻE NIEWIDOCZNA, JEST NIEZWYKLE ISTOTNYM ELEMENTEM STROJU KAŻDEJ KOBIETY. MOWA O BIELIŹNIE, KTÓRA PODKREŚLA SYLWETKĘ, URODĘ, A ODPOWIEDNIO DOPASOWANA – UPIĘKSHA CIAŁO. MOŻE BYĆ SPORTOWA, ELEGANCKA, ZMYŚLOWA, CODZIENNA – KAŻDA SPEŁNIA ODPOWIEDNIĄ FUNKCJĘ I MA SVOJE ATUTY. WIELE NA TEN TEMAT MOŻE POWIEDZIEĆ **RENATA WÓJCIK-MIRSKA**, WŁAŚCICIELKA SIECI SALONÓW Z BIELIŹNĄ AREN

Posiada pani piękne salony w Bielsku-Białej, Bystrej, Kętach i Żywcu oraz Hurtownię Bielizny w Bielsku-Białej. Niedawno powstał kolejny salon w Centrum Handlowym Stara Kabłownia w Czechowicach Dziedzicach. Jak zaczęła się pani przygoda w tym biznesie?

Moja przygoda, tak to mogę nazwać, zaczęła się dość nietypowo. Nie chciałam mieć wcale sklepu z bielizną, nie marzyłam o butik. Mój mąż zajmował się przetwórstwem tworzyw sztucznych, a jednym z jego produktów były wieszaki bielizniane. Mieliśmy kontakty z producentami bielizny i to właśnie oni zainspirowali mnie bielizną. Wtedy pomyślałam: „Czemu nie spróbować? To taki kobiecy temat”. I tak krok po kroku tworzyłam z mężem markę, na którą dziś pracują również nasze dzieci. Prowadzenie takich sklepów wymaga wiedzy, dlatego większość sklepów z bielizną prowadzą kobiety. Bielizna należy do grupy produktów codziennego użytku. Bez względu na sytuację w gospodarce zawsze będzie sprzedawana. Jest to nie tylko pomysł na biznes, ale również misja. Z ogromną pasją i zaangażowaniem tworzyłam i nadal tworzę kolejne salony, a to wszystko z myślą o kobietach. Moja myśl przewodnia to: „Z pasją w kierunku piękna”.

Długo pani pracowała nad uzyskaniem tak wspaniałego efektu?

Efekt zawsze bierze się z pracy, pomysłu, wsparcia bliskich i zaangażowania pracowników. Ja mam to szczęście, że posiadam wszystkie te „składniki” i wiem, że w salonach w Bielsku-Białej, Żywcu, Kętach, Bystrej i w nowo powstałym salonie w Czechowicach-Dziedzicach panie spotkają się z życzliwym przyjęciem, fachową obsługą, a przede wszystkim z szerokim asortymentem wzorów i kolorów bielizny damskiej, męskiej i dziecięcej. Oprócz salonów i hurtowni posiadamy również sklep internetowy, co jest znacznym ułatwieniem dla klientów.

Przeglądając się profilowi pani firmy, odnoszę wrażenie, że nadrzędnym celem Arenu jest przedstawienie klientom całościowej oferty handlowej, obejmującej propozycje dla pań, jak i panów, zarówno bieliznyiennej, jak i nocnej oraz do użytku w sytuacjach szczególnych, na przykład w spa, a także propozycji sezonowych, w tym mody plażowej. Czy misją pani firmy jest także chęć zaspokojenia różnorodnych potrzeb klientów, nawet tych najbardziej niezwykłych?

W naszej ofercie znajduje się szeroki wachlarz produktów, w różnych rozmiarach, nawet tych niestandardowych. Chcemy po prostu, aby multibrandowy sklep sprzedający markową bieliznę mógł w naszej firmie zaspokoić większość

swoich potrzeb towarowych. Nadrzędnym celem jest przedstawienie naszemu klientowi takiej oferty, która pozwoli mu na osiągnięcie rewelacyjnych wyników finansowych, bo przecież mówimy o biznesie. Coraz większa grupa konsumentów poszukuje naszych rodzimych towarów, dlatego stawiamy głównie na produkty polskich marek. Rynek jest olbrzymi i ciągle zwiększa się rzesza konsumentów poszukujących produktów najwyższej klasy. Do każdego klienta, zarówno hurtowego, jak i detalicznego, podchodzimy indywidualnie. Otwieramy się na nowości, modę, aby zaspokoić potrzeby naszych klientek.

Aren jest przedstawicielem handlowym wielu wysokiej klasy polskich marek bielizny. Dlaczego właśnie polskich? Czy uważa pani, że te marki wyróżniają się lepszą konstrukcją, wzornictwem i jakością wykonania, czy też są inne powody, dla których zdecydowała się pani właśnie na takie marki?

Jesteśmy przedstawicielem kilkunastu marek, które prezentują się na polskim rynku. Cechuje je przede wszystkim wysoka jakość. Większość to marki z kilkudziesięcioletnią tradycją, o ugruntowanej pozycji w Europie. Bardzo istotny jest również fakt, że nasze fabryki zapewniają doskonały serwis handlowy, terminowe dostawy, dogodne warunki współpracy, wysoką jakość i atrakcyjny design. Po dwudziestu latach pracy na rynku bieliznianym wiem, jak ważny jest serwis. Można zachwycać się wspaniałym wzornictwem, pięknymi katalogami, ale bez właściwego, szybkiego serwisu nie będzie to miało żadnego znaczenia, bo biznes realizuje się, kiedy można w pełni liczyć na dostawcę. Dzięki wiedzy, jaką czerpiemy, możemy skuteczniej reagować na potrzeby naszych klientów i wyprzedzać pojawiające się pytania, wprowadzać najnowsze kolekcje.

Jak wpływa na pani biznes otoczenie dużych supermarketów?

W naszej branży nic się nie zmieniło, odkąd powstają wokół nas supermarkety. Sami też posiadamy kilka salonów właśnie w centrach handlowych. Mamy zupełnie inny towar, niż

sklepy sieciowe czy markety. Nie można porównać naszej bielizny z tą ze sklepów, które handlują wszystkim. Przede wszystkim mamy u siebie prawie nieograniczoną liczbę rozmiarów staników, na przykład dla dziewcząt bardzo drobnych z bardzo obfitym biustem mamy biustonosz w rozmiarze 65K. W sieciówce nigdy w życiu takiego rozmiaru się nie znajdzie.

Od jakiegoś czasu w mediach mówi się o brafittingu, o tym, jak ważny jest prawidłowy dobór stanika. Rozpoczęła pani cykl warsztatów na ten temat.

Tak, w tym roku Aren postanowił wyjść naprzeciw oczekiwaniom klientek i rozpoczął cykl warsztatów, w czasie których panie mogą skorzystać z fachowej wiedzy brafitterek, a także porad stylistki, wizażystki. Prezentujemy nie tylko bieliznę, ale również ubrania codzienne, począwszy od legginsów, po odzież firm zaprzyjaźnionych z nami. Personel Arenu to doświadczone brafitterki, pasjonatki mody, a co najważniejsze – salony to ekskluzywne miejsca przepełnione pozytywną energią, kolorami i markami najlepszych firm, w których każda z pań czuje się wyjątkowo. Z każdą klientką pracuje się indywidualnie, dobierając idealną bieliznę dopasowaną do jej figury i stylu życia. W programie warsztatów przewidziałyśmy liczne konkursy, metamorfozy i indywidualne konsultacje. Warsztaty cieszą się ogromnym zainteresowaniem i chcemy się w tym kierunku jeszcze bardziej rozwinąć.

Jakie ma pani plany na przyszłość? Jaka będzie pani Renata za 5 lat?

Pięć lat, to chwila. W tym czasie nie widzę siebie na emeryturze. Jest wiele tematów, które na nas czekają. Jednym z nich jest problem amazońek, które są pozostawione same sobie, więc pora, żeby Aren wyszedł im naprzeciw. Przed nami gorący okres związany z otwarciem nowego salonu, kolejnymi warsztatami, wprowadzeniem kolekcji jesień/zima, toteż mam jeszcze sporo do zrobienia.

Dziękujemy za rozmowę.

REKLAMA

NOWY SALON SYPIALNI

MATERACE*ŁÓŻKA*KOŁDRY*PODUSZKI*POŚCIELE



Promocja nr 1 – RABAT 15% na wybrany asortyment Perdormire (do 16.11.2013)

Promocja nr 2 – Przy zakupie materaca Tempur – Stelaż GRATIS! (do 24.11.2013)

Salon DEKOSEN

Bielsko-Biała, ul. Powstańców Śląskich 6 (budynek Befamy, wejście od ul. Partyzantów)
www.dekosen.pl, e-mail: sklep@dekosen.pl, www.facebook.com/dekosen

ZAPRASZAMY! PON-PT 10.00-18.00, SOBOTA 10.00-14.00



ORYGINALNE PRACE Z FILCU, WYKONANE PRZECZ DOROTĘ SULŻYK

RAJ DLA ZŁOTEJ RĄCZKI

WYOBRAŹ SOBIE NAJWIĘKSZY ZNANY CI HIPERMARKET. A W NIM – ZAMIAST PRODUKCJI Z CHIŃSKIEJ TAŚMY – PRZEDMIOTY RĘCZNIE ZROBIONE. NIEMOŻLIWE? A JEDNAK! DZIŚ RĘKODZIEŁO ŚWIĘCI TRIUMFY, KROCZY DUMNIE PRZECZ SALONY I PODBIJA EKSKLUZYWNE PORTALE INTERNETOWE, A LICZBA TWÓRCÓW IDZIE W MILIONY.

Pewnie myślisz, że w świecie maszyn i elektroniki rękodzieło tworzone jest przez maniaków *hand made*.

Bynajmniej! Molierowski pan Jourdain nie wiedział, że mówi prozą. Ty też nie wiesz, że na co dzień uprawiasz rękodzieło, kiedy pieczesz ciastka, przyszywasz dziecku guzik, lepisz pierogi, układasz bukiet w wazonie, skręcasz ozdoby szalik... Stąd tylko krok do rękodzieła, które rodzi się z ciekawości, staje pasją, a z czasem sposobem na życie i źródłem niezłych dochodów. Już nie lepisz pierogów, ale figurki z masy solnej. Nie przyszywasz guzików – tworzysz maskotki dla dzieci. Nie układasz bukietów w wazonie, lecz kompozycje z kwiatów, wstążek i koralików dla ozdoby anglosaskich drzwi. Nie płaczesz nad sfilcowanym sweterkiem, lecz robisz z niego naszyjnik i broszkę. Świat pokochał polski dizajn, który w większości jest produktem wyobraźni tysięcy amatorów.

Druty i druciki znajdują zastosowanie już nie tylko w warsztatach. Stają się podstawą niezwyklej biżuterii, wykonywanej metodą *wire wrapping*. Technika ta potwierdza możliwość wykonania czegoś wspaniałego – z niczego. I jest podstawą wielu technik rękodzielniczych. *Beading, scrapbooking, decoupage, embroider, patchwork, quilling*, makrama, sutasz, filcowanie, wypalanie, splatanie, haftowanie, cięcie, klejenie i szycie... Każda z tych czynności ma odpowiednik w dziele sztuki użytkowej lub w ozdobnych dodatkach. Wszystkie są

ręcznej roboty, którą dziś, w zalewie taśmowej tandety, pokochał świat. Pojedynczy egzemplarz, niekiedy o pięciocyfrowej cenie, z długą kolejką zamawiających, stał się dobrem luksusowym, za który warto płacić. A zaczyna się zgola niewinnie.

PASJE UTAJONE

Opowiada Anna Kondraciuk z Warszawy, która niedawno otworzyła firmę Kauri-handmade:

– Przez kilka lat zawodowo zajmowałam się marketingiem i reklamą. W czerwcu tego roku dostałam propozycję ciekawej pracy w mojej branży, ale wymogiem było założenie działalności gospodarczej. Wtedy postanowiłam poszerzyć zakres działania firmy o swoją pasję, czyli projektowanie i wykonywanie rękodzielniczych cudowności. W trakcie załatwiania formalności okazało się, że jestem w upragnionej ciąży. A że była to ciąża wysokiego ryzyka, cały czas spędzałam w łóżku. Z pracy w biurze musiałam zrezygnować, a że lubię pracować, wpadłam na pomysł, by realizować rękodzieło, na które nigdy wcześniej nie miałam czasu. Brakowało mi też odwagi, by pokazać swoje prace szerszej publiczności. Ostatecznie zrobiłam z tego główny obszar działalności nowo powstałej firmy. Najpierw miałam szyc torebki i akcesoria dla kobiet według własnych projektów, doszłam jednak do wniosku, że skoro przez długie miesiące skupiona będę na tematyce dziecięcej, głównym produktem moich arty-



ZABAWKI ANNY KONDRACIUK Z WARSZAWY, KTÓRA OTWORZYŁA FIRMĘ KAURI-HANDMADE

stycznych działań będą zabawki. Szycie ręczne wybrałam jako przyjazny sposób tworzenia dzieł w pozycji leżącej. I tak oficjalnie od sierpnia powstają moje pluszaki-filcaki. Nie chciałam pójść na zasiłek i zamknąć się w domu przed telewizorem, postanowiłam skupić się na firmie, tyle że zmieniłam główny cel działalności. Po urodzeniu dziecka nie zrezygnuję z szycia zabawek, a nawet wiem, o jaki asortyment rękodzielniczy je rozszerzę. Najważniejsze to mieć pomysły i nie poddawać się. Otworzyć się na otoczenie i sytuację, w której się znaleźliśmy.

COŚ ORYGINALNEGO

Podobnie myśli inna artystka, Marzena Kędra z Krakowa:

– Moja rękodzielnicza twórczość zaczęła się od pomysłu na prezent urodzinowy dla chłopaka. Chciałam zrobić coś oryginalnego, więc stwierdziłam, że spróbuję *decoupage* – opowiada Marzena, studentka architektury i urbanistyki na politechnice. – Oczywiście nie była to moja pierwsza manualna praca. Od zawsze tworzyłam przeróżne rzeczy, malowałam, rysowałam. W gimnazjum stworzyłam pierwszy ozdobny przedmiot użytkowy: lampkę, która służy mi do dzisiaj. Marzena od roku pokazuje swoje prace na Facebooku, który jest dziś także światowym forum wymiany pomysłów rękodzielniczych. Można tam znaleźć ręcznie malowane przedmioty Marzeny Kędry, zdobione techniką *decoupage*, a od kilku miesięcy także biżuterię. Ozdabia ona głównie przedmioty drewniane, choć zdarzają się także metalowe i szklane. Biżuteria powstaje głównie z kamieni naturalnych, szkła, a także drobnych koralików. – Tworzenie tych dziełek bardzo mnie wciągnęło. Można powiedzieć, że jestem od nich uzależniona – wyznaje. – Bez przerwy powstają nowe pomysły, brakuje tylko czasu i pieniędzy na ich realizację. Rękodzieło jest dla mnie odskocznią od codziennych uczelnianych obowiązków, pozwala odstresować się i odpocząć. Dzięki tej twórczości mam siłę do realizacji innych zadań.

Nie uważa swojego rękodzieła za sztukę, prace nazywa „tworakami” i liczy na sukces w architekturze, przy wielkich dziełach. Faktem jest, że rękodzieło pod nazwą MKędra Decoupage ma rzeszę wiernych klientów.

TERAPIA, RELAKS, MIŁOŚĆ

Anna Pechytiak, firma Keramikos z Lubina na Dolnym Śląsku, jest pedagogiem i terapeutką. Uwielbia pracę z dziećmi i młodzieżą.

– Sztuka i twórczość dzieci są wyrazem ekspresji, uczuć, przeżyć, doświadczeń, spontaniczności, fantazji, oryginalności, odwagi i samorealizacji. Każdy akt twórczy to ślad człowieka, który jest niepowtarzalny. To najważniejsza wartość



ANNA PECHYTIK Z LUBINA
ZAKOCHAŁA SIĘ W CERAMICE

i cudowna rzecz w pracy z młodzieżą – podkreśla. Anna też dołączyła do grona twórców. Wszystko zaczęło się od stażu w domu kultury. W pracowni ceramicznej, miejscu dla niej magicznym, zrobiła swoje pierwsze prace. – Ceramika stała się dla mnie pasją, doskonałą formą relaksu, terapią i miłością. Otworzyła mi drogę do twórczej orientacji życiowej. To niesamowite! – wyznaje Anna. – Moje pierwsze kroki w ceramice były nieśmiałe, wręcz lękliwe. A zarazem fascynujące i tajemnicze. Pierwszą rzeczą, którą zrobiłam z gliny, była miska. A właściwie kilkanaście misek. Niektóre fajne, niektóre mniej udane. Ale kiedy zaczynasz przygodę z ceramiką, porażki są wręcz wskazane. Uczysz się systematyczności, cierpliwości, dokładności i w pewnym stopniu przewidywania, gdyż ta dziedzina rękodzieła jest czasami nieprzewidywalna. Wciągnęłam się w ten klimat i nie mogę się zatrzymać!

Marta Krawczyk, właścicielka internetowego sklepu z artykułami do *scrapbookingu* i autorka bloga zawsze szukała czegoś takiego, co pozwoliłoby jej tworzyć rzeczy niepowtarzalne. Przeszła przez etap szycia, *decoupage'u*, jednak to nie było to. – Potem zafascynowało mnie scrapowanie, ale długo przeglądałam tylko internet i podziwiałam prace innych, myśląc: „Nie, ja tak nie potrafię!”. Póki nie spróbowałam – wspomina. – *Scrapbooking* jest dla mnie trochę formą przekory wobec dzisiejszego

świata, w którym nikt nie ma czasu, wszyscy się spieszą, wszystko można zapisać w formie elektronicznego pliku i powielić tysiącrotnie. To jest forma utrwalania wspomnień albo wyrażania siebie w jedyny, właściwy tylko danej osobie sposób.

Mimo niewątpliwych sukcesów – co widać po ruchu w jej sklepie i na blogu – Marta Krawczyk nadal uważa, że nie potrafi tego, co robi wiele genialnych scraperek. Mówi: – Nagle okazało się, że w ogóle mi to nie przeszkadza, po prostu daje olbrzymią radość. Najważniejsze – nie bać się spróbować. Nieważne, że coś wyjdzie krzywo, kolory się pogryzą, a mgiełka, która u innych wygląda pięknie i subtelnie, u mnie stworzy mało artystyczne klekсы. Ale zachować dla siebie wspomnienia w sposób inny niż wszyscy, albo usiąść wieczorem i poscrapować wspólnie z córeczką, albo obdarować kogoś własnoręcznie zrobioną kartką czy albumem i zobaczyć jego radość – bezcenne.

POMYSŁY ŚWIEŻE I PIĘKNE

Co łączy kapelusz i dywan? Ubrania, torebki i kolczyki? Wszystko może być wykonane z filcu, którego uniwersalność utrzymuje się od wieków. Popularność filcowania w rękodzielnictwie rośnie teraz z roku na rok.



MARTA KRAWCZYK ZAJĘŁA SIĘ SCRAPBOOKINGIEM I OTWORZYŁA SKŁEP INTERNETOWY

– W mojej pracowni Sunduk powstają kolorowe biżuterie, dodatki i dekoracje. Najbliższa jest mi technika filcowania – wyznaje Dorota Sulżyk. Polega ona na łączeniu różnych włókien, naturalnych i sztucznych, od wełny zwierząt, przez wiskożę, celulozę, konopie i len, aż po strzępki włókien sztucznych. A z gotowych już tkanin powstają oryginalne arcydzieła. Z kolorowego filcu w arkuszach od 1 do 4 mm tworzy niesamowitą biżuterię: subtelne kolczyki, bransoletki, naszyjniki, ale też elementy wystroju wnętrza: poduszki, podkładki na stół, zabawki, torebki, w tym haftowane polskimi motywami ludowymi, etui na tablety, nawet dywany... Filcowanie to świetna zabawa. Daje nieograniczone możliwości tworzenia rzeczy fantastycznych, oryginalnych i jedynek w swoim rodzaju. Z czasem, gdy zostaniesz mistrzynią w tej dziedzinie, jak Dorota Sulżyk, staniesz się guru dla setek fanek.

Dziś każda technika w Polsce ma swoją mistrzynię. Mamy szczęście, jeśli jest gotowa podzielić się tajnikami swojego rękodzieła. Coraz częściej w bibliotekach czy świetlicach terapii zajęciowej, ale też w urzędach pracy organizowane są kursy, z których wyjdziemy bogatsze nie tylko w wiedzę, ale i pierwszy ręcznie wykonany przedmiot. Takie zajęcia to także źródło dochodu.

Chcesz się przekonać, czym jest nowoczesne rękodzieło? Zajrzyj do amerykańskiego portalu www.etsy.com. Tam też są Polki i Polacy! Ich dzieła znajdziesz również na stronie www.pakamera.pl. Takich galerii jest mnóstwo. Siedzisz w domu, wysyłasz zdjęcie własnoręcznie wykonanego przedmiotu i jego cenę, a galeria internetowa szuka ci klientów. Od roku na portalu DaWanda, który sprzedaje produkty polskich rękodzielników na całym świecie, znajdziesz przedmioty z największych polskich pracowni. Na 2,2 mln użytkowników,

niemal 3 tys. to twórcy znad Wisły, którzy podbijają swoją wyobraźnią zachodnich klientów. W tym miejscu notuje się 13 mln wizyt miesięcznie, co 60 sekund sprzedawany jest jeden produkt z kategorii moda, co 30 sekund z kategorii akcesoria, a co 20 sekund biżuteria. Tu projektanci z całego świata wykonują projekty *hand made*, które służą jako wyjątkowe prezenty lub produkty codziennego użytku. Polacy wzbudzają niesamowite emocje u odbiorców – nasze pomysły są świeże i piękne. Unikalna moda: sukienki, ręcznie wykonane torebki, koszulki z ciekawymi nadrukami, dodatki, których ze świecą szukać w sieciowych sklepach. Biżuteria artystyczna i nowoczesna, mieszanka stylów i metod tworzenia. Produkty dla maluchów – nie tylko zabawki, ale i meble, i ubranka ręcznie tworzone. Ozdoby domu: stołu, drzwi, sypialni, łazienki...

Jeśli już chcesz spróbować zrobić coś samodzielnie, w sieci znajdziesz materiały i półprodukty do DIY. Ten skrót święci triumfy, a oznacza *Do it yourself*, czyli zrób to sam. Zyskała taką popularność, że dziś DIY to także nazwa sklepu z przyborami, narzędziami i materiałami dla majsterkowiczów. Jest ich tak wielu, że w trosce o jakość spontanicznie utworzyli znak towarowy dla dobrego polskiego rękodzieła. Chodzi o promowanie prac tych twórców, którzy są najlepsi w swoich technikach. Są oni wybierani do tej grupy przez kolegów po fachu. Pracochłonne techniki, oryginalne wzory, długie godziny spędzone nad wykonaniem każdego drobnego elementu procentują malowniczym Znakiem Dobrego Rękodzieła, którym masz prawo ozdabiać swoje metki. Oczywiście nie każdy chce stanąć do wyścigu o to miano, ale każdy może przejść próbę ognia, czyli sprzedaży swojej pracy. Zaręczam, że warto. Być może okaże się, że świat czeka właśnie na ciebie.

BAJOBONGO



TECHNIKA DECOUPAGE POCHŁONĘŁA BEZ RESZTY MARZENĘ KĘDRĘ Z KRAKOWA

Wiersze Ewy Parmy



Zbieg

Jestem szczęściarą
nikt mnie nie porwał
nie podmienił nie zjadł
Uniknęłam obrzezania
i ukamienowania
Nie muszę udawać
że lubię czador
Nikt mnie nie zabije
za to że patrzę i pożadam
Wolno mi iść na spacer
bez ochrony
czytać tańczyć tango
i klócić się z mężczyzną
Jestem swoim oczkiem w głowie
ozdobą samej siebie
różą dla własnych oczu
zbiegiem z Krainy
Niepomysłnych Okoliczności
widzę to wyraźnie
i tylko mój pan
zwany Przypadkiem
z właściwą sobie nonszalancją
nie chce przyznać
ile mu zawdzięczam

23 stycznia 2011

Warkocz kobiety z Elling

Pewnie chcesz myśleć
że leżę tu
ukarana za wielką miłość
bunt wobec władcy
lub zbrodnię
ale nie z tego
Wtedy było warto
trzymać się klanu
a o miłości nie słyszano
w czasach bez literatury
Do zbrodni
potrzeba narzędzia
a ja miałam tylko warkocz
i zamiast strugać strzały
plotłam go coraz misterniej
cierpliwie i bez celu
Tak powstała sztuka
ten zbędny naddatek
za który można
zapłacić głową
w naszym lesie
Ci co mają lepsze narzędzia
gardzą takimi jak ja
rządzą a w końcu giną
w przewidywalny sposób
Ci co wolą pleść warkocze
zostaną odkryci po latach
w torfie albo w wierszach
ale wtedy nikt już nie dojdzie
kim byli naprawdę

5 maja 2013



Ostatnia stacja*)

On cię nie kocha Zofio Andriejewna
to rzecz jasna jak polana w słońcu
ale w życiu nie chodzi o miłość
Ten czort z plebsu rodem
stał między wami
jak twiordyj znak w cyrylicy
i chce z niego zrobić ikonę
ale w życiu nie chodzi o idee
Pop już postawił na nim krzyżyk
i zatrzasnął drzwi cerkwi
ale w życiu nie chodzi o religie
Pociąg do Sztokholmu też odjechał
bez Lwa Nikolajewicza
ale w życiu nie chodzi o sławę
W życiu chodzi o to
by nie utknąć na dworcu w Koluszkach
tylko zdążyć na swój własny
pociąg do stacji Astapowo

1 sierpnia 2011

*) Dramat o życiu Lwa Tołstoja,
prod. Rosja/Wielka Brytania/Niemcy, 2009



Przysiółek zwany Czulością

Zapytaj mnie jeszcze raz
teraz już odpowiem na każde pytanie
Kto pyta chce pokochać
czasem samego siebie
a ty chowasz się w słowach
zamiast w moich włosach
wołasz na pomoc ptaki
by za nas gadały nad ranem
Noc jest ciepła i krótka
jak pierwszy pocałunek
i wcale nie trzeba jointów
by zetknąć się dłońmi
ani wspólnej szklanki
by posmakować ust
Z używek jak zawsze
najlepsza jest czulość
z widokiem na Beskidy

Przysiółek Wyrch Malinka, 20 maja 2013

Małe

Wybieram zawsze
mniejszą kromkę chleba
nie zostawiam wtedy okruszków
Wybieram najmniejszą truskawkę
ma w sobie najwięcej słońca
Piję małą kawę
z podwójną dawką smoly
smakuje jak życie instant
Lubię krótkie wyjazdy
spotkania nie dłuższe
od istotnej rozmowy
zdania bardziej niż proste:
kocham cię
tęsknię
oddycham

12 maja 2011

Pi

Porządek jest oczywisty choć ukryty
i nikt za nim nie stoi
Od pierwszych kwantów było jasne,
że wszystko się zaciemni
i zacznie wyglądać jak chaos,
choć pójdzie jak z płatka
śniegu: finezyjnie, precyzyjnie
i w tryliony –
byle oko nie dojrzy już wzoru,
ucho nie dosłysz tego, co nie musi
Tropy będą wiodły poprzez liczby
doskonałe, ludolfinę i ciąg Fibonacciego
w głąb kosmosu
Tylko pozornie ślepy traf czasem
zadziwi miłością od pierwszego
atomu do kogoś, kto urwał się
z tej samej gałęzi parę eonów wstecz
– historia stara jak liczba Pi,
co nie kończy się nigdy,
lecz trwa przez kolejne wcielenia,
w których i tak musimy się spotkać

19 czerwca 2011

Łąka

Merlot z tej winnicy
będzie pachnieć
zwierzyną, grzybami
i trawą o świcie,
gdy wstają mgły,
a ja nabieram tchu
jak długo zamknięte wino,
uwalniam się od osadu
dawnych namiętności
i znad twoich ramion widzę
sarny, co wyszły z lasu
na moment, w którym
darowano im wolność
i trawę, najlepszą
w tej części kosmosu,
właśnie teraz, gdy patrzymy
sobie w oczy tak zachłannie,
jakbyśmy chcieli wypić
mgłę między nami,
nim na szkle znowu
zbierze się osad
zamiast słońca

*(cykl Przysiółek zwany Czulością)
30 maja 2013*

Akt

Siedzę przed tobą naga
w ciele które już odchodzi
Jeszcze je znaczy krew
i pożądanie
puls poganina jak bat
wielbłądnika
nie omijając śladów
potknięć złamań i zszyc
Jeszcze zasłaniam
je włosami
chcę nauczyć pływać nocą
latać balonem
i przejść
bez zmęczenia Alaskę
Bardziej naga nie byłam
przed nikim
nawet w dniu narodzin
Może właśnie po to
cię spotkałam

13 sierpnia 2011

Miejsce przemian

Dla niepoznaki wygląda
jak zwykła stodoła,
choć światło z niej wydobywa
to, czym naprawdę jest
Zaczyna wówczas pulsować
ogniem i tajemną muzyką,
w której przeszłość
ukrywa się jak ty
w słowach albo w oczach,
co iskrzą na twój widok
Wtedy ożywasz na chwilę
jak ktoś muśnięty skrzydłem
ptaka lub anioła,
po którym zostało
pióro na podwórku,
by oznakować to miejsce,
co bywa niebem
jak każde miejsce przemian
ukryte wśród starych desek
dla niepoznaki

(cykl Przysiółek zwany Czulością)
30 maja 2013



Lato

(według obrazu Anny Marii Rusinek)

On nie umie cię kochać
tak jak byś chciała
nawet gdy otwiera ramiona
to tylko na swój ostateczny sposób
Kiedy kłęczy przed tobą
niebo ciemnieje z gniewu
a ty wciąż nie wiesz jak z nim być
by nie krzyżować mu planów
więc po prostu warujesz jak pies
Twoje włosy spływają
strugą rdzy z jego boku
– moment gdy wycierałaś mu stopy
przechowujesz w pamięci jak skarb
i nikomu nie pozwalasz ich dotknąć
On i tak nie zwraca na to uwagi
bo nie zna się na miłości
mniejszej niż wszechświat
jest w końcu tylko bogiem

20 lutego 2012

WIERSZY ZDOBIĄ REPRODUKCJE
OBRAZÓW ANNY MARII RUSINEK

EWA PARMA

Urodziła się w 1961 roku. Mieszka w Katowicach. Anglistka, wielbicielka karkonoskich szlaków, rocka i poezji Czesława Miłosza. Debiutowała w 1987 w *Tak i Nie*. Publikowała wiersze, prozę, eseje i tłumaczenia poezji amerykańskiej, m.in. w *Poezji*, *Literaturze*, *Czasie Kultury*, *Śląsku*, *Młodej Sztuce* i w antologii *Imiona istnienia*. Jej wiersze przetłumaczone na język angielski znalazły się w kilku amerykańskich magazynach literackich (*The Los Angeles Review*, *Mr Cogito*, *Artful Dodge*, *International Poetry Review*, *Connecticut River Review*). Wydała tomiki *Tylko dla modliszek* (ZLP Katowice 1991), *W strefie ognia* (Mamiko 2010), *Hajer Blues i inne historie* (z siostrą Joanną Kern, Mamiko 2012), *Kobiety i wazki* (Zaulek Wydawniczy Pomyłka 2013).



BRACIA W METALU

NIECZĘSTO MIEWAMY OKAZJĘ OGLĄDAĆ WYSTAWY RZEźB FIGURATYWNYCH. TO, ŻE TAK NIEWIELE JEST OKAZJI, BY OGLĄDAĆ TAKIE WYSTAWY, NIE OZNACZA, ŻE NAS, WSPÓŁCZESNYCH TWÓRCÓW RZEźB FIGURATYWNYCH, NIE MA. TO ZRESZTĄ DOTYCZY NIE TYLKO SZTUK PŁASTYCZNYCH. RÓWNIeŻ NA PRZYKŁAD MUZYKI. MOI BRACIA W METALU NA PEWNO ZGODZILIBY SIĘ ZE MNĄ. W MEDIACH MUZYKI METALOWEJ NIE MA, A ONA NADAL FASCYNUJE I JEST ŚWIETNĄ INSPIRACJĄ – POWIEDZIAŁA W CZASIE WERNISAŻU, WYRAŹNIE WZRUSZONA, LIDIA SZTWIERTNIA, BIELSKA RZEźBIARKA, SZEROKO ZNANA Z WIELU EFEKTOWNYCH PRAC. NA CO DZIEŃ FANKA METALU I OSTREGO ROCKA, SŁUCHANEGO PRZEZ NIĄ NIE TYLKO W PRACOWNI, ALE I NA KONCERTACH.

Przez 45 dni można było podziwiać w Galerii w Fabryce – Muzeum Techniki i Włókiennictwa w Bielsku-Białej – wystawę „Dialog artystyczny” Lidii Sztwiertni i Przemysława Lasaka. Bielszczanka zaprosiła wrocławskiego artystę, by obok niej zaprezentował swoje prace z cyklu Oczekiwanie i Odnova, potężne rzeźby ceramiczne, przedstawiające nagich mężczyzn. Większość z ponad trzydziestu odlanych w brązie figur Sztwiertni to również postaci męskie, które są ulubionym jej motywem twórczym. Także Anioły (cały cykl) zawsze są u niej rodzaju męskiego, bo przecież anioł jest „ten”, a nie „ta”, nawet w języku.

– Męskie ciało to bliskie mi medium, traktowane podmiotowo i przedmiotowo. Od wielu lat uważam, że można przez nie wyrazić bardzo różne emocje, przemysle-



OD LEWEJ: IWONA PURZYCKA, DYREKTOR MUZEUM, LIDIA SZTWIERTNIA I PRZEMYSŁAW LASAK

nia. Jest dla mnie „boskim tworzywem”, począwszy od gliny, z której lepię te ciała (w końcu Adam też został ulepiony z gliny). Używając cudzysłowu do tego stwierdzenia, w rzeczywistości nie odchodzę daleko od tego, co myślę o tym od wielu lat. Powołując „do życia” te postaci, głównie z cyklu Anioły, stwarzam jakąś realną rzeźbiarską rzeczywistość z tego, co nierealne, niematerialne, czyli z myśli, uczuć, wrażeń... To fantastyczne uczucie, gdy mogę się tym „światem” podzielić z innymi ludźmi, gdy ten „świat” wywołuje oddźwięk, pobudza cudze emocje – stwierdziła artystka.

Pretekstem do zorganizowania wystawy stała się rocznica urodzin Lidii Sztwiertni. Tak się złożyło, że przygotowanie ostatnich rzeźb zbiegło się z trudnym okresem w życiu artystki, choroby i śmierci jej mamy.

– Dziwne koło się zatoczyło. Pierwszą wystawę w życiu dedykowałam tacie po jego śmierci. Teraz, po prawie dwudziestu latach, pożegnałam się z mamą. Wiem, że oni są ze mną. Jeżeli moje rzeźby mają sens, to dzięki rodzicom, ich wychowaniu. Oni nauczyli mnie inspirować się ludźmi. I to, że jest was tak wielu na otwarciu wystawy,



GRATULACJE OD WIELBICIELI SZTUKI I PRZYJACIÓŁ. I WSPANIAŁY TORT URODZINOWY DLA ARTYSTKI



AUTOPORTRET Z GŁOWĄ W SZCZURACH



AUTOPORTRET W ŚWIŃSKIM FUTRZE



ANIOŁ Z LILIAM



BIELSKO I BIAŁA



METAL ANGEL

utwierdza mnie w przekonaniu, że wybrałam dobrą drogę artystyczną – zwierzyła się jubilatka. Lidia Sztwiertnia nie rzeźbi wyłącznie dla koneserów i znawców sztuki. Gdy popatrzyć na jej najnowsze i nieco starsze realizacje, Bielsko i Biała, Anioł z liliami, Metal Angel, Ikona Śląska, Perła Podbeskidzia, Olimpijczyk, Autoportret w świńskim futrze, Autoportret z głową w szczurach, Psu Brat czy Focus Angel, łatwo dojść do przekonania, że mogą podobać się wszystkim, także na przykład kibicom sportowym, słuchaczom progrocka, miłośnikom zwierząt i wielbicielom... Stanisława Tyma. Stąd na wystawie oprócz serii z Aniołami można było znaleźć popiersia Czesława Niemena, Chrisa Farlowe'a, wokalisty brytyjskiej grupy jazzrockowej Colosseum, i właśnie Tyma. Ta ostatnia figura, zatytułowana Psu Brat, stała się oryginalnym wyrazem uznania dla przyjaciela za opiekowanie się zwierzętami, psami szczególnie. Takich postaci, wyrzeźbionych z sympatycznymi akcentami, aluzjami, symbolami, żarcikami nawet można znaleźć więcej. Wszystkie fascynujące, czytelne, czyste w odbiorze. Nawet otaczające te postaci kruki, węże, szczury i inne demony nie budziły odrazy, przeciwnie – wydawały się swojskie, obłaskawione. I tak sympa-

tyczne, jak lilie, świerszcze i amorki wokół Ławeczki Zakochanych, wyrzeźbionej przez Sztwiertnię i ustawionej przed Teatrem Polskim w Bielsku-Białej.

Artystka specjalizuje się w rzeźbie z brązu, w technologii odlewu na wosk tracony. O wielkości jej talentu świadczą wszystkie figury, fantastycznie łączące ciężar materii i lekkość formy, racjonalne zasady z emocjami. Teresa Piasecka, krytyk sztuki z Poznania, napisała o sztuce Lidii Sztwiertni: „Posługując się własnym, rozpoznawalnym już typem ikonograficznym, artystka z humanistyczną pasją, nie ulegając chwilowym modom, koniunkturam, tworzy rzeźby, reliefy o przemyślanej kompozycji, precyzyjnie definiowane, o czytelnym profilu estetycznym, wyznaczonym nieprzemijającymi wartościami artystycznymi, dzieła emanujące hedonistyczną radością życia, subtelną zmysłowością, renesansową fascynacją człowiekiem (seria Anioły). Jej rzeźby uwarunkowują na duchowe piękno człowieka, które coraz częściej wstydliwie skrywane, obok prawdy i dobra, zdaje się być antidotum na współczesny chaos. Rzeźby Lidii Sztwiertni tworzą piękną, wielowątkową, optymistyczną opowieść o człowieku, miłości, lękach, namiętnościach, o tym, co w życiu istotne i prawe”.

BUS

**HANS KLOSS
ZRZUCIŁ MUNDUR
OFICERA ABWEHRY
NA ZAMKU
SUŁKOWSKICH**

JA TEGO NIE POWIEDZIAŁEM



STANISŁAW MIKULSKI Z IWONĄ PURZYCKĄ, DYREKTOR MUZEUM

Stanisław Mikulski, popularny, lubiany i wciąż w świetnej formie aktor, mimo, bagatela, 84 wiosen życia, niedawno po raz kolejny przyjechał do Bielska-Białej na zaproszenie Iwony Purzyckiej, dyrektor Muzeum i Klubu Miłośników Stawki, by opowiadać o sobie i swoim zawodzie. Tym razem z okazji wydania autobiografii „Niechętnie o sobie” (wydawnictwo Melanż). Dlaczego niechętnie? Po co zawitał w gościnne progi zamku Sułkowskich na spotkanie z publicznością, skoro nie lubi o sobie opowiadać?

– To nie jest tak. Napisanie tej „niechętniej” autobiografii nie byłoby możliwe, gdyby nie prośby i groźby osoby, z którą dzielę się wszystkim, co mam. A że moja Małgosia to ktoś więcej niż żona, że minęły miesiące, zanim jej starania przewyciężyły moją niechęć do skutków pisania o sobie, to inna rzecz – mówi aktor.

Gdy już chwycił za pióro, wyszedł z tego opasły tom. Stanisław Mikulski ma o czym opowiadać! Nie tylko o roli, która przyniosła mu wielką sławę, czyli o Hansie Klossie z serialu „Stawka większa niż życie”. Zadebiutował na dużym ekranie w 1950 roku rolą junaka Franka Mazura w filmie Leonarda Buczkowskiego „Pierwszy start”. Niektóre sceny szybowcowe

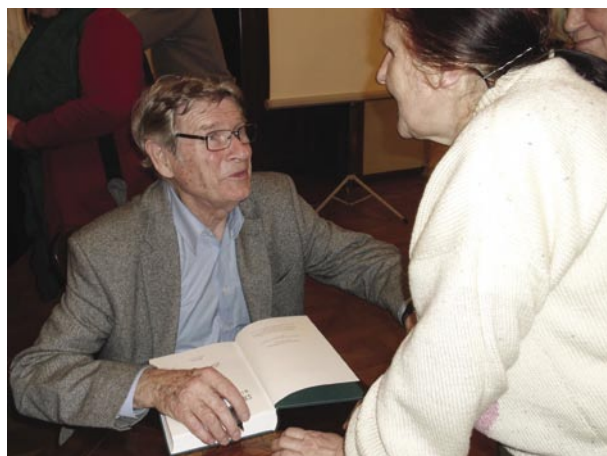


KADR Z SERIALU „STAWKA WIĘKSZA NIŻ ŻYCIE”

kręcone były na górze Żar w Międzybrodziu Żywieckim. Opowiadając o swoim debiucie, Mikulski stwierdził, że zetknięcie z zawodem zupełnie przewróciło mu w głowie, dlatego w czasie służby wojskowej organizował w jednostce imprezy kulturalne. Szło mu tak dobrze, że wojsko nie chciało go wypuścić do cywila. Wysokiego, smukłego chłopaka wypatrzył wtedy młody reżyser Andrzej Wajda i powierzył mu rolę – nomen omen – Smukłego w filmie „Kanał”.

– Do współpracy z kolejnym reżyserem, Janem Rybkowskim, doszło w zabawnych okolicznościach – wspomina. – Pewnego dnia otrzymałem pismo z kierownictwa produkcji, że powierzono mi rolę jednego z żołnierzy. Niedługo potem inny reżyser zaprosił mnie na zdjęcia próbne do Łodzi. Kiedy wracałem z tych zdjęć korytarzem podszedł do mnie ktoś z produkcji „Godzin nadziei” i poprosił, żebym na chwilę był partnerem aktorki, która akurat miała tam swoją próbę. Wróciłem do Lublina i za kilka dni dostałem wiadomość, że jednak powierzono mi rolę porucznika Jana Basiora. Zostałem wypożyczony do teatru z wojska i do dziś spłacam dług, grając wojskowych. Po wyjściu do cywila związał się z teatrem i filmem na stałe. Bielski wieczór, prowadzony przez Stanisława Janickiego ze Starego Kina, upłynął nie tylko na opowieściach o agencie J-23 (bo ile można?), ale o życiu w Teatrze im. Osterwy w Lublinie, pracy w warszawskich teatrach, a także o głównej roli w filmie Rybkowskiego „Godziny nadziei”, „Skąpanych w ogniu” Jerzego Passendorfera, przyjaźni i miłości. Nie zabrakło anegdot z planów filmowych i jego stosunku do największej z życiowych ról. Bo prawdą jest, że kolejne pokolenia kochają go przede wszystkim za rolę, jaką stworzył w „Stawce”. W kilku kanałach telewizyjnych serial nadal odtwarzany jest regularnie i z powodzeniem.

– Bywały takie momenty w moim życiu, że pragnąłem za wszelką cenę zapomnieć o Klossie. Kończyło się jednak tym, czym zawsze kończy się walka z wiatrakami: świat mi na to nie pozwalał. Nawet w dalekiej Mongolii byłem rozpoznawany na ulicy, a co dopiero w czasie spacerów po Warszawie – mówi Mikulski. Pewna Węgierka przyjechała za nim aż do



NA ZAMKU SUŁKOWSKICH PO AUTOGRAFY STANISŁAWA MIKULSKIEGO W KOLEJCE CIERPLIWIE STALI MŁODZI I STARZY FANI AGENTA J-23

Warszawy. – Nie mogliśmy się dogadać. Zaczęła wyjmować z torby karteczki. *Mieszkam w hotelu Warszawa, muszę się z panem spotkać, obojętna pora dnia, może być noc* – wspomina aktor.

Choć zagrał ponad 80 ról teatralnych, około 20 w teatrze telewizji, ponad 40 w filmach i 20 w serialach telewizyjnych, a także otrzymał za swoją pracę artystyczną blisko 30 nagród i wyróżnień, naprawdę kojarzy się wielu tylko z kapitanem Klossem, bohaterem filmu, który stał się zarówno błogosławieństwem, jak i przekleństwem dla Mikulskiego. Młodzi absolutnie nie wiedzą, że ma na koncie setki ról. Mimo swego ponad 80-letniego wieku aktorowi nadal zdarza się występować publicznie czy sporadycznie zagrać rolę, a to w jakimś serialu kryminalnym, a to w nowej wersji „Stawki” z Tomaszem Kotem. Jest w świetnej kondycji. – Ale gdzie tam! – zaprzecza żartobliwie – ciągle mnie coś łamie i boli w kregosłupie. Jednak co ja mogę? Trzeba się jakoś toczyć... Przed Klosem uciekam ponad 40 lat. Niewiele zostało mi do mety, więc prawdopodobnie już się od niego nie uwolnię – dodaje.

Co tu kryć, „Stawka” – mimo różnych politycznych zamachów na nią – jest nadal ulubionym serialem Polaków, a Hans Kloss kultową postacią. Nic dziwnego, że sala zamku Sułkowskich wypełniła się po brzegi fanami artysty z różnymi gadżetami agenta J-23. Wśród nich byli i tacy, którzy „Stawkę” znają na pamięć i wyrwani ze snu mogą cytować obszerne fragmenty dialogów.

Doszło też tego dnia do anegdotycznego zdarzenia. Jacek Szura z Klubu Miłośników Stawki zaprosił na spotkanie Dariusza Paczkowskiego, performerera, twórcę graffiti i street artu, autora szablonów Lenina z irokezem wykorzystanego

na okładce pierwszej płyty zespołu Big Cyc i podobizny kapitana Klossa z wyciągniętym palcem i dymkiem „Brunner, ty świniou!”. Paczkowski poprosił Mikulskiego o złożenie autografów na szablonach z Klosem, lecz aktor zachnął się: – Ja tego nie podpiszę!

Wytłumaczył bowiem, że słowa „Brunner, ty świniou!” nie padły w serialu z jego ust, a Emil Karewicz, odtwórca roli gestapowca, a prywatnie przyjaciel Mikulskiego, mógłby poczuć się dotknięty. Ostatecznie jednak, po krótkich negocjacjach, autografy na unikatowych wydrukach zostały złożone. Z dopiskiem: „Ja tego nie powiedziałem”.

Zapytany o swoją ulubioną rolę, aktor powiedział: – No oczywiście Kloss! A na poważnie, to wszystkie moje role teatralne. Kocham teatr i nigdy go nie zdradziłem. Cenie sobie to, że mogłem zagrać także rolę Sułkowskiego, co dla bielszczan jest ważne, oczywiście w pięknym napoleońskim mundurze. Ale uwielbiałem również rolę Cyrana de Bergerac z komedii Edmonda Rostanda, żołnierza z wielkim nosem. Teatr jest dla mnie solą tego zawodu.



AUTOBIOGRAFIA
„NIECHĘTNIE O SOBIE”
Z MIEJSCA STAŁA SIĘ
BESTSELLEREM

J-23 NADAJE

„Stawka większa niż życie” to kultowy już, szpiegowski serial wojenny produkcji polskiej w reżyserii Andrzeja Konica i Janusza Morgensterna. Scenariusz napisał Andrzej Zbych (pseudonim piszących razem Andrzeja Szypulskiego i Zbigniewa Safjana). Serial produkowany był w latach 1967-1968 i liczy 18 odcinków, każdy po 55 minut. Akcja zaczyna się w roku 1941. Młody Polak Stanisław Kolicki rozpoczyna współpracę z wywiadem radzieckim (słowo o tym pada w serialu tylko raz). Przedostaje się na stronę sowiecką i przekazuje informacje o koncentracji niemieckich wojsk wzdłuż granicy. W tym samym czasie wywiad radziecki aresztuje niemieckiego oficera Abwehry Hansa Klossa, do którego Kolicki jest ładnie podobny. Rosjanie postanawiają wykorzystać to podobieństwo do celów wywiadowczych.

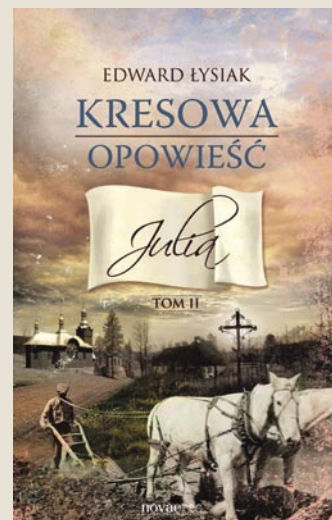


POWRÓT NAD CZEREMOSZ



W pozornie sielską koegzystencję różnych narodowości Pokucia (Zachodnia Ukraina) wkracza polityka. Za sprawą organizacji nacjonalistycznych odżywają nadzieje Ukraińców na niepodległe państwo. Wybuch wojny zrywa dotychczasowe więzy szkolnej

przyjaźni Fedora, Romana, Stiepana, Grzegorza, Michała i Izaaka. Ukraińcy Fedor, Roman i Stiepan wstępują do OUN. Żyd Izaak sympatyzujący z komunistami w 1941 ucieka z Armią Czerwoną do ZSRR, by powrócić w kwietniu 1944 jako oficer NKWD. Bracia Michał i Grzegorz pozostają na Pokuciu. Coraz większy terror UPA, w którym czynny udział biorą Fedor i Roman, doprowadza do śmierci Stiepana, Grzegorza i Miriam – młodzieńczej miłości Izaaka. Pod patronatem NKWD i bezpośrednim kierownictwem Izaaka powstają istrebiтелни bataliony – oddziały specjalne do zwalczania band UPA, do których wstępuje Michał. Julia, jego żona, podoba się Izaakowi. Ich wzajemna fascynacja rozwija się w tle bezwzględnej walki z bandami UPA. Nie zrywa jej nawet wyjazd Julii na Ziemię Zachodnią. Michał walczy z UPA w Beskidach, gdzie poznaje Katrynę, łemkowską sanitariuszkę.



Julia i Natalka osiedlają się na Ziemiach Zachodnich. Julia, przekonana o śmierci Michała, próbuje bezskutecznie układać swoje uczuciowe życie. Michał wraca niespodziewanie w 1956. Oboje próbują odnaleźć dawne uczucie, ale okazuje się to niemożliwe. Wieś,

w której mieszkają, jest podzielona z powodu konfliktu z proboszczem. W 1967 Julia wyjeżdża do sanatorium, a Michał udaje się w Beskid Niski. Te wyjazdy pozwalają obojgu zrzucić brzemień przeszłości.

Rok 1996. W willowej dzielnicy Wrocławia dokonane zostaje zabójstwo starszego człowieka. Sprawą zajmuje się dwoje młodych policjantów: Ewa i Andrzej. Wydaje się, że zginął Michał Jakubowski, ale śledztwo nie doprowadza do wykrycia sprawców.

Rok 2010. Ewa i Andrzej otrzymują wiadomość, że zmarł... Michał Jakubowski. Nowe fakty doprowadzają do wznowienia śledztwa. Między Ewą i Andrzejem nawiązują się nici sympatii, przyjaźni, a w końcu zauroczenia. Tajemnicze zaginięcie na Zachodniej Ukrainie dwójki polskich turystów sprawia, że oboje decydują się na wyjazd w te same miejsca, w których podczas wojny ukrywała się sotnia UPA.

W tym numerze publikujemy fragment niedawno wydanej powieści „Kresowa opowieść”. Napisał ją Edward Łysiak, który urodził się 1948 i mieszka w Zajączkowie koło Wrocławia, absolwent Wydziału Elektrycznego Politechniki Wrocławskiej, później długoletni pracownik Instytutu Automatyki Systemów Energetycznych we Wrocławiu. Obecnie na emeryturze. Jego pozazawodowe zainteresowania to żeglarsstwo i szkutnictwo, ale także, a może przede wszystkim stosunki polsko-ukraińskie. Był pomysłodawcą i współautorem projektu „Łączy nas wspólna historia”, zrealizowanego w latach 2006-2007, a ukierunkowanego na poznanie się, współpracę i bezpośrednie kontakty młodzieży ze szkół w gminie Oborniki Śląskie i Pokuciu na Ukrainie. W 2009 doprowadził do postawienia w Rybnie, ukraińskiej wsi, w miejscu, w którym UPA w 1944 spaliła katolicki kościół i zamordowała 23 Polaków, skromnego pomnika upamiętniającego mieszkających tam rodaków.

W kamień pomnika, stylizowanego na katolicki krzyż z biało-czerwonych płyt, wmurowana została tablica z napisem po polsku i ukraińsku „Z Wami do 1944”. O stosunkach polsko-ukraińskich i swoich działaniach na rzecz pojednania napisał także artykuł *Powrót nad Czeremosz*, opublikowany w czerwcu 2013 na łamach *Tygodnika Powszechnego*. W lipcu tego roku Edward Łysiak i jego Mama Helena, z domu Tomaszewska (która urodziła się w Rybnie na ziemiach II RP, dziś należących do Ukrainy), stali się bohaterami reportażu Marka Mierzwiaka z Radia Katowice.

Równoległe do tych działań Edward Łysiak pisał od kilku lat *Kresową opowieść* (tom I *Michał*, tom II *Julia*), która w formie beletrystycznej ratuje od zapomnienia tragiczną przeszłość polsko-ukraińską, a także pokazuje dramat Łemków w kontekście akcji „Wisła”, przywołuje obraz podwrocławskiej wsi po wojnie oraz opowiada o źródłach i przejawach współczesnego nacjonalizmu na Zachodniej Ukrainie. Autor

ze znanstwem i empatią poruszył w swojej książce wiele bolesnych, dramatycznych wątków, które tkwią ciągle w relacjach polsko-ukraińskich. Napisał ją, jak twierdzi, z poczucia obowiązku. *Kresowa opowieść* jest efektem dziesięcioletniej żmudnej pracy, ponieważ skomplikowaną polsko-ukraińską historię ostatnich 80 lat autor chciał przedstawić rzetelnie, zgodnie z prawdą historyczną. Autor zadedykował książkę

mieszkańcom Kresów II RP: Polakom, Ukraińcom, Żydom i Ormianom, których sąsiedzkie więzi w tragiczny sposób zerwały wydarzenia II wojny światowej, a także Łemkom, zmuszonym do opuszczenia swojej ojczystej ziemi. Powieść ukazała się niedawno nakładem wydawnictwa Novae Res w Gdyni, a jednym z jej patronów medialnych jest magazyn *Lady's Club*.

KRESOWA OPOWIEŚĆ

EDWARD ŁYSIAK

fragment tomu II Julia



W Karlikowie zmarłych darzono największym szacunkiem. Trudno powiedzieć, czy było to wynikiem przekazywania tych uczuć z pokolenia na pokolenie, czy też z obawy przed śmiercią i tym, co każdego po niej czeka. Wszyscy wierzyli, że zmarły zna już tę tajemnicę i trochę mu zazdrościli, dlatego w pogrzebach zawsze brało udział wielu ludzi. W przypadku Dejaka dodatkowym powodem, który zgromadził niemal całą wieś, była gwałtowna śmierć, jaka go spotkała. Ksiądz Władysław, zwykle wychwalający mniej lub bardziej zasłużenie cnoty zmarłego, tym razem ograniczył się do zdawkowych słów o życiu i śmierci, po czym szybko opuścił cmentarz. Kitman, Nowak i Chwedoruk wprawnie zasypywali trumnę, a na koniec uformowali ziemny kopczyk, w który wbili drewniany krzyż. Ludzie powoli rozchodzili się do domów.

– Młody był – mówiła do sąsiadki jedna ze starszych mieszkanki Karlikowa. – Ledwie trzydzieści років skończył. Bogactwo go zgubiło.

– Jakie tam bogactwo! Tać on od was biedniejszy.

– Ode mnie? Być nie może. Ludzie mówią, że złoto zakopane w ziemi miał, a do złota bandziorów ciągnie.

– E tam – kobieta machnęła ręką. – Inne znowu mówią, że zamężną kobitę w Szczepanowie miał i mąż go zastrzelił, ale kto to wiedzieć może, jak naprawdę było?

Julię cały czas dręczył niepokój. Dejaka, Tomasza i księdza Władysława łączyła jakaś tajemnica, której nie potrafiła odgadnąć. Im dłużej o tym myślała, tym więcej dramatycznych i coraz mniej zrozumiałych scenariuszy podsuwała jej wyobraźnia.

„List, list” – powtarzała w myślach.
„Muszę oddać ten list”.

Wiklinowy kosz wyłożyła sianem, włożyła dwadzieścia jajek i przykryła je lnianą serwetką. List, schowany dotąd głęboko w kredensie, włożyła za bluzkę, którą zapięła pod samą szyję.

– Wróć przed wieczorem – oznajmiła córce i wyszła. – Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus – przywitała księdza w drzwiach plebanii. – Na wieki wieków. A co ciebie tu sprowadza? – ksiądz Władysław stanął z boku, gestem dłoni zapra-

sajając do środka.

Weszli do przestronnego pomieszczenia, które pełniło funkcję jadalni i kancelarii jednocześnie.

– Usiądź, proszę – ksiądz odsunął masywne krzesło z wysokim oparciem.

– Dziękuję, to znaczy Bóg zapłać.

– „Bóg zapłać” czy „dziękuję”, wszystko jedno – proboszcz uśmiechnął się. – Jedni tak mówią, drudzy tak.

– Mszę za duszę męża chciałam zamówić.

– Rocznicą śmierci?

– Nie wiem. Skazali go na śmierć w czterdziestym siódmym. To już sześć lat – zamyśliła się.

– To już sześć lat – powtórzył jak echo kapłan. – Sama widzisz, jak czas szybko płynie, a ty młoda jeszcze jesteś. Nie myślałaś o małżeństwie? Samej w życiu ciężko.

– Nawet bardzo! – rozplakała się. – Nie wie ksiądz, jak bardzo.

– Przepraszam – ksiądz Władysław uniósł dłoń jak do błogosławieństwa. – Mnie też się zdarza powiedzieć coś niewłaściwego. Raz jeszcze przepraszam.

– Jajka przyniosłam – pociągała nosem. – To za mszę.

W każdej wsi na Wielkanoc święcono pokarmy. Święcenie odbywało się w kościele, a jeśli kościoła nie było, swoje mieszkanie udostępniał któryś z gospodarzy. Za posługę czasem płacono niewielkie pieniądze, jednak ludzie byli biedni, więc najczęściej dawano jajka. Bywało tak, że po święceniu ksiądz zabierał ze sobą kilkaset jajek.

– Jajka za mszę – powtórzył ksiądz Władysław. – Tak, oczywiście, to znaczy niepotrzebnie. U ciebie w domu bieda.

– Bieda, ale kur trochę mam i jajek nie brakuje, to przyniosłam. I jeszcze list od Tomasza.

– Od jakiego Tomasza? – ksiądz złapał ją za rękę.

– No, Zawadki – zdziwiła się. – Innego Tomasza w Karlikowie nie było.

– Boże, Boże – ksiądz Władysław ukrył twarz w dłoniach. Widać było, że wiadomość przekazana przez Julię wywarła na nim olbrzymie wrażenie i że nie umie sobie z tym poradzić. Nagle wstał, zasłonił okna i zamknął drzwi na klucz.

– Gdzie go widziałas? – zapytał.

Kiedy opowiedziała o wszystkim, co spotkało ją w dniu, w którym zginął Dejak, ksiądz osunął się na fotel. Siedział wtulony w pluszowe oparcie, patrząc przed siebie nieobecnym wzrokiem. Zdawał się zapadać w sobie, kurczyć tak, jakby chciał jak najszybciej zniknąć.

– Boże, Boże – powtarzał bez przerwy.

– Co się stało? – zapytała drżącym głosem. – Czy może mi ksiądz wyjaśnić?

– Tak, mogę – odpowiedział bezwiednie. Nagle spojrzał na nią wzrokiem, w którym były strach i determinacja. – Nikomu o tym nie mówiłaś? – zapytał ostro.

– Nie, to znaczy o czym?

– O spotkaniu z Tomaszem i o liście.

– Nie, ale nic z tego nie rozumiem.

– To dobrze. Im mniej wiesz i rozumiesz, tym lepiej. Lepiej dla wszystkich

Dzień był słoneczny, ale chłodny. W powietrzu unosiły się białe nitki babiego lata i zapach kartoflanych łętów, palonych poprzedniego dnia na polach. Ludzie szli na sumę do Szczepanowa. Rozmawiali, a jedynym tematem było aresztowanie kardynała Wyszyńskiego.

Wiadomość, którą pierwszy z Wolnej Europy usłyszał Zawadka, przekazywana szeptem z ust do ust, lotem błyskawicy obiegła całą wieś. Ludzie nie wiedzieli, dlaczego i gdzie więziony jest prymas, dlatego liczniej niż zwykle szli do kościoła, wierząc, że ksiądz Władysław wszystko im wyjaśni. On jednak podczas kazania nie odezwał się o tym ani słowem i ludzie byli zawiedzeni.

Suma zbliżała się ku końcowi i kiedy wszyscy uklękli, czekając na błogosławieństwo ksiądz Władysław niespodziewanie zabrał głos.

– Drogie siostry, drodzy bracia w Chrystusie Panu – zaczął drżącym głosem. – Tydzień temu władze państwowe uwięziły naszego prymasa, człowieka prawego i szlachetnego. Nie wiemy, gdzie on teraz jest, ani jaki los gotują mu komuniści. Pomódlmy się za prymasa, aby Pan dał mu siłę wytrwania

i zesłał Anioła Stróża, który uchroni go od zła. Ale pomódlmy się również za jego prześladowców, aby Pan oświecił ich umysły i aby poznali, że zło czynią.

Ksiądz Władysław uniósł ręce. Spoglądał w sufit, tak jakby wśród starych malowideł dostrzegł tam samego Boga.

– Ojcze nasz, któryś jest w niebie – zaczął modlitwę.

ROK 1954

W latach pięćdziesiątych na wsi często widywano cygańskie tabory. Czasem Cyganie zatrzymywali się w pobliżu wsi na nocleg i wtedy trzeba było dobrze pilnować obejścia. Wchodzili bez pukania i zabierali wszystko, co miało jakąkolwiek wartość. Ich szczególnym zainteresowaniem cieszyły się kury. Tabor rozbił obóz na łące pod lasem, niedaleko domu Julii. Tym razem wędrowcy zatrzymali się na kilka dni, a wiejska plotka głosiła, że ma się odbyć cygańskie wesele. Z okien domu Julii widać było kolorowe wozy, pasące się luzem konie, dymy ognisk oraz ludzi ubranych zwyczajnie i kolorowo. Słychać było orkiestrę grającą to skoczną, to rzewną muzykę, a wśród instrumentów niepodzielnie królowały skrzypce.

– Chodźmy tam, mamusiu, chodźmy – Natalka tańczyła w rytm cygańskiej muzyki, unosząc w palcach szeroką kolorową sukienkę.

– Jak to? – Julia uśmiechnęła się. – Przecież nikt nas nie zapraszał.

– Ojej, mamusiu – dziewczynka zmarszczyła czoło. – No, tylko tak się drogą przejdziemy.

Od kilku minut stały na skraju drogi i przypatrywały się zabawie.

– No chodź już, idziemy – Julia bezskutecznie próbowała nakłonić córkę do dalszego marszu. – Tak nie wypada.

– Jeszcze trochę popatrzmy, mamusiu.

– No widzisz! – wzięła córkę za rękę, kiedy zobaczyła grubą kobietę podążającą w ich stronę. – Zaraz będziemy miały za swoje.

Twarcą Cyganki nie zdradzała żadnych emocji, ale kiedy była blisko, uśmiechnęła się szeroko, pokazując równy rząd złotych zębów.

– Prosiemy paniusie do nas, prosiemy – mówiła przyjaźnie.

– Wina weselnego napić się trza za zdrowie młodej pary – pulchnymi palcami chwyciła Julię za ramię i pociągnęła do obozowiska.

Otoczyła je grupa dzieci i młodzieży, uformowana w długi wąż, który w radosnym tańcu przemierzał łąkę. Porwał w końcu Natalkę, ale Julii Cyganka nie puściła. Posadziła ją na ziemi wśród innych kobiet przy dużym miedzianym garze, zawieszonym nad ogniskiem.

– Zjecie z nami, paniusiu – mówiła, krojąc grubą pajdę chrupiącego chleba. Zanurzyła chochlę w garze i ostrożnie wyłapała jej zawartość na chleb. – Jeno uważajcie, bo piekący jak ogień jest – ostrzegła.

Chleb był tak gruby, że ugryzienie go przychodziło Julii z największym trudem. Kawałki mięsa w gęstym, ostro przyprawionym sosie smakowały wybornie.

– Dobrze – mówiła z uznaniem. Siedzące obok kobiety potwierdzały jej słowa milczącym kiwaniem głowy.

– Wina też musicie, paniusiu, spróbować – Cyganka podała kubek czerwonego płynu. – Słodkie, żeby i młodym słodko było.

– To też dobre – Julia uśmiechnęła się. – A... – zawahała się przez chwilę. – A wróżycy wy potraficie?

– Jakżeby nie! – Cyganka obruszyła się. – Każden u nas wróży. Wiedzieć trza, co jutro będzie, co los nam gotuje. Bez wróżenia żyć nie sposób. Ot, widzicie, paniusiu – wyciągnęła spod zapaski poniszczoną talię – karty zawsze przy mnie są. Potasowała karty i podała do przełożenia. – Tylko lewą ręką i do serca – pouczała.

Poślinionymi palcami rozkładała karty na trawie, to figurami do góry, to do dołu. W końcu zaczęła się drapać po okazałym podbródku. – Trzy pany koło was, paniusiu – mówiła wolno. – Jeden młody. Jak letnia gwiazda zabłyśnie i zgaśnie – odkryła kolejną kartę. – Z drugim ciężki wóz ciągnąć będziesz, całkiem bez miłości. A trzeci – jej twarz rozjaśnił szeroki uśmiech. – Wielkie namiętności da tobie trzeci, wielkie – powtórzyła z naciskiem. – Twojej córce też wróżbę zrobię – położyła dłoń na ramieniu Julii. – Wiedzieć dziecko musi i ty musisz, co kiedyś ją spotka.

Kiedy pełne wrażeń wracały do domu, zauważyły Elżbietę idącą w ich stronę. Sąsiadka podbiegała co chwilę. Nagle przystanęła obok przydrożnej wierzbki i trzymając się za serce, z trudem łapała powietrze. Julia i Natalka przyspieszyły kroku i wkrótce były obok niej.

– Co się stało? – Julia chwyciła Elżbietę za ramiona. – Mów, co się stało?

– UB księdza Władysława zabrało – kobieta przeżegnała się ciężko oddychając. – Godzinę temu.

Przez trzy kolejne niedziele msze w Szczepanowie odprawiali duchowni z Trzebnicy, ale w dniu Wszystkich Świętych pojawił się na plebani ksiądz Jan. Nowy gospodarz był średniego wzrostu, miał około czterdziestu lat, wysokie czoło, a niezbyt gęste, jasne włosy czesał do tyłu. Przyjechał niebieską warszawą, którą sam kierował. Przywiózł ze sobą ładną, może trzydziestopięcioletnią kobietę o imieniu Bogusława i dziesięcioletniego chłopca – Krzysia. Kobiety od razu zauważyły, że mały jest bardzo podobny do księdza Jana.

– Stare odeszło, nowe przyszło – żartował duchowny podczas pierwszego kazania. – Jak to mówią, każda miotła inaczej zamiata. Z tego, co wiem, to sprzątania będzie niemało, bo to i pijaństwo się szerzy i mężczyźni do kościoła nie chodzą.

Z satysfakcją obserwował kobiety kiwające głowami i wymieniające między sobą pełne jednomyślności spojrzenia.

– Są i tacy, co bez ślubu żyją i w grzechu nieczystości trwają, zgorszenie czyniąc. Kościół i plebania zaniedbane. Pieniędzy na remont skąpicie, a przecież kapłan jak ostatni dziad wyglądać nie może i jak zwierz dziki w norze mieszkać nie powinien – pouczał. – To wszystko musi się zmienić i po to mnie kuria do was przysłała. Jedną rzecz chcę wam jeszcze powiedzieć – zamilkł, czekając, aż ucihną rozmowy wywołane uwagą o skąpieniu pieniędzy. – Wiem, że ksiądz Władysław sam gotował i prał. Może właśnie przez to kościół



Grabowska
MODELS

LUCYNA GRABOWSKA

43-300 BIELSKO-BIAŁA

BRODZIŃSKIEGO 12A/25

502 596 669

693 230 444

33 496 11 22

WWW.GRABOWSKAMODELS.COM

STUDIOSARA@GMAIL.COM

GRABOWSKAMODELS@GMAIL.COM

MODELKA SARA KARCZ • BIZUTERIA KARAT

SUKNIA MDM • MAKE UP EWELINA ŁAKOMIK • MEBLE KLER

FRYZURA TRENDY HAIR FASHION/MAŁGOSIA MORAŃSKA, PAULINA SOJ

FOTOGRAFIA ANDRZEJ KUBICA/FACEBOOK.COM

/ANDRZEJKUBICAPHOTOGRAPHY

zaniedbał? Ja na to nie mam czasu, dlatego przywiozłem go-
sposię. To dobra kobieta. Jestem pewien, że ją polubicie.

ROK 1956

Dzień był słoneczny i ciepły. W sadzie przekwitały wiśnie
i jabłonie, a ocalałe od przymrozków kwiaty zawiązywały
załążki owoców. Wśród nich uwijały się pszczoły z pasieki
Kitmana.

Julia była w sadzie. Chodziła od drzewa do drzewa, ciesząc
się perspektywą bogatego urodzaju, i od pewnego czasu
obserwowała drogę, którą od strony lasu zbliżał się starszy,
zgarbiony mężczyzna. Szedł, powłócząc prawą nogą. W ręce
trzymał kij, którym podpierał się jak laską. Na plecach niósł
niewielki tobołek. Kiedy był blisko, zobaczyła znajomą, po-
krytą kilkudniowym zarostem twarz.

– Dzień dobry, panienko Julio – usłyszała znany sobie głos
i podeszła do parkanu.

– Pan Tkaczuk? – zapytała z niedowierzaniem.

– Tak, panienko – mężczyzna mocno ścisnął jej rękę. Jego
oczy w jednej chwili stały się szkliste, a na poszarzałej twarzy
pojawił się grymas uśmiechu.

– Listy paniencie przynosiłem. Amnestia była i z więzienia
wracam. Szczęście wielkie, bo jeszcze pięć lat zostało – za-
czepnął powietrza i zakaszał. Stał, trzymając się drewnia-
nych sztachet, i ciężko oddychał. Początkowo krótki kaszel,
w jednej chwili zmienił się w gwałtowny atak, którego nie
potrafił zatrzymać. Z kącika ust wąską strużką spływała
krew.

– Zdrowie mi, panienko, całkiem zabrali – splunął miesza-
ną śliny i krwi wytarł usta rękawem. – Jeszcze trochę i cał-
kiem po mnie by było. No, ale na mnie już czas.

Przeszedł kilka kroków i zatrzymał się.

– Listów to już nosić nie będę, panienko Julio – powiedział.
Kiwnął kilka razy głową i wolno ruszył w stronę wsi.

Julia czytała „Przyjaciółkę”, ale coraz bardziej intrygowały ją
słowa płynące z głośnika.

– Wierzę głęboko, że okres ten przeszedł w niepowrotną
przeszłość – mówił lekko zachrypły męski głos. – System
ten gwałcił zasady demokratyczne i praworządność. Przy
tym systemie łamano charaktery i sumienia ludzkie, depta-
no ludzi, opluwano ich cześć. Oszczerstwo, kłamstwa i fałsze
służyły za narzędzia sprawowania władzy, niewinnych ludzi
posyłano na śmierć. Wielu ludzi poddawano bestialskim
torturom. Siano strach i demoralizację. Na glebie kultu jed-
nostki wyrastały zjawiska, które naruszały, a nawet przekre-
ślały sens władzy ludowej.

Odłożyła gazetę. Potem pospiesznie ubrała się, wzięła „Przy-
jaciółkę” i wysłała.

Dom Nowaków był zamknięty na cztery spusty. Długo mu-
siała pukać, nim zobaczyła na progu Elżbietę.

– Dzień dobry – powiedziała. – Przyszłam oddać gazetę.

– Wejść! – w głosie sąsiadki pobrzmiwało zniecierpliwie-
nie. – Słuchamy przemówienia Gomułki. A w Wolnej Euro-
pie mówią, że Ruscy na Warszawę idą.

Teraz słuchali przemówienia we trójkę, komentując między
sobą od czasu do czasu.

– Cicho... – Julia nagle drgnęła. – Ktoś puka.

Elżbieta podeszła do okna i uchyliła firankę.

– To Natalka – spojrzała na sąsiadkę pytającym wzrokiem.

– Nie wiem, dlaczego przyszła – Julia wzruszyła ramiona-
mi.

Kiedy Elżbieta otworzyła drzwi, dziewczynka wbiegła do
pokoju.

– Mamusi! – wołała podekscytowana. – Jakiś pan do nas
przyszedł. Mówi, że jest moim tatą.

– A cóż ty, dziecko, opowiadasz? Jaki znowu tata?! – kobieta
patrzyła na córkę, niczego nie pojmując.

– To on tak mówił – Natalka wzruszyła ramionami.

– Daj mi wody – Julia spojrzała na Elżbietę – źle się czuję...

Nie mogła utrzymać szklanki w drżących dłoniach.

– Uspokój się – sąsiadka próbowała się do niej łagodnie
uśmiechnąć. – To musi być jakaś pomyłka. Mówiłaś prze-
cież, że on nie żyje.

– Czerwony Krzyż tak napisał...

– A może... – Elżbieta zawiesiła głos. – Szybko, chodźmy
tam! To na pewno jakiś zły człowiek! Złodziej, bandyta,
a sam w domu został! Dobrze, że Natalka zdążyła uciec! Ste-
fan, ubieraj się.

Biegli całą drogę, zostawiając Julię z tyłu, bo miękkie jak
wata nogi odmawiały jej posłuszeństwa. Kiedy w końcu do-
tarła, przez uchylone drzwi do kuchni zobaczyła, że Stefan
serdecznie się z kimś wita. Nieznajomy był odwrócony ty-
łem, ale ona tę sylwetkę pamiętała bardzo dobrze.

– Tyle lat, tyle lat – kręciła głową, powtarzając te dwa słowa
jak mantrę.

Naprzeciwko niej siedział człowiek, którego przecież kocha-
ła, który był ojcem jej dziecka. To na jego listy czekała, to
z jego powodu widok Tkaczuka pchającego rower zawsze
przyspieszał bicie jej serca. Tęskniła do niego, nie wierzyła,
że nie żyje, a kiedy stworzyła już świat, w którym jego nie
było, nagle wszystko legło w gruzach.

– Byłam pewna, że nie żyjesz. Czerwony Krzyż tak napisał
– podeszła do kredensu i wyjęła tekturowe pudełko. Podała
mężowi list PCK z datą 1947 roku.

Michał, czytając go, zmarszczył brwi.

– Źle to zrozumiałaś – wolno powiedział, oddając jej kartkę
papieru.

– Jak to źle? – zapytała. – Napisali, że skazali cię na śmierć!

– Skazali... – odparł cicho i zawiesił na chwilę głos, spus-
zczając oczy. Widać było, że cały ten miniony czas odżywa
w nim boleśnie, otwiera wszystkie dopiero co zabliźnione
rany. W jednym momencie przybyło mu lat, niczym stuleci
pełnych strachu i śmierci. Siedział przed nią starzec, bezrad-
nie próbujący wygładzić fałdy mocno zniszczonych spodni.
– Ale wyroku nie wykonali – widząc zdziwienie żony i córki,
hardo uniósł głowę. – No co? – zapytał ostro. – Zawiodłem
was, że żyję?

– Bzdury opowiadasz! – Julia zamachała rękami.

Siedzieli po przeciwnych stronach stołu z opuszczonymi głowami, tylko Natalka tuliła się do matki, nie przestając przyglądać się ojcu.

– Przepraszam, nie chciałem – pierwszy przerwał milczenie.

– Wtedy, w 1946, kiedy zabrali mnie z transportu – nie podnosił głowy – zostałem przydzielony do grupy dywersantów. Kilku nas było. Chyba z pół roku nas szkolili, a potem dali zadanie – podniósł głowę, a jego wzrok spotkał się na krótko ze spojrzeniem Julii. – W Bieszczadach miałem przeniknąć do banderowskich oddziałów – przerwał i miarowo kiwał głową, przypominając sobie miesiące szkoleń i wędrówkę przez górskie bezdroża. – Złapali mnie i nożem tryzuba na plecach wycieli.

– Jezu drogi! – wyrwał się Julii. – Banderowcy?

– Nasi! – zacisnął pięść.

– Jak to nasi? – nie mogła zrozumieć. – Dlaczego nasi?

– Banderowcy nikomu nie ufali. Gdyby odkryli, kim naprawdę jestem, zabiliby mnie od razu. No, może nie od razu – poprawił się. – Pewnie umierałbym kilka dni – zamilkł, przywołując w pamięci śmierć brata i Kasi Nowak. – Ale urosłaś – uśmiechnął się do córki. – Taką małą cię pamiętam – uniósł dłoń na wysokość stołu.

Natalka mocniej przytuliła się do matki, zawstydzona tą uwagą.

– Z tym tryzubem to dobry pomysł był – powrócił do przerwanej opowieści – ale niewiele brakowało i wykrwawiłbym się na śmierć – zacisnął zęby i nerwowo bębnił palcami po stole. – Na drugi dzień banderowcy mnie

znaleźli. Oni mnie uratowali. Nieufni byli, ale w końcu uwierzyli i Łemkom mnie oddali do wyzdrowienia. Napiłbym się – przetarł palcami wyschnięte usta. – Od rana nie piłem.

– Ja zrobię herbatę, mamusiu – Natalka zerwała się na równe nogi. – Dobrze?

Julia kiwnęła głową i dziewczynka w jednej chwili znalazła się przy piecu.

– Ładna dziewczyna z niej wyrośnie – zauważył półgłosem.

– Przed chłopakami...

Julia skarciła go wzrokiem, przykładając palec do ust.

– Później z nimi byłem, no, z banderowcami. Więcej niż pół roku, ale mówić o tym nie chcę. W każdym razie zadanie wykonałem.

– I za to ciebie na śmierć skazali? Za to medal ci się należał, a nie sąd!

– Proszę, tatusiu, pij – Natalka podała herbatę.

– To, że zabrali mnie z pociągu – obracał w palcach kubek – to, że wycieli tryzuba i rozłączyli z wami na tak długo, to wszystko zawdzięczam jednemu człowiekowi – zamilkł na dłuższą chwilę. Widać było, że to, o czym chce powiedzieć nie jest dla niego łatwe.

– W kantynie w Krośnie to było – wsypał cukier i zamieszał.

– Siedział przy stoliku i pił wódkę. Był sam. Nie zastanawiałem się ani chwili. Jednemu z oficerów wyrwałem pistolet i ruszyłem w jego stronę. Nie chciałem strzelać w plecy ani w tył głowy. Zamierzałem zabić skurwysyna, patrząc mu prosto w twarz!

REKLAMA

MASZ WĄTPLIWOŚCI CO DO UCZCIWOŚCI SWOJEGO PARTNERA – ZADZWOŃ!



Nasza firma gwarantuje Państwu całkowitą dyskrecję, anonimowość w realizacji powierzonych nam zadań oraz kompleksową obsługę prawną.

JMJ Sp. z o.o.
tel. 517-255-887

ZAKRES OBSŁUGI:

- poszukiwanie dowodów zdrady
- ustalanie dowodów zdrady
- pośrednictwo prawne w sprawach rozwodowych i majątkowych
- zbieranie dowodów w sprawach rozwodowych
- wywiad gospodarczy



– Nie używaj takich słów, proszę – Julia skrzywiła się i przytuliła córkę, zasłaniając jej uszy dłońmi.
 – Oficer, któremu zabrałem pistolet, doskoczył do mnie. Inni, widząc, co się dzieje, rzucili się mu na pomoc i przy stoliku wywiązała się szarpanina. Zdążyłem pociągnąć spust, ale tylko przestrzeliłem mu ramię – zamilkł i zacisnął zęby.
 – A później był sąd wojskowy – mówił już spokojnie. – Za to, co chciałem zrobić, kara mogła być tylko jedna. No i skazali mnie na śmierć. Nie wiem, dlaczego zwlekali z wykonaniem wyroku. W końcu karę śmierci zamienili na dożywocie. Też nie wiem, kto i dlaczego to zrobił, bo ja o litość nie prosiłem. W 1950 dożywocie zamienili na 15 lat, a w końcu ogłosili amnestię. Znałeś go – patrzył na Julię, której twarz powoli stawała się coraz bielsza. – To mój dowódca z Kut, enkawudzista z istrebitelnych batalionów, Izaak Wise – opuścił głowę i miarowo stukał palcami w blat stołu. Nie zauważył, że Natalka nagle odwróciła się w stronę matki, a w jej oczach malowało się bezgraniczne zdziwienie.

Całe popołudnie i wieczór prawie ze sobą nie rozmawiali. Próbowali, ale rozmowa się nie kleiła.
 – Dziewięć lat żyliśmy osobno, tyle się w tym czasie wydarzyło, niewiele o sobie wiemy i nie potrafimy o tym rozmawiać – zamyślił się. – Powiedz, dlaczego tak jest?
 Wzruszyła ramionami i wyszła do pokoju. Kiedy zaczęła ścielić łóżko, bardzo się zdziwił.
 – To dla mnie? – pytał z niedowierzaniem.
 – Tak, dla ciebie – kiwnęła głową.
 – Ale przecież... – zawiesił głos.
 – Daj mi trochę czasu, proszę – odwróciła się i wyszła z pokoju.

– Z Tkaczukiem jest źle – Elżbieta już w sieni dzieliła się z Julią tą przykrą wiadomością.
 – A na dworze wciąż pada – powiesiła płaszcz i weszła do kuchni.
 – Co się stało? Siadaj i mów.
 – Od kiedy z więzienia wrócił – Elżbieta dyskretnie rozglądała się po domu – to ciągle kaszle i krwią pluje. Tkaczukowa psa zabiła i smalec wytopiła. Gorący był, jak do picia dała. Wypił wszystko, ale nie pomogło. Prawda, pies chudy i mało smalcu było. Sama jesteś? – ściszyła głos.
 – Sama – Julia kiwnęła głową.
 – W Szczepanowie w ośrodku lekarz Tkaczuka zbadał i skierowanie na prześwietlenie dał. Jak go prześwietlili i jeszcze badania porobili, to wyszło, że gruźlicę ma.
 – O Boże – Julia złożyła ręce jak do modlitwy. – Jeszcze tego mu brakowało!
 – W Leśnym, w Obornikach teraz jest. Ludzie mówią, że z tego nie wyjdzie. No, ale zostawmy Tkaczuka – przysunęła się do Julii. – Jak minęła noc poślubna? – trąciła ją łokciem.
 – Opowiadaj. Tyle nie byliście razem. Wiesz, tak sobie myślę, że długie rozstanie ma jedną dobrą stronę, bo zbliża ludzi. Nie to, co w moim małżeństwie.

– W twoim małżeństwie? Przecież życie w zgodzie. Nawet ksiądz Władysław dawał was za przykład.
 – To wszystko pozory – Elżbieta machnęła ręką. – Tylko pozory. Stefan dobry jest, nie powiem, ale... – szukała odpowiedniego słowa. – No wiesz, pięćdziesiąt osiem lat na wiosnę skończył.
 – A ty czterdzieści! No i co z tego?
 – Trzydzieści dziewięć. No wiesz..
 – Nie, nie wiem! – Julia zdjęła ze sznurka flanelową ścierkę, polała ją wodą i wykręciła nad zlewem. – Muszę wydoić krowę, nie gniewaj się – zabrała wiadro i wyszła z kuchni.

Od dawna spały już osobno, dlatego Julia zdziwiła się, kiedy w swoim łóżku zastała córkę.
 – Posuń się, kochanie – szepnęła, jakby bała się ją obudzić.
 – Dlaczego nie śpisz?
 Natalka nie odpowiedziała, tylko przytuliła głowę do jej ramienia.
 – Źle się czujesz?
 – Nie – dziewczynka wzięła ją za rękę i przyciągnęła do siebie. – Połóż się, mamusiu, proszę.
 Bez słowa spełniła jej prośbę.
 – Mamo, chciałam cię o coś zapytać.
 – Pytaj. Odpowiem, jeśli potrafię.
 – Tato opowiadał o złym człowieku, którego chciał zabić. U nas kiedyś też był wujek Izaak – spojrzała pytająco. – Czy to jego chciał tatuś zabić?
 Nagle wydało się jej, że wszystko wokół zaczyna wirować w szalonym pędzie. Stół, krzesła, łóżko, ona i Natalka przemieszczały się z zawrotną prędkością w drodze do nicości.
 – Pamiętasz go? – zapytała szeptem.
 – Tak, mamusiu.
 – Co pamiętasz?
 Cisza, która zapanowała, była pełna jej domysłów, niedomówień, obaw i strachu. Zza zamkniętych drzwi pokoju Michała dobiegało stłumione skrzypienie sprężyn.
 – Ładnie grał na organkach, mamusiu.
 – Wujek Izaak wyjechał – drżącą dłońią gładziła włosy córki.
 – Wyjechał i już nie wróci. Zapomnij o nim i nie mów tatuśowi, dobrze?



Edward Łysiak, *Kresowa opowieść. Tom I: Michał, Tom II: Julia*. Wydawnictwo Novae Res, Gdynia 2013, oprawa miękka, liczba stron: t. I 386, t. II 426

UWAGA CZYTELNICY

Dzięki uprzejmości Autora mamy dla Was trzy komplety *Kresowej opowieści*. Na komplet składają się dwa tomy *Michał* i *Julia*, łącznie 812 stron lektury. Powieść otrzymają od nas ci Czytelnicy magazynu *Lady's Club*, którzy jako pierwsi zgłoszą się po nią telefonicznie (509 965 018), mailem (s.bubin.ladysclub@gmail.com) lub na naszym fanpage'u na Facebooku.

PIES PRZED ZIMĄ



NA WĄTPLIWOŚĆ, CZY MAŁE PSY UBIERAĆ W CZASIE MROZÓW,
ODPOWIEDŹ POWINNA BYĆ TWIERDZĄCA: UBIERAĆ!

UBIERAĆ PSA CZY NIE UBIERAĆ? NA TO PYTANIE ODPOWIE NAM LEKARZ WETERYNARII. CZAS ZACZAĆ RZYGOTOWANIA ZWIERZĄT DOMOWYCH DO ZIMY

Gdy piszę ten tekst, termometry pokazują ponad 20 stopni i trudno uwierzyć, że to koniec października. Ale gdy to czytacie, pewnie tak ciepło już nie jest. Jedno z najczęściej zadawanych mi pytań w gabinecie weterynaryjnym dotyczy ubierania psów. Oczywiście nie pytają właściciele owczarków niemieckich i labradorów (choć zdarzyły się wyjątki), ale ras mniejszych, posiadających włos zamiast sierści. U tych ras ubieranie podopiecznych nie jest już kaprysem czy fanaberią. Że o rasach bezwłosych (grzywacze chińskie) nie wspomnę. Oczywiście zdarzają się „zahartowane” yorki czy maltańczyki, doskonale znoszące niskie temperatury i gonitwy po śniegu. Należy jednak do tego podchodzić ze zdrowym rozsądkiem. Pies nie ma butów. Biega po lodzie i zmrożonych chodnikach posypanych solą. Warto zawczasu pomyśleć o jego łapach. Opuszki można smarować wazeliną, zapobiegnie to ich pękaniu i wysychaniu, zabezpieczy też częściowo przed mrozem. W gabinetach weterynaryjnych dostępne są również specjalistyczne preparaty, które utwardzają opuszki łap i goją mikrouszkodzenia. Warto też zajrzeć do książeczki zdrowia pupila, sprawdzić terminy szczepień, odrobaczania. Jeśli pies lub kot latem złapał kleszcza, trzeba sprawdzić, czy niechciany pasażer nie zainfekował ich poważnymi chorobami – boreliozą, babeszjozą czy anaplazmą (w gabinetach wykonuje się test z krwi – wynik jest po kilku minutach). Jeśli jesteście właścicielami starszego zwierzątka, powinniście zabrać go lekarza weterynarii na profilaktyczne badania. Niby wszystko jest jak dawniej, ale na spacerach psu nie chce się już biegać jak kiedyś, kot coraz więcej śpi, słabiej widzi i słyszy. Lepiej nie czekać, aż będą mieli poważne problemy. Warto zrobić morfologię i biochemię krwi czy analizę moczu. Dużo chorób u zwierząt toczy się przez dłuższy czas bez objawów lub są one słabo wyrażone. Wcześniej zdiagnozowane, mogą wymagać jedy-

nie zmiany karmy. Jesień życia naszego podopiecznego nie musi być smutna.

Wiele zwierząt cierpi też na olbrzymi stres związany z hucznym świętowaniem nowego roku. Już teraz należy o tym pomyśleć, a nie w ostatniej chwili (czyli 31 grudnia). Lekarz weterynarii doradzi, jak można strach zminimalizować. Na rynku weterynaryjnym są ziołowe preparaty uspokajające, mieszanki aminokwasów wchodzących w szlak tworzenia hormonu szczęścia – serotoniny. Można spróbować też terapii behawioralnej, polegającej na stopniowym przyzwyczajaniu psa do drażniącego go czynnika środowiskowego. Trzeba dać sobie i psu czas na jej wypróbowanie. No i nie rezygnujmy ze spacerów nawet w najgorszą słotę czy zamieć, dla zdrowia pupila i własnego.

LEK. WET. MARIOLA POWROŻNA
*Masz pytanie, zadzwoń 501 810 877
lub napisz mariolapowrozna@interia.eu*



MARIOLA POWROŻNA, AUTORKA NASZEGO FELIETONU,
W SWOIM GABINETE W KATOWICACH



PRZYJACIÓŁKI

Izabella i Aneta są tancerkami. Taniec jest ich największą pasją. Izabella tańczy dancehall i uczy go od przeszło dwóch lat. Aneta jest studentką animacji społeczno-kulturalnej, ale interesuje się także sztuką tatuażu. Miłość do dancehallu zapłonęła w Anecie dzięki Izabelli. Przychodząc do niej, nie wiedziała, że tak właśnie rozpocznie się jej wielka przygoda z tym stylem tańca, a co więcej – ogromna i prawdziwa przyjaźń z trenerką, czyli właśnie Izabellą. „Nasz duet tworzy wybuchową mieszankę” – zapewniają. Ojczyznę dancehallu jest Jamajka, wyspa na Morzu Karaibskim. Dancehall jako gatunek muzyczny, a wraz z nim i taniec, powstał pod koniec lat 70. i wywodzi się z reggae. W dancehallu ważne

jest pozytywne nastawienie, jak również zmysłowość i energia. Ważniejsze nawet od umiejętności technicznych. Izabella i Aneta to właśnie mają: energię, umiejętności i pozytywne nastawienie. Przyjemnie na nie patrzeć, gdy tańczą. Obie wspólnie biorą udział w różnych projektach związanych z tańcem. Pod koniec września w serwisie You Tube pojawił się film, na którym Aneta Cybulska, Katarzyna Wójcik i Izabella Iskierka prezentowały układ taneczny do muzyki grupy Behemoth. Wideo zaaprobował lider zespołu, Nergal (Adam Darski), który umieścił film na oficjalnym Facebooku. „Te dziewczyny dają czadu” – napisał muzyk. Tancerki zaproszone zostały także do programu Dzień Dobry TVN.











ZDJĘCIA MAGDALENA OSTROWICKA TEL. 513 740 783 WWW.COBRAOSTRA.PL • **MODELKI** ANETA CYBULSKA, IZABELLA ISKIERKA

MAKE UP EWA TRZECIAK TEL. 501 804 524 WWW.EWATRZECIAK.PL • **STYLIZACJA** ANETA CYBULSKA, IZABELLA ISKIERKA

MAGAZYN „LADY'S CLUB” DZIĘKUJE WSZYSTKIM OSOBOM I FIRMOM, KTÓRE POMOGŁY W REALIZACJI PROJEKTU

CobraOstra.pl
FOTOGRAFIA

Wizaz
EWA TRZECIAK

Listy z Monachium

EMIGRANCI NA TRZECH NOGACH

ALDONA LIKUS-CANNON

PO RAZ PIERWSZY PRZYJECHAŁAM DO NIEMIEC PONAD DWADZIEŚCIA LAT TEMU. BYŁO PIĘKNE LATO, A MOJA NAJLEPSZA PRZYJACIÓŁKA OBCHODZIŁA WŁAŚNIE URODZINY. ZAPROSILA NA NIE MASĘ POLSKICH ZNAJOMYCH MIESZKAJĄCYCH W NIEMCZECH.

Do tej pory pamiętam, jak cieszyliśmy się ze spotkania i jak byliśmy dumne z naszego słowiańskiego temperamentu. Jej mieszkanie tętniło życiem. Spotykała się w nim cała okoliczna Polonia. Ona nigdy nie ukrywała swojego związku z Polską, mimo że zaraz po przyjeździe otrzymała niemiecki paszport. Po wielu latach nauki i pracy została główną księgową w jednej z niemieckich firm, nadal pracując na rzecz Polonii, a jej córeczka znakomicie mówi dzisiaj po polsku i niemiecku.

W czasie tamtego pobytu odwiedziłam też inną przyjaciółkę. Zaraz po wejściu do mieszkania jej mąż pozamykał okna, a gdy nieświadomie je otworzyłam, bo palił papierosy, zamknął ponownie, tłumacząc mi, że mówimy po polsku, a on nie chce, żeby sąsiedzi dowiedzieli się, że jesteśmy Polakami. Podobnie w czasie spaceru zabronił nam rozmawiać po polsku, aby przechodnie nie usłyszeć, z jakiego kraju pochodzimy, więc – nie znając wtedy języka – w ogóle się nie odzywałam. Zaszokowało mnie ich zachowanie, gdyż oboje byli Polakami, którzy na podstawie pochodzenia otrzymali niemieckie paszporty. Robili jednak wszystko, by wymazać z życiorysu polskie korzenie. Ich dzieci nigdy nie mówiły po polsku, oni sami niechętnie przyznawali się do swojego rodowodu. Mimo ogromnego wysiłku nie udało im się jednak zintegrować. Dzisiaj nie mają prawdziwych przyjaciół, ani polskich, ani niemieckich, i ciągle są niezadowoleni.

Często zastanawiałam się, dlaczego jedni odnieśli sukces i są szczęśliwi, a inni nie. Gdzie tkwi sekret powodzenia i akceptacji przez obce środowisko? Odpowiedzi na te pytania przyszły niedawno, gdy w ręce wpadły mi wyniki badań socjologicznych nad życiem emigrantów w Niemczech. Dowiedziałam się z nich, że emigranci, obojętnie z jakiego kraju pochodzą i jaki status społeczny reprezentują, dzielą się na trzy grupy. Do pierwszej zaliczają



się ci, którzy przyjeżdżają do Niemiec, lecz zamykają się w swoim środowisku i tylko z nim utrzymują kontakty. Posługują się wyłącznie ojczystym językiem, kultywują tradycje swojego kraju, wciąż tęsknią za nim i cierpią, nie potrafiąc odnaleźć się w obcym środowisku i kulturze.

Druga grupa to ci, którzy po przyjeździe wyzbywają się swoich korzeni, zmieniają paszport, często przybierają niemiecką pisownię swoich nazwisk i są bardziej niemieccy niż sami Niemcy (tzw. dwustuprocentowi Niemcy, *Mehr*

Deutsch als die Deutschen). Mimo ogromnego wysiłku związanego ze zmianą osobowości, nie są oni jednak dobrze postrzegani, mają trudności z akceptacją w środowisku niemieckim, stając się niejednokrotnie przedmiotem żartów i kpin. Powoduje to stres i frustrację, przekładając się na brak sukcesów i zadowolenia.

Trzecia grupa wreszcie to ci, którzy po przyjeździe do Niemiec uczą się języka, integrują, a jednocześnie nie zapominają o swoich korzeniach, kultywują rodzinne tradycje i z dumą mówią o swoim kraju, z którym utrzymują stały kontakt. Należą do najbardziej szczęśliwych spośród tych trzech grup. Odnosząc sukcesy, szybko aklimatyzują się, mają pozytywne nastawienie do nowego kraju i ogromny szacunek do starego. Są dobrze odbierani tak przez Niemców, jak i przez swoich rodaków.

Podział ten powtarza się wśród wszystkich obcokrajowców, bez względu na narodowość i kulturę. Moja przyjaciółka, nie wiedząc nic o tych naukowych badaniach, świadomie wybrała trzeci wariant swojej drogi i jest szczęśliwa. Nie ukrywa pochodzenia i jest dumna ze swojej słowiańskiej natury. Ci inni moi znajomi też świadomie dokonali wyboru całkowitego zniemczenia, ale są dzisiaj nieszczęśliwi i znerwicowani. Mimo upływu lat źle się czują w Niemczech i nie wyobrażają sobie życia w Polsce, od której kiedyś się odcięli. Każdy z nas może więc odpowiedzieć sobie na pytanie, do jakiej grupy emigrantów należy lub chce przynależać. Decydując się na jedną z dróg, powinniśmy pamiętać, że żadne drzewo nie jest w stanie rosnąć w górę i cieszyć swoją dostojnością, gdy pozbawi się je korzeni.

Politycy, maniery i sondaże

KRZYSZTOF ŁĘCKI

BEZPOŚREDNIM POWODEM WYBUCHU W 431 ROKU PRZED CHRYSYTEM WOJNY PELOPONESKIEJ BYŁ KONFLIKT DWU MIAST-PAŃSTW GRECKICH, KORKYRY I KORYNTU. MOWA TU O PRZYZYNIENIE BEZPOŚREDNIEJ, BO OJCIEC WSPÓŁCZESNEJ HISTORIOGRAFII TUKIDYDES PRZEKONUJE, NIE BEZ PODSTAW, ŻE POWODEM GŁÓWNYM, CZY – JAKBYŚMY DZISIAJ POWIEDZIELI – CZYNNIKIEM STRUKTURALNYM, KTÓRY W NIEUCHRONNY SPOSÓB PROWADZIŁ DO WYBUCHU GRECKIEJ WOJNY DOMOWEJ, BYŁ WZROST POTĘGI ATEN I NIEPOKÓJ TYM WYWOŁANY W DRUGIM GRECKIM MOCARSTWIE, SPARCIE.

Nie zamierzam tu w żadnym razie robić powtórki z historii, chciałbym zainteresować raczej pewnym typem przywództwa politycznego, który zdarza się także, acz niezwykle rzadko, w państwach o ustroju demokratycznym, a który zdaje mi się wielce pożądany we współczesnym świecie. Tym bardziej pożądany, że prawie w nich niespotykany. Mam tu na uwadze Peryklesa, jednego z dziesięciu strategów ateńskich, praktycznie jednak przywódcę Aten z początkowych lat wojny, którą znamy jako peloponeską, a dokładniej pewne cechy, jakimi jego przywództwo się charakteryzowało. W obliczu nieuchronnie nadciągającej wojny ze Spartą – a że była nieuchronna, przyznaje to także Tukidydes – Perykles wiedział, jak ją prowadzić. I przyznają to nawet ci, którzy nie są wielbicielami wielkiego Ateńczyka. Gdyby Ateny konsekwentnie trzymały się zaproponowanej przez niego strategii, miałyby dużą szansę na wygraną. Ateny miały – przypomnę tylko dla porządku – w żadnym przypadku nie przyjmować walki na lądzie, ale dominować na morzu. Po śmierci Peryklesa odeszły jednak od jego wskazań i skończyło się, jak się skończyło. Ateny poniosły klęskę, choć, co warto podkreślić, i Sparta nie wygrała w tym sensie, w jakim jesteśmy skłonni mówić o zwycięstwie. Było to, nieznacznie tylko upraszczając, takie zwycięstwo, po którym w całej Grecji, Sparty nie wyłączając, nie pozostał kamień na kamieniu.

Ale powróćmy do początkowej fazy wojny. Otóż kiedy Spartanie pod wodzą króla Archidamosa pustoszyli Attykę, Perykles, którego Archidamos był przyjacielem, oświadczył, że nie może sprzeciwiać się interesom Aten, więc jeśli Spartanie nie zniszczą jego, Peryklesa, posiadłości i domów, tak jak wszystkich innych, odda je na własność publiczną, tak, by żadne podejrzenie na nim nie ciążyło. Ale ani opracowana przez Peryklesa oryginalna strategia wojny peloponeskiej, ani jego chęć ponoszenia kosztów wojny na równi z innymi obywatelami nie są tak imponujące jak to, że umiał Perykles przeciwstawiać się tłumowi obywateli – i to w sytuacjach krytycznych, że nie płynął z prądem. Jakież to rzadkie w dzisiejszym świecie, w którym wszyscy politycy składają hołd bożkowi sondaży opinii publicznej. Choć – jak ktoś mądrze powiedział – mamy co prawda sondaże badania opinii publicznej, a nawet wyniki tych sondaży, ale nie mamy opinii publicznej, mamy tylko coraz bardziej atomizowane społeczeństwo. Oczywiście miał też Perykles momenty, powiedzmy, słabsze. Jeszcze przed wojną peloponeską doprowadził do niepotrzebnego konfliktu Aten z innym greckim miastem-państwem – Samos. Kiedy po brutalnej interwencji Ateńczyków pewna wybitna kobieta, Atenka, skrytykowała go za to posunięcie – Perykles zbył ją cytatem z Archilocha: ani na temat, ani w sposób specjalnie wytworny. Powiedział mianowicie: „Nie namaszczałabyś się wonnościami, skoro jesteś stara”.

To skądinąd zastanawiające, jak w przypadku kobiecej krytyki wielkim ludziom (w tym przypadku idzie o mężczyzn) łatwo i bez najmniejszych wyrzutów sumienia przychodzi uderzać w obie Achillesowe pięty pań. Scena z Peryklosem przychodzi mi bowiem na myśl innego wielkiego demokratycznego przywódcę, Winstona Churchilla. Jak mówi anegdota, kiedy pewna kobieta zwróciła mu uwagę, że jest pijany – premier miał odpowiedzieć: „I co z tego, a pani jest brzydka, tyle że ja do jutra wytrzeźwieję”. Ale Churchilla zapamiętamy nie z anegdotek, ale z tego, że w czasie II wojny światowej umiał Anglików zagrać do walki, nie kryjąc, że czekają ich krew, pot i łzy. A co do anegdotek, to podkreślić trzeba, że nie był Churchill „damskim bokserem”. Po wojnie o swoim nijakim następcy powiedział: „To bardzo skromny człowiek i ma wszelkie ku temu powody”. Dokładnie takie same powody mają prawie wszyscy współcześni polscy politycy kłęzący przed kapryśnym Bożkiem Ostatniego Sondażu. Czekają na jego werdykt, niecierpliwie spoglądając nań w trwodze lub zachwycie – wszystko zależy od tego, czy rośnie, czy maleje. Oni rosną i maleją razem z nim. Gdy znikają z jego ołtarzy – nie ma ich w ogóle.



SOCJOLOG, PUBLICYSTA, FELIETONISTA, KOMENTATOR, KONSERWATYSTA, AUTOR M.IN. „INNEGO ZAPISU”, „PERSPEKTYW SOCJOLOGII KULTURY ARTYSTYCZNEJ” (Z ALEKSANDREM ŁIPSKIM), „DOGMATÓW I HEREZJI” (Z WITOLDEM IZDEBSKIM), „KOMUNIKACJI INTERPERSONALNEJ W PRACY SOCJALNEJ” (Z ANDRZEJEM SZÓSTAKIEM), ROZPRAWY „ŚW. GOMBROWICZ”, ZBIORU FELIETONÓW „WIDMA WOLNOŚCI”. PRACUJE NA WYDZIALE NAUK SPOŁECZNYCH W INSTYTUCIE SOCJOLOGII UNIWERSYTETU ŚLĄSKIEGO W KATOWICACH. AUTOR PONAD STU SZKICÓW I ARTYKUŁÓW, GŁÓWNIEM W TOMACH ZBIOROWYCH I CZASOPISMACH SPECJALISTYCZNYCH.

HOROSKOP



BARAN (21 MARCA – 19 KWIETNIA)

Badawcze spojrzenia, muśnięcia koniuszkami palców, wzrok powoli omiatający całą Twoją sylwetkę. To nie jest przypadkowe, zdarza się za często. Kiedy powoli sprowadza wzrok z Twoich ust na szyję, a potem piersi (udaje, że tego nie robi, ale przecież widzisz), zaczynasz wewnętrznie drżeć, a potem się pocić, ale to nie jest ten rodzaj potu, który pojawia się w upalne dni, to coś zupełnie innego, co Cię od środka rozmiękcza. Lubisz to, a jednocześnie lekko Cię wkurza, bo przecież nie chcesz się zakochać. Zbyt bolesne są wspomnienia po poprzednim związku. Nie chcesz, żeby przychodził, lecz z drugiej strony... Tyle czasu go nie ma! I znowu drżą Ci łydki.



BYK (20 KWIETNIA – 20 MAJA)

Bardzo się za nim stęskniłaś. Nie widzieliście się kawał czasu. Jakie zrobił na Tobie wrażenie? Coś się zmieniło? Podświadomie czujesz, że długie rozstania nie działają na korzyść Waszego związku, chociaż pragniesz widzieć jego oczy, uśmiech i marzysz o delikatnych muśnięciach dłoni. Nurtuje Cię jednak pytanie, co robił, kiedy go nie widziałas? Z kim rozmawiał, komu przesyłał te swoje tajemnicze półuśmiechy? Musisz sobie powiedzieć wprost: jesteś zazdrosna. To niedobrze. Gdyby było odwrotnie, on powinien być zazdrosny, ale nie sprawia takiego wrażenia. Luzak – i to Cię irytuje. Nie rób jednak głupstw, nie udawaj, że jesteś zimna. Nie zmieniaj się, bądź ciągle sobą.



BLIŹNIĘTA (21 MAJA – 20 CZERWCA)

Ten rodzaj wewnętrznego napięcia między udami nie pojawia się u Ciebie często. Lubisz je, więc niekiedy tę ekscytację stymulujesz sama, przeżąc się przed lustrem, przeciągając dłońmi po włosach, przez szyję, barki, piersi, brzuch, zatrzymując się na kolanach. Czasami spod przymkniętych powiek widzisz za sobą jego sylwetkę. W lustrze nie jest wyraźna, raczej jej cień, ale to wystarczy, by zacząć marzyć. Podchodzi, kładzie Ci głowę na ramieniu, silnymi rękami obejmuje Cię w pasie i delikatnie zsuwa palce po pośladkach... Przez szorstki materiał sukienki wyczuwasz jego podniecenie, zapach potu zmieszanego z płynem po goleniu. Nagle otwierasz oczy i obraz znika.



RAK (21 CZERWCA – 22 LIPCA)

Tamtego dnia przed nimi objął Cię, wsunął nagle język między zęby i namiętnie pocałował. Tego nie robi się przy wszystkich! Czujesz pretensje do siebie. Powinnaś się wyrwać, odepchnąć go, ale bałaś się śmiechu innych, więc nieoczekiwanie uległaś, poddałaś się i ten pocałunek trwał o wieki za długo. Zamiast gwałtownie zareagować, pomyślałaś, że oni patrzą i może zazdroszczą. Ta myśl wzmogła emocje, przeszył Cię dreszcz rozkoszy. To nie był incydent bez znaczenia. Teraz widzisz to wszystko z oddalenia, jakbyś stała z boku. Analizujesz każdy detal. Trzymał Cię mocno za kark, a koniuszki palców miał na dekolcie? Tego nie wiesz i dlatego obraz wraca, szukasz go myślami.



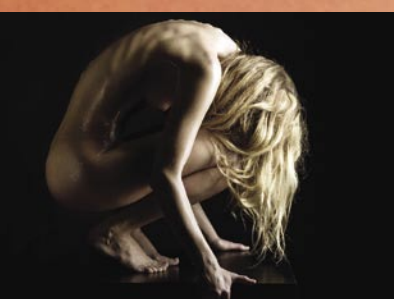
LEW (23 LIPCA – 22 SIERPNIA)

To jest odruch: kiedy oglądasz film ze scenami erotycznymi, zamykasz oczy. Nauczyli Cię tego rodzice, gdy byłaś dzieckiem. Teraz jesteś dorosła, lecz nawyk pozostał. Gdy się na tym łapiesz, otwierasz szeroko oczy i to wygląda tak, jakbyś seks na ekranie widziała po raz pierwszy. Byliście w kinie na komedii, lecz okazało się, że głównie chodziło o pokazywanie nagich piersi, ud, brzuchów, pleców, pośladków. No i zbliżeń. Wtedy on Cię przyłapał na odruchowym zamykaniu oczu. Zacerwieniłaś się w ciemności. Nie szkodzi – szepnął – ja też to mam. I swobodnie położył dłoń na Twoim udzie, a potem uniósł rąbek sukienki i dotknął gorącej skóry. – Dobry film wybrałaś.



PANNA (23 SIERPNIA – 22 WRZEŚNIA)

Nad ranem zbudził Cię wiatr objijający się o żaluzje w oknach. Koniec snów, pomyślałaś, za chwilę wstanie słońce. Cienka narzuta paliła Cię i parowała potem. Przypomniałaś sobie, co Ci się śniło. Lewą dłonią sięgnęłaś do podbrzusza. Włoski były twarde jak druty, mokre i zmierzwiłone. Odruch szarpnięcia pojawił się nagle, ale w porę pojawiła się prawa dłoń, spokojniejsza. Przykryła całą szerokością zwieńczenia ud. Spokój, nic złego się nie stało, zaraz weźmiesz prysznic, słodki, dławiący zapach piżma zniknie. Ale na razie, póki jasność nie wstała, możesz analizować sen do woli. Jak się kładł, podnosił Cię pod łopatkami, ogarniał... Dobry rozluźniający sen. Taki nieczęsty.



EROTYCZNY



WAGA (23 WRZEŚNIA – 22 PAŹDZIERNIKA)

Będziesz się za to smażyła w piekle, pomyślałaś. Przecież masz męża, a tymczasem wieczorami przez popularny komunikator rozmawiasz z innym facetem. O sobie. Tyle mu opowiadasz, jakby stał przy Tobie. Posyłasz też swoje roznegliżowane zdjęcia i pytasz, co o nich sądzi. Jak myślisz, co sądzi facet, gdy widzi Twoje nagie uda, skąpe majteczki i naprężone piersi, zakryte kawałkami materiału, spod którego widać twarde sutki? Dla kogo robiłaś te zdjęcia? Opowiadasz przyjaciółkom, że dla siebie. Zamykasz jednak oczy i wyobrażasz sobie to, co on sobie wyobraża. Dobrze, że mąż już śpi. Sieć internetowa to teraz zmysłowy dotyk na odległość. Podniecające!



SKORPION (23 PAŹDZIERNIKA – 21 LISTOPADA)

Kiedy wszyscy wyszli, poprosiłaś go, że został i pomógł posprzątać butelki, kieliszki, resztki jedzenia. Pracował chętnie, schylał się, podnosił puste opakowania z dywanu. Widziałaś pod dżinsami jego naprężone pośladki. Sama nie wiesz, kiedy powiedziałaś: Podejdź! Strasznie był szybki, na stojąco rozchylił kolanem uda i zaczął szukać pod bluzką rozpięcia. Stop! Trzeba uspokoić sytuację. Wysłałaś go pod prysznic. To się musi dziać bez pośpiechu, w równym rytmie. Czekalaś na niego tyle, to i jeszcze poczekasz. Rozbierałaś się systematycznie, gdy nagle szum wody ustał i zapadła cisza. Wtedy w tej ciszy usłyszałaś trzask zamykanych drzwi. Jak wystrzał. Taki mokry poszedł...



STRZELEC (22 LISTOPADA – 21 GRUDNIA)

Nie wolno Ci myśleć, że przestałaś być atrakcyjna. Widziałaś przecież, jak patrzyli na Ciebie na tej ostatniej imprezie urodzinowej. Rozbierali Cię oczami, podziwiali Twoje krągłości, przytulali się w tańcu. Potrafisz wzbudzić pożądanie jednym gestem, jednym spojrzeniem spod przymruczonych powiek. Masz broń, jakiej niejedna mogłaby Ci pozazdrościć. Seksowność wbudowaną w każdy centymetr ciała. Umiejętnie z niej korzystaj. Częściej wychodź do ludzi, spotykaj się, baw, tańcz, śpiewaj i śmieję się na całe gardło. Są tacy, którzy uwielbiają Twoją spontaniczność. Musisz wydobyć się ze swojej skorupy i zacząć zdobywać świat. Nie jest za późno, jesteś warta grzechu.



KOZIOROŻEC (22 GRUDNIA – 19 STYCZNIA)

Woda ma na Ciebie wpływ magiczny. Kiedy wchodzisz do wanny, czujesz tak omdlewającą rozkosz, jakbyś przytulała się do najbardziej seksownego faceta na świecie. A przecież tego najbardziej seksownego nie ma, jeszcze na niego nie trafiłaś. Wchodzisz do wanny, opatulasz się pianą i powoli zanurzasz w zmysłowej wodzie. Czujesz ciepło, które przenika przez skórę, wędruje nogami wwyż, przechodzi przez podbrzusze, nawilża włoski, potem liże pępek, podnosi piersi i obkurcza sutki. Tak przyjemnie opatula szyję i nasadę karku, jakby długi język rytmicznie zlizywał sól ze wszystkich tajemniczych zakątków Twojego ciała. Przez zamknięte oczy widzisz plażę i palmy.



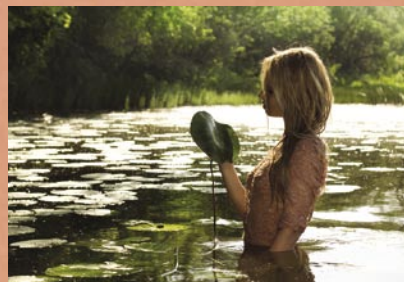
WODNIK (20 STYCZNIA – 18 LUTEGO)

Nad ranem prawie nic nie pamiętałaś. Niepotrzebnie mieszałaś wino białe z czerwonym i likier z whisky. Zawsze przed imprezą mówisz, żeby Cię pilnowali, ale oni nie pilnują ani Ciebie, ani siebie. Przypomniłaś sobie: był wysoki i miał długie ręce. Za długie. Niecierpliwie i zmysłowe. Przypomniłaś sobie, że on wiedział, co chce robić i Ty też wiedziałaś, co on chce. Jednak nie chciałaś tego, nie teraz, nie w tym miejscu i nie tak szybko, lecz alkohol rozmył w Tobie ostatnie zapory zdrowego rozsądku i poddałaś się. Bolało Cię całe jestestwo... Przypomniłaś sobie, że miał głupie imię. Śmiać się czy płakać? Co za ulga, że zasnął, nim cokolwiek zrobił. Został tylko kac.

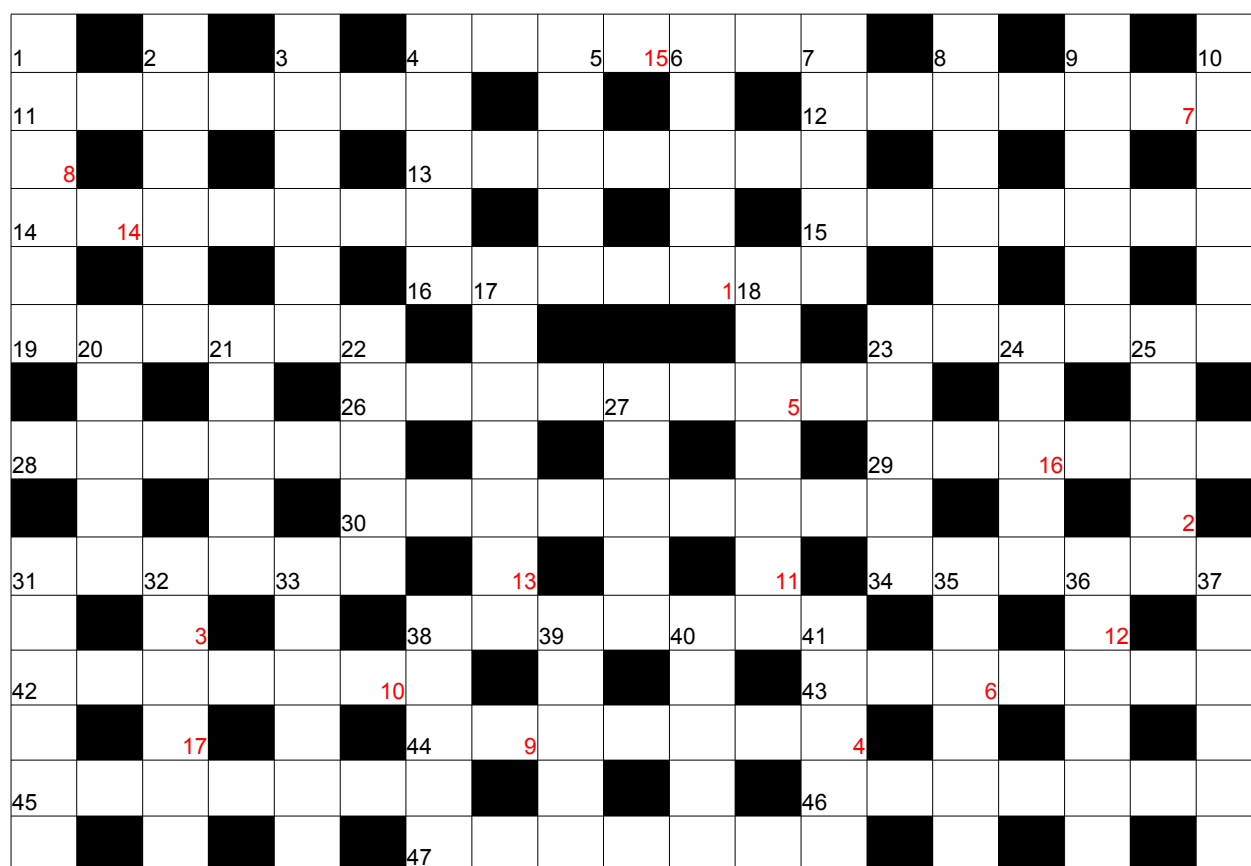


RYBY (19 LUTEGO – 20 MARCA)

Między wami jest ogromna różnica wieku, prawie dwadzieścia lat. Żartujecie sobie z tego. Dzisiaj to dość częste. Siedzieliście przy swoich laptopach, wasze spojrzenia skrzyżowały się. Zaproponował Ci papierosa w hallu pod świetlikami. Kiedy podawał ogień, objął Twoje dłonie swoimi, wielkimi jak łopaty, i od razu utonęłaś w otchłani podniecenia. Zwłaszcza że podając Ci ogień, wpatrywał się w Twoje wielkie oczy. Ogień płonącej zapalki smagnął go po palcach, lecz on nic nie poczuł. Jak to się stało, że zakochałaś się w faciecie, który wygląda jak Twój ojciec? Nie myślisz o tym. Wolisz skubać jego poskręcane siwe włoski na piersiach i czuć żar w swoich udach.



KRZYŻÓWKA Z NAGRODAMI



POZIOMO: 4. obok babci, 11. obuwie sportowe, 12. pagórek, 13. składnik syropów przeciwkaszlowych, 14. jest nim np. endoproteza, 15. potocznie o francuskim samochodzie, 16. rodzaj gimnastyki, 19. łoskot, chrzest, 23. serialowe tanie wino, 26. chodzi do szkoły, 28. część stadionu, 29. zwierzę futerkowe, 30. chroni posła, 31. siana lub kamieni, 34. rodzaj pszenicy, 38. protonotariusz apostołski, 42. biznes, 43. system operacyjny w telefonach komórkowych, 44. bije w taksówce, 45. można ulotnić się jak ona, 46. francuski policjant, 47. stolica Suazi

PIONOWO: 1. damska marynarka, 2. rzeka lub świniak, 3. rodzaj ceramiki, 4. sklejka, 5. indyk, 6. duży u tukana, 7. mniejszy od atomu, 8. kraj nad Jeziorem Wiktorii, 9. tu warzy się piwo, 10. perfekcjonista, 17. ... dojrzałości, 18. głupia kobieta, 20. zwany wróblimi języczkami, 21. pan zamku Camelot, 22. na jej czele biskup, 23. można go komuś spuścić, 24. kłębek włóczki, 25. jedno ze zbóż, 27. struś z pampasów, 31. do mankietu koszuli, 32. poważanie, 33. ryba lub powieść Grassa, 35. rosyjska partia polityczna, 36. wynik dzielenia, 37. jesienne rozmyślanie, 38. religia muzułmanów, 39. dodatkowa praca, 40. samica jelenia, 41. również

Litery z pól oznaczonych czerwonymi cyframi od 1 do 17 utworzą hasło krzyżówki. Prawidłowe rozwiązanie prześlij pod adresem s.bubin.ladysclub@gmail.com lub Firma Wydawnicza Lady's Club, ul. Sucha 32, 43-309 Bielsko-Biała – w terminie do 10 XII 2013. Nagrody zostaną wysłane pocztą, dlatego prosimy o podanie dokładnego adresu.

NAGRODA NR 1

- Trzy ręcznie robione naszyjniki „Czerwone grono” marki DAIKOKU + bransoletka do kompletu dla pierwszej osoby, która prześle rozwiązanie. Naszyjnik jest wykonany z metalowych koralików, marmuru, onyksu, koralu, drutu posrebrzanego i rzemienia. Galeria i sklep tej eleganckiej biżuterii na stronie www.daikoku.pl

NAGRODA NR 2

- Dwutomowa powieść Edwarda Łysiaka „Kresowa opowieść” (Wydawnictwo Innowacyjne Novae Res) o niełatwych stosunkach polsko-ukraińskich. Magazyn *Lady's Club* objął książkę patronatem medialnym.

Rozwiązanie z nr 3 (25) 2013 – ŻĄDEŁKO. Lista nagrodzonych znajduje się na stronie www.ladysclub-magazyn.pl

Przygotowała Anna Jurczyk/www.lowiskoksiazek.blogspot.com



FOT. DAIKOKU

FUTRA NOWE I UŻYWANE



NORKI, SOBOLE, KARAKUŁY I INNE
FUTRA RÓWNIEŻ W CENIE PŁASZCZY



ZAPRASZAMY PAŃSTWA DO NAS,
ABYŚCIE MOGLI W MIŁEJ ATMOSFERZE
PRZYMIERZYĆ PARĘ UROCZYCH FUTER,
A DLA PANÓW MAMY PŁASZCZE
SKÓRZANE

KATOWICE, KOŚCIUSZKI 60
TEL. 693 003 203



Poliklinika Stomatologiczna „Pod Szyndzielnią” w Bielsku-Białej jest wielospecjalistyczną kliniką stomatologiczną, oferującą kompleksowe leczenie pacjentom w każdym wieku w przyjaznej i bezstresowej atmosferze. Polmedico to ponad **15 lat doświadczenia**, **18 nowoczesnych stanowisk dentystycznych**, **wykwalfikowani specjaliści**, **miła i profesjonalna obsługa**, **indywidualne podejście do każdego klienta**, **najnowocześniejszy sprzęt medyczny**.

Świadczymy szeroki zakres usług: chirurgia stomatologiczna, implantologia, protetyka, stomatologia estetyczna, dziecięca, ortodoncja oraz ciesząca się rosnącą popularnością stomatologia odmładzająca. W „Polmedico” dbamy o piękny uśmiech każdego pacjenta.

Cerec

Rewolucyjna metoda odbudowy protetycznej. Ultranowoczesne urządzenie składa się ze skanera wewnątrzustnego, (zastępuje nieprzyjemne pobieranie wycisku silikonowego) oraz precyzyjnej frezarki, która laserem wycina z kawałka porcelany idealnie pasującą koronę lub most. Również kolor wypełnienia dobierany jest z bardzo dużą precyzją. Cała procedura dzięki komputeryzacji skrócona zostaje do jednej wizyty, a natychmiastowy efekt gwarantuje zadowolenie pacjenta.

nowość



 **33 8 15 15 15**

 **697 15 15 15**